

JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA TA'LIM, TARBIYA BIRLIGI VA BOLANING RIVOJLANISHI

Tursunov Oqil Amrulloevich

Buxoro davlat pedagogika instituti

Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrası o'qituvchisi

ANNOTATSIYA

Ta'lim jarayonida kattalar bolalarga maqsadga yo'naltirilgan faoliyatning ijtimoiy tajribasini beradi. Uning mazmuniga rivojlanish va takomillashishga xizmat qiluvchi harakatlarni egallash tajribasi ham kiradi.

Kalit so'zlar: Ta'lim jarayoni, pedagogik jarayon, sport harakati, rivojlanish, ko'rsatkichlar.

Ta'lim shaxsni har tomonlama aqlan, axloqan, jismonan shakllantirishga qaratilgan yaxlit pedagogik jarayonning tarkibiy qismi hisoblanadi. Jismoniy tarbiyada harakatlarga o'rgatish tarbiyachining bevosita rahbarligi ostida hamda uning kuzatuv ostidagi bolalarning mustaqil faoliyatida amalga oshiriladi. Harakat faoliyatiga o'rgatishda bolaning anglash, irodaviy va hissiy kuchlari rivojlanadi hamda uning amaliy harakat ko'nikmalari shakllanadi. Harakatlarga o'rgatish bola ichki dunyosi his tuyg'usi, tafakkuri, asta-sekin shakllanadigan dunyoqarashi, axloqiy fazilatlariga bolalar tomonidan bajariladigan, salomatlik va umumjismoniy rivojlanish uchun foydali bo'lgan harakat faoliyatiga maqsadga yo'nalgan holda ta'sir etadi.

Ta'lim mazmunini jismoniy mashqlar, jumladan, dasturga muvofiq tanlangan harakatli o'yinlar tashkil etadi.

Ta'lim jarayonida kattalar bolalarga maqsadga yo'naltirilgan faoliyatning ijtimoiy tajribasini beradi. Uning mazmuniga rivojlanish va takomillashishga xizmat qiluvchi harakatlarni egallash tajribasi ham kiradi.

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar bilan ishlashda ularning yosh xususiyatlarini hisobga olish juda zurur, bolaning ongli harakat faoliyatida asqotadigan ayrim bilimlar, bolani harakatlarga o'rgatuvchi faoliyati usullari, faoliyat va ularni amalga oshirishning malaka va ko'nikmalari haqidagi bilimlar birligi tashkil etadi.

Harakat faoliyatini tarbiyalash jarayonida ota-onalar, tarbiyachilar bolalar rivojlanishining psixo-fiziologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ular oldiga yangi harakat vazifalarini qo'yadi.

Yangi narsani o'zlashtirish boladan muayyan jismoniy va psixik kuchni, qiyinchiliklarni yengib o'tishni talab etadi. Bolaning mashqlar jarayonida yangi

harakat vazifalarini tobora hal eta borishi va shu bilan bog'liq ravishda vujudga keladigan katta imkoniyatlar harakatlar xarakteri va sifatini o'zgartiradi.

Qiyinchiliklarni yengish va yangi vazifalarni hal etish bolada ijobiy hissiy kayfiyat hosil qiladi. Bu murakkab jarayon doimo tarbiyachi nazorati ostida bo'lishi kerak. Bir tomondan bolaning yangi harakat vazifasini tushunib olishini ta'minlash lozim, ikkinchi tomondan bolada mustaqillik, qiziqish va g'ayratni uyg'otish zarur.

Ta'lim boladan diqqatni bir joyga to'plashni, tasavvur, faol fikrlashni, xotirani rivojlantirishni talab qiladi: ta'lim jarayoni emotsional, harakat namunasi tarbiyachi tomonidan ko'rsatilsa va bolalar tomonidan bajarilsa obrazli, shuningdek og'zaki mantiqiy, mashqlar bolalarning o'zlari tomonidan amalda bajarish bilan bog'liq bo'lsa motor harakat; ta'lim jarayoni erkin bo'lishi kerak.

Bolalarga ta'lim berish, axloqiy tarbiya, bolaning ma'naviy tuyg'usi va ongini shakllantirish, o'zaro yordam, maqsadga intilish, halollik, adolatlilik kabi axloqiy-irodaviy sifatlarni rivojlantirish bilan bog'liqdir.

Bolalar asta-sekin egallab boradigan chiroyli harakatlar, aniq saflanish, ularning yoshiga xos o'yin obrazlarining ijodiy ifodaliligi, o'yinlarda she'riy matnlar, o'yin boshlanmalari, sanashmashoqlar bularning hammasi bolalarda estetik didni tarbiyalash vazifasiga xizmat qiladi.

Ta'lim jarayonini tashkil etish bolalarni ular kuchi yetadigan mehnat harakatlarida mashq qildirish imkonini beradi.

Tarbiyachi bolalardan jismoniy tarbiya ashyolarini o'zlari tartibli va toza saqlashlarini muntazam talab qilib turadi. Bolalar sharlar, to'plarni vaqti-vaqti bilan yuvib, yirik ashyolarni artib turadilar.

Shunday qilib, harakatlarga o'rgatish jarayonida bolalarda aqliy qobiliyat, axloqiy va estetik tuyg'ular rivojlanadi, o'z faoliyatiga ongli munosabat va shu bilan bog'liq ravishda maqsadga intilish, uyushqoqlik shakllanadi.

Ta'limning ko'rgazmali, og'zaki va amaliy usullarini birgalikda qo'shib olib borish Bilish faoliyati – hissiy bilish jarayonlarini amaliyot bilan birligidir. Harakatlarga o'rgatish jarayonida bilishning bu ajralmas qismlari o'zaro aloqadorlikda bo'ladi. Biroq qo'yilgan vazifaga qarab ularning izchilligi har-xil bo'ladi: bolalarni harakatga o'rgatish ko'rsatib tushuntirish; tarbiyachining mashqni og'zaki tushuntirishi va uning bolalar tomonidan harakatda bajarilishi bilan boshlanishi mumkin. Yangi harakatlarni o'rganishda ko'rgazmalilik tamoyili harakatlarni tarbiyachi tomonidan juda aniq qilib ko'rsatish orqali amalga oshiriladi.

Ko'rgazmalilik onglilik bilan chambarchas bog'liqdir: og'zaki berilgan topshiriq kishi tomonidan tushunib olinadi, harakatni qaytadan bajarish bilan amalda sinaladi. Bunda sezgilar, ayniqsa harakat sezgilari muhim rol o'ynaydi. Bundan tashqari ko'rgazmalilik bilan obrazli so'zning o'zaro aloqadorligi katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Tushunarlilik va bolalarga yakka yondashish tamoyili bolaning yosh xususiyatlar imkoniyatlarini hisobga olishni, hamda shu bilan bog'liq ravishda uning kuchiga yarashga topshiriqlar belgilashni ko'zda tutadi. Tushunarlilikni asosiy shartlaridan biri izchillik va jismoniy mashqlarni tobara murakkablashtirib borish hisoblanadi. Bola imkoniyatlari muayyan birlikdagi omillar bilan belgilanadi: jismoniy tayyorlanganlik me'yorlari bo'yicha sinash, vrach tekshiruvi, bevosita pedagogik kuzatish. Yakka yondashuv bolaning o'ziga xos funksional imkoniyatlarini hisobga oladigan alohida ta'sirlarni ko'zda tutadi harakatlarni o'zlashtirish turlicha kechadi, organizm jismoniy yuklamani turlicha qabul qiladi, moslashish dinamikasi ham turlicha bo'ladi.

Yakka yondashuvning maqsadi tug'ma fazilatlarini rivojlantirish, yangi ijobiy sifatlarni, qobiliyatlarni tarbiyalash, zarurat bo'lganda nerv tizimining tipologik xususiyatlarini maqsadga muvofiq tarzda o'zgartirishdan iboratdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)

1. Salomov.R.S. Sport mashg'ulotining nazariy asoslari o'quv qo'llanma Toshkent-2005
2. Achilov A.G, Akramov A.J, Goncharova O.V, Bolalarning jismoniy sifatini tarbiyalash O'quv qo'llanma -Toshkent Lider pres nashriyoti,2009.
3. Junaydulloevich A. M., Istamovich A. K. BASIC LAWS AND DESCRIPTIONS OF WAYS TO DEVELOP TECHNICAL SKILLS IN BOXING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 05. – C. 15-26.
4. Junaydulloevich A. M., Istamovich A. K. ANALYSIS OF MODERN TECHNOLOGIES FOR THE DEVELOPMENT OF PSYCHOPHYSICAL QUALITIES OF BOXERS IN THE PROCESS OF TRAINING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 05. – C. 1-14.
5. Husniddin N. N. E. N. N. et al. HOW TO EAT PROPERLY WITH INSULIN RESISTANCE AND EXERCISE THERAPY //Journal of Modern Educational Achievements. – 2023. – T. 9. – №. 9. – C. 40-44.
6. Nazarova N. E., Ergashev D. E. Formation of motivation for physical exercise and sports for people with disabilities. – 2022.