

BOSHLANG'ICH SINFLAR JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARDA QO'LLANILADIGAN METODLAR XUSISIDA

Egamberdiyeva R.B
CHDU talaba

Mustaqilligimizning dastlabki kunlaridanoq siyosiy, ijtimoiy, huquqiy, madaniy-ma'naviy va ilmiy hayotimizda ko'plab yangiliklar, umumbashariy jarayonlar bilan bog'liq ijobiy o'zgarishlar sodir bo'ldi. Ma'lumki, har bir mustaqil fan o'zining predmeti va metodologik asoslariga egadir. Shu jumladan jismoniy tarbiya fani ham.

Sportning har bir turida o'ziga xos maxsus yuqori darajada rivojlangan sifat va mahoratni kamolotga etkazmoq aniq yo'naltirilgan pedagogik va biologik tarbiya vositasida bosqichmabosqich amalga oshadi. Bosqichlarni mensimaslik, yetarli malakalar yig'indisi hosil bo'lmay turib, yuqori bosqichga ko'tarilishga zo'r berish maqsadga erishish muddatini uzoqlashtiradi, tanani jarohatlantirishga olib keladi.

Mashg'ulotlar mazmunining ketma – ketligi esa tayyorgarlik davriga, vazifasiga va qanday mikrotsikl bo'lishiga bog'liq. Katta bo'lmagan shiddatda bajariladigan, katta hajmdagi ish tez-tez qayta tiklashni talab qilmaydi, balki yuqori shiddatda katta hajmli ish bajarish mashg'ulotga qayta tiklashni tez – tez kiritishni talab qiladi.

Jismoniy tarbiyaning o'qitish fani sifatidagi maxsus bilim va harakat faoliyatlari o'qituvchidan o'qitishga xos ma'lum usullar va usullarni bilishni talab etadi. Ta'lim (o'qitish)ning usullari ko'p bo'lishiga qaramay ularning hech biri universal emas. Ta'lim usullarining tavsifini bilish bu uslublar tarkibidan qulayini tanlab olishga, o'qitish vazifalarini hal qilish uchun nisbatan samaralilarini ajratib olishga imkon beradi.

Usul - bu pedagogning shunday ta'sir faoliyatiki, o'qitishning qandaydir ma'lum bir sharoitida ta'limning xususiy vazifalarini (yoki o'sha vazifalarni biror qismini) oson hal etish uchun qo'llaniladi. Masalan: mashqni o'quvchiga yonlamasiga o'zi yon tomoni bilan turib ko'rsatishi o'quvchiga to'g'ri turib ko'rsatgandan yaxshiroq samara beradi. Tushuncha oson hal bo'ladi.

Xar bir metodning turli xil metodik usullari bo'lishi mumkin. Ular son-sanoqsiz darajada ko'p bo'lib, ma'lum vaqt mobaynida ayrimlari yo'q bo'lib ketsa, ayrimlarining ko'rinishlari o'zgaradi, o'qituvchining ijodiy izlanishi, faoliyati natijasida yangilari ham vujudga kelib, amalda qo'llaniladi. Ko'pincha o'qitish darajasiga xos metodik usullar hajmini o'qituvchi, murabbiyning ko'proq bilishi ularning faoliyatiga baho berishda muhim rol o'ynaydi.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

Tajribasiz o'qituvchilarda ba'zan usuliyat - metodik usulning tashqi alomatlarini o'zida mujassamlagandek ko'rinishi mumkin. Masalan: ayrim mashqlarni bo'laklarga ajratib o'rgatish ularning tizimini yarata olmaslikka olib keladi, natijalar kutilganday bo'lmaydi. Bu usul ko'p holda metodik usulga o'xshash bo'ladi. Aslida u yangi harakatni o'zlashtirishda qo'llaniladigan asosiy usuliyatdir.

O'quvchilarning bilimlarini oshirish, malaka va ko'nikmalarni egallash uchun ta'lim metodlari uch guruhga ajratiladi. Har bir guruh bir necha xil metodlarni o'z ichida mujassamlashtirgan. Mujassamlashtirilgan usuliyatlarni jismoniy tarbiya ta'limi jarayonidagi o'rniga ko'ra so'zdan foydalanish, ko'rgazmali his qilish va amaliy usuliyatlar deb guruhlanadi va ulardan pedagogik jarayonda keng foydalaniladi. O'qitishning usuliyatlari quyidagilardan iborat:

So'zdan foydalanish usuliyatlari - hikoya, ifodalash, tushuntirish, suhbat, muhokama, topshiriq, ko'rsatma, baholash, buyruq.

Ko'rgazmali his qilish usuliyatlari - ko'rsatish, namoyish etish, plakatlar, kinogrammalar, doskaga bo'r bilan chizish, o'quvchilarni o'zi chizgani, maketlar, modellar, rang va tovush signallar.

Amaliy usuliyatlari – qat'iy va qisman reglamentlashtirish va harakatni bir butunligicha to'la o'rgatish. O'yin va musobaqa.

O'qituvchi o'z faoliyatini asosan so'z yordamida (konstruktivlik, tashkilotchilik, izlanuvchanlik orqali) amalga oshiradi, shuningdek, o'quvchilar bilan o'zaro muloqot va munosabat o'rnatadi.

Xulosa qilib aytganda umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda, o'quvchilarning jismoniy tarbiya va sportga oid nazariy-amaliy bilimlarini oshirish, endi o'sib kelayotgan yosh avlodda sog'lom turmush tarzini sharllantirish oid tavsiyalar ishlab chiqish maqsadga muvoffiq bo'lar edi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2017 yil 15 martdagi "Umumiy o'rta ta'lim to'g'risidagi nizomni tasdiqlash haqida" gi 140-sonli qarori.
2. Ahmedov F.Q., Atamurodov Sh.O' va boshqalar. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya. Uslubiy qo'llanma. Toshkent: – 2013 yil. – 111 b.
3. Гофуров, Абдувохид Махмудович, and Абдушокир Махмудович Гофуров. "ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ НА ПУТИ К УСОБЕРЩЕНСТВОВАНИИ." INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". Vol. 3. No. 1. 2024.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

4. Mukhammedovich, Jurayev Vokhidjon. "Psychological Foundations of Willpower in the Formation of Competition Motivation in Athletes." Central asian journal of literature, philosophy and culture 3.11 (2022): 315-318.
5. Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA'VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." Science and innovation in the education system 2.7 (2023): 106-112.
6. Makhmudovich, Gofurov Abduvokhid, and Gofurov Abdushokir Makhmudovich. "STUDY OF FUNCTIONAL INDICATORS OF YOUNG SWIMMERS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.10 (2023): 29-31.
7. Makhmudovich, Gafurov Abdushokir. "Medical problems of sports selection and sports orientation." ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603 11.12 (2022): 313-318.
8. Abduvalievich, Abdullaev Rustamjon. "NECESSARY FORMATION OF COMPLEX COMPETENCE SAFETY OF TOURIST SERVICES DURING THE DEVELOPMENT OF A STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL." Science and Innovation 2.2 (2023): 261-264.
9. Abdullabdullaev, R. "BASES OF SCIENTIFIC AND TECHNOLOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF FORMATION OF SPECIAL TOURIST KNOWLEDGE, ABILITIES AND SKILLS." Science and innovation 2.B3 (2023): 122-123.
10. Ibragimovich, Sultanov Usmon. "DYNAMICS OF FORMATION OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL TRAINING OF LONG DISTANCE RUNNERS." European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol 7.6 (2019)
11. Ismailovna, Y. F. (2024). The importance of new technologies in forming healthy life style of students at physical training lessons. International journal of social science & interdisciplinary research issn: 2277-3630 Impact factor: 7.429, 13(01), 34-37.