

MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARINI QO'LLANILISHI METODLARI TURLARI VA ULARNING TAVSIFI.

Qurbonov G'ayrat Rejapovich

Farg'ona davlat universiteti sport faoliyati turlari kafedrasida dotsenti

Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bolalarda harakat ko'nikmalari, malakalari va jismoniy mashqlar haqidagi bilimlarni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lgan ta'lim berish shaklidir. Bolalar jismoniy tarbiya mashg'ulotlari davomida "Bolajon" dasturi talablari asosida har bir chorak, hafta va kunlarga belgilangan jismoniy harakat turlarini mukammal o'rganib, mustahkamlab va takomillashtirib boradilar.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari samarali va metodik jihatdan to'g'ri o'tkazilishi uchun maktabgacha ta'lim muassasasi xodimi-tarbiyachi o'ta bilimli, tajribali va metodik jihatdan qurollangan bo'lishi lozim. Har bir mashg'ulot to'g'ri rejalashtirilgan, mashg'ulot ishlanmasi oldindan tuzilgan va maktabgacha ta'lim muassasasi metodisti bilan uslubiy jihatdan maslahatlashilgan holda tashkil etilishi kerak.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari sport zalida yoki sport maydonchasida o'tkaziladi. Mashg'ulot o'tish joyi gigienik va metodik talablarga javob beradigan toza va ozoda saqlanadi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida ishtirok etuvchi bolalar tibbiyot xodimi nazoratidan o'tgan, sog'lom va sport kiyimlari (futbolka, shortik, sport oyoq kiyimi) kiygan xolatda mashg'ulotlarda ishtirok etadi.

Mashg'ulotda ishtirok etish jarayoni, mashg'ulotni tashkil etish va boshqarib borish tarbiyachidan etarli darajada ta'limiy metodlari qo'llashni talab qiladi.

Jismoniy mashqlarni mashg'ulotlar uchun tanlash programma asosida tuziladigan ish plani bo'yicha belgilanadi. Muayyan grupp bolalari yoshini, har bir bolaning salomatligini, umumiy rivojlanish darajasini hisobga oluvchi prespektiv va kalendar planlar bolalar tomonidan egallangan xarakter ko'nikmalari, bolalarning individual-tipologik xususiyatlari, yil fasli, mashg'ulotlarni o'tkazish sharoiti, shuningdek, bolalarning avvalgi faoliyatini hisobga olishdan kelib chiqqan holda mashg'ulot vazifalari va konkret jismoniy mashqlar belgilanadi.

Navbatdagi mashg'ulot planini ishlab chiqishda oldingi mashg'ulotni sinchiklab analiz qilish qo'l keladi. Analiz jarayonida oldingi mashg'ulotda qo'yilgan vazifalarning amalga oshirilgan darajasi, bolalar reaksiyasida namoyon bo'ladigan va mashg'ulotni hisobga olishda qayd etiladigan natijalar (barcha bolalar tomonidan va

alohida holda yangi programma materialini o'zlashtirish darajasi; tanish harakatlarni egallashdagi progress yoki qo'shimcha mashqlar, engilroq variantlarni, birmuncha chuqurroq o'rganishni, bolalarni tashkil etish formasini o'zgartirishni, individual mashg'ulotlar va hokazolarni talab etuvchi u yoki bu qiyinchiliklar) aniqlanadi.

Oldingi va keyingi mashg'ulotlar o'rtasidagi uzviy aloqa, umumiy maqsadga yo'nalganlik mukammal sistemani ta'minlaydi. Bu tobora murakkablashib boradigan vazifalarni bajarishdagi aniq izchillikni, programmani o'tishni va shu asnoda har bir yosh gruppasidagi bolalar ta'limining natijalari muvafaqqiyatli bo'lishini belgilaydi. Oldingi mashg'ulot analizi asosida avvalo mashg'ulot asosiy qismining vazifalari: bolalarni yangi mashqlarga o'rgatish; oldindan tanish mashqlarni takrorlash va takomillashtirish (konkret jismoniy mashqlar ko'rsatiladi) belgilab olinadi. Shundan so'ng mashg'ulotning kirish va yakunlovchi qismiga mo'ljallangan mashqlar aniqlanadi.

Tarbiyachi, ayniqsa etarli tajribaga ega bo'lmagan tarbiyachi programmada berilgan metodik tavsiyalardagi jismoniy mashqlarni planlashtirish sistemasidan foydalanish mumkin. Ushbu tavsiyalarga ijodiy yondoshgan holda o'z gruppasidagi konkret sharoitga muvofiq planga zarur o'zgartirishlar kiritish mumkin. Ayni paytda mazkur ko'rsatmalar unga bolalarni programmaga ko'ra

jismoniy mashqlarga sistemali o'rgatishda yordam beradi.

Tarbiyachi bolalarni uyushtirishning frontal, gruppaviy, individual kabi turli usullardan foydalanadi.

Frontal usullardan foydalanilganda bolalarga barcha uchun bir xil tarzda, birvaqtda bajariladigan mashqlar beriladi. Frontal usulni mashg'ulotning istalgan qismida, ayniqsa bolalarni yangi mashqlarga o'rgatishda yoki allaqachon tanish mashqlarni takomillashtirishda qo'llashi maqsadga muvofiqdir. Bu usul bolalarda harakat uyg'unligini tarbiyalashda, ularni barcha uchun barobar vazifalarni hal etishga birlashtirishda, tarbiyachining bolalar bilan bevosita aloqaga kirishishida, shuningdek mashg'ulotlarning motor zichligini oshirishda samaralidir.

Bolalar mashg'ulot detallarini o'rganish va aniqlash jarayonida navbati bilan harakat qiluvchi unga katta bo'lmagan gruppaga bo'linishi mumkin. Bunda tarbiyachi mashqning bir yoki ikki gruppaga tomonidan bajarilishini kuzatib boorish imkoniyatiga ega bo'ladi, qolgan bolalar esa o'z o'rtoqlari harakatlarini kuzatadilar va tarbiyachini tinglaydilar.

Bundan tashqari mashqlarni potok usulida bajarishdan ham foydalaniladi, bunda barcha bolalar aynan bir mashqni navbatma-navbat, birin ketin, to'xtovsiz – potok usulida bajaradilar. Mashqlarni keng ko'lamda takrorlash uchun ularni bajarish ikki va uch potokda tashkil etilishi mumkin. Turli mashqlarni har bir bola tomonidan davra

bo'ylab, stantsion tarzda izchil tartibda potok usulida bajarilishi foydali hisoblanadi (masalan, chambarak orasidan o'tish, skameykada qomatni tik tutib yurish, sakrab qo'ng'iroqchani chalish, chopish va yugurib kelib uzunlikka sakrash).

Jismoniy mashqlarni potok usulida bajarish usulini katta va tayyorlov gruppalariga nisbatan qo'llash maqsadga muvofiqdir. Bu usulning mashqlarni takomillashtirishdagi alohida ahamiyatga molikligi va ularni o'rganishda esa kam ahamiyatga ega ekanligini qayd etib o'tmoq lozim: potok harakatning to'xtovsizligi tarbiyachiga ba'zan bolalar harakatdagi noaniqliklarni bartaraf etishda imkon bermaydi; u har bir bolani kuzatib boradi va bu vaqtda mashqlarni bajarilishini qisqa tarzda baholashi yoki ogohlantirishi mumkin. Shu bilan birga harakat – potok usulini ko'nikmalarni takomillashtirishda qo'llash bolalarda tezkorlik, epcillik, kuch, chidamlilik va fazoda mo'ljal olish kabi jismoniy sifatlarni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Katta va tayyorlov gruppalarda gruppaviy usuldan foydalaniladi. U mashg'ulotda tarbiyachining bolalarni o'rgatish jarayoni va bolalarning avval orttirgan harakat ko'nikmalarini takomillashtirish bilan qo'shib olib borilgan hollarda qo'llaniladi. Bunda bolalarning bir gruppasi tarbiyachi rahbarligida biror- bir harakatga o'rgatiladi, ikkinchi gruppalar bolalari (yoki ikkita katta bo'lmagan gruppalar) esa bu vaqtda boshqa mashq turini mashq qiladilar (takroriy). O'zlariga avvaldan tanish, biroq turli mashqlarni (to'p o'yini, tirmashib chiqish, muvozanat saqlash va boshqalar), shuningdek ijodiy topshiriqlarni bajaradigan ikki yoki uch gruppalar bolalar bo'lishi mumkin.

Tarbiyachi bir gruppani bevosita o'rgata borib, barcha shug'ullanuvchilarni ham e'tibordan qochirmaydi, bolalarga harakatlari to'g'riligini, tartib, xatti- xarakatlarini o'zlari nazorat qilib borishlarini taklif etadi. Mashg'ulot shunday tashkil etilganda bolalarda mas'uliyat, o'zini tuta bilishi, topshiriqni barcha uchun umumiy ish kayfiyatini buzmaganda mustaqil bajarish malakasi, o'z ko'nikmalarini ongli ravishda takomillashtirish tarbiyalanadi va shuningdek, mashg'ulot davomida butun gruppaning xarakat aktivligi va yuqori motor zichligini saqlash imkoniyati yaratiladi.

Mashg'ulot jarayonida har bir bola o'ziga berilgan topshiriqni tarbiyachi nazorati ostida mustaqil bajarayotganida individual usuldan foydalanish mumkin. hamma uchun umumiy bo'lgan mashqlar detallarini aniqlashtirish maqsadida mashq tarbiyachi chaqirig'iga ko'ra individual tarzda bajariladi. Bunday usul tarbiyachining alohida e'tiborini, bolalarni yaxshi uyushtirishni, barchani aktiv kuzatishga jalb etish va topshiriqlar bajarilishining to'g'riligini analiz qilishni, mashqlarni tarbiyachi chaqirig'iga ko'ra qayta bajarishga tayyor turishni talab etadi.

Mashg'ulotda bolalarni uyushtirishning ko'rsatib o'tilgan usullarining har biridan foydalanish tarbiyachi qo'yan vazifalarga, mashg'ulot o'tkaziladigan sharoitga va

ularni ritsonal amalga oshirishga bog'liq. Bolalarni mashqlarga o'rgatishda fizikultura mashg'ulotlari samaradorligini oshirishga imkon beruvchi tashkil etishning turli aralash usullaridan foydalanish ayniqsa maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGA ADABIYOTLAR:

8. Buyuk va muqaddassan mustaqil Vatan. T.: "O'qituvchi", 2011.
9. Bolajon Davlat dasturi. T.: 2010
10. "Maktabgacha ta'lim muassasalarida harakatli o'yinlar va asosiy harakatlanish mashqlari" (3-qism) T.S.Usmonxo'jaev, X.A.Meyliev Toshkent
11. www.pedagog.uz
12. www.ziyonet.uz