

*Jizzakh State Pedagogical Institute*



**Journal of Preschool  
Education**

*The faculty of pre-school  
education*

## МАКТАБ YOSHDAГИ BOLALAR BILAN “DASTLABKI SPORT MASHG’ULOTLARI” DASTURI BO’YICHA ISHLASH.

O'qituvchi F. K. Xoliqov

**Аннотация:** "Dastur" ning motorli mazmuni ko'p qirrali jismoniy tayyorgarlikka, universal xarakterdagi vosita ko'nikmalarini shakllantirishga va harakatlarning yangi shakllarini tez va qat'iy o'zlashtirish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan asosiy gimnastika mashqlari edi. Dasturni amalga oshirish jarayonida tizimli sport mashqlari uchun motivatsiyani tashkil etuvchi psixologik-pedagogik ta'sir usullari keng qo'llanildi. Darslar samaradorligining motor komponenti eksperimental dastur bolalarning texnik va jismoniy tayyorgarligi darajasini baholovchi testlar, motivatsion - amaliy psixologiya usullari bilan aniqlandi.

**Kalit so'zlar:** tayyorgarlik, ma'ktabgacha yoshdagi bolalar, umumiy rivojlanish (asosiy) gimnastika, harakat harakatlariga o'rgatish, sport bilan shug'ullanish uchun motivatsiya.

**Аннотация:** Двигательным содержанием «Программы» было базовое гимнастическое упражнение, направленное на разностороннюю физическую подготовку, формирование универсальных двигательных навыков, развитие способности быстро и прочно овладеть новыми. При реализации программы широко использовались методы психолого-педагогического воздействия, формирующие мотивацию к систематическим занятиям спортом. Двигательная составляющая эффективности урока – экспериментальная программа тесты, оценивающие уровень технической и физической подготовленности детей, определялись методами мотивационно-прикладной психологии.

**Ключевые слова:** подготовка, дети дошкольного возраста, общеразвивающая (основная) гимнастика, обучение двигательным действиям, мотивация к занятиям спортом.

**Resume:** The motor content of the “Program” was a basic gymnastic exercise aimed at multifaceted physical training, the formation of universal motor skills, and the development of the ability to quickly and firmly master new forms of movement.

Psychological and pedagogical methods of motivation for systematic sports exercises were widely used in the implementation of the program. The motor component of lesson effectiveness is an experimental program tests assessing the level of technical and physical readiness of children were determined by the methods of motivational-applied psychology.

**Key words:** preparation, preschool children, general development (basic) gymnastics, movement training, motivation to play sports.

Bolalarni jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish ta'lim makonining eng muhim tarkibiy qismi sifatida qaraladi, bolalarni tarbiyalash sog'lom turmush tarziga, barkamol jismoniy rivojlanishga, shuningdek, milliy sport zaxirasini tarbiyalashga qaratilgan. Tadqiqotimizning maqsadi o'rta va katta maktabgacha yoshdagi bolalar bilan biz tomonidan ishlab chiqilgan boshlang'ich sport mashg'ulotlari dasturining samaradorligini eksperimental asoslash edi. Tadqiqotning ishchi gipotezasi boshlang'ich sport mashg'ulotlari dasturi bo'yicha mashg'ulotlarning asosiy vosita mazmuni jozibador va bolalar uchun ochiq bo'lgan umumiy rivojlanish ("asosiy") gimnastika mashqlarini aniq muvofiqlashtirish-harakat yo'nalishi, bolalarning jismoniy tayyorgarligi darajasini oshiradi, ularning sport mashqlarini o'rganish qobiliyatini oshiradi va tizimli harakat faoliyatiga doimiy qiziqishni shakllantiradi. Vosita tarkibi eksperimental dastur bolalar tomonidan 3 yil davomida o'zlashtirildi. 4-5 yoshli bolalar bilan sinfda 68 ta o'quv soati davom etadigan asosiy amaliy ko'nikmalarni dastlabki shakllantirish bosqichida o'qishning birinchi yilida bolalarning salomatligi va jismoniy holatini mustahkamlash, texnik asoslarni o'zlashtirish vazifalari 4-5 yoshli bolalar bilan sinfda 68 ta o'quv soati davom etadigan asosiy amaliy ko'nikmalarni dastlabki shakllantirish bosqichida o'qishning birinchi yilida bolalarning salomatligi va jismoniy holatini mustahkamlash, texnik asoslarni o'zlashtirish vazifalari. Mashg'ulotlarning motorli tarkibiga quyidagilar kiradi: har xil turdagi yurish, yugurish, oldinga siljish bilan sakrash, muntazam va

cheklangan tayanchda bajariladigan aralash urg'udagi harakatlar; bolalar uchun mavjud toqqa chiqish imkoniyatlari; uloqtirish, ushlab olish mashqlar; oddiy akrobatik mashqlar; harakatni muvofiqlashtiruvchi umumiy jismoniy tarbiya mashqlari komplekslari. Mashg'ulotlar jarayonida turli xil pedagogik usullar keng qo'llanilib, bolalarni odat tusiga kiradi tizimli mashqlar.

5-6 yoshli bolalar uchun ta'limning ikkinchi yili asosiy sport va amaliy ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan bo'lib, 87 soat davom etdi. Darslarning motorli mazmuni quyidagicha edi: yanada murakkab variantlar ilgari o'zlashtirilgan amaliy mashqlar; osilishdagi eng oddiy mashqlar va gimnastika jihozlariga urg'u berish; tizimli ravishda murakkabroq akrobatik mashqlar va ularning birikmalari; umumiy jismoniy va harakatni muvofiqlashtirish mashqlari komplekslari. Pedagogik ta'sirlar tarbiyaviy xususiyatga ega bo'lgan mashg'ulotlar bolalarda sport faoliyatining ajralmas ixtiyoriy kompleksni shakllantirishga, shuningdek, ularga ziddiyatli ijtimoiy xulq-atvor normalari va qoidalarini o'rgatishga qaratilgan 6-7 yoshdagi bolalar bilan 153 soat davom etgan uchinchi kurs mashg'ulotlari universal sport ko'nikmalarini rivojlantirish va bolalarning harakatlarni, sport o'yinlarini, tsiklik harakatni kompleks muvofiqlashtirish bilan sportda boshlang'ich tayyorgarlikka moslashish qobiliyatini oshirishga qaratilgan. Ushbu bosqichda keng ko'lamli yangi vazifalar hal qilindi: umumiy jismoniy va funktsional tayyorgarlik darajasini yanada oshirish, ilgari o'rganilgan amaliy mashqlarni takomillashtirish va yangi, murakkabroq sport mashqlarini o'zlashtirish: akrobatika; osilgan va gimnastika jihozlariga urg'u berishda; qo'llab-quvvatlovchi va tayanchsiz sakrashlar; gimnastika guruhlarini progressiv murakkablik, fiziologik mos ravishda tanlangan vazifalar harakatni muvofiqlashtirish qobiliyatlarini rivojlantirish mexanizmlari. Sport musobaqalarida qatnashish va ularga tayyorgarlik bolalarda mustahkam iroda kompleksini, maqsadga intilish, kelgusida sport bilan shug'ullanish uchun motivatsiyani shakllantirish imkonini berdi. Kuch qobiliyatlarining alohida

namoyon bo'lishi joydan uzunlikka sakrash yordamida o'lchandi; egilgan qo'llar ustida osilgan holda ushlab turish; 30 soniya davomida tananing "o'tirish" holatidan takroriy fleksiya-uzatilishi; moki 2 dan 10 metrgacha masofada ishlaydi. Umumiy moslashuvchanlik o'tirgan holda oldinga egilish bilan o'lchandi. Adabiy manbalarni tahlil qilish, pedagogik kuzatishlar, maқтаbгача tarbiyachilar va boshlang'ich tayyorgarlik guruhlari murabbiylari bilan suhbatlar maқтаbгача yoshdagi bolalarni uyushgan jismoniy faollik bilan shug'ullanishga undaydigan omillarni aniqlash, shuningdek, pedagogik ta'sir ko'rsatish usullarini aniqlash va tizimlashtirish imkonini berdi. Birinchi guruh - mashg'ulotlarning ijobiy hissiy fonini yaratadigan texnikalar, vosita vazifalarini bajarishda va motorli harakatlarni o'rgatishda o'yin va raqobat usulidan foydalanish texnikasi, bolalarning sinfdagi faolligini rag'batlantiradigan og'zaki ta'sir qilish usullari. Ikkinchi guruh - o'z-o'zini tarbiyalash, mehnatsevarlik va maqsadga muvofiqlik namoyon bo'lishi bilan bog'liq ijobiy xatti-harakatlar namunalariga e'tibor qaratadigan pedagogik ta'sir usullari.

1. Смирнова Е. Игры, направленные на формирование доброжелательного отношения к сверстникам [Текст] / Е.О. Смирнова, В. Холмогорова // Дошкольное воспитание, 2003, № 8, с. 73-77.

2. Смирнова Е. Дошкольный возраст: формирование доброжелательных отношений [Текст] / Е.О. Смирнова, В. Холмогорова // Дошкольное воспитание, 2003, № 9, с. 68-76.

3. Агапова И.А. Подвижные игры для дошкольников / И.А. Агапова, М.А. Давыдова. - М.: АРКТИ, 2008. - 124 с.

Xoliqov, F. (2021). MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH.: MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH. Maқтаbгача ta'lim jurnali, 1 (1).

Xoliqov, F. (2021). 6 YOSHDAN 7 YOSHGACHA BO'LGAN BOLALAR UCHUN MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH.: 6 YOSHDAN 7 YOSHGACHA BO'LGAN BOLALAR UCHUN MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH. *Maқтаbгача ta'lim jurnali*.

Xoliqov, F. (2021). Ertalab to'g'ri mashq qiling. Ertalabki mashg'ulot. Beshta foydali mashq.: Ertalab to'g'ri mashq qiling. Ertalabki mashg'ulot. Beshta foydali mashq. *Журнал дошкольного образования*, 2(2).

Мақтабгача та'лим журналі: <https://presedu.jspi.uz/index.php/presedu/index>

Xoliqov, F. (2021). 2021 4 YOSHDAN 7 YOSHGACHA BO 'LGAN BOLALARNI JISMONIY TARBIYALASH METODIKASI. *Мақтабгача таълим журналі*, 4(Preschool education journal).

Xoliqov, F. (2021). BOLALARNING JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARIDA DO'STONA MUNOSABATLARNI SHAKLLANTIRISH. *Мақтабгача таълим журналі*, 4(Preschool education journal).

[Формирование Дружеских Взаимоотношений На Физкультурных Занятиях Детей 6-7 Лет](#)

ФК Холиков - CENTRAL ASIAN JOURNAL OF LITERATURE ..., 2021

[Цитируется: 1 Похожие статьи](#)