

JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARIDA HARAKATLI O'YINLARNI TASHKIL QILISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI



Isakov Ruslan Shavkatovich

Andijon davlat chet tillar instituti dotsenti.

rrrrrr.iiiiii.1979@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada muallif tomonidan jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida harakatli o'yinlarni tashkil qilishning pedagogik asoslari o'rganilgan.

Kalit so'zlar: harakatli o'yinlar, sport mashg'ulotlari, texnika, taktika, jismoniy tarbiya, ko'nikmalar, pahlavonlik, mardlik, adolatparvarlik, insonparvarlik.

KIRISH

Bugungi kunda, jismoniy tarbiya va sport dunyo hamjamiyatining eng ustivor yo'nalishlaridan biriga aylanmoqda. Sport turlaridan gimnastika esa asosiy vosita bo'lib xizmat qilmoqda, gimnastika nazaryasi va amalyoti bolalarni, o'quvchilarni xamda sportchilarni saralash, o'quv mashg'ulotlarini rivojlantirish, psixologik jismoniy texnika -traftika va funksiyonal tayyorgarlikda qullaniladigan vosita va usullarini amalyotga tadbiiq etish yuzasidan ko'plab ilmiy tadqiqot ishlari o'tkazilgan. Yurtboshimiz iborasi bilan aytganda "Ne-ne bahodirlarni yelkasini yerga tekkizgan afsonaviy Alpomish, zabardast Farxod haqidagi rivoyatu dostonlar afsona emas, xalq ruhining, xalq mardligining timsolidir". Albatta, bunday alpomat pahlavonlar birdaniga o'z-o'zidan baquvvat, jasur bo'lib qolmaganlar, o'z ota-onalari, yaqinlari va ustozlari rahbarligida tinmay mashq qilganlar, kurash, jang qilish, otda chopish, qurol ishlatish sir-asrorlarini o'rganganlar. Jahonga mashhur avlodlarimiz buyuk davlat arboblari, sarkarda Amir Temur, Bobur Mirzo, Mirzo Ulug'bek, Jaloliddin Manguberdi nafaqat o'zlari pahlavonlik, mardlik, adolatparvarlik, insonparvarlik, ilm-fan bobida o'rnak bo'lganlar, balki o'z askarlari, bo'lajak el-yurt himoyachilari tarbiyasiga alohida e'tibor qaratganlar. Bashariyat sivilizatsiyasi va uning porloq kelajagiga beqiyos hissa qo'shgan buyuk ajdodlarimiz Al-Xorazmiy, Al-Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Al-Farobiy, A.Navoiy, Furqat kabi ko'pdan-ko'p olimu-allomalarimiz hamda dunyo ilmida dong taratgan olamga mashxur Al-Buxoriy, B.Naqshband, A.Yassaviy kabi ulamolarimiz ham yoshlarga ma'naviy va jismoniy tarbiya bo'yicha saboq berganlar¹. Yaqin o'tmishimiz mutafakkir-ma'rifatchilar bo'lgan A.Qodiriy,

A.Avloniy, Fitrat, Cho‘lpon, Behbudiy, U.Nosir va boshqa ko‘pgina allomalarimiz risolayu-o‘g‘itlari yoshlar hayoti va tarbiyasi bilan chambarchas bog‘liqdir. Ammo, sobiq “ittifoq” davrida ulug‘ ajdodlarimizning bebaho madaniy-ma’naviy meroslari, ilmu-fanga oid mangu dolzarb asarlari hamyurtlarmiz, yoshlarimiz ongiga o‘zgacha talqin bilan taqdim etildi, ularning ma’naviy-madaniy, hatto jismoniy shakllanishi “katta og‘alar” chizig‘i bilan belgilandi. O‘zbekiston taraqqiyotida jismoniy tarbiya, jismoniy madaniyat va sport sohalarining rivojlanishi ayniqsa, diqqatga sazovordir. Bu sohaning nazariy va amaliy asoslarini rivojlantirishga Prezidentimiz Sh. Mirziyoyev katta e‘tibor berayotganligi, erishilayotgan yutuqlarimizning poydevori bo‘lib xizmat qilmoqda. Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, millat genofondini yanada sog‘lomlashtirish, barkamol avlodni tarbiyalash borasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish ahamiyati davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri deb belgilangan. Qisqa muddatda bu sohada olib borilgan keng ko‘lamli amaliy harakatlar o‘z samarasini bera boshladi. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari jismoniy savodxonlikni oshirish va harakatga bo‘lgan muhabbatni tarbiyalashda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Biroq, an’anaviy usullar ba’zida, ayniqsa, yosh talabalar uchun jalb qilinmasligi mumkin. Raqobat, strategiya va jismoniy faollik elementlari bilan ajralib turadigan harakatli o‘yinlar majburiy alternativani taklif etadi. Ushbu maqola jismoniy tarbiya darslarida va darsdan keyingi sport mashg‘ulotlarida harakatli o‘yinlarning pedagogik ahamiyatini o‘rganadi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, harakatli o‘yinlar bolalarda vosita mahoratini rivojlantirishga ijobiy ta’sir qiladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, ta’qib qilish, qochish va otish bilan bog‘liq o‘yinlar fundamental vosita mahoratini sezilarli darajada yaxshilaydi . Bundan tashqari, harakatli o‘yinlar o‘yinchilardan strategiya, muammolarni hal qilish va o‘zgaruvchan vaziyatlarga moslashishni talab qilish orqali kognitiv funktsiyani kuchaytirishi mumkin .

Bundan tashqari, harakatli o‘yinlar yanada yoqimli o‘quv muhitini targ‘ib qiladi. O‘yin elementi ichki motivatsiya va faollikni kuchaytiradi, bu esa ishtirok etishning kuchayishiga va jismoniy faoliyatga ijobiy munosabatda bo‘lishga olib keladi . Bu, ayniqsa, pe darslarida qimmatlidir, bu erda yoshligida harakatga bo‘lgan ishtiyoqni yoqish uzoq muddatli foyda keltirishi mumkin.

Harakatli o‘yinlar, vosita mahoratini rivojlantirish, jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlariga jalb qilish bo‘yicha mavjud adabiyotlarni har tomonlama ko‘rib chiqish amalga oshiriladi. Turli yosh guruhlari va jangovar o‘yinlar dizayniga bag‘ishlangan tadqiqotlar har tomonlama istiqbolga ega bo‘lish uchun tahlil qilinishi mumkin. Bundan tashqari, jismoniy tarbiya o‘qituvchilari va sport murabbiylari bilan suhbatlar ularning dasturlariga harakatli o‘yinlarni kiritish tajribalari haqida qimmatli ma’lumot berishi mumkin.

Harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya darslarida ham, darsdan keyingi sport mashg'ulotlarida ham kuchli o'rin tutadi. Ularning murojaatlari o'rganish va rivojlanishga yordam beradigan asosiy pedagogik tamoyillarga kirish usulida yotadi.

Harakatli o'yinlar nima uchun samarali ekanligi haqida ma'lumot:

Jismoniy tarbiya darslarida:

Motorli mahoratini rivojlantirish: harakatli o'yinlar yugurish, sakrash, otish, ushlab va qochish kabi maxsus vosita mahoratiga mo'ljallangan bo'lishi mumkin. Ular o'yin qoidalariga yoki faoliyat doirasidagi qiyinchiliklar orqali kiritilishi mumkin.

Ijtimoiy va hissiy ta'lim: jamoalarda birgalikda ishlash, qoidalarga rioya qilish va g'alaba va yo'qotishlar bilan shug'ullanish-bu harakatli o'yinlarni rivojlantiradigan ijtimoiy va hissiy ta'limning (SEL) barcha jihatlari. Hamkorlikdagi o'yinlar muloqot, hamkorlik va sport mahoratini rag'batlantiradi.

Motivatsiya va jalb qilish: harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya darslariga qiziqarli va raqobat qatlamini qo'shib, talabalarning motivatsiyasi va faolligini oshiradi. Bu o'rganishni yanada yoqimli qiladi va jismoniy faoliyat bilan ijobiy aloqada bo'lishga yordam beradi.

Farqlash: harakatli o'yinlar turli qobiliyat darajalarini qondirish uchun osongina moslashtirilishi mumkin. Qiyinchilik darajalari sozlanishi yoki o'yin ichidagi roller individual kuchli tomonlarga qarab belgilanishi mumkin.

Sinfdan keyingi sport mashg'ulotlarida:

Mahoratni takomillashtirish: harakatli o'yinlar muayyan sport mahoratini mashq qilishning qiziqarli va dinamik usulini taqdim etishi mumkin. Mashqlar va mashqlarni gamifikatsiya qilish mumkin, bu esa takroriy amaliyotni yanada qiziqarli qiladi. Strategik fikrlash va qaror qabul qilish: harakatli o'yinlar o'yin vaziyatlarini simulyatsiya qilish uchun ishlab chiqilishi mumkin, bu esa o'yinchilardan strategic fikrlashni, tezkor qaror qabul qilishni va o'zgaruvchan sharoitlarga moslashishni talab qiladi.

Jamoaviy ish va aloqa: jismoniy tarbiya darslariga o'xshab, sport mashg'ulotlaridagi harakatli o'yinlar jamoaviy ish va muloqotni ta'kidlashi mumkin. Bu muvaffaqiyatli o'yin strategiyasini ishlab chiqish uchun juda muhimdir. Ishonchni mustahkamlash: harakatli o'yinlarning tezkor va raqobatbardoshligi sportchilarga o'z qobiliyatlari va qaror qabul qilish qobiliyatlariga ishonchni oshirishga yordam beradi. Qo'shimcha mulohazalar:

Yosh va mahorat darajasi: harakatli o'yinlarni tanlash ishtirokchilarning yoshi va mahorat darajasiga mos bo'lishi kerak. O'quv maqsadlari: o'yin jismoniy tarbiya yoki sport mashg'ulotlarida bo'lsin, aniq o'quv maqsadlarini hal qilish uchun ishlab chiqilishi kerak.

Xavfsizlik: barcha ishtirokchilarning xavfsizligini ta'minlash uchun aniq qoidalar va chegaralar o'rnatilishi kerak.

Harakatli o'yinlarni o'ychanlik bilan birlashtirib, o'qituvchilar va murabbiylar jismoniy faollik va mahoratni rivojlantirish uchun yanada qiziqarli va samarali o'quv muhitini yaratishi mumkin.

Muhokama bo'limi natijalarni sharhlaydi, ularning jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari amaliyotiga ta'sirini tahlil qiladi. Harakatli o'yinlarni o'quv dasturlari va sport mashg'ulotlariga qo'shish bo'yicha tavsiyalar.

Harakatli o'yinlarni turli yosh guruhlari va mahorat darajalariga moslashtirish strategiyalari. Harakat o'yinlari salohiyati cheklashlar va ular yumshatish mumkin qanday.

XULOSA

Maqola vosita mahoratini rivojlantirish, kognitiv funktsiya va jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida ishtirok etishda harakatli o'yinlarning pedagogik ahamiyatini umumlashtirish bilan yakunlanadi. Talabalar uchun ijobiy va boyituvchi tajribani ta'minlash uchun o'yinga asoslangan o'quv strategiyalarini kiritish muhimligi ta'kidlanadi.

Kelajakdagi tadqiqot yo'llari o'rganishi mumkin:

Harakatli o'yinlarning jismoniy faollik odatlariga va umumiy salomatlikka uzoq muddatli ta'siri. Muayyan sport mahoratiga erishish uchun maxsus ishlab chiqilgan harakatli o'yinlarning samaradorligi. jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida ishlatiladigan harakatli o'yinlarga texnologiya va raqamli elementlarni kiritishning ta'siri. Ushbu maqola jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida harakatli o'yinlarning afzalliklarini o'rganish uchun asos yaratadi. Pedagogik asoslarni tushunish va ushbu strategiyalarni o'z ichiga olgan holda, o'qituvchilar va murabbiylar barcha ishtirokchilar uchun yanada qiziqarli va samarali o'quv muhitini yaratishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Piraxunova F.N., Nazirov A.X. O'qitishning yangi pedagogik texnologiyalari. Uslubiy qo'llanma. –T.: "IQTISOD-MOLIYA". 2008, 3-48 bet.
2. O'zbekiston Respublikasida Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi. "O'zbekiston", Toshkent, 1997 yil.
3. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2000 yil 16 oktyabrdagi "Oliy va o'rta maxsus ta'lim davlat standartlarini tasdiqlash to'g'risida"gi qarori.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020- yil 30-oktabrdagi "Sog'lom turmush tarzini keng targ'ib etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risida" gi PF-6099 – sonli farmoni.
5. O'zbekistonda jismoniy, tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risida, Vazirlar maxkamasining 2001 yil 27 maydagi 271-sonli-qarori.