

MEKTEPKE SHEKEMGI JASTAGI BALALARDA DENE TARBIYA SHINIGIWLARI

Oralbaeva Iroda Teñelbay qızı

Abatbaeva Barno Jolmurza qızı

Ózbekstan mámleketlik dene tárbiya hám sport universiteti Nókis filiali

2-Kurs studentleri

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11688520>

Annotatsiya. Maqalada balalar dene tárbiyasınıń tariyxıy rawajlanıwınıń Maqset hám mánisi, balalarda ruwxıy-etikalıq sapalardı qálıplestiriwde fizikalıq tárbiyanıń áhmiyeti, mektepke shekemgi tálim mákemelerinde balalar dene tárbiyası, mektepke shekemgi tálim sistemasında salamat turmıs tárizin qálıplestiriwdiń ayırıqsha qásiyetleri anıqlanǵan.

Tayanış sózler: dene tárbiyası, shınıǵıw, mektepge shekem tálim, balalar, sport, fizikalıq sapalar.

PHYSICAL EDUCATION EXERCISES IN PRESCHOOL CHILDREN

Abstract. The historical development of children's physical education in the article purpose and essence, physical in the formation of spiritual and moral qualities in children the importance of education, physical education of children in preschool educational institutions, it is characteristic of the formation of a healthy lifestyle in the preschool education system characteristics are determined.

Key words: physical education, training, preschool education, children, sports, physical qualities.

ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье рассматривается историческое развитие физического воспитания детей, определяются цель и сущность, значение физического воспитания в формировании духовно-нравственных качеств у детей, физическое воспитание детей в дошкольных образовательных учреждениях, его характеристика для формирования здорового образа жизни в системе дошкольного образования.

Ключевые слова: физическое воспитание, обучение, дошкольное образование, дети, спорт, физические качества.

Kirisiw

Fizikalıq barksamallıq salamatlıq girewi bolıp, ol shaxstı hár tárepleme rawajlandırıw hám jaslardı tárbiyalawǵa járdem beredi. Tárbiya procesiniń bas wazıypası-tárbiyalıq iskerliginiń turaqlılıǵın kúsheytiw, tárbiyanıń joqarı nátiyjelerien kepillik beriw. Bul bolsa studenttiń

individual qásiyetlerin esapqa alıwshı pedagog ózligine tiykarlanadı. Salamatlıq insannıń ómirinde, ásirese, jaslıǵında zárúrli rol oynaydı. Salamatlıq dárejesi insannıń kásiplik jetikligi hám dóretiwshiligi ósiwine sebep boladı. Fizikalıq jetiklikke umtılıw degende insandı túrli turmıslıq sharayatlarǵa optimal kelisiwin támiyinleytuǵın hám aktiv dóretiwshilik turmıs, oqıw hám keleshektegi miynet iskerligi, turmıs daǵı ornınıń deregi esaplanıwshı fizikalıq jaǵdayı, fizikalıq hám funktsional tayınlıǵı, gewde dúzilisi hám fizikalıq rawajlanıwın jaqsılaytuǵın pedagogikalıq process túsiniledi.

Dene tárbiyasınıń ayrıqsha ózgesheligi, wazıypası kúsh, tezlik, shıdamlılıq, shaqqanlıq sıyaqlı sapalardı tárbiyalaw bolıp tabıladı. Bul wazıypa hár tárepleme kámil shaxstı tárbiyalaw menen bekkem baylanıslı bolıp tabıladı. Mektepke shekemgi jasdaǵı balalardı fizikalıq hám ruhan salamatlastırıw, balanıń háreket salasın rawajlandırıw, shaqqan, kúshli, batır bolıw sıyaqlı turmıslıq mútajlikler tiykarında hárekette bolǵan qızıǵıwshılıǵın kúsheytiwdiń nátiyjeli quralların ızlep tabıw aktual másele esaplanadı. Balalıq dáwirinen baslanǵan dene tárbiyası shınıǵıwları oǵada paydalı bolıp tabıladı. Dene shınıqtırıw, ashıq taza hawada seyil etiw, sport oynıları sıyaqlı shınıqtırıwshı shınıǵıwlar menen shuǵıllanıw – uzaq jas hám salamatlıqtı támiyinleytuǵın faktorlardan bolıp tabıladı. 4, 5-5 jaslarǵa kelip balalardıń háreketleri talay muwapıqlasıp aladı, olar sekiriw, tosıqlar ústinnen sekirip ótiw, toptı ilisw kónlikpelerin o'zlestiredi. 6 jashlarda juwırıw ritmi turaqlılasadı, qaptal tárepke terbelisler azayadı, olar biyiklikke, uzınlıqqa, tosıqlar ustinnen sekiredi, toptı nıshanǵa urıwdı ózlestirediler, kóz benen móljel alıw kusheyedi. Úlken mektep jasındaǵı balalardıń kishilerge qaraǵanda gewdesi quwatlı, bulshıq etleri proporcional rawajlanǵan, júriw hám juwırıwda tiykarǵı háreketleri az-azdan avtomatikalıq dárejesine aparadı, háreketler muwapıqlıǵı kúsheyedi, qol miynetine qábilet sezilerli dárejede artadı. Turǵınlıq artqanı ushın ápiwayı teń salmaqlılıq shınıǵıwların, shaqqanlıq penen juwırıwdı ámelge asırıw ańsatlasadı.

Balalar shıdamlılıw bola aladı, biraq olar dáslepki jaǵdayların tez-tez ózgartirip, reńli háreketlerdi orınlawları kerek. Bul jasda olardıń iskerligi áste mazmun menen bayıp sanalılav bolıp baradı. Dene tárbiyası hám sport salasınıń kóplegen ilimpazları pikrine qaraǵanda, ósip kiyatırǵan balanı dene tárbiyasına tartıwdan maqset shaxstıń fizikalıq hám ruwxıy mádeniyatı tiykarların qalıplestiriw, salamatlıq rezervlerin salamat turmıs formasında aktiv ham uzaq múddet dawamında ámelge asırılıp atırǵan qádiriyatlar sisteması retinde kóteriwden ibarat esaplanadı.

Mektepke shekemgi jastagi balanıń ósip barıp atırǵan organizmi tolıq uyqı hám üzliksiz awqatlanıwǵa mútajlik sezedi, sebebi qandayda bir iskerlikke sarplanǵan kúsh quwattın ornın toltırıw menen birge ósiw hám rawajlandırıw processleri menen baylanıslı qosıwǵa kúsh-quwat zárúr boladı.

Bala bas mıyı qabıǵınıń nerv toqımaları uzaq waqıt iskerlik jaǵdayında bola almaydı. Kishshi jastaǵı balalarda nerv processlerin kúsheytiw tek tikkeley háreket qılıp atırǵan toqımaların tez sharshawına emes, sonin menen birge mıy qabıǵınıń sharshawına da alıp keledi.

Bala bas mıyı nerv toqımaların iskerlik háreketi úlkenlersikine qaraǵanda talay pas bolıp tabıladı. Bala bas mıyı qabıǵı aktiv qalıpleseı. Úlken muǵdardaǵı shártli reflektor baylanısları payda boladı, bul bolsa qosımsha nerv sarpın talap etedi.

Balalar bunday oyınshıqlar menen qızıqıp shuullanadılar. Qandayda bir ǵárezsiz oyınlarda balalar tezlik penen aktivlik hám baslamashılıqtı kóre almaydı, olardıń háreketleri bir túrli hám sheklengen. Lekin úlkenlerdiń tapsırısını orınlaw menen baylanisli oyınlarda balaların háreketleri anıq maqsetke baǵdarlangan boladı, olar háreketlerdi bir neshe márte tákirarlap, háreket kónlikpelerin bekkemleydiler, shaqqanlıq, epshillikti rawajlantıradılar.

Balalar hátte ózleri oyın menen bánt bolǵan waqıtlarında da olarǵa basshılıq etip turıw júdá zárúrli. Olardan ayırımlarınıń oyın quramalılastırıw, basqalarına baslaǵan jumısın aqırına jetkeriwini úyretiw, úshinshisi eger tinish oynap atırǵan bolsa, soylesip turıw maqsetke muwapıq.

Kóbinese ǵárezsiz oyınlarda balalar naduris hám hátte qáwipli háreketlerdi de atqaradılar, stul yamasa qada ústinen pútkil ayaq tabanına súyengen halda derlik tóri ayaq menen sekrep túsediler, jerden pútkil ayaq tabanı menen iyterilip júgirediler. Bunday jaǵdaylarda hár túrli jollardan paydalanıladı. Misali: úlken adam ózi oyınǵa kirisiwedi, balalarǵa olar yadına turire alatuǵın qandayda bir tanıs hám jaqın obrazdı yadǵa saladı (pıshıq qanday jumsaq sekrewin, quslar qanday shawqımsız ushıwların) balalarǵa uyretiliwi kerek bolǵan dáslepki oyınlar arnawlı bir syujet hám qaǵıydalarǵa iye bolmaydı. Bala ápiwayı, qızıqlı tapsırmalardı atqaradı , kelip oyınshıqtı qolına aladı, úlkenler aldına júgirip barıp, olar qolında ne jasirilganini kóredi. («Bayraqshanı ol», «Meniń janıma júgir», «Bayraqshanı tap»).

Oyınlardı úyretiwde arnawlı bir izbe-izlikke ámel qılıw kerek. Misali, «meni tutıp al» oyını «seni tutıp alaman» oyınına qaraǵanda ápiwayılaw. Birinshi jagdayda bala ózinden úlken kisini tutıp alıwı kerek, ekinshi oyında tutılıw qáwipi júzege keledi, sol sebepli bala kóbirek fizikalıq kúsh jumsawına tuwri keledi. Oyınlar barǵan sayın mazmunan bayraq hám túrme-túr bolıp barıwı, hámde quramalılaw tapsırmalardı óz ishine alıwı zárúr. Eger bala dáslep oyınshıqtı alıw ushın ózi qálegen waqıtta júgirgen bolsa, oyın jaqsı ózlestirilip alınǵanınan keyin juwırıw pátin úlkenler belgilewi kerek áyne waqıtta syujetli – rólli oyınlarda balanıń oyın hám, ásirese, real (haqıyqıy) óz -ara qatnasları tájiriyesi oylawdıń bólek ózgesheligi tiykarın qurap, sol sebepli basqa adamlardıń kózqarası uyreniledi, olardıń keyingi is hareketlerin aldınan kóre biliw hám soǵan qaray óz is – háreketlerin qalıplestiriw múmkinshiligi payda boladı.

Juwmaq

Rólly oyın oyda sawlelendiriwdiń rawajlanıwda belgileytuǵın áhmiyetke iye. Oyın iskerliginde bala birdey predmetlerdi basqaları menen almastırıwdı, ózine hár túrli róldi alıwdı úyrenedi. Bulardıń barlıǵı oyda sawlelendiriwdiń rawajlanıwına járdem beredi. Úlken mektepge shekem jastagi balalardıń oyınlarında orınbasar predmetleride, kóplegen basqa oyın háreketleride shárt emes. Balalar predmetler hám olar menen baylanisli xızmetlerdi teńlestirip, óz qıyallarında jańa jaǵdaylardı júzege keltire baslaydı. Bala shaxsınıń rawajlanıwına iyinnin kórsetetuǵın tásirini sonnan ibarat, ol arqalı bala úlkenlerdiń júriw – turıwı, óz-ara qatnası menen tanısadı, bular onıń óz is-háreketleri ushın úlgi bolıp xızmet etedi, bala oyında baylanis aparıwdıń tiykarǵı kónlikpelerin, qatarlasları menen qatnas ornatiw ushın zárúr sapalardı ózlestiredi. Balanı pútkilley qamtıp alǵan oyın onı moynındaǵı rólge muwapıq qaǵıydalarǵa baǵınıwǵa májbúrleydi, sezim-tuyularning rawajlanıwı hám de is-háreketlerdi shıdamlılıq arqalı basqarıw qábitiniń rawajlanıwına kómek beredi. Oyın iskerligi quramında oqıw iskerligi de qalıplese baslaydı hám keyinirek ol etakchi orındı iyeleydi. Oqıw elementlerin úlken adam kiritedi, olar oyın mánisinen tikkeley kelip shıqpaydı. Mektepge shekem jastagi bala oynap turıp oqıydı – ol oqıwǵa tap arnawlı bir qaǵıydaları ámeldegi bolǵan ayırıqsha rólly oyınǵa qaraǵanday qaraydı. Biraq usı qaǵıydalarǵa ámel qılıw tiykarında bala ózi sezbegegen halda eń ápiwayı oqıw xızmetlerin ózlestiredi. Mektepge shekem jastagi balada oqıwǵa qızıǵıwshılıq payda bolıp, dáslepki bilimler qalıplese baslaydı.

REFERENCES

1. Sadikovich S. S. Physical Culture and Sports as the Basis for a Healthy Lifestyle for Young People. – 2022.
2. Samadov S. Oqıwshı jaslardı sportqa bágdarlawda fizikalıq shınıǵıwlardıń tásirini belgileytuǵın faktorlar : 10. 53885/w4652-5783-4488 qS. Samadov oqıtıwshı Buxara mámleket universiteti //Nauchno-prakticheskaya konferenciya.- 2022.- S. 756 -759.
3. Usmonov Sh., Samadov S. S., Pármanov A. Ch. Studentlerdiń dene tárbiyası hám sportqa bolǵan qızıǵıwshılıqları // Pán hám tálim máseleleri.- 2021.-T. 4. – C. 129.
4. Lolaxon B., Ayjamal B. PEDAGOGIK INSTITUTLARDA BILIM BERISH MAZNUNI VA BILIM OLISH MALAKASINI SHAKILLANTIRISH //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 20. – №. 4. – С. 142-143.
5. Lolaxon B., Ayjamal B. PEDAGOGIK INSTETUTLARDA BILIM BERISH MAZNUNI VA BILIM OLISH MALAKASINI SHAKILLANTIRISH. – 2023.

6. Матжанов А. Ж. Транспортные проблемы Каракалпакстана в 1920-1930 годы //Бюллетень науки и практики. – 2021. – Т. 7. – №. 6. – С. 509-517.
7. Aman M. Traditional Transport among the Peoples of the Aral Region (1800-1873) //Res Militaris. – 2023. – Т. 13. – №. 1. – С. 2985-2988.
8. Matjanov A. SCIENTIFIC RESEARCH OF THE LIFESTYLE OF THE PEOPLE EVACUATED IN KARAKALPAKSTAN //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 771-775.