

**KATTA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING JISMONIY
TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISH****Berdiyeva Dilnoza Abdiyusupovna**

Oriental Universiteti magistranti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20723104>

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tashkilotlarining katta guruh tarbiyalanuvchilari (5-7 yosh) jismoniy tayyorgarligini oshirish masalalari tahlil qilingan.

Tadqiqot davomida bolalarning yosh xususiyatlariga mos harakatli o'yinlar va jismoniy mashqlarning samaradorligi ilmiy asoslab berilgan.

Shuningdek, jismoniy sifatlarni rivojlantirishning metodik tamoyillari bayon etilgan.

Kalit so'zlar: Maktabgacha ta'lim, jismoniy tayyorgarlik, harakat faolligi, sog'lom turmush tarzi, antropometrik ko'rsatkichlar, jismoniy sifatlarni, psixomotor rivojlanish.

Maktabgacha ta'lim tizimining asosiy maqsadi — har tomonlama rivojlangan, sog'lom va barkamol shaxsni shakllantirishdir. Katta maktabgacha yosh (5-7 yosh) inson hayotidagi eng muhim "sensitiv" (sezuvchan) davr hisoblanadi. Bu davrda markaziy nerv tizimi va tayanch-harakat aparati jadal rivojlanadi. O'zbekiston Respublikasida maktabgacha ta'limga berilayotgan e'tibor doirasida bolalarning jismoniy tayyorgarligi ularning kelgusida maktab ta'limiga adaptatsiyasi (moslashuvi) uchun asosiy ko'rsatkich sifatida qaralmoqda.

Bolalar jismoniy tarbiyasini rivojlantirishning zamonaviy shart-sharoitlari jismoniy tarbiya fani mazmunini haddan ortiq bir xillashtirish hamda standartlashtirishga barham berilishini nazarda tutadi. Ayni vaqtda hududiy ijtimoiy – madaniy an'analarni hisobga oluvchi muqobil dasturlarning kuchi miqdorda yaratilishi, moddiy – texnik, moliyaviy hamda kadrlar bilan ta'minlash maktabgacha muassasalardagi o'quv–tarbiyaviy jarayonning tashkil etilishini takomillashtirishni talab qiladi.

Bolalarni takomillashtirish va uzluksiz jismoniy ta'lim jarayonini insoniylashtirish; bolalarning salomatligini mustahkamlash hamda jismonan rivojlantirish uchun hamkorlik va mas'uliyatni kengaytiruvchi munosabatlarni demokratlashtirish; bolalarning imkoniyatlari hamda qobiliyatlarining iloji bor qadar to'la namoyon etilishida ifodalanadigan tabaqalashtirish va individuallashtirish uchun optimal sharoitlarni yaratish zaruriyati Toshkent shahrida bolalar jismoniy tarbiyasi va sportni rivojlantirish konsepsiyasida o'z aksini topgan.

Konsepsiyaning ilmiy – usuliy ta'minoti doirasida turli yosh guruhlariga mansub bolalarning jismoniy faolligi, salomatligi hamda jismoniy tayyorgarligiga oid ma'lumotlar bazasi majmuasini joriy etish ehtiyoji mavjudligi haqida aytib o'tiladi.

Tadqiqot maqsadi: Katta maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tayyorgarligini aniqlash usuliyatini takomillashtirishdan iborat.

Tadqiqot vazifalari: 1. Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tayyorgarligini aniqlashga oid muammolarni yuzaga chiqarish hamda bolalar jismoniy tarbiyasining mazkur bo'limi oldiga qo'yiladigan zamonaviy talablarni aks ettiruvchi yangicha yondashshuvlarni ishlab chiqish.

2. Katta maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tayyorgarligini aniqlashning jismoniy sifat rivojini hamda harakat ko'nikmalari shakllanganligini majmualar tarzda baholashni ko'zda tutuvchi usuliyatini ishlab chiqish.

Mamlakatimiz tadqiqotchilarining eng so'nggi ma'lumotlariga qaraganda (F.Nasriddirov., X.B.Tulenova., K.M.Maxkamdjonov, X.A.Meliev 1983,1984, 1996 va b.) harakat

ko'nikmalarini faol shakllantirish va jismoniy sifatlarni rivojlantirish inson hayotining dastlabki yillaridanoq boshlanadi. Maktabgacha muassasalar faoliyatida bolalarni uyg'un jismoniy rivojlantirish hamda ularni maktabda o'qishga tayyorlashga yo'naltirilgan pedagogik ta'sir ko'rsatish tizimidan foydalaniladi.

Ko'pgina mualliflar o'z tadqiqotlarida (O.A.Rixsieva, F.N.Nasriddinov, D.V.Mirsaidov, A.K.Xamraqulov, O.V.Pankrateva, 1993, T.T.Yunusov, 1995, K.M.Maxkamjonov, F.N.Nasriddinov, L.Semenova, 1996, Yu.V.Davidov, 1995; V.N.Guba, 2003 va b.) pedagogik ta'sir ko'rsatishni individuallashtirish, ya'ni har bir bolaning biologik xususiyatlariga eng mos tarbiya va ta'lim vositalari hamda shakllarini tanlash yo'li bilan ta'limni tarbiya jarayonini optimallashtirish mumkinligini ta'kidlaydilar.

Tana tuzilishi, oliy asab tizimi faoliyatining turlari va boshqa tafovutlar, ehtimol, boshqa sifatlari bilan bir-biriga o'xshamagan bolalarni mazkur jihati bilan birlashtiradi. Bolalarning o'ziga xos jihatlarni hisobga olgan holda ularga talablarni tabaqalashtirib qo'yish mumkin va zarur. Shunday qilib, o'quv jarayonini optimallashtirish vazifasini bolalarning individual ehtiyojlariga muvofiq bo'lgan pedagogik ta'sir ko'rsatish yo'llarini ishlab chiqib hal etish mumkin.

Maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasining asosiy muammolaridan biri ularning jismoniy tayyorgarligini tashxislash sanaladi (M.A.Kunova, 2000; A.B.Lagutin, 2002; S.O.Filippova, 2002).

Hozirgi paytda maktabgacha muassasalar har xil o'quv dasturlari asosida ish olib boradilar. Bu dasturlarning deyarli hammasi bolalarning individual ta'limiy yo'nalishini aniqlash uchun ularning jismoniy tayyorgarligini nazorat qilish zaruriyatini ko'zda tutadi.

Hozirgi vaqtda tavsiya etiladigan testlar maktabgacha muassasalarda jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish ishlarini tashkil etilishning o'ziga xos jihatlarni va bolalarni individual xususiyatlarini e'tiborga olmaydi. Bu ko'p jihatdan maktab o'quvchilari uchun ishlab chiqilgan jismoniy tayyorgarlikni testlash tizimining maktabgacha tarbiya sohasiga ko'chirilishi bilan bog'liq. Qator usuliyatlarning mualliflari boshqa dasturlardan testlarni olar ekanlar, ko'pincha ularni sinchiklab tahlil qilmaydilar.

Mazkur holat maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasida ustuvorlikning bola shaxsini harakat orqali yuzaga chiqarish va rivojlantirish g'oyasidan o'ziga xos sportga saralash tomon siljishiga olib keldi. Tadqiqot yo'nalishining dolzarbligi shu bilan belgilanadi.

Tadqiqot mavzusining dolzarbligini taqozo etuvchi holat shuki, iloji boricha ko'proq miqdordagi o'quv dasturlari va texnologiyalarni qo'llashga intilganlari holda, har doim ham ularning sifatini, ayniqsa, katta yoshli kishi va bola orasidagi o'zaro munosabat nuqtai nazaridan baholashga qodir emaslar. Pedagogik jarayonni muvofaqiyatli amalga oshirishning muhim sharti tashxislash ishidir.

Bola haqida, uning jismoniy sifatlari qay darajada rivojlangani, harakat ko'nikmalarining shakllangani xususida keng ma'lumot olish imkoniyati bolalar bilan jismoniy – sog'lomlashtirish ishlarini davom ettirish sifatini belgilaydi hamda bolaga individual yondashuvning asosi hisoblanadi. Ob'ektiv tashxislash bolalarni jismoniy tarbiyalash jarayonini individuallashtirish imkoniyatlarini kengaytiradi.

XULOSA

Katta maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tayyorgarligi ularning har tomonlama rivojlanishining poydevoridir. Pedagogik jarayonda faqatgina standart mashqlar bilan cheklanib qolmasdan, innovatsion o'yin texnologiyalaridan foydalanish yuqori samara beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. **Mirziyoyeva Sh.M.** "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi (takomillashtirilgan ikkinchi nashr). – Toshkent: 2022. – 112 b.
2. **Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev F.** "Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi" (Darslik). – Toshkent: Iqtisod-moliya, 2015. – 320 b.
3. **Lapiyev O.** "Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi". – Toshkent: O'qituvchi, 2018. – 180 b.
4. **Stepanenkova E.Ya.** "Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka". – M.: "Akademiya", 2011. – 368 s.
5. **Mahmudova M.M.** "Bolalar bog'chasida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari" (Metodik qo'llanma). – Toshkent: 2021.
6. **O'zbekiston Respublikasining "Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida"gi Qonuni.** – T.: 2019.