



MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING SUZISH MASHG'ULOTIGA BO'LGAN MUNOSABATI

*Toshkent viloyati Nuravshon shahar
sport maktabi uslubchisi - A.Z.Ermatov*

Аннотасија. Мақоллада мактабгача yoshdagi bolalarning suzishga bo'lgan munosabati ko'rib chiqiladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning konstitutsiyaviy xususiyatlarini hisobga olgan holda boshlang'ich suzishni o'qitishning o'ziga xos turiga xos metodologiyasi guruhlarda muhitini yaxshilaydi, mehnat samaradorligini, ishtiyoqni va mashg'ulotlardan qoniqishni oshiradi, suzish elementlari bo'yicha ko'nikmalarni shakllantirish jarayonini tezlashtiradi; suzishni dastlabki o'rgatish samaradorligini ta'minlaydi, o'quv jarayoni samaradorligini oshiradi, yosh suzuvchilarni tayyorlashning dastlabki bosqichlarida tayyorlash sifatini oshirish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratadi.

ИЗУЧЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ПЛАВАНИЕМ

Аннотация. В статье исследуется отношение детей дошкольного возраста к занятиям плаванием. Показано, что типоспецифичная методика начального обучения плаванию с учетом конституциональных особенностей детей дошкольного возраста улучшает атмосферу в группах, повышает продуктивность, увлеченность и удовлетворенность занятиями, ускоряет процесс формирования навыков элементов плавания, обеспечивает эффективность начального обучения плаванию, повышает экономичность учебного процесса, создает предпосылки для повышения качества подготовки юных пловцов на начальных этапах тренировки.

STUDY PRESCHOOL CHILDREN TO ENGAGE IN SWIMMING

Summary. The article explores the relationship of preschool children to swimming lessons. It is shown that type-specific methods of primary teaching swimming considering constitutional peculiarities of preschool children improves the atmosphere in the group, improving productivity, enthusiasm and satisfaction with classes, accelerates the process of formation of skills of navigation elements, ensures the effectiveness of primary education diving, improves efficiency of the educational process, a prerequisite for increasing the quality of training of young swimmers at the initial stages of training.



Kalit soʻzlar. Maktabgacha yoshdagi bolalar, suzish, konstitutsiyaviy xususiyatlar.

Ключевые слова. Дошкольники, плавание, конституциональные особенности. Keywords. Preschool, swimming, constitutional features.

Kirish. Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiya qilishning asosiy yo'nalishlaridan biri o'quvchilarning sog'lig'i, jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi holatini monitoring qilishni joriy etishdir. Ushbu yo'nalish O'zbekiston Respublikasining Prezidentining 30.10.2020 yildagi PF-6099-sonli " Sog'lom turmush tarzini keng tadbiiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risidagi"gi farmonini amalga oshirish munosabati bilan ayniqsa muhimdir. Maktabgacha ta'lim yo'nalishida jismoniy tarbiya jarayonini pedagogik monitoring qilishning muhim jihati nafaqat bolaning tug'ma qobiliyati va jismoniy rivojlanishi to'g'risida zarur ma'lumotlarni olish, balki bolaning jismoniy rivojlanishi uchun individual yo'nalishini tanlash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdan iboratdir.

Ko'rib chiqilayotgan yosh davrida psixologik, pedagogik va fiziologik xususiyatlar ham faol o'zgarib turadi. Maktabgacha yoshdagi bolalar bu davrda juda harakatchan bo'ladi, balki bevosita motivlar ta'sirida qabul qiladi. Uning harakatlari o'z-o'zidan, taqlid qilish, taklif qilish bilan tavsiflanadi.

Maktabgacha yoshdagi davrda irodaning rivojlanishida sezilarli o'zgarishlar yuz beradi; bolaning xulq-atvori tobora o'zboshimchalik bilan bo'lib boradi, qasddan qilingan harakatlar impulsivlardan ustun bo'la boshlaydi. Bola to'siqlarni engib o'tish qobiliyatiga ega bo'ladi, o'zini tasodifiy tashqi qaramlikdan xalos qiladi. U nafaqat mukofot yoki jazo kutayotgan sharoitlarda o'zini munosib tutadi. Shuningdek, ichki his tuyg'u asosida ish tuta boshlaydi.

Bola faoliyatida motivlarning mos kelishi, asosiy motivni ajratib ko'rsatish va unga nisbatan sezilarli vaqt davomida butun harakatlar tizimini bo'ysundirish qobiliyati mavjud. Bolaning mustaqil fikrlashini rivojlantirish uchun nafaqat xarakter, balki kattalar bilan muloqot qilish uslubi, shuningdek, ularning bolaga yordam berish darajasi va o'z vaqtida bo'lishi alohida ahamiyatga ega. Bolaning mustaqilligi darajasining etarli emasligi yoki uning to'liq yo'qligi shaxsning o'z imkoniyatlarini amalga oshirishi, o'zini o'zi boshqarishi va rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Tashabbus faoliyatning barcha turlarida namoyon bo'ladi, lekin u eng aniq muloqotda, ob'ekt va o'yin faoliyatida, tajribada namoyon bo'ladi.



Bu yoshdagi jismoniy tarbiya vositalari va usullari jismoniy faollikni rivojlantirish, ushbu yoshdagi bolalarni jismoniy mashqlar bajarishga undaydigan maqsad va motivlarni shakllantirish bilan bog'liq. Hozirgi vaqtda maktabgacha yoshdagi bolalarning konstitutsiya turini aniqlashga yondashuvlar taqdim etilgan bir qator ishlar mavjud bo'lib, ularing asosiy vazifasi Bolani sog'lomlashtirishdan iboratdir.

Suzish maktabgacha yoshdagi bolalarning salomatligini mustahkamlash, barkamol rivojlanishi va jismoniy rivojlanishining samarali vositalaridan biridir. Suzishni o'rgatishning boshlang'ich bosqichi jarayonida mutaxassislar tashqi morfologik ma'lumotlarga ustunlik berishlari va bolalarning konstitutsiyaviy xususiyatlarini suzish elementlari va usullarini rivojlantirishga ta'sir qiluvchi etakchi omillardan biri deb hisoblashlari ko'rsatilgan. Shu bilan birga, suzish bo'yicha dastlabki mashg'ulotlar uchun konstitutsiyaning mushak turi afzalroqdir. Suzishni boshlang'ich tayyorlash istiqbollariga, birinchi navbatda, jismoniy qobiliyatlarning kompleks rivojlanishi ta'sir qiladi: ko'proq darajada muvofiqlashtirish qobiliyatlari, ishbilarmonlik - kuch va tezlik qobiliyatlari, moslashuvchanlikni rivojlantirish darajasi. Suzishni o'rgatish bo'yicha ishlab chiqilgan o'ziga xos metodologiyaning shaxsning psixofizik holatiga ta'sirini o'rganish uchun nazorat guruhidagi bolalarning psixologik-pedagogik va fiziologik xususiyatlarining dinamikasi (bolalar suzishni umumiy qabul qilingan usul bo'yicha o'rgangan) va eksperimental guruh (bolalar konstitutsiyaviy xususiyatlarni hisobga olgan holda suzish texnikasini o'rgatish metodikasi bo'yicha suzishni o'rgandilar) ko'rib chiqildi.

Asosiy qism. Ushbu tadqiqot uchun test, so'rov va matematik statistika usuli qo'llanildi. Bolalarning suzish mashg'ulotlariga munosabatini o'rganish natijalari faollik ko'rsatkichlari (13,9 va 14,3% mos ravishda), suzish bilan shug'ullanish istagi (18,4 va 16,2%), kayfiyat (20,0 va 17,1%) ekanligini ko'rsatdi. Bu guruhda (5% ahamiyatlilik darajasida) qiyinchiliklarni engish qobiliyati (o'g'il bolalar - 8,3%, qizlar - 15,2%) va intizom (o'g'il bolalar - 7,5%, qizlar - 10,0%) ko'rsatkichlari ijobiy o'zgargan. Ushbu kontingentning suzishga bo'lgan munosabatini tavsiflovchi o'rtacha ko'rsatkich xuddi shunday sezilarli darajada o'zgardi (5% ahamiyatlilik darajasi) (o'g'il bolalar - 13,5%, qizlar - 14,4%) (1-jadval). Nazorat guruhida faqat individual tahlil qilingan kayfiyat ko'rsatkichlari, jismoniy madaniyat bilan shug'ullanish istagi sezilarli darajada o'zgardi. Qiyinchiliklarni qiyinchiliklarni yengish qobiliyati, faollik va intizom ko'rsatkichlari biroz yaxshilandi, ammo etarli darajada qolmadi.



Turli guruhlardagi bolalarning suzishga munosabati (mutaxassislarining fikriga ko'ra), ball

№	Ko'rsatgichlar	Jinsi	Nazorat				Tadqiqot			
			Tadqiqot bosqichlari							
			Boshlanishi	Tugashi	%da o'sishi	Ishonchiligi	Boshlanishi	Tugashi	%da o'sishi	Ishonchiligi
1	Kayfiyati	O'	3,6	3,9	8,3	<0,05	3,5	4,2	20,0	<0,01
		Q	3,5	3,8	8,6	<0,05	3,5	4,1	17,1	<0,01
2	Faolligi	O'	3,7	3,8	2,7	>0,05	3,6	4,1	13,9	<0,01
			3,6	3,7	2,8	>0,05	3,5	4,0	14,3	<0,01
3	Intizomliligi	Q	4,0	4,1	2,5	>0,05	4,0	4,3	7,5	<0,05
			4,1	4,2	2,4	>0,05	4,0	4,4	10,0	<0,05
4	Suzish bilan shug'ullanish xoxishi	O'	3,9	4,1	5,1	>0,05	3,8	4,5	18,4	<0,01
			3,7	4,0	8,1	<0,05	3,7	4,3	16,2	<0,01
5	Qiyinchiliklarni yengish qobiliyati	Q	3,6	3,7	2,8	>0,05	3,6	3,9	8,3	<0,05
			3,3	3,4	3,0	>0,05	3,3	3,8	15,2	<0,05
6	O'rtacha ko'rsatgichlari	O'	3,76	3,92	4,3	>0,05	3,70	4,20	13,5	<0,01
			3,64	3,82	4,9	<0,05	3,60	4,12	14,4	<0,01

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, bolalarning suzishga bo'lgan munosabatining ko'rib chiqilayotgan ko'rsatkichlarining ko'pchiligiga ko'ra, yakuniy imtihonda tadqiqot guruhdagi maktabgacha yoshdagi bolalarning sezilarli ustunligi mavjud. Shunday qilib, suzishni o'rgatishning o'ziga xos turi maktabgacha yoshdagi bolalarning ushbu faoliyatga ijobiy munosabatda bo'lishiga yordam beradi va suzishni o'rgatishning an'anaviy usuli ko'rib chiqilayotgan xususiyatlarga kamroq ta'sir qiladi.

Xulosa. Maktabgacha yoshdagi bolalarning konstitutsiyaviy xususiyatlarini hisobga olgan holda, suzish bo'yicha boshlang'ich o'qitishning o'ziga xos turiga xos metodologiya guruhlardagi muhitni yaxshilaydi, samardorlikni, ishtiyoqni va mashg'ulotlardan qoniqishni oshiradi, suzish elementlari bo'yicha ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonini tezlashtiradi, suzishning samaradorligini ta'minlaydi. Suzish bo'yicha boshlang'ich o'qitish, o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi, suzuvchilarni tayyorlashning dastlabki bosqichlarida tayyorlash sifatini oshirish uchun shart-sharoitlarni yaratadi.

Adabiyotlar ro'yxati.

1. Salimgareyeva R.R. Ko'p yillik tayyorgarlik tizimida suzuvchilarni saralash va yo'naltirish, o'quv-uslubiy qo'llanma, O'zDJTI-2015 y



2. Salimgareyeva R.R. Suzuvchilarning tezkorlik sifatini rivojlantirish, o'quv-uslubiy qo'llanma, O'zDJTI-2015 y
3. A.I. Geyger, M.I. Po'latxo'djayeva, Suzish nazariyasi va uslubiyatu 2015 y.
4. Abdumalikov A., Abdullayev A.A., Norqulov Sh. Jismoniy tarbiya ta'limi ilmini takomilashtirish masalalari. Toshkent 1996
5. Название: Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей, Автор: Гузман Р., Год издания: 2013, ISBN: 9789851518124, Страниц: 288, Издательство: "Попурри"
6. Sadikov A.G. Yosh suzuvchilarning tayyorgarlik bosqichlaridagi mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirish. O'quv qo'llanma. O'zDJTI 2015
7. [Scott Riewald](#), [Scott Rodeo](#), Science of Swimming Faster, Darslik, 2015 United States: Human Kinetics.
8. Sheila Taormina, Swim speed strokes, Darslik, 2014, USA, Boulder, Colorado.
9. Alan Lynn, Swimming: Technique, Training, Competition Strategy, USA, 2015, Crowood Sports Guides.
10. Абрамов Т.Ф., Никитина Т.М., Кочеткова Н.И. Использование пальцевой дерматоглифики для прогностической оценки физических способностей в практике отбора и подготовки спортсменов. Методические рекомендации. М.: - ООО "Скайпринт", 2013. – 72 б.
11. Goncharova O.V. Bolalar jismoniy sifatlarini tarbiyalash. O'quv qo'llanma. Toshkent: ITA Press, 2015. – 204 b.
12. Евсеев Ю.И. Физическая культура. Учебное пособие для студентов ВУЗ. Ростов-на-Дону: "Феникс" 2014. – 225 б.
13. Иссурин В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация: Монография / В.Б. Иссурин; пер. с англ. И.В. Шаробайко. - М.: Спорт, 2017. - 240 б.