



PROFESSIONAL TA'LIMDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI TASHKIL ETISH SHARTLARI

Izzatullayev Shahzod

2-son kasb-hunar maktabi Jismoniy tarbiya o'qituvchisi

Annotatsiya: ushbu maqolada jismoniy tarbiya darslarini tashkil etish shartlari borasida ma'lumotlar keltirilgan. Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat jarayonini boshqaradigan, inson vujudiga, jismoniy o'sishga ta'sir qiladigan tabiat qonunlari jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyotida printsip-tamoyil nomini olgan.

Kalit so'zlar: faollashtirish jarayoni, jismoniy tarbiya darslari, mashg'ulotlar, jismoniy mashqlar.

Abstract: this article provides information on the conditions for organizing physical education classes. The laws of nature that govern the process of physical education and physical culture, affect the human body, physical growth, are called principles in the theory and methodology of physical education.

Keywords: activation process, physical education classes, exercises, physical exercises.

O'sib kelayotgan yosh avlodni har tomonlama aqliy, axloqiy va jismoniy jihatdan rivojlantirishda jismoniy tarbiya va sport muhim ahamiyat kasb etadi va ularda mardlik, vatanparvarlik, sadoqat va halollik tuyg'ularini shakllantirishda yordam beradi.

Davlatimiz rahbari ijtimoiy, ma'naviy-ma'rifiy sohalardagi ishlarni yangi tizim asosida yo'lga qo'yish bo'yicha 5 ta muhim tashabbusni ilgari surdi. Bunda ikkinchi tashabbus yoshlarni jismoniy chiniqtirish, sport sohasida qobiliyatini nomoyon qilishlari uchun zarur sharoitlar yaratishga yo'naltirilgan. Shunday yaratib berilgan imkoniyatlardan foydalanib, o'quvchi yoshlarimizni qiziqishiga qarab sportning turli xil yo'nalishlariga jalb qilib, ulardan yangi chempionlarni tayorlashimiz zarur.

Shu o'rinda Davlatimiz Prezidenti Shavkat Mirziyoyev quyidagi fikrlarini misol qilib keltirmoqchiman "Dunyoda qobilyatsiz bola bo'lmaydi, biz ana shu qobiliyatni ko'ra olishimiz, taxlil qilib yuksaltirishimiz va shu qatorda o'quvchilarning qobiliyatidan kelib chiqqan holda biror bir kasbga yoki hunarga yo'naltira olishimiz bizning eng asosiy vazifamizdir".



Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari orqali olinadigan foyda juda ko'p, bu yoshlarda sog'lom turmush tarzi muhimligini biladigan mas'uliyatli kattalar bo'lib yetishishiga yordam beradi. Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat jarayonini boshqaradigan, inson vujudiga, jismoniy o'sishga ta'sir qiladigan tabiat qonunlari jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyotida printsip-tamoyil nomini olgan.

Organizm rivojlanishining umumiy tamoyillarini bilish va ularni amaliyotda qo'llash, o'quvchilar jismoniy tarbiyasi jarayonini yanada samarali darajaga olib keladi.

Jismoniy tarbiya va pedagogikaga oid adabiyotlarda tamoyillar har xil ta'riflangan, lekin manbalarning tahlili shuni ko'rsatadiki, har xil nomlar bilan ta'riflangan bir printsip quyidagi mazmunlarni bildiradi:

-jismoniy tarbiya darslari jarayonida o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishlari uchun jismoniy mashqlarni ongli, tushungan holda tashkil etish;

-o'rgatayotgan mashqlarni yaxshi o'zlashtirilishi uchun ko'rgazmalilikning turli xil shakllaridan foydalanish;

-har bir o'quvchiga taklif qilinadigan muayyan maqsadga yo'naltirilgan va psixologik og'irliklarning soddaligini, tushunarligini ta'minlash;

Shug'ullanuvchi o'quvchilar avvalgi mashg'ulotlarda o'zlashtirib olganlarini mustahkamlashlarida talabni kuchaytirish va keyingi mashg'ulotlar uchun zamin yaratishni ta'minlash. Pedagogika fanida bu printsiplarni o'rgatishda taalluqligini hisobga olib, didaktik tamoyillar deb ataymiz.

Jismoniy tarbiya, jismoniy mashqlarga o'rgatish va shug'ullanuvchilarni bilimlar bilan qurollantirish, jismoniy sifatlarni tarbiyalashni o'z ichiga qamrab olganligi uchun tamoyillarni didaktik emas, metodik - uslubiy deb atash qonuniyroqdir.

Jismoniy tarbiya jarayoni-bu ikki tomonlama jarayondir. Bir tomondan o'rgatishga intilayotgan o'qituvchi, ikkinchi tomondan o'rganishga xohishi bo'lgan o'quvchi qatnashadi. Tajribalar shuni ko'rsatadiki, agar o'quvchi oldiga qo'yilgan vazifaning mohiyatini tushunib etsa va uning hal etilishiga qiziqsa, o'rgatishning muddati tezlashadi va sifati yaxshilanadi.

Darhaqiqat, manzaralarda sportchining ruhiy xolatini qo'llab-quvvatlash uchun qo'l kelgan yuqoridagi metodlar sportchi-o'quvchini ham darsni puxta o'zlashtirishida, ham sport orqali musobaqalarda yuqori o'rinni egalla, vatani bayrog'ini yuksaklarga ko'tarishga turtki bo'ladi.

Avvado, sportchining ruhiy xolatini tahlil qilar ekanmiz, uning pedagogik tadbirlar va sportchilar faoliyati hamda xayotiga mos sharoitlar yig'indisi ekanligini



anglaymiz. Ruhiy faoliyat sportchilarda mashg'ulot va musobaqada qatn-shish vazifalarini muvaffakiyatli xal etishni ta'minlovchi ruhiy vazifalar, jarayonlar, xolatlar va shaxsiy xususiyatlarni shakllantirishga qaratilgan.

REFERENCES

1. Tolipov O.`Q. va boshq. Pedagogik texnologiyaning tatbiqiy asoslari. T., "Fan"2006 y
2. Usmonxo`jayev T. va boshq. Jismoniy tarniya nazariyasi va uslubiyoti. T "Oqituvshi"2004y
3. O`zbekiston Respublikasi Prezidenti SHavkat Mirziyoevning" Oliy Majlisga murojaatnomasi". 29.12.2020.
4. A.V.Keneman, D.V.Xuxlaeva Bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi. T.,1988
5. Зайцев А. А. Основные составляющие спортивной тренировки: метод. рек. по спецкурсу «Теория спорта высших достижений». - Калининград: Изд-во Калининградского университета, 2007.
6. Bozorov, U. A. (2021). BO 'LAJAK CHEMPIONNI MUSOBAQAGA TAYYORLASH JARAYONIDA PEDAGOGIK FAOL METODLARNING AHAMIYATI VA NATIJADORLIGI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 1(9), 673-677.
7. Akmalova, P. D. (2019). The concept of moral personality development in creativity of thinkers of central asia. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*, 9(1), 135-141.