

TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARINI NOANANAVIY SHAKLLARINI TASHKIL ETISH

Akbarov Muhridin Boxodir o'g'li.

E-mail: Muhriddinakbarov477@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining noan'anaviy shakllarini tashkil qilish usullarini o'rganish va tahlil qilish, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining noan'anaviy shakllari metodologiyasini ishlab chiqilgan va amalga oshirilgan hamda o'quvchilarga mashg'ulotlarni noan'anaviy shakllariga qay darajada ijobiy ta'sir ko'rsatganligi o'rganilgan.

Аннотаци: В данной диссертационной работе изучены и проанализированы методы организации нетрадиционных форм занятий физической культурой в общеобразовательных учреждениях, разработана и внедрена методика нетрадиционных форм занятий физической культурой, а также в какой степени студенты положительно ознакомлены с нетрадиционные формы занятий физкультурой. Узнали, что секрет раскрыт.

Annotation: In this dissertation work, the methods of organizing non-traditional forms of physical education training in educational institutions are studied and analyzed, the methodology of non-traditional forms of physical education training is developed and implemented, and to what extent students are positively introduced to non-traditional forms of physical education training. It has been learned that the secret has been shown.

Kalit so'zlar: Ta'lim muassasalari, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari, sport, ertalabgi badantarbiya, mashg'ulot shakllari.

Mavzuning dolzarbligi. Hozirgi kunda Jaxon miqyosi iqtisodiy ma'naviy inqirozni boshdan kechirmoqda va aynan bir vaqtda mamlakatimiz jamiyati uchun yetuk bo'lgan malakali mutaxassislarni yetishtirish katta e'tibor talab etmoqda. Bunga O'zbekiston respublikasining Ta'lim to'g'risidagi qonuni (2020-yil), "Sog'lom avlod dasturi" (1999-yil), "Davlat ta'lim standartlari" (1999-yil) va O'zbekiston respublikasi vazirlar maxkamasining farmon va qarorlari qabul qilinishi aholining va o'quvchi yoshlar va talabalarning jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishga va ularning sportga qiziqishini ishirishga bog'liq bo'lgan muammolarni hal etishga qaratilgan.

Shu sababli, sport mashg'ulotlariga o'quvchi yoshlarni ommoviy ravishda jalb qilishni tashkil etish maqsadida, O'zbekiston respublikasi Vazirlar Maxkamasining 2003-yil 3-iyunda "O'quvchi va talabala yoshlarni sportga jalb qilishga qaratilgan

uzluksiz sport musobaqalari tizimini tashkil etish to'g'risida"gi 244-sonli qarori qabul qilindi.

Yurtimiz o'z mustaqilligiga erishgandan so'ng mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportga etibor kuchaydi va buning ortidan jismoniy tarbiya va sport sohasi jadal rivoj topdi desak adashmagan bo'lamiz. Mamlakatimiz jismoniy tarbiya va sportning kelajak avlodni sog'lom va baquvvat qilib tarbiyalashdagi o'rnini xisobga olgan holda mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish, uning zamon talablari darajasida o'quv va moddiy-texnik bazasini yaratish va o'quvchi yoshlarimizni sportga bo'lgan qiziqishlarini oshirish yo'lida maqsadli davlat miqyosidagi tadbirlar ishlab chiqilib xayotga joriy qilinmoqda.

Adabiyotlar taxlili.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini rivojlantirish, ta'lim olayotga o'quvchi yoshlarning sport mashg'ulotlariga qiziqishini oshirish, bilimi, ko'nikma va malakalarini mustaxkamlash davr talabiga aylanmoqda. Ushbu masalalarni to'laqonli bajarish maqsadida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari ta'lim standartlariga mos ravishda ishlab chiqilib amalda joriy etildi. Ushbu mashg'ulot shakllari o'rta maxsus, kasb-hunar hamda oliy ta'lim tizimidagi o'quvchi talabalarni mashg'ulot shakllariga qo'yiladigan asosiy talablarni belgilab beradi. Mashxur olimlar R.S. Salomov. Sport mashg'ulotlarining nazariy asoslari. T. 2005., A. Abdullayev, SH. Xonkeldiyev. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. Farg'ona. 2004., F. A. Kerimov. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. T. "Zar qalam".2004 y. tomonidan jismoniy tarbiya mashg'ulotlari shakllarini hal qilish bilan bog'liq muammolar tadqiq etilgan.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining noananaviy shakllarini ishlab chiqish yo'llari

Jismoniy tarbiya mashg'ulot shakllarining ichida eng avzal va asosiylarida bir bu ertalabki badantarbiya mashg'ulotlaridir. Bilamizki barcha maktablarda darslar boshlanmasida avval eng avvalo ertalabgi badantarbiya mashg'ulotlari o'tkaziladi buning asosiy sabablaridan biri barcha o'quvchilar ham erta tongda turib badantarbiya mashg'ulotlari bilan shug'ullanishmaydi oqibatta ularning organizm va to'qimalari hali to'laqonli tiklanmagan holatda bo'ladi bu esa o'z navbatida tananing bo'shashishiga olib keladigan jarayon hisoblanadi yoki bo'lmasa boshlang'ich sinf o'quvchilari uyidan maktabgacha bo'lgan masofa oraliq'ida darsga shoshilib kelishi yoki maktabga kelgunga qadar har xil o'yinlar o'ynagan bo'lishi mumkin. Agar shunday holat sodir bo'lsa ularni to'g'ridan-to'g'ri jismoniy tarbiya darslariga qatnashishlari o'quvchi organizmiga salbiy ta'sir ko'ratishi oqibatida ularning organ va to'qimalarida har xil kasalliklarni yuzaga chiqarishi turgan gap.

Bunday holatlar sodir bo'lmashligi oldini olish maqsadida maktablarda ertalabgi badantarbiya mashg'ulotlari o'tkaziladi, yana shuni ham yodimizdan chiqarmasligimiz kerakki ertalabgi badantarbiya mashg'ulotlarida beriladigan mashqlar o'quvchilar uchun unchalar ham qiyin bo'lmaydigan, faqatgina ularning yurak urish pulslarini bir maromga keltiradigan mashqlar tanlash maqsadga muvofiqdir.

Sport soatlarini tashkil qilishda mashg'ulotlarning boshqa shakllari bilan o'zaro munosabatini hisobga olmoq lozim. Uning o'rni o'quv kuni tartibida tanaffuslardagi o'yinlarga, sayrlarga va mashg'ulotlarning boshqa shakllariga, hamda ovqatlanish va dam olish vaqtiga nisbatan ratsional joylashtirilishi kerak.

Biz umumiy o'rta ta'lim maktablarida DTS bo'yicha tashkil qilinib o'tkazilishi kerak bo'lgan 4 xil jismoniy tarbiya mashg'ulotlari shaklini qisqacha ta'riflab o'tdik. Lekin bu mashg'ulotlar hozirgi kunda maktablarda o'tkazilmoqdam? Shu maqsadda biz maktablarda pedagogik kuzatishlar o'tkazdik va maktab jismoniy tarbiya o'qituvchilari bilan suhbatda bo'ldik.

Kuzatishlar natijasi shuni ko'rsatdi-ki, deyarli barcha maktablar faqat haftasiga 2 soat jismoniy tarbiya darsini o'tish bilan kifoyalanib kelmoqda. Bu esa yuqorida aytib o'tganimizdek, o'quvchilarning kundalik harakatga bo'lgan fiziologik ehtiyojini 11% qondira oladi xolos. Bundan tashqari maktablarda sport turlari bo'yicha seksiyalar va boshqa to'garaklar deyarli ishlamaydi.

Hozirgi kunda maktablarning aksariyat qismi bir smenada ishlamoqda, Lekin, shunga qaramasdan barcha maktablarda katta tanaffuslar 15 minut etib belgilangan. Bir smenada ishlaydigan maktablarda katta tanaffuslarni 45 minut, hatto 60 minut belgilab, sinf rahbarlari boshchiligida har xil o'yinlar, estafetalar va boshqa o'quvchilarning qiziqishiga qarab jismoniy tarbiya mashqlarini tashkil qilib o'tkazishga katta imkoniyatlar bor. Kuni uzaytirilgan guruhlar va ularda o'tkazilishi kerak bo'lgan sport soatlari haqida gapirmasak ham bo'ladi, chunki sport soatlari umuman tashkil qilinmagan.

Xulosa

Mavzuga oid ilmiy uslubiy adabiyotlar tahlili quyidagi xulosalarni qayd etish imkonini beradi.

Ertalabgi badantarbiya mashg'ulotlarini o'quvchilar ongida shakllantirish ularning dars jarayonlariga qiziqishlarini va shu bilan bir qatorda ularning salomatlik darajasini ham yaxshilashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Uning ko'pgina kerakli tomonlaridan foydalana olish o'qituvchi va murabbiylarning pedagogik mahoratlari va ilmiy salohiyatlariga ham bog'liq bo'ladi.

Hozirgi kunda hududlardagi barcha ta'lim muassasalarida deyarli ertalabgi badantarbiya mashg'ulotlari o'tkazilmaydi va bunga bazi bir sabablar ham bor albatta. Masalan ko'pgina maktablarda jismoniy tarbiya o'qituvchilari yetishmovchiligi keli

chiqishi oqibatida mashg'ulotlarni boshqa bir fan o'qituvchilari o'tishlariga to'g'ri kelib qolgan.

Hulosa qilib aytganda maktabdagi o'quvchilarning barcha dars jarayonlariga qizishlarini va ularni kun bo'yi yaxshi kayfiyat va quvnoq bo'lib yurishlarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining o'rni benihoya kata. Mashg'ulotlarining barcha shakllaridan foydalanish ham bazida ularda qandaydur o'zgacha tassurot qoldira olmaydi bu esa o'z navbatida jismoniy tarbiyaning mashg'ulot shakllariga o'zgartirishlar kiritishni o'qituvchi va murabbiylarning oldiga muhim vazifa qilib qo'yadi.

Buning uchun o'qituvchi birinchi navbatda mashg'ulotlarning noananaviy shakllarini ishlab chiqishi va o'quvchilarda ularning natijalarini ko'rib chiqishi zarur.

Biz esa ana shunday jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining noananaviy shakllarini ishlab chiqishga va o'quvchi sportchilarning mashg'ulot jarayonlarida qo'llashga qaror qildik.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. 2020 yil 24 yanvardagi "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-sonli Qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentning "2022-2026 yillara YAngi Uzbekistonni rivojlantrish Strategiyasi to'g'risida"gi Farmoni, 2022 yil 28 yanvar/Xalq so'zi, 2022 yil 1 fevral.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi PQ 3031-sonli "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori.
4. Mirziyoev SH.M. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. - Toshkent: «O'zbekistan» NMIU, 2016. - 56 b.
5. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SHavkat Mirziyoevning "Niyati ulug' xalqning ishi ham ulug', hayoti yorug' va kelajagi farovon bo'ladi" nomli yangi asari. 2019 yil.
6. Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. o'quv qo'llanma. O'zDJTSU. 2005
7. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat va sport tarixi. O'quv qo'llanma Toshkent 1993 y.
8. Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish. O'quv qo'llanma Toshkent Abu Ali Ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti 2002 yil.