

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNI TIVOJLANTIRISHDA MAKTABNING O'ZIGA XOS O'RNI.

Jumayeva Shohida Shaymardonovna

Oltinsoy tumani 10-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi Jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi.

Jismoniy tarbiya, badan tarbiya - sog'liqni mustahkamlashga, odam organizmini uyg'un ravishda rivojlantirishga qaratilgan umumiy tarbiyaning uzviy qismi. Jamiyatdagi jismoniy madaniyat ko'rsatkichlari jismoniy tarbiyaning asosiy vositalari: jismoniy mashg'ulotlar, organizmni chiniqqirish, mehnat va turmush gigienasi bo'lib aqliy, axloqiy, mehnat va estetik tarbiya bilan qo'shib olib boriladi.

Ibtidoiy davrdan boshlab jismoniy tarbiyaga alohida e'tibor qaratilgan. Dastlab u jismoniy mashqlar, turli o'yinlar, mehnat jarayonlari, ovchilik, harbiy harakatlarga o'xshatilgan musobaqalar va sinovlar shaklida mavjud bo'lgan, turli marosimlarni aks ettirgan. Keyinchalik yoshlarni qilichbozlik, chavandozlik, kamondan otish, yakkama-yakka kurash mahoratga o'rgatish jamiyatning asosiy vazifalaridan biriga aylana borgan. Uyg'onish davrida jismoniy tarbiyaga e'tibor yanada kuchaydi. Gumanistlar jismoniy tarbiyani o'quv dasturiga kiritishga uringanlar. Badan tarbiyaga o'rta asrlarda yevropada oilaviy tarbiya va maktabdagi pedagogik jarayonning muhim qismi sifatida qarala boshlandi.

J.J.Ruso «Emil yoki Tarbiya to'g'risida» deb atalgan pedagogik risolasida jismoniy tarbiyaning bolalarning aqliy kamoloti va mehnat tarbiyasidagi ahamiyatini ta'kidlagan. XVIII-asrda, asosan, Russo g'oyalari ta'sirida Germaniyada paydo bo'lgan «insonparvarlik va yaxshi xulq maktablari» -jismoniy tarbiyaning shakl va uslublarining takomillashuviga olib keladi. Gimnastika mashqlari maktab dasturlaridan mustahkam o'rin oladi. XIX-asr oxiri va XX-asr boshida Fransiya, Buyuk Britaniya va boshqa mamlakatlarda jismoniy tarbiyaning milliy tizimlari tarkib topdi.

O'zbekistonda jismoniy tarbiyaga juda qadimdan salomatlikni mustahkamlashning asosiy vositasi deb qaralgan. Mahmud Koshg'ariyning «Devonu lug'oti turk» asarida 100 dan ziyod xalq o'yinlari to'g'risida ma'lumot berilgan. «Alpomish» o'zbek xalq qahramonlik dostoni, Alisher Navoiyning «Farhod va Shirin», Zayniddin Vosifiyning «Badoe ul-vaqoe» («Nodir voqyealar»), Boburning «Boburnoma» asari va boshqa(lar)da jismoniy, jangovar mashqlar, kuchlilik bahs-munozaralarining xilma-xil namunalaridan hikoya qilinadi. O'zbekistonda mustaqillik yillaridan boshlab jismoniy tarbiya va sport davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan. Ayniqsa hozirgi kunda O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada

rivojlantirish to'g'risidagi qaror va farmonlar jismoniy tarbiyaning huquqiy asoslarini anada boyitmoqda.

Jismoniy tarbiyaning keng tarmoqli tizimi: oilviy-maktabgacha davr (chaqaloqlikdan boshlab bog'cha yoshidagi), maktab yoshi, o'rta maxsus va oliy ta'lim davri hamda katta yoshdagi (erkak va ayollar) badan tarbiyasini o'z ichiga oladi. O'zbekistonda umumta'lim maktablaridagi jismoniy tarbiya pedagogik jarayon hisoblanib, uning darslari, sport seksiyalaridagi mashg'ulotlar orqali amalga oshiriladi. «Umumiy o'rta ta'lim maktablari uchun jismoniy tarbiyadan davlat ta'limi standarti» bo'yicha 2-11-sinflarda haftasiga 2 soatdan jismoniy tarbiya darslari joriy etilgan. O'quvchi-yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiyani yanada ommalashtirish va ularning salomatligini mustahkamlash maqsadida maxsus test sinovlari ishlab chiqildi. Mazkur testlarni muvaffaqiyatli topshirganlar uchun 3-darajali «Alpomish» va «Barchinoy» nishonlari ta'sis etildi. Shuningdek, maktab o'quvchilari uchun «Umid nihollari», litsey-kollej o'quvchilari uchun «Barkamol avlod», oliy o'quv yurti talabalari uchun «Universiada» ommaviy musobaqalarini har 2 yilda o'tkazish yo'lga qo'yildi. Xalq o'yinlari va ommaviy sport turlari bo'yicha har 2 yilda «Alpomish o'yinlari» festivali hamda «To'maris o'yinlari» o'tkazib kelinadi.

Jismoniy tarbiya darslari bilan bog'liq masalalarning eng muhimi uni qanday tuzish masalasidir. Darsni tuzilish qonuniyatlari haqida gapirishdan avval uni qanday strukturaviy birliklardan tashkil topishini belgilab olish va aniqlash kerak bo'ladi.

Dars strukturasi degan atamani birinchi bo'lib V.V.Belinovich 1939-yilda qo'llagan. Shu o'rinda Belinovich darsning tuzilishida jismoniy tarbiya darslarining mazmuniga qarab belgilashni ham ta'kidlagan.

N.N.Yefrimov 1959-yilda birinchi marotaba darsning tuzilishi degan tushunchaga ta'rif berib kirish, tayyorlov, asosiy va yakunlov qismlarini nazarda tutgan.

K.A.Kuzmina esa 1960-yillarda darsning tuzilishiga quyidagicha ta'rif bergan. «Darsning tuzilishi - qismlarining soni, ularning ahamiyati va mazmuni, ketma-ketligi va darsni xar bir qismini davomiyligidir» deb ta'rif bergan.

Darsni tuzilishiga oid maxsus ilmiy-uslubiy adabiyotlarda turlicha fikrlar mavjud bo'lsada xozirgi kunda bu baxslarga chek qo'yilgan va darslarni uchta ta'limiy, tarbiyaviy va rivojlantiruvchi talablar qo'yilmoqda. Bu jihatlarni amalga oshirilishda har bir fanning mohiyati va xususiyatidan kelib chiqib darslarni tashkil qilishga alohida e'tibor qaratish lozim.

O'zbekiston Respublikasining «Ta'lim to'g'risida»gi qonuniga ko'ra Davlat ta'lim standarti davlatning ta'lim sohasida o'z fuqarolari oldidagi va har bir fuqaroning davlat va jamiyat oldidagi majburiyatlarini aks ettiradigan asosiy hujjatlardan biridir.

Ta'lim-tarbiya muassasalarida ta'lim uzluksizligi davomida tegishli saviyani ta'minlovchi Davlat ta'lim standarti har bir shaxsga ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy va shaxsiy muammolarini hal etishga to'laqonli kirishish imkoniyatini beradi.

“Ta'lim to'g'risida”gi qonun asosida ta'lim olish yo'llarining xilma-xilligi sharoitida har bir ta'lim muassasasi “jismoniy tarbiya” maktab kursining maqsadi - o'quvchilarning sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash, jismoniy sifatlar va imkoniyatlarini rivojlantirish, ularda jismoniy madaniyat asoslarini shakllantirishni kafolatlovchi shart-sharoitlar yaratib berishga majburdir.

Umumiy o'rta ta'lim uchun jismoniy tarbiya bo'yicha DTS “Jismoniy tarbiya” mazmuniga, o'quv yuklamasi hajmiga (o'quv rejasidagi o'quv soatlari), majburiy jismoniy tayyorgarlik darajasiga (jismoniy sifatlarning rivojlanishi, harakat malaka va ko'nikmalarining shakllanishi), sutka, hafta, yil davomidagi harakat rejimining majburiy hajmiga; o'quvchilarning nazariy tayyorgarligiga (jismoniy tarbiya, gigiyena, shifokor nazorati, sport tibbiyoti, o'z-o'zini nazorat va boshqalar) qo'yiladigan talablar yig'indisini belgilab beradi.

Mazkur standart o'quvchilarning bilim, ko'nikma va malakalari, shuningdek, shaxsning asosiy ma'naviy, axloqiy va jismoniy sifatlari doirasini tartibga soladi; o'quv-tarbiya jarayoniga miqdoriy va sifat jihatdan baho berish tartibi va usullarini ko'rsatadi. Shu jihatdan kelib chiqib holda jismoniy tarbiya ta'limining asosiy vazifalari quyidagicha namayon bo'ladi:

- jismoniy madaniyat ta'limining darajasiga mosligi va barcha uchun barobarligini ta'minlash;
- jismoniy tarbiya mazmunining halqaro mezonlarga mosligini ta'minlash;
- jismoniy tarbiya va sport sohasida o'quvchilarni jismoniy imkoniyatlari va bilimlariga ko'ra jahon darajasiga olib chiqish;
- jismoniy tarbiya va ta'lim jarayonini tartibga solish;
- turli yo'nalishlarda jismoniy tarbiya va ta'lim jarayonini nazorat qilish va boshqarish;
- ta'limni insonparvarlashtirish;
- jismoniy tarbiya ta'limi sifatini oshirish.

Maktablarda tashkil etilayotgan jismoniy tarbiya darslari o'quvchilar sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash, asosiy jismoniy sifatlarni rivojlantirish, hayotiy zarur harakatlar malaka va ko'nikmalarini shakllantirish, o'z-o'zini jismoniy takomillashtirish istak va ehtiyojlarini shakllantirish, jismoniy madaniyat sohasida ijobiy qiziqishlarni o'stirish faoliyatida asosiy bo'g'in hisoblanadi.