



МАКТАБГАЧА ТАРБИЯ МУАССАЛАРИДАГИ БОЛАЛАР ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИ

*NDPI Jismoniy madaniyat fakulteti o'qituvchisi
Turobov Akmal Hamroqulovich*

Annotatsiya: Maktabgacha tarbiya muassasalarida bolalarni uyg'un rivojlantirish, har tomonlama jismoniy tarbiyalash ta'lim-tarbiya muassasalari, oila, tashkilotlari g'amxo'rlikida, ularning kuch-g'ayratlari bilan amalga oshiriladi.

Аннотация: Гармоничное развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Всестороннее физическое воспитание осуществляется силами образовательных учреждений семей организаций.

Tayanch so'zlar: sportchilar, texnik-taktik tayyorgarlik, umumiy jismoniy tayyorgarlik, pedagogik, ijtimoiy – psixologik, tibbiy-biologik nazorat, bolalar jismoniy tarbiyasi.

Ключевые слова: спортсмены, технико-тактическая подготовка, общефизическая подготовка, педагогический, социально-психологический, медико-биологический контроль.

Mustaqil davlatimizda yosh avlodning jismoniy kamolotini yuksaltirish masalalari hozirgi kunning dolzarb muammolaridan biridir. "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonunda ta'kidlanishicha "Maktabgacha yoshdagi bolalar, o'quvchilar va talabalar salomatligini asrash va mustahkamlash, ularda jismoniy barkamollikka ehtiyojni shakllantirish maktabgacha tarbiya muassasalari va o'quv yurtlarining ustun vazifasi bo'lib hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi" qonunini hayotga joriy etib, jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish konsepsiyasi ishlab chiqildi. Bunda bolalar va o'smirlar jismoniy tarbiyasi konsepsiyasiga yondoshilib, uzluksiz ta'lim tizimida respublika aholisining ko'p millatliligiga tayangan holda har bir millatning madaniy-ma'rifiy, ijtimoiy-iqtisodiy talablari hisobga olingan. Mamlakatimizda ta'lim tizimini takomillashtirish, Vatan ravnaqini ta'minlaydigan yosh avlodni tarbiyalab voyaga yetkazish masalalariga jiddiy e'tibor berilmoqda.

Bu boradagi muhim qarashlardan biri O'zbekistonda ilk bor "Kadrlar tayyorlash milliy dastur"i hamda "ta'lim to'g'risida"gi qonunning qabul qilinishi katta ahamiyatga ega. Insonning taraqqiy etishda, shakllanishida faol harakat, ayniqsa jismoniy harakat eng muhim omillardan biridir. Bu qator olimlarning tajriba va kuzatuvlaridan ma'lumki, optimal harakatlanish bolalarning jismoniy rivojlanishi va qobiliyatining oshishi uchun imkoni yaratadi. Ikkinchi gurux omillarning ta'kidlanishicha, har bir inson maktab yoshigacha bo'lgan davrada o'tkaziladigan jismoniy tarbiya asosida rivojlanish, jismoniy kamolatga erishish va eng muhim salomatligini mustahkamlash uchun o'ziga zamin tayyorlar ekan. Uchinchi gurux



olimlar va amaliyotchilarning fikricha, bolalarni har tomonlama tarbiyalash, ularda ma'naviy, axloqiy fizilatlarini va jismoniy sifatlarini shakllantirish, oliy his-tuyg'ularni tarkib toptirish uchun maktabgacha tarbiya davri eng qulay davr deb hisoblanadi.

Maktab yoshidagi bolalarning funksional tayyorgarligini ilmiy tekshirish natijasida jismoniy mashqlar organizmning rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynashi tasdiqlangan. Ko'pgina olimlar tomonidan o'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, shaxsning jismoniy shakllanishi va jismoniy tayyorgarlik dinamikasi o'quvchining mehnat qila olish qobiliyati darajasi hamda doimiy bajariladigan jismoniy mashqlar xususiyati va xajmiga bog'liqdir. Agar harakatchanlik xaddan tashqari oshirilsa, jismoniy mashqlarning foydasi pasayadi va organizmga salbiy ta'sir etadi, harakatchanlikning haddan tashqari oshishi yosh shug'ullanuvchilarga qattiq ta'sir ko'rsatadi. Maktabgacha tarbiya muassasalarida bolalarni uyg'un rivojlantirish, har tomonlama jismoniy tarbiyalash ta'lim-tarbiya muassasalari, oila, tashkilotlari g'amxo'rlikida, ularning kuch-g'ayratlari bilan amalga oshiriladi, hozirda bolalarni axloqan va jismonan tarbiyalashda ota-onalar hamda pedagoglar jamoasining hamkorligi ijobiy yakun berishi bir qancha mualliflarning ishlarida yoritilgan. Shunday bo'lishiga qaramasdan, I.V.Polovsevaning ko'rsatishicha, maktabga (1-sinfga) kelgan 75-90% bolalarning 55-60% suvda suzishni 20-25% konkida uchishni, 10-15% ikki g'ildirakli velosipedda uchishni, hattoki oddiy sport elementlari va harakatlarini bajarishni bilmaydi, 20-25% koptokchani urib yurishni, 30% bolalar arqonchasi sakrashni uddalay olmaydi. Bularni bajara olmaydiganlari ham afsuski, ancha sust harakatlanadi. Bu ma'lumotlar o'z-o'zidan bolalarning jismoniy rivojlanishi past darajada ekanligidan dalolat beradi. Bunday holatlarning kelib chiqish sababalaridan biri bu kichkintoy bolalarda jismoniy tarbiya, jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishga yetarlicha imkoniyat yaratilmaganligi, ota-onalarning minimum pedagogik bilimlarga ega emasligi hamda davr talabiga moslab kichkintoylar jismoniy tarbiyasi takomillashtirilmaganligidadir. Bu muammolarni hal etish uchun pedagoglar jamoasi hamda har bir tarbiyachi yoki o'qituvchidan o'quv jarayonini boshlanishi kunlaridanoq ota-onalar bilan uzviy bag'lanishda bo'lishni talab qiladi. Yuqorida qayid etilganlarga qo'shimcha qilib M.YA.Studenikin (79)) o'z mulohazasini bildiradi. Uning fikricha, oilada kun tartibiga rioya qilish juda muxim bo'lib, oilaning ham jixatlik, oqillik bilan, mexnat qilishi, dam olishi, ovqatlanishi, bola organizmi uchun, jumladan, asab tizimi uchun juda yaxshi sharoit yaratadi. Kun tartibi asabiylikning oldini oladi, deb takidlaydi.

Professor S.S.Solixujayevning ta'kidlashicha maktabgacha tarbiya muassasalaridan ko'zlangan maqsadlarga erishish uchun kun tartibini: dam olish, ovqatlanish va x.k.larni to'g'ri tashkil etish lozim.

Bola oiladan to'g'ri bog'chadan kelar ekan oilada tarbiyalanayotgan bolaning ham harakat malakalarini takomillashtirib borish zarur. Bunda har bir ota-ona,



ayniqsa, yosh oilalar bola tarbiyasiga, uning sog'ligini mustaxkamlashga ko'proq e'tibor berish zarurligini ko'p yillik tadqiqot ishlaridan ko'rish mumkin .

Sog'lom avlod tarbiyasini to'g'ri yo'lga qo'yish uyda ota-onaning bog'chada pedagoglar jamoasining va sog'liqni saqlash tizimi xodimlarining muqaddas burchlaridir.

Bo'lajak avlod – davlat boyligi. Agar oila sog'lom va mustahkam bo'lsa, maxallada tinchlik va hamjihatlikka erishiladi. Binobarin, maxalla-yurt mustahkam bo'lsagina, davlatda osoyishtalik va barqarorlik hukm suradi. Zero oila farovonligi milliy farovonlik asosidir .Insoniyat ko'p yillar davomida yosh avlodni sog'lom tarbiyalash masalasiga ham ijodiy, ham amaliy yondashib kelgan.Buyuk bobokalonimiz Alisher Navoiy “Odam uchun doim harakatda bo'lish – hayotliqdan asardir, jonsiz mavjudotlar – tiriklik nishonasidan behabardirlar”, - deganida, u ming karra haqdir. Darhaqiqat, inson hayotining negizini kuch-quvvat, sog'liq va harakat tashkil etadi.Tana nechog'lik sog' bo'lsa, ko'ngil shunchalik osoyishta, ravshan, xushfe'l va xushchaqchaq bo'ladi.Buyuk o'zbek mutafakkiri Abu Ali ibn Sinoning hayot namunalari va bizga meros qilib qoldirgan durdona fikrlari biz uchun asos qilib olinsa foydalidir.Uning oila tarbiyasi to'g'risidagi fikrlari chuqur mazmunga va katta amaliy ahamiyatga ega ekanligini quyidagi so'zlardan bilib olish mumkin: “Bolaning xulqini mo''tadillikda saqlashga alohida e'tibor berish kerak. Bunga esa bolani qattiq g'azablanishida, qo'rqish, xafalik va uyqusizlikdan saqlash orqali erishiladi. Xulqning mo''tadilligi natijasida ham nafas, ham badan sog'lom bo'ladi”. Abu Ali Ibn Sino tarbiya jarayonida shaxsiy namuna bo'lish usuli g'oyat katta ahamiyatga ega ekanligini qayta-qayta uqtirib o'tgan.

Mutafakkir olim Abu Rayxon Beruniy ham o'z asarlarida oila tarbiyasiga katta e'tibor bilan qarash lozimligi to'g'risida uqtirgan. Beruniy o'zining oila tarbiyasi haqidagi risolalarida ota-onalar va tarbiyachilar obro'sining bolaga ta'sir etish kuchi haqida fikr yuritgan.Oilada ota-ona bolaning ko'z o'ngida o'z obro'siga qanchalik ega bo'lsa, tarbiya shunchalik samarali natijalar beradi.Dono xalqimizning dono naqli bor: “Sog' tanda – sog'lom aql”. CHindan ham jismoniy va ruhiy sog'liqning aloqadorligi bolalarda yaqqol bilinadi. Bola organizmining barcha fiziologik funksiyalari bir me'yorda kechganda, u jismonan sog'lom bo'ladi M.S.Studenikin tadqiqotlarida olingan ma'lumotlar tahlilining ko'rsatishicha, sog'liqning, xulh-atvorning to'g'ri shakllanishi, mustahkam irodali, iste'dodli va tabiatan qobiliyatli bo'lish uchun muhim zamindir.

Professor S.S.Solixo'jayev rahbarligida o'tkazilgan ilmiy-tadqiqot ishi natijalaridan shunday xulosa chiqarilganki, yasli va bolalar bog'chasi yoshida tibbiyot hamda pedagogik masalalar bir-biri bilan shu qadar bog'lanib ketadiki, faqat shifokor bilan pedagog yaqin hamkorlikda ishlagan taqdirdagina tarbiyaviy ishni to'g'ri amalga oshirish mumkin bo'ladi .



M.V.Beniaminova fikricha, maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar uchun bolalar bog'chalari yangi bir jamoat joyi hisoblanadi. Bolalar bog'chalariga tez o'rganib ketishlari uchun ularning hayoti va faoliyati to'g'ri tashkil etilishi lozim.

Professor S.S.Solixo'jayevning fikricha, oila sharoitidan bolalar muassasalariga o'tish bola organizmiga ta'sir qilmay ilojisi yo'q. Bola u yerda o'ziga tanish bo'lmagan juda ko'p bolalar hamda katta yoshdagi odamlar bilan ushrashadi, atrof-muhit o'zgaradi, unda mutlaqo yangi reaksiyalar shakllanadi. Bolaning emotsional holati buziladi, ya'ni u ba'zan yig'laydi yoki aksincha, jim bo'lib qoladi, kattalar va bolalar bilan istar-istamas gaplashadi.

Jismoniy tarbiya maqsadi sog'liqni yaxshilashga, jismoniy sifatlarni rivojlantirishga, jismoniy tayyorgarlikni oshirishga, yoshlarni mehnat va mustaqil O'zbekistonni himoya qilishga, mustaqil Respublikaning obro'sini ko'tarishga, dong'ini jahonga taratishga qaratilgandir.

O'zbekiston xalqi o'zligini tanib, mustaqillikni qo'lga kiritgach, hamma sohada bo'lganidek, jismoniy tarbiya va sportda ham milliy an'analar va tarixiy shuhratning davomchisi, ko'paytiruvchisi bo'lishi shubhasiz.

Go'zal mamlakatimizni himoya qiluvchi askarlar, O'zbekiston bayrog'ini xalqaro musobaqalarda baralla yuqoriga ko'tarishga erishadigan olimpiyachilar hozirgi kunda bolalar muassasalarida tarbiyalanmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bakashvili V.G. Vliyaniye semi na fizicheskoye vospitaniye detey doshkolnogo vozrasta v usloviyax Gruzinskoy SSR: Avtoref.diss.kand.ped.nauk. M. 1990. 24 s.
2. Voxidov M. Bolalar psixologiya. Toshkent. O'qituvchi.1982. 365 b.
3. Davidenko ye.V. Differensirovannoye fizicheskoye vospitaniye v usloviyax doshkolno'x uchrejdeniy. Avtoref.diss..kand.ped.nauk. Kiyev. 1986. 10-15 s.