

CHAQIRUVGACHA QILSHLOQ YOSHLARINING XARBIY-AMALIY JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH

Matyakubova Noila Poziljon qizi,
Xudoyberdiyeva Sevara Muhammadolim qizi
Namangan davlat universiteti magistrantlari

Annotatsiya: jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari jarayoniga maxsus tayyorgarlik jismoniy mashqlar majmuini kiritish va chaqiriqqacha yoshdagilarning tayyorgarlik vaqtini oshirish orqali Qurolli Kuchlar safida xizmat qilish uchun zarur bo‘lgan harakat malakalari va ko‘nikmalarini maqsadli yo‘naltirilgan xolda shakillantirishga muvofiq bo‘lish nazarda tutiladi.

Kalit so‘zlar: Qurolli Kuchlar, to‘siqlardan oshib o‘tish, umumta‘lim muassasalari va armiya o‘rtasida bog‘liqlik, chaqiriqqacha yoshdagilarning tayyorgarligi.

IMPROVING THE MILITARY-PRACTICAL PHYSICAL TRAINING OF THE RURAL YOUTH BEFORE CONQUISITION

Annotation: it is intended to include a set of special training physical exercises in the process of physical training and increase the training time of those of pre-draft age in order to form the movement skills and skills necessary for serving in the Armed Forces in a purposeful manner.

Key words: Armed Forces, overcoming obstacles, connection between general education institutions and the army, training of the military age.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВОЕННО-ПРАКТИЧЕСКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СЕЛЬСКОЙ МОЛОДЕЖИ ПЕРЕД КОНКИСЕЙ

Аннотация: предполагается включить в процесс физической подготовки комплекс специальных тренировочных физических упражнений и увеличить сроки подготовки лиц допризывного возраста с целью формирования двигательных умений и навыков, необходимых для прохождения службы в Вооруженных Силах в условиях целеустремленный образ.

Ключевые слова: Вооруженные Силы, преодоление препятствий, связь общеобразовательных учреждений с армией, подготовка призывников.

Oxirgi yillarda insonni ijtimoiy tayyorlashda ta'lim tizimi jamoat ishlab chiqarishning ilgari lab boruvchi xizmat rejimida dinamik qismiga aylanmoqda. Hozirgi kungacha o'rganilayotgan muammo doirasida O'zbekiston o'quvchi yoshlari jismoniy tarbiyasi nazariyasi va amaliyotida xarbiyga chaqiriq yoshlarni hozirgi zamon Qurolli Kuchlari talablari darajasida jismoniy jihatdan samarali tayyorlaydigan va uning ilmiy asoslangan tajriba nazariy va uslubiy asoslari, tavsiyalar, qo'llanmalarning ishlanmaganligi hamda muammo bo'yicha fundamental ilmiy tadqiqot olib borilmaganligiga guvohimiz.

Qurolli Kuchlarning potensial zaxirasi birinchi navbatda umumta'lim maktablari va boshqa o'rta maxsus ta'lim muassasalarini tamomlagan o'quvchi yoshlardir.

Agarda mamlakatimiz axolisining yarmidan ko'pi qishloqda istiqomat qilishini hisobga olsak, Qurolli Kuchlar safiga chaqiriq o'sha yerda yashovchilar evzaiga amalga oshiriladi, yoshlarning xarbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik xolatini yo'naltirilgan xolda o'rganish va uni yanada takomillashtirish muammosi tadqiqot qilish dolzarb ekanligiga shubha yo'q.

Mana shuning uchun ham amaliy harakat malakalarini o'rgatish va jismoniy sifatlarni rivojlantirishda umumta'lim muassasalari va armiya o'rtasida bog'liqlik kata ahamiyatga ega.

O'zaro bog'liqlik maktab bitiruvchisiga armiya hayoti, xarbiylarning notich turmush tarziga ham jismoniy, ham psixologik moslashuvning oson kechishiga olib keladi.

Tadqiqotning maqsadi – jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari jarayonida chaqiriqqacha yoshdagilar xarbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligining ilmiy asoslangan uslubiyatini ishlab chiqish.

Biz tadqiqotimizda shuni ko‘zda tutamiz-ki, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari jarayoniga maxsus tayyorgarlik jismoniy mashqlar majmuini kiritish va chaqiriqqacha yoshdagilarning tayyorgarlik vaqtini oshirish orqali Qurolli Kuchlar safida xizmat qilish uchun zarur bo‘lgan harakat malakalari va ko‘nikmalarini maqsadli yo‘naltirilgan xolda shakillantirishga muvofiq bo‘lish nazarda tutiladi.

Biz Chust tumani 9-sonli umumta’lim maktabi 10-11-sinf o‘quvchilarida kichik tadqiqot o‘tkazishga urindik. Tadqiqotimizda Jismoniy tarbiya daarsi tarkibiy qismiga Qurolli Kuchlar safida xizmat qilish uchun zarur bo‘lgan harakat malakalari va ko‘nikmalarini shakillantirishga xizmat qiluvchi mashqlarni kiritdik. Bu mashqlar asosan chaqiriq yoshdagilarning to‘siqlar oshib o‘tish uchun mo‘ljallangan mashqlardan tashkil topgan. Sentabr oyidan boshlab bu mashqlarni 10-11-sinf o‘quvchilarining jismoniy tarbiya darslariga qo‘llab, 6 oy davomida ularni kuzatdik va natijalarni qanday yaxshilanayotganligiga guvoh bo‘ldik. Tadqiqot boshida va oxiridagai natijalar sezilarli darajada ko‘zga tashlandi. Natijalarni quyida jadval ko‘rinishida yoritishga urindik.

10-11-sinf o‘quvchilarning to‘siqlardan oshib o‘tish natijalari dinamikasi

Sinf	Guruh	Soni	Tajribaning boshida	Tajribaning oxirida	O‘shish	t
X	t.g	24	68,01±1,81	64,88±1,64	4,6	1,28
	n.g	23	69,48±1,79	68,02±1,73	2,1	0,59
XI	t.g	21	67,05±1,66	63,18±1,39	5,8	1,78
	n.g	20	66,86±1,79	65,12±1,70	2,6	0,70

Xulosa

O‘tkazilgan tadqiqotimizdan shuni ko‘rishimiz mumknki, jismoniy tarbiya darslarida qo‘llanligna mashqlar o‘quvchilarda o‘z samarasini ko‘rsatgan. O‘quvchi

yoshlarni harbiy xizmatga maktab davridan tayyorlash ularning sharoitga tez moslasha olish qobiliyatini oshiradi. Aqlan yetuk, jismoniy hamda ruxiy jihatdan tayyorlangan shaxs har qanday ish yoki sharoitga tez moslasha oladi va kamchiliklarni tezda bartaraf eta olish qobiliyatiga ega shaxs bo‘lib shakllanadi. Bunda albatta jismoniy tarbiya darslari, undagi mashqlar o‘quvchini irodaviy jihatdan yaxshi darajada tayyorlaydi, mavjudlarini esa shakllantiradi. Mashqlarni muntazam takrorlash esa mashqqa bo‘lgan chidamlilikni oshrib, imunitetni oshiradi. Bu esa sog‘lom organiz demakdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abdunazarov S. Bog‘cha –maktab majmuasida sog‘lom, barkamol, erkin shaxsni tarbiyalash. O‘zbekiston Respublikasi xalq ta’limi vazirligining axborotnomasi-Toshkent. 2001.- №34.- B 26-34.
2. Адилова Г. Физическое воспитание подростков в пионер-ском лагере. Автореф.дис. ...канд.пед.наук.-Т.:1991.-22 с.
3. Atoyev A.K. Oilada bolalar jismoniy tarbiyasining nazariyasi va amaliyoti.-Т.: O‘qituvchi, 1992.-150 b.
4. Бондаревский Е.Я. Педагогические основы контроля за физической подготовленностью учащейся молодежи. Автореф. дис.док.пед. наук.-М.:1983.-45 с.
5. Гужаловский А.А. Структура двигательной подготовленности школьников // Теория и практика физической культуры.-Москва, 1974.-№ 5.-С.27-28.