

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA KATTA GURUH BOLALARNING JISMONIY RIVOJLANISHI

Umurova Nigora Sobirovna

Toshkent shahar Mirzo Ulug'bek tumani

325-sonli Davlat Maktabgacha ta'lim

tashkiloti tarbiyachisi-metadisti

***Annotatsiya:** Bolalarning harakatlanishga bo'lgan ehtiyoji harakat faolligining uyushgan (jismoniy tarbiya, sportning har xil turlari) va uyushmagan (o'z-o'zidan yuzaga keladigan mushaklar faoliyati) shakllarida namoyon bo'ladi. Bolalarning har tomonlama uyg'un rivojlanishini tarbiyalash, ularning sog'liqlarini mustahkamlash uchun harakatlar har birining miqdor va sifat ko'rsatkichlari bo'yicha har xilligiga ko'ra muvofiq bo'lishi kerak.*

***Kalit so'zlar:** Guruh, harakat, ifodali, bolalarga, katta, aqliy, kichik, mustaqil, ijodiylikni, fazoviy, harakat, personallar.*

PHYSICAL DEVELOPMENT OF A LARGE GROUP OF CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

***Abstract:** Children's need for movement is manifested in organized (physical education, various types of sports) and unorganized (spontaneous muscle activity) forms of movement activity. Efforts to raise the harmonious development of children in all aspects, to strengthen their health, should be consistent according to the diversity of each of them in terms of quantity and quality indicators.*

***Key words:** Group, action, expressive, for children, big, intellectual, small, independent, creative, spatial, action, personnel.*

Kirish: “Barchangiz yaxshi bilasizki, kelajak avlod haqida qayg‘urish, sog‘lom, barkamol naslni tarbiyalab yetishtirishga intilish bizning milliy xususiyatimizdir” [1].

Asosiy qism: Katta guruh yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyaning sifat xususiyatlarini optimallashtirishga bag‘ishlangan tadqiqotlar asosiy o‘zgarishlarga uchradi. Faqat jismoniy tayyorgarlikning muhim ahamiyati, ko‘rsatkichlari yo‘qoldi.

Bolaning morfologik-funksional imkoniyatlari, uning yurak-qon tomir, nafas olish, mushak kabi hayotini ta‘minlovchi asosiy tizimlariga oid tadqiqotlar o‘tkazilib, aynan shu asosda jismoniy yuklamalar miqdori, fiziologik funksiyalar va jismoniy tayyorgarlik darajasining o‘zgarishi aniqlanishi kerak.

Turli darajadagi miqdor va sifat belgilariga ega bo‘lgan jismoniy tayyorgarlikning tayanch andozasini ishlab chiqish zarurati yuzaga keladi. Jismoniy tayyorgarlik modeli (andozasi) deganda bolalarda mushak faoliyatiga talabni shakllantirishga imkon beradigan bilim, harakat ko‘nikma va malakalari majmui hamda har tomonlama rivojlanish va sog‘liqning muvofiq variantini ta‘minlaydigan harakatlardan doimiy ravishda maqbul shakllarda foydalanish tushuniladi. Eng yuqori natijalarga erishishga qaratilgan sport tayyorgarligidan farqli ravishda jismoniy tayyorgarlik modeli harakatlardan hayotiy faollik darajasini saqlash va yoshga muvofiq jismoniy hamda aqliy ish qobiliyati darajasiga erishishni nazarda tutadi.

Mustaqil harakat faolligiga qiziqishni shakllantirish — eng muhim vazifa. Bunday yo‘nalishning mohiyati uning individual o‘ziga xosliklarini hisobga olgan holda eng maqsadga muvofiq milliy va harakatli o‘yinlarni tanlashdan iborat. Bu shuning uchun muhimki, faqat 20–30% bolalargina yuqori mushak yuklamani qabul qila oladilar va shu tarzda o‘zlarining jismoniy tayyorgarligini takomillashtirib boradilar.

Qolgan 70-80% bolalar uchun maktabgacha ta‘lim muassasalarida kata guruh bolalarini jismoniy tarbiyaning yangi usullarini izlash kerak. Asosiy vazifa — qiz bolalarda harakat faoliyatiga qiziqishni shakllantirishdir. Qiz bolalarda harakatlanish xususiyatlarini mustaqil takomillashtirishdagi farq ular o‘rtasida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga e‘tiborsizlik bilan qarovchilarning ko‘payishiga olib boradi.

Shunday qilib, katta guruh bolalarning harakat faolligi uchun qulay sharoit yaratishning asosiy yo‘nalishlari qatoriga quyidagilarni kiritish mumkin:

— jismoniy tarbiya ko‘rsatkichlarining miqdor va sifat xususiyatlarini baholash uslublarini ishlab chiqish;

— o‘sayotgan organizm morfofunktsional tizimlarini shakllantirishning ijobiy o‘sinh sur‘atlarini ta‘minlovchi jismoniy tarbiyaning sog‘lomlashtiruvchi ta‘sirini oshirish maqsadida dasturlarni takomillashtirish;

— harakat madaniyatini shakllantirish;

— yugurish, sakrash, tirmashish, uloqtirish, chap berish kabi turli harakatlarni bajarish asosida harakat faolligidan qoniqishni ta‘minlovchi milliy va harakatli o‘yinlarga yo‘naltirilgan harakat imkoniyatlarini amalga oshirishga bo‘lgan doimiy ehtiyojni ta‘minlash. Ko‘plab turli harakatlanish holatlari nafas olishni, qon aylanishi va modda almashinishi jarayonlarini faollashtiradi, o‘z navbatida, sport yo‘nalishidagi o‘yinlarning kuch, epchillik, chidamlilik, tezkorlik harakatlarning muvofiqligi kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga ta‘siri jihatidan tasniflash asosida ruhiy faoliyatga ijobiy ta‘sir ko‘rsatishga yordam beradi.

Xulosa: Tadqiqot natijalari kata guruhdagi bolalar jismoniy tarbiya amaliyotida milliy va harakatli o‘yinlardan foydalanish asosida qo‘yidagi tashkiliy uslubiy yondoshishga ko‘ra tavsiya qilish imkoniyatini beradi:

Har bir o‘yin pedagogik jihatdan maqsadga muvofiq bo‘lish shart, ya‘ni maktabgacha tarbiya yoshdagi bolalar uchun tushunarli, chidamlilik, tezkorlik kuch, epchillik, egiluvchanlik sifatlarini harakat tajriba xususiyatlarini xisobga olgan bo‘lishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1 Karimov I. A. Ijobiy ishlarimizni oxiriga yetkazaylik. T., «O‘zbekiston», 1994 y.
- 2 Karimov I. A. Biz qurish, yaratish yo‘lidan boraveramiz. T., «O‘zbekiston», 1995
- 3 Leontev.A.N.Deyatelnost, Soznaniye. Lichnost. M:Politizdat,1973