



**“MAKTABGACHA TA’LIM:
KECHA, BUGUN VA ERTAGA”
MAVZUSIDAGI**

**Respublika ilmiy-amaliy
konferensiya materiallari
(2021 yil 21 may)**

I

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI



**A.QODIRIY NOMIDAGI JIZZAX DAVLAT PEDAGOGIKA
INSTITUTI**

**“MAKTABGACHA TA'LIM: KECHA, BUGUN VA ERTAGA”
MAVZUSIDAGI**

Respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari

I QISM

(2021 yil 21 may)

Jizzax-2021

3. Давлатова Р.Ҳ. МАТН ДЕЙКСИСИ ВА УНИНГ ЎЗБЕК ТИЛИДА ИФОДАЛАНИШИ. // СОСТОЯНИЕ, ПЕРСПЕКТИВЫ, НОВЫЕ ПАРАДИГМЫ ИССЛЕДОВАНИЙ. 2019. -С. 49.

4. Ermatova Gulnoz Pirimovna 2020. INNOVATIVE EXEMPLARY ABILITIES OF AMIR TEMUR IN THE ORGANIZATIONAL ABILITIES OF YOUTH FORMATION. European Scholar Journal. 1, 4 (Dec. 2020), 12-14.

5. Jabborova D. Object and subject of educational technology. // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. (EJRRES) – Great Britian, 2019. – Vol.7. No.12. – P.158-160. (13.00.00. №1).

1. <https://qomus.info>
2. uz.wikipedia.org

JISMONIY TARBIYA MASHG‘ULOTLARIDA BADIY GIMNASTIKA ELEMENTLARINI O‘RGATISH METODIKASI

**M.N.Mirazimova,
JDPI o‘qituvchisi**

Bugungi kunda, jismoniy tarbiya va sport dunyo hamjamiyatining eng ustivor yo‘nalishlaridan biriga aylanmoqda. Sport turlaridan gimnastika esa asosiy vosita bo‘lib xizmat qilmoqda, gimnastika nazariyasi va amaliyoti bolalarni, o‘quvchilarni hamda sportchilarni saralash, o‘quv mashg‘ulotlarini rivojlantirish, psixologik, jismoniy, texnika-taktika va funksional tayyorgarlikda qo‘llaniladigan vosita va usullarni amaliyotga tadbiiq etish yuzasidan ko‘plab ilmiy tadqiqot ishlar o‘tkazilgan.

Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoev tomonidan 2019 yil 8 maydagi PQ-4312-son O‘zbekiston Respublikasi maktabgacha ta’lim tizimini 2030 – yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasi, 2020 – yil 24-yanvar PF-5924-son O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni

yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida Farmoni, 2019 – yil 13 fevral 118-son 2019–2023 yillarda O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish Konsepsiyasi hamda 2018-yil 14 avgustdagi PQ-3907-sonli “Yoshlarni ma'naviy-ahloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta'lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida”gi qarorlari ayni kunda izchillik bilan hayotga tadbiq etilib kelinayotganligi bunga yaqqol misol bo'la oladi.

A.Avloniyning ta'kidlashicha, sog'lom fikr, yaxshi axloq va ilm marifatga ega bo'lmoq uchun ham badanni tarbiya qilmoq zarur, deydi. Kimki sog'lom badanga ega bo'lsa, uning ishi kamchiliksiz, fikrlashi yaxshi, jismoniy va ruhiy tetik, mehnati unumli bo'ladi⁴. Demak, insonning aqliy, axloqiy va jismoniy kamoloti tariximizning hamma bosqichlarida ulug'langan va qadrlangan. Jismoniy tarbiya birinchi navbatda salomatlikni mustahkamlaydi, ish qobiliyatini oshiradi, umrni uzaytiradi, qaddi qomatni tetik qiladi, kuch-quvvat beradi. Shunday ekan, bolalarni jismoniy baquvvat qilib tarbiyalash - bu bitta ota-ona, maktabgacha ta'lim tashkilotlari yoki maktabning ishi emas, balki umumdavlat muammosi sanaladi, buni hal qilish uchun kompleks yondoshilsa maqsadga muvofiq bo'ladi.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida bolalarga badiiy gimnastika elementlarini o'rgatish, bolalarni jismoniy tomondan tarbiyalash, bolalardagi turli ko'nikma va malakalarni shakllantirish, ulardagi kuchlilik, tetiklik, tezkorlik, jismoniy tarbiyaning mohiyati va funksiyalari chaqqonlikni, chidamlilikni amalga oshirish, ziyraklik kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishdan iboratdir. Bolalarga badiiy gimnastika elementlarini o'rgatishda ularning sog'ligini, yoshini, jinsini va jismoniy tayyorgarligi hamda jismoniy qobiliyatini albatta hisobga olish kerak.

Badiiy gimnastika elementlari bolalarida sakrash, muvozanat saqlash, burilish, siltash, buyumlarsiz, buyumlar bilan, yo'nalish va

⁴Abdulla Avloniy. Turkiy guliston yoxud axloq. T.: “O'qituvchi”, 1992.

bo'shashtirish mashqlarini navbatlantirish bilan hamda shu bilan birga tayanch oldidagi mashqlarni o'z ichiga oladi, gavda, qo'l, oyoq mushaklarini mustahkamlaydi. Ular nafaqat kuchni, bo'g'imlardagi harakatchanlikni rivojlantiradi balki, mushaklardagi nozik sezgini, harakat koordinatsiyasini tarbiyalaydi, to'g'ri qaddi qomatni shakllantiradi, murakkab sharoitda muvozanat saqlashga yordam beradi. Badiiy gimnastika mashqlarini o'tkazishda raqsga xos elementlar va birikmalardan har xil yugurish va sakrash turlaridan foydalanish o'ziga xos xususiyatga ega.

Bolalarlar bu mashqlarni bajara turib yengil harakat qila olishlari uchun o'z tanalariga bemalol egalik qila oladilar. Badiiy gimnastikada shug'ullanuvchilarga mashqlarni to'g'ri bajarishni o'rgatish uchun ularning o'ziga xosligini tushuntirish va uning boshqa gimnastika turlaridan qanday farqi borligini bilishi kerak. Uning asosiy xususiyatlari dinamiklik va yaxlitlikdir. Ular qon aylanish va moddalar almashinuvini yaxlitlashga, harakat apparati, yurak qon-tomir tizimining funksional imkoniyatlarini oshirishga, ish qobiliyatini o'sishiga yordam beradi.

Bolalarga berilayotgan mashqlar to'g'risida dastlabki tasavvur paydo bo'lishi uchun murabbiy uni nomini to'g'ri aytishi va iloji bo'lsa sekinroq sur'atda, diqqatni texnika detallariga qaratib ko'rsatish kerak. Agar mashq murakkab bo'lsa, uni ko'rsatishdan oldin yordamchi mashqlarni bajarish kerak. Boshlang'ich tayyorgarlik davrida badiiy gimnastika bilan shug'ullanuvchilar mashg'ulotini haftada 4 marta kunning ikkinchi yarmida o'tkazish maqsadga muvofiqdir. Mashg'ulot tuzilishi umumqabul qilingan: tayyorlov qism (4-6 daq.), asosiy qism (28-30 daq.) va yakuniy qism (3-4 daq.)dan farq qilmaydi.

Xulosa qilib aytganda bolalar bilan jismoniy mashqlar mashg'ulotlarini tashkil qilishning ahamiyati juda katta va zarur. Jismoniy mashqlar jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligini, sifatini oshirishga, mashg'ulotlarni to'g'ri tashkil qilinishiga ko'maklashadi, to'g'ri jismoniy rivojlanishga erishadi, inson organizmi faoliyatidagi kamchiliklarni tuzatib, harakatlarni

koordinatsiyalash qobiliyatini yuzaga keltiradi, tartib-intizomni rivojlantirish va asab tizimini mustahkamlaydi. Jismoniy mashqlar mashg'ulotlari mazmuni bo'yicha ko'pqirralidir va turlicha: sayrlar, ertalabki badan tarbiya, sport musobaqalari, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari va boshqalar.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdulla Avloniy. Turkiy guliston yoxud axloq. T.: "O'qituvchi", 1992.
2. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi Toshkent – 2007.
3. M.N. Norqobilov., Z.S.Mirxodjaeva., V.V.Mahmudov. Jismoniy madaniyat va sport mashg'ulotlarida sog'lom turmush tarzini talabalar ongiga singdirishda pedagogik yondashuvlar. Monografiya. Toshkent 2019

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA GIGIENIK VOSITALARDAN FOYDALANISH KO'NIKMASINI TARBIYALASH

**Karimova Aziza Mamatkadirovna
Zayniddinova Zulxumor Isomiddinovna
SamDU o'qituvchilari**

Bolalarning sog'ligi, ularning jismoniy rivojlanishi haqida g'amxo'rlik qilish ularda tozalikka, pokizalikka, batartiblikka muhabbat uyg'otishdan boshlanadi. "Bolalar bog'chasining eng muhim vazifalaridan biri – deb yozgan edi N. K. Krupskaya, - bolalarda ularning sog'ligini mustahkamlaydigan ko'nikmalar hosil qilishdan iborat. Ilk bolalik davridan boshlab bolalarni ovqatlanishdan oldin qo'llarini yuvishga, alohida likopchadan ovqatlanishga, ozoda bo'lib yurishga, sochlarini oldirishga, kiyim boshlarini qoqiqb tozalashga, oyoq kiyimlarini artishga, qaynamagan suvni ichmaslikka,

MUNDARIJA

	Sh.S.Sharipov Maktabgacha ta'lim-bola kelajagining poydevori.....	3
	1-SHO'BA. BOLALARNI IJTIMOY-HISSIY, JISMONIY RIVOJLANTIRISH VA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISH VOSITALARI	
1	З.З.Яхшиева Кластеры в дошкольном образовании.....	7
2	N.Meliyeva Jarayonining ijtimoiy psixologik xususiyatlari.....	10
3	D.A.Karimov 6-7 yoshli bolalarni sport-sog'lomlashtirish bosqichiga tayyorlash jarayonini rivojlantirish yo'llari.....	14
4	Н.А.Бахриева Мактабгача ёшдаги болаларни ижтимоий-ҳиссий ривожлантиришда “мен-концепция”	17
5	U.Q.Xoliqov Maktabgacha ta'limda bolalarni shaxmat o'yini orqali jismoniy rivojlantirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishi.....	21
6	Д.Н.Бердиев Соғлом турмуш тарзини ривожлантиришда жисмоний тарбия ва спорт машғулотларининг аҳамияти.....	27
7	A.M.Karimova, Sh.Sh.Doniyorova Maktabgacha yoshdagi bolalarni shakllarni idrok qilishga o'rgatishda didaktik o'yinlardan foydalanish.....	30
8	Ш.М.Ўтамуродова Эртак орқали мактабгача ёшдаги боланинг ижтимоий-маданий малакасини шакллантириш.....	32
9	M.N.Mirazimova, Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida badiiy gimnastika elementlarini o'rgatish metodikasi.....	37
10	A.M.Karimova Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida gigiyenik vositalardan foydalanish ko'nikmasini tarbiyalash.....	40

