BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARI UCHUN JISMONIY TARBIYA DARSLARINI TO'G'RI TASHKIL ETISH

Oysha Rasulova Abduraim qizi
Shahrisabz davlat Pedagogika inistituti BT-yo'nalishi talabasi
Telefon: +998990759218

Annotatsiya: Yosh o'sib kelayotgan avlod (1-4 sinf) maktab o'quvchilarida sog'lom hayot tarzi va Jismoniy tarbiya darsining ahamiyatini yoritib berish va buning uchun pedagog maqsadini to'g'ri yo'naltirganligi, sog'lom har tomonlama mukkammal yetuk shaxs bo'lib ulg'ayish, jamiyatda o'z o'nini topa olishi.
Kalit so'zlar: Yetuklik, maktab, dars, o'yin, o'ziga ishonch, mehnat va vatanparvarlik, sport.

Kirish: O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyev 2021-yilni "Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili" deb nom berdilar. Mamlakatimizda ta'lim tizimiga sport sohasiga va aholi turmush tarziga yetarlicha e'tibor qaratilmoqda. Ta'lim muassasalariga yetarlicha shart sharoitlar qilinmoqda.

Yoshlarimiz sport sohasida ulkan zafarlar va yurtimiz bayrog'ini baland ko'tarmoqda, albatta sport sohasini eshitsak yoki qaysidir sportchimizning yutuqlari mashg'ulotlar jarayonini kuzatsak bizning ham tanamizda tetiklik, jushqinlik biz ham o'zimizga ishonchni his qilamiz bularning tag zamirida ulkan mehnat va harakat qiyinchilik irodalilik yotadi. Aslini olganda sport har birimiz uchun kerak, keling bundan avval biz har soha, kasb va qiziqishlarimiz biz uchun oddiy kuringan va oson deb bilgan sohalarning maqsadi mashaqqatiga tuxtalamiz.

Asosiy qism: Sport, sog'lom hayot bularni yaxlitlab aytadigan bo'lsak ertalabki badan tarbiya Jismoniy tarbiya fani va darsligi, biz sportni qachondan boshlaymiz va juda tez ulkan zafarlarga jamiyatga foydamiz tegadigan shaxs bo'lib qachon shaklandik : inson tug'ilganidan boshlab asta-sekinlik bilan jismonan va ruhan rivojlana boshlaydi oila a'zolarni va atrof muhitni anglab boradi.

Bolaning harakatlari ortib shu bilan birga ehtiyojlari va qiziqishlari,talablari ortadi. Psixologik va kuzatishlar tasiridan ham shuni bilamizki bola ulg'aygan sayin uning ehtiyojlari o'yin faoliyatidir. U harakatlari rivojlanishi bilan birgalikda kattalardek harakat qilishni, deylik avtobus haydashni, samaliyotda uchishni uning yoshiga to'g'ri kelmaydigan xohishlari talablari kuchayadi.

Bolaning har qanday ehtiyolarini o'yin orqali hal qilamiz. Bola ulg'ayib bog'cha va maktab ostonasiga chiqdi. Boladan endi o'quvchi maqomiga o'tdi unda qanday o'zgarishlar kuzatamiz uning aynan shu yoshida biz inqirozni kuzatamiz hush bu qanday inqiroz maktabning ichki va tashqi qonun qoidalari bola unga amal qilishi, oddiy elementlar partada to'g'ri utirish, tartibga amal qilish va dars jarayoni yozuv va turli xil darsga oid harakatlar shuning ta'sirida bola darsga borishni xohlamaydi.

Bu biz uchun oddiy holat bolaning injiqligi deb qabul qilamiz ammo, jismoniy rivojlanishi, mushak tuqimalari nimjon, organizmda o'zgarishi sust bo'lgan o'quvchilarni kuzatamiz 30 ta o'quvchining orasida ajralib qolishi passivlik holati ro'y beradi. Buni boshlang'ich sinflarda oldi olinmasa yillar davomida ham o'ziga ishonchsizlik hissi paydo bo'ladi bolalar ruhan sog'lom, ammo o'ziga ishonch qatiyyat yetishmaydi.

Bir sinfda 30 ta o'quvchini ham aqlan ham jismonan rivojlantirish uni jamiyatga sog'lom va barkamol yetuk qilib tarbiyalash, albatta pedagogning zimmasida.

O’quvchiga dars jarayonida Jismoniy tarbiya darsida uning yoshiga imkoniyatiga va jinsiga alohida e’tibor berish kerak, uning uchun mahoratli pedagog maqsad asosida rejani to‘g’ri tuzish va natija, o’quvchining ongliligini oshirishi talab etiladi. Bola to‘g’ri nafas olishi, qaddini tik tutishi, darsga faol qatnashishi, o’qituvchi tomonidan aktivlikni oshirish turli xil metodlardan foydalanish talab etiladi.
Darslarni ochiq havoda olib borishi, osondan qiyinga va oddiydan murakkabga yo’naltirmog’i lozim. Dars jarayonida to’rli o’yinlar va haftada salomatlik kuni tashkillashtirish, ertalabki badan tarbiya mashgu’lotlarini tushuntirish, mashq va dars davomida gigiyna talablariga amal qilish o’quvchida, guruh bilan jamoa bo’lib ishlash ko’nikmasi yaratish, do’stlik vatanparvarlik, har bir darsning tarbiyaviyligiga e’tibor berish maqsadga muvofiq.

XULOSA: O’quvchi va o’qituvchi uchun ham bu oson kechmaydi, o’quvchida zo’riqish toliqish va ba’zi harakat, o’yinlar va mashqlarda qiyinchiliklarga ham uchraydi , shu qiyinchilik natijasida unda kuchlilik, chidamlilik, uning irodasi toblanadi, kundalik hayotga mehnat faoliyatiga tayyorlanadi. Eng muhimi u sog’lom, baquvvat teran fikrlaydigan, yetuk, o’ziga bo’lgan ishonchi ortib, vatanparvar shaxs bo’lib kamol topadi va biz yuqorida keltirgan fikrlar tasdig’i sifatida sport sohalarida ham ulkan zafarlarga erishish bilan bir jamiyatga foydasi tegadigan shaxs bo’lib yetishadi. Pedagog ham o’z maqsadiga erishadi.

ADABIYOTLAR

1. D. Novikov, A. D. Mateev Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Toshkent “o’qituvchi” yil. I tom
2. O’zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning “Oliy Majlisga murojaatnomasi 29.12.2020
3. Jismoniy madaniyat dasturi. Toshkent 1998 yil