

O`ZBEKISTAN RESPUBLIKASI XALIQ
BILIMLENDIRIW MINISTIRLIGI

A`jiniyaz atindag`i No`kis ma`mleketlik
pedagogikaliq instituti

PITKERIW QA`NIGELIK JUMISI

Tema: «Mektep oqiwshilarinin` dene ta`rbiyasi boyinsha klasstan
tis jumislarinin` a`hmiyeti ha`m iske asiriw usillari»

N O` K I S - 2016

Tema: «Mektep oqiwshilarinin` dene ta`rbiyasi boyinsha klasstan tis jumislarinin` a`hmiyeti ha`m iske asiriw usillari»

Pitkeriw jumisin

jaziwshi:

Doshanov Aziz

Ma`mleketlik attestatsiya komissiyasinin` qarari:

Doshanov Azizdin` pitkeriw qa`nigelik jumisina « » ball koyilsin.

M.A.K. baslig`i:

M.A.K. ag`zalari:

MAZMUNI

Kirisiw

1. Dene ta`rbiyani sabaq formasinda sho`lkemlestiriw

1.1. Sabaq du`zilisinin` o`zgeshelikleri

1.2. Oqiwshilardin` iskerligin aktivlestiriw

1.3. Sabaqtin` tu`ri-o`zgeshelikleri

1.4. Sabaqtin` waziypasin aniqlaw usillari

1.5. Tayarliq ha`m tiykarg`i bo`limlerinin` baylanisi

2. Dene ta`rbiya sabag`in sho`lkemlestiriw metodlari

2.1. Dene shinig`iqlarin u`yretiw usillari

2.2. Teoriyalik materiallarga u`yretiw usillari

3. Dene ta`rbiyani sho`lkemlestirwdin` klasstan tis jumis tu`ri

3.1. Fizkul`tura ha`m sport boyinsha klasstan tis jumislari jobalastiriw

3.2. Dene ta`rbiyani sho`lkemlestirwdin` mektepten tis jumis tu`ri.

4. Juwmaqlaw

5. Annotatsiya

6. A`debiyatlar

Kirisiw

Ha`r ta`repleme denesi rawajlang`an, den-sawlig`i ku`shli, sawatli jaslardi ta`rbiyalaw-bul ha`r bir rawajlang`an ja`miyettin` talabi ha`m waziypasi.

O`zbekstan Respublikasinda keleshek jaslardin` dene ta`rbiyasina ayriqsha kewil bo`linbekte. Salamatli jaslardi ta`rbiyalaw, balalardin`

organizmin ha`r ta`repleme rawajlandiriv jaslardin` dene ta`rbiya sport sabaqlarina qatnasin ta`miynleniw boyinsha bir qansha ila`jlar ko`rilip atir.

Bug`an jene ha`m sporto tuwrali (1992 jil 14 yanvar`da) «Salamat a`wlad ushin» (1994 4 mart) «O`zbekstanda olimpiada ha`reketlerin bunnan bilayda rawajlandiriv ha`m Sedney qalasindag`i (XXV olimpiada) oyinlarina «O`zbekstan oyinshilarin tayarlaw» haqqindag`i (2000 j 6-iyun`) ha`m sonday-aq futboldi rawajlandiriv boyinsha O`zbekstan Respublikasi Prezidenti I. A. Karimovtin` o`z waqtinda shig`arg`an qararlari ha`m ko`rsetpeleri da`lil bola aladi.

2002 jil 24-noyabr` ku`ni O`zbekstan Respublikasi Prezidenti I.A. Karimov «O`zbekstannin` balalar sportin rawajlanliriv qorin du`ziw haqqinda» pa`rmanina qol qoydi. Bul balalar sportin rawajlandiriwda u`lken a`hmiyetke iye.

Bizin` Respublikamizda dene ta`rbiya ha`m sport a`hmiyetli ma`mleketlik waziypantin` biri bolip esaplanadi. Bul waziypantin` a`hmiyetli tarawdarinin` biri oqiwshilarg`a shinig`iwlardi u`yretiw bolip esaplanadi. Bul waziypa tiykarinan mekteplerde iske asiriladi.

Bul jumisti baslawish klasslarda dene ta`rbiyani waziypasi ha`m metodlardi berilgen. Oqiwshilardi ha`r ta`repleme rawajlandiriwdin` a`hmiyeti ko`rsetilgen, dene ta`rbiya sabag`in sho`lkemlestiriv boyinsha usinislari, oqiw materiallarin jobalastiriv, u`yretiw mektep bag`darlamasina sa`ykes oqiwshilardin` ha`reket sapasin rawajlandiriv metodlari berilgen.

Mektepte dene ta`rbiya mug`allimi dene shinig`iwlarin u`yretiw menen birge, ol jas balalardi ha`r ta`repleme ta`rbiyalaydi, iske asiradi. Onin` tiykarg`i waziypasi: oqiwshilardin` den sawlig`in bekkemlew ushin ha`r tu`rli ilajlardi paydalanip denesin rawajlandiradi ha`m joqari da`rejeli miynet uqibina ta`rbiyalaydi. Dene ta`rbiya sabag`i waqtinda oqiwshilarg`a bag`darlamada berilgen teroiyaliq mag`liwmatlardi xabarlaydi, mug`allim oqiwshilarg`a azang`i gimnastikani, juwiriwdin` a`hmiyetin aytip beredi. Oqiwshilarg`a dene ta`rbiya boyinsha bilimdi tu`sindiriv arqali aqil oyinin` rawajlaniwina unamli ta`sir

jasaydi. Aktiv ha`reket iskerlik ha`mme waqit adam miyinin` funtsionalliq rawajlanishina ta`sirin tiygizedi. Bul jumista kishi klasslar oqiwshilardin` dene ta`rbiyasinin` waziypasi ha`m oni iske asiriw metodlari berilgen, oqiwshilardi ha`r ta`repleme ha`m gormonikaliq rawajlanishinin` a`hmiyeti ko`rsetilgen, dene ta`rbiya abag`in sho`lkemlestiriw, oqiw materiallari, oqiwshilardin` ha`reket sapasin chrawajlanishi uliwma bilim beretug`in mektepler ushin shiqqan bag`darlamag`a sa`ykes berilgen.

Son`g`i jillari toplang`an ta`jiriybeli mug`allimlardin` is ta`jiriybeleri konkretlestirilgen. Oqiwshilardin` ha`reket sapasin rawajlandirishda jeke isleniw jollari ko`rsetilgen «Sabaq waqtinda oqiwshilardin` uqip ha`m ko`nligiwlernin` qa`liplesiwine ta`sir jasaw shinig`iwlardi u`yretiwdin` tiykarg`i waziypasinin` biri» ep ko`rsetedi. (G.P. Bogdanov, 1984 j)

O`zbekstan Prezidenti I.A. Karimovtin` ma`jilislerde shig`ip so`ylegen bayanatlarinda bir neshe irtet bilay dep atap ko`rsetilgen: «Mektep jaslarg`a dene ta`rbiyanin` tiykarin» beriw tiyis. Demek, bul oqiwshilarda fizkul`tura ha`m sportqa bolg`an qizig`iwshilig`in payda etiw ha`m dene ta`rbiya ila`jlari menen ta`miynleniw

Oqiwshilardin` dene ta`rbiyami menen ta`miynleniwdin` tiykarg`i formasi-bul dene ta`rbiya sabag`i. Sabaq waqtinda oqiwshilarda erk sapasi ha`m olardin` o`zine ta`n jeke sapasi ta`rbiyalanadi: Ku`ndelikli dene shinig`iwlarina talabi payda bola aladi: oqiwshilar turmista kerekli ha`reket qozg`alislarina u`yretiledi: ha`reket sapalari rawajlanadi: miynet ha`m watandi qorg`aw uqibi qa`liplesedi: Sonday-aq dene ta`rbiya sabag`i oqiwshilardin` den-sawlig`in bekkemleydi.

Joqaridag`i ati atalg`an waziypalar to`mendegishe iske asiriladi: Mug`allim sabaq waqtinda oqiwshilarg`a bag`darlamada berilgen teoriyalik mag`liwmatlardi xabarlaydi. Bul mag`liwmatlardin` mazmuni to`mendegilerden turadi:

1. Adamnin` ha`r ta`repleme rawajlaniwinda dene shinig`iwlarinin` a`hmiyeti, dene ta`rbiyanin` ja`rdeminde salamatliqti jaqsilawg`a bolatug`inlig`i: aqil iskerliginin` joqariliwin: deneni shini

qtiriw ilajlari: azang`i gigienaliq gimnastikanin` a`hmiyeti h.t.b.

2. Alpamis-Barshinay iesiinin` a`hmiyeti, test tapsiriw jollari t.b.

3. Shinig`iw menen shug`illaniw ha`m dem alivw, awqatlaniw, tazaliq, sport kiyimleri tuwrali tu`sinik beriw ha`m t.b.

4. Shinig`iw texnikasi, shinig`iwlardi orinlaw usillari, sport jarislari, sport jarislarinin` qag`iydasi t.b.

5. Dene tayarlig`inin` metodlari, shidamliliqti, ku`shti, tezlikti, shaqqanliqti rawajlandiriw jollari jumistin` ko`lemin retlestiriw, sportqa shiniqtiriw ta`rbiti ha`m t.b.

Aktiv ha`reket iskerligi miydin` funktsionalliq mu`mkinshiligin rawajlandiriwdi, oqiwshilardin` aqil iskerligin joqarilatadi.

Dene ta`rbiya sabag`inin` en` basli waziypalarinin` biri-bul oqiwshilarda fizkul`tura ha`m sportqa qizig`iwshilig`in ta`rbiyalaw. Dene ta`rbiya mug`alliminin` waziypasi-oqiwshilarda nrawliq isenimdi ta`rbiyalaw. Mug`allim barliq ha`reketleri menen oqiwshilarg`a u`lgi boliwi tiyis. Sonin` ishinde dene ta`rbiya mug`allimi joqari klassifikatsiyali qa`niyge boliwi tiyis. Sol waqitta g`ana joqarida aytilg`an waiypalar na`tiyjeli iske asiriliwi mu`mkin. Ta`jiriybeli mug`allim oqiwshilarda sportqa bolg`an qizig`iwshilig`in qa`liplestiredi. O`zine ja`rdemshi sportti sho`lkemlestiriwshilerdi, sud`yalardi, ja`miyetlik ha`m jeke qatnasiqlardi rawajlandiriwda,sonday-aq jeke adamnin` qa`liplesiwinde u`lken a`hmiyetke iye.

Mektep oqiwshilari dene ta`rbiyasinanin` ha`rqiylı waziypalarin iske asiriw ushin, bir-birine baylanisli bir neshshe sistemalardin` ta`sir etiwın talap etedi. Sonday-aq bul jumisqa, mektepten tis sho`lkemler ha`m sem`ya qatnasadi.

Mektepte dene ta`rbiyani sho`lkemlestiriwdin` sabaq formasına minalar kiredi:

1. Dene ta`rbiyani sho`lkemlestiriwdin` sabaq formasi ha`ptesine 2 ret o`tkeriletug`insabaq.

2. Klasstan tis o`tkeriletug`in jumislar-sport shiniqtiriwi, jaris o`tkeriw, turistlik poxod ha`m sport bayramlarin o`tkeriw t.b.

3. Aktiv dem aliwdi sho`lkemlestiriw-ha`r qiyli oyinlar, gigienaliq gimnastika h.t.b.

Mektepten tis mekemelerde to`mendegi jumislar iske asiriladi:

1. Jaris sport mektebi jumislari.

2. Dem aliw lagerlerinde sho`lkemlestiriletug`in dene ta`rbiyasi.

3. Balalardin` jasap turg`an orinlarinda (maxalle) dene ta`rbiya boyinsha o`tkeriletug`in jumislar (jarislar h.t.b) Sonday-aq sem`yada o`zide shinig`iwlardi orinlaw t.b.

I-bap Dene ta`rbiyani sabaq formasinda sho`lkemlestiriw.

Oqiwshilardin` dene ta`rbiyasina ha`r qiyli waziypalarin iske asiriw ushin, oni ha`r tu`rli formada sho`lkemlestiriwdi talap etedi (sabaq, klasstan, mektepten tis jumislar).

Sabaq-dene ta`rbiyasi sabag`i pa`ni boyinsha oqiw jumisinin` tiykarg`i tu`ri, ol mekteptin` uliwma rejesinde ha`m oqiw jobasina tiykarlanip o`tkeriledi. Dene ta`rbiya sabag`i bag`darlama boyinsha belgilengen waziypasina ha`m mazmunina qarap o`zine ta`n o`zgesheliklerine iye.

Sabaqtin` waziypasi: sabaq o`tiw dawaminda bilim beriw, ta`rbiyaligha`m den-sawliqti bekkemlew waziypalarin iske asiradi. Bul oqiwi waziypasi izbe-izlik penen sherek ha`m jil dawaminda bir-birine baylanistirilip alip bariladi. Sabaq waqtinda oqiwshilarg`a uqip ha`m ko`nligiw boyinsha bilim beriledi. Ko`p jilliq ta`jiriybelerden belgili, ha`r sabaqta, ha`r sabaqta bag`darlama enen belgilengen oqiw materiallarin u`yreniw ha`m jetilistiriw boyinsha 2-3 waziypa sheshiledi. Bul materiallar oqiwshilardin` dene ta`rbiyalig`ina sa`ykes den-sawliqti bekkemlew ha`m ta`rbiyalaw waziypasi u`lken a`hmiyetke iye. Bul waziypalardi konkretlestirip, qisqa mu`ddette sheshiw qiyin. Mu`mkinshiligi bolg`ansha jobalastiriliwi tiyis. Ha`r bir sabaqqa tayarlag`anda oqitiwshi konkretlestirilip ha`m toliqirip bariwi tiyis. Sabaqtin` waziypasin belgilewde du`zilisiz ha`m mazmuninin aniqlaw quralların, usılların tan`lap alıwda oqitiwshidan puxta tayarlıqti talap etedi. Mektepte sabaq o`tiwdin` qiyinshilig`i, bul bala saninin` ko`p boliwi, olardin` dene ta`rbiyalilig`ina o`zgesheligi ha`m jeke jas o`zgesheliklerinin` ha`rqiyli bolg`ani esaplanadi. Bag`darlama materiallarinin` ko`lemi ko`p, sonin` ushin ha`r bir sabaq oylania du`zilip, ha`r bir minut duris paydalaniwi tiyis.

Oqiwshi quramali waziypalardi geshiw qolayli jolların, usılların islep shig`iwi tiyis. Bul ushin oqitiwshi ha`r bir o`tken sabaqti tallap, jetekshi oqitiwshilardin` ta`jiriybesinen ha`m a`debiyatlardan puxta tayarlanıwi kerek. Sonlıqtan da sabaqqa tayarlanıw oqitiwshidan ko`p waqitti, izleniwshilikti talap etedi.

1.1. Sabaq du`zilisizinin` o`zgeshelikleri.

Oqiwshilardin` jas o`zgesheliklerin esapqa alıp dene ta`rbiya sabag`inin` du`zilisi u`sh bo`limnen quraladi ha`m ha`r qiyli mazmunda du`ziledi. Kishi klassalrda den sawlig`in bekkem ha`m tik boyinin` duris qa`liplesiwine ko`p

diqqat beriledi. Oqiwshilardin` dene tayarlig`inin` ele de kem ekenligin esapqa alip, ko`binese za`ru`rli qozg`alis ha`m ha`reket tu`rleri u`yretiledi. Usig`an baylanisli ha`r bir bo`limnin` waziypasi birinen ekinshisine o`tipt tig`iz baylanisip baradi, olay tepi bir waqitta deneni jumisqa tayarlaw menen birge jan`a materialdi u`yreniw waziypasi sheshiledi (mis. Sapqa turiw, uliwma rawajlaniw shinig`iwlari). Sabaqtin` birinshi bo`limi kirisiw, tayarliq bo`limi bolip uliwma tayarliq shinig`iwlari berilip deneni sabaqqa tayarlaw menen birge den-sawliqti bekkemlew ha`m tik qa`ddin qa`liplestiriw, jumis iskerliginin` tu`rleri o`zgerip, ha`r bo`limde o`zine ta`n shinig`iwlari orinlanadi.

Klass joqarilag`an sayin, jumistin`, shinig`iwlardin` ko`lemi artip baradi, qizlar ha`m balalar ushin waziypa ayirilip belgilenedi.

9-10 klasslarda balalar ha`m qizlar ushin sabaq bo`lip o`tileti, du`zilisi de basqasha quraladi.

Oqiw sabag`i sapali o`tiliwi ushin sabaqti sho`lkemlestiriwdi duris ta`miynleniw, oqiwshilardin` iskerligin aktivlestiriw, turaqli basshiliqti ha`m oqitiwshinin` baqlap bariwi talap etiledi.

Sabaqti sho`lkemlestiriwdi ta`miynlew: Sabaqti sho`lkemlestiriw ushin islenetug`in ilajlar, onin` barasina ja`rdemin tiygizedi ha`m oqiwshilardi ba`rhama sho`lkemlestiriwshilikke ta`rbiyalaydi. Sabaqtin` mazmunli o`tiwin sho`lkemlestiriwdi ta`miynlew ilajlari oqiwshilardi ta`rtipke shaqiradi ha`m iskerligin arttiradi. Dene ta`rbiya sabag`ina tayarliq ta`nepis waqtinan-aq baslanadi. Sebebi, oqiwshilar sabaq baslang`ansha sheshinip-kiyinip tayin boliwi tiyis. Bul sho`lkemlestiriw jumisin baslawish klasslardan baslap ta`rtipke salg`an maqul. Oqiwshilardin` arasinan belgilenetug`in na`wbetshinin` waziypasin aniqlap beriw kerek.

Sabaq o`tiletug`in orindi, kerekli u`skeneler menen ta`miynlew aldin-ala oqitiwshi ta`repiyen islenedi. Bul ushin na`wbetshige tapsirma berip, orinlaniwin taap etedi ha`m usinin` menen oni jen`il miynetke u`yretedi. Tapsirmanin` duris, puxta orinlaniwi ushin olarg`a shamasi keletug`in waziypa ju`klenedi. Mis: baslawish klasslarda eki na`wbetshi belgilenedi, birewi raport

beredi ha'm kiyinip-sheshinetug'in jaydi ta'rtipke keltiredi, al ekinshi sabaq ushin kerekli u'skenelerdi, toplardi tayarlaydi. Tapsirma kem-kemnen qiyinlastirilip o'zinshe orinlaw talap etiledi ha'm jeke balalarg'a ayirim tapsirmalar beriledi. sabaq o'tilip atirg'an orindi tazalaw, snaryadlardi ornalastiriw ha'm jiynaw tapsirma boyinsha orinlanadi. A'sirese shinig'iwdi orinlaw waqtinda qa'wipsizlikti saqlaw baslawish klasslardan baslap u'yretiledi ha'm uris orinlaniwi talap etiledi.

Oqiwshilardin` jas o'zgesheliklerine, tayarlig`ina qarap sho'lkemlestiriwdi ta'miynlew ha'r tu'rli boladi(frontal` ha'mme bir waqitta, topar bolip, do'n`gelek bolip diziliip jeke ha'm t.b.) Baslawish klasslarda frontal` usilinin` ha'r qiyli tu'rleri paydalaniladi. Sho'lkemlestiriwdin` topar usilina o'tkende, klasstin` joqarg'i da'rejede ta'rtpiligigi ta'miynleniwi ha'm oqitiwshinin` ja'rdemshileri aldin-ala tayarlang'an boliwi tiyis.

4-5 klasslarda kishkene toparlarga bo'linip sho'lkemlestiriliw usili paydalinadi. Ha'r toparda buoir u'yretilgen shinig'iwlar bir waqitta orinlanadi. 8-klasstan baslap ha'm joqari klasslarda, toparlarda orinlanatug'in shinig'iwlardin` tezligi qaytalaniwi sani joqarilay baslaydi. Ha'r topar ushin shinig'iwlardin` bulshiq et toparlarin rawajlandiriw ushin tallap aliw, qaytalaniw sanin belgilew, orinlaniw waqtin retlestiriw ha'm tolpar baslap aylanip orinlaniwin ta'miynlew, bulardin` ha'mmesi ha'reket sapalarinin` ha'r ta'repleme rawajlaniwina ta'sirin tiygizedi.

Sabaqti sho'lkemlestiriwdin` jeke tu'ri: jeke sho'lkelestirgende tasirma kem-kemnen qiyinlastirip baradi. Bunday jag`dayda o'zinshe erkin oynaytug'in oyunlar, bular jeke yamasa toparg'a biriktirilip tapsirma retinde beriledi. Joqari klassa oqiwshilari ushin o'zinshe jeke orinlaw ushin tapmirma beriledi. Olar sabaq waqtinda jeke tapsirmalari orinlaydi, jarislarda to'relik etiw jumislarina qatnasadi. Oqiwshi ta'repinen beriletug'in tapsirmalar tu'sinikli, jen'il orinlanatug'inlig'i boliwi tiyis. Sabaqtan bosatilg'an oqiwshilarg'a beriletug'in tapsirma aldin-ala belgilenip qoyiladi ha'm is jobada eskertip ko'rsetiledi.

1.2. Oqiwshilardin` iskerligin aktivlestiriw

Sabaqta oqiwshilardin` ha`reket aktivligi sabaqtin` waziypasin, sapali tu`siniwine baylanisli. Usi jag`dayda ol shinig`iwdi duris, jaqsi orinlawg`a umtiladi. Sondayg`-aq shinig`iwdin` mazmunin teren` tu`sinedi, ha`rekettin` na`tiyjeligine erisiwge umtiladi ha`m o`zinshe aktiv orinlawg`a tirisadi. Oqiwshilardin` bilim aktivligi payda etiw menen mug`allim shinig`iwlardi salistirip tallawg`a, a`meliy ha`reketlerin iske asiriwg`a jayday tuwg`izadi. Oylaw aktivligi ha`rekke iskerligine sa`yes boliwi ushin sabaq dawaminda ha`r bir oqiwshinin` tinimsiz jumis islewin ta`miyn etiw kerek ha`m dem aliwin, jumis iskerliginin` o`zgerip turiwin, onin` qaytalaniw da`rejesin esapqa alip turadi.

Oqiwshilardin` iskerligin ha`r qiyli jollar menen aktivlestiriw mu`mkin. mug`allim sabaqtin` waziypasin oylanip aniqlaw arqali olarda biliw qizig`iwshilig`in arttiriw mu`mkin. Waziypani qisqa, aniq xabarlaw izleniw ha`reketine iye boladi. Bunday jag`dayda oqiwshilardin` o`zleri oylanip biliw ushin izlenedi. Mis: mug`allim «to`mengi startti» u`yreniw waqtinda barliq jag`dayin tu`sindiredi. Usig`an baylanisli soraw qoyiwi mu`mkin: jaqsi pa`t alip juwiradi, tezlik nennin` esabinan payda boladiW Bul jerde oqiwshi oylanip waziypani sheshiwge umtiladi.

Ko`rgizbeli qurallardi paydalaniw arqali oqiwshilarda qizig`iwshiliqti payda etip, aktivligin arttiriw mu`mkin. Shinig`iwdin` orinlaniwin baqlaw ha`m o`zi orinlaw arqali, sonday-aq qa`tesin du`zetiW jollari menen oqiwshilardin` iskerligin joqarilatadi. Mis: oyin sabag`inda oqiwshilardin` bir oyinshinin` izinen baqlaw tapsirmasi beriledi: tapsirma barliq qa`tein emapqa alip jazip bariw, hu`jimshi ha`m qorg`awshinin` ha`reketin baqlaw tapsirmasi beriledi: tapsirma-barliq qa`tesin esapqa alip jazip bariw, hu`jimshi ha`m qorg`awshinin` ha`reketin baqlaw, olardi tallaw ha`m t.b. Oqiwshilardi o`zinshe ha`reket etip ayirim waziypalardi sheshiwge u`yretiW. Mis: shinig`iwlardi o`zinshe du`ziwdi tapsiriw, ha`r qiyli variantlardi islep shig`iwdi tapsiriw. Oqiwshilardi jeke o`zgesheligine qarap u`yretiW. Shinig`iwlardi u`yretiWde olardin` dene

tayarlig`i, biologiyaliq mu`mkinshiligi, ha`reket sapasinin` rawajlaniwi esapqa alinadi. Bul oqiwshilardin` programmaliq materiallardi u`yreniwine mu`mkinshilik beredi. Usilayinsha ha`r bir jeke oqiwshinin` jeke o`zgesheligin esapqa alip u`yretiw dawaminda alip bariladi. Oqiwshilari dene tayarlig`ina qarap toparg`a bo`lip olardin` ku`shine, uqibina qarap tapsirma beriw ha`m orinlaniwin talap etiw maqul boladi. bul oqiwshilardin` sabaqqa ha`m tapsipmani o`z waqtinda orinlawg`a qiziqtiradi. Berilgen tapsirma, shinig`iw duris orinlang`annan keyin, ekinshi ko`birek quramali shinig`iwdi u`yreniwge o`tip baradi. Tapsirmalardin` orinlaniwina mug`allim ta`repien baqlanip, tekserilip bariladi.

1.3. Sabaqtin` tu`ri-o`zgeshelikleri

Ha`r qanday sabaqti o`lkemlestiriwde onin` mazmuni boliwi onin` waziypasina sa`ykes metodikani tan`lap alip, onin` o`zgesheligin esapqa alip du`ziw kerek. Sabaqtin` o`zgeshelik tu`rin ajiratiw ushin onin` waziypasinin` bag`dari esapqa alinadi. Sabaqtin` o`zgesheligin esapqa adip bes tu`rge bo`ledi: kirisiw, jan`a materiallardi u`yreniw, o`tilgen materiallardi jetilistiriw, tekseriw ha`m aralas sabaq. Sabaqtin` ha`r bir tu`ri ushin oqiwshilardin` jas mu`mkinshiligine qarap, onin` aktivlestiriw ha`r qiyli boliwi mu`mkin.

Kirisiw sabag`i: Oqiwshilardi oqiw jumisinin` waziypasi, bag`darlamanin` talaplari menen tanistiriw ushin o`tkeriledi. Uliwma xarakterde teoriyaliq mag`liwmatlar xabarlanadi. Sonin` menen birge, klasstin` o`zgesheligi, oqiwshilardin` jan`a shinig`iwlardi u`yreniwge tayarlig`i aniqlanadi. Jilina bir ret klassta teoriyaliq sabaq o`tiliwi mu`mkin. Biraq, kirisiw sabag`i yarimi tolig`i menen dene shinig`iwlarin orinlaw menen o`tiliwi mu`mkin.

8-klassta ko`binese sabaqqa tayarlaniwdi ha`m sabaqti ta`rtipti saqlawg`a u`yretiwge kewil bo`linedi. Sport zali, sport maydanshalari menen tanistiriw ushin ekskursiya sho`lkemlestiriw mu`mkin.

Oqiwshilardin` dene tayarlig`in, aktivligin, ta`rtipligin ha`reketli oyinklardin` ja`rdemi menen aniqlag`an maqul boladi. Usi sabaqta test o`tkeriw ja`rdemi menen dene tayarlig`in tekserip biliwge boladi.

Jan`a materiallardi u`yreniw sabag`i: bul sabaqti jan`a materialg`a qizig`iwdi payda etiw ushin waziypa ken`irek qoyiladi. Sabaqtin` waziypasina teoriyalıq mag`liwmatlardi xabarlaw ha`m shinig`iwlardi ko`rgizbeli qurallar menen demonstratsiya etiw kirgiziliwi mu`mkin.

Uliwma rawajlandirıw shinig`iw toparina kirgizilgen tayarlıq ha`m ja`rdemshi shinig`iwlar jan`a qzg`alis ha`reketleri tuwrali tu`sinik payda etiwge bag`darlang`an boliwi tiyis. Bunday sabaqlar ushin sabaqtin` birinshi bo`liminde sharhasa tiykarg`i bo`limde waziypa sheshiwge aktivligi kem boladi. sabaqtin` tayarlıq ha`m tiykarg`i bo`limi bir-biri menen tig`iz baylanisli boliwi tiyis. Oqiwshilardi sho`lkemlestiriw izbe-izligi saqlanıp qisqa waqıtta boliwi tiyis. Bul shinig`iwdi birinshi wyretiw waqtındp oqiwshilardi basqariwg`a ha`m tekseriwge mu`mkinshilik beredi. Shinig`iwdi orinlaw jag`dayi retlestiriliwi tiyis. Mis: biyiklikke sekiriw ushin zaldin` uzinina rezina tartiladi, bul waqıtta uttirmay barlıq oqiwshilardin` sekiriwin ta`miynleydi. Jan`a materiallardi u`yreniwge pu`tin bir sabaq ajiratiliwi mu`mkin. Sabaqtin` ha`r ta`repleme ta`siretiw talabına muwapiq tiykarg`i bo`limnin` aqirına bo`limnin` aqirına shinig`iwdin` basqa tu`ri kirgiziliwi tiyis. Mis: ku`shti yamasa shidamlılıqti rawajlandirıw shinig`iwi. Sabaqtin` juwmaqlaw bo`liminde tiykarg`i waziypag`a qaytv aylanıp, u`yretilgen material boyınsha sorap ko`riw talap etiledi, keyin u`y tapsirmasin berse boladi.

U`yretilgende jetilistiriw sabag`i: bul sabaq o`tilgen shinig`iwlardin` texnikasin teren`irek u`yreniwge arnawli ha`reket sapasin rawajlandirıwg`a ha`m bekkemlewge bag`darlang`an. Sabaqtin` waziypası qisqasha belgilenedi, sebebi oqiwshilardin` bul sabaqti o`tiletug`in shinig`iw tuwrali tu`sinigi bar. Sabaqtin` kirisiw bo`liminde waqıt basqa sabaqlarg`a qarag`anda ko`birek ajiratiladi, bul bo`limde waziyası belgilenedi. Ha`rqiyli tezlikte juwiriw, shaqqanlıqti talap etetug`in shinig`iwlar t.b. lar ken`nen paydalaniladi. A`sirese,

ha`rqiylı tosqinlıqlar, aralas shinig`iqlar, estafeta, oyınlar jaris tu`rinde paydalaniladi. Bul sabaqta sabaqtin` tig`izlig`i basqa sabaqlarg`a qarag`anda joqapılaw boladi. sabaqtin` juwmaqlaw bo`liminde ko`birek waqıt jumistin` pa`seyiwine, denenin` burıng`i xalina keliwine ha`m teren` dem aliwdi retlestiriwge jumsaladi.

Tekseriw sabag`i: bul sabaq ayırım temalardı yamasa bag`darlamanin` bir bo`limnin` juwmaqlawg`a arnaladı oqıwshinin` o`z ku`shin, dene tayarlig`in snaryadlara sinap ko`riwge mu`mkinshilik beriledi. sabaqtin` juwmag`ına ha`r bir oqıwshi o`zinin` tayarlig`in sinap ko`riw, qanday baha alg`anlig`in ha`m shinig`iqlardı qanday da`rejede orınlay alatug`inlig`in o`zleri tu`siniwi tiyis.

Aralas sabaq: bul sabaqtin` eki- wsh waziypası belgileniwi mu`mkin. Ha`r waziypa oqıwshılardan belgili tayarlıqtı talap etedi. Mis: jan`a materialdı u`yretiw, shinig`iwdi baha aliw ushin orınlaw ha`m o`tileug`in shinig`iqlardı bekkemlew t.b.

:yge tapsırma: dene ta`rbiyası boyınsha u`yge beriletug`in tapsırmanın` ayırıqsha o`zgesheligi bar, ol oqıwshılardin` ha`reket aktivligin joqarılatiwg`a, deneni ha`r ta`repleme rawajlandiriwg`a xızmet etedi. Beriletug`in tapsırma o`zinshe bilim aliwg`a, ha`reket sapasin rawajlandiriwg`a, bag`darlamanin` ayırım bo`limlerin bilip aliwg`a dene tayarlig`in jaqsılawg`a den-sawlıqtı bekkemlewge bag`darlang`an.

U`y tapsırması oqıwshılarda o`zinshe shinig`iqlardı orınlaw uqibinin` qa`liplesiwine, sho`lkemlesiwinin` ha`m turaqlilig`in rawajlaniwına mu`mkinshilik beredi.

U`y tapsırmaları to`mendegishe beriliwi mu`mkin:

a) Sabaq waqtında orınlang`an ja`rdemshi tayarlıq ha`m tiykarg`i shinig`iqları.

b) Sabaqtin` waziypasına baylanisli o`zinshe oylap shinig`iw du`ziw

v) Oqitiwshi ta`repinen du`zilgen kompleks shinig`iqlar uzaq waqıt orınlaw ushin beriliwi mu`mkin (birneshe ha`pte, sherek jıl

Sunday-aq sportin` tu`rleri boyinsha protokol du`ziw, ko`rgizbeli qural tb. qosimsha tapsirma beriliwi mu`mkin. Usi tapsirmaların islep shig`iwda oqitiwshi onin` u`y jag`dayında orinlawg`a bolatug`inlig`in esapqa aliwi tiyis. Sonin` menen birge, u`y tapsirmasin orinlawg`a, olardin` ata-anaların da qiziqtirip gu`rrin`lesip turg`an maqul boladi.

1.4. Sabaqtin` waziypasin aniqlaw usillari.

Dene ta`rbiya sabag`i metodikalıq jaqtan sapalı o`tiwi ushin qoyilatug`in talaplardin` biri bul-onin` waziypasinin` aniq, qisqasha etimp qa`liplestiriw bolip esaplanadi. Bul ushin shereklik ha`m bir jilliq waziypanı jaqsi biliw kerek boladi. Sabaqtin` waziypasinin` izbe-izligi saqlanıp, ju`da` aniq ha`m sabaq waqtında qaliwsız iske asiriwi tiyis.

Sabaq waqtında bilim beriw, ta`rbiyalıq ha`m den-sawliqti bekkemlew waziypaları sheshiledi. Ha`r sabaqqa qoylitaug`in waziypanın` sani bag`darlama boyınsha berilgen shinig`iwlardı, oqiwshılardıń berilgen shinig`iwdardı u`lgeriw mu`mkinshiligine ha`m oqiw ta`rbiya jumisinin` maqsetine baylanisli boladi. Ha`r bir sabaq 3 waziypag`a shekem sheshiliwi mu`mkin, a`lbette birinshi ret sabaqtin` sapalı o`tiliwine diqqat ko`birek boliwi tiyis.

Sabaqtin` waziypasin aniqlag`anda u`yretiwdin` izbe-izligi, ha`reket sapasin ta`rbiyalaw, uqib ha`m ko`nligiwdi qa`liplestiriw ha`m tag`i basqa esapqa alinadi. Mis: jan`a shinig`iwdi u`sindiriw, bolip u`yretiw, o`tilgendi qaytalaw u`yretilgendi jetilistiriw, belgili sapanı ta`rbiyalaw tekserip ko`riw h.t.b. Joqarı klasslardı waziypa u`yrenilgen shinig`iwlardıń exnikasin jetilistiriwge bag`darlaydi.

Jan`a materialdı u`yretiw ushin waziypa bir tema boyınsha belgileniwi mu`mkin.

Sabaqtin` waziypası to`mendegishe belgileniwi mu`mkin:

Kanatqa o`rmelew

1. U`sh usilda kanatqa o`rmelew ushin ayaqlar menen kanatti ilip uslawdi u`yretiw.

2. U`sh usilda kanatqa o`rmelegende ayaq ha`m qollardin` retlesip ha`reket islewge u`yretiw.

3. U`sh usilda kanatqa o`rmelew texnikasin qaytalaw.

Qisqa araliqqa juwiriw.

1. To`mengi starttan juwiriw ushin beriletug`in komandalardi u`yretiw. («startqa tur», «diqqat», «juwiriwina start», «diqqat marsh»)

2. Startqa turg`anda ayaqlardi ha`m qollardi qoyiwdi ta`rtibin u`yretiw.

3. Jen`il, bir qa`lipte juwiriw texnikasin u`yretiw.

4. Belgili araliqqa, aniqlap berilgen tezlikti saqlap juwiriwg`a u`yreniw.

Uliwma waziypa aniqlaw

1. U`yretilgen shinig`iw boyinsha ko`nligiwdi bekkemlew

2. Shaqqanliqti ha`m tartinbay orinlawdi ta`rbiyalaw

3. Azang`i gimnastika shinig`iwlari kompleksin o`zinshe du`zetiwege u`yretiw

4. Estafeta oyinlar ja`rdeminde ku`shti, tezlikti ha`m u`yretiw.

5. Arnawli jen`il atletika shigig`iwlari ja`rdeminde tezlikti ta`rbiyalaw.

Ha`r sabaqti uliwma ta`rbiyalik waziypalar qoyiliwi mu`mkin. Mis: miynetke bir-birewge hu`rmet, Watandi su`yiwshilikke, ja`miyettin` abroyi ushin juwapkershilikke, ta`rtiplilikti ha`m t.b waziypalar.

Arnawli waziypalar

1. Tez duris sapqa turiwshi ha`m raport beriwine erisiw

2. Na`wbetshinin` o`z waziypasin orinlaniwina erisiw

3. Ha`r bir oqiwshinin` azang`i gimnastikani orinlaniwina erisiw.

Sabaqqa sho`kemlestiriw metodikalik ko`rsetpe

Sabaqqa is jobada sho`lkemlestiriw metodikalik ko`rsetpe, sabaq waziypasin duris sheshiwi ha`m dene ta`rbiya quralların ilajların waqtin da paydalaniw ushin beriledi, olardi sha`rtli tu`rde 4 toparg`a ajiratiwg`a boladi:

1. Sabaqti sho`lkemlestirniw-bunda sabaq dawaminda oqiwshilardi sho`lkemlestiriw usillari iske asiriladi.

a) oqiwshilardin` jaylasiwi boyinsha ko`rketpe

b) u`skenelerden paydalaniw ta`rtibi.

v) toparlar enen jumis islesiw ha`m qa`wipsizlikti saqlaw boyinsha

g) oqiwshilardin` sapta turiwi

d) sho`lkemlestiriw metodlari-frontal` topar boyinsha oyin, jeke ha`m t.b.

Misali: 1. Jup bolip shinig`iwdi orinlaw

2. Klassti 4 toparg`a bo`liw ha`m olarg`a juwapkerli oqiwshini belgilew

3. Oyın ushin qayta diziliw 2 qatarg`a

4. Sapqa turg`anda kolannag`a ha`m sherenge boyinsha du`ziw turiwdi ta`miynlew.

5. Bir waqitta 2,3,4 oqiwshidan berilgen shinig`iwdi orinlaw orinda turip sekiriw

2. Sabaqtin` metodikasi-bunda shinig`iwlardi qanday metod penen u`yretedi ha`m pedagog qanday ilajlardi paydalanatug`inlin ko`rsetiledi.

a) Oqiwshinin` shinig`iwdi a`sten orinlap ko`rsetiwi

v) Oqiwshilarg`a qaptalin qaratip turip ko`rsetiw

g) Oqiwshilar menen birge orinlaw

d) Bir waqitta ko`rsetiw menen birge shinig`iwi a`hmiyetin tu`sindiriw.

e) Shinig`iwdin` atin aytiw ha`m temine boyinsha orinlaw

j) Oqiwshilarg`a joldasinan qa`tesin bahalawdi tapsiriw ha`m oni ataw.

z) Gezegi menen qa`wipsizlikti saqlawda turiw

i) Shinig`iwdin` orinlaw tempin ko`rsetiw

k) Jeke metod, topar frontal` t.b.

3. Sabaqtin` jag`dayi bunda sabaqqa tayarliq, qa`wipsizlikti saqlaw ushin jag`day du`ziw ilajlari ko`rsetiledi:

Misali:

a) Na`wbetshige toparlarg`a bo`listiriwdi tapsiriw

b) Sabaqtan azat etilgen oqiwshilarg`a port maydanshani tayarlawdi tapsiriw. (sekiriw orni) h.t.b.

v) Sabaqqa shekem u`skenelerdin` tayinlig`in ko`rip shig`iw t.b.

4. Sabaqta ju`rgiziletug`in esap-bul oqiwshi shinig`iwlardi u`yreniw da`rejesin tekseredi:

a) Raport beriwin bahalaw

b) Shinig`iwdi orinlag`an bahasin jurnalg`a qoyiw

v) shinig`iwdin` texnikasin orinlag`ani ushin ha`m na`tiyjesi ushin bahani esittiriw

Sabaqtin` tayarliq bo`limi

Sabaqtin` tayarliq bo`liminde bir saatliq is jobada ko`rsetilgen dene shinig`iwlari orinlawg`a oqiwshilardin` ha`r ta`repleme tayarlaw talap etiledi.

Eger sabaqta kirisiw bo`limi ajratilip ko`rsetilse, onda to`mendegi waziypalar sheshiledi: klassti sho`lkemlestiriw, orinlanatug`in shinig`iw tuwrali tu`sinik payda etiw, sarta uriw ko`nligiwin qa`lilestiriw t.b.

Eger kirisiw bo`limi ko`rsetilmese, onda bul waziypalar tayarliq bo`liminde sheshiledi ha`m og`an qosimsha to`mendegi waziypalar orinlanadi: deneni funktsionalliq jaqtan tayarlaw dene bulshiq etlerinin` rawajlaniwina ta`sir jasaw onday-aq oqiwshilardi ko`lemli jumis etiwge tayarlaw.

Uliwma rawajlandiriw shinig`iwlari qiziqli, ha`r ta`repleme ta`sir jasaw jag`dayi da o`tkeriliwi tiyis. Shinig`iwlardi muzika menen orinlasa da boladi. (ol ushin magnitafondi paydalansa boladi). sabaqtin` tayarliq bo`limi ja`rdemshi waziypalardi da sheshedi. (ko`nligiwdi qa`liplesiw ha`m bekkeileniw, shinig`iwlardi orinlaw sapqa turiw komandalarin u`yretiw t.b.)

1.5. Tayarliq ha`m tiykarg`i bo`limlerinin` baylanisi.

Sabaqtin` tayarliq bo`limi uliwma ha`m arnawli bo`limlerge bo`linedi.

Uliwma bo`liminde ju`riw,juwiriw, uliwma rawajlandiriw shinig`iwlardi oyin shiig`iwlari ja`rdeminde deneni psixologiyaliq ha`m fiziologiyaliq jaqtan tayarlaydi. Shinig`iwlari sani 5-8 boliwi tiyis.

Arnawli bo`liminde koordinatsiyani talap qilatu`g`in shinig`iwlari tiykarg`i bo`limde u`yreniletu`g`in shinig`iwlarg`a ha`m waziypasina sa`ykes shinig`iwlari beriledi. bul ushin arnawli tayarliq ha`m ja`rdemshi shinig`iwlari beriledi. (4-5 shinig`iw)

Sabaqtin` tayarliq bo`liminde beriletu`g`in shinig`iw tu`rleri

Shinig`iwlari bir orindi ttsurip ha`m alimlap ju`rgen waqtinda orinlaniwi mu`mkin. Berilgen shinig`iwlari ha`r ta`repleme barliq bulshiq etlerge ta`sir jasaytu`g`in mug`darda beriliwi tiyis.

Bir orinda turip orinlang`anda shen`ber jasap turip, kolannada jup bolip sonday-aq ayirim zatlar menen orinlaniwi mu`mkin (top, gimnastika) ha`m t.b.

Adimlap ju`rip orinlag`anda do`n`gelek jasap turip, bir qatarda tayarliq bo`limde snaryadlari paydalaniw`g`a boladi, imnastika diywali skameyka kanat ha`m t.b.

Uliwma tayarliq bo`liminin` aqirinda bir qansha arnawli shinig`iwlardi oranlag`an maqul boladi. barliq shinig`iwlardi orinlag`an waqitta oqiwshilardin` duris turip orinlag`ani ha`m dem aliw ritmine diqqat beriliwi tiyis.

Shinig`iwlarda tan`lap aliw mug`dari ha`m onin` bir saatliq is jobag`a jaziliwi.

Sabaqtin` tayarliq oqiwshilardin` sapqa turiw menen baslaadi. Na`wbetshininin` raportin qabil etkennen keyin qiwshi sabaqtin` waziypasin tu`sindiredi, keyin bir qansha sapta ju`riw shinig`iwlarin ju`riw, a`sten ko`p dawam etpeytu`g`in juwiriwdi orinlatadi. Bunnan keyin uliwma rawajlandiriw ha`m arnawli ja`rdemshi shinig`iwlari beriledi.

Uliwma rawajlandiriw shinig`iwlarinin` tan`lap alg`anda:

1. Tiykarg`i topar bulshiq etlerge ta`sir jasaw ha`m kem-kemnen jumis ko`leminin` o`sip bariwi esapqa alinadi (is, qollarg`a shinig`iw, gewdege arnap shinig`iw beriw, ayaqlarg`a otirip turu`, sekirip t.b.)

2. Tezligi qaytalaniwi ju`da` joqari boliwi tiyis biraq ko`p bulshiq etlerdi ha`m buwinlardi ha`reketke keltirip ha`r ta`repleme ta`sir etiw tiyis.

3. Beriletug`in shinig`iwlar sabaqtin` tiykarg`i bo`liminde u`yrenniletug`in shinig`iwlardin` tu`rine sa`ykes boliwi tiyis. Mis: eger sabaqtin` tiykarg`i bo`liminde juwrip kelip uzunliqqa sekiriw jobalastirilg`an bolsa, onlda sabaqtin` tayarliq bo`liminde orinlanatug`in shinig`iwlar denenin` bulshiq et baylanis bo`limlerine ayaq bulshiq etlerine ta`sir jasap ha`r qiyli qozg`alislardi rawajlandiriwi kerek. Al arnawli bo`liminde sabaqtin` waziypasina baylanisli uzunliqqa sekiriw ushin kerekli shinig`iwlar beriledi.

Shinig`iwlardin` qaytalaniw mug`dari ushin oqiwshilardin` dene tayarlig`ina sa`ykes boliwi kerek. Ha`r bir shinig`iwdin` paydali ta`sirligine oqitiwshi o`zi isenip, olardin` qaytalaniw sanin aniqlaw tiyis. Ayirim shinig`iwlar 4-ma`rtebe basqi birewge 10-12 ma`rte qaytalag`anda unimli ta`sir jasawi mu`mkin. Shinig`iwlardin` qaytlaniwi is jobag`a to`mendegishe jaziladi: juwiriw-metr: shinig`iw qaytalaniw sani: shinig`iwlardin` dawam etiw-minut. Tayarliq bo`liminde shinig`iwda jazg`anda: birinshi «da`slepki jag`day» keyin sabaq boyinsha shinig`iwdin` orinlaniwi ko`rsetiledi.

II- bap.Dene ta`rbiya sabag`in sho`lkemlestiriw metodlari.

Sabaqti sho`lkemlestiriw: Uliwma bilim beretug`in mekteplerde o`tiletug`in dene ta`rbiya sabag`i tiykarinan pelagogikaliq kategoriya sistemasi

retinde qaraladi. Oni u`yreniw ha`m qollaniwg`a qolaylastiriw maqsetinde bo`limlerge ajiratip qarap shig`amiz. Mug`allim iskerliginin` en` a`hmiyetli belgisinin` biri-bul oqiwsnilardi oqiw jumisina sho`lkemlestiriw.

Oqiw jumisin sho`lkemlestiriw tu`sinigi mug`allimnin` u`sh tu`rli is ha`reketi menen aniqlanadi: 1. basqari: 2. Ornalastiriw: 3. jumisti alip bariw ta`rtibin aniqlaw: Bar a`debiyatlarda berilgen «sabaq o`tkeriw usili» oqiwsnilardin` iskerligin sho`lkemlestiriw usillari, ha`m basqada «frontal`, «topar», «jeke» metodlari t.b. bulardin` ha`mmesi oqiwsnilardi ornalastiriw ha`m shinig`iwlardi orinlaw jumislari bolip esaplanadi. Sabaq waqtinda oqiwsnilardi tapsirmani orinlaw ushin duris ornalastiriwdi sabaqtin` sapali o`tiwine ja`rdemin tiygizedi.

Oqiwsnilardi basqariw usillari:

Dene ta`rbiya sabag`i waqtinda ko`pshilik yamasa jeke oqiwsnilar menen jumisti sho`lkemlestiriw ushin olardi duris basqariw talap etiledi. Basqariwdin` tiykarg`i usillari: komanda, ko`rsetpe, tapsirma beriw sanaw t.b. Olar burin u`yrenilgen, tanis tapsirmalardi orinlatiw ushin beriledi. Komanda terminleri klasslar joqarilag`an sayin quramali baradi. Kishi klasslarg`a komaeda a`sten ha`m tapsirmani orinlatiw arqali iske asiraladi. Shinig`iwlardi orinlag`an waqitta sanaq komandasin (bir, eki, u`sh) paydalaniw arqali oqiwsnilardin` jumis islew ta`rtibin basqariwg`a boladi. basqariwdin` ha`r qiyli usillarin oqiwsnilardin` jasina, sabaqtin` tu`rine, orinina sa`ykeslestirip paydalanilg`an duris boladi.

Oqiwsnilardi sapqa ornalastiriw usili:

Oqiw jumisin sho`lkemlestiriwdin` usillarinin` biri-bul sabaq waqtinda oqiwsnilardi orinlawg`a qolaylastirip ornalastiriw. Ornalastiriwdin` u`sh usili bar: 1. Barliq klassti bir tutasina: 2. Toparg`a bo`lip: 3. Ha`r oqiwsnini ayirim ornalastiriw. Ha`r usildin` ko`p tu`rleri bar. Mis: gimnastika sabag`inda klassa to`rt kalonnag`a: bir qatar bolip, do`n`gelek jasap ha`m t.b.

Oqiwsnilar jasina, tayarlig`ina, sabaqtin` tu`rine o`tilip atirg`an oring`a, sabaqqa tiyisli u`skenelerdin` tayinlig`ina baylanisli ha`r tu`rli usillarda ornalastiriwda mu`mkin.

Oqiwshilardi ornastiriwdin` barliq usillari shinig`iwlardi u`yretiw, jetilistiriw ha`m oqiw materiallarin u`lgeriwin, shinig`iwlardin` texnikasi menen duris orinlaniwin baqlaw ushin paydalanadi.

Tapsirmani orinlatiw usillari:

Sabaq waqtinda oqiwshilardin` iskerligin o`lkemlestiriw tu`sinigi bul olardi basqariw ha`m tapsirmani orinlaw ta`rtibi menen aniqlanadi. Bul ma`sele boyinsha a`debiyatlarda da`lilleengen ko`rsetpe joq. Biraq dene ta`rbiya jumislarinda toplan`an ta`jriybe tapsirmani orinlawdin` ayirim usillarin payda etti. Buni sha`rtli tu`rde u`sh toparg`a bo`liwge boladi:

1. Barliq klass oqiwshilari bir waqitta,

2. Toparg`a bo`linip,

3. Gezek penen orinlawda. Ha`r bir usil o`zinin` artiqmashilig`ina ha`m kemshiligine iye. Ms: oqiwshilar frontal` ornastirip tapsirmani bir waqitta orinlag`anda sabaqin` ha`reket tig`izlig`i joqari boladi ha`m kollektivlik ko`nligiwdi ta`rbiyalawg`a ja`rdemin tiygizedi. Jeke orinlasip tapsirmani gezek penen orinlag`anda oqiwshilardin` o`zinshe orinlaw sapasin, orinlaw uqibin, qizig`iwshilig`inbaqlau`g`a mu`mkinshilik boladi. Ta`jriybeli oqitiwshi oqiwshilardin` sapta ornalasiwin esapqa alip tapsirma orinlawdin` ko`plegen usillarin paydaliniwi tiyis.

Sabaqqa tayarliq: Sabaqqa tayarliq, tematikaliq jobada berilgen waziypa na`tiyjeli sheshiw ushin do`retiwshilik izleniwden baslanadi. Ha`r bir sabaqqa sol klass oqiwshilarinin` tayarlig`i ko`rip shig`iladi. Bul sabaqti u`yretiw jumisin tezletedi.

Sabaqtin` waziypasin sheshiwdi ta`miynlew ushin oqiwshilardin` tayarlig`ina sa`yes shiniwlar ha`m metodlar tan`lar alinadi. Oqitiwshi aldinnan sabaqtin` o`tiw ta`rtibi tuwrali oylanip, kemshiliklerdi boldirmaw ushin oy juwirtip tayarlanadi.

Sabaqqa tayarlag`anda ma`jbu`riy jobani, metodikaliq a`debiyatlardi ko`rip shig`ip, umtilg`an shinig`iwlardi eske tu`sirip, kinogramma, plakatlardi,

u`yge beriletug`in shinig`iwlardi tayarlawi tiyis. Sonin` menen birge orinnin` tayarlig`ina ha`m sabaq ushin kerek u`skenelerdin` tayarlig`ina o`tkeriw kerek.

Sabaqtin` du`zilisi: Dene ta`rbiya sabag`i u`sh bo`limnen du`ziledi-tayarliq, tiykarg`i ha`m juwmaqlaw. Ayirim jag`daylarda sabaqtin` du`zilisine kirisiw bo`limi engiziledi. Kirisiw bo`liminin` waziypasi –klassti sho`lkemlestiriw, sabaqin` waziypasi tuwrali tu`sinik payda etiw ha`m sabaqtin` ta`rtibin tu`sindiredi.

Ortasha sabaq bo`limlerinin` dawam etiw tayarliq-10-12 min., tiykarg`i-28-30 min., juwmaqlawshi-3-5 min., sabaqtin` waziypasina o`tiw jag`dayina baylanisli sabaq bo`limlerinin` dawam etiw ko`beyip ha`m kemeyiw mu`mkin.

2.1. Dene shinig`iwdarinin` u`yretiw usillari

Qozg`alis-ha`reketlerin u`yretiw. Dene ta`rbiyada u`yretiw basqa pa`nlerge qarag`anda ayirim o`zgesheliklerge iye. Dene ta`rbiyada biz oqiwshilarg`a qozg`alis ha`reketlerdi u`yretemiz. Dene ta`rbiya jumisinda en` basli na`rse, bul oqiwshilardin` ha`reket iskerligi. Usi arqali adamnin` dene ha`m psixologiyaliq funktsiyalardi jetilistiredi.

Dene ta`rbiyada u`yretiw-bul ha`r qiyli qozg`alis ha`reketlerdi ha`m arnawli bilimdi iyelep aliw, demek oqiwshilarda dene ta`rbiya boyinsha bilimdi qa`liplestiriw.

Qozg`alis ha`reketlerine (yamasa dene shinig`iwina u`yretiw-bul jeke pedagogikaliq waziypa. Shinig`iwlarg`a u`yretiw na`tiyjesminde ha`reket ko`nligiwdi qa`liplese. Sonin` menen birge shinig`iwg`a baylanisli ha`reket sapalari rawajlanadi Mis. Ku`sh, shidamliliq ha`m t.b. Bular bir-birine baylanisli bolg`an menen onin` metodlarinda ha`m ilajlarinda o`zgeshelikler bar. Sonliqtan pelagogikaliq jumis waqtinda u`yretiwge yamasa ha`reket sapasin rawajlandiriw`a arnawli diqqat qoyiladi.

U`yretiw waqtinda bilim beriw ha`m ta`rbiya jumislari menen bir qatarda den-sawliqti bekkemlew waziypasinda iske asiriladi.

Shinig`iwlarg`a u`yretiw waqtinda bilim beriw jumisinda birge alip bariladi. U`yretiletug`in oqiw materiallarin`n` tiykarin oqiwshilardin` qozg`alis ha`reketleri quraydi. Olardin` oqiw iskerligi deneden ko`p ku`sh jumsawdi talap etedi. A`piwayi, jag`dayda adam dene mu`mkinshiliginin` bil bo`liminin` paydalanadi. Al u`yretiw yamasa shinig`iw waqtinda adamg`a joqari talap qoylsa, denenin` bar mu`mkinshiligi jumsaladi. Bul a`lbette jag`dayg`a ha`m shinig`iwdin` quramalilig`ina baylanisli.

U`yretiwdin` ja`ne bir o`zgesheliklerinin` biri-bul ha`reket ko`nligiwin qa`liplestiridi. Qa`liplesken ha`reket ko`nligiw istemasi oqiwshinin` tayarlang`anlig`inan aniqalaydi. Oqiwshilarda ha`reket ko`nligiwinin` qa`liplesiwi, ha`reket sapasinin` rawajlaniwi menen tig`iz baylanista boladi. Ms. qisqa araliqqa juwiriwdi u`yretiw waqtinda tezlik rawajlanadi, sonin` menen birge ku`shtin` ha`m shidamiliqtin` rawajlaniwina ta`sirin tiygizedi. U`yretiwdin` na`tiyjesi iyelegen bilimi ja`ne rawajlaniwinin` mug`dari menen aniqlanadi.

Dene ta`rbiyada bilim beriw ta`rbiyaliq waziyani iske asiriw menen tig`iz baylanisli. Shinig`iwg`a u`yretiw waqtinda oqiwshilarg`a ta`rbiyaliq ta`sir jasaw pedagogikalik jumisti sapali sho`lkemlestiriwge baylanisli. Arnawli sho`lkemlestirilgen shinig`iw jumislari jeke adamnin` psixologiyasina ta`sir etiwshi ilajdin` biri bolip esaplanadi.

Dene ta`rbiya mug`allimi basqa pa`n mug`allimlari siyaqli oqiwshilardi ha`r ta`repleme ta`rbiyalawg`a diqqat qoyiwi tiyis.

Dene ta`rbiya sabag`i waqtinda ha`r qiyli ta`rbiyaliq jumisti iske asiriw mu`mkin:

-oqiwshilarda u`zliksiz dene shinig`iwi dene shug`illaniw a`detti ta`rbiyalaw. Bul ha`r ku`ni o`zinshe shinig`iw islep denesin jetilistiriwge mu`mkinshilik beredi.

-erlikti ha`m miynet qiyinshilig`in jen`iwge ta`rbiyalaw. Ha`r qiyli shinig`iwlardi orinlaw arqali adam ha`r ta`repleme rawajlanadi, miynet qiyinshiliqlarin jen`il sheshetug`in boladi, onin` ha`r qiyli jumis iskerligi artadi.

-gigienaliq ko`nligiwdi ha`m a`detti ta`rbiyalaw. Dene shinig`iwlirinin` paydalilig`i ko`pshilik jag`dayda higienaliq dereklerdi duris waqtinda paydalaniwg`a baylanisli. Dene ta`rbiyani u`yretiw, deneni shiniqtiriw jumis ta`rtibin dupis retlestiriwin, waqtinda dem alliw, awqatlaniw ha`m shinig`iwlardin` gigenasin duris saqlawda talap etedi.

-oqiwsnilardin` shinig`iwlardi o`zinshe orinlaw uqibin ta`rbiyalaw. Bul oqiwsnilardin` dene shinig`iwlarina sapali qatnasin ha`m oqiwsnilardin` sho`lkemlestiriwshilik uqibin ta`rbiyalaydi.

Dene shingig`iwlarina u`yretiw sabaqlarinda barliq ta`rbiyaliq waziypa sheshiw, oni duris jobalastiriwg`a ha`m og`an sa`ykes ha`r qiyli ilajlardi paydalanadi. Dene ta`rbiyada u`yretiw jumisi meditsinaliq tekseriwdin` juwmag`ina tiykarlanip retlestirip iske asiriladi. Ms. Tekseriw juwmag`inda oqiwsnilar tiykar`i, tayarliq ha`m arawli tapsirmalarg`a bo`linedi. Bulardin` ha`r qaysisi ushin shinig`iwlar tan`lap alinadi. Oqiwsnilar materiallari toparlardan jas ayirmashilig`ina ha`m dene tayarlig`inin` mu`mkinshiligine sa`ykes beriliwi tiyis.

U`yretiwdin` na`tiyjeligi ko`binese sirtqi dereklerdi duris sho`lkemlestiriwge tikkeley baylanisli (Ms. Sabaq o`tetug`in orinnin` tayinlig`i, sport u`skenelerinin` sa`ykesligi t.b.)

Joqarida ko`rsetilip o`tken u`yretiwdin` o`zgeshelikleri oqitiwshidan pedagogikalig` bilimdi ha`m oqiwsnilardin` anatomofiziologiyaliq o`zgesheliklerin jaqsi biliwdi talap etedi.

2.2. Teoriyalig` materiallarga u`yretiw

Dene shinig`iwlardin` u`yretiw bureng`i ha`m jan`adan iyelep alip atirg`an bilimlerine su`yenip alip bariladi. Dene ta`rbiyada arawli bidim shinig`iwlardin` ha`r qiyli nizamliqlarin u`yreniwden payda boladi. Oqiwsnilarda dene ta`rbiya haqqindag`i bilim adam ha`reketlerinin` nizamliqlari dene shinig`iwlarin orinlaw usili haqqindag`i bilimlerden ha`m olarg`a baylanisli terminlerdi bo`lip aliwdan toplanadi.

Oqitiwshinin` shinig`iwdi orinlaw ha`reketlerin so`z benen tu`sindiriwin qabil etiw o`zinin` ha`reket ta`jriybesi, jan`a u`yrenetug`in shinig`iwlardin` du`zilisın tu`sindiriw t.b. oqiwshinin` bilim derekleri bolip esalanadi.

Oqiwshilarg`a beriletug`in mag`liwmatlardin` mazmuni ha`sm ko`lemi uliwma pedagogikalıq printsiplerge tiykaolanip u`yretiwdin` waziypasına ha`m u`yreniwshilerdin` o`zgesheliklerin esapqa alir anıqlanadi. Uliwma bilim beretug`in mektep oqiwshilari ushin beriletug`in mag`liwmattin` mazmuni ha`m ko`lemi dene ta`rbiya boyınsha ma`mleketlik bag`darlama menen belgilenedi. Bul mag`liwmatlardi xabarlaw ushin metodika, oqitiwshi ta`repińen aldin-ala islenip shig`iwi tiyis ha`m to`mendegi ko`rsetpelerdi kirgiwi kerek.

1. U`yreniw ushin belgilengen shinig`iwlardi tan`law, onin` ta`sir etiw dereklerin anıqlaw

2. U`yreniletug`in shinig`iwdin` nizamliqlarin tu`sindiretug`in mag`liwmatlardin` mazmunin, ko`lemin anıqlaw ha`m oqiwshinin` tayarlang`anlig`in esapqa aliw ha`m t.b.

3. Sabaqlarda xabarlawdin` izbe-izligin anıqlaw ha`m ha`r sabaqta xabarlanatug`in mag`liwmattin` mazmuni ha`m ko`lemin belgilew.

Dene ta`rbiya haqqındag`i arnawli mag`liwmatlardi 3 toparg`a bo`liwge boladi:

Dene ta`rbiyanin` sotsiallıq mazmuni haqqındag`i mag`liwmat, dene shinig`iwlarin payalaniw haqqına qag`iyda metodiko-biolologiyalıq xarakterdegi mag`liwmat haqqında. Oqiw materialların xabarlaw joqarida berilgen ta`rtipte jobalastiriliwi mu`mkin.

III- bap. Dene ta`rbiyani sho`lkemlestiriwdin` klasstan tis jumis tu`ri.

Dene ta`rbiyani boyınsha klasstan tis jumis oqiwshilardin` uliwma dene ta`rbiya jumisinin` ajiralmas bir bo`limi ha`m oni jetilistiriwdin` bir deregi bolip esaplanadi. Bul dene shinig`iwlari boyınsha sho`kemlestirilip sabaqtan tis o`tilteug`in arnawli jumis. Klastan tis jumistin` waziypasi jas o`spirimlerdi ha`r ta`repleme jetilistiriw, sportqa bolg`an qizig`iwshilig`in arttiriw ha`m qa`legen

sporttin` tu`rine bag`darlaw. Klasstin tis jumis uliwma dene ta`rbiyasi sisemasinin` bir bo`limi bolip, oqiw sabag`inin` to`mendegi o`zgeshelikleri menen ayriladi.

1. Klasstin tis jumislar oqiwshilardin` qa`lewi menen iske asiriladi. Oni sho`lkemlestiriw formasi, mazmuni mektep jag`dayin ha`m oqiwshilardin` qizig`iwshilig`in esapqa aniqlanadi.

2. Klasstin tis jumis «Dene ta`rbiya ja`miyeti» ne birikken oqiwshilardin` aktiv qatnasi menen alip bariladi ha`m onin` jumisi mektep basshilari, dene ta`rbiyasi mug`allimi ha`m basqada pedagoglardin` qadag`alawi menen alip bariladi.

3. Klasstin tis jumisqa basshiliq metodikaliq ken`es beriw, usinis xarakterinde alip bariladi, sonday-aq oqiwshilardin` usinislari esapqa alinadi.

Oqiw ta`rbiya jumisinda dene ta`rbiya boyinsha klasstin tis jumistin` a`hmiyetli ulli ol oqiwshilardin` ha`reket qozg`alislarinin` aktivligin joqarilatadi ha`m olardin` den-sawlig`in bekkemleydi, oqiwshilardin` aktiv dem aliwin sho`lkemlestiriwge mu`mkinshilik beredi, olardin` jeke qizig`iwshilig`in qanaatlandiradi ha`m sportqa degen qizig`iwshilig`in qa`liplestiredi, oqiwshilardin` sotsialliq aktivligin rawajlandiradi:

Dene ta`rbiya waziypasin sheshiwde klasstin tis jumislar to`mendegi waziypalardi iske asiradi:

1. Dene shinig`iwlarina mu`mkinshiligi bolg`aninsha ko`p oqiwshilardi tartiw

2. dene ta`rbiya sabag`i waqtinda alg`an bilimin, uqibin, erk, ha`reket sapalarin jetilistiriw arqali oqiwshilardi oqiw jobasinin` matreillarinin` orinlap biliwge tayarlaw

3. Jeke dene ta`riyasın jetilistiriw, den-sawlig`in bekkemlew ushin o`zinshe dene ta`rbiya quralların paydalana biliw uqibin qa`liplestiriw

4. Sport klassifikatsiyasinin` talabına muwapiq joqari na`tiyjege erisiw ushin qa`legen sporttin` tu`rin tan`lap aliwdi.

5. Mektepte ja`miyetlik dene ta`rbiya aktivlerin tayarlaw.

Dene ta`rbiyasi boyinsha klasstin tis jumislar o`zinin` bag`ari ha`m mazmuninin` qarap ekige bo`linedi:

1. Dene ta`rbiya-salamatliq jumisi bul dene ta`rbiya do`gereginde uliwma dene tayarlig`i boyinsha shiniqtiriw jumisi dene ta`rbiya bayramlari, sport jarislarin o`tkeriw, sonday-aq ku`n ta`rtibindegi dene ta`rbiya jumislari. Bul jumislarg`a mu`mkinshiligi bolg`aninsha barliq oqiwshilar tartiliwi tiyis, oni sho`lkemlestiriw ushin ja`miyetlik oqiwshilar aktivleri qatnasiwi lazim. Bul jumislarin` ha`mmesi ku`n ta`rtibindegi oqiwshilardin` aktiv dem aliwin den-sawliqlarin bekkemlewdi ta`miynleydi.

Dene ta`rbiya salamatliq jumislarinin` o`zi sho`lkemlestiriw ta`rtibi, mazmuni boyinsha eki bag`darda alip bariladi.

a) Oqiwshilardin` dene salamatlig`i bekkemlew bag`dari aktiv dem aliw, deneni o`zine keltiriw, aqil iskerligin jaqsilaw. Bunin` ushin sabaq aldinda gimnastika, u`lken ta`nepis waqtinda dene shinig`iwlarin, turistlik ju`riw. Oqiwshilardin` ha`reket tayarlig`in joqarilatiw maqsetinde shiniqtiriw jumislarin ha`m bag`darlama talabina sa`ykes dene rawajlandiriwin joqarilatiw ushin do`gerek jumislarin sho`lkemlestiriw.

2. Sportqa bag`darlanatug`in jumis-bul sport sektsiyalarinda ha`m sporttin` tu`rleri boyinsha jaris sho`lkemlestiriw jumislari. Klasstin tis jumistin` bul bo`limi oqiwshilardin` ha`reket tayarlig`in ha`r ta`repleme jetilistiriw ushin bag`darlang`an. bunin` mazmunina sport boyinsha arnawli shiniqtiriw o`tiwdin` kompleks metodlari, ilajlari qurallari kiredi. Bul jumisti sho`lkemlestiriw waqtinda oqiwshilardin` sportqa qizig`iwshilig`in, jas o`zgeshelikleri esapqa alinadi. Sonday-aq oqiwshilarg`a sporttin` ha`r tu`ri boyinsha o`zinin` uqibin sinap ko`riwge mu`mkinshilik beriledi. Sonin` menen qatar oqiwshilarg`a denenin` ha`r ta`repleme rawajlaniwin ta`miynleytug`in oqiw bag`darlamasinda berilgen sport tu`rlerine qatnawg`a usinis beriledi.

Jarislardi sportqa shiniqtiriwdin` tiykarg`i metodlari, sportqa bag`darlaw ha`m tan`lap aliw jumislarinin` mazmuni sport tayarlig`i» bo`liminde beriledi.

Klasstan tis sho`lkemlestiriw ushin qoyilatug`in talaplar:

1. Metodikaliq sho'lkemlestiniw ta'rtibi boyinsha oqiw jumislari tig'iz baylanisli boladi.

2. Sabaqlardi a'piwayi, ha'r qiyli tu'rde sho'lkemlestirip oqiwshilardin ko'p qatnasiwi mu'mkinshiligin ta'miynlew.

3. Dene ta'rbiyasi boyinsha klasstan tis jumisti mekteptin barliq klasstan tis oqiw-ta'rbiya jumislari menen tig'iz baylanistiriw ha'm oqiwshilar aktivlerin qatnastiriw.

4. Ata-analar ja'miyetshiliginin ha'm ja'rdem beriwshi sho'lkemlerdin ja'rdemin mekteptin sport maydanshalarin jaqsilawg'a sport jarislarin o'tkeriwge kerekli u'skenelerdi aliwg'a h.t.b. jumislarg'a paydalaniw.

5. Mektep basshilari, pedagog ja'mimyetinin ektep «dene ta'rbiya ja'miyeti» jumislarina jaqinnan basshiliq etiw.

Klasstin tis jumislarg'a pedagogikaliq basshiliq. Basshiliqtin na'tiyjeligi pedagogikaliq ja'ma'a'ti arasinla jumislardin duris bo'listiriliwi ha'm olardin bir-biri menen kelimip islesiwine baylanisli.

Direktor oqiwshilardin dene ta'rbiyasi boyinsha klasstan tis jumislardi uliwma mektep jobasinda belgili orin aladi: dene ta'rbiya mug'alliminin kelisimi menen pedagogikaliq ken'este ata-analar komiteninin ma'jilisinde ha'm arnawli ma'jilislerde klasstan tis dene ta'rbiya jumislari boyinsha a'hmiyetli ma'selelerdi taliqlawg'a qoyadi.

Klasstan tis mektepten tis jumislardi sho'lkemlestiriwshi mekteptin ta'rbiya jumislarina baylanisli mug'allimlardin ha'm oqiwshilar ja'miyetlik sho'lkemlerinin klasstan tis jumislardi jobalastiriw ha'm o'tkeriw jumislarin retlestirip, is alip baradi. Dene ta'rbiya ja'ma'a'ti ken'esine konsul'tatsiya beredi ha'm bul jumisqa ata-ana komiteti klass basshilarinin qatnasin ta'miynlep qadag'alap baradi. Dene ta'rbiya oqitiwshisi oqiwshilardin ja'miyetlik sho'lkemlerine dene ta'rbiyasina ma'seleler boyinsha pedagogikaliq ja'ma'a't ag'zalarina metodikaliq ken'es beredi, oqiwshi aktivleri menen seminar sho'lkemlestiredi ha'm sport jarislarin sho'lkemlestiriw jumislarina mektep «dene ta'rbiya ja'ma'a'tine» basshiliq etip metodikaliq ja'rdem ko'rsetip turadi.

Klass basshisi o`z oqiwhilarinin` ku`ndelikli dene shinig`iwlari menen shug`allaniwin, dene ta`rbiya boyinsha ja`miyetlik jumislarg`a aktiv qatnasiwin baqlap ha`m ja`rdem berip baradi. Ol o`zinin` ta`rbiya jobasinda dene ta`rbimya jumisina da orin ajiratip klass ko`leminde ha`r qiyli sport jumislarin jobalastiriwi tiyis. O`zinin` klassi menen birge mektep ko`leminde o`tkeriltug`in dene ta`rbiya jumislarina belsene qatnasiwi kerek.

«Dene ta`rbiya ja`ma`a`ti» -bul oqiwhilardin` ja`miyetlik sho`lkemi, jaslardin` dene ta`rbiyasini iske asiriwda basshiliq etedi. Bul ja`miyet dene ta`rbiya boyinsha klasstan tis jumisardi sho`lkemlestiriwge, dene shinig`iwlarina ko`pshilik oqiwhilardin` sho`lkemlestiriwge, dene shinig`iwlarina ko`pshilik oqiwhilardin` qatnasiwin ta`miynlewge basshiliq etedi.

«Dene ta`rbiya ja`ma`a`tinin`» jumisinin` mazmuni to`mendegilerden o`z ishine aladi. Mektepte sport tu`rleri boyinsha shiniqtiriwdi sho`lkemlestiriw, komandalar tayarlaw, klass ishinde klasslar arasinda sport jarislarin o`tkeriw, bayramlardi sho`lkemlestiriw da`rejeli jas sportshilardi tayarlaw, ja`miyetlik instruktorlar, sport to`reshilerin tayarlaw sonday-aq mektepten tis o`tkeriletug`in sport jarislarina mektep komandalarinin` qatnasiwin ta`miynlew jumislari dene ta`rbiya ja`miyetinin` ag`zalari dene ta`rbiyani ha`m sportti oqiwhilar arasinda jaqin jerdegi xaliqlar arasinda ken`nen na`siyatlaw jumislarin sho`lkemlestiriliwin tiyis.

«Dene ta`rbiya ja`ma`a`ti» sistemali dene shinig`iwlari menen shug`illanatug`in ja`miyetlik jumislarg`a, mektepte, mektepten tista o`tkeriletug`in sport jarislarina aktiv qatnasip ju`rgen sport shiniqtiriwina qatnasiwshi ha`m oqiwda aktiv IV-IX klass oqiwhilarinin` sho`lkemlestiredi. Mektep «dene ta`rbiya ja`ma`a`tine» basshiliq oqiwshi-ja`ma`a`t ag`zalari ta`repinen o`zin-o`zleri basqariw tiykarinda da alip bariladi. Onin` en` joqari organi esaplanadi.

Ken`eske ja`ma`a`ttin` jumislarina basshiliq etiw waziypasi ju`klenedi. Ken`es o`z qurami arasidan basliq, xatker maylaydi ha`m ag`zalari arasinda waziypalar bo`listiriledi.

Ja`ma`a`t ken`esi o`zinin` jumis jobasin du`zedi, og`an to`mendegi bag`darda kirgizedi:

1. Sho`lkemlestiriw jumislarin jobalastiriw ha`m esap, uliwma jiynalis o`tkeriwge tayarliqha`m o`tkeriw, ken`es ma`jilisi, sektsiya (shiniqtiriwdi sho`lkemlestiriw)

2. Oqiw-jumislari toparlarda sport shiniqtiriw jumislari tb.

3. Ja`miyetlik dene ta`rbiya jumislari sport to`reshlerin tayarlaw ushin seminar o`tkeriw, ja`rdemshi tayarlaw t.b.

4. Ja`miyetlik dene ta`rbiya jumislari sport jarislarin o`tkeriw, bayramlardi o`tkeriwge qatnasiw ha`m t.b.

5 U`git-na`siyat jumislari

6. Xojaliq jumislari

Ken`es usi ko`rsetilgen bo`limler komissiyalari arqali o`z jumisin iske asiriladi. Ha`r bir komissiyani ken`es ag`zalari basqaradi.

Ja`ma`a`t ken`esi basshilig`i astindag`i sektsiya topari jumis isleydi. Bul topar 3-5 adam quraminda du`ziledi. Bulardin` jumisina to`mendegiler kiredi:

1. O`zi basshiliq etetug`in sporttin` tu`rin na`siyatlaw, oqiwshilardi shiniqtiriw sabaqlarina tartiw

2. shiniqtiriw jumislarinin` barisin tekseriw

3. Jarisqa qatnasatug`in komandalardi qa`liplestiriw

4. Esap jumislarin ju`rgizedi, ku`ndelikli hu`jjetlerdi ju`rgiziw.

Klasstan tis sabaqlardan tu`rleri: topar shinig`iw o`tkeriw bul belgili sheklengen sandag`i oqiwshilar menen o`tkerelide.i, ha`r klasslardan jiynaliwi mu`mkin. Bug`an uliwma tayarliq, sporttin` bir tu`ri menen shiniqtiriw o`tkeriw jumislari jatadi. Bul shinig`iwlari belgili keste boyinsha o`tkeriledi.

Dene ta`rbiya do`geregi:-bul I-III klass oqiwshilar menen sho`lkemlestiredi. Bir klasstan yamasa barliq baslawish klasstan oqiwshilari arasinan keyinde qaliwshi oqiwshilardi jiynap, bir topar du`zip o`tkeriliwi mu`mkin. Tiykarg`i waziypa oqiw materiallarinin` u`yreniw. Do`gerekte 20-30

adam bolip, shiniqtiriw 20-30 adam bolip, shiniqtiriw ha`ptesine eki ret 60 min dawaminda o`tkeriledi.

Dene ta`rbiya do`geregi - bul I-III klass oqiwshilari menen sho`lkemlestiredi. Bir klasstin` yamasa barliq`aslawish koasstin` oqiwshilari arasinan keyinde qaliwshi oqiwshilardi jiynip, bir topar du`zip o`tkeriliwi tiyis. Tiykarg`i waziypa oqiw materiallarinin` u`yreniw. Do`gerekte 20-30 adam bolip, shiniqtiriw 20-30 adam bolip, shiniqtiriw 20-30 adam bolip, shiniqtiriw ha`ptesine eki ret 60 min dawaminda o`tkeriledi.

Shiniqtiriw oqiwshilardi ha`r ta`repleme rawajlandiriw, bag`darlamada oqiw materiallarinin` jaqsi ug`ip aliwg`a bag`darlanadi, oqiwshilardin` ha`reket sapasin rawajlandiriw maqsetinde sabaq waqtinda oyin, estafeta ha`m sport jarislarinin` elemen`leri paydaniladi. O`tkerilgen jumislardin` juwmag`in aniqlaw ushin a`piwayi jarislar sho`lkemlestiriledi.

Uliwma dene tayarliq shiniqtiriwi-bul dene ta`rbiyasi pa`ni boyinsha qosimsha o`tkeriletug`in jumis bolip esaplanadi. Sonin` menen qatar oqiwshilardi kelekshekte sporttin` bir tu`ri menen shug`illaniwg`a tayarlaydi.

Waziypasi: a) mu`mkinshiligi bolg`aninsha ko`p oqiwshilardi sho`lkemlestirilgen dene shiniqtiriwina tartiw ha`m mporttin` bir tu`rin tan`lap aliwg`a tayarlaw.

b) Oqiwshilardin` dene tayarlig`in jaqsilaw, oqiw jobasinin` talabin orinlawg`a tayarlaw.

Shiniqtiriw sabaqlarinda oqiwshilardi ken` u`git na`siyatlaw joli menen qosimsha dene shiniqtiriwlar a`hmiyetin tu`sindiriw arqali tartadi. Oqiw topari jas, jinis, dene tayarlig`i o`zgesheliklerin esapqa alip 20-25 adamnan du`ziledi.

Shiniqtiriw sabag`i 45-60 minuttan ha`ptesine eki ma`rtebe o`tkeriledi. Shinig`iwlar oqiw bag`darlamasina tiykarlanip beriledi, biraq ha`r qiyli sport oyinlari da beriliwi mu`mkin. Oqiwshilarg`a bilim beriw waziypasin sheshiwde ko`binese diqqat shinig`iw texnikasin u`yretiwe, ha`reket sapasin rawajlandiriwg`a kewil awdariladi.

Sport shiniqtiriw- bul sportin` bir tu`ri menen shug`illaniwdi qa`legen oqiwshilar menen sho`lkemlestiriledi.

Tiykarg`i waziypa- a) dene tayarlig`i jaqsi oqiwshilardi sport penen u`zliksiz shug`illaniwg`a tartiw, b) o`z qa`legen sportinin` tu`ri boyinsha jetilisiwine ja`rdem etiw, sport klassifikatsiyasinin` talabin orinlawg`a tayarlaw, v) oqiwshilardi rayonliq jarislarg`a qatnasiwg`a tayarlaw, g) jarislardi sho`lkemlestiriwge, olarg`a to`reshilik etiwge u`yretiw.

Shiniqtiriw sabaqlarina meditsinaliq tekseriwden o`tken oqiwshilardin` qatnasiwina ruxsat etiledi. Sabaqtig`i mazmuni sport shiniqtiriwi ushin du`ziledi bag`darlama boyinsha aniqlanadi. Sabaqta ballardi sportqa shiniqtiriwg`a tiyisli metodlar paydalanaladi.

Gigienaliq gimnastika- ha`r ku`ni birinshi sabaqqa shekem o`tkeriledi, oqiwshilar 5-8 shinig`iw orinlaydi, baslawish klasslarda 4-5 min, basqa klasslarda 12-15 min dawam etedi.

Waziypa- a) oqiw ku`nin sho`lkemleskenlik penen baslaw

b) denenin` funktsionalliq iskerligin aktivlestiriw

Turistik jol ju`riw- bul oqiwshilardin` bos waqtin kewilli sho`lkemlestiriwdin` bir tu`ri. Bunda ko`plegen bilim beriw, ta`obiya waziypalari shesheledi. Tiykarg`i waziypasi ha`r ta`repleme ha`reket sapasin rawajlandiriw, dene shiniqtiriw, bos waqitta paydali dem aliwg`a u`yretiw. Turistik jol ju`riw belgili bir tema boyinsha sho`lkemlestiriliwi mu`mkin. mis. u`lkenin` ta`biyatin tan`law ayrim tariyxiy orinlardi u`yreniw t.b.

Bul jumislardi sho`lkemlestiriw mektepte burinnan xabari bar pedagogika ju`kleniwi mu`mkin. bul jumistin` mazmunina to`mendegiler kiredi. Turizm boyinsha ja`miyetlik aktiv tayarlaw, basshilar menen seminar o`tkeriw, oqiwshilar menen a`meliy sabaq sho`lkemlestiriw, turist texnikalari menen tanistiriw, turistlik jol ju`riwdin` sinaq talaplarin islep shig`iw ha`m t.b.

Turistik jol ju`riwdin` basshisi ha`m ja`rdemshisi mektep direktorinin` buyrig`i menen bekitiledi, ha`m olardin` jasi 18 den kem bolmawi tiyis.

Dene ta`rbiyashilar bayrami-bul ko`pshilik tamashago`yler qatnasatug`in, qiziqli o`tkeriletug`in dene ta`rbiyani na`siyatlawg`a bag`darlang`an arnawli jumis. Mektep ja`ma`a`ti jumislarinin` na`tiyjesi ko`pshilikke ko`rsetetug`in jiyin bolip esaplanadi. Bunday bayramlar belgili sa`nege, waqiyag`a, mekteptin` belgili sa`nesine t.b. waqiyalarg`a bag`iglanip o`tkeriliwin mu`mkin.

Bayram bag`darlamasinda ha`r qiyli jarislar kirgiziliwi mu`mkin. Bag`darlama aldin-ala du`zilgen bolsa, ol saltanatli ashiliwi, qatnasiwshilarg`a sa`lemleme, so`zi ayirim sportshilardi komandalardi bayraqlaw h.t.b.

Bayramnin` tabisli o`tiwi tapsirilg`an sho`lkemlestiriwshi komitetine baylanisli, sebebi ol barliq da`stu`rlerin islep shig`adi, o`z waqtinda qatnasiwshilardi jaristin` o`tkeriliw orinlarin aldin-ala tayarlawda, komandalardin` tayarlig`in ko`zden o`tkeredi, kerekli u`skeneler menen muzika t.b. tayarlaydi. Mektep bayramlari 1, 5-2 saat dawam etiw mu`mkin.

Sport jarisi- oqiw ta`rbiya jumisinin` ajiralmas bo`limi waziypasi. a) oqiwshilardin` uliwma dene tayarlig`inin` ha`m tayarliqlarinin` jaqsilawina ta`sir jasaw, b) sport klassifikatsiyasinin` talaplarin orinlaw, v) mektepegi dene ta`rbiya jumisinin` sapasin ko`zden o`tkeriw ha`m baha beriw g) mektepte en` ku`shli komandani aniqlaw d) dene ta`rbiyani ha`m sportti u`git na`siyatlaw.

Mektep ishinde o`tkeriletug`in jaris-mektep ishindegi jarislar ayrim toparlar klasslar arasinda o`tkeriledi. Sport jarislarda mektepte oqiwshilardin` jas o`zgesheliklerin esapqa alip sho`lkemlestiriledi. Jaristin` xarakterine baylanisli chinak talabi to`mendegishe boliwi mu`mkin jeke komandali.

Jaristin` sha`rti:

1. jaristi o`tkeriw jag`dayi menen oqiwshilardi aldin-ala tanistiriw.
2. Jaristi sho`lkemlestiriw.
3. jaris o`tetug`in orinnin` jaqsi bezeliwi,
4. Jaristi qisqa mu`dette tamamlaw,
5. ta`jriybeli to`reshiler menen ta`miynlew.
6. Meditsinaliq baqlawdi ta`miynlew
7. Jaristin` juwmag`in tez islep, na`tiyjesin xabarlaw

Baslawish klass oqiwshilari arasinda bag`darlama ko`rsetilgen jasina sa`ykes oyunlar, gigienaliq gimnastika boyinsha jaris o`tkeriledi. Jarislardin` juwmag`in esaplag`anda ha`r klasstin` qatnasqan oqiwshilrdin` sani esapqa alinadi.

Mektepte jalpi dene ta`rbiya jumislarin jobalastiriw, oqiw ku`n ta`rtibindegi dene ta`rbiya jumislarin sho`lkemlestiriw aldinda aniqlap jobalastiriwdi talap etedi. Bul du`zilgen joba pedagogikalıq ken`este bekitiliwi tiyis. Jobalastiriwdin` tiykarg`i hu`jjeti bolip jilliq kalendar` jobasi esaplanadi. Bunda o`tkeriletug`in jaris, sport bayramlarinin` waqti aniq ko`rsetiledi.

Joba bir oqiw jilina dene ta`rbiya mug`allimi ta`repien dene ta`rbiya ja`ma`a`ti menen birlikte du`ziledi ha`m mektep direktori ta`repien bekitiledi.

Joba u`sh bo`limnen turadi.

1. dene ta`rbiya salamatlılig`i bekkemlew
2. kompleksli jumislar, oqiwshilar spartakiadasi, a`skeriy sport oynlari t.b.
3. Sporttin` tu`rleri boyinsha o`tkeriletug`in jarislar, spartiakada bag`darlamasina kiretug`in jarislar.

Joba du`zilgende o`tkeriletug`in ilajlardin` izbe-izligi, oqiwshilardin` tayarliq da`rejesi ha`m o`tiw ta`rtibi esapqa aliw tiyis.

Usinilatug`in joba ta`rtibi 1. O`tkeriletug`in jaristin` tb. ilajlardin` ati, 2.O`tkerilteug`in waqti, 3. O`tkeriletug`in orni, 4. Qatnasiwshilar, 5. O`tkeriw ushin juwapker. (adam, mekeme, sho`lkem)

Jaristin` tu`ri

O`tkeriletug`in jaristin` en` tiykarg`i hu`jjeti bolip jaristin` sha`rti esaplanadi. Bul hu`jette,jaristin` xarakteri ha`m sporttin` tu`ri (jeke,jeke komandali, futbol boyinsha) jaristin` maqseti ha`m waziypasi qatnasiwshilar jasi, jinisi, komanda n`qraminin` sani sport da`rejesi kwalifikatsiyasi tb. o`tkeriletug`in orni ha`m waqti, o`tkeriw ushin basshiliq bas sud`yanin` familiyasi ha`m ati, jaristin` bag`darlamasi. Orinlardi sinaqti belgilew jag`dayi, siyliqlaw ta`rtibi, shag`im xatti qabil etiw ta`rtibi, zayavka beriw ha`m waqti.

Mektepte dene ta`rbiyani u`git-na`siyatlaw klasstan tis ha`m jusistin` ajiralmas bo`limi bolip ko`pshilik arasinda dene ta`rbiyani ha`m sportti u`git-na`siyatlaw bolip esaplanadi.

Bul jumisti iske asiriw jollari

1. O`tkerilgen dene ta`rbiya ilajlarinin` juwmag`i boyinsha
5 min xabarlama jasaw, oqiwshilar aldinda mektep radiosı arqalı ha`m t.b. arqalı xabar beriw.

2. Dene ta`rbiya jumislarinin` waziypası tuwralı gu`rrin` o`tkeriw

3. Toparlar menen lektsiya o`tkeriw (30 min)

4. Ataqli sportshilar menen ushirasiwlar o`tkeriw

5. Diywalli gazetag`a jaziliw

6. Ko`rsetpeli jarislar sho`lkemlestiriw ha`m tag`i basqa.

3.1. Dene ma`deniyati ha`m sport boyinsha klasstan tis jumislarin jobalastiriw

Mektepte dene ta`rbiya ha`m sport jumislari ha`r ta`repleme oylanip aniq tu`rde ha`r oqiw jili ushin jobalastiriliwi tiyis.

Oqiwshilardin` dene ta`rbiyasi boyinsha mekteptin` bir jilliq jobası to`mendegi bo`limlerden turadi.

1. Oqiw jumisi

2. Salamatliq ha`m sport jumislari

3. Pedagogikalıq ja`ma`a`t. Jaslar awqami, ata-analar ja`miyeti.

4. Meditsinalıq tekseriw

5. Xojalıq jumislari.

Mektepte bul jobanı klasstan tis jumis ju`klengen dene ta`rbiya mug`allimi, mektep direktorinin` birinshi orınbasarı menen birlikte oylasip du`zedi. Klasstan tis juiistin` jobasına to`mendegi jumislari kiredi.

1. Oqiwshilardin` ku`n rejesine kiretug`in salamatliqti bekkemlew ilajlari

2. Uzaytilg`an ku`n toparlari menen dene shiniqtiriw jumislari

3. Dene ta`rbiya ja`ma`a`tinin` atinan sho`lkemlestiriw jumislari

4. Klasslarda sport shiniqtiriv jumislari
5. Sportin` tu`rleri boyinsha jaris sho`lkemlestiriv ha`m o`tkeriv
6. Dene ta`rbiya ha`m sport u`git-na`siyatlaw jumislari
7. Dene ta`rbiya aktivin ha`m sport to`reshilerin tayarlaw
8. Pedagogikalıq ja`ma`a`t ha`m ata-analar menen alıp barilatug`in jumislar.

3.2. Dene ta`rbiyani sho`lkemlestirivdin` mektepten tis jumis tu`ri

Dene ta`rbiya mektepten tis ta`rbiya boyinsha uliwma xalıq bilimlendiriv jumislarinin` ajıralmas bil bo`limi bolıp esaplanadı. Bud jumis oqıwshılarınin` ha`r ta`repleme rawajlanıwın aktivligin miynetke, ilimge, texnikag`a, sportqa h..t.b qizig`iwshilig`in ta`rbiyalaw alıp bariladı.

Mektepten tis jumislar dene ta`rbiyasi waziypasin sapalı iske asiriwda ja`rdemin tiygizedi. Mektepten tis jumisldar ballardin` ha`r ta`repleme qizig`iwshilig`in qanaatlandiradı ha`m dene ta`rbiya shinig`iwlarina ha`m sportqa degen intasin arttıradı. A`sirese, jas o`spirim sport mekteplerinde sporttin` bir tu`ri boyinsha joqari na`tiyjege erisiw ushin mu`mkinshilik jaratiladı.

1. O`zinin` dene ta`rbiyasın jetilistiriwde jeke qizig`iwshilig`in qanaatlandiriv ushin jeke shiniqtiriv jumislarina mu`mkinshiligi bolg`aninsha ko`p sanlı oqıwshılardı tartıw.

2. Oqıwshılardin` salamatlılig`in bekkemlew, dene ta`rbiyani joqarilativ jumislarin sho`lkemlestiriv.

3. Oqıwshılarda ko`pshilik dene ta`rbiya jumislarin sho`lkemlestiriv ha`m o`tkeriv uqibin qa`liplestiriv. Sonday-aq oqıwshılar arasinan instruktur ha`m sport to`relerin tayarlaw.

Oqıwshılardin` dene ta`rbiya boyinsha mektepten tis jumislar ma`mleket ha`m ja`miyetlik sho`lkemler arasinan sho`lkemlestiriledi.

Ol sport salamatliqti bekkemlew lagerlerinden ma`deniy bilim beriw mekemlerinde jas o`spirim sport mekteplerinde ha`m t.b. sho`lkemlerde o`tkeriledi. Bunday sho`lkemlerge to`mendegiler kiredi:

Jas o`spirim sport mektebi miynet dem aliw lagerleri, jas turistler stantsiyasi, dem aliw parkleri ha`m t.b. Bul mekemelerde ballardin` dene ta`rbiyasın sho`lkemlestiriw boyınsha shtat ha`m qa`rejet qaralg`an boliwi tiyis. Mektepten tis mekemelerdin` jumisi tiyisli ma`mleketlik ha`m ja`miyetlik sho`lkemlerdin` sa`ykes hu`jjetleri menen ha`m mekeme basshisi ta`repinen retlestirilip alip bariladi.

Dene ta`rbiya boyınsha mektepten tis jumislar tiykarinan xaliq bilimlendiriw bo`limi ta`repinen prof awqami, ja`miyetlik sho`lkemler menen birlikte ha`m sem`ya menen baylanista iske asiriladi.

Bul jumisti o`tkeriwde ko`bine g`amxorliqqa alg`an mekemenin` joqari oqiw orinlarında erikli sport ja`miyetlerinin` tag`ida basqa dene ta`rbiya aktivleri qatnasadi. Mektepten tis mekemeler mektep penen turaqli baylanista boliwi tiyis. Bul dene ta`rbiya ha`m sport jumislarin birge sho`lkemlestiriw ha`m o`tkeriw boyınsha mektep ja`miyeti menen ma`jilis o`tkeriw arqali boladi.

Sunday-aq oqiwshilardin` sem`yalari menen tig`iw baylanista boliwi kerek. Bul ushin mektepte ata-analar jiynalisina qatnasip mekteptin tis mekemenin` waziypasi ha`m oqiwshilardin` jetiskenlikleri tuwrali xabarlama jasap gu`rrin`lesip turiwi tiyis.

Mektepten tis mekemenin` jumisin sho`lkemlestirniw ha`m mazmuni. Mektepten tis mekemege da`stu`ri boyınsha oqiwshilardi ha`r qiyli mekteplerden jiynaydi. Sonin` ushinda ha`r qiyli ja`ma`a`t oqiwshilari menen u`yretiw ta`rbiya jumislarin alip bariwda mekeme o`z jumisin en` joqari da`rejede sho`lkemlestiriwi tiyis.

Oqiwshilar o`z tilegi menen qabil etiledi, biraq oqiwshilardin` qa`legen sportina sa`ykes uqibi tayarliq da`rejesine qarap tan`lap alinadi. Mektepten tis mekemenin` jumisi sol basshiliq etiwshi mekeme ta`repinen islenip shiqqan ha`m bekitilgen da`stu`rge tiykarlanip alip bariladi. Da`stu`rdin` maqseti,

waziypasi oqiwwshilardin` sani oqiw ta`rbiya jumislardi alip bariwshi shtat sani sho`lkeminin` du`zilisi ko`rsetiledi. Jumistin` mazmuni bilimlendiriw ministrligi ta`repiyen du`zilgen bag`darlama boyinsha aniqlanadi. Bul bag`darlamag`a mekemenin` jag`dayina sa`ykes ayirim o`zgerisler kirgiziliwi tiyis.

Jas o`spirim balalar sport mektebi, arnawli sportshi tayarlawg`a bag`darlang`an. Bunday sport mektepleri bilimlendiriw Ministrliqi, pofsoyuez awqami, qalaliq xaliq bilimlendiriw bo`limi, orayliq stadion ha`m tb. sho`lkemler janinda sho`lkemlestiriwi mu`mkin. Sport mektepler ha`r tu`rde sho`lkemlestiriledi. Jas o`spirim balalar sport mektebi, bul sporttin` bir neshe tu`ri boyinsha jumis alip bariladi ha`m ol arnawli bir tu`r boyinsha sho`lkemlestiriledi.

Sho`lkemlestiriw tu`ri waziypasina sa`ykes rayonliq, qalaliq Respublikaliq boliwi mu`mkin.

Jas o`spirim balalar sport mektebinin` maqseti ha`m waziypasi du`zilisi oqiw toparlarinin` qaliplesiwi shtat ha`m basshiliq sho`lkemlestiriw ha`m jumis ta`rtibi meditsinaliq tekseriw, jobalastiriw, esapqa aliw jumislari O`zbekstan fizkul`tura ha`m sport komiteti ta`repiyen du`zilgen ha`m bekitilgen sport mektepleri haqqindag`i da`stu`ri menen aniqlanadi.

Sport mekteplerinin` tiykarg`i waziypalari

a) salamatliq bekkemlew ha`r ta`repleme rawajlandiriw tiykarinda joqari qa`niygelig sportshi jaslardi tayarlaw.

b) Shug`illaniwshilardin` ja`miyetlik instruktora ha`m sport to`reshiligi waziypalarin orinlawg`a tayarlaw

v) uliwma bilim beriwshi mekteplerde dene ta`rbiya ha`m sport jumislarin sho`lkemlestiriwde ja`rdem beriw. Bul waziypalar sport mekteplerinin` bag`darlamasina sa`kes alip bariladi.

Basshiliq ha`m du`zilisi. Sporttin` bir-neshe tu`ri boyinsha sho`lkemlestirilgen sport mekteplerinde sporttin` tu`ri boyinsha bo`lim du`ziledi, shug`illaniwshilardin` sport tayarlig`i, jinis jas o`zgesheligine sa`ykes du`ziledi. Da`slepki tayarliq topari (oqiw mu`ddeti 2 jil). Tazadan baslawish ha`m ekinshi

jas o`spirim da`rejeli ushin shiniqtiriv oqiw topari (3-5 jil) Birinshi jas o`spirim da`rejeli ha`m sport sheberligine kandidat (4-5 jil oqiw mu`ddeti). Sport jetilistiriv topari. Son`g`i sporttin` jetilistiriv toparin ashiwda onin` dizimin bilimlendiriv ministrliги yamasa xaliq bilimlendiriv bo`limi sport komiteti menen kelisilgen jag`dayda tastiylaydi. Da`slepki tayarliq topar bo`liminde keminde 2-4, oqiw shiniqtiriv 2 den kem bolmag`an sportqa jetilistiriv-bir adamnin` sanina qarap toparlar sani aniqlanadi. Mektep jumisina joqari mag`liwmatla direktor basshiliq etedi. Ol orinlarina qoyiw jumisina juwap beredi. Mektep direktorina barliq basshilarg`a basshiliq etiw ha`m oqiw-ta`rbiya jumisinin` sapasi alip bariw juwapkershiligi ju`klenedi. Oqiw bo`liminin` baslig`i oqiw toparin qa`niygelestiriv, mekteptin` jobalastiriv jumislarina, keste du`ziw, jaristin` kalendarliq jobasin du`ziw, oqiw hu`jjetleri du`ziwge juwap beredi.

Sunday-aq oqiw bo`limi sabaqlarinin` sapali o`tiliwin tekseredi ha`m trenerdin` bilimin joqarilatiw jumislarina basshiliq etedi. Instruktor, metodist, oqiw ta`rbiya jumislarin tekseredi ha`m mekteptegi metodikaliq jumislarg`a basshiliq etedi.

Jas o`spirim balalar sport mektebinin` oqiw ta`rbiya jumislarina tiysli ma`selelerin qarap taliqlaw ushin pedagogikaliq ken`es du`ziledi, onin` quramina mektep basshilari ha`m trenerlerdin` basqa shiparker, ata-analar komitetinin` baslig`i, sunday-aq ja`miyetlik sho`lkem basshilari kiredi. Trenerlerge o`zlerinin` ishinen birewin basshi etip saylanadi. Ol bo`limnin` jumislarin sho`lkemlestiriv ushin juwap beredi. Ha`r trener toparlarindag`i shiniqtiriv ha`m oqiw-ta`rbiya jumislarinin` sapasi ushin juwap beredi, ha`r oqiw toparinan bir jetekshi belgilenedi.

Mekteptin` qa`liplesiwi: Sport mektebine qa`legen sporttin` arnawli talabina juwap beretug`in, sol sport tu`rine sa`ykes uqipqa iye, sport penen shug`illaniwg`a o`z tilegin bildirgen oqiwshilar, sol mektep dene ta`rbiya ja`ma`a`tinin` ha`m mug`allimnin` usinislari boyinsha qabil etiledi.

Qabil etilgen oqiwshilardin` shipakerdeN.direktordan ha`m ata-analarinan ruxsat boliwi tiyis. Da`slepki tan`lap aliw tenerdin` mekteptegi dene ta`rbiya sabag`inda, sportqa shiniqtiriw sabag`igda ha`m mektep jarvslarindag`i baqlawina tiykarlanip dizimge alinadi. Bir topardan ekinshi qa`niygesi ha`m joqari toparg`a sport mektebi bag`darlamasinin` talabin toliq orinlawg`a tiykarlanip o`tkeriledi. Shug`illaniwshilar 18 jasqa tolg`anda mektepti pitkerip shig`adi.

Oqiw ta`rbiya jumisin sho`lkemlestiriw: tiykarg`i jumistin` tu`ri sportqa shiniqtiriw sabag`i bolip esaplanadi, bug`an teoriyalıq materiallar boyınsha lektsiya ha`m a`meliy sabaqlari, da`rejeni orinlaw ushin jarislar jeke joba boyınsha shiniqtiriw o`tkeriw kiredi. Shiniqtiriw sabag`inin` mazmuni shiniqtiriw etaplarına sa`ykes sport mektebi ushin tasiyiqlang`an bag`darlama menen aniqlanadi. Da`slepki tayarlaw toparda ha`ptelik shiniqtiriwdin` mug`dari alti, segiz saat (ha`r shinig`iw sabag`inin` dawam etiwı 2 saattan artpawı tiyis). Oqiw shiniqtiriw toparında 8-12 saat 1 jil, 3-5 jil 16-20 saat (dawam etiwı 4 saat). Sport jetilistiriw toparında 24 saat.

Sport mektepte oqiwshilar menen ta`rbiya jumislari jlba boyınsha shiniqtiriw sabaqlarında ha`m jaris waqitlarında alip bariladi. Bul jumislardin` mazmunına topar jıynalisin o`tkeriw, gu`rrin`, lektsiya ko`rgizbeli jaris sho`lkemlestiriw, keshe, diywal gazetalar shig`ariw t.b. kiredi. Sonin` menen birge oqiwshilardi uliwma bilim беретug`in mekteplerdegi dene ta`rbiya jumisin sho`lkemlestiriwge ja`rdem beriw jumislarina tartiw a`hmiyetli ta`rbiyalıq jumislardin` biri bolip esaplanadi.

Qala shetindegi jazg`i dem alis lageri: bul oqiwshilarin` jazg`i dem aliwin ta`miynlew ushin sho`lkemlestiriledi. Ol 7-15 jasar oqiwshilar ushin jaslar soyuzi, prosoyuzi awqami, xalıq bilimlenidiriw ta`repinen belgilengen da`stu`r boyınsha jumis alip baradi. Oqiwshilar jas o`zgesheligine qarap toparg`a bo`linedi. Olarg`a ta`rbiyashi belgilenedi. Oqiwshilardin` salamatlılig`in bekkemlew ha`r ta`repleme dene rawajlanıwin ta`miynlew ushin dene ta`rbiyasi

boyinsha ha`r qiyli do`gerekte jarislar t.b sho`lkemlestiriliwi. Dene ta`rbiya jumislari to`mendegi bag`darda alip bariladi:

- a) den sawlig`in bekkemlew, dene shiniqtiriwin ta`miynlew
- b) oqiwsnilardin` ha`reket uqibin ha`m ko`nligiwin jetilistiriw
- v) oqiwsnilardin` gigienaliq uqibin qa`liplestiriw, dene ta`rbiyasi menen o`zinshe shug`illaniwg`a u`yretiwi. Miynet islewge ha`m dem aliwg`a u`yretiwi.

Jumistin` tu`ri ha`m mazmuni: Azang`i gigienaliq gimnastika ha`r ku`ni azanda uyqidan oyang`annan son` 5-7 min keyin orinlanadi, 10-15 min dawam etedi. Ha`r ku`ni azang`i gimnastika dene mu`yeshlerinin` xizmetin aktivlestiredi, den-sawlig`in bekkemlewge ta`s irin tiygizedi, oqiwsninin` dene rawajlaniniwin ta`miynleydi ha`m o`zinshe dene shinig`iwlari orinlaw uqibin qa`liplestiredi.

Toparlarda arnawli shiniqtiriw sabaqlari sho`lkemlestiriledi. Bul sabaqlar jen`il atletika, turizm ha`m sport oyinlari boyinsha o`tkeriledi. Al joqari klass oqiwsnilari menen qa`legen sport tu`rinen keste boyinsha arnawli shiniqtiriw sabaqlari o`tkeriledi.

Ju`ziw sabag`i ha`r ku`ni o`tkeriledi. Ju`ziw bilmeytug`in oqiwsnilar o`z aldina belgilengen orinda jeke u`yretiledi. Ju`zip biletug`in ballar menen shiniqtiriw sabaqlari o`tkeriledi. Bunday sabaqlarda arnawli qa`niygege iye metodist ta`repiyin alip bariladi.

Sport jarislari lagerdin` jobasi boyinsha o`tkeriledi.

Lagerdin` basshisi barliq jumislarg`a basshiliq etedi, ku`n ta`rtibinen orinlaniniwin tekserip otiradi, dene ta`rbiya boyinsha jumistin` sapasina juwap beredi ha`m sabaqlardin` jaqsi o`z waqtinda o`tiliwine mu`mkinshilik jaratadi.

Dene ta`rbiyasi boyinsha pedagog-ta`rbiyashilar menen birlikte barliq ta`rbiya jumislari jobalastiriladi, lagerdin` pedagogikaliq ja`ma`a`ti menen metodikaliq jumisti sho`lkemlestiredi. Ju`ziw boyinsha instruktor lagerde o`tkeriletug`in barliq dene ta`rbiya jumislarina qatnasadi, lager basshilari, pedagog-ta`rbiyashilar menen kelimip shomiliw, ju`ziw sabag`inin` ju`ziw boyinsha jaris o`tkeriw kestelerin du`zedi.

Pedagog ta`rbiyasi lagerdegi barliq o`tkeriletug`in jumislarg`a qatnasadi ha`m oqiwshilardi ha`r ta`repleme ta`rbiyalawg`a bag`darlap otiradi.

Juwmaqlaw

O`zbekstan Respublikasi jaslardin` dene ta`rbiyasina ayriqsha kewil bo`linbekte. Den sawlig`in ku`shli jaslardi ta`rbiyalvw, olardin` organizmin ha`r ta`repleme rawajlandiriw, aslardin` dene ta`rbiya sport sabaqlarina qatnasin ta`miynlew boyinsha bir qansha ilajlar islenip atir. Usi a`hmiyetli waziypalardi iske asiriw maqsetinde O`zbekstan Respublikasi Prezidenti 2002 jil 24-

oktyabr`de «O`zbekstannin` balalar sportin rawajlandiriv qorin du`ziw haqqinda» pa`rmanin shig`ardi. Bul qarar balalar sportinin` bunnan bilayda rawajlaniwinda ha`m joqari kvalifikatsiyali sportshilardi tayarlawda u`lken a`hmiyetke iye.

Oqiwshilar menen ha`r ta`repleme oylanip, olardin` jas o`zgesheliklerin, dene tayarlig`in esapqa alip sho`lkemlestirilgen dene ta`rbiya ha`m sport olardin` salamatlilig`in bekkemlewde, denesinin` ha`r ta`repleme rawajlaniwinda ha`m ku`ndelikli ha`reket iskerligin joqarilatiwda u`lken a`hmiyetke iye.

Jas ballarg`a ha`r qiyli shinig`iwlardi orinlatiw arqali olardin` aqil iskerligin, bulshiq et iskerligin aktivoestiriwge boladi. Ko`pshilik bolip shinig`iwlardi orinlag`an waqitta olardin` bir-birine qatnasin, basqa oqiwshilar aldinda juwapkershilikti seziwdi ta`rbiyalawg`a mu`mkinshilik beredi. Oqiwshilarg`a dene shinig`iwlarin o`zinshe orinlatiw arqali olardin` shinig`iwlardi sapali orinlawin, aktivlikti, o`zinshelikti ta`rbiyalawg`a boladi.

Oqiwshilardin` dene ta`rbiyasi jumisinin` mazmunin organizmin ha`r ta`repleme ta`sir jasaytug`in ha`r tu`rli dene shinig`iwlari quraydi: Arnawli, ja`rdemshi shinig`iwlari, jen`il atlektika, ha`reketli oyunlar, gimnastika shinig`iwlari ha`m sport oyunlarinin` elementleri quraydi. Bul jumisti «jen`il atletika» shinig`iwlarinin` mazmunini misal retinde tolig`iraq berilgen.

Jen`il atletika sabag`i waqtinda ortasha jumis orinlag`anda shidamliliq, tezlik-ku`sh sapasi, tezlik rawajlanadi. Bul ha`reket sapalari oqiwshilardin` ha`r ta`repleme rawajlawinda u`lken a`hmiyetke iye. Shidamliliqti rawajlandiratu`g`in shinig`iwlarg`a uzaq dawam etken juwiriw ha`m 500, 1000, 1500 metrge krosqa juwiriw shinig`iwlari kiredi. Shidamliliqti ha`m basqa ha`reket sapalarin rawajlandiriv ushin ha`r tu`rli ilajlari ha`m metodlari paydalaniladi.

Sabaq- dene ta`rbiya boyinsha oqiw jumisinin` tiykarg`i formasi bolip esaplanadi. Ol mekteptin` uliwma rejesine ha`m oqiw jobasina tiykarlanip o`tkeriledi. Dene ta`rbiya sabag`i bag`darlama boyinsha belgilengen waziypasina ha`m mazmunina qarap o`tine ta`n o`zgesheliklerine iye.

Sabaqtin` waziypasi: Sabaq dawaminda bilim beriw, ta`rbiyalıq ha`m den-sawliqti bekkemlew waziypasin sheshedi. Bul oqiw waziypasi izbe-izlik penen sherek ha`m jil dawaminda bir-birine ha`m ko`nligiw boyinsha bilim beredi. Ko`p jilliq ta`jiriybelerden belgili ha`p sabaqta bag`darlama menen belgilengen oqiw materiallarinin` u`yreniw ha`m jetilistiriw boyinsha 2-3 waziypa sheshiledi. Bul materiallar oqiwshilardin` ha`reket sapalarin rawajlandiriw`a bag`darlang`an.

Sabaqti sho`lkemlestiriw: Uliwma bilim беретug`in mekteplerde o`tiletug`in dene ta`rbiya sabag`i tiykarinan pedagogikalıq sisteması retinde qaraladı. Onı u`yreniw ha`m qollaniw`a qolaylastiriw maqsetinde bo`limlerge ajiratıp qarap shig`ilai. Mug`allim iskerliginin` a`hmiyeti birinshi biri-bul oqiwshilardi oqiw jumisina sho`lkemlestiriw.

Oqiw jumisin sho`lkemlestiriw tu`sinigi, mug`allimnin` u`sh tu`rli is-ha`reketi menen aniqlanadı. 1.Oqiwshilardi basqariw,

2 Oqiwshilardi shinig`iwdi orinlawg`a qolaylastirip ornalastiriw, 3. Jumisti alıp bariw ta`rtibin aniqlaw. Bar a`debiyatlardi berilgen. «sabaqti o`tkeriw usili», «oqiwshilardi iskerligin sho`lkemlestiriw» usili ha`m basqada «frontal`», «topar», jeke metodlar t.b. bulardin` ha`mmesi oqiwshilardi ornalastiriw ha`m orinlaw jumislari bolıp esaplanadı.

Dene ta`rbiya oqiwshilardi u`yretiw basqa pa`nlerge qarag`anda ayirim o`zgesheliklerge iye. Dene ta`rbiyada oqiwshilarg`a ha`reket qozg`alislari dene shinig`iwlari u`yretiledi. Shinig`iwlari u`yretiw na`tiyjesinde oqiwshilarda ha`reket ko`nligiwi qa`liplesedi. Sonliqtan pedagogikalıq jumis waqtında u`yretiwge yamasa ha`reket sapalarin rawajlandiriw`a arnawli waqıt qoyiladı. U`yretiletug`in oqiw materiallarinin` tiykarin oqiwshilardin` qozg`alis ha`reketleri quraydı. Olardin` oqiw iskerligin deneden ko`p ku`sh jumsawda talap etedi. A`piwayi jag`dayda adam dene mu`mkinshiliginin` bir bo`limi paydalaniladı. Al u`yretiw yamasa shiniqtiriw waqtında adamg`a joqari talap qoyılsa, organizmin bar mu`mkinshiligi jumsaladı. Shinig`iwlarg`a u`yretiw

waqtında oqıwshılarg`a ta`rbıyalıq ta`sır jasaw pedagogikalıq jumisti sapalı sho`lkemlestiriwge baylanisli.

Arnawlı sho`lkemlestirilgen dene shiniqtiriw jumislari jeke adamnıń psixologiyasına ta`sır etiwshi ilajlardın` biri bolıp esaplanadı.

Uliwma, oqıwshılar menen sho`lkemlestiriletug`ın dene shiniqtiriw jumisi meditsinalıq tekseriwdin` juwmag`ına tiykarlanıp retlestirilip iske asiriladı. Ms.tekseriw juwmag`ı boyınsha oqıwshılar tiykarg`ı, tayarlıq, arnawlı toparlarg`a bo`linedi. Bulardın` ha`r qaaysısı ushin shinig`ıwlar tan`lap alınadı. Oqıw materialları topardın` jas ayırmashılıg`ına ha`m dene tayarlıg`ınıq mu`mkinshiligine sa`ykes beriliwi tiyis.

Ha`r qanday shinig`ıwlarg`a u`yretiw belgili aralıqtag`ı waqıttı talap etedi. :yretiwdin` ha`r bir basqishinin` jeke waziypası ha`m jetekshi belgileri boladı. mug`allım usıl waziypalardı esapqa alıw na`tiyjesinde u`yretiwdin` metodları, tayarlıq ha`m ja`rdemshi shinig`ıwlardı tan`lap aladı. Sonın` menen birge u`yretiw printsiplerin tolıq paydalanıw talap etiledi. Eger tiykarg`ı waziypa ha`reket ko`nligiwin qa`liplekstiriw bolsa, u`yretiw sha`rtlı tu`rde u`sh etapqa bo`linedi: 1. ha`reket qozg`alislari menen tanistiriw 2. Orinlatıp u`yretiw, texnikası menen orinlawdı talap etiw, 3. U`yretilgen shinig`ıwlardı jetilistiriw.

Jumista shinig`ıwlardı u`yretiw metodların ayırıqsha orın berilgen. Metod-bul ha`r qiyli jag`dayg`a ha`r tu`rli jastag`ı oqıwshılar menen jobalastirilg`an waziypanı iske asiriw ushin waziypanı iske asiriw ushin ta`sır jasaytug`ın usıl. Ms. Oqıwshılarg`a shinig`ıwdı tu`sindirgende ha`m onı jetilistiriwde «orınlap ko`rsetiw» metodi paydalanadı.

Belgili bir waziypanı sheshiwde jeke yamasa bir neshe metodlar qosılıp. ha`r metodtın` o`zınin` ha`r qiyli paydalanıw usılı boladı. bular sabaqtın` waziypasına sa`yes mug`allım ta`repinen o`zgeretilip qollaniwi mu`mkin. A`lbette bul mug`allımınin` bilimine, uqıbına ta`jriybesine baylanisli.

Uliwma bilim beretug`ın ma`mleketlerde oqıwshılardıń dene ta`rbıyasınin` ha`r qiyli waziypaların na`tiyjeli iske asiriw ushin ha`m organizmine ha`r ta`repleme ta`sır jasaw ushin dene ta`rbiya bir-birine tig`iz

baylanisli ha`r tu`rli formada ha`m mekemeler, ja`miyetlik uyimlar ta`repien sho`lkemlestiriw talap etedi.

Mektepte dene ta`rbiya, oqiwi jobasina tiykarlanip ku`ndelikli o`tiletug`in sabaq tu`rinde iske asiriladi. Bular bir-birin toliqtirip oqiwshilardin` ha`r ta`repleme rawajlawina ta`sir jasaydi. Bularg`a sporttin` tu`leri boyinsha shiniqtiriw jumislari, ha`r tu`rli o`tkeriletug`in jarislar, sport bayramlari ha`m t.b. jatadi.

Mektepten tis sho`lkemler ta`repien oqiwshilardin` dene ta`rbiyasi iske asiriladi.

1. Jaslar sport mekteplerinde
2. Ka`siplik awqam janindag`i erikli sport ja`ma`a`ti ta`repien
3. Dem aliw lagerlerinde
4. Turistlik bazalarda

5. Sem`yada ha`m t.b. orinlarinda bir-birine baylanisli aoip barilg`an dene ta`rbiya oqiwshilardin` ha`r ta`repleme rawajlaniwin ha`m dekn-sawlig`in bekkemlewde ta`miynleydi.

A` D E B I Y A T L A R

1. Karimov I.A. O`zbekiston kelajagi buyuk davlat.- T.:O`zbekiston. 1992.
2. Karimov I.A. O`zbekiston XXI asrga intilmoqda. T.:O`zbekiston. 1999.
3. Barkamol avlod - O`zbekiston taraqqiyotining poydevori.- T.:Sharq. 1998.

4. Barkamol avlod orzusi ("Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"ni amalga oshirish borasidagi publitsistik mulohazalar).-T.:Sharq.1998.
5. O'zbekiston Respublikasining «Sport fani va sport to'g'risida» qonuni (Yangi tahrirda). 2000.
6. Karimov I.A. Sog'lom xalq, sog'lom millatgina buyuk ishlarga qodir bo'ladi // Xalq so'zi. – Toshkent: 2004 (8.12.2004 y.).
7. Abdullaev A.A. Sport fani vositalari. O'quv qo'llanma. Farg'ona, 1999.
8. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh.X. Sport fani nazariyasi va metodikasi. Farg'ona, 2001.
9. Abdumalikov R., Abdullaev A. va boshqalar. Sport fani ta'limi ilmini takomillashtirish masalalari.
10. Ashmarin V.A. «Teoriya i metodika pedagogicheskix issledovaniy v fizicheskoy vospitanii. M., 1978.
11. A.N.Xan "Teoriya uroka fizicheskoy kul'turoy" Sovetskogo Universiteta - 1998 g.
12. Belinovich V.V. Obucheniye v fizicheskoy vospitanii. F i S. M., 1958.
13. Belorusova V.V., Resheten' I.N. Vospitanii v protsesse zanyatiy fizicheskoy kul'turoy F i S. M., 1964.
14. Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va usuliyoti. T., O'zDJTI nashri. 2001.
15. Verxoshanskiy Yu.V. Programmirovaniye i organizatsiya trenirovochnogo protsessa. -M., 1985.
16. Anastazi A. Psixodiagnosticheskoye testirovaniye. Kniga 1. – M.: Pedagogika, 1982. – 320 s.
17. Anastazi A. Psixologicheskoye testirovaniye. Kniga 2. – M.: Pedagogika, 1982. – 294 s.
18. Bazarov T.Yu. Tekhnologiya tsentrov otsenki dlya gosudarstvennoy slujbah. Problema konkursnogo otbora. – M.: IPK gosslujbo, 1995. – 144 s.

19. Bazarov T.Yu., Beketov X.A., Aksenova e.A. Metodo` otsenki upravlencheskogo personala gosudarstvenno`x i komerchekix struktur. – M.: IPK gosslujbo`, 1995. – 112 s.
20. Belkin A.A. Ideomotornaya podgotovka v sporte. – M.: Fizkul`tura i sport, 1983. – 128 s.
21. Blyumenshteyn B.D., Xazanovich L.e. Psixologo-pedagogicheskie aspekto` podgotovki legkatletov. – T.: Ibn Sino`, 1993. – 140 s.
22. Brayent Dj. Kretti Psixologiya v sovremennm sporte. – M.: Fizkul`tura i sport, 1978. – 224 s.
23. Devyatko I.F. Metodo` sotsiologicheskogo issledovaniya. – M.: Universitet, 2002. – 296 s.
24. Vyatkin B.A. Rol` temperamenta v sportivnoy deyatel`nosti. – M.: Fizkul`tura i sport, 1978. – 134 s.
25. Gorbunov G.D. Psixopedagogika sporta. – M.: Fizkul`tura i sport, 1986. – 208 s.
26. Marihuk V.L., Bludov Yu.M., Plaxtienko V.A., Serova L.K. Metodiki psixodiagnostiki v sporte. – M.: Prosvehenie, 1984. – 191 s.
27. Ozerov V.P. Psixomotornoe razvitie sportsmenov. – Kishinev: Shtiintsa, 1983. – 140 s.
28. Praktikum po sportivnoy psixologii./ Pod red. Volkova I.P. – SPb.: Piter, 2002. – 288 s.
29. Prakticheskoe zanyatie po psixologii. /Pod red. Bogdanovoy D.Ya., Volkova I.P. – M.: Fizkul`tura i sport, 1989. – 160 s.
30. Rodionov A.V. Vliyanie psixologicheskix faktorov na sportivno`y rezul`tat. – M.: Fizkul`tura i sport, 1983. – 112 s.