

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС
ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

ГУЛИСТОН ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ КАФЕДРАСИ

Маматкулов Диёрбек.

5141900- Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият таълим
йўналиши бўйича бакалавр даражасини олиш учун « Богча
ёшидаги болалар тарбиясида жисмоний сифатларни
ривожлантириш йуллари»
мавзусидаги

БИТИРУВ МАЛАКАВИЙ ИШИ

2018-йил

МУНДАРИЖА

КИРИШ	3 бет
I БОБ. МАВЗУГА ОИД АДАБИЙ МАНБАЛАР ТАҲЛИЛИ	бет
1.1. Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясининг шакли ва мазмуни.....	бет
1.2. Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясига оид турли давр олимларининг қарашлари.....	бет
1.3. Ҳаракатли ўйинларини ўтказиш методикаси.....	бет
1.4. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг жисмоний ривожланганлик даражаси кўрсаткичлари.....	бет
II. БОБ ТАДҚИҚОТ ОБЪЕКТИ, УСЛУБЛАРИ ВА УНИНГ ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ	бет
2.1. Тадқиқот вазифалари.....	бет
2.2. Тадқиқот усуллари.....	бет
2.3. Тадқиқот ишини ташкил этиш.....	бет
III БОБ. ОЛИНГАН НАТИЖАЛАР ТАҲЛИЛИ	бет
ХУЛОСА ВА АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР	бет
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати	бет

КИРИШ

Мавзунинг долзарблиги: Жамият ижтимоий тарақиётнинг янги босқичига кўтарилиши билан боғлиқ бўлган муаммоларнинг энг долзарби бу соғлом авлод тарбияси. Чунки жамиятни идора этишнинг янги муносабатлари, механизми ва усуллари тамомила бошқача тус олиб, ўзига хос мураккаблашиб боради. Ана шундай шароитда баркамол авлод сиёсати яна ҳам муҳим аҳамият касб этиб, жамият олдида турган энг долзарб вазифалардан бирига айланди.

Бу долзарб муаммони ҳар жиҳатдан пухта ва мукаммал ҳолда оқилона ҳал этиш, ҳар қандай давлатнинг олдида қўйган асосий мақсадидир. Шунинг учун ҳам, Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлисининг «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури тўғрисида» ги қарори ва Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Таълим-тарбия ва кадрлар тайёрлаш тизимини тубдан ислоҳ қилиш, баркамол авлодни вояга етказиш» тўғрисидаги фармони соғлом авлод тарбиясида туб бурилиш ясади.

Юқоридагилардан келиб чиққан ҳолда шуни айтиш мумкинки биз орзу қилган буюк келажак янги шаклланиб келаётган, ёш авлоднинг қай даражада тарбияланганлигига боғлиқ. Юртбошимиз жисмоний тарбия ва спортнинг олдида катта маъсулиятли вазифаларни юклаши, янги авлодни тарбиялаб, вояга етказишларидан катта ишонч билдириши ҳам бежиз эмасдир.

Кичик ёш-билим, кўникма ва малакалар таркиб топишнинг, тасаввур ҳамда тушунчалар ҳосил бўлишининг бошланғич давридир. Худди мана шу даврда ўғил ва қизларни мунтазам ҳамда изчил тарбиялаш учун катта имкониятлар вужудга келади. Кичик мактаб ёшидаги болаларни тарбиялаш тизимида ўйинлар алоҳида роль ўйнайди. Ҳар турли ўйинларда, топоғонлик ҳамда ўйин-кулгулардан, болаларнинг характери ва қобилиятлари анча яққолроқ кўринади.

Тўғри ўтказилган ўйин, болага кўп нарсани ўргатишда ёрдам беради. Тўғри ташкил этилган ўйинлар, боғча ёшидаги болалар орасида бир-бирларига бўлган ишноч ва ҳақиқат сифатида хизмат қилган, ҳамда уларнинг зехни ва билишга интилишларини ривожлантирган. Соғлом баркамол авлодни жисмонан бақувват, етук қилиб тарбиялашда ўзбек халқ миллий ўйинларининг ўрни беғиёсдир. Лекин бугунги кунда миллий ўйинлар болалар орасида етарли даражада ташкил этилмаяпти десак муболаға бўлмайди. Айнан мана шу муаммонинг ечими битирув-малакавий ишининг долзарблигни ташкил этади.

Битирув малакавий ишининг мақсади:

Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини тарбиялашда миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишнинг самарали усул ва воситаларини ишлаб чиқиш.

Ишнинг мақсадидан келиб чиққан ҳолда битирув малакавий ишининг олдида қуйидаги **вазифалар** қўйилди:

1. Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини тарбиялашда миллий ҳаракатли ўйинларидан фойдаланишга доир махсус адабиётларни ўрганиш, маълумотлар тўплаш ва уларни таҳлил қилиш;
2. Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини тарбиялашда миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишнинг самарадорлигини аниқлаш;
3. Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишга доир илмий асосланган тавсиялар ишлаб чиқиш.

Битирув малакавий ишнинг илмий фарази:

Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини миллий ҳаракатли ўйинларидан ўз ўрнида фойдаланиш уларнинг жисмоний имкониятларини ошишига ёрдам беради деб тахмин қилинди.

Битирув малакавий ишнинг тадқиқот объекти:

Гулистон туман халқ таълими бўлимига қарашли № мактабгача таълим муассасаси тарбияланувчилари билан ўтказиладиган ўқув-тарбия ишлари жараёни.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги:

Ёш болалар билан олиб бориладиган жисмоний тарбия машғулотлари жараёнида миллий ҳаракатли ўйинлардан самарали фойдаланиш бўйича жисмоний тарбия ҳамда бошланғич синф ўқитувчилари учун илмий асосланган ва экспериментал тарзда исботланган амалий тавсиялар ишлаб чиқилди.

Битирув малакавий ишнинг амалий аҳамияти:

Шундан иборатки, тадқиқотлар натижасида олинган маълумотлардан ҳамда амалий тавсиялардан боғча ёшидаги болалар билан ўтказиладиган машғулотлар жараёнида кенг фойдаланишлари мумкин.

Битирув малакавий ишнинг тузилиши:

Битирув малакавий иши кириш, 3 та боб, хулоса ва амалий тавсиялар ҳамда фойдаланилган адабиётлар рўйхатидан иборат бўлиб, ___ бет қўлёзмадан иборат.

I БОБ. МАВЗУГА ОИД АДАБИЙ МАНБАЛАР ТАХЛИЛИ

1.1. Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясининг шакли ва мазмуни

Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясини ташкил этиш шакллари-бу болаларнинг ранг-баранг фаолиятининг таълим-тарбиявий мажмуаси бўлиб, унинг асосини ҳаракат фаоллиги ташкил этади. Бу шаклларнинг йиғиндиси боланинг жисмоний жиҳатдан тўлақонли ривожланиши ва соғлиғининг мустаҳкамланиши учун зарур бўлган муайян ҳаракат режимини вужудга келтиради (А.В.Кенеман, Д.В.Хухлаева. 1985).

Мактабгача тарбия ёшидаги болалар ҳаракат фаолиятини ташкил этишнинг асосий шакллари қуйидагилардан иборат:

- жисмоний маданият машғулоти;
- кундалик режимдаги жисмоний тарбия-соғломлаштириш ишлари (эрталабки гимнастика, ҳаракатли ўйинлар ва сайрлар вақтидаги жисмоний машқлар, кундузги уйқудан кейинги жисмоний тарбия машқлари, чиниқтириш тадбирлари);
- фаол дам олиш (болалар туризми, жисмоний маданият байрамлари, саломатлик кунлари);
- болаларнинг мустақил ҳаракат фаолияти;
- уйга вазифа.

Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясини ташкил этишнинг ушбу шакллари жисмоний тарбия ва болани ҳар томонлама ривожлантиришнинг умумий вазифаларига жавоб берар экан, улар ўзаро алоқада бўлишлари, шу билан биргаликда ҳар бири ўзининг махсус вазифаларини ҳал этиши лозим.

Илк ёшдаги болалар гуруҳида жисмоний машқлар билан индивидуал шуғулланиш (гимнастика, массаж, ҳаракатли ўйинлар) Б.А.Ашмариннинг (1990) фикрича асосий иш шакли ҳисобланади.

Эрталабки гимнастика ва жисмоний маданият машғулоти биринчи кичик гуруҳларнинг барчасида бошланади, бироқ уларнинг ҳар бири ёш психофизиологияси хусусиятларини ҳисобга олиши лозим.

Физкультура дақиқалари мактабгача тарбия муассасаларининг катта гуруҳларида кўпроқ аҳамиятга эга бўлади. У ақлий фаолият уйғотувчи (математика, нутқни ўстириш бўйича) машғулотларга ва болаларнинг фаол дам олиши ҳамда иш қобилиятини тиклаш воситаси сифатида 2 машғулот ўртасига киритилади.

қатор олимларнинг фикрича (8,10,12) очик ҳаводаги ҳаракатли ўйинлар ва ранг-баранг мустақил ҳаракат фаолияти барча ёш гуруҳларидаги болалар кундалик ҳаётининг зарур шарти ҳисобланади.

1.2. Мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбиясига оид турли давр олимларининг қарашлари

Мустақил давлатимизда ёш авлоднинг жисмоний камолотини юксалтириш масалалари ҳозирги куннинг долзарб муаммоларидан биридир. «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги қонунда таъкидланишича «Мактабгача ёшдаги болалар, ўқувчилар ва талабалар саломатлигини асраш ва мустаҳкамлаш, уларда жисмоний баркамолликка эҳтиёжни шакллантириш мактабгача тарбия муассасалари ва ўқув юртларининг устун вазифаси бўлиб ҳисобланади» (2).

Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги қонуннинг ҳаётга жорий этиб, жисмоний тарбия ва спорт соҳасини ривожлантириш концепцияси ишлаб чиқилди. Бунда болалар ва ўсмирлар жисмоний тарбияси концепциясига ёндошиб, узлуксиз таълим тизимида республика аҳолисининг кўп миллатлигига таянган ҳолда ҳар бир миллатнинг маданий-маърифий, ижтимоий-иқтисодий талаблари ҳисобга олинган (2).

Мамлакатимизда таълим тизimini такомиллаштириш, Ватан равнақини таъминлайдиган ёш авлодни тарбиялаб вояга етказиш масалаларига жиддий эътибор берилмоқда. Бу борадаги муҳим қарашларидан бири Ўзбекистонда илк бор «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури» ҳамда «Таълим тўғрисида»ги қонуннинг қабул қилиниши катта аҳамиятга эга (5,6).

Инсоннинг тараққий этишида, шаклланишида фаол ҳаракат, айниқса, жисмоний ҳаракат энг муҳим омиллардан биридир. В.А.Сучугова (1980), Ш.Г.Ходжаев, Т.С.Усмонхўжаев, П.Х.Хўжаев, Д.Д.Шарипова, Л.М.Семёнова (1997) ларнинг тажриба ва кузатувларидан маълумки, оптимал ҳаракатланиш болаларнинг жисмоний ривожланиши ва қобилиятининг ошиши учун имкон яратади.

В.В.Бунак, С.С.Солихўжаев (1985), Ж.К.Холодов, В.П.Поповларнинг (1989) таъкидлашича, ҳар бир инсон мактаб ёшигача бўлган даврда ўтказиладиган жисмоний тарбия асосида ривожланиш, жисмоний камолотга эришиш ва энг муҳими, саломатлигини мустаҳкамлаш учун ўзига замин тайёрлар экан.

Учинчи гуруҳ олимлар ва амалиётчиларнинг фикрича, болаларни ҳар томонлама тарбиялаш, уларда маънавий, ахлоқий фазилатларни ва жисмоний сифатларни шакллантириш, олий ҳис-туйғуларни таркиб топтириш учун мактабгача тарбия даври энг қулай давр деб ҳисобланади (10,12,14).

Мактаб ёшидаги болаларнинг функционал тайёргарлигини илмий текшириш натижасида жисмоний машқлар организмнинг ривожланишида ҳал қилувчи роль ўйнаши тасдиқланган (13,16).

Кўпгина олимлар томонидан ўтказилган тадқиқот натижалари шуни кўрсатадики, шахснинг жисмоний шаклланиши ва жисмоний тайёргарлик динамикаси ўқувчининг меҳнат қила олиш қобилияти даражаси ҳамда доимий бажариладиган жисмоний машқлар хусусияти ва ҳажмига боғлиқдир (19,20).

Агар ҳаракатчанлик ҳаддан ташқари оширилса, жисмоний машқларнинг фойдаси пасаяди ва организмга салбий таъсир этади, ҳаракатчанликнинг ҳаддан ташқари оёш шуғулланувчиларга қаттиқ таъсир кўрсатади (14).

Мактабгача тарбия муассасаларида болаларни уйғун ривожлантириш, ҳар томонлама жисмоний тарбиялаш таълим- тарбия муассасалари, оила, жамоат ташкилотлари ҳамхўрлигида, уларнинг куч-ғайратлари билан амалга оширилади, ҳозирда болаларни ахлоқан ва жисмонан тарбиялашда ота-оналар ҳамда педагоглар жамоасининг ҳамкорлиги ижобий яқун бериши бир қанча муаллифларнинг ишларида ёритилган.

Шундай бўлишига қарамасдан, И.В.Половцеванинг кўрсатишича, мактабгача (1-синфга) келган 75-90% болаларнинг 55-60: сувда сузишни, 20-25% конькида учишни, 10-15% икки ғилдиракли велосипедда учишни, ҳаттоки оддий спорт элементлари ва ҳаракатларини бажаришни билмайди, 20-25% коптокчани ерга уриб юришни, 30% болалар арқончасида сакрашни уддалай олмайди. Буларни бажара оладиганлари ҳам афсуски, анча суст ҳаракатланади. Бу маълумотлар ўз-ўзидан болаларнинг жисмоний ривожланиши паст даражада эканлигидан далолат беради.

Бундай ҳолатларнинг келиб чиқиш сабабларидан бири бу кичкинтой болаларда жисмоний тарбия, жисмоний машқлар аҳамияти тўғрисида билим йўқлиги, жисмоний машқлар билан шуғулланишга етарлича имконият яратилмаганлиги, ота-оналарнинг минимум педагогик билимларга эга эмаслиги ҳамда давр талабига мослаб кичкинтойлар жисмоний тарбияси такомиллаштирилмаганлигидадир.

Бу муаммоларни ҳал этиш учун педагоглар жамоаси ҳамда ҳар бир тарбиячи ёки ўқитувчидан ўқув жараёни бошланиши кунлариданоқ ота-оналар билан узвий боғланишда бўлишни талаб қилади.

Юқорида қайд этилганларга қўшимча қилиб М.Я.Студеникин ўз мулоҳазасини билдиради. Унинг фикрича, оилада кун тартибига риоя қилиш жуда муҳим бўлиб, оиланинг ҳамжиҳатлик, оқиллик билан меҳнат қилиши, дам олиши, овқатланиши бола организми учун, жумладан, асаб тизими учун жуда яхши шароит яратади. Кун тартиби асабийлигининг олдини олади, деб таъкидлайди.

Профессор С.С.Солихўжаевнинг таъкидлашича, мактабгача тарбия муассасаларида кўзланган мақсадларга эришиш учун кун тартибини: дам олиш, овқатланиш ва ҳоказоларни тўғри ташкил этиш лозим.

Бола оиладан тўғри боғчага келар экан, оилада тарбияланаётган боланинг ҳам ҳаракат малакаларини такомиллаштириб бориш зарур. Бунда ҳар бир ота-она, айниқса, ёш оилалар бола тарбиясига, унинг соғлиғини мустаҳкамлашга кўпроқ эътибор бериши зарурлигини кўп йиллик тадқиқот ишларидан кўриш мумкин.

Соғлом авлод тарбиясини тўғри йўлга қўйиш, уйда ота-онанинг, боғчада педагоглар жамоасининг ва соғлиқни сақлаш тизими ходимларининг муқаддас бурчларидир.

Бўлажак авлод-давлат бойлиги. Агар оила соғлом ва мустаҳкам бўлса, маҳаллада тинчлик ва ҳамжиҳатликка эришилади. Бинобарин, маҳалла-юрт мустаҳкам бўлсагина, давлатда осойишталик ва барқарорлик ҳукм суради. Зеро оила фаровонлигини миллий фаровонлик асосидир.

Инсоният кўп йиллар давомида ёш авлодни соғлом тарбиялаш масаласига ҳам ижодий, ҳам амалий ёндашиб келган.

Буюк бобокалонимиз Алишер Навоий «Одам учун доим ҳаракатда бўлиш-ҳаётликдан асардир, жонсиз мавжудотлар-тириклик нишонасидан беҳабардирлар», -деганида, у минг карра ҳақдир. Дарҳақиқат, инсон ҳаётининг негизини куч-қувват, соғлиқ ва ҳаракат ташкил этади.

Тана нечоғлик соғ бўлса, кўнгил шунчалик осойишта, равшан, хушфёъл ва хушчақчақ бўлади.

Буюк ўзбек мутафаккири Абу Али Ибн Синонинг ҳаёт намуналари ва бизга мерос қилиб қолдирган дурдона фикрлари биз учун асос қилиб олинса фойдалидир.

Унинг оила тарбияси тўғрисидаги фикрлари чуқур мазмунга ва катта амалий аҳамиятга эга эканлигини қуйидаги сўзларидан билиб олиш мумкин: «Боланинг хулқини мўътадилликда сақлашга алоҳида эътибор бериш керак. Бунга эса болани қаттиқ ғазабланишдан, қўрқиш, ҳафалик ва уйқусизликдан сақлаш орқали эришилади. Хулқнинг мўътадиллиги натижасида ҳам нафас, ҳам бадан соғлом бўлади». Абу Али Ибн Сино тарбия жараёнида шахсий намуна бўлиш усули ғоят катта аҳамиятга эга эканлигини қайта-қайта уқтириб ўтган.

Мутафаккир олим Абу Райҳон Беруний ҳам ўз асарларида оила тарбиясига катта эътибор билан қараш лозимлиги тўғрисида уқтирган.

Беруний ўзининг оила тарбияси ҳақидаги рисолаларида ота-оналар ва тарбиячилар обрўсининг болага таъсир этиш кучи ҳақида фикр юритган.

Оилада ота-она боланинг кўз ўнгида ўз обрўсига қанчалик эга бўлса, тарбия шунчалик самарали натижалар беради.

Доно халқимизнинг доно нақли бор: «Соғ танда-соғлом ақл». Чиндан ҳам жисмоний ва руҳий соғлиқнинг алоқадорлиги болаларда яққол билинади. Бола организмнинг барча физиологик функциялари бир меъёрга кечганда, у жисмонан соғлом бўлади.

М.С.Студеникин тадқиқотларида олинган маълумотлар таҳлилининг кўрсатишича, соғлиқнинг, хулқ-атворнинг тўғри шаклланиши, мустаҳкам иродали, истеъдодли ва табиатан қобилиятли бўлиш учун муҳим заминдир.

1.3.Ҳаракатли ўйинларини ўтказиш методикаси.

Педагогик жараёнда тарбиявий вазифаларни амалга ошириш тарбия жараёнининг мақсад, вазифаси, мазмун ва методларининг шунингдек, ташкилий шаклиларининг бирлиги таъминланишини талаб қилади.[3]

Ҳозирги шароитда ўйинларининг вазифаларидан бири уларнинг ўз мазмуни ва методикаси билан ўқувчи шахсини ҳар томонлама тарбиялаш ва ривожлантиришидан иборатдир.[5]

Боғча ёшидаги болаларни ўйинлар жараёнида тарбиялаш муаммоларини ҳал қилишни ташкил этиш ва тайёрлаш босқичлари қуйидагича белгиланиши мумкин:

- тарбиячининг ўйинларни ташкил қилиш ва ўтказишга назарий-методик тайёргарлиги;

- ўйинда қатнашадиган боғча ёшидаги болалар жамоасини ҳар томонлама ўрганиш; уларнинг қизиқиш ва майлларини ҳисобга олиш ва шулардан тўла қониқиш, ўйин вақтида фойдаланишни режалаштириш;

- боғча ёшидаги болаларни ўйиннинг мақсади, вазифаси, босқичлари ва бориши ҳамда хусусиятлари билан таништириш;

- болаларнинг ўйинда иштирок этиш даражасини, ўйин фаолиятини йўналтиришни, унинг натижаларини олдиндан кўриш, боғча ёшидаги болаларнинг ҳаракатларини баҳолаш ва уларни рағбатлантириш;

- ўйин жараёнида педагогнинг ўқувчиларга тарбиявий таъсир кўрсатиш.[20]

Боғча ёшидаги болаларни ўйинларга тайёрлашнинг энг тўғри педагогик шартлари қуйидагичадир:

- долзарб мазмунга, муайян тарбиявий мавзуларга эга бўлган ўйинлар комплексини танлаш, ўйин фаолиятига, биргаликдаги кечинмаларга ундаш;

- кичик ёшли болаларни ўйинларга қизиқтиришда, ундаги жозибалиликни ёритишда педагогнинг маҳорати;

- ҳаракатли ўйинларни ўтказишга раҳбарликнинг мазмуни, шакл ва методларининг бирлиги;

- ўйин жараёнининг ҳаётийлиги, ҳаққонийлиги; болаларни маълум малака ва кўникмаларни намоиш қилиши зарур эканлигини ҳис қиладиган

вазиятларни вужудга келтириш; боғча ёшидаги болаларнинг ўйин фаолиятида ихтиёрий равишда қатнашуви;

-ўйин мазмунини аста-секин мураккаблаштириш.[15]

Чинакам ва ёрқин ўйиннинг пайдо бўлиши учун кичик боғча ёшидаги болалар қаҳрамонлик мавзuidaги ҳикояни тинглашлари чинакам қаҳрамонлик ҳаракатини кўришлари кифоя.[7]

Кино, зангори экран, бадиий адабиёт “эркин” ўйинлар учун қудратли манбадир. Улар қаҳрамоннона ишларга тақлид қилиш учун яққол намуналарни беради.[10]

Профессор Т.Усмонхўжаев ўзининг докторлик ишида кичик ёшидаги болаларнинг ахлоқий, ватанпарварлик, байналмилал ва эстетик тарбиялашда ўзбек халқ ўйинларини ўтказишнинг самарасини санаб ўтган.[13]

Ўзбек халқ ўйинлари орқали ахлоқий, ватанпарварлик, байналмилал ва эстетик тарбия бўйича амалий иш мазмуни қуйидагича: ўйинларни тушунтириш, ўқувчиларнинг навбатдаги ўйиннинг мазмуни, вазифаси, босқичлари, жараёни ва талабларини ўрганиши, ўтказилган.

боғча ёшидаги болалар учун танланадиган ва ўқиладиган адабиётларга қўйиладиган умумий талаблар: [14]

- болалар ёшига мос, эмоционал таъсир кучига, ақлий ижодий имкониятига эга бўлиши;
- Мазмунан тушинарли, жозибали бўлиши;
- болалар билимини ошириш;
- Ўзбек халқининг тарихи ва тилини, турмуши, меҳнати, маданияти, айниқса миллий анъаналарини, миллий қаҳрамонларининг мардлигини, жонажон ўлка табиатини, ҳайвонот ва ўсимликлар дунёсининг бойлиги тўла акс эттириши;
- Мамлакатимизда ҳал қилинаётган байналминал масалаларни, жаҳон халқлари билан дўстлик ва ҳамкорлик тadbирларини ифодалаши.

Болалар билан ўтказиладиган суҳбатларнинг мавзуси қуйидаги мақсадларни кўзда тутди:[18]

- Ватанимизнинг узок тарихини, унинг қаҳрамоннона ўтмиши ва ҳозирги кунини ўрганиш;
- Мамлакатимизнинг меҳнатдаги ютуқлари билан таништириш;
- Жонажон ўлканинг табиати, ҳайвонот ва ўсимликлари дунёсидаги бойликлари ҳақида тасаввур ҳосил қилиш;
- Ватанимизнинг қўпмиллатли эканлигини тушунтириш.

Ўйинларни ўтказиш болалардан катта маъсулият ва ташкилотчилик қобилиятини талаб қилади. Бунинг учун у болаларнинг ўзига хос психологик ва ёш ҳусусиятларини билиши, ўйинчилар жамоасини чуқур ўрганиши, ўйин мазмунини таҳлил қилиши, ўйинни бошқаришдек юксак педагогик маҳоратга

эга бўлиши, ўйинни ўтказиш тартиби ва айрим болаларнинг хулқи учун маъсулиятни ҳис этиши керак.[9]

Ўйин жараёнида болалар шахсининг қуйидаги психологик маълумотлари ҳисобга олиниши лозим: [12]

- Ўйинда болаларнинг ўзига хос сифат ва хусусиятларини намоён бўлиши;
- Ўйинчиларнинг характери ва хулқини ўрганиш;
- Ижодий маълумотлар;
- Фаоллик, ташаббускорлик, мустақиллик;
- Ирода ва меҳнатсеварлик.

Кўп йиллик кузатишлар ҳеч қаерда болаларнинг характери ўйиндагидек намоён бўлмаслигини кўрсатади. Болалар характери ва хатти-ҳаракатларининг ўйин жараёнида ўрганиш уларнинг етарли даражада уюшмаслиги, ҳаддан зиёд жижизакилиги, ўзаро баҳслари, қоидага тўла риоя қилмаслик каби салбий одатларини бартараф этиш имконини яратади.[16]

Шундай қилиб, ўйин жараёнида болаларнинг хулқи кузатилди ва йўлга солиб турилди, ўзини тута олмайдиган маъсулиятли роллар (бошқарувчилик, асосий рол) топширилди, тортинчоқ болалар фаол ўйинга тортилди, кучсизларга вазифани бажаришда ёрдам берилди.[10]

Болаларни ижодий фаолиятига қизиқтириш мақсадида уларга ўз ташаббуси билан ижодий фикрлаш имкони берилди.

Болаларнинг ўйин фаолияти жараёнида ташаббуси, фаоллиги, мустақиллиги ва иродавий сафарбарлиги намоён бўлиши учун, ўйин қоидасини бузмаган ҳолда мақсадга эришиш учун айрим қийинчиликлар ҳосил қилинди. Ҳар бир ўйинда ўқувчиларга аста-секин мураккаблашиб борадиган ва психологик ривожланишга қаратилган янги поғоналарга тайёрлайдиган ижодкорлик элементларини танлаш имкони яратилди.[13]

Иш жараёнида ўйиннинг мазмуни, мақсади, вазифаси, қоидаси ва ҳаракатларини болалар онгига етказиш, уларда ўйин тўғрисидаги тўғри тасаввур, мустақиллик, фаоллик, ташаббускорлик, ўйинни аниқ режалаштириш, қуйи синф ўқувчиларидаги ривожланиш даражаси мослиги, таниш ўйинлардан нотаниш ўйинларга, содда ўйинлардан мураккаб ўйинларга ўтиш, малака, билим ва кўникмаларни ўзлаштириш, уларни мунтазам қайтариш ва мустаҳкамлаш каби талаблар ҳам ҳисобга олинди.[8]

Ўйин тарбиявий мақсадга эришиш учун унинг мазмун ва қоидаларини ҳар бир болага тушунтирилди.

Кузатишларимиз ўйинда болаларнинг онгли ҳаракати тегишли билимларини тўла ўзлаштириб олишга, ижодий ютуқларга эришишга имкон яратишининг, бунда ўйинчиларнинг қизиқишларини орттиришини, болалар тенгдошларининг хатти-ҳаракатларини таҳлил қилишга ўрганишларини ва бу

хол шахсий ахлоқий сифатлар ва кўникмаларни такомиллаштиришини кўрсатди.[17]

Ўйинларда мустақилликни, ижодий фаолликни, ташкилотчилик қобилиятларини, ташаббускорликни намоён қилиш учун яхши шароит яратиб берилди, бунинг учун ўртоғига ёрдамлашиш, мустақил қарор қабул қилиш, қийин пайтларда ўйинчиларга кўмаклашиш, ўйин қондасининг бажарилишини мустақил кузатиш каби педагогик вазиятлар қўлланди.

Болалар онгли ва фаол ўйнаши учун ўйинни образли қилиб тушинтириш лозим. Ўйин қанчалик образли ҳикоя қилинса, унинг мазмуни шунчалик осон гавдалантирилади. Маълумки, ўйиннинг мазмунини батафсил айтиб бериш мумкин эмас, чунки бу иш ўқувчиларнинг ўйинга қизиқишини сусайтиради. Аввал ўйиннинг асосий жиҳатларини ёритиш, ўйин қайтарилганда унинг мазмунини қисқа бўлиши, фақат унинг барча асосий хусусиятлари айтилиши лозим. Шунда ўйинчиларга ўз қобилият ва ижодий мустақиллигини кўрсатиш имконияти вужудга келади.[19]

Ўйиннинг мазмуни ва қоидаларини тушинтиришда унинг айрим жойларини намоёниш этишга ҳаракат қилиш керак. Шунда тушинтириш жараёнининг вақти ҳам қисқаради, мураккаб ўйинларни тушинтириш ҳам осонлашади.[11]

Шундай қилиб, ўйинни изчил ўтказиш учун уни тарбиявий вазифалар: ахлоқий, ватанпарварлик, байналминал, эстетик тушунча ва тасаввурларни аста-секин ўзлаштириш, ҳиссиёт, эътиқодни шакллантириш асосида аниқ режалаштириш лозим. Бунда ўқувчиларнинг шахсий ва ёш хусусиятларини ҳисобга олиш керак.[9]

Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий имкониятларини рўёбга чиқарувчи асосий омиллар аниқланган. Улар: ўйин материалининг тушинарлилиги, илгари ўқувчилар эгаллаган кўникма, билим малакаларни ҳисобга олиш, ролларни тўғри тақсимлаш, ўйин мазмуни ва қоидаларини аста-секин мураккаблаштиришдан иборатдир.[20]

Бундан ташқари, ўйинда ҳосил қилинган малака ва билимни чуқур ўзлаштириш мақсадида уларни мунтазам такрорлаш ва мустаҳкамлаш лозим.

Ўйинлардан тарбия жараёнида изчил фойдаланиш керак. Шундагина кўзланган ижобий самарага эришиш мумкин.[7]

Ўйиннинг педагогик имконияти асосан унинг амалийлиги билан боғлиқдир. Ўйин –энг аввало фаолиятдир. Унинг асосини инсон фаолиятини ва кишиларнинг жамиятдаги муносабатини гавдалантириш ташкил қилади. Болалар ўйиннинг мазмунини атрофдаги воқеликдан оладилар. Лекин Д.Б.Элькониннинг таъкидлашича, "атрофдаги ҳар қандай воқелик ҳам болага ижобий таъсир этавермайди ва унда ўйинга эҳтиёжни вужудга келтиравермайди".

Кузатишлардан аёнки, атрофдаги воқелик ёрқин, кишиларнинг хатти-харакати, ўзаро муносабатлари ва фаолияти жиҳатдан тушунарли бўлсагина ўйинни юзага келтиради. Атроф муҳитдаги барча мураккабликни аввало бола ўйинда бартараф этади. Болалар ўйинининг моҳияти муайян ролни бажаришдан иборатдир. Боланинг қандайдир ролда бошқача қиёфага эга бўлиши- театр сезгисининг илк бор вужудга келишидир. Бола ўйинда бир йўла артист ва томошабиннинг, сахналаштирувчи ва рассомнинг ролини бажаради. Бундай ўйин театр ижодкорлиги ва илҳомининг барча элементларини ўзида мужассамлантиради. [17]

Ўйин педагогик омил бўлиши учун унга педагогик вазифа онгли ва мақсадга мувофиқ равишда боғланиши, ундан тарбиявий мақсад ҳамда вазифаларни ҳал қилиш учун фойдаланилиши шарт. Ўзбек халқ ўйинига хос хусусиятларнинг бойлиги ҳам унинг хилма-хил тарбиявий вазифаларни бажаришини таъминлайди.[13]

С.А.Шмаков ўйинларнинг тарбиявий имкониятларини ифодалаб, шундай ёзган эди: “Ўйин гўё соядек, бола билан бирга туғилган, унинг ҳамроҳи, ишончли дўстига айланган. Лекин биз уни узоқ йил давом этиши унча яхши деб ҳисобламаймиз. Ўйин жуда катта, баъзан кўз илғамас тарбиявий резервлари, ғоят кенг педагогик имкониятлари туфайли инсонлар эътиборини қозонади”. [11,8]

Ўзбек халқ ўйинларидан фойдаланиш муваффақиятли бўлиши учун ўйин боланинг ўз фаолияти эканини, ундаги ташаббускорликни ва мустақилликни сақлаш ҳам рағбатлантириш зарурлигини ҳисобга олиш керак. [16]

Ўзбек халқ ўйинлари тарбия жараёнида фаолиятнинг бир тури сифатида намоён бўлади, бинобарин улар ижтимоий бўлиб, меҳнат ва ўқиш билан чамбарчас боғлиқдир. Ўзбек халқ ўйинларининг ана шу энг муҳим хусусиятлари уларнинг тарбиявий имкониятларини таҳлил қилиш имконини беради.[7]

Ўзбек халқ ўйинларини ўрганиш тарбия жараёнини узлуксиз янгилайди, ўқувчиларда ҳаётий вазиятларни яхши англаш қобилиятини ривожлантиради, билишга жуда катта қизиқиш уйғотади. Шунингдек, уларга ўз халқининг тарихи ва ҳаётининг турли соҳаларига, унинг хўжалик-меҳнат фаолиятига, моддий ва маънавий маданиятига, ижтимоий турмуш тарзи, одатлари ва анъаналарига таълуқли анчагина маълумотларни беради.[11]

Биз ўзбек халқ ўйинларига жамиятнинг бутун маънавий маданияти билан биргаликда ва меҳнаткашларни, биринчи галда жумхуриятимиз болаларини тарбиялашнинг энг муҳим воситаларидан бири сифатида қараймиз.[19]

Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий аҳамияти ҳақида гап борар экан, шуни алоҳида таъкидлаш лозимки, улар энг аввало болаларда ўз қишлоғига, шаҳрига,

табиатга, мамлакатимизда яшовчи барча халқларга муҳаббат, ҳурмат ва эҳтиром хисларини, миллий ғурурини тарбиялайди.[5]

Энг муҳими, ўзбек халқининг миллий маданиятига, ўтмишдаги ва ҳозирги турмушига миллий анъаналари ҳамда санъатига муҳаббат уйғотади. Шунингдек ўқувчиларни ҳалолликка, саховатлиликка ўргатади, катталарнинг тажрибасини болалар ва ёшларга ўтказишнинг воситаси сифатида хизмат қилади. Ўғил ва қизларда меҳнатга онгли муносабатни шакллантиради. Уларнинг кучли, чاقқон, серҳаракат, зийрак, топқир, ўзаро ҳамкор бўлишларига ёрдам беради. [10]

Ўзбек халқ ўйинлари орасида ғоявий-сиёсий, ақлий, ахлоқий, меҳнат, эстетик ва жисмоний тарбия билан боғлиқ ўйинлар ҳам бор.

Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий имкониятларидан бири шуки, улар болаларда ватанпарварлик, байналминалчилик, халқлар ўртасидаги дўстлик ва ҳурмат каби маънавий-сиёсий туйғуларни шакллантиришга катта таъсир кўрсатади. Мана шундай фазилатларни шакллантиришга ёрдам берадиган ўйинларнинг мисоли сифатида “Байроқни кўриқлаш” ўзбек халқ ўйинини кўрсатиш мумкин.[15]

“Байроқни кўриқлаш” ўйини. Ўйиннинг мазмуни, бир команданинг вакиллари иккинчи команданинг байроғини ўғирлаши ва бу команда ўзининг байроғини кўриқлаши, уни душманга олдириб қўймаслиги керак.

Бу ўйинда ўзининг байроғини кўриқлаш ва унинг бегоналар қўлига тушиб қолишига йўл қўймаслик, ўз ғурурини, улуғворлигини, озодлигини, тинчлигини ва ўз Ватанининг шарафини ҳимоя қилиш ҳисобланади. Бундай ўйинлар болаларни ватанпарварлик руҳида тарбиялашга хизмат қилади. [14]

“Босқинчилар” ўзбек халқ ўйини жараёнида ҳам болаларда ватанпарварлик тарбиясини амалга ошириш мумкин.

Бу ўйинда қатнашувчилар сони чекланмайди. Улар икки командага “Ҳимоячилар” ва “Ажнабийлар” га бўлинадилар.

Ажнабийлар бостириб келадилар ва душманнинг чизиғига етгач тўхтайдилар. Ҳимоячилар эса ажнабийларнинг нишонларига, хатти-ҳаракатларига ва имо-ишораларига қараб улар қаердан келганини топишлари керак. Агар топсалар, ажнабийлар орқасига қочади ва ҳимоячилар уларни қувлайдилар, борди-ю топа олмасалар, ўзлари қочадилар ва буларни ажнабийлар қувлайдилар.[12]

Ўйинчиларнинг бадий образларга- ҳимоячилар ва ажнабийлар қиёфаларига киришлари ўйинга амалий тус бағишлайди. Бу ҳол Ватан олдидаги бурчни англаш, уни севиш ва мудофаа қилиш каби ватанпарварлик тушунчаларини таркиб топтиришда ёрдам беради. [8]

Ўзбек халқ ўйинларини ижро этиш жараёнида гўзаллар ва олижаноблик, эстетик ҳис қилиш тарбияланади, шунингдек, ҳаётга, табиатга, турмушга ва

меҳнатга эстетик муносабат таркиб топади, эстетик мулоқот шаклланади, эстетик билим, кўникма ва малакалар ҳосил бўлади.[17]

Масалан, Ўзбекистон табиатидаги бўёқларнинг бойлиги, ўзбек халқи ёқтирадиган, табиий шароитларни ифодаловчи ранглар билан уйғунлиги, қадимий шарқ иншоатларини жиловлаштириб турган ранг гаммасининг мураккаб бадиий безак композицияларининг бойлиги “Бўёқфуруш” ўйинининг асосини ташкил қилади. Майдончада, ҳовлида ўтказиладиган ана шу содда ўйинда чекланмаган миқдордаги болалар қатнашиши мумкин. Унда ўйинчиларга “Бўёқфуруш”, “Харидор-рассом” роллари тақсимланади. Бошқарувчи бўёқларни жойи-жойига ўтказиб, уларнинг қандай рангли бўёқлар эканини айтади. Сотув бошланади харидор бўёқларни кўриб чиқади ва биттасини танлайди. Сўнгра нима учун ана шу бўёқни танлаганини тушунтиради. У бўёқнинг пулини тўлайди ва худди шу пайтда танлаган бўёқ бир томонга қочади. Агар харидор уни қувиб тутиб олса, бўёқ харид қилинган бўлади.[14]

Мана шу ўйиннинг мазмуни болаларга ранглар камалаги билан танишишда ёрдам беради, уларда атроф муҳитга эстетик муносабатни тарбиялайди, жонли табиатдаги гўзаллик ва уйғунлик тўғрисида, нарсалардаги мутаносиблик тўғрисида тасаввур ҳосил қилади, уларни табиатнинг гўзаллигини кўра олишга ва ундан қувонишга ўргатади. Бола у ёки бу бўёқни нима учун танлаганини тушунтиришда рангни тавсифлаш кўникма ва малакасини ўзлаштиради. Ўйин натижасида болалар табиатдаги рангларнинг бойлигини ҳамда ўзбек санъатида: наққошликда, тарихий ёдгорликларни безашда қўлланишини билиб оладилар.[18]

Ўзбек халқ ўйинлари аҳолининг кундалик турмушида мустаҳкам ўрин олган ва оилавий ҳаётининг хусусиятига айланган, халқ сайлларининг, байрамлари ва тантаналарининг муҳим тадбирлари бўлиб қолган. Шу жиҳатдан От устида кураш“, “Дарбозлар” каби ўйинлар диққатга сазовордир.[20]

Боғча ёшидаги болаларнинг психологик ва ёш хусусиятлари уларда ўйинга эҳтиёж уйғотишнинг муҳим омилидир, ўйин аввало боғча ёшидаги болаларни самарали тарбиялашнинг гаровидир. Хусусан мана шу ёшда мунтазам ва узлуксиз тарбия учун катта имкониятлар вужудга келади. Мазкур ёшдаги болаларда фақат ахлоқий билим ва тушунчаларни ўзлаштириш кўникмаларини эмас, балки ана шу билим ва тушунчалардан онгли равишда фойдаланиш қобилиятини ҳам тарбиялаш зарур.[11]

1.4. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг жисмоний ривожланганлик даражаси кўрсаткичлари

Ўзбекистоннинг келажаги ёш авлодни ҳар томонлама баркамол қилиб тарбиялаш лозим. Кичкинтойларимизни тарбиялашда айнан мактабгача бўлган

муассасаларда жисмоний тарбия машғулотларини тўғри олиб бориш ниҳоятда муҳим ўрин эгаллайди. Жисмоний тарбия машқларининг пировард мақсади соғлом ва Ватан мудофаасига ҳамиша тайёр баркамол инсонни вояга етказишдир.

Адабиётларда таъкидланишича, Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими вазирлиги томонидан ишлаб чиқилган болалар боғчасида таълим-тарбия дастури ўзига хос минтақавий, иқлимий, иқтисодий, маданий-миллий шароитларни ҳисобга олган ҳолда тузилган тавсия қилинган ўйинлар ва жисмоний машқлар болалар организмини чиниқтириши, жумҳурият табиатининг ўзига хослиги, унинг иқлим шароитларини ҳисобга олган ҳолда танланганлар. Кўнгилочар ўйинлар, халқ ўйинлари, спорт ўйинлари, волейбол, велосипед учиш, самокатда учиш дастурга киритилган. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларни жисмоний тарбиялаш, соғломлаштириш, таълимий ва тарбия вазифаларни ҳал этиш учун озодалик омилларидан, табиатнинг соғломлаштирувчи кучларидан, жисмоний машқлардан фойдаланиш муҳимдир. Шахснинг ғоявий, ахлоқий йўналишини шакллантириш муаммолари муҳим аҳамият касб этганлиги учун ёш авлодни тарбиялаш, уни меҳнатга тайёрлаш даражасини оширишда юқоридагилардан фойдаланилади.

М.Я.Студеникин тадқиқоти бўйича болаларнинг жисмоний ривожланиши куйидагича:

Мактабгача тарбия ёши (3 ёшдан 7 ёшгача) боланинг ривожланишидаги энг муҳим босқич, чунки бу даврда бош мия, организм органлари ва тизимлари ҳам сифат, ҳам функционал жиҳатдан такомиллашади.

4 ва 5 яшар болалар гўдак болаларга қараганда бир мунча секин ўсадилар ва ўсиш йўлига ўрта ҳисобда 4-6 сантиметрга тенг бўлади, ҳаётнинг 6-7 йилларида бўй ўсиши 8-10 сантиметргача тезлашади. Бу бўй чўзилишининг биринчи давридир. Мактабгача тарбия ёшининг иккинчи ярмида бўй ўсиши эндокрин тизимида функционал ўзгаришлар бўлишига (жумладан, гипофиз функциясининг зўрайишига) боғлиқ бўлади.

Ҳаётнинг 4-йилида тана вазнининг ортиши секинлашади ва йилига ўртача ҳисобда 1,2 кг ва 1,5 кг.ни, ҳаётининг 5-йилида 2 кг.ни, 6 йилида 2,5 кг.ни ташкил этади, ҳаётининг 6-7 йилига бориб бир яшар боланинг тана вазнига қараганда икки ҳисса ортади.

Болаларда бўйнинг ўсиши ва вазннинг ортиши билан бир вақтнинг ўзида кўкрак қафаси айланасида ҳам ўзгаришлар содир бўлади, ҳаётининг 4-йилида у 0,5-1 см.га, 5-6 ёшида 2-2,5 см.га ортади. Кўкрак қафаси айланаси катталиги боланинг бақувватлигига, унинг жисмоний ривожланишига боғлиқ бўлади.

Бола ўсар экан, гавда пропорцияси ҳам ўзгаради. Масалан, ҳаётининг 7-йилида оёқларнинг узунлиги янги туғилган болаларникига қараганда уч ҳисса, кўллари эса икки ҳиссадан кўпроқ ортади, танаси эса икки ҳисса узаяди. Бу

ёшда асосан организмнинг суяклар тўқимаси структураси шаклланиши тугайди. Мактабгача тарбия ёшида бронх-ўпка аппарати сифати жихатидан тез ўсади ва такомиллашади. Нафас тезлиги 1 дақиқада 26-27 мартагача камаяди, нафас олиш чуқурроқ, нафас чиқариш эса давомлироқ бўлиб қолади. Шу ёшдаги болаларда қон айланиш органларида анчагина функционал ўзгаришлар пайдо бўлади: юрак массаси ортади, шу туфайли юрак қисқаришлари кучи ва юрак чидамлилиги ошади. Юрак қисқаришлари сони 1 дақиқада 85 зарбадан 95 зарба атрофида бўлади. Артериал босим ёши катта бўлиши билан деярли ўзгармайди: 3-4 95/59 мм симоб устунда, 5-6 ёшда 95/58 мм симоб устунда, 7 ёшида 97/58 мм симоб устунини кўрсатади.

А.К.Хамроқулов, О.В.Панкратьева, А.Н.Ливицкийнинг (1995) илмий тадқиқот ишларининг кўрсатишича, қўл панжалари мушакларининг кучи 3-4 ёшда 3-4 кг бўлса, 7 ёшда 13-14 кг.га етади. 4 ёшдан бошлаб ўғил болалар ва қиз болалар кўрсаткичлари ўртасида фарқ кўринади. Гавда мушаклари кучи (асосий куч) 7 ёшга етганда деярли 2 баравар ортади, (15-17 кг.дан 3-4 йил ичида), яъни 7 ёшда 32-36 кг.га етади.

Ёш ўзгариши динамикасида айрим кескин босқичлар белгиланганки, улар морфологик ва функционал хусусиятлар мажмуи билан тавсифланади.

К.М.Маҳкамжонов, Ф.Насриддиновлар мактабгача ва мактаб ёшидаги болаларнинг жисмоний ривожланиши бўйича олган маълумотлар таҳлилининг кўрсатишича, 5-7 ёшдаги болаларнинг жисмоний ривожланиши бир текисда бормоқда.

Тадқиқотчи И.Р.Курбанбаев ўз тадқиқотларини болалар учун кун давомидаги ҳаракатланиш меъёрини асослашга қаратиб, уларнинг фаоллигини ифодаладиган гипокинезия ва унинг қарама-қарши хусусиятлари бўлган гиперкинезиянинг болалар функционал ҳолатига сезиларли таъсир кўрсатишини исботлаб берган. Шунинг учун ҳам ҳаракат фаоллигини меъёрлаш жараёнида болаларнинг жинси, ёши ва иқлимий шароитларини ҳисобга олмоқ зарурлигини айтади. Болалар ҳаракат фаоллигини кадам ўлчагич (шагомер) орқали ўлчаган, ҳаракат фаоллиги кўрсаткичларини соат 8⁰⁰-10⁰⁰ гача, 11⁰⁰-13⁰⁰ гача ва 15⁰⁰-18⁰⁰ гача белгилаб борган.

Т.Артамонова (9) фикрича, болалар ҳаётининг учинчи ва тўртинчи йиллари бола ҳаракатга қараб ривожланади. Бу даврда болаларда коптокни илиб олиш, ирғитишга ўхшаш ҳаракат кўникмалари, югуриш, сакраш, гимнастика, нарвонга чиқишга ўхшаш ҳаракат иштиёқлари ҳосил бўла бошлайди.

Беш ёшга келиб боланинг куч қобилиятлари ва морфофункционал ҳолати ривожланиб, катта мушаклар ҳаракатини бошқара олади, ҳаракатлари аниқ ва жўшқин бўла бошлайди.

6 ва 7 ёшларга келиб бола ҳаракатлари ривожланиб, кўникма ҳосил қилина бошланади. Асосан, умумривожлантирувчи машқларни чиройли бажара бошлайди.

Тадқиқот ишларидан шулар маълум бўлганки, 4-5 ёшдаги ўғил болалар 8-7 минг локомоция, қиз болалар 6-7 минг локомоция ҳаракат қилганлар. Адабиёт манбааларининг кўрсатишича, бу ёшдаги болалар боғчага келишидан то кетгунга қадар ўртача ҳисобда 9-9,5 минг ҳаракат қиладилар.

5-6 ёшли болалар эса ўртача ҳисобда ўғил болалар 9-10 минг қадам, қиз болалар эса 8-9,5 минг қадам ҳаракат қилдилар. 6-7 ёшли ёғил ва қиз болаларда 14-15 локомоцияни ташкил қилган.

К.И.Нурмухамедов, А.Н.Бабаков фикрларича, Республикамизда мактабгача тарбия муассасаларида болалар жисмоний тарбияси анча орқада. Кейинги йилларда ўтказилган тадқиқотлардан шулар маълум бўлдики, МДХ мамлакатлари билан таққослаганимизда, болалар ўртасидаги касалликлар икки ҳисса кўпдир. Соғлиқни сақлаш вазирлигининг (1-шакл-соғ.сақ) олинган факт рақамлари шундай: 1990-1991 йил мактабгача ёшдаги болалар касаллиги тиббиёт меъёридан 3% ўсиб кетган ёки 47.857 одамни ташкил қилган. Бу касалликлар ясси товонлик ва қадди-қоматнинг бузилиши (7,2-7,7%). Шу масалалар бўйича Ўзбекистон вилоятларига назар ташлайдиган бўлсак, Самарқанд вилоятида мактабгача ёшдаги болаларнинг охириги йиллар ичида касал бўлиши 26,5% га, Сурхондарё вилоятида 34,1%, Бухоро вилоятида 54,8% га етган. Бунинг сабаларидан бири оилада ва болалар муассасаларида касалликни олдини олиш ишларига совуққонлик билан қаралганлик, гуруҳларда жисмоний тарбия машғулотларининг юқори савияда олиб борилмаслиги болалар билан яқка тартибда ишламаслиқдир.

Умуман олганда, 1997 йилда Республика бўйича 3113 та болалар боғчаси фаолият кўрсатиб, уларга боғча ёшидаги жами болаларнинг 19,5 фоизи жалб қилинган бўлса, 1998 йилда болалар боғчасига қатнамайдиган болалар сони мактабгача таълим ёшидаги умумий болалар сонининг 17,6 фоизини ташкил этди. 1997 йилда болалар боғчаларининг сони Бухорода 58%, Қашқадарёда 85%, Самарқандда 79%, Сирдарёда 64%, Фарғонада 33% га камайган. Болаларни боғчаларга қамраб олиш Қашқадарёда 8,8%, Сурхондарёда 10%, Жиззахда 10,7% ни ташкил этади.

Болалар жисмоний тарбияси, ҳаракат фаоллиги ва соғломлаштиришни юқори савияга кўтаришда нафақат профилактик кўрик, ёйинки тиббий назорат зарур.

Биламизки, бир гуруҳ болалар ўргатиш материалларини тез, иккинчи гуруҳ болалар нисбатан кечроқ, учинчи гуруҳ болалар эса анча кеч ўзлаштириб олади. Бундан ташқари, ўрганиш материалларини ўзлаштиришда умумий жисмоний тайёргарлик катта аҳамиятга эга. Болаларнинг жисмоний

тайёргарлигига иқтисодий шароитлар: турар жойи, оиланинг моддий аҳволи, болалар сони, ота-онанинг билими, дунёқараши ва уларнинг иш жойи, унвони ҳамда бошқалар таъсир кўрсатиши мумкин. Олиб борилган кузатишлар ва тўпланган маълумотлар шуни кўрсатадики, болаларнинг жисмоний ривожланиши ва тайёргарлиги, уларнинг дунёқараши, нутқи ва машғулотлар жараёнидаги фаоллиги юқорида баён қилинган омиллар билан чамбарчас боғлиқ. Шуларни эътиборга олган ҳолда жисмоний тарбия машғулотларини режалаштириш, ташкил этиш ва ўтказиш зарур.

Болаларнинг жисмоний ривожланиши ва жисмоний тайёргарлиги яхши бўлишига уларнинг уйда мустақил равишда ота-оналари назорати остида асосий ҳаракатларни ўрганишлари яхши натижа беради.

Булардан ташқари, жисмоний тарбия машғулотлари, жисмоний машқларнинг болалар ҳаётида мустаҳкам ўрин эгаллаши учун ҳар бир жисмоний машқлар, ҳаракатли ўйинлар моҳиятини болаларга тўғри тушунтириб бериш керак. Болаларга тушунтиришда таъсирчан мисоллардан: (достон қаҳрамонлари-Фарҳод, Алпомиш, Гулойим, Барчиной, спорт қаҳрамонлари А.Григорян, М.Қосимов, Л.Черязова, Д.Ёрбеков ва бошқалар) фойдаланиш мақсадга мувофиқдир.

Н.В.Латипова (1985) ўзининг мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг анотомо-физиологик хусусиятлари ва ҳаракат малакаларининг ривожланишига доир тадқиқотлари натижасида қуйидаги маълумотларга эга бўлди:

1.1. жадвал.

3-7 ёшли болаларнинг жисмоний ривожланишига доир кўрсаткичлар
(Н.В.Латипова бўйича)

Ёш, йиллар	Бўйи, см		Оғирлиги, кг		Кўкрак қафаси айланаси, см	
	ўғил	қиз	ўғил	қиз	ўғил	қиз
3	93,6	92,6	14,6	14,1	52,7	51,9
4	100,7	100,1	16,4	16,2	53,9	53,2
5	107,4	106,7	18,4	18,2	55,6	54,7
6	113,6	113,5	20,5	20,6	57,6	56,6
7	119,5	1129,2	22,9	22,4	59,4	58,0

Мактабгача тарбия ёшидаги болалар организмнинг ривожланиши жараёнида нафақато нафас олиш органларининг ўлчамлари каттаради, балки аста-секин уларнинг чики шаклланиши ҳам ниҳоясига етади.

II. БОБ ТАДҚИҚОТ ОБЪЕКТИ, УСЛУБЛАРИ ВА ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ

2.1.Тадқиқот вазифалари:

Тадқиқот мақсадидан келиб чиқиб ва шу мақсадни ҳал этиш мақсадидан куйидаги вазифалар қуйилди:

- 1.Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини тарбиялашда миллий ҳаракатли ўйинларидан фойдаланишга доир махсус адабиётларни ўрганиш, маълумотлар тўплаш ва уларни таҳлил қилиш;
- 2.Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини тарбиялашда миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишнинг самарадорлигини аниқлаш;
- 3.Боғча ёшидаги болалар жисмоний сифатларини миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишга доир илмий асосланган тавсиялар ишлаб чиқиш.

2.2. Тадқиқот усуллари

Тадқиқот олдида турган вазифаларни амалга ошириш учун куйидаги услублардан фойдаланилди:

1. Мавзуга оид адабий манбааларнинг таҳлили.
2. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш (махсус тест).
3. Педагогик тажриба ўтказиш.
4. Олинган маълумотларнинг математик таҳлили.

2.2. Тадқиқот ишини ташкил этиш

- . Тадқиқот иши икки босқичда 2015 йил ноябрь ойидан 2016 йил апрелда Гулистон туманидаги № 5 боғча тарбияланувчилари орасида олиб борилди.

Тадқиқотда текширишларда 16 та ўғил ва 16 та қиз болалар иштирок этадилар.

1-босқич (2015 йил ноябрь-декабрь). Бу вақтда илмий адабиётлар таҳлили, педагогик кузатувлар ҳамда жисмоний тайёргарлик бўйича дастлабки синов ишлари олиб борилади.

2-босқич (2016 йил, январь-апрель). Бу даврда тадқиқот ишлари давом этди. Педагогик тажрибалар ўтказилди. Жисмоний тайёргарлик

бўйича синов ишлари давом эттирилди. Тажриба- синов ишлари бўйича керакли хулосалар чиқарилди. Илмий амалий тавсиялар тадбиқ этилди. Болаларнинг жисмоний тайёргарлик даражаларини аниқлашда қуйидаги тестлардан фойдаланилади

- 1.Саграгичда сакраш
- 2.Кросс-1000 м
3. Жойдан туриб узунликка сакраш
- 4 .Коптокни узоққа улоқтириш
- 5 .Баланд стартдан 30 м масофага югуриш дақиқа

III БОБ. ОЛИНГАН НАТИЖАЛАР ТАҲЛИЛИ.

Богча ёшидагиларини жисмонан камол топтириш учун икки босқичда тадқиқот иши олиб борилди. Бунинг учун тадқиқот иши 2015 йил ноябрь ойида дастлабки синов ишлари, ҳамда 2016йил апрель ойида қайта синовлаш ишлари олиб борилди. Тадқиқот ишлари Гулистон туманидаги № 5 богча тарбияланувчилари орасида олиб борилди. Тадқиқот ишида жами 16 та ўғил, ҳамда 16 та қиз болалар иштирок этдилар. Шундан 16 таси назорат гуруҳи ва қолган 16 таси тадқиқот гуруҳларига бўлиб олинди.

2015 йил ноябрь ойида ўтказилган синов ишларида иштирок этган болаларнинг жисмоний тайёргарликлари қуйидагига акс этди:

6-ёшли болаларининг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичлари (20015 йил, ноябр) (назорат гуруҳи)

1-жадвал

<i>№</i>	<i>Ф.И.Ш</i>	<i>Баланд старт дан 30м масофа га югуриш</i>	<i>Сакраг ичда сак раш</i>	<i>Кросс- 1000м</i>	<i>Жойдан туриб узунлик ка сакраш</i>	<i>Коп Токни узоққа улоқтир иш</i>
1	Эгамова З	6,8	69	7,34	96	15
2	Мухторов А	6,5	66	6,53	111	19
3	Шерқўзиева Н	6,9	68	7,34	95	16
4	Номозбоева З	7,0	67	7,34	98	15
5	Тухтаева М	6,9	69	7,35	96	15
6	Маматова О	6,8	69	7,33	97	16
7	Сафарова Г.	6,9	67	7,32	96	15
8	Гуломова Т	6,8	68	7,33	95	15
9	Шарипова О	6,8	69	7,35	96	14
10	Шакаров И	6,6	62	6,54	112	18
11	Бердиев Р	6,7	63	6,53	110	19
12	Дармонов Т.	6,5	64	6,56	111	18
13	Хаитов П	6,6	65	6,52	110	17
14	Мамедов Ж.	6,7	63	6,53	112	18
15	Самадов В	6,6	66	6,52	110	19

16	Самадов К	6,5	64	6,52	111	20
----	-----------	-----	----	------	-----	----

**6-ёшли болаларининг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичлари
(2015 йил, ноябр) (тадқиқот гуруҳи)**

2-жадвал

№	Ф.И.Ш	Баланд старт дан 30м масофа га югуриш	Сакраг ичда сак раш	Кросс- 1000м	Жойдан туриб узунлик Ка сакраш	Коп Токни узоққа улоқтир иш
1	Давронова М	7,1	71	7,34	96	14
2	Турдиев А	6,7	66	6,54	111	17
3	Бустонова П	7,0	70	7,33	99	16
4	Каюмова С	7,1	69	7,34	100	14
5	Орипова К	7,0	71	7,32	96	16
6	Муминова И	7,0	70	7,33	98	14
7	Исмоилов Р.	6,7	65	6,53	112	19
8	Искандарова С.	7,1	69	7,34	98	15
9	Тожибоев з	6,6	64	6,52	110	20
10	Усмонова Н	7,0	70	7,33	99	14
11	Жалилова С	6,9	71	7,32	97	17
12	Жалилов Ф.	6,7	63	6,53	111	18
13	Хамидов Ш.	6,8	65	6,52	112	20
14	Каримов К.	6,7	67	6,54	110	17
15	Зарипов Ш.	6,7	65	6,53	112	18
16	Норбеков Ў.	6,8	66	6,52	111	17

Мен тадқиқот гуруҳи болаларининг жисмоний тарбия дарсларини ўтказиш учун дарс конспектимга болаларнинг ёшига, жинсига ҳамда жисмоний имкониятларига қараб қуйидаги миллий халқ ўйинларидан кенгрок фойдаланишга ҳаракат қилдим:

1. «Оломон пойга»;
2. «қоч болам, калхат келди»;
3. «Чавандоз»;
4. «Пойга»;

5. «Оқсоқ бўри ва қўйлар»
6. «Зовурдаги бўри»;
7. «Байроқни қўриқлаш»;
8. «Дорбозлар»;
9. «Хушёр соқчи»;
10. «қалъани қамал қилиш»;
11. «Ҳосилни йиғиш»;
12. «Бўри ва эчки»;
13. «қовун пишдимиз»;
14. «Тугун ташлаш»;
15. «Саиш»;
16. «Эчкилар ва чўпонлар».

2016 апрель ойида қайта синовлашда 6-ёшли болаларининг жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари қуйидагича акс этди:

**6-ёшли болаларининг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичлари
(2016йил, апрел) (назорат гуруҳи)**

3-жадвал

№	Ф.И.Ш	Баланд старт дан 30м масофа га югуриш	Сакраг ичда сак Раиш	Кросс- 1000м	Жойдан туриб узунлик Ка сакраш	Коп Токни узоққа улоқтир иш
1	Эгамова З	6,6	67	7,32	98	17
2	Мухторов А	6,3	62	6,52	113	21
3	Шерқўзиева Н	6,7	66	7,31	97	18
4	Номозбоева З	6,8	65	7,32	99	16
5	Тухтаева М	6,7	67	7,33	98	16
6	Маматова О	6,6	67	7,32	99	18
7	Сафарова Г.	6,7	65	7,31	98	17
8	Гуломова Т	6,6	66	7,32	99	17
9	Шарипова О	6,6	67	7,34	98	16
10	Шакаров И	6,4	60	6,53	114	20
11	Бердиев Р	6,5	61	6,55	112	22
12	Дармонов Т.	6,3	62	6,54	113	21
13	Хайтов П	6,4	63	6,51	112	20
14	Мамедов Ж.	6,5	61	6,52	114	20
15	Самадов В	6,4	64	6,51	112	21

16	Самадов К	6,3	62	6,51	113	22
----	-----------	-----	----	------	-----	----

**6-ёшли болаларининг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичлари
(2016 йил, апрел) (тадқиқот гуруҳи)**

4-жадвал

№	Ф.И.Ш	Баланд старт дан 30м масофа га югуриш	Сакраг ичда сак Раиш	Кросс- 1000м	Жойдан туриб узунлик ка сакраш	Коп Токни узоққа улоқтир иш
1	Давронова М	6,5	65	7,30	100	14
2	Турдиев А	6,2	60	6,50	115	22
3	Бустонова П	6,4	64	7,29	102	19
4	Каюмова С	6,5	63	7,30	104	18
5	Орипова К	6,3	65	7,28	100	20
6	Муминова И	6,4	64	7,29	104	18
7	Исмоилов Р.	6,1	59	6,49	116	23
8	Искандарова С.	6,5	63	7.30	102	19
9	Тожибоев з	6,0	58	6,48	115	24
10	Усмонова Н	6,4	64	7,29	104	20
11	Жалилова С	6,3	65	7,28	102	18
12	Жалилов Ф.	6,1	57	6,49	117	22
13	Хамидов Ш.	6,2	58	6,48	116	24
14	Каримов К.	6,0	60	6,50	115	22
15	Зарипов Ш.	6,1	59	6,49	116	23
16	Норбеков Ў.	6,2	60	6,48	115	22

Олинган натижалар шуни кўрсатадики, 6-ёшли болаларининг жисмоний камолотини оширишда, миллий халқ ўйинларининг ўрни бекиёс экан.

Буни қуйидаги натижалар асосида кўриб чиқишимиз мумкин(5-жадвал):

1. Жадвалдаги натижаларга қараганимизда баланд стартдан 30 метр масофага тез югуриш (дақиқа, сония)- назорат гуруҳига қараганда тадқиқот гуруҳидаги ўғил болаларнинг 0,2 сонияга, қиз болаларнинг эса 0,6 сонияга тезкорликлари ошганлигини кўришимиз мумкин. Бу ёшда қиз болаларнинг, ўғил болаларга қараганда жисмоний имкониятлари кўпроқ ривожланади (Рихсиева, 1982);

2. Сакрагичда сакраш (метр, см) – ушбу талабни бажаришда тадқиқот гуруҳи қизларининг натижалари назорат гуруҳидаги қизлардан 3 марта кўпроқ, тадқиқот гуруҳидаги ўғил болалар эса, назорат гуруҳидаги ўғил болаларга қараганда 10 марта кўпроқ сакраганликларини кўришимиз мумкин.
3. 1000 м масофага кросс югуриш (дақиқа, сония)-бунда назорат гуруҳи қизларига қараганда, тадқиқот гуруҳи қизлари 13 сония тезроқ югура олганликларини, тадқиқот гуруҳидаги ўғил болалар эса назорат гуруҳидаги ўғил болалардан 31 сония тезроқ, яъни чидамлиликлари ошган.
4. Турган жойдан узунликка сакраш (метр, см)- ушбу тестда тадқиқот гуруҳидаги қизларнинг сакровчанлик сифатлари, назорат гуруҳидаги қизларга қараганда 5,8 см, ўғил болалар эса 2,8 см узоқроқ сакраганликлари аниқланди;
5. Коптокни узоққа улоқтириш (метр, см) назорат гуруҳидаги қизларга қараганда тадқиқот гуруҳидаги қизлар 3,3 см.га, ўғил болалар эса-2,2 см.га узоқроқ улоқтиришганликлари аниқланди.

Бундан шундай хулоса қилиш мумкинки, 6-ёшли болаларни жисмоний тайёргарлигини оширишда миллий халқ ўйинларидан кўпроқ фойдаланиш яхши натижа берар экан.

ХУЛОСА ВА АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

Кузатувлар шуни кўрсатадики, тўғри ўтказилган ўйин болага кўп нарсани ўргатишда ёрдам берар экан. Болаларнинг куч қувват ва кулги бахш этадиган хилма-хил, жўшқин ва эркин вазиятларига олиб кириш муҳим аҳамиятига эга экан.

Оддий ва эътиборга лойиқ тажриба ўзбек халқ ўйинларини ўтказишда болаларда эстетик фикрлашни ҳосил қилишга алоҳида эътибор бериш зарурлигини кўрсатди.

Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тайёргарликларини, шунингдек, кўникма ва қобилиятларинихаракатли ўйинлар орқали ривожлантиришнинг самарали усул ва воситалари ўрганилди ва амалда қўллаш имконини берди.

Олинган тадқиқот натижаларига асосан қуйидагиларни тавсия этамиз:

Болаларни юксак савияда тарбиялаш учун зарур энг муҳим психологик-педагогик омиллар:

- болалар ўйиннинг моҳиятини, унинг босқичлари ва натижаларини тўла тушуниб олиши;
- Навбатдаги ўйин фаолиятига ижобий муносабат;
- Ўйин учун зарур билимлар, кўникма ва малакаларни сафарбар этиш;
- Ўйингача, ўйин жараёнида ва ундан кейин ҳам тарбиячининг ҳамма талабларини бажариш.

Ўйиннинг энг муҳим психологик сири шундан иборат эканки албатта мактабгача ёшдаги болаларнинг қизиқиши асосида ва уларни қаноатлантириш мақсади билан ташкил этиш лозим бўлар экан. Бинобарин ўйинда мазкур болаларнинг ўзлари муаллиф ва ижрочи ҳисобланади, яъни уларнинг ўзлари ижод қиладилар ва ишлайдилар.

Ўйин болалаик ва ўсмирликнинг кўп қисми мобайнида етакчи фаолият бўлиб қолади. Етакчи фаолият бўлишининг сабаби болалар ўйин билан шуғулланишида уларнинг психикаси ривожланиши учун зарур шарт-шароит вужудга келади. Ўйин фаолияти болаларни психологик ривожланишнинг янги поғоналарига ўтишга узоқ вақт тайёрлайди. Бундан ташқари, уларга аста-секин фаолиятнинг бошқа турларига ўтишларида ёрдам берар экан.

Ўйинларга раҳбарликнинг педагогик томони тарбиячидан мактабгача ёшдаги болаларнинг ёш ва ўзига хос психологик хусусиятларини таҳлил қилишни, тарбиянинг муайян мақсадлари ва вазифаларини қўйишни ҳамда қисмларга ажратишни, мактабгача ёшдаги болаларни тарбиялашнинг энг тўғри шакллари, методлари ҳамда воситаларини аниқлашни талаб қилади.

Ўйинлар жараёнида мактабгача ёшдаги болаларни тарбиялаш муаммоларини хал қилишни ташкил этиш ва тайёрлашнинг босқичлари сифатида қуйидагиларни аниқладик: Тарбиячининг ўйинларни ташкил этиш ва ўтказишга назарий жиҳатдан тайёргарлиги, ўзбек халқ ўйинларини мактабгача ёшдаги болалар билан олиб бориладиган тарбиявий ишларини режалаштириш системасига киритиш, мактабгача ёшдаги болаларда ўйиндан манфаатдорликни ва ижобий-ҳиссий кайфиятни вужудга келтириш, ролларни тақсимлаш (уларни тарбиячи ёки куръа ташлаб ўқувчиларнинг ўзлари тақсимлаши мумкин); ўйинларга қай йўсинда раҳбарлик қилишини аниқлаш; ўйинда тарбиячининг ўзи ҳам қатнашиши ёки ҳакамлик қилиб ўболаларнинг ўйинларини кузатиши ёки раҳбарликни ўйин пешқадамига бериши; ўйиннинг натижаларини албатта якунлаш ва ўйинни таҳлил қилиш.

Ўйинларни танлашда қуйидаги педагогик талаблар ҳисобга олиниши лозим:

- Ўйин мазмуни ва ана шу ўйин жараёнининг ҳаётийлиги ҳамда амалийлиги;
- Ўйин ғоясининг тушinarлилиги;
- Ўйин мазмунининг соддалиги, жозибадорлиги ва ҳиссиётлилиги;
- Зурур тушунча ва тасаввурларни ёритадиган билиш вазифаларига эга бўлиши;
- Тажриба ва боғланиши бўйича яқинлиги;
- болалардан юқори даражада фаол фикрлашни ва тафаккур фаолиятини талаб қилиши;
- Ўйин жараёни қизиқиш ўйғотиши ва қониқиш ҳосил қилиши;
- Мазмуни ва қоидаларининг аста-секин мураккаблашиб жозибалироқ бўлиб бориши;
- Ўйин жараёнида тарбиянинг мақсад ва вазифаларида кўрсатилган томонлари (ахлоқий, ватанпарварлик, байналминал, эстетик, меҳнат, жисмоний тарбия) намоён бўлиши учун ҳақиқий вазият вужудга келиши;
- Ниҳоят, ўйиннинг ўболалар ёшига, психологиясига ва педагог жиҳатдан тайёрланганига мос бўлишини ҳисобга олиш лозим бўлади.

Юқорида айтилганларни ҳисобга олиб ўзимиз танлаган ўйинлар рўйхатини келтирамиз. Шунини таъкидлаш керакки, болаларга тавсия этиладиган ўйинларни кескин фарқлаш, яъни бир-биридан аниқ ажратиш осон эмас, чунки битта ўйинда барча болалар қатнаши мумкин. Шу билан бирга ўзбек халқ ўйинларини синфлар бўйича тахминий бўлиш кичик мактаб ёшидаги болаларнинг ёш хусусиятини ҳамда тажриба-эксперимент ишларида тўпланган маълумотларни олиб мазкур ўйинларнинг тарзи ва мазмунини таҳлил қилишдан келиб чиқди.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР

1. Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси. Т, 1992.
2. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги Қонуни. (1992, 2000).
3. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маъкамасининг «Ўзбекистонда жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида» ги Қарори, 27 май. 1999.
4. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамъармасини ташкил этиш тўғрисида»ги Фармони, 24 октябрь, 2002.
5. Ўзбекистон Республикасининг «Таълим тўғрисида»ги қонуни. Т, 1997.
6. Ўзбекистон Республикасининг «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури». Т, 1997.
7. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. М, ФиС. 1980.
8. Абдурасулова Г.Б., Машарипова М.И. Мактабгача тарбия муассасалари шароитларида болаларда ҳаракат қобилиятларининг ривожланиш динамикаси. / Фан спортга. Т, 2004. № 2.
9. Артамонова Т. Факторная структура двигательных способности у детей дошкольного возраста 4-6 лет. / Человек в мире спорта. «Физкультура, образование и наука», Москва, 1998.
10. Адашквичене Э. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – Москва, Просвещение, 1992.
11. Глазырина Л.Д. Физическая культура-дошкольникам. Старший возраст. Москва, владос, 1999.
12. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларни жисмоний тарбиялаш назарияси ва методикаси. М. Просвещение, 1985. таржима.
13. Ливицкий А.Н., Панкратьева О.В. К оценки эффективности структурного моделирования комплексов физических упражнений в двигательном режиме детей дошкольного возраста. || Функционально-физическая и спортивно-техническая подготовленность детей разного возраста.-Ташкент, 1992.
14. Лях В.И. Развития координационных способностей у детей дошкольного возраста. Автореф.дис . . . канд.пед.наук-Москва, 1990.
15. Махкамжонов К.М., Насридиннов Ф.Н. Мактабгача ва мактаб ёшидаги болаларнинг жисмоний ривожланиши ва тайёргарлигини такомиллаштириш. Т, 1995.

16. Осокина Т.И. физическая культура в детском саду.-Москва, Просвещение, 1986.
17. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. –Москва, Просвещение, 1988.
18. Пиманова Е.А. Содержание и методика физического воспитания детей 5-7 лет: Автореф.дис . . канд. . . пед.наук. –Москва, 1990.
19. Половцева И.В. Комплекс для станционных заданий начальной школе. | Физическая культура в школе. Москва, 1990.
20. Солихўжаев С.С. Мактабгача тарбия ва кичик мактаб ёшидаги болалар гигиенаси. Т, Медицина, 1985.
21. Студеникин М.Я. Болалар саломатлиги ша=ида. Т, Медицина, 1989.
22. Хамрокулов А.К., Панкратьева О.В. Социальные аспекты охраны здоровья средствами физической культуры. | Жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш масалалари. Т, 1993.
23. Холдоров Т.Х., Алибеков И., Мелиев Х.А. Жисмоний таълим давр талабига жавоб берадими? Жиззах, Педагогика институти, Илмий анжуман материаллари. 2002.

Интернет адабиётлари:

1. [http: || lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru). V.V.Kim, M.M.Latipov, N.A.Linkova, G.S.Kham-About Division of Sports and Health-Improving Physical Culture.
2. [http: || lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru). I.I.Sulejmanov-Basik Concepts of Theory of Physical Culture.

Гулистон Давлат Университети Педагогика факультети 4-боскич талабаси
томонидан жисмоний маданият таъли
йўналиши бўйича бакалавр даражасини олиш учун «Богча ёшидаги болалар
тарбиясида жисмоний сифатларни ривожлантириш йуллари»
мавзусидаги битирув малакавий ишига раҳбар
хулосаси

Хозирги вақтда олимлар ва мутахассислар мактабгача тарбия ёшидаги болалар жисмоний тарбияси тизимини тубдан қайта ўзгартириш зарур эканлиги тўғрисидаги масалани илгари сурмоқдалар

Афсуски, мактабгача тарбия муассасаларида мавжуд бўлган жисмоний тарбия тизими мукамал эмас ва жамият талаблари даражасида самарали ҳам эмас. Шу нуқтаи назардан талаба Маматкулов Диёрбек танлаган мавзу ўта долзарб ҳисобланади.

Битирув малакавий иши кириш қисми, 3 та боб, хулоса ва фойдаланилган адабиётлар рўйхатидан иборат бўлиб, амалдаги Низомларга тўла мос тушади.

Д.Маматкулов ўзининг битирув малакавий ишида мактабгача тарбия муассасаларидаги жисмоний тарбия тизимининг ҳолати, ундаги муаммоларга атрофлича тўхталган.

Битирув малакавий ишнинг асосий қисмида мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг жисмоний ртайёргарлик даражасини ошириш бўйича ўтказилган тадқиқот натижалари атрофлича ёритилган. Математик таҳлил ўтказилиб, тадқиқотнинг самарадорлиги аниқланган.

Ишнинг мақсади ва вазифалари тўғри шакллантирилган, тадқиқот методларидан тўғри фойдаланилган.

Д.Маматкуловнинг битирув малакавий иши амалдаги Низомлар талабларига тўла жавоб беришига, унинг билими ва малакаси қўйилган

муаммоларни мустақил ҳал қилишга етарли эканлигига ишонч билдираман. Шу сабабли талабанинг « Богча ёшидаги болалар тарбиясида жисмоний сифатларни ривожлантириш йуллари»мавзусидаги битирув малакавий ишини Давлат аттестация комиссиясида ҳимоя қилишга тавсия этаман.

« » . . 2016 й. Илмий раҳбар:

Гулистон Давлат Университети Педагогика факультети 4-боскич талабаси
томонидан жисмоний маданият таълим йўналиши бўйича
бакалавр даражасини олиш учун «Богча ёшидаги болалар тарбиясида
жисмоний сифатларни ривожлантириш йуллари»
мавзусидаги битирув малакавий ишига

ТАҚРИЗ

Ўсиб келаётган ёш авлод шар томонлама баркамол бўлиб етишиши учун 7 ёшгача бўлган давр жуда катта аҳамиятга эга бўлади. Сўнгги йилларда мактабгача тарбия муассасаларида жисмоний тарбия бўйича олиб борилаётган ишлар талаба даражасида эмаслиги ҳақида жуда кўп гапирилмоқда.

Болалар боғчаларида олиб борилаётган спорт-соғломлаштириш ишлари жамият манфаатлари талабларига тўла мос тушмаслиги бугунги кунда илмий тадқиқотлар натижасида асосланган. Шунинг учун мен Маматкулов Диёрбек танлаган мавзу долзарб эканлигини таъкидлайман.

Битирув малакавий иши кириш, 3 та боб, хулоса ва амалий тавсиялар шамда адабиётлар рўйхатидан иборат бўлиб, амалдаги меъёрий талаблар асосида бажарилган.

Кириш қисмида муаллиф ишнинг долзарблигини, мақсад ва вазифаларини, илмий янгилиги ҳамда амалий аҳамиятини тушунарли қилиб баён этган.

Кейинги бобларда талаба мактабгача тарбия муассасаларида олиб борилган педагогик эксперимент натижалари таҳлил қилинган.

Хулоса ва амалий тавсияларда муаллиф тадқиқот давомида олинган маълумотларга таянган шолда мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини такомиллаштириш бўйича илмий асосланган тавсиялар берган.

Ишнинг ютуқлари билан бир қаторда унинг қийматини туширмайдиган бир қанча хато ва камчиликлар ҳам учрайди:

1. Педагогик экспериментда фойдаланилган тестлар сони кўпроқ бўлганда мақсадга мувофиқ бўларди.
2. Ишда орфографик хатолар мавжуд.

Маматкулов Диёрбек ўз битирув малакавий ишини юқори савияда бажарганлиги, ишнинг амалдаги Низом талабларига тўла жавоб беришини ҳисобга олиб, ДАК дан уни «аяхши» бахога баҳолашларини сўрайман.

Тақризчи: