

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС
ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
ФАРҒОНА ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**

ХАКИМОВ САЙДУЛЛО

**БОЛАЛАРНИНГ ҲАРАКАТ ПОТЕНЦИАЛИНИ МАҚСАДЛИ
РИВОЖЛАНТИРИШ ТЕХНОЛОГИЯСИ**

5А 141901- Жисмоний тарбия мутахассислиги бўйича
магистр академик даражасини олиш учун

**МАГИСТРЛИК
ДИССЕРТАЦИЯСИ**

Илмий раҳбар:
проф.Ханкельдиев Ш.Х.

Фарғона – 2012

КИРИШ.....

**I БОБ. АДАБИЙ МАЪЛУМОТЛАРГА КЎРА МУАММОНИНГ
ЎРГАНИЛИШ ҲОЛАТИ.....**

1.1. Мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланиш динамикасига хос хусусиятлар

1.2. Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний сифатларни тарбиялаш хусусиятлари.....

1.3. Мактабгача ёшдаги болаларда психик жараёнларнинг ривожланиш хусусиятлари.....

1.4. Ҳаракатли ўйинларнинг мактабгача ёшдаги болалар жисмоний хусусиятлари ва психик жараёнлари ривожланишига таъсири

II БОБ. ТАДҚИҚОТ УСУЛЛАРИ ВА УНИ ТАШКИЛ ЭТИШ

2.1. Тадқиқот усуллари

2.1.1. Усулий адабиётларнидан олинган маълумотлар таҳлили ва уларни умумлаштириш.....

2.1.2. Педагогик кузатувлар

2.1.3. Педагогик тестлаш

2.1.4. Психологик тестлаш

2.1.4.1. Эшитиш хотирасини аниқлаш усулияти

2.1.4.2. Кўриш хотирасини аниқлаш усулияти

2.1.4.3. Идрокни аниқлаш усулияти

2.1.4.4. Тасаввурни аниқлаш усулияти

2.1.4.5. Дикқатни аниқлаш усулияти	
2.1.4.6. Тафаккурни аниқлаш усулияти	
2.1.5. Педагогик тажриба	
2.1.6. Математик статистика усуллари	
2.2. Тадқиқотни ташкил этиш	

III БОБ. МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ВА ПСИХИК ТАЙЁРГАРЛИГИ ДИНАМИКАСИ

3.1. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тайёргарлиги динамикаси ва ёш хусусиятлари	
3.2. Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг ўсиш суръатларига хос хусусиятлар	
3.3. Психик жараёнлар кўрсаткичларининг динамикаси ва уларнинг ёш хусусиятлари	
3.4. Психик жараёнлар кўрсаткичларининг ўсиш суръатларига хос хусусиятлар	
3.5. Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний тайёргарлик ҳамда психик жараёнлар кўрсаткичларининг ўзаро алоқадорлиги	
3.6. Педагогик тажрибани режалаштириш ва унинг мазмуни ...	
3.7. Мактабгача ёшдаги болаларнинг психик ривожланишига жисмоний тарбиянинг тажрибавий усулияти таъсири	

Боб бўйича хулосалар

ХУЛОСАЛАР

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

БОЛАЛАРНИНГ ҲАРАКАТ ПОТЕНЦИАЛИНИ МАҚСАДЛИ РИВОЖЛАНТИРИШ ТЕХНОЛОГИЯСИ

ХАКИМОВ САЙДУЛЛО - магистр

Мустақиллик шарофати туфайли миллат генофондини шакллантириш, соғлом турмуш тарзини кучайтириш ва баркамол авлодни тарбиялаш воситаси бўлмиш жисмоний тарбия ва спорт борган сари миллий истиқлол ғоясининг стратегик қуролига айланиб бормоқда. Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А. Каримов ташаббуси ва раҳнамолигида ушбу соҳа қисқа вақт ичида давлат сиёсатининг устувор йўналишлари доирасида асрларга тенг ўзгаришлар ва улкан ислохотлар йўлини босиб ўтиб, буюк истиқбол сари қанот ёзмоқда.

Соғлом авлод - соғлом юрт демакдир. Соғлом авлодни тарбиялаш вазифаси эса биринчи навбатда мактабгача тарбия муассасалари зиммасидадир.

Мактабгача тарбияни инсонпарварлаштириш уни янгилаш жараёнининг асоси ҳисобланади. Олимлар, амалиётчи мутахассисларнинг тобора кўпроқ қисми мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш тизими шахсга мажмуали, инсоний таъсир ўтказиши, ҳар бир боланинг мунтазам ва имкон қадар тўла жисмоний ривожланиш ҳуқуқи амалга оширилишини таъминлаши керак, деган хулосага келмоқдалар.

Уларни аҳамиятини инкор этмаган ҳолда айтиш керакки, ҳаракатли ўйинлар, сайрлар, тенгдошлари билан мулоқот қилишга боланинг вақти тобора камайиб кетяпти. Ўйин билан бола фаолиятининг бошқа турлари, ўйинларнинг ҳар хил турлари орасидаги мувозанатнинг бузилиши (ҳаракатли ва ўтириб ўйнайдиган, алоҳида ва биргаликдаги) мактабгача ёшдаги болалар саломатлигида ҳам, ҳаракат қобилиятларининг ривожланиш даражасида ҳам ўз салбий аксини топади.

Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш муаммоларини ҳал этишнинг янги йўллари излаш, биринчидан, кўрсатилган зиддиятларни ҳал этиш зарурати билан, иккинчидан, ўсиб келаётган ёш авлоднинг жисмоний тайёргарлиги ҳамда психик ривож жараёнини такомиллаштириш қонуниятларини, методологик ва усулий шароитларини ўрганиш зарурати билан боғлиқ.

Илк гўдакликнинг жиддий хусусияти боланинг саломатлиги, жисмоний ва асабий-психик ривожланиш ҳолатининг ўзаро алоқаси ва бир-бирига боғлиқлигидир. Соғлом, жисмонан бақувват бола касалликларга камроқ чалиниш билан бирга психик жиҳатдан ҳам яхшироқ ривожланади (

Бундан шундай фикр келиб чиқади: мактабгача тарбия муассасаларида мактабга психик ва жисмоний тайёрликнинг «ўтиш кўприкча»сини яратиш керак эканки, биринчи синф ўқувчиси ўқув кун тартиби юзага келтирадиган жиддий зўриқишларга бардош бера оладиган бўлсин.

Мазкур диссертацияда биринчи бор мактабгача ёшдаги болалар жисмоний ва психик тайёргарлигини такомиллаштиришнинг ёш хусусиятлари белгилаб берилди, уларни мактабгача таълим муассасаси шароитида ривожлантириш технологияси назарий ҳамда тажриба йўли билан асослаб берилди, бунинг учун қуйидагилар аниқланди:

– мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбиясида табақалаштирилган ҳаракатли ўйинларни қўллаш асосида жисмоний сифатлар ва психик жараёнларни ривожлантириш динамикаси ва суръатининг ёш хусусиятлари;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари орасидаги ўзаро боғлиқлигига доир қонуниятлар;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари ривожига мақсадли таъсир ўтказиш тамойили бўйича восита ҳамда услубларни табақалаштириш.

Амалий ва назарий аҳамияти.

Тадқиқотлар жараёнида қўлга киритилган илмий маълумотлар мактабгача тарбия муассасаларида ўқув жараёнини такомиллаштириш муаммоларига тааллуқли жисмоний тарбия назарияси ва усулиятининг қонуниятларини ойдинлаштиради. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний ҳамда психик сифатларини мақсадли ривожлантириш технологияси ишлаб чиқилди, унинг апробацияси эса диссертацияда берилган тавсияларнинг самарадорлигини тасдиқлайди.

Жисмоний ва психик тайёргарликни мақсадли ривожлантириш технологияси фақат мактабгача ёшдаги болаларгина эмас, бошқа ёш гуруҳлари учун ҳам қўлланилиши мумкин.

Мактабгача таълим муассасалари (МТМ) учун ходимларни тайёрлаш ва қайта тайёрлаш дастурларида фойдаланиладиган тадқиқот материаллари педагогик коллежларнинг ўхшаш дастурларига киритилиши мумкин.

Тадқиқотнинг методологик ва назарий асослари:

– педагогик лойиҳалаш жараёни асослари сифатида инсонпарварлик мафкурасидан фойдаланиш;

– мамлакатдаги ва чет эл олимларининг физиология, психология, тиббиёт, фалсафа, педагогика соҳасида болаларнинг ҳаракат фаолиятлари ҳамда психик ривожланиши орасидаги ўзаро алоқаси ҳамда ўзаро муносабати тўғрисидаги қоидалар;

– мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси тўғрисидаги назарий қоидаларнинг бола тарбиялаш бошқарувининг яхлит, кўп таркибий қисмли жараён сифатидаги йиғиндиси ; турли наза амалий соҳалардэмпирик тадқиқотлар умумий-илмий усулини намойиш этувчи тизимли ёндашув;

– ҳаракат сифатларини ривожлантириш назарияси.

КИРИШ

Ишнинг долзарблиги. Мустақиллик шарофати туфайли миллат генофондини шакллантириш, соғлом турмуш тарзини кучайтириш ва баркамол авлодни тарбиялаш воситаси бўлмиш жисмоний тарбия ва спорт борган сари миллий истиқлол ғоясининг стратегик қуролига айланиб бормоқда. Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А. Каримов ташаббуси ва раҳнамолигида ушбу соҳа қисқа вақт ичида давлат сиёсатининг устувор йўналишлари доирасида асрларга тенг ўзгаришлар ва улкан ислохотлар йўлини босиб ўтиб, буюк истиқбол сари қанот ёзмоқда. Соғлом авлод - соғлом юрт демакдир. Соғлом авлодни тарбиялаш вазифаси эса биринчи навбатда мактабгача тарбия муассасалари зиммасидадир.

Мактабгача тарбияни инсонпарварлаштириш уни янгилаш жараёнининг асоси ҳисобланади. Олимлар, амалиётчи мутахассисларнинг тобора кўпроқ қисми мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш тизими шахсга мажмуали, инсоний таъсир ўтказиши, ҳар бир боланинг мунтазам ва имкон қадар тўла жисмоний ривожланиш ҳуқуқи амалга оширилишини таъминлаши керак, деган хулосага келмоқдалар.

Республикада аҳолининг ва ўсиб келаётган ёш авлоднинг саломатлигини мустаҳкамлашга қаратилган бир қатор қонун ва қарорлар қабул қилинди. Буни тасдиғи сифатида 2000 йил 27 июлдаги “Жисмоний тарбия ва спорт” тўғрисидаги қонун, Вазирлар Маҳкамасининг 2005 йил 25 январдаги “Аёллар ва ўсиб келаётган авлод соғлиғини мустаҳкамлаш ҳақида қўшимча тадбирлар” тўғрисидаги 32-сонли қарори ва бошқаларни мисол келтириш мумкин.

Соғлом авлод - соғлом юрт демакдир. Соғлом авлодни тарбиялаш вазифаси эса биринчи навбатда мактабгача тарбия муассасалари зиммасидадир.

Мактабгача тарбияни инсонпарварлаштириш уни янгилаш жараёнининг асоси ҳисобланади. Олимлар, амалиётчи мутахассисларнинг тобора кўпроқ қисми мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш тизими шахсга мажмуали, инсоний таъсир ўтказиши, ҳар бир боланинг мунтазам ва имкон қадар тўла жисмоний ривожланиш ҳуқуқи амалга оширилишини таъминлаши керак, деган хулосага келмоқдалар.

Болаларни ўраб турган муҳит ўзгариб бормоқда. Оддий, содда ўйинлар ўрнига компьютер ўйинлари кириб келди. Болани ақлий, эстетик ривожлантириш устуворлик касб этмоқда.

Уларни аҳамиятини инкор этмаган ҳолда айтиш керакки, ҳаракатли ўйинлар, сайрлар, тенгдошлари билан мулоқот қилишга боланинг вақти тобора камайиб кетяпти. Ўйин билан бола фаолиятининг бошқа турлари, ўйинларнинг ҳар хил турлари орасидаги мувозанатнинг бузилиши (ҳаракатли ва ўтириб ўйнайдиган, алоҳида ва биргаликдаги) мактабгача ёшдаги болалар саломатлигида ҳам, ҳаракат қобилиятларининг ривожланиш даражасида ҳам ўз салбий аксини топади. (10,13,32,70)

Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш муаммоларини ҳал этишнинг янги йўллари излаш, биринчидан, кўрсатилган зиддиятларни ҳал этиш зарурати билан, иккинчидан, ўсиб келаётган ёш авлоднинг жисмоний тайёргарлиги ҳамда психик ривож жараёнини такомиллаштириш қонуниятларини, методологик ва усулий шароитларини ўрганиш зарурати билан боғлиқ.

Илк гўдакликнинг жиддий хусусияти боланинг саломатлиги, жисмоний ва асабий-психик ривожланиш ҳолатининг ўзаро алоқаси ва бир-бирига боғлиқлигидир (10,23,33,44). Соғлом, жисмонан бақувват бола касалликларга камроқ чалиниш билан бирга психик жиҳатдан ҳам яхшироқ ривожланади (50,58)

Бундан шундай фикр келиб чиқади: мактабгача тарбия муассасаларида мактабга психик ва жисмоний тайёрликнинг «ўтиш

кўприкча»сини яратиш керак эканки, биринчи синф ўқувчиси ўқув кунини тартиби юзага келтирадиган жиддий зўриқишларга бардош бера оладиган бўлсин.

Шунга кўра, мактабгача ёшдаги болаларни жисмонан ва руҳан соғломлаштириш, боланинг ҳаракат соҳасини ривожлантириш, чاقқон, кучли, жасур бўлишдек ҳаётий эҳтиёжлар асосида ҳаракатга бўлган қизиқишини кучайтиришнинг самарали воситаларини излаб топиш долзарб масала ҳисобланади. Мазкур муаммонинг ечими, бизнингча, яхлит тарбия жараёнини, боланинг ҳар бир томонлама мутаносиб, жумладан, жисмоний ва шахсий ривожини таъминловчи ижтимоий-педагогик шароитлар бирлигини яратишда. Бунда болаларнинг ҳаракат фаолиятини ташкил этишнинг ўйин шакллари энг қимматли саналади.

Муаммонинг ишлаб чиқилганлик даражаси ҳамда тадқиқотнинг назарий асоси. Таниқли психологлар А.С.Виготский (26), А.В.Запорожец (46), А.Н.Леонтьев (75), Д.Б.Эльконин () таърифича, мактабгача ёшда ўйин етакчи фаолият бўлиб, у туфайли бола психикасида катта ўзгаришлар юз беради. Ҳаракатли ўйин мактабгача ёшдаги бола учун энг қулай фаолият шакли бўлиб, ҳаракатлар кўникмасини онгли равишда такрорлашни кўзда тутди (А.В. Запорожец,). Кўпгина тадқиқотчилар: В.Г. Барабаш (1999), О.И. Кокорева (1997), Т.И. Осокина (), Н.В. Полтавцева (), Е.А. Сагадачная (, Э.Я. Степаненкова () ҳаракатли ўйин туфайли болалар табиий ҳаракат фаоллиги шароитида ўз жисмоний ва психик имкониятларини намойиш этиб, тенгдошлари билан мураккаб муносабатларга киришишларини қайд этадилар.

Бироқ ҳаракатли ўйинлар асосида мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний сифатлари ва психик жараёнларини мақсадли ривожлантириш масаласи хусусида айрим ишларда тўхталиб ўтилган бўлса ҳам, батафсил сўз юритилмаган.

Юқорида баён этилганлардан кўришиб турибдики, мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбиясида уларни жисмоний сифатлари ва психик жараёнларини кўпроқ ривожлантиришга кўра табақалаштириш (дифференциаллаш) асосида ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишга янги усулий ёндашувларни излаш ҳамда ишлаб чиқишга бағишланган илмий ишимиз мавзуси жуда долзарб.

Тадқиқот объекти – мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш ва психик ривожлантириш жараёни.

Тадқиқот предмети – жисмоний тарбия воситалари ёрдамида 3-6 ёшли болалар жисмоний сифатлари ва психик жараёнларини мақсадли ривожлантириш мазмуни ҳамда усулияти.

Тадқиқотнинг мақсади – табақалаштирилган ҳаракатли ўйинлардан мақсадли фойдаланиш асосида мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш жараёнини мақбуллаштиришнинг усулий йўлларини аниқлашдан иборат.

Тадқиқотнинг фарази – болаларни тарбиялаш усулларининг самарадорлиги мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбиясини психик ривожлантириш жараёнидан ажратиш эмас, балки уларни бирлаштиришда эканлиги ҳақидаги тахминларга асосланади.

Шунингдек, болалар жисмоний тарбиясидаги бу йўналишни амалга ошириш анъанавий воситалар, хусусан, ҳаракатли ўйинлардан ҳам жисмоний, ҳам психик жараёнларни ривожлантириш мақсадида фойдаланиш таъсирини жиддий яхшилашга ёрдам бериши мумкин.

Қўйилган мақсадга эришиш тадқиқотнинг қуйидаги вазибаларини бажаришни талаб қилади:

Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний сифатлар ва психик жараёнларни ривожлантиришнинг ёшга боғлиқ хусусиятлари ҳамда динамикасини аниқлаш.

Мактабгача ёшдаги болалар жисмоний ва психик тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўзаро боғлиқлигидаги ўзига хос хусусиятларни аниқлаш.

Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний ва психик тайёрлигини мақсадли ривожлантириш технологиясини ишлаб чиқиш, тажрибалар орқали асослаш.

Тадқиқотнинг методологик ва назарий асослари:

- педагогик лойиҳалаш жараёни асослари сифатида инсонпарварлик мафкурасидан фойдаланиш;
- мамлакатдаги ва чет эл олимларининг физиология, психология, тиббиёт, фалсафа, педагогика соҳасида болаларнинг ҳаракат фаолиятлари ҳамда психик ривожланиши орасидаги ўзаро алоқаси ҳамда ўзаро муносабати тўғрисидаги қоидалар;
- мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси тўғрисидаги назарий қоидаларнинг бола тарбиялаш бошқарувининг яхлит, кўп таркибий қисми жараён сифатидаги йиғиндиси (Е.И. Аркин, И.А. Аршавский (7), А.Н. Кенеман, Д.В. Хухлаева (59), Т.И. Осокина ());
- турли назарий ва амалий соҳаларда эмпирик тадқиқотлар умумий-илмий усулини намойиш этувчи тизимли ёндашув;
- ҳаракат сифатларини ривожлантириш назарияси (Н.А. Бернштейн (15), В.М. Зациорский (47), Р.Е. Мотиланская (86), В.И. Лях, Н. Панфилова (81) .).
- ҳаракатли ўйинларни бола шахсига ҳар томонлама таъсир кўрсатувчи восита сифатида белгилаш (О.Н. Кокорева, Л.М. Коровина (68), Н.В. Полтавцева (), Э.Я. Степаненкова (), Е.А. Сагадачная ()).

Тадқиқотнинг илмий янгилиги.

Мазкур диссертацияда биринчи бор мактабгача ёшдаги болалар жисмоний ва психик тайёргарлигини такомиллаштиришнинг ёш хусусиятлари белгилаб берилди, уларни мактабгача таълим муассасаси шароитида ривожлантириш технологияси назарий ҳамда тажриба йўли билан асослаб берилди, бунинг учун қуйидагилар аниқланди:

– мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбиясида табақалаштирилган ҳаракатли ўйинларни қўллаш асосида жисмоний сифатлар ва психик жараёнларни ривожлантириш динамикаси ва суръатининг ёш хусусиятлари;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари орасидаги ўзаро боғлиқлигига доир қонуниятлар;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари ривожига мақсадли таъсир ўтказиш тамойили бўйича восита ҳамда услубларни табақалаштириш.

Амалий ва назарий аҳамияти.

Тадқиқотлар жараёнида қўлга киритилган илмий маълумотлар мактабгача тарбия муассасаларида ўқув жараёнини такомиллаштириш муаммоларига тааллуқли жисмоний тарбия назарияси ва усулиятининг қонуниятларини ойдинлаштиради. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний ҳамда психик сифатларини мақсадли ривожлантириш технологияси ишлаб чиқилди, унинг апробацияси эса диссертацияда берилган тавсияларнинг самарадорлигини тасдиқлайди.

Жисмоний ва психик тайёргарликни мақсадли ривожлантириш технологияси фақат мактабгача ёшдаги болаларгина эмас, бошқа ёш гуруҳлари учун ҳам қўлланилиши мумкин.

Мактабгача таълим муассасалари (МТМ) учун ходимларни тайёрлаш ва қайта тайёрлаш дастурларида фойдаланиладиган тадқиқот материаллари педагогик коллежларнинг ўхшаш дастурларига киритилиши мумкин.

Тадқиқот натижаларининг асосланганлиги ва ишончилиги дастлабки методологик қоидаларга риоя қилиш билан таъминланади, педагогик ҳодисалар таҳлилига мажмуали ёндашиш, педагогик тадқиқотларнинг меъёрлари, қоидалари ҳамда талабларига риоя қилиш йўли билан эришилади. Натижаларнинг ишончилиги тадқиқотнинг валид

услугларини қўллаш, фарзани тажрибада текшириш, тажрибанинг етарлича давомийлиги билан белгиланади.

Ҳимояга олиб чиқиладиган асосий ҳолатлар:

– педагогик жараёни мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний сифатлари ва психик жараёнларини ривожлантиришга йўналтирилган жисмоний тарбияни оптималлаштириш заруратини асослаб бериш;

– мактабгача ёшдаги болалар жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари кўрсаткичларининг ўсиш динамикаси ҳамда суръатлари;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тайёргарлиги билан психик жараёнлари кўрсаткичлари орасидаги ўзаро боғлиқлик даражаси ҳамда хусусиятлари;

– педагогика ва психологиянинг мактабгача ёшдаги болаларнинг етакчи фаолияти ўйиндан иборат эканлигини тасдиқловчи бирламчи тамойилини усулий асос сифатида қабул қилган ҳолда мактабгача даврда жисмоний сифатлар ва психик жараёнларни мақсадли ривожлантириш технологияси;

– мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш амалиётида ҳаракатли ўйинлардан мақсадли фойдаланиш бўйича илмий асосланган тавсиялар.

Ишнинг синовдан ўтиши. Диссертациядаги асосий материаллар ва қоидалар илмий конференцияларида, ФарДУ, жисмоний тарбия назарияси ва методикаси кафедра йиғилишларида муҳокамадан ўтган.

Натижаларнинг эълон қилинганлиги. Диссертациядаги асосий натижалар турли нашрларда 2 илмий мақолаларда эълон қилинган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Иш кириш, учта боб, хулосалар, адабиётлар рўйхати кўрсаткичи, иловалардан иборат бўлиб, 90 бетда баён этилган. Унга 10 та жадвал, 21 та расм ҳамда 4 та илова кирди.

I БОБ. АДАБИЙ МАЪЛУМОТЛАРГА КУРА МУАММОНИНГ УРГАНИЛИШ ҲОЛАТИ.

1.1. Мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланиш динамикасига хос хусусиятлар.

Маълумки, бола унга катталарнинг бевосита таъсири натижасида, мустақил фаолият жараёнида, шунингдек, атроф-муҳитдан олаётган ахборотлари таъсирида ривожланади. Болалар кўп ўйинчоқ ўйнайдилар, ҳаракатланадилар ва шу билан бирга атрофдаги воқеаларни қизиқиш билан кузатадилар, суратларни томоша қиладилар, турли сабаблар юзасидан ота-оналарига муурожаат қилиб, уларнинг топшириқларини бажарадилар (5,12,38,48).

3 ёшдан 6 ёшгача – мактабгача бўлган давр ривожланишга онтогенетик имкониятларнинг тўхтовсизлиги орқали амалга ошириладиган умумий сенситивлик нуқтаи назаридан илк гўдаклик даврининг тўғридан-тўғри давоми ҳисобланади. Бу даврда болада барча ҳаракат кўникмалари ривожланиб, такомиллашишда давом этади, бироқ унинг теварагини ўраб турган олам билан мулоқоти ҳозирча чекланган. Аста-секин болалар мустақил бўла борадилар, уларнинг организми мустаҳкамланади, ҳаракатлари анча аниқ, ишончли, тезкор бўлади. Уй рўзғор буюмлари, ўйинчоқлар билан бажариладиган ҳаракатларнинг такомиллашуви хаётий тажрибанинг бойишига ёрдам беради. Ҳаракатлар янада аниқ, онгли, мақсадли бўлиб қолади (13,89).

Тўғри ташкил этилган жисмоний тарбия мактабгача ёшдаги болаларда тафаккур, хотира, ташаббус, тасаввур, мустақилликнинг ривожланишига асосий гигиеник кўникмаларнинг пайдо бўлишига кўмаклашади. Худди илк гўдаклик давридаги каби мактабгача ёшда ҳам атрофдаги олам тўғрисида ёрқин тасаввурларнинг шаклланишида болаларнинг ҳиссий тажрибалари

катта аҳамиятга эга бўлади. Бу даврда ўйин фаолиятнинг етакчи турига айланади, лекин бу одатда бола кўп вақтини қизиқарли ўйинлар билан ўтказгани учун эмас, - ўйин бола психикасида сифат ўзгаришларини юзага келтиради. Мактабгача ёшдаги боланинг ўйини анча мураккаблашади: унда ҳаётий тажриба қўлга киритилади, муайян мақсад аниқроқ намоён бўлади, ижодий тасаввур кўзга ташланади ва ривожланади. Йилдан йилга боланинг ақлий ривожланишида катталарнинг оғзаки тушунтиришлари ва топшириқлари каттароқ аҳамият касб этиб боради (21,77,89,90).

Соғлом болани тарбиялашда энг муҳим воситалардан бири жисмоний машқлар, ҳаракатли ўйинлар ва спорт эрмак ўйинлари саналади. Болалар билан жисмоний машқларни бажарганда, уларнинг саломатлигини кузатиб бориш, ташқи кўринишига, кайфиятига, чарчаши, иштаҳаси, уйқусига эътибор бериш жуда муҳим. Хар бир ҳатто мутлақо соғлом бола ҳам йилда 2-3 марта тиббий кўриқдан ўтказилгани маъқул. Бунда боланинг бўйи, оғирлиги, кўкрак қафасининг айланаси кўрсаткичларини ёзиб бориш тавсия этилади, бу унинг тўғри ривожланишини кузатиб бориш имконини беради (5,13,20,30, 40).

Шартли равишда болалик куйидаги даврлардан иборат деб қабул қилинган:

Янги туғилганлик (чақалоқлик) даври - ҳаётнинг дастлабки 3-4 ҳафтаси. Бола янги шароитга мослашади (у ўпкаси билан нафас олади, овқат ҳазм қилиш тизими ишлай бошлайди, танада иссиқлик бошқаруви йўлга қўйилади); унинг асаб тизими ҳали етилмаган - бош мия пўстлоғининг такомиллашмаганлиги туфайли фақат шартсиз рефлекслар намоён бўлади.

Эмиш даври - бир ёшгача бўлган давр. Марказий асаб тизими фаолияти такомиллаша бошлайди; шартли рефлекслар ишга тушади, ҳаракатлар шаклланади, бўй ва оғирлик тез орта боради.

Мактабгача ёшдан олдинги давр - 1 ёшдан 3 ёшгача. Бўй ўсиши бир оз секинлашади, ҳаракат кўникмалари такомиллашади; нутқ шаклланади; бола айрим гигиеник кўникмаларни эгаллайди.

Мактабгача бўлган давр - 3 дан 7 ёшгача. Ундан аввалги даврдаги каби у бўй ўсишининг бироз секинлашуви билан тавсифланади. Бола ортиқча оғирликни йўқотади, унинг мушаклари мустаҳкамланиб, скелети кучли ривожланади. Мактабгача давр охирига келиб сут тишларининг алмашилиши бошланади. Бола катталар ейдиган овқатга ўтади, касалликларга тез чалинмайдиган бўлади (12, 35,39,43,46,79).

3-6 ёшли болаларнинг ривожланиши. Мактабгача даврда гўё соғломлик ва тўлақонли жисмоний ривожланишнинг пойдевори қўйилади.

Мактабгача ёшдаги болаларда тана ҳали етарлича турғун эмас, ҳаракат имкониятлари ҳам чекланган. Уларнинг асаб тизими тез ривожланади, скелети ўсиб, мушак тизими мустаҳкамланади, ҳаракатлар такомиллашади. Диққат анча барқарорлашиб, болалар энг содда меҳнат кўникмаларини эгаллай борадилар. Гавданинг умумий статик беқарорлиги ҳамда динамик имкониятлари чекланганлиги 3-4 ёшли болаларга хос бўлиб, бу ёшдаги болаларда гавданинг юқори қисми, елка сатҳи мушаклари ва букувчи мушаклар нисбатан яхши ривожланган, 3-4 ёшли болаларда ҳаракатлар етарлича мувофиқ бўлмагани ҳолда ҳаракат фаоллиги юқори даражада бўлиб, бу ҳаракатларда йирик мушак гуруҳлари иштирок этади. Мазкур даврда узок муддат бир хил вазият сақлаб турилса ёки бир турли ҳаракатлар бажарилаверса, тез толиқиш кузатилади (4,13,18,37,52,62, 64).

7 ёшгача ўпка тўқимасининг тузилиши ҳали тўла ривожланмаган ҳолда бўлади; бурун йўллари, трахея ва бронхлар нисбатан тор, шу сабабли ўпкага ҳавонинг келиши бир оз қийинроқ; қовурғалар бирмунча қияроқ, диафрагма юқорироқ жойлашган, шунинг учун нафас олиш ҳаракатлари амплитудаси катта эмас. Бола катталарга нисбатан юзаки ва анча тез-тез нафас олади: 3-4 ёшли боланинг нафас олиш суръати - бир дақиқада 30

марта, 5-6 ёшда - 25 марта, катталарда 16-18 марта. Болаларнинг юзаки нафас олиши ўпкада ҳаво айланишининг нисбатан ёмон бўлиши, ҳавонинг ўпкада бир оз туриб қолишига олиб келади, ўсаётган организм эса тўқималарнинг кислород билан етарлича таъминланишини талаб қилади. Айнан шунинг учун ҳам очиқ ҳавода ўтказиладиган жисмоний машқлар жуда муҳим бўлиб, улар ҳаво алмашилишини фаоллаштиради. 3-4 ёшли болаларда ўпканинг тириклик сиғими (\bar{V}_T) 400-500 см³ ни, 5-6 ёшда эса 800-900 см³ ни ташкил этади (13,17,37,62).

Мактабгача ёшдаги болаларнинг юрак-қон томир тизими фаолияти ўсаётган организмнинг талабларига яхши мослашган, тўқималарнинг қон билан таъминланишига бўлган кучли эҳтиёж осонлик билан қондирилади, чунки боланинг томирлари катталарникига нисбатан кенгроқ бўлиб, улардан қон эркинроқ оқиб ўтади. Бола организмидаги қон миқдори катталарникига нисбатан кўпроқ, унинг томирлар бўйлаб ўтадиган йўли қисқароқ. Масалан, агар катта одамнинг томир уриши бир дақиқада 70-74 зарбага тенг бўлса, мактабгача ёшдаги болада ўртача 90-100 зарбани ташкил этади. Юрак асаб бошқарилуви такомиллашган эмас, шунинг учун унинг қўзғалиши тез, қисқаришлар ритми осонгина бузилиши мумкин, жисмоний юклама остида юрак мушаги анча тез толиқиб қолади. Лекин фаолият ўзгариши билан боланинг юраги тез тинчланиб, ўз кучини тиклаб олади. Шунинг учун ҳам болалар билан шуғулланганда жисмоний машқларнинг хилма-хиллигига эътибор бериш: ҳаракатли ўйинларни бирмунча тинч суръатли ўйинлар билан навбатлаш ва болага тез-тез қисқа муддатли дам олиш танаффуслари бериб туриш лозим (40,62).

Мактабгача ёшдаги болаларда 3 ёшгача бўлган болаларга нисбатан асаб тизими яхшироқ ривожланган бўлади. Бу даврда бош миёда асаб хужайраларининг етилиши жараёни ниҳоясига етади, бош миё ташқи кўриниши ва оғирлигига кўра катта одам миёсига яқинлашиб қолади, бироқ асаб тизими ҳали анча кучсиз бўлади. Шунинг учун мактабгача ёшдаги

болаларнинг ўта таъсирчанлигини ҳисобга олиш, уларга ниҳоятда эҳтиётлик билан муомала қилиш: узоқ муддатли, оғир юкламалар бермаслик, ҳаддан ортиқ толиқтирмаслик керак, чунки бу ёшда таъсирланиш жараёнлари тормозланиш жараёнларидан устун бўлади (13).

Болаларда етти ёшгача, гарчи уларда қон билан таъминланиш катталарниқидан яхшироқ бўлса-да, суякларнинг шаклланиш жараёнлари тугалланмайди. Скелетда тоғайсимон тўқималар кўп бўлиб, шу туфайли унинг кейинги ривожини рўй беради; айтилиши вақтда суякларнинг юмшоқлиги ҳам шу билан тушунтирилади. Мушак тўқимасининг ўсиши асосан мушак толаларининг йўғонлашиши ҳисобига юз беради. Аммо суяк-мушак аппаратининг нисбатан кучсизлиги ва тез толиқиши сабабли мактабгача ёшдаги болалар узоқ муддатли мушак зўриқишларига бардош беролмайдилар (13).

Кичик мактаб ёшидаги болалар юриш пайтида ҳали аниқ ҳаракатлана олмайдилар: улар ритмик тарзда югуролмайдилар, тез-тез мувозанатни йўқотиб йиқиладилар. Уларнинг кўпчилиги пол ёки ердан яхши итарила олмайдилар, оёқ кафтига тўла таяниб югуради. Улар ўз таналарини ҳатто арзимас баландликка ҳам кўтара олмайдилар, шунинг учун баландликка тўсиқлар оша ҳамда бир оёқлаб сакрашларни бажаришга қийналадилар. Бу даврда мактаб ёшидаги болалар қизиқиш билан копток ўйнайдилар, лекин ҳали уларнинг ҳаракатлари ўзаро мувофиқлашмаган, кўз билан мўлжал олиш ривожланмаган: уларнинг коптокни илиб олишлари қийин. Болалар ҳар турли ҳаракатлардан тез толиқадилар, чалғийдилар (5,10,18,64).

4,5-5 ёшларга келиб болаларнинг ҳаракатлари анча мувофиқлашиб қолади, улар сакраш, тўсиқлар оша сакраб ўтиш, тўпни илиш кўникмаларини ўзлаштирадилар. 6 ёшлиларда енгиллик пайдо бўлиб, югуриш ритми барқарорлашади, ён томонга тебранишлар камаяди, улар баландликка, узунликка, тўсиқлар оша сакрайдилар, коптокни нишонга уришни ўзлаштирадилар, кўз билан мўлжал олиш кучаяди. Катта мактаб ёшидаги

болаларнинг кичикларга қараганда гавдаси бақувват, мушаклари мутаносиб ривожланган. Юриш ва югуриш чоғидаги асосий ҳаракатлари аста-секин автоматик даражасига етади, ҳаракатлар мувофиқлиги кучаяди, қўл меҳнатига қобилият сезиларли даражада ортади. Турғунлик ортгани учун оддий мувозанат машқларини, чаққонлик билан югуришни амалга ошириш осонлашади. Болалар чидамлироқ бўла борадилар, бироқ улар дастлабки ҳолатларини тез-тез ўзгартириб, ранг-баранг ҳаракатларни бажаришлари лозим. Бу ёшда уларнинг фаолияти аста - секин мазмун билан бойиб, оңглироқ бўла боради (12,18,34,38,64,70,72).

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасининг кўпгина олимлари фикрича, ўсиб келаётган ёш авлодни жисмоний тарбиялашдан мақсад шахснинг жисмоний ва маънавий маданияти асосларини шакллантириш, саломатлик заҳираларини соғлом турмуш тарзида фаол ҳамда узоқ муддат давомида амалга оширилаётган қадриятлар тизими сифатида юксалтиришдан иборатдир (42,77,84). Уларнинг мулоҳазаларидан келиб чиқиб, мактабгача ёшдаги болаларга нисбатан татбиқ этилса, жисмоний тарбиянинг асосий вазифалари қуйидагилардан таркиб топади.

– болаларда саломатлик, жисмоний тарбия ва спорт қадриятларини ўзлаштиришда оңгли эҳтиёжни шакллантириш;

– боладаги жисмоний сифатлар, ҳаракат кўникма ва малакалари ривожининг зарур ҳамда етарли даражасини таъминловчи жисмоний имкониятларнинг табиийликка мувофиқ ва индивидуал - мос ривожлантирилиши;

– мактабгача ёшдаги болаларга умумий жисмоний маълумотларни бериш, бунда уларнинг жисмоний тарбиясига оид ақлий, технологик, ахлоқий, этик ва эстетик қадриятларни ўзлаштиришига эришиш;

– билимларнинг мустақил машғулотлар ўтказишнинг бошланғич кўникмалари даражасида долзарблашуви.

Мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси тизими, тузилишининг инновацион қўшимчаларига хос асосий муаммолар куйидагилардир :

а) болаларнинг психик ривожланиши жараёни шароитларини мақбуллаштириш учун жисмоний тарбия воситаларидан фойдаланиш имкониятлари;

б) мактабгача ёшдаги болалар жисмоний сифатларини ривожлантириш ва асосий ҳаракатларини шакллантиришнинг ёш хусусиятлари;

в) мактабгача болалар муассасаларида жисмоний тарбиянинг методологик муаммолари;

г) мактабгача жисмоний тарбия мутахассисларини тайёрлашнинг ташкилий-мазмуний асослари.

1.2. Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний сифатларни тарбиялаш хусусиятлари.

Болага туғилганидаёқ, унинг қонига алоҳида ривожланишнинг ирсий дастурлари томонидан жойлаштирилган жисмоний имкониятларнинг тегишли йиғиндиси ато этилган бўлади. Органлар, организм тузилмаларининг биологик етилиши давомида шахсий имкониятлар ривожланиб, инсоннинг ҳар-хил жисмоний хусусиятларини белгилайди.

Е.А Пимонова (1990), Л.В Карманова ва бошқалар (1992) берган маълумотларга кўра, сўнгги 20 йил мобайнида болаларнинг жисмоний ривожланишида қайд этилган умумий ижобий йўналишлар (гавданинг барча ўлчамлари катталашуви) фонида уларнинг ҳаракат тайёргарлигида сезиларсиз ўсиш кузатилади, бир қатор кўрсаткичлар эса (тезкорлик, тезлик-куч, имкониятлари) анча пасаяди.

Шунга қарамай, мутахассислар, жисмоний сифатларни мақсадли тарбиялаш айнан мактабгача даврда бошланиши керак, деб ҳисоблайдилар

(Вавилова Е.Н.,1980; Кистьяковская М.Ю., 1980; Волков А.В., 1981; Вильчковский Э.С., 1983).

Болалар ва ўсмирлар ҳаракат фаоллиги сифат жиҳатларини ривожлантиришнинг физиологик омиллари мушаклар ҳамда вегетатив органлар фаолиятининг бошқарилишини такомиллаштиришда намоён бўлади. Қисқа муддатли, тезкорлик ва куч ҳаракатларида асаб-мушак тизими фаолияти бошқарувини яхшилашга кўпроқ аҳамият берилади. Бирмунча узок муддатли фаолиятда ҳаракат функцияларини такомиллаштириш билан бирга вегетатив функцияларни мувофиқлаштириш ҳам жиддий аҳамият касб этади (22,35,74).

Бироқ болалар ва ўсмирлар организмнинг куч, тезлик ва чидамлилиқ кўрсаткичлари яхшиланишини белгилайдиган функцияларининг физиологик бошқарилишини яхшилашда энг муҳим ўринни асаб тизими, айниқса, мушак зўриқишларида организмнинг функциялари яхшиланишини таъминловчи алоқаларнинг шаклланиши эгаллайди (50,73,74).

Шундай қилиб, болалиқ даврида куч, тезлик ва чидамлилиқнинг ўзаро алоқадорлигига оид турли-туман шакллари белгиловчи физиологик механизмлар ҳам хилма-хилдир. Шартли-рефлектор омиллар муҳим аҳамиятга эга. Машғулотлар давомида бирор йўналишдаги куч, тезлик ёки чидамлилиқни ривожлантирувчи ҳаракатлар учун марказий асаб тизимида мушаклар ҳамда вегетатив органлар ишини дастурлаштиришнинг маълум шакллари юзага келади (22,74).

Боланинг асосий жисмоний сифатларини ривожлантиришнинг ёш динамикаси Н.А.Фомин, В.П.Филин (1980) ва бошқаларнинг ишларида очиқ берилган.

Олимлар фикрича, бола ҳаётининг олтинчи йили кучни (Г.М.Касаткина, 1992), жумладан, тезлик-куч қобилиятлари ҳамда ҳаракатлар тезкорлигини (Н.А.Ноткина, 1990; М.Н.Королева, 1995) тарбиялашнинг сенситив даври ҳисобланади.

Т.Ю.Логвинанинг (1991) фикрича, 5-6 ёшли болаларда куч, чидамлилиқ, эгилувчанлиқ, маконда мўлжал олиш каби сифатлар энг кучли намоён бўлади, асосан ўғил болаларда ушбу кўрсаткичлар қизларга нисбатан юқорироқ.

Етти ёшда мунтазам машғулотларда ҳаракатлар мувофиқлиги етакчи сифат бўлиб қолади (Л.И.Пензуллаева, 1992). Шунингдек, турли мувофиқлаш (координация) қобилиятларининг энг жадал ривожланиш даври 4-5 ёшлар ораси эканлиги тўғрисида маълумотлар бор (Л.Т.Майорова, 1988; В.М.Зуев, 1992.)

Бунда ҳаракатларни такрорлаш, табақалаштириш (дифференциациялаш) ҳамда уларнинг ўлчамларини олиш қобилиятларининг кўрсаткичлари бўйича ўғил ва қиз болалар орасидаги жинсий тафовутлар аҳамиятсиз, яъни жиддий эмас. Бошқа кўрсаткичлар (вақт танқислиги шароитида ҳаракат фаолиятини тез ўзгартириш мақсадида мўлжал олиш қобилиятлари) бўйича етти ёшли ўғил болалар шу ёшдаги қизлардан ўзиб кета бошлайди. Бироқ ҳаракатларни мувофиқлаш қобилиятларининг кўпгина кўрсаткичлари бўйича ўғил болаларнинг яққол устунлиги фақат 13-14 ёшларга келиб кўзга ташланади.

В.М.Зуев (1992) тадқиқотларида кўлга киритган маълумотлар муаллифга мактабгача бўлган давр турли жинсли болаларда асосий ўлчамлари бўйича ҳаракатлар аниқлигининг нотекис ва ҳар хил муддатли ривожланиши билан тавсифланиши ҳақида хулоса чиқариш имконини беради. Тажриба қизларнинг беш ва олти ёшларда, ўғил болаларнинг эса етти ёшга келиб маконий аниқликка оид топшириқларни бажаришда устунроқ эканлигини кўрсатди. Беш ва олти ёшга ўтган ўғил болаларда ҳаракатнинг вақт ўлчамини такрорлаш аниқлиги қиз болаларникига нисбатан юқорироқ, етти ёшли ўғил болалар эса тенгдош қизларга нисбатан топшириқни ёмонроқ уддаладилар.

Қизларнинг барча ёш гуруҳларида ҳаракатнинг динамик хусусиятини такрорлаш аниқлиги ўғил болалардагига караганда юқорироқ.

Мактабгача бўлган даврда жисмоний сифатларнинг ривожланиш динамикасига хос жинсий тафовутларни қайд этар эканлар, олимлар мазкур тафовутларнинг катталиклари ҳамда ишончилиги хусусидаги саволга узил-кесил жавоб бермайдилар.

Айрим тадқиқотчилар асосий ҳаракат сифатларининг ривожланиш даражаси бобида ўғил болаларнинг қизларга нисбатан устунлиги ҳақида фикр юритиб, болаларга жисмоний тарбия жараёнида табақалаштириб ёндашиш зарурлигини таъкидлайдилар (З.И.Кузнецова, 1984; А.Е.Любомирский, 1989) бошқалари етти ёшгача ўғил болалар ва қизларнинг жисмоний сифатлари ривожланиш даражасидаги фарқ у қадар жиддий эмас, уни жисмоний тарбия воситаларини танлашда эътиборга олиш шарт эмас, деб ҳисоблайдилар ва мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбиясига уларнинг жинсидан келиб чиқиб турлича ёндашиш мақсадга мувофиқлигини кўрсатадилар (Э.С.Вильчковский, 1999).

Кўпгина муаллифлар мактабгача ёшдаги болаларда алоҳида ҳаракат сифатларининг намоён бўлиш даражасида муайян ритм мавжудлигини аниқлаганлар. Ҳаракатларнинг энг юқори даражадаги мувофиқлиги кундуз куни кузатилган. Мушакларнинг ишчанлик қобилияти баҳорда орта бориб июнда максимал қийматгача етади, айнаи вақтда жисмоний ривожланиш суръатлари ҳам тезлашади (К.В.Смирнов, 1990). Бундай қонуният Россиянинг барча иқлимий минтақалари учун хосдир.

Олимлар ноқулай иқлим шароитлари болаларнинг жисмоний сифатлари ривожланишига салбий тасир кўрсатишини қайд этадилар (Г.В.Сендек, 1992). Катта мактабгача ёшдаги болаларнинг алоҳида ҳаракат қобилиятлари ривожига сенситив даврларни эътиборга олган ҳолда акцентли таъсир кўрсатишнинг улкан имкониятлари тажриба ёрдамида тасдиқланган

(Г.М.Касаткина, 1992; М.Н.Королева, 1995; В.Г.Бакашвили, 1996; Л.Т.Майорова, 1998; В.М.Зуев, 1992.). Бу қобилиятлар шу ёш учун етакчи жисмоний сифатларни ривожлантиришга қаратилган бўлиб, улар фақат даражани кўтаришгагина имкон бермай, бошқаларининг тўлақонли, ҳар томонлама шаклланишини таъминлайди (Н.А.Ноткина, 1990).

Катта мактабгача ёшдаги болаларда чидамлилиқни тарбиялашда жисмоний юктамаларнинг тузилишини татбиқ этар экан, И.Г.Мальцева (1988) олти ёшда бир томондан чидамлилиқ билан жисмоний ишчанлик қобилияти орасида, иккинчи томондан тезкорлик, тезлик-куч сифатлари ва чаққонлик орасида алоқадорлик ҳамда ўзаро бир-бирини тақозо этиш муносабатлари мавжуд эканлигини, улар кўп ҳолларда жуда аҳамиятли эканлигини аниқлади. Буни, эҳтимол, алоҳида ҳаракат қобилиятларининг ривожланиш жараёнидаги ўзаро алоқадорлиги асосида ётувчи турли машқлар ва ҳаракатларни бажариш вақтида рўй берадиган инсон организмидаги ўзгаришлар умумийлиги билан тушунтириш мумкин (В.М.Зациорский, 1986).

Етти ёшга келиб, жисмоний қобилиятларнинг ривожланишида миқдорнинг ва алоқадорлик даражасининг камайишига мойиллик кузатилади (И.Г.Мальцева, 1988. М.А.Годик 1993) куч, тезкорлик, чидамлилиқ, чаққонликни фаол ривожлантиришни бу даврда жисмоний тарбия жараёнидаги энг муҳим мақсадлардан бири деб ҳисоблайдилар, чунки мазкур ёш даврида болалар энди мураккаб ҳаракат фаолиятларини бажара оладилар.

Асосий ҳаракат турлари бўйича кўникмаларнинг шаклланиш тезлиги ва мустаҳкамлиги энг аввало жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражасига боғлиқдир (Э.С.Вильчковский, 1989). Шунингдек, жисмоний тарбия билан шуғулланмайдиган мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракат сифатлари кўрсаткичларига ирсий таъсиротлар ўлчами худди тананинг барча ўлчамлари катталикларига (узунлиги ва оғирлиги) бўлгани каби юқори даражададир. Мунтазам равишда жисмоний машқлар билан шуғулланиб

турувчи болалар орасида ўша дастур асосида ўтказилган тадқиқот ҳаракат сифатларининг намоён бўлишига ирсий таъсиротлар даражасининг пастлигини кўрсатди.

Мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси бўйича турли адабиётларда болаларнинг жисмоний ва ҳаракат тайёргарлиги жараёни мазмуни бир хил талқин этилмайди.

Масалан, Т.И.Осокинанинг дарсликларида ҳаракат фаолиятларини шакллантириш билан бирга жисмоний сифатлар: чаққонлик (шу жумладан, ҳаракатларни мувофиқлаш қобилиятлари), умумий чидамлилиқ, тезлик-куч сифатлари, шунингдек, мувозанат сақлаш қобилиятини ривожлантириш зарурияти қайд этилади. ўқув қўлланмасида куч, чидамлилиқ, эгилувчанлик, чаққонлик, тезкорлик каби жисмоний сифатларни мувозанатни сақлаш қобилиятини алоҳида ажратган ҳолда ривожлантириш зарурати хусусида сўз боради.

Шуни қайд қилиш керакки, амалиётчи ходим учун муайян усулий тавсиялар, тадқиқотларда ўрнатилган мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий ҳаракатлари шаклланиши ҳамда жисмоний сифатларининг ривожланишига оид ёш хусусиятларига асосланган етарли миқдордаги илмий-усулий адабиётлар ва дастурлар мавжуд эмас. Шунга кўра, бизнингча, жисмоний тарбиянинг асосий тамойилларидан бири – жисмоний тарбия йўналишларининг ёшга адекватлиги тамойили – мазкур жараённинг устувор йўналишини унинг турли босқичларида инсоннинг ёшга мувофиқ ривожланиш тенденцияларига мос равишда ўзгартиришга мажбур қиладиган тамойил етарлича амалга ошмайди .

А.Н.Ливицкий, Х.А.Мелиев (85) ва бошқалар фикрига кўра, мактабгача таълим муассасаларидаги ўқитиш ва тарбияга оид мавжуд дастурлар таҳлили болалар билан кун тартибида ўтказиладиган жисмоний тадбирларнинг бош вазифаси асосий ҳаракатларнинг шаклланиши эканлигидан далолат беради. Мазкур мақсадни рўёбга чиқариш учун уларда,

одатда, жисмоний машқлар ва ҳаракатли ўйинлардан иборат бўлган кенг камровли ўқув материали тақдим этилган.

Айни вақтда мактабгача таълим муассасасидаги жисмоний тарбия вазибаларида кичик ёшлардан бошлаб жисмоний сифатларни мақсадли йўналтириш зарурати тўғрисидаги мулоҳазаларнинг йўқлиги эътиборни тортади. Фақат тайёрлов гуруҳи учун дастурда чاقқонлик, тезкорлик, чидамлилиқ ва кучни такомиллаштиришнинг мақсадга мувофиқлиги ҳақидаги муайян эслатма пайдо бўлади.

Мутахассисларнинг таъкидлашича, мактабгача ёшда саралашнинг прогностик шакли муайян мураккабликларни юзага келтиради. Беш-етти ёшли болаларда ҳаракат сифатлари даражасини бевосита тестлаш ноаниқ натижа беради, чунки бу натижа мазкур сифатнинг мавжуд имкониятлари билан боғлиқми, ёки унинг ёшга боғлиқ ҳолда шаклланиш суръатлари – тезлашган ёхуд секинлашган суръатига хос хусусиятларгами, аниқ эмас .

Адабиётларда мактабгача ёшдаги болаларда мактабгача таълим муассасаси шароитида ҳаракат сифатларини мажмуали ривожлантириш бўйича етарли миқдордаги тадқиқотлар мавжуд эмас.

1.3. Мактабгача ёшдаги болаларда психик жараёнларнинг ривожланиш хусусиятлари.

Инсонни онтогенезда мажмуали ўрганиш муаммосини илгари сурган олимлар психик ва мотор ривожланишнинг ўзаро алоқадорлиги масаласига катта аҳамият берадилар.

Психик ва соматик хусусиятлар бирлигини кўпгина мутахассислар қайд этган эдилар.

Ҳаракатлар барча психик фаолиятларга беистисно ҳолда самарали таъсир кўрсатиши кўпдан бери маълум. Г.М.Касаткинанинг (1992) тадқиқотларида болалардаги ҳаракат фаоллиги хусусиятлари билан идрок,

хотира, тафаккур ва ҳиссиётларнинг намоён бўлиши орасида тўғридан-тўғри алоқадорлик мавжудлиги тасдиқланган.

Илк гўдаклик чоғидаёқ бола атрофидаги нарсаларнинг хоссаларини ажратиб, улар орасидаги энг оддий боғлиқликларни илғай бошлайди ва улардан ўз фаолиятида фойдаланишга уринади. Илк гўдаликда ақлий ривожланишнинг асосини болада шаклланаётган идрок ҳамда тафаккур фаолиятларининг янги турлари ташкил этади. Идрок бу бош мия пўстлоғида инсон анализаторларига таъсир кўрсатувчи нарса ва ҳодисаларнинг аксидир. Нарсанинг мураккаб объект сифатида идрок этилиши пўстлоқнинг аналитик-синтетик фаолиятини талаб қилади.

Мактабгача даврда бола идрокининг ривожланиш жараёни А.А.Венгер томонидан батафсил тадқиқ этилиб, баён қилинган. 3 ёшдан 7 ёшгача болада сермахсул конструкторлик ва бадиий фаолият таъсирида перспектив аналитик – синтетик фаолиятнинг мураккаб кўринишлари юзага келади, хусусан, кўриб турган предметини амалда қисмларга бўлиб, кейин яна яхлит предметга бирлаштиришдан аввал бундай муолажаларни хаёлан бажариш қобилияти пайдо бўлади.

Идрок сезгилар йиғиндисига асосланган бўлиб, предмет ёки физик ҳодисаларнинг сезги аъзоларига бевосита таъсир кўрсатиши натижасидагина пайдо бўлади (41,88). Иккинчи томондан, идрок бу онгдаги инъикос, кўрилган, эшитилган ёки ҳис этилганларни англаш демакдир. Шунинг учун идрок, таъкидлаганидек, ақлий билишнинг ҳам бошланишидир.

Идрокнинг бош вазифаси – ташқи дунёдан ва ўзи тўғрисидаги ахборотларни олиш (25,46). Ушбу ахборот куйидаги мақсадларда қўлланилади: маконда, вазиятда мўлжал олиш; ҳаракатларнинг бажарилишини назорат қилиш; ўз аҳволи, ҳиссиётларини баҳолаш; янги маълумотларни қўлга киритиш (88).

Идрок жараёнини ўрганар эканлар, Л.А.Венгер, А.В. Запорожец (46) шуни аниқладиларки, идрокнинг бошқа психик жараёнлар каби муҳим

хоссаси унинг мотивацион жиҳатидир. Болада сўз юритилаётган ёки машғулотларда намоиш этилаётган нарса бор ёки йўқлигига қараб идрок натижалари (унинг тезлиги, образлар аниқлиги, белгиларининг тўла акс этиши ва ҳ.к.) каби истак ҳамда қизиқиш турлича бўлиши мумкин. Идрок жараёнларининг бошқарувчиларидан бири руҳий ҳозирлик (установка) бўлиб, уни материални идрок этишга тайёргарлик деб тушуниш мумкин (25,19) .

Идрок этиш учун руҳий ҳозирликни шакллантиришнинг яхши воситаси оғзаки кўрсатмадир. Шунинг учун мактабгача муассасаларда ўқитиш ва тарбияга боғлиқ барча дастурларнинг тузувчилари (58) кўргазмали курулларни намоиш этиш вақтида тарбиячиларга болаларнинг диққатини энг муҳим жиҳатларга жалб қилишни маслаҳат берадилар.

А.А.Венгер (22), В.С.Мухина (88), Д.Б.Эльконин () фикрича, ташкил этилган идрокнинг муҳим шарти кузатиш малакасини шакллантиришдир. Кузатиш – объектларни уларни билиш учун мақсадли, режали идрок этиш. Бу фаол, кўпинча зўриқиб идрок этиш жараёни бўлиб, эркин диққатни ташкил этиш билан боғлиқ.

Кузатиш болаларнинг олдига вазифа кўйишдан бошланади. Кузатишнинг вазифалари асосида уни амалга ошириш режаси тузилади. Бу кузатишнинг кўр-кўрона, тасодифий ўтказилишига йўл қўймаслик имконини берадики, бунда болалар у ёки бу машқни бажаришда муҳим тамонларга аҳамият бермасликлари мумкин. Идрок мактабгача ёшдаги болаларнинг билиш фаолиятини ривожлантиришда марказий ўринни эгаллаб, етакчи функция ҳисобланади.

Илк гўдаклик давридаёқ болада фикрлаш жараёнининг нишонлари деб ҳисоблаш мумкин бўлган ҳаракатлар биринчи бор кўзга ташланади – у мақсадга этиш учун нарсалар орасидаги алоқадорликдан фойдаланади. Нрсалар орасидаги алоқадорликка таянган ҳолда бола кейинчалик бундай алоқаларни янги шароитларда, янги вазифаларни ҳал этиш пайтида кашф

кила бошлайди. Мактабгача ёшдаги болалар учун тафаккурнинг уч асосий тури хос:

– кўргазмали таъсир этувчи; ташқи мўлжал олиш фаолияти ёрдамида амалга оширилади. Ташқи мўлжал олиш фаолияти ички, психик фаолиятлардан ҳосил бўлиши учун таянч нуқтаси бўлиб хизмат қилади;

– кўргазмали-образли; бунда вазифанинг ҳал этилиши образлар билан ички ҳаракатлар натижасида амалга ошади;

– оғзаки-мантиқий (мавҳум-мантиқий); мавҳум тушунча ва мулоҳазалар орқали муолажа юритиш билан тавсифланади. Бу ҳолатда фикрлаш вазифаси оғзаки (вербал) шаклда, муайян шаклда ифодалаб бўлмайдиган мавҳум тушунчалардан фойдаланиб ҳал қилинади (22,25,43,89). Боланинг психик ривожланишидаги энг муҳим масала, бир томондан, тафаккурнинг нутққа муносабати бўлса, иккинчи томондан унинг амалий ҳаракатларга муносабатидир.

Дастлаб сенсомотор муолажалар, яъни муайян сезгилар ёрдамида қабул қилинадиган материал: ҳар хил шакл, ҳажм, турли рангдаги нарсалар, предметлар билан ҳаракатлар боради. Тафаккур ривожланишининг бу босқичи нутқсиз кечади. Аниқ муолажа тузилмалари босқичи бошланади. Бола муайян нарсаларнинг образлари ва ҳатто айрим тил белгилари (сўзлар) ёрдамида фикрлайди. Фақат учинчи босқичда мантиқий муносабатлар, нисбий тушунчалар, мавҳумлик ва умумлашмалар воситасида муолажа қилиш йўлга қўйилади.

П.Я.Гальперин (29) ишлаб чиққан бола интеллектини шакллантириш назариясида ташқи фаолиятларни интериоризация қилишнинг асосий босқичлари ажратиб кўрсатилган бўлиб, уларни олдиндан киритилган сифатлар билан ички фаолиятга имкон қадар тўла ва самарали ўтказишни таъминловчи шарт-шароитлар белгиланган. Бу назарияга кўра, тўлақонли фаолият, яъни бирмунча юқорироқ аклий даражадаги фаолият худди шу фаолиятни бажаришнинг аввалги шакллариغا, пировард натижада унинг

дастлабки, амалий, кўргазмали – таъсирчан, энг тўла, кенгайтирилган шаклига таянмай пайдо бўла олмайди. Фаолият ичкига айланиш вақтида ўзгарадиган тўртта ўлчам аниқланган (бажариш даражаси, умумлаштириш ўлчови, тактик бажарилган муолажаларнинг тўлалиги, ўзлаштириш ўлчови).

Мактабгача даврда тафаккур ривожланишининг қуйидаги бош йўналишларини ажратиб кўрсатиш мумкин: ривожланаётган тасаввур заминида кўргазмали-тасирчан тафаккурнинг янада такомиллашуви, эркин ва билвосита хотира асосида кўргазмали – образли тафаккурнинг яхшиланиши, нутқдан ақлий вазифалар қўйиш ва ҳал этиш воситаси сифатида фойдаланиш йўли билан оғзаки-мантиқий тафаккурнинг фаол шакллана бошлаши. Мактабгача бўлган давр сўнгида болада ривожлана бошлайдиган оғзаки – мантиқий тафаккур энди сўзлар билан муолажа қилиш ҳамда мулоҳазалар мантиқини тушуниш малакасини кўзда тутди. Вазифаларни ечишда оғзаки мулоҳазаларни қўллаш қобилиятини мактабгача давр ўрталарида кўриш мумкин, лекин тасвириаб берилган эгоцентрик нутқ феноменида жуда ёрқин намоён бўлади кашф этган ва шу ёшдаги болаларга тааллуқли бўлган бошқа ҳодиса – болаларнинг, масалан, предметлар ўлчами ва миқдорини таққослашдаги мулоҳазаларига хос мантиқсизлик шундан далолат берадики, ҳатто мактабгача даврнинг охирига келиб, яъни 6 ёшда ҳам кўпчилик болалар мутлақо мантиқий фикрлай олмайдилар.

Болаларда оғзаки – мантиқий тафаккурни ривожлантириш 2 босқичда боради. Уларнинг биринчисида бола нарса ва ҳаракатларга доир сўзларнинг маъносини ўзлаштиради, масалаларни ҳал этишда улардан фойдаланишга ўрганади, иккинчи босқичда у муносабатларни ифодаловчи тушунчалар тизимини билиб олади, мулоҳазаларнинг мантиқийлиги қоидаларни ўзлаштиради. Бу сўнгги жараён, одатда, мактаб таълимининг бошига тегишлидир.

Мактабгача ёшдаги болаларда мантиқий фикрлашга хос бўлган ҳаракатларнинг ички режаси шаклланиши жараёнини ўрганар экан, унинг

кичик ёшдан катта ёшгача ривожланишига оид қуйидаги босқичларни кўрсатди:

– боланинг масалаларни ҳал этиш жараёнига энди нутқ ҳам қўшилган, лекин у нутқдан фақат ўзи кўргазмали – таъсирчанлик жиҳатдан қўллайдиган предметларни номлаш учун фойдаланилади;

– масала образли нуқтаи назардан тасаввур орқали муолажа қилиш билан ҳал этилади. Бу ерда, эҳтимол, қўйилган вазифанинг ечимини топиш мақсадида вазиятни ўзгартиришга йўналтирилган ҳаракатларни бажариш йўллари англанади ва оғзаки тарзда белгилаб берилиши мумкин. Айни вақтда ўзида ҳаракатнинг пировард (назарий) ва оралиқ (амалий) мақсадлари ички томонида табақаланиш (дифференциация) юз беради. Реал амалий ҳаракатдаги ҳали ажрамаган, лекин вазиятни ёки шартли вазифани ўзгартириш йўлини назарий аниқлаштиришга йўналтирилган овоз чиқариб мулоҳаза юритишнинг энг содда шакли пайдо бўлади;

– масала бола томонидан аввалдан тузилган, ўйлаб чиқилган ва фикран тасаввур қилинган режа бўйича ҳал қилинади. Унинг асосида хотира ва шунга ўхшаш масалаларни ҳал этишга илгариги уринишлар жараёнида тўпланган тажриба ётади;

– масала мияда ҳаракатлар режасида ҳал этилиб, худди шу масала мияда топилган жавобни мустаҳкамлаш ва кейинроқ уни сўзлар ёрдамида шакллантириш мақсадида кўргазмали – таъсирчан йўл билан бажарилади;

– масаланинг ечими фақат ички томондан, тайёр оғзаки қарорни чиқарган ҳолда предметлар билан реал амалий ҳаракатларга кейинги мурожаатсиз амалга оширилади.

Унинг ўзи илк болалик чоғида тафаккур воситалари ёрдамидаги ҳаракатларни ўзлаштириш ҳамда амалий масалаларни ечиш жараёнида, кўргазмали вазиятда тўғридан-тўғри берилмаган предметлар орасидаги муносабатларни ўрнатиш зарур бўлганида ривожланишини аниқлади. Мактабгача болалик даври мабойнида тафаккур генезиси икки йўналишда

боради: тафаккур шакллари ҳамда фикрлаш муолажалари ривожланади. Мактабгача ёшдаги болаларга тафаккурнинг образли шакллари (кўрғазмали-таъсирчан ва кўрғазмали-образли) устунлиги хос.

Бу вақтда интеллектнинг образлиликка асосланган пойдевори шаклланади. Аини пайтда тушуниш тафаккури (22) ҳам ривожлана бошлайди. Муайян тафаккур шаклининг устунлиги улардан ҳар бирининг ичидаги фикрлаш муолажалари қандай шаклланганлигига, шунингдек, ҳал этилиши керак бўлган масаланинг хусусиятига боғлиқ. Тафаккурнинг образли шакллари ривожланишида, Л.А.Венгер (22), С.Лупан (78) фикрича, тасаввурлар тизимининг айрим образлари шаклланиши ва такомиллашиши, образлар билан турли муолажалар олиб бориш малакаси, объектни ҳар хил ҳолатларда тасаввур қилиш жиддий аҳамиятга эга. Мактабгача ёшдаги бола фаолиятининг барча турларида умумлаштириш, қиёслаш, мавҳумлаштириш, таснифлаш, сабаб-натижа алоқадорликларини белгилаш, ўзаро мунасобатдошликни тушуниш, мулоҳаза юритиш қобилияти каби фикрлаш муолажалари ривожланади. Масалан, бола гап, матн, суратнинг асосий маъносини тушуна олади, умумий белгисига қараб бир неча суратларни бирлаштиради, жиддий белгисига қараб суратларни гуруҳларга ажратади (22.25).

Диққат боланинг психик ривожланишини баҳолашда муҳим кўрсаткичлардан биридир. Мактабгача даврда диққат қатор ўзига хос хусусиятларга эга бўлиб, уларни билиш ва ҳисобга олиш боланинг мактабда ўқишга тайёрлигини психологик-ташхислаш нуқтаи назаридан ҳам, таълим ва тарбиянинг энг маъқбул шароитларини ташкил этишда ҳам жуда муҳим.

Психик фаолиятнинг мавжуд дунёдаги муайян предметлар ва ҳодисаларга бошқа ҳамма нарсани эътибордан соқит қилган ҳолда йўналтирилиши диққат деб аталади (88). Диққатнинг физиологик асоси бош мия пўстлоғида содир бўладиган асаб жараёнлари - тормозланиш ва кўзғалишнинг ўзаро таъсири механизми ҳисобланади (25.48).

Диққат барча психик жараёнлар кечишининг энг муҳим шартидир. Зарур иродавий кучланишлар мақсад йўналишининг ифодаланиши ҳамда даражасига қараб диққат ғайри-ихтиёрий ҳамда ихтиёрий бўлади (14,25,46,65).

Диққат уч турга ажратилади:

- ғайри-ихтиёрий диққат – бунда диққат олдинга муайян мақсад қўймаган ҳолда кечади.

- ихтиёрий диққат – онгли равишда олдинга қўйилган мақсад натижасида кечади;

- ихтиёрийдан кейинги диққат – бу ихтиёрий, эркин диққатдан кейин юз берадиган диққат. Мақсад бор, мақсаддан кейин диққат жамланади, хоҳиш пайдо бўлади.

Диққатнинг кўриб чиқилган турлари ўзаро боғлиқ бўлиб, бир-биридан айри ҳолда намоён бўлмайди. Шунинг учун кўпинча диққатнинг ихтиёрий ёки ғайри ихтиёрий таркибий қисмининг устуворлиги ҳақида сўз юритишга тўғри келади (14,27,48).

Г.Г.Кравцов (69) ҳамда болалар психологияси ва умумий психология бўйича дарсликнинг муаллифлари (8,87,88,89) диққатнинг қуйидаги асосий хусусиятларини ажратиб кўрсатадилар: ҳажм, тақсимланиш, жамланиш, турғунлик, тебраниш ва кўчиш.

П.Я.Гальперин (29) диққатнинг янги ўзига хос назарий талқинини таклиф этди.

Унинг фикрича, диққат – йўналтирилган - тадқиқот фаолиятининг моментларидан бири у образ, фикр ёки инсон психикасида муайян вақт momentiда мавжуд бўлган бошқа феноменнинг мазмунига йўналтирилган психик ҳаракат бўлиб, бутун функция бўйлаб инсон фаолияти мазмунини назорат қилишдан иборат.

Пировард натижада, диққатни мунтазам равишда машқ қилдириш натижасида болаларда диққат ҳар қандай шароитда, ҳар доим намоёиш

этиладиган шахсий хусусият сифатида ривожлантирилиши керак. Дикқатлилик эса болаларда онгли интизомлиликнинг намоён бўлиши учун шароит яратади.

Фаолиятсизлик ҳолатида диққат кўзга ташланмас экан, уни ривожлантиришнинг фақат битта воситаси бор – фаолият (59).

Л.С.Виготский (26), таъкидлайдиларки, олдиндан мақсад қилинган диққатнинг хусусиятлари, юқорида айтилганидек, иродавий кучланишларнинг хусусиятларини акс эттирса, ироданинг ривожлантирилиши диққатнинг ривожлантирилиши бўлади. Кўпгина тадқиқотчилар, жумладан, В.С.Мухина () мактабгача ёшдаги болаларда хотира, тасаввур ва диққатни ривожлантиришнинг умумий қоидалар мавжудлигини қайд этадилар. Маълумки, илк гўдаклик даврида болада билиш жараёнларининг ёшга доир хусусиятлари дастлаб ғайри – ихтиёрий, олдиндан мақсад қилинмаган бўлади. Лекин мактабгача бўлган даврда фаолиятнинг янги турлари ва янги талаблари таъсирида боланинг олдида ўзига хос вазифалар пайдо бўлади - диққатни нимададир жамлаш ва тутиб туриш, маълумотни эслаб қолиш ва такрорлаш, ўйиннинг режасини тузиш ва ҳоказо; у катталардан ўрганган муайян йўллардан фойдалана бошлайди. Бу диққат, хотира, тасаввурнинг янги, эркинлиги билвоситалиги билан тавсифланувчи даражаси шаклланишига олиб келади.

Мактабгача даврда бола анчагина тажриба орттиради, у мунтазам равишда бойиб боради: билимлар, тасаввурлар, дастлабки тушунчалар тўпланади, кўникма ва малакалар ўзлаштирилади. Боланинг кейинги ақлий ривожланишида образли хотира катта аҳамиятга эга бўлиб, у айнан мактабгача даврда айниқса шиддат билан бойиб боради. Тасаввурлар ёки илгари идрок этилган предметларнинг сақлаб қолинган образлари мактабгача ёшдаги бола хотирасининг асосий мазмунини ташкил этади (8,14,46,65,88).

Хотиранинг турлари ҳам ихтиёрий ва ғайри-ихтиёрийга ажратилади. Ихтиёрий хотира ўрганиш, яъни билимларни олдиндан мақсад қилиб

мустаҳкамлаш (асосан такрорлаш) йўли билан кучлироқ боғланган. Ғайри-ихтиёрий хотира кўпроқ бевосита эслаб қолиш билан боғлиқ бўлиб, у яққол ифодаланган мнемик йўналишга, яъни эслаб қолишга руҳий ҳозирлик йўналишига эга эмас (22).

Эслаб қолинган нарса хотирада қанча узоқ сақланишига қараб лаҳзалик қисқа муддатли ва узоқ муддатли хотира фарқланади (8,46, 89).

Мактабгача даврда хотиранинг ривожланиши ғайри-ихтиёрий, бевосита эслаб қолиш ва ёдга олишдан ихтиёрий, билвосита эслаб қолишга аста секин ўтиш билан тавсифланади. Бунда 3–4 ёшли болаларда кичик ва ўрта мактабгача даврда хотирани ривожлантиришнинг табиий шароитларида, яъни мнемик муолажаларга махсус ўргатилмай эслаш ва хотирада тасаввур қилиш ғайри-ихтиёрий ҳисобланади.

Катта мактабгача ёш даврида худди шундай шароитларда аста – секин ғайри-ихтиёрийдан ихтиёрий эслаб қолиш ва хотирада тасаввур қилишга ўтиш юз беради (89).

В.С.Мухинанинг фикрича (89), белгилар функциясининг пайдо бўлиши айна вақтда бола тасаввурининг, шунингдек, хотирани ривожлантиришда янги шароитнинг пайдо бўлиши демакдир. Бир қатор муаллифлар тасаввур инъикоснинг алоҳида шакли бўлиб, у мавжуд тушунчаларни қайта ишлаш йўли билан янги образлар ва ғояларнинг яратилишини назарда тутаяди, деб ҳисоблайдилар (25,46,48, 87). Тасаввурнинг куйидаги турлари фарқланади: ихтиёрий, ғайри-ихтиёрий, қайта тикланган, ижодий, орзулар, хаёлот.

Мактабгача даврнинг биринчи босқичида болада хотирадаги нарсани қайта тиклаш билан боғлиқ тасаввур устун бўлиб, бу олинган таассуротларни образлар кўринишида механик тарзда эслаш демакдир (25, 32,46). Тасаввур ривожланишининг иккинчи босқичи образни ҳаракат орқали моддийлаштириш билан боғлиқ.

Учинчи босқичда «ўрнини босувчи» ҳаракатлар пайдо бўлади (8,43,87,89). Тадқиқотларнинг далолат беришича, тасаввур нутқнинг ривожланиш функцияси билан чамбарчас боғлиқ.

Нутқ ривожланишидаги сузлик тасаввурнинг ривожланишидаги секинлашувга сабаб бўлади (43, 87).

Бола тасаввурининг ривожланиши бошқа психик жараёнлар бўйсунадиган қонуниятлар асосида боради.

Тасаввур худди идрок, хотира ва диққат каби ғайри-ихтиёрийдан (пассивдан) ихтиёрийга (фаолга) ўтади, аста-секин бевоситадан билвоситага айланади, бунда боланинг тасаввурни ўзлаштиришида амал қиладиган биологик механизм сифатида сенсор эталонлар хизмат қилади (69, 59).

Ҳаракат сифатлари ва психик жараёнлар, ақл-идрок ва жисмоний тайёргарликнинг ривожланишидаги ўзаро алоқадорликка бағишланган тадқиқот натижаларини (Э.Я.Бондаревский, 1986; В.П.Озеров, 1989 ва б.), шунингдек, юқори ҳаракат режимининг ақлий ишчанлик қобилиятига таъсирини тавсифловчи ишларни (Г.А.Каданцева, 1993), умумлаштириб, хулоса қилиш мумкинки, уларнинг ҳаммаси, биринчидан, мотор ва психик ривожланиш ўзаро чамбарчас боғлиқлиги, иккинчидан, мотор ривожланишнинг юқори даражасига психик ривожланишнинг ҳам анча юқори даражаси мувофиқ келишини тасдиқлайди.

Шундай қилиб, илмий – усулий адабиётлар таҳлили қуйидаги умумлашмаларни чиқаришга имкон беради;

– мактабгача таълим болалар муассасаларида ўқитиш ва идрокни шакллантириш вазифалари тизимида болани психик ривожлантириш муаммоси педагоглар фаолиятининг энг устувор йўналишларидан бири хисобланади;

– одатда, идрок, тафаккур, хотира, тасаввур ва диққат каби психик жараёнларни ривожлантиришда бадиий адабиётлар билан танишиш, энг оддий математик тасаввурларни шакллантириш, тасвирий ва мусиқий

фаолият, нутқни ривожлантириш каби ўқув машғулотларига асосий ўрин ажратилади;

– психик жараёнларни ривожлантириш учун зарур бўлган шароитларни мақбуллаштиришда жисмоний тарбия воситаларининг имкониятларидан деярли фойдаланилмайди.

1.4. Харакатли ўйинларнинг мактабгача ёшдаги болалар жисмоний хусусиятлари ва психик жараёнлари ривожланишига таъсири.

Харакатли ўйинлар ҳаракат қобилиятлари ва психик жараёнларни мажмуали ривожлантириш вазифасининг амалга оширилишини мақсимал даражада таъминлайди, чунки уларнинг мазмуни ҳаракат дастурларини шакллантириш ва алмаштиришга йўналтирилган.

Маълумки, инсоннинг ривожланиш жараёнида эгаллаб борадиган ҳаракат тажрибаси турли даражадаги ҳаракат дастурларининг юзага келиши ва мустаҳкамланишида ўз ифодасини топади. Ҳаракат малакалари қанчалик хилма-хил бўлса, янги ҳаракатларни ўзлаштириш имкониятлари шунча кўп бўлиши табиий ҳаракатли ўйинлар мураккаб тизимлар бўлган тана ва унинг қисмлари ҳолатлари, ҳаракатлар ва ҳаракат фаолиятларининг тез-тез алмашилиб туриши билан тавсифланади.

Шундай қилиб сенсор ва мотор таркибий қисмлар, уларнинг тизимидаги турли сатҳлари орасида ўзаро таъсир юзага келадигани, бу янги ҳаракат дастурларининг пайдо бўлиши билан кузатилади.

Педагогика амалиётида предметлар билан сюжетли, ҳаракатли ва дидактик ўйинлар фарқланади. Болалар жисмоний тарбиясида ҳаракатли ўйинлар жуда катта аҳамиятга эга, ҳаракатли ўйинлар кичик, ўрта ва катта ҳаракатчанлик даражасига эга бўлиши мумкин. Кичик мактабгача ёшдаги болалар табиий ҳаракатларни ўйинлар ёрдамида ўзлаштирадилар (қадамлаб юриш, югуриш, сакраш, улоқтириш, тирмашиш). Ҳаракатли ўйинлар

болаларни жисмонан тарбиялашнинг асосий воситаларидан бири. Уларни икки ёшдан бошлаб қўллаш мумкин. Бу даврда болалар югуриш, сакраш, улоқтириш, тирмашиб чиқиш каби ҳаёт учун зарур ҳаракат кўникмаларини ўзлаштира бошлайдилар (28, 33).

Катта мактабгача ёшдаги болалар куч (қўлларда тортилиш), тезкорлик (қисқа масофага югуриш, моқисимон югуриш) ва бошқа сифатлар бобида мусобақалашар эканлар, ўз ҳаракат ва имкониятларини баҳолашга қодир бўладилар. Жисмоний ривожланишдан ташқари, ҳаракатли ўйинлар болаларда ирода, мардлик, қатъиятлилик, чидамлилик, журъат каби хислатларни тарбиялашга ёрдам берадилар.

Болалар ўзларининг ҳаракатига бўлган улкан эҳтиёжларини, одатда, ўйинлар воситасида қондиришга уринадилар. Улар учун ўйин – биринчи навбатда, фаолият, ҳаракат. Ҳаракатли ўйинлар чоғида болаларнинг ҳаракатлари такомиллашади, ташаббускорлик ва мустақиллик, ишонч ва қатъият каби сифатлари ривожланади. Улар ўз ҳаракатларини мувофиқлаштириш, ҳатто айрим қоидаларга риоя қилишни (дастлаб, албатта, содда шаклда) ўрганадилар.

Уч ёшгача бўлган болалар, одатда, жуда таъсирчан, эмоционал ҳолатлари нотурғун: улар серҳаракат бўладилар, лекин бир турли ҳаракатлардан тез чарчайдилар, танафуссиз узоқ вақт юра (югура) олмайдилар. Шунинг учун ўта фаол болаларни назорат қилиб туриш: қўлларида осилишга, катта баландликдан сакрашга руҳсат бермаслик, уларнинг эътиборларини бирмунча сует суръатли ўйинларга тортиш керак. Аста-секин ўйинларнинг мазмуни ҳам ўзгариб боради. Болалар дастлаб катталарнинг кўрсатмалари билан ҳаракатларни бажарадилар: масалан товук ёки қушчани тасвирлайдилар – «дон чўқийдилар», «учадилар». Уч ёшда болалар катталарнинг ҳаракатларига тақлид қилишдан турли «тасвирий» ёки роллар бўйича бўладиган ўйинларга ўтадилар: улар «хола – хола» ўйнайдилар, шифокор, сотувчи, ҳайдовчи, ошпаз ва бошқаларни

тасвирлайдилар. Болалар ўзларига таниш ҳаракатларнигина эмас, кўрганларини фаол равишда такрорлайдилар. Уйин узокроқ давом этади, унинг сюжети хилма – хил ва тушунарлироқ бўлиб боради. Кейинроқ ўйин янада мураккаблашади: унда учта роль пайдо бўлади, масалан бир бола кўйни, иккинчиси – бўрини, учинчиси – чўпонни тасвирлайди.

Ҳар хил ўйинчоқлар билан ўтказиладиган мустақил ҳаракатли ўйинлар жуда фойдали; болаларни иккита, учтадан гурухлаш мумкин. Боланинг ҳаракатлари одатда ўйинчоқ турлари билан белгиланади: масалан, байроқчалар, ҳалқалар билан югуриш, машиналарни юргизиш, коптоқларни думалатиш, отиш, илиб олиш керак.

Болалар бундай ўйинчоқлар билан қизиқиб шуғулланадилар. Бирор мустақил ўйинларда болалар дарҳол фаоллик ва ташаббускорликни намоён эта олмайдилар, уларнинг ҳаракатлари бир турли ва чекланган. Лекин катталарнинг топшириғини бажариш билан боғлиқ ўйинларда болаларнинг ҳаракатлари аниқ мақсадга йўналтирилган бўлади, улар ҳаракатларни бир неча бор такрорлаб, ҳаракат кўникмаларини мустаҳкамлайдилар, чаққонлик, эпчилликни ривожлантирадилар.

Болалар ҳатто ўзлари ўйин билан машғул бўлган вақтларида ҳам уларга раҳбарлик қилиб туриш жуда муҳим. Улардан айримларининг ўйинини мураккаблаштириш, бошқаларига бошлаган ишини охирига етказишини ўргатиш, учинчиси агар жимгина ўйнаётган бўлса, гаплашиб туриш мақсадга мувофиқ.

Кўпинча мустақил ўйинларда болалар нотўғри ва ҳатто хавфли ҳаракатларни ҳам бажарадилар: курси ёки хода устидан бутун оёқ кафтига таянган ҳолда деярли тўғри оёқ билан сакраб тушадилар; ердан бутун оёқ кафти билан итарилиб югурадилар. Бундай ҳолларда ҳар хил йўллардан фойдаланилади: катта одам ўзи ўйинга киришади; болаларга улар тақлид қила оладиган бирор таниш ва яқин образни эслатади (мушук қандай юмшоқ сакрашини, қушчалар қандай шовқинсиз учишларини) (33).

Болаларга ўргатилиши керак бўлган дастлабки ўйинлар муайян сюжет ва қоидаларга эга бўлмайди. Бола оддий, қизиқарли топшириқларни бажаради: келиб, ўйинчоқни қўлига олади, катталар олдига югуриб бориб, улар қўлида нима яширилганлигини кўради.

(«Байроқчани ол», «Менинг ёнимга югур», «Байроқчани топ») ўйинларни ўргатишда муайян изчилликка риоя қилиш керак. Масалан, «мени тутиб ол» ўйини «сени тутиб оламан» ўйинига қараганда соддароқ. Биринчи ҳолатда бола ўзидан катта кишини тутиб олиши лозим; иккинчи ўйинда тутилиш ҳавфи юзага келади, шунинг учун бола кўпроқ жисмоний куч сарфлашига тўғри келади. ўйинлар тобора мазмунан бойроқ ва хилма-хилроқ бўлиб бориши, янада мураккаброқ топшириқларни ўз ичига олиши зарур. Агар бола дастлаб ўйинчоқни олиш учун ўзи истаган суръатда югурган бўлса, ўйин яхши ўзлаштирилиб олинганидан сўнг югуриш суръатини катталар белгилаши керак.

Нутқ ўйин мазмунининг ижодий ривожлантирилишига, қоидалар ва тактика билан бойитилишига, ўйинлар тажрибасининг алмашилишига, янги ўйинларнинг яратилишига ёрдам беради. Нутқ ўйин жараёнида иштирок этувчиларнинг хатти-ҳаракатларини тўғри йўналтириб, ўйинни ўргатишга, ўйинга раҳбарлик қилишга ёрдам беради. Нутқ кишига мавҳум фикрлаш ва умумлашмалар қилиш имконини беради, ўз образларини яратишга, ўйинни ижодкорона ёндашув асосида бойитишга ёрдам беради (88).

Ўйин фаолияти психик жараёнларда ихтиёрийликнинг шаклланишига таъсир кўрсатади. Масалан, ўйинлар туфайли болаларда ихтиёрий диққат ҳамда ихтиёрий хотира ривожлана бошлайди. ўйин шароитида болалар лаборатория тажрибаларига қараганда яхшироқ фикран жамланиб, кўпроқ нарсани эслаб қоладилар. Онгли мақсад (диққатни жамлаш, эслаб қолиш ва ёдга олиш) айнан ўйинлар чоғида бола ҳаракатларида тез ва осон намоён бўлади. ўйин шароитлари боладан ўйин вазиятига киритилган предметларда фикрни жамлаш, ўйналаётган ҳаракат ва сюжет мазмунига чуқур киришни

талаб қилади. Агар бола ўйин вазияти ундан нимани талаб қилаётганига диққатини қаратмаса, ўйин шартларини эслаб қола олмаса, у тенгдошлари томонидан четлаштирилиб қўйилади. Мулоқотга, ҳиссий рағбатга бўлган эҳтиёж болани мақсадли равишда фикрларини жамлаш ва эслаб қолишга мажбур қилади (48). Уйин вазияти ва у билан боғлиқ ҳаракатлар мактабгача ёшдаги боланинг ақлий ривожланишига мунтазам равишда таъсир кўрсатади. ўйинда бола нарсанинг (предметнинг) ўринбосари билан муносабатга киришади – у ўринбосарга янги ўйинбоп ном беради ва у билан шу номга мувофиқ фаолият олиб беради. ўринбосар предмет тафаккур учун таянч бўлиб қолади. ўринбосар предметлар билан фаолиятини амалга ошириш асосида бола ҳақиқий мавжуд нарса тўғрисида фикр юритишни ўрганади. Аста – секин предметлар билан ўйин фаолиятлари қисқариб, бола предметлар ҳақида фикрлаб, улар билан ақл нуқтаи назаридан фаолият олиб боришга ўрганади. Шундай қилиб, ўйин боланинг тасаввурларга таяниб фикрлашни ўзлаштиришига кўмаклашади.

Айни вақтда сюжетли – ролли ўйинларда боланинг ўйин ва, айниқса, реал (ҳақиқий) ўзаро муносабатлари тажрибаси тафаккурнинг алоҳида хусусияти асосини ташкил этиб, у туфайли бошқа кишиларнинг нуқтаи назари ўрганилади, уларнинг кейинги хатти – ҳаракатларини олдиндан кўра билиш ва шунга қараб ўз хатти – ҳаракатларини шакллантириш имконияти пайдо бўлади.

Ролли ўйин тасаввурнинг ривожланишида белгиловчи аҳамиятга эга. ўйин фаолиятида бола бир хил предметларни бошқалари билан алмаштиришни, ўзига ҳар турли ролларни олишни ўрганади. Буларнинг барчаси тасаввурнинг ривожланишига ёрдам беради.

Катта мактабгача ёшдаги болаларнинг ўйинларида ўринбосар предметлар ҳам, кўпгина бошқа ўйин ҳаракатлари ҳам шарт эмас. Болалар предметлар ва улар билан боғлиқ фаолиятларни тенглаштириб, ўз тасаввурларида янги вазиятларни юзага келтира бошлайдилар. Ўйин ички

томондан амалга оширилиши мумкин. Бола шахсининг ривожланишига ўйиннинг кўрсатадиган таъсири шундан иборатки, у орқали бола катталарнинг юриш – туриши, ўзаро муносабати билан танишади, булар унинг ўз хатти-ҳаракатлари учун намуна бўлиб хизмат қилади; бола ўйинда мулоқот олиб боришнинг асосий кўникмаларини, тенгдошлари билан муносабат ўрнатиш учун зарур сифатларни ўзлаштиради. Болани бутунлай қамраб олган ўйин уни зиммасидаги ролга мувофиқ қоидаларга бўйсунтиришга мажбурлайди, ҳис-туйғуларнинг ривожланиши ҳамда хатти-ҳаракатларни ирода орқали бошқариш қобилиятининг такомиллашишига кўмак беради (48).

Ўйин фаолияти таркибида ўқув фаолияти ҳам шакллана бошлайди ва кейинчалик у етакчи ўринни эгаллайди. ўқув элементларини катта одам киритади, улар ўйин моҳиятидан бевосита келиб чиқмайди. Мактабгача ёшдаги бола ўйнаб туриб ўқийди – у ўқишга худди муайян қоидалари мавжуд бўлган ўзига хос ролли ўйинга қарагандай қарайди. Бироқ мазкур қоидаларга амал қилиш асосида бола ўзи сезмаган ҳолда энг содда ўқув фаолиятларини ўзлаштиради. Мактабгача ёшдаги болада ўқишга иштиёқ пайдо бўлиб, дастлабки билимлар шакллана бошлайди (88).

II БОБ. ТАДҚИҚОТ УСУЛЛАРИ ВА УНИ ТАШКИЛ ЭТИШ.

2.1. Тадқиқот усуллари.

Қўйилган вазифаларни ҳал этиш учун ишда қуйидаги тадқиқот усулларидан фойдаланилди: илмий – усулий адабиётлардан олинган маълумотларни таҳлил этиш ва умумлаштириш, педагогик кузатув, педагогик тестлаш, психологик тестлаш, педагогик тажриба, математик статистика усуллари.

2.1.1. Усулий адабиётлардан олинган маълумотлар таҳлили ва уларни умумлаштириш.

Илмий тадқиқотлар ҳамда жисмоний тарбия ва психик ривожланиш муаммоларига оид адабий маълумотларни умумлаштириш давомида қуйидаги масалалар бўйича эълон қилинган ишлар таҳлил этилди: мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбияни чегараловчи меъёрий базанинг (заҳирани) аҳволи; мактабгача ёшдаги бугунги кун болаларининг жисмоний ривожланишини ва саломатлиги тўғрисида маълумотлар; болалар муассасаларида жисмоний тарбиянинг назарий ва методологик асослари, мактабгача таълим муассасаларида болаларни жисмоний тарбиялаш жараёнида ҳаракатли ўйинларни қўллаш назарияси ва усулияти, жисмоний ва психик сифатларни ривожлантириш муаммоси, бизнинг тадқиқотларимиз шароитида мактабгача ёшдаги болаларнинг энг ахборотга бой ҳолатини танлаб олиш учун педагогик ҳамда психологик тестлаш назарияси ва амалиёти.

2.1.2. Педагогик кузатувлар.

Мактабгача таълим муассасаси кун тартибида жисмоний ва психик сифатларни мақсадга йўналтириб ривожлантириш бўйича табақалаштирилган (дифференциацияланган) ҳаракатли ўйинларни қўллашнинг ўзига хос хусусиятларини очиш учун педагогик кузатувлардан

фойдаланилди. Тадқиқот жараёнида Урганч шаҳридаги мактабгача таълим муассасаларида ўтказилган 24 та жисмоний тарбия дарси, шунингдек, ўқув машғулотларининг мазмуни, болаларнинг у ёки бу вазифани бажаришга муносабати, ҳаракатли ўйинлар чоғида болалар дуч келган психологик қийинчиликлар, жисмоний машқларни тўғри бажариш малакаси ва бошқа кўрсаткичлар таҳлил қилинди.

2.1.3. Педагогик тестлаш.

Педагогик тестлаш 3-6 ёшли болалар жисмоний сифатларининг ривожланиш даражасига хос ёш-жинс хусусиятларини аниқлаш мақсадида амалга оширилди. Тестларнинг ишончли ва ахборотга бойлиги В.М.Зациорский каби қатор муаллифларнинг илмий ишларида асослаб берилган. Тестлардан фойдаланиш схемаси 1- иловада кўрсатилган.

2.1.4. Психологик тестлаш.

Тадақиқотнинг психологик усуллари кўриш ва эшитиш хотираси, тасаввур, идрок, кўргазмали-рамзий (образли) тафаккур ва диққат психик сифатлари ривожланишининг ёш-жинс динамикаси хусусиятларини аниқлаш мақсадида қўлланди.

Эшитиш хотирасини аниқлаш усулияти.

3-6 ёшли болаларнинг эшитиш хотираси ҳажмини аниқлаш учун биз Д.Векслер таклиф этган маълум усулдан фойдаландик. Рақамлар қатори айтилганидан сўнг текширилувчи уни худди шундай тартибда такрорлаши керак .

Умумий қоидалар:

1. Рақамларни 1 сонйалик танаффуслар билан имкон қадар аниқ, равон талаффуз этиш керак.

2. Тажрибачи ҳисобни яқунлаганидан шуғулланувчи уларни такрорлай бошлагунига қадар ўтган даврда ҳеч қандай товушлар чиқарилмаслиги шарт. Рақамларни такрорлаш учун буйруқ ишора билан берилади.

3. Бир хил рақамлар қатори такрорланмаслиги керак.

4. Санок тўғри тартибдан бошланади. У тугагач, тескари тартибдаги санок бошланади.

5. Биринчи сериянинг биринчи қатори таклиф этилади. Муваффақиятли чиқса, шу сериянинг кейинги қатори берилади. 1-сериянинг биро қатори нотўғри такрорланса, 2-сериянинг зунлиги ҳдди шундай қатори берилади. 1- ва 2-сериянинг катталиги бир хил 2 та қаторини тўғри тартибда такрорлашда хато қилинса, тескари тартибга ўтилади, шунда тўхтатилади.

6. Санокнинг ҳар бир тури (тўғри ва тескари) учун баҳо тўғри такрорланган энг узун қатордаги рақамлар миқдорига тенг. Субтестни умумий баҳоси тўғри ва тескари санок учун олинган баҳолар йиғиндисига тенг бўлади.

Топшириқ ва баҳолар:

Биринчи серия	Иккинчи серия	Баҳо
3-8-6	6-1-2	3
3-4-1-7	6-1-5-8	4
8-4-2-3-9	5-2-1-8-6	5
3-8-9-1-7-4	7-9-6-4-8-3	6
5-1-7-4-2-3-8	9-8-5-2-1-6-3	7
1-6-4-5-9-7-6-3	2-9-7-6-3-1-5-4	8
5-3-8-7-1-2-4-6-9	4-2-6-9-1-7-8-3-5	9
	Тескари санок	
2-5	6-3	2
5-7-4	2-5-9	3
7-2-9-6	8-4-9-3	4
4-1-3-5-7	9-7-8-5	5
1-6-5-2-9-8	3-6-7-1-9-4	6
8-5-9-2-3-4-2	4-5-7-9-8-1	7
6-9-1-3-2-5-8	3-1-7-9-5-4-8-2	8

Кўриш хотирасини аниқлаш усулияти.

Кўриш хотирасини аниқлаш учун 3-6 ёшли болаларга «Шаклларни таниб ол» тести тавсия этилади. Хотиранинг ушбу турига бошқа турларнинг, жумладан, эслаб қолиш, хотирада сақлаш ва такрорлаш қобилиятларини шаклланиши тўғридан-тўғри боғлиқдир. Усулиятга кўра болаларга суратлар намойиш этилиб, қуйидагича кўрсатма берилади: «Қаршингизда бир қаторга терилган 5та сурат бор. Чапдаги сурат бошқаларидан иккита тик чизиқ билан ажратилган ва у қаторга терилган 4 та суратдан бирига ўхшайди. Чапдаги сурат бошқаларидан иккита тик чизиқ билан ажратилган ва ундан ўнгдаги қаторга терилган тўртта суратдан бирига ўхшайди. Иложи борича тез ўхшаш суратни топиб, кўрсатиш керак». Аввал болага 0 рақамли топшириқни бажариш таклиф этилади, кейин бола ишнинг моҳиятини тушунгач, 1-10 рақамли топшириқлар бажарилади. Тажриба шуғулланувчи 10 та топшириқнинг ҳаммасини бажариб бўлмагунча, лекин кўпи билан 1,5 дақиқа давомида ўтказилади. Натижалар баҳоланади.

10 балл – бола 45 сониядан кам вақт ичида барча топшириқларни бажарди.

8-9 балл – барча топшириқлар 45-50 гача сония ичида бажарилди.

6-7 балл- бола барча топшириқларни 50-60 гача сония ичида бажарди.

4-5 балл - 60-70 гача сония ичида бажарди.

2-3 балл - 70-80 гача сония ичида бажарди.

0-1 балл – 80 сониядан ортиқ вақт ичида

Идрокни аниқлаш усулияти.

3-6 ёшли болаларда идрокни баҳолаш «Таниб ол, бу ким» тести ёрдамида ўтказилди . Дастлаб текширилувчига суратнинг алоҳида қисмлари кўрсатилиши ва шулар асосида тўла суратни тиклаш кераклиги тушунтирилади.

Мазкур усулият бўйича психологик текширув қуйидаги тартибда ўтказилди. Болага сурат кўрсатилади, унинг «а» қисмидан бошқа барча қисмлари қоғоз билан беркитилган. Текширилувчи шу қисмга қараб суратда нима акс этганлигини айтиши керак. Бу қисмни ҳал этиш учун 10 сония ажратилади. Агар бола шу вақт мабойнида тўғри жавоб бермаса, унга «б» сурат таклиф этилади ва ҳоказо. Шуғулланувчи суратда нима тасвирланганлигини танимагунча тажриба шу тариқа давом этади. Муаммони тўла ҳал этиш учун сарфланган вақт ва бола узил-кесил қарор қилгунча кўриб чиққан суратдаги қисмлар сони ҳисобга олинади. Натижаларни баллар орқали баҳоланади.

10 балл – бола «а» қисм асосида 10 сониядан камроқ вақт ичида суратда ит тасвирланганлигини топди.

9 балл - бола «б» қисмни кўргач, 11-13 сония ичида суратда ит тасвирланганлигини топди.

8-балл- 14-16 сония.

7 балл -17-20 сония.

6 балл – бола фақат «в» парчани кўргач, суратда ит акс этганини аниқлади ва бунга 21-23 сония сарфлади .

5 балл – 24-26- сония

4 балл – 27-30 сония

3 балл – бола «г» қисмни кўрганидан сўнггина бу ит эканлигини билди, 31-40 сония сарфлади.

0-1 балл – бола учала қисм бўйича ҳам 50 сониядан ортиқ вақт ичида ёки умуман қандай ҳайвон эканлигини аниқлай олмади.

Тасаввурни аниқлаш усулияти.

Болага вазифани ўзига хос тарзда еча олишнинг, шунингдек, ижодий тасаввурнинг ривожланиши даражасини аниқлаш учун тест таклиф қилинади.

Тасаввурни аниқлайдган вазифаларни ўзига хос тарзда еча олишларини ўрганиш «Ҳаракатни ўйлаб топ» тести асосида ўтказилди.

Болаларга таниш, илгари ўрганилган ҳаракатли ўйинларни (1-2) ўйнаш таклиф этилди, лекин бунда янги қизиқарли имитацион ҳаракатларни ўйлаб топиш лозим эди. Ўзига хослик даражасини аниқлаш учун топширик натижалари балли тизим асосида баҳоланди:

0 балл- бола ҳеч нарсани тасвирлаб бера олмади.

1-2 балл – бола таниш ҳаракатларни тасвирлаб берди.

3-4 балл- бола таниш ҳаракатларга бир янғисини қўшди.

5-6 балл – бола ўйинга иккита янги ҳаракатни ўйлаб топиб қўшди.

7-8 балл - бола ўйинга учта янги ҳаракатни ўйлаб топиб қўшди.

9-10 бал – бола 4 ва ундан ортиқ ҳаракатни намойиш этди.

Диққатни аниқлаш усулияти.

Перцептив диққат ва кузатувчанлик ҳажимини аниқлаш учун болаларга «Етишмаган тафсилотлар» субтести тавсия этилади . Текширилувчига турли нарсалар акс этган суратлар намойиш қилинади, лекин улардан ҳар бирида нимадир етишмайди. Бола суратда нима етишмаётганлигини айтиши ёки бармоғи билан кўрсатиши керак. Ҳар бир топшириқни бажариш учун 15 сония берилади. Баҳолаш ҳар бир тўғри жавобга – 1 балл.

Тафаккурни аниқлаш усулияти.

Кўрғазмали рамзий тафаккурни аниқлаш учун болаларга Д.Векслернинг «Изчил суратлар» тести таклиф этилди . А (ит), В (она), С (поезд), Д (тарози) суратлари навбатма-навбат рақамлар тартибида текширилувчи қаршисига жойлаштирилган, кейин унинг ўзига суратларни йиғиш таклиф этилган: суратлар бутун бўлиши керак эди. Ҳар бир суратни йиғиш учун маълум вақт ажратилган: А (ит), В (она) – 75 сония, С (поезд) –

60 сония, Д (тарози) – 45 сония. Ҳар бир топшириқни бажарганлиги учун: 2 балл – биринчи уринишдан, 1 балл – иккинчи уринишдан.

2.1.5. Педагогик тажриба.

Педагогик тажриба мактабгача таълим муассасалари (МТМ) шароитида табақалаштирилган ҳаракатли жисмоний ва психологик ўйинларни, жисмоний ва психик сифатларни мақсадли ривожлантириш тамойили бўйича амалий қўллаш самарадорлигини, шунингдек, уларнинг ўзаро алоқаси ҳамда ўзаро таъсирини аниқлаш мақсадида ўтказилди.

2.1.6. Математик статистика усуллари.

Тадқиқот натижаларига ишлов бериш IBM PC PENTIUM 120 шахсий компьютерида Фаргона Давлат университети ишлаб чиқилган стандарт дастурларидан фойдаланилган ҳолда амалга оширилди. Уртача арифметик катталиқ (M), стандарт оғиш ($+\sigma$), ўртача арифметик катталиқ хатоси ($+\tau$), корреляция коэффицентлари \textcircled{R} , шунингдек кўрсаткичлар суръатининг (%) ҳисоб-китоблари бажарилди.

Ўрганилаётган кўрсаткичлар тафовутларининг аниқлиги Стъудент усули билан текширилди.

2.2. Тадқиқотларни ташкил этиш

Тадқиқотлар тўрт босқичда ташкил этилди. Биринчи босқичда тадқиқотнинг илмий йўналишини аниқлаш бўйича иш олиб борилди. Адабиётлар таҳлил қилинди. Қидирув педагогик тажрибасини ўтказиш ва тадқиқотни ташкил этиш дастури ишлаб чиқилди

Иккинчи босқич Фаргона шаҳри 25-сонли болалар боғчаси базасида давом этди. Бу босқичда 3-6 ёшли болалар жисмоний сифатлари ривожланиши ва психик жараёнлари ҳолатининг йиллик ёш-жинс динамикаси устида тадқиқотлар ўтказилди. 3-6 ёшли ҳар икки жинсдаги бир

гуруҳ болаларнинг ноябрь ва июн ойларидаги тестлаш маълумотлари таққосланди. Мазкур тадқиқотлар асосида мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий жисмоний ҳамда психик сифатлари орасидаги боғлиқликнинг дастлабки маълумотлари аниқланди. Олинган ахборотларнинг умумлаштирилиши ва таҳлили педагогик тажриба методологиясини янада объектив равишда шакллантириш имконини берди. Худди шу даврда тадқиқотнинг вазифалари аниқланди, усулияти танлаб олинди ва синовдан ўтказилди. Бу босқичда биз анъанавий ҳаракатли ўйинларни табақалаштириш бўйича иш олиб бордик ҳамда педагогик тажрибани ташкил этиш ва ўтказиш дастурини ишлаб чиқдик.

2- ва 3-иловаларда кўпроқ жисмоний ёки психик сифатларни риожлантирувчи ҳаракатли ўйинларга экспертларнинг баҳолари мисол тариқасида келтирилган. Баҳолаш 5 балли тизим асосида ўтказилган (табақалаштирилган ҳаракатли ўйинларнинг тўла рўйхати билан иловада яна ҳам батафсил танишиш мумкин).

Табақалаштириш жуда кўп ҳаракатли ўйинларни кичик ёшдаги (70 ҳаракатли ўйин) ва катта ёшдаги (94 ҳаракатли ўйин) мактабгача болалар учун тақсимлаш асосида ўтказилди. Ҳаракатли ўйинларни мактабгача ёшдаги болаларнинг у ёки бу жисмоний ва психик сифатларига кўпроқ таъсир кўрсатиши бўйича табақалаштириш ишларига киришар эканмиз, унинг натижалари баллдаги баҳолаш мезонларининг нисбийлиги туфайли мухолифларнинг (оппонентлар) танқидий фикрларига сабаб бўлишини тушунардик. Лекин биз онгли равишда айнан экспертларнинг баҳолаш усулидан фойдаланишга қарор қилдик, чунки бундай кўп миқдордаги ҳаракатли ўйинларнинг сифат хусусиятларини бундан яхши баҳолаш йўлини топа олмадик.

Учинчи босқич Фаргона шаҳридаги 25-сонли болалар боғчасида ўтказилди. Бу босқичда шакллантирувчи педагогик тажриба амалга оширилди. Мазкур болалар боғчасида 27-сонли боғча билан солиштирганда,

болалар миқдори анча кўп эди, бу бизга барча текширилаётган ёшдаги ўғил ва қиз болаларнинг тўлақонли (статистик жиҳатдан эҳтиёткорона саралаш) гуруҳларини шакллантириш имконини берди. Педагогик тажрибанинг мақсади жисмоний ва психик сифатларни мақсадга йўналтириб ривожлантиришнинг ёш ва жинс хусусиятлари тўғрисида энг объектив ахборот олишдан иборат эди.

Бутун тадқиқот даври давомида илмий-усулий адабиётлар устида узлуксиз ишланди, мактабгача болалар муассасалари ходимларининг илғор тажрибалари ўрганилди, шунингдек, мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тарбия жараёни устидан педагогик кузатувлар олиб борилди.

Текширилувчилар контингентига тавсифнома.

Дастлабки назорат синовлари 25-сонли болалар боғчасида ноябрда, иккинчиси май-июн ойларида, 27-сонли болалар боғчасида ўтказилди.

III боб. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний ва психик тайёргарлиги динамикаси.

Ҳозирги вақтда кўпгина олимлар ва мутахассислар мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш тизимини жиддий ўзгартириш зарурати тўғрисидаги масалани кун тартибига қўймоқдалар. Жамият ҳаётининг тўхтовсиз ўзгариб турган ижтимоий-иқтисодий шароити, мазкур муаммонинг ечимига ҳар бир муайян мактабгача таълим муассасасидаги турли усулий ёндашувлар, бундай болаларнинг саломатлиги ва бошқа сабаблар жисмоний сифатларнинг ҳам, психик жараёнларнинг ҳам ривожланишига хос ёш динамикасига жиддий таъсир кўрсатиши мумкин. Шунинг учун тадқиқотимизнинг биринчи босқичида қуйидаги вазифалар ҳал этилди:

– мактабгача ёшдаги болалар жисмоний сифатлари ва психик жараёнларининг динамикаси ҳамда ёш хусусиятларини аниқлаш;

– мактабгача ёшдаги болаларнинг асосий жисмоний сифатлари ҳамда психик жараёнлари орасидаги ўзаро алоқалар қонуниятларини аниқлаш;

Тадқиқотлар ўқув йилининг боши ва охирида ўтказилди (2002 йилнинг ноябридан 2003 йилнинг июнигача). Турли жисмоний сифат кўрсаткичларининг мутлақ қийматларини тавсифлаш учун ҳар бир ёш-жинс гуруҳида 14 тагача тестдан фойдаланилди (2-бобга қ.). Бунда болаларнинг ҳар бир ёш-жинс гуруҳида ҳар хил тестлар қўлланган бўлиб, уларни объектив равишда таққослаш мумкин эмас эди. Шунинг учун жисмоний тайёргарликнинг мутлақ кўрсаткичлари нисбий birlikларда кўрсатилди. Улар интеграл кўрсаткичлар мутлақ катталикларини қўлланилган тестлар миқдорида бўлиш натижасида олинди.

Турли ёшдаги болалар кўрсатган натижаларнинг ўсиш суръатларига педагогик тавсифнома йиллик циклдаги гуруҳларнинг ўртача қийматларини таҳлил этиш асосида берилди, бу ўртача қийматлар эса улар натижалари

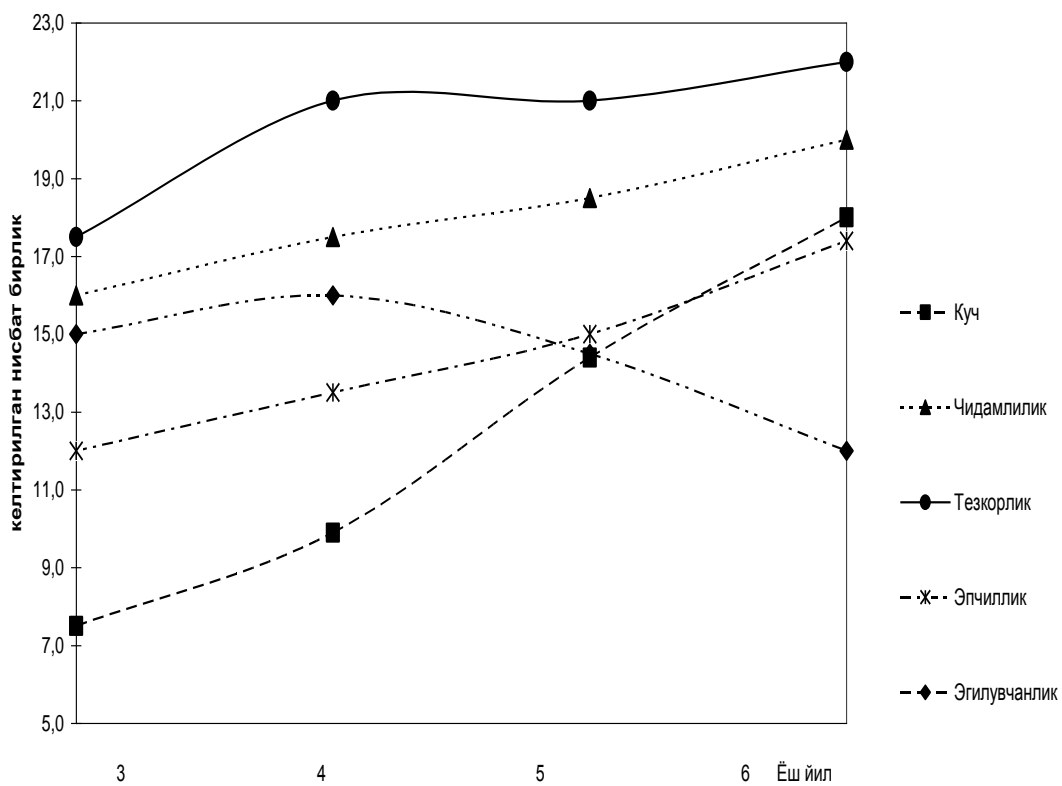
алоҳида ўсиш суръатларининг қийматлари йиғиндисини текширилган болалар сонига бўлиш орқали аниқланди.

3.1. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тайёргарлиги динамикаси ва ёш хусусиятлари.

Болалар жисмоний тайёргарлиги ҳолатини тадқиқ этиш 3 ёшдан 6 ёшгача бўлган болаларнинг барча жисмоний сифатлари ривожланиш даражасининг табиий ўсишини аниқлашга имкон берди (3.1-расм) Аммо ҳар бир текширилаётган жисмоний сифатда тегишли ёш хусусиятлари намоён бўлади.

Шундай қилиб, 3 ёшдан 6 ёшгача бўлган ўғил ва қиз болалар гуруҳларида куч имкониятлари сезиларли ортади ($P < 0,05$). Бунда, агар 3 ва 4 ёшли қизлар кучнинг интеграл кўрсаткичлари жиҳатидан ўз тенгдошлари бўлган ўғил болалардан олдинда бўлсалар, 5-6 ёшда ўғил болалар кучлироқ эканлиги маълум бўлди. 3 ёшдан 4 ёшгача, 4 ёшдан 5 ёшгача ва 5 ёшдан 6 ёшгача бўлган ўғил болаларда куч имкониятларининг ўсиш кўрсаткичлари ишончли эди ($P < 0,05$ дан $P < 0,01$ гача). Қизларда эса ишончли ўзгаришлар 3 ва 4 ёшлилар ҳамда 4 ва 5 ёшлилар орасида аниқланди ($P < 0,05$).

Ўғил болалар ва қизларнинг ўртача гуруҳ маълумотларини таҳлил этиш шуни кўрсатдики, бу болалар барча ёшда кучининг ривожланиш даражаси бўйича фарқ қилади. Бироқ бу жисмоний сифатда ўғил ва қиз болалар орасидаги ишончли тафовутлар (жинсий диморфизм) фақат 4 ва 5 ёшларда кўзга ташланади.



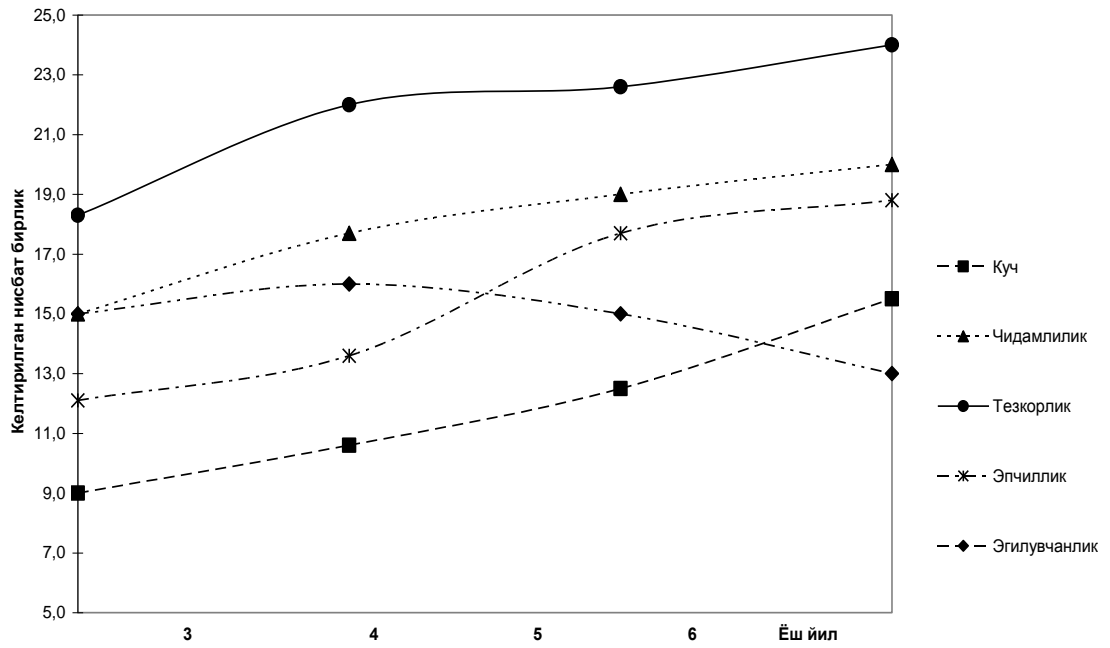
3.1-расм. Ўғил болаларнинг жисмоний сифатлари интеграл қўрсаткичларининг нисбий ўртача гуруҳ қийматлари ёш динамикаси

3-6 ёшли ўғил ва қиз болаларда чидамлик ва чаққонликни ривожлан-тиришнинг ёш динамикаси куч имкониятларини таҳлил қилиш чоғида кузатилган ўзгаришларни эслатади (3.1-расм). Тезкорликнинг ривожланиш даражаси 3 ёшга нисбатан 4 ёшли ўғил болаларда ҳаммадан кучлироқ намоён бўлди ($P < 0,05$).

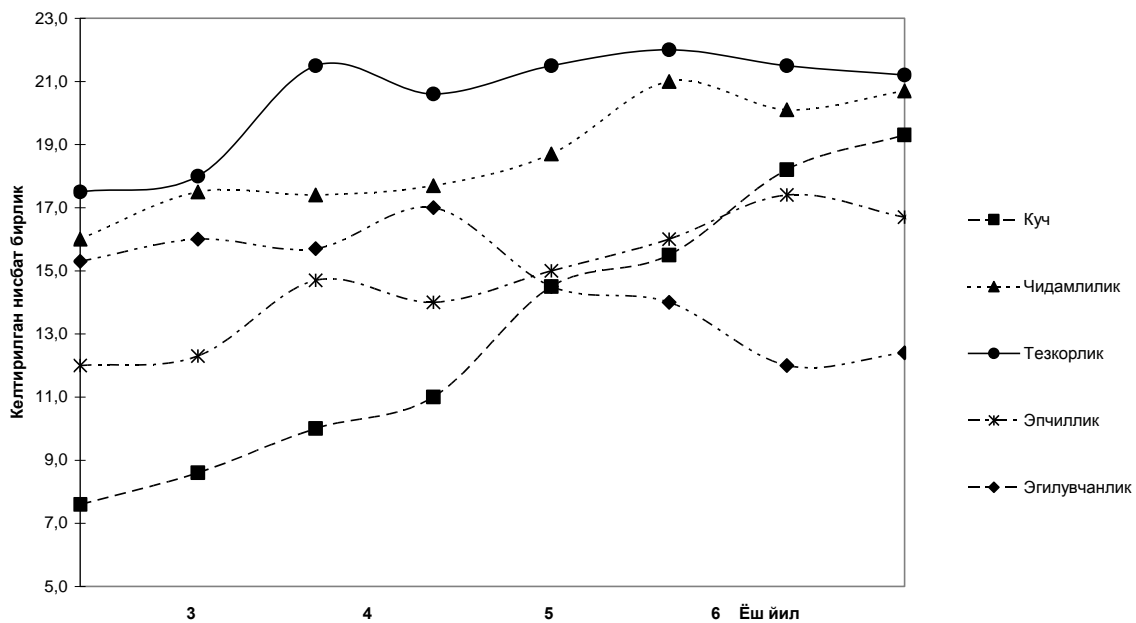
Бошқа чегарадош ёшли ўғил болаларда жимоний тайёргарликнинг бу кўрсаткичи ишончли ўзгармайди. Қизларда эса ёш ошган сари, айниқса, тўрт ва олти ёшларда аввалги ёшларга нисбатан тезкорликнинг ривожланиш даражасида тобора ўсиш қайд этилади ($P < 0,05$). Уғил болаларда ҳам, қизларда ҳам эгилувчанлик кўрсаткичлари уч ёшдан тўрт ёшгача бўлган ораликда ошиб боради. Кейинги ёш даврларида мазкур жисмоний сифатнинг жуда ишончли бўлмаса-да, ҳар ҳолда пасайиши кузатилади. Олти ёшлардан ташқари биз ўғил ва қиз болалар орасида эгилувчанликнинг ривожланиш даражасида ишончли тафовутларни кўрмадик. Биз учун 3-6 ёшли болаларнинг жисмоний тайёргарлигидаги ўзгаришларни мактабгача таълим муассасасидаги табиий (тажрибавий эмас) шароитларда тадқиқ этиш қизиқ эди. Шу мақсадда биз йиллик циклда жисмоний сифатларнинг ривожланиши интеграл кўрсаткичлари динамикасини ўргандик.

Дастлабки тадқиқотлар МТМда ноябрда, якунийлари эса июнь ойида ўтказилди. Демак, иккинчи тадқиқотгача тўрт ёшли болалар пайдо бўлди. Бироқ бунда болаларнинг сони умумий миқдорнинг ўртача 30-35 % инигина ташкил этарди ва бундай ёш даврида улар кўпи билан 5 ойгина бўлишди, шунинг учун биз уларни танлаб олинганлар орасидан чиқариб юбормадик.

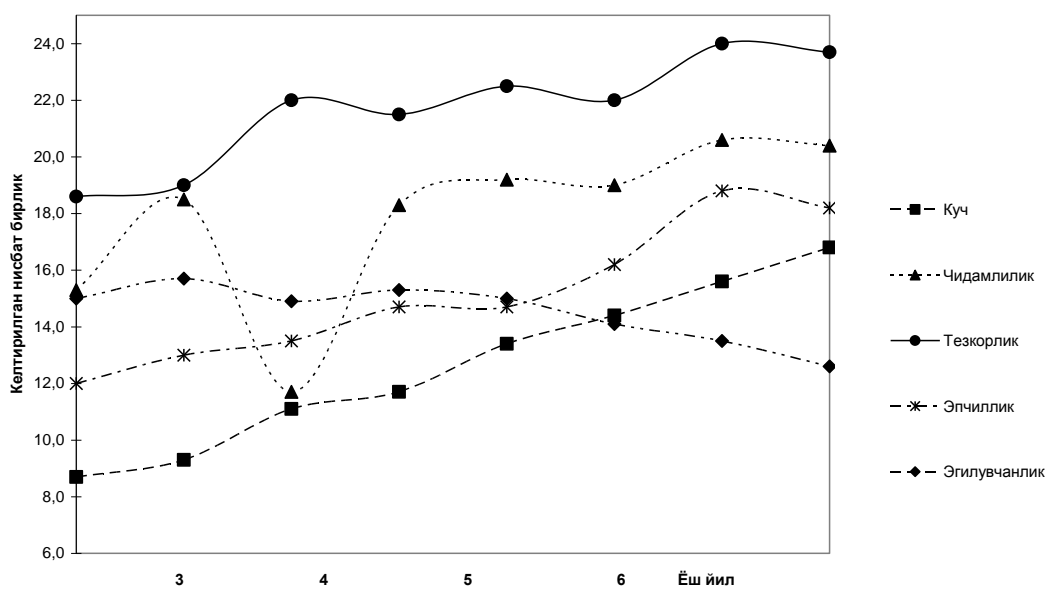
Уқув йили охирида 3-6 ёшли барча болаларнинг жисмоний сифатлари ривожигаги дастлабки кўрсаткичларда ўзгаришлар кузатилди.



3.2-расм. Қизлар жисмоний сифатлари интеграл кўрсаткичларининг нисбий ўртача гуруҳ қийматлари ёш динамикаси



3.3-расм. 3-6 ёшли болаларнинг жисмоний сифатлари интеграл кўрсаткичларининг йиллик динамикаси (ўғил болалар)



3.4-расм. 3-6 ёшли болаларнинг жисмоний сифатлари интеграл кўрсаткичларининг йиллик динамикаси (қизлар)

Аммо йил давомидаги бундай ўзгаришларнинг катталиги ва хусусиятлари ўғил болаларда ҳамда қизларда турлича бўлди. Масалан, агар ўғил болаларда йил давомида куч кўрсаткичларидаги ишончли ўзгаришлар фақат 5 ёшда қайд этилган бўлса, қизларда бу тўрт ёшда ҳам, беш ёшда ҳам олти ёшда ҳам кўзга ташланди ($P < 0,05$). Чидамлилик интеграл кўрсаткичлари ўғил болаларда уч ва беш ёшда жиддий ўзгарган бўлса, қизларда бу фақат уч ёшда кузатилди.

Уғил болаларда ҳам, қизларда ҳам йил давомида тезкорлик кўрсаткичларини тадқиқ этишда сезиларли ўзгаришлар қайд этилмади. Худди шундай ҳолат чаққонликнинг йиллик динамикаси тадқиқ этилганда ўғил болаларда кузатилди. Қизларда эса жисмоний тайёргарликнинг бу кўрсаткичи тўрт ва беш ёшларда анча яхшиланди.

Агар ўғил болаларда ёш гуруҳларида йил давомида эгилувчанлик кўрсаткичлари яхши томонга ўзгарган бўлса (уч ёшдагина жиддий), қизларда бу ижобий жараён фақат уч ва тўрт ёшда қайд этилган. Шундай қилиб, 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ривожланиш даражалари йиллик динамикасини тадқиқ этиш табиий, ёш ўзгаришлари билан боғлиқ ҳамда анъанавий тарбия жараёни давомида, асосан, ижобий ўзгаришларни аниқлашга ёрдам берди. Айти пайтда ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам барча ёш гуруҳларида жисмоний сифатларнинг мутлақ кўрсаткичларидаги ўзгаришлар хусусияти бир хил эмас. Жинсий диморфизм кучининг намоён бўлишида 4 ва 5 ёшда, чидамлилик ҳамда чаққонликда – 5 ёшда, эгилувчанликнинг намоён бўлишида 3 ёшда айниқса яққол ифодаланади. Бошқа ҳолларда 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлигининг нотекис ривожланиш хусусияти кўзга ташланади. Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг ўсиш суръатлари таҳлил этилганда, мазкур фактлар айниқса ёрқин намоён бўлди.

3.2. Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг ўсиш суръатларига хос хусусиятлар

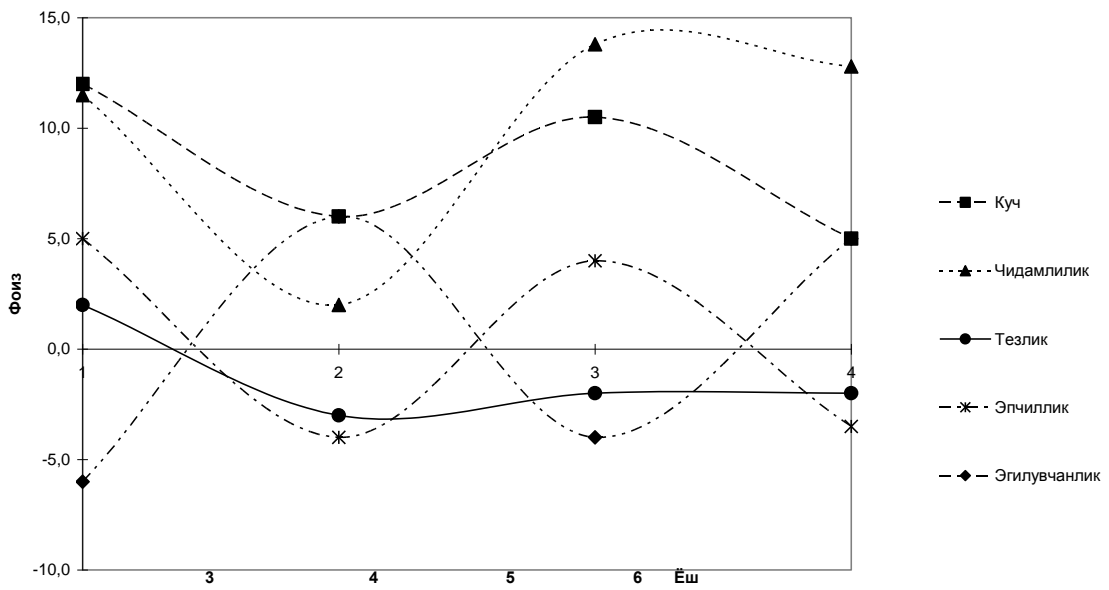
Юқорида таъкидланганидек, жисмоний сифатлар кўрсаткичлари ўсиш суръатларининг ёшга кўра ўзгаришларини таҳлил этиш йиллик циклда гуруҳнинг ўртача кўрсаткичларини тадқиқ этиш асосида амалга оширилди.

Уч ёшли ўғил болаларда кучнинг ривожланишда (12%) ва чидамлилиқнинг ривожланишида (11,5%) ўсиш суръатлари анча юқори. Шу ёшдаги қизлар гуруҳида чидамлилиқ (22,5%) ҳамда куч (6,0%) сифатларининг ўсиш суръатлари яққол ифодаланганлиги қайд этилди.

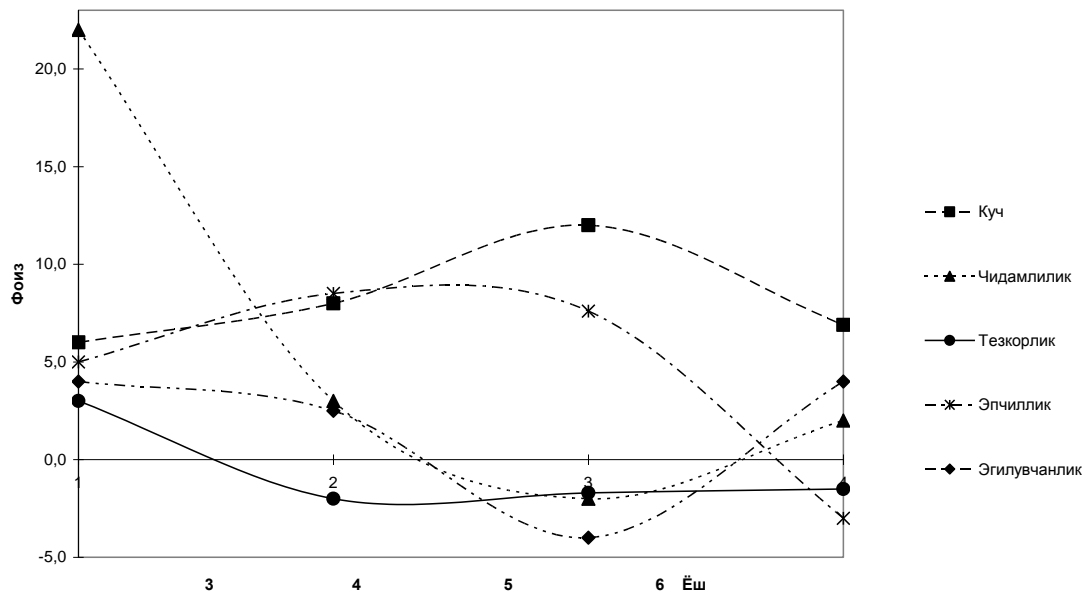
Тўрт ёшли ўғил болаларда энг юқори суръат куч ва эгилувчанликни, қизларда эса куч ва чаққонликни таҳлил этганда кузатилди (3.5 ва 3.6-расмлар).

Беш ёшдаги ўғил болалар чидамлилиқ (13,8%) ва куч (10,5%) кўрсаткичларининг, қизлар эса куч (12,0 %) ҳамда чаққонлик (7,6%) кўрсаткичларининг юқори ўсиш суръатларини сақлаб қолдилар.

Олти ёшда ўғил болаларда чидамлилиқ (12,8%), қизларда эса куч (6,9 %) кўрсаткичларининг ўсиш суръатлари айниқса юқори эканлиги маълум бўлди. Юқорида келтирилган маълумотлар турли жисмоний сифатларнинг қатор кўрсаткичлари ўсиш суръатларидаги ижобий ўзгаришлар тўғрисида хабар беради. Бироқ тадқиқотларимиз давомида ўғил болаларда тўрт ёшдан бошлаб тезкорликнинг, тўрт ва олти ёшда чаққонликнинг, уч ва беш ёшда эса эгилувчанликнинг интеграл кўрсаткичларида ўсиш суръатлари пасайганлиги аниқланди. Қизларда шундай салбий ўзгаришлар – беш ёшда чидамликни, тўрт ва беш ёшда тезкорликни, олти ёшда чаққонликни, беш ёшда эса эгилувчанликни таҳлил этганда, кўрсаткичларнинг ўсиш суръатлари пасайиши қайд этилди (3.5 ва 3.6-расмлар).



3.5-расм. Ўғил болалар жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўсиш суръати



3.6-расм. Қиз болалар жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўсиш суръати

Шу тариқа, 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўсиш суръатларига хос ёш хусусиятларини тадқиқ этиш амалда барча жисмоний сифатлар ривождаги жинсий диморфизмни аниқлашга имкон берди. Болалар тарбияланадиган МТМдаги табиий шароит уларнинг жисмоний сифатлари бир меъёردа ривожланиб боришига имкон бермайди. Буни фақат куч ҳамда чидамлилиқ, камроқ – тезкорлик ва эгилувчанликка нисбатан амалга ошириш мумкин бўляпти.

3.3. Психик жараёнлар кўрсаткичлари динамикаси ва унинг ёш хусусиятлари

Психик жараёнларнинг ёш хусусиятларини тадқиқ этиш жисмоний тайёргарликнинг хусусиятлари билан бир қаторда табиий шароитларда тарбия жараёни даражасини ҳамда 3-6 ёшли болаларнинг уйғун ривожланишига унинг таъсирини чуқурроқ баҳолаш имконини яратади. Хотира (эшитиш ва кўриш), тафаккур (кўргазмали-образли), тасаввур, идрок ва диққат каби психик жараёнлар кўрсаткичларининг гуруҳлар учун ўртача қийматлари ёш – жинс динамикаси тавсифи тадқиқотларнинг биринчи босқичи маълумотлари асосида амалга оширилди. Мазкур психик сифатлар ривождаги аниқ тафовутлар 3-5 ва 6 ёшларда қизлар фойдасига қайд этилди.

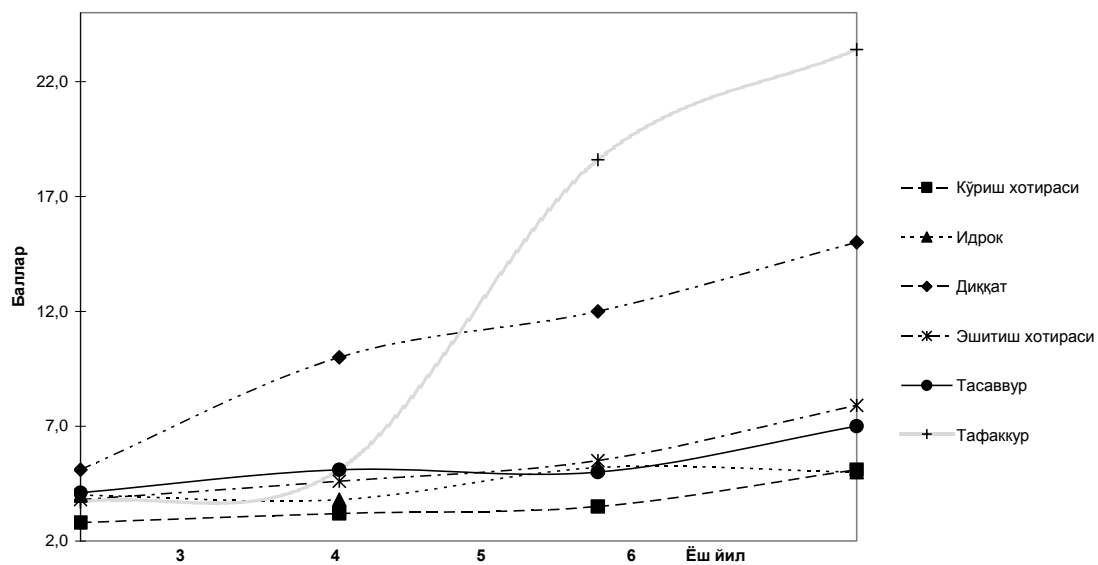
Бу таҳлилнинг натижаларидан келиб чиқиб, ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам 3-6 ёшларда психик жараёнларнинг гуруҳ учун ўртача ижобий ўзгаришлари кузатилгани тўғрисида гапириш мумкин. Масалан, шу ёш даврида ўғил болаларнинг эшитиш хотираси кўрсаткичлари 3,8 дан 7,9 баллгача, қизларда эса 4,5 да 8,9 баллгача ошди.

Кўриш хотираси ўғил болаларда 3 ва 4 ёшларда, қизларда 5 ва 6 ёшларда энг кучли ривожланади. Қизларда идрокнинг ривожланиш даражаси ҳамма ҳолатларда ўғил болалардагига нисбатан юқорироқ. Бунда шу фактни таъкидлаш керакки, ўғил болаларда мазкур психик сифат ривожланишининг

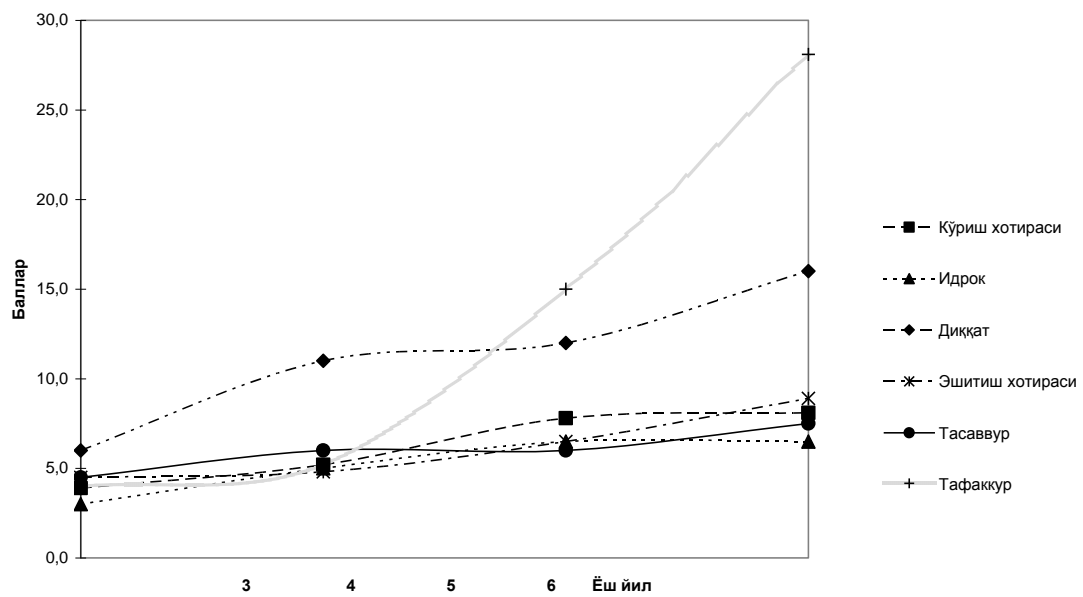
ёш динамикаси қизлардагидан фарқли ўларок, тўлқинсимон хусусиятга эга. Бироқ ишончли тафовутлар фақат 3 ёшда кузатилди.

Тасаввурнинг ривожланиш даражаси бўйича қиз болалар барча ёш гуруҳларида ўғил болалардан анча устун бўлди. Аниқ тафовутлар 3, 4 ва 5 ёшларда қайд этилган ($P < 0,01$). Диққат ҳамда тафаккурнинг ривожланиш даражаси бўйича ўғил болалар фақат 5 ёшда қизлардан олдинда бўлдилар (мувофиқ равишда $P > 0,01$ ва $P < 0,01$).

Шундай қилиб, психик сифатлар ривожланишининг ёш динамикасига кўра гуруҳ бўйича ўртача кўрсаткичларнинг тавсифи 3-6 ёшли болаларда жинсий диморфизмнинг мавжудлигини яна бир бор тасдиқлаш имконини беради. Бунда ушбу ёш даврида психик жараёнларнинг ривожланиш даражасига кўра қизларнинг анча устун эканлигини қайд этиб ўтиш зарур. Барча ҳолларда (ўғил болалардаги тасаввур бундан мустасно) психик жараёнларнинг ёшлараро ишончли ўзгаришлари ҳисобга олинган. Болаларни тарбиялашнинг табиий шароитларида йиллик циклда психик жараёнларнинг гуруҳ ичидаги ўзгаришларини тадқиқ этиш айрим ҳолларда ёш-жинс гуруҳлари орасида ишончли тафовутларни аниқлаш учун имкон беради: ўғил болаларда ўқув йили давомидаги аниқ ўзгаришлар уч ёшли даврда тасаввур кўрсаткичларига, тўрт ёшда идрок ва тафаккурга, беш ёшда эса фақат тасаввурга тааллуқли бўлади.



3.7-расм. 3-6 ёшли болаларда (ўғил болалар) психик жараёнлар кўрсаткичларининг ёш динамикаси

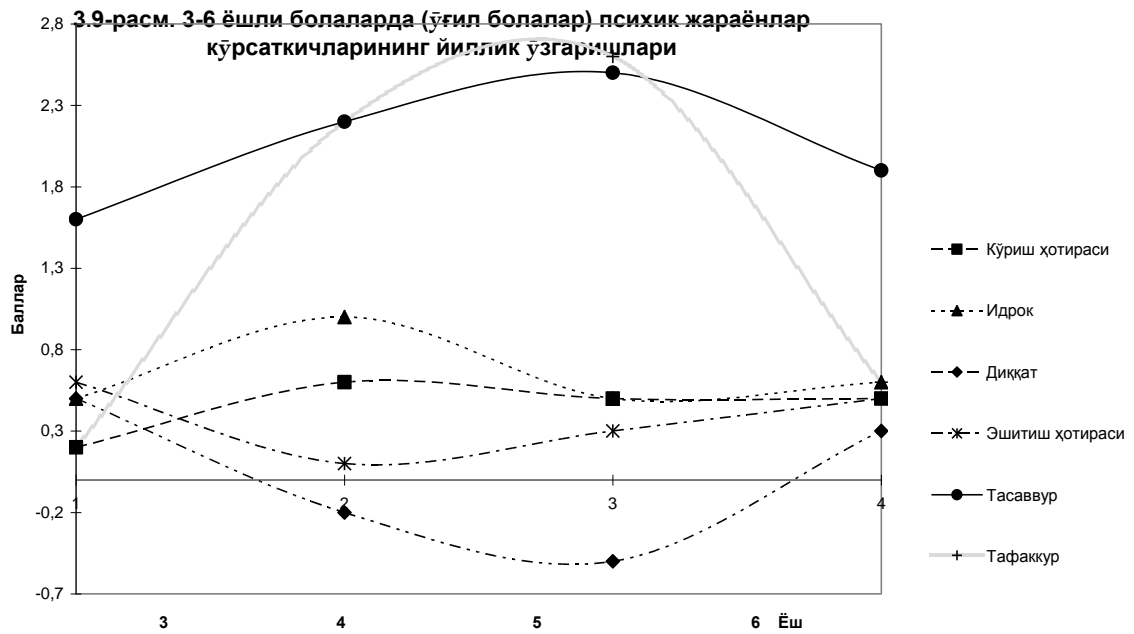
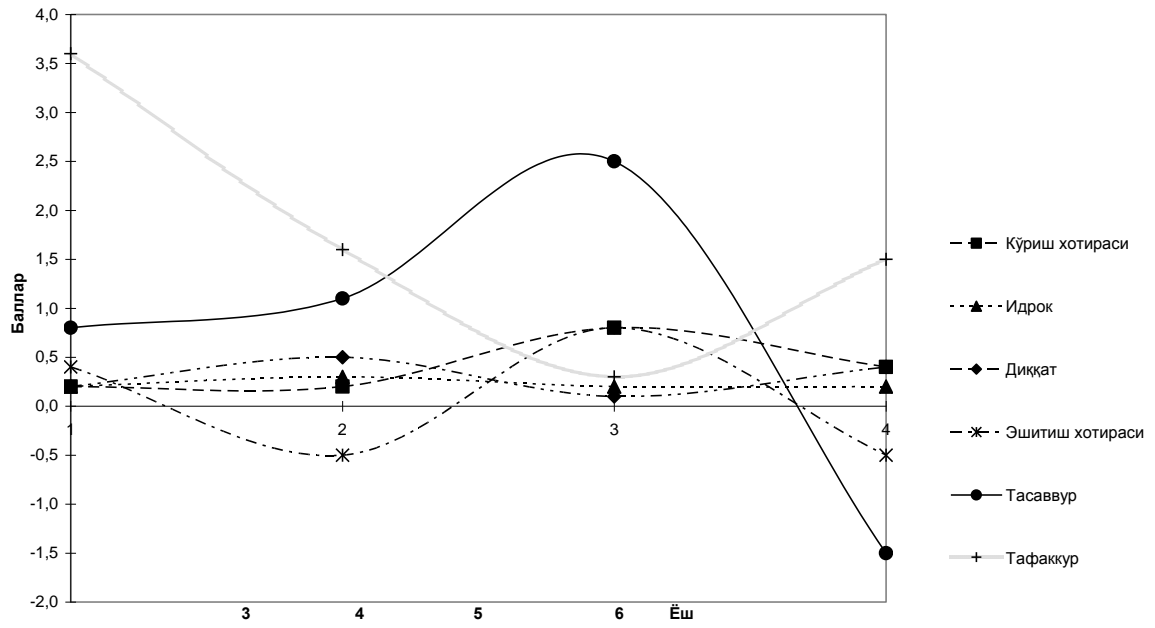


3.8-расм. 3-6 ёшли болаларда (қиз болалар) психик жараёнлар кўрсаткичларининг ёш динамикаси

Қиз болаларда психик жараёнларнинг йиллик ўзгаришлари ўғил болаларникига караганда анча кучли бўлган. Уч ёшда уларда ўқув йили учун ўзгаришлар кўриш хотираси, идрок, тасаввур ҳамда диққат кўрсаткичлари билан; тўрт ёшда – кўриш ва эшитиш хотираси, идрок ҳамда тафаккур билан; беш ёшда – эшитиш хотираси, диққат ва тафаккур билан; олти ёшда – эшитиш ва кўриш хотираси ҳамда идрок хотираси билан боғлиқ бўлди. Йил давомида у ёки бу ёш гуруҳида психик жараёнлар кўрсаткичларининг ишончли бўлмаса-да, пасайиш фактлари ҳам содир бўлганлигини таъкидлаб ўтиш жоиз. Ўғил болаларда бу ҳодиса тўрт ёшда тасаввур кўрсаткичларини, олти ёшда тасаввур ва диққатни таҳлил қилиш вақтида кузатилган бўлса, кизларда мувофиқ равишда тўрт ҳамда беш ёшларда идрок кўрсаткичлари таҳлили чоғида маълум бўлди.

Уқув йили давомида уч ёшли ўғил болаларда эшитиш хотираси, идрок ва тафаккур кўрсаткичлари бўйича, тўрт ёшда –хотира ва диққат, беш ёшда – хотира, идрок, диққат ҳамда тафаккур, олти ёшда – хотира, идрок ва тафаккур соҳасида жиддий ўзгаришлар юз бермади. Уч ёшли қиз болаларда ўқув йили давомида эшитиш хотираси ва тафаккур, тўрт ёшда фақат диққат, беш ёшда – кўриш хотираси ва тасаввур, олти ёшда эса идрок ҳамда тафаккур кўрсаткичлари бўйича ишончли ўзгаришлар аниқланмади.

Шундай қилиб, психик жараёнларнинг ёш динамикасини тадқиқ этиш 3-6 ёшли болаларда барча ўрганилаётган кўрсаткичларнинг ёш улғайгани сайин аста–секин ортиб боришидек барчага маълум фактларни тасдиқлаш учун шароит яратади. Шунга қарамай, жинсий тафовутлар алоҳида ҳолларда қайд этилди, лекин бу омил ҳамма вақт ҳам амал қилгани йўқ.



Барча ҳолатларда қизларда психик жараёнлар кўрсаткичларининг йиллик ижобий ўзгаришлари кузатилди. Ўғил болаларда эса мазкур жараёнлар ривожланиш даражасининг манфий қийматгача пасайиш фактлари аниқланди (3.9-расм).

3.4. Психик жараёнлар кўрсаткичларининг ўсиш суръатларига хос хусусиятлар

Ушбу бўлимда 3-6 ёшли болалар психик жараёнлари кўрсаткичларининг ўсиш суръатлари динамикасини текшириш материаллари берилган бўлиб, улар йиллик циклда гуруҳга доир ўртача кўрсаткичларнинг ўрганилиши асосида ёш хусусиятларини эътиборга олган ҳолда таҳлил қилинган. Мазкур кўрсаткичлар у ёки бу ёш гуруҳидаги ҳар бир боланинг психик кўрсаткичлари алоҳида ўсиш суръатлари йиғиндисини текширилган болалар сонига тақсимлаш асосида ҳисоблаб топилди.

Уч ёшли ўғил болалар гуруҳида энг юқори ўсиш суръатлари хотира, диққат ва таффақкур психик жараёнлари бўйича, ҳудди шу ёшдаги қизларда эса диққат, идрок ва таффақкур бўйича юз берганлиги аниқланди. Ушбу ёш даврида энг паст ўсиш суръатлари ўғил болаларда идрок хусусияти бўйича кузатилди.

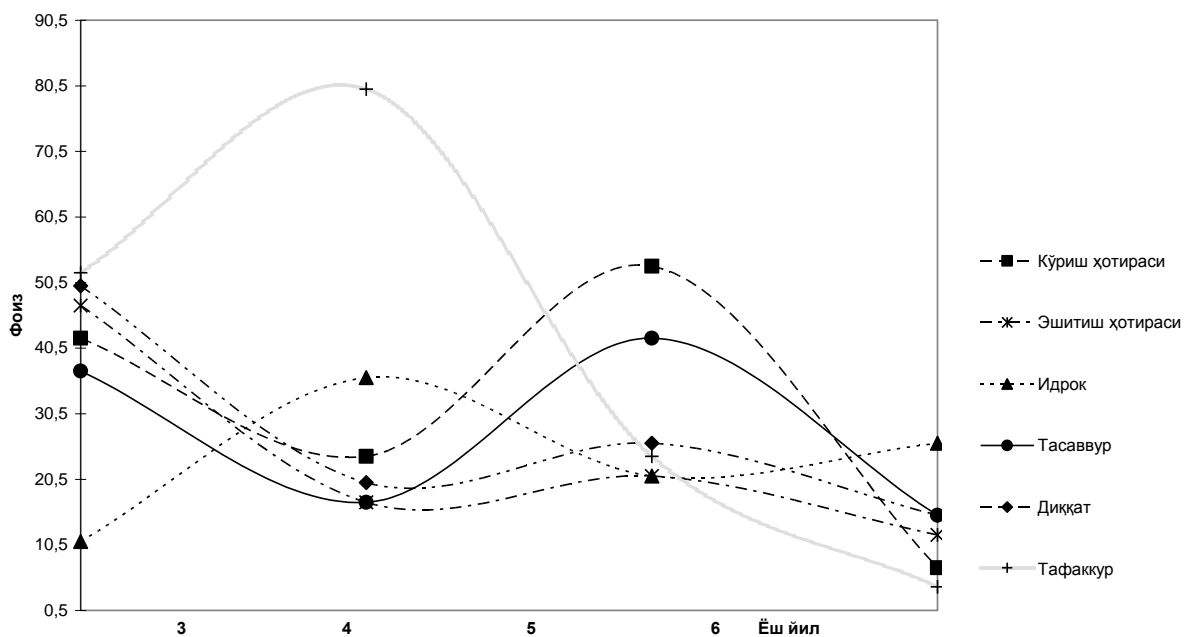
Тўрт ёшли ўғил болалар гуруҳида таффақкур психик жараёнининг, қизларда эса идрок ва таффақкур жараёнининг ўсиш суръатлари анча жиддий бўлди (3.10 ва 3.11-расм). Энг кам ўсиш суръатлари эса идрок, тасаввур ва эшитиш хотираси бўйича ўғил болаларда, тасаввур ва диққат кўрсаткичлари бўйича қиз болаларда қайд этилди. Бошқа ҳолларда психик жараёнларнинг

Ўсиш суръатлари шу ёшдаги ўғил болаларда 21-32%, қизларда эса 32-38% оралиғида ўзгариб турди.

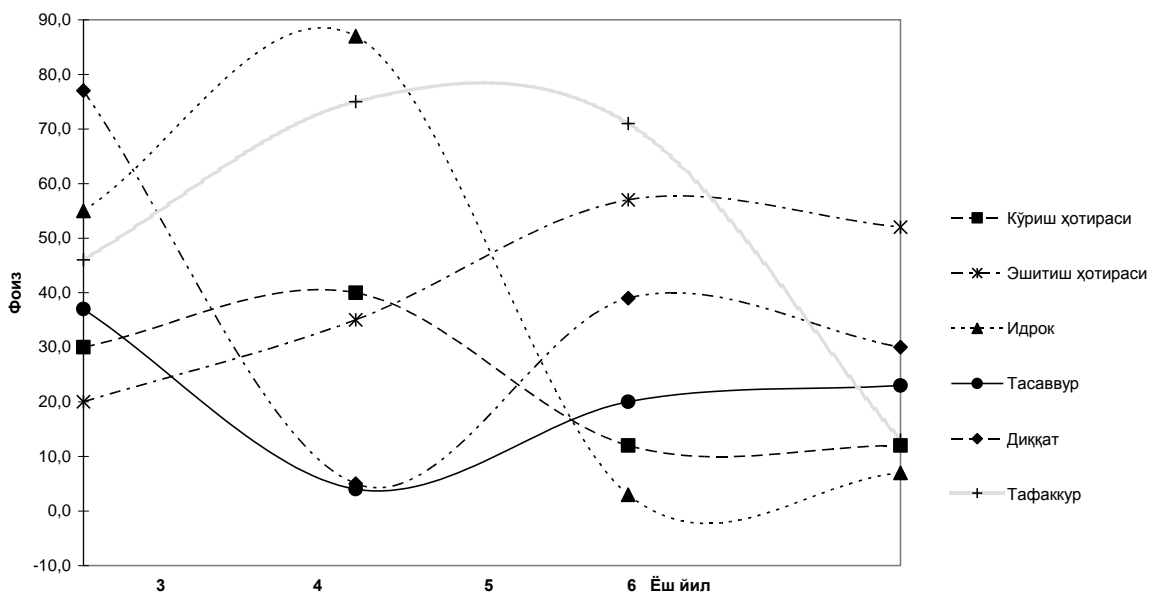
Беш ёшли ўғил болаларда кўриш хотирасини, қизларда эса тафаккурни текшириш маълумотлари бўйича ўсиш суръатлари анча юқори бўлганлиги аниқланди. Мувофиқ равишда ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам кўриш хотираси ҳамда идрокнинг ривожиди нисбатан энг паст суръатлар кузатилди

Бироқ ўғил болаларда барча ҳолларда қизлардагига нисбатан психик жараёнларнинг ривожланишида суръатларнинг анча текис кўрсаткичлари сақланиб турди .

Беш ёшли болалардан фарқли ўлароқ олти ёшли ўғил ва қиз болалар гуруҳида психик жараёнлар ривожланишининг ўсиш суръатлари кўрсаткичлари ўртача анча паст қийматларда намоён бўлди. Биринчи ҳолатда ўсиш суръатларининг тебранишлари 4,1%дан 26%гача, қизларда эса 12%дан 30%гача ораликда юз берди. Қизларда эшитиш хотираси кўрсаткичи бундан мустасно – 54%. Шундай қилиб, ўтказилган тадқиқотлар психик жараёнларнинг алоҳида кўрсаткичлари ўсиш суръатларида бўлгани каби у ёки бу ёш даврида уларнинг устунлигида жинсий диморфизм мавжудлигини кўрсатди Уғил болаларда психик жараёнларнинг барча кўрсаткичлари бўйича ўсиш суръатлари энг текис бўлган давр уч ва беш ёшга тўғри келса, қизларда фақат уч ёшга тўғри келди. МТМда табиий шароитларда тарбияланаётган 3-6 ёшли болаларнинг жисмоний сифатлари ҳамда психик жараёнлари ривожланишидаги ёш хусусиятларининг тадқиқ қилиш натижасида улар орасидаги алоқаларнинг ёш хусусиятларини ҳам аниқлаш мумкин бўлди.



3.11-расм. 3-6 ёшли болаларда (ўғил болалар) психик жараёнлар қўрсаткичларининг ўсиш суръатлари



3.12-расм. 3-6 ёшли болаларда (қизлар) психик жараёнлар қўрсаткичларининг ўсиш суръатлари

3.5 Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг ўзаро алоқадорлиги.

МТМдаги табиий шароитларда мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тайёргарлиги ҳамда психик жараёнлари ёш-жинс динамикасини текширар эканмиз, мазкур кўрсаткичлар орасидаги корреляцион боғлиқликни аниқлашга уриндик. Корреляция коэффицентларининг қиёсий таҳлили жисмоний сифатларни тавсифлаш учун фойдаланилган тестларни ҳисобга олган ҳолда уларни интеграллаш асосида амалга оширилди. Бундай таҳлил натижалари 3.1-жадвалда келтирилган.

Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний тайёргарликнинг интеграл кўрсаткичлари ва биз текшираётган ёш даврлари давомидаги идроки орасида ижобий алоқалар кўзга ташланади. Бироқ ишончли алоқа фақат тўрт ёшли ўғил болаларда идрок ҳамда эгилувчанлик орасида, беш ёшли қизларда идрок ҳамда чидамкорлик кўрсаткичлари орасида аниқланди. Бошқа ҳолатларда бу алоқа корреляция коэффицентининг ишончли катталигига эга эмас эди. Вариантлар коэффицентларининг энг кичик кўрсаткичлари олти ёшли ўғил болаларда ва уч ёшли қизларда тезкорлик ва идрокнинг интеграл кўрсаткичлари орасида намоён бўлди.

Кўриш хотираси ривожланиш даражасининг 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлиги юксалишига кўпинча ижобий таъсир кўрсатиши кузатилади. Лекин жиддий ўзаро таъсир фақат қиз болаларда кўриш хотираси ҳамда эгилувчанлик кўрсаткичлари орасида уч ёшда, чакқонлик кўрсаткичлари орасида эса тўрт ёшда маълум бўлади.

Мақтабгача ёшдаги болаларда жисмоний тайёргарлик ва психик жараёнлар кўрсаткичларининг ўзаро алоқаси

№	Психик жараёнлар	Жинси	3 ёш					4 ёш					5 ёш					6 ёш				
			Куч	Чидамлилик	Тезкорлик	Чаққонлик	Эгилувчанлик	Куч	Чидамлилик	Тезкорлик	Чаққонлик	Эгилувчанлик	Куч	Чидамлилик	Тезкорлик	Чаққонлик	Эгилувчанлик	Куч	Чидамлилик	Тезкорлик	Чаққонлик	Эгилувчанлик
Идрок	Ў	Ж	1	3	2	2	1	2	1	3	3	3	2	4	3	2	3	1	2	6	1	9
			7	3	0	2	0	7	2	1	2	9	5	1	1	4	0	5	9	6	5	9
			5	8	3	3	9	6	5	9	7	2	0	9	5	2	0	9	5	9	8	7
			1	2	7	2	2	1	2	1	2	2	1	5	2	2	9	1	1	2	2	1
			2	2	2	8	7	1	5	0	4	6	6	0	8	5	9	5	2	3	4	4
Кўриш хотираси	Қ	Ж	2	9	2	6	8	9	5	7	7	5	2	6	2	9	1	1	7	6	1	
			1	1	1	8	1	1	1	1	3	1	3	1	2	2	2	3	7	9	2	
			9	8	8	9	6	5	6	9	3	0	4	1	8	6	9	7	8	7	9	
			8	0	0	9	9	7	5	5	6	5	0	2	2	0	6	2	5	8	9	
			1	2	1	2	4	2	2	1	4	1	1	2	2	1	1	2	2	3	2	
Диккат	Ў	Ж	8	4	5	0	6	4	3	9	7	5	1	6	3	5	9	6	0	5	9	
			2	5	0	5	9	6	1	3	0	0	0	1	8	2	0	0	9	2	9	
			1	3	1	1	5	9	1	8	9	2	2	4	1	1	3	3	8	2	1	
			7	1	7	3	9	6	8	5	2	7	1	0	8	2	8	1	3	4	6	
			9	0	5	0	9	6	5	5	2	5	0	2	3	5	0	9	3	5	1	
Тафаккур	Қ	Ж	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	4	
			6	9	3	4	5	1	1	7	7	9	7	0	9	8	4	5	6	3	5	
			5	4	6	8	1	9	3	9	0	0	8	3	0	8	2	6	4	0	5	
			1	1	1	2	2	1	1	4	3	1	3	2	1	3	2	1	6	4	4	
			2	5	1	1	3	2	6	2	8	2	9	5	3	2	1	3	7	1	8	
Тасаввур	Ў	Ж	0	8	8	9	0	4	9	2	8	0	0	6	8	7	7	2	7	1	8	
			1	1	2	3	2	9	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	3	
			3	7	2	3	6	9	7	2	1	9	8	7	7	0	6	9	6	5	2	
			7	0	0	2	8	9	5	9	0	5	6	3	5	1	9	3	8	2	2	
			2	1	1	2	1	3	4	1	1	7	2	1	1	1	1	1	1	3	2	
Тасаввур	Қ	Ж	1	3	1	2	4	4	4	5	7	7	9	9	9	0	8	5	7	9	7	
			2	0	9	9	9	6	2	9	0	5	2	4	9	9	8	9	0	8	5	
			2	2	4	2	1	4	2	1	1	7	1	2	1	2	2	2	2	2	9	
			1	0	6	5	0	9	5	2	5	4	7	1	6	3	5	7	2	0	9	
			6	0	5	8	1	8	8	5	5	0	6	9	0	4	6	5	6	6	3	

Вариантлар коэффициентининг нисбатан юқори даражаси кўриш хотираси ва куч кўрсаткичлари орасида ўғил болаларда беш ёшда, қизларда

эса тўрт ва олти ёшда мувофиқ равишда чидамкорлик кўрсаткичларида – ўғил болаларда уч ва олти ёшда, қизларда уч ва беш ёшда; тезкорликда - ўғил ва қиз болаларда фақат беш ёшда; чаққонликда – ўғил болаларда фақат тўрт ёшда, қизларда эса уч, тўрт (ишончли кўрсаткичлар) ҳамда олти ёшда; эгилувчанликда – ўғил болаларда беш ва олти ёшда, қизларда уч ёшда (ишончли кўрсаткичлар) ва олти ёшда аниқланади. Вариантларнинг энг паст коэффициентлари кўриш хотираси кўрсаткичлари орасида ўғил болаларда уч ва олти ёшда, чаққонлик ва кучда, қизларда эса фақат куч кўрсаткичлари орасида тўрт ёшда маълум бўлади.

Жисмоний тайёргарлик ва диққатнинг интеграл кўрсаткичлари орасидаги ўзаро алоқадорлик таҳлили бирон-бир жиддий тафовутларни юзага чиқармади. Бу 3.1-жадвалда аниқ кўриниб турибди. Диққат ҳамда чидамлилиқ қийматлари орасидаги ишончли боғлиқлик ўғил болаларда фақат беш ёшда, қизларда эса олти ёшда чаққонлик билан кузатилди.

Ўғил болаларда уч ёшда алоқадорликнинг нисбатан юқори даражаси диққат ва чидамлилиқ кўрсаткичлари орасида аниқланади, тўрт, беш ва олти ёшда эгилувчанлик билан, мувофиқ равишда қизларда уч ёшда чидамлилиқ, тўрт ёшда – тезкорлик ва эгилувчанлик, беш ва олти ёшда – фақат эгилувчанлик кўрсаткичлари билан юзага чиқади. Таҳлил этилаётган кўрсаткичлар орасидаги вариантларнинг энг паст коэффициентлари ўғил болаларда уч ёшда (эгилувчанлик кўрсаткичлари билан), қизларда эса беш ёшда (чидамлилиқ кўрсаткичлари билан) аниқланди.

Уч ёшли ўғил болаларда тафаккур ҳамда эгилувчанлик қийматлари орасида нисбатан мустаҳкам алоқа қайд этилди, тўрт ёшда – чидамлилиқ, беш ёшда – барча беш хил жисмоний сифатлар, олти ёшда – куч ва чаққонлик орасида. Мос равишда бундай йўналиш қизларда уч ёшда чаққонлик, тўрт ёшда эгилувчанлик, беш ёшда чаққонлик ва олти ёшда куч ҳамда чаққонлик кўрсаткичлари билан намоён бўлди. Алоқадорликнинг

(корреляция)нинг энг паст коэффиценти ўғил болаларда (тезкорлик) ва қизларда (куч) тўрт ёшда аниқланди.

Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари билан алоқадорликка кўра таҳлил этилган сўнгги психик жараён тасаввур эди .

Мазкур ҳолатда фақат қизларда чаққонлик (уч ёш), чидамлилиқ (тўрт ёш) ва тасаввурнинг интеграл кўрсаткичлари орасида вариантларнинг иккита ишончли коэффиценти маълум бўлди.

Бошқа ҳолларда жисмоний сифатлар ва психик жараёнлар орасидаги ўзаро алоқа катталиги ишончли бўлмади. Лекин, агар жадал ривожланиш даврини бошидан кечираётган 3-6 ёшли биз текшираётган болаларнинг кўрсаткичлари статистик ишловдан ўтганлигини ҳисобга оладиган бўлсак, ҳатто ижобий алоқадорлик ҳам ҳеч бўлмаганда жисмоний ҳамда психик жараёнларнинг ўзаро таъсири йўналиши хусусида маълумот бериши мумкин.

Уч ёшли ўғил ва қиз болаларда тасаввур, куч ва чаққонлик кўрсаткичлари орасида, тўрт ёшда ўғил болаларда фақат куч кўрсаткичлари, қизларда эса тезкорлик билан, беш ёшда ўғил болаларда – куч, қизларда тезкорлик ва эгилувчанлик, олти ёшда ўғил болаларда тезкорлик, чаққонлик ва эгилувчанлик, қизларда эса куч ва чидамлилиқ кўрсаткичлари билан нисбатан мустаҳкам ижобий алоқалар кузатилди. Вариантларнинг энг паст коэффицентлари ўғил болаларда тўрт ёшда (чидамлилиқ), қизларда эса уч ёшда (тезкорлик) қайд этилди.

Шундай қилиб, тадқиқотларнинг статистик материалларини алоқадорликка кўра таҳлил қилиш мактабгача таълим муассасасидаги табиий шароитда ривожланаётган болаларда жисмоний сифатлар ҳамда психик жараёнлар орасидаги ўзаро алоқаларнинг ўзига хос хусусиятларини аниқлаш имконини берди. Бу хусусиятлар шундан иборатки, психик жараёнларнинг ривожланиш даражасига 3-6 ёшли болаларда жисмоний тайёргарликнинг ҳар хил кўрсаткичлари албатта таъсир ўтказади. Лекин бу таъсирларнинг катталиги ҳали яққол ифодаланган (ишончли) шаклда намоён бўлмайди. Биз

турли ёш ва жинсли болаларнинг жисмоний сифатлари ҳамда психик жараёнлари орасидаги ўзаро алоқаларида қандайдир қонуният борлигини пайқамадик. Мазкур кўрсаткичлар ва жинсий диморфизм орасидаги ўзаро таъсирнинг намоён бўлишида ёш омилнинг мавжудлиги тўғрисида тўла ишонч билан гапириш мумкин.

Бизнинг ишимизда 3-6 ёшли болаларнинг жисмоний сифатлари ва психикасини такомиллаштириш жараёнига аниқ мақсад билан таъсир кўрсатувчи ташқи омил сифатида ҳаракатли ўйинлар танлаб олинди. аМазкур илмий ишнинг натижалари нвбатдаги бобда баён этилган.

3.6. Педагогик тажрибани режалаштириш ва унинг мазмуни

Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тарбияси устидаги тажрибаларни режалаштириш 3-иловада такдим этилган схема асосида амалга оширилди. Беш ҳафта давомида мактабгача ёшдаги болалар шу мақсадда махсус табақалаштирилган ҳаракатли ўйинларни изчиллик билан бажардилар, улар бешта жисмоний сифатдан биттасининг психик жараёнлар кўрсаткичларининг биттаси ёки бир нечтаси билан кучлироқ ривожлантирилишига қараб уйғунлаштирилган эди. Масалан, куч ва диққат, куч ва тасаввур. Куч имкониятларидан ташқари, психик жараёнлар билан уйғунликда, ёш ва жинсни ҳисобга олган ҳолда тезкорлик, чаққонлик, чидамлилик ва эгилувчанликнинг такомиллашишидаги ўсишлар ҳам ўрганилди. Беш ҳафта мобайнида болалар беш хил психик сифатнинг бирини кучлироқ ривожлантиришга қаратилган ҳаракатли ўйинларни камида 12 марта бажардилар.

Статистик ишлов бериш натижасида 3-6 ёшли болалар томонидан назорат машқларининг бажарилиш кўрсаткичларини тестлаш назарияси талабларига мувофиқ, уларнинг жисмоний тайёргарлигини баҳолаш учун

қизлар ва ўғил болалардан иборат тўртта ёш гуруҳларининг ҳар бири учун 14 та тест танлаб олинди.

Ҳар бир ёш - жинс гуруҳида тестлар мазмуни алоҳида хусусиятларга эга эди. Масалан, 3 ёшли қизчаларнинг чидамлилигини тавсифлаш учун қуйидаги тестлардан фойдаланилди: 60 ва 120 м га югуриш; 4 ёшлилар учун 70 ва 120 м га югуриш; 5 ёшлилар учун 90 ва 120 м га югуриш; 6 ёшлилар учун биринчи тўхташгача ва 120 м га югуриш. Демак, барча ёш гуруҳлари учун фақат битта тест такрорланган – 120 м га югуриш. У ёки бу тестларнинг қўлланилиши тўғрисида қуйида батафсилроқ маълумот берилади.

Мазкур бобда 25-сонли болалар таълим муассасасида ўтказилган педагогик тажриба материаллари келтирилган. Назорат гуруҳи 25-сонли мактабгача таълим муассасасида тарбияланувчи тенгдош болалардан иборат эди.

Беш хил жисмоний сифатлардан бирини психик жараёнлар билан бирга мақсадли ривожлантириш беш ҳафта давомида олиб борилди .

Педагогик тажрибани режалаштириш қуйидагича амалга оширилди. Тажрибани бошлашдан аввал ҳамма болалар жисмоний сифатлари ва психик жараёнлари ривожланиш даражасининг дастлабки ҳолатини аниқлаш мақсадида назорат синовидан ўтказилди. Кейин 25 ўқув куни давомида тажриба гуруҳи болалари 2-иловада келтирилган схема бўйича бешта жисмоний сифатдан бирини кўпроқ ривожлантириш бўйича табақалаштирилган ҳаракатли ўйинларни бажардилар. 25 кунлик тажриба даври тугаганидан кейин болалар яна назорат машқларини амалга оширишга ўтдилар, бундан мақсад – дастлабки кўрсаткичларга нисбатан педагогик тажрибанинг натижаларига баҳо бериш. Навбатдаги жисмоний сифат худди шу услубда кейинги 25 кун мобайнида тадқиқ этилди. Шу тариқа жами 5 хил жисмоний сифатни текшириш 75 ўқув куни давомида амалга оширилди.

Назорат ва тажриба гуруҳидаги 3-6 ёшли болалар ҳолатининг дастлабки кўрсаткичларида аниқ тафовутлар кузатилмади. Шунинг учун

педагогик тажриба натижаларини бундан кейин таҳлил қилишда биз фақат якуний натижаларни таққослаймиз.

Тажриба даврида болалардаги жисмоний сифатларнинг ривожланиши

Куч имкониятларини текшириш

Уч ёшли болалар. Тажриба бошланишига қадар ўтказилган дастлабки тадқиқотларда уч ёшли ўғил болаларда ўнг ва чап панжанинг ривожланишида аниқ фарқлар кузатилди. Бунда фарқлар ўнг қўлнинг устунлиги ишончли эканлигини кўрсатди ($t=3,29$). Айни вақтда қизларнинг ўнг ва чап панжаларидаги кучлар орасида жиддий тафовут йўқ эди. 25 ўқув кунидан сўнг якуний тадқиқот чоғида ўғил болаларда ҳам қизларда ҳам ўнг ва чап қўл панжалари ҳамда биёбонларидаги куч ортганлиги маълум бўлди .

Якуний назорат синовлари бўйича тажриба гуруҳи ўғил болалари куч тайёргарлигининг барча тестларига кўра назорат гуруҳидаги тенгдошларидан анча ўзиб кетишди. Айни вақтда қизлар педагогик тажриба натижасида назорат гуруҳидаги тенгдошларидан тўрттадан иккита тест натижаларига кўра олдинга ўтиб олдилар . Барча ҳолларда кучнинг ривожланиш даражаси бўйича тажриба гуруҳи ўғил болалари ўзлари тенги қизларнинг барчасидан устунроқ чиқдилар.

Тўрт ёшли болалар. Бу ёш даврида педагогик тажриба назорат гуруҳларига нисбатан ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам куч имкониятларининг жиддий ўсишига олиб келди .

Масалан, назорат гуруҳига нисбатан тажриба гуруҳи ўғил болалари ўнг панжаси кучининг мутлақ қийматлари 38,5% ни, чап панжасида эса 44,2% ни ташкил этди.

Жойидан туриб узунликка сакраш бўйича тажриба гуруҳи ўғил болаларининг натижалари назорат гуруҳидаги тенгдошлариникига нисбатан 33% га, коптокчани улоқтириш бўйича эса мувофиқ равишда 60% га юқорирақ бўлди.

Тажриба гуруҳи қизларининг ўнг панжаси кучи назорат гуруҳидаги тенгдошлариникига нисбатан 4,7 % га камроқ, чап панжасида эса - 13 % га. Бироқ ҳар икки ҳолатда бу ўзгаришлар яққол эмас эди .

Бунинг устига, қизларнинг назорат гуруҳида вариант коэффициентининг пасайиши педагогик тажриба натижасида куч имкониятлари ривожда айрим ижобий йўналишлар пайдо бўлганлигини кўрсатади.

Тўпни узоқликка улоқтириш вақтида ҳам ижобий натижалар қўлга киритилди. 25 тажриба ўқув кунидан сўнг тўрт ёшли қизлар бу машқда назорат гуруҳидаги тенгдошларидан кўрсаткичлар бўйича 7,9% га, чалқанча ётган ҳолда оёқларни кўтаришда эса (10 с.да кўтаришлар сони) 25% га ($t=3,46$) ўзиб кетдилар.

Шундай қилиб, яқуний сўзимизда биз педагогик тажриба вақтида олган натижаларимизнинг бир маъноли эмаслигини қатъий айта оламиз. 4-ёшли болаларда у ёки бу мушак гуруҳи онтогенезнинг у ёки бу босқичида кучлироқ такомиллашаётган вақтда – куч ривожланишининг гетерохрон жиҳати табиий саналади ва шунинг учун биз қўлга киритган у қадар адекват бўлмаган кўрсаткичларимизни умуман нотўғри режалаштирилган тажриба натижаси дея олмаймиз.

Беш ёшли болалар. Педагогик тажриба шуни кўрсатадики, тажриба гуруҳидаги ўғил болалар ва қизларнинг куч имкониятлари назорат гуруҳи болаларининг кўрсаткичларидан юқори экан . Тажриба гуруҳидаги 5 ёшли болаларнинг ўнг панжаси кучи тажриба мобайнида назорат гуруҳи билан таққослаганда 22,6 % га юқори чиқди.

Жойидан туриб узунликка сакрашни ўғил болалар қўл кучи тестларига қараганда анча қийналиб бажардилар. Бу машқ натижалари кўп жиҳатдан машқни бажариш техникасига боғлиқ. Шунинг учун биз тест ўтказишдан аввал 1-2 дарс давомида болаларга фақат жойидан туриб сакраш техникасини ўргатдик.

Оёқларнинг мушак гуруҳлари куч имкониятларини тавсифлайдиган бу машқда тажриба гуруҳлари ўғил болалари назорат гуруҳидаги тенгдошларидан устун эканликлари маълум бўлди, лекин кўрсаткичлар ишончли эмас эди. Тажриба даврида тўп отиш натижаларига кўра тажриба гуруҳи ўғил болалари назорат гуруҳидагидан 13,6% га устунликка эришдилар. Бироқ бу натижалар ҳам ишончли эмас.

Қизларда эса ўнг панжа кучи педагогик тажриба даврида назорат гуруҳига нисбатан 14,5% га, чап панжа кучи эса 9,0% га ортди. Уларда оёқлар кучининг ривожланишида ҳам ижобий ўзгаришлар кузатилди. Жойидан туриб узунликка сакраш вақтидаги якуний натижа тажриба гуруҳи қизларида назорат гуруҳидаги тенгдошлариникига нисбатан 11,1% га юқори бўлиб чиқди.

Умуман, шу ёшдаги ўғил болалар тажриба натижасида тўртта тестдан фақат иккитасида ўз тенгдошларидан ўзиб кетган бўлсалар, қизлар бешта тестдан тўрттасида устунлик кўрсатдилар.

Олти ёшли болалар. Педагогик тажриба ўғил болаларнинг куч тайёргарлиги даражасини назорат гуруҳидаги шу ёшли болалардагига нисбатан жиддий оширишга имкон берди

Тажриба гуруҳи ўғил болаларининг чап панжаси кучи, масалан, назорат гуруҳининг худди шундай кўрсаткичлари билан солиштирганда 14% га, ўнг панжаси кучи эса 4,5% га кўпроқ бўлди. Тажриба гуруҳидаги олти ёшли ўғил болаларнинг жойидан узунликка сакраш натижалари тажриба якунларига кўра назорат гуруҳига караганда 18,8% га юқори бўлди.

Қизларда педагогик тажриба натижаларига кўра назорат гуруҳига нисбатан кучнинг ривожланиш кўрсаткичлари анча ошди. Бироқ бешта тестдан фақат бир ҳолатда (ўнг панжа кучи) 25 кунлик педагогик тажриба давомида қизлар назорат гуруҳидаги тенгдошларидан ишонч билан ўзиб кета олмадилар.

Бу жиҳатдан ўғил болаларнинг анча омадли эканлиги маълум бўлди. Улар куч тестлари бўйича назорат гуруҳидаги тенгдошларидан ишонч билан илгарилаб кетдилар.

3-6 ёшли болаларда чидамлилиكنинг ривожланиши.

Педагогик тажриба даврида 3-6 ёшли болаларнинг барча тажриба гуруҳларида чидамлилиқ машқларининг натижалари назорат гуруҳидаги болаларникига нисбатан яхшиланди.

Тажриба гуруҳининг уч ёшли ўғил болалари 60 м га югуриш бўйича назорат гуруҳидаги ўз тенгдошларидан анча ўзиб кетдилар ва 120 м га югуришда ҳам (ишончли бўлмаса-да) юқори ижобий натижалар кўрсатдилар. Тўрт ёшли ўғил болалар ҳам педагогик тажрибадан сўнг, айниқса, 120 м га югуришда назорат гуруҳидаги тенгдошларидан чидамлироқ бўлиб чиқдилар. Беш ва олти ёшларда ҳам кичикроқ ёш гуруҳларидаги каби ижобий йўналиш кузатилди. Тажриба гуруҳидаги 3-6 ёшли қиз болаларнинг чидамлилиқ кўрсаткичлари педагогик тажрибадан кейин назорат гуруҳидагига нисбатан анча юқори бўлди.

Масалан, тажриба гуруҳи уч ёшли қизларининг 120 м га югуриш натижалари назорат гуруҳига нисбатан 6% га, тўрт ёшда -16,9% га, беш ёшда 80% га, олти ёшда 19,7% га юқори бўлиб чиқди.

Чидамлилиқ борасидаги энг жиддий ўзгаришлар тажриба гуруҳининг олти ёшли қизларида биринчи тўхташгача югуриш бўйича ўтказилган тестда юз берди. Бу тестни бажариш вақтида тажриба ва назорат гуруҳи ўғил болаларида якуний натижалар орасидаги тафовутлар ишончли бўлмади.

Бундан ташқари, чидамлилиқ бўйича бошқа машқларда тажриба гуруҳи қизларида назорат гуруҳларига нисбатан ўғил болаларникига караганда кўпроқ ишончли тафовутлар кузатилди.

Айнан шу назорат синовида барча ҳолларда ишончилиқнинг юқори даражаси кузатилади. Назорат синовларининг бошқа натижалари устида ҳам

бирмунча батафсилроқ тўхталиб ўтамиз. Тажриба гуруҳидаги 3-6 ёшли ўғил болалар қўл бармоқларини ўн марта букиб-ёзишни назорат гуруҳидагига караганда анча тез бажардилар.

Тезкорликни текшириш учун берилган навбатдаги назорат машқида (маълум вақтда 10 марта ўтириб-туриш) педагогик тажриба даврида уч ёшли ўғил болалар тезкорлигининг ривожланиш даражаси назорат гуруҳидагига нисбатан энг юқори бўлди. Тўрт ёшли ўғил болаларнинг тажриба гуруҳида фақат қўл бармоқларини 10 марта букиб-ёзиш тестини бажариш вақтида шу ёшдаги назорат гуруҳидагига караганда ишончли ўзгаришлар юз берди. Беш ёшли ўғил болалар тажриба гуруҳида эса тажриба даврида фақат 10 x 3 мокусимон югуришни бажаришдагина жиддий тафовутлар аниқланди. Фақат олти ёшдагина биз олти ёшли ўғил болаларнинг тажриба гуруҳида тезкорлик бўйича барча тестларда назорат гуруҳидагига нисбатан ишончли тафовутларни кузатдик .

Айни вақтда тажриба гуруҳи қизларида педагогик тажриба давомида ўғил болалар гуруҳида кўзга ташланганидан фарқ қилувчи ўзгаришлар юз берди .

3-6 ёшли болаларда тезкорликнинг ривожланиши.

1.расмдан кўришиб турибдики, тезкорлик кўрсаткичининг ўзгаришлари хусусияти ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам бир-бирига ўхшаш, бироқ жойидан 10 метрга югуриш натижалари бўйича тезкорлик кўрсаткичининг ўзгаришлари қиймати тажриба ҳамда назорат гуруҳлари ўғил болаларида 3 дан 6 ёшгача бўлган давр мобайнида анча юқори бўлди. 3 ёшли қизлардан иборат тажриба гуруҳида уч тестдан фақат биттасида (10 марта ўтириб-туриш) назорат гуруҳига нисбатан ишончлироқ тафовутлар кузатилди.

Тўрт ёшда тажриба гуруҳидаги қизчалар назорат гуруҳидаги тенгдошларидан энди тезкорликка оид иккита тестда ўзиб кетдилар, беш ёшда бирон марта ҳам олти ёшда эса барча ҳолатларда

Тезкорликка оид энг кенг тарқалган тест моқисмон югуриш бўлиб, уни мактабгача ёшдаги болалар учун ҳам, мактаб ёшидагилар учун ҳам муваффақият билан қўллайдилар. Қатор мутахассисларнинг фикрича, мазкур тест фақат тезкорлик сифатининг эмас, чаққонлик ва тезлик – куч сифатларининг ҳам намоён бўлишини акс эттиради .

Бу тестдан 4, 5 ва 6 ёшли болалар гуруҳларида фойдаланилади. Тўрт ёшда моқисмон югуриш вақтида тажриба гуруҳи ўғил болалари дастлабки назорат синовлари маълумотлари бўйича тажриба гуруҳидаги тенгдош қизларга нисбатан 0,7 с ($P < 0,05$) га тезкорроқ бўлиб чиқдилар. Беш ёшда ҳам тажриба гуруҳи ўғил болалари мазкур машқни қизларга нисбатан тезроқ бажардилар. Бунда қуйидаги муҳим фактни қайд этиб ўтиш лозим. Беш ёшли ўғил ва қиз болалар гуруҳларида моқисмон югуриш натижалари саккиз ой ичида жуда аҳамиятли қийматга ўзгарди.

Тажриба гуруҳларининг 6 ёшли ўғил ва қиз болалари педагогик тажрибадан кейинги якуний синовларда моқисмон югуриш вақтида ишончсиз деб ҳисобланадиган натижа кўрсатдилар. Демак, фақат олти ёшда моқисмон югуриш вақтида биз жинсий диморфизмни кузатмадик. Мазкур таҳлилда ижобий жиҳат сифатида шуни айтиб ўтиш керакки, ҳар иккала ҳолатда ҳам иккинчи синовда тезкорлик даражаси ўсди.

3-6 ёшли болаларда чаққонликнинг ривожланиши.

Маълумки, болалалик даврида чаққонлик деб аталадиган жисмоний сифат, айниқса, кучли ривожланади. Мазкур факт мактабгача ёшдаги болаларни айрим спорт турлари билан (фигураларни ўқиш, бадиий ва спорт гимнастикаси ва ҳоказо) шуғулланишга жалб этишнинг жиддий сабабларидан бири ҳисобланади. Шунга қарамай, чаққонлик

кўрсаткичларининг жисмоний ҳамда психик сифатларни мақсадли ривожлантириш оқибатида қандай ўзгаришларига баҳо бериш биз учун жуда муҳим.

Ўтказилган тадқиқот натижаларининг кўрсатишича, мактабгача ёшдаги болалар учун чаққонликни тавсифловчи барча тестлар мураккаб. Масалан, тажриба гуруҳларида ҳам, назорат гуруҳларида ҳам айрим болалар дастлабки синовларда 5 та уринишдан бирортасида ҳам тўпни саватга тушира олмадилар. Иккинчи томондан, шундай болалар ҳам бор эдики, улар саватга тўп туширишда 100 % натижага эришдилар. Шунга кўра чаққонликка оид машқларда олинган натижаларнинг хилма-хиллик даражаси юқори бўлди. Шунинг учун ҳам вариантлар коэффиценти баъзи машқларда 80% дан зиёд даражага етганлиги бежиз эмас.

Энди 3-6 ёшли турли жинсдаги болаларда чаққонлик кўрсаткичларидаги ёшга боғлиқ ўзгаришларнинг таҳлили устида тўхталамиз. Бунинг учун биз шу ёш учун энг қулай ва ахборотларга бой бўлган фақат бир машқ (тўпни беш уринишда саватга ташлаш) бўйича назорат синовларида олинган натижалардан фойдаланамиз.

Агар ҳар хил жинсли болаларнинг чаққонлик кўрсаткичларидаги ўзгаришлар хусусиятига диққат қилсак, натижалардаги ўзгаришларнинг жинс билан боғлиқ тафовутларини (у қадар яққол бўлмаса ҳам) қайд этиш мумкин. Агар назорат гуруҳидаги 3-6 ёшли ўғил болалар ўз натижаларини аста-секин яхшилаб борган бўлсалар (бирок ишончли эмас), уларнинг тенгдошлари бўлган қизларда чаққонликнинг ривожланиш даражаси тўрт ёшгача ўсиб бориб, беш ёшга кирганда кўрсаткичларнинг анча кескин пасайиши, олти ёшга келиб эса натижаларнинг ўсиши билан уйғунлашади. Тажриба гуруҳидаги ўғил ва қиз болаларда педагогик тажрибадан сўнг чаққонлик кўрсаткичининг ўсиб боришини кўрамиз.

Юқорида келтирилган жадваллардан кўришиб турибдики, боладан кўлини ноль белгисидан имкон қадар кичик оғиш билан кўтариши талаб

этиладиган, қўлнинг ёзилиш даражаси градусларда ўлчанадиган, чаққонликка оид бундай тест гуруҳ ичида катта тафовутлар билан бажарилган. Бу вариантлар коэффиценти маълумотларидан яхши кўриниб турибди. Назорат гуруҳида уч ёшли болаларнинг ҳеч бири ушбу тестни аниқ бажара олмади. Масалан, назорат гуруҳидаги уч ёшли ўғил болаларда ён томонга ёзилган қўлнинг ноль белгисидан оғиши $6,07^0$ ни, қизларда эса $6,6^0$ ни ташкил этди.

4 ёшли болалар орасида тажриба гуруҳининг қизлари тенгдош ўғил болаларга нисбатан анча чаққон бўлиб чиқишди. Кейинги тадқиқотларда каттароқ ёшли болаларнинг тажриба гуруҳида ҳам, назорат гуруҳида бу тафовутлар тасдиқланмади. .

Агар мувозанат машқлари маълумотлари асосида чаққонликнинг ёш хусусиятларга кўра ўзгариб боришини кузатадиган бўлсак, унда ўғил болалар ва қизларда у қадар катта фарқлар йўқлигини ишонч билан айтишимиз мумкин. Фақат шуни таъкидлаш лозимки, қизлар гуруҳида чаққонлик анча самарали намоён бўлади. (4.1- расм).

Тадқиқот натижалари таҳлили чаққонликнинг ривожланиш даражасини тавсифловчи барча уч назорат машқида тажриба даврида, айниқса, уч ёшли ўғил ва қиз болалар гуруҳларида назорат гуруҳидаги шу ёшли болаларга қараганда ишончли силижишлар юз берганлигини кўрсатди.

Лекин, тажриба гуруҳининг тўрт ёшли ўғил болаларида фақат қўлни ёзиш бажарилганда ишончли ўзгаришлар кузатилди, уларнинг тенгдошларида эса учта тестдан иккитасида бундай ўзгаришларни кўриш мумкин бўлди. 5-6 ёшли болалар гуруҳида педагогик тажриба натижасида ўғил болаларда ҳам қизларда ҳам уч ҳолатдан иккитасидан чаққонлик натижаларида ишончли ўзгаришлар рўй берди.

3-6 ёшли болаларда эгилувчанликнинг ривожланиши.

Утказилган тадқиқотларнинг кўрсатишича, ҳар хил жинсли болаларда ёш ортгани сайин эгилувчанликнинг ривожланиш даражаси унча яққол бўлмаган тўлқинсимон эгри чизиқдан иборат экан (3.13-расм).

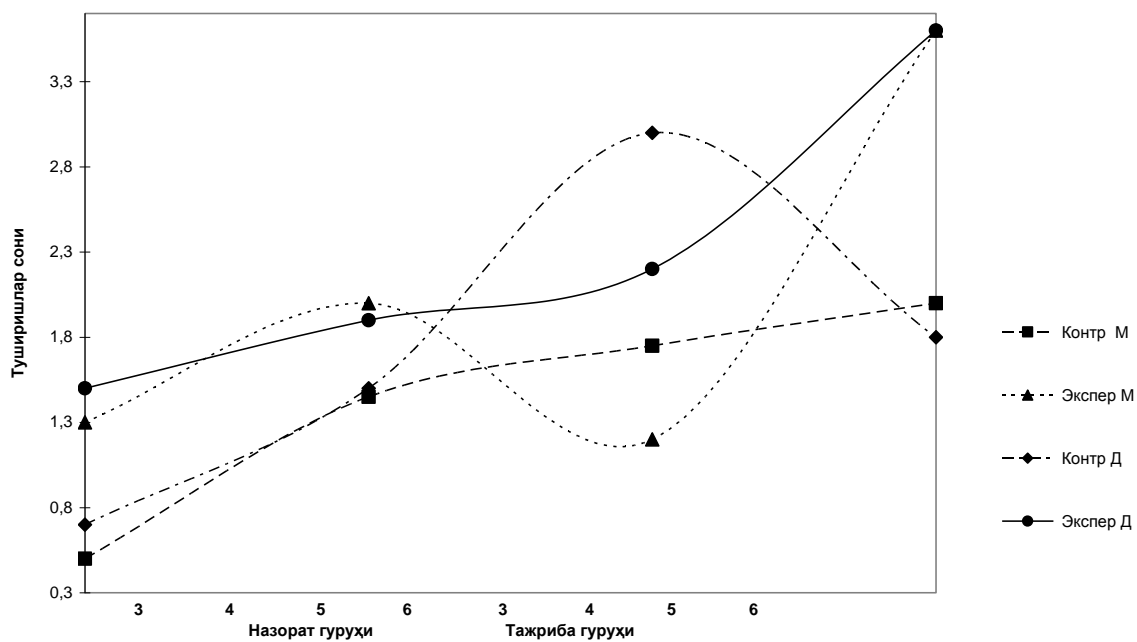
Бунда педагогик тажриба 3-6 ёшли болалар эгилувчанлик динамикасининг ўзгаришлари хусусиятларига сезиларли таъсир кўрсатади.

Назорат гуруҳи ўғил болаларида эгилувчанлик кўрсаткичлари «кўприкча»ни бажариш вақтида тўрт ёшга келиб яхшиланади, беш-олти ёшларда эса аксинча, аста секин пасайиб боради. Ҳудди шундай ҳолат учдан олти ёшгача бўлган қизларнинг назорат гуруҳида ҳам кузатилди. Тажриба гуруҳида бу машқда эгилувчанликнинг ўзгариш эгри чизиғи ўғил болаларда кўзгудагидек акс этди, яъни 3 ёшдан 4 ёшгача у пасайиб борди, кейинги йилларда эса аста-секин кўтарилиш юз берди. Тажриба гуруҳи қизларида чаққонлик кўрсаткичи динамикаси уларнинг назорат гуруҳидаги тенгдошларида қайд этилганларни такрорлади.

Масалан, агар назорат гуруҳларида 3 ёшли ўғил болаларнинг гавдасини энгаштириш кўрсаткичлари 4 ва, айниқса, 5 ёшга қадар ошиб борса, 6 ёшда натижаларнинг бирмунча пасайиши рўй беради. Ҳудди шу ҳолат қизлар гуруҳида ҳам кузатилади.

Педагогик тажрибадан сўнг тажриба гуруҳидаги 3 ёшли ўғил болаларда гавдани энгаштириш вақтидаги эгилувчанлик кўрсаткичи ёш ўзгаришлари эгри чизиғининг динамикаси 4 ёшга бориб анча ортади, лекин кейин 5 ва 6 ёшга бориб пасаяди.

Тажриба гуруҳи қизларида педагогик тажрибадан сўнг эгилувчанликнинг назорат гуруҳига нисбатан энг яққол намоён бўладиган ўсиши 5 ёшда, энг кам даражаси эса 6 ёшда кузатилади.



4.1-расм. 3-6 ёшли болаларда чаққонлик кўрсаткичларининг ёшга қараб ўзгариши (5 уринишда тўпни саволга тушириш сони)

Елка бўғимини буриш тестининг бажарилиши кўрсаткичлари таҳлилидан шу маълум бўлдики, 5 ва 6 ёшда педагогик тажриба натижасида мактабгача ёшдаги болаларда эгилувчанликнинг ривожланиш даражаси ишончли равишда ўзгармас экан.

3 ёшли ўғил болаларда педагогик тажриба, 2 тест маълумотларига кўра (кўприкча ва олдинга энгашиш), эгилувчанликнинг ривожланиш нуқтаи назаридан, умуман олганда, ижобий натижалар берди. Лекин тажриба якунига кўра фақат олдинга энгашишларни бажариш вақтида ишончли кўрсаткичлар қўлга киритилди. Айти вақтда қизларда фақат «кўприкча»ни бажариш маълумотларига кўра ишончли ўзгаришлар рўй берди. Тажриба гуруҳининг тўрт ёшли ўғил болаларида педагогик тажриба тугаганидан сўнг назорат гуруҳидаги тенгдошларига нисбатан барча тестларни бажаришда ишончли тафовутлар қайд этилди.

Худди шу ёшдаги қизларда иккита тестдан бирортасида ҳам ишончли ўзгаришлар юз бермади. Беш ва олти ёшда болалар энди учта тест бажара бошладилар. Беш ёшли тажриба гуруҳи ўғил болалари фақат бир ҳолатда – «кўприкча»ни бажаришда назорат гуруҳига нисбатан ўз натижаларини ишончли равишда яхшиладилар. Шу ёшдаги қизлар эса, гарчи ишончли бўлмаса-да, барча уч тестда ўзлариинг дастлабки натижаларини бир мунча пасайтирдилар.

Педагогик тажрибанинг анча юқори ижобий натижалари олти ёшли болалар гуруҳида қўлга киритилди. Буни шундан кўриш мумкинки, энгашишлардек энг серахборот кўрсаткични ўғил болалар иккинчи синовда 3,2 баробар кўтардилар ($t = 6,3$) Тажриба натижалари бўйича қизлар гуруҳидаги ишончли кўрсаткичларни учта тестдан иккитасида олиш мумкин бўлди.

ХУЛОСАЛАР

1. Жисмоний тарбиянинг баён этиладиган мақсадлари билан 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлиги ҳамда психик ривожланишининг мавжуд аҳволи орасидаги зиддиятларнинг ўсиб бориши мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш аҳамиятига ўзгаришлар киритиш эҳтиёжини юзага келтиради. Мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси самарадорлигини ошириш учун ҳаракатли ўйинларни жисмоний сифатлар ва психик жараёнлар билан биргаликда ривожлантириш тамойили бўйича болалар организмига фаол таъсир кўрсатишга йўналтириб, табақалаштиришга асосланиш керак бўлади.

2. Жисмоний тарбия амалиётида табақалаштирилган ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш усулияти 3-6 ёшли болалар ёш-жинс динамикасининг аниқланган хусусиятларига ҳамда жисмоний сифатлари ва психик жараёнларини биргаликда ривожлантириш суръатларига таянади. Уларнинг асосийларига қуйидагилар киради: кучнинг намоён бўлишида жинсий диморфизм элементлари 4-5 ёшда кўзга ташланади, чидамлилиқ ва чаққонликда – беш ёшда; эгилувчанликда – уч ёшда; хотира, диққат ва тафаккурнинг намоён бўлишида 3-4 ёшда, идрок ҳамда тасаввурда 5-6 ёшда.

3. Ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш асосида ишлаб чиқилган жисмоний сифатлар ва психик жараёнлар ривожига биргаликда педагогик таъсир кўрсатиш усулияти 3-6 ёшли болалар жисмоний тайёргарлигининг табиий динамикасига хос ёш хусусиятларига жиддий таъсир кўрсатади. Жисмоний сифатларнинг ривожланишидаги сенситив даврлар қуйидагилар: куч - ўғил болаларда – 4-5 ёш, қизларда – 3-4 ёш, чидамлилиқ ўғил болалар ва қизларда – 5-6 ёш, тезкорлик - ўғил болалар ва қизларда – 3-4 ёш, чаққонлик ўғил

болаларда – 4-5 ёш, қизларда – 5-6 ёш, эгилувчанлик - ўғил болаларда – 3-4 ёш, қизларда – 4-5 ёш.

4. Ҳаракатли ўйинлар воситасида жисмоний тайёргарлик хусусиятларига аниқ мақсадли фаол педагогик таъсир кўрсатиш натижасида мактабгача ёшдаги болаларнинг психик жараёнлари ривожда қуйидаги сенситив даврларни аниқлаш имконини берди:

- ўғил болаларда 3 ёшдан 4 ёшгача диққат, тасаввур ва кўриш хотираси, 5 ёшдан 6 ёшгача эса кўриш хотираси ва тасаввур айниқса кучли ривожланади;

- қизларда 3 ёшдан 4 ёшгача кўриш хотираси, тафаккур ва тасаввур, 5 ёшдан 6 ёшгача эса кўриш хотираси, идрок ва тасаввур кучли ривожланади.

5. Алоҳида жисмоний сифатлар ҳамда психик жараёнлар орасидаги алоқаларнинг хилма-хиллиги ва ишончилиги 3 ёшда айниқса яққол ифодаланса, тўрт ёшда бунинг акси. Катта мактаб ёшида юқорида айтиб ўтилган алоҳида кўрсаткичларнинг ўзаро таъсирида танланиш даражаси ўғил болаларда қизларга нисбатан юқорироқ бўлади.

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш жараёнида ҳаракатли ўйинларга ниҳоятда катта аҳамият берилади. Бироқ қатор ҳолатларда, масалан, қизлар учун ритмик гимнастикада спорт тайёргарлигига кенг ўрин ажратилади. Айтилишича бизнингча ҳаракатли ўйинларга бўлган эътиборни спорт машғулотлари фойдасига пасайтириш мақсадга мувофиқ эмас. Уларни табақалаштириб аниқ йўналишга мувофиқ: алоҳида жисмоний сифатлар ва психик жараёнларни, шунингдек уларни ўзаро алоқадор равишда қўллаган маъқул.

Бунинг учун диссертацияда тақдим этилган ҳаракатли ўйинлар мажмуаларидан фойдаланиш зарур, улар жисмоний ва психик сифатларни биргаликда ривожлантиришга кўра табақалаштирилган. Бунда улардан мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш амалиётида фойдаланишга қуйидаги хусусиятларни назарда тутиш керак.

1. Биринчи босқичда ўз йўналишига кўра бирлаштирилган, масалан, куч ва диққатни, куч ва тасаввурни, куч ва тафаккурни, куч ва идрокни, куч ва хотирани ривожлантирадиган ҳаракатли ўйинлар гуруҳини аниқлаб олиш керак.. Шунингдек бошқа жисмоний сифатлар масаласини ҳам ойдинлаштириб олиш лозим (чидамлилиқ, тезкорлик, эпчиллик, эгилувчанлик). Бу дастлабки ишларнинг барчаси болаларнинг ёши ҳамда жинсини ҳисобга олган ҳолда амалга оширилади.

2. Иккинчи босқичда мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш жараёнида ҳаракатли ўйинларни аниқ мақсадга йўналтириб қўллашни амалга ошириш режаси ишлаб чиқилади. Хар бир жисмоний сифатни ривожлантириш беш ҳафта мобайнида амалга оширилиши тавсия этилади. Бу вақт орасида болалар бешта психик жараёндан бирини кўпроқ ривожлантирадиган у ёки бу ҳаракатли ўйинни камида 12 марта қўллаб кўришлари шарт. Болаларнинг кун тартибига ҳаракатли ўйинлар кўпи билан

2 - 3 марта (эрталаб ва кечкўрун ёки эрталаб, кундузи ва кечқурун). Бунда хар - бир ўйин 3 дан 5 мартагача кетма-кет кичкина танаффус билан бажарилади.

3. Учинчи босқичда жисмоний сифатлар ва психик жараёнларнинг ривожланиш даражасини баҳолаш мақсадида назорат тест ўтказилади. Кейин илгариги режани такрорлаш бошланади лекин энди бошқа ҳаракатли ўйинлар гуруҳи, масалан, тезкорлик ва диққатни, тезкорлик ва тафаккурни, тезкорлик ва идрокни, тезкорлик ва тасаввурни ривожлантирувчи машқлар берилади. Шундай қилиб барча жисмоний сифатларни камраб оладиган жараён назорат синовларини ҳам инобатга олганда кўпи билан 6 – 8 ойни ташкил этади.

4. Мактабгача ёшдаги болалар билан ўқув машғулотларни ўтказганда, психик сифатларнинг ривожланишидаги сенситив даврларни ҳисобга олиш зарур: ўғил болаларда уч ёшда диққат ва тасаввур ҳаммасидан кўпроқ ривожланади, қизларда – кўриш хотираси ва идрок; тўрт ёшда ўғил болалар ва қизларда кўриш хотираси ва диққат бир ҳил ривожланади; беш ёшда ўғил болаларда – кўриш хотираси ва тасаввур, қизларда – кўриш хотираси ва тафаккур; олти ёшда ўғил болалар ва қизларда – кўриш хотираси ва тасаввур.

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Ўзбекистон Республикаси «Болалар ва ўқувчи ёшларни жисмоний тарбиялаш концепцияси» «Учитель Узбекистана» газетаси 1992 . № 43,44,48
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Соғлом авлод учун» орденини таъсис қилиш тўғрисидаги фармони (1993 й 4 март). «Туркистон» газетаси 1993 й 6 март.
3. Каримов И.А «Баркамол авлод орзуси». Тошкент, «Ўзбекистон» 1999 - Б 1 - 150
4. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М.: Наука, 1982. - С. 42-168.
5. Асеев В.Г. Возрастная психология: Учебное пособие – Иркутск, 1989. – С.62-89
6. Бакашвили В.Г. К вопросу о физическом воспитании детей дошкольного возраста в семье // Научно-практические аспекты физической культуры и спорта: Сб. науч. тр. - Тбилиси, 1986. - С. 57-61.
7. Баландин В.А., Чернышенко Ю.К. Возрастные особенности динамики показателей физического развития, физической подготовленности и психических процессов детей 5-10 лет в период подготовки и адаптации к обучению в школе //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2001. - №3. - С. 24-29.
8. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с
9. Баскакова И.Л. Внимание дошкольника, методы его изучения и развития. Изучение внимания школьников. - М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995.- 64 с.
10. Быкова Л.И. Обучение детей дошкольного возраста основным движениям.- М.: Просвещение, 1991.- 60 с.

11. Вакулина Т.А. Гигиенические аспекты физического воспитания детей дошкольного возраста // Физическое воспитание дошкольников: Сб. науч. тр. обл. науч.-практич. семинара по физ. восп. детей дошкольных учреждений (20-23 ноября 1991 г.).- Волгоград, 1993.- С. 6-10.
12. Венгер Л.А. Основные направления работы по программе «Развитие» для детей старшей группы //Дошкольное воспитание.- 1994.- №9.- С.31-
13. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков. - Киев: Здоровье,1991.-120 с.
14. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Под ред. Давыдова В.В. -М.: Педагогика, 1991.- 480 с.
15. Гамезо П.В. и др. Старший дошкольник и младший школьник: психодиагностика и коррекция развития: Учебное пособие. - М., Воронеж: Ин-т практ. психологии: НПО «Модек», 1998. - 256 с.
16. Геллер Е.И. Основные функции подвижных игр и проблемы дальнейшего их внедрения в практику физкультурного движения // Теория и практика физической культуры.- 1988.- №3.- С.20-22.
17. Годик М.А. Спортивная метрология. - М: ФиС, 1988. - 192 с.
18. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам. Старший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений.- М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001.-264 с.
19. Давыдов В.Ю. Морфофункциональные показатели и двигательные качества детей 3-6-летнего возраста разных типов конституции: Методические рекомендации.- Волгоград, 1994.- 34 с.
20. Дворкин Л.С, Рапопорт Л.А. Начальное физкультурное образование детей (от рождения до шести лет). Екатеринбург: УГТУ, 1998. - 109 с.
21. Доман Г. Гармоничное развитие ребенка: Пер. с англ. /Состав. В. Дольникова.- М.: Аквариум, 1996.- 448 с.

22. Зеньковский В. В. Психология детства: Учебное пособие для вузов. -Екатеринбург: Деловая книга, 1995. - 347 с.
23. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. - М.: Медицина, 1989. -126с.
24. Зуев В.М. Формирование точности движений у детей 5-7 лет на занятиях по физической культуре: Дис...канд. пед. наук. - М., 1992. -177 с.
25. Каданцева Г.А. Взаимосвязь познавательной и двигательной активности детей шести лет // Теория и практика физкультуры. - 1993. - №11-12. - С.40-41.
26. Карманова Л.В., Шебеко В.Н., Логвина Т.Ю. Диагностика физического развития дошкольников: Метод, рекомендации - Мнм ГГИФК, 1992. - 33 с.
27. Касаткина Г.М. Влияние физических упражнений разной направленности на развитие и психику детей 3-7 лет: Автореф. дис.канд. пед. наук. - М., 1992.-16 с.
28. Козлова В.И., Фарбер Д.А. Физиология школьника. - М.: Педагогика, 1990.-64 с.
29. Коломина Е. Развитие функции равновесия у детей дошкольного возраста (4-6 лет) // Тезисы докладов XVII научной конференции студентов и молодых ученых МОГИФК, посвященной 100-летию Международного олимпийского движения (28-29 апрел, 94 г). Малаховка 1994. С15-17.
30. Коломинский Л.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1988.- 190 с.
31. Королева М.Н. Методика воспитания быстроты у детей дошкольного возраста (4-6 лет): Дис... канд. пед. наук. - Омск, 1985. - 177 с.
32. Кравцов Г. Г., Кравцова Е. Е. Шестилетний ребенок: психологическая готовность к школе. - М.,1987 (Как оценивать шестилетних детей: 60-66.)
33. Кузнецова М. Двигательная активность детей //Дошкольное

воспитание. - 1993.-№9.-С. 24-26.

34. Курьсь В.Н., Сляднева Л.Н. Пластика в физической активности дошкольного возраста и её формирование средствами хореографии. Современные проблемы физического воспитания, валеологии и здорового образа жизни. 5-я Северо-Кавказская региональная научно-практическая конференция. 18-21 мая. Тезисы докладов. - Крпоткин, 2000. -28 с.

35. Логвина Т.Ю. Оптимизация режима двигательной активности дошкольников в зависимости от их возраста. Автореф. дис. ... канд. пед.наук.- Минск, 1991.- 24 с.

36. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека.- М, 1992.- 122 с.

37. Лупан С. Поверь в свое дитя./Пер. с франц. Е.И. Дюшен. - М.: Эллис-Лак, 1993.-255 с.

38. Луури Ю.Ф. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. -М.,1991.-115 с

39. Лях В., Панфилова Н. Развивать координационные способности //Дошкольное воспитание.- 1991.- №7.- С. 16-19.

40. Майорова Л.Т. Методика воспитания координационных способностей детей дошкольного возраста (4-6 лет): Дис... канд. пед. наук. - Омск, 1988. -169 с.

41. Мальцева И.Г. Структура физических нагрузок при воспитании выносливости детей 6-летнего возраста: Дис... канд. пед. наук. - Омск, 1988. - 208 с.

42. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991.-182 с.

43. Мелиев Х.А. Средства и методы совершенствования физической подготов- ленности детей дошкольного и младшего школьного возраста на основе по- вышения их двигательной активности: Дис.. .канд.пед.наук. - Ташкент, 1984.-244с

44. Мотылянская Р.Е., Артамонов В.Н. Медико-биологические основы здорового образа жизни. Метод, разработ. для студентов и слушателей. - М.: ФПК ГЦОЛИФК, ГЦОЛИФК, 1992. -51с.
45. Мухина В.С. Возрастная психология: Учебник для вузов. - М.: Изд. центр. «Академия», 1997. - 432 с. / Программа «Высшее образование».
46. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов.- 5-е изд., стереотип. - М.: Изд. центр «Академия», 2000. - 456 с.
47. Накова И.Р. Педагогические условия преемственности дошкольного и начального образования как предпосылка реализации личностно-ориентированного образования. Развитие личности в образовательных системах Южно-Российского региона. 7-е годичное собрание Южного отделения РАО. 19-е региональные психолого-педагогические чтения Юга России, часть2-я. АГУ, 2000. - С. 98.
48. Наталов Г.Г. и др. Концепция организации физического воспитания в лицеях и колледжах // Сборник научных трудов, посвященный 25-летию Кубанской государственной академии физической культуры. - Краснодар, 1994.- С. 236-238.
49. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: 3 кн. - М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 1999. :
50. Ноткина Н.А. Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста. Игры и упражнения. - СПб., 1995.- 64 с.
51. Общение детей в детском саду и семье./ Под редакцией Т.А. Репиной, Р.Б. Стеркиной. -М.: Просвещение. - 1990. - 152 с.
52. Озеров В.П. Формирование психомоторных способностей у школьников. -Кишинев: Лумина. - 1989. - 109с.
53. Пензуллаева Л.И., Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. – М.: Просвещение, 1988. –143 с.
54. Пимонова Е.А. Содержание и методика физического воспитания

детей 5-7 лет: Автореф. дис...канд.пед.наук. - М., 1990. - 23с.

55. Пономарев С.А. Растите малышей здоровыми. - М.: Старт, 1992, 95с.

56. Полтавцева Н.О. О программе знаний физической культуры для дошкольников // Дошкольное воспитание. - 1997. -№ 5. - С. 14.

57. Сагайдачная Е.П. Воспитание волевых качеств у старших дошкольников при выполнении физических упражнений: Автореф. дис. канд. пед. наук -М., 1988.-23 с.

58. Ситдинов Ф.Г. Растущий организм в условиях мышечной деятельности: Межвузовский сборник научных трудов Казанского государственного педагогического ин-та.- Казань, 1990.- 183 с.

59. Степаненкова Э. Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание. - 1995. - № 12.- С. 23-25.

60. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми.- М.: Просвещение,1986.-200 с.

61. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии: Пособие для студентов, учащихся пед. училищ и колледжей, воспитателей дет. сада. - М.: Просвещение, Владос, 1995. - 291 с.

62. Усманхаджаев Т.С. Народные игры, национальные виды спорта и пути их использования в физическом воспитании детей и молодёжи / Соғлом авлод тарбияси буюк давлат куриш заминидир. Илмий амалий анжуман материаллари 2 қисм Тошкент 1994, - Б. 165-166.

63. Усманхаджаев Т.С. Соғлом бола – эл бойлиги // Кичик ёшдаги болаларнинг жисмоний тарбияси тўғрисида. Тошкент «Янги аср авлоди». 2005. – б.61.

64. Фельдштейн Д. И. Проблемы возрастной и педагогической психологии. Избранные психологические труды. - М.: Международная пед. академия, 1995.-368 с.

65. Филимоненко Ю., Тимофеев В. Руководство к методике

исследования интеллекта у детей Д.Векслера. Адаптированный вариант. СПб., 1993.-57 с.

66. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. - М.: Ф и С, 1980. –255 с.

67.Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке.- М.: Просвещение, 1986.- 89 с.

68. Чернышенко Ю.К. и др. Методика физической подготовки детей старшего дошкольного возраста //Тезисы XXIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов юга России (5-7 декабря).- Краснодар, 1995.-С. 56-57.

69. Чернышенко Ю.К. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста //Теория и практика физической культуры. - 1999.- № 3. - С. 54 - 58.

70. Чернышенко Ю.К., Дворкин Л.С. Взрослым о физическом воспитании детей дошкольного возраста.- Краснодар, 1997.- 162 с.

71. Шевченко Г.А.. Физическое воспитание дошкольника. - Ростов, Книжное издательство, 1980.- 158 с.

72. Эльконин Б.Д. Психология игры. -М.: Педагогика, 1978.-300с.

73. Юрко Г.Л., Ященко Л.Б., Белоярцева В.В. Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста // Развитие двигательных способностей у детей. -М, 1976. -С.215-216.

74. Ященко Л.Б. Влияние различных мышечных нагрузок на функциональное развитие нервной системы у дошкольников: Материалы всесоюз. науч. конф. М. 1999- 78-79с.

75. Янкелевич Е. И. Физическое воспитание детей от 0 до 7 лет. - М: Физкультура и спорт, 1999. - 206 с.