

**ARTICLE INFO**Received: 24th June 2024Accepted: 29th June 2024Online: 30th June 2024**KEYWORDS**

Developpment, action
games, training, plot
games, didactic games.

**EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN'S PHYSICAL
QUALITIES THROUGH THE USE OF ACTION GAMES****Axmedova Turg'unoy Sultonali qizi**

Fergana State University,

2nd stage student of Pre-school education

<https://doi.org/10.5281/zenodo.12608171>**ABSTRACT**

In this article, it is said that the main tasks of physical education of preschool children in preschool education organizations and in the family are to raise them healthy and strong, to train the children's body, to organize education and upbringing correctly.

**MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA HARAKATLI O'YINLARNI
QO'LLASH ORQALI JISMONIY SIFATLARINI TARBIIYALASH****Axmedova Turg'unoy Sultonali qizi**

Farg'ona davlat universiteti,

Maktabgacha ta'lim yo'nalishi 2-bosqich talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.12608171>**ARTICLE INFO**Received: 24th June 2024Accepted: 29th June 2024Online: 30th June 2024**KEYWORDS**

Rivojlanish, harkatli
o'yinlar, chiniqish, syujetli
o'yinlar, didaktik o'yinlar.

ABSTRACT

Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabgacha ta'lim tashkilotlarida, oilada jismoniy tarbiyalashning asosiy vazifalari ularni sog'lom va baquvvat qilib o'stirish, bolalarning organizmini chiniqtirish, ta'lim va tarbiyani to'g'ri tashkil etishdan iboratligi haqida so'z yuritilgan.

KIRISH

Insonning rivojlanish jarayonida egallab boradigan harakat tajribasi turli darajadagi harakat dasturlarining yuzaga kelishi va mustahkamlanishida o'z ifodasini topadi. Pedagogika amaliyotida predmetlar bilan syujetli, harakatli va didaktik o'yinlar bir-biridan farqlanadi. Bolalar jismoniy tarbiyasida harakatli o'yinlar juda katta ahamiyatga ega, harakatli o'yinlar kichik, o'rta va katta harakatchanlik darajasiga ega bo'lishi mumkin. Kichik maktabgacha yoshdagi bolalar tabiiy harakatlarni o'yinlar yordamida o'zlashtiradilar (qadamlab yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish, tirmashish singari). Harakatli o'yinlar bolalarni jismonan tarbiyalashning asosiy vositalaridan biri. Ularni ikki yoshdan boshlab qo'llash mumkin. Bu davrda bolalar yugurish, sakrash, uloqtirish, tirmashib chiqish kabi hayot uchun zarur harakat ko'nikmalarini o'zlashtira boshlaydilar.



Katta maktabgacha yoshdagi bolalar kuch (qo'llarda tortilish), tezkorlik (qisqa masofaga yugurish, moksimon yugurish) va boshqa sifatlar bobida musobaqalashar ekanlar, o'z harakat va imkoniyatlarini baholashga qodir bo'ladilar. Jismoniy rivojlanishdan tashqari, harakatli o'yinlar bolalarda iroda, mardlik, qat'iyatlilik, chidamlilik, jur'at kabi hislatlarni tarbiyalashga yordam beradi. Bolalar o'zlarining harakatiga bo'lgan ulkan ehtiyojlarini, odatda, o'yinlar vositasida qondirishga urinadilar.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Maktabgacha tarbiyani insonparvarlashtirish uni yangilash bugungi kunda bu jarayonning asosi hisoblanadi. Olimlar, amaliyotchi mutaxassislarning tobora ko'proq qismi maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash tizimi shaxsga majmual, insoniy ta'sir o'tkazishi, har bir bolaning muntazam va imkon qadar to'la jismoniy rivojlanish huquqi amalga oshirilishini ta'minlashi kerak, degan xulosaga kelmoqdalar.

Maktabgacha yoshdagi bolalarni o'rab turgan muhit tobora o'zgarib bormoqda. Oddiy, sodda o'yinlar o'rniga kompyuter o'yinlari, texnologik o'yinlar kirib keldi. Bolalarni aqliy, estetik rivojlantirish ustuvor vazifa hisoblanmoqda. Ularni ahamiyatini inkor etmagan holda aytish kerakki, harakatli o'yinlar, sayrlar, tengdoshlari bilan muloqot qilishga bolaning vaqti tobora kamayib bormoqda. Ular texnologik o'yinlar qarami bo'lib bormoqdalar. O'yin bilan bola faoliyatining boshqa turlari, o'yinlarning har xil turlari orasidagi muvozanatning buzilishi (harakatli va o'tirib o'ynaydigan, alohida va birgalikdagi) maktabgacha yoshdagi bolalar salomatligida ham, harakat qobiliyatlarining rivojlanish darajasida ham o'z salbiy aksini topmoqda.

TADQIQOTLAR METODOLOGIYASI

Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy rivojlantirish muammolarini hal etishning yangi usullarini izlash, birinchi navbatda, ko'rsatilgan ziddiyatlarni hal etish zarurati bilan, ikkinchi navbatda esa, o'sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy tayyorgarligi rivoji jarayonini takomillashtirish qonuniyatlarini, metodologik va usuliy sharoitlarini o'rganish zarurati bilan bog'liq.

Ilk go'daklik davrining jiddiy xususiyati bolaning salomatligi, jismoniy rivojlanish holatining o'zaro uzviy bir-biriga bog'liqdir.

Shu sababdan, maktabgacha yoshdagi bolalarni jismonan sog'lomlashtirish, bolaning harakat sohasini rivojlantirish, chaqqon, kuchli, jasur bo'lishdek hayotiy ehtiyojlar asosida harakatga bo'lgan qiziqishini kuchaytirishning samarali vositalarini izlab topish va asoslab berish dolzarb masala hisoblanadi. Mazkur muammoning yechimi, yaxlit tarbiya jarayonini, bolaning har tomonlama mutanosib, jumladan, jismoniy va shaxsiy rivojini ta'minlovchi ijtimoiy-pedagogik sharoitlar birligini yaratishdadir desak noo'rin bo'lmaydi. Bunda bolalarning harakat faoliyatini tashkil etishning o'yin shakllari eng qimmatli sanaladi. Negaki, o'yin bolalarning eng asosiy faoliyatlari hisoblanadi.

Harakatli o'yinlar asosida maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy sifatlari va psixik jarayonlarini maqsadli rivojlantirish masalasi xususida ayrim ishlarda to'xtalib o'tilgan bo'lsa ham, batafsil so'z yuritilmagan. Shuning uchun bu mavzu yuzasidan ish olib borishdan maqsad jismoniy tarbiya vositasi sifatida harakatli o'yinlardan foydalanish asosida maktabgacha tarbiya tashkilotlari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasining



nazariy asoslari va usuliy yo'llarini aniqlashdan iboratdir. Maqsadga erishish jarayonida maktabgacha tarbiya tashkilotlari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish uchun olib borilayotgan jismoniy tarbiya va ommaviy sog'lomlashtirish tadbirlari tashkillashtirib tadqiqot olib borish yuqorida keltirilgan muommoni yechishga zamin yaratadi.

Maktabgacha tarbiya tashkilotlari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasini yaratishning nazariy asoslari mazmuni, shakli, vositalari hamda usuliyatini yangilash ishning predmeti hisobida amalga oshiriladi. Shu predmetni qo'llash jarayonida quyidagi farazni ilgari surish maqsadga muvofiqdir, jumladan maktabgacha tarbiya tashkilotida bolalar harakat faoliyatini rivojlantirish jarayonini nazariy asoslash haqidagi tahminlarga asoslanadi. Shuningdek, bolalar jismoniy tarbiyasidagi bu yo'nalishni amalga oshirish an'anaviy vositalar, xususan, harakatli o'yinlardan ham bolalar harakat faoliyatini rivojlantirish maqsadida foydalanish ta'sirini jiddiy yaxshilashga yordam berishi mumkin.

Harakatli o'yinlar chog'ida bolalarning harakatlari takomillashadi, tashabbuskorlik va mustaqillik, ishonch va qat'iyat kabi sifatlari rivojlanadi. Ular o'z harakatlarini muvofiqlashtirish, hatto ayrim qoidalarga rioya qilishni (dastlab, albatta, sodda shaklda) o'rganadilar. Uch yoshgacha bo'lgan bolalar, odatda, juda ta'sirchan, emotsional holatlari noturg'un: ular serharakat bo'ladilar, lekin bir turli harakatlardan tez charchaydilar, tanafussiz uzoq vaqt yura (yugura) olmaydilar. Shuning uchun o'ta faol bolalarni nazorat qilib turish: qo'llarida osilishga, katta balandlikdan sakrashga ruhsat bermaslik, ularning e'tiborlarini birmuncha sust sur'atli o'yinlarga tortish kerak. Asta-sekin o'yinlarning mazmuni ham o'zgarib boradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni tarbiyalash xususiyatlari asosan bolaga tug'ilganidayoq, uning qoniga alohida rivojlanishning irsiy dasturlari tomonidan joylashtirilgan jismoniy imkoniyatlarning tegishli yig'indisi ato etilgan bo'ladi. Organlar, organizm tuzilmalarining biologik yetilishi davomida shaxsiy imkoniyatlar rivojlanib, insonning har-xil jismoniy xususiyatlarini belgilaydi. E.A Pimonova, L.V Karmanova va boshqalar bergan ma'lumotlarga ko'ra, so'nggi 20 yil mobaynida bolalarning jismoniy rivojlanishida qayd etilgan umumiy ijobiy yo'nalishlari (gavdaning barcha o'lchamlari kattalashuvi) ularning harakat tayyorgarligida sezilarsiz o'sish kuzatiladi, bir qator ko'rsatkichlar esa (tezkorlik, tezlik-kuch imkoniyatlari) ancha pasayadi. Shunga qaramay, mutaxassislar jismoniy sifatlarni tarbiyalash aynan maktabgacha davrda boshlanishi kerak, deb hisoblaydilar.

Bolalar o'zlariga tanish harakatlarnigina emas, ko'rganlarini ham faol ravishda takrorlaydilar. O'yin uzoqroq davom etsa, uning syujeti xilma-xil va tushunarliroq bo'lib boradi. Keyinroq o'yin yanada murakkablashadi: unda uchta rol paydo bo'ladi, masalan bir bola qo'yni, ikkinchisi -bo'rini, uchinchisi -cho'ponni tasvirlaydi. Har xil o'yinchoqlar bilan o'tkaziladigan mustaqil harakatli o'yinlar juda foydali; bolalarni ikkita, uchtdan guruhlash mumkin. Bolaning harakatlari odatda o'yinchoq turlari bilan belgilanadi: masalan, bayroqchalar, halqalar bilan yugurish, mashinalarni yurgizish, koptoklarni dumalatish, otish, ilib olish kerak. Bolalar bunday o'yinchoqlar bilan qiziqib shug'ullanadilar. Biror mustaqil o'yinlarda bolalar darhol faollik va tashabbuskorlikni namoyon eta olmaydilar, ularning xarakatlari bir turli va cheklangandir. Lekin kattalarning topshirig'ini bajarish bilan bog'liq



o'yinlarda bolalarning harakatlari aniq maqsadga yo'naltirilgan bo'ladi, ular harakatlarni bir necha bor takrorlab, harakat ko'nikmalarini mustahkamlaydilar, chaqqonlik, epchillikni rivojlantiradilar.

XULOSA

Qisqa vaqtda, tezkorlik va kuch harakatlarida asab-mushak tizimi faoliyati boshqaruvini yaxshilashga ko'proq ahamiyat beriladi. Birmuncha uzoq vaqtli faoliyatda harakat funktsiyalarini takomillashtirish bilan birga vegetativ funktsiyalarni muvofiqlashtirish ham jiddiy hisoblanadi. Ammo, bolalar organizmining kuch, tezlik va chidamlilik ko'rsatkichlari yaxshilanishini belgilaydigan funktsiyalarining fiziologik boshqarilishini yaxshilashda eng muhim o'rinni asab tizimi, ayniqsa, mushak zo'riqishlarida organizmning funktsiyalari yaxshilanishini ta'minlovchi aloqalarning shakllanishi egallaydi.

Shu sababdan, bolalik davrida kuch, tezlik va chidamlilikning o'zaro uzviyligiga oid turli-tuman shakllarni belgilovchi fiziologik mexanizmlar ham xilma-xildir. Shartli-reflektor omillar muhim ahamiyatga ega. Mashg'ulotlar davomida biror yo'nalishdagi kuch, tezlik yoki chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatlar uchun markaziy asab tizimida mushaklar hamda vegetativ organlar ishini dasturlashtirishning ma'lum shakllari yuzaga keladi. Harakatli o'yinlar harakat qobiliyatlari kompleks rivojlantirish vazifasining amalga oshirilishini maksimal darajada ta'minlaydi, chunki ularning mazmuni harakat dasturlarini shakllantirish va almashtirishga yo'naltirilgan. Ma'lumki, insonning rivojlanish jarayonida egallab boradigan harakat tajribasi turli darajadagi harakat dasturlarining yuzaga kelishi va mustahkamlanishida o'z ifodasini topadi. Harakat malakalari qanchalik xilma-xil bo'lsa, yangi harakatlarni o'zlashtirish imkoniyatlari shuncha ko'p bo'lishi tabiiydir. Harakatli o'yinlar murakkab tizimlar bo'lgan tana va uning qismlari holatlari, harakatlar va harakat faoliyatlarining tez-tez almashinib turishi bilan ifodalanadi.

Pedagogika amaliyotida predmetlar bilan syujetli, harakatli va didaktik o'yinlar farqlanadi. Bolalar jismoniy tarbiyasida harakatli o'yinlar juda katta ahamiyat kasb etadi, harakatli o'yinlar kichik, o'rta va katta harakatchanlik darajasiga ega bo'lishi mumkin. Kichik maktabgacha yoshdagi bolalar tabiiy harakatlarni o'yinlar yordamida o'zlashtiradilar (qadamlab yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish, tirmashish). Harakatli o'yinlar bolalarni jismonan tarbiyalashning asosiy vositalaridan biri.

References:

1. "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligining 2018-yil 7-iyuldagi 4-sonli hayot yig'ilishi qarori bilan tasdiqlangan va nashr etilgan dasturi.
2. Maktabgacha ta'lim muassasalarida qisqa muddatli guruhlar faoliyatini tashkil etishda tarbiyachilarni tayyorlash bo'yicha trening moduli. T.: 2017-y.
3. Abdualiyevich, Zokirov Mirzarahim. "CONTENT AND ESSENCE OF THE TOPIC" PSYCHOLOGY OF COMMUNICATION"."ResearchJet Journal of Analysis and Inventions2.04 (2021): 300-305.



4. Abdualievich, Zokirov Mirzarahim. "O'zbek xalq og'zaki ijodining xususiyatlari."INTERNATIONAL JOURNAL OF DISCOURSE ON INNOVATION, INTEGRATION AND EDUCATION2.2 (2021): 338-340.
5. Abdualiyevich, Zokirov Mirzarahim. "THE ROLE OF PLAY IN THE DEVELOPMENT OF COGNITIVE PROCESSES IN CHILDREN."Pindus Journal of Culture, Literature, and ELT1.11 (2021): 9-10.
6. Masharipova M.I. "Maktabgacha tarbiya muassasalarida bolalarning harakat potentsiyalini rivojlantirish texnologiyasi" Monografiya. Tashkent 2018 y.
7. Salomov R.S., Sharipov A.K. "Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati". Darslik II-jild. T. "JTA PRESS". 2015 y.
8. Tulenova X.B., "Ta'lim jarayonida harakatli o'yinlarning ahamiyati" ilmiy maqola, "Umumta'lim maktab, akademik litsey kasb hunar kollejlarda jismoniy tarbiyaning dolzarb muammolari" To'plami. Toshkent 2011-yil.