

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI QAYTA
TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI
FARG‘ONA FILIALI**

**“Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi”
moduli**

2-nazariy mashg‘ulot

Mavzu: Jismoniy tarbiya uslublari

Reja:

Ta'lim metodlari va usullari
tasnifi.

Amaliy metodga oid usullar.

Sog'lomlashtiruvchi jismoniy
tarbiya.

Ta'lim metodlari va usullari tasnifi

Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolaning nerv tizimi va butun organizmi nihoyatda plastik va tashqi ta'sirga beriluvchan bo'ladi. Shuning uchun maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar bilan mashg'ulot olib boranda psixik va jismoniy kuch sarflanadigan to'g'ri vaqt nisbati va undan so'nggi dam olishni belgilash tarbiyachining muhim vazifalaridan biri bo'lishi lozim.

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarga ta'lim berishda ularning yosh xususiyatlari va imkoniyatlarini hisobga olgan holda, quyidagi metodlardan foydalaniladi:

- **og'zaki metod;**
- **amaliy metod;**
- **ko'rgazmali metod;**
- **musobaqa metodi.**
- **o'yin metodi;**

Ogʻzaki metod

Ogʻzaki metod - bu metod bolalar ongiga yoʻnaltirilgan, ular oldiga qoʻyilgan vazifalarni tushunib olishga va mashqlar mazmuni va tuzilishini oʻzlashtirib olishda katta rol oʻynaydigan harakatli mashqlarni ongli ravishda bajarish, bu mashqlarni turli vaziyatlarda mustaqil qoʻllashga yordam beradi.

Amaliy metodga oid usullar:

Bolalarni harakatga o'rgatishda tarbiyachi ko'rgazmali va og'zaki usullar bilan o'zaro bog'liq turli amaliy usullar majmuasidan foydalanadi.

U mashqlarni, harakatli o'yinlardagi ayrim rollarni, boshqaruvchi rolini bajarib ko'rsatadi, bolalarni topshiriqlarga jalb qilib, namuna ko'rsatib, ularni musobaqalarda qatnashishga rag'batlantiradi.

Bolalarga jismoniy harakatlarni o'rgatishda hamma metod va usullardan o'zaro mujassam holda foydalanish lozim.

Amaliy metod



Ko'rgazmali metodga oid usullar.

Bolalarni harakatlarga o'rgatishda ko'rgazmalilikning turli usullaridan foydalaniladi

Yaqqol ko'rish usullari harakat yoki ayrim harakat elementlarining to'g'ri va aniq namoyish etilishidan;

tevarak-atrofdagi hayot ko'rinishlariga taqlid qilishdan;

masofani to'g'ri bosib o'tishda mo'ljal olishdan foydalanish;

ko'rgazmali qo'llanmalar, suratlar va boshqalardan foydalanishdan iboratdir

- **Yaqqol eshitish usullari** harakatlarni ovoz orqali boshqarishga asoslanadi.
- Cholg'u musiqasi va ashula eng yaxshi eshitish ko'rgazmasi hisoblanadi. Ular bolalarda estetik his va emotsional ko'tarinkilik ruxini uyg'otadi, harakat xarakterini belgilaydi, uning sur'ati va ritmini boshqaradi.
- Shuningdek, tarbiyachilar harakat sur'ati va ritmini boshqarishda childirma (buben) dan foydalanadilar.

Ko'rgazmali metod



Musobaqa metodi

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarga ta'lim berishda u faqat pedagogik rahbarlik sharoitida qo'llanilishi mumkin. Bu metoddan **katta guruhlarda** foydalanish mumkin. Musobaqalar bolalar kuchiga mos bo'lishi, axloqiy-irodaviy fazilatlarni tarbiyalash, shuningdek, o'z yutuqlarini va boshqa bolalarning muvaffaqiyatlarini tinglovchilarga ongli munosabatda bo'lish asosida tog'ri baholash musobaqaning majburiy shartidir.

Ko'rgazmali yoki og'zaki metodlardan so'ng darhol bolalar amaliy harakatlarga, harakatlarni mustaqil bajarishga o'tishlari lozim.

Har bir metod vazifalarni hal etishga yordam beradigan bir qancha usullar majmuasidan iboratdir.

Usul - metodning bir qismi, uni to'ldiruvchi va aniqlashtiruvchi qismi.

Musobaqa metodi



O'yin metodi

O'yin metodi - bolalar bilan ishlashda samarali bo'lib, ko'rgazmali obraz va ko'rgazmali amaliy tafakkur elementlarini hisobga oladi.



U turli harakat ko'nikmalarini, harakatlarning mustaqilligini, o'zgaruvchan sharoitga nisbatan tezkor javob reaksiyasini bir vaqtda takomillashuviga, ijodiy faollik ko'rsatishga imkon beradi.

O'yin metodi





**E'tiboringiz
uchun
rahmat!**