

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

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

**“Harakatli o‘yinlarni o‘qitish uslubiyati”
moduli**

2-MAVZU:

(nazariy)

**Harakatli o‘yinlarni tashkil qilish shakllari, o‘rgatish va
o‘tkazish uslubiyati**

dotsent Qambarov Orzubek Faxriddinovich



Reja:

- 1. Harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘rgatish.
- 2. Harakatli o‘yinlarni o‘tkazish uslubiyati.





Harakatli o'yinni tushuntirishdan oldin, o'yin qatnashchilarini shunday qo'yish kerakki, chunki ular instruktorni yaxshi ko'rishlari va uni so'zlab berishini eshitishlari kerak.

Eng yaxshisi o'ynovchilarni dastlabki holatga turg'izish kerak, chunki shu holatdan ular harakatli o'yinni boshlaydilar.





Harakatli o‘yin quyidagi reja asosida ifoda etish tavsiya qilinadi:

- 1) Harakatli o‘yin nomi.
- 2) O‘ynovchilarning roli va ularni joylashish joyi.
- 3) Harakatli o‘yin borishi.
- 4) Maqsad.
- 5) Uning qonun qoidalari.

Jismoniy tarbiya instruktori harakatli o‘yin borishi haqida gapirib shak-shubhasiz, o‘yin qoidalari haqida gapiradi, lekin o‘rgatish oxirida ularga yana bir marta to‘xtalib o‘tadi, chunki bolalar uni yaxshilab esda saqlab qolishlari kerak.





Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalar rivojlanishining o'ziga xos xususiyatlari va jismoniy tarbiya vazifalari.

Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy maqsadi yosh avlodni istiqbol mafkurasi asosida Sog'lom, har tomonlama rivojlangan shaxs sifatida tarbiyalash va maktab ta'limiga tayyorlashdan iboratdir.



Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy vazifalari bolalarni jismoniy, aqliy va ma'naviy jihatdan rivojlantirishdan, ularning tug'ma layoqati, qiziqishi, ehtiyoji va imkoniyatlarini hisobga olgan holda, milliy va umuminsoniy qadriyatlar asosida muntazam ta'lim olishga (maktabga) tayyorlashdan iboratdir.





Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalar jismoniy tarbiyasining vazifalari

Jismoniy tarbiya tizimining barcha bo'g'inlaridagi yagona maqsad: bolalarni hayotga, mehnat va Vatan himoyasiga tayyorlash ishini amalga oshirishdir. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalashning vazifalari, ularni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda berilgandir.



Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiyaning quyidagi vazifalari mavjud:

1. Sog'lomlashtirish vazifalari;
2. Ta'limiy vazifalar;
3. Tarbiyaviy va sog'lomlashtirish vazifalari;
4. Hayotni saqlash va sog'liqni mustahkamlash.





Jismoniy tarbiya vositalari

Texnika taraqqiyoti davrida jismoniy tarbiya va sportga katta ahamiyat qaratilmoqda. Chunki, texnik taraqqiyot davrida insoniyat jismoniy mehnatdan ozod bo‘lib, eng havfli «kam harakat qilish» kasalligiga uchramoqda, bu esa qon-tomir tizimining kasalligiga olib keladi.

Shuning uchun, oxirgi yillarda davlatimiz tomonidan chiqarilgan «Jismoniy tarbiya va sport» bo‘yicha qonun va «Sog‘lom avlod uchun» farmoni va dasturi bolalarning ma‘naviy va jismoniy rivojlanishi, ularning sog‘lom, mehnatsevar, baxtli bo‘lishlari to‘g‘risidagi g‘amxo‘rlikdan dalolatdir. Shunday ekan, bolalarni jismoniy va har tomonlama rivojlanishi uchun jismoniy tarbiya vositalaridan foydalanmog‘imiz muhimdir.





Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarni jismoniy mashqlarga o‘rgatish metodikasi

Gimnastika kishi organizmiga har tomonlama ta’sir etadigan, uning asosiy fiziologik jarayonlarini kuchaytiradigan, garmonik rivojlanishiga yordam beradigan maxsus tanlangan mashqlar tizimidir. Gimnastika mashqlari tufayli hayotiy zarur harakat ko‘nikmalari, harakatlarning go‘zalligi va aniqligi shakllanadi, asosiy jismoniy sifatlar – chaqqonlik, tezkorlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik rivojlanadi.



Gimnastika ilk bolalik chog‘idan qo‘llaniladi va kishi hayotining barcha yosh davrida davom ettiriladi.

Harakatli o'yinlar.

Harakatli o'yinlar jismoniy tarbiyaning asosiy vositasidir. harakatli o'yinlar bolalarning harakat faoliyati jismoniy rivojlanishiga, harakat ko'nikmalari va jismoniy sifatlarning shakllanishiga, organizmning funktsional faoliyatini oshirgan va emotsional quvnoqlik tuyg'ularini kuchaytirgan holda salomatlikni mustahkamlashga ijodiy ta'sir etadi.



Harakatli o'yinlarni o'tkazishda erishiladigan sog'lomlashtirish samarasi bolalarning o'yin faoliyati jarayonida yuzaga keladigan va bola ruhiyatiga yaxshi ta'sir etadigan ijobiy emotsiyalar bilan uzviy bog'liqdir.

Harakatli o'yinlarning variantlari

Harakatli o'yinlarni o'zgartirib turish maqsadga muvofiqdir. Biroq variantlar faqat o'yinni rang-baranglashtirish bolalarning unga nisbatan qiziqishini saqlab turish uchungina emas, balki pedagogik vazifalar-harakatlarini takomillashtirish, birmuncha murakkab o'yin harakatlari, qoidalarini bajarishga o'yin vaziyati sharoitining o'zgarishi uchun kerak bo'ladigan jismoniy sifatlarini tarbiyalash uchun ham zarurdir.

Ular bolalardan muayyan aqliy va jismoniy kuchni va shu bilan birga o'yinga nisbatan ortib boruvchi qiziqishni talab qiladi.



Jismoniy mashqlar va sport turlari

Bolalarning harakat faoliyatini tashkil etishda sport o'yinlari va mashqlariga katta o'rin beriladi.



Chang'ida yurish, konkida, chanada uchish, velosipedda, samakatda, yurish, shuningdek suzish sport mashqlariga mansubdir. Ularning barchasi asosiy mushak guruhlarini mustahkamlashga, suyak, yurak-tomir, nafas olish va nerv tizimlarining rivojlanishiga yordam beradi.

Bundan tashqari mashg'ulotlar jarayonida bolalarda jismoniy sifatlar (chaqqonlik, tezkorlik, chidamkorlik...), shuningdek, ritmlilik, harakatlar koordinatsiyasi, fazoda mo'ljal olish malakasi rivojlanadi. Velosipedda yurish, konkida uchishni rivojlantiradi.



Bolalar bog'chasida jismoniy tarbiyani tashkil etish shakllari

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bolalarni jismoniy mashqlarga muntazam o'rgatishning asosiy shaklidir.

Mashg'ulotlarning ahamiyati harakatlar madaniyatini mujassam shakllanishi, sog'lomlashtirish, ta'limiy va tarbiyaviy vazifalarni muntazam amalga oshirishdan iboratdir.



Mashg'ulotlar xushchaqchaq, intizomli, atrof-muhitda yaxshi harakat qila oladigan, belgilangan vazifaga muvofiq tez va ishonch bilan, maqsadga yo'nalgan holda faoliyat ko'rsata oladigan, shuningdek, axloqiy sifatlar va ijodiylik namoyon eta oladigan shaxslarni tarbiyalashga xizmat qiladi.



Bolalarning kundalik hayotida jismoniy tarbiya bo'yicha ishni tashkil etish.

Harakatli o'yinlar maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning asosiy harakat faoliyati, shuningdek jismoniy mashqlar sifatida tarbiyachi tomonidan kunning turli vaqtida, har bir yosh guruhi kun tartibiga muvofiq: ertalab tushda va kechki sayr paytida rejalashtiriladi.

Instruktor o'yinlarni taqsimlashda harakat ko'nikmalarining takomillashuviga xizmat qiluvchi harakat mazmunining rang-barangligini, zarur takroriylik, murakkablashuvni ko'zda tutadi.

Tashqi muhit sharoitini hisobga olish va aniq vaziyatda o'zini tutishni tarbiyalash uchun muhimdir.





Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya bo'yicha ishlarni tashkil etish.



Maktabgacha ta'lim muassasalarida bolalarning jismoniy tarbiyasi barcha xodimlar jamoasi tomonidan amalga oshiriladi. Barcha xodimlar, mudiradan tortib, to texnik xodimgacha hammasi har bir bolaning hayotini muhofaza qilish va sog'lig'ini mustahkamlash hamda jismoniy tarbiyaning boshqa vazifalarini hal qilishga mas'ul.





**E'TIBORINGIZ
UCHUN
RAHMAT !**

