

BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARINI HARAKATLARGA O‘RGATISHDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINING O‘RNI

Rayimjonova Nodira Lochin qizi

Namangan davlat pedagogika instituti 2-kurs magistranti

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3776-1666>

Ilmiy rahbar: Satarov A.X., Namangan davlat pedagogika instituti,
pedagogika fanlari nomzodi, dotsent

Annotatsiya. Ushbu maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarini harakatlarga o‘rgatishda jismoniy tarbiya darslarining ahamiyati va roli yoritib berilgan. Jismoniy faollik orqali bolalarning motorikasi, muvozanati, irodasi va jamoada harakat qilish ko‘nikmalari rivojlanishi tadqiq etilgan. Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya mashqlarining bolalar o‘shishi va rivojida muhim omil ekanini ko‘rsatdi.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, boshlang‘ich sinf, harakat ko‘nikmalari, bola rivoji.

РОЛЬ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБУЧЕНИИ ДВИЖЕНИЮ УЧЕНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Райимжонова Нодира Лочин кизи

магистрант 2-курса Наманганского государственного педагогического институт

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3776-1666>

Научный руководитель: Сатаров А.Х., Наманганского государственного
педагогического институт, к.п.н., доцент

Аннотация. В данной статье рассматривается значение и роль уроков физической культуры в обучении учащихся начальных классов двигательным навыкам. Через физическую активность изучается развитие моторики, координации, воли и навыков командной работы у детей. Результаты исследования подтверждают важность физических упражнений в процессе роста и развития ребёнка.

Ключевые слова: физическая культура, начальные классы, двигательные навыки, развитие ребёнка.

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION LESSONS IN TEACHING MOVEMENT SKILLS TO PRIMARY SCHOOL STUDENTS

Rayimjonova Nodira Lochin qizi

2nd-year Master's student at Namangan State Pedagogical Institute

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3776-1666>

Scientific advisor: **Satarov A.Kh.,**

Namangan State Pedagogical Institute,

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor

Annotation. This article explores the importance and role of physical education lessons in teaching motor skills to primary school students. It investigates how physical activity contributes to the development of motor coordination, balance, willpower, and teamwork in children. The research results indicate that physical exercises are essential for children's growth and development.

Keywords: physical education, primary grades, motor skills, child development.

KIRISH

Mamlakatimizda yosh avlod tarbiyasiga alohida e'tibor qaratilmoqda, ayniqsa bolalarning jismoniy rivojiga e'tibor qaratish milliy ahamiyat kasb etmoqda. Chunki, bolaning harakat faolligi uning umumiy rivojlanishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy harakatlar orqali motorika, muvofiqlashuv, iroda, diqqat va jamoaviy harakat qilish ko'nikmalari shakllanadi. Bu esa kelgusida bolaning ta'limga bo'lgan munosabati va shaxsiy rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Respublikamizda bolalarning sog'lom o'sishini ta'minlash, ularni jismoniy faollikka yo'naltirish maqsadida qator me'yoriy-huquqiy hujjatlar qabul qilingan. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 4-avgustdagi PQ-357-sonli "Yoshlarni jismonan chiniqtirish va ommaviy sportga jalb etish tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori jismoniy tarbiya sohasini yanada takomillashtirishda muhim asos bo'lib xizmat qilmoqda. Ushbu qarorda maktab yoshidagi bolalarni ommaviy sport turlariga jalb qilish, ularda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jumladan jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish masalalariga alohida e'tibor qaratilgan [1].

Boshlang'ich sinflardagi jismoniy tarbiya darslari orqali bolalarga to'g'ri harakat qilish, o'zini nazorat qilish, jamoa bilan hamkorlikda faoliyat yuritish ko'nikmalari singdiriladi. Shu bois, ushbu maqolada jismoniy tarbiya fanining boshlang'ich sinf o'quvchilari rivojidadagi o'rni va ahamiyati to'g'risida fikr yuritiladi.

ADABIYOTLAR TAXLILI VA METODLAR

Mazkur tadqiqotda boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat ko'nikmalarini rivojlantirishda jismoniy tarbiya darslarining ta'sirini o'rganish maqsad qilindi. Buning uchun tadqiqot ob'yekti sifatida Namangan shahar va Uychi tumanidagi 2 ta umumta'lim maktabi tanlab olindi. Ulardagi 4-sinf o'quvchilari tahlil uchun jalb etildi. Tadqiqotda 120 nafar boshlang'ich sinf o'quvchilari ishtirok etishdi.

Tadqiqotda qo'llanilgan asosiy uslublar quyidagilardan iborat: kuzatuv, pedagogik tajriba, so'rovnoma va test sinovlari. Kuzatuv usuli orqali darslardagi bolalarning ishtiroki, jismoniy mashqlarga bo'lgan munosabati va faollik darajasi o'rganildi hamda baholandi. Pedagogik tajriba jarayonida o'quvchilar ikki guruhga ajratildi: nazorat guruhi va tajriba guruhi. Tajriba guruhida jismoniy tarbiya mashqlari zamonaviy usullarda, faol va ijodiy yondashuv orqali tashkil etildi. Nazorat guruhi esa an'anaviy tartibdagi mashg'ulotlarda ishtirok etdi [11].

So'rovnoma orqali o'qituvchilar va ota-onalarning fikrlari o'rganildi. Ular bolalarning jismoniy faolligi, kundalik faol harakatlari va sog'lom turmush tarziga bo'lgan munosabati haqidagi ma'lumotlarni taqdim etdilar. Test sinovlari orqali esa o'quvchilarning muvozanat, tezlik, harakatni muvofiqlashtirish kabi ko'nikmalari baholandi [12].

Tadqiqot jarayonida olingan natijalar uning keyingi bosqichlarida tahlil va qiyoslash uchun asos sifatida xizmat qildi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tadqiqot jarayonida tajriba va nazorat guruhlaridagi o'quvchilarning jismoniy ko'rsatkichlari tahlil qilindi. 6 oy davomida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari tajriba guruhida interaktiv va harakatlarga yo'naltirilgan usullarda tashkil etildi. Bu davr mobaynida o'quvchilarning harakat faolligi, muvofiqlashuv qobiliyati va motorikasining holatida sezilarli o'zgarishlar kuzatildi.

Test sinovlari orqali bolalarda yugurish tezligi, sakrash masofasi, muvozanatni saqlash qobiliyati va guruhda ishlash qobiliyati baholandi.

1-jadval. Tadqiqotdan oldingi va tadqiqotdan keyingi tajriba hamda nazorat guruhlarini natijalar jadvali

№	Ko'rsatkich	Tajriba guruhi (T.a.)	Tajriba guruhi (T.k.)	Nazorat guruhi (T.a.)	Nazorat guruhi (T.k.)
1	30 metrga yugurish (sek.)	6.8	6.2	6.9	6.8
2	Uzunlikka sakrash (sm)	113	125	112	113
3	Bir oyoqda muvozanat (sek.)	9	14	8	9
4	Jamoada ishlash bahosi (1-5)	3.8	4.7	3.7	3.8

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, tajriba guruhidagi o'quvchilar har bir ko'rsatkich bo'yicha yuqori natijalarga erishgan. Xususan, muvozanatni saqlash va jamoaviy faoliyat ko'nikmalarida katta farq qayd etilgan. Bu jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining samarali tashkil etilishi natijasidir.

Olingan natijalar taxlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy tarbiya darslarida faol va tarkibiy yondashuvlar qo'llanilsa, bolalarda nafaqat jismoniy, balki psixologik va ijtimoiy rivojlanish ham kuchayadi.

Tadqiqot natijalari, jismoniy tarbiya darslari boshlang'ich sinf o'quvchilari rivojida muhim o'rin tutadigan omil ekanini yana bir bor tasdiqladi. Ayniqsa, interaktiv va harakatga yo'naltirilgan usullar bilan tashkil etilgan mashg'ulotlar o'quvchilarda jismoniy faollikni oshirish, harakatlarini muvofiqlashtirish hamda jamoaviy ishlash qobiliyatini shakllantirishga katta hissa qo'shdi. Bu holat tajriba guruhi natijalarida yaqqol ko'zga tashlandi.

O'quvchilardagi muvozanat, tezlik, chaqqonlik kabi ko'nikmalar nafaqat jismoniy rivojlanish uchun, balki ularning umumiy bilim olish jarayonida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki bunday ko'nikmalar bolalarning diqqati, intizomi va ijtimoiy muomalasiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, jismoniy tarbiya darslariga shunchaki harakat

mashg'uloti sifatida emas, balki bola shaxsiyatini shakllantiruvchi kompleks vosita sifatida yondashish lozim.

Boshlang'ich ta'lim bosqichidagi bolalar harakat va ko'nikmalarni tezroq hamda samarali o'rganadilar. Bu fikr pedagogik va psixologik tadqiqotlar bilan ham tasdiqlangan. Jismoniy mashqlar orqali bolalarda nafaqat tana baquvvatligi, balki iroda, o'zini boshqarish, maqsadga intiluvchanlik hamda guruhda ishlash kabi hayotiy ko'nikmalar shakllanadi.

Shu sababli, jismoniy tarbiya darslarini metodik jihatdan to'g'ri tashkil etish va ularni o'quv dasturlarining ajralmas qismi sifatida rivojlantirish hozirgi kunning eng dolzarb vazifasi xisoblanadi.

XULOSA

Olib borilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, boshlang'ich sinf o'quvchilarini harakatlarga o'rgatishda jismoniy tarbiya darslari beqiyos ahamiyatga ega. Bolalarda jismoniy mashqlar orqali nafaqat tana baquvvatligi, balki muvozanat, harakatni muvofiqlashtirish, diqqatni jamlash, jamoa bilan ishlash, iroda va intizom kabi muhim shaxsiy sifatlar shakllanadi. Bu esa ularning ta'lim jarayonida faol va muvaffaqiyatli ishtirok etishlariga xizmat qiladi.

Tajriba va nazorat guruhlarini o'rtasidagi natijalarni taqqoslash shuni aniq ko'rsatdiki, interaktiv, zamonaviy metodlar asosida tashkil etilgan jismoniy tarbiya darslari bolalarda yuqori motivatsiya va yaxshi natijalarni ta'minlaydi. Bu esa o'z navbatida bolalarni darslarda faol qatnashishiga, harakatlarga bo'lgan qiziqishini ortishiga hamda o'zini namoyon qilishlariga katta imkoniyatlar yaratadi.

Yuqoridagi fikrlarga asoslangan holda, quyidagi tavsiyalar bola shaxsini rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillardan deb xisoblaymiz:

1. Jismoniy tarbiya darslarini bolalar yoshi, jinsi va individual xususiyatlariga mos ravishda tashkil etish.
2. Dars jarayonida interaktiv va o'yinli mashqlardan keng foydalanish.
3. Jismoniy tarbiya fani o'qituvchilarini zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida qayta tayyorlash va malakasini oshirish.

4. Umumta'lim maktablarini kerakli sport jixozlari va maydonchalar bilan ta'minlashni yaxshilash.

5. Ota-onalarni ham bolalarning jismoniy faolligiga jalb etish.

Jismoniy tarbiya bola kelajagini shakllantiruvchi muhim omillardan biridir. Uning ilmiy jixatdan to'g'ri tashkil qilinishi har bir bolaning sog'lom, aqlli va hayotda faol, barkamol shaxs bo'lib voyaga yetishiga zamin yaratadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 4 avgustdagi PQ-357-son qarori — "Yoshlarni jismonan chiniqtirish va ommaviy sportga jalb etish tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida".

2. Азизов, С. В. (2024). СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕХНИКИ ИГРЫ ГАНДБОЛИСТОВ. Экономика и социум, (6-2 (121)), 831-836.

3. Azizov, S. V. (2024). YOSH SPRINTERLARNI SARALAB OLISHNING O'ZIGA HOS JIHATLARI. Экономика и социум, (2 (117)-1), 126-129.

4. Azizov, S. V., & Azizova, R. I. (2024). YOSHLAR TARBIYASIDA SPORT MUSOBAQALARINING O'RNI. Экономика и социум, (9 (124)), 78-81.

5. Azizov, S. V. (2019). STADYING THE GAME ACTIVITIES OF HIGHLY QUALIFIED HANDBALL PLAYERS. Scientific Bulletin of Namangan State University, 1(11), 302-306.

6. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Азизова, Р. И., & Азизов, Н. Н. (2020). ВЛИЯНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПОКАЗАТЕЛИ ИММУННОЙ ЗАЩИТЫ В РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ РЕВМАТОИДНЫМ АРТРИТОМ. In Дни ревматологии в Санкт-Петербурге-2020 (pp. 38-39).

7. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Азизов, Н. Н., Рахманов, М. У., Жахангиров, Ш. Ж., & Мухторжонова, Н. (2020). УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ. In Теоретические и прикладные проблемы современной науки и образования (pp. 52-59).

8. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Азизов, Н. Н., Рахманов, М. У., Жахангиров, Ш. Ж., & Мухторжонова, Н. (2020). СТРЕСС И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА УСПЕШНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ. In Теоретические и прикладные проблемы современной науки и образования (pp. 48-52).

9. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Азизов, Н. Н., & Музафарова, Л. М. (2020). ОСОБЕННОСТИ ФИЗИКО-ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК И ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ЛЕГКОАТЛЕТОВ. In Теоретические и прикладные проблемы современной науки и образования (pp. 59-64).

10. Балтабаев, С. А., Азизов, С. В., & Мирзаев, С. (2019). ВЛИЯНИЕ ЛЕЧЕБНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ АТЕРОСКЛЕРОЗОМ. Евразийский кардиологический журнал, (S1), 27-28.

11. Jumaniyozov Q.Q. "Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi". Toshkent: "O'qituvchi", 2018.

12. Mo'minov A. "Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiyani tashkil etish asoslari". Toshkent, 2019.

13. Satiyev, S., & Azizov, S. V. (2020). BEGINNINGS OF THE RELATIONSHIP OF TEMPERAMENT TYPES TO EMOTIONAL STRESS AND THE DEGREE OF STRESS RESISTANCE OF FOOTBALL PLAYERS. Scientific Bulletin of Namangan State University, 2(6), 378-385.

14. Satiyev, S. K., & Azizov, S. (2019). METHODOLOGICAL VALUES FOR DETERMINING THE EMOTIONAL STATE OF FOOTBALL PLAYERS. Scientific Bulletin of Namangan State University, 1(12), 378-384