

MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA HARAKATLI O'YINLARNI
O'TKAZISH YO'LLARI

Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi

Buxoro davlat pedagogika instituti Jismoniy tarbiya va sport kafedrası dotsenti

Email id: sitorabonu.savriddinovna93@mail.ru

Hamroyeva Xumora Jo'rabek qizi

Buxoro davlat pedagogika instituti Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada hayotiy harakatlardagi mashqlar va ularni o'rgatish metodikasi. Umumiy rivojlantiruvchi mashqlar. Gavdaga belgilangan mashqlar. O'yinlarni bolalarni yoshiga mos holda o'tkazish yoritilgan.

Kalit so'zlar: harakatli o'yinlar, bog'cha, o'yinlar, gimnastik o'yinlar, milliy o'yinlar

Buyuk kelajagimizni ravnaqi va mamlakatning tinchligini saqlash, iqtisodiyotni rivojlantirish, aholining salomatligini yaxshilash va eng muhimi esa yosh bolalarni sog'lom qilib o'stirishga jiddiy e'tibor berib keldilar. Bu yo'lda chuqur islohotlar o'tkazilib, sog'lom avlod davlat dasturi, ta'limning uzluksizligi va umumta'lim davlat dasturi kabi g'oyat muhim bo'lgan rasmiy hujjatlar qabul qilinib, bular amaliy jihatdan amalga oshirilib o'z samaralarini berib kelmoqda.

Bu yo'da bolalar bog'chalarining sharoitlarini yaxshilash, mutaxassis kadrlar bilan ta'minlash, ularni moddiy va ma'naviy jihatdan qo'llab -quvvatlashga e'tibor berilmoqda.

Mustaqillik davrida qurilayotgan bolalar tarniyasi muassasalarining yangi binolari davr talablariga mos kelmoqda.

Pedagogika kollejlari ixtisosli maktabgacha tarbiyachilarni yetishtirib berish, ularni tarbiyaga doir barcha fanlar mazmuni bilan qurollantirishga alohida e'tibor kuchaymoqda. Shu bilan bir qatorda ularning nazariy bilim va amaliy malakalarini jismoniy tarbiya bilan boyitish yaxshilanmoqda. Hatto pedagogika institutlari va pedagogika kollejlari tayyorlanayotgan jismoniy tarbiya mutaxassislariga bog'chalardagi jismoniy tarbiya bilimi berilishi muhim ahamiyatga egadir. Bog'chalarda jismoniy tarbiya alohida mazmun topib, uni davlat dasturi asosida olib borilmoqda. Dastur mazmunining yarmidan ko'pi bolalarga ertalabki gimnastika, milliy harakatli o'yinlar, kechki mustaqil harakatlar va maxsus o'yinlarni tashkil qilishga qaratilgan.

Maktabgacha pedagogika, bolalar bog'chalari ish mazmuni va jismoniy tarbiyaning taqazosi bo'yicha bog'cha yoshidagi bolalar turli yosh guruhlariga bo'linib, ularni kichik, o'rta va katta guruhlar deb aytishga odatlanilgan. Bolalarning jismoniy holati, o'sish darajasi, harakat malakalari va umuman tana a'zolaridagi funksiyalar (vazifalar) tarbiya jarayonlarini belgilaydi. Shu asosda jismoniy tarbiyani tashkil qilishda guruhlardagi amaliy harakatlar bir-biridan tubdan farq qiladi, masalan guruhlar va ularning tarkibidagi sog'lom va nochor bolalarga nisbatan ham mashq -o'yinlarining turlari va baholari ish me'yorlari ancha farq qiladi.

Barcha guruhlarda gimnastika mashqlari milliy harakatli o'yinlar, sayrlar tashkil qilinadi. Ularning turlari va qoida mazmunlarini quyidagicha ifodalash mumkin.

Kichik huruhlar (1-3 yosh):

1. Safga turish, burilish, yurish, qo'llarni belga, yelkaga, yon tomonga, yuqoriga ko'tarib yurish. Turgan holda oldinga va yuqoriga qo'llarni ko'tarib qarsak chalish, joyida o'ng, chap, orqaga burilib sakrash, gavda a'zolariga turli xil mashqlar berish.

2. Chiziq, taxta va gimnastika o'tirg'ichlari ustida qo'llarni yonga yozib yurish, pastga sakrab tushish. Parallel chiziqlar ustidan tez yurib o'tish.

3. Turli moslama –jihozlarda mashqlar, o'yinlar, halqalar orasidan (tunel) engashib o'tish.

4. Bolalarning yoshiga qarab (1-2 yosh, 2-3 yosh) to'plarni olib olish, dumalatilgan to'pga yetib uni qaytarish, to'pni burchakka (mo'ljal) otish, to'pni oyoqlar bilan tepish, ushlab olish va hokazolar.

5. Havoning yoqimli paytlarida o'yin maydoni, hovli yuzasi atrofida sayr.

O'rta yosh (3-4 yosh)

O'rta yoshdagi bolalar kichik yoshdagi bolalarning o'yin va mashqlarini takrorlaydi, diqqat bunda ularning miqdori va boshqarish yo'llari bir muncha murakkablashtiriladi. Shuningdek, futbol o'yini elementlari (to'pni tepish, irg'itish, to'xtatish, sherigiga uzatish va h.k), kurash elementlari (yelkadan tortish, belga yopishish, quchoqlab olish, yiqitish va h.k), bog'chadan chetga va qiziqarli xiyobonlar, binolarga sayr uyushtirish olib boriladi.

Katta guruhlar (5-6-7 yosh)

1. Gimnastika mashqlari to'la o'tkazilib, bunda harakatli o'yinlar qo'shib olib boriladi. Ya'ni bir oyoqda, juft qilib sakrash, yelkalardan ushlagan holda bir oyoqda juft qilib sakrab yurish, qator chiziqlar ustidan tez yugurib o'tish (kim tez), skameyka ustidan yiqilmay tez yurib o'tish, arg'amchilarni aylantirib sakrashlar, ikki-uchta to'p (buyum) bilan yugurib doira ichiga qo'yib kelish va olib kelish kabi oddiy va murakkab harakatlar musobaqalashish shaklida o'tkaziladi.

2. Kun tartibidagi (rejim) o'yin –mashqlarda quyidagi yo'nalishda mashg'ulot o'yinlar tashkil qilinadi:

- Saf-qator bo'lib tizilish, yurish, sakrashlar;

- Turli estafetali o'yinlar to'plarni manziliga qo'yib kelish va olib kelish, bulava (biror buyum), tayoqcha, bayroqchalarni kichik doiraga qo'yib –tiklab kelish, olib kelish, chambaraklar ichidan o'tib–aylantirib yugurish.

- Oddiy milliy harakatli o'yinlar (mushuk bilan sichqon), bo'sh joy, qo'l tekizib qochish, ko'z bog'lash, bekinmachoq, xo'rozlar jangi, oq terakmi-ko'k terak, qarmoq va h.k.

3. Sayr-sayohatlarda o'yinlar;

- Bog'cha atrofi, xiyobonlar, madaniyat maskanlari, maktab oldi maydonchalari, ko'p qavatli uylar va h.k manzarali joylarga sayr uyushtirish;

- Ochiq maydon va yashil o'tloqli joylarda quvlashmachoq, kim tez, ovozidan top, kim keldi, arqon tortish, tepaga chiqish kabi harakatli o'yinlarni qisqa vaqtli tashkil etish.

Ta'kidlash joizki, tarbiyachi-tashkilotchi mazkur mashqlar, harakatli o'yinlarni yaxshi bilish, ularni tashkil qilishda pedagogic tamoyillariga (asta-sekin, osondan-qiyinga, oddiydan murakkabga, tanishdan notanishga, takrorlash, tushuntirish, yangi o'yin o'rgatish, o'yinlarni yakunlash va h.k) to'la amal qilish lozim.