



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
SPORT VAZIRLIGI**

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

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

*“Dene tárbiyası hám sport tarawında úzliksiz kásiplik bilimlendiriw
sistemasınıń zamanagóy halatı hám rawajlandırıw jolları ” atamasındaǵı*

**XALÍQARALÍQ KÓLEMDEGI ILIMIY-ÁMELIY
KONFERENCIYA TOPLAMÍ**

2024 jil 10-11 may

**“Jismoniy tarbiya va sport sohasida uzluksiz kasbiy ta’lim tizimining
zamonaviy holati va rivojlantirish yo‘llari” mavzusida**

XALQARO MIQYOSIDAGI ILMIY-AMALIY ANJUMAN TO‘PLAMI

2024-yil 10-11-may

**International Scientific-practical Conference on the theme “*Modern
State and Development Approaches of Continuing Vocational Education
System in the Field of Physical Education and Sports*”**

May 10-11, 2024

I-QISM

NUKUS-2024

UOK 796.011: 001.891(042.3):005.745

KBK 75

D 39

“Jismoniy tarbiya va sport sohasida uzluksiz kasbiy ta’lim tizimining zamonaviy holati va rivojlantirish yo‘llari” mavzusida xalqaro ilmiy-amaliy anjuman to‘plami-
N.JTSBMQTMOI Nukus filiali., 2024. 312 b.

p.f.b.f.d. (PhD), professor I.A. Tursunaliyevning umumiy tahriri ostida

Tahrir hay’ati a’zolari: t.f.n., dots. N.A.Tleubergenova,

p.f.b.f.d. (PhD) A.A.Xojametov,

b.f.b.f.d. (PhD) G.K.Ilyasova,

t.f.n. dots. B.J.Mambetov,

p.f.b.f.d. (PhD) S.M.Toylibaev,

P.A.Bazarbaev,

M.T.Atashov,

N.M.Orazbaeva,

M.A.Axmedova,

I.Q.Bisenbaev,

A.K.Saburov,

D.M.Bekmuratov,

Taqrizchilar:

professor P.Xodjaev

professor A.T.Niyazov

p.f.n., O.U.Utenov

p.f.b.f.d. (PhD), dots. Z.P.Rasulov

Mazkur ilmiy ma’ruza va tezislarda to‘plamida O‘zbekiston Respublikasi va boshqa xorijiy davlatlarning qayta tayyorlash va malaka oshirish institutlarining professor-o‘qituvchilari va tadqiqotchilari, jismoniy tarbiya va sport sohasi mutaxassislarini tayyorlaydigan universitetlarining professor-o‘qituvchilari va doktorantlari, ilmiy-tadqiqot institutlari olimlari, jismoniy tarbiya va sport sohasidagi boshqaruv organlarining amaliyotchilari, sport sotsiologiyasi, psixologiyasi, falsafa, huquq, tibbiyot, adaptiv jismoniy tarbiyasi mutaxassislari, amaliyot murabbiylari, sport-ta’lim muassasalari o‘qituvchilari, maktabgacha va maktab ta’lim tashkilotlarining sport pedagoglari ilmiy tadqiqot ishi natijalari kiritilgan.

Ushbu nashrda keltirilgan barcha ma’lumotlar va fikr-mulohazalar mualliflarga tegishli bo‘lib, tahrir hay’ati a’zolarining fikriga mos kelmasligi mumkin. Nashrda keltirilgan raqamlar, statistik ma’lumotlar, fikr-mulohazalar uchun mualliflar mas’ul hisoblanadi.

JTSBMQTMOI Nukus filiali

MUNDARIJA

1	O‘zbekiston Respublikasi Sport vazirining tabrik so‘zi		3
2	Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti rektorining kirish so‘zi		5
3	Qoraqalpog‘iston Respublikasi Sport vaziri tabrik so‘zi		7
I-SHO‘BA. JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA UZLUKSIZ KASBIY TA‘LIM TIZIMINI RIVOJLANTIRSHDA INNOVATSION YONDASHUVLAR			
4	Beginqulov Z.A.	Turkiston jadidchilik harakati namoyondalarining qarashlarida sog‘lom turmush tarzi va badantarbiya masalalari	9
5	Bekov B.V.	Innovatsion texnologiyalardan foydalangan holda bir yillik siklda 16-17 yoshdagi futbolchilarning kuch va tezlik-kuch tayyorgarligini rejalashtirish	13
6	Norkulov D.R.	Moliyaviy jihatdan barqaror 3x3basketbol klubini boshqarish	17
7	Saydullayev Z.	Ta‘lim jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalari orqali o‘qitishning zamonaviy yo‘llari	20
8	Tilevov E.	Fizikaliq tarbiya ham sportni ravanlandirishni konstituciyaliq, huquqiy taripten bekkemleniwi	24
9	Tishabayev A.M.	Uzluksiz kasbiy ta‘lim sohasidagi o‘zgarishlar	27
10	Tileubergenova N.A.	К вопросу духовно-нравственного воспитания юных спортсменов	30
11	Tolametov A., Bisenbaev I.	Dene tarbiya instruktori ushin “dene tarbiya ham sportta informatsiyaliq kommunikatsiya texnologiyalari” moduli	33
12	Mirzabayev K.K.	Применение инновационных технологий в футболе	36
13	Utenov O.U.	Qo‘shimcha ta‘lim tizimida jismoniy tarbiya va sport sohasidagi qayta tayyorlash va malaka oshirish tizimida uzluksiz ta‘lim	39
14	Xasanov A.	Sport ta‘lim muassasasi bugungi rahbarining ma‘naviyati va madaniyati	45

II-SHO'BA. JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA MUTAXASSISLARNI QAYTA TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH TIZIMIDA TA'LIM BERISHNING ZAMONAVIY PEDAGOGIK, PSIXOLOGIK VA TIBBIY-BIOLOGIK MUAMMOLARI			
15	Abatov J.B.	Mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimida ta'lim berishning zamonaviy pedagogik texnologiyalaridan foydalanish	48
16	Abdumannotov A.M.	Malaka oshirish jarayonida jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini takomillashtirish	50
17	Arzibayev Q.O.	O'smir sportchilarda sport faoliyati motivlari tadqiqi	54
18	Ajimova Z.	Формирование коммуникативной компетентности детей с моторной алалией в процессе социализации и спорте	60
19	Allanazarova Sh.	Hamkorlikdagi pedagogik jarayonni tashkil etish	62

		texnologiyalarini tatbiq etishning ahamiyati	
20	Axmedova M.A.	Физическое и психологическое развитие спортсменов в старших классов	63
21	Bekmanova Z.A.	Art therapy as an comprehensive approach to aesthetic education of preschool children	66
22	Djalalov B.B.	Jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishning samarali shakllari	67
23	Ilyasova G.K.	Изучение характеристик системы внешнего дыхания у подростков, в условиях каракалпакстана	71
24	Kojanbergenova K.E.	Role of motivation in teaching english for physial education students	74
25	Krasnova Galina	Artistik suzishda motor harakatlar nazorati	77
26	Klicheva Z.P.	Psixologiyaliq trening metodiniń ózine tán belgileri hám rawajlaniw tendenciylari.	80
27	Eshnazarova F.J.	Sportchilar hissiy holatining psixologik jihatlari	83
28	Marinich V.V., Marinich T.V.	Особенности психологического состояния юных футболистов	86
29	Махинова М.В., Калинина И.Н., Гордеева О.Э., Федорова С.А.	Влияние иппотерапии на показатели гониометрии детей с ДЦП	89
30	Pulatov J.J.	Kazusli vaziyatlarda sportchi emotsional holatini psixokorreksiylashda psixotreninglarni o'rni va samaradorligi.	95
31	Qambarov O.F.	Maktab yoshidagi o'quvchilarda mehnatning tarbiyaviy ahamiyati	100
32	Reymbaeva R.S., Orazbaeva N.M.	Xotin-qizlar organizmiga yuklamalarning ta'sirining fiziologik ahamiyati.	102
33	Sariev R.Yu.	Психологическая подготовка спортсменов	104
34	Urinov R.Y.	Improving professional competence of future english teachers by preparing for the international exams	108
35	Utepbergenov A.Q.	Fizikalıq shınıǵıwlarıń áhmiyeti hám bulshıq et iskerliginiń túrlerine sıpatlama.	111
36	Hakimov S.	Umumiy o'rta ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya darslarida texnika xavfsizligi qoidalari va jarohatlanishlarning oldini olish.	114
37	Yuldasheva N.E.	Профессиональная компетентность учителей физкультуры	117

III-SHO'BA. JISMONIY TARBIYA VA SPORTDA NAZARIYA VA USLUBIYATNING ZAMONAVIY RIVOJLANISH TENDENSIYALARI			
38	Ahmedov J.K., Xolboyeva G.X.	O'smir yoshdagi milliy kurashchilarning mashg'ulotlarini dastlabki bosqichlarda ta'lim va tarbiya jarayonini individuallashtirish mexanizmlarini takomillashtirish	120
39	Amanov A.N.	Qayta tayyorlash va malaka oshirish tizimi professor-o'qituvchilari darslarini tahlil qilishning ayrim jihatlari	125
40	Bazarbayev P.A.	O'quv mashg'ulot bosqichi gandbolchilari jismoniy	127

		tayyorgarligining ilmiy-nazariy asoslari	
41	Bekmuratov D.M.	Jas futbolshilardın jarıs aldı sharayatında ulıwma shıdamlılıgın asırıw máseleleri	129
42	Beknazarov A.R.	Kurash sport turini rivojlantirishning ilmiy-metodologik muommolari.	132
43	Ernazarov R.R., Pyagay.V.V.	18-20 yoshli yunon-rum kurashchilarning kush sifatini rivojlantirish uslubi.	136
44	Eshbaev A.J.	Badiiy gimnastikachilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishda yuklamalarning ahamiyati	139
45	Jaxbarov A.S.	Malakali futbolchilarni kompleks nazorat qilish usullari	142
46	Rasulov Z.P.	Kurashchilar mashg'ulotlari jarayonida texnik-taktik tayyorgarlik masalalari	145
47	Jemuratov B.S.	Основные средства, методы, условия подготовки легкоатлетов	150
48	Каиров N., Seytekova Z.	Спорт мектеплеринде жас футболшылардың оқыў-шынығыў жумысларын циклдерде өткеріў методикасы	154
49	Mamutov Q.T.	Обучать приемам передачи и ловли мяча в баскетбольных играх	156
50	Ne'matov B.I.	Adaptiv jismoniy tarbiyaning xususiyatlari, Maxsus atamalari	160
51	Ne'matov E.R.	Ilk o'spirinlik davrida sportchilarni sportga qayta qiziqishni uyg'otishning ayrim jihatlari	162
52	Orazov Sh.B., Murat Ayjan., Mamutov Q.T.	Виды тренировок по прыжкам в высоту и длину в IV – X классах	164
53	Orazov Sh.B., Kaden.A.R., Kazakov A.R.	Профессионально-прикладная физическая подготовка на уроках девушки IX-X классов	167
54	Orazov Sh.B., Niyazov A.T., Abishov A.R.	Методика обучения мини футболу в тренажерном зале	171
55	Primbetov A.A.	Erkin kurashchi qizlar mashg'ulotlarini rivojlantirish yo'llari	178
56	Satbaev.S.N., Jukov.Yu.Yu.	Формирование единых требований к подготовке спортсменов в республике узбекистан (на примере спортивной борьбы)	180
57	Talibjanov A.	Контроль и анализ технико-тактической деятельности футболистов высокой квалификации	183
58	Tursunaliyev X.S.	Malakali basketbolchi-talabalarda to'pni ko'z nazoratisiz uzatish aniqligini shakllantirish tajribasini o'rganish.	190
60	Ubenov P.K.	Taekvondochilarnig mashg'ulotlarda muvozanat saqlash turg'unligi va harakat aniqligini shakllantiruvchi mashqlardan foydalanish	194
61	Usmonv A., Ne'matova M.	Sport imkoniyatlari va qobiliyatni aniqlash	200
62	Utepbergenov A.Q., Kaиров S.	Sport kurashshilarining texnik tayorgarligini rivojlantirish	202

63	Xankeldiev Sh.X., Abdullaev A.	Jismoniy madaniyat fani o'qituvchilari, sport trenerlarining "jismoniy harakatlar tavsifi"ga mansub kasbiy nazariy bilimlari va amaliy malakalarining monitoringi	204
64	Xurozov G'.K.	Yuqori malakali gimnastlarni tayyorlash muammolari	208
65	Shamuratova M. Sh.	Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida milliy harakatli O'yinlar orqali bolalarni intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish	213
66	Shilmanov A.Y.	Futbolchilarni tanlab olish uslubiyati	216
67	Частоедова А.Ю. Махинова М.В. Федорова С.А.	Организационно-методические направления совершенствования процесса восстановления в художественной гимнастике	218
68	Nagai M. Yuhara Y.	Роль физического воспитания в школьной программе Японии	222

IV-SHO'BA. TA'LIM TASHKILOTLARIDA OMMAVIY SPORTNI RIVOJLANTIRISHDA UZLUKSIZ TA'LIM MUAMMOLARI: MUAMMO VA YECHIMLARI			
69	Allanazarov A.R.	Kurash milliy sport turini yanada rivojlantirish va olimpiya o'yinlari dasturiga kiritish	225
70	Artikbayev.O.S	Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimining huquqiy asoslari	227
71	Arzibayeva M.Q.	Yurtimizda zamonaviy sport infratuzilmalarini rivojlantirish tendensiyalari	229
72	Atashov M.T.	Bilimin arttiruv kurslarida g'alabalik sportni rivojlantirishda uzluksiz bilimlendiruv masalalari: mashqalar ham sheshimlar	232
73	Batirova F.A., Botirov A.R.	Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sog'lomlashtiruvchi mashg'ulotlarning ahamiyati	234
74	Kulbulov F.N.	Malaka oshirish tizimida jismoniy tarbiya yo'riqchilarini kasbiy faoliyatini milliy qadriyatlar asosida takomillashtirish masalalari (Alpomish dostoni misolida)	238
75	Karshiboyeva.G	Talabalar sog'ligini mustaxkamlashda jismoniy tarbiyaning roli	241
76	Kobilov.S.D	Ommaviy sport, salomatlik garovi	244
77	Khojametov A.A. Utepov M.D.	Role of national and active games in the physical and socio-economic development of a person.	251
78	Kuralbaev A.K, Tilepbaev S.	Jas futbolshilarning tezlik sapasini rivojlantirishda usullari	253
79	Mavlanov B.X.	Урок физического воспитания - как способ оздоровления учащихся в школе. (из опыта работы учителя)	256
80	Mamrasulov U.U.	Yoshlarni jismoniy barkamolligini rivojlantirishda sport estetikasining o'rni	259
81	Rafiev H.T.	Ommaviy sportni rivojlantirishning ba'zi muammolari va yechimlari	263
82	Meliev X.A.	Boshlang'ich sinf bolalarni etnosport turlari vositasida jismoniy rivojlanishi va jismoniy	266

		tayyorgarlikni oshirish texnologiyalari	
83	Mutinova M.S.	Etnosport – milliy sport turlari va xalq o‘yinlarini rivojlantirishning, milliy qadriyatlar bilan o‘zaro bog‘liqligi	268
84	Mamadaliyev M.M.	Mamalakatimizda ommaviy sportni rivojlantirishda milliy an‘analarning o‘rni va zamonaviy muhitda namoyon bo‘lish aspektlari	275
85	Maxmudov Y.M.	Sog‘lom turmush tarzini shakillantirish muammolari va yechimlari	278
86	Mambetov B.J.	O‘zbekiston olimpiya harakati tarixi	280
87	Primbetov K., Jumaboyeva M.	Ta‘lim tashkilotlarida ommaviy sportni rivojlantirishda muammo va yeshimlari	283
88	A.S.Joldasbaeva	Sport yordamida sharq ayollarini rivojlanish xususiyatlari	286
89	Ishonkulov A.K.	Effective approaches to teaching physical education teachers to work with digital technologies	288
90	Toylibaev S.M.	Особенности технологии оздоровления учащейся молодёжи за счёт физического воспитания и спортивной тренировки	292
91	Xaydarova M.I.	Xotin-qizlar sporti barkamol avlodni tarbiyalash xizmatida	295
92	Islomova X.	Importance of holding mass sports events in educational institutions	296
93	Xayotov.A	Sport hakamining huquqiy maqomi to‘g‘risida	299
94	Xolova A.N.	Знании о древних библиотек центральной азии один из факторов интеллектуального развития спортсменов	304

tanqidiy qarorlari va harakatlariga tanqidiy munosabatda bo'lishi, o'z xatti-harakatlarini to'g'rilay olishi kerak.

Qat'iylik va jasorat sportchining faolligi, ikkilanmasdan harakat qilishga tayyorligi ifodasidir. Bu fazilatlar o'z vaqtida, mulohaza yuritishni anglatadi qabul qilingan qarorlar, garchi ba'zi hollarda sportchi ma'lum bir xavfni o'z zimmasiga olishi mumkin.

Shunday qilib, yuqori malakali gimnastikachilarni tayyorgarligini ilmiy ta'minlashda yuqorida ko'rsatilgan beshta faoliyat turlarini mashg'ulot turlariga va tayyorgarlik davrlariga kiritish, sportchilar imkoniyatini oshiradi hamda yangi yutuqlarga erishishga olib keladi.

JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARIDA MILLIY HARAKATLI O'YINLAR ORQALI BOLALARNI INTELLEKTUAL QOBILYATLARINI RIVOJLANTIRISH

Shamuratova Muazzamxon Shavkat qizi - Nukus davlat pedagogika instituti 1-bosqich tayanch doctaranti

Annotatsiya (Abstract): Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarini harakatli o'yinlar vositasida estetik tarbiyalashning didaktik talablari borasida fikrlar keltirilgan bo'lib, didaktik talablarni amalda samarali qo'llanilishi orqali o'quvchilarni intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish, ularni estetik tarbiyalash yuzasidan takliflar berilgan.

Аннотация (Аннотация): В данной статье изложены представления о дидактических требованиях эстетического воспитания учащихся младших классов средствами подвижных игр, предложения по развитию интеллектуальных способностей учащихся и их эстетического воспитания посредством эффективного применения приведенных дидактических требований.

Kalit so'zlar: Harakatli o'yinlar, milliy o'yinlar, boshlang'ich sinf, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, metodika, mashg'ulot.

Ключевые слова: динамические игры, национальные игры, начальная школа, физическое воспитание, физическое развитие, методика, обучение.

O'zbekiston Respublikasida "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun hamda "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" talablari asosida ta'lim-tarbiyani takomillashtirish masalasi muhim ahamiyat kasb etib, unda o'quvchi-yoshlarning ma'naviy, jismoniy hamda estetik madaniyatini shakllantirish uchun tashkiliy, psixologik-pedagogik shart-sharoitlarning metodik tizimini ishlab chiqish dolzarb muammolar sirasiga kiradi. Respublikamizning birinchi Prezidenti I.A.Karimovning 2010-yil 29 yanvarda O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasidagi "Asosiy vazifamiz – vatanimiz taraqqiyotini va xalqimiz farovonligini yanada yuksaltirishdir" nomli ma'ruzasida, "biz farzandlarimizning nafaqat jismoniy va ma'naviy sog'lom o'sishi, balki ularning eng zamonaviy intellektual bilimlarga ega bo'lgan, uyg'un rivojlangan insonlar bo'lib, XXI asr talablariga to'liq javob beradigan barkamol avlod bo'lib voyaga yetishi uchun zarur barcha imkoniyat va sharoitlarni yaratishni o'z oldimizga maqsad qilib qo'yganmiz", – deb ta'kidlagan edi. Shu ma'noda ta'lim tizimining umumiy o'rta ta'lim bosqichida o'quvchi-yoshlarni yuksak ma'naviyatli, estetik didli, axloqli va ma'rifatli, bir so'z bilan aytganda, barkamol shaxs sifatida tarbiyalashga alohida ahamiyat berilishi talab etilmoqda.

Hozirgi davrda o'quvchi yoshlarni jismoniy jihatdan chiniqtirish va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bugungi kundagi asosiy dolzarb masalalardan biridir. Harakatli o'yinlar o'sib kelayotgan yosh avlodni jismonan sog'lom, aqlan yetuk va har tomonlama barkamol

qilib tarbiyalashda katta ahamiyatga ega. Umumiy o'rta ta'limning boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlar vositasida o'quvchilarni estetik tarbiyalash borasida dars jarayonini muvofaqqiyatli tashkil etish uchun ularni (milliy harakatli o'yinlarning) rejalashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu ma'noda ta'lim tizimining umumiy o'rta ta'lim bosqichida boshlang'ich sinf o'quvchilarining yuksak ma'naviyatli, estetik didli, axloqli va ma'rifatli, bir so'z bilan aytganda, barkamol shaxs sifatida tarbiyalashga alohida ahamiyat berilishi talab etilmoqda. Bu jarayonda yosh avlodning jamiyat rivojiga mos bilim, ko'nikma va malakalar sohibi bo'lishi muhimligini ta'kidlaydi. Jumladan, ta'lim va tarbiya ishlarini boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy harakatli o'yinlarning estetik asoslarini anglash ko'nikmasini shakllantirishga yo'naltirish alohida e'tiborni talab etadi. Shu jihatdan olib qaraganda umumiy o'rta ta'lim yo'nalishida tadqiq qilinishi lozim bo'lgan muhim masalalar tizimida o'quvchilarni zamonaviy usullar asosida estetik tarbiyalashda milliy harakatli o'yinlardan foydalanishning pedagogik tizimini ishlab chiqish, uni amaliyotga tatbiq etishning yangi uslubiy yondashuvlarini joriy etishning mazmuni va metodikasini ishlab chiqish muammosi utuvor tarzda qaralishi lozim. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi quyidagi vazifalarni o'z ichiga oladi:

O'quvchilarning sog'lig'ini, jismoniy rivojlanishini mustahkamlash va o'stirish;

Jismoniy sifatlarni rivojlantirish va takomillashtirish;

Harakatsiz va harakat paytlarida gavdani tog'ri tutish ko'nikmalarini shakllantirish;

Mehnat va Vatan mudofasiga tayyorlashni amalga oshirish;

Jismoniy tarbiya va sport bilan tizimli shug'ullanishga odatlantirish va bunga doimiy qiziqish uyg'otish hisoblanadi.

Milliy harakatli o'yinlarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida foydalanishi, uning ahamiyati borasida olimlarimiz o'zining ilmiy mehnatlarida o'rganib chiqishgan.

"Jismoniy tarbiya darslarida milliy harakatli o'yinlardan I-IX sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya dasturi talablariga mos ravishda ta'limiy, tarbiyaviy va sog'omlashtirish vazifalarini hal etish uchun foydalaniladi"

"O'qituvchi milliy o'yinlar yordamida jismoniy mashg'ulotlarni qiziqarli o'tkazishi mumkin va bunday o'yinlar o'quvchilarda harakat ko'nikmalarini hosil qiladi.

Harakatli o'yinlarning eng asosiy mazmuni o'ynovchilarning harakatlanishi va turli-tuman harakati hisoblanadi. Uni to'g'ri boshqarib borilganda ular organizmning boshqa sistemalari va nafas olish, mushak, yurak-qon tomirlariga samarali ta'sir ko'rsatadi. Harakatli o'yinlarning funksional faoliyatini oshiradi, tanadagi har xil yirik va mayda mushaklarga xilma-xil dinamik ishlarni jalb qiladi, bo'g'inlardagi harakatchanlikni oshiradi.

Butun jismoniy tarbiya sistemasi, ya'ni jismoniy tarbiya darslari, o'quv kun rejimidagi jismoniy tarbiya tadbirlari (jismoniy daqiqalar, darslardan oldingi ertalabki gigienik mashg'ulotlar, tanaffus vaqtlarida o'tkazilatdigan mashq va o'yinlar), darsdan tashqari jismoniy tarbiya ishlarining hammasi birgalikda ta'sir etgan taqdirdagina bu vazifalar samarali amalga oshiriladi. O'tkaziladigan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini sanitariya gigiena sharoitlariga qat'iy rioya qilgan holda olib borilishi kerak. Maktab o'qituvchisi o'quv ishlarini rejalashtirishda o'quv dasturidagi vazifalarni o'z vaqtida muvaffaqiyatli ado etish uchun, uni to'g'ri sharoitga qarab talab darajasi asosida rejalashtirish kerak.

Jismoniy mashqlarning ayrim turlarini ular o'rgatiladigan darslar orasida o'tilishi katta bo'lmaydigan qilib rejalashtirilishi kerak. Bunday mashqalarni maktablarda sport asbob-uskunolari va sport saroylari bo'lmasa ham amalga oshirish mumkin. Buning uchun jismoniy tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarini ularni harakat qobiliyatlarini , jismoniy

sifatlarini o'stirish uchun ko'proq harakatli o'yinlardan foydalanilsa bo'ladi. Bunda tezlik chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilik, kuchlilik sifatlarini rivojlantiruvchi o'yinlar olinadi, Masalan "Oq terakmi ko'k terak", "Kim o'zar", "Qor bobo", "Sichqon -mushuk", "Durra tushdi", "Arqon tortishuv", "Eshak mindi", "Eshakdan sakrash", "Harkim o'z bayrog'iga", "Sakrovchilar", "Otdan qulatish", "Xo'rozlar jangi" va boshqalar.

Quyi va yuqori sinf o'quvchilariga ham maktab dasturida berilgan sport turlaridan tashqari bolani o'z tana og'irligi bilan bajariladigan mashqalarni bajartirish maqsadga muvofiq bo'ladi. Masalan, bolani yon tomonga, orqa tomonga gavdasini engashitirish, burish, ikki oyoqda o'tqazib turg'azish, yerga qo'lga tayanib yotgan holda qo'lni bukib tog'irlashi, joyida uzunlikka sakrash (oldinga orqaga, yon tomonga) mashqlarini bajarish (15-25 marta). O'tiladigan darslar o'quvchilarning har birini individual xususiyatlariga, yoshiga, jinsiga, jismonan rivojlanganligiga va jismoniy tayyorgarligiga qarab o'tkazilishi lozim.

Yuqoridagi fikrlarga xulosa qilgan holda quyidagilarni amalga oshirish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

-Jismoniy tarbiya va sportning asosiy yo'nalishlari zaminida yangi o'quv dasturini tayorlash zaruriyati bugungi kunning asosiy vazifalaridan biridir.

-Maktabda jismoniy tarbiya darslarda ko'proq milliy harakatli o'yinlardan foydalanishi kerak.

-To'g'ri tashkil qilingan harakatli o'yinlar o'quvchilarni jismoniy tayyorgarligini hamda harakat faolligini oshiradi.

Ilmiy-uslubiy adabiyotlarning tahlili shuni ko'rsatadiki bugungi kunda harakatli o'yinlar o'quv muassasalarida chop etilgan bo'lsada ularning barchasida bolalarning yosh xususiyatlari yetarli darajada hisobga olinmagan.

-Yuqori sinf o'quvchilariga gimnastika, akrobatika mashqlarini yana yaxshiroq o'rgatishni yo'lga qo'yish lozim.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, milliy harakatli o'yinlarining jismoniy tarbiya darslarida tizimli ravishda yo'lga qo'yilishi yosh avlodni jismonan barkamol, sportga bo'lgan qiziqishini uyg'otishda va intellektual qobiliyatlarini rivojlantirishda samarali natijalar beradi. Shu nuqtai nazardan yuqorida sharhlab o'tilgan didaktik talablarni nechog'lik amalda samarali qo'llanishi aynan jismoniy tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarini intellektual qobiliyatini tarbiyalashda harakatli o'yinlarning mazmuni bilan bog'liq.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ayrapiyans L.P "Milliy sport turlari va o'yinlarning rivojlantirishning muammolari." Toshkent 1998 yil
2. 1001 o'yin T.Usmonxo'jayev Toshkent 1995 yil
3. www.lex.uz
4. K.Rahimqulov. Milliy harakatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. T.: "TAFAKKUR-BO'STONI", 2012
5. T.S Usmanxo'jaev, Sh.X Isroilov, A.A Po'latov, Sh.A. Po'latov. Milliy va harakatli o'yinlar. Darslik. T.: "IQTISOD-MOLIYA" 2015
6. K.Rahimqulov. Milliy harakatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. T.: "TAFAKKUR-BO'STONI", 2012
7. T.S Usmanxo'jaev, Sh.X Isroilov, A.A Po'latov, Sh.A. Po'latov. Milliy va harakatli o'yinlar. Darslik. T.: "IQTISOD-MOLIYA" 2015