

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.20094293>

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyatining pedagogik xususiyatlari

Nuriddinov Baxtiyor Shovkat o'gli –
Qarshi davlat universiteti o'qituvchisi
E-mail: nuriddinobaxtiyor709@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyatini tashkil etishning pedagogik xususiyatlari tahlil qilinadi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda jismoniy faollikning sog'lom rivojlanish, harakat ko'nikmalari, diqqat, intizom, ijtimoiylashuv va o'quv motivatsiyasiga ta'siri yoritiladi. Shuningdek, maktab sharoitida jismoniy faoliyatni samarali tashkil etishning asosiy pedagogik omillari - yosh va individual xususiyatlarni hisobga olish, o'yin metodlari, harakatli topshiriqlar, sog'lomlashtiruvchi mashqlar, rag'batlantirish, xavfsizlik va uzluksizlik masalalari ochib beriladi. Maqolada boshlang'ich ta'limda jismoniy faoliyatni dars va sinfdan tashqari ishlar bilan integratsiyalash zarurligi asoslanadi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich ta'lim, jismoniy faoliyat, pedagogik xususiyatlar, jismoniy tarbiya, harakatli o'yinlar, sog'lom turmush tarzi, bolalar rivojlanishi, ta'lim samaradorligi.

Педагогические особенности физической активности учащихся начальных классов

Аннотация. В данной статье анализируются педагогические особенности организации физической активности учащихся начальных классов. Рассматривается влияние физической активности на здоровое развитие, формирование двигательных навыков, внимание, дисциплину, социализацию и учебную мотивацию младших школьников. Также раскрываются основные педагогические факторы эффективной организации физической активности в школьных условиях – учет возрастных и индивидуальных особенностей, игровые методы, подвижные задания, оздоровительные упражнения, стимулирование, безопасность и непрерывность. В статье обосновывается необходимость интеграции физической активности с учебными и внеурочными занятиями в системе начального образования.

Ключевые слова: начальное образование, физическая активность,

педагогические особенности, физическое воспитание, подвижные игры, здоровый образ жизни, развитие детей, эффективность обучения.

Pedagogical features of physical activity of primary school students

Annotation. *This article analyzes the pedagogical features of organizing physical activity among primary school students. It examines the impact of physical activity on healthy development, motor skills formation, attention, discipline, socialization, and learning motivation of young learners. The study also highlights the key pedagogical factors for effectively organizing physical activity in school settings, including consideration of age and individual characteristics, game-based methods, movement tasks, health-improving exercises, motivation, safety, and continuity. The article substantiates the necessity of integrating physical activity with classroom and extracurricular activities in primary education.*

Keywords: *primary education, physical activity, pedagogical features, physical education, movement games, healthy lifestyle, child development, learning effectiveness.*

KIRISH

Ta'lim tizimida boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyatini yo'lga qo'yish muhim pedagogik vazifalardan biridir. Chunki aynan shu yosh davrida bola organizmi tez rivojlanadi, harakatga ehtiyoj kuchli bo'ladi, shaxsiy sifatlar va xulq-atvor meyorlari shakllana boshlaydi. Jismoniy faoliyat bolalarning jismoniy barkamolligini ta'minlash bilan birga, ularning ruhiy holati, emosional barqarorligi, bilish faolligi hamda sinf jamoasiga moslashuviga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari ko'proq harakat orqali o'rganishga moyil bo'lgani sababli jismoniy faoliyatni pedagogik jihatdan to'g'ri tashkil etish ta'lim samaradorligini oshiradi. Mazkur jarayonda o'qituvchining kasbiy mahorati, yosh psixologiyasini bilishi, mashg'ulotlarni qiziqarli va xavfsiz tashkil eta olishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda tabiiy harakatchanlik yuqori bo'ladi. Ular uzoq vaqt bir holatda o'tirishga qiynaladilar, tez zerikadilar va faol harakat jarayonida bilimni yaxshiroq o'zlashtiradilar. Shu sababli bu yoshdagi o'quvchilarning jismoniy faoliyatini tashkil etishda qisqa, xilma-xil, qiziqarli hamda o'yin asosidagi mashqlardan foydalanish pedagogik jihatdan samarali hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Jismoniy faoliyatning birinchi pedagogik xususiyati uning rivojlantiruvchi xarakteridadir. Harakatli mashqlar orqali o'quvchilarda tezkorlik, epcillik, moslashuvchanlik, chidamlilik va muvozanat ko'nikmalari shakllanadi. Bu jarayon bolaning sog'lom o'sishi uchun zamin yaratadi. Ayniqsa, tana tuzilishi endigina shakllanayotgan boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun to'g'ri tanlangan mashqlar tayanch-harakat tizimini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Ikkinchi pedagogik xususiyat - jismoniy faoliyatning tarbiyaviy ahamiyatidir. Jamoaviy o'yinlar, estafetalar va harakatli topshiriqlar bolalarda intizom, tartiblilik, hamkorlik, o'zaro hurmat, mas'uliyat va irodaviy sifatlarni tarbiyalaydi. Bola o'yin qoidalariga rioya qilish, sheriklarini qo'llab-quvvatlash, g'alaba va mag'lubiyatni to'g'ri qabul qilishni o'rganadi. Demak, jismoniy faoliyat nafaqat sog'lomlashtiruvchi, balki kuchli tarbiyaviy vosita hamdir.

Uchinchi xususiyat - jismoniy faoliyatning ta'limiy imkoniyatlaridadir. Harakatli mashqlarni ona tili, matematika, tabiatshunoslik kabi fanlar bilan bog'lash orqali dars

jarayonini jonlantirish mumkin. Masalan, sanash bilan bog'liq sakrash mashqlari, buyruq va harakatni birlashtiruvchi til mashqlari, tabiat kuzatuvlari bilan uyg'unlashtirilgan sayrlar bolalarning qiziqishini oshiradi. Bunday integrativ yondashuv darsda diqqatni qayta tiklashga va bilimlarni mustahkamlashga yordam beradi.

To'rtinchi xususiyat - yosh va individual yondashuv zarurligidir. Har bir bolaning jismoniy tayyorgarligi, sog'lig'i, xarakteri va qiziqishi bir xil emas. Shu sababli o'qituvchi topshiriqlarni differensiallash, yuklamani me'yorlash va har bir o'quvchining imkoniyatidan kelib chiqib ish olib borishi zarur. Bu yondashuv o'quvchida muvaffaqiyat hissini uyg'otadi va faol ishtirokni ta'minlaydi.

Beshinchi xususiyat - jismoniy faoliyatni muntazam va tizimli tashkil etishdir. Faqat jismoniy tarbiya darsining o'zi yetarli emas. Ertalabki badantarbiya, dars jarayonidagi qisqa harakatli daqiqalar, tanaffusdagi o'yinlar, sport to'garaklari va sinfdan tashqari tadbirlar bilan uzviylik ta'minlanganda natija yuqori bo'ladi. Aynan muntazamlilik bolada sog'lom turmush tarzi odatlarini shakllantiradi.

Oltinchi xususiyat - xavfsizlik va gigiyena talablariga qat'iy rioya etishdir. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan ishlashda mashqlar yoshga mos, xavfsiz va nazorat ostida bo'lishi kerak. Mashg'ulot joyining tozaligi, inventarlarning mosligi, yuklama me'yorlari va sanitariya qoidalariga rioya qilinishi o'qituvchining muhim pedagogik mas'uliyati hisoblanadi.

Yettinchi xususiyat - rag'batlantirish va motivatsiya yaratishdir. Kichik yoshdagi o'quvchilar maqtov, e'tirof va qiziqarli topshiriqlar orqali faolroq qatnashadilar. Shuning uchun jismoniy faoliyat jarayonida baholashdan ko'ra ko'proq qo'llab-quvvatlash, ijobiy emotsional muhit yaratish va o'yin texnologiyalariga tayanish lozim.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyatini samarali tashkil etish nafaqat ularning jismoniy rivojlanishiga, balki ruhiy-emotsional holati, ijtimoiy faolligi, intizomi hamda o'quv jarayoniga bo'lgan qiziqishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi bolalarda harakatga bo'lgan tabiiy ehtiyoj yuqori bo'lgani sababli jismoniy mashqlar, harakatli o'yinlar va qisqa faol dam olish daqiqalarini ta'lim jarayoniga maqsadli kiritish pedagogik jihatdan muhim hisoblanadi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan jismoniy faoliyatning samaradorligi, avvalo, o'qituvchining metodik tayyorgarligi, bolalarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olishi hamda mashg'ulotlarni bosqichma-bosqich tashkil eta olishiga bog'liq. O'qituvchi mashqlarni oddiydan murakkabga, yengildan nisbatan murakkab harakatlarga qarab rejalashtirishi, o'quvchilarda charchoq, loqaydlik yoki qiziqishning pasayishi kuzatilganda yuklamani moslashtirishi zarur. Bu jarayonda jismoniy faoliyat faqat harakatlar yig'indisi sifatida emas, balki tarbiyaviy, sog'lomlashtiruvchi va rivojlantiruvchi pedagogik vosita sifatida namoyon bo'ladi. Har bir dars jarayonida qisqa harakatli daqiqalarni tashkil etish o'quvchilarning diqqatini tiklash, aqliy zo'riqishni kamaytirish va keyingi o'quv faoliyatiga tayyorlashda samarali natija beradi. Ayniqsa, ona tili, matematika, o'qish savodxonligi kabi aqliy faollik talab etiladigan fanlarda 2–3 daqiqalik jismoniy mashqlar bolalarning darsga qayta faol kirishishiga yordam beradi. Bu esa o'quvchilarda charchoqning oldini olish, sog'lom psixologik muhit yaratish va ta'lim samaradorligini oshirish imkonini beradi.

Boshlang'ich sinflarda jismoniy faoliyatni tashkil etishda harakatli o'yinlarning o'rni alohida ahamiyatga ega. Chunki o'yin kichik maktab yoshidagi bolalar uchun eng tabiiy faoliyat turlaridan biri bo'lib, u orqali bola harakat qiladi, muloqotga kirishadi, jamoada ishlashni o'rganadi va o'z imkoniyatlarini namoyon etadi. Shu nuqtai nazardan, dars jarayonida milliy harakatli o'yinlardan foydalanish o'quvchilarda nafaqat jismoniy sifatlarni,

balki milliy qadriyatlarga hurmat, hamkorlik, do'stlik, halollik va o'zaro yordam kabi tarbiyaviy fazilatlarni ham shakllantiradi.

Jismoniy faoliyatni tashkil etishda barcha o'quvchilarni birdek jalb qilish muhim pedagogik talab hisoblanadi. Faol bolalar bilan bir qatorda sust, tortinchoq yoki jismoniy tayyorgarligi nisbatan past bo'lgan o'quvchilar ham mashg'ulotlarda ishtirok etishi uchun qulay sharoit yaratilishi lozim. Bunda rag'batlantirish, juftlikda ishlash, guruhli o'yinlar, yengil musobaqalar va individual yondashuv usullaridan foydalanish ijobiy samara beradi. O'qituvchi bolalarni o'zaro taqqoslashdan ko'ra, har bir o'quvchining shaxsiy o'sish dinamikasiga e'tibor qaratishi maqsadga muvofiq. Shuningdek, jismoniy faoliyatning samaradorligi faqat dars jarayoni bilan cheklanib qolmasligi kerak. Sinfdan tashqari sport tadbirlari, sog'lomlashtirish mashg'ulotlari, sport bayramlari, ota-onalar ishtirokidagi harakatli musobaqalar o'quvchilarda sog'lom turmush tarziga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ayniqsa, maktab va oila hamkorligi kuchaytirilganda bolalarning jismoniy faolligi muntazam tus oladi, ular bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishga o'rganadi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyatini samarali tashkil etish quyidagi pedagogik shartlarga bog'liq: mashg'ulotlarning yosh xususiyatlariga mosligi, harakatlarning o'yin va musobaqa elementlari bilan boyitilishi, o'quvchilarning sog'lig'i va jismoniy imkoniyatlarini hisobga olish, muntazam nazorat va rag'batlantirish, shuningdek, oila-maktab hamkorligini yo'lga qo'yish. Ushbu shartlar ta'minlanganda jismoniy faoliyat bolalarning sog'lom rivojlanishi, ijtimoiylashuvi va o'quv jarayonidagi faolligini oshirishga xizmat qiladi. Umuman olganda, boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy faoliyatni pedagogik jihatdan to'g'ri tashkil etish ularning jismoniy sifatlarini rivojlantirish bilan birga, iroda, mas'uliyat, jamoaviylik, tashabbuskorlik va o'ziga ishonch kabi shaxsiy fazilatlarni ham shakllantiradi.

XULOSA

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faoliyati ko'p qirrali pedagogik hodisa hisoblanadi. U bolalarning jismoniy salomatligi, aqliy faolligi, ijtimoiylashuvi va axloqiy sifatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy faoliyatni samarali tashkil etish uchun yosh va individual xususiyatlar, o'yin texnologiyalari, muntazamlilik, xavfsizlik, rag'batlantirish va fanlararo integratsiya tamoyillariga asoslanish lozim. Pedagogik jihatdan puxta tashkil etilgan jismoniy faoliyat sog'lom, faol va barkamol avlodni tarbiyalashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ibragimov X., Abdullayeva Sh. Pedagogika nazariyasi. Darslik. - Toshkent: Fan va texnologiya, 2008. - 288 b.
2. Mahkamjonov K.M., Salamov R.S., Ikramov I.I. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. Darslik. - Toshkent: Iqtisod-moliya, 2008.
3. Abdullayev A., Xolkeldiyev Sh.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Darslik. - Toshkent, 2005.
4. Mahkamjonov K.M., Xo'jayev F. Jismoniy tarbiya. 1-4-sinf uchun o'quv qo'llanma. - Toshkent, 2008.
5. Axmedov F.Q. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi fanidan 101 savolga 101 javob. - Jizzax, 2011.
6. Karimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. Darslik. - Toshkent, 2004. - 334 b.
8. O'zbekov I.A., Bayjanov F.B., Xalilov F.F. Boshlang'ich ta'lim pedagogikasi. Darslik. - Toshkent, 2025. - 356 b.
9. Aniyev S.A.G. Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslarining ahamiyati // Ta'lim va pedagogikaga oid ilmiy maqola, 2024.