

# “ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASINDA ARALIQTAN OQITIWDIŇ INTEGRACIYASI” atamasındaǵı IV xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

## KISHI MEKTEP JASINDAǵI BALALARǵA SPORT OYINLARIN OQITIWDIŇ HÁM ÚYRETIWDIŇ ÓZGESHELIKLARI

**I.R.Shaniyazov**

*QMU Dene mádeniyati teoriyası hám  
metodikası kafedrası stajyor-oqıtıwshısı*

**Annotaciya:** *Aktiv háreket iskerligi, fizikalıq shınıǵıwlar, fizikalıq miynet ósip kiyatırǵan organizm ushın zárúrli. Kúndelikli ráwishte orınlanatuǵın fizikalıq shınıǵıwlar den sawlıqtı bekkemlewdi, organizmniń keselliklerge bolǵan qarsılıǵın kúsheytedi, aqıl hám fizikalıq iskerlikti arttıradi. Fizikalıq tárbiya máselelerin jaqsılaw, balalardı klasstan tıs dene tárbiyası hám sport penen shuǵıllanıwǵa tartıw, jaslar sportın rawajlandırıw ushın qolaylı sharayatlardı jaratıp beriw, fizikalıq jaqtan rawajlanǵan, deni saw adamlardı ósiriwge járdem beredi.*

**Tayanısh sózlar:** *mexanizm, fizikalıq shınıǵıwlar, oyun, jas óspirimler.*

Mámleketimizde demokratiyalıq jámiyetti qurıw wazıypaları ósip kiyatırǵan jańa áwladtı tárbiyalaw menen tıǵız baylanıslı. Sonıń ushın da elimizdiń erteńgi keleshegi bolǵan balalar haqqında ǵamxorlıq etiw, Ózbekstanda mámleketlik siyasat dárejesine kóterilgen.

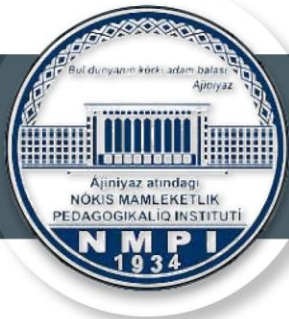
Balalıq dáwir oyun menen júdá tıǵız baylanıslı. Balalardıń jası qanshama kishi bolǵan sayın, olardıń oyınǵa bolǵan zárúrligi de joqarı boladı. Emocionallıq qubılıslarda ótetuǵın hár qıylı háreket iskerligi, balalardıń tek ǵana háreketsheńligin rawajlandırıwıp qoymay, onıń psixikasın qalıplestiredi, bilimge bolǵan uqıplılıǵın jedellestiredi, pikirlew mexanizmlerin jetilistiredi. Kishi jastaǵı oqıwshılardı tárbiyalawdıń sanasın joqarılawdıń tiykarǵı maqsetleri;

-oqıwshılardıń fizikalıq rawajlanıwın jaqsılaw:

-oqıwshılardı beriletuǵın nagruzkalardı mólsherlestiriw:

-gigiena máselelerine úlken dıqqat awdarıw hám taǵı da usınday zárúrli talaplardan ibarat bolıp esaplanadı. Oqıwshınıń den sawlıǵın saqlaw hám bekkemlew ushın, onıń barlıq iskerligin, organizminiń múmkinshiliklerine qaray sáykeslendiriw júdá áhmiyetli, sebebi salamatlıq túsiniǵi tek ǵana awırıwdıń joqlıǵın ańlatıp qoymay, joqarı iskerlik uqıplılıǵın da kózde tutadı.

Oqıwshılar iskerligi jasına qaray anatomiya-fiziologiyalıq ózgesheliklerden ǵárezli boladı. Zamanagóy oqıwshınıń turmısı, úlken fizikalıq hám psixikalıq kúsh salıwdı talap etedi. Unamsız faktorlardıń organizmındaǵı tásinin qalayınsha jeńiw kerek, jaqsı den-sawlıqtı qalayınsha saqlawga boladı, fizikalıq jaqtan bekkem bolıp qalay ósiw, kúshli hám shıdamlı bolıwdıń jolı qanday degen sorawlarǵa adamlar



# “ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASINDA ARALIQTAN OQITWDIŃ INTEGRACIYASI” atamasındaǵı IV xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

jámiyeti qashannan aq tolıq hám isenimli juwap taptı. Den sawlıq tiregi, awırıwlar menen gúresiw quralı retinde bizge dene tárbiyası hám sport háreket etedi.

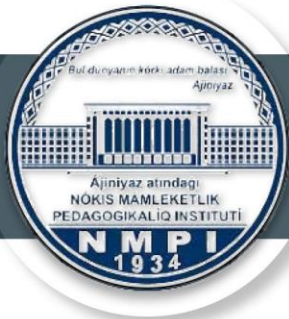
Aktiv háreket iskerligi, fizikalıq shınıǵıwlar, fizikalıq miynet ósip kiyatırǵan organizm ushın zárúrli. Kúndelikli ráwishte orınlanatuǵın fizikalıq shınıǵıwlar den sawlıqtı bekkemlewdi, organizmniń keselliklerge bolǵan qarsılıǵın kúsheytedi, aqıl hám fizikalıq iskerlikti arttıradi. Fizikalıq tárbiya máselelerin jaqsılaw, balalardı klasstan tıs dene tárbiyası hám sport penen shuǵıllanıwǵa tartıw, jaslar sportın rawajlandırıw ushın qolaylı sharayatlardı jaratıp beriw, fizikalıq jaqtan rawajlangan, deni saw adamlardı ósiriwge járdem beredi. Oyinlar, ásirese sport oynıları balalarǵa júdá jaqsı tásir jasaydı. Oyin waqtında bala ózine bir qansha wazıypalardı qoyadı hám sol wazıypalardı sheshiwge tırısadı. Oyin processinde eń baslısı qoyılǵan maqsetke tabıslı erisiw, oǵan tereń qanaatlanarlıq alıp keledi. Bala ámeliy wazıypalardı ózi sheshiwge úyrenedi. Adamlar arasında qatnasıqlardı qalıplestiretuǵın kollektivlik oynılarıń áhmiyeti oǵada úlken.<sup>1</sup>

Olardı qollanıw, balalarǵa júdá jaqsı tásir jasaydı. Sebebi oqıwshı bunday oynılarda tek ózi ushın emes al, kollektiv ushın da háreket etedi. Oynılarda qoyılatuǵın quramalı wazıypalardı sheshiw, qarsılasları ústinen jeńiske erisiw, yaki bolmasa jeńilis bolǵan da túskinlikke túspew, olardan sabaq alıp jáne gúreske tayarlanıw, bulardıń barlıǵı kishi mektep jasındaǵı balalarda joqarı emocionallıqta ótedi. Kollektivlik oynılarıń jáne bir unamlı tárepi, onda oqıwshı óz háreketlerin joldaslarınıń háreketleri menen sawlelendiriw uqıplılıǵına iye bolıwı, yaǵnıy birgelikte háreket etiw. Bul ilajlardıń barlıǵı oynılarıń, balalar hám óspirimlerdi ruwxıylıq jaqtan turaqlı etip tárbiyalawdıń ajralmas bir bólegi ekenligin ańlatadı.

Oyinlar menen kúndelikli ráwishte shuǵıllanıw dene tárbiyası hám sportqa bolǵan qızıǵıwshılıqtı asıradi. Oyin arqalı oqıwshı háreketke bolǵan zárúrlıkti tolıqtıradi. Al qalǵan bólimlerdiń barlıǵın oqıwdan tıs waqıtları, oqıwshılardıń ózleri tolıqtırıwı kerek. Mine, usınday sharayatlarda oynılar oqıwshılardıǵa járdem beredi. Sonıń ushın da oynılar, sport oynıları dene tárbiyasınıń eń paydalı quralı bolıp esaplanadı. Ulıwma bilim beriwshi mekteplerde oqıw menen birge, oqıwshılar tek ǵana turmısta zárúr bolǵan uqıplıqlardı iyelep qoymay, den sawlıǵın bekkemleydi, fizikalıq sapaların rawajlandıradi, sport kónlikpelerin iyeleydi. Dene tárbiyası hám sport penen shuǵıllanıw ádetlerine úyrenedi. Mámleketlik baǵdarlamalar shártli túrde dene tárbiyası sabaqların kózde tutadı. Olarda dene tárbiyasınıń, bilimlendiriwshi

1. Salomov R.S. «Sport mashg'ulotning nazariy asoslari»-Toshkent., O'zDJTI, 2005 jil - 238 b.





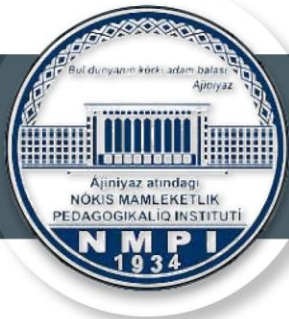
# “ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASINDA ARALIQTAN OQITWDIŃ INTEGRACIYASI” atamasındaǵı IV xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

salamatlandırıwshı hám tárbiyalawshı wazıypaları sheshiledi. Dene tárbiyası sabaqları klasstan tıs hám mektepten tıs jumıslar menen tolıqtırıladı. Oqıwshılar dene tárbiyasınıń tiykarǵı baǵdarı ulıwma fizikalıq tayarlıqtı támiynlew bolıp esaplanadı. Usı maqsetke fizikalıq shuǵıllanıwlardıń keń kólemi qollanıladı.

Oqıwshılardıń dene tárbiyasında sport tayarlıǵı da belgili dárejedegi áhmiyetke iye. Oqıwshılardıń ulıwma fizikalıq tayarlıǵı dene tárbiyasınıń hár qıylı quralları járdeminde erisiledi. Olardıń ishinde oyunlar eń baslı esaplanadı. Jarısıw sharayatları da hár qıylı kónlikpelerdi bekkemleydi. Hár bir oynınıń mazmunı, shuǵıllanıwshılardıń fizikalıq jetilisiwine járdem beretuǵın háreketlerden quraladı. Qálegen shınıǵıwdı úyreniw wazıypasın oyunlar arqalı shólkemlestiriwge boladı. Oqıwshılardıń háreket etiw qádelerin optimallastırıw sport oynlarınıń keń múmkinshilikleri arqalı iske asadı, mektep kún tártibinde tánepislerde, sport saatlarında oynlardı paydalanıw jaqsı nátiyjelerge alıp keledi. Ulıwma tálim beriw mektepleriniń dene tárbiyası salamatlandırıwshı máresimlerinde sport oynları úlken orın iyeleydi. Sabaqtan tıs waqıtları shuǵıllanıwlardıń ayrıqsha ózgesheligi bul shuǵıllanıwlardıń iqtıyarlılıǵında bolıp tabıladı.

Sabaqtan tıs shuǵıllanıwlardı shólkemlestiriwde tiykarǵı roldi mektep dene tárbiyası kollektivi atqaradı. Bunday sekciyalargá barlıq qálewshiler qabil etiledi. Sport túrleri boyınsha hár qıylı oynlardı úyretiw, oyun ámellerin iyelep alıw, balalar ushın júdá qızıqlı. Olar ustazlardıń aytqanınan shıqpay oyun sırların úyreniwge tırsadı. Mektep sharayatları múmkinshiliklerine qaray tańlap alınǵan sport oynlarına úyretiw nátiyjeligi tikkeley oqıtıwshı sheberligine baylanıslı boladı. Balalardı úyretiw júdá mashaqatlı is, sonıń ushın da hár bir oqıtıwshı balar psixologiyasın jaqsı biliwi talap etiledi. Sekciyalarda ótkeriletuǵın shuǵıllanıwlar mazmunı sport sekciyalarına arnalǵan baǵdarlamalar menen anıqlanadı. Balalar toparında háptesine 2 retten kem bolmaǵan shuǵıllanıwlar 60-90 minut aralıǵında dawam etedi. Sekciyalıq shuǵıllanıwlardı jobalastırıw jıllıq principine tiykarlanadı. Teoriyalıq sabaqlar ámeliy sabaqlar basında gúrrińlesiw formasında alıp barıladı. Tóreshilik hám shólkemlestiriwshilik kónlikpeleri mektep kólemindegi jarısları araqalı iske asırıladı. Bunday sekciyalar tastırıqlanǵan kestelerge muwapıq mudamı jumı alıp barıwı múmkin.

Mekteplerde sekciyalıq jumıslardıń ajıralmas bólegi bul massalıq jarıslar ótkeriw bolıp esaplanadı. Bul jarıslar arqalı saylandı komandalardıń qalalıq, rayonlıq jarıslargá tayarlıq wazıypaları sheshiledi. Mektep jarısların shólkemlestiriw dárejesi júdá áhmiyetli. Ol úsh etaptan quraladı, shólkemlestiriwshı tayarlıq, oynlardı ótkeriw



# “ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASINDA ARALIQTAN OQITIWDIŇ INTEGRACIYASI” atamasındaki IV xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

hám juwmaqlawshı etaplar. Mektep birinshiligin ótkeriwge aldın ala tayarlıq kóríledi. Onda sport invertorları hám maylandar tayarlıgı kózden ótkerilip, tayarlıq kóríledi. Jarısqa kerek bolğan úskenlerdiń barlıgı esapqa alınadı. Sport penen shuǵıllanıwdı balalar arasında eń jaydırıwda mektepten tıs jumısların shólkemlestiriwge de kewil bóliwi kerek.<sup>2</sup>

Mektepten tıs jumısları oqıw hám klasstan tıs ilajlardı tolıqtırw wazıypasın atqaradı. Balalardıń bos waqıtların shólkemlestiriwge járdem retinde mektepten tıs jumısları fizikalıq tayarlıqtı arttıradı. Den sawlıqtı bekkemleydi. Mektepten tıs jumıslardıń formaları oqıwshılardıǵa ózleri tańlap alǵan sport túrlerinde jetiklikke erisiwde de tásirin tiygizedi. Oqıwshılardıń shuǵıllanıwları balalar sport mekteplerinde, den-sawlıq lagerinde, jasaw mákanlarında, balalar úylerinde shólkemlestiriledi. Balalar sport mektebi-sport rezervlerin tayarlawda tiykarǵı orın tutadı. Bul mektepler kompleksli yaki bolmasa qániygelestirilgen bolıwı múmkin.

Úyrenilip atırǵan oyın haqqındaǵı birinshi túsiniklerdi balalar háreketli oyınlar arqalı aladı. Konkret háreketlerge úyreniwdiń tabıslı ótiwi shuǵıllanıwshılardıń aktivliginen de gárezli boladı. Sonıń ushın da balalardı qızıqtıra biliw talap etiledi. Kishi jastaǵı oqıwshılardıń oyındı iyelep alıw etapındaǵı shuǵıllanıwlar sheklep qoyılǵan qaǵıydalarda alıp barılmaw usınıs etiledi. Qátelikler eń dáslep oqıwshınıń túsiniwı hám trener járdeminde onı dúzetiwge urınıwı kerek. Úyrenilip atırǵan háreket aytarlıqtay qáteliklersiz orınlangan jaǵdayda ǵana onı bekkemlew hám jetilistiriw múmkin. Bul etapta úyrengen ámellerdi oyınlarda qollana biliwge úyretiw júdá áhmiyetli. Bunıń ushın trenirovkalarda oyın shınıǵıwları úyretiw, estafetalar, jarıs oyınları qollanıladı. Texnika-taktikalıq háreketler elementlerin tanıstırıw hám úyretiw arqalı, kishi mektep jasındaǵı oqıwshılar tańlap alǵan sport oyını boyınsha ádewir túsiniklerge iye boladı. Sport mekteplerindegi shuǵıllanıwlar sport oyınların iyelep alıwda áhmiyetli orın tutadı.

## Ádebiyatlar :

1. Salomov R.S. «Sport mashg’ulotning nazariy asoslari» - Toshkent., O’zDJTI, 2005 ji’l - 238 b.
2. Gonsharova O.B. «Yosh sportshilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish» Toshkent., O’zDJTI, 2005 ji’l - 171 b.

2. Gonsharova O.B. «Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish» Toshkent., O’zDJTI, 2005 ji’l - 171 b.