

JISMONIY TARBIYA DARSLARI VA SINFDAN TASHQARI MASHG'ULOTLARDA
O'QUVCHILARNI ESTETIK TARBIYALASH

Mamayusupov Nozimjon Nabidjonovich

mamayusupovnozimjon@gmail.com

Andijon davlat Universitetining Pedagogika instituti magistranti.

Annotatsiya: Maqolada jismoniy tarbiya darslari va sinfdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarni estetik tarbiyalash masalalari taxlil qilindi.

Kalit so'zlari: estetik tarbiya, jismoniy tarbiya darslari, nafosat, sinfdan tashqari mashg'ulotlar, o'quvchilar, jismoniy qobiliyat.

Abstract: The article analyzed the issues of aesthetic education of students in physical education classes and extracurricular activities.

Keywords: aesthetic education, physical education classes, sophistication, extracurricular activities, students, physical ability.

Аннотация: В статье проанализированы вопросы эстетического воспитания студентов на уроках физической культуры и внеурочной деятельности.

Ключевые слова: эстетическое воспитание, занятия по физической культуре, утонченность, внеурочная деятельность, студенты, физические способности.

KIRISH

So'nggi yillar mobaynida mamlakatimizda yoshlarimizning jismoniy tarbiya va ommaviy sport turlari bilan muntazam shug'ullanib borishlari uchun ularning qiziqish va intilishlarini inobatga olgan holda keng ko'lamli sharoitlar, imkoniyatlar yaratildi.

Ayniqsa, yoshlarimizning jismoniy tarbiya fanini qiziqib o'rganishi, sport bilan musobaqalari orqali o'zining mustahkam irodasi, tenglashadigan kuchini mustahkamlash, jasurlik, insonparvarlik, ona Vatanga mehr, muhabbat, sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish ishlarini amalga oshirishda ko'plab ishlar tashkil qilinmoqda. Binobarin, bunday ishlar o'quvchi yoshlarni jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug'ullanishini kundalik turmush tarziga aylantirishiga yordam beradi.

Muntazam ravishda sport turlari bilan shug'ullanib borish, shug'ullanish jarayonida e'tiborli bo'lish yuzasidan kerakli ma'lumotlarni o'rgatish, o'quvchi yoshlarda sport bo'yicha mukammal bilimlar olishi uchun sharoit yaratish, darsdan keyin bo'sh vaqtlarini unumli o'tkazishga sarflash va foydali tashkil qilishni o'rgatish, jismoniy tarbiya o'qituvchilarining oldida turgan asosiy vazifalardan biri sanaladi.

Estetik tarbiya (lotincha "estezio" "go'zallikni his qilaman") o'quvchilarni voqelik, tabiat, ijtimoiy va mehnat munosabatlari, turmush go'zalliklarini anglash, idrok etish va to'g'ri tushunishga o'rgatish, go'zallikka muhabbat uyg'otish, ularning badiiy didini o'stirish, go'zallikni yaratish qobiliyatlarini tarbiyalashga yo'naltirilgan pedagogik jarayon.

Estetik madaniyat. Go'zallikni his etish, undan zavqlanish, mavjud go'zalliklarni asrash va boyitish yo'lida o'zlashtirilgan bilim hamda amalga oshiriladigan estetik faoliyatni tashkil etish darajasining sifat ko'rsatkichi.

Jismoniy tarbiya. O'quvchilarda jismoniy va irodaviy sifatlarni shakllantirish, ularni aqliy va jismoniy jihatdan mehnat va Vatan mudofaasiga tayyorlashga yo'naltirilgan pedagogik jarayon bo'lib; ijtimoiy tarbiya tizimining muhim tarkibiy qismlaridan biri sanaladi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

YOshlarni sog'lom bo'lib voyaga etishlarini ta'minlash masalasi xalq pedagogikasi, og'zaki ijodi hamda mutafakkirlar asarlarining bosh g'oyalaridan biri bo'lib kelgan. "Alpomish" dostonida Hakimbek (Alpomish)ning jismoniy mashq qilishi, tabiat qo'ynida voyaga etganligi, uning alpligi quyidagicha tasvirlanadi: "Alpinboyning bobosidan qolgan o'n to'rt botmon birinchdan bo'lgan parli yoyi bor edi. SHunda etti yashar bola Hakimbek shul o'n to'rt botmon yoyni qo'lga ushlab ko'tarib tortdi, tortib qo'yib yubordi. YOyning o'qi yashinday bo'lib ketdi. Asqar tog'ining katta cho'qqilarini yulib ketdi, ovozasi olamga yoyildi. SHunda barcha xaloyiq yig'ilib kelib aytdi: "Dunyoda bir kam to'qson alp o'tdi, alplarning boshlig'i Rustami doston, oxiri bu Alpomish alp bo'lsin".

Abu Ali ibn Sino ham insonga xos bo'lgan ijobiy fazilatlaridan sanab o'tar ekan, quyidagilarga alohida urg'u beradi:

1. Jasurlik – biror ishni bajarishda kishining jasurligi, chidamliligi, inson boshiga tushgan yomonlikni to'xtatib turuvchi quvvat.
2. Aqllilik – biror ishni bajarishda shoshma-shosharlik qilishdan saqlovchi quvvat.
3. Ziyraklik – sezgi bergan narsalarning haqiqiy ma'nosini tezlik bilan tushuntirishga yordam beruvchi quvvat.

Alisher Navoiy "Farhod va SHirin" dostonida Farhodning jismoniy qobiliyatlarini alohida ko'rsatib o'tadi. Dostonda ta'riflanishicha, Farhod aqliy kamolotga erishish bilangina cheklanib qolmay, jismoniy va harbiy mashqlar yordamida chiniqadi. Suvda suzish, chavandozlik, qilichbozlik va boshqalar uning kundalik mashg'ulotiga aylangan. Mutafakkirning fikriga ko'ra, Farhod 10 nafar 20 yoshli yigitning quvvatiga ega bo'lgan.

Abdulla Avloniyning fikricha, sog'lom fikr, yaxshi axloq va ilm-ma'rifatga ega bo'lmoq uchun badan-tarbiya bilan shug'ullanishi zarur: "Badanning salomat va quvvatli bo'lmog'i insonga eng kerakli narsadir. CHunku o'qimoq, o'qitmoq, o'rganmoq va o'rgatmoq uchun insonga kuchli, kasalsiz vujud lozim.

Sog' badanga ega bo'lmagan insonlar amallarida, ishlarida kamchilikka yo'l qo'yurlar. ... Badan tarbiyasini fikr tarbiyasiga ham yordami bordur. Jism ila ruh ikkisi bir choponning o'ng ila tersi kapidur. Agar jism tozalik ila ziyatlanmasa, yomon xulqlardan saqlanmasa, choponni ustini qo'yib asatrini yuvib ovora bo'lmak kabidirki, har vaqt ustidagi kiri ichiga uradur. Fikr tarbiyasi uchun mehnat va sog'lom bir vujud kerakdur".

Jismoniy tarbiya kishilarga kuchli ta'sir ko'rsatib, salomatligini mustahkamlaydi, ishlash qobiliyatini oshiradi, uzoq umr ko'rishga yordam beradi. Sport har qanday yoshda

ham qaddi-qomatni tarbiya qilish kuch-quvvatini saqlab turishning ajoyib vositasidir. Sport dam olish bilan mehnatni almashtirib turish manbai bo'lib xizmat qiladi.

O'zbekiston Respublikasida sport, shu jumladan, bolalar sportini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Mazkur yo'nalish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilib, ijobiy ishlar amalga oshirilmoqda. CHunonchi, yoshlarni jismoniy tarbiyalashning kopleks dasturi ishlab chiqildi. Sportning turli yo'nalishlari bo'yicha joylarda ommaviy sport bayramlari, sport musobaqalarning tashkil etilishi ommaviy tus oldi.

YAngi turdagi o'quv muassasalarda ham o'quvchilar o'rtasida jismoniy tarbiyani samarali tashkil etilishiga e'tibor qaratilmoqda. Jismoniy tarbiya mazmuni o'quvchilarning harbiy chaqiriqqacha tayyorgarligiga erishish bilan uzviy bog'liqdir.

Jismoniy madaniyatning estetik qadriyatlarini tana go'zalligining tashqi ko'rinishlari yoki harakatlarning go'zalligi bilan chegaralanib qolmasligi juda muhimdir. Bu qadriyatlar, eng muhimi, jismoniy madaniyat to'liq sog'likka, jismoniy qobiliyatlarni har tomonlama rivojlantirishga olib keladi va shu bilan jismoniy barkamollik idealiga erishishga yordam beradi.

Estetik tarbiya vazifalari quyidagilardan iboratdir:

Asosiy vazifalar:

1. O'quvchilarga estetik bilimlarni berish.
2. Ularda estetik tushunchalarni hosil qilish.
3. O'quvchilarda estetik his-tuyg'u, estetik ong, estetik did va estetik madaniyatni shakllantirish.

Estetik vositalar xilma xildir. Tabiat mehnat, insoniy munosabatlar, san'at estetik tarbiya vositasidir. Tabiat estetik tarbiyaning muhim manbaidir. K.D.Ushinskiy tabiatni yosh avlod estetik tuyg'ularining rivojlanishiga chuqur ta'sir ko'rsatadigan ajoyib tarbiyachidir, degan edi. Sayohat, sayr, yurish, tabiatga bag'ishlangan san'at asarlarini o'rganish mazkur yo'nalishdagi an'anaviy ishdir. Biroq tabiat ichida bo'lishning o'zi etarli emas. Tabiatdagi go'zallikni ko'ra bilish, his etish lozim. Bunday qobiliyat asta-sekin rivojlanib boradi.

Sinfdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarni sport turizmi, sayr, ekskursiya hamda maktab uchastkasida ishlash paytida o'quvchilar e'tiborini tabiat boyliklariga, uning shaklidagi mukammalliklarga qaratishi, bolalarga nafosat, tabiatni sevish ehtiyojigina bo'lmay, shuningdek, uni ehtiyotlashdan ham iboratligini tushuntirib borishi lozim.

Estetik va shu bilan birga axloqiy tarbiyaning eng muhim yo'nalishlaridan biri inson munosabatlari, harakatlari, xulq-atvori go'zalligini tarbiyalashdan iborat. Salomatlikning poydevori bolalikdan qo'yiladi. Jismoniy tarbiya qanchalik to'g'ri tashkil etilganiga, uning farovonligi, kayfiyati, o'quv muvaffaqiyati ko'p jihatdan bog'liq bo'ladi.

Bu bilimli shaxsning mehnat imkoniyatlarini o'sishiga yordam beradi, uning axloqiy va irodaviy fazilatlarini takomillashtirish, barkamol rivojlanish vositasidir. Jismoniy tarbiyaning asosiy maqsadlari - to'g'ri jismoniy rivojlanish, vosita ko'nikmalarini va vestibulyar apparatlarni o'rgatish, turli xil qattiqlashuv protseduralari, insonning ish faoliyatini oshiradigan iroda va xarakterni tarbiyalash.

Jismoniy tarbiya vositalari majmuasiga to'g'ri kun tartibi, ratsional ovqatlanish, madaniy-gigiyenik ko'nikmalarni singdirish, jismoniy tarbiya va sport kiradi. Estetik tarbiya ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish, hayot va san'atdagi go'zallikni tushunish va qadrlash qobiliyatini rivojlantirishga, bolaning ma'naviy dunyosini boyitishga qaratilgan.

Bundan tashqari, uni tabiatdagi, ijtimoiy hayotdagi, san'atdagi go'zalliklarni payqashga o'rgatish, o'quvchiga to'g'ri estetik mulohazalar va baholashlarni rivojlantirishga yordam berish, shuningdek, qobiliyatlarni rivojlantirish, bolani badiiy ijod bilan tanishtirish kerak. Bolaning estetik didini tarbiyalashda uning birinchi o'yinchoqlari ayniqsa muhim rol o'ynaydi.

Ular hayotni o'rganishga o'rgatadi va birinchi estetik taassurotlarning manbai hisoblanadi. Mehnatni estetik jihatdan tashkil etish, ta'lim muassasalaridagi xona, sinf va auditoriyalarning jozibali dizayni, kiyim uslubida namoyon bo'ladigan badiiy did va hokozolar tarbiyaviy ahamiyatga ega.

Estetik tarbiyada tabiatga muhabbat tuyg'usini rivojlantirish katta ahamiyatga ega. Estetik jihatdan rivojlangan shaxs nafaqat go'zallikdan zavqlanib, go'zallik qonunlari asosida yaratishga, balki xunuk, asossiz va yolg'onning barcha ko'rinishlariga qarshi faol kurasha oladi.

Sport amaliyotida axloqiy va estetik jihatdan nomaqbul harakat va xatti-harakatlarni yuzaga keltirishi mumkin bo'lgan holatlar inkor etilmaydi: qo'pollik, xudbinlik, bema'nilik va boshqalar).

Sinfdan tashqari vaqtda mashg'ulotlar va musobaqalar o'tkaziladigan tabiatning go'zalligi ham estetik ahamiyatga ega. O'quvchilar e'tiborini tabiatning estetik xususiyatlariga qaratish orqali biz o'quvchilarimizning estetik moyilligini rivojlantirishga hissa qo'shamiz, ularni atrofdagi dunyoda go'zallikni ko'rishga o'rgatamiz. Sport inshootlari, jihozlari, inventarlarining estetik jihatdan barqaror shakllari, gigiyena talablariga muvofiqligi ham estetik tarbiyaga yordam beradi. Afsuski, barcha o'quvchilar gigiyena va sanitariya qoidalariga amal qilmaydi.

Ba'zi o'quvchilar jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga sport formasisiz kelib, shu orqali xavfsizlik qoidalari, shaxsiy va jamoat gigiyena qoidalarini buzmoqda.

Estetik tarbiya manfaati yo'lida o'z ishimda vizual ta'sirga asoslangan usullardan foydalanish mumkin. Jismoniy mashqlarni ko'rsatish usullari, harakatlarni nafaqat texnik jihatdan to'g'ri, balki oson va oson bajarilgan taqdirda estetik ta'sir kuchiga ega bo'ladi. Shu maqsadda ko'rgazmali qurollardan, eng yaxshi o'quvchilar tomonidan bajariladigan mashqlardan, shuningdek, yuqori saviyali sportchilar tomonidan ko'rsatilgan mahorat darslaridan foydalanish yaxshi samara beradi.

Go'zallikka intilishlarni uyg'otishda vizual qo'zg'alishning roli yaxshi ma'lum. Maktab rekordlari jadvali, eng yaxshi sportchilar va maktab rekordchilarining foto- suratlari, maktab birinchiligining yig'indisi bayonnomasi, sport lahzalari aks ettirilgan fotosuratlar - bularning barchasi o'quvchilarni sport natijalarini oshirishga, muntazam ravishda sport

bilan muntazam shug'ullanishga, sport mahoratini oshirish va o'z bilimlarini oshirishga undaydi.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida estetik tarbiya omili sifatida, o'qituvchining estetik jihatdan boyitilgan so'zi muhim ahamiyatga ega. So'z yetarli darajada estetik samaraga ega bo'lishi uchun u nafaqat to'g'ri va mazmunli, balki ayni paytda yorqin, rang-barang va majoziy bo'lishi kerak. Estetik nuqtai nazardan, uzun tushuntirishlar, mulohazalar o'rniga so'zga she'riy yorqinlik baxsh etadigan yorqin epitet, nozik kinoya, kulgili, hazilkash gap kabi so'z ta'sir shakllaridan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

XULOSA

Zamonaviy ta'lim jarayonida insonni o'z taqdirini o'zi belgilash o'z-o'zini boshqarish, o'z-o'zini rivojlantirishga yo'naltirilgan ta'lim maydoni yaratilishi zarur. Bu o'smirlarga kelajakda o'z taqdirini o'zi belgilash, shuningdek alkogolizm, giyohvandlik kabi ijtimoiy hodisalardan qochish qobiliyatini tarbiyalaydi. Barcha fan o'qituvchilari zimmasida ta'limiy vazifa bilan birgalikda tarbiyaviy vazifasi o'quvchilarning axloqiy sifatlarini shakllantirishdir. Bola axloqiy sifatlarining shakllanishi, salomatligini mustahkamlash, qobiliyatlarini rivojlantirish kabi uchta tamoyilga asoslangandagina jismoniy tarbiya ta'lim tizimining bir qismi sifatida o'z mazmunini saqlab qoladi. Jismoniy tarbiya va sinfdan tashqari darslarda bolalarda estetik, irodaviy va axloqiy fazilatlar, ya'ni e'tibor, intizom, mulkni hurmat qilish, shuningdek, do'stlik, maqsadlilik, mustaqillik, matonat, qiyinchiliklarni engish, o'zaro yordam ko'nikmalari shakllanadi.

Jamiyatda shaxsning barkamol rivojlanishida jismoniy tarbiyaning ahamiyati katta bo'larkan, u shunday shakllantirilishi kerakki, natijada axloq, estetika va ma'naviy hayotning boshqa sohalarining organik elementiga aylanib shundagina shaxs qiyofasida yaxlit namoyon bo'lishi lozim.

REFERENCES:

- 1.O.Musurmonova .YUqori sinf o'quvchilari ma'naviy-madaniyatini shakllantirishning pedagogik asoslari.// ped.fan.dok.diss. Toshkent.:1993.
- 2.V.N.Ivanitskiy,N.A.Petuxov,V.E.Bel's,S.N.Xarlova,N.S.Ermakova.Sotsialno – pedagogicheskie aspekty fizicheskoy kultury. Uchebnoe posobie.Tomsk.Izdatelstvo TGASU.2016.
3. V.SH.Karaev. Jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy kompetentlikni rivojlantirishning nazariy-pedagogik asoslarini takomillashtirish.//ped.fan.falafa dok. diss.CHirchiq.2022.
- 4.L.V.Chepikova. Pedagogicheskie usloviya vospitaniya osnovno nraivstvennoy kultury u detey starshego doshkolnogo i mladshego shkolnogo vozrasta. Avtoreferat.diss.kand nauk.13.00.01.Smolensk-2007.
5. Navoiy, Alisher. Asarlar. O'n besh tomlik. O'n uchinchi jild. – Toshkent: G'.G'ulom nomidagi Adabiyot va san'at nashriyoti, 1966.
6. Avloniy, Abdulla. Turkiy guliston yohud axloq. – Toshkent, O'qituvchi, 1992.