



СОГЛОМ ВА БАРКАМОЛ АВЛОДНИ ТАРБИЯЛАШДА ГИГИЕНИК ОМИЛЛАРНИ УРНИ.

Якубова Г

Катта ўқитувчи, ФарДУ

Ўсиб келаётган ёш авлодни соғлом қилиб тарбиялаш бугунги кундаги асосий вазифадир.

Республикаимиз раҳбарияти мустақилликнинг дастлабки йилларидан бошлаб диққат эътиборини ёш авлод тарбиясига қаратиб келаётганлиги катта аҳамиятга эгадир. Мамлакатимизда “Таълим тўғрисида”ги қонуннинг қабул қилиниши фикримизнинг ёрқин ифодасидир.

Президентимиз И.А.Каримов ёш авлодни ҳар томонлама етук инсон бўлиб ўсишида жисмоний тарбиянинг аҳамияти катта эканлигини кўрсатиб берган.

Ҳаракатли ўйинлар болаларни ҳар томонлама ривожланишида муҳим аҳамият касб этади.

Кичик ёшдаги болаларнинг улғайишида ҳаракатли ўйинларнинг аҳамияти жуда катта.

Н.К.Крупская мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг, ўсмирларнинг ўйинларига доимо алоҳида эътибор берди. Ўйинларни шахсни ҳар томонлама тарбиялашнинг энг муҳим воситаларидан бири деб қаради. Болалар фақат дарс жараёнида эмас, балки уюшқоқликни ва турмушни яхши билиб олишга ўргатадиган ўйинлар орқали ҳам билим олишларини таъкидлади. Бундан кўриниб турибдики, кичик ёшдаги болаларга билим беришда, тарбиявий вазифаларни амалга оширишда ўйинлардан кенг фойдаланишимиз таълим-тарбия ишларини муваффақиятли амалга ошириш имконини яратиб беради. Болага бирон нарсани кўрсатиш, тушунтиришдан олдин маълум мақсад қўйилади ва иш мазмуни шу мақсадни амалга оширишга қаратилган бўлади. Болалар билан ташкил қилинадиган ҳамма ўйин машғулоти дастур талабига жавоб бериши билан уларнинг билим доирасини кенгайтириш ва бойишига ёрдам бериши лозим. Ўйин жараёнида болаларнинг ўзларига таниш бўлган тушунчалар қайтарилади, аммо бу қайтариш мураккаброқ ва турли шаклда бўлади.

Ҳаракатли ўйинлар авлоддан-авлодга ўтиб, ёшларни тарбиялашда бебаҳо хизмат қилиб келмоқда. Ёшларни баркамол инсонлар қилиб тарбиялашда ҳаракатли ўйинларни ўрни беқиёсдир. Шу боисдан ҳам ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш ва ўтказишда сюжетли ўйинлардан фойдаланиш лозимдир. Сюжетли ўйинлардан бири бу “Бойўғли” ўйинидир.

“Бойўғли” ўйини мактабгача ва бошланғич синф ёшидаги болалар учун мўлжалланган ўйин ҳисобланади.



Ўйиннинг тавсифи. Майдончада “Бойўғли” яшайдиган жой ажратилади. Ўйновчилардан бири бойўғли бўлади. Бойўғлидан бошқа ҳамма ўқувчилар майдончада тарқалиб юрадилар. Улар қўнғизчалар, капалаклар, бақалар ва кичик қушчалар ролини бажарадилар.

Бойўғли ўз уясида туради. Ўйин раҳбари “Қоронғи тушяпти” дейиши билан қўнғизчалар ва капалаклар кетаётган жойларида тўхтайдилар ва жим турадилар.

Бойўғли тушяпти сўзи айтилиб бўлгач, овга чиқади. У ўйинчилардан қайси бири қимирлаётганини сезса, ўшанинг олдига боради ва унинг қўлидан ушлаб олиб, ўз уясига олиб кетади. Бир оз вақт ўтгач ўйин раҳбари “Кун чиқди” деган сигнални беради ва ҳамма қўнғизчалар ва капалаклар, шунингдек, бойўғли уясига қамалган ўйновчилар яна майдончада юра бошлайдилар ва ҳар хил ҳаракатлар қиладилар. Ўйин худди шу тартибда давом эттирилади. Бирор марта ҳам бойўғли қўлига тушмаган ўйинчилар энг чаққон ва эҳтиёткор ўйинчи ҳисобланади.

Ўйиннинг қоидалари. 1. “Бойўғли” фақат бир ўйинчини узоқ вақт давомида таъқиб этиши мумкин эмас. 2. Бойўғлининг қўлидан чиқиб қочиш ҳам мумкин эмас. 3. Агар бойўғли “Кун чиқди” деган сигнал берилгунича турган жойида қимирлаётган бирорта ўйинчини топишга улгурмаса, у ўз уясига ўлжасиз учиб кетишга мажбур.

Олиб борилган ишларнинг натижасидан маълум бўлдики, болаларнинг педагог хусусиятларини ҳисобга олиб, ҳаракатли ўйинларни ўтказиш уларнинг жисмоний сифатларини ошириши билан биргаликда саломатликларини яхшилашга кўмаклашади.

Мустақилликка эришилгандан кейин республикада “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонунни қабул қилиниши жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланиш учун катта имкониятлар яратди.

Ўзбекистонда мустақиллик шарофати туфайли соғлом авлодни тарбиялаш, уларнинг жисмоний ва маънавий камолотини доимий равишда ошириб бориш чора-тадбирлари ишлаб чиқилди. Республикада аҳолиси учун жисмоний тарбия, спорт ва халқ миллий ўйинларидан кенг, мақсадли фойдаланишларига етарли даражада шароитлар яратиб берилмоқда. Жисмоний тарбиянинг саломатликни яхшилаш, меҳнат қобилиятини ошириш, умрни узайтиришдаги афзалликлари ҳақида кенг кўламли ишлар амалга оширилмоқда.

Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонуни ҳамда Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг “Ўзбекистонда жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори аҳоли ўртасида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш ўқувчи ва ёшларнинг жисмоний камолотини ўстиришга қаратилганлиги муҳим аҳамиятга эгадир.



Кичик “олимпиада” деб ном олган "Умид ниҳоллари", "Баркамол авлод" ва "Универсиада" каби республика миқёсидаги мусобақалар давлатимиз томонидан талаба- ёшларимизнинг ҳам жисмонан, ҳам маънан юксаклигини ўйлаб қилинаётган тадбирлардир. Бу уч босқичли мусобақаларни асосий мақсади ёш авлодни болалик чоғидан бошлаб жисмоний тарбия ва спортга бўлган қизиқишларини ошириш, жисмоний жиҳатдан соғлом ва бақувват ҳамда иродали қилиб тарбиялашдан иборат.

Жисмоний тарбия орқали кишининг ижодий имкониятлари доираси кенгайтирилади ҳамда ижтимоий фойдали меҳнат тарбиясига эътибор кучайтирилади. Булар болалардаги ҳаракат кўникмаларининг ортиб бориши, жисмоний сафатларининг такомиллашуви ва соғлиқларининг мустаҳкам бўлишига ҳар тамонлама ёрдам беради. Зеро, сиҳат-саломатлик ҳамма бойликлар манбаидир. Насл-насаби соғлом ва маънавияти юксак халқнинг фарзандлари, иймон-эътиқодли, садоқатли бўладик, бу бахт, она Ватанимизнинг шуҳрати ва кудратининг зўр омилига айланади. Халқнинг ана шундай бахт-саодати учун соғлом авлод деганда биз жисмоний, ҳам маънавий ҳар томонлама етук, бардам, илғор маданиятли кишиларни кўзда тутамиз. Дарҳақиқат, шундай ноёб фазилатларга эга авлодни тарбиялаб вояга етказётган, соғлом турмуш тарзини шакллантираётган халқ келажакка очиқ кўз, ёруғ юз, катта ишонч билан қарайди.

Жисмоний тарбия машқлари тартибли бўлса, фикрни уйғунлаштиради, қон айланишига ёрдам беради. Инсон жисмоний соғлом ва бардам-бақувват бўлса, гўзалликларни яхши идрок этади, ақл-заковати юксала боради, атроф-муҳитни зийрак бўлиб кузатади.

Республикамиз Презденти Ислон Абдуғаниевич Каримовнинг “Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида”ги фармони соғлом турмуш тарзини амалга оширишда катта имкониятлар яратиб берди.

Аҳоли зич яшайдиган жойларда замонавий спорт иншоотлари ва соғломлаштириш марказларини сони янада ошди. Буларнинг ҳаммаси соғлом турмуш тарзини, аҳолининг саломатлигини муҳофаза қилиши, жисмоний тарбиянинг ижтимоий-педагогик жараён эканлигини кўрсатиб турибди.

Бундай муҳим жараёнларни соғлом турмуш тарзига жисмоний тарбиянинг ижобий таъсири деса бўлади.

Ўтказилган педагогик кузатишлардан маълум бўлдики, ўқувчилар соғлом турмуш тарзида жисмоний тарбия ва спортнинг ўрни беқиёс эканлиги аниқланди. Яратилган барча шароит ва имкониятлардан тўлиқ фойдаланиш орқали ўқувчилар турмуш тарзига жисмоний тарбия ва спортни сингдириш бугунги кундаги асосий вазифадир.



ФЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎХАТИ:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги ПФ-4947-сон Фармони // Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами, 2017 й., 6-сон. www.lex.uz.
2. Мирзиёев Ш.М. Танқидий таҳлил, қатъий тартиб-интизом ва шахсий жавобгарлик – ҳар бир раҳбар фаолиятининг кундалик қонидаси бўлиши керак. – Т.: “Ўзбекистон”, 2017. -104 б.
3. Ахборот технологиялари операцион тизимлари терминларининг инглизча –русча-ўзбекча изоҳли луғати. Т.: “Фан”, 2009. -493 б.
4. Байджанов, Б. Х. (2020). Таълим жараёнида илғор хорижий тажрибаларни самарали қўллаш механизмлари. *Science and Education*, 1(2), 514-519.
5. Baydjanov, B. K. (2021). PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF INFORMATION COMPETENCE IN FUTURE TEACHERS. *Theoretical & Applied Science*, (7), 171-178.
6. Baydjanov, B. K. (2022). Methodology of Pedagogical Science and its Axiological Possibilities. *American Journal of Social and Humanitarian Research*, 3(10), 352-363.
7. Baydjanov, B. (2021, June). HIGHER EDUCATION PROSPECTS AND ISSUES OF DEVELOPING INFORMATION SECURITY CULTURE AMONG STUDENTS (ON THE EXAMPLE OF FERGANA REGION). In Конференции.
8. Baydjanov, B. (2021, March). COMPATIBILITY OF NEW RENAISSANCE PEDAGOGY AND JADID ENLIGHTENERS' VIEWS ON EDUCATION AND INFORMATION SECURITY. In Конференции.
9. Khaitboevich, B. B. (2020). Some features of protection of students from the threat of harmful information in the educational process. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 8(10), 69-72.
10. Dilshodovich, I. S. (2022). UMUM O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDA O'G'IL BOLALARNI OILAGA TAYORLASHNING PSIXOLOGIK ILMIY ASOSLARI. O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 2(14), 775-779.
11. Dilshodovich, I. S. (2022). TALABALARDA FAMILISTIK KOMPETENSIYANING SHAKLLANTIRISHNING XUQUQIY ASOSI SIFATIDA. O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 1(12), 1210-1215.
12. Dilshodovich, I. S. (2023). TALABALARNING FAMILISTIK KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK TIZIMINI. O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 2(18), 874-879.



13. Dilshodovich, I. S. (2022). TALABALARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHDA MILLIY URF-ODAT VA AN'ANALARDAN FOYDALANISH. IJODKOR O'QITUVCHI, 2(23), 476-479.

14. Dilshodovich, I. S. (2022). OF PREPARING STUDENTS FOR FAMILY LIFE CONTENT AND LEPROSY. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(2), 117-123.

15. Dilshodovich, I. S. (2023). DIDACTIC POSSIBILITIES OF FORMATION OF FAMILIAR COMPETENCE IN ADOLESCENT BOYS. European journal of education and applied psychology, (1), 3-6.