

## MAKTABLARDA JISMONIY TARBIYA NAZARIYASININH TEXNIK TAKOMILLASHUVI

*Doston Bobayarov Ashurovich*

*Durboyeva Sitora Bunyod qizi*

*15-umumiy o'rta talim maktabi jismoniy tarbiya fani  
o'qituvchilari Buxoro viloyat Kogon tumani*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada maktablarda jismoniy tarbiya nazariyasining texnik takomillashuvi, maktabda jismoniy tarbiyani takomillashtirish, o'quvchilarni jismoniy tarbiyalashning turli xil shakllaridan foydalanish haqida batafsil bayon etilgan.

**Kalit so'zlar:** jismoniy tarbiya nazariyasi, o'quv tarbiya, texnik takomillashuv, jismoniy madaniyat.

### **Kirish:**

Maktabda jismoniy tarbiyani takomillashtirish, o'quv tarbiya ishlarini yaxshilashning tarkibiy qismi hisoblanadi. So'nggi yillarda maktab o'quvchilarning jismoniy kamolotga yetishida jiddiy kamchiliklar borligi va o'quvchilarning hayoti uchun lozim ginetik qoidalarni mukammal bilmasliklari, shuningdek birinchi tibbiy yordam ko'rsatish borasida yetarli bilimga ega emasliklari ayon bo'lmoqda.

### **Adabiyotlar tahlili va metodologiya:**

Maktabda jismoniy tarbiyaning turli xil shakllari bor bo'lib, afsuski, boshlang'ich sinflarda faqat dars shaklini tashkil etish va o'tkazish bilan cheklanib qolinmoqda. Bu esa o'quvchilarda harakatga bo'lgan talablarini qoniqtirmaydi. Pedagogik kuzatishlarning ko'rsatishicha, jismoniy tarbiya darslari mobaynida o'quvchilar hayot uchun kerak bo'lgan harakat faolligini nihoyatda kam qismini oladilar.

Ko'p maktablarda o'quvchilarning jismoniy takomillashtirish uchun kerak va faol dam olishga qaratilgan tadbirlar: mashg'ulotgacha o'tkaziladigan gimnastika, katta tanaffuslarda qiziqarli tashkil etiladigan harakatli o'yinlar, umum - ta'lim darslar vaqtida o'tkaziladigan quvnoq daqiqalar va boshqa tadbirlarni tashkil qilishga e'tibor berilmay qoldi. Natijada o'quvchilarning faol ishchanligi tez pasayib boradigan bo'ldi. Binobarin, maktabgacha va maktab yoshidagi bolalar jismoniy tarbiya tizimini shakllantirish kerak, bolalarni harakat mahoratini oshirish chora tadbirlarini ishlab chiqish kerak. Maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning tarbiyasida, ularni jismoniy baquvvat, aqlan barkamol bo'lib yetishishlarida jismoniy tarbiya yetakchi rolni o'ynaydi.

### **Natijalar:**

O‘quvchilarni jismoniy tarbiyalashning turli xil shakllaridan foydalanish maktabda nafaqat jismoniy tarbiya o‘qituvchisining vazifasi, balki boshlang‘ich o‘qituvchilarining, maktab jamoatchiligining va maktab yoshlar uyushmasi faollarining ham bevosita vazifasidir. Lekin ko‘pgina maktablarda jismoniy tarbiya davlat dasturida ko‘zda tutilganidek tashkil etilmaydi. Buning birinchi sababi maktab o‘quvchilarining jismoniy tarbiyasiga mas’ul bo‘lganlarning hammasiga jismoniy tarbiya nazariyasiga doir va metodikasiga oid bilimlar yetarli emas. Bu masalalarni hal etishga qaratilgan metodik adabiyotlar va qo‘llanmalar ham juda kam.

Jismoniy tarbiya nazariyasi o‘quv fani sifatida jismoniy tarbiya, jismoniy madaniyat va sport bo‘yicha mutaxassislarini tayyorlashda hamda maxsus bilim va ma’lumot olishda asosiy fan bo‘lib sanaladi. Pedagogika intstituti va Universitetlarda jismoniy tarbiya fakuletlarining o‘quv rejalarida bu fan jismoniy tarbiya nazariyasi jismoniy madaniyat va sport haqida bilimlarining to‘la tizimida o‘tish kursini ta’minlaydi uning mohiyatini jismoniy tarbiya nazariyasining asosiy tushunchalari tashkil qiladi va shu asosida boshqa ayrim nazariy va metodik bo‘lim turlari o‘rganiladi.

#### **Muhokama:**

Jismoniy tarbiya ijtimoiy hodisalarga bog‘liqdir. Ushbu hodisalarning harakterlash uchun jismoniy tarbiyaning kelib chiqishi sabablari uning jamiyat hayotida tutgan o‘rni: jismoniy tarbiyaning tarixiy harakteri: jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi sinfiy maqsadi: jismoniy tarbiyaning rivojlanishda mehnat faoliyatining mazmuni va harakteri: va yutuqlari va boshqa omillarning ahamiyati kabilarni anglab olishlari shart. Shuni ta’kidlab o‘tish joizkii, bu omillar jismoniy tarbiyaga alohida - ahamiyatda ega emas, balki murakkab bog‘langan holda ta’sir qiladi.

Jismoniy tarbiya nazariyasi pedagogik fandır: u insonning barkamolligini boshqarishning umumiy qonunlarini, shuningdek bu qonuniyatlari asosida O‘zbekiston fuqarolarining jismoniy tarbiyasi vazifalarini metodlari va ish shakllarini aniqlaydi: jismoniy tarbiya nazariyasining mazmuni jismoniy komil toptiradigan va vatan mudofaasiga tayyorlaydigan tarbiya to‘g‘risidagi bilimlarni tashkil qiladi. Jismoniy tarbiya nazariyasi jismoniy tarbiya amaliyotdagi hamma turlarini, shuningdek aralash fanlarning dalillarini jamlashtiradi. Buni o‘rganish barcha sport pedagogik mutaxassisliklarga umumnazariy asos bo‘ladi.

#### **Xulosa:**

Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi kursi jismoniy madaniyat va sport bo‘yicha mutaxassislar, professional -ta’limotning ilmiy fundamentiga kirituvchi kengaytirilgan bo‘limlari majmuasini o‘z ichiga oladi. Uning ahamiyati faqat bu bilimlar qiymati bilan ifodalanmaydi, u bo‘lajak mutaxassisga jismoniy madaniyatning barcha sohalarida kasbiy -faoliyati mazmuning to‘liq tushunishga imkoniyat beradi, uning dunyo karashini o‘zgartiradi jamiyat sohasidagi boshqa ishchilarning umumiy ishlari bilan bog‘laydi va shu yangi tipdagi

bilim, usul va metodlarini egallashni, kerak bo‘lgan keng professional dunyoqarashini takonillashtirishga yordam beradi.

**Adabiyotlar ro'yxati:**

1. Abdullayev A., Xonkeldiyev SH. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. o‘quv qo‘llanma Toshkent., O‘zDJTI, 2005.
2. Usmonxojayev T. S. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari, O'qituvchi, 2005.
3. Mahkamdjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi Toshkent., darslik “Iqtisod -moliya” 2008.
4. Salomov R.S. Sport mashg‘ulotning nazariy asoslari – Toshkent., O‘quv qo‘llanma O‘zDJTI, 2005.