

PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

MAXSUS SON (2021-yil, MAY)

Jurnal 2001-yildan chiqa boshlagan

Buxoro – 2021

“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son

2

PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

2021, MAXSUS SON

Jurnal 2001-yilda tashkil etilgan.

Jurnal 1 yilda 6 marta chiqadi.

Jurnal O‘zbekiston matbuot va axborot agentligi Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2016-yil 22-fevral № 05-072-sonli guvohnoma bilan ro‘yxatga olingan.

Muassis: Buxoro davlat universiteti

Tahririyat manzili: O‘zbekiston Respublikasi, Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko‘chasi, 11-uy

Elektron manzil: ped_mahorat@umail.uz

TAHRIR HAY‘ATI:

Bosh muharrir: Adizov Baxtiyor Rahmonovich – pedagogika fanlari doktori, professor

Bosh muharrir o‘rinbosari: Navro‘z-zoda Baxtiyor Nigmatovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Mas‘ul kotib: Hamroyev Alijon Ro‘ziqulovich – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent

Xamidov Obidjon Xafizovich, iqtisodiyot fanlari doktori

Begimqulov Uzoqboy Shoyimqulovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Mahmudov Mels Hasanovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Ibragimov Xolboy Ibragimovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Yanakiyeva Yelka Kirilova, pedagogika fanlari doktori, professor (N. Rilski nomidagi Janubiy-G‘arbiy Universitet, Bolgariya)

Qahhorov Siddiq Qahhorovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Mahmudova Muyassar, pedagogika fanlari doktori, professor

Kozlov Vladimir Vasilyevich, psixologiya fanlari doktori, professor (Yaroslavl davlat universiteti, Rossiya)

Chudakova Vera Petrovna, psixologiya fanlari nomzodi (Ukraina pedagogika fanlari milliy akademiyasi, Ukraina)

Tadjixodjayev Zokirxo‘ja Abdusattorovich, texnika fanlari doktori, professor

Amonov Muxtor Raxmatovich, texnika fanlari doktori, professor

O‘rayeva Darmonoy Saidjonovna, filologiya fanlari doktori, professor

Durdiyev Durdimurod Qalandarovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

Mahmudov Nosir Mahmudovich, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Olimov Shirinboy Sharopovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Бахтиёр ДЎСТОВ

Бухоро давлат университети
факультетлараро жисмоний маданият ва
спорт кафедраси катта ўқитувчиси

Муроджон РЎЗИМБОЕВ

Бухоро давлат университети
табiiй фанлар факултети 1-босқич талабаси

МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ШАХСИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИНИНГ ЎРНИ

Мақолада мактаб ўқувчиларининг шахсини ривожлантиришида халқ ўйинларининг тутган ўрни, ҳаракатли ўйинлар методик жиҳатдан тўғри ўтказишининг болалар ривожланишига таъсири айрим

ҳаракатларда у ёки бошқа машқларни бажаришида элементар ҳаракат малакаларини эгаллашлари тўғрисида фикр юритилган.

Калит сўзлар: мактаб, ўқувчи, ҳаракат, ўйин, халқ, методик, бола.

В статье рассматривается роль народных игр в развитии личности школьников, влияние на развитие детей методически правильного проведения двигательных игр, приобретение элементарных

двигательных навыков в определенных действиях.

Ключевые слова: школа, школьник, действие, игра, народное, методическое, ребенок.

The article discusses the role of folk games in the development of the personality of schoolchildren, the impact on the development of children in the methodologically correct conduct of movement games, the acquisition of elementary motor skills in certain actions.

Key words: school, student, action, game, folk, methodical, child.

Кириш. Жисмоний тарбия ўйинларида ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбияни бошқа воситалари ўртасида катта ўринни эгаллайди, айниқса, кичик синфларда. Ўрта ва, хусусан, катта синфларда ҳаракатли ўйинлар асосий жойини гимнастикага бўшатиб беради.

Асосий қисм. Жисмоний тарбия дарсларида ҳаракатли ўйинлар I-XI синф ўқувчилари учун жисмоний тарбия дастури талабларига мос равишда таълимий, тарбиявий ва соғломлаштириш вазифаларини ҳал этиш учун фойдаланилади.

Таълимий вазифаларга қуйидагилар қиради:

- югуриш, сакраш, улоқтириш ва бошқа ҳаракатнинг табиий малакаларини мустаҳкамлаш ва такомиллаштиришда, шунингдек, гимнастика, енгил атлетика, спорт ўйинлари ва кросс тайёргарлиги машғулотларида эгаллаган малакаларидир.

Тарбиявий вазифаларга қуйидагилар тегишли:

- жисмоний сифатларни (тезлик, чаққонлик, чидамлилик, куч, эгилувчанлик) тарбиялаш, жамоатчилиқнинг ростгўйлик ва бошқа ахлоқий, шунингдек, иродавий сифатларини тарбиялаш қиради.

Соғломлаштириш вазифаларига қуйидагилар қиради: болалар организмни нормал шакллантириш ва ривожлантиришга ёрдам бериш, унинг саломатлигини мустаҳкамлаш. Ўйинни танлаш ўқитувчини дарс олдида қўйилган педагогик вазифасига боғлиқ бўлади.

Масалан, агарда дарснинг вазифаси - кичик мактаб ёшидаги болаларда югуруб келиб узунликка сакраш малакасини такомиллаштириш деб қўйилган бўлса, унда “Бўри зовурда” ўйинидан фойдаланилса бўлади. Кўкрақдан коптокни отиш ва уни юқоридан икки қўллаб олиш малакасини мустаҳкамлаш вазифасини ҳал этиш учун “Тўпни узатдингми – ўтир” ёки “Қарама – қарши” эстафета ўйинидан фойдаланиш мумкин.

Таълимий вазифани ҳал этишда бир вақтнинг ўзида жисмоний сифатни такомиллаштириш, жамоада ўқувчиларни жисмоний ривожланишига таъсир этиши ҳам назарда тўтилади. Тарбиявий ва таълимий вазифа бир-бири билан ўзаро чамбарчас боғлиқдир. Худди шундай, масалан, ўйинда баландликка сакраш малакасини такомиллаштиришда ўқувчилар ўзларида кучларига ишониш, жасурлик, ботирликни тарбиялайди. Шунинг учун вазифасини кўйишда битта ўқувтарбиявий жараёнининг ҳар хил томонлари ҳисобга олинади.

Дарс учун ҳаракатли ўйинларни танлашда, шунингдек, ўқувчиларнинг таркибига (ёшига, жинсига, тайёргарлигига), маълумотни ўтиш жойига (майдонча, зал, каридор), асбоб–анжом ва **“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son**
62

жиҳозларга боғлиқ бўлади. Худди шундай педагогик вазифани ҳал этишда, иш шароитига боғлиқ ҳамда ҳар хил ўйинлардан фойдаланиш мумкин.

Худди шундай, масалан, 1-2-синф ўқувчилари билан ўйналадиган ўйинда ўз олдига ҳаракат реакцияси тезлигини тарбиялаш вазифаси қўйилганда, “Ҳамма ўз байроқчасига” (агарда машғулот майдонча ёки залда бўлса), ёки “Тезда ўз жойига” (агарда машғулот каридор ёки залда ўтказилса) ўйинларидан фойдаланиш мумкин. Дарс олдидан тўпни отиш ва илиб олишни такомиллаштириш вазифасини қўйиб, 3-4-синфларни дарсларига “Узатдингми – ўтир”, “Овчилар ва ўрдаклар”, “Ўйин бошига тўпни берма”, 5-6-синф учун дарсада эса “Тўп ўртадагига”, “Отишма”, “Тўп учун кураш” ўйинларини киритиш мумкин. Ўйинда маълум малакани эгаллаш кўпроқ мураккаб вазиятни талаб қилади: қоидалар сонини ошириш уни мураккаблаштириш, ўйинчиларнинг ўзаро биргаликдаги ҳаркатини мураккаблаштиришдир. Ҳар бир ўйин катнашчилардан маълум сифат, малака ва кўникмаларни талаб қилади.

Ўқувчиларга “Тўпни илиб олиш” ўйини берилса, агарда улар тўпни отиш ва илиб олиш, тўпни олиб юриш, ҳаракат тезлигини, рақиб билан бир-бирига яқинлашганда тўпни ушлаб олишни ўша минимал ҳажмдаги эгилиш учун жуда зарурдир. Бу сифат, кўникма ва малакалар ўйинда такомиллаштирилади, бойитилади, мустаҳкамланади. Ўйинга киритилган ҳар бир ҳаракат тўпни дастлаб шуғулланувчилар томонидан махсус машқларда ўргатилган бўлиши керак. Кичик мактаб ёшидаги болаларда энг асосийси энг кўпроқ табиий ва элементар ҳаркатлардан ташқари бўлиши мумкин. Улар ўйинга олдиндан ўргатилмасдан киритилиши мумкин. Шундай қилиб, масалан, болаларга “Бўри зовурда” ўйинини ўйнашни таклиф қилинганда олдиндан югуриб келиб узунликка сакрашни ўргатиш мажбур эмас, чунки болалар ўзларининг ҳаракат тажрибаларидан келиб чиқиб, ўйинда бу табиий сакрашни бажаради. Ўқитувчининг вазифаси эса болаларнинг диққатини ўйин жараёнида сакрашни кўпроқ яхши ва тўғри бажаришга қаратиши керак. Ҳаракатли ўйинларни методик жиҳатидан тўғри ўтказишда болалар айрим ҳаракатларда у ёки бошқа машқларни бажаришда элементар ҳаракат малакаларини эгаллашлари мумкин. У ёки бошқа малакани яхши эгаллаши учун зарур бўлган жисмоний сифатни ўқувчиларда бу машқни ўйин жараёнида фойдаланишда вақтида ривожлантирилади. Ўйинда болалар ўйинни секин–аста мураккаблаштириб бориш йўлидан фойдаланиш билан тарбияланади: янги мураккаб ўйин қоидаларининг киритишлиши, ўйинчиларнинг ўзаро ҳаркатини элементлари бўйига ҳамманинг қўлидан келадиган ёки ҳаммабоп, ўқувчиларининг имкониятларига ва ташкил этишни тузилиши бўйига мос келадиган, катнашчилардан мураккаб ўзаро муносабатларни талаб қилади. Модомики, жисмоний тарбия дарсларида ҳаракатли ўйинлар бошқа жисмоний тарбия воситалари билан бирга қўшиб олиб боришда, дарсада бошқа машқлар ўртасида эса ўйиннинг ўрнини тўғри аниқлаш жуда муҳим аҳамиятга эга бўлади. Ўқитувчи ҳар бир дарсада ўқувчиларнинг организмга ҳар томонлама таъсир этиши лозим. У шу мақсадда ҳар хил машқларни танлайди. Дарсада ўйинлар ва бошқа машғулот турлари ўртасида методик жиҳатдан кетма–кетлик ўрнатилиши керак, бу бутун дарс жараёнида машқларни кўпроқ тўғри тақсимлаш ва дарснинг зичлигини бундан ҳам яхшилашга, олдига қўйилган вазифани нисбатан яхшироқ ҳал этишга ёрдам беради. Машқдан кейин, мураккаб координацияни таранглашган диққатни бир жойга тўплашни талаб қилади. Мушаклар ҳозиргина фақат тезлик билан ишлаган эди, кейинги машқда эса (ўйинда) қатнашмаслиги мумкин ёки бу қатнашиши озгина ва характери бўйича бошқача бўлиши мумкин. Агарда дарснинг тўлиқ асосий қисмига бағишлаган бўлса, унда катта ҳаркатчанликдаги ўйин билан кам ҳаракатчанлик ўйини аниқлаб олиб бориш керак ва ўйинни ҳаркат қилиш бўйича характери ҳар хил бўлиши лозим.

Агарда 4-синф ўқувчилари учун дарсада чалғитиш билан югуруш ортик бўладиган ўйинлар киритилади – “Чўртан балиқ”, кейинги ўйинларга ўзи бошқа ҳаракат турларини киритиш мумкин: сакраш, қаршилиқ кўрсатиш, улоқтириш (“Овчилар ва ўрдаклар”, “Доира ичига торт”, “Жуфт – жуфт бўлиб тортишиш”) ва ҳ.к.

Муҳокамалар ва натижалар. Дарсада айрим спорт турларининг техник элементларини

ўргатишга йўналтирилган, ушбу сифатни соддалаштирилган техник элементларини ҳаракатли ўйинга уни тақсимлаш турли мақсадида, билиш асосида киритилиши мумкин.

7-синф ўқувчилари учун дарсни вазифасига ўқитувчи баландликка “перекит” усулда сакрашни ўргатиш ва паст стартни такомиллаштиришда, “Паст стартдан чиқиш эстафетаси” ўйинидан фойдаланиш билан иккинчи вазифани ҳал этиш мумкин. Ўқитувчи бундай ҳолатда паст стартни тўғри бажарилишига диққатни қаратиши керак ва ютуқни эса топшириқни тез ва сифатли қилиб бажарганига қараб бериши керак. Қаттиқ чарчашга йўл қўймаслик учун катта ҳаракат фаоллигидаги ўйинни ва бошқа машқларни бир мунча куч ва энергияни сарфлаш билан бирга қўшиб олиб бориш керак. Бирок **“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son**

63

ўйиндан кейин юриш, сакраш ёки ҳаракатнинг аниқ бўлишини, мувозанат сақлашни, мураккаб координацияни талаб қилувчи машқларни бажариш тавсия қилинмайди.

Ҳаракатли ўйинлар дарсни барча қисмига шуғулланувчиларнинг таркиби ва вазифасига боғлиқ ҳолда киритилиши мумкин.

Ҳаракатли ўйинлар дарснинг қайси қисмига киритилган бўлса, улар дарсни ўша қисмидаги вазифага мос келиши керак. Биринчидан, дарснинг тайёргарлик қисмида унча катта бўлмаган серҳаракатли ва мураккаб ёки ўртача ҳаракатдаги умумривожлантирувчи машқлар характеридаги ўйинлар шуғулланувчиларни жамоаси диққатини ташкил этишга ёрдам беради (“Тақиқланган ҳаракат”, “Синф тик тўринг”, “Тўп орқасидан қувлаш” 3-5 синф ўқувчилари учун мос келади), иккинчидан, дарснинг асосий қисмида катта ҳаракатчанликдаги ўйинлардан фойдаланилади, унда ҳаракат малакалари такомиллаштириб борилади, ўйин жисмоний ва иродавий сифатни тарбиялашга, саломатликни мустаҳкамлаш мақсадида қон айланиши ва нафас олиш функциясини яхшилашга, жисмоний ривожланиш даражасини оширишга ёрдам беради. Бундай ўйинларга қўнғиллик ҳаракатли ўйинлар кўпинча уни ҳаракат турларига тааллуқли бўлади: тезликни ошириб югуриш, чап бериш билан, чидамликка, тўсиқларни ошиб ўтиш билан, сакрашнинг ҳар хил турлари, қаршилиқ кўрсатиш, кураш, ҳаракатсиз ва ҳаракат қиладиган нишонга улоқтириш, тўпни эгаллаш малакалари, ҳар хил спорт турлари элементлари ва бошқалар. Учинчидан, дарснинг якуний қисмида асосий қисмда тезлик билан берилган нагрукзадан кейин фаол дам олишга ёрдам берувчи ўйинлар, диққатни ташкил этишга, шунингдек, дарснинг асосий қисмида қизғин ишлашдан кейин шуғулланувчиларнинг организмиди нисбатан тинч ҳолатга келтиришга ёрдам берадиган, паст ва ўртача ҳаракатчанликдаги ўйинлардан фойдаланиш мумкин. “Топчи, бу кимни овози” (1-2-синфда), “Ким келди” (3-4-синфда) “Синф тик тўринг” (5-7-синф), “Учувчи тўп” (8-11-синф).

Хулоса. Дарсда вақтдан тўғри фойдаланишда зарур бўлган дарс зичлиги яратилади. Дарсни шундай ташкил қилиш керакки, ўқувчиларнинг ҳаммаси вақт фаол бўлишсин. Шу билан бирга, шунга ҳаракат қилиш лозимки, шуғулланувчиларни ўйинда фаол қатнашишлари учун тахминан бирдек шароит яратиб беришга ҳаракат қилиш керак. Барча ўйинчиларни шундай ҳулққа эришиши учун, ҳар бир ўйин қатнашчиси тахминан бир хил нагрукза олиши зарур. Ўйинни шундай ташкил қилиш керакки, агарда ўйинда навбат бўйича ҳаракат қилишга тўғри келса, масалан, эстафетада, ҳар бир ўйин қатнашчиси ўйинда фаол қатнашишга киришиш олдида тушишга имкон борича кам вақт сарфлаши керак. Бундай ҳолатда ўйновчиларни кўпроқ командага бўлиш, топшириқ вақтини чералаш, югуриш масофасини қисқартириш мақсадга мувофиқ бўлади. Агарда ютқазган ўйинчи ўйиндан чиқса, бундай чиқаришни жуда қисқа вақт билан чегириш керак ва, энг яхшиси, очко билан алмаштирилгани маъқул, чунки ўйин тамом бўлгандан кейин у ҳисобга олинади. Кўп сонли ўйинчилар билан доирада битта тўпда шуғулланилганда (“ҳалқа ҳимояси”, “ҳаракатчан нишон”, “учувчи тўп”, “тўп ўртадагича” қабиларда ўйинчиларни иккита гуруҳга бўлиш тавсия қилинади ва иккита доирада бир вақтда ўтказилади. Худди шундай, ўйинни доирада қаршилиқ кўрсатиш билан ўтгазиш мумкин (“доирага тортиш”, “хўрозлар жанги”, “чўнка шувок”). Бундай ҳолатда ўйновчиларнинг жисмоний имкониятлари ҳисобга олинган бўлиши тавсия этилади. Ўйиннинг бошида узоқ вақт кутиб қолмаслик, ўйинда кўп вақт бўлмаслик учун ўқитувчи ўйинни ўтказишга жуда яхши тайёргарлик кўриши зарур: ўйин учун жойни тайёрлаш, асбоб-анжом, жиҳозлар, тушунтиришнинг қисқа матни, айрим ролларни бажариш учун ўйинчиларни тезда тақсимлаш усули, командаларга тақсимлашдир.

Адабиётлар

1. Усмоҳўжаев Т.С., Раҳимов М.М., Адиев А.Н. Ўзбек халқ ўйинлари. -Т.: “Ўқитувчи”, 2004.
2. Усмоҳўжаев Т.С. Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари. - Т., “Ўқитувчи”, 2005.
3. Йўлдошев Х.К., Саломов Р. Жисмоний тарбия. - Т.: “Ўқитувчи”, 2005.
4. Абдурахимов Т. Ўзбек халқ ўйинлари ва томошари. - Т.: НДА, 1997.
5. Қорабаев У.Х. Ўзбекона ўйинлар // Гулустон №9; 1991

“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son

Baxtiyor DO‘STOV

Buxoro davlat universiteti
fakultetlararo jismoniy madaniyat va
sport kafedrası katta o‘qituvchisi

JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG‘ULOTLARI JARAYONIDA BOLALARNI HARAKAT FAOLIYATIGA O‘RGATISHNING METODIK USULLARI

Maqolada jismoniy tarbiya jarayonida bolalarni harakat faoliyatiga o‘rgatishning metodik usullari va bolalarni harakat faoliyatiga o‘rgatishda qo‘llaniladigan metodik usullar haqida fikr yuritilgan.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, ta‘lim, tarbiya, metod, bola, mashg‘ulot, harakat, usul.

В статье рассматриваются методические приемы обучения детей физической активности в процессе физического воспитания и методические приемы, применяемые при обучении детей физической активности.

Ключевые слова: физическое воспитание, образование, воспитание, метод, ребенок, упражнения, движение, метод.

The article discusses the methodological methods of teaching children physical activity in the process of physical education and the methodological methods used in teaching children physical activity.

Key words: physical education, education, upbringing, method, child, exercise, movement, method.

Kirish. Har bir alohida metod vazifasi va uni hal etishga bir xil yondashish jihatdan birlashadigan xilmaxil usullarning butun bir kompleksi.

Usul - metodning bir qismi, uni to‘ldiruvchi va konkretlashtiruvchi detal. O‘qituvchining xilma-xil usullarni qo‘yilgan vazifalarga muvofiq kompleks, ijodiy qo‘llanishining ta‘lim jarayonini boyitadi, uni individuallashtiradi, bir xillikka barham beradi.

Asosiy qism. Bolalarni harakat faoliyatiga o‘rgatish jarayonida metodik usullar har bir alohida holatda harakat materialining vazifalari va mazmuni, uni o‘quvchilar tomonidan o‘zlashtirish darajasi, ularning umumiy rivojlanishi, jismoniy holati, har bir bolaning yosh va tipologik xususiyatlariga ko‘ra tanlanadi. Shu ma‘noda ta‘lim usullari bir tomondan o‘quvchilar vazifalarni idrok qilayotganda barcha analizatorlarga har tomonlama ta‘sir etishni, ikkinchi tomondan o‘quvchining harakat vazifalarini ongli va mustaqil bajarishini ta‘minlovchi turli birikmalarda kombinatsiyalanadi. O‘quvchilarni harakatlarga o‘rgatishda usullarning birikuvini ularning o‘zaro harakati bilan belgilanadi. O‘qituvchi tomonidan ko‘proq ko‘rgazmali metodga oid usullarning qo‘llanilishi, masalan, harakat namunasini ta‘limning barcha bosqichlarida va turli yosh gruppalarida (bu ba‘zi praktikada uchrab turadi) ko‘rsatish mashqlarni o‘quvchilar tomonidan mexanik tarzda, tushunmasdan taqlidan bajarishga olib kelishi mumkin.

Bunday holda ko‘proq o‘quvchining idrok organlariga ta‘sir etish uning idrokini boyitadi, ayni paytda zarur aqliy jarayonni susaytiradi, muayyan mashqning barcha elementlarini mantiqiy izchillikda ongli tarzda eslab qolishga yordam bermaydi, ba‘zan o‘quvchini keyinchalik mashqni ixtiyoriy bajarish imkoniyatidan mahrum etadi.

Biroq o‘quvchining yosh imkoniyatlarini hisobga olmagan holda ko‘proq faqat og‘zaki usuldan foydalanish ham uni harakatlarni obrazli idrok etishdan, sezgilarning ishonchliligidan, konkret obrazli tafakkur protsessidan mahrum etadi. Shuning uchun o‘qituvchi o‘quvchilarni to‘g‘ri harakatlarga o‘rgatishda ta‘limning yuqori darajasiga erishishga intilib ta‘limning turli usullari: ko‘rgazmali, og‘zaki va amaliy usullaridan o‘zaro aloqadorlikda foydalanadi. Shunday qilib, u bolalarning har tomonlama rivojlanishiga, mashqlarning ular tomonidan ongli o‘zlashtirilishiga, muayyan sharoitlarda ularni mustaqil va ijodiy qo‘llashga yordam beradi. O‘quvchilarni harakatlarga o‘rgatishda ko‘rgazmalilikning turli usullaridan foydalaniladi. Yaqqol ko‘rish usullari harakat yoki ayrim harakat elementlarining tarbiyachi tomonidan to‘g‘ri va aniq namoyish etilishidan; tevarak-atrofdagi hayot ko‘rinishlariga taqlid qilishdan; masofani bosib o‘tishda mo‘ljallanishdan foydalanish; ko‘rgazmali qo‘llanmalar - kinofilm, kinogramma, teleeshittirish, surat va hokazolardan foydalanishdan iboratdir. Taktik-muskul ko‘rgazmaliligi o‘quvchilarning harakat faoliyatiga jismoniy tarbiya qo‘llanmalarini kiritish bilan ta‘minlanadi.

Masalan, tizzani baland ko‘tarib yugurish ko‘nikmasini hosil qilish maqsadida ketma-ket qo‘yilgan yoy shaklidagi darvozachalar qo‘llaniladi. Yugurish paytida oyoqni bu to‘siqlar osha ko‘tarib o‘tish o‘quvchining tizzani baland ko‘tarish ko‘nikmasini egallashiga yordam beradi. Bundan tashqari predmetlar o‘quvchiga yo‘l qo‘yilgan xatosini his qilish va tushunish imkonini beradi. O‘quvchi ongida o‘qituvchining “darvozachaga tegib ketmaslik” haqidagi topshirig‘ining saqlanib qolishi xato qilayotgan paytida teri muskul sezgisi bilan bog‘lanadi va bola o‘z harakatining noto‘g‘riligini o‘zi aniqlay oladi.

“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son

Taktil-muskul ko'rgazmaliligi o'quvchi gavdasining alohida qismlarini boshqaruvchi o'qituvchining bevosita yordamida ham ifodalanadi (masalan, qad-qomatni to'g'ri muskul tonusi sezgisini uyg'otadigan qo'l tekkazish orqali rostdash). Biroq, o'qituvchining bunday yordami qisqa muddatli bo'lishi lozim. Aks holda muayyan dinamik stereotipni hosil qilishga xizmat qiluvchi doimiy qo'zg'atuvchilar sistemasidagi signal ahamiyatiga ega bo'lib qolishi mumkin. Keyinchalik ko'nikma og'zaki ko'rsatmalar yordamida mustahkamlanadi.

Yaqqol eshitish usullari harakatlarni ovoz orqali boshqarishga asoslanadi. Cholg'u musiqasi va ashula eng yaxshi eshitish ko'rgazmasi hisoblanadi. Ular o'quvchilarda estetik his va emotsional ko'tarinkilik uyg'otadi, harakat xarakterini belgilaydi, uning sur'ati va ritmini boshqaradi.

Shunday qilib, ko'rgazmalilik usullari o'quvchining harakatlarni to'g'ri idrok qilishi va tasavvur etishi, hissiy ongining kengayishiga, harakatlarni bajarishda o'z-o'zini nazorat qilishning vujudga kelishiga, harakatlar sur'ati va ritmini eshitish orqali boshqarishga, sensor qobiliyatining rivojlanishiga xizmat qiladi. Harakatlarga o'rgatishdagi og'zaki usullar quyidagilarda ifodalanadi: o'quvchilarga ulardagi mavjud hayotiy tajriba va tasavvurga tayangan holda yangi harakatlarni aniq, qisqa bir vaqtda bayon etish va tushuntirishda; harakatlarni konkret ko'rsatish yoki uning ayrim elementlarini aniqlash asnosidagi sharhda; o'qituvchi tomonidan ko'rsatilgan harakatlarni qayta bajarishda yoki mashqlarni o'quvchilar mustaqil bajarishlarida zarur bo'ladigan ko'rsatmalarda; yangi jismoniy mashqlar va harakatli o'yinlarni joriy qilish yoki harakatlarni o'rgatishda ularni tushuntirish, harakatli o'yin sjojeti va hokazolarni aniqlashtirish talab etilganda oldindan o'tkaziladigan suhbatda; o'qituvchi jismoniy mashqlarning bajarilishidan oldin harakatlarni bajarish izchilligini anglash darajasini aniqlash yoki sjojetli harakatli o'yinlar obrazlari haqidagi tasavurning bor-yo'qligini tekshirish, qoidalarni, o'yin harakatlari va hokazolarni aniqlashtirish maqsadida o'quvchilarga beradigan savollarida.

Bundan tashqari ko'rsatib o'tilgan usullar turli komandalar, farmoyish va signallarni aniq, emotsional va ta'sirchan tarzda berishda ham ifodalanadi. Qofiyali matnlarning musiqiyiligi va ritmliligi o'quvchilarda emotsional ruh uyg'otadi, natijada bu qofiyalar ular tomonidan oson o'zlashtiriladi va keyinchalik mustaqil o'yinlarda foydalaniladi.

Muhokamalar va natijalar. Psixolog va pedagoglarning tadqiqotlari 4-5 va ayniqsa 6 yoshli bolalar o'zlariga mos turli harakat faoliyatining vazifa va shartlarini tushunib olishda yetarli tayyorgarlikka ega ekanliklarini ko'rsatmoqda. Bu harakat ko'nikmalarini shakllantirishda og'zaki ta'sir etish usullaridan keng foydalanish imkonini beradi. Ular faqat ko'nikmalarni egallash sur'atini emas, balki sifatini ham oshiradi. "Bola rivojlanishining keyingi bosqichlarida og'zaki ta'sir etish tizimi yordamida avvalgi taassurotlar izlarining yangi birikma va kombinatsiyalarda jonlanishi ro'z beradi. Bundan asosan birinchi bor sof og'zaki ko'rsatma va tushuntirishlar yordamida yangi muvaffaqiyat aloqa o'rnatish, yangi bilim va ko'nikmalar hosil qilish imkoni tug'ildi". Maktab yoshida harakat ko'nikmalarini shakllantirish ko'p jihatdan bolaning mashq mazmuni va strukturasi, ya'ni uning barcha elementlarini qaysi izchillikda va qanday bajarish kerakligini anglash darajasiga bog'liq bo'ladi. Shunday ekan, o'qituvchi tomonidan berilgan namunaga quruq taqlid qilishga yo'l qo'yib bo'lmaydi. Bunda harakat ko'nikmalarining o'quvchilar tomonidan o'zlashtirilishi jarayoni ko'pincha mexanik tarzda kechadi. Ana shunday hollarda o'quvchilar yuzaki qaraganda mashqlarni durust bajaradilar. Biroq mashq tugagandan so'ng o'quvchidan qanday harakat qilish kerakligi so'ralganda ko'pchilik hollarda u bu savolga aniq javob bera olmaydi. To'g'rirog'i, o'quvchi javob berish o'rniga harakatni qayta bajara boshlaydi.

P.F.Lesgaft: "Agar o'quvchi biror bir mexanik metodni uning ayrim usullarining ma'nosini mutlaqo tushunmay o'zlashtirar ekan, u mexanik tarzda harakat qiladi, u mazkur metodni muayyan bir vaziyatga tatbiq eta olmaydi", deb yozgan edi. P.F.Lesgaft ta'rificha, "harakat haqidagi tasavvur" gavdaning harakatlanuvchi qismlari, harakat amplitudasi, yo'nalishi, tezligi, tarangligi va boshqa harakat komponentlari haqidagi tasavvurdan kelib chiqadi. Shunday ekan, bunday hollarda o'quvchida gavdaning harakatlanuvchi qismlarining o'zi his etadigan barcha tarkibiy qismlari bilan mujassamlashgan obrazi vujudga keladi. O'quvchilar mashqlarni og'zaki topshiriqqa asosan bajarib bo'lishgach, o'qituvchi uning alohida elementlarining to'g'ri bajarilgani mazkur holat uchun zarur bo'lgan ko'rsatma, ko'rgazmali namoyish, tushuntirish kabi usullarning istalgan bittasi orqali aniqlaydi. Bu bolalar tomonidan anglab olingan topshiriqni amaliy tekshirish orqali aniqlashga xizmat qiladi.

Harakat faoliyatiga o'rgatishning yuqorida keltirilgan metodikasi professor A.I.Puni tadqiqotlariga tayanadi. Unda tasavurning harakat ko'nikmalarini shakllantirish va harakatning mashq qildiruvchi ta'sirining roli ochib berilgan. Bu psixologiyada "ideomotor reaksiyasi" deb ataladigan o'ziga xos jarayonda ifodalanadi.

Ideomotor reaksiyalar o'z asosida I.P.Pavlovning mashhur qonuni bilan quyidagicha ta'riflanadi: "Agar muayyan bir harakat haqida o'yladingizmi, Siz uni beixtiyor, o'zingiz sezmaganda bajarasiz". Kishi

o‘zicha harakatni tassavur qilganda uning bosh miya po‘stlog‘ida kinestezik hujayralarning markaziy qo‘zg‘alish jarayoni vujudga keladi. Bu shuni ko‘rsatadiki, mazkur harakatni amalda bajarish paytida paydo bo‘lgan va mustahkamlangan muvaqqat nerv bog‘lanishlari tizimining jonlanishi yuz beradi.

Tashqi qo‘zg‘atuvchi rolini o‘ynovchi so‘z markaziy qo‘zg‘olishning sababi bo‘lishi mumkin. Harakat topshirig‘ini berish paytida aytilgan so‘z harakat mazmuni va strukturasi tasavvur qilishga yordam beradi. Boshqa paytda bu so‘z kishining mazkur harakatni bajarish haqidagi o‘z fikrini ifodalasa ahamiyatsiz bo‘lishi mumkin. U ham kinestezik hujayralarning qo‘zg‘alishini vujudga keltiradi. Kishida bu harakatni bajarishga doir paydo bo‘ladigan tasavvur ana shuning natijasidir. Mashqlarni egallashda aloqalar hosil qilinadi, har qanday, jumladan, mashqlarni hayolan takrorlaganda ham bu aloqalar sayqallashadi, natijada mashqlarni amaliy bajarish ham yaxshilanadi (A. TS.Puni).

O‘qituvchi bularning barchasini hisobga olib, o‘quvchilarda harakat faoliyatining turli usullari ko‘nikmalarini shakllantirish jarayonida foydalanadi. Chunonchi, o‘quvchilarni harakatlarga o‘rgatish jarayonida ko‘nikmalarining shakllanishi stabil darajaga yetganda va bolalar turli harakatlarni mustaqil bajarishlari kerak bo‘lganda o‘qituvchi ulardan biriga bu harakatni ayni paytda bajarmagan holda uning izchilligini eslab so‘zlab berishni taklif qiladi.

O‘quvchi harakatlar izchilligini eslar ekan, masalan, shunday deydi: “Avval tayoqchani yuqoriga ko‘tarib, unga qaraladi, so‘ng uni ko‘tarilgan o‘ng tizzaga tushiriladi, keyin esa yana yuqoriga ko‘tariladi va pastgu tushiriladi”. Dastlab bolalar, odatda, o‘z hikoyalarini muayyan harakatlari bilan birga olib boradilar. Bunday hollarda so‘z va bir vaqtdagi harakat xotiraning ko‘rish-harakat tasavvuri ifodasi hisoblanadi va o‘quvchining bu tasavvurga nisbatan javob reaksiyasini osonlashtiradi. Ba‘zan o‘qituvchi barcha o‘quvchilarga harakatlarni eslashni, ya‘ni nima qilishlarini o‘zlaricha tasavvur etishni taklif qiladi. Ta‘limning bunday usullari harakatlar haqidagi tasavvurning vujudga kelishiga yordam beradi. Bu tasavvur harakatlarning o‘quvchilar tomonidan to‘g‘ri bajarilishi, ularning ishtiyoqi, emotsional holati, diqqatining jamlanganligi va barqarorligi bilan mustahkamlanadi.

Mazkur usullardan muntazam foydalanilganda bolalar o‘qituvchining harakatlarni albatta bajarib ko‘rsatib berishini kutmaydilar: ular diqqatlarini topshiriqni tushuntirishga qaratadilar, so‘ng mashqni to‘g‘ri, ishonch bilan mustaqil bajaradilar. O‘qituvchi keyinchalik og‘zaki usullardan yangi mashqlarni o‘rganishda foydalanishi mumkin. Har qanday yangi harakatda bolalarga avvaldan tanish elementlar mavjud bo‘ladi, shuning uchun u mohiyatan faqatgina tanish elementlarning yangi kombinatsiyasi hisoblanadi. Uzluksiz shug‘ullanish natijasida barcha o‘quvchilar o‘qituvchining talablarini muvaffaqiyatli o‘zlashtiradilar, bu talabalarga amaliy harakatlar bilan to‘g‘ri, ongli tarzda javob qaytaradilar. Bolalar og‘zaki topshiriqlarni yaxshi tushunadilar va ularni harakatga aniq tatbiq etadilar. Keyinchalik bolalar biron-bir harakatning murakkab bo‘lmagan variantini taklif etishlari va o‘zlariga tanish harakat elementlaridan yangi kombinatsiya tuzishlari mumkin. O‘quvchilarning javob reaksiyasi doimo turli individual xususiyatlarga molik bo‘lib, u o‘quvchining umumiy rivojlanishi, uning nerv tizimi xususiyatlari, diqqatini jamlash darajasiga bog‘liq bo‘ladi. O‘quvchilarda harakat ko‘nikmalarini shakllantirishning bayon etilgan jarayoni o‘quvchining psixik va jismoniy tayyorgarligiga mos keladi. O‘quvchilarda harakat ko‘nikmalarini shakllantirishning boshlang‘ich bosqichida o‘qituvchi tomonidan beriladigan og‘zaki topshiriqlarning juda aniq, lo‘nda bo‘lishi hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Harakat haqidagi tasavvurni shakllantirish jarayonida bu tasavvurlarning to‘g‘riligini kuzatib borish zarur. Bu haqida harakat faoliyatini og‘zaki bayon etish va konkret harakatlarga qarab fikr yuritish mumkin. Tasavvurning mashq qildiruvchi ta‘siri boladagi o‘z harakatlarini mustaqil boshqarish qobiliyatida va ularni bajarish sifatining yaxshilanishida ko‘rinadi.

O‘quvchilar tomonidan harakat (butun harakat faoliyati) mazmunining anglanishi uning harakat ko‘nikmalarini to‘g‘ri va birmuncha tez shakllantirishga, ijodiy aktivlikning rivojlanishiga, harakatlarni yangi vaziyatlarda muvaffaqiyatli qo‘llashga yordam beradi. O‘quvchilarni o‘rgatishda ko‘rgazmali va og‘zaki usullarning maqsadga muvofiq qo‘shib olib borilishi, ularning o‘zaro bog‘liqligi bir tomondan harakatlarni idrok etish va qayta bajarishning konkretligi va obrazlilikini, ikkinchi tomondan bolalar bajaradigan harakatli topshiriqlar - ular mazmuni va har bir harakat faoliyatining barcha elementlari izchilligini ongli tushunilishini ta‘minlaydi. “Faqat tushunarli narsani qayta bajarish mumkin. Bunda eshitilgan narsa bosh rol o‘ynaydi”, - deb ta‘kidlagan edi I.M.Sechenov.

Bolalarni harakatga o‘rgatishda ko‘rgazmali va og‘zaki usullar bilan o‘zaro bog‘liq turli amaliy usullar kompleksidan foydalanadi. U mashqlarni, harakatli o‘yinlardagi ayrim rollarni, boshqaruvchi rolini bajarib ko‘rsatadi, o‘quvchilarni topshiriqlarga jalb qilib va namuna ko‘rsatib, ularni musobaqalarda qatnashishga rag‘batlantiradi: masalan, kim harakatli topshiriqni tezroq, yaxshiroq, to‘g‘riroq bajaradi; u musobaqa hakami, jamoa kapitani rollarini bajarib, ularning o‘yinlarga nisbatan qabul qiladigan qarorlarini, o‘zini qanday tutish va qanday xatti-harakat qilishni ko‘rsatadi. Amaliy faoliyatni tashkil etayotib, butun ta‘lim jarayonini

mashg'ulotning vazifalari, mazmuni, strukturasi muvofiq rejalab oladi. U o'quvchilarga frontal ta'lim
“PEDAGOGIK MAHORAT” ILMIY-NAZARIY VA METODIK JURNAL 2021, Maxsus son
67