



<https://interscience.uz/>

ISSN 2181-1709 (P)

ISSN 2181-1717 (E)

SJIF: 3,546 (2020)

2022/№ 9

ТАЪЛИМ ВА  
ИННОВАЦИОН  
ТАДҚИҚОТЛАР

ОБРАЗОВАНИЕ И  
ИННОВАЦИОННЫЕ  
ИССЛЕДОВАНИЯ

EDUCATION AND  
INNOVATIVE  
RESEARCH

**ТАЪЛИМ ВА ИННОВАЦИОН ТАДҚИҚОТЛАР  
ОБРАЗОВАНИЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ  
EDUCATION AND INNOVATIVE RESEARCH**



№ 9, 2022  
сентябрь

<p>Муассис: Бухоро давлат университети Фан ва таълим МЧЖ</p> <p>Бош муҳаррир: Маъмуров Баҳодир Бахшуллаевич</p> <p>Жамоатчилик кенгаши раиси: Хамидов Обиджон Хафизович, Бухоро давлат университети ректори</p> <p>Таҳририят кенгаши раиси: Махмудов Мэлс Ҳасанович</p> <p>Масъул котиб: Акрамова Гулбахор Ренатовна</p> <p>Техник муҳаррир: Давронов Исмоил Эргашевич</p> <p>Таҳририят манзили: Бухоро шаҳар, Қ.Муртазов кўчаси, 16-уй</p> <p>Телефон: +998(90)744-00-22</p> <p>E-mail: eirjurnal2020@gmail.com</p> <p>Журналнинг электрон сайти: www.interscience.uz</p> <p>Журнал ОАК Раёсатининг 2021 йил 30 сентябрдаги 306/6-сон Қарори билан ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ, ФИЛОЛОГИЯ, ТАРИХ ФАНЛАРИ бўйича фалсафа доктори (PhD) ва фан доктори (DSc) илмий даражасига талабгорларнинг диссертация ишлари юзасидан асосий илмий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрлар рўйхатига киритилган</p> <p>Босишга рухсат этилди: 30.09.2022 й. Қоғоз бичими 60x84 1/8. б/т.12,5. Буюртма рақами 12 «FAN VA TA'LIM» нашриётида чоп этилди. Бухоро шаҳар</p> <p>Журнал 28.07.2021 йилда 9305 рақами билан Ўзбекистон Омма- вий ахборот воситалари давлат рўйхатидан қайта ўтган</p> <p>Журнал 2020 йилда ташкил топди ва 2 ойда 1 марта чоп этилди. 2021 йил ноябрь ойидан бошлаб хар ойда 1 марта ўзбек, рус ва инглиз тилларида чоп этилади</p> <p>«Таълим ва инновацион тадқиқотлар» халқаро илмий-ме- тодик журналдан кўчириб босиш таҳририятнинг розилиги билан амалга оширилади</p> <p>Мақолада келтирилган фактларнинг тўғрилиги учун муаллиф масъулдир</p>	<p><b>07.00.00 – ТАРИХ ФАНЛАРИ</b></p> <p>Амонова Ф. С. Бухорода банклар фаолияти (XIX аср охири ва XX асрнинг биринчи ярми)</p> <p>Очилов А. Т. Бухоро воҳасида олиб борилган илк археологик тадқиқотлар</p> <p>Абдурасулов Х. Базары Туркестана или где Запад встречается с «Востоком»</p> <p>Худайбердиева Г. Х. 1920-1990 йилларда Ўзбекистондаги маданий жараёнлар (Сурхондарё мисолида)</p> <p><b>10.00.00 – ФИЛОЛОГИЯ ФАНЛАРИ</b></p> <p>Худойкулова М. А. Мустақиллик йилларида баҳсдаги адабий-назарий муаммолар талқини</p> <p>Ganiyev D. S. Unli va undosh tovushlarni o'qitishda adabiy talaffuzni shakllantiruvchi mashq va topshiriqlardan foydalanish</p> <p>Xolboyeva M. U. Alisher Navoiy va futuvvat talqini</p> <p>Bayimbetova M. B., Kurbanbaev D. A. The expression of the need to perform an action in the modality category of the english and karakalpak languages</p> <p>Бабаева Ш. Б. Инновационный подход к моделированию синтаксических понятий родного (русского) языка</p> <p>Usarova L. Arxetip obrazlarning badiiy xususiyatlari</p> <p><b>13.00.00 – ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ</b></p> <p>Djurayev D. U. Geografik atamalarning ko'p tilli elektron lug'atini yaratish jarayonida ko'p tilli muhitning lingvistik xususiyatlari</p> <p>Ismadiyarov Y. U. Kasbiy faoliyatning o'ziga xosligi oliy ta'lim tizimidagi menejer-innovator</p> <p>Ибрагимова Г. Н. Бўлажак педагогларнинг касбий маҳоратларини ошириш йўллари</p>	<p>7</p> <p>16</p> <p>28</p> <p>36</p> <p>44</p> <p>53</p> <p>60</p> <p>65</p> <p>73</p> <p>78</p> <p>84</p> <p>89</p> <p>94</p>
--	---	--

Чориева Д. А. Педагогик-психологик диагностика фаолияти билан шуғулланувчи шахсга қўйиладиган талаблар	99
Жабборова О. М. Бошланғич таълим методикасини инновацион такомиллаштириш асослари	103
Odilxo‘jazoda N. B., Mamajonov Sh. A. Oliy ta’lim muassasalari kimyo o‘qituvchilari kasbiy kompetentligini aniqlash metodikasi	115
Urokov Sh. R. Oliy ta’lim muassasalari professor-o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatning ilmiy asoslari	121
To‘raeva O. Yangi O‘zbekiston sharoitida maktabgacha ta’lim tizimining o‘ziga xosligi	126
Саидова Х. Таълим сифатини таъминлашда миллий ва хорижий тажрибалар	131
Тураханов А. А. Акмеологик ёндашув асосида чакирикқача ҳарбий таълим йўналиши талабаларининг жисмоний-тактик кўникмаларини ривожлантириш компонентлари	137
Usmanova K. Kh. Didactic support for the development of the culture of communication of english-speaking students	144
Хуррамов Р. С. Оғзаки машқлар ёрдамида бошланғич синф ўқувчилари эвристик фикрлашини ривожлантиришнинг методик асослари	153
Kurbanova F. K. Some significant points for developing intercultural competence	164
Mamajonov Sh. A., Odilxo‘jazoda N. B., Jo‘raev X. M. Oliy ta’lim muassasalari kimyo o‘qituvchilarining ekologik kompetentlik darajasini rivojlantirish	170
Saidova N. M. G‘afur G‘ulom asarlarini immanent va kontekst yondashuvlari asosida tahlil qilish	177
Muxtarova Shaxnoza Mashrabovna Maktab o‘quvchilarida matn bilan ishlsh ko‘nikmalarini rivojlantirish	183
Quzmanova G. B. O‘quvchilarning ijtimoiy kompetentligini ijtimoiy tarmoqlar vositasida rivojlantirishning nazariy va amaliy jihatlari	190
Мирзорохимов О. К. Патриотическое воспитание детей дошкольного возраста	198
Хасанбоев Х. Х. Ҳарбий педагогика: муаммо ва ечимлар	204
Jumayeva F. F. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida huquqiy ongni shakllantirishda pedagogning kreativligi	214
Muxitdinova N. M. Bolalarni intellektual rivojlantirishda jismoniy mashqlarning o‘rni va ahamiyati	219

## **BOLALARNI INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISHDA JISMONIY MASHQLARNING O‘RNI VA AHAMIYATI**

<https://doi.org/10.53885/edinres.2022.9.09.031>

*Muxitdinova Nigora Mexriddinovna*

*BuxDU Sport nazariyasi va metodikasi kafedresi*

*katta o‘qituvchisi*

Hozirgi vaqtda bo‘sh o‘zlashtiruvchi o‘quvchilar soni ortib borayotgani hech kimga sir emas. Ayniqsa, ushbu moyillik ommaviy bog‘cha yoshidagi bolalar, boshlang‘ich sinf o‘quvchilari o‘rtasida namoyon bo‘lib kelmoqda. Ko‘pchilik bolalar maktab ta‘limida ayrim muammolarga duch keladilar, asosiy muammolar esa bilimlarni o‘zlashtirish jarayoni bilan bevosita bog‘liq bo‘lib qolmoqda. Maktablarda bilimlar o‘quvchiga berilmoqda, lekin natijalar talab darajasida emasligi mazkur ahvolga yanada jiddiy e‘tibor qaratishga va zudlik bilan kerakli chora-tadbirlarni amalga oshirishga sabab bo‘lmoqda.

Bog‘cha va maktablarda ishlash jarayonida samarali korreksion metodlarning yo‘qligi o‘qish bilan bog‘liq muammolarning ko‘payib boryatganligi va o‘zlashtirishi past bo‘lgan o‘quvchilar sonining ortishiga olib kelmoqda. Ushbu muammolarning kelib chiqishi natijasida turli rehabilitatsion va konsultatsion markazlarning sonini ortishiga turtki bo‘lmoqda.

Mutaxassislarining ta‘kidlashicha hozirga qadar hammaga ma‘qul bo‘lgan an‘anaviy pedagogik-psixologik metodlar o‘qishda va korreksion ishlarda o‘z kutgan natijalarini bermayotganligi tufayli yangi metodlarni izlash zarurati paydo bo‘ldi. Ushbu avj olib borayotgan muammolarni tezroq oldini olish va samarali bartaraf etish masalasi bugungi kunning eng dolzarb muammosi bo‘lib qoldi.

O‘qishdagi qiyinchiliklar bilan bog‘liq muammolarga kimlar duch kelmoqda? Ular umumiy maktablarda bilim olib kelayotgan oddiy sinf o‘quvchilari. Ular ko‘pincha bir yoki bir necha fandan (asosan og‘zaki) yaxshi natijalarga ega bo‘lishga harakat qiladi. Lekin yozish, o‘qish va matematika borasida sezilarli darajada muammo va qiyinchiliklarga duch kelinmoqda.

Oxirgi yillarda ko‘pgina pedagogik, psixologik tadqiqotlar aynan ta‘limdagi qiyinchiliklarning kelib chiqishi va uni bartaraf etish sabablari va mexanizmlarini o‘rganish bilan bog‘liq bo‘lmoqda. Tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatib turibdiki bolalarning oliy psixik funksiyalarning parsial ya‘ni qisman rivojlanishida ortda qolishi bilan bog‘liq sabablarga borib taqaladi. Ushbu muammolarni ishonchli va samarali aniqlashda neyropsixologiya, neyropedagogika alohida ahamiyat kasb etadi.

A.R. Luriya va uning izdoshlari tomonidan olib borilgan ishlar natijasida oliy psixik funksiyalarning tuzilishi va uning lokalizatsiyasi faoliyati

natijasida o'qish va yozishni amalga oshirilishi uchun miyaning dasturlash, ixtiyoriy boshqarish (III-blok, miyaning peshana qismi) hamda axborotni qabul qilish, qayta ishlash va saqlash qismi (II-blok miyaning ensa qismi) hamkorligida amalga oshirilishi taqiqotlar natijasida aniqlangan. Bunda miyaning energetik ya'ni miyaning quvvatini ta'minlovchi qismi (I-blok miyaning ustun (stvol qismi)ning ham ahamiyati katta hisoblanadi.

A.R. Luriya o'z nazariyasida inson miyasini murakkab bir tuzilishga egaligi va u uch blokdan (zonadan) iborat bo'lib, har bir blok har xil yosh davrlarida va bosqichlarida shakllanishini ta'kidlab o'tgan. Ular quyidagicha o'rganiladi:

I-blok, energetik yoki miyaning quvvati bloki hisoblanadi. Ushbu miyaning qismi bola ona qornidan boshlab bola 2-3 yoshga to'lgunga qadar shakllanib, o'zida retikulyatsion formatsiya va organizmning yoki biror a'zoning hayotiy faollik darajasi hamda tetiklikligi uchun javob beradi.

II-blok, axborotni qabul qilish, qayta ishlash va saqlash bloki uch yoshdan boshlab 7-8 yoshlarni o'z ichiga oladi. Ushbu qismga miyaning ikki yon chakka, bosh orqa yuqori va bosh orqa zonalarini o'z qamroviga oladi. Ushbu miya qismi psixik faoliyatning operatsion-texnik jihatdan ta'minlash uchun xizmat qiladi.

III-blok, dasturlash, ixtiyoriy boshqarish va nazorat bloki 7-8 yoshdan boshlab 12-15 yoshgacha shakllanib, boshning peshana zonasini o'z ichiga olib, umumiy qilib aytganda inson xulq-atvori va xatti-harakati muvofiqligi uchun javob beradi. Ushbu blokning to'liq yetilish davri to 20-21 yoshgacha davom etadi.

Yuqoridagi ma'lumotlar bizga yozish, o'qish, matematik vazifalar, og'zaki nutq va uni tushunish kabi vaziyatlar oliy psixik funksiyalar ya'ni, murakkab funksional tizim bosh miya va uning funksional komponentlariga tayangan holda o'z faoliyatini amalga oshishi haqida ma'lumot beradi. Fonematik eshitish qobiliyati, tovushlarni ajrata olish, og'zaki nutq, yozuv va o'qishni o'zlashtirish, ko'rishga oid analiz funksiyasi harf, so'zlarni tanish, ularni esda saqlash va matnni o'qishda muhim o'rin egallaydi.

Har bir bolaning psixik rivojlanishi genetik individual tarzda shakllanib, ularning psixik funksiyalarining rivojlanishi uzoq davom etuvchi jarayon bo'lib, bir funksiya oldinroq boshqalari esa keyinroq shakllanishini hech kimga sir emas. Shu bois bir bolada ko'rishga, eshitishga oid o'zlashtirish boshqasida esa muhitni tasavvur qilish imkoniyatlari shakllangan bo'lib, har bir bolaning faoliyati, harakati hamda intilishi bir-biriga o'xshamaydi va bularning ba'zilar oldinroq ba'zilar esa keyinroq rivojlanadi. Aynan miyaning ushbu tarkibiy qismi boladagi ustun va zaif tomonlarini kompensatsiya qila olmasligi natijasida ijtimoiy talablarga muvofiq bo'la olmayotgani, qiyinchiliklarga duch kelayotganini bizga aynan qaysi jihatlariga birinchi

navbatda e'tiborni qaratishimiz kerakligini bildiradi.

Bu kabi muammolarni oldini olish albatta maktabgacha ta'lim tashkilotlaridan boshlanishi, o'zining ijobiy natijasini beradi.

Bunday muammoli bolalarga kuchliroq motivatsiya, emotsional qiziqtirish (o'z kuchi va qobiliyatiga undovchi rag'batlantiruvchi so'zlar) va vazifalarni miqdorlash sezilarli darajada yordam beradi. Hattoki bunday bolalarga faoliyatni o'zgartiruvchi vaziyatlar ham foydali hisoblanadi. Faoliyatni o'zgartiruvchi vaziyatlar jismoniy mashqlar, harakatli o'yinlar orqali amalga oshirilishi ham mumkin.

Maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarni intellektual rivojlantirishda neyropedagogik va neyropsixologik bilimlarning o'rni beqiyos hisoblanadi. Chunki neyropedagogik, neyropsixologik yondashuv bizga oliy psixik funksiyalarning o'rganib bolalarning kuchli va zaif tomonlarini o'z vaqtida aniqlash va aniqlangan kamchiliklarni bartaraf etishga, guruh yoki individual tarzda korreksion ishlarni samarali tashkil qilish orqali mavjud muammolarni yaxshilashga yordam beradi.

Neyrokorreksion mashqlar tizimli ravishda to'g'ri tashkil etilsa, bolaning intellektual rivojlanishida yutuqlarga erishish mumkin.

Neyrokorreksion mashqlarning aksariyat qismi jismoniy mashqlar hamda bolalarning harakatchanlik faolligini oshirishga yo'naltirilgan mashqlardan iboratligiga e'tibor qaratsak, jismoniy tarbiyaning bola intellektini rivojlantirishda samarali vosita ekanligiga ishonch hosil qilamiz.

Ushbu muammoni ijobiy hal etishni ko'plab omillar, jumladan, jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy rivojlanishi va maktabgacha yoshdagi bola shaxsini intellektual rivojlantirishda jismoniy tarbiya, jismoniy mashqlarning ahamiyatligini ilmiy asoslash zarur.

Tarixiy tajriba zamonaviy maktabgacha ta'lim uchun muhim pedagogik ahamiyatga ega bo'lib, yosh bolalarning boshlang'ich ta'limi va tarbiyasi haqidagi ko'plab qimmatli pedagogik g'oyalarni o'zida mujassam etgan. Shu sababli, maktabgacha yoshdagi bolalarning aqliy va jismoniy tarbiyasi haqidagi o'tgan yillardagi pedagogik fikrga tayanmasdan, bu mumkin emas. bugungi kunda maktabgacha pedagogika oldida turgan muammolarning muvaffaqiyatli rivojlanishi bo'lishi mumkin.

Hozirgi maktabgacha pedagogikada maktabgacha yoshdagi bolalarni o'qitish va tarbiyalashning mohiyati haqidagi nazariyotchi va amaliyotchilar ega bo'lgan bilimlarning to'liqligi bilan bolaning psixofizik rivojlanishidan xabardorligi o'rtasida bog'liqlik mavjud.

Rivojlanishning tarixiy bosqichlari va qonuniyatlari maktabgacha yoshdagi bolalarning aqliy rivojlanishida jismoniy tarbiyaning o'rni borasidagi nazariya va amaliyotni chuqur o'rganish, tahlil etish, baholash kelgusidagi vazifalarni belgilash imkonini beradi.

Afina tuzumi davridan (miloddan avvalgi VI-IV asrlar) to hozirgi kungacha fanlar, san'at, jismoniy tarbiya o'rgatish va o'qitish uslublarini rivojlantirish asosida barkamol shaxsni tarbiyalash insoniyat ongida qiziqish uyg'otib kelgan.

Bola hayotining dastlabki kunlaridanoq uni jismoniy tarbiyalashga alohida e'tibor qaratgan davlatlardan biri Sparta (Peloponnesdagi qadimgi yunon siyosati) edi. Sparta jamiyatida davlat jismoniy rivojlanishni nazorat qilgan va aqliy tarbiya har bir spartalik uchun shaxsiy masala edi.

Arastuning (miloddan avvalgi 340-yil) fikricha tarbiya inson taraqqiyotining borishiga mos ravishda amalga oshirilishi kerak: birinchidan, tana tarbiyasi, keyin mayl tarbiyasi va nihoyat, aql tarbiyasi.

Ya. A. Komenskiy o'zining pedagogik konsepsiyasida maktabgacha yoshdagi bolaning jismoniy, axloqiy va intellektual rivojlanishini yoritgan. U ta'limning keyingi bosqichlari uchun alohida ahamiyatga ega bo'lgan, eng yuqori darajaga qadar bo'lgan ilmiy va amaliy bilimlarning elementlari va asoslarini yaratishda yoshni hisobga olishning dolzarbligini ko'rsatib berdi.

Italiyalik pedagog Ramboldoni da Feltre (1378-1446) o'quvchilarning ma'naviy va jismoniy kuchini rivojlantirishda uyg'unlik va faolligini rag'batlantirishga katta ahamiyat bergan.

I. G. Pestalossi (1746-1827) tafakkurni rivojlantirish zarurligi haqida gapirib, bolalarni bilim bilan boyitish orqali ularning aqlini, jismoniy kuchini, axloqiy mayllarini rivojlantirish zarur, deb hisoblaydi.

R. Ouen (1771-1858) jismoniy tarbiyani uzluksiz ta'limning asosi sifatida qo'yadi. Uning fikricha, salomatlik, jismoniy barkamollik va aqliy tarbiya insoniyatga chinakam baxt keltiradi

Utopik sotsialist K. Fure (1772-1837) esa mehnat jarayonida aqliy va jismoniy tarbiyani uyg'unlashtirish g'oyasini ta'kidladi.

Fransuz publitsisti E.Kabet (1788-1856) jismoniy tarbiyaga katta e'tibor bergan. Jismoniy tarbiya har tomonlama bo'lsa foydali bo'lib, uni aqliy va axloqiy tarbiyadan ajratmaslik kerakligiga ishonch hosil qilgan.

Jismoniy faoliyatning insonning shakllanishi va rivojlanishida muhim vosita ekanligi P. F. Lesgaft, I. M. Sechenov kabi olimlar tomonidan ham ta'kidlangan. Ularning ta'kidlashicha, inson jismoniy va aqliy jihatdan birlikda va o'zaro bog'liqlikda rivojlanadi, shuning uchun jismoniy tarbiyani to'g'ri tashkil etilishi yetuk shaxs sifatida shakllanishning omiliga aylanishi mumkin.

P.F.Lesgaft "Maktab o'quvchilari jismoniy tarbiyasi bo'yicha qo'llanma" (1888-1901) nomli ikki jildlik fundamental asarida jismoniy tarbiyaning o'ziga xos tizimini ishlab chiqdi.

Jismoniy tarbiya jarayonining o'ziga kelsak, P.F.Lesgaft uni quyidagi algoritm bo'yicha ko'rsatib o'tgan:

- bola elementar harakatlarni takrorlaydi, ularni bir-biri bilan taqqoslaydi, farqlarni o'rinatadi, tahlil qiladi;

- harakatlar asta-sekin murakkablashadi, bola kattalar rahbarligida qiyinchiliklarni yengib o'tishni o'rganadi;

- bola atrofdagi narsalarni hisobga olgan holda harakat qiladi, natijani oldindan ko'radi, vaqt va makonda o'z harakatlarini o'lchashni o'rganadi;

- bolalar faoliyatining har xil turlarida murakkab harakatlardan foydalangan holda, bola olingan ko'nikmalarni tekshiradi va ularni mustahkamlaydi.

Yuqoridagilar bilan bog'liq holda shuni ta'kidlash joizki, P.F.Lesgaft tomonidan ishlab chiqilgan jismoniy tarbiya nazariyasi aqliy va birlik tamoyiliga asoslanadi; jismoniy tarbiya: aqliy va jismoniy faoliyatning ijodiy faoliyati, P.F.Lesgaftning fikricha, maqsadlarga erishish uchun vositalarni ongli ravishda tanlash bilan mumkin. Ammo, davlat maktabgacha ta'lim g'oyasini tubdan inkor etmasdan, P.F.Lesgaft Frebel bolalar bog'chalarida ta'lim va tarbiya amaliyotini keskin tanqid qildi va ulardagi pedagogik jarayon haddan tashqari tartibga solingan va rasmiy deb hisobladi.

P.F.Lesgaft maktabgacha ta'limga katta ahamiyat bergan. Uning fikricha, bu yoshda insonning eng muhim va barqaror fazilatlarini shakllanadi: "Bolaning jismoniy tarbiyasi uni o'z kuchlari va harakatlarining namoyon bo'lishini o'zlashtirish va nazorat qilishga o'rgatish va uni har qanday boshlang'ich ishga tayyorlashga qaratilgan bo'lishi kerak. shunday qilib, so'z bilan yoki yozma ko'rsatma bo'yicha, u o'zi uchun zarur bo'lgan hamma narsani qila oldi. Jismoniy tarbiya vazifasini, shuningdek, aqliy tarbiyaning vazifasini ham quyidagicha belgilash mumkin: u, albatta, inson harakatlaridagi o'zboshimchalikni kamaytirishga va uning namoyon bo'lish mustaqilligini rivojlantirishga yordam berishi kerak. Bola o'zini shunchalik nazorat qilishni o'rganishi kerakki, u eng kam energiya sarflab, eng kichik vaqt oralig'ida eng ko'p ishni qila oladi. Mavjud gimnastika anjomlarida tasodifiy harakatlar va mashqlar bilan bu maqsadga erishish mumkin emasligi aniq. Bu yerda ham xuddi aqliy tarbiyadagi kabi ketma-ketlik va oxirgi holatda bo'lgani kabi bir xil pedagogik asoslarga ega bo'lishi kerak" [145, 217-218].

P.F.Lesgaft jismoniy tarbiyani shaxsni har tomonlama kamol toptirishning eng muhim vositasi sifatida baholab, uni aqliy, axloqiy va estetik tarbiya bilan chambarchas bog'liq deb hisoblagan. Uning fikricha, jismoniy mashqlarni o'rgatishda onglilik tamoyili shaxsning barkamol rivojlanishining zarur sharti bo'lib, jismoniy harakatlarning mazmunlilik bolaga o'z kuchidan oqilona foydalanishga yordam beradi .

Rus pedagog olimlari orasida I.M.Sechenov birinchi bo'lib jismoniy tarbiyaga hayotimiz va faoliyatimiz uchun zarur shart sifatida e'tiborni qaratdi va turli psixik hodisalar bilan inson jismoniy harakati va faoliyati o'rtasida psixomotor deb ataladigan aloqani o'rinatdi.



Ko'plab mutaxassislar aqliy va jismoniy tarbiya bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ular maktabning yagona vazifasi bo'lishi kerak, deb hisoblaydilar. Har qanday bir tomonlama rivojlanish, albatta, ta'limdagi uyg'unlikni buzadi va yetuk shaxsning rivojlanishi uchun sharoit yaratmaydi, degan g'oyani ilgari suradilar.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdullo Avloniy. Muxtasari tarixi anbiyo va tarixi islom. - T.: Fan, 1994. - 293b.
2. Abdullayeva Sh. A. Sportchilarning tarbiyalanganlik darajasini tashxislash metodlari. - Toshkent: Kamalak, 2002. - 134 b.
3. Abdullayeva Sh. A., Axatova D. A., Sayitov S. S. va boshkalar. Pedagogika. O'quv qo'llanma. - T.: Fan, 2004. - 198 b.
4. Abdullayev A. Talaba va sport. - Toshkent: Moliya, 2015. - 168 b.
5. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии. - М.: Педагогика, 1989. - 192 с.
6. Бернштейн Н.А. Биохимические особенности скелетной мускулатуры. Киев: Вища школа, 1998. - 214 с.
7. Бондарчук А.П. Объем тренировочных нагрузок и деятельность цикла развития спортивной формы. // Теория и практика физической культуры. - 1998. - №8. - С. 18.
1. Stolbov, V. V. Istoriya fizicheskoy kultury i sporta / V. V. Stolbov. — М.: Fizkultura i sport, 1975. — 476 s.