

Литература

1. Винер-Усманова И.А. Интегральная подготовка в художественной гимнастике. Автореф. дисс. ... д-ра пед. наук. -Санкт-Петербург: 2013, -С.47.
2. Говорова М.А., Плешкань А.В. Специальная физическая подготовка юных спортсменов высокой квалификации в художественной гимнастике: Учеб. пособие. - М.: Всерос. федерация худ. гим., 2009. -С.50.
3. Супрун А.А. Технологический подход к процессу профилирующей подготовки в художественной гимнастике на основе учета индивидуальных особенностей: дис. канд. пед. наук/А. А. Супрун. СПб. 2013, -С. 124.
4. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учеб. пособие для студентов вузов по направлению подгот. 034300.68 - Физ. культура/под общ. ред.: Л. А. Карпенко, О. Г. Румба. - М.: Сов. спорт, 2014, -С. 264.
5. Умаров М.Н., Хасанова Г.М. Взаимодействие педагогического фактора на формирование способностей в художественной гимнастике. // «Фан спорта». 2013. №1. -С. 32-35.
6. Умаров М.Н. Технология организации и проведения учебных и тренировочных занятий по художественной гимнастике. Монография. -Ч.: 2019. -С. 186.
7. Хасанова Г.М. Построение соревновательного мезоцикла у юных гимнасток на этапе спортивного совершенствования. Дисс. ...канд. пед. наук. -Ташкент: УзГИФК, 2011, -С.173.

РЕЗЮМЕ

Такдим этиланг мақолада 10-12 ёшдаги гимнастикачилар ўртасида машғулот воситаларини режалаштириш ва махсус моторли тайёргарликни ривожлантириш жараёни ва жисмоний фазилатларни тарбиялаш масалалари кўриб чиқилган. Комплексларга мақсадга мувофиқ танланган машқларни, хусусан, хореография машқларини киритиш 10-12 ёшдаги гимнастикачиларнинг техник тайёргарлиги бўйича дастур талабларини муваффақиятли ўзлаштиришга ёрдам бериши кўрсатилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассмотрены вопросы планирования средств подготовки и процесс развития специально-двигательной подготовленности и воспитание физических качеств у гимнасток 10-12 лет. Показано, что включение в комплексы целенаправленно подобранных упражнений, и в частности упражнений по хореографии способствуют успешному освоению программных требований по технической подготовке гимнасток 10-12 лет.

SUMMARY

In the presented article, the issues of planning, the means of training, the process of developing special-motor readiness, the education of physical qualities among gymnasts of 10-12 years old are considered. It is shown that the inclusion of purposefully selected exercises in the complexes, and in particular choreography exercises, contribute to the successful mastering of the program requirements for the technical training of gymnasts of 10-12 years old.

ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАНИНИ ЎҚИТИШНИНГ ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ

Ф.Қ.Аҳмедов – педагогика фанлари номзоди, доцент

Н.С.Кулбоев – катта ўқитувчи

С.Ф.Кўлдошев – магистрант

Жиззах давлат педагогика институти

Таянч сўзлар: жисмоний маданият, таълим тизими, таълим тури, тарбия, фан, ўқитиш, жамият, шахс, баркамол инсон, маданият, умуминсоний ғоялар.

Ключевые слова: физическая культура, система образования, вид образования, предмет, обучения, общество, личность, гармоничный человек, культура, общечеловеческие ценности.

Keywords: physical culture, education system, type of education, up-brining, subject, teaching, society, personality, harmonious human - being, upbringing, culture, human values.

Долзарблиги. Бугунги кунда мамлакатимизда таълим тизимида жисмоний маданият ўқув фани сифатида ўқитиладиган ва бу фаннинг ўзига хос мақсад ҳамда вазибалари бор. Жисмоний маданият фанининг мақсади этиб, шахсни жисмонан камолотга етиштириш, ҳар томонлама баркамол этиб тарбиялаш, уларни ҳуқуқий демократик давлатнинг фаол иштирокчиларига, ижодий меҳнат қилишга ва Ватан муҳофазасига тайёрлашдан иборат, деб белгиланган. Бу мақсадга эришиш учун, албатта, жисмоний маданият фанини тармоқларга бўлиб ўрганиш, илмий тадқиқ этиш натижасидаги олинган маълумотларни амалиётга жорий этиш ва ўқувчиларга ўқитиш орқали эришилади. Шулар орқали жамият аъзоларининг жисмоний маданиятга доир билим, кўникма ва малакалари ривожланиб боради. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 24 январдаги ПФ-5924-сонли “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш тўғрисида”ги Фармони қабул қилинди [1]. Ушбу Фармоннинг асосий мақсади этиб, мамлакатда юксак маданиятга эга бўлган, ҳар томонлама етук ҳамда жисмонан соғлом инсонни шакллантириш ниятида аҳолининг жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги малака ва билимларини орттиришга қаратилган устувор йўналишларини белгилаш, икtidорли спортчиларни танлаб олиш жараёнига инновацион шакллар ва усулларни жорий этиш белгиланган. Фармонга кўра таълим тизимининг барча бўғинларида спорт иншоотларини кўпайтириш, ўқувчи ва талабалар орасида мунтазам равишда турли спорт

мусобақаларини ташкил этиш ва ўтказишни такомиллаштириш орқали жисмоний маданиятни оммалаштириш масаласи кўйилган. Бу ўз-ўзидан таълим тизими жисмоний маданиятни такомиллаштиришнинг ҳуқуқий асослари ва имкониятлари, шунингдек, соҳа мутасаддиларига нисбатан талабнинг ошганлигидан далолат беради. Ушбу фармон мазмунидан кўриниб турибдики, мамлакатимизда барча соҳалардаги каби жисмоний маданиятда ҳам демократик ёндашув ва умуминсоний қадриятларга асосланган ғоялар илгари сурилган. Жисмоний маданият тарихига назар солинса, баъзи даврларда ундан умуминсоний қадриятларга хос бўлмаган мақсадлар йўлида ҳам фойдаланган. Масалан, қулдорлик даврида қулларнинг устидан ҳукмронликни кучайтириш ва ўз ҳукмронлигини сақлаб қолиш мақсадида қулдорларгина махсус жисмоний машқлар билан мукамал шугулланганлар. Шунингдек, баъзи даврларда агрессив хусусиятга эга давлатлар ёки айрим жамиятлар бошқалар устидан ҳукмрон бўлиш, босқинчилик қилиш мақсадида ҳарбийлаштирилган жисмоний тарбия тизимини жорий этганлар. Аслида, жисмоний маданиятнинг жамиятдаги мақсади фақат инсонпарварликка қаратилганлиги нафақат тарихий-илмий асарларда, шунингдек, диний манбаларда, хусусан, ҳадисларда ҳам ўз исботини топган [3-5].

Мутахассислар: Л.П.Матвеев, А.Д.Новиков, Б.А.Ашмарин, А.С.Холодов, Х.Т.Рафиев, А.Абдуллаев, Р.Абдумаликов ва бошқа кўплаб олимлар томонидан берилган таърифлар, соҳага оид луғатлар ва энциклопедиялардаги маълумотларга таяниб, жисмоний

маданият умумий маданиятнинг таркибий қисми ҳисобланиб, у жисмоний тарбия, спорт, спорт фаолияти, спорт мусобақалари, жисмоний тарбия ва спорт таълими, унинг воситалари, методлари, спорт иншоотлари, спорт жиҳозлари, жисмоний тарбия ва спорт тизими каби соҳага оид барча тушунчалар ва фаолият турларини қамраб олади, деган хулосага келиш мумкин [4]. Шунинг учун ҳам биз мазкур масала юзасидан олиб борадиган фикр-мулоҳазаларимизни жисмоний маданият атамаси орқали ёритишни лозим топдик. Ҳозирги жамятда аҳоли жисмоний маданият тизимининг асосий бўғини бўлиб, бу таълим тизими жисмоний маданият ҳисобланади. Ваҳоланки, деярли бутун дунёда болалар ва ёшлар амалдаги таълим тизимида ўқийди, тарбияланади, белгиланган босқичларни босиб ўтади ҳамда вояга етади. Бизнинг мамлакатимизда ҳам замонавий талаблар асосидаги таълим турлари йўлга қўйилган ва болалар ҳамда ёшларни тўлиқ қамраб олган. Таълимнинг турлари қуйидагилардан иборат: янги таҳрирдаги Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги қонунига кўра мактабгача таълим ва тарбия, умумий ўрта ва ўрта махсус таълим, профессионал таълим, олий таълим, олий таълимдан кейинги таълим, кадрларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш, мактабдан ташқари таълим. Ҳар бир таълим тури, босқичи, жисмоний маданияти ўзига хос мақсад ва вазифаларни амалга оширади. Жисмоний тарбиянинг мақсади инсоннинг болалик давридан бошлаб жисмоний камолотини шакллантириш, саломатлигини мустаҳкамлаш ва ишчанлик қобилиятини ошириш, жамятда соҳага оид барча йўналишларни жамят тараққиёти билан биргаликда ривожлантириб боришдан иборат [2].

Таълим тизимида жисмоний маданиятнинг мақсад-вазифаларини ўрганишда, баъзи мамлакатларнинг таълим тизимининг дастлабки босқичи бўлган мактабгача ва бошланғич синфлар жисмоний тарбияси тажрибалари ўрганилди. Жумладан, Россия федерациясида мактабгача ва бошланғич синфлар жисмоний маданияти қуйидаги мақсад-вазифаларни амалга оширади. Мактабгача ва кичик мактаб ёшидаги болалар жисмоний маданиятига қаратиладиган асосий жиҳатлар қуйидагилардан иборат:

- болаларнинг жисмоний машқларга ва соғлом турмуш тарзига ижобий ва фаол ёндашувини шакллантириш;
- жисмоний маданиятга онгли равишда қизиқиши ва соғлом турмуш тарзига ижобий ёндашувини шакллантириш;
- дастлабки ҳаракат кўникмаларини, ҳаракатлар координациясини, қадди-қоматни тўғри тутишни, турли спорт ўйинлари ва мусобақаларида иштирок этишга интилиш, уларнинг ташкилотчиси бўлиш ва белгиланган тартиб-қоидаларига амал қилиш одатларини шакллантириш;
- жисмоний машқлар ва турли ўйинлар жараёнида хавфсизлик қоидаларига амал қилишга доир дастлабки тушунчаларни шакллантиришдан иборат.

Адабиётлар

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 24 январдаги ПФ-5924-сонли “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармони // Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами. www.lex.uz.
2. Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги қарори 2020 йил 23.09
3. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш.Х. Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. Дарслик. – Т.: 2005, 245 б.
4. Аҳмедов Ф.К. Жисмоний таълимда миллий анъаналарнинг ўрни. Монография. – Т.: 105 бет
5. Гурьев С.В. Теория и методика физического воспитания с практикумом (детей дошкольного и младшего школьного возраста). Учебник. – М.: 2020, 211 с.

РЕЗЮМЕ
Мақолада жисмоний маданият фанининг таълим тизимидаги ўрни ва аҳамияти, уни ўқитиш орқали шахсни нафақат жисмоний жиҳатдан, балким ҳар томонлама баркамол этиб тарбиялашга йўналтирилган функцияларини ёритиб беришга қаратилган.

РЕЗЮМЕ
В статье раскрывается значение и место физической культуры в системе образования, воспитании личности не только физически но и всесторонне развитым.

Хитой Республикасида жисмоний тарбия тизимида мактабгача ёшдаги болаларни мактабга тайёрлашда қуйидагиларга асосий эътибор қаратилган:

- ёш хусусиятига кўра жисмоний ривожланишнинг асосий босқичи бўлган кейинги даврга тайёрлаш;
- боланинг ижтимоий сифатларини шакллантириш (қатъиятлилиқ, тўғрисўзлик, жавобгарлик ҳисси, ҳақиқатгўйлик, ўзаро ҳамкорлик қилиш в.б) жисмоний машқлар билан шуғулланишга қизиқишини ва фаол турмуш тарзини кечиришни шакллантириш;
- зарурий ҳаракат малакаларини ривожлантириш ва хавфсизлик қоидаларига риоя қилиш бўйича дастлабки тушунчаларни беришдан иборат.

Японияда жисмоний тарбия тизимида кичик мактаб ёшидаги болалар жисмоний тарбияси қуйидаги вазифаларни бажариши шарт, деб ҳисоблайди:

- зарурий ҳаракатларни ривожлантириш;
- ақлий ривожлантириш;
- атроф-муҳитга ва одамларга тўғри муносабатни шакллантириш;
- амалдаги жамоа тартиб-қоидаларига қатъий амал қилишга ўргатишдан иборат.

Финляндияда мактабгача ёшдагилар жисмоний тарбиясининг асосий вазифаси:

- болаларни асосий ва зарурий ҳаракат, малака, кўникмаларига мослаштириш, такомиллаштириш;
- болаларнинг жисмоний машқларга бўлган қизиқишларини ошириш;
- болаларда жисмоний тарбия ва спортга онгли ёндашувини шакллантиришдан иборат.

Хулоса. Мамлакатимизда ҳам мактабгача ва бошланғич таълим ёшидаги болаларнинг жисмоний маданиятининг ўзига хос мақсад-вазифалари мавжуд, аммо бу тизимни янада такомиллаштиришга қаратилган замонавий аниқ мақсад-вазифаларни белгилаб олиш зарурати мавжуд. Чунки мамлакатимизда таълим тизими тубдан ислоҳ этилиши натижасида мактабгача ёшдаги болалар таълим-тарбиясига қўйилаётган талаблар ҳам янгича бўлишни тақозо этмоқда. Албатта, такомиллаштирилган замонавий жисмоний маданиятни жорий этишда шу давргача орттирилган тажрибалар асосида шакллантирилиши ва ривожлантирилиши зарур.

Таълим тизимида жисмоний маданиятнинг кейинги босқичларида ҳам ўзига хос мақсад-вазифалари белгилаб берилган бўлиб, жисмоний тарбия узлуксиз равишда амалга оширилади (tizimning кейинги босқичларининг мақсад-вазифалари, муаммолари юзасидан алоҳида маълумотлар берилади). Мавжуд таълим тизими давомида жамятда ҳар томонлама баркамол шахсни тарбиялаш мақсад қилиб олинган. Шундай экан, жисмоний маданиятни ушбу тизимнинг ажралмас таркибий қисми сифатида қараш ва уни мунтазам равишда такомиллаштириб бориш зарур. Таълим тизимининг барча бўғинларида жисмоний маданиятга алоҳида фан сифатида қараш ва унинг узвийлигини таъминлаш орқали таълим-тарбияда кўзланган мақсадга эришиш мумкин.