

THE PRACTICAL SIGNIFICANCE OF THE USE OF NEW PEDAGOGICAL METHODS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN INCREASING THE PHYSICAL ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS (ON THE EXAMPLE OF THE GAME METHOD)

Sitora Elova,

Teacher of the Pedagogical Institute of Karshi State University

Annotation: Games and competitions are among the social events not limited to physical education and physical development. They emerged a long time ago and evolved at the same time as community culture. Different needs for personal development through games and competitions, physical and spiritual, interpersonal relationships, entertainment and recreation. They also perform a pedagogical function, i.e. they are excellent and important teaching tools. The article also discusses the practical significance of this method.

Keywords: Method, game, physical education, pedagogy, exercise, training

JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA YANGI PEDAGOGIK USULLARDAN FOYDALANISHNING BOSHLANG`ICH SINIF O`QUVCHILARI JISMONIY FAOLLIGINI OSHIRISHDAGI AMALIY AHAMIYATI (O`YIN METODI MISOLIDA)

Sitora Elova,

Qarshi davlat universitetining Pedagogika instituti o`qituvchisi

Annotatsiya: O'yinlar va musobaqalar jismoniy tarbiya va jismoniy rivojlanish sohasi bilan chegaralanmagan ijtimoiy hodisalar qatoriga kiradi. Ular uzoq vaqt oldin paydo bo'lgan va jamoat madaniyati bilan bir vaqtda rivojlangan. O'yinlar va musobaqalar yordamida shaxsiyatni rivojlantirishning turli ehtiyojlari, jismoniy va ma'naviy, shaxslararo aloqalar, o'yin-kulgi va dam olish ma'nosiga ega. Shuningdek, ular pedagogik funktsiyani bajaradilar, ya'ni ajoyib va muhim ta'lim vositalaridir. Maqolada ham ushbu metodning amaliy ahamiyati xaqida so`z yuritiladi, mulohaza qilinadi.

Kalit so`zlar: metod, o`yin, jismoniy tarbiya, pedagogika, mashq, mashg`ulot

Kirish

Boshqa fanlardan ko`ra jismoniy tarbiya mashg`ulotlarida o`yin metodining ahamiyati katta. Shunday ekan, o`yin metodi turli xil harakatlarni o'z ichiga oladi - yugurish va sakrashdan tortib, kurash va xatto janglargacha. Ba'zan bu usul bir turdagi oldindan kelishilgan aniq harakatlarga xosdir. O`yinli musobaqalarning hammasida ishtirokchilar o'rtasida raqobat sodir bo'ladi.

Darxaqiqat, o'yin bilan shug'ullanish erkinlik bilan ta'minlanadi. Ularning harakatlarining mustaqilligi kamdan-kam hollarda cheklangan. Aksincha, bu holatda tashabbuskorlik, mahorat va topqirlik darajasiga qo'yiladigan talablar bor. Har bir o'yinda vazifalarning ijodiy yechimlari, sahna ko'rinishing doimiy o'zgarishi va hikoyada yangi ma'lumotlarning paydo bo'lishi, qarorni tez va juda faol bo'lishiga olib keladi, bu jismoniy va aqliy qobiliyatlarni maksimal darajada safarbar etishga yordam beradi. O'yinda shaxslararo va guruhlararo munosabatlar modellashtirilgan bo'lib, ularning tabiati juda stresslidir. Bu harakatlarning aksariyati yuqori emotsionallik bilan ajralib turadi. Bunday tadbirlar alohida o'yinchilar va butun guruhlar o'rtasidagi hamkorlik (bir xil jamoaga tegishli) va raqobatga qaratilgan faol munosabatlarni modellashtirish va ko'paytirishga yordam beradi (biz juftliklar va jamoalardagi dushmanlar o'rtasidagi munosabatlar haqida gapiramiz). O'yin - qarama-qarshi manfaatlarning to'qnashuvi, o'ziga xos nizolarning

paydo bo'lish joyi va hal qilinishidir. Shu sababli, butun hissiy intensivlik juda yuqori darajada mavjud bo'lib, ishtirokchilarning barcha axloqiy fazilatlarini bilan namoyon bo'lishiga yordam beradi.

Adabiyotlar taxlili va metodikasi

Ma'lumotlarga e'tibor qaratilganda O'yinning xususiyatlari quyidagilardan iborat:

1. Shartli yoki tasavvurli hikoya (o'yin rejasi, reja). Bunday syujetda maqsadga erishish tasodifiy xususiyatga ega bo'lgan o'yin vaziyatining doimiy o'zgarishi sharoitida amalga oshirilishini taxmin qiladi.

2. Ssenariylar odatda ishtirokchilarni darhol o'rab turgan haqiqatdan kelib chiqadi.

O'yin syujeti jismoniy tarbiya ehtiyojlariga qaratilgan holda ataylab yaratilishi mumkin va o'yinchilarning o'zlari o'rtasidagi harakatlarning shartli sxemasi shaklida mavjud bo'lishi mumkin. Barcha zamonaviy sport o'yinlarining tabiati shunday.

3. Yana bir xarakterli xususiyat - maqsadga erishish mumkin bo'lgan usullarning xilma-xilligidir.

4. Afzalliklar (maqsadga erishish), odatda harakatlarning bitta varianti bilan bog'liq emas. Uning yo'llari har doim har xil va xilma-xildir, ya'ni ta'rifiga ko'ra, o'yin qoidalariga ruxsat berilgan.

5. Cheklangan o'yinlar, muayyan harakatlardan qat'i nazar, faqat umumiy harakat yo'nalishi.

O'yida raqobatning ahamiyati

Uning asosiy xususiyati - uyushgan raqobat nuqtai nazaridan kuchni umumiy maqsad - chempionlik uchun eng yuqori darajaga erishish uchun kurash bilan solishtirish qobiliyatidir. Shuningdek, o'yinlar, musobaqalar (musobaqalar) jamoat hayotining eng keng tarqalgan hodisalaridan biridir. Muhimi shundaki, bunday yo'l turli sohalarida faoliyatni tartibga solish va rag'batlantirishdir. Bu ishlab chiqarish jarayoni (ishchi raqobat), va san'at (festivallar va san'at tanlovlari tizimi) va, albatta, uning sport musobaqalari va chempionatlaridir. Ushbu shakllarning har biri aniq belgilangan o'ziga xos ma'noga ega.

Raqobat usulining o'ziga xos xususiyati - birlashtirishdir. Bu ustunlikka erishish uchun kurash vositalari va baholash natijalarini qo'llash usullarini qandaydir tartibga solishni anglatadi. Axir, natijalarni taqqoslash uchun tan olingan standart bo'lmasa, kuch va yutuqlarni taqqoslash mumkin emas.

Ba'zi hollarda birlashish jarayoni faqat ma'lum bir tor doiradagi raqobatchilarga (jamoat, sinf, guruh va boshqalar) ta'sir ko'rsatdi, ammo shunga qaramay, raqobat usulini qo'llash tamoyillari barcha sport turlarida mavjud.

Bu usulning zamirida raqobat jarayonini oqilona tashkil etish yotadi. Bunday holda, sportchi nafaqat raqiblar bilan to'qnashuvda, balki o'zini engib o'tishga va o'z ko'rsatkichlarini yoki oldingi natijalarini yaxshilashga intilib, o'z kuchlarini sinab ko'rishga xosdir. Boshlang'ich maktabda o'yin usulini jismoniy tarbiyaning barcha zamonaviy usullari orasida mavjud bo'lgan eng samarali yo'nalish deb hisoblash mumkin. Uni ishlatishning har qanday shakli har doim bolani o'ziga jalb qiladi. Ko'pgina mavjud shakllarning muvaffaqiyatli va malakali o'zgarishi jismoniy tarbiya vazifalarini to'liq va har tomonlama hal qilish imkonini beradi.

Mulohazava takliflar

Aslida o'yinlar -bolalar, ayniqsa, ushbu yosh guruhiga tegishli, harakatda o'z ifodasini topadigan hamma narsaga eng faol qiziqishdir. Biroq, ular hali ham jarayonni maydalash, aniq tanlash va jismoniy faoliyatning individual shakllarini tartibga solish. Bolalar tez charchaydilar, lekin tezda tiklanadi. Ko'pincha bolalarda monoton mashqlarni bajarish jarayonida kuchli charchoq paydo bo'ladi. Ularga o'xshash eng jozibali, ularni juda qisqa vaqt ichida egallash mumkin. Bu xususiyat o'yin usulining xususiyatlaridan biridir. Muammolar nisbatan qisqa vaqt ichida hal qilinadi va jismoniy kuchlarni to'liq safarbar qilishni nazarda tutadi.

Xulosa

O'yinlar raqobatbardosh usullar mashg'ulot darajasini samarali oshirishga va jismoniy fazilatlarini rivojlantirishga olib kelar ekan ularni qo'llagan holda, turli xil antologiyalar va darsliklarda o'yin modellarining o'quvchilar bilan o'z amaliy ishlarida berilgan mexanik xilma-xillikni ko'chirmaslikka harakat qilish lozim. Har qanday shakl vazifalar to'plamiga qarab o'zgartirilishi va ma'lum bir kasbga moslashtirilishi kerak.

Kichik yoshdagi o'quvchilar uchun jismoniy tarbiya darslari o'yin rejasiga o'yin usuli bilan bog'liq quyidagi shakllarni kiritish tavsiya etiladi:

2. Komik ishlar.
3. Ochiq havoda o'yinlar.
4. Tanlangan syujet bo'yicha darslarni tashkil etish.
5. Jismoniy mashqlar va o'yin jihozlaridan foydalanish.

Bunday shakllardan biri sxema bo'yicha trening bo'lishi mumkin, bu erda tugun nuqtalari har xil turdagi mashinalardir.

O'yin usuli - misol uchun mashqlar Kuch va tezlik, shuningdek, sakrash, estafeta poygasi, to'pdan foydalanish kabi ochiq o'yinlar va mashqlar yordamida o'rgatiladi. "Tezroq o'tish", "O'tish qalqon", "Eng yaxshi sakrash", "Estafeta", "Miqdoriy dastur" va boshqalar. Moslashuvchanlik "Muvozanatni saqlang", "Ko'prik ostidagi sayozlik", "To'lqin", "Ikkinchi estafeta", "Gimnastika tayoqchalari bilan poyga", "Poygada teg", "Chuqur, egiluvchan", o'yinlarda tarbiyalanadi. va boshqalar. Eng muhimi esa bolalar, o'quvchi-yoshlar turli o'yinlar o'ynashadi, tabiat go'zalligidan bahramand bo'ladi. Bunday tabiiy jarayonlarni insonlar harakatli o'yinlar mazmuniga ham ko'chirib olib, turli xil harakatlar bilan miriqib o'ynashadilar. Ayniqsa, "poda to'p", "chillik", "eshak mindi", "kalxat keldi", "kartoshka ekish", "baliq ovi", "qarmoq", "bayroq uchun kurash", "yelka urishtirish", "zuv-zuv", "bekinmashoq", "to'pli estafeta" va shunga o'xshash ko'p o'yinlar barcha kishilarning, ayniqsa bolalar va o'smirlarning sevimli mashg'ulolari bo'ladi. Chidamlilik darajasi quyidagi mobil o'yinlar yordamida oshiriladi: salokya, qaytish bilan estafeta poygalari, tezlikda to'pni aylantirish, "Bo'sh joy oling", "Ovchi", "Qaldirg'ochlar". Bularning barchasi va shunga o'xshash ko'plab mashqlar va o'yin faoliyatini amalga oshirish shakllarining tavsifini maxsus kitoblarda yoki Internetda topish mumkin. Shuning uchun murakkab pedagogik vazifani raqobat usuli yordamida hal qilish mumkin. Bu axloqiy va jismoniy tartiblilik fazilatlarini tarbiyalash, ko'nikma va qobiliyatlarni takomillashtirish, qiyin sharoitlarda ulardan oqilona foydalanishga ham tegishli. Boshqa usullar bilan solishtirganda, u inson tanasining jismoniy imkoniyatlariga maksimal talablarni qo'yadi, shuning uchun ular optimal rivojlanishga erishadilar.

Shu bilan birga, nafaqat ijobiy xarakterli xususiyatlarning rivojlanishi mumkin bo'lgan xavf haqida unutmasligimiz kerak. Doimiy raqobat muhiti ba'zan bema'nilik, xudbinlik va haddan tashqari shuhratparastlik kabi salbiy fazilatlarining kuchayishiga olib kelishi mumkin. Aynan chunki raqobatbardosh uslubni malakali va yuqori malakali o'qituvchilar rahbariyati bilan birlashtirish juda muhimdir.

Adabiyotlar ro'yihi:

1. "Jismoniy tarbiya" fanidan namunaviy dastur, Toshkent - 2005 - yil.
2. И.Азимов "Физиология человека", Ташкент - 1991 - yil. 7. Г.Азимов "Спорт физиологияси", Toshkent - 1993 - yil.
3. Брехман И.И. Валеология наука о здоровье, Москва - 1990.
4. Вилкин Я. "Организация работы по массовой физической культуре и спорта" Москва - 1995.
5. Efemenko A. "Gimnastika" Toshkent - 1980 - yil.
6. Ibn Sino «Tib qonunlari» Toshkent - 1999 - yil.
7. Кун Л. "Всеобщая история физической культуры и спорта" Москва — 1992.
8. Маркосян А. "Физиология", Москва - 1996.
9. Маслякова В. "Массовая физическая культура в ВУЗе"- Москва — 2001.
10. A.Normuradov "Milliy va harakatli o'yinlar" Toshkent - 2005 - yil.
11. A.Normuradov "Engil atletika" Toshkent - 2005 - yil.