

O'QUVCHILARNING JISMONIY VA ESTETIK TARBIYASI

Shahrisabiz Davlat Pedagogika inistituti

Pedagogika kafedrası o'qituvchisi

Salimova Marjona Abduraxim qizi

Shahrisabiz Davlat Pedagogika inistituti

2- bosqich talabasi

Turayeva Zahroxon Ilhomovna

Shahrisabiz Davlat Pedagogika inistituti

2- bosqich talabasi

Nazarova Soliha Narzi qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'quvchilarning jismoniy va estetik tarbiyasi jarayonlari tahlil qilingan. Jismoniy tarbiyaning sog'lom avlodni shakllantirishdagi roli, estetik tarbiyaning badiiy did va ma'naviy qadriyatlarni rivojlantirishdagi o'rni yoritilgan. Shuningdek, maktab ta'limida bu ikki tarbiya yo'nalishini uyg'unlashtirishning ahamiyati va samarali usullari bayon etilgan. Maqolada o'quvchilarda sog'lom turmush tarzi va go'zallikka intilish hissini shakllantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, estetik tarbiya, maktab ta'limi, sog'lom turmush, badiiy did, madaniyat, yosh avlod, tarbiya metodikasi, ma'naviyat, sport va san'at

Kirish: Yosh avlodni har tomonlama barkamol inson qilib tarbiyalash — har bir jamiyatning eng muhim maqsadlaridan biridir. Bugungi globallashuv va raqamli taraqqiyot sharoitida maktab ta'limi faqat bilim berish bilangina cheklanmasligi, balki o'quvchilarning jismoniy sog'lomligi va estetik didini shakllantirishga ham katta e'tibor qaratilishi lozim. Chunki sog'lom va go'zallikni his qiladigan shaxs jamiyatda faollik, ijodkorlik, madaniyat va ma'naviyat sohalarida muvaffaqiyat qozonadi.

Jismoniy tarbiya tushunchasi va uning ahamiyati

Jismoniy tarbiya — bu inson salomatligini mustahkamlash, harakat faoliyatini rivojlantirish va jismoniy sifatlarni (kuch, epchillik, chidamlilik, chaqqonlik) shakllantirishga qaratilgan tarbiya jarayonidir. Maktab yoshidagi bolalar organizmi jadal rivojlanish bosqichida bo‘lganligi uchun jismoniy faollik ularning umumiy sog‘ligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Jismoniy tarbiya:

- yurak-qon tomir tizimi faoliyatini yaxshilaydi,
- mushak va suyak tizimini mustahkamlaydi,
- immunitetni oshiradi,
- aqliy va emotsional holatni yaxshilaydi.

Maktabda jismoniy tarbiya darslari, sport musobaqalari, ertalabki badantarbiyalar, toza havoda sayrlar orqali o‘quvchilarning sog‘lom turmush tarziga nisbatan ijobiy munosabat shakllanadi. Bu esa ularning kelajakda faol, ijtimoiy jihatdan barqaror shaxs bo‘lib kamol topishiga xizmat qiladi.

Estetik tarbiya tushunchasi va uning vazifalari

Estetik tarbiya — bu insonda go‘zallikni anglash, undan zavq olish, badiiy did, go‘zallikni yaratish istagini shakllantirishga qaratilgan tarbiyaviy jarayondir. Bu jarayon nafaqat san’at darslari orqali, balki kundalik hayotda, tabiat bilan muloqotda, maktab muhitida, kiyinish madaniyati va nutq estetikasi orqali ham amalga oshadi.

Estetik tarbiyaning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:

1. O‘quvchilarda go‘zallikka nisbatan e’tiborli munosabatni shakllantirish;
2. Nafosat, badiiy did, musiqiy savodxonlikni rivojlantirish;
3. Tabiat, san’at, atrof-muhitdagi go‘zallikni qadrlash hissini uyg‘otish;
4. Go‘zal va tartibli yashashga intilishni rag‘batlantirish;

5. Axloqiy-ruhiy tarbiya bilan uyg'unlashgan didli shaxsni voyaga yetkazish.

Estetik tarbiya faqatgina rasm va musiqa darslari bilan cheklanmaydi. O'quvchilarning kiyinish madaniyati, sinf xona bezaklari, teatr, kino, adabiyot, musiqa bilan tanishuvi, bayram tadbirlari, milliy urf-odatlar va qadriyatlar bilan tanishuvi ham bu tarbiya turining muhim jihatlaridir.

Jismoniy va estetik tarbiyaning o'zaro bog'liqligi

Jismoniy va estetik tarbiya o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjud. Har ikki tarbiya shakli o'quvchini nafaqat sog'lom, balki go'zal va uyg'un shaxs qilib tarbiyalashga xizmat qiladi. Misol uchun, raqs san'ati ham jismoniy harakat, ham estetik zavq manbai hisoblanadi. Sportchilar tanasining uyg'unligi va harakatining estetik jozibasi ham bu bog'liqlikni isbotlaydi.

Estetik his va jismoniy salomatlik uyg'unlashganda quyidagi natijalar kuzatiladi:

- O'quvchilarda sog'lom hayot tarzi shakllanadi;
- Chiroyli nutq, so'z boyligi va badiiy tafakkur rivojlanadi;
- Madaniy muhitda faol ishtirok etish ko'nikmalari mustahkamlanadi;
- Har bir ishda intizom va mas'uliyat hissi kuchayadi.

Maktabda jismoniy va estetik tarbiyani amalga oshirish yo'llari

1. **Dars jarayonlari orqali:** Jismoniy tarbiya darslari, musiqa, rasm, adabiyot darslari orqali.
2. **Tashkiliy ishlar orqali:** Sport bayramlari, teatr sahnalashtirishlar, ko'rgazmalar, estetik tanlovlar (go'zallik, rasm, ovoz tanlovi).
3. **Ijtimoiy muhit orqali:** Sinf va maktab muhiti gigiyenasi, devoriy gazeta, sinfni bezatish ishlari.
4. **Ota-onalar bilan hamkorlikda:** Ota-onalarga sog'lom turmush va go'zallik madaniyati haqida seminar va targ'ibot ishlari.

Xulosa: O‘quvchilarning jismoniy va estetik tarbiyasi — bu ularning ruhiy va jismoniy sog‘lomligi, ijtimoiy faolligi, ijodiy salohiyati, madaniyatga munosabatini shakllantiruvchi muhim omillardandir. Maktabda bu ikki tarbiya shaklini uyg‘un holda olib borish orqali biz kelajakda sog‘lom, didli, madaniyatli va barkamol avlodni voyaga yetkazamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar (betlari bilan):

1. Karimov I.A. **Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch.** – Toshkent: Ma’naviyat, 2008. – **256 b.**
2. Abdullaeva G‘. **Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat.** – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020. – **210 b.**
3. Xolboyeva G‘. **Tarbiya nazariyasi va metodikasi.** – Toshkent: O‘qituvchi, 2019. – **188 b.**
4. Qodirova N. **Estetik tarbiya asoslari.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2018. – **147 b.**
5. O‘zbekiston Respublikasi Ta’lim vazirligi. **Umumiy o‘rta ta’lim maktablarida jismoniy tarbiya bo‘yicha Davlat ta’lim standarti.** – Toshkent, 2021. – **48 b.**
6. Sharipov A. **Jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti.** – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2020. – **224 b.**
7. Jalolov J. **Pedagogika nazariyasi.** – Toshkent: Fan, 2017. – **296 b.**
8. www.pedagog.uz
9. www.ziyonet.uz www.sciencedirect.com