

BOSHLANG'ICH SINFLARDA SPORT TADBIRLARINING AHAMIYATI

Yo'ldasheva Naimaxon Ubaydullo qizi

Qo'qon universiteti Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi

2-bosqich talabasi

Tel: +998 88 820 24 40

naimaxonyoldosheva61@gmail.com

Annotatsiya: Bolalik davri inson hayotining eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda bolaning jismoniy, aqliy va ma'naviy rivojlanishi boshlanadi. Bolalar uchun mo'ljallangan ta'lim muhitida nafaqat bilim olish, balki turli ko'nikmalarni egallash, ijtimoiylashish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni boshlanadi. Boshlang'ich sinflar esa bolalar uchun ta'lim oladigan birinchi muhit bo'lib, u yerda ular o'zining birinchi qadamlarini qo'yadilar. Shu nuqtai nazardan, boshlang'ich sinflarda sport tadbirlarining o'rni beqiyosdir. Sport tadbirlari bolalarning jismoniy salomatligini mustahkamlash, ularni jamoaviy ishlashga o'rgatish, shuningdek, ularning ruhiy holatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar: sport, boshlang'ich sinflar, ta'lim, jismoniy tarbiya, mashqlar, salomatlik, ko'nikma.

Аннотация: Детство — один из важнейших этапов жизни человека. Именно в этот период начинается физическое, умственное и духовное развитие ребенка. В образовательной среде, предназначенной для детей, начинается процесс не только получения знаний, но и приобретения различных навыков, социализации и формирования здорового образа жизни. Начальные классы являются первой образовательной средой для детей, где они делают свои первые шаги. С этой точки зрения роль спортивных мероприятий в начальных классах неопределима. Спортивные мероприятия играют важную роль в укреплении физического здоровья детей, обучении их командной работе, а также улучшении их психического состояния.

Ключевые слова: спорт, начальные классы, образование, физическое воспитание, упражнения, здоровье, навыки.

Abstract: Childhood is one of the most important stages of human life. It is during this period that the physical, mental and spiritual development of the child begins. In the educational environment designed for children, the process of not only acquiring knowledge, but also acquiring various skills, socialization and forming a healthy lifestyle begins. Primary grades are the first educational environment for children, where they take their first steps. From this point of view, the role of sports events in primary grades is invaluable. Sports events play an important role in

strengthening the physical health of children, teaching them teamwork, and also improving their mental state.

Keywords: sports, primary grades, education, physical education, exercises, health, skills.

KIRISH

Jismoniy rivojlanish inson hayotidagi eng asosiy jarayonlardan biridir. Boshlang'ich sinf o'quvchilari hali o'sish jarayonida bo'lib, ularning suyak va mushak tizimi hali to'liq shakllanmagan bo'ladi. Shu sababli, ular uchun mo'ljallangan sport mashg'ulotlari va tadbirlari mushaklarning kuchayishi, suyaklarning mustahkamlanishi va umuman jismoniy salomatlikni yaxshilashga xizmat qiladi. Sport bilan shug'ullanish bolalarda chidamlilik, tezlik, muvozanat va koordinatsiya kabi ko'nikmalarni rivojlantiradi. Bu esa nafaqat sportda, balki kundalik hayotda ham o'zini qulay va ishonchli his qilishga yordam beradi. Jismoniy faollik bolalarning immun tizimini mustahkamlaydi, ularni turli kasalliklardan himoya qiladi va sog'lom o'sishga turtki bo'ladi. Sport tadbirlari bolalarning aqliy salomatligiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy faollik miyadagi qon aylanishini yaxshilaydi, bu esa o'quvchilarning diqqatini jamlash, eslab qolish va fikrlash qobiliyatlarini oshirishga yordam beradi. Shu bilan birga, sport orqali bolalar o'z-o'zini boshqarish, sabr-toqat va intizom kabi fazilatlarni o'rganadilar. Bu fazilatlar esa ta'lim jarayonida va hayotda muvaffaqiyat qozonish uchun zarurdir. Sport tadbirlari bolalarning stress va bezovtalik darajasini kamaytiradi, ularni yanada baxtiyor va ijobiy ruhda bo'lishga rag'batlantiradi. Shu sababli, sport faolligi bolaning ruhiy holatini barqarorlashtirishda va uning o'zini yaxshi his qilishida muhim omil hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA TADQIQOT METODOLOGIYASI

Boshlang'ich sinflarda sport tadbirlari ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishda ham muhim rol o'ynaydi. Jamoaviy sport o'yinlari bolalarga birgalikda ishlash, o'zaro hurmat qilish, raqibni qadrlash va guruh a'zolari bilan samarali muloqot qilishni o'rgatadi. Bu ko'nikmalar esa o'quvchilarning maktabdagi va undan tashqari hayotdagi muvaffaqiyatlari uchun poydevor bo'ladi. Sport tadbirlari orqali bolalar o'zaro do'stlik rishtalarini mustahkamlashadi, jamoada o'z o'rnini topishadi va ijtimoiy muhitda o'zini qulay his qilishadi. Shu bilan birga, sport bolalarga o'zaro yordam berish, rahbarlik qilish va mas'uliyatni his qilish kabi muhim fazilatlarni ham o'rgatadi. Boshlang'ich sinflarda sport tadbirlarini tashkil etish o'qituvchilar va ota-onalar uchun ham katta ahamiyatga ega. O'qituvchilar sport orqali bolalarning qiziqishlarini uyg'otish, ularni faol ishtirok etishga undash va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Ota-onalar esa farzandlarining jismoniy rivojlanishini kuzatib borish, ularning sog'lig'ini qo'llab-quvvatlash va sportga bo'lgan muhabbatini oshirishda faol ishtirok etadilar. Shu bilan birga, sport tadbirlari ota-onalar va o'qituvchilar o'rtasida hamkorlikni mustahkamlashga xizmat qiladi. Bu

hamkorlik bolalarning ta'lim va tarbiya jarayonini yanada samarali qilishga yordam beradi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Zamonaviy dunyoda texnologiyalar rivojlanib, bolalar ko'proq ekran oldida vaqt o'tkazishga moyil bo'lmoqda. Bu esa ularning jismoniy faolligining kamayishiga olib kelmoqda. Boshlang'ich sinflarda sport tadbirlarini muntazam tashkil etish bolalarni harakatga undash, ularni sog'lom turmush tarziga yo'naltirish uchun zarurdir. Sport tadbirlari bolalarning o'z-o'zini anglashini rivojlantiradi, ularda o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni oshiradi va ularga yangi maqsadlar qo'yishga yordam beradi. Bu esa ularning kelajakda sog'lom va faol shaxs bo'lib yetishishiga xizmat qiladi. Shuningdek, sport tadbirlari bolalarning madaniy va axloqiy tarbiyasida ham muhim rol o'ynaydi. Sport orqali bolalar halollik, adolat, do'stlik, jasorat va mehnatsevarlik kabi qadriyatlarni o'rganadilar. Bu qadriyatlar ularning shaxs sifatida yetilishiga, jamiyatda o'z o'rnini topishiga yordam beradi. Boshlang'ich sinflarda sport tadbirlari bolalarning shaxsiyati va ijtimoiy faolligini rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu tarzda, sport bolalarni nafaqat jismoniy, balki ma'naviy jihatdan ham boyitadi. Sport tadbirlari orqali bolalar o'zining qobiliyatlarini kashf etadilar, o'zlarini sinab ko'radilar va yangi cho'qqilarni zabt etishga intiladilar. Bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi va ruhiy holatini yaxshilaydi. Boshlang'ich sinflarda sport tadbirlari bolalarning ijodiy fikrlashini rivojlantirishga ham yordam beradi, chunki sport jarayonida ular turli vaziyatlarga moslashishni o'rganadilar va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini egallaydilar. Shu bilan birga, sport bolalarning vaqtni to'g'ri taqsimlash, o'z maqsadlariga erishish uchun reja tuzish kabi ko'nikmalarini ham rivojlantiradi. Sport bolalar tarbiyasida juda muhim o'rin tutadi va uning ijtimoiy rivojlanishga ta'siri juda katta. Sport orqali shakllanadigan ijtimoiy ko'nikmalar bolaning jamiyatdagi o'rnini mustahkamlash, boshqalar bilan munosabatlarni yaxshilash va kelajakda muvaffaqiyatli shaxs bo'lib yetishishida muhim ahamiyat kasb etadi. Bolalar sport bilan shug'ullanganda, ular nafaqat jismoniy salomatlikni mustahkamlaydilar, balki jamiyatda yashash uchun zarur bo'lgan ko'plab ijtimoiy ko'nikmalarni ham egallaydilar.[1]

Sport bolalarda jamoada ishlash ko'nikmasini rivojlantirishga yordam beradi. Jamoaviy o'yinlar davomida har bir bola o'z vazifasini anglab, guruhdagi o'rnini tushunadi. Bu jarayonda ular bir-biriga yordam berishni, birgalikda muammolarni hal qilishni, umumiy maqsad sari harakat qilishni o'rganadilar. Jamoada ishlash ko'nikmasi nafaqat sport maydonida, balki maktabda, oilada va kelajakdagi ish joylarida ham juda muhimdir. Sport bolalarga o'zaro ishonchni shakllantirishga yordam beradi, chunki jamoa a'zolari bir-biriga tayanib, birgalikda muvaffaqiyatga erishadilar. Hurmat qilish va hurmat qilinish tushunchalari ham sport orqali bolalarda chuqur shakllanadi. Sportda raqibni hurmat qilish, uning mehnatini qadrlash, g'alaba va mag'lubiyatni odilona qabul qilish kabi qadriyatlar bolalarda shakllanadi. Bu

ko'nikmalar ularni hayotning boshqa sohalarida ham qo'llashga yordam beradi. Hurmat va odillik tuyg'usi bolalarni boshqalar bilan yaxshi munosabatda bo'lishga, nizolarni tinch yo'l bilan hal qilishga o'rgatadi. Sport bolalarda muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi. Jamoaviy o'yinlar davomida bolalar o'z fikrlarini aniq ifodalashni, boshqalarni tinglashni va birgalikda qaror qabul qilishni o'rganadilar. Samarali muloqot ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan ko'nikmadir. Shu bilan birga, sport bolalarda boshqalar bilan hamkorlik qilishni, jamoa ichida o'z o'rnini topishni o'rgatadi. Bu ko'nikmalar bolalarni kelajakda ham yaxshi jamoa a'zosi bo'lishga tayyorlaydi.[2]

Do'stlik rishtalari sport orqali yanada mustahkamlanadi. Jamoaviy mashg'ulotlar va musobaqalar bolalar orasida do'stlik va ishonchni oshiradi. Bolalar birga vaqt o'tkazib, bir-birining zaif va kuchli tomonlarini tushunib yetadilar. Bu esa ularning o'zaro munosabatlarini chuqurlashtiradi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini yaratadi. Do'stlik va ishonch bolalarning ruhiy salomatligini yaxshilashda ham muhim rol o'ynaydi. Rahbarlik va mas'uliyat hissi ham sport orqali bolalarda rivojlanadi. Jamoada har bir bola o'z vazifasini bajarishda mas'uliyatni his qiladi, ba'zida esa jamoani boshqarish vazifasini ham oladi. Bu esa bolalarni rahbarlik ko'nikmalariga o'rgatadi, ularni qaror qabul qilish va boshqalarni rag'batlantirishga tayyorlaydi. Mas'uliyat hissi bolalarni o'z harakatlari uchun javobgarlikni o'z zimmasiga olishga o'rgatadi, bu esa ularning shaxsiy va ijtimoiy hayotida muhimdir. Adolat va halollik qadriyatlari sportda alohida ahamiyatga ega. Sport qoidalariga rioya qilish, o'yin davomida halol bo'lish bolalarda bu qadriyatlarni shakllantiradi. Bolalar g'alaba uchun har qanday yo'lni tanlamaslik, o'z kuchi va mahorati bilan yutishga intilish kerakligini tushunadilar. Bu esa ularni hayotda ham halol va adolatli bo'lishga o'rgatadi. Adolat va halollik ijtimoiy munosabatlarda ishonchni mustahkamlashga yordam beradi. Sabrlilik va intizom sport orqali bolalarda chuqur rivojlanadi. Sport mashg'ulotlari va musobaqalar davomida sabr-toqatli bo'lish, o'z maqsadiga erishish uchun muntazam ravishda harakat qilish kerakligini o'rganadilar. Intizom esa sportchilarga o'z vaqtini to'g'ri taqsimlash, mashg'ulotlarga muntazam qatnashish va o'z maqsadlariga sodiq qolish imkonini beradi. Bu ko'nikmalar bolalarning o'z hayotini boshqarishida, maqsad sari qat'iyat bilan intilishida muhim ahamiyatga ega.[3]

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinflarda sport tadbirlarining ahamiyati juda katta va ko'p qirrali. Ular bolalarning jismoniy salomatligini mustahkamlash, aqliy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirish, shuningdek, axloqiy va madaniy tarbiyasini yaxshilashda muhim vosita hisoblanadi. Sport tadbirlari bolalarni sog'lom turmush tarziga yo'naltiradi, ularning o'z-o'zini anglashini oshiradi va jamiyatda faol, mas'uliyatli shaxslar bo'lib yetishishiga yordam beradi. Shu bois boshlang'ich sinflarda sport tadbirlarini muntazam va samarali

tashkil etish nafaqat ta'lim jarayonining, balki bolaning butun hayotining muvaffaqiyatli bo'lishi uchun zarurdir. Sport bolalar hayotidagi muhim omil bo'lib, ularning kelajakda sog'lom, baxtiyor va faol insonlar bo'lib yetishishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Yoqubova D.M., Dusanov N.E. (2023) — "Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya va sportning o'quv jarayonidagi o'rni". Toshkent, "O'qituvchi" nashriyoti.
2. Xolmatov S.B. (2022) — "Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sport tadbirlarining roli". Samarqand, "Fan va Ta'lim" nashriyoti.
3. Abdullayeva N.R. (2024) — "Jismoniy tarbiya va sportning boshlang'ich ta'limdagi metodikasi". Toshkent, "Ilm Ziya" nashriyoti.
4. Tursunov M.A. (2023) — "Boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy faollikni oshirishda sport tadbirlarining ahamiyati". Buxoro, "Ma'naviyat" nashriyoti.
5. Karimova D.S. (2024) — "Boshlang'ich sinflarda sport o'yinlari va ularning ta'limdagi o'rni". Toshkent, "Yangi Avlod" nashriyoti.
6. Rasulov B.T. (2023) — "Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish". Namangan, "Ilmiy Nashr" nashriyoti.
7. Mirzaev O.J. (2021) — "Boshlang'ich ta'limda sport tadbirlarining pedagogik ahamiyati". Toshkent, "O'zbekiston Ta'lim" nashriyoti.