BOSHLANG‘ICH SINFLARDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI SAMARALI TASHKIL QILISHNING KLASTER MODULINI ISHLAB CHIQISH

Umaraliyev Dadaxon Usmonqul o‘g‘li, GulDPI jismoniy madaniyat nazaryasi kafedrasi o‘qituvchisi
e-mail: dadaxonumaraliyev24@gmail.com
Saidmurodova Shohida Xabibjon qizi, GulDPI “Pedagogika” fakulteti Jismoniy madanyat yo‘nalishi talabasi
e-mail: saidmurodovashohida34@gmail.com

Annotatsiya. Boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslari o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishini ta’minlash, ularni sog‘lom turmush tarziga o‘rgatish va jismoniy faollikka rag‘batlantirishda katta ahamiyatga ega. Ushbu darslar nafaqat jismoniy mashqlarni bajarishga, balki bolaning emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil qilish uchun innovatsion yondashuvlar va metodlarni ishlab chiqish zarur.

Kalit so‘zlar: Jismoniy tarbiya, klaster moduli, kreativlik, kamolot, sog‘lom turmush, motivatsiya;

РАЗРАБОТКА КЛАСТЕРНОГО МОДУЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ

Аннотация. Занятия физической культурой в начальных классах имеют большое значение в обеспечении физического развития учащихся, приучении их к здоровому образу жизни и поощрении физической активности. Эти занятия положительно влияют не только на выполнение физических упражнений, но и на эмоциональное и социальное развитие ребенка. Поэтому необходима разработка инновационных подходов и методов эффективной организации уроков физического воспитания в начальных классах.

Ключевые слова: Физическое воспитание, кластерный модуль, креативность, зрелость, здоровый образ жизни, мотивация;

DEVELOPMENT OF A CLUSTER MODULE OF EFFECTIVE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION LESSONS IN PRIMARY CLASSES

Abstract. Physical education classes in primary grades are of great importance in ensuring the physical development of students, teaching them a healthy lifestyle and encouraging physical activity. These classes have a positive effect not only on the performance of physical exercises, but also on the emotional and social development of the child. Therefore, it is necessary to develop innovative approaches and methods for the effective organization of physical education lessons in primary classes.

Key words: Physical education, cluster module, creativity, maturity, healthy life, motivation;

Kirish. Jismoniy tarbiya – insonni jismoniy kamolotga erishishga yo‘naltirilgan pedagogik jarayondir. Jismoniy madaniyat jarayonida aqliy, axloqiy, estetik tarbiya va mehnat tarbiyasi amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiya nazariyasi ijtimoiy, tabiiy va pedagogik fanlar bilan bog‘liq.

Jismoniy tarbiya nazariyasi va metoditkasi bu - inson jismoniy kamolotini boshqarishning umumiy qonuniyatlari haqidagi fandir. Ushbu fanni egallash jismoniy tarbiyaning barcha bo‘g‘inlariga tegishli masalalarni hal qilishga to‘g‘ri yondashish imkonini beradi. Jismoniy kamolot - har tomonlama rivojlanishning va odamda harakat qilishga tayyor turishning tarixiy vujudga kelgan darajasi bo‘lib, ishlab chiqarish, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish va sharoitga moslashish imkoniyatini, yuksak ish qobiliyatini va hayotiy muhim funksiyalarining normal o‘sishini ta’minlaydi. Shu bilan birga, har qanday tashqi muhit sharoitida jismoniy va aqliy ish qobiliyatini, katta masshtabdagi harakat ko‘nikmalarini va tana shaklini garmonik rivojlantirishdan iborat.

Tadqiqot metodologiyasi. Jismoniy tarbiya fanining asosiy maqsadi, o‘quvchilarning jismonan sog‘lom, baquvvat bo‘lishlari bilan birga Vatan mudofaasiga, hayotga va mehnatga tayyorlashdir. Bu maqsad mamlakatimizda kishilaming jismoniy tarbiyasini amalga oshiruvchi hamma muassasa va tashkilotlar uchun yagonadir. Umumiy o‘rta ta’lim maktablari jismoniy tarbiya darslarida yuqorida ta’kidlab o‘tilgan maqsadlar asosida asosiy uchta vazifa hal etiladi. Jumladan, ta’limiy, tarbiyaviy, sog‘lomlashtiruvchi [1].

Mazkur maqolada boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil qilish uchun klaster moduli asosida ishlab chiqilgan yangi yondashuvlar tahlil qilinadi.

Tahlil va natijalar. Klaster moduli tushunchasi. Klaster moduli – bu o‘quvchilarni bir-biri bilan hamkorlikda ishlashga, o‘zaro tajriba almashish va muammolarni hal qilishga yo‘naltirilgan o‘quv jarayonini tashkil etishning samarali usulidir. Klaster metodikasi o‘quvchilarni kichik guruhlarga ajratish orqali darslarni tashkil qilish, o‘zaro faoliyatni rag‘batlantirish va o‘qitishning individual yondashuvlarini qo‘llashni o‘z ichiga oladi.

Klaster moduli o‘quvchilarni jismoniy faollikka, sog‘lom turmush tarziga va jamiyatda o‘z o‘rnini topishga tayyorlash uchun juda foydalidir. Ushbu metodika o‘quvchilarni o‘ylashga, o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishga va muammolarni hal qilishga o‘rgatadi, shuningdek, ularning ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Boshlang‘ich sinflarda klaster moduli asosida jismoniy tarbiya darslarini tashkil etish.

1. Klaster asosida o‘quvchilarni guruhlarga ajratish. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari odatda ko‘p energiyaga ega va o‘zaro muloqot qilishni yaxshi ko‘rishadi. Shu bois, darslarni klaster metodikasi asosida tashkil qilish, o‘quvchilarga o‘zaro ishlash imkoniyatini beradi. Dars jarayonida o‘quvchilarni kichik guruhlarga ajratib, har bir guruhga turli topshiriqlar berish mumkin. Masalan, jismoniy mashqlarni bajarish, o‘yinlarni tashkil qilish yoki sport faoliyatini rejalashtirish bo‘yicha guruhlar shakllantiriladi.

2. Jismoniy faollik va kreativlikni oshirish. Klaster moduli o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularning kreativ fikrlash qobiliyatlarini ham rivojlantiradi. Jismoniy tarbiya darslarida o‘quvchilarni ijodiy yondashuvga undash, turli xil o‘yinlar, musobaqalar va jismoniy faoliyatlarni o‘ylab topish imkonini yaratish orqali ularning kreativligini oshirish mumkin. Masalan, “Jismoniy tarbiya festivali” kabi musobaqalar tashkil etib, o‘quvchilarni o‘zaro bahs-munozara qilishga undash, yangi g‘oyalar bilan chiqishga imkon yaratish samarali bo‘ladi.

3. O‘qituvchining roli. Klaster moduli asosida o‘qituvchi o‘quvchilarning rahbarligi va yo‘naltirishiga e’tibor qaratadi. O‘qituvchi, avvalo, guruhlarga tushuncha berishi, topshiriqlarni aniq ifodalashi va o‘quvchilarning faoliyatini kuzatishi kerak. O‘quvchilarga o‘z fikrlarini erkin ifoda etish imkonini yaratish hamda guruhlar orasidagi aloqalarni qo‘llab-quvvatlash muhimdir. Shu bilan birga, o‘qituvchi o‘quvchilarni jismoniy faoliyatda rag‘batlantirib, ular orasidagi hamkorlikni rivojlantirish uchun doimiy qo‘llab-quvvatlashni ta’minlashi zarur.

4. Jismoniy va ruhiy rivojlanishni birlashtirish [2].

Klaster moduli jismoniy tarbiya darslarida jismoniy va ruhiy rivojlanishni birlashtirish imkonini beradi. Jismoniy mashqlar, sport o‘yinlari va jismoniy faoliyat bilan birga, o‘quvchilarga psixologik jihatdan ham o‘zini rivojlantirish uchun imkoniyatlar yaratish zarur. Masalan, o‘quvchilarga hamjihatlikni, rahbarlikni va guruhda ishlashni o‘rgatish, o‘zaro yordam va qo‘llab-quvvatlashni ta’minlash orqali jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil qilish mumkin.

Klaster metodikasi asosida jismoniy tarbiya darslarining afzalliklari

- Hamkorlik va jamoaviy ishlash: Klaster metodikasi o‘quvchilarga jamoaviy ish olib borishni, o‘zaro yordamni va guruhda ishlashni o‘rgatadi. Bu ularning ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantiradi va o‘zaro hurmatni shakllantiradi.

- Motivatsiya va ishtirok: Klaster metodikasi o‘quvchilarni faol ishtirok etishga undaydi. Har bir guruh o‘z topshirig‘iga mas’uliyat bilan yondashadi, bu esa umumiy dars jarayonida o‘quvchilarning motivatsiyasini oshiradi.

- Individual yondashuv: Guruhlar bilan ishlash o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish imkoniyatini beradi. O‘qituvchi har bir o‘quvchining ehtiyojlari va qobiliyatlariga mos ravishda yondashishi mumkin.

- Yangi g‘oyalar va ijodkorlik: Klaster metodikasi o‘quvchilarga yangi g‘oyalarni ishlab chiqish va ijodiy ishlash imkonini yaratadi. Bu o‘quvchilarning kreativligini oshiradi va ularni yangi muammolarni hal qilishga tayyorlaydi.

Boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarining mazmuni.

Boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslari yoshga mos va qiziqarli bo‘lishi lozim. O‘quvchilarni jismoniy tarbiya bilan tanishtirish, ular uchun nafaqat foydali, balki zavqli bo‘lishi kerak. Quyidagi asosiy faoliyatlar va mashqlar bolalar uchun samarali bo‘lishi mumkin:

1-jadval

Yengil atletika	Yugurish, sakrash va boshqa oddiy atletik mashqlar bolalar organizmini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Ular jismoniy chidamlilikni oshirishga yordam beradi va bolalar uchun eng qulay bo‘lgan mashqlar hisoblanadi.
Basketbol	O‘yinlar bolalarning ruhiy va jismoniy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlaydi. Bolalar o‘zaro raqobatlashib, bir-birlarini qo‘llab-quvvatlashni o‘rganadilar. Bu o‘yinlar koordinatsiyani, tezkorlikni va jamoaviy ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.
Tana mashqlari	O‘quvchilarni mushaklarining rivojlanishiga e'tibor qaratadigan mashqlar, masalan, burilishlar, egilishlar, yengil tortishlar va boshqa harakatlar, bolalarning tanaviy sog‘lig‘ini yaxshilashga yordam beradi.
Tanaga moslashgan o‘yinlar	Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun moslashtirilgan sport turlari, masalan, mini-futbol, mini-basketbol yoki mini-volleybol o‘ynash, ular uchun samarali bo‘ladi. Bu o‘yinlar o‘quvchilarning ijtimoiy faoliyatini oshiradi va ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Xulosa. Boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil qilish uchun klaster metodikasi juda foydali yondashuvdir. Bu metodika o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularning ijtimoiy, emotsional va intelektual rivojlanishiga ham hissa qo‘shadi. Klaster moduli asosida tashkil etilgan jismoniy tarbiya darslari o‘quvchilarga nafaqat sog‘lom turmush tarzini o‘rgatadi, balki ularni jamoaviy ishlashga, kreativ fikrlashga va muammolarni hal qilishga tayyorlaydi. Shuning uchun, boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini klaster metodikasi asosida samarali tashkil etish o‘quvchilarning har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun juda muhim bo‘lib, ularning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Boshlang‘ich sinflarda o‘qitiladigan jismoniy tarbiya darslari o‘quvchilarni faollikka, sog‘lom turmush tarziga, jamoaviy ishlashga va o‘zlarini rivojlantirishga yo‘naltirishi kerak. Bu

jarayonning samarali bo‘lishi uchun darslar qiziqarli va moslashgan bo‘lishi lozim. Shunday qilib, boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya nafaqat bolalarning sog‘lig‘ini, balki ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlashga yordam beradi.O‘sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy va ma’naviy salomatligini shakllantirish, sog‘lom turmush tarziga intilish va sportga mehr-muhabbatni singdirish borasida shart-sharoitlar yaratib berish, bolalar ommaviy sportini qishloq joylarda rivojlantirishga alohida e’tibor berish, vatanga sadoqatli, kelajakka ishonchi bor, barkamol avlod tarbiyalash, bolalar orasida iste’dodli sportchilarni tanlab olish va ularning qobiliyatini rivojlantirishga ko‘mak berish maqsadida jismonan baquvvat bo‘lishini yanada rivojlantirishda muhim omil bo‘lmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Axmedov F.Q. Atamurodov Sh. O‘. “Boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya”. Uslubiy qo‘llanma. 2013.

2. Ziyadov A. “Maktabda jismoniy tarbiya”. Umumiy o‘rta ta’lim maktablarining “Jismoniy tarbiya” fani o‘qituvchilari uchun metodik qo‘llanma. – Toshkent, 2015

3. Salomov R. S. Sport mashg‘ulotlarining nazariy asoslari. O‘quv qo‘llanma. – Toshkent: O‘Zdjti. 2005.

4. Mahkamdjanov K. M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. – Toshkent. Darslik: “Iqtisod -moliya”, 2008.

5. Abdullayev A., Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. O‘quv qo‘llanma. – Toshkent: O‘zDJTI, 2005.