

**Jismoniy tarbiya va sport darslarida metodlardan foydalanishning
ahamiyati**

Navoiy Davlat Pedagogika

Instituti Fakultetlararo

chet tillari kafedrası o'qtuvchisi

Tashpulatova Nargiza Samartdinovna.

Navoiy Davlat Pedagogika Instituti

Jismoniy madaniyat xotin qizlar sporti

yo'nalishi talabasi Achilova Dilfuza

dilfuzaachilova86@email.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'qitishning metodlari haqida qisqacha ma'lumot berib o'tilgan. Jismoniy tarbiya darslarida o'yin va musobaqa metodlarining ahamiyati va ulardan foydalanishning ahamiyatlari aks ettirilgan. Musobaqa va o'yin metodlarining bir biridan farqlari haqida ham bayon etilgan.

Kalit so'zlar: Metod, o'yin metodi, musobaqa metodi, o'qitish metodlari, amaliy metod.

Аннотация: В данной статье даны краткие сведения о методах обучения. Отражено значение игровых и соревновательных методов и их использования на занятиях по физическому воспитанию. Также поясняются различия между соревновательными и игровыми методами.

Annotation: This article provides brief information about teaching methods. The importance of game and competition methods and their use in physical education classes is reflected. The differences between competition and game methods are also explained.

Key words: Method, game method, competition method, teaching methods, practical method.

Ключевые слова: Метод, игровой метод, метод соревнования, методы

обучения, практический метод.

Har bir malakali o'qituvchining dars jarayonida foydalanadigan innovatsion metodlari bor bo'ladi. Pedagog bu usullardan o'zining faoliyatining eng asosiy va markaziy masalasi o'quv jarayonida samarali va sifatli tashkil etishdan iboratdir. Qoida tariqasida, innovatsiyalar an'anaviy muammoni yangi usulda hal qilishga urinishlar natijasida, faktlarni to'plash va tushunishning uzoq jarayoni natijasida, innovatsion ma'noga ega yangi sifat paydo bo'ladi. Shuning uchun o'qituvchilar o'z amaliyotlarida ko'pincha noan'anaviy, o'ziga xos texnologiyalarni joriy qilishadi. Jismoniy tarbiyaning o'qitish predmeti sifatidagi maxsus bilim va harakat faoliyatlari o'qituvchidan o'qitishga xos ma'lum usullar va uslu biyatlar (metodlar)ni bilishni talab etadi. Ta'lim (o'qitish)ning uslub lari ko'p bo'lishiga karamay ularning hech biri universal emas. Ta'lim metodlarining tavsifini bilish bu uslublar tarkibidan kulayini tanlab olishga, o'qitish vazifalarini hal qilish uchun nisbatan samaralilarini ajratib olishga imkon beradi. Ta'limning metodlariga qo'yilgan umumiy talablar. Har qanday konkret holatda u yoki bu metodni maqsadga muvofik holda qo'llash qator talablarga rioya qilishni takazo etadi: 1. Metodning ilmiy asoslanganligi (oliy nerv faoliyati). 2. Qo'yilgan vazifaga o'qitishning muvofikligi. Aniq vazifalarning oldindan belgilanmasligi ta'lim metodlari ni to'g'ri tanlash imkonini bermaydi. Misol, darsda "kozyol" dan oyoklarni kerib tayanib sakrashni o'rgatish (o'qitish) vazifasi qo'yilgan bo'lsa, metodni tanlash mumkin bo'lmay qoladi (bo'laklarga ajratish bilan va harakatni to'la bajarish bilan o'qitish metodlariga tayanish mumkin holos). Nibataniq vazifa, masalan, "kozyol" dan oyoklarni sakrashda kullar bilan "depsinish» ni o'rgatish qo'yilsa, mashqni bo'laklarga ajratish bilan o'rgatish metodini qo'llashga imkoniyat paydo bo'ladi. Ta'lim metodlari tavsifi- O'quvchilarning bilimlarini oshirish, malaka va ko'nikmalarni egallash uchun ta'lim metodlari uch guruxga ajratiladi. Har bir gurux bir necha xil metodlarni o'z ichida mujassamlashtirgan. Mujassamlashtirilgan metodlarning ta'lim jaraenidagi urniga kura so'zdan foydalanish, ko'rgazmali xis qilish va amaliy metodlar deb guruxlanadi va ulardan pedagogik jarayonda keng foydalaniladi. Uch guruxdagi metodlarning mavjudligi orkali o'quvchining o'zlash

tirilgan faoliyati bilan organizmning turli analizatorliri tizimi yordamida tanishtirish ta'minlanadi: o'quvchi eshitadi, ukadi, o'zi harakat jarayonini xis qiladi. Ishga ikkala signal sistemasi jalb kilina di. Harakat faoliyatini o'qitishda amaliy metodlar muxum ahamiyat kasb etadi. Birinchi ikki poydevor kursa, uni ko'rib bitirish - ya'ni harakat faoliyatining ijrosi u yoki bu usul orkali amalga oshiriladi.



O'yin metodi jismoniy tarbiyadagi o'yinlarning ko'pchilik belgilarini mujassamlangan. Darslikning "Jismoniy mashqlarning pedagogik klassifikatsiyasi» bo'limida o'yin jismoniy mashq harakat teridagi tizim tarzida, ya'ni jismoniy tarbiya vositasi ko'rinishida berilgan. Lekin jismoniy tarbiyada o'yinlar ta'lim va tarbiyaning samarali metodi sifatida ham mavjud bo'lishi mumkin. Shu sababli o'yin metodining tabiatini o'yin mohiyatini ochish orkaligina tushunish mumkin holos. Jismoniy tarbiyadagi barcha o'yinlarning asosiy mazmunini inson ni jismoy kamolotga erishtirishga imkoniyat yaratuvchi harakat faoliyat lari tashkil etadi. O'yinlar hamda gimnastika sport turizmdagi farkni ko'p holda shartli deb tan olishimiz lozim, bu shartlar turlarning rivoj lanish me'yoriga kura yanada yakkol ko'rinadi. O'yinga konkret harakat faoliyatlarini tizimi deb karash zarur, ular belgilangan koidalar ramkasida bajariladi va metod sifatida jismoniy mashq xarakteriga karamay, turlicha pedagogik vazifalarni hal etishi mumkin. O'yinlar metod tarzida faqat umumiy qabul kilinganlaridek amal ga oshirilmaydi. O'yin metodi vositalari va ularning shakliga kura rasmiy o'yinlarga nisbatan deyarli keng tushuncha sanaladi. Masalan, o'yin

metodi asosida darsning hamma qismlarini o'yinlarsiz utkazish mumkin (tokka sayoxat o'yini). Muvozanat saklash mashqini bajarayotib tusiklardan oshishi yoki chukurliklar ustidan utish tarzidagi o'yinlardn foydalanish mumkin. Musobaka metodi musobakalashish, kuch sinashishning ko'pgina xarakterli belgilarini, alomatlarini o'zida aks ettirib, kuch sinashish (musobaka) jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishning aloxi da o'quvchilarga stimuly beruvchi bir shaklaridandir. Musobaka - musabaka metodining nisbatan aniq farklanib turgan ifodasi sanaladi. Shuning uchun ham musobaka metodi har qanday jismoniy mashqni musobaka predmeti qilib, mashg'ulotlarda keng shaklda qo'llanishi mumkin. Masalan: jismoniy tarbiya darsining boshlanishidan oldingi o'quvchilar saflanishidan tortib to o'quvchilar zaldan chikib ketgunlaricha, musobaka metodini qo'llash undan foydalanish mumkin. Qayd qilinganidek, bu metod o'yin metodi bilan umumiy ekani e'ti borga molik. Birok ularning bir-biridan prinsipial farki bor. Bu fark shundan iboratki o'yin metodida o'qitish syujetli xarakterda olib boriladi. Musobaka metodida bu holat yo'q bo'lib, harakat faoliyatini bajarish jarayoni to'laligicha uning mazmuniga buysundirilgan bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Maxkamdjonov. K, Tulenova X.B. Maktabgacha ta'lim muassasalari uchun umumiy va kengaytirilgan "Jismoniy tarbiya" dasturi. Ilm-ziyo Toshkent. 2006 y
2. Abdullayev A, Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. O'quv qo'llanma. Toshkent, O'ZDIT, 2005yil -300b.
3. Usmonxujayev T, Xonkeldiyev Sh, Abdullayev A va boshqalar "Maktabgacha yoshdagilar sog'lom turmush tarzi jismoniy madaniyatda gimnastika va massaj". Uslubiy qo'llanmasi, "Farg'ona" nashriyoti, 2011-yil. 91-bet.
4. "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" Yunusova D.S. O'quv qo'llanma
5. Abdullayev A, Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. O'quv qo'llanma. Toshkent, O'ZDIT, 2005yil -300b.
6. Yunusova D.S. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, O'quv qo'llanma- T 2021
7. Maxkamjonov K.M O'zbekistonda jismoniy tarbiya. 1997-yil.