



№ 1/2026

ANDIJON DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

ADPI
Ilmiy xabarnomasi



ADPI Ilmiy xabarnomasi

№ 1 2026 fevral

Jurnal 2023-yildan chop etilmoqda

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti
Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy
kommunikatsiyalar agentligi tomonidan
2022-yil 25-oktyabrda
№ 045013 raqam bilan ro'yxatga olingan
ISSN 2181-4309

O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va
innovatsiyalar vazirligi huzuridagi
Oliy attestatsiya komissiyasi
Rayosatining 2024-yil 8-maydagi
№354-sonli qarori bilan
Pedagogika fanlari bo'yicha Oliy attestatsiya
komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy
natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar
ro'yxatiga kiritilgan.

Tahririyat manzili: 170100 Andijon shahri,
"Do'stlik" ko'chasi, 4uy, 216-xona.
Electron manzil: info@adpi.uz
Telegram: ADPI_Ilmiy_xabarnomasi
Telefon raqamlari: +998 91 484 40 90

1/1

BOSH MUHARRIR:
B.M. Rasulov- tarix fanlari doktori (DSc), professor
Mas'ul muharrir:
B.A. Sirojiddinov- biologiya fanlari doktori (DSc), professor

TAHRIR KENGASHI

S.Z. Zaynobiddinov- O'zRFA akademigi
I.R. Asqarov- kimyo fanlari doktori, professor
Sh.X. Yo'lchiyev- fizika-matematika fanlari doktori, (DSc), professor
A.E. Zaynabiddinov- biologiya fanlari doktori, professor
B.X. Amanov- biologiya fanlari doktori (DSc), professor
A.A. Egamberdiyev- falsafa fanlari doktori (DSc), professor
M.V. Xalimova- psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Sh.J. Yusupova - pedagogika fanlari doktori, professor
Z.E. Azimova- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
M.B. Artiqova- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
V.A. Qodirov- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
N.J. Abdullayeva- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
M.A. Tojiboyeva – filologiya fanlari doktori, professor
Sh.A. Xaitov- tarix fanlari doktori (DSc), professor
A.G. G'aniyev- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
M.K. Pozilov -biologiya fanlari doktori (DSc). professor
T.T. Kaziyeva- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
U.A. Usmanova- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
D.T. Samatov- pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
A.Xakimov- pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
M.T.Parpiyev- falsafa fanlari doktori (DSc), dotsent
A.A. Zaparov- texnika fanlari nomzodi, professor
U.A. Saliyev- tarix fanlari nomzodi, professor
M.I. Israil- filologiya fanlari doktori, professor
L.A. Muxammadjonova- falsafa fanlari nomzodi, professor
Sh.A. Xasanov - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor
X.T. Komilova pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor
M.Sh. Alimova - siyosiy fanlar bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor
Q. Ibaybullayev- falsafa fanlari nomzodi, dotsent
D.T. Samatov- pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
O'M. Muxtarov- falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
S.N. Yusupova- tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
B.M. Do'monov- pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
E.A. Tajimirzayev- tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
K.S. Karimov – tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
A.A. Yuldashyev- biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
M.J. Abduraxmonova - biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
M.M. Muydinova- fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
J.B. Qoraboyev- filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor
N.T. Mo'yidinov- kimyo fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
D.A. Sobirova- filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
E.B. Abdullayev- falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
G'.Sh. G'ulomov- biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
L.S. Yunusov - biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
U.Sh. Uktamov - geografiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
M.G'. Ergasheva - tarix fanlari bo'yicha falsafa fanlari doktori (PhD)
N.S. Yaqubov- tarix fanlari bo'yicha falsafa fanlari doktori (PhD)
M.I. O'rinboev- pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Muharrirlar:
O.Karimov,
U.Malikova,
B. Mashrabova.

Xalikov A.A. Talabalar o'rtasida o'tkaziladigan turli reglament asosidagi futbol musobaqalarni ahamiyati	135
Abdullayev F.D. Kichik yoshdagi o'quvchilarning jismoniy mashqlarga adaptatsiyalanish jarayonining boshlanishi	140
Botirov A.A. O'zbek tili tarixiy terminlari va leksikasining davriy taraqqiyoti	145
Камалходжаева С.С. Типы межъязыковых связей: родство и контакт	148
To'rayev A.T. Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarni o'sish va rivojlanishiga jismoniy mashqlarni ta'sir kuchi	153

IJTIMOIIY-GUMANITAR FANLAR

Abduraimov Sh.N. Tarbiya fanini o'qitishda jamoada ishlash kompetensiyalarini rivojlantirish uchun innovatsion texnologiyalarning qo'llashning ahamiyati	158
Jo'raev Sh.M. Falsafa fanini oqitish orqali mantiqiy tafakkurni rivojlantirish tajribasi	164
Hoshimova G.Sh. Oila va ta'lim mas'uliyati sharoitida turmush qurgan talabalarning psixologik barqarorligi	167
Botirov A.A. XX asrda o'zbek tili leksikasida ruscha o'zlashmalar: qiyosiy filologik tahlil	171

ANIQ VA TABIIY FANLAR

G'aniyev A.G. "Xonada o'simliklarni o'stirish" intellekt xaritasi (MIND MAP) yordamida o'quvchilarda ekologik tarbiya va ijodiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish	174
Tuxtayeva M.Sh. Iqtisodiy kompetentlikni rivojlantirishda raqamli transformatsion muhitga moslashuvchan faol tajribaga asoslangan ta'limning ahamiyati	178
Aslonov X.Sh. O'quvchilarni olimpiadalarga tayyorlashda masalalar yechish usullari va texnologiyasi	183

**MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARNI O'SISH VA RIVOJLANISHIGA
JISMONIY MASHQLARNI TA'SIR KUCHI**

<https://zenodo.org/records/18754824>

To'rayev Axrorbek Tojdinovich
Andijon davlat pedagogika institut

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tizimida sog'lom turmush tarzini shakllantirishning dolzarb masalalari tahlil qilingan. Sog'lom turmush tarzining muhim tarkibiy qismi sifatida jismoniy faollikni rivojlantirishning pedagogik ahamiyati ochib berilgan. Jismoniy faoliyatning asosiy yo'nalishlari bolalar organizmining sog'lig'ini mustahkamlash, jismoniy rivojlanishni ta'minlash hamda sog'lom turmush tarziga oid ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: salomatlik, vosita faoliyati, organizm, maktabgacha ta'lim, gigiena, omillar, ta'sir, kuch.

Аннотация. В данной статье анализируются актуальные вопросы формирования здорового образа жизни в системе дошкольного образования. Раскрывается педагогическая значимость развития физической активности как важной составляющей здорового образа жизни. Основные направления физической активности направлены на укрепление здоровья детского организма, обеспечение физического развития и формирование навыков и компетенций, связанных со здоровым образом жизни.

Ключевые слова: здоровье, двигательная активность, организм, дошкольное образование, гигиена, факторы, влияние, сила.

Abstract. This article analyzes the current issues of forming a healthy lifestyle in the preschool education system. The pedagogical importance of developing physical activity as an important component of a healthy lifestyle is revealed. The main directions of physical activity are aimed at strengthening the health of children's bodies, ensuring physical development, and forming skills and competencies related to a healthy lifestyle.

Keywords: health, motor activity, organism, preschool education, hygiene, factors, influence, power.

O'zbekiston Respublikasining mustaqilligi tufayli barcha sohalarida har tomonlama yuksalish yuz berayotgani, tub ijtimoiy-siyosiy va ma'naviy o'zgarishlar umuminsoniy qadriyatlar tizimida yangilanish, insonning barcha shaxsiy ehtiyojlari, talablari va manfaatlari birinchi o'ringa ko'tarilayotgani, ayniqsa, o'sib kelayotgan yosh avlodning ma'naviy-axloqiy va jismoniy imkoniyatlari yanada oshayotgani bugungi kunda sir emas. Sog'lom avlod - sog'lom yurt demakdir. Sog'lom avlodni tarbiyalash vazifasi esa birinchi navbatda maktabgacha tarbiya muassasalari zimmasidadir. Shu munosabat bilan yangi insonni tarbiyalashning murakkab va ko'p qirrali muhim muammosining muhim yo'nalishi - har bir kishida o'z sog'ligi to'g'risida o'z qayg'urish madaniyatini singdirishdir. Uni tarkib toptirish uchun oila, maktabgacha ta'lim muassasalari, mahalla, sog'liqni saqlash, jismoniy tarbiya va sport tizimlarining xodimlari butun kuch quvvatini, g'ayratlarini ishga solib, bolaning ongiga yoshligidan jismoniy tarbiyaga bo'lgan muhabbatni singdirib borishlari darkor.

Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda organizmning tez o'sishi, asosiy fiziologik va psixik jarayonlarning shakllanishi kuzatiladi. Bolaning sog'lom va har tomonlama barkamol bo'lib voyaga yetishida jismoniy tarbiya va jismoniy mashqlar muhim omil sanaladi. Shu sababli jismoniy mashqlarning bolaning o'sishi va rivojlanishiga ta'sirini ilmiy asosda o'rganish dolzarb masalalardan biridir. Maktabgacha yosh (3-7 yosh) davrida bolaning bo'yi va vazni jadal ortadi, suyak-mushak tizimi mustahkamlanadi, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari faol rivojlanadi [1]. Shu bilan birga, markaziy asab tizimi, harakat koordinatsiyasi va muvozanatni

saqlash qobiliyati takomillashadi. Bu jarayonlarning barchasi tashqi omillar, ayniqsa, jismoniy faollik bilan chambarchas bog'liq.

Salomatlik - bu inson tanasining barcha a'zolari to'liq ishlayotgan holati. Bolaning salomatligi bir qator omillarga bog'liq: biologik, ekologik, ijtimoiy, gigienik, shuningdek, pedagogik ta'sirlarning tabiatiga. O'sayotgan organizmning sog'lig'i va ishlashiga ta'sir qiluvchi turli omillar orasida jismoniy faollik omili mavjud. Harakat faoliyati - bu harakatga bo'lgan tabiiy ehtiyoj bo'lib, uni qondirish bolani har tomonlama rivojlantirish va tarbiyalashning eng muhim shartidir. Jismoniy faollik - bu insonning jismoniy tayyorgarligini va umuman sog'lig'ini yaxshilash yoki saqlashga qaratilgan har qanday faoliyat turi.

Motor faoliyati - bu tananing harakatga bo'lgan ehtiyojini qondirish. Harakatga bo'lgan ehtiyojni yoshga bog'liq holda, tanadagi tegishli o'zgarishlar tufayli ko'rib bo'lmaydi. Bu bolalarning jismoniy tarbiyasi xususiyatlariga, ularning harakatchanlik darajasiga, yashash sharoitlariga qarab juda farq qiladi [2]. Maktabgacha yoshdagi bolalarda vosita faoliyati ta'sirida yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarining faoliyati, qon aylanish apparati yaxshilanadi va tananing funksional imkoniyatlari ortadi. Harakat ritmi va aqliy faoliyat o'rtasidagi bog'liqlik, shuningdek, bolaning nozik motorli ko'nikmalarini rivojlantirish ham aniqlandi.

Maktabgacha yosh - jismoniy faollikni shakllantirish uchun eng muhim va eng qulay davr. Bolalar boy ijodiy tasavvurga, kognitiv faollikka, har bir yangi narsaga qiziqishga, yuqori emotsionallikka ega va harakatga bo'lgan biologik ehtiyojini qondirishga intiladi [3].

Respublikamizda maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiyasida eng asosiy bo'g'in hisoblangan maktabgacha ta'lim tizimining jamiyatimiz hayotidagi katta o'rni va ahamiyatini e'tiborga olib harakat faolligini oshirishning yangi vositalarini ishlab chiqish talabini qo'ymoqda. "Maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, xorijiy tajribalardan foydalangan holda ta'lim sifatini yuqori darajaga olib chiqish, tizimda innovatsion faoliyatni qo'llab quvvatlash, sohada xususiy ta'lim tashkilotlarini rivojlanishiga imkoniyatlarni yaratish zarur". Yuqoridagilarni inobatga olib mashg'ulotlar jarayonida noananaviy vositalarni qo'llash sohaning ta'lim tarbiya sifati va darajasini yangi bosqichga ko'tarishda hamda bolalarning har tomonlama barkamol rivojlanishida muhim o'rinni egallaydi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida noananaviy ta'lim metodlarini qo'llab qo'shimcha variativ dasturlarni ta'lim tizimi amaliyotiga joriy qilish bugungi kunning muhim vazifalaridan biridir. Bolalarning jismoniy tarbiyasida yangi pedagogik uslubiyatlarni, texnologiyalarni va yondashuvlarni ishlab chiqish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni olib borish ustuvor yo'nalishlardan biri bo'lib qolmoqda.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, o'g'il bolalar o'rtacha qizlarga qaraganda ko'proq harakat qilishadi, garchi bu farq erta yoshda ahamiyatsiz bo'lsa ham. O'g'il bolalar ko'proq energiya talab qiladigan harakatlarni afzal ko'radilar (yugurish, sakrash) [4]. Yozda bolalarda harakatga bo'lgan ehtiyoj qishga qaraganda ko'proq. Bu qishda pasayib ketadigan metabolizmning o'zgarishi bilan bog'liq.

Motor faolligi darajasiga ko'ra, uchta guruhni ajratish mumkin: o'rta, yuqori va past harakatchanlikdagi bolalar. Birinchi guruh o'rtacha, normal vosita faolligi bo'lgan bolalardan iborat bo'lib, bu butun bolaning o'z vaqtida va to'g'ri rivojlanishini ta'minlaydi. O'rtacha harakatchanlikdagi bolalar kun davomida eng tekis va xotirjam xatti-harakatlari, o'rtacha harakatchanligi bilan ajralib turadi. Bunday bolalar, qoida tariqasida, normal tana vazni bilan ajralib turadi, ular kamdan-kam hollarda kasal bo'lib, bolalar bog'chasida materialni yaxshi o'rganadilar, keyin esa maktabda yaxshi o'qiydilar.

Ikkinchi guruhga harakatsiz, ya'ni jismoniy faolligi past bo'lgan bolalarni kiritish kerak. Bunday bolalarda harakatlar yomon shakllangan. Bunday bolalarni motor faoliyatiga majburan kiritish mumkin emas. Ularni qiziqtirish, ishonchni ilhomlantirish, yordam berish, vosita tajribasini asta-sekin boyitish muhimdir. Ularning ko'pchiligi tana vaznining ortishi va salomatlik holatida turli xil og'ishlar bilan tavsiflanadi. Ortiqcha vaznli bolalar qo'shimcha yuk bo'lib, bolaning tanasining organlari va tizimlarining funksional holatiga ta'sir qiladi. Og'irlikning oshishi samaradorlikni pasaytiradi, ko'plab kasalliklarning kechishini murakkablashtiradi va insonning umrini qisqartiradi. Semirib ketgan bolalar jismoniy, jinsiy rivojlanishda tengdoshlaridan orqada qoladilar, harakatlarni yaxshi bilmaydilar. Ular sinfda va darslarda xotirjamroq xatti-harakatlarga ega, ammo bunga ijobiy qaramaslik kerak.

Aqliy mehnatdan kelib chiqadigan charchoqqa qarshilik bolalarda harakatlar orqali amalga oshiriladi. Semirib ketgan bolalarda aqliy charchoq sharoitida harakatlar sonining kamayishi o'z-o'zini boshqarish jarayonlarining nomukammalligini ko'rsatadi. Og'irlikning oshishi psixikaning rivojlanishiga salbiy ta'sir qiladi. Qoida tariqasida, bola harakatsiz, semirib ketadi, kerakli harakatlarni yomon o'zlashtiradi. Bunday bolalar odatda tengdoshlari tomonidan e'tiborga olinmaydi, ayniqsa o'yinlarda ular o'zlarini ma'lum darajada pastroq bilishadi. Ularda yolg'izlik, qat'iyatsizlik va hatto harakatda yaxshi bolalarga hasad qilish kabi nomaqbul xususiyatlar rivojlanadi. Bunday bolalarga individual yondashuv dietani kamaytirish va jismoniy faollikni oshirishdir.

Uchinchi guruhga jismoniy faolligi yuqori bo'lgan bolalar kiradi. Bunday bolalar "motor" deb ataladi. Ular kun davomida juda ko'p harakat qilishadi, kattalarning motorli vazifani bajarish, ochiq o'yin o'ynash taklifiga bajonidil javob berishadi. Katta jismoniy faoliyat, kichik kabi, salbiy oqibatlarga olib keladi. Harakatlarning katta diapazoni bolaning tanasiga yuqori jismoniy yukni keltirib chiqaradi, bu og'irlikning oshishi kabi yurak-qon tomir tizimi faoliyatida og'ishlarga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, bu bolalar kasalliklarga juda moyil [5].

Har xil jismoniy faollikka ega bo'lgan bolalar o'quv materialini turlicha o'rganadilar. O'rtacha jismoniy faolligi bo'lgan bolalar, qoida tariqasida, materialni yaxshi o'rganadilar. Kam va yuqori faollikka ega bo'lgan bolalar past natijalarni ko'rsatadi. Ma'lumki, aqliy faoliyatni tiklashning eng yaxshi vositasi havoda bajariladigan harakatlardir. Ikkinchi guruh bolalari kam harakatchanlik tufayli aqliy faoliyatini tiklamaydi. Uchinchi guruh bolalari jismonan haddan tashqari charchagan va bu, o'z navbatida, ruhiy charchoqqa olib keladi. Shuning uchun ikkinchi va uchinchi guruh bolalari topshiriqlarni sekin tempda bajaradilar, yodlash jarayoni ular uchun qiyin, ularning diqqatlari tarqoq, ular ko'p sonli xatolarga yo'l qo'yadilar.

Darhaqiqat, sog'lom bolani harakatsiz tasavvur qilishning iloji yo'q, garchi, afsuski, maktab o'quvchilari haqida gapirmasa ham, bolalar bog'chalari o'quvchilari orasida harakatsiz bolalarni tez-tez uchratish mumkin. So'nggi yillarda eng mashhur kitoblar va biotibbiyotga oid maqolalarning asosiy mavzularidan biri XX asrda keskin kamaygan jismoniy faollikning salomatlikka salbiy ta'sirini muhokama qilish bo'lgani bejiz emas. Shu munosabat bilan, tibbiy adabiyotlarda umumiyashtirilgan "gipokineziya" atamasi (yunoncha gipo - pasaytirilgan va kinesis - harakat) qo'llaniladi, bu jismoniy faoliyatining yetishmasligi sharoitida tanada rivojlanadigan alomatlarining butun majmuasini o'z ichiga oladi. Bunday hollarda yurak-qon tomir tizimida salbiy o'zgarishlar yuz beradi, gaz almashinuvi pasayadi, farovonlik sezilarli darajada yomonlashadi, uyqu buziladi va hokazo.

Agar jismoniy yuklamalari bo'lmasa yoki ular ahamiyatsiz bo'lsa, mushak retseptorlaridan keladigan ma'lumotlarning miqdori kamayadi, bu miya to'qimalarida

metabolik jarayonlarni yomonlashtiradi va uning tartibga solish funksiyasining buzilishiga olib keladi.

Skelet mushaklarining faolligi o'sayotgan organizm uchun juda muhimdir. "Harakat faoliyatining energiya qoidasi"ga ko'ra, skelet mushaklari faoliyatining tabiati fiziologik tizimlarning rivojlanishini belgilaydi [6]. O'sib borayotgan organizmda sarflangan energiyaning tiklanishi nafaqat dastlabki darajaga qaytish, balki uning ortiqchaligi bilan ham tavsiflanadi. Shuning uchun, harakatlar natijasida sarflanish emas, balki oldingidanxam ko'proq bo'lib qaytishi mumkin. Shu bilan birga, strukturaviy va energiya imkoniyatlari oshib boradi, bu bolaga katta hajm va intensivlikdagi yuklarni bajarishga imkon beradi. Oziq-ovqat iste'mol qilish normal o'sish va rivojlanish uchun zarurdir. Ishlaydigan mushaklardan impulslar oqimining pasayishi bilan barcha ichki organlarning, birinchi navbatda yurakning normal ishlashi buziladi, uning samarali ishlashi uchun asabni tartibga solish uchun mushak retseptorlarida paydo bo'ladigan impulslarning doimiy oqimi talab qilinadi.

Tizimli jismoniy mashqlar kayfiyatga ijobiy ta'sir ko'rsatishi, uyquni yaxshilash va samaradorlikni oshirishi aniqlandi. Ehtimol, bu mexanizmlar bolaning normal aqliy rivojlanishi uchun moddiy asosni tashkil qiladi.

Harakatlar istisnosiz barcha aqliy funksiyalarga samarali ta'sir ko'rsatishi uzoq vaqtdan beri ma'lum. Har bir motor harakati makon va vaqtda amalga oshiriladi, shuning uchun faol harakatlanadigan maktabgacha yoshdagi bola vaqt birligida ko'proq ma'lumot olish imkoniyatini oladi, bu uning psixikasini jadal shakllantirishga yordam beradi. Masalan, vosita faoliyati va nutq rivojlanishining o'zaro bog'liqligi o'rnatildi. Bolalarning harakatlari, xususan, barmoqlar uchun mashqlar nafaqat nutqning o'z vaqtida (hayotning 2-yilida) paydo bo'lishi, balki uni maktabgacha yoshda yanada takomillashtirish uchun kuchli rag'batlantiruvchi omil hisoblanadi. Motor faoliyati bolalar nutqining so'z boyligi xilma-xilligini oshiradi, so'zlarni yanada mazmunli tushunishga, bolaning aqliy rivojlanishini yaxshilaydigan tushunchalarni shakllantirishga yordam beradi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida tarbiyachi (yo'riqchi) o'yinga rahbarlik qilish chog'ida bolalarga o'yin mazmuni, sharti va qoidalarini yaxshi tushuntirishi va rollarni to'g'ri taqsimlay olishi zarur. Bolalarni harakatli o'yinlarni o'ynashga tayyorlashda ularning sog'ligini mustahkamlash, harakat malakalarini oshirib, rivojlantirib borish ham nazarda tutiladi. O'yinni tashkil etishda barcha shart-sharoitlarni hisobga olish va o'yinga mos jihozlarni tanlash, ishtirokchilar soniga teng taqsimlash hamda o'yin jarayonini kuzatish va yakunida to'g'ri yo'naltirishi ham juda muhim. Jismoniy tarbiya mashg'ulotida qo'llaniladigan harakatli o'yinlar asosan, berilgan asosiy harakat turini mustahkamlashga qaratiladi. Masalan, otish va irg'itish harakatlarini o'rgatish natijasida yirik va mayda motorikaga yo'naltirilgan harakatli o'yin berilsa, natijada bolada mashq bajarish barobarida yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish, ilib olish, irg'itish malakalari sekin-asta shakllanib, harakatli o'yin esa ular egallagan ko'nikmalarini mustahkamlashda yordam beradi.

Hozirgi kunda jismoniy tarbiya va sport salomatlik uchun foydali ekanligini hamma biladi. Bolaning jismoniy va aqliy rivojlanishi uchun harakatlarning roliga kelsak, bu haqda bolalar tarbiyasiga oid deyarli barcha kitoblarda qayd etilgan.

Yuqoridagi omillardan shuni ta'kidlash kerakki, harakat tashqi dunyo bilan o'zaro ta'sir qilish jarayonida yetakchi o'rinlardan birini egallaydi. To'g'ri shakllantirilgan jismoniy faoliyat tufayli bilim va rivojlanishning yangi sifat bosqichiga o'tish sodir bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy mashqlar maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarning o'sishi va rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Ular bolaning jismoniy sog'lig'ini mustahkamlash, aqliy va psixologik rivojlanishini ta'minlashda asosiy vositalardan biri hisoblanadi. Shuning uchun maktabgacha ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaga alohida e'tibor qaratish, uni ilmiy asosda tashkil etish muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Бабкина Н.Л. Методическое обеспечение занятий по физической культуре дошкольников в группе кратковременного пребывания дошкольного образовательного учреждения // Москва. 2004. 94-с.
2. Arslonov Q.P., Abdullayev Sh.D., Ibragimov M.B. Jismoniy madaniyat darslarida innovatsion texnologiyalardan foydalanish. Toshkent. 2016.
3. Umarov D.X. "Maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya". Darslik. Chirchiq. 2021. 91-b.
4. Rahmonov P.F. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining faoliyati. Toshkent. 2016.
5. Karimova D. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. Toshkent. 2020. 77-b.
6. Salomov R. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent, 2019.

