TARBIYALANUVCHILARNING YOZGI SOG‘LOMLASHTIRISH O‘YINLARINI TASHKIL ETISHNING PEDAGOGIK VA PSIXOFIZIOLOGIK ASOSLARI

Koson tumani 32-davlat maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyachisi Baratova Nafosat

- Yozgi sog‘lomlashtirish davri maktabgacha ta’lim tizimida bolalarning jismoniy, aqliy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda alohida pedagogik ahamiyat kasb etadi. Ushbu davrda tashkil etiladigan sog‘lomlashtirish o‘yinlari tarbiyalanuvchilarning harakat faolligini oshirish, organizmning funksional imkoniyatlarini mustahkamlash, immunologik barqarorligini kuchaytirish hamda sog‘lom turmush tarziga oid dastlabki ko‘nikmalarni shakllantirishning samarali vositalaridan biri hisoblanadi. Zamonaviy maktabgacha ta’lim konsepsiyasida bolaga yo‘naltirilgan ta’lim texnologiyalari, kompetensiyaviy yondashuv hamda sog‘lomlashtiruvchi pedagogika tamoyillarini amaliyotga joriy etish ustuvor vazifa sifatida belgilanmoqda. Shu nuqtai nazardan yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlarini ilmiy-metodik asosda rejalashtirish va tashkil etish tarbiyachidan yuqori kasbiy kompetentlik, metodik tayyorgarlik hamda bolalar fiziologiyasi va psixologiyasiga oid bilimlarni talab etadi.

Maktabgacha yosh davri inson hayotidagi eng muhim ontogenetik bosqichlardan biri bo‘lib, aynan ushbu davrda organizmning morfofunksional rivojlanishi jadallashadi, nerv tizimining plastiklik darajasi yuqori bo‘ladi hamda asosiy harakat malakalari shakllanadi. Shu sababli yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlari bolaning biologik rivojlanish xususiyatlariga mos holda tashkil etilganda nafaqat jismoniy sifatlarning rivojlanishiga, balki kognitiv faoliyat, nutq madaniyati, tafakkur jarayonlari, emotsional barqarorlik va ijtimoiy moslashuv kompetensiyalarining takomillashuviga ham xizmat qiladi. Harakatli o‘yinlar davomida markaziy nerv tizimi faoliyati faollashadi, vestibulyar apparat mustahkamlanadi, koordinatsion

qobiliyatlar rivojlanadi, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarining funksional ko‘rsatkichlari yaxshilanadi. Natijada organizmning adaptatsion mexanizmlari kuchayib, tashqi muhit omillariga nisbatan fiziologik moslashuv jarayoni samaraliroq kechadi.

Zamonaviy pedagogik texnologiyalar yozgi sog‘lomlashtirish ishlarini tashkil etishda innovatsion metodlardan foydalanishni taqozo etadi. Muammoli vaziyatlar yaratish, interfaol metodlar, STEAM elementlari, didaktik o‘yinlar, tadqiqot faoliyati va kuzatuv metodlarini harakatli o‘yinlar bilan uyg‘unlashtirish bolalarning bilishga bo‘lgan qiziqishini yanada kuchaytiradi. Masalan, tabiat qo‘ynida tashkil etilgan ekologik o‘yinlar davomida bolalar daraxt, o‘simlik, hasharot va qushlarni kuzatish orqali ekologik tafakkurini rivojlantiradi, shu bilan birga faol harakat qilish natijasida organizmning funksional imkoniyatlari ham mustahkamlanadi. Mazkur integratsiya ta’lim, tarbiya va sog‘lomlashtirish vazifalarining o‘zaro uyg‘unligini ta’minlaydi.



32-son maktabgacha ta’lim tashkiloti faoliyatida yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlarini tashkil etishda bolalarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish, harakat

faolligini ilmiy asoslangan me’yorlar asosida rejalashtirish, xavfsizlik qoidalariga qat’iy rioya etish, pedagogik innovatsiyalarni amaliyotga joriy etish hamda milliy va umuminsoniy qadriyatlarni uyg‘unlashtirish ustuvor yo‘nalish sifatida qaraladi. Tarbiyachi tomonidan o‘yin faoliyatini to‘g‘ri tashkil etish bolalarda mustaqillik, tashabbuskorlik, liderlik qobiliyati, ijodkorlik va sog‘lom raqobat muhitini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, har bir bolaning psixofiziologik holatini inobatga olgan holda individual yondashuvni qo‘llash sog‘lomlashtirish samaradorligini yanada oshiradi.

Ilmiy-pedagogik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, muntazam tashkil etilgan yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlari bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi, funksional chidamliligi, kognitiv rivojlanishi va emotsional barqarorligiga sezilarli ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Harakat faolligi natijasida bosh miya faoliyatining faollashuvi kuzatiladi, diqqatning barqarorligi ortadi, xotira va tafakkur jarayonlari takomillashadi. Shu bilan birga, ijtimoiy hamkorlikka asoslangan o‘yinlar orqali bolalarda empatiya, bag‘rikenglik, o‘zaro yordam, mas’uliyat va intizom kabi shaxsiy sifatlar rivojlanadi. Bu esa kelgusida ularning maktab ta’limiga muvaffaqiyatli moslashuviga ijobiy zamin yaratadi.

Xulosa qilib aytganda, yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlari maktabgacha ta’lim tizimining ajralmas tarkibiy qismi bo‘lib, u bolalarning jismoniy, intellektual, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini kompleks tarzda ta’minlovchi samarali pedagogik vosita hisoblanadi. Ilmiy asoslangan metodik yondashuvlar, innovatsion pedagogik texnologiyalar, sanitariya-gigiyena me’yorlariga rioya qilish hamda tarbiyachining kasbiy mahorati sog‘lomlashtirish jarayonining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardandir. 32-son maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyachisi tomonidan yozgi sog‘lomlashtirish o‘yinlarini tizimli, maqsadli va kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etish bolalarda sog‘lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish, ularning salomatligini mustahkamlash, har tomonlama barkamol

shaxs sifatida rivojlanishiga xizmat qiladi hamda maktabgacha ta’lim sifatini oshirishning muhim pedagogik shartlaridan biri sifatida namoyon bo‘ladi.