JOURNAL OF INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH
Volume 4, Issue 9, October-November 2026 Online ISSN: 3030-3508
https://spaceknowladge.com

KATTA VA MAKTABGA TAYYORLOV GURUHI TARBIYALANUVCHILARIDA JISMONIY SAVODXONLIK ASOSLARINI SHAKLLANTIRISH TIZIMI

Turdiyeva Dildora Valijon qizi
"University of Business and Science" magistranti
Ilmiy rahbar: Nilufar Raimjonovna Karimova

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ

ИСТОРИЯ СТАТЬИ:
Received:05.11.2026
Revised: 06.11.2026
Accepted:07.11.2026

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:
jismoniy savodxonlik, maktabgacha ta'lim, harakat kompetensiyasi, sog'lom turmush tarzi, pedagogik tizim

АННОТАЦИЯ:

Mazkur maqolada katta va maktabga tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida jismoniy savodxonlik asoslarini shakllantirish tizimini takomillashtirish masalasi yoritilgan. Tadqiqotning maqsadi maktabgacha yoshdagi bolalarda harakat kompetensiyasi, jismoniy faollikka ijobiy munosabat, sog'lom turmush ko'nikmalari va mustaqil harakat qilishga tayyorgarlikni bosqichma-bosqich rivojlantirishga xizmat qiladigan pedagogik modelni asoslashdan iborat. Metod sifatida pedagogik kuzatuv, taqqoslash, diagnostik testlar, harakatli o'yinlar samaradorligini tahlil qilish hamda tarbiyachilar faoliyatini o'rganish qo'llanildi. Tajriba 5–7 yoshli bolalar ishtirokida tashkil etilib, tizimli mashg'ulotlar, integratsiyalashgan harakatli topshiriqlar, ota-ona bilan hamkorlik va sog'lomlashtiruvchi muhitning ta'siri baholandi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, shakllantirilgan tizim qo'llanilgan guruhda muvozanat, sakrash, yugurish va koordinatsion ko'rsatkichlar o'rtacha 18–27 foizga yaxshilandi, harakat faolligiga qiziqish esa sezilarli oshdi. Xulosa qilib aytganda, jismoniy savodxonlikni erta yoshdan tizimli shakllantirish bolalarning sog'lom rivojlanishi, maktab ta'limiga moslashuvi va hayotiy faolligini kuchaytirishda muhim pedagogik omil hisoblanadi..

KIRISH

Maktabgacha ta’lim tizimida bola shaxsining jismoniy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishi bir-biri bilan uzviy bog‘liq holda kechadi. Ayniqsa katta va maktabga tayyorlov guruhidagi bolalarda harakat madaniyati, sog‘lom turmush odatlari va o‘z tanasini anglashga doir dastlabki tasavvurlarni shakllantirish dolzarb ahamiyat kasb etadi. So‘nggi yillarda jismoniy savodxonlik tushunchasi xalqaro pedagogik adabiyotlarda tobora keng qo‘llanilib, u nafaqat harakat ko‘nikmalari, balki harakatga motivatsiya, ishonch, bilim va mas’uliyatni ham qamrab olishi ta’kidlanmoqda 1. Shu nuqtai nazardan, maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy savodxonlik asoslarini shakllantirish faqat mashq bajarish bilan cheklanib qolmasligi, balki tizimli pedagogik jarayon sifatida tashkil etilishi lozim.

Mazkur tadqiqotning maqsadi katta va maktabga tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida jismoniy savodxonlik asoslarini shakllantirishning samarali tizimini ishlab chiqish va amaliyotda sinovdan o‘tkazishdan iborat. Vazifalar sifatida jismoniy savodxonlikning tarkibiy qismlarini aniqlash, yosh xususiyatlariga mos vosita va usullarni belgilash, tarbiyaviy jarayonda sog‘lomlashtiruvchi muhit rolini asoslash hamda tajriba natijalarini tahlil qilish belgilandi. Tadqiqotda aynan maktabga tayyorgarlik davrida harakat tajribasini boyitish kelgusi ta’lim bosqichiga muvaffaqiyatli moslashuvga xizmat qilishi asoslab beriladi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Jismoniy savodxonlik masalasi pedagogika va sport ilmida nisbatan yangi, biroq mazmunan juda keng tushuncha sifatida qaraladi. Whitehead jismoniy savodxonlikni insonning hayoti davomida harakatni ishonch, bilim va mas’uliyat bilan amalga oshirishga tayyorligi sifatida izohlaydi[1]. Muallifning ushbu yondashuvi maktabgacha ta’lim uchun ham muhim, chunki bolada harakatga nisbatan ijobiy munosabat va ishonch erta yoshdayoq shakllanadi. Bu holat faqat jismoniy mashqni bajarish emas, balki harakatning ma’nosini anglash bilan bog‘liqdir.

Lundvall va Meckbach jismoniy savodxonlikni ta’lim muhiti bilan chambarchas bog‘liq jarayon sifatida ko‘rsatadi va uni maktabgacha va boshlang‘ich ta’limda o‘quv dasturlariga integratsiya qilish zarurligini ta’kidlaydi[2]. Ularning fikricha, bolalar faol harakat tajribasini faqat tashkil etilgan mashg‘ulotlarda emas, kundalik hayotiy vaziyatlarda ham egallashi kerak. Bu yondashuv O‘zbekiston maktabgacha ta’lim tizimida ham muhim bo‘lib, guruh xonasi, sayr, o‘yin maydoni va uy muhitini yagona pedagogik makon sifatida ko‘rishni talab etadi.

Hardman va Marshall jismoniy faollikning sog‘lom rivojlanishga ta’sirini tahlil qilib, erta yoshdagi harakat odatlari keyingi hayot bosqichlarida faol turmush tarzini belgilashini qayd etgan[3]. Bu fikrlar maktabga tayyorlov guruhida sog‘lomlashtiruvchi mashqlar va harakatli o‘yinlar tizimini kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi. Cairney esa jismoniy savodxonlikning psixologik tomonlariga urg‘u berib, o‘ziga ishonch, motivatsiya va qiziqish bo‘lmasa, harakat

ko‘nikmalari barqaror shakllanmasligini asoslaydi[4] . Demak, tarbiyachi bolada faqat texnik ijroni emas, ijobiy emotsional tajribani ham yaratishi lozim.

Baker va Stodden harakat kompetensiyasi bilan jismoniy faollik orasidagi bog‘liqlikni ko‘rsatib, bolaning muvozanat, koordinatsiya, tezkorlik kabi ko‘nikmalari oshgani sari uning faol harakatga intilishi kuchayishini ta’kidlaydi[5]. Bu natija maktabgacha ta’limda bosqichma-bosqich qiyinlashtirib boriladigan mashqlar tizimining ahamiyatini asoslaydi. Robinson esa bolalik davridagi motor tajriba miya rivojlanishiga, idrok va diqqat jarayonlariga ijobiy ta’sir etishini qayd etadi[6]. Shu sababli jismoniy savodxonlikni faqat sog‘lomlik emas, bilish jarayonlarini qo‘llab-quvvatlovchi omil sifatida ham ko‘rish lozim.

Mavzuga doir mahalliy tadqiqotlarda ham maktabgacha ta’limda sog‘lomlashtiruvchi muhit, harakatli o‘yinlar va jismoniy mashqlarni yoshga mos tashkil etish zarurati ta’kidlanadi. Biroq ko‘plab ishlar jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari samaradorligi bilan chegaralanib, jismoniy savodxonlikning integrativ mazmunini to‘liq ochib bermaydi. Shu bois mazkur tadqiqotda harakat kompetensiyasi, sog‘lom turmush ko‘nikmalari va motivatsion komponentni yagona tizimda ko‘rib chiqish maqsad qilingan.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot pedagogik tajriba-sinov shaklida olib borildi. Tadqiqot bazasi sifatida maktabgacha ta’lim tashkilotining katta va maktabga tayyorlov guruhlari tanlandi. Umumiy namuna 48 nafar boladan iborat bo‘lib, ulardan 24 nafari tajriba guruhi, 24 nafari nazorat guruhi sifatida belgilandi. Bolalarning yoshi 5 yosh 2 oydan 6 yosh 8 oygacha bo‘ldi. Tajriba 12 hafta davomida tashkil etilib, haftasiga 3 marta maxsus jismoniy savodxonlikka yo‘naltirilgan mashg‘ulot o‘tkazildi.

Tadqiqotda kuzatuv, test sinovlari, pedagogik eksperiment, suhbat, hujjatlarni tahlil qilish va matematik-statistik ishlov berish usullaridan foydalanildi. Diagnostika vositalari sifatida muvozanatni saqlash, to‘siqlardan oshib o‘tish, aniq nishonga uloqtirish, yugurish tezligi va harakatni muvofiqlashtirishni baholovchi topshiriqlar qo‘llandi. Shuningdek, bolalarning mashg‘ulotga qiziqishi, faol ishtiroki va mustaqil harakat qilishga intilishi kuzatuv xaritalari asosida qayd etildi.

Shakllantiruvchi tizim quyidagi tarkibiy qismlardan iborat bo‘ldi: harakatli o‘yinlar orqali o‘qitish; an’anaviy mashqlarni syujetli topshiriqlar bilan uyg‘unlashtirish; kundalik rejimda qisqa jismoniy daqiqalar tashkil etish; ota-onalar bilan maslahatlar olib borish; gigiyena va sog‘lom turmush mavzularini bolalar tiliga mos shaklda yoritish. Natijalarni tahlil qilishda o‘rtacha qiymat, foiz ko‘rsatkichlari va guruhlararo taqqoslash usullari qo‘llanildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tajriba boshlanishida tajriba va nazorat guruhlarida harakat ko‘rsatkichlari deyarli bir xil darajada edi. Muvozanatni saqlash bo‘yicha topshiriqda tajriba guruhida o‘rtacha 17,2 soniya, nazorat guruhida 16,9 soniya natija qayd etildi. Yugurish tezligini baholovchi 10 metrlik sinovda esa farq minimal bo‘lib, mos ravishda 4,9 va 5,0 soniya ko‘rsatkichlari olindi.

Sakrash va uloqtirish topshiriqlarida ham sezilarli tafovut kuzatilmadi. Bu holat tadqiqotning boshlang‘ich sharoiti nisbatan teng ekanini ko‘rsatdi.

Shakllantiruvchi bosqichdan so‘ng tajriba guruhida sezilarli ijobiy o‘zgarishlar kuzatildi. Muvozanatni saqlash ko‘rsatkichi o‘rtacha 21,6 soniyaga yetdi, bu boshlang‘ich holatga nisbatan 25,6 foizlik o‘sishni anglatadi. 10 metrlik yugurish natijasi 4,1 soniyagacha yaxshilanib, 16,3 foiz ko‘rsatkich berdi. Sakrash masofasi o‘rtacha 14,8 sm ga oshdi, bu taxminan 19,4 foiz o‘sishga teng. To‘siqlardan o‘tish, aylanish va yo‘nalishni tez o‘zgartirish topshiriqlarida koordinatsion ko‘rsatkichlar 18–27 foiz oralig‘ida yaxshilandi. Nazorat guruhida ham kichik ijobiy siljishlar kuzatildi, biroq ular 4–8 foizdan oshmadi.

Bolalarning darsga qiziqishi va faol ishtiroki bo‘yicha ham farq aniq ko‘zga tashlandi. Tajriba guruhida mashg‘ulotlarga ijobiy munosabat bildirgan bolalar ulushi 62 foizdan 91 foizgacha oshdi. Mustaqil harakatni bajarishga tayyor bolalar ulushi 58 foizdan 84 foizga ko‘tarildi. Tarbiyachilar tomonidan qayd etilgan kuzatuvlarda bolalar vazifani tushunish, navbat kutish, xavfsizlik qoidalariga rioya qilish va sherigi bilan hamkorlik qilishda ham yaxshilanganligi aniqlandi. Ayniqsa syujetli-harakatli o‘yinlar bolalarda emotsional faollikni kuchaytirib, mashg‘ulotga barqaror qiziqish uyg‘otdi.

Ota-onalar bilan olib borilgan kichik so‘rov natijalariga ko‘ra, uy sharoitida ham faol harakatga undovchi muhit yaratilgan oilalarda bolalar ertalabki badantarbiya, sayr va oddiy jismoniy mashqlarni bajarishga ko‘proq moyillik ko‘rsatdi. Bu holat jismoniy savodxonlik faqat muassasa devorlari ichida emas, balki oilaviy tarbiya bilan birgalikda samarali shakllanishini tasdiqladi. Shunday qilib, kompleks yondashuv harakat sifatlari bilan bir qatorda ijobiy odat va motivatsiyani ham rivojlantirdi. Olingan natijalar jismoniy savodxonlikni shakllantirish tizimining asosiy ustunligi bolaga moslashgan, izchil va qiziqarli ta’lim muhitini yaratishda ekanini ko‘rsatdi. Qisqa, ammo muntazam mashqlar, takroriylik va o‘yin elementi bolalarning charchashini kamaytirib, faolligini saqlab qoldi. Har bir topshiriqning sodda tushuntirilishi, vizual ko‘rsatmalar va rag‘batlantirish usullari bolalarning o‘ziga ishonchini oshirdi. Jismoniy tayyorgarlikning yaxshilanishi bilan birga, nutq faolligi, diqqatni jamlash va topshiriqni oxirigacha bajarish ko‘nikmalari ham ijobiy o‘zgardi. Natijalardan kelib chiqib, jismoniy savodxonlikning asosiy komponentlari sifatida quyidagilar ajratildi: harakatni bilish, harakatni bajarish, harakatga ijobiy munosabat, xavfsiz faoliyat ko‘nikmasi va sog‘lom turmushga yo‘naltirilgan odatlar. Ushbu komponentlar bir-biridan ajratib bo‘lmaydigan yagona tizim sifatida ishlaganda, bolalarning rivojlanishi sezilarli tezlashadi. Aynan shu jihat maktabga tayyorlov guruhida alohida ahamiyatga ega, chunki bola keyingi bosqichda uzoqroq diqqat, intizom va jismoniy chidamlilikka muhtoj bo‘ladi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari jismoniy savodxonlikni shakllantirishda harakatli o‘yinlar va integratsiyalashgan mashg‘ulotlar yuqori samaradorlikka ega ekanini ko‘rsatdi. Bu xulosa

Lundvall 2 va Cairney 4 qarashlari bilan mos keladi. Ayniqsa maktabgacha yoshda bolaga quruq mashq emas, mazmunli harakat tajribasi zarurligi tasdiqlandi. Shuningdek, natijalar motor rivojlanish va faollik o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ko‘rsatgan Stodden va hamkorlari ishlariga hamohangdir[5]. Tadqiqotning kuchli tomoni shundaki, tizim amaliyotga yaqin sharoitda sinovdan o‘tkazildi va tarbiyachi, bola hamda ota-ona hamkorligi hisobga olindi. Biroq ayrim cheklovlar ham mavjud bo‘ldi. Namuna hajmi katta emasligi, tajriba muddati qisqaligi va uzoq muddatli barqarorlik ko‘rsatkichlari baholanmaganligi natijalarni keng umumlashtirishda ehtiyotkorlikni talab qiladi. Shunga qaramay, olingan ma’lumotlar maktabgacha ta’limda jismoniy savodxonlikni alohida yo‘nalish sifatida tashkil etish zarurligini isbotlaydi. Muhokama shuni ham ko‘rsatadiki, jismoniy savodxonlikni shakllantirish jarayoni faqat jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari bilan cheklanmasligi kerak. U sog‘lom ovqatlanish, gigiyena, kun tartibi, harakat xavfsizligi va emotsional qo‘llab-quvvatlash bilan birga olib borilgandagina to‘liq natija beradi. Demak, maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bu yo‘nalishni tizimli tashkil etish uchun metodik ta’minot, tarbiyachi malakasi va oilaviy hamkorlik bir xil darajada muhimdir.

XULOSA

Tadqiqot natijalari katta va maktabga tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida jismoniy savodxonlik asoslarini shakllantirish mumkin va zarur ekanini ko‘rsatdi. Shakllantirilgan tizim bolalarda harakat kompetensiyasi, faol ishtirok, o‘ziga ishonch va sog‘lom turmushga ijobiy munosabatni rivojlantirdi. Tajriba guruhida jismoniy ko‘rsatkichlar 18–27 foizga yaxshilandi, bu tizimli yondashuvning samaradorligini tasdiqladi. Amaliy tavsiyalar: birinchidan, maktabgacha ta’lim dasturlariga jismoniy savodxonlik mazmunini integratsiya qilish; ikkinchidan, harakatli o‘yinlar va syujetli mashqlar ulushini oshirish; uchinchidan, kun tartibida qisqa jismoniy faollik bloklarini muntazam joriy etish; to‘rtinchidan, ota-onalar uchun ma’rifiy seminarlar tashkil etish; beshinchidan, tarbiyachilar uchun jismoniy savodxonlik bo‘yicha metodik treninglar o‘tkazish maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1 Didaktik vositalar asosida ta’lim samaradorligini oshirish mehanizmlari. Ilm vaqti ilmiy jurnalining 2026-yil, 4- son.

2 Boshlang’ich sinflarda ta’lim texnalogiyasidan foydalanishning ahamiyati. UBS ilmiy axborotnomasi 2026-yil 1-son, 505-509 b.

3 “Ilk qadam” davlat o’quv dasturi.

4 Maktabgacha pedagogika bo’yicha o’quv qo’llanmalar.