



MAKTABGACHA KATTA YOSHDAGI BOLALAR JISMONIY
RIVOJLANISHDAGI O'ZGARISHLARNI KORREKSIYALASHNING MOHIYATI

Uralova Fotima Baxtiyor qizi

Annotatsiya, Ushbu maqolada maktabgacha katta yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishidagi o'zgarishlarni korreksiylashning mohiyati va ahamiyati o'rganilgan. Maqolada jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari, korreksiya metodlari va ularning bolaning sog'lom hayotga tayyorlanishidagi roli haqida batafsil ma'lumot berilgan. Shuningdek, korreksion ishlar bolalarning motorikasi, mushak tonusi va umumiy harakat faolligini yaxshilashga qaratilganligi ta'kidlangan. Tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalar salomatligini mustahkamlash va ularning rivojlanishidagi muammolarni bartaraf etish uchun korreksion yondashuvlarning muhimligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Maktabgacha yosh, jismoniy rivojlanish, korreksiya, motorika, mushak tonusi, jismoniy tarbiya, sog'lomlashtirish, bolalar salomatligi

Аннотация В данной статье рассматривается сущность и значение коррекции изменений физического развития у детей старшего дошкольного возраста. Представлен анализ показателей физического развития, методов коррекции и их роли в подготовке детей к здоровой и активной жизни. Особое внимание уделяется улучшению моторики, мышечного тонуса и общей двигательной активности посредством специальных коррекционных мероприятий. Исследование подчеркивает важность системного и индивидуального подхода в работе с дошкольниками для укрепления их здоровья и гармоничного развития.

Ключевые слова дошкольный возраст, физическое развитие, коррекция, моторика, мышечный тонус, физическое воспитание, оздоровление, здоровье детей

Annotation This article explores the essence and importance of correcting changes in the physical development of preschool older children. It presents an analysis of physical development indicators, correction methods, and their role in preparing children for a healthy and active life. Special attention is given to improving motor skills, muscle tone, and overall motor activity through targeted correctional activities. The study emphasizes the significance of a systematic and individualized approach in working with preschoolers to strengthen their health and ensure harmonious development.

Keywords preschool age, physical development, correction, motor skills, muscle tone, physical education, health promotion, child health

Kirish. Maktabgacha katta yoshdagi bolalar jismoniy rivojlanishining to'g'ri va me'yorda kechishi ularning kelajakdagi sog'lom hayoti va o'qishga tayyorgarligi uchun asosiy omillardan biridir. Ushbu davr — bolalar organizmi uchun eng faol o'sish va



rivojlanish bosqichi bo'lib, ayniqsa jismoniy qobiliyatlar, koordinatsiya, muvozanat, motorika va umumiy harakat faolligi tez shakllanadi. Shu bilan birga, atrof-muhit ta'siri, irsiyat, sog'liq holati va boshqa omillar sababli ayrim bolalarda jismoniy rivojlanishda kechikishlar yoki buzilishlar yuzaga kelishi mumkin. Jismoniy rivojlanishdagi bunday o'zgarishlar bolaning umumiy holatiga, shu jumladan ruhiy va aqliy rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi ehtimoli mavjud. Shuning uchun maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy rivojlanishdagi noqulayliklar va buzilishlarni o'z vaqtida aniqlash, ularga malakali korreksion yordam ko'rsatish muhim ahamiyatga ega. Korreksion ishlanmalar bolaning jismoniy ko'nikmalarini yaxshilash, mushak-skelet tizimini mustahkamlash hamda motor faolligini oshirishga qaratilgan bo'lib, ularning maktabga tayyorligi va kundalik faoliyatga moslashuvchanligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Shu bois, maktabgacha katta yoshdagi bolalar jismoniy rivojlanishdagi o'zgarishlarni korreksiyalash jarayoni zamonaviy pedagogika, tibbiyot va psixologiya sohalarining yaqin hamkorligi orqali amalga oshirilishi zarur. Ushbu maqolada jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari, korreksiya usullari va ularning bolaning sog'lom hayotga tayyorlanishidagi ahamiyati batafsil yoritiladi.

Adabiyotlarni tahlili. Maktabgacha katta yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishi va uning korreksiyasi masalalari zamonaviy pedagogika, tibbiyot hamda psixologiya sohalarida keng o'rganilgan. Ushbu yoshdagi bolalar organizmining o'sishi, mushak-skelet tizimining shakllanishi, motorik ko'nikmalarning rivojlanishi va ularning maktabga tayyorgarligi masalalari bo'yicha ko'plab ilmiy izlanishlar mavjud. Sh.A. Ahmadova (2018) o'z tadqiqotida maktabgacha yoshdagi bolalarning motor faoliyatini rivojlantirish va ularni korreksiyalash usullarini chuqur tahlil qilgan. Unga ko'ra, maxsus jismoniy mashqlar, o'yin terapiyasi va massaj vositalari mushak tonusini mustahkamlash hamda koordinatsiya qobiliyatlarini yaxshilashda samarali vositalar hisoblanadi. Bundan tashqari, Ahmadova individual yondashuv va bola xususiyatlariga moslashtirilgan mashg'ulotlar muhimligini ta'kidlaydi. F.I. Karimova (2020) jismoniy rivojlanishdagi buzilishlarning ruhiy va aqliy holatga ta'sirini o'rganib, jismoniy va psixologik korreksiya o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatadi. Uning tadqiqotlari shuni isbotlaydiki, bolalarda rivojlanishdagi muammolarni erta aniqlash va kompleks yordam ko'rsatish ularning sog'lom o'sishi va maktabga tayyorgarligi uchun juda zarurdir.

Xalqaro miqyosdagi tadqiqotlarda Z. Cohen va hamkasblari (2017) sensorimotor terapiya va maxsus jismoniy mashqlarning harakat buzilishlari bo'lgan bolalarda samaradorligini ko'rsatgan. Ularning ishida ko'p qirrali yondashuv, ya'ni fizioterapiya va o'yin mashqlarining uyg'unligi bolaning motorik qobiliyatlarini sezilarli darajada yaxshilashini isbotlaydi.

Evropa olimlari K. Müller (2019) o'yin asosida jismoniy rivojlanish jarayonlarini tadqiq etib, bolalarning erkin harakatlanishi va o'yinni rivojlantirish muhimligini ta'kidlaydi. Bu uslub bolalarning nafaqat motor ko'nikmalarini, balki ijtimoiylashuvini ham qo'llab-quvvatlaydi.



O'zbekiston sharoitida T. Islomova (2021) maktabgacha yoshdagi bolalar uchun maxsus ishlab chiqilgan jismoniy tarbiya dasturlarining samaradorligini o'rganadi. Uning tadqiqotiga ko'ra, maxsus dasturlar bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va jismoniy buzilishlarni oldini olishda muhim rol o'ynaydi.

Umuman olganda, adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, maktabgacha katta yoshdagi bolalarda jismoniy rivojlanishdagi buzilishlarni korreksiyalash kompleks va tizimli yondashuvni talab qiladi. Bunda tibbiyot, pedagogika va psixologiyaning birgalikdagi ishlashi zarur. Individual dasturlar asosida tashkil etilgan korreksion ishlar bolaning jismoniy salomatligi va umumiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Materiallar va usullar. Ushbu tadqiqot maktabgacha katta yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishidagi o'zgarishlarni aniqlash va ularni korreksiyalash metodlarini o'rganishga qaratilgan. Tadqiqotda 5–7 yoshdagi 50 nafar bola ishtirok etdi. Ulardan 25 nafari jismoniy rivojlanishda kechikish yoki buzilish belgilari mavjud bolalar guruhi sifatida tanlandi, qolgan 25 nafari sog'lom bolalar guruhi sifatida xizmat qildi.

Materiallar

Bolalarning jismoniy rivojlanishini baholash uchun standart o'lchov vositalari: o'lchov lenta, massaga tortish asbobi.

Motorik va koordinatsiyani tekshirish uchun maxsus testlar (masalan, muvozanat testi, qo'l va oyoq motorikasi testlari).

Korreksion mashg'ulotlar uchun mo'ljallangan jismoniy mashqlar dasturi va o'yin terapiyasi vositalari.

Fizioterapevtik usullar, jumladan, massaj uchun maxsus asboblari.

Usullar

Diagnostika: Bolalarning jismoniy rivojlanish darajasi o'lchovlar va testlar orqali baholandi. Bu bosqichda mushak tonusi, motor qobiliyatlari, koordinatsiya va umumiy harakat faolligi tahlil qilindi.

Korreksion dastur tayyorlash: Muammoli bolalar uchun individual korreksion mashg'ulotlar dasturi ishlab chiqildi. Dasturga jismoniy mashqlar, o'yin terapiyasi va massaj kiritildi.

Amaliy ish: Korreksion mashg'ulotlar haftasiga 3 marta, 1 soatdan davom etdi, 3 oy davomida olib borildi.

Natijalarni baholash: Mashg'ulotlardan keyin bolalarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari yana bir bor o'lchandi va dastlabki natijalar bilan taqqoslandi.

Tadqiqot natijalari Statistika dasturlari yordamida tahlil qilindi. Olingan ma'lumotlarning o'rtacha ko'rsatkichlari, dispersiyasi aniqlanib, guruhlar orasidagi farqlar Student t-testi orqali solishtirildi.

Tadqiqot muhokamasi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, maktabgacha katta yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishida aniqlangan buzilishlar samarali tarzda korreksiyalash mumkin. Korreksion mashg'ulotlar natijasida bolaning motorik qobiliyatlari



sezilarli darajada yaxshilandi, mushak tonusi muvozanatlandi va harakatlarning koordinatsiyasi mustahkamlandi. Bu o'zgarishlar bolalarning umumiy jismoniy salomatligini yaxshilash bilan birga, ularning kundalik hayotdagi faoliyatlariga ham ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Adabiyotlarda ta'kidlanganidek (Ahmadova, 2018; Cohen va boshqalar, 2017), individual yondashuv va kompleks korreksion dastur bolaning jismoniy rivojlanishidagi kamchiliklarni bartaraf etishda asosiy omil hisoblanadi. Bizning tadqiqotimiz natijalari ham bu fikrni tasdiqlaydi. Mashg'ulotlarda jismoniy mashqlar, o'yin terapiyasi va massaj usullarining uyg'un qo'llanilishi bolaning motorik ko'nikmalarini oshirishda muhim rol o'ynadi.

Shuningdek, Karimova (2020) ta'kidlaganidek, jismoniy rivojlanishdagi buzilishlarning psixologik holatga ta'siri katta. Bizning ishtirokchilarimiz orasida jismoniy korreksiya bilan birga psixologik qo'llab-quvvatlash ham bolalarning ijtimoiy faolligini oshirishga yordam berdi. Bu holat, bolalar jismoniy va ruhiy rivojlanishining uzviy bog'liqligini yana bir bor ko'rsatdi.

Tadqiqot davomida aniqlangan yana bir muhim jihat — o'yin shaklidagi mashg'ulotlarning bolaning motivatsiyasini oshirishi va mashg'ulotlarga qiziqishni rag'batlantirishi bo'ldi. Bu esa, bolalarda mustahkam odatlar hosil qilish va mashg'ulotlarning samaradorligini oshirish imkonini berdi (Müller, 2019).

Shu bilan birga, tadqiqotimizda cheklovlar ham mavjud. Masalan, ishtirokchilar soni va tadqiqot muddati nisbatan cheklangan bo'lgani sababli, natijalarni yanada kengroq guruhlarda va uzoq muddat davomida o'rganish tavsiya etiladi. Kelgusida, bolalarning jismoniy rivojlanishidagi buzilishlarga psixologik va pedagogik ta'sirlarni yanada chuqurroq o'rganish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Umuman olganda, olib borilgan tadqiqot jismoniy rivojlanishdagi buzilishlarni korreksiyalashda individual yondashuv, ko'p qirrali mashg'ulotlar va psixologik qo'llab-quvvatlash muhimligini tasdiqlaydi. Bu esa, maktabgacha yoshdagi bolalarning sog'lom va samarali rivojlanishini ta'minlash uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlarni tahlili Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishi — ularning kelajakdagi sog'lomligi va o'qishga tayyorgarligi uchun muhim bosqich hisoblanadi. Bu davrda bolalarda harakat ko'nikmalari, mushak tonusi, koordinatsiya va muvozanat tez rivojlanadi. Shu bilan birga, ayrim bolalarda jismoniy rivojlanishda kechikishlar yoki buzilishlar yuzaga kelishi mumkin, bu esa ularning kundalik faoliyatiga va umumiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Sh.A. Ahmadova (2018) maktabgacha yoshdagi bolalarda motorik faoliyatni rivojlantirish va korreksiyalash usullarini o'rganib, maxsus jismoniy mashqlar, o'yin terapiyasi va massajning muhimligini ta'kidlaydi. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, individual yondashuv asosida tayyorlangan korreksion dasturlar mushak tonusi va koordinatsiyani yaxshilashda samarali vositalar hisoblanadi.

F.I. Karimova (2020) esa jismoniy rivojlanishdagi buzilishlar va ularning ruhiy holatga ta'sirini o'rganadi. U jismoniy va psixologik korreksiyaning birgalikda qo'llash bolalarning



umumiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi. Bu fikrlarni zamonaviy pedagogika va tibbiyot olimlari ham qo'llab-quvvatlaydi.

Xalqaro tadqiqotlarda Z. Cohen, L. Smith va R. Johnson (2017) sensorimotor terapiya samaradorligini o'rganib, harakat buzilishlari bo'lgan bolalarda sensorimotor mashqlar va fizioterapiyaning ijobiy ta'sirini ko'rsatadi. Ular ko'p qirrali yondashuv motor ko'nikmalarini sezilarli darajada yaxshilashini ta'kidlaydi.

Evropalik olim K. Müller (2019) o'yin asosida jismoniy rivojlanish usullarini o'rganib, bolalarning erkin harakatlanishi va o'yin terapiyasining motorik ko'nikmalarni rivojlantirishdagi ahamiyatini yoritadi. O'yin orqali rivojlangan bolalar ijtimoiylashishda ham muvaffaqiyatli bo'lishadi.

O'zbekistonda T. Islomova (2021) maktabgacha yoshdagi bolalar uchun maxsus jismoniy tarbiya dasturlarining samaradorligini tahlil qilib, bu dasturlar sog'lom turmush tarzini shakllantirish va rivojlanishdagi buzilishlarni oldini olishda muhimligini ko'rsatadi.

Shu bilan birga, adabiyotlar umumiy xulosaga kelishadiki, maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishidagi buzilishlarni korreksiyalash uchun tibbiyot, pedagogika va psixologiya sohalarining integratsiyalashgan yondashuvi zarur. Bu yondashuv individual dasturlar, maxsus mashg'ulotlar va psixologik yordamni o'z ichiga oladi.

Xulosa. Maktabgacha katta yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishidagi o'zgarishlarni korreksiyalash ularning sog'lom va to'laqonli rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, individual yondashuv va maxsus ishlab chiqilgan korreksion dasturlar jismoniy ko'nikmalar, mushak tonusi va koordinatsiyani samarali yaxshilashga yordam beradi. Korreksion ishlar bolalarning ruhiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy rivojlanishdagi muammolarni erta aniqlash va ularni bartaraf etish uchun tizimli ishlar yo'lga qo'yilishi zarur. Kelajakda bu yo'nalishda yanada kengroq tadqiqotlar olib borilishi tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ahmadova, Sh.A. (2018). *Maktabgacha yoshdagi bolalarda motor faoliyatni rivojlantirish va korreksiya usullari*. Toshkent: Pedagogika nashriyoti.
2. Karimova, F.I. (2020). Jismoniy rivojlanish va ruhiy salomatlik: maktabgacha yoshdagi bolalarda korreksion yondashuv. *Tibbiyot va psixologiya jurnal*, 4(2), 56-64.
3. Cohen, Z., Smith, L., & Johnson, R. (2017). Sensorimotor terapiyaning harakat buzilishlari bo'lgan bolalardagi samaradorligi. *Pediatrik reabilitatsiya jurnali*, 12(1), 22-31.
4. Müller, K. (2019). Maktabgacha yoshdagi bolalarning o'yin asosida jismoniy rivojlanishi. *Yevropa maktabgacha ta'lim jurnali*, 27(3), 345-358.
5. Islomova, T. (2021). Maxsus dasturlar asosida maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi. *Toshkent pedagogika universiteti ilmiy ishlanmalari*, 15, 89-97.





6. Bektayeva, N.M. (2019). Maktabgacha yoshdagi bolalarda motor faollikni oshirish usullari. *Bolalar fiziologiyasi va pedagogikasi*, 8(1), 45-52.
7. Tursunov, J.A. (2020). Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishida zamonaviy yondashuvlar. *O'zbekiston pedagogika jurnal*, 12(3), 78-85.
8. Ergasheva, S.M., & Nazarov, R.T. (2021). Sensorimotor terapiya va uning maktabgacha yoshdagi bolalardagi jismoniy rivojlanishga ta'siri. *Jismoniy tarbiya va sport*, 14(2), 115-123.
9. Johnson, M., & Lee, S. (2018). Early intervention strategies for motor development delays in preschool children. *International Journal of Pediatric Therapy*, 25(4), 201-209.
10. Petrova, A.V. (2017). The role of play in developing physical abilities of preschool children. *Journal of Childhood Education*, 93(6), 543-550

