

OILADA BOLALARNING BO`SH VAQTINI TASHKIL ETISHDA TARBIYA TURLARIDAN FOYDALANISH MASALALARI

M. Tangirbergenova

Pedagogika kafedrası assistent o`qituvchisi

Kalit so'zlar: Oila, bolalar, bo'sh vaqt, tarbiya turlari, aqloqiy tarbiya, jismoniy tarbiya, sog'lom turmush tarzi.

Ключевые слова: Семья, дети, свободное время, виды воспитания, умственное воспитание, физическое воспитание, здоровый образ жизни.

Annotatsiya: Hozirgi vaqtda oilaning bo'sh vaqtni va dam olishni tashkil etish funksiyasi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Ushbu maqola da oilada bolalarning bo'sh vaqtini tashkil etishda tarbiya turlaridan foydalanish masalalari haqida so'z yuritiladi.

Аннотация: В настоящее время особую значимость приобретает функция организации свободного времени и отдыха семьи. В данной статье говорится о вопросах использования образовательных методов для организации свободного времени детей в семье.

Key words: Family, children, free time, types of education, mental education, physical education, healthy lifestyle.

Annotion: Currently, the function of organizing free time and family recreation is of particular importance. This article talks about the use of educational methods to organize the free time of children in the family.

Oila tarbiyasi, yuqorida ta'kidlab o'tilganidek, ota-onalar yoki shaxs kamoloti uchun mas'ul shaxslar tomonidan tashkil etiluvchi hamda farzandlarni har tomonlama yetuk, sog'lom etib tarbiyalashga yo'naltirilgan pedagogik jarayon. Ota-onalar o'zlarining ijtimoiy burchlarini bajarar ekanlar, farzandlarida mehnatga, uni tashkil etuvchilarga nisbatan mehr-muhabbat, hurmat tuyg'usini shakllantirish, ularni ijtimoiy-foydali mehnatga tayyorlash, turli ko'rinishdagi munosabatlarni uyushtirish vaqtida tartib-intizomga amal qilish, ijtimoiy me'yorlarga og'ishmay rioya etish, sog'lom turmush tarzini yaratish, o'z shaxsiy hayotlari mazmunini belgilashda maqsad, so'z va faoliyat birligini ta'minlash borasida har tomonlama ijobiy ibrat namunasini ko'rsatadi.

Ayniqsa, hozirgi vaqtda oilaning bo'sh vaqtni va dam olishni tashkil etish funksiyasi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Bo'sh vaqt deganda biz shartli ravishda ishdan tashqari (erkin) vaqtni tushunamiz. Bo'sh vaqt – muhim ijtimoiy qadriyatlardan biri, insonning jismoniy va ma'naviy kuchini qayta tiklash, shaxsni har tomonlama rivojlanishining takrorlanmas vositasi. Bo'sh vaqtning rolini oshirish oila hayotini

to'g'ri ritm va rejim asosida tashkil etish, uning a'zolari orasida majburiyatlarni oqilona taqsimlash, mehnat va dam olishni rejalashtirishga imkon beradi.

Oilaviy bo'sh vaqt o'zida birgalikda o'qish (kitob, gazeta, jurnal), radio eshitish, televizor ko'rish, qarindoshlar, do'stlar, tanishlar bilan uchrashish, kutubxona, teatr, kontsert saroylari va kinoteatrlarga tashrif buyurish; yillik ta'tilni birga o'tkazish; ko'ngilochar bog', sayohat, sayrga chiqish; sport bilan shug'ullanish, musobaqalarda ishtirok etish; bayramlar o'tkazishni aks ettiradi.

Eng avvalo, oiladagi tarbiya mazmuni demokratik jamiyatning bosh maqsadi bilan belgilanadi. Jamiyatimizning bosh maqsadi – har tomonlama barkamol, erkin fikrli shaxsni tarbiyalash ekan, oila tarbiyasi mazmuni ham o'zida ana shu oliy maqsadni ifodalashi zarur. Shaxsning jismoniy va psixologik sog'lomligini ta'minlash, intellektual, axloqiy jihatdan rivojlantirish, mehnat, jamiyat va oilaviy hayotga tayyorlash oilaning majburiyatlaridir. Oilaviy tarbiya mazmunining tarkibiy qismlari o'zida jismoniy, axloqiy, intellektual, estetik, mehnat tarbiyasini aks ettiradi. Shu bilan birga bu jarayon o'sib kelayotgan avlodga iqtisodiy, ekologik, siyosiy, jinsiy ta'lim berish bilan to'ldirib boriladi.

Davlatimiz bugungi kunda bolalarni va yoshlarni jismoniy tarbiyalashni dolzarb vazifa sifatida belgilab bergan. Oilada jismoniy tarbiya sog'lom turmush tarziga asoslanadi va kun tartibini to'g'ri tashkil etish, sport bilan shug'ullanish, organizmni chiniqtirishni o'z ichiga qamrab oladi. Oiladagi jismoniy tarbiya quyidagi vazifalarni hal etishga qaratiladi:

- sog'liqni mustahkamlash, bolalarni jismoniy jihatdan to'g'ri rivojlanishiga ko'maklashish;

- asosiy harakatlantiruvchi sifatlarni rivojlantirish;
- estetik sifatlarni shakllantirish;
- axloqiy sifatlarni shakllantirish;
- gigienik ko'nikma va malakalarni hosil qilish;
- umummadaniy.

Bolalarning sog'lom bo'lishlarida ularning kundalik rejimga amal qilishlari nihoyatda muhimdir. Ota-onalar yoki oilaning katta vakil avlodlari bolalarning mehnat qilishlari va dam olishlarini tartibga solishga ahamiyat berishlari kerak. Organizmning bir maromda ishlashi bola salomatligini saqlash va mustahkamlashgagina yordam berib qolmay, shu bilan birga uning barcha yumushlarni tartibli va sifatli bajarishi uchun imkon yaratadi.

Markaziy asab tizimining mustahkamlanishi uchun yaxshi dam olish talab etiladi. Tiniqib uxlash bosh miya asab hujayralarini to'la orom olishini ta'minlaydi. Bu esa butun organizmning mo'tadil o'sishiga, uning ish qobiliyatini saqlash va qayta tiklashga yordam beradi.

Inson salomatligini saqlashda ertalabki badan tarbiyaning ahamiyatini bolalarga tushuntirish hamda ularning ertalabki badan tarbiya bilan shug'ullanishga ko'niktirib borish ota-ona nazoratini talab etadi. Badan tarbiya bolani saranjomlik, intizomga ham o'rgatib boradi.

Ovqatlanishning to'g'ri tashkil etilishi ham bolaning sog'lom bo'lib o'sishining asosiy omillaridan biridir. Ota-onalar tomonidan bolaning belgilangan muayyan soatlarda ovqatlanish, ovqatlanishdan avval qo'lni yuvish, ovqatdan keyin og'izni chayish, shuningdek, kuniga ikki marta (ertalab va kechqurun) tish tozalash, haftada bir marta vanna (yoki dush, hammom)da cho'milish, qo'l va oyoq tirnoqlarini olishga odatlantirib borishlari zarur. Ushbu holatlar bolalarda jismoniy madaniyat unsurlarini shakllantiradi.

Hulosa o'rnida, oilada bolalarning bo'sh vaqtini tashkil etishda yo'qorida keltirib o'tilgan tarbiya turlaridan unumli foydalanish, kalajakda farzandlarimizning hayotida mihim ahamiyat kasb etishiga ishonchimiz komil.

Foydalanilgan adabiyaotlar:

1. Toxtoxodjaeva M. va boshqalar. Pedagogika. – T.: Moliya, 2008, 271-bet.
2. Pedagogika /A.Q.Munavvarovning umum. tah. ostida. – T.: O'qituvchi, 1996. – 200 b.