

тадқиқотимизнинг долзарблигини белгилайди. Шунинг учун ушбу мақоланинг мақсади нутқ фаолиятининг энг муҳим ва қийин турларидан бири сифатида тил университетларининг биринчи курсида подкастларни тинглашни ўргатишнинг ўзига хос хусусиятларини тавсифлашдир.

Хулоса. Хулоса қилиб шуни айтишимиз мумкинки, хорижий тил ўқитиш методида тил йўналишининг кичик курс талабаларининг тинглаш тайёргарлиги муҳим ўрин тутди. Тинглаш нутқ фаолиятининг энг муҳим ва қийин турларидан биридир. Зеро, тинглаш нутқ фаолиятининг оғзаки рецептив тури бўлиб, у ташқаридан ифодаланмайди, лекин фаол ички шаклга эга, албатта, унинг натижаси идрок этилган семантик таркибни тушуниш ёки нотўғри тушунишдир. Хорижий нутқни эшитиш ва тушуниш учун тил мутахассислигининг биринчи курс талабалари В2 даражасига мос келадиган билимларга эга бўлишлари керак: фонетик, лексик, грамматик, фон ва тинглаш.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Галскова Н.Д. Чет тилларни ўқитиш назарияси. 2009.
2. Колесникова И.Л. Чет тилларини ўқитиш методикаси бўйича инглизча-русча терминологик маълумотнома. 2001.

УДК 37

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СОҒЛОМЛАШТИРИШ ФАОЛИЯТИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ЖАРАЁНИДА КАТТА ЁШДАГИ МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ

*Алламбергенова Р.Д., Таянч докторант (PhD),
Ажиниёз номидаги Нукус давлат педагогика институти
Нукус шаҳри, Ўзбекистон*

Соғломлаштиришнинг асосий йўналиши – элементар хортинг машқларини бажаришда тананинг функционал ҳолатини ва болаларнинг жисмоний тайёргарлигини яхшилаш. Соғлиққа йўналтирилган жисмоний машқлар самарадорлиги машғулотларнинг частотаси ва давомийлиги, ишлатиладиган асбобларнинг табиати ва тегишли интенсивлик, меҳнат ва дам олиш режими билан белгиланади.

Хортингнинг соғломлаштириш дастури барча ёшдаги тоифадаги одамларга - эрта мактабгача ёшдаги болалардан тортиб қарияларгача қўлланилади. Бола ўз танаси ва онгининг захираларини ўрганиш ва ривожлантириш, янги билимлар билан бойитиш, ўз имкониятларини рўёбга чиқариш учун соғлиқни сақлашга муҳтож. Асосий хортинг техникасини ўзлаштириш билан боғлиқ бўлган турли жисмоний ва ақлий вазифаларнинг юклари ва қийинчиликларини босқичма-босқич ошириш инсоннинг кундалик ҳаётида зарур бўлган қобилиятларни очишга ёрдам беради. Бу, шунингдек, мувофиқлаштириш қобилиятларини ривожлантириш, ички органларнинг силжишини олдини олиш учун алмаштириб бўлмайдиган воситадир. Ҳар хил бурилишлар, айланишлар, сакрашларнинг такрорланиши туфайли болаларнинг танаси ғайриоддий тана позицияларига камроқ реакцияга киришади [1].

Таълим тизимида болалар ва ёшларни тарбиялаш концепциясида баркамол, юксак маълумотли, миллий онгли ва ижтимоий фаол, чуқур фуқаролик масъулияти, юксак маънавият фазилатлари, оила ва ватанпарварлик туйғуларини тарбиялашга қаратилган вазифалар тизими белгилаб берилади.

МТМ раҳбарияти мактабгача ёшдаги болаларни муваффақиятли тарбиялаш ва соғлиғини яхшилаш учун педагоглар олдида қуйидаги асосий вазифаларни қўяди:

1. Болаларнинг ўқув, тарбиявий ва ривожлантириш фаолиятини болалар организмига салбий таъсирларни камайтирадиган тарзда ташкил этиш.

2. Таълим муассасасида ва оилада ҳар томонлама ватанпарварлик тарбияси масалалари бўйича таълим муассасасининг болаларнинг оилалари билан ҳамкорлигини ташкил этиш.

3. Таълим дастурларига тана хусусиятларини яхшилаш учун жисмоний маданият ва соғломлаштириш хортинг элементларини киритиш: мувозанат, сакраш, мослашувчанлик ва бошқалар.

Йил давомида МТМ қуйидаги вазифаларни амалга ошириш устида ишлайди:

- соғломлаштириш технологиялари (хортинг дастурлари) ва ҳар куни жамиятнинг бўлажак аъзоларида ватанпарварлик тарбияси учун асос бўлган халқ ўйинларини ўтказиш орқали жисмоний тарбия ва соғломлаштириш ишларини такомиллаштириш;

- боланинг ижодий қобилиятларини эгаллаши орқали театр фаолияти таъсирида бола шахсининг индивидуал ривожланишига кўмаклашиш;

- сабаб-натижа муносабатларига асосланган оддий хулосалар чиқариш қобилиятини шакллантириш.

Педагоглар жамоаси ўз фаолиятини таълим жараёнини доимий равишда такомиллаштиришга йўналтиради: касбий маҳорат, ижодий фаолликни ошириш, болаларни тарбиялашда янги ёндашувларни, соғлиқни сақлаш технологияларини жорий этиш орқали ўқув жараёнини ташкил этиш қобилиятини ошириш, боланинг шахсиятига йўналтириш ҳисобланади [2].

Бугунги кунда МТМда ишлар болалар соғлиғини сақлаш ва мустаҳкамлаш, бола танасининг ҳимоя кучларини ошириш, болаларнинг меҳнат қобилиятини яхшилаш, болаларда ҳаётий ҳаракат қобилиятлари ва кўникмаларини ўз вақтида шакллантириш, жисмоний фазилатларни ривожлантириш ва болаларда жисмоний тайёргарлик ва жисмоний маданиятнинг тегишли даражасини таъминлашга қаратилган.

Жисмоний тарбиянинг самарадорлиги анъанавий жисмоний тарбия воситаларидан ҳар томонлама фойдаланиш билан таъминланади. Булар, хусусан:

- жисмоний машқлар (гимнастика, ўйинлар, спорт);
- табиатнинг шифобахш кучлари (ҳаво, қуёш, сув);
- гигиеник омиллар (овқатланиш, фаолият ва дам олиш, кийим-кечак, пойабзал, жиҳозлар ва бошқалар гигиенаси).

Ўқув жараёнида амалга ошириш учун мажбурий бўлган ташкилий иш шакллари мажмуи қуйидагилардир:

- жисмоний маданият дарслари, жисмоний тарбия ва соғломлаштириш тадбирлари (эрталабки гимнастика, уйқудан кейин гимнастика, жисмоний маданият дақиқалари, жисмоний тарбия танаффуслари, чиниқтириш тартиблари);

- кундалик ҳаётда ҳаракат фаолиятини ташкил этишнинг турли шакллари (юришларда жисмоний машқлар, жисмоний маданият байрамлари ва ўйин-кулгилар, болалар туризми, мобил ўйинлар, мустақил ҳаракат фаолияти, соғлом кунлар ва ҳафталар, жисмоний тарбия бўйича индивидуал ишлар).

Хулоса. Жисмоний тарбия машғулоти болаларда асосий восита кўникмаларини тизимли, изчил шакллантириш, мустаҳкамлаш

ва такомиллаштириш, уларнинг жисмоний фазилатларини ривожлантириш жараёнида устувор йўналиш ҳисобланади.

Анъанавий бўлмаган қотиб қолиш муолажалари, каттиқлашув ва махсус даволаш ва профилактика чоралари (фитотерапия, ароматерапия, физиотерапия, массаж, физиотерапевтик муолажалар ва бошқалар) ҳар куни болалар боғчаси ўқитувчилари томонидан шифокор кўрсатмаси ва розилиги билан амалга оширилади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Антропова М.В. Боланинг жисмоний ривожланиши. 2009й.
2. Вайнер Э.Н. Валеология. 2011й.

УДК 378

РОЗВИТОК SOFT SKILLS В ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ

Ачкасова Л.М., к.е.н., доцент

lachkas@ukr.net

Харківський національний автомобільно-дорожній університет

Розвиток soft skills сьогодні розглядають як процес динамічного перетворення особистості протягом її життя. Щоб у людини була продуктивна життєдіяльність та життєздатність необхідні умови, що сприяють мотивованому перетворенню наявних у неї особистісних властивостей і якостей відповідно до середовища та людей, які її оточують.

Здобувачі вищої освіти, на жаль, не завжди вміють прогнозувати, не знаходять навичок самоосвіти, а роблять те, що їм кажуть робити, відвідуючи освітні події без осмисленого ставлення до того, що відбувається. Задача закладу вищої освіти допомогти навчитися здобувачу використовувати свій час, енергію і сили на підвищення власної ефективності, просування себе та своєї індивідуальної траєкторії професійного становлення.

Д. Гоулман стверджує, що ефективність людини у професійній діяльності безпосередньо залежить від рівня розвитку у неї soft skills. Саме вони, на його думку, відрізняють «успішних фахівців від неуспішних, ефективні організації від неефективних» [1].

Аналіз інформації показує, що soft skills можна поділити на чотири групи.