



BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARI JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA MILLIY HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISHNING MUHIM OMILLARI

Allayarov M.J.

Nukus davlat pedagogika instituti pedagogika kafedراسи docent v.v.b (PhD)

Tayanch soʻzlar: boshlang'ich sinf o'quvchilari, jismoniy tarbiya, milliy harakatli o'yinlar, milliy sport turlari, sog'lomlashtirish, ta'lim berish, tarbiya berish.

Ключевые слова: младшие школьники, физическое воспитание, национальные подвижные игры, национальные виды спорта, здоровье, образование, обучение.

Key words: primary school students, physical education, national movement games, national sports, Health, education and training.

O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni faol rivojlantirish, aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa, yoshlarni jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishga jalb qilish, jamiyatda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish borasida keng ko'lamlı ishlar amalga oshirib kelinmoqda. Jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi PQ-5281-sonli "2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo'lib o'tadigan XXXIII yozgi olimpiya va XVII paralimpiya o'yinlariga O'zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi qarorida, olimpiya va paralimpiya o'yinlariga tayyorgarlik korishga katta etibor berilmoqda [1].

Tadqiqotning maqsadi. Boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda milliy harakatli o'yinlarning nazariy, amaliy va eksperimental-metodik asoslarini tadqiq etish va bu borada ilmiy metodik tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot ob'ekti. Maktab jismoniy tarbiya darslarida jismoniy sifatlarni Boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar-ning jismoniy sifatlarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish yo'llarining mazmuni, shakli va metodlari, vositalari.



Tadqiqot predmeti. Boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning jismoniy sifatlarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish jarayoni.

Amaliy ahamiyati. Jismoniy sifatlarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish yo'llarining o'rni aniqlandi. Tadqiqot natijasida umumta'lim maktablari boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida jismoniy sifatlarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish yo'llariga oid ishlab chiqilgan metodik tavsiyalardan samarali foydalanish mumkin.

Tadqiqotning metodologik asosi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, Buyuk mutafakkirlarimiz, Sharq va G'arb mutafakkirlarining ta'lim-tarbiya haqidagi fikrlari, mavzuga doir ilmiy-pedagogik, psixologik, jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi sohasidagi ilg'or tajribalar, "Ta'lim to'g'risida"gi qonun, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" ning asosiy yo'nalishlari tashkil etildi.

Tadqiqot metodlari. Kuzatish, taqqoslash, o'lchash, testlash, pedagogik eksperiment, pedagogik tashxis, matematik statistika.

Sog'lom turmush tarzi inson madaniy, jismoniy, rivojlanishi, mehnat unumdorligi va ijodiy faoliyatini oshirishni o'z ichiga olib, o'quvchilarni xar tomonlama garmonik yetuk, faol shaxs qilib tarbiyalashda muhim omil hisoblanadi. Prezidentimiz I.Karimov yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, shunday degan edi; "yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir" (2).

Shundan kelib chiqib, hozirgi vaqtda O'zbekiston pedagogik jamiyati tarbiyaning odatiy bo'lgan shakllari va usullarini izlab topish, o'sib borayotgan avlodda mustahkam umuminsoniy ishonch va qarashlarini shakllantirish; shaxsda milliy madaniyat va milliy qadriyatlarni hurmat qilish, avaylab asrash tuyg'ularini o'stirishga diqqatiniqarratmog'imiz lozim.

Yuqoridagi fikirlarga asoslanib, o'sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida halq pedagogikasi tajribalari, jumladan, milliy halq o'yinlari yoshlarning xarakteri va ongini boshqaruvchi vosita, asosiy kuch deb hisoblash mumkin.

Bolani o'yinga undagan omil uning katta yoshdagi odamlarning borliq to'g'risidagi va shaxslararo munosabati haqidagi tasavvuri va ularni shaxsiy faoliyatida sinab ko'rish istagidadir, shuningdek, jamoa bo'lib o'ynayotgan tengqurlari bilan bevosita muloqotga kirishish ishtiyoqidir. Bundan shunday xulosa chiqarish mumkin;

1. O'yin faoliyatida bola turli harakatlarni to'laligicha namoyish etishga, ularni bajarish usullarini ko'rsatishga ishtiyoqmand bo'ladi;

2. Keyinchalik esa barcha hatti-harakatlarni umumlashtirib aks ettirishga urinadi.



Bolaning o'yin faoliyatini vujudga keltiruvchi eng zarur omillardan biri-bolada o'z hatti-harakatini kattalar faoliyati, hatti-harakati bilan solishtirish, undan nusxa olish, aynan unga o'xshatish tuyg'usining mavjudligidir. Xuddi shu sababli kattalar, ularning hatti-harakatlari bolaning ham tashqi, ham ichki iborat namunasi bo'ladi va kattalar uning xulq-atvor, yurish-turishining ham ob'ekti, ham sub'ekti hisoblanadi.[2].

Go'daklik davridan maktabgacha yoshga o'tgan bolalarning faoliyati kattalar rahbarligidagi faoliyatidan mustaqil o'z-o'zini nazorat qilish darajasiga o'sib o'tadi. Biroq, yuqorida ta'kidlangan barcha shart-sharoitlar o'zaro uzviy bo'lmasligi sababli har qanday o'yinning negizi vazifasini o'tay olmaydi va shunga ko'ra ma'lum davrgacha o'yin faoliyati predmetlarga bog'liq tarzda amalga oshadi.

Ruhshunoslarning ta'kidlashicha, o'yin o'z-o'zidan vujudga kelmaydi, buning uchun kmida uchta sharoit mavjud bo'lishi kerak:

a) bolaning ongidan uni qurshab turgan voqe'lik to'g'risidagi xilma-xil taasurotlarning tarkib topishi;

v) har xil ko'rinishdagi o'yinchoqlar va tarbiyaviy ta'sir vositalarining muhayyoligi;

b) bolaning kattalar bilan tez-tez muomala va muloqotga kirishuvi.

Bunda kattalarning bolaga bevosita ta'sir ko'rsatish uslubi qiluchi rol o'ynaydi. Bu ob'ektiv shart-sharoitlarning o'zi milliy xalq o'yinlarini tashkil etish, yaratish uchun hali yetarli emas, buning uchun bola bilan kattalar o'rtasidagi munosabatni tubdan o'zgartirish lozim. Aks holda mustaqillik vujudga kelmaydi. qadimdan ota-bobolarimiz ham bolalarda avvalo qattiqqo'llik bilan irodani, mustaqillikni tarbiyalab, juda ko'p maqsadlarni ko'zda tutishgani ma'lum. Bunda kattalar bolalarga nisbatan talabchanlikni oshirishlari, bolani mustaqil ravishda harakat qilishga majbur qilish etishlari ma'qul. shunga o'xshash tadbirlarbolada mustaqillik va mustaqil faoliyatni tashkil qilish o'quvini shakllantiradi.

Maktabgacha yoshdagi bola asta-sekin kattalarning hayoti va faoliyati dunyosiga kirib boradi, oldin hamkorlikdagi faoliyatda namoyon bo'lgan ijobiy his-tuyg'ular, shijoat va dadillik sari yetaklovchi ruhiy kechinmalar iborat namuna darajasiga ko'tarilgan kattalarning ruhiy olamiga ko'tariladi. Maktab yoshida bolaning o'zi mustaqil ravishda kattalarning hayoti va faoltyatiga kirishish yo'llarini topa boshlaydi.

U keyinchalik katta kishilarning hayotiva faoliyatining barcha sohalarida va shaxslararo munosabatlarida qatnashish istagini ko'rsatadigan bo'ladi. SHuning uchun xalq milliy o'yinlari kattalar bilan bola o'rtasida yangicha munosabatlar asosida vujudga keladi va bu munosabatlarda milliy xususiyatlar: o'z yurtini



qadrlash, hurmat qilish, kattalarga hurmatda bo'lish kabi fazilatlar shakllanib, tarkib topib boradi. [3].

O'yinlarda bola faoliyatida ana shu o'yin sharoiti va predmetli harakatlarning o'zaro munosabatida asosiy e'tibor predmetlar bilan ko'pincha harakat qilishga qaratilishini, bunda predmetli o'yinlar, masalan, tosh bilan, chopon, do'ppi bilan va hakazo, harakatining xususiyati uchun yetakchi faoliyat vazifasini o'tashini ham aytib o'tish kerak bo'ladi. Ammo, bola o'yinlarda qandaydir vazifani bajara oladi, buni ham e'tibordan soqit qilmaslik kerak. Masalan, biror predmetni bir ob'ektdan ikkinchisiga yetkazishga belgilangan o'yinlarda shunday holat ro'y berishi mumkin.

Xalq milliy o'yinlari paydo bo'lishi, vujudga kelishi jihatidan ijtimoiy xususiyatga ega bo'lib, kattalarning hayoti va faoliyatini qayta tiklash va takrorlashdan boshqa narsa emas, shuningdek, bu o'yin faoliyati o'zining mazmuni va mohiyati bilan ijtimoiydir. O'zbek xalq milliy o'yinlari bola mustaqil faoliyatining yorqin namunasi bo'la oladi, bu jihatdan bu o'yinlarning mazmuni orqali kattalarning hayoti bilan yaqindan tanishadi.

Milliy harakatli o'yinlardan foydalanish jarayonida boshlang'ich maktab o'quvchilarining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

1. Bola odamlarning foliyati, ularning predmetlarga munosabati va o'zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqadi.

2. Bolalar xalq o'yinlarida atrofdagi voqe'likning eng tashqi ifodali jo'shqin his-tuyg'uli jihatlarini aks ettiradilar.

3. Milliy o'yinlarda bola kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o'z istagini amaliyotga tadbiiq qiladi.

4. Kattalarning hayoti va faoliyatiga kirish bolaning tasavvuri timsollari tariqasida namoyon bo'lsa ham, umuman uning chinakam shaxsiy hayotida o'chmas iz qoldiradi. [4].

Shu bobni xulosa qilib aytish mumkinki, milliy xalq o'yinlaridan foydalanishda, ularni qo'llashda shuni hisobga olish kerakki, bu yoshdagi bolalar aniqlikni talab etadigan mayda harakatlarga qaraganda keng, kuchli harakatlarga ancha moyil bo'ladilar. Buni bolalar yosh davrlarini ishlab chiqqan buyuk pedagog YA.N.Komenskiy ham o'z vaqtida ta'kidlagan edi.

Umuman bu yoshda bolalar juda ham harakatchanligi bilan ajralib turadi. Harakatchanlik esa maxsus, oqilona tashkil etilishni, harakatga soluvchi yurish-turish shakllarining to'g'riligini talab etadi.

Bolalarning bu yoshida tormozlanish va qo'zg'alish jarayonlarini muvozanatligini yuzaga keltirishda kattalar talabining tizimliliigi va o'zini tuta bilishga odatlantirish katta rol o'ynaydi.



Milliy o'zbek o'yinlarini yoshlar, ayniqsa maktab o'quvchilari sevib, maroq bilan o'ynamoqdalar. Bunday o'yinlar jismoniy tarbiya darslaridagina emas, balki hovlilar va bog', parklarda dam olish soatlarida o'ynaladi. Muhim sifatlarni rivojlantirishga mo'ljallangan umumiy rivojlantiruvchi va maxsus mashqlarga doir bayon qilingan material ko'proq o'yin tarzida beriladi, lekin mashqlarni tushuntirish va faol dam olish uchun qisqacha pauzalar bo'lgan kichik dozada uzluksiz bajariladi. O'yin mashqlaridan keyin bo'shashtiradigan, ohista yuriladigan mashqlarni yoki diqqat-e'tiborini o'stiradigan mashqlarni berish lozim.

Xalqning sog'lig'ini mustahkamlash O'zbekistondagi jismoniy madaniyatning asosiy vazifasidan biridir. Istiklol davrida, ayniqsa, sport va jismoniy tarbiyaga e'tibor kundan-kunga kuchayib bormoqda. Jismoniy tarbiya oldida jismoniy madaniyat va sportni xalqimizning hayotiga ko'proq singdirish; yoshlarni mustaqillik ruhida tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportning barcha turli-tuman shakllaridan, jumladan, xalq an'alaridan keng foydalani, insonlarning sog'ligini yaxshilash vaularni Ona Vatan mudofaasiga tayyorlash va shu singari katta vazifalar turibdi. Xalqimizning milliy o'yinlari esa ana shu maqsadda keng qo'llanib kelinayotgan muhim jismoniy va sport vositalaridan biridir. SHuning uchun xalq milliy harakatli o'yinlariga e'tiborni kuchaytirish zaruriyati yanada yaqqol ko'rinmoqda. [5].

Qadriyatlarga e'tibor qaratish Sharq xalqlari madaniyatining juda ko'p unsurlari (elementlari) ni saqlab qolishga va ulardn amaliy foliyatda foydalanishga imkoniyat yaratiladi. qadimgi mahalliy xalqlarimiz uchun an'anaviy milliy o'yinlar va milliy bellashuvlar qachonlardir ular hayotining ajralmas bir qismi bo'lgan, ular xalq marosimlarida, rasm-rusumlarda va urf-odatlarda mustaqil bir soha sifatida faoliyat ko'rsatib kelgan, mustahkam o'rin olgan jismoniy madaniyatning, rasm-rusumlarida va mustaqil bir soha sifatida faoliyat ko'rsatib kelgan, mutahkam o'rin olgan. Jismoniy madaniyatning bunday o'ziga vositalar yordamida bobolarimiz o'sib kelayotgan avlodda chaqqonlik, epchillik, kuchlilik va sabr-toqat kabi xususiyatlarni shakllantirganlar. Farzandlarini hayot qiyinchiliklariga vatabiatning qiyinchiliklariga nisbatan bardoshli, baquvvat qilib tarbiyalaganlar.

Yosh avlodning jismoniy jihatdan to'kis sog'lom mehnatga va Vatanni himoya qiluvchi tarzida o'sishidan xalq ham, jamiyat ham manfaatdor. Buning uchun o'quvchilar jismoniy madaniyat bilan chuqur shug'ullanishlari, turli milliy o'yinlardan foydalanish mahoratini egallashlari kerak bo'ladi. Bu esa yosh avlod tarbiyasini yanada kuchaytirish, ularni o'z xalqi, mustaqil davlati vajamiyati oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liqdir.



Milliy xalq o'yinlari va milliy sport turlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o'zgartirish, har bir iqtisodiy tuzum ularning mazmun va qoidalarida o'zining muayyan izini qoldirgani haqida yuqorida to'xtalgan edik. ba'zi o'yinlarning nomi va qoidalari hozircha saqlanib qolgan. Ana shunday o'yinlardan foydalanishda ularning bolalarga jismoniy ta'sirdan tashqari tarbiyaviy ta'sir ko'rsatishini ham nazardan soqit qilmaslik, ijodiy qo'llashni maqsadga muvofiq lashtirish kerak. Masalan, "Uloq" o'yini deganda odatda ot bilan o'ynaladigan, chavandozlar haqiqiy uloq uchun kurashadigan qadimiy ko'pkari o'yini tushuniladi. Bolalarga mo'ljallangan "Uloq" o'yini otsiz o'tkaziladi, o'yinchilar bir parcha echki terisi yopishtrilgan to'ldirma to'pni olish uchun kurashadilar. O'yin qoidalarining ba'zi jihatlari kattalarnikiga o'xshab ketadi. Tezkorlik, chaqqonlik va kuchlilikni tarbiyalovchi bu o'yin katt tarbiyaviy ahamiyatga ham ega, bunda bir-birini hurmt qilish, samimiy munosabat, qo'pollik qilmaslikka katta e'tibor briladi. [6].

Bolalarda maktabda o'qiy boshlagan birinchi kundanoq mehnatga muhabbat, ishchanlik, boshlagan ishini oxiriga yetkazish, sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkoni yaratiladi. Bunda jismoniy madaniyatning barcha zamonaviy vositalari bilan birga o'zbek xalq milliy o'yinlari juda qo'l keladi, chunki bu o'yinlar bolalarni jismoniy, ruhiy, ma'naviy jihatdan tarbiyalashning barcha jihatlarini o'z ichiga ola biladi. Zero, millatning kelajagi bo'lgan yoshlarni sog'lom, yetuk va komil inson qilib tayyorlash mustaqil O'zbekistonimiz keljagining zamini mustahkam bo'lishiga xizmat etadi.

Xalq milliy harakatli o'yinlari bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. CHunki o'yinlar o'quvchilarning qiziqishlarini oshiradi, ularga zavq bag'ishlaydi, ish qobiliyatlarining tezroq tiklanishini ta'minlaydi. O'yinlar tufayli bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishga harakat qiladilar.

Xalq milliy o'yinlarining barchasi bolalarning organizmlariga yaxlit ta'sir o'tkazadi. SHuning uchun ham o'yinlarga umumiy jismoniy ta'sir ko'rsatuvchi sifatida qarash lozim. Bironta o'yin yo'qki, u ayrim jismoniy sifatni rivojlantiruvchi vosita bo'lib hisoblanmasin. Masalan, "Do'ppi kiyishda kim g'olib?" milliy o'yinida faqat chaqqon bo'libgina qolmay, balki epchil, sezgir bo'lishga ham da'vat etiladi.

Milliy o'yinlar bilan shug'ullanish jarayonida mehnat tarbiyasi amalga oshiriladi. Bolalarning salomatligi yaxshilanadi, ularda harakat malakalari shakllanadi, mehnat faoliyati uchun zarur bo'lgan jismoniy fazilatlar rivojlanadi. Bolalarni mehnatga tayyorlashda jismoniy madaniyatning, jumladan, xalq milliy o'yinlarining tutgan o'rnini ularga tushuntirish va bu tushunchani ularning ongida shakllantirish g'oyat muhim ahamiyatga ega.



Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiya darslarida milliy harakatli o'yinlardan foydalanish quyidagi asosiy vazifalarini bajarishda ham xalq milliy o'yinlarining roli va o'rni nihoyatda katta ekanligi ko'rinadi:

1. Sog'liqni mustahkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish.

2. O'quvchilarga jismoniy madaniyat va sportga oid maxsus bilimlar berish, ularga gigiyenik bilim va ko'nikmalarni singdirish.

3. O'quvchilarda harakat malakalarini va ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish, yangi harakat turlariga va harakat faoliyatiga o'rgatish.

O'quvchilar jismoniy tarbiyasining vazifalari doimo, jumladan, milliy xalq o'yinlarini o'rganish va o'rgatish jarayonida ham uyg'un holda hal etiladi. Bu vazifalar butun jismoniy madaniyat tizimining bolalarga ta'sir etishi tufayligina muvaffaqiyatli bajarilishi mumkin. buning uchun maktabning butun pedagogika jamoasi birgalikda ahil xarakter qilishi, maktabda mashg'ulotlarni tashkil etishning turli shakl va usullaridan, ayniqsa, milliy xalq o'yinlarida, barcha vositalari yaxlitligi (kompleksi) dan foydalanish talab etiladi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi PQ-5281-sonli "2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo'lib o'tadigan XXXIII yozgi olimpiya va XVII paralimpiya o'yinlariga O'zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi qarori.

2. Abdumalikov R. Abdullayev A. Xalq milliy o'yinlari mazmunida ma'naviyat masalalari. T.: 1995.14 b.

3. Abdumalikov R.A, Sanayeva I. Bolalar bizning kelajagimiz. Sog'lom avlod tarbiyasi-buyuk davlat qurish zaminidir. Ilmiy anjuman materallari, 2-qism .Toshkent. 1984-11-13 b.

4. Abdurasulov R. Sog'lom avlodni tarbiyasi buyuk davlat qurish zaminidir. Ilmiy-amaliy anjuman materiallari. T.: 1993, 1-qism 6-11 b.

5. Maxkamjonov K. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya. Toshkent. "Ukituvchi" 1986.-B.13-14.

6. Isakova M T. Komil inson tarbiyasida milliy qadriyatlar. Alpomish. Ilmiy-amaliy anjuman matnlari. Farg'ona 2000. 41-45 b.

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiya darslarida milliy harakatli o'yinlardan foydalanish buyicha xulosalar keltirilgan.

РЕЗЮМЕ

В данной статье представлены выводы по использованию национальных двигательных игр на занятиях по физическому воспитанию учащихся младших классов.

SUMMARY

This article presents conclusions on the use of national movement games in physical education classes of primary school students.