

## JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISHNING AFZALLIKLARI

*Ilyosboyev Sirojiddin Baxtiyor o'g'li*

*CHDPU, Maktabgacha boshlang'ich talim va sport yo'nalishi 1-bosqich talabasi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlardan foydalanishning afzalliklari to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** jismoniy madaniyat, ta'lim, harakatli o'yinlar, sport, taraqqiyot, aqliy faoliyat, jismoniy faoliyat, sog'lomlashtirish.

### KIRISH

Umumiy o'rta ta'limning boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlar vositasida o'quvchilarni estetik tarbiyalash borasida dars jarayonini muvofaqiyatli tashkil etish uchun ularni (milliy harakatli o'yinlarning) rejalashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu ma'noda ta'lim tizimining umumiy o'rta ta'lim bosqichida boshlang'ich sinf o'quvchilarining yuksak ma'naviyatli, estetik didli, axloqli va ma'rifatli, bir so'z bilan aytganda, barkamol shaxs sifatida tarbiyalashga alohida ahamiyat berilishi talab etilmoqda. Bu jarayonda yosh avlodning jamiyat rivojiga mos bilim, ko'nikma va malakalar sohibi bo'lishi muhimligini ta'kidlaydi. Jumladan, ta'lim va tarbiya ishlarini boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy harakatli o'yinlarning estetik asoslarini anglash ko'nikmasini shakllantirishga yo'naltirish alohida e'tiborni talab etadi. Shu jihatdan olib qaraganda umumiy o'rta ta'lim yo'nalishida tadqiq qilinishi lozim bo'lgan muhim masalalar tizimida o'quvchilarni zamonaviy usullar asosida estetik tarbiyalashda milliy harakatli o'yinlardan foydalanishning pedagogik tizimini ishlab chiqish, uni amaliyotga tatbiq etishning yangi uslubiy yondashuvlarini joriy etishning mazmuni va metodikasini ishlab chiqish muammosi utuvor tarzda qarilishi lozim.

Umumiy o'rta ta'limning boshlang'ich sinflarida o'qitiladigan jismoniy tarbiyadan DTS o'zining tuzilishi va mazmuniga ko'ra jismoniy tarbiyani o'qitish jarayonida o'quvchi shaxsi, uning jismoniy rivojlanishi, intilishlari, qobiliyati va qiziqishlari ustuvorligidan kelib chiqadi. Ammo amaldagi dasturlar bo'yicha tuzilgan o'quv qo'llanmalarda taqdim qilinayotgan topshiriqlar har doim ham harakatli o'yinlar o'quvchilarni estetik tarbiyalashga mo'ljallanmagan.

Shu maqsadda amaldagi dasturning tuzilishi, mazmuniga putur yetkazmagan holda unga o'quvchilar bilimi, ko'nikma va malakasiga qo'yiladigan asosiy talablarni hisobga olib, dars mazmuniga emotsional yuklama, o'zining estetik mazmuniga ega bo'lgan harakatli o'yinlar, boshlang'ich sinf o'quvchilarini estetik tarbiyalash ularning

estetik ehtiyojlarini faollashtiruvchi materiallar kiritildi. Harakatli o‘yinlar garmoniyasi ichki ma’naviy go‘zallikni yaratadi, bu esa ephillik, harakatlar aniqligi, bu harakatlarni amalga oshirayotganda o‘ziga ishonch va albatta, ko‘tarinki kayfiyat ritmida namoyon bo‘ladi. U o‘quvchilar tomonidan muhim estetik qadriyat sifatida qabul qilinadi va baholanadi.

Harakatli o‘yinlar orqali o‘quvchilarni estetik tarbiyalash – maqsadga yo‘naltirilgan jarayon hisoblanib, shaxsni borliqdagi go‘zallikni to‘liq qabul qilish va to‘g‘ri tushunish qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan. U estetik tasavvurlar, qarashlar, estetik ong va estetik did tizimini ishlab chiqilishini nazarda tutadi. Bir vaqtning o‘zida bu jarayon o‘quvchilarda hayotiy jarayonda barcha sohalar orqali go‘zallik elementlarini kirita olish qobiliyati va intilishlarini tarbiyalaydi. Estetik tarbiya inson tomonidan faqatgina birgina san‘at sohasi orqali namoyon bo‘lishi bilangina chegaralanmaydi, u barcha ijodiy yondashilgan faoliyatda mavjuddir. Harakatli o‘yinlar vositasida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarini estetik tarbiyalash nafaqat mazmun, balki metodik jihatidan ham rang-barang hamda keng tarbiyaviy imkoniyatlarga ega.

Harakatli o‘yinlar jarayonida estetik tarbiya funksiyalari quyidagi metodlar orqali izohlanadi:

- harakatli o‘yinlarning emotsional izohini ko‘rsatib tushuntirish;
- harakatlarning texnik maromiga yetkazdirib va emotsional tarzda izohlash, bu go‘zallikka ta’sirlanish hissini keltirib chiqarish;
- harakatlarda va faoliyatlarda rohatlanish hissini namoyon etish;
- harakatli o‘yinlar bilan shug‘ullanish jarayonida harakat faoliyatida go‘zallikni ijobiy namoyon bo‘lishiga amaliy o‘rgatish.

Harakatli o‘yinlar vositasida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarini estetik tarbiyalashni amalga oshirishni maqsad qilib qo‘yilgan darsga quyidagi asosiy talablar qo‘yiladi:

- jismoniy tarbiya jarayonida harakatli o‘yinlarning vazifalari, o‘quv materiallari mazmuni bilan o‘quvchilarning bilish faoliyatlari hamda mashg‘ulotlarni tashkil etishning metoddari va usullarining o‘zaro uyg‘unligi;
- o‘yindagi vazifalarni aniq qo‘yish hamda ularning asosiy harakatlariga va estetikasiga alohida e’tibor berish;
- o‘quvchilarda harakatli o‘yinlarning estetik sifatlarini shakllantirishni faollashtirish;
- didaktik imkoniyalardan unumli foydalanish;
- darsning mazmuni va metodlarining qulaylik holatda tuzish;
- materiallarni o‘zlashtirishda harakatli o‘yinlarning optimal darajasini ta’minlash (sinflar bo‘yicha);
- boshlang‘ich sinf o‘quvchilarning yosh va jinsiy xususiyatlarini hisobga olish;
- o‘quvchilarga individual va tabaqalashtirilgan yondashuv;

- dars materiallarining moddiy mavjudligi.

Harakatli o'yinlar vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarini estetik tarbiyalashda beriladigan topshiriqlar ham muayyan talablar asosida amalga oshiriladi.

Milliy harakatli o'yinlarning o'tkazish jarayonida quyiladigan vazifa va topshiriqlarning talablari:

- harakatli o'yinlarning xilma-xilligi;

- harakatli o'yinlar vositasida o'quvchilarda estetik xis va didni tarbiyalash;

- o'rtoqlari xatti-harakatida va o'zining o'rab turgan muhitdagi go'zallikni topa olish qobiliyatini tarbiyalash;

- o'quvchilar tomonidan egallangan harakatli o'yinlardagi estetik tarbiya hamda muayyan ko'nikma va malakalarini o'zlashtirishni amalga oshirishdan iborat bo'lmasligi lozim;

Vazifalarni bajarishga bo'lgan umumiy talablar:

- istak, qiziqish, emotsional ko'tarinkilik;

- bajaradigan maqsadi harakatlarini aniq anglash;

- vazifani bajarish jarayoniga to'liq jalb etilishi;

- natija nafaqat o'zi uchun, balki o'zgalari uchun ham kerakligi;

- o'z-o'zini baholash. Og'zaki bilan ko'rgazmali, so'z, ko'rgazmalilik, harakatning

o'zaro mustahkam aloqasi amaliy tadqiqotning xususiyatlaridan iborat bo'ladi.

Dasturda harakatli o'yinlarning turlari taklif etilar ekan, ularning tarixiy-nazariy xamda estetik xususiyatlarini anglashga yo'naltirish va bu bilimlar jismoniy tarbiya darslarida hizmat qilishi uchun muayyan darajada diqqat markazida bo'lishi nazarda tutiladi hamda dastur materiallarini o'zlashtirishda quyidagi umumiy talablar qo'yiladi:

- o'quvchilarga o'rgatilayotgan harakatli o'yinlar to'g'risida umumiy ma'lumotlar berish;

- asosiy harakatlar va mashqlar, ularning mazmuni hamda bajarishdagi estetik jihatlarni ta'riflab berish;

- jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlar dars jarayonida qo'llanilishidan maqsad, u o'quvchilarga nimalar berishi haqida hikoya qilish;

- harakatli o'yinlardagi nafasatni o'quvchilar ongida shakllantirish.

Shu nuqtai nazardan yuqorida sharhlab o'tilgan didaktik talablarni nechog'lik amalda samarali qo'llanishi aynan jismoniy tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarini estetik tarbiyalashda harakatli o'yinlarning mazmuni bilan bog'liq.

Mamlakatimiz hududida milliy harakatli o'yinlardan juda qadimdan Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari foydalanib kelingan. Harakatli o'yinlar birinchi navbatda yoshlarda sportga bo'lgan qiziqishni shakllantirsa, ikkinchi tomondan ularning sog'lom bo'lib rivojlanishiga katta ta'sir

ko'rsatgan. Bolalarga qancha ko'p harakatli o'yinlarni o'rgatilsa va shu harakatli o'yinlarni muntazam o'ynashiga erishilsa, ko'zlangan maqsadga erishish mumkin bo'ladi. Harakatli o'yinlar ayniqsa, maktabgacha yoshdagi va kichik maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiya darslarida juda katta o'rin egallashi lozim, chunki harakatli o'yinlar salomatlikni saqlash va mustahkamlashda, jismoniy rivojlanishni normal bo'lishiga, harakat malakalarini kompleks takomillashtirishga qulaylik tug'diradi.

Harakatli o'yinlar birinchi navbatda jismoniy faollikni yaxshilash orqali yoshlarning sog'lom bo'lishini ta'minlasa, ikkinchi tomondan yoshlarga milliy g'urur, mardlik va jasurlik, to'g'ri so'zlik kabi jihatlarning shakllanishiga ham xizmat qiladi.

Mamlakatimizdagi shu sohada faoliyat olib borgan aksariyat tajribali pedagoglarni ta'kidlashlaricha, o'sib kelayotgan yosh avlodni hayotga tayyorlashda harakatli o'yinlarning ta'limiy ahamiyati juda katta ekan. Bu uzoq yillik pedagogik jarayonda o'z isbotini allaqachon topgan desak xato bo'lmaydi. Harakatli o'yinlar bolani nafaqat jismoniy tomondan, balki uning aqliy va ruhiy tomonidan ham rivojlanishini ta'minlaydi.

Mamlakatimizdagi shu sohada faoliyat olib borgan aksariyat tajribali pedagoglarni ta'kidlashlaricha, o'sib kelayotgan yosh avlodni hayotga tayyorlashda harakatli o'yinlarning ta'limiy ahamiyati juda katta ekan. Bu uzoq yillik pedagogik jarayonda o'z isbotini allaqachon topgan desak xato bo'lmaydi. Harakatli o'yinlar bolani nafaqat jismoniy tomondan, balki uning aqliy va ruhiy tomonidan ham rivojlanishini ta'minlaydi.

Harakatli o'yinda makon (joy) va zamon munosabatlarini to'g'ri baholash qobiliyatini rivojlantiradi hamda o'yinda tez-tez o'zgarib turadigan vaziyatning yuzaga kelishi ta'siriga tez va to'g'ri javob beradi. Harakatli o'yinlarda to'g'ri stereotip harakatni tarbiyalash juda muhimdir, chunki uni keyin to'g'rilash juda qiyin kechadi. Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari Bundan tashqari katta bo'lmagan buyumlar bilan harakatli o'yinlarni o'tkazish (kichik ko'ptoklar, qopchiqlar, gimnastik tayoqcha, bayroqchalar) teri va mushak-harakat sezgirligini oshiradi, qo'l va barmoq harakat funksiyalarini takomillashtirishga yordam beradi, u ayniqsa kichik maktab yoshidagi va maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar uchun juda zarurdir.

Harakatli o'yinlarda o'yin qatnashchilariga alohida rollarni bajarishga to'g'ri keladi (o'yinboshi, ochkolarni hisoblaydigan hakam, hakam yordamchisi, o'yin tashkilotchisi va boshqalar). Bu ularda tashkilotchilik bilan va malakalarni rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda harakatli o'yinlar bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalar o'yin qatnashchilarini musobaqani tashkil qilish va o'yin qoidalari bilan tanishtiradi. Bu bilim va malakalar bolalarning mustaqil ravishda musobaqani o'tkazishlariga

yordam beradi. Agar pedagog, tarbiyachi, yetakchi bunga keraklicha diqqat- e'tiborini qaratadigan bo'lsa, unda o'yinning ta'limiy tomoni yetarli darajada bo'ladi.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. F.Xodjayev., K.Raximqulo., B.Nigmanov. Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma. Toshkent 2016 y.
2. Raximqulov K. Milliy harakatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. Toshkent 2013 y.
3. Amirovna, Z. A. (2022). Theoretical and Practical Aspects of Environmental Ethics of their Manifestation in Society. 5 b.
4. Mamanov, J. A., & Roziqov, J. M. (2021). Milliy mentalitetning yoshlar madaniyatiga ta'siri. Academic research in educational sciences, 2(Special Issue 1), 170-178.
5. Mamanov, J., & Turg'unov, T. (2023). MAMLAKATIMIZ AHOLISI O'RTASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZINI QAROR TOPTIRISH–BUYUK KELAJAK ASOSI. Educational Research in Universal Sciences, 2(3), 311-314.