

## БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИДА ЎЙИНЛАР ОРҚАЛИ ҲАРАКАТ КЎНИКМАЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ.

*Ф. М. Салимов ,*

*Бухоро давлат университети доцент, п.ф.н.*

*А.Хасанов,*

*Бухоро давлат педагогика институти, II-босқич магистри*

**Аннотация.** Ушбу мақолада жисмоний тарбия дарсларида ҳаракатли ўйинлар орқали- ўқувчиларни саломатлигини мустаҳкамлаш, ахлоқий ва иродавий фазилатларни тарбиялаш, жисмоний қобилиятларини ривожлантириш ва қобилиятларни шакллантиришга эътибор қаратилган. Ҳаётий ўйинлар болаларнинг кундалик ҳаёти фаолиятининг бир қисми бўлиб, ўйинлар орқали олинган бошланғич кўникмалар кейинги ҳаракатлар техникасини чуқурроқ ўрганиш жараёнида осонгина тикланади ва уларни ўзлаштиришни осонлаштиради. Бошланғич синф ўқувчиларини айниқса, ҳаракатли ўйинлар орқали ҳаракатли кўникмаларни дастлабки ўзлаштириш босқичида фойдаланиш учун хизмат қилади.

**Калит сўзлар:** жисмоний тайёргарлик, кўникма, қобилият, ҳаракатли ўйинлар, машқ, чиниқиш, спорт турлари, машғулот.

## РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОСТЬ НАВЫКОВ С ИГРЫ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

**Аннотация.** В данной статье основное внимание уделяется укреплению здоровья, нравственно-волевых качеств учащихся, развитию физических способностей и формированию способностей посредством подвижных игр на занятиях по физическому воспитанию. Жизненные игры являются частью повседневной жизнедеятельности детей, а начальные навыки, приобретенные в играх, легко восстанавливаются в процессе дальнейшего изучения техники движений и способствуют их овладению. Обслуживает учащихся начальных классов, особенно на начальном этапе приобретения двигательных навыков через подвижные игры.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, умение, умение, подвижные игры, тренировка, упражнение, спорт, упражнение.

## DEVELOPMENT OF MOTOR SKILLS FROM THE GAME IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS

**Abstract.** This article focuses on strengthening the health, moral and volitional qualities of students, the development of physical abilities and the formation of abilities through outdoor games in physical education classes. Life games are part of the daily life of children, and the initial skills acquired in games are easily restored in the process of further study of movement techniques and contribute to their mastery. Serves primary school students, especially at the initial stage of acquiring motor skills through outdoor games.

**Key words:** physical training, umenie, umenie, podvijnye igry, trenirovka, urajnenie, sport, urajnenie.

**КИРИШ.** Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2016 йил 29 декабрдаги “2017-2021 йилларда мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш чора тадбирлари тўғрисида”ги қарорида таълим ёшидаги болаларнинг жисмоний тарбиясига алоҳида эътибор бериш мамлакатимиз узлуксиз таълим тизимининг бугунги кундаги энг муҳим вазифаларидан бири ҳисобланади [1]. Болаларни тарбиялаш жараёнида қўлланиладиган ҳар қандай ўйин уларнинг соғлиғига салбий таъсир кўрсатмаслиги керак. Ўқитувчининг асосий вазифаси болаларнинг соғлиғи, жисмоний тайёргарлиги даражаси, ёши, жинси ва индивидуал хусусиятларига қараб ўйинда оладиган юкломани тартибга солиши шу орқали яъни ўқувчилар саломатлиги, иродавий фазилятлар, жисмоний қобилиятларни яхшилашга, ҳаётий кўникмалар тайёрлашга қаратмоғи лозим.

Болаларнинг ўйинга қизиқишини ҳисобга олган ҳолда бир вақтнинг ўзида берилган вазифаларни бажариш учун қуйидагиларга эътиборини қаратиши зарур:

- маълум ўйинлар орасидан вазифага энг мос келадиганини танлаш;
- ўйинларнинг мавжудлигини баҳолаш ва ўйинчиларнинг жисмоний ва ақлий ривожланишига мос келадиганидан фойдаланиш. Ўйиннинг ҳаддан ташқари мураккаблиги унга қизиқишни камайтиради ва соддалик сафарбарликни талаб қилмайди ва шунинг учун ривожланмайди; ўйин учун жой олдиндан яхши тайёрланган бўлиши керак.

Жисмоний машқлар, ҳаракатлар онгли ва когнитив ҳолда амалга оширилади. “Мактаб ўқувчилари жисмоний тарбияси бўйича қўлланма”да ўқитувчининг асосий вазифаси ўқувчини онгли ҳаракатларга ўргатиш, унинг ҳаракатларини назорат қилишга, таҳлил қилишга, солиштиришга ўргатишдан иборатлиги бўлиши керак.

Очиқ ҳавода ўтказиладиган ўйинлар боланинг салоҳияти ва ижодий ташаббусини очиб беришга имкон беради, бунинг учун болаларнинг ўйин фаолияти учун шароит яратиш керак. Болалар ўртоқлари учун янги ўйинлар,

эстафета поигалари, кичик-танловлар, ўз ҳаракатларини ва ўртоқларининг ҳаракатларини тушуниш, назорат қилиш ва баҳолашни ўргатиш натижага эришиш йўлига эътибор қаратиш машқлар билан чиқишни таклиф қилишга қаратилга бўлиши лозим.

Бошланғич синф ўқувчиларининг асосий ўйинлари ҳаракатлар жараёнида амалга ошади. Улар кушларнинг, ҳайвонларнинг ўзлари томонидан яхши тушунилган, ўзига хос мазмунга эга бўлган ҳаракатларини ёки инсон меҳнатига тақлид қиладиган ҳаракатларни бажаришдан хурсанд бўладилар. Қизиқарли ўйинларда маълум қоидалар мавжуд. Бинобарин, авлоддан-авлодга ўтиб келаётган халқ ўйинларининг асосий мазмунини айнан шундай ўйинлар ташкил этади. Агар ижодий ўйинларда тарбиячининг (раҳбарнинг) асосий вазифаси фойдаланиш ва болаларнинг фаолиятини бошқаради, кейин қизиқарли ўйинларда бутун ташкилий ва етакчилик фаолияти ўқитувчининг ўзига боғлиқ. Иккита миллий халқ ўйинлари орқали фикримизни асослаш мумкин:

### Тўрт муюш.

Бу қадимги ўйинни болалар янги қурилаётган ўйинларнинг ичида ўйнаганлар. Муюш диалектик сўз бўлиб, адабийчасига бурчакдир. Уни ҳозирги даврга мослаштириб "тўрт бурчак ўйини" деб аташ ҳам мумкин. Ўйинга ўғил ва қиз болалар аралаш ҳолда қатнашадилар.

**Ўйин қоидаси:** ўйинни катта тўрт бурчак чизилган майдонда ўйнаш мумкин. ўйинга биргаликда 5 бола қатнашади. Улар тўртбурчакларнинг ўртасида турадилар. Бешовларининг ичидан хоҳлаган бири буйруқ берувчи: "Бурчаклар эгаллансин", - сўзини айтади. Болалар бурчакларга қараб югуришади. Тўрттаси бурчакларни эгаллайди. Бирига бурчак етмаганлигидан, уни эгаллай олмай қолади. Бурчак эгаллаган болалар эса бир-бирлари билан ўрин алмаштирадилар. ўрин алмаштириш пайтида бурчак ололмаган бола ғоят хушёр туриши керак. Ўрин алмашиш пайтида ким улгуролмай қолса, у чакқонлик билан уша бурчакни эгаллаб олишга ошиқади.

Ўйин шу хилда давом этаверади. Бу ўйинни тўртбурчакка синфдаги болаларнинг ҳаммаси иккига бўлиниб, мусобақа тарзида ҳам ўйнаш мумкин. Энг чакқон, зийрак ўйинчини ўйин охирида рағбатлантириш ҳам мумкин. Бу ўйин ҳам болаларни хушёр ва чакқон, зийрак қилиб тарбиялаши, кўникмаларни шакллантириши жиҳатидан аҳамиятлидир.

### Юлдуз.

Бу ўйинни бешбурчак ўйини деб ҳам аташ мумкин. **Ўйин қоидаси:** ўйинда дастлаб 6 та бола иштирок этади. Ўйин беш қиррали юлдуз шаклида ўйналади. Бешбурчакда битта бола туради. Олтитаси марказда боланинг ўрнига бориб туради. Номи айтилган бола эса марказга қараб юриши керак. Ким олдин борса



ўша ютган бўлади ва ўйинга бошчилик қилади. Етиб келолмагани ўйиндан чиқади, ўйинга бошқа бола киради. Ўйинни бу кўринишда давом эттириш унинг қизиқарлигини оширади.

Бир синф ўқувчилари бешта ёки олтита юлдузга бўлиниб мусобақа қилиб ҳам ўйнашлари мумкин. Бунда бешта ёки олтита юлдуз ичидан олти бола финалга чиқади. Энг чаққон бола ғолиб ҳисобланади. Бу ўйин болаларнинг чаққонлигини ошириб, зийраклик қобилиятини ўстиради

Ўйинлар болаларнинг кундалик амалий фаолиятида, шунингдек, гимнастика, спорт ва туризмда муҳим бўлган ҳаракатлар учун қобилиятларини ривожлантиради. ҳаракатли ўйин қоидалари ва ҳаракатчан ҳаракатлари ўқувчиларнинг онгида жамиятда инсонлар ўртасидаги муносабатлар, ҳаётдаги хатти-ҳаракатлар ҳақидаги ғояларни мустаҳкамлайди. Ҳаракатларнинг тузилиши ва табиати бўйича ҳаракатларига ўхшаш ўйинлар тарбиявий аҳамиятга эга бўлиб, улар гимнастика, енгил атлетика, сузиш, спорт ўйинлари, ва бошқа спорт турлари. Ўйинларда олинган бошланғич восита кўникмалари кейинги ҳаракатлар техникасини чуқурроқ ўрганиш жараёнида осонгина тикланади ва уларни ўзлаштиришни осонлаштиради. Ўйин усули, айниқса, ҳаракатларни дастлабки ўзлаштириш босқичида фойдаланиш учун тавсия этилади. Ўйин давомида ҳаракат ҳаракатларини қайта-қайта такрорлаш ўқувчиларда уларни мустақил бажариш қобилиятини шакллантиришга ёрдам беради. Ўйинчиларни ўзлаштирилган кўникма ва кўникмаларни ностандарт шароитларда ишлатишга ўргатиш керак.

Ҳаракатли ўйинлар уларни баҳолаш, бир вақтнинг ўзида идрок этиш қобилиятини ривожлантиради. Жисмоний тарбия дарсларида ҳаракатли ўйинларни ўтказишда раҳбар вазиятга қараб жамоавий ва гуруҳ усулларини бирлаштириши, ўқувчиларга бўш вақтларида, ҳовлиларда ва мактаб ўйин майдончасида ташкил этиши мумкин бўлган оз сонли иштирокчилар билан ўйинларни кўрсатиши керак.

Ҳаракатли ўйинларда иштирокчилар турли ролларни ўйнашлари керак (ҳайдовчи, ҳакам, ҳакам ёрдамчиси, ўйин ташкилотчиси ва бошқалар), бу уларнинг ташкилотчилик қобилиятини ривожлантиради. Тарбиявий жиҳатда ўша ўйинлар жуда муҳим бўлиб, улар ўз тузилиши ёки ҳаракат характерида кўра дастурга мувофиқ ўрганиладиган ҳаракатлар билан боғлиқдир. Ҳаракат билан танишишнинг дастлабки босқичида бундай ўйинлардан фойдаланиш технологияни ўрганишни осонлаштиради. Яъни, ўйин этакчи машқ вазифасини бажаради ва ҳаракатнинг кейинги бажарилиши учун қулай шароит яратади. Ҳаракатли ўйинлар қаттиқликдан ва ҳаракатларнинг нотўғри бажарилишидан қочишга ёрдам беради. Яхшиланиш босқичида ўйинлар, бир томондан, ҳаракат сифатини белгилайдиган жисмоний фазилатларни ва уларнинг намоён

бўлишини ривожлантиришга имкон беради. Иккинчи томондан, ҳаракатларининг мазмунилари ва мантиқини ўрганиш ёрдам беради. Ўйинлар, шунингдек, ностандарт ва ўзгарувчан шароитларда ҳаракатларни бажариш кўникма ва кўникмаларини шакллантиришга ёрдам беради. Синфдаги ҳаракатли ўйинларнинг тарбиявий йўналиши ўқитувчининг болаларни ўйнашга ўргатишидир. Шу билан бирга, болага нафақат ўйиннинг маъносини тушунтириш, балки ўйиндан уйда, дам олиш вақтида жисмоний тарбия воситаси сифатида фойдаланишни ўргатиш керак. Ўқувчи шахсини шакллантириш асослари. унинг ўқитувчи билан биргаликда ва унинг раҳбарлигида амалга ошириладиган фаолиятидир. Ҳар бир ҳаракатли ўйин болалар фаолияти ижобий ахлоқий фазилатларни тарбиялаш, иродани мустаҳкамлаш, ижодкорликни ривожлантириш учун фойдаланиш керак. Бошланғич синф ўқувчиларининг иродавий фазилатлар, характер хусусиятлари, одатлари ва хулқ-атвор кўникмаларини шакллантириш мактаб ўқув дастурида очик ҳавода ўйинлар ва аниқ жисмоний машқлардан фойдаланишни ўз ичига олади. Ўйин фаолияти кўпроқ самара беради, чунки у ҳар доим ўқувчилар ўртасида муайян муносабатларнинг пайдо бўлиши ва ривожланиши билан боғлиқ бўлиб, бу болаларнинг фаол мулоқотига, синфдошлар билан алоқа ўрнатишга ёрдам беради. Ўйиннинг таълим имкониятлари унинг мазмунида ётади.

Ўйинни танлашда у қандай мақсадда амалга оширилаётгани, қандай вазифаларни ҳал қилиши ҳақида ўйлаш керак. Ўйиннинг муваффақияти, ўқув ва тарбиявий вазифаларни самарали ҳал қилиш кўп жиҳатдан жамоаларнинг шаклланишига боғлиқ. ўйинда капитан ва ҳайдовчини танлаш. Ўқувчиларнинг индивидуал хусусиятларини, уларнинг тайёргарлик даражасини, жамоадаги муносабатлар характерини яхши билиш керак. Соғломлаштириш вазифалари болаларнинг нормал жисмоний ривожланишига ёрдам бериш ва уларнинг соғлиғини мустаҳкамлашни ўз ичига олади. Ҳар бир ўйиннинг соғломлаштириш имкониятларидан тўлиқ фойдаланиш жисмоний тарбия дарсларида очик ўйинлардан фойдаланишнинг энг муҳим шартидир. Машғулотларни тўғри ташкил этиш, иштирокчиларнинг ёши ва жисмоний тайёргарлигини ҳисобга олган ҳолда, очик ўйинлар суяк ва лигамент аппаратлари, мушак тизимининг ўсиши, ривожланиши ва мустаҳкамланишига, тўғри шаклланишига фойдали таъсир кўрсатади. болалар ва ўсмирлардаги ҳолат, шунингдек, тананинг функционаллигини оширади.

**ХУЛОСА** Демак ўйинларни танлашда ўқитувчи уларнинг мазмунини таҳлил қилиш ва болаларнинг жисмоний имкониятлари билан солиштириши керак. Бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний тарбиясида дарсларни ташкил этишнинг асосий шакли ҳаракатли ўйинлар бўлиб, унинг мазмуни давлат дастури билан белгиланади. Ўйинлар жараёнида асосан ўқувчиларнинг

жамоавий тарзда, гуруҳларга бўлиб ўказиш яхши натижа беради. Улар ўзлари йўл қўйган камчиликларини кўра олади ва ғалабага нисбатан ишончлари ва ҳаракат кўникмалари ошиб боради.

### АДАБИЁТЛАР

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг “2016 йил 29 декабрдаги 2017-2021 йилларда мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш чоратadbирлари тўғрисида”ги ПҚ-2707- сонли қарори. Тошкент. 2016.
2. Салимов Г.М «Развитие эмоциональной сферы дошкольников—залог психического и личностного роста детей в период адаптации к условиям дошкольного учреждения» МАДОУ г.Уфа. 2021 год.
3. Т. Усмонхўжаев, Х. Мелиев Мактабгача таълим мусасаларида жисмоний тарбия машғулоти. Ўқув қўлланма. Тошкент. 2004.
4. Ф.Қ. Ахмедов Ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш ва ўргатиш йўллари Тошкент. 2009.
5. Salimov. G. Миллий ҳаракатли ўйинлари (Усулий қўлланма). Бухоро. нашриёти-2005.
6. Салимов. Ф. М. Миллий ҳаракатли ўйинлар асосида 7-10 ёшли ўқувчиларнинг жисмоний сифатларини ривожлантириш самарадорлиги. НДА. Т.: - 24 б.
7. Салимов Ф.М. Миллий ўйинлар асосида жисмоний сифатларни ривожлантириш муаммолари (Монография) Бухоро: Дурдона. 2018 -176 б.
8. Salimov G‘.M., Qurbonov J.I. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi (o‘quv qo‘llanma) . Бухоро: Дурдона. 2019 -228 б.
9. Салимов Ф.М. Жисмоний тарбия ва спорт назарияси. Дарслик Бухоро.: Дурдона. 2020 -261 б.