

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

FARG‘ONA DAVLAT UNVERSITETI

MAMADOVA FERUZAXON MIRZAAXMAD QIZI

MILLIV VA HARAKATLIV
O‘YINLARNI O‘QITISH
METODIKASI

(O‘QUV QO‘LLANMA)

FARG‘ONA

Muallif: Mamadova Feruzaxon Mirzaaxmad qizi

Taqrizchilar:

A.T.XASANOV – Farg‘ona davlat universiteti Sport o‘yinlari kafedrasini mudiri, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori(PhD), dotsent

Q.Y.NAZIROV – O‘zbekiston Respublikasi Turizm va sport vazirligi jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish intituti Farg‘ona filiali “Jismoniy tarbiya, sport nazaryasi va uslubiyoti” kafedrasini mudiri, dotsent .

Annotatsiya

Ushbu o‘quv qo‘llanma oliy ta‘lim muassasalari talabalari va umumtalim maktablari o‘qituvchilari, 61010300 – Sport faoliyati turlari bo‘yicha (sport turlari bo‘yicha), 60112200 – jismoniy madaniyat yo‘nalishi talim oluvchilari uchun tayyorlangan. O‘quv qo‘llanma 4 bobdan iborat bo‘lib, milliy va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi fani bo‘yicha ota bobolarimiz o‘ynab kelgan o‘yinlarni tiklash, rivojlantirish. milliy va harakatli o‘yinlarning mazmuni, mohiyati, ta‘lim muassasalarida o‘tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazishga o‘rgatish, maktabda, darsda va darsdan tashqari vaqtda qo‘llaniladigan xalq harakatli o‘yinlari tashkil qilish uchun kerak bo‘ladigan mos bilim, ko‘nikma va malakalar mujassamlashtirilgan.

O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024 yil 04-martdagi “55”-sonli buyrug‘iga asosan nashrga ruxsat berilgan.

№ 888573

KIRISH

Milliy harakatli o'yinlarni o'rganish, insonlarning millatiga e'tibor bergan holda, ularning milliy e'tiqodini saqlash va rivojlantirishga yordam beradi. Bu o'yinlar orqali insonlar, milliy tarix va adabiyot haqida bilim olishadi va shu bilimlar orqali ma'naviyatimizga e'tibor bergan holda jamiyatda hamkorlik qilishni o'rganadi.

Shuningdek, milliy harakatli o'yinlar insonlarda jasorat, ishonch va jismoniy rivojlantirishda ham muhim ahamiyatga ega. Bu o'yinlar orqali insonlar, raqib jamoa bilan ishlash va jamoa bilan birdamlik bilan harakat qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu esa, ularning hayotida muhim muvaffaqiyatlar erishishiga yordam beradi.

Ma'lumki, maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning o'yinlari taqlid qilish xarakteriga ega bo'ladi. Bola tevarak-atrofdagi borliqni kuzatadi, uning elementlarini o'yinga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, unda turmush hodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

O'quvchi turmushdagi, mehnat sohasidagi, tabiat hodisalari va jonivorlar hayotidagi har xil narsalarni taqlid qilib o'ynash bilan bu hodisa va harakatlarning ma'nosiga tushuna boradi, asta-sekin hayotiy tajribaga ega bo'ladi, qiyinchiliklarni yengishga o'rganadi, unda harakat ko'nikmalari hosil bo'ladi va uning tasavvurlari boyib boradi.

Bolalarning o'zlari ijod qilib o'ynaydigan o'yinlariga keng o'rin berilishi zarur. Ammo bunday o'yinlarni ota-onalar hamda tarbiyachilarning e'tibori va rahbarligidan chetda qoldirib bo'lmaydi. O'yinni asta-sekin to'g'ri yo'lga solish bilan bolalarda kuzatuvchanlik, tashabbuskorlik, mustaqillik, mehnatsevarlikni o'stirish va ularni atrofdagi vaziyatga, o'zining va o'rtoqlarining harakatlariga to'g'ri baho bera bilish hamda shaxsiy muvaffaqiyatsizlikka nisbatan to'g'ri munosabatda bo'lish ruhida tarbiyalash lozim.

Shunday qilish bilan bola asta-sekin zaruriy malakalarga ega bo'la boradi va shu malakalar tufayli u o'z kuchini to'g'ri sarflay oladigan, o'yin paytidagi turli vaziyatlarda yaxshi o'ylab harakat qila oladigan va kelgusida, tajribasining ortishiga qarab, turmushda uchraydigan qiyinchiliklarni osongina yenga oladigan bo'ladi.

Bolani oilada tarbiyalashda ham, bog'chada tarbiyalashda ham uning tevarak-atrofdagi olamni bilishga aktiv intilishi dastlab o'yinda namoyon bo'ladi. O'yin protsessida ularning borliq haqidagi tushunchalari chuqurlashadi va mustahkamlanadi.

Bolalar oilada va bolalar muassasalarida tarbiyalanganda butunlay o'yin va ermaklar bilan band bo'lsalar, maktabga kirish bilan ularning asosiy qiziqish va e'tibori o'qishga qaratiladi.

O'yin boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun shunday bosqichki, bunda ular yangi bilim va tushunchalarni egallashga qaratilgan mustaqil faoliyatni boshlaydilar. Bolalar maktab tajriba uchastkasida ishlash va uyda foydali mehnat qilishdan tashqari, bo'sh vaqtlarining bir qismini turli o'yin va ermaklarga sarflaydilar. Bunday qilish ularga o'z ehtiyojlarini qondirish va yaxshi dam olish imkonini beradi.

Milliy va harakatli o'yinlar o'quvchilar harakatlarini o'stirish va takomillashtirishda katta ahamiyatga ega bo'lgan yurish, yugurish, sakrash, biror narsani irg'itish yoki uloqtirish, biror narsaga tirmashib chiqish kabi mashqlarni o'z ichiga oladi. Harakatlarning takomillashishi bilan birga, jismoniy qobiliyat ham taraqqiy etadi, yurak va nafas olish sistemasining faoliyati yaxshilanadi.

Bundan tashqari milliy va harakatli o'yinlar bolalarni jismoniy jihatdan o'stirish uchungina emas, balki aqliy va axloqiy jihatdan tarbiyalash uchun ham muhim ahamiyatga egadir.

I BOB MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNING MAZMUNI, MOHIYATI. XALQ O‘YINLARINI TIKLASH VA RIVOJLANTIRISH.

Milliy va harakatli o‘yinlar, milliy identifikatsiyani ta’minlashda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, millatning o‘ziga xos bo‘lgan tarixiy, madaniy va tabiiy bog‘lanishlarni ifodalaydi. Bu o‘yinlar, milliy madaniyatning asosiy qismi bo‘lib, milliy g‘oyalar va qadriyatlar bilan tanishtirish, sportivlik va jasoratni rivojlantirish, ishchi jihatni oshirish va jamoat bilan hamkorlik qilish imkoniyatini berish maqsadida o‘ynaladi.

Xalq o‘yinlarining mazmuni, o‘yinlar davomida qo‘llaniladigan vositalar, qoidalari va maqsadlari orqali belgilanadi. Bu o‘yinlar, insonlarning faoliyatini o‘rganish, jismoniy rivojlanishni ta’minlash, intellektual va sotsial ko‘nikmalarni shakllantirish, hamda jamoat bilan hamkorlik qilish imkoniyatini berish maqsadida o‘ynaladi.

Xalq o‘yinlarini tiklash va rivojlantirish uchun, ularning tarixiy asoslarini o‘rganish, ularning maqsad va mazmuni bo‘yicha tadqiqotlar olib borish, milliy madaniyatni saqlash va rivojlantirish bo‘yicha dasturlar ishlab chiqish kerak. Shuningdek, milliy va harakatli o‘yinlarni jamiyat bilan birgalikda o‘ynash imkoniyatini yaratish, sport va o‘yinlarni jismoniy va intellektual rivojlanishga yo‘naltirish ham muhimdir.

Xalq o‘yinlarini tiklash va rivojlantirish, milliy identifikatsiyani ta’minlash va milliy madaniyatni saqlashda katta ahamiyatga ega. Bu o‘yinlar insonlarda milliy g‘oyalar va qadriyatlar bilan tanishtirish, sportivlik va ishchi jihatni rivojlantirish, hamda jamoat bilan hamkorlik qilish imkoniyatini berish maqsadida o‘ynaladi. Shuningdek, ular milliy madaniyatning asosiy qismi bo‘lib, milliy tarix va madaniyatni o‘rganish imkoniyatini beradi.

Milliy va harakatli o‘yinlar, milliy identifikatsiyani ta’minlashda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, millatning o‘ziga xos bo‘lgan tarixiy, madaniy va tabiiy bog‘lanishlarni ifodalaydi. Bu o‘yinlar, milliy madaniyatning asosiy qismi bo‘lib,

milliy g'oyalar va qadriyatlar bilan tanishtirish, sportivlik va jasoratni rivojlantirish, ishchi jihatni oshirish va jamoat bilan hamkorlik qilish imkoniyatini berish maqsadida o'ynaladi.

Xalq o'yinlarining mazmuni, o'yinlar davomida qo'llaniladigan vositalar, qoidalari va maqsadlari orqali belgilanadi. Bu o'yinlar, insonlarning faoliyatini o'rganish, jismoniy rivojlanishni ta'minlash, intellektual va sotsial ko'nikmalarni shakllantirish, hamda jamoat bilan hamkorlik qilish imkoniyatini berish maqsadida o'ynaladi.

Xalq o'yinlarini tiklash va rivojlantirish uchun, ularning tarixiy asoslarini o'rganish, ularning maqsad va mazmuni bo'yicha tadqiqotlar olib borish, milliy madaniyatni saqlash va rivojlantirish bo'yicha dasturlar ishlab chiqish kerak. Shuningdek, milliy va harakatli o'yinlarni jamiyat bilan birgalikda o'ynash imkoniyatini yaratish, sport va o'yinlarni jismoniy va intellektual rivojlanishga yo'naltirish ham muhimdir.

Bundan tashqari, o'yinlar intellektual va sotsial ko'nikmalarni shakllantirishga ham yordam beradi. Bir necha o'yinlarda strategiya va taktika bilan ishlash, muhim qarorlar qabul qilish va jamoat bilan hamkorlik qilish zarur bo'ladi. Bu esa insonlarni intellektual va sotsial rivojlanishga olib keladi.

Xalq o'yinlarini tiklash va rivojlantirish uchun, ularning tarixiy asoslarini o'rganish va tadqiqotlar olib borish kerak. O'yinlarning ibratli tarixi va ularning milliy madaniyatga ta'siri haqida ma'lumotlar topish, ularning maqsad va mazmuni bo'yicha dasturlar ishlab chiqish muhimdir. Bu shu bilan birga, o'yinlarni jamiyat bilan birgalikda o'ynash imkoniyatini yaratish, sport va o'yinlarni jismoniy va intellektual rivojlanishga yo'naltirish ham muhimdir.

O'zbekiston Respublikasi mustaqillikka erishgan kundan boshlab sport va jismoniy tarbiya milliy xususiyatlarini rivojlantirishga katta e'tibor berilmoqda. Respublikada sport va sport madaniyatini rivojlantirish, sport ta'limi uchun qator qonunlar va prezident farmonlari qabul qilindi. Tarixiy ahamiyatga ega bo'lgan

ushbu qarorlar xarizma, ilhom kuchiga ega - aniqrog'i, ulkan yutuqlarga eshik ochadi. O'zbek xalqining milliy ochiq o'yinlarining maqsadi yosh avlodni kuchli va jasur ajdodlar qilib tarbiyalashdir, bunga xalqning tashqi o'yinlarini o'zlashtirish orqali erishish mumkin, bunga qo'shimcha ravishda bolalarda, yoshlarda milliy o'yinlar rivojlanishi va uyg'onishi mumkin. o'zbek milliy o'yinlari tarixi, madaniyati, an'analariga qiziqish va hurmat tuyg'usi. Sport sog'lom muhitni yaratishda, har tomonlama barkamol avlodni tarbiyalashda va ma'naviy yuksaklikni rivojlantirishda hal qiluvchi kuchdir. Biz hali ham rivojlanmoqdamiz, biz hali ham muhim ta'lim muammolarini hal qilishimiz kerak. Agar mobil milliy o'zbek o'yinlarining paydo bo'lishi va shakllanishiga e'tibor beradigan bo'lsak, unda uning ildizi uzoq o'tmishga, uzoq tarixga borib taqaladi. Milliy jismoniy madaniyatning asosiy ko'rinishlari - bu shaxsiy o'yinlar, kurashlar, afsonalar, afsonalar, qahramonlik eposlari, uning o'z ifodalari raqs va musiqada yaratilgan. Otabobolarimiz qoldirgan moddiy va ma'naviy meros xalq o'yinlarining paydo bo'lish tarixidan dalolat beradi. Xalq o'yinlarining paydo bo'lish tarixi tarixiy-arxeologik jamiyatning rivojlanishidagi birinchi bosqich va xalq o'yinlarining etnografik manbalarda paydo bo'lishi va biz milliy o'zbek ochiq sport o'yinlarining rivojlanishi to'g'risida ham qiziqarli ma'lumotlarni topamiz.

Buyuk ajdodlarimizning ilmiy asarlarida ushbu o'yinlarning tavsifi va ko'rinishi haqida ko'plab tarixiy ma'lumotlarni keltirish mumkin. Biz o'zbek milliy o'yinlari haqida juda ko'p qiziqarli va foydali ma'lumotlarni Mahmud Koshg'ariyning "Devon-u lukati turk" kitobida, Abu Ali ibn Sinoning "Tibbiyot kanoni", Kaykovusning "Kabusname" kitoblarida topishimiz mumkin. Umar Xayyom "Navro'znoma", Yusuf Xos Xojib "Qutat-u bilig", Xusaina Vaiz Koshifiy "Fituvvatnomayi Sultoniy yohud Javonmardlik tarigati", Alisher Navoiy "Xamsa", Pirimqul Qodirov "Yulduzli tunlar", Mirmuxsin "Timur Malik" Bunday tarixiy, ilmiy va badiiy asarlar, xalq o'yinlarining paydo bo'lish tarixi qiziqarli faktlarda keltirilgan. Sport o'yinlari tarixini o'rganib, yoshlar, albatta, buyuk ajdodlarimizning kitoblarini o'qiydilar, bu bilan u nafaqat ushbu o'yinlarning rivojlanishi va paydo bo'lishi tarixi bilan, balki tarixiy, ilmiy va badiiy adabiyotlar

bilan ham tanishadilar. O‘ylaymanki, bu bizning yoshlarimizning ma’naviy va diniy rivojlanishiga katta ta’sir ko‘rsatmoqda. O‘yinlar tarixini o‘rganish davomida u buyuk ajdodlarimizning asarlari bilan tanishadi. Bir nechta milliy ochiq o‘yinlar misolida sog‘lom va aqlli avlodni tarbiyalashda o‘yinlarning jismoniy rivojlanishga ta’siri va ularning pedagogik xususiyatlarini ko‘rib chiqish mumkin. Hozirgi kunda o‘rta umumiy ta’lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarida “Echki va yetti bola”, “Arqonni tortib olish”, “Teshiksiz quyon”, “Tez va aniq” kabi milliy ochiq o‘yinlar tez-tez qo‘llanilmoqda.

1.1. Xalq o‘yinlarini tiklash va rivojlantirish hamda mamlakatda xalq o‘yinlarining ta’qiqlanishi

Milliy sport turlarini rivojlantirish va ommalashtirish davlatimiz rahbari ilgari surgan muhim tashabbuslardan biri bo‘lib, nomoddiy madaniy merosni asrash, jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, ommalashtirish sohasidagi asosiy masalalardan sanaladi.

Bolalik davri turli o‘yinlar, bellashuvlar va mutolaa bilan bog‘liq bo‘lib, bu muhit uning qanday inson bo‘lib voyaga yetishida muhim ahamiyat kasb etadi. Hozirgi globallashuv zamonida inson bolaligining qanday muhitda o‘tishi ertangi taqdirimiz qanday bo‘lishida katta ahamiyatga ega. Negaki, ilgari bolalar turli xalq o‘yinlari va didaktik ahamiyatga ega mashg‘ulotlar bilan ulg‘aygan bo‘lsa, axborot texnologiyalari asrida kompyuter grafik o‘yinlarining ijobiy bilan birga salbiy jihatlari ham talaygina. Prezidentimizning joriy yil 25-maydagi “Etnosport turlarini ommalashtirish va rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori qabul qilinishi mamlakatimizda xalq o‘yinlari yanada ommalashishi va zamonaviy qiyofa kasb etib, yosh avlod hayotida tarbiyaviy ahamiyati oshishida katta samara beradi.

Xalq o‘yinlari tarixan ming yilliklar bilan yuzlashadi. Ilk xalq o‘yinlari tafsilotlari Mahmud Koshg‘ariy, Ibn Sino, Abu Rayhon Beruniy, Pahlavon Mahmud, Alisher Navoiy, Bobur Mirzo va boshqa mashhur allomayy tarixchilarimiz asarlarida o‘z aksini topgan.

Ma'naviy ulkan ilmiy-amaliy salohiyatga ega xalq o'yinlarining bugungi kungacha yashab va shakllanib kelishida Mahmud Koshg'ariyning o'rni alohida. Qomusiy alloma bundan 1000 yil oldin Turkistondan Termizgacha, Hazar va Orol sohillaridan Oltoy tog'lari etaklarigacha bo'lgan hududda yashagan turkiy xalqlarning tarixi, milliy psixologiyasi, jug'rofiyasi, til xususiyatlari, yozma va og'zaki adabiyoti, ijtimoiy-iqtisodiy hayoti va harbiy mashg'ulotlari, xalq sayllari va o'yinlarini teran o'rganib, "Devonu lug'atit turk" asarini yozib qoldirdi. Koshg'ariyning ushbu devonida turkiy xalqlarning 150 ga yaqin o'yini tilga olinib, shulardan 20 taga yaqin o'yin turiga batafsil ta'rif berilgan. Olim kattalar va bolalarning yosh jihatlariga mos bo'lgan o'yinlarga alohida to'xtalib, musobaqa turlarini bayon qiladi. U o'yinlarni diqqat bilan o'rganib, ham jismoniy, ham aqliy mashg'ulotlarga ajratgan. Shundan bilsa bo'ladiki, hozirgi zamonaviy sport va aqliy sport o'yinlarining deyarli aksariyati o'sha davrlardayoq, ya'ni XI asrda ham mavjud bo'lgan.

1.2. O'zbek xalq o'yinlarining rivojlanish tarixi

O'yin faoliyati, o'yin -mehnat bilan bolalik yoshidayoq umumiylikka egadir. O'yin juda hissiyotli faoliyat, shuning uchun u bolalar va yoshlarning tarbiyaviy ishlarida jiddiylikni talab etadi. Katta doiradagi xalq o'yinlari bolalar va o'smirlar orasida keng tarqalgan. Xalq o'yinlarining o'ziga xos xususiyati harakatning o'yin mazmunida yaqqol ajralib turishidadir. Bu harakat faoliyatlari ularning syujetlarida motivlashgan. Ular o'yin maqsadiga erishish yo'lida qo'yilgan turli xil qiyinchiliklar, to'siqlarni bartaraf etishga yo'naltirilgan.

Bolaning o'sishi va rivojlanishi bilan o'yinning mazmuni o'zgaradi, o'yin faoliyati dastlabki bosqichlarda oddiy bo'lsa, keyinchalik u bosqichma-bosqich boyib boradi va murakkablashadi. Milliy kurashda «o'yin» atamasi polvonlarning bir-birlariga qo'l silkitib yoki sakrab, yengil harakat qilishlari ma'nosini anglatadi. "Polvonlar, o'ynab-o'ynab olinglar", deganda shu ma'no tushuniladi. "Nima uchun xalq o'yinlari yoki o'zbek xalq o'yinlari" deb ataladi? Buning uchun xalq so'zining lug'aviy ma'nosini topishimiz zarur. Demak, yuqoridagi qomuslardan ma'lum

bo‘ldiki, xalq so‘zining lug‘aviy ma’nosini tilimizda el, elat, millat, aholi, xaloyiq, olomon, bir guruh kishilar ma’nolarini arig‘latadi va amalda qo‘llaniladi, bu tilimizdagi rang-baranglikka xos xususiyatdir. Binobarin, “o‘zbek xalqi” iborasi o‘rni kelganda, o‘zbek eli, o‘zbek elati, o‘zbek millati deyilishi mumkin, bu hech qanday til qonun- qoidalariga va mantiqqa zid emas.

“Xalq” so‘zi atama sifatida o‘zining qat’i belgilangan ma’no- mohiyatiga ega. Fikrimizning isboti uchun bir necha qiyosiy misollar keltiramiz. O‘zbek xalqi yoki o‘zbek xalq o‘yinlari deganda, O‘zbekistonda va boshqa mamlakatlar u mintaqalarda yashovchi barcha o‘zbeklami yoki o‘zbek xalq o‘yinlarini tushunish kerak. Chunki ular orasida o‘zbeklardan tashqari turli xalqlar, fuqaroligi yo‘q yoki fuqarolikdan mahrum etilgan kimsalar, muhojirlar, chet el fuqarolari va shu kabilar ham bolishi tabiiydir. Xullas, O‘zbekiston xalqi deganda respublikada yashovchi yalpi aholi yoki o‘zbek xalq o‘yinlari deganda faqat o‘zbek xalqiga tegishli bo‘lgan o‘yinlarni tushunmoq joizdir.

Qadim vaqtlardan beri xalq hayotiy mazmunining siyosiy, iqtisodiy, madaniy, maishiy tomonlarini o‘zida mujassamlashtirib kelgan narsa — bu o‘zbek xalq o‘yinlari va jismoniy mashqlar edi. Ilk zamonlarda ulaming aksariyati mol boqish, yovvoyi hayvon, qush va baliqlarni ovlashga qaratilgandi. Tariximiz ohangraborligini hech qachon yo‘qotmagan. Istiqlolga erishgunga qadar biz xalqimizning juda ko‘p shonli an‘analarini boy berdik, lekin an‘anaviy xalq o‘yinlari va milliy sport turlari batamom yo‘qolib ketmadi. Uni xalq o‘z farzandini e‘zozlagani kabi avaylab, ishonch ko‘zi ila saqlab keldi. Qanchalik taqiqlashlar, ta‘qiblar bo‘lmasin, ular kattalardan kichiklarga, avloddan avlodga o‘tib kelaverdi. Ularni bir yoki bir necha kishi yaratgan emas, uni xalq yaratgan, shuning uchun ham yillar bo‘roniga dosh berib, asrlar osha yashayveradi. Xalqning har qanday o‘yini mehnat, turmush tarzi va tevarak- atrof bilan uzviy bog‘langan. Bu ayniqsa, turli joylarda yashayotgan o‘zbek xalqining o‘yinlarida yaqqol ko‘zga tashlanadi. Masalan, hamma joyda uzoqni chamalab mo‘ljalga uloqtirish, tashlash, irg‘itishlar mavjud, lekin tog‘lik o‘zbeklar nishonga yoki uzoqqa tosh, tekislikdagilar esa kesak,

loy, tayoq uloqtiradilar (“Qadama tayoq”, “Aniq mo‘ljalga”, “Merganlar” va boshqa o‘yinlar). Xalq o‘yinlari azaldan insonning turmush tarzida o‘ziga xos o‘rin tutib, bolalar va yoshlarga ta’lim-tarbiya berishning asosiy vositasi sanalgan. Jamiyat taraqqiyotining har bir davrida xalq o‘yinlari belgilangan maqsad va vazifalari bilan shu jamiyat manfaatlari yo‘lida xizmat qilgan. O‘zbek xalq o‘yinlari shu jamiyat manfaatlari yo‘lida xizmat qilgan. O‘zbek xalq o‘yinlari shu qadar ko‘p bo‘lganki, bir qishloq o‘yinlari ikkinchisidan, bir shahar o‘yinlari boshqa o‘yinlardan farq qilgan. Tarixiy manbalarga qaraganda, o‘zbek xalqining milliy sport turlari va milliy o‘yinlari kishilarni faol, sermahsul ishlashga tayyorlagan. Bunda milliy o‘zbek o‘yinlarining umumiy miqdori, bilimdonlarning fikricha, 3—5 mingdan kam emas.

Bu o‘yinlarning har biri xalqimizning orzu-istaklari, umidlari, quvonch-u tashvishlarini o‘zida mujassamlashtirgan. Ular yillar davomida shakllanib, mukammal holga kelgan, ma’lum bir qoidalar asosida birlashtirilib, har xil turlarga ajratilgan. Xalq orasidagi o‘yinlar doimiy va mavsumiy bo‘lib, hatto shahar va qishloqlarga, kichik va kattalarga, kunduz va oqshomga xos xarakterga ega bog‘langan (U.Qoraboyev, 1991). Ma’lumki, barcha o‘ynaladigan o‘yinlar bilan bir qatorda, turli kasb egalarining ham o‘ziga xos o‘yinlari bo‘lgan. Ba’zi tadqiqotchilar fikricha “uloq” (ko‘pkari) o‘yini chorvadorlar orasida keng tarqalgan ekan. Chorvadorlar orasida “ko‘pkari” (uloq), “juntol”, “chimtop”, “podachi” kabi o‘yinlar o‘ynalgan (ko‘pgina sharq xalqlarida, jumladan, o‘zbek chorvadorlari orasida keng tarqalgan “chovgan”, “chimtop” o‘yini asosida hozirgi vaqtda butun dunyoda o‘ynalayotgan “Chim ustida xokkey” sport turi vujudga kelgan). O‘yin jarayonida bolalar dunyoni anglabgina qolmay, balki turli vaziyatlarda mustaqil harakat qilishni o‘rganadilar. O‘yin bolalar harakatining faol ko‘rinishlaridan biridir. Harakatchan o‘yinlar ko‘pchilik va yakka o‘yinlarga bo‘linadi. Ko‘pchilik ichida o‘ynaladigan o‘yinlar axloqiy ahamiyatga ega bo‘ladi. Yakka harakatchan o‘yinlarda bola sharoit va maqsadni o‘zlashtirishi, muvofiq yo‘lni o‘zi tanlashi mumkin (A.K.Atayev, 1990). O‘yinlarda, asosan, sog‘lom, o‘z kuchiga, imkoniyatlariga ishongan bolalar ishtirok etishgan. O‘yinlarda bolalarning yoshi,

jismoniy tayyorgarliklari ko'p hollarda hisobga olinmagan. O'yin ishtirokchilari, asosan, bolalarning bo'y-bastiga muvofiq tanlangan. Chunki, bolalarning bo'yi va gavdasining tuzilishi katta ahamiyat kasb etgan. Bolalar o'yinlarini harakatli o'yinlar va ma'naviy (so'z) o'yinlar tarzida ikki guruhga ajratish mumkin. Harakatli o'yinlarda biror predmet (o'yinchoq) yoki so'z (qo'shiq) hal qiluvchi rol o'ynaydi, ular butun o'yin davomida boshqaruvchilik, vosita vazifasini bajaradi. "Chillak" o'yinida chillak dasta va chillak, "Danak yashirish" o'yinida danak harakatni boshqaruvchi predmet hisoblanadi. "Oq terakmi, ko'k terak?", "Boy xotin", "Mehmonmisiz?" va boshqa talay o'yinlarda so'z (qo'shiq) harakatni boshqaruvchi vositaga aylangan. G. Jaxongirov (1975) o'zbek bolalar milliy o'yinlarini tavsiflagan bo'lmasada, o'zbek bolalar folklori materiallari asosida o'yinlarda folklor unsurlarining o'rnini shartli ravishda vazifalarga qarab ajratdi: qo'l chaqqonligi o'yinlari, topishmachoq, taqlid, quvlashmachoq, koptok o'yinlari, chorvachilik, dehqonchilik, bog'dorchilik, arg'imchoq, suv o'yinlari, she'riy va maishiy xarakterdagi o'yinlar. Hozirgi kunda o'yinlar ikki turga ajratiladi: harakatli o'yinlar va sport o'yinlari. Yugurishning har xil turlari, sakrash, uloqtirish va boshqa harakatlardan tashkil topgan o'yinlar harakatli o'yinlar deb ataladi. Xalq o'yinlari azaldan insonning turmush tarzida o'ziga xos o'rin tutib, bolalar va yoshlarga ta'lim tarbiya berishning asosiy vositasi sanalgan. Jamiyat taraqqiyotining har bir davrida xalq o'yinlari belgilangan maqsad va vazifalari bilan shu jamiyat manfaatlari yo'lida xizmat qilgan. O'zbek xalq o'yinlari shu jamiyat manfaatlari yo'lida xizmat qilgan. O'zbek xalq o'yinlari shu qadar ko'p bo'lganki, bir qishloq o'yinlari ikkinchisidan, bir shahar o'yinlari boshqa o'yinlardan farq qilgan. Tarixiy manbalarga qaraganda, o'zbek xalqining milliy sport turlari va milliy o'yinlari kishilarni faol, sermahsul ishlashga tayyorlagan. Bu o'yinlarning har biri xalqimizning orzu-istaklari, umidlari, quvonchu tashvishlarini o'zida mujassamlashtirgan. Ular yillar davomida shakllanib, mukammal holga kelgan, ma'lum bir qoidalar asosida birlashtirilib, har xil turlarga ajratilgan. Xalq orasidagi o'yinlar doimiy va mavsumiy bo'lib, hatto shahar va qishloqlarga, kichik va kattalarga, kunduz va oqshomga xos xarakterga ega bo'lgan.

O‘zbek xalq harakatli o‘yinlarining paydo bo‘lishida va rivojlanishida shu kungacha saqlanib qolgan qadimiy me‘morchilik obidalari va amalga oshirilgan arxeologik qazilmalarning natijalari, shuningdek, xalq og‘zaki ijodi namunalari g‘oyat muhim ahamiyat kasb etadi. O‘zbek xalq madaniyatining tarkibiy qismi hisoblangan o‘zbek xalq harakatli o‘yinlari jismoniy madaniyat, yosh avlodni tarbiyalash va sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda alohida o‘rin tutadi. O‘rganilgan ilmiy uslubiy va maxsus manbalardagi ma‘lumotlarga ko‘ra, ajdodlarimizning madaniy taraqqiyoti, ijtimoiy iqtisodiy, siyosiy va maishiy rivojlanishi bilan chambarchas bog‘liq bo‘lgan. Bu esa o‘yinlarning xalqimiz madaniy turmush tarzi va jismoniy madaniyati bilan uyg‘unlikda taraqqiy etib kelganligidan dalolat beradi. Lekin ajdodlarimiz o‘yinlarining tarixiy taraqqiyotini turli ijtimoiy tuzum davrlaridagi madaniyati, ma‘rifati, tarixiy voqealari hamda an‘analaridan alohida ajratib o‘rganib bo‘lmaydi. Insoniyat taraqqiyoti tarixida mehnat o‘yinlari katta o‘rin tutgan, ammo inson hayotida o‘yin, uning kelajakdagi mehnat faoliyatidan oldin turadi.

Hozirgi sharoitda o‘zbek xalq o‘yinlarining asosiy vazifasi o‘z mazmuni va usuli bilan bolalarning jamiyatimiz talablariga muvofiq tarbiyalanishini ta‘minlash, ularda axloqiy irodaviy sifatlarni rivojlantirish, ijodkor va bunyodkorlarga xos ko‘nikma hamda malakalarni, vatanparvarlik fazilatlarini shakllantirishdan iborat. Qadimgi tarbiya tizimida o‘yinlardan shaxsni shakllantirish vositasi sifatida keng foydalanilgan. Prezidentimiz Sh. Mirziyayev yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, shunday degan edi: “yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir” 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 diqqatini qaratmog‘imiz lozim. Yuqoridagi fikrlarga asoslanib, o‘sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida xalq pedagogikasi tajribalari, jumladan,

milliy xalq o'yinlari yoshlarning xarakteri va ongini boshqaruvchi vosita, asosiy kuch deb hisoblash mumkin

1.3. Xalq o'yinlari barcha sport o'yinlari negizida

Etnograf olimlarning hisob-kitobiga ko'ra, milliy o'yinlar soni 3-5 mingtani tashkil etadi. Har bir qishloq, tuman va shaharlarda o'ynaladigan xalq o'yinlari bir-biridan tubdan farq qiladi. Yurtimizda uloq-ko'pkari, ot ustida kurash, belbog'li kurash, tosh ko'tarish, xo'roz urishtirish, besh tosh, qirq tosh, oshiq, dorboz, chillaki kabi o'yinlar muntazam o'tkazib kelinmoqda. Xalqimiz or-nomusi, g'ururi bo'lgan milliy kurashimiz qisqa vaqt ichida katta ahamiyat kasb etgani quvonarli hol.

Aslida o'zbek xalqi ko'p asrlar davomida kurash, uloq-ko'pkari, turon, boyqo'rg'on kabi milliy sport turlari asoschilariga aylangan kurashchi-polvonlari hamda afsonaviy chavandozlari bilan mashhur bo'lgan. Mamlakatimizdagi islohotlar tufayli haqli ravishda O'zbekistonning madaniy merosi bo'lgan milliy sportimizni dunyoga namoyish etish imkoniyati paydo bo'ldi.

Ta'kidlash joizki, chavgon o'yini Markaziy Osiyo xalqlarining juda qadimgi hamda sevimli ot sporti o'yinlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, chavgon el-yurt mudofaasi uchun zarur jismoniy mashqlardan biri bo'lgani uchun ham o'yin g'olibiga beriladigan sovrin darajasi doimo orttirilib kelingan. Otda poyga chopish, quvlash, tez yo'rtib turish, toqqa chiqish, pastlikka tushish kabi bahslar bugungacha yashab kelayotgani xalqimiz tabiatidagi qudrat ramzini anglatadi.

Suv havzalarida o'tkaziladigan musobaqalar ham alohida diqqatga sazovor. Suv mashqlaridan biri bo'lgan g'avvoslik juda qadimiy kasblardan biri bo'lib, Mahmud Koshg'ariy devonida suv bahslarining ikki turi uchraydi. Birinchisi, suvda cho'milish, sho'ng'ish, suvdan suzib o'tish, suv kechish, suvda quvlashmachoq bo'lsa, ikkinchisi, ermak, ko'ngil ochish mashg'ulotlari ma'nosidagi o'yinlardir.

Asarda bolalar o‘yinlarining ba‘zilari yo‘l-yo‘lakay sanab o‘tilgan bo‘lsa, ba‘zi o‘yinlar batafsil keltirilgan. Oshiq, chillak, to‘p o‘yinlari, cho‘pon bolalar, qizlarning arg‘imchoq o‘yinlari ham birma-bir sanab o‘tilgan.

O‘sha davrdagi ko‘pgina o‘yinlar bolalarning hozirgi davrdagi o‘yinlarini eslatadi. Masalan, “o‘tish-o‘tish” deb atalgan o‘yin “kesak kuydi”, “darra soldi”, “musht ketdi” o‘yinlariga o‘xshab ketadi. Amudaryo va Sirdaryo sohillarida, Orol etaklarida, shuningdek, soylar, anhorlar, hovuz va ko‘llar bo‘ylarida bolalarning “muguz-muguz” nomli qadimiy o‘yini o‘ynalgan.

Alisher Navoiy o‘zining “Mahbub ul-qulub” asarida “oqsuyak” o‘yini ta’rifini beradi. Mahmud Koshg‘ariy devoni XI asrda bitilgan bo‘lsa, Alisher Navoiyning bu asari XV asrda yozilgan. Hozirgi paytda ham bolalar “oqsuyak” o‘yini xuddi o‘sha qoida asosida o‘ynaydi.

Abu Ali ibn Sino faqatgina mashhur tabib, faylasuf bo‘lib qolmasdan, balki xalq o‘yinlariga doir g‘oyat rang-barang nodir meros qoldirgan allomadir. U xalq o‘yinlari haqida fikr yuritar ekan, ayniqsa, badantarbiyaning kishi uchun naqadar katta ahamiyatga ega ekanini ham nazariy, ham amaliy jihatdan isbotlab berdi. Ibn Sino milliy kurashimiz (buxorocha va farg‘onacha kurash turi) haqida ham yetarlicha ma’lumot qoldirgan. Kurashning turlari ham bir nechadir, deydi u. Ulardan biri ikki kurashuvchining har biri o‘z raqibining belbog‘idan ushlab o‘ziga tortadi, shu bilan birga, kurashuvchi o‘z raqibidan qutulishning chorasini qiladi. Ikkinchisi esa uni qo‘yib yubormaslikka urinadi. Boshqa turi: kurashuvchilardan biri ikkala qo‘li bilan ikkinchisini mahkam quchoqlab o‘ziga tortadi va yerga ag‘daradi, bu vaqtda u qo‘lini birinchi kurashuvchining o‘ng qo‘li ostidan o‘tkazilishi kerak, kurashuvchilar goh gavgdalarini tiklab, goh egadi. Badantarbiyaning birinchi turi “gavda uchun maxsus harakatlar” hisoblanib, ularning har birida muayyan o‘yin unsurlari mavjud. Ya’ni qo‘l va oyoq harakatlari, ko‘krak va nafas a‘zolari harakatlari, butun tanaga oid harakatlardir.

1.4. Sohibqiron Amir Temur faoliyatida xalq o‘yinlarining ahamiyati

Amir Temur shon-shuhrat qozonishining siri mohir sarkardaligi, odilona, zukkolik bilan ish yuritishi, donishmandligi, shu bilan birga, yoshligidanoq kurash, chavandozlik, nayzabozlik, qalqonbozlik, tiyrandozlik, qilichbozlik hamda ov ilmini mukammal egallaganidandir. Bu esa uning bolaligidanoq ko‘plab harbiy amaliy tavsifga ega bo‘lgan xalq o‘yinlarini o‘ynaganidan dalolat beradi. Chunki bolalikda o‘ynalgan o‘yinlar uni hayotda janglarga, uzoq safarlarga tayyorlashda o‘ziga xos maktab vazifasini o‘tagan. “...Amir Temur 14 yoshga kelib erdi, ...xon so‘rdikim, Turug‘ otliq kimdir” anda birov turib aytdi: “Bu Tarag‘ay Bahodir o‘g‘lidir. Amir Temur xonning nazarida yosh bola ko‘rinib, buyurdikim: “Tarag‘ay Bahodirning o‘g‘li jangga bormasin”. Andan Amir Temur o‘q-yoy olib, toblab yubordi. Otilib ellik qadam yerga borib tushdi. Mirzo Sayfiddin anda taqlid qilib, ani o‘rniga yuborilmadi. Andan keyin Sohibqiron Chig‘atoy birla jonga kelib, tizzasin bukib, xonga ta‘zim qildi. Aytdi: “Iltimos qilib sizdin xohlayurmen, davlat humoyuningizda ushbu qo‘shin men birla talosh qilsalar. Anda uch kun talosh qildilar. Barchalari aqalli aning qo‘lidan yarog‘in tortib ololmadilar. Bu jur‘atni Sohibqironidan ko‘ra ba‘zilari esxurun zo‘r qildilar, kuchlari yetmadi, tortib ololmadilar”. Amir Temur shiddatkor nayzaboz bo‘lgani haqida “Temurnoma”da bunday yozilgan: “Fil hol Qilich Arslon aslaha-yarog‘larini, nayzasini qo‘liga olib, Amir ham musallig‘ bo‘lib, otlarga minib, ikki tarafdin shovqin solib, birdan nayzabozlik qilib, Amirga nayza soldi. Amir chap berdi, nayza solib erdi, orqasidin yana soldi... hozir bo‘l, deb Amir otin yoliga yopushdi. Nayza borib toshga tegib, ikki qarich botti, yana tortib olib nayza soldi. Amir nayzani o‘tkazib, qilich soldi...”. Sharofiddin Ali Yazdiyning qayd etishicha, Amir Temurning o‘ziga xos xususiyatlaridan biri davlat, mamlakat va fuqaroga g‘amxo‘rlik edi. Uning qoidasi “rosti-rusti” edi. Haqiqat - sihat-salomatlik, haqiqat - tartib, haqiqat - adolat demakdir, deb tushuntirar edi. U insonparvarlik va mardlikni Alloh ham, xalq ham ulug‘laydi, degan gapni ko‘p takrorlagan. Sharq allomalari, ma‘naviy xazinamiz egalari bo‘lmish zukko shaxslar milliy sport o‘yinlarining yosh avlod tarbiyasida benihoya katta ahamiyati va ijtimoiy-psixologik ta‘sirini o‘z ilmiy asarlarida qayta-qayta uqtirib o‘tgan.

1.5. Xalq o‘yinlariga yondashuvning yangi bosqichi

Prezidentimizning “Etnosport turlarini ommalashtirish va rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorida etnosport turlarini 2025 yilgacha ommalashtirish va rivojlantirish dasturi hamda uni 2022-2023 yillarda amalga oshirish bo‘yicha “yo‘l xaritasi” tasdiqlangan bo‘lib, unga ko‘ra, 2023 yil 1 martdan har yili etnosport turlari bo‘yicha musobaqalar o‘tkazilishi belgilangan. Jumladan, 2023 yildan an‘anaviy tarzda Toshkent shahrida har yili bir marotaba etnosport turlari bo‘yicha Uzbekistan Ethno Games respublika festivali va Xiva shahrida har ikki yilda bir marotaba Xalqaro etnosport festivali tashkil qilinishi ham ko‘zda tutilgan.

Bundan tashqari, hujjatda 2022-2023 o‘quv yilidan respublika estrada-sirk kollejida polvonlik va dorbozlik san‘ati yo‘nalishida o‘rta bo‘g‘in kadrlari tayyorlash, har ikki yilda bir marotaba polvonlar va dorbozlar ishtirokida “Polvonlar sulolasi” ko‘rik-tanlovi o‘tkazish belgilab berilgan.

YUNESKODan nomoddiy-madaniy meros maqomi olinishi mumkin bo‘lgan etnosport turlari ro‘yxati shakllantirilishi milliy xalq o‘yinlari qaytadan jonlanishiga turtki bo‘ladi. 2023 yil birinchi yanvargacha har bir hududda ot sporti turlariga tegishli anjomlar savdosini yo‘lga qo‘yish maqsadida do‘konlar tashkil etiladi, bu esa sport bilan birga turizm tijorati rivojiga ham ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Mazkur qaror bugungi kunda xalq orasida norasmiy, ammo mashhur ko‘pkari kabi o‘yinlari asta-sekin ilmiy ahamiyat kasb etishi va nafaqat yoshlar hayotida, balki harbiy sohalarda ham yigitlarning nihoyatda chiniqishiga zamin bo‘ladi. Hujjatga muvofiq, Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Xalq salomatligi milliy kengashi tomonidan ommaviy sport musobaqalari tashkil qilinadigan etnosport turlari ro‘yxati tasdiqlanadi. Alohida etnosport turlarini rivojlantirish maqsadida sport federatsiya (uyushma)lari tashkil etilishi mumkinligi belgilangan. 2023 yilgi va kelgusi yillardagi sport va ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarining hududiy kalendar rejalariga asosan, joylarda etnosport turlari bo‘yicha musobaqalar o‘tkazish uchun zarur mablag‘ ajratilishi esa sportni yanada ommalashishiga xizmat qiladi.

2023 yildan boshlab Navro‘z umumxalq bayramini nishonlash bilan bog‘liq tadbirlar doirasida milliy sport turlari va xalq o‘yinlari bo‘yicha musobaqalar, “ustoz-shogird” an‘anasi asosida polvonlik va dorbozlik san‘ati to‘garaklari tashkil etiladi. Bunday tadbirlarning o‘tkazilishi, shubhasiz, sport turizmini rivojlantirish, O‘zbekistonning sayyohlik salohiyati va imkoniyatlarini jahon miqyosida targ‘ib qilish borasida xalqaro hamkorlikni kengaytirishga yordam beradi.

An‘anaviy musobaqalar qatorida “Milliy xalq o‘yinlari – milliy g‘urur” shiori ostida milliy sport turlari va xalq o‘yinlarini targ‘ib qilish hamda yanada ommalashtirish bo‘yicha polvonlar va faxriy ustozlar ishtirokida turkum ko‘rsatuvlar tashkil etilishi quvonarli.

Qaror milliy sport turlari va xalq o‘yinlarini (etnosport) targ‘ib qilish va ommalashtirish, bolalar va o‘smirlarni ularga keng jalb qilish, xalqaro aloqalarni kuchaytirish maqsadlarini o‘zida mujassam qilgani bilan muhim, aytish mumkinki, tarixiy ahamiyatga ega bo‘ldi. Bu o‘yinlarni mutaxassislar multfilm va kompyuter grafikasi o‘yinlariga ko‘chirib, keng ko‘lamda tijratlashtirsa, virtual olamda bolalar tarbiyasiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Kelajak avlodni turli yot kompyuter o‘yinlari avj olgan bir sharoitda himoya qilib, aqliy va psixologik jihatdan biz o‘ylagandan-da komil, ma’nan sog‘lom avlod etib voyaga yetkazishimizga sabab bo‘ladi.

Xalq o‘yinlarining mohiyatida jamoani birlashtirish, himoya qilish, sog‘lom avlod tarbiyasi va aqliy qobiliyatni rivojlantirish maqsadlari mujassamligini ko‘ramiz. Shuning uchun inson jismonan sog‘lom, qat’iyatli, sabr-matонатli, hozirjavob va ma’naviy yetuk bo‘lib voyaga yetishiga xizmat qiladigan etnosport turlarini rivojlantirish juda muhimdir.

Binobarin, bunday turkum sport o‘yinlarini davlat siyosatining ustuvor masalasi sifatida yoshlar hayotida keng ko‘lamda targ‘ib etish ularda vatanparvarlik hissini uyg‘otish, sog‘lom turmush tarzini ommlashtirishga zamin bo‘lib xizmat qiladi.

“Otma tayoq”, “G‘irboydi”, “Dim-dim” – yo‘qolib borayotgan xalq o‘yinlaridan qaysilarini bilasiz? Xalq o‘yinlari bolaning jamiyatga qo‘shilishi, o‘ziga baho bera olishida asosiy vosita bo‘lgan. O‘yinlar gadjetlarga ko‘chgani sabab yaqin kelajakda milliy o‘yinlarning tarixga aylanish ehtimoli yo‘q emas.

Ko‘klam kelishi bilan yerlar, qir-adirlar taniga issiqlik yuguradi. Bunday paytda qish bo‘yi uyga berkingan bolalar azaldan ko‘chalarga chiqib o‘yinlar o‘ynashgan. Biroq oxirgi o‘n yillikda bolalar o‘ynagan xalq o‘yinlari gadjetlarga ko‘chdi va ulardagi jismoniy faollik asta-sekin pasayib boryapti.



1-rasm

**“Paxtakor” sport jamiyatining milliy kurash bo‘yicha murabbiyi Bahripolvon
Nasriddinov nevaralari. Namangan. 1985-yil / Foto O‘zArxiv**

“Milliy o‘yinlar bolani jamiyatga qo‘shadi”

Alisher Navoiy nomidagi til va adabiyot instituti filologiya fakulteti folklor bo‘limi rahbari Shomirza Turdimovning aytishicha, milliy o‘yinlarning ko‘pi 2010 yildan keyin deyarli o‘ynalmay qo‘ygan va ular kompyuter, telefonlarga ko‘chgan.

Uning fikricha, milliy o‘yinlarning bolani jamiyatga qo‘shishdagi o‘rnini hech nima bilan to‘ldirib bo‘lmaydi. “O‘yinlar – bolaning ham aqlan, ham jismonan rivojlanishiga yordam beradi. O‘yin bolani jamiyatga aralashtiradi. Uning jamiyatdagi o‘rnini topishiga sababchi bo‘ladi. Chunki o‘yinda bola o‘yinboshi bo‘ladi, ishtirokchi bo‘ladi, unga jamiyat, dunyo haqida bilim beradi. Eng qizig‘i bu bilimlar bolaga majburan emas, unga zavq uyg‘otib o‘rgatiladi. Bizning xalq pedagogikamiz mohiyati ham shundan iborat”, deydi u. Gadgetlardagi o‘yinlar tasavvurni, aqlni charxlashi mumkin, lekin kompyuter o‘yinlari deyarli harakatsiz o‘yinlardir. U yerda bola faqat kuzatish bilan band bo‘ladi. Shomirza Turdimov kompyuter o‘yinlariga ma’lum miqdorda insonni harakatga keltiradigan, uni faollashtiradigan shartlarni qo‘shish, o‘ylab topish kerakligini aytadi. Shunda eski o‘yinlarning mohiyatini saqlab qolib, yangilash mumkin. “Hech narsa yangidan paydo bo‘lgan emas. Bugun yaratilayotgan kompyuter o‘yinlarining asosi ham o‘yin qayerdan kelayotgan bo‘lsa, o‘sha xalqning folklori, adabiyoti, san’atiga tayanadi. Biz faqat iste’molchi bo‘lishimiz kerak emas. Bizning ham san’atimiz, folklorimiz bor. Shularni kompyuter o‘yinlariga qo‘shish kerak”, deydi u. O‘zbekiston hududida tarixan juda ko‘p milliy bolalar o‘yinlari bo‘lgan va ular avloddan avlodga o‘tib kelgan. “Oq terakmi-ko‘k terak”, “Berkinmachoq”, “Oshiq”, “Boychechak”, “Xolaxola”, “Qorxat”, “Ko‘pkari” kabi o‘yinlar ro‘yxatini mingga yetkazish mumkin. “O‘zbek xalq milliy o‘yinlari” kitobi muallifi Ro‘ziqul Mustafoulov ana shunday milliy bolalar o‘yinlarining yuzdan ortig‘ini yig‘gan. Ulardan qachonlardir keng tarqalgan va hozir kam o‘ynaladigan bir nechtasiga misol keltiramiz.

G'irboydi

Bu o'yinda ikki bola bellashadi. O'rtaga doira chiziladi. Doira o'rtasida o'yinchilardan birining qalpog'i qo'yiladi. Ikkinchi o'yinchi 20 qadamlar chamasi uzoqlikdan turib chillikning enasopi bilan qalpoqni urib doiradan chiqarishi kerak. Yoki qalpog'iga necha marta tegsa, shuncha marta ochko yig'adi. Do'ppiga tegdira olmasa, navbat ikkinchi o'yinchiga beriladi.

Yutgan kishi qalpoqni qirra likopchaday qatlab, besh marta irg'itadi. Beshinchi marta irg'itganda qalpoq qayerga borib tushsa, yutqazgan o'yinchi o'sha joydan to poyga joyigacha zuvillab borib kelishi kerak. O'yin yana boshdan boshlanadi va shu tartibda davom etadi.



2-rasm

“Ro‘mol ol” xalq o‘yini. Toshkent Ippodrom. 1965- yil / Foto O‘zArxiv

Chorpo‘choq

Bu yong‘oq bilan o‘ynaladigan o‘yin bo‘lib, u bolalarni hisob-kitobga, aniq mo‘ljal olishga, inoqlik va ittifoqlik, yutsa ham yutqazsa ham, mardlik ko‘rsatishga o‘rgatadi. O‘yin asosida osoyishtalik, saranjomlik yotadi. Bu o‘g‘il va qiz bolalar o‘yini bo‘lib, unda ikki yoki undan ortiq kishi qatnashadi. Har bir o‘yinchi o‘rik danagi yoki yong‘oq uyumlariga ega bo‘ladi. Ularning ikkitasini chaqib, ikki palla po‘chog‘ini oladi. O‘yin quroli ana shunday po‘choq hisoblanadi.

Yutuqqa ikkitadan danak yoki yong‘oq qo‘yiladi. O‘yin barcha o‘yinchilar kelishuvi asosida boshlanadi. Birinchi o‘yinchi po‘choqlarni yerga tashlaydi. Yerga po‘choqlarning hammasi yoki ikkitasi yopiq holatda tushsa, o‘yinchi yutgan hisoblanadi va yutganiga ikkinchi o‘yinchidan ikki danak yoki yong‘oq oladi. O‘yinni yana o‘zi davom ettiradi. Bordiyu, po‘choqlarning aniq uchtasi yoki bittasi ochiq holda yerga tushib qolsa, o‘yinchi hech qanday yutuq ololmaydi. O‘yinni esa navbatdagi o‘yinchi davom ettiradi.

Xezzov

Quvlashmachoqqa o‘xshash o‘yin. Unda bir bola yuguradi, ikkinchisi uning izidan quvadi. Agar quvib yeta olmasa, yeta olmagan uchun xapachak bo‘lib chopadi. Xapachak deb bir oyog‘ini ko‘tarib yugurishga aytiladi.



3-rasm

**Andijon va O'sh viloyati aholisi arqon tortishmoqda. Andijon. 1998/Foto
O'zArxiv**

Sichqon va mushuk

O'yinning asosiy tarkibida 10 nafar va undan ortiq bola qatnashishi mumkin. Bolalar qo'l ushlab doira hosil qiladi. Ular orasidan biri sichqon va yana biri mushuk sifatida tanlanadi. Bolalar aylana hosil qilib, bir-birlarining qo'llarini zanjirsimon ushlab turishadi.

Mushuk sichqonni davra aylantirib quvadi. Sichqon bolalar orasidan doira ichiga ham kirib ketishi mumkin. Mushuk uchun bunday imkoniyat yo'q. Mushukni kiritmaslik uchun bolalar qo'lini pasaytirib, uning yo'lini to'sishadi. Mushuk sichqonni quvib yetsa, ikkisi o'rin almashadi.



4-rasm

Kurash. Farg'ona. 1949 yil / Foto O'zArxiv

Otma tayoq

Bu o'yin ikkitadan bo'lib o'ynaladi. Bir bola tayoqni otadi, ikkinchi bola o'z tayog'ini otib, oldingi otilgan tayoqqa tegdirishi kerak. Tegdira olmasa, tayog'i tegmagan bola oldingi otilgan tayoqning egasini tayoq tushgan joygacha ko'tarib boradi. Agar tegdirsa, oldingi tayoq otgan bola tayog'i tekkan bolani tayog'i tushgan joygacha ko'tarib boradi. Tayoq navbatma-navbat otiladi

Arqon tortish

O'yinni o'tkazish paytida o'rtaga hakam tayinlanadi. Ikkala guruh o'yinchilari bir-birlari bilan yuzma-yuz turadilar. O'rtada ko'ndalang chiziq chiziladi. Arqonning ham o'rtasiga qizil ip bog'lab qo'yishadi. Qaysi guruh a'zolari

bellashuvchilarni chegara chizig'idan olib o'tsa, o'yin to'xtatiladi va g'oliblik e'lon qilinadi.



5-rasm

G'allaorol tumanida arqon tortish bahsida qizlar. Jizzax. 1995 yil /

Foto O'zArxiv

Gulchambar

Bu o'yin bahorning ayni gullar ochilgan paytida o'ynaladi. O'yinda 10-15 bola ishtirok etadi. Qatnashchilarning har birining qo'lida istalgancha turli-tuman gul bo'lishi mumkin. O'yinboshi doira shaklida turgan bolalarning o'rtasiga chiqib, bir gulning nomini aytadi. Shu gulni ushlab turgan ishtirokchi gulning o'sish sharoiti haqida gapirib beradi. Bu o'yinda bolalar quyidagi qo'shiqni hirgoyi qiladilar: Qo'llarida qizil gul yashnab keladi.

Taglarida dul-dul ot kishnab keladi.

Qo'llarida ketmoni chopib keladi.

“Volga”siga oq shoyi yopib keladi.

Qo'ltig'ida kitobi, o'qib keladi.

Qo'lda qalam, qo'shiqlar to'qib keladi

Gul, gul, gulchambar...

Bunday o'yinlar tabiatga mehr uyg'otish, qolaversa so'zlarni to'g'ri talaffuz qilish, ko'pchilik orasida o'z fikrini qo'rqmay ayta olish qobiliyatlarini shakllantiradi.



6-rasm

Milliy uloq o'yini tomoshabinlari. Navoiy. 1999 yil / Foto O'zArxiv

Dim-dim

Bu o'yinda bolalar gapirmay jim turishadi. O'yinchilardan chidamlilik, kuchlilik va iroda talab etiladi. Bolalar 2 guruhga bo'linib, ularga bir nafar boshchi saylashadi. Boshchilar qaysi guruh g'olib bo'lsa, biror shart bajarishiga kelishishadi.

Shundan keyin guldur-gup deyiladi va hech kim gapirmasligi kerak. Bir guruh raqib guruhni gapirtirish uchun turli harakatlar bajaradi. Kimdir balandlikdan sakraydi, kimdir o'zini suvga tashlaydi. Qaysi guruh bolalari birinchi gapirsa, o'sha guruh mag'lub hisoblanadi.



7-rasm

Hosil bayramida qilichbozlik. Toshkent. 1973 yil / Foto O‘zArxiv

Qorxat

Yerga birinchi qor tushishi bilan odamlar bir-biriga qorxat yozadi. Qorxatning taxminiy mazmuni quyidagicha: “Hurmatli, ... opa yoki aka. Avvalambor sizni shu birinchi qor bilan qutlayman. Sizga uzoq umr, sihat-salomatlik tilayman. Marrasi hovlimiz eshigigacha. Udumimizga ko‘ra, siz quyidagi shartlarni bajarishingiz kerak: dasturxon bezatib, bir qo‘lbola osh damlab, ziyofat qilib berasiz. Ziyofatga faqat ko‘nglingizga yaqin kishilar tashrif buyuradilar”. Qorxatni yozgan kishi kimning nomiga bo‘lsa, o‘shanga olib borib berishi kerak. Qorxat atalgan odam xatni qo‘liga olsa, qoraxatga tushgan hisoblanadi. Yozgan kishi xatni berib orqaga qarab qochadi. O‘z darvozasiga yetgunicha qo‘lga tushmasligi kerak. Qo‘lga tushsa, xatda yozgan shartlarini o‘zi bajarishi kerak.



8-rasm

Hosil bayrami. Toshkent. 1973-yil / Foto O‘zArxiv

Zo‘r bilak

O‘yinda kimning bilagi kuchliligi aniqlanadi. O‘yin yotgan va o‘tirgan holda ham o‘tkazilishi mumkin. O‘yinchilar o‘ng yoki chap qo‘llarining panjalarini bir-biriga kiyishtirgan holda bilaklarining kuchini sinaydilar. Kimning bilagi yerga botib tegsa, yutqazgan hisoblanadi.

Oq terakmi ko‘k terak.

Bu o‘yinda ishtirokchilar bo‘yi, kuchi va chaqqonligiga qarab teng ikki jamoaga bo‘linib (har bir jamoada o‘ndan yigirmattagacha bola qatnashadi), 15-20 m oraliqdagi masofada qo‘l ushlab saflanib turadilar. Birinchi jamoa sardori ikkinchi jamoadan birining otini aytib chaqiradi:

Qamar, qamar, qamchini

Qovurg'aning yanchini

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizdan sizga kim kerak?

Kichkina Salim kerak

Shundan so'ng o'sha chaqirilgan bola yugurib kelib, raqib jamoa a'zolarining qo'l ushlab turgan yerini ko'kragi bilan uzishga urinadi. Agar qo'llar ushlangan joyidan uzilib ketsa, raqib tomondagi bolalardan hohlaganini o'z jamoasiga olib ketadi, uzolmasa, o'zi o'sha jamoada qoladi. O'yin shu tariqa navbat bilan davom etadi. Qaysi jamoada o'yinchilar qolmasa, o'sha jamoa yutqazgan bo'ladi.

Biz boyagi hovlida

Bo'lib tarafma-taraf.

Navbat bilan aytishdik,

Taraf-tarafga qarab.

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizdan sizga kim kerak?

Eng a'lochi Afruza!!!

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizga Afruza kerak!!!

Yuqorida nomlari keltirilgan o'yinlarning aksari nomi yoki shartlari biroz o'zgargan shaklda O'zbekiston viloyatlari bo'ylab tarqalgan.



9-rasm

Mustaqillik bayramida dorboz o'yinlar. Tashkent, Yangiyo'l. 1997 yil / Foto

O'zArxiv



10-rasm

Qishloq chavandozlari musobaqasi. Toshkent, Ippodrom. 1970-yil / Foto

O‘zArxiv

1.6. Xalq o‘yinlarining badiiy estetik ahamiyati

Xalq milliy o‘yinlari milliy qadriyatlar tarkibidagi xalqning eng sevimli ommaviy ma’naviy tadbirlaridan biridir. Ma’lumki, inson o‘z hayotida o‘yin, o‘qish, mehnat va dam olish kabi mashg‘ulotlar bilan band bo‘ladi. Inson hayotining dastlabki davrlarida o‘yin asosiy faoliyat hisoblanadi, keyin esa o‘qish bilan baravar davom etadi, undan so‘ng esa o‘yin kamayib uning o‘rnini o‘qish va mehnat faoliyati egallaydi. Odamzod tarixining dastlabki davrlarida o‘yinlar hayotda muhim o‘rin tutgan. O‘yinlar yordamida insoniyat o‘sgan, ulg‘aygan, chiniqqan, jismonan baquvvat bo‘lgan, aqlan, ruhan rivojlangan, ma’naviy kamol topgan. Milliy o‘yinlarimizning tarixi uzoq o‘tmishga borib taqaladi. Hususan, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Mahmud Qoshg‘ariylar asarlarida ham bolalar ijodkorligi va folklor o‘yinlariga taaluqli ma’lumotlar juda ko‘plab uchraydi. O‘yinlarimiz xalqimiz singari qadimiy va boydir. Xalq o‘yinlarining nomlanishi va ularning o‘ynalish tarkibi to‘g‘risida turkiyzabon olim Mahmud Qoshg‘ariy o‘zining “Devonu lug‘otit turk” asarida qimmatli ma’lumotlar keltiradi. Mahmud Qoshg‘ariy keltirgan ma’lumotlar o‘yinlarning tarixiy zaminga va asosga ega ekanligini ko‘rsatadi. Darhaqiqat, o‘yin nomlari va o‘yinlarning o‘ynalish tarkibi avloddan-avlodga o‘tib kelgan. Afsuski, qadimgi o‘yin nomlari bizgacha deyarli yetib kelmagan. Qoshg‘ariy lug‘atida zikr etilgan qadimgi o‘yinlar nomini, o‘ynalish tartibini tiklash va tadbiriq etish o‘zbek xalqi uchun katta ahamiyatga egadir. Zero, o‘yinlar xalq madaniyatining ajralmas bir bo‘lagidir. “Devonu lug‘otit turk” asarida anchagina o‘yinlarning nomlari keltirilgan. Alisher Navoiy, Zahiriddin Muhammad Bobur asarlarida “Chavgon” o‘yini haqidagi ma’lumotlarni uchratishimiz mumkin. Firdavsiyning “Shoxnoma”sida esa “Chavgon” o‘yini haqida voqea bayon qilinadi. M.Qoshg‘ariy asarida esa o‘yin nomini chavgon to‘pini uradigan cho‘p nomidan olganligini ta’kidlaydi. Chavgon cho‘pi shu nom bilan atalgan bo‘lib fors-tojikcha so‘zdir. Uning ma’nosi ”uchi egri, uzun tayoq” deganidir. Qoshg‘ariy lug‘atidan

o‘rin olgan o‘yinlardan biri “ko‘chirma o‘yini” ya’ni “O‘n to‘rt” degan o‘yindir. Yerga qo‘rg‘onga o‘xshatib to‘rtta eshik qilinadi. Shu eshiklardan yumaloq tosh yoki yong‘oq tashlab o‘ynaladi. Koptok bilan o‘ynaladigan o‘yinlarimizning ham turlari ko‘p bo‘lgan. Xususan, “Mungiz-mungiz” degan bolalar o‘yini. Bu o‘yin quyidagicha o‘ynalgan: bolalar birorta uncha chuqur bo‘lmagan chuqur atrofida o‘tirishadi va sonlari orasiga xo‘l qum olib to‘ldiradilar. So‘ng qumni qo‘llari bilan uradilar. Ulardan biri (ona boshi) "mungiz-mungiz" deydi. Qolganlari “na mungiz” deydilar. Ona boshi birin-ketin shoxli hayvonlar nomini ayatadi, bolalar takrorlaydilar. Ona boshi shu nomlar orasiga tuya, ot kabi shoxi yo‘q hayvonlarning nomlarini aytib bolalarni chalg‘itadi. Bolalarning birortasi ona boshi ketidan shoxsiz hayvonning nomini aytib yuborsa, o‘yin shartiga muvofiq uni chuqurga itarib yuborishadi. Bu o‘yin yosh avlodning tafakkurini o‘stirish, atrofmuhitga e‘tiborli bo‘lish kabi ko‘nikmalarni shakllanishida yordam beradi. Biz turkiylar qadimiy tariximizdan o‘zga xalqlarning madaniyatini, udumlarini o‘rganish jarayonida sekin-asta uzoqlashib bordik. Shunga majbur ham bo‘ldik. Barchamizga ma’lumki, yurtimizga bostirib kirgan bosqinchilarning ta’siri milliy o‘yinlarimizni ham chetlab o‘tmadi. Xalqimiz barcha sohalarda millatchilikda ayblanib go‘zal urf-odatlarimiz, an’analarimiz va bayramlarimiz ta’qiqlab kelindi. Masalan, bayramlarda to‘ylarda o‘zbek milliy o‘yinlarimizning o‘ynalishiga yo‘l qo‘yilmadi. Natijada bugungi kunga kelib tarbiyaviy ishlarda ko‘plab kamchiliklarimiz ko‘rinib qoldi. Yaratganga benihoya shukurlarimiz bo‘lsinki, mustaqillikka erishdik va shu kunlarga yetib keldik. Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, shunday degan edilar: “yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir” shundan kelib chiqib hozirgi vaqtda O‘zbekiston pedagogik jamiyati tarbiyaning odatiy bo‘lgan shakllari va usullarini izlab topish, o‘sib borayotgan avlodda o‘z kelajagiga mustahkam umuminsoni ishonch va qarashlarini shakllantirish, shaxsda milliy madaniyat va milliy qadiryatlarni hurmat qilish, avaylab-asrash tuyg‘ularini o‘stirishga diqqatini qaratmog‘imiz lozim. Yuqoridagi fikrlarga asoslanib, o‘sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida xalq pedagogikasi tajribalari, jumladan, milliy xalq o‘yinlari yoshlarning xarakteri va ongini boshqaruvchi vosita, asosiy

kuch deb hisoblash mumkin. Milliy o'zbek o'yinlari bola tarbiyasiga, sog'ligiga ijobiy ta'sir etib, serharakatligi barcha organizm va muskullarni o'stiruvchanligi, chidamlikka o'rgatuvchi, chiniqtiruvchi harakatlardan tashkil topganligi bilan boshqa xalq o'yinlaridan farq qiladi. O'zbek xalq o'yinlari hayotiyli, har tomondan o'ylab yaratilganligi uchun ham katta-yu kichik va hatto xotin-qizlar tomonidan ham sevib o'ynaladi. Ota-bobolarimiz o'z farzandlarini kelajakda qiyinchiliklar oldida dovdiramalik, qo'rqmaslik uchun har jihatdan ham ma'nan ham jismonan baquvvat qilib tarbiyalaganlar. Bu yo'lda xalq o'yinlarimizning ahamiyati tengsizdir. Xalq o'yinlarimiz bolaning jamiyatga qo'shilishi, o'ziga baho bera olishida asosiy vosita bo'lgan. Ming taassufkiy, hozirgi kunda harakatli o'yinlar turli xildagi gadjetlarga ko'chgani sabab yaqin kelajakda milliy o'yinlarning tarixga aylanish ehtimoli yo'q emas, albatta. Ko'klam kelishi bilan yerlar, qir-adirlar taniga issiqlik yuguradi. Bunday paytda qish bo'yi uyiga berkingan bolalar azaldan ko'chalarga chiqib o'yinlar o'ynashgan. Biroq ohirgi o'n yillikda bolalar o'ynagan xalq o'yinlari gadjetlarga ko'chdi va ulardagi jismoniy faollik asta-sekin pasayib boryapti. Ustozimiz Shomirza Turdimovning aytishicha, milliy o'yinlarimizning ko'pi 2010-yildan keyin deyarli o'ynalmay qo'ygan va ular kompyuter, telefonlarga ko'chgan. Uning fikricha, "milliy o'yinlarning bolani jamiyatga qo'shishdagi o'rnini hech nima bilan to'ldirib bo'lmaydi". O'yinlar bolaning ham aqlan ham jismonan rivojlanishiga yordam beradi. O'yin bolani jamiyatga aralashtiradi. Uning jamiyatdagi o'rnini topishiga yordam beradi, sababchi bo'ladi. Chunki o'yinda bola o'yinboshi bo'ladi, ishtirokchi bo'ladi, unga jamiyat, dunyo haqida bilim beradi. Eng qizig'i bu bilimlar bolaga majburan emas, balki unga zavq uyg'otib o'rgatiladi. Aslida bizning xalq pedagogikamiz mohiyati ham shundan iborat", deydi. Gadjetlardagi o'yinlar tasavvurni, aqlni charxlashi mumkin, lekin kompyuter, telefon o'yinlari deyarli harakatsiz o'yinlardir. U o'yinlarda bola faqat kuzatish bilan band bo'ladi. Milliy o'yinlar esa deyarli barchasi harakatni chaqqonlikni talab etadi. Masalan, "Oq terakmi, ko'k terak", "Berkinmachoq", "Quvlashmachoq", "Jambul rayhon", "Oshiq moshiq", "Xola-xola", "Qorxat", "Ko'pkari", "Uloq", "Bog'lam-bog'lam", "Qorg'on olish",

“G‘irboydi”, “Chorpo‘choq”, “Xezzov”, “Sichqon mushuk”, “Arqon tortish”, “O‘rtaga kir”, “Toptosh”, “Xachchaxola”, “Halolpakka”, “Bayroq og‘irlash”, “Arg‘amchida sakrash” kabi milliy o‘yinlarimiz ro‘yhatini mingga yetkazish mumkin. Bu o‘yinlarimizni bir nechtasini o‘ynalish tarkibi bilan yuqorida tanishib chiqdik. Yuqorida nomlari keltirilgan o‘yinlarning aksari nomi yoki shartlari biroz o‘zgargan shaklda O‘zbekiston viloyatlari bo‘ylab tarqalgan. Bu ro‘yhatni mingga yetkazish mumkin albatta. Ko‘rib turganimizdek, milliy xalq o‘yinlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o‘zgargani, har bir iqtisodiy tuzum ularning mazmun va qoidalarida o‘zining muayyan izini qoldirgan. 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 muvofiqlashtirish kerak. Masalan, “Uloq” o‘yini deganda odatda ot bilan o‘ynaladigan, chavandozlar haqiqiy uloq uchun kurashadigan qadimiy ko‘pkari oyini tushuniladi. Bolalarga mo‘ljallangan “Uloq” o‘yini otsiz o‘tkaziladi, o‘yinchilar bir parcha echki terisi yopishtirilgan to‘ldirma to‘pni olish uchun kurashadilar. O‘yin qoidalarining ba‘zi jihatlari kattalarnikiga o‘xshab ketadi. Tezkorlik, chaqqonlik va kuchlilikni tarbiyaviy ahamiyatga ham ega, bunda bir-birini hurmat qilish, samimiy munosabat, qo‘pollik qilmaslikka katta e‘tibor beriladi. Xalq milliy o‘yinlari bolalarda tarbiyaviy ahamiyati bilan bir qatorda 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. Xulosa shundaki, xalq milliy o‘yinlari inson kamoloti va yoshlar tarbiyasida muhim omil bo‘lib hizmat qiladi. Shu sababdan o‘quvchi yoshlarga xalq milliy o‘yinlarining ijtimoiy-tarbiyaviy jihatlarini chuqurroq singdirish zarurdir.

1.7. Aholi istiqomat joylari, istirohat va ko'ngil ochish bog'larida milliy harakatli o'yinlarni tashkil etish

Birinchi Prezidentimiz Islom Karimov “Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch” asarida ta’kidlaganidek, har qaysi xalq yoki millatning ma’naviyatini uning tarixi, o‘ziga xos urf-odat va an’analari, hayotiy qadriyatlaridan ayri holda tasavvur etib bo‘lmaydi. Bu borada, tabiiyki, ma’naviy meros, madaniy boyliklar, ko‘hna tarixiy yodgorliklar muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Mustaqillik yillarida milliy an’ana va qadriyatlarimizni asrab-avaylab, kelajak avlodga bekamu ko‘st yetkazishga alohida e’tibor qaratilmoqda.



11-rasm

O‘zbek xalq milliy o‘yinlari o‘zining uzoq o‘tmishi, boy tarixiga ega bo‘lgan, ajdodlardan avlodlarga meros sifatida o‘tib kelayotgan, ma’naviy boyligimiz, qadriyatlarimizdan sanaladi. Mamlakatimiz mustaqillikka erishgan dastlabki kunlardan boshlab, milliy qadriyatlarimiz, an’ana-yu udumlarimiz, shu jumladan, xalq o‘yinlarini qayta tiklashga katta e’tibor qaratildi.

Sportning an’anaviy turlari bilan birgalikda milliy sport turlari hamda xalq o‘yinlari ham tobora rivojlanib borayotir. Bugungi kunda dunyoning ko‘plab mamlakatlarida o‘zbek kurashi bo‘yicha musobaqalar tashkil etilib, sportning shu turi ustalari o‘rtasida jahon chempionati muntazam o‘tkazib kelinayotgani

O‘zbekistonda yashayotgan har bir fuqaro qalbini g‘ururga to‘ldiradi. Aslida biz faxrlansak arziydigan milliy sport turlari juda ko‘p. Ularning orasida “Turon” kurashi, O‘zbek jang san’ati, uloq, ko‘pkari, chovgon, belbog‘li kurash va kamondan o‘q otish alohida e‘tiborga molik. Ayniqsa, oxirgi yillarda O‘zbek jang san’atiga bo‘lgan qiziqish kuchayib bormoqda. Bu sport turi milliy ruh bilan sug‘orilgan bo‘lib, yoshlarda abjirlik, epchillik kabi xususiyatlarni shakllantirishda, ularning o‘tkir zehni va ko‘rkam qaddi-qomatli bo‘lib ulg‘ayishlarida muhim o‘rin tutadi.



12 - rasm

Tarixga nazar tashlaydigan bo‘lsak, ota-bobolarimiz azal-azaldan insonni jismonan chiniqtiruvchi, salomatlikka ijobiy ta’sir etuvchi mashqlarga jiddiy e‘tibor qaratishganini ko‘ramiz. Masalan, ko‘pkari musobaqasi har bir ishtirokchidan chavandozlik mahoratidan tashqari jismoniy kuch, o‘tkir zehn va yetti o‘lchab bir kesish salohiyatiga ega bo‘lishni talab qiladi. Ajdodlarimiz shunga mos ravishda tayyorgarlik ko‘rib, ham ruhiy, ham jismoniy o‘shishga erishganlar. Umuman olganda, milliy sport turlarining barchasi ota-bobolarimizning yashash tarzi, madaniyati va dunyoqarashidan kelib chiqqan holda rivojlangan. O‘sha kezlarda

kimdir chavandoz, kimdir qilichboz, yana kimdir mergan sifatida tanilgan. Shuningdek, turli o‘yinlar va mashqlar tufayli ajdodlarimizda har qanday holatdan olib chiqadigan chaqqonlik, yakkama-yakka olishuvga xos uquv shakllangan.



13-rasm

Milliy sport turlari bilan bir qatorda xalq o‘yinlari ham aksariyat yoshlarda katta qiziqish uyg‘otmoqda, - deydi Andijon viloyati xalq o‘yinlari federatsiyasining rahbari Sharobiddin Toshmatov. – Bu o‘yinlar, ayniqsa, bolalar orasida keng yoyilgan. Xususan, mahallalarda o‘tkazilayotgan turli tadbirlarda aksariyat bolalar “Quloq cho‘zma”, “Oq terakmi, ko‘k terak”, “Podachi”, “Charxpalak”, “O‘rda to‘p”, “Chigi”, “Qo‘tir echki” kabi o‘yinlarda o‘zaro bellashib, kim epchilu, kim chaqqonligini aniqlab oladilar. Shuningdek, “Uzuk olish”, “Igna sanchish”, “Poyondozi”, “Sultonchalar jangi”, “Igna, ip, angishovna” singari xalq o‘yinlari ham yillar osha bizgacha yetib kelgan. Mazkur o‘yinlar ishtirokchilariga sinchiklab qarasangiz, har birida abjirlik, murakkab holatni to‘g‘ri baholash, qiyin vaziyatdan

chiqib ketish xususiyatlari qaror topganiga amin bo'lasiz. Shundan xulosa qilish mumkinki, milliy sport turlari va xalq o'yinlari yoshlarni sog'lom voyaga yetkazish, ularga ta'lim-tarbiya berishda muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, milliy qadriyat va urf-odatlarni asrab-avaylashda ularning o'rni beqiyos.



14-rasm

Boshqa tumanlarda ham ijobiy o'zgarishlar ko'zga tashlanyapti, - deydi Sharobiddin Toshmatov. – Oxirgi yillarda Izboskan, Andijon, Jalaquduq, Buloqboshi va Baliqchi tumanlarida ham sovrindorlar safi kengaydi. Viloyat terma jamoasi esa respublika miqyosidagi festivallarda Andijon sharafini munosib ravishda himoya qilayotir. Misol uchun vakillarimiz Termiz va Navoiy shaharlarida tashkil etilgan festivallarda sovrinli o'rinlarga sazovor bo'lishgan. Bundan ko'rinib turibdiki, viloyatda xalq o'yinlarini ardoqlaydigan, o'z iqtidori va mahoratini namoyon etishga bel bog'lagan yoshlar ko'p. Ular muntazam shug'ullanish orqali

hamisha sog‘lom bo‘lishadi, shu bilan birga xalq o‘yinlari an‘analarini keyingi avlodga bekamu ko‘st yetkazib berishadi.



15-rasm

Darhaqiqat, milliy sport turlari va xalq o‘yinlari o‘ziga xos qadriyat sifatida avlodlardan avlodlarga o‘tib boradi. Ularni ardoqlagan yoshlar qalbida Vatanga muhabbat tuyg‘usi qaror topadi, milliy ruh shakllanib, xalqimizning an‘ana va urf-odatlarini e‘zozlash hissi yanada kuchayadi. Xullas, milliy o‘yinlar yoshlarni o‘zbekona tarbiyalashning eng ta‘sirchan vositalaridan biridir. Bu o‘yinlar qanchalik keng yoyilsa, vatanparvar yoshlar safi shunchalik kengayadi.



16-rasm



17-rasm

1.8. Ulug‘ sanalar ananaviy bayramlar va turli milliy udumlarda milliy harkatli o‘yinlardan foydalanish

Navro‘z shodiyonalarini qishloqda, qir-adirlar bag‘rida kutib olishning zavqi boshqacha. Ayniqsa, ushbu ayyomda o‘ynaladigan milliy o‘yinlarimizda o‘zgacha fayz, mantiq bor. Chillak, qoqma (quvlashmachoq), arqon tortish, ko‘pkari kabi o‘yinlar bolalarda jamoa uchun qayg‘urish, iroda, mardlik, jasurlik tuyg‘ularini tarbiyalasa, to‘ptosh, halinchak uchish kabi o‘yinlar qizlarning bo‘sh vaqtlarini mazmunli o‘tkazishlariga yordam beradi.

Ota-bobolarimiz bu o‘yinlarni bejiz o‘ylab topishmagan. Besh-o‘n nafardan bo‘lib, ikki jamoaga bo‘linib o‘ynaladigan qoqma bolalardan chaqqonlik, epchillikni talab qiladi. U o‘ziga xos yugurish (yengil atletika) musobaqasidir. Bir jamoa a‘zolari qochadi, ikkinchi jamoa vakillari ularni tutib olishga harakat qiladi. Raqib jamoa a‘zosini tutib olish uchun, unga yetib borib, yelkasiga qo‘l bilan shappatilab-qoqib qo‘yilsa kifoya. Yelkasiga qoqilgan “raqib” bola tutilgan hisoblanadi va jamoadoshlari ham “ushlangunga” qadar o‘yindan chiqib turadi. Shu tariqa raqib jamoaning boshqa a‘zolari ham tutilgach, endi birinchi g‘olib jamoa qochadi. Shu tariqa bolalar yugurib, chiniqadilar. Raqibni tutish uchun jon-jahdi bilan birgalashib harakatanganda, ularda jamoaviylik ko‘nikmasi shakllanadi. Qarang, juda oddiy o‘yin, ammo uning foydasi beqiyos. Yana bir ijobiy jihati shuki, bu o‘yinda bolalar (odamlar) bir-birlarini qiynamaydi, ozor bermaydi. Unda hech kim jarohat ham olmaydi. Aksincha, mana shunday o‘yinlarda toblangan bola ertaga jismonan baquvvat, ruhan tetik bo‘lib ulg‘ayadi. Ko‘pkari, arqon tortish musobaqalari haqida ham shunday deyish mumkin. Ular yosh avlodda tantilik, mardlik fazilatlarini kamol toptiradi. “Chavandoz” filmidagi personajlardan birining gapi esingizdami: “Sizda tantilik oz, Beshimboy!” deydi u salbiy qahramonga qarata. Beshimning aksi bo‘lgan Toshmurod polvon haqiqiy tantilik, mardlik timsoli. U bolaligidan chavandoz. To‘g‘ri, Beshim ham yoshligidan ot chopadi. Biroq uning qalbi unchalik toza bo‘lmagani, ozroq hasadgo‘yligi bois, ko‘pincha Toshmuroddan ortda qolib yuradi. Aslida, uning ham qalbi tantilikdan butunlay begona emas. Buni film oxirida

Toshmurod bilan qo‘l berishganida ko‘rish mumkin. Bu ham bo‘lsa, xalqimizning ko‘p ming yillik tarixga ega milliy sport turi — ko‘pkarining yigitlarda or-nomus, g‘ayrat-shijoat, javonmardlik fazilatlarini tarbiyalashga xizmat qiluvchi jihatlaridandir. Chindan ham, aslida eng kuchli, irodali insongina ko‘ngli keng, tanti bo‘la oladi, hayotda ham sportdagi kabi mardligini ko‘rsatadi.

Shularni mulohaza qilarkanman, bugungi ayrim tengdoshlarim, ukasingillarimda ko‘zga tashlanayotgan qusurlardan afsuslanaman. Masalan, jamoat transportlarida o‘zini nojo‘ya tutadigan yigit-qizlarni oling. Kunda-kunora shundaylarga duch kelib turasiz. Ayrimlari o‘ta andishasiz, yuzing-ko‘zing demay, hatto otasi yoki bobosi tengi kishilarga gap qaytaradi, hatto yoqalashishga tayyor. “Ustidagi kiyimiga qaraganda o‘ziga to‘q oila farzandiga o‘xshaydi, afsus, shunday chiroyli kiyim-bosh olib bergan ota-ona tuzukroq tarbiya bermabdi-da! Jamoat joyda o‘zingni tutishni o‘rgan, odobli bo‘l, kattalarni hurmat qil, tarbiyasiz bolalarga o‘xshab meni sharmanda qilma, deya saboq bermabdi-da”, deb o‘ylaysiz. Men bo‘lsam, hali o‘n to‘rt-o‘n besh yashar o‘smir, nari borsa, yigirma-yigirma ikki yoshlardagi shunday yigit-qizlarning nihoyatda tajang (mabodo tuflisiga kimdir oyog‘i bilan tegib ketsa, chumchuqday chirillaydi!), asabiy (“Ichkariroqqa suril, bolam” deyishsa, o‘zini haqoratlangandek his qilib, bobillaydi) ekanini ko‘rib, bularning bo‘sh vaqti xiyobonlarda yoki internet-kafelarda, kinoteatrlarning qorong‘i, xilvat burchaklarida o‘tayapti-da, ichi torligi shundan bo‘lsa kerak, deb o‘zimcha mulohaza qilaman. Ular keng dalada ot chopganda, qoqma o‘ynaganda, kurash tushib katta bo‘lganda bunday qilmasdi, deb ishonaman.

Ha, milliy o‘yinlarimizning tarbiyaviy ahamiyati bisyor. Ammo ularning boshqa xususiyati ham yo‘q emas. Milliy o‘yinlar millatni, xalqni dunyoga mashhur qilishi ham mumkin. Mana, o‘zbek kurashini oling. Uning insonni halollikka, mardlikka chorlovchi jihati necha-necha xalqlarni o‘ziga maftun etdi. Ba’zi sport turlariga o‘xshab, unda raqiblar bir-birining burnini qonatmaydi, tahqirlamaydi, jismonan ozor bermaydi. U haqiqiy insoniy his-tuyg‘ularni tarbiyalaydi. Ko‘pkari ham shunday, bugun ot sportining qanday rivojlanayotganiga bir qarang.

Millionlab insonlarning sevimli sport turi bo‘lmish futbol ham aslida bir xalqning milliy o‘yini, aslida. U ham xuddi bizning kurashimiz singari o‘zining go‘zalligi, maftunkorligi bilan dunyoni zabt etdi.

Ha, milliy o‘yinlar haqida qancha gapirsak, ozdek tuyuladi. Bugun shaharlarimizda barpo etilgan bolalar maydonchalarini ko‘rib ko‘z quvonadi. Ularda shodon qiyqirib o‘ynayotgan bolakaylarga ota-onalari milliy o‘yinlarimizni ham o‘rgatishsa, nur ustiga nur bo‘lardi. Bolaligidan milliy o‘yinlar o‘ynab, qalbi pokiza hislarga oshno bo‘lib ulg‘aygach, o‘smirlik damlari ham mazmunli, qiziqarliroq o‘tarmidi. Har holda shafqatsizlik targ‘ib qilingan, ruhiyatni buzishgagina yaraydigan bir tiyinga qimmat ko‘pgina kompyuter o‘yinlaridan ko‘ra insonni harakatga undaydigan, jismoniy va ma‘nan kamolotiga xizmat qiladigan milliy o‘yinlarimiz yuz ming chandon afzalroqdir.

Nazorat savollari

1. Milliy va harakatli o‘yinlarni o‘rganishdan asosiy maqsad nima?
2. Milliy va harakatli o‘yinlar qachon va qanday paydo bo‘lgan?
3. Turli qit‘alardagi xalqlarning maishiy harakatli o‘yinlari haqida nimalarni bilasiz?
4. Markaziy Osiyo va boshqa hududlarda bir-biriga o‘xshash qanday milliy harakatli o‘yinlar mavjud?
5. Milliy va harakatli o‘yinlarni aks ettiruvchi qanday manbalarini bilasiz?
6. Milliy va harakatli o‘yinlarning hozirgi davrdagi foydali jihatlari nimadan iborat?
7. Milliy harakatli o‘yinlarning xususiyatlari nimalardan iborat?
8. Kurash, ot o‘yinlari, dorbozlik kabi o‘ta murakkab o‘yinlarni harakatli o‘yinlar toifasiga qo‘shilishiga qanday qaraysiz?
9. O‘zbek xalq milliy harakatli o‘yinlari haqidagi ma‘lumotlar qaysi manbalarda yoritilgan?
10. Milliy va harakatli o‘yinlar to‘plamlariga qanday baho berasiz?
11. Qanday yangi harakatli o‘yinlarni o‘qigansiz?
12. “Chillik”, “Oq suyak”, “Podato‘p”, “Xola xola” kabi o‘yinlarni sport darajasiga ko‘tarish uchun nimalar talab etiladi?

II BOB MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNI TASHKIL QILISH VA O‘TKAZISH METODIKASI

2.1 Milliy o‘yinlar ularni ahamiyati

Mustaqillik sharofati tufayli jismoniy tarbiya va sport sohasida keng istiqbollar ochilmoqda, bu ayniqsa xalqning milliy o‘yinlari va mashqlari, sport turlari bo‘yicha o‘tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida namoyon bo‘lmoqda. Ularni doimiy va muntazam qo‘llash yaxshi natija bermoqda, o‘quvchilarni sog‘lom, baquvvat chaqqon, kuchli qilib tarbiyalashda muhim omil bo‘lib xizmat qilib kelmoqda. Ilgarilari keng omma ishtirok etgan Navro‘z bayramlari, sayillar, to‘ylarda xalq o‘yinlari, jismoniy mashqlar, umuman milliy sport turlarisiz o‘tkazilmagan. Afsuski, mamlakatda ular butunlay esdan chiqib, unutila yozdi, shuning uchun ularni izlash va tiklash o‘z xalqini va millatini e‘zozlagan har bir kishining burchi bo‘lib kelmog‘i kerak.

Jismoniy tarbiya nuqtai nazaridan ularni o‘rganish, tadbiiq etish shu kunning va kelajak avlodni tarbiyalashda eng dolzarb muammolardan biriga aylanib bormoqda. Ushbu jarayonda tariximizdan me‘ros bo‘lib qolgan o‘zbek xalq milliy o‘yinlarini hayotga tadbiiq etishga kengroq yo‘l ochib berilishi, uni ommaviy tus oldirilish, oilada maktabgacha tarbiya muassasalarida, maktablarda, dam olish joylarida, har xil marosim va bayramlarda uni tashkillashtirish; o‘sib kelayotgan yoshlar tarbiyasiga ijobiy ta‘sir etishi muqarrardir. Milliy xalq o‘yinlari qadim-qadim zamonlardan boshlab, xalq marosimlarida, rasm-rusumlarida va odatlarida mustaqil bir sohasi sifatida musobaqalarda, bahslarda keng qo‘llanilgan.

Jismoniy tarbiya xalqning urf-odatlarida, udum va rasm-rusumlarida shakllanib, ming yillar davomida rivojlanib, takomillashib kelgan. Xalq milliy o‘yinlari ming yillar davomida bizgacha etib kelgan milliy xalq o‘yinlari “Otda chopish”, “Qiz quvlash”, “Uloq”, “Kamonda o‘q otish”, “Chillak”, “Oq suyak”, “Soqqa”, “Besh tosh” kabi va boshqa o‘yinlar orqali botirlik, epchillik, tezkorlik, muvozanatni saqlash sifatlarini rivojlantirishda hamda qaddi-qomatni shakllantirish,

ahloq-odob, ong, xotira, diqqat kabi xislatlarni sayqal toptirilsa, albatta sog‘liqni mustahkamlashda samarali vosita bo‘lib kelmoqda.

1998-yil 13-14 noyabr kunlari Termiz shahrida “Alpomish o‘yinlari” birinchi Respublika musobaqasi bo‘lib o‘tdi. Xalq milliy o‘yinlari va tomoshalaridan jamlangan bu festival millatimiz g‘ururi, oriyati iftixori, qomusi hisoblanish Alpomish siymosiga, boy milliy qadriyatlarimizga bo‘lgan hurmat, e‘tibor tantanasidir. Haqiqatdan, xalqimizning o‘tmishi pahlavonlik va bahodirlik san‘ati bilan singdirilgan. Chunki unda “Kurash”, “Tortishmachoq”, “Bo‘ron”, “Mindi”, “Turon” yakkakurashi kabi musobaqalar bo‘yicha bellashuvlar o‘tkazilishi millatimiz salomatligi uchun muhim asos bo‘ladi.

O‘rta Osiyo xalqlarini otsiz tasavvur qilish qiyin. Chunki xalqning urf-odatlarini, to‘y-tomoshalari, o‘yin-kulgusining bosh yordamchisidan biri ot xisoblangan. Otda yurib ov qilish, ot ustida turib kamon tortish, qilichbozlik, nayzabozlik qilish, ot ustida kurash tushish, ot poygasi, uloq va boshqa juda ko‘p jismoniy mashq turlari bunga yorqin misol bo‘la oladi. Og‘zaki xalq ijodiyotidagi “Alpomish va Barchinoy”, “Go‘ro‘g‘li”, “Qirqqiz”, “Kuntug‘mish” va boshqa dostonlarda ot asosiy qahramondan keyin ikkinchi o‘rinda to‘laqonli ta‘rif etilgan. Masalan, ajoyib chavandoz, mohir mergan, kuchli pahlavon degan tushunchalar ot bilan bog‘liq bo‘lgan o‘yinlarda ishlatilgan. Umar Hayyom otning qirq ikki zotini keltiradi va har qaysisiga alohida ta‘rif beradi:

Butun olamga mashhur bo‘lgan Jizzaxning “Qorabayiri”, Surxondaryoning “Boychidari”, “Irkuki”, “Ko‘k kaptari”, “Chambil bellari” deb atalgan zotdor otlari deyarli yo‘q bo‘lib ketgan. Qatag‘on yillari otlarga juda katta soliq solindi, oqibatda ba‘zi odamlar otini so‘ydi, ba‘zilar esa davlatga tekinga berdi.

2.2. Milliy harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazishni o‘ziga xos tomonlari.

Sobiq sho‘rolar davrida o‘zbek xalq milliy harakatli o‘yinlaridagi juda ko‘p qoida va

mezonlar, jumladan: o‘yin boshlash uchun bolalarni chaqirish va to‘plash, qur’a tashlash, o‘yinni tamomlash, rag‘batlantirish, taqdirlash, jazolash va boshqalar o‘zgarishlarga duch keldi. Buning ham ijobiy, ham salbiy tomonlari bo‘lgan, albatta. Ijobiy tomoni harakatli o‘yinlar terminologiyasi turli milliy va baynalminal so‘zlar hisobiga boyidi. Salbiy tomoni, shu xalq yaratgan o‘yinlardagi milliylik bo‘yog‘i o‘zgardi, ohori to‘kildi, ya’ni ko‘pgina o‘yinlar umumiylik sifatini kasb etdi, bu shu xalq urf-odati, udumlari, madaniyatining tabiiyligiga putur yetkazildi, degan so‘zdir. Yoki buni xalqning ma’naviyati, qadriyatini yo‘qotishdagi ilk qadamlardan biri deb tushunsa ham bo‘ladi. To‘g‘ri, yetmish yil mobaynida hammamiz ma’lum bir ko‘rsatmalar asosida ishladik, endi esa mustaqil mamlakat bo‘ldik. Shuning uchun hozirgi kunda xalqimizning barcha jabhalardagi madaniy merosini, ma’naviyatini, madaniyatini tiklashimiz va uni rivojlantirishni o‘z oldimizda turgan asosiy vazifalardan biri deb qarashimiz kerak.

Xalq milliy harakatli o‘yinlari, raqslari va sport turlari singari o‘zining bitmas-tugalmas bilim va tajriba sarchashmasiga ega. Shu boisdan milliy harakatli o‘yinlarni o‘rganish, keng jamoatchilik asosida tadqiq qilish, ularni o‘quvchilarning jismoniy madaniyati jarayoniga tadqiq etish, ayni muddaodir.

Milliy harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazishning o‘ziga xos tomonlari mavjud. Shuning uchun ham, o‘yinning nozik tomonlarini bilishning ahamiyati kattadir. O‘yinning bolalarni o‘yinga chaqirish va to‘plash, o‘yinni boshlash uchun qur’a tashlash, o‘yinni tamomlash kabi o‘yin mazmunini to‘liq ochib beradigan o‘ziga xos xususiyatlarini bilmasdan turib sog‘lomlashtirish, ta’lim-tarbiyaviy vazifalarni, jismoniy sifatlarni (tezkorlik, chidamlilik, kuch, chaqqonlik va boshqalarni) tarbiyalab bo‘lmaydi. Xalqning mehr qo‘ri bilan yaratilgan har bir o‘yini, o‘yinning umrboqiyligi, unga qanday munosabatda bo‘lishiga ham bog‘liq. Binobarin, o‘yin har bir xalqning qalb ohanglari, hayol tashvishlar va quvonchlarni, turmush tarzini, xususiyatlarini belgilaydi. Uni saqlab, e’zozlab, me’yoriga yetkazib o‘ynay bilish faqat shu xalq vakiligagina xosdir. Birorta millat o‘zgalar o‘yinini, ularchalik zavq-shavq bilan, ko‘tarinki ruh bilan o‘ynay olmaydi. Sababi har bir

millat o'ziga xos uslubga, xususiyatga ega. Bu esa shu millatga ona tabiat tomonidan berilgan in'omdir, ne'matdir. Uni ko'r-ko'rona o'zgartirish mumkin emas, o'zgartirishlarni turmushning o'zi taraqqiyot, rivojlanish, turmush tarzidan kelib chiqib kiritib boradi.

2.3. O'yinga chaqirish va to'plash

Xalq og'zaki ijodini o'rganish va ilmiy adabiyotlar tahlili bolalarni o'yinga chaqirish va o'ynovchilarni to'plash odat tusiga kirganligini, harakatli o'yinlarni o'ynash uchun ma'lum belgilangan vaqt, joy tanlanmagan yoki maxsus hozirlik ko'rilmaganligini ko'rsatadi. Ular qachon to'planishsa o'sha payt, o'sha vaqtda o'yin o'ynalavergan. Shuning uchun ham o'yinlar boshlanishidan oldin bolalarni yig'ish, ularni bir joyga to'plashda har bir bolaning jonbozlik, tashabbus ko'rsatishi talab qilingan. Ota-onalar o'z bolalarini uydan chiqishiga turli xil munosabatda bo'ladilar. Ko'pincha, ota-ona bolaga javob bermaslikka harakat qiladi. Bolalar buni juda yaxshi bilishadi, ular o'rtog'ini uydan chaqirib olish yo'lini qidiradilar. Bu haqda G.Jahongirov o'zining "O'zbek bolalar folklori" nomli risolasida juda yaxshi to'xtalgan: Ular uch-to'rtta bo'lib, o'rtog'ining hovlisiga boradilar, ko'chada turib chaqira boshlaydilar.

Masalan, qizlar dugonalarini chaqiradilar

-Kel, o'rtog, qurchoq-qurchoq o'ynaylik!

-Yur, bekinmashoq o'ynaymiz!

O'g'il bolalar o'rtog'ining laqabini aytib chaqirishi mumkin:

-Laylak, chiq o'ynaymiz!

Ba'zi joylarda o'yinga quyidagicha chaqiriladi:

-Tokchaga bug'doy sepuvdim,

Undimikino, unidimikin?

Mashrabboy uydan chiqmaydi, yotdimikino, yotdimikin?

Ayrim joylarda esa keskinroq, murosasizroq ravishda chaqiriladi:

-Tomda tovuq qolarmu,

Ayvoningdan otarmi?

O'yin yoqmas bolalar.

Nomozshomdan qotarmu?

Kel-ho, kel!

Dangasalik qilib ko'chaga chiqishga eringanlarga darhol tanqidga uchraydi, bolalar ularni mustaqillikka, dadil bo'lishga undaydilar:

-Keragida paxta bor,

Uyqung kelsa yotaver.

Onang qurg'ur qo'ymaydi,

Mushday qorning to'ymaydi?

Kel-ho, kel!

Agar chaqiriluvchi qiz bola bo'lsa, u birmuncha muloyim ohangda chaqiriladi. Mabodo, qizning onasi o'gay bo'lib, qiziga yomon qarashini dugonalari bilguday bo'lsa ham, termada "o'gay ona" so'zi ishlatilmaydi, imo-ishora bilan o'z noroziligini ifoda qiladilar

-Oylar oydin ho bo'libdi, dugona,

o'ynagingiz kelibdi,. dugona,

Yoki onang qo'ymaydimi, dugona,

Mushtak qoring to'ymaydimi, dugona?

Shuncha chorlovdan keyin ham chiqishmasa, ularning nomiga kesatiq so'zlar aytiladi, o'yinyoqmas qizlar esa kampirlarga o'xshatiladi:

Kip botti, oyijon momo yotdi,

Yotishi bilan uyg'onmay qopti!

Bolalar bir-birlarini qo'shiq aytib, o'ynagani chaqirganlar. Bunday o'yinlar xalq ichida chorlamalar deb yuritiladi. Bu o'yin chorlov kechirmalarini ayni bir vaziyatga bog'liq holda ifodalaydi va o'yinga da'vat etish, chaqirish, to'plash vazifasini bajaradi:

Bola bo'lsang, kelaver,

o'ynab-o'ynab kelaver.

Kel-ho, kel!

Kel-ho, kel!

Chorlamalar, asosan, hayqirib aytiladi, bu esa bolalardagi o'ynash ishtiyoqini oshiruvchi alanga kabi ta'sirchan vositadir. O'yinga chaqirish va tashkil qilishning turlari, shakllari juda ko'p, biz faqat ayrim namunalarinigina keltirdik. Uning asosiy vazifasi bolalarni o'yinga da'vat qilish, qalblarini qitiqlash, undash, esga solish va ularning qiziqishlarini kuchaytirishdan iboratdir. O'yinni boshlash uchun qur'a tashlash. Xalq harakatli o'yinlarining asosiy shartlaridan biri qur'a yoki chek tashlash bo'lib, u bo'lajak o'yinning haqqoniy, shiddatli, qizg'in o'tishiga kafolat beradi.

Xar bir o'yinning jiddiy baxs, musobaqa usulida olib borilishida chek tashlashning tarbiyaviy ahamiyati kattadir. Chek tashlash haqidagi ma'lumot Mahmud Koshg'ariyning mashhur "Devon-u lug'atit turk" kitobida bayon qilingan. Ushbu kitobda bu so'z "chekashdi" ma'nosida berilgan. Boshqa bir sahifada chek tashlashning izohi "qur'a" ma'nosida berilgan: "U barmoqlar bilan qur'a tashlab, loyini sinadi". Bundan tashqari, uning "suriladi" ko'rinishi ham mavjud. Vaholanki, chek tashlashdan, "surilishdan" maqsad — toleyini sinab ko'rmoqdir. Bolalarning qur'a tashlashdan asosiy maqsadi, o'yinni kim, qaysi biri oldin boshlashi kerakligini aniqlashdir.

Milliy xalq harakatli o‘yinlarini boshlash uchun, asosan, chek tashlashning to‘rt xil usulidan foydalaniladi:

- 1) og‘zaki;
- 2) biror buyumni tashlash;
- 3) biror buyumni yashirish;
- 4) sanoq termalari.

Qur’a tashlashning og‘zaki usuli ham mavjud bo‘lib, u o‘yin boshlanishidan oldin bolalar ikki guruhga bo‘linganda qo‘llaniladi. Avval bolalar tomonidan ikkita bola o‘yinboshi qilib tayinlanadi. So‘ngra yig‘ilgan bolalar bir juftan bo‘lishib, birbirlariga “ot qo‘yib”, o‘yinboshilar oldiga kelishadi. O‘yinboshilar belgilangan joyda turishib ularning so‘zlarini tinglashadi. Ikki bola baravariga yoki birontasi:

-ona, ona, kim ona? deydi.

-men ona yoki biz ona, - deb o‘yinboshilar aytadilar, bolalar:

-sizga osmondagi oy kerakmi, kishnab turgan toy kerakmi?

Ikki o‘yinboshi kim birinchi tanlab olishi kerakligini o‘zaro oldindan kelishib oladilar va birinchi o‘yinboshi aytadi:

-menga kishnab turgan toy kerak.

-unday bo‘lsa, kishnab turgan toy men bo‘laman!

-bu yoqqa o‘t, bizdan ekansan! - deydi birinchi o‘yinboshi. Ikkinchi o‘yinboshiga esa “osmondagi oy” o‘tadi.

Yoki:

-kimga anor, kimga o‘rik? - deyiladi.

Endi ikkinchi o‘yinboshining “anor” yoki “o‘rik” tanlash navbati keladi. Shunday qilib, bolalar xayollariga qanday buyum, qurol, narsa, hayvon, parranda, qush nomi kelsa, o‘zlarini shuning nomi bilan belgilaydilar:

-kimga qalpoq, kimga telpak?

-suvmi, moymi?

-qirg‘iyimi, lochin?

-tulkimi, bo‘ri?

Ba‘zan chiroyli she‘riy lavhalar ham to‘qishadi:

-laylak keldi yoz bo‘ldi,

-qanoti qog‘oz bo‘ldi.

-biz ikki - guli lola.

-kimga gul-u, kimga lola?

Bolalar xarakter xususitlariga ko‘ra qaytarishni yoqtirmaydilar, shuning uchun noyob so‘zlarni ishlatishga harakat qiladilar. O‘yinboshilarni fikran chalg‘itish maqsadida o‘z nomlarini “qiyshiq qo‘yib” olishlari ham mumkin: -kimga “man”, kimga “san”? - deyishadi. Birinchi o‘yinboshi “man”ni tanlasa, „san”ni tanlaganlar keyingi navbatda o‘yinga kirishadi. Masalan, o‘yin navbatini aniqlash uchun bitta bola o‘ynovchilardan 8-10 metr uzoqlikda teskari turib, bir qo‘lini musht, bir qo‘lini shop (qilich ma‘nosida) qilib, balandga ko‘tarib turadi. Ikkala o‘yinboshi o‘zaro kelishib, biri “musht”ni, ikkinchisi “shop” ni tanlaydi.

-mushtmi, shop! - deyishadi o‘yinboshilar. Turgan bola bir qo‘lini tushiradi, qaysi qo‘l pastga tushirilsa, ya‘ni “musht” pastga tushsa, o‘yinni “musht” degan birinchi bo‘lib boshlab beradi.

“Danakni yashirish” o‘yinida bir dona danakni o‘yinchilardan biri kaftiga yashiradi, o‘yinboshilardan qaysi biri danakni topsa, o‘shaning guruhi o‘yinni

boshlaydi. O‘yinboshini aniqlashning boshqa usuli — tayoqcha, gugurt cho‘pi yoki o‘yinchilar soniga qarab maydondagi qurigan o‘tlardan shuncha cho‘p teriladi. Ularning o‘lchami tenglashtiriladi, cho‘plardan biri kaltaroq bo‘lishi kerak.

Hammasi kaftga jamlanib, bir uchi teng qilib birlashtiriladi, ikkinchi uchi ko‘rsatilmaydi. Bolalar navbat bilan kelib, bittadan cho‘pni tortadilar. Kim kalta cho‘pni tortib olsa, o‘sha o‘yinboshi bo‘ladi. Shu o‘yinni boshqacha yo‘sinda tashkil qilish ham mumkin. Masalan, bir necha bo‘lak qog‘oz parchalari olinib, bittasiga biron belgi qo‘yiladi, so‘ngra ular cho‘ntak, xalta yoki do‘ppi ichida aralashtiriladi. Kim belgi qo‘yilgan qog‘oz parchasini olsa, o‘sha o‘yinboshi hisoblanadi.

Agar, o‘yinga besh kishi yig‘ilgan bo‘lsa, qur‘a tashlashning eng oddiy va tez usulini qo‘llash maqsadga muvofiqdir. Kimdir sezdirmasdan barmog‘ining birini ohak, rangli qalam bilan bo‘yaydi, kaftini musht holatida teskari ushlab to‘planganlar oldiga keladi. “Barmoqning birini och!”, deb o‘ynovchilarga taklif qiladi. Xar bir o‘ynovchi navbat bilan barmoqlarini ochadi. Kim bo‘yalgan barmoqni topsa, o‘yinni o‘sha boshqaradi. Agar bo‘yalgan barmoq ochilmay qolsa, taklif qilgan kishi o‘yinboshi bo‘ladi. Ilgarilari, ko‘pincha, tanga tashlab ham toleyini sinab ko‘rishgan va bu quyidagi usulda bajarilgan. Bosh barmoq ustiga tanga qo‘yilib, osmonga qaratib chertiladi, tushayotgan payti ushlanib, kaftga yashiriladi va so‘raladi:

-burgutmi, teskarisi? (Burgut tanganing tasviri tushirilgan tomoni, teskarisi uning orqa tomoni). O‘yinchi tanganing bir tomonini tanlaydi. Kaft ochiladi, kim osmonga qarab turgan tomonini tanlagan bo‘lsa, o‘yin navbati o‘shaniki bo‘ladi. Yoki tanga bo‘lmasa, yapaloq tekisgina tosh yoki kesak topib, uning bir tomonini namlash kerak. So‘ngra yuqoriga irg‘itish lozim, o‘yinni kim boshqarish kerakligini aniqlash zarur. “Yomg‘irmi, tog‘ora?”, deb so‘raladi. U yomg‘ir desa, demak namlangan tomon yuqoriga qarab tushishi lozim, tog‘ora esa quruq, quyoshli ob-havoni bildiradi. Yoki kichkina buyumni bir kaftda yashirib, ikkalasini ham oldinga cho‘zib

so‘raladi: “O‘ngidami, chapida?” Agar sherik yashirilgan buyumni topsa, u o‘yinni boshlaydi, topmasi o‘zi boshlaydi.

Sanoq termalari

Sanoq - bolalar o‘yinlarining chek tashlash holatidagi asosiy vositasidir.

“Sanoqlardan asosiy ko‘zlangan maqsad - o‘yin boshlashdan oldin boshlovchini yoki navbatchini aniqlash, biror bolaga gal berishdan iborat”. “Terma” umuman xalq og‘zaki ijodiga mansub sho‘x, hazilomuz yoki tirik, odatda, to‘rt misradan iborat qo‘shiq yoki she‘r sanaladi.

Demak, sanoq termalari bolalar o‘yin boshlashdan oldin boshlovchini, navbatchi yoki o‘yinboshini aniqlab beruvchi yordamchi vositadir. Sanoq termalari, odatda, qat‘iy ohang va marom qoidalariga bo‘ysunib, tegishli joyda urg‘u berib aytiladi. Sanoq termalarini mazmuni va bajarilish turiga ko‘ra shartli ravishda ikkiga ajratish mumkin: oddiy sanoq termalari va tanlovchi sanoq termalari. Masalan, oddiy sanoq termalari quyidagicha bo‘ladi:

Chori chamber.

Bori anbar.

Ona qiz qayda?

Ola-bula tog‘da.

Tog‘man, zuvman,

Piltakash to‘ti qiz,

San tur, san chiq.

Ayrim sanoqlar dialog shaklida bo‘lib, sanash ohangida aytiladi. Bunday sanoqlardagi dialog shakli faqat ma‘no jihatdan o‘zaro bog‘lanish usuli sifatidagina xizmat qiladi. Masalan: Bir, ikki, o‘n olti, O‘n olti deb kirm aytdi? Oqqina kuchukcha ayti, Oqqina kuchukcha o‘ldi, Bolasi menga qoldi. Bolasini bering-chi? Qani olib ko‘ring-chi, Salim qochdi, Halim tutdi. Sanoq termalaridagi har bir so‘z

bitta raqamni ifoda etadi, ya'ni uch misradan tortib, yigirma to'rt misragacha, hattoki, undan ham katta hajmda bo'lishi aniqlangan. Bu har bir misrada 2-4 tagacha so'zlar bor demakdir. Sanoqlarning vazn tuzilishi erkin, binobarin, to'rt bo'g'indan sakkiz bo'g'ingacha bo'lishi kuzatilgan. Sanoqlardagi raqamlar shunchaki, tilga olinmaydi, balki ritmik asosni tashkil qilish maqsadida vaznga solinadi:

Bir, ikki, uch...o'n olti...

O'n olti deb kim aytdi?

O'n olti deb men aytdim.

Ishonmasang, sanab boq:

Birov, Ikkiov. Uchov... Qoch-ov!

Sanoqdagi har qanday so'z siniq, kam hajmlidir, mabodo ko'p bo'g'inli so'zlar bo'lgan taqdirda ham bo'g'inlari oson bo'linuvchi bo'lmog'i darkor. Garchi bu so'zlar qandaydir ma'no anglatib, o'ynovchilarga biror tushuncha etkazsalar ham, shu o'yin jarayonida amaliy mohiyat jihatidan sanoq sonlarning vazifosini ifoda etadi, masalan: Bir, ikki, o'n olti, O'n olti deb kim aytdi? O'n olti deb men aytdim, Ishonmasang sanab boq. O'yin qatnashchilari o'zlarini ham qo'shiq eshitib, ham sanalib turgan holatda sezadilar va "mana men chiqdim" deb ichki bir hayajonda turadilar. Sanoqchi esa termalarni mumkin qadar jozibali talaffuz etishga, jarangdor ohang bilan ta'sir qilishga, aytilayotgan so'zlarning ta'sirchanlik kuchini oshirishga urinadi. Bolalarning asl maqsadi - intiluvchan va qiziquvchan qobiliyatli bolani o'yinboshi qilib saylash. O'yinboshi she'ni ijro etish bilan barobar, o'ziga xos vazifa bajaradi, chunonchi, bolalarning birini tanlaydi, "shu aytilganlarni o'n olti qismga bo'lib ko'r-chi!" deb ularni fikrlash, mulohaza qilishga undaydi. Darhaqiqat, to'rtlik she'ni turoqlarga ajratib, barmoqlar bilan sanalsa, roppa-rosa o'n oltita chiqadi. O'zbek xalq harakatli o'yinlari tarkibida sanoq sonlar bo'lgan sanoq termalari bir turkumga ajratilgan. Sanoq sonlarga egalik affiksi "im" qo'shiladi va shu so'zga qofiyadosh qilib, biror predmetning, kishi a'zolarining nomi keltiriladi. Bu sanoq ham ikki o'rinda ishlatiladi, biri - bolalarning koptok

o‘yinlarini sanashda shu she‘riy parchadan foydalansalar, ikkinchisi - bolalarni sanashda qo‘llanadi, masalan:

Birim - bilak,

Ikkim - elak...

Ayrim hollarda sanoq so‘zlarini bajargan ayrim so‘zlar, sanoq sonlar bilan yonma-yon - parallel kelishi ham mumkin:

Qars-qurs pomidor,

Onam bergan pomidor.

To‘rtlik “bir, ikki, o‘n olti”ning o‘lchovi bilan aytilgan. Birinchi ikki yo‘l alohida vazifa bajarmaydi, keyingi ikki yo‘l bilan qo‘shilgandagina mukammal bo‘ladi. Keyingi ikki yo‘l ham, garchi mustaqil vazifani bajarishi mumkin bo‘lsada, lekin shu o‘rinda, bolalar soni ko‘proq joyda kamlik qiladi. Shu sababdan ham boshlovchi shunga bab-baravar oldingi ikki yo‘llikni qo‘shib olgan. Davrada bolalar kam bo‘lganda sanoqlarning qisqa shakllari qo‘llaniladi:

Bir bug‘doy, ikki bug‘doy, uch bug‘doy, puch bug‘doy.

Qovoq, qovoq, tomosha qovoq, bunday qilmang, bunaqa qiling!

Akkalakam, dukkalakam,

Bavri chaman, buvra amal,

Bovda edi, qayda edi, Bovlamak, zuvzamak,

Pildir pis, bir pas pis.

Buni xar qanday bola ilgaridan mashq qilmasdan turib sanay olmaydi. Bu to‘rtlik mashg‘ulot - o‘yin jarayonidir. Sanoqning vazifasi esa bolalardan kimning chekiga “boq” so‘zi to‘g‘ri kelsa, u o‘yindan chiqib turadi. O‘yinboshi qolgan bolalar bilan sanoq termasini davom ettiraveradi. Sanoq termalarini sanash tartibi qanday? Hamma jips bo‘lib, doira shaklida turadi. Kimdir shoshilmasdan doira bo‘ylab har bir kishini va o‘zini barmog‘i bilan ko‘rsatib, sanay boshlaydi. Agar

doirada ko'pchilik bo'lsa, avval sanoqchi doiraning ichki tomonidan sanaydi, o'zini ham tartib bo'yicha hisoblaydi. Sanoq oxiri kimga to'g'ri kelsa, doiradan chiqib yon tomonda turadi. Oxirida qolgan bola o'yinni boshqaradi. Agar sanoqchining o'zi chiqib ketsa, sanoqni chap qo'shnisidan boshlab davom ettiradi va o'zini sanamay o'tkazib yuboradi yoki doiradan tashqariga chiqib turadi, sanoqni qolganlardan biri davom ettiradi. Qaysi tomonga qarab sanash kerak degan savol paydo bo'lishi mumkin. Sanoq qadimdan "quyosh bo'ylab", ya'ni quyoshning harakat yo'nalishiga qarab olib borilgan. Sanoqchi o'zini birinchi deb hisoblasa, navbatdagi bola, ya'ni ikkinchi shunday aniqlanadi. Quyosh sharq tomondan chiqib keladi, kunning yarmida janubdan o'tadi va g'arbga botadi. Demak, xohlagan paytda quyoshga qarab turiladi, uning osmon bo'ylab yurish yo'lining boshlanishi turgan kishidan chap tomonda bo'ladi, tugashi esa o'ng tomonda bo'ladi. Bundan chiqdiki, ikkinchi hisobda birinchining chap tomondagi kishi bo'ladi va so'ngra sanoq doira oxirigacha davom eladi, mana buni "quyosh bo'ylab" deb ataladi. Bu xalq harakatli o'yinlarining asosiy qoidasi hisoblanadi, unga doim amal qilish zarur. Sen tur, sen chiq! Bunday sanoq termalari ma'lum bir sujet asosida tuzilmasligi, so'zlar ham biror ma'noni anglatmasligi mumkin. Ammo bolalar uchun ularning mazmuni aniq - sanoq yordamida o'z o'rinlarini aniqlab oladilar. Sanoq termalarida ba'zan uzun so'zlar ham uchraydi, ayrimlarida ikki, hatto uch martagacha sanash mumkin yoki ikki so'z bitta so'z hisobda keladi. Shuning uchun, yanglishmaslik maqsadida barcha sanoq termalarida har sanoq ustiga urg'u qo'ysa yaxshi bo'ladi. Sanoq termalaridan tez chiqarish uchun ham foydalansa bo'ladi. Bunday xolatlarda oxirgi so'z to'g'ri kelgan bola shu o'yinni boshqaradi

Devor ketib,

Barra o'ti,

Jiblajibon, Yoqutxon,

San tur, san chiq!

Sanoq termalari yoki sanoq o'yinlari xalq harakatli o'yinlarining debochasidir, shuning uchun ham biz ularni shartli ravishda milliy xalq o'yinlari silsilasining sardori yoki "o'yinboshi"si ham deb ataymiz. Zero, ular sanoq bo'lsa-da, aslida qalbimizga zavq-shavq sololgan hayajonbahsh o'yindir. Ba'zan u qo'shiq bo'lib kiradi, qalblarimizga jo'shqinlik, shiddatkorlik ruhini singdiradi. Sanoqning bitta siri bor, undan hech kim foydalanmasligi lozim. Uch yoki to'rt kishi bo'lganda hech ham sanoqni o'tkazmaslik darkor, chunki bu yerda doimo birinchi bo'lib sanovchining o'zi chiqib turadi. Ko'pgina sanoq termalaridan keyin jami 3-4 kishi qoladi, uzun sanoq (termasini takrorlash uzoq muddalli va zerikarli bo'ladi, vaholanki, bitta sanoq bilan har o'ynovchini bir necha marta ko'rsatishga to'g'ri keladi. eng yaxshisi, sanoq termasini qisqasiga almashtirish yoki sanoqchini almashtirish kerak. Odatda, sanoq termasini kim boshlagan bo'lsa, birinchi bo'lib chiqadi, birdan boshqa sanoqchi boshlab ketadi. Chunki har kim o'zining sevimli sanog'ini aytgisi keladida! Sanoq so'zi o'zbek xalq jonli so'zlashuvida azaldan mavjud. Ota-bobolarimiz sanoq sonlaridan turmushning barcha sohalarida, chunonchi, milliy harakatli o'yinlarda ham keng o'rinda foydalanganlar. Dastavval, bolaning sanoqlari bilan ilk tanishuv o'yinlari orqali emas, balki ona bag'rida, uning barmoqlarini sanashdan boshlanadi. Qadim zamonlarda odamlar muqaddas yoki sirli raqamlar har xil xususiyatiga ega bo'ladi, deb o'ylaganlar. Ulardan ba'zilarini xosiyatli yoki xosiyatsiz deb bilishgan.

D.Frezerning ma'lum qilishicha, eramizdan uch ming yil ilgari ham turli marosimlar, har xil aqida, e'tiqodlar yilning ma'lum kunlari, kishilarning, mollarning soni bilan bog'liq sirli raqamlar mavjud bo'lib, ular hanuzgacha turli xil vazifalarni bajarib keladilar. Ularni o'zbek xalq ertaklari, dostonlarida, maqol va rivoyatlari, osori atiqalarida ko'plab uchratish mumkin. Zero, o'yin vaqtida raqamlar uchrasada, lekin sirli raqam ishlatilmaydi, aksincha, sanoq so'zlariga qofiya tarzida ishlatiladi. Masalan, o'yinboshi bolalar yashirinib bo'lgunicha sanab turadi: bir, ikki, uch, to'rt, besh, yetti - kettim! Bu o'rinda "yetti" - kutish muddati

bildi, yashirinishga ulgursang ham, ulgurmasang ham, qidirishni boshladim! - degan ma'noni anglatadi.

2.4. O'yinni tamomlash

O'zbek xalq milliy harakatli o'yinlarining hamma turlariga juda ham puxta ishlov berilgan. O'yinga chaqirish, uning boshlanishi, undan keyin o'yinning tugashi. Bularning barchasi bir ipga tizilgan marjon shodalariga o'xshaydi. O'yin tugagandan keyingi holat ham jozibali talqin qilingan.

Bolalar o'yin tugashida turlicha so'zlar bilan tarqalishni odat qilishgan:

-uy-uyiga, tepa to'yiga!

-uy-uyiga, to'ppa to'g'ri to'yiga!

-uy-uylikka, tepa tullikka!

-bir xo'rozim bor, u ham uyquga!

Xalqimizning nodir durdonalari bo'lgan milliy xalq harakatli o'yinlari va sanoq termalarini topish, jamlash va uni amaliyotga tadbiq qilish qadriyatlarimiz va ma'naviyatimizni tiklashdagi zarur vazifalardan biridir. Chunonchi, xalq harakatli o'yinlarini aynan o'z holicha o'ynash bolalarga zavq-shavq beribgina qolmay, ma'naviy boyliklarimizga hurmat bilan qarashni, ularni e'zozlashni va saqlay bilishni ham o'rgatadi. O'zbek xalq o'yinlaridan namunalar

“Cho'pon”

O'yinga tayyorlanish. Maydonning ikki qarama-qarshi tomoniga chiziq chiziladi. O'ynovchilar ikki guruhga bo'linib, har bir guruh bir-biriga qarab, maydonning ikki tomonidagi chiziq orqasida turadilar. Har bir guruh uchun o'yinboshi saylanadi. Birinchi (o'yinni boshlovchi) guruhning har bir o'yinchisida bir varaq qog'oz va tasma bo'ladi.

O‘yin tavsifi. O‘qituvchining ishorasidan so‘ng birinchi guruhning onaboshisi, ikkinchi guruhning onaboshisiga qarab: ”Cho‘pon, cho‘pon”, - deydi. Ikkinchi guruh onaboshisi: “Sening podang ketib qolgan”, - deydi. Ilmiy-uslubiy adabiyotlar taxlili ko‘rsatadiki, harakatli o‘yinlar 7-8 yoshli bolalarni salomatligini mustaxkamlashda asosiy vositalardan biridir. Har xil maktablarda o‘quvchilar harakatli o‘yinlarga bo‘lgan qiziqishlarini oshirishda turli xildagi usul va uslublar qo‘llaniladi. To‘g‘ri tashkil qilingan harakatli o‘yinlar o‘quvchilarni jismoniy tayyorgarligini hamda xarakat faolligini oshiradi. Kun tartibidagi jismoniy tarbiya tadbirlari jarayonida harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazish bolalarning jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishlariga qiziqishni uyg‘otdi. Ilmiy-uslubiy adabiyotlarning taxlilidan ta’sir ko‘rsatadiki bugungi kunda harakatli o‘yinlar o‘quv muassasalarida chop etilgan bo‘lsada ularning barchasida bolalarning yosh xususiyatlari yetarli darajada xisobga olinmagan.

2.5. Xalq o‘yinlari — bolalar uchun hayot maktabi

«O‘yin» va «raqs» tushunchalarini farqlamay qo‘llash odat tusiga kirgan, go‘yoki ular bir hodisaday, ular orasida hech qanaqa tafovut yo‘qday. Aslida-chi? Aslida ular bir-biriga mohiyatan o‘xshamaydigan hodisalar bo‘lib, har biri o‘z tabiatiga ega, o‘ziga xos qonuniyatlar asosida yashaydi, rivojlanadi. Rost, har ikkalasi ham harakat zamirida qurilgan, qolaversa, raqs, qisman esada, o‘yindan o‘sib chiqqan. Shu vajdanmikin, “o‘yin” nisbatan keng ma’noli tushunchaga aylangan, raqs hodisasini anglatadigan ma’noda ham qo‘llanaverilgan. Buni xalqona o‘yinlar misolida ravshanroq ko‘rish mumkin. Aytaylik, “Chittigul” harakatni so‘z boshqarishi asosida qurilgan qizaloqlar o‘yini. Qizaloqlar uni erta bahorda (endigina nish otib ko‘kara boshlagan gul-u sabzalarni ko‘rib quvonch va hayajondan entikib) “chittigul” — aslida ular chuchuk tilida chiqqan, hayajonga limmo-lim “chiqdi gul!” iborasi ekanligini inobatga oling, qo‘l ushlab davra hosil qilgan holda aylana turib, o‘zaro jo‘rovoqlikda qo‘shiqni kuylashadi. Bunda aylanish harakati qo‘shiq uchun ritmik — ohangdorlik asos vazifasini bajargan:

Etagingga gul bosay,

Bir yonini yon bosay.

Naqorat ijrosi jarayonida esa aylanayotgan yondosh qizaloqlar shiddat bilan juñ-juñ bo‘lishi, bir-birlarining kaftlariga kanlari bilan uch marta urib kuylashda davom etishgan: O‘yin nihoyasida oxirgi marta kaftlarini urishtirib, har bir qizaloq o‘z o‘mida gir aylanib turib:

Ha-yu, chittigul,

Ha-yu!.. —

der ekan, barchalari birvarakayiga gurra tarqalishgan (O‘yin qaytarilganda yana yuqoridagidek tartibga amal qilingan). Ko‘rinib turibdiki, “Chittigul”da ham o‘yin, ham raqs, ham qo‘shiq unsurlari o‘zaro singishib ketgan. Shunday ekan, uning o‘zi nima? O‘yinmi? Raqsmi? Yoki qo‘shiq? Undagi raqsga xos harakatlar butunlay raqs deyishga asos bo‘lolmaydi. Chunki ularda nafosat yetishmaydi (Ular hammabop, odmi harakatlar). Raqs esa nazokatga yo‘g‘rilgan jozibali harakatlar majmui bo‘lib, har kim ham ijro qilavermaydigan san‘at darajasidagi hodisadir. Shu mantiqning o‘ziyoq “Chittigul” raqsga xos ibtidoiy harakatlarga ega bo‘lsada, hali tom ma‘nodagi raqs darajasiga o‘sib chiqolmaganini ayonlashtiradi. Unda harakatning hammaboplik xususiyati ustuvor ekan, shuning o‘ziyoq ommaboplik fazilati ustuvor bo‘lgan o‘yinga mansublik alomatini kuchaytiradi. Qolaversa, “Chittigul” shunchaki qo‘shiq ham emas. Undagi qo‘shiq — o‘yinning ajralmas uzvi, xolos. Shu qo‘shiq bo‘lmasa undagi harakat ham yuzaga kelmaydi. Bu shunday qo‘shiqki, butun o‘yin davomida harakatni ta‘minlabgina qolmay, balki ravishini boshqarib turadi, shu asosda kompozitsion yaxlitlikni yuzaga keltiradi, shu bois “Chittigul” harakatni so‘z boshqaradigan behad ommaviy o‘yin turi. Uning o‘yinligini tasdiqlovchi yana bir muhim alomati — o‘yin ham, tomoshabin ham ijrochilarning o‘zlari ekanligidaki, raqsda bunday uyg‘unlik yo‘q. Raqsda bir-biriga ma‘naviy emotsionallik rishtalari bilan bog‘langan raqqos yoki raqqosa olami va undan zavq-u surur olishga chog‘langan tomoshabinlar olami bor. Ular alohida-alohida olamlar-ku, lekin purma‘no harakatlami kuzatuvchi nigohlar vositasida o‘zaro tutashgan. Bolalar

o‘yinlarida esa bunday emas, ularda o‘yin ham, tomoshabin ham bolalarning o‘zlari, bunda o‘yinchi va tomoshabin yagona bir siymoda namoyon bo‘ladi, ular o‘zaro tutashgan. Shu bois har bir o‘yin o‘ziga xos dramatik asarday, hayotning qay bir parchasi, qay bir dardi, qay bir muammosini aks ettiruvchi sahna asariday bo‘lib, uning muallifi ham, ijrochisi ham tag‘in o‘sha bolalarning o‘zlari... Bunda bolalarning ijodkorlik salohiyatlari haqiqatan namoyon bo‘ladi. Zero, bolalar o‘ynab zavq oladi, o‘ynab kurashga tushadi, o‘ynab mag‘lubiyat alamini totadi, o‘ynab g‘oliblik nashidasini suradi, o‘ynab o‘rganadi, o‘ynab kashf etish va ijod qilish ilmini o‘zlashtiradi, o‘ynab kuylaydi, o‘ynab hamdardlik va hamkorlik tuyg‘usini tuyadi, o‘ynab birlashadi va birlashmoq manfaatdorligini his qiladi, hatto o‘ynab judo bo‘ladi, yolg‘izlanadi va yakkalik iztirobini tortadi. O‘yinda harakat hayot ma‘nolarini ifoda etuvchi ma‘no kasb etsada, asosan, taqlidiy mohiyatga ega. Chunki bolalar kattalarga taqlid qila turib o‘ynaydilar, taqlid ular uchun olamni va odamni o‘zlashtirish vositasiga aylanadi. “Xalq ommasi bag‘rida kechayotgan bolalar turmushining alohida nuqtalari bor, — deb yozgan edi rus folklorshunosi G.Vinogradov. — Bolalar o‘zlarini ayrim ajratilgan alohida olam sifatida anglashadi va yashashadi. Kattalar ishtirokisiz ham o‘yin o‘ynay bilishadi, o‘ynab turib o‘rganadi, bevosita kattalardan emas, o‘z akasidan ular merosini o‘zlashtiradi, raqsni o‘rganadi — yana o‘sha kattalardan emas, ko‘pincha ulardan olamshumul sir tutgan holda shu tariqa atrofni o‘ralgan muhitni anglash har gal ham kattalar ta‘siri va rahbarligida kechavermaydi” Shunga qaramay, bolalar faoliyatida taqlidchilikning yetakchi tamoyilligi rad etib bo‘lmas haqiqatdir. Har bir taqlidiy harakat ularning o‘yinlarida turmushning qay bir qirrasini aks ettiruvchi ma‘no kasb eta boradi. Aytaylik, uzun xivichni toychoq qilib minib olgan va har gal: “Chu!” — deya unga qamchi bosib chopqillagan bolakay quvonchi haqiqiy chavandoznikidan kam emas. U hatto entikkanidan toychoqday kishnab ham qo‘yadi. “Urush-urush”ga o‘ynab o‘yinchoq to‘pponchasi (miltiqchasi)dan “paq” etib otarkan, haqiqiy g‘oliblik nash‘asini surganday sezadi o‘zini. O‘yinchoq moshinchasida tuproq solib olib, o‘zi “qurgan” yo‘lakchadan sudrab turib “bib-bib”lab chopayotgan bolakay tuygan zavq haqiqiy shofyornikidan kam emas. Qo‘g‘irchog‘ini allalab uxlatayotgan

yoki unga “ovqat yedirayotgan” qizaloq kayfiyatida haqiqiy onalarnikidan qolishmaydigan surur bor. Yoxud o‘shal qizaloq loydan “xami” qorib, “kulcha”lar pishirib, mehmondorchilik taomilini o‘ynab turib ado etarkan, bundan tuygan sururida kattalaming haqiqiy mehmonnavozlikda his qiladigan jonbaxsh safo bor, albatta. Chelakchasida suv tashiganida, loydan uycha qurgan uyda, tuproqdan xirmon uyganida bolakay shunchaki o‘ynamaydi, kattalarga taqlid qila turib mehnat qilgan bo‘ladi. Bu shunchaki taqlidiy mehnat emas, balki unga xos jarayonlarni o‘zlashtirish, mehnatning mohiyatini idrok etishdan iborat hayot sabog‘idir. U hayotni o‘ynab turib o‘zlashtiradi, o‘ynab turib ijodiy salohiyatini shakllantiradi va toblaydi, o‘ynab turib bunyodkorlikni o‘rganadi va kelajakning bunyodkori bo‘lib yetishadi. Binobarin, o‘yin — bolalar uchun hayotni o‘rganish va o‘zlashtirish alifbosi, donolar iborasi bilan aytganda, “har qanday bilimning alifbosi, ular fan va bilimdonlikning birinchi darajali buyuk pillapoyalari” hisoblanadi. Bolalar o‘ynab turib yashashadi, bu shunday hayotki, bolalaming ham vujudini chiniqtiradi, ham ongini shakllantiradi va o‘stiradi. Olamni anglash va o‘zlashtirish mashqlaridan tarkib topgan bunday hayot - bolalar uchun jiddiy mashg‘ulot ham. O‘yinlaming xalq tarixiy qismati, olis o‘tmishga xos turmush tarzi, urf-odatlaridan tashkil topgan. Bola o‘yin jarayonida ajdodlarining ana shu tarixidan voqif bo‘ladi, bunday voqiflik zamirida esa Vatanni anglash, unga mehr bilan qarash hissi uyg‘onadi, o‘zligini anglashga yo‘l ocha boradi. “Qo‘rg‘on olish” shunday tarixiy jangovar o‘yinlardan. U, asosan, qisqagina dialog negizida qurilgan. Ammo unda o‘ynoqi ritm mayjud, shu ritm savol-javobning poetik ohangini ta’minlagan:

— *Abdurahmon qoqvosh.*

— *Labbevosh.*

— *Tuyang qayda?*

— *Ola tog‘da.*

— *Qatig‘i qani?*

— *Yontoq.*

— *Nima beradi?*

— *Moyi qani?*

— *Moylonda.*

— *Suti qani?*

— *Sutlonda.*

— *Qatlonda.*

— *Nurmat akaning qiziga Kamaymi, sumaymi?*

— *Moy.*

Nomi tutilgan bola (istalgan nom) kamay deyilsa — kamay, sumay ovoziga taqlid qilishi lozim. O‘zbek bolalari repertuaridagi “Yashinmachoq” o‘yini yurtimizning barcha shahar va qishloqlariga keng tarqalgan. Uni bugungi kunda ham faollik bilan o‘ynashadi; ba’zi joylarda sof sport o‘yini shaklida o‘ynashsa, boshqa bir qator joylarda o‘yinning ayrim qismlari qo‘shiq jo‘rligida bajariladi. Chunonchi, buxorolik qizaloqlar yashirinish jarayonida jo‘rovoz tarzida o‘z-o‘zlariga shunday murojaat qilishadi:

Opa-opa anjil,

Darvoza zanjil.

Darvozani ochinglar,

Cho‘lga qarab qochinglar.

Cho‘lning yo‘li keng ekan,

Bizni (meni) tutib olinglar!..

Qo‘shiqning “Yashinmachoq” o‘yining har ikkala turida ijro etilishi uning mazmunidan anglashilib turibdi: birinchi turida bolalar ikki qarama-qarshi teng guruhga — toparmonlarga va yashirinuvchilarga bo‘linsalar, ikkinchi turida bunday guruhlarga bo‘linmaydilar. Unda birgina navbatda turuvchi toparmon bo‘lib, qolgan barcha bolalar yashirinadilar. O‘yinning mana shu turi nisbatan kengroq tarqalgan; unda yashirinish niyatida aytiladigan tarqalish qo‘shig‘i ham bo‘lakcha:

Agar hushyor bo‘lsangiz,

Yig‘lamsdan kulsangiz,

Tarqalishib ketdik biz,

Izlab-izlab toping siz.

Yashirinib bo‘lishgach, toparmonga shu xususda ogohlantiruvchi ishora beriladi. Ko‘p hollarda “puq” yoki “pub” deyilgan ishora berilsa, ayrim hollarda qo‘shiq shunday ishora vazifasini o‘taydi:

Oq sovun, ko‘k sovun,

O‘rtasi atirsovun.

Pub-pub, pishdi,

Pub-pub, pishdi...

Yoki :

Ana man, ana man,

Echki boqib kelaman.

Shu yerdan tulki o‘tdimi?

Dumi loyga botdimi?

Gulbutaning tayiga

G‘azal aytib yotdimi?

Shuni ham aytish kerakki, “Yashinmachoq” o‘yinidagi qo‘shiqlar butun o‘yinning tub mohiyatini belgilamaydi, aksincha, o‘yin kompozitsiyasidagi biror qismgagina daxldor bo‘ladi, o‘sha qismga xos harakatga omuxta tarzda ijro etiladi. Aytaylik, yuqorida keltirilgan to‘rt qo‘shiqdan dastlabki ikkitasi faqat yashirinish uchun tarqalayotgan paytda aytilsa, so‘nggi ikkitasi yashirinib bo‘lgandan keyin yashiringanlik haqida ishora tarzida aytiladi. Bunday hollarda qo‘shiq o‘yin kompozitsiyasining uzviy qismiga — biror tarkibiy bo‘lagiga aylanadi, xolos. O‘zbek bolalari repertuarida qo‘shiq kompozitsiyasiga aylangan o‘yinlar butun bir silsilani tashkil etadi... “Yashiringanini top”, “Chopa turib o‘tirish”, “Yoshlam-yoshlam”, “Oltin darvoza”, “Xurmacha bog‘i”, “Mehmon-mehmon”, “Moy kulcha”, “Chap berish”, “Besh tosh” “To‘y-to‘y”, “Sakra-sakra”, “Otish-otish”, “Urush-urush”, “Jik-jik”, “O‘y o‘ylash”, “Bozor-bozor”, “Quvlashmachoq”, “Otilgan do‘ppini kim oldin olib keladi?”, “Tez qaytish”, “Kim chopag‘on”, “Zum-zum”, “Mushuk-sichqon”, “Pishakvoy”, “Quyoni” va boshqalar ana shunday xarakterga

ega. “Xurmacha bog‘I”, “Mushuk-sichqon”, “Yoshlam-yoshlam” ko‘p variantli o‘yinlar sifatida o‘tgan asrlardan oq bolalar repertuarini muzayyan etib kelmoqda. Ular davr ruhiga yo‘g‘rilib, yangi motivlarni ifodalab, hamon bolalarning sevimli o‘yini bo‘lib qolmoqda. Bolalar o‘ylashni o‘yinga aylantirganlarida ham Vatan dushmanlariga qasoslari borligini yashirishmaydi. “O‘y o‘ylash” o‘yindagi qo‘shiqda shu motiv ifodalangan:

— *O‘y o‘ylasang,*
O‘ying o‘ngisin,
Tog‘ bag‘rida yotib olsa,
Qo‘ychi o‘ngisin.
Qo‘ychi bo‘lsang,
Qo‘ylaringni birga boqaylik.

Dushmanlarning ko‘kragiga O‘tlar yoqaylik.

O‘ylay bilish — katta san‘at, uning vositasida voqelikni idrok qilish yo‘li ochiladi. Bu o‘yinda ham shunday bo‘layotir. O‘yinchi shunchaki o‘ylamayotir, balki o‘yinga parvoz berganidan yuksak tog‘ xayolini chulg‘agan. Tog‘ bag‘ridagi qo‘ychi va qo‘ylar — mehnatkash inson va el boyligi unga muqaddas tuyulmaganidan, ular bir ipda tizilganday, pirovard-oqibatda shularga zavol keltirmoqchi bo‘lgan dushmanga nafrat va qasos o‘yinga aylangan. Bu o‘yinlarning barchasida vatanparvarlik yuqori darajasiga ko‘tarilgan. “Kim chopag‘on”, “Zumzum”, “Tez qaytish” “Quvlashmachoq”, “Ushlama” va boshqa shunga o‘xshash o‘yinlar bolalarning jismoniy chiniqishlariga ma‘naviy ko‘rk bag‘ishlaydi; ularni chaqqon, epchil, sezgir bo‘lishga, aniq mo‘ljal olishga, vaziyatni baholay bilishga o‘rgatadi. “Kim chopag‘on”da tez chopish musobaqasining mohiyati o‘yin (ona) boshi qo‘shig‘ida shunday ifodalanadi:

Karim kamonga ketdi,
Sobir somonga ketdi.
Tolib, Tesha —
ikkovi Ikki tomonga ketdi.

Qaysisi kelsa oldin

Manov sovg'ani olsin, Husht!

“Zum-zum” o‘yin chillak o‘yining bir ko‘rinishi bo‘lib, yutqizgan tomon zum chopib dovni bermog‘i lozim. Bunda yutgan tomon chillakni yerga tushirmay, muallaqligicha chillakdasta bilan necha marta ura olsa, shu sanoq darajasigacha uni uzoq masofaga yo‘naltirib zarb bilan uradi. Yutqizgan shu masofaga bir nafasda “zum” degancha chopib kelmog‘i shart. Albatta, avvalo, u shu masofaning uzoq-yaqinligini chamalab, uning qancha qismigacha nafasi yetishini inobatga olmog‘i, so‘ngra, o‘sha masofaning ma‘lum qismini quyidagi qo‘shiqni aytish hisobiga chopib o‘tmog‘i kerak:

Shoyi ko‘ylak kiymayman,

Hilpillatib yurmayman.

Kalish-mahsi kiymayman.

G‘irchillatib yurmayman.

Botinkamni kiymayman,

Do‘qillatib yurmayman,

Oyoqyalang chopaman.

Chopaman, doving beraman,

Zum...m...m...

Ana shu zum bilan marraga yetib kelish shart. Aks holda uzilgan joydan o‘yin qayta boshlanadi. “Kattalaming o‘z o‘yinlari bo‘lganidek, — deb yozadi professor G.Vinogradov, — bolalaning ham o‘z o‘yinlari bor, ular o‘zaro juda ko‘p umumiyliklarga ega bo‘lsalarda, bir-birlaridan shunchalik ajralib turadilarki, ana shu farqlami o‘rganish lozim”

Zotan, o‘yin ko‘p hollarda kattalar uchun jiddiy ishlardan ma‘lum muddatga chekinish, hamma narsadan qimmatli vaqtni zoye ketkizmaslik uchun hordiq chiqarish va o‘z aqliy-intellektual hamda jismoniy kuchlarini yig‘ib yangidan bir shiddat hosil qilish vositasi. Bundan kattalar orasida qaror topgan musobaqa xarakteridagi o‘yinlar mustasno, albatta. Rost, aslida har qanday o‘yin asosida

kurash va tortishuvda zuhur topgan musobaqa yotadi. Biroq shu kurash va tortishuvning shiddati pirovard-oqibatda shu musobaqa tabiatini belgilaydi, shu bois qay bir o‘yin shunchaki hordiqqa xizmat qilsa, qay biri chinakam kurash negizidagi musobaqa tusini olgan. Kurash, ko‘pkari, chavandozlik singari qator o‘yinlar sport o‘yinlari shaklini olgan. Bolalar o‘yinlari esa tamoman o‘zgacha mazmunga ega. U — turli yoshdagi bolalar hayotining ajralmas tarkibiy qismi, o‘shish va ulg‘ayish, chiniqish va toblanish pillapoyalari. O‘yin bolalar beshikdaliklaridayoq hayotlariga kirib boradi: “Bordi-bordi”yu, “Havzak-havzak”lar bo‘lib, shaqildog‘-u tutanchiq singari o‘yinchoqlar bo‘lib, bolalar ulg‘aygan sayin o‘yinlari ham beshikdan uyga, uydanda hovliga, hovlidan ko‘chaga, keng maydonlarga ko‘cha boradi, ham shaklan, ham mazmunan murakkablashadi, hayotning barcha qirralarini muqallidan ilg‘ay boradi, qolaversa, hatto bolalarning jinsiga ko‘ra tafovut hosil qila boshlaydi, kechki yoki kunduzgilikdan iborat vaqt tamoyilini kasb etadi, hatto yilning qaysi faslida o‘ynalishi qat‘iylasha boradi. Shu tufayli bolalikning har bosqichiga muvofiqlashgan o‘z o‘yinlari bor; qizlarning o‘g‘il bolalardan, o‘g‘il bolalarning esa qizlardan farq qiladigan, ayni zamonda har ikkala jinsning aralash holda o‘ynashlariga muvofiqlashgan o‘yinlari turkumlashgan. Ularning faqat bahorda, faqat yozda, faqat kuzda yoki faqat qishda o‘ynaladigan turkumlari shakllangan. Bu, albatta, u yoki bu o‘yinning fasllar o‘zgarishi bilan yuz beradigan mehnat jarayonlari, ularga daxldor urf-odatlar. irim-sirimlarga muqallidiy xatti-harakatlari natijasida yuzaga kelganligi oqibatidir. Shu bois poliz qo‘riqchilik, bog‘dorchilik, chorvachilik, quruvchilik, kulolchilik, ovchilik, baliqchilik, novvoylik, pazandachilik, harbiy va boshqa kasb-u korlarga muqallidan yuzaga kelgan o‘yinlar bisyordir. Shuni ta’kidlash joizki, majburiylik — o‘yin tabiatiga yot. U bolalardagi ijodkorlik salohiyatini so‘ndiradi. Shu bois bolalar qaysi o‘yinni istasalar — uni ixtiyoriy tanlaydilar. O‘yin tanlash — o‘yin maylini, zavqini yuzaga keltirishi shart. Shundagina bolalar shunchaki o‘ynamaydilar, balki o‘yinda yashaydilar, o‘yin ular uchun olamshumul zavq-u shavqqa, turmush darsligiga aylanadi. O‘yinlarning turmush darsligi sifatidagi mohiyatini anglash — bolalarda unga nisbatan mas’ullik tuyg‘usini, o‘yin qoidalariga qat‘iy rioya qilish burchini shakllantirgan. Shu boisdan

bolalar o‘yin intizomiga qat’iy amal qiladilar. Shu zaminda asrlar davomida o‘yinlarning o‘z ichki qonuniyatlari shakllanganki, bu bolalaning ahillik, hamkorlik, birodarlik, tezkorlik, chaqqonlik, epchillik, bardoshlilik, matonatlilik, jamoatchilik, topqirlik fazilatlarini tarbiyalovchi mohiyat kasb etishini ta’minlagan. Shu zaminda o‘yinlar ko‘p vazifali hodisaga aylangan: ular hayot sabog‘i sifatida ijtimoiy mazmun kasb etsa, bolalarni jismonan va ma’nan chiniqtirib, axloqiy-tarbiyaviy vazifani o‘tagan. Shu fazilati bilan etnopedagogik mohiyat kasb etgan. Xalq urf-odatlarini, rasm-rasumlarini ifodalab, etnografik vazifa bajargan. Aytaylik, hozir ham shofirkonlik keksalar orasida bolalarning erta bahordagi o‘yinlariga qarab yilning qanday kelishini bashorat qilish udumi mavjud. Ular e’tiqodicha, bolalar erta bahorda tuproqni uyib “xirmonlar” yasashsa, “yo‘lkalar solishsa” — yil to‘kin va farovon kelarmish, bordi-yu bolalar yerni o‘ydim-chuqur qilib o‘ynashsa — yil og‘ir kelarmish, o‘lim ko‘p bo‘larmish... O‘yin intizomiga qat’iy amal qilish — bolalarda burch va mas’uliyat tuyg‘usini uyg‘otadi, shu fazilati tufayli bolalarda huquqiy ong kurtak yozilishiga zamin tayyorlanadi. Bolalar jamiyatdagi o‘z mavqelarini idrok qila boradilar. O‘yinlarda harakat ritmik mutanosiblikka ega. Bu, o‘z navbatida, harakatga omuxta ritmik o‘ynoqi qo‘shiqlar vositasida bolalarda go‘zallikni his qilish malakasini shakllantiradi, ularda go‘zallik tuyg‘ularini junbushga solib, estetik vazifani bajaradi. Qolaversa, bolalar o‘yinning o‘zigagina emas, balki uni boshlash va yakunlashga ham alohida ahamiyat beradilar. Avvalo, birgina bolaning o‘zi yolg‘iz holda kamdan kam o‘ynaydi. Garchi o‘zbek bolalari o‘yinlarida yolg‘iz bolaga mo‘ljallangan o‘yinlar bor ersada, behad kam. O‘yinlarning aksariyati ikki va undan ortiq bola faoliyatiga mo‘ljallangan. Shu boisdan o‘ynagani ko‘chaga chiqqan yolg‘iz bola darhol sherik izlashga tushadi, tengqurlarini o‘yinga chorlaydi. Aytish mumkinki, o‘yin ana shu chorlashdan boshlanadi. Nihoyat, bolalar yig‘ilishgach, qaysi o‘yinni o‘ynash masalasi jumboqqa aylanadi. Bu masala o‘yin tashkilotchilari sifatida tanilgan, shu bolalar to‘pida e’tirof etilgan, tan olingan sarkorlar maslahati bilan hal qilingan. Bunday o‘yin tashkilotchilari O‘zbekistonning turli joylarida “o‘yimboshi”, “onaboshi”, “jo‘raboshi”, “boshliq” atamalari bilan nomlanadi. Shularing irodasi bilan tanlangan o‘yinni xarakteriga qarab, demokratik asosda

tashkil etishga kirishiladi. Aytaylik, o‘yin qarama-qarshi taraflarga bo‘lingan holda o‘ynaladigan bo‘lsa — cheklanish; alohida galda (navbatda) turuvchini aniqlash asosida o‘ynaladigan bo‘lsa — sanashish tadbirlariga amal qilinadi, bu bolalarda norozilik kayfiyati tug‘ilishining oldini oladi, g‘irromliklarga to‘siq soladi, O‘yinchilarni o‘z guruhlari atrofida jipsroq uyushuvini va shu guruh (jamo) oldida mas‘ullik tuyishni ta‘minlaydi, o‘yinning demokratik mohiyatini kuchaytiradi. Shu tariqa chorlama, cheklashmashoq va sanamalardan iborat an‘anaviy o‘yin boshlamalari yuzaga kelgan. O‘yinni boshlamay chala tashlab ketishga, yutqiza turib tan bermay qochishga hech bir ishtirokchining haqqi yo‘q. O‘yin hamma ishtirokchilar uchun baravar va bir vaqtda tugaydi. Binobarin, bolalar o‘yinni yakunlamoqchi bo‘lishsa, uning tugaganini e‘lon qiladilar. Ko‘rinadiki, o‘yin kompozitsion tarkibiga ko‘ra an‘anaviy debocha (chorlama, cheklashmashoq va sanama, o‘yinning ozi va intihosi (tarqalmashoq)dan iborat, shu qismlar birgalikda uning kompozitsion yaxlitligini ta‘minlagan

O‘yinlarda harakat ikki vazifani ado etadi: birinchisi — bola tanasi va a‘zolarini jismoniy jihatdan chiniqtiradi, bolani epchil qiladi, chaqqonlikka, tezkorlikka, chidamlilikka, uddaburonlikka, o‘z kuchiga ishonishga o‘rgatadi; ikkinchisi — bolalarni mushohada qildirtiradi, ma‘naviy nigohini o‘tkirlashtiradi, teranlashtiradi, kutilmagan qarorlar qabul qilishga chog‘laydi, xullas, har ikkala holatda ham topqirlikka o‘rgatadi, ham jismoniy, ham ma‘naviyligi mohiyatiga ko‘ra o‘zbek xalq bolalar o‘yinlarini ikki katta guruhga bo‘lish mumkin:

Harakatli o‘yinlar bu xil o‘yinlarda harakatni yuzaga keltiruvchi vositalar turlicha namoyon bo‘ladi. Shu xususiyatiga ko‘ra ular uch ichki xilma-xillikka ega:

a) Sof harakatdan iborat o‘yinlar. Bularni taqlidiy o‘yinlar ham deyish mumkin. Chunki harakat taqlid asosida yuzaga keladi. “Almash qadamlar”, “Sirg‘anchiq yoki toyinishma”, “Ona tovuq va hakka”, “Jik-jik”, “Bekinmashoq”, “Puqmipuq”, “Yashirinmashoq”, “Duk-duk”, “Quvlashmashoq”, “Shaxshax” va boshqa juda ko‘p shu xildagi o‘yinlarda harakat u yo bu hodisaga taqlid zamirida voqelikka aylangan. To‘g‘ri, taqlidu boshqa turga mansub o‘yinlar uchun ham

begona emas, lekin ularda harakatni yuzaga keltiruvchi vositaga aylanmagan, sof harakatdan iborat o'yinlarda esa u harakatni voqelikka aylantirgan vosita, o'ziga xos mehvar darajasida, binobarin, uningsiz o'yin ham yuzaga kelmagan bo'lardi. Shuni ham ta'kidlash o'rinliki, sof harakatdan iborat o'yinlarning ko'pligi maktabgacha yoshdagi kichik yoshdagi o'quvchilarga mosligi bilan ajralib turadi.

b) Harakatni predmet boshqaradigan o'yinlar. Bular kichik hamda o'rta yoshdagi bolalar hamda o'smirlarga mos bo'lib, ulardagi harakatni tuproq, toshcha, tanga, loy, hango'z, oshiq, danak, yong'oq, ro'mol, chillak va chillakdasta, jirttak, lanka, to'p, koptok, qo'g'irchoq, turli-tuman o'yinchoqlar yuzaga keltiradi. Bu turdagi o'yinlarda narsa (o'yinchoq) harakatni yuzaga keltiradi va boshqaradi. Taassufki, o'zbek xalq o'yinlarini to'plash va o'rganishga kam e'tibor berilganligidan ularga daxldor milliy an'anaviy o'yinchoqlarni yig'ish va tadqiq qilish ham nazardan qolib keldi. Bu sohada E.M.Peshcherovning 1957-yilda e'lon qilgan "Tojiklar va o'zbeklarda bolalar o'yinlari va o'yinchoqlar (1924—1935-yillardagi materiallar asosida)" maqolasidan boshqa biror jiddiy ish yo'q. Binobarin, bu turdagi o'yinlarga xos o'yinchoqlar (qo'g'irchoqlar, sopol va metall hushtaklar, yog'och g'ildirakli itarma aravachalar, g'arg'aralar, kamonlar, toshdan va yog'ochdan yo'nilgan ishti va hango'zlar, akkol va akkoldastalar, soqqalar, varraklar, parraklar, jun to'pchiqlar, suv solib puflanganda sayraydigan bulbulchalar, uch g'ildirakli gav g'altaklar, halo'ngilar, g'altag-u g'altakchalar va h.k.) to'planmog'i va ularning bolalar ijodkorlik salohiyatini rivojlantirishdagi mohiyati o'rganilmog'i zarur. Bu alohida, biroq kechiktirib bo'lmaydigan tadqiqot mavzularidan hisoblanadi. Shunisi muhimki, o'tmishda bu o'yinchoqlarning aksariyatini bolalarning o'zlari yasashgan, yo'ngan, tikkan, xullas, tayyorlashgan. Bu ham bolalarda ijodkorlik malakasini shakllantirishga xizmat qilgan, pirovard-oqibatda esa yo'qni yo'ndirib bo'lsada, o'yinni tashkil etuvchi topqirlikka o'rgatgan. Qizlar qo'g'irchoq yasamoqchi bo'lishsa, bir tugma, ozgina ip va matoh, ikkita cho'pchak topishsa bo'ladi, o'zlari uni tayyorlayverishgan. Toychoq mingisi kelgan

bolakay uchun uzun novda topilsa — yetarli sanalgan. Suv va tuproq bor joyda istagancha loy o‘yinchoqlami tayyorlay olganlar. To‘pchiqqa ehtiyoj sezganlarida tullagan sigir junini olib, kaftlariga hovuchlab, ozgina suv sepib ho‘llab ishqalasalalar bo‘ladi — jun to‘pchiq tayyor! Xullas, o‘yin taqozo etgan istalgan vaziyatdan bolalar ana shunday topqirlik va sinchkov ijod yoki ixtirolari tufayli chiqa olganlar. Afsuski, 50-60-yillardan boshlab tayyor “madaniy o‘yinchoqlarga ruju qo‘yish bolalarda ana shunday topqirlik va ijodkorlik ruhini birmuncha zaiflashtirdi. O‘g‘il bolalarning topgani — tayyor fútbol, qizaloqlaming topgani “mama” deguvchi tayyor qo‘g‘irchoqqa aylandi. O‘zbek milliy o‘yinchoqlar vositasida xalqimizga xos milliylikni anglab yetishlariga monelik yuzaga keldi. Endilikda zudlik bilan ana shu kemtiklikka barham berish milliy istiqlolimiz taqozo etayotgan dolzarb muammolardan biri hisoblanadi.

d) Harakat so‘zi boshqaradigan o‘yinlar. Bunday o‘yinlar kompozitsiyasida qo‘shiq harakatni yuzaga keltirishi va boshqarishi bilan muhim uzvga aylangan, aniqrog‘i, qo‘shiq yo ular kompozitsiyasining asosini tashkil etadi, yo o‘yin yo‘nalishida biror vazifani bajaradi. Shu zaylda u estetik qimmatini oshiradi va folklorlik ruhini kuchaytiradi. Shu vajdan bu xildagi o‘yinlami nuqul sport namunalari sifatida xarakterlash — ulaming folkloristik xususiyatlarini inkor etishga olib keladi. Chunki har qanday qo‘shiq, avvalo, og‘zaki poetik ijod namunasi bo‘lib, harakatning unga omuxtalashuvi folklor va sportning o‘zaro mantiqan uyg‘unlashuvining zuhuri hisoblanadi. Binobarin, bunday o‘yinlarga shunchaki o‘yin sifatida emas, o‘yin-qo‘shiqlar sifatida qarash to‘g‘riroqdir. O‘yin-qo‘shiqlardagi poetik matn dialog va monolog shaklida bo‘lib, ijrosiga ko‘ra bir-biridan farq qiladi. Dialog shaklidagi poetik matnlar aksariyat hollarda jo‘rovoz holatida ijro etilsa, monologlar kuylanmaydi, balki shovqin solib deklomatsiya qilingan. Shunisi ham borki, jo‘rovoz bo‘lib ijro etiladigan dialog shaklidagi poetik matnlarning aksariyatida buyurish ohangi yetakchidir. Chunonchi, “Oq terakmi, ko‘k terak?” o‘yin-qo‘shiqni ko‘zdan kechiraylik. Bu o‘yin-qo‘shiq bolalar repertuarida uzoq zamonlardan beri o‘ynalib kelinadi. Bu jihatdan er-xotin V. va M.

Nalivkinlar bergan ma'lumot alohida qimmatga ega. Ana shu ma'lumotga ko'ra, bundan yuz yilcha ilgari ham bu o'yinni bolalar o'ynaganlar va uning ijro tartibi quyidagicha boigan: "Bolalar ikkita teng guruhga bo'linganlar. Guruhlaming har biri o'zaro qo'lma-qo'l ushlab, o'zicha saf hosil qilishadi; ikkala saf ham yuzmayuz turishadi. Bir safdagilar ikkinchi safdagilardan jo'r bo'lib so'rashadi:

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizdan sizga kim kerak?

Kimnidir so'rashadi. So'ralgan qarshi safni yorib o'tish niyatida unga chopib borib tashlanadi; agar u yorib o'tolsa, unda o'sha safdagi bolalardan birini yetaklab borib o'z safiga qo'shadi, aks holatda esa o'zi o'sha safda qoladi va o'yin davom etaveradi" Oradan bir asrdan ziyod vaqt o'tganiga qaramay, o'yin tartibi hamon shu holicha saqlanib kelmoqda. Lekin o'yin qo'shig'i transformatsiyaga uchrab, xilmaxil variantlar kasb etganini ta'kidlash lozim. Mana shunday variantlardan biri:

— *Qamar, qamar, qamchini,*

Qovurg 'aning yanchini.

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizdan sizga kim kerak?

Ikkinchi safdagilar ham shu ohangda jo'r bo'lishib, shunday javob qaytarishadi:

— *Kichkina Salim kerak.*

Odatda, qarshi tomon kichikroq, kuchsizroq yoki o'zlariga yoqqan bolani da'vat etishi an'anaviydir. Shu sababli da'vat etiluvchi bola nomi turlicha sifatlanmog'i mumkin, biroq bu javob satri ritmining savol satrlari ritmiga mos monelik qilmasligi lozim. Shunisi xarakterliki, savoldan iborat ikkilik deyarli barcha variantlarda turg'un holatda saqlangan bo'lsada, o'sha ikkilikka yo olddan, yo oxiridan goh bir, goh ikki va undan ham ortiq o'yinchilar holatini ifodalovchi satrlar qo'shilgan:

— *Sohibjamol uydan chiqsa,*

Hammani qaratadi.

Oq terakmi, ko'k terak?

Bizdan sizga kim kerak?
Jilmayibgina turgan
Bo‘tako‘z Zumrad kerak.
O‘ynab-ynab kuylaymiz,
Kuylab-kuylab o‘ynaymiz.
Oq terakmi, ko‘k terak?
Bizdan sizga kim kerak?
Erkin qo‘zichoq kerak.
Ola-bula kapalak,
Orqa sochim jamalak.
Oq terakmi, ko‘k terak?
Bizdan sizga kim kerak?
 — *Xayri qizaloq kerak.*

Keyingi variant ikkala tarafning tugal poetik dialogi hisoblanadi. Birinchi taraf an’anaviy poetik so‘roqqa o‘yin muddaosini ifodalovchi baytni qo‘shgan bo‘lsa, ikkinchi taraf nozik parallelizm asosida o‘yinchilar holatini ifodalovchi bayt qo‘shgan. Sochga jamalak urilganda “ola-bula” kapalakni eslatishi tabiiy. Ayni choqda “ola-bula”likda parokandalik holati ham ifodalanishi mumkin. Shunday ekan, yutqiza turib safning siyraklashayotganiga ham ishora qilinayotganday. Tag‘in shunday varianti ham borki, unda har bir satr o‘zicha mustaqil poetik so‘roq va uning poetik javobi shaklidir. Bunda qofiyalanuvchi so‘zlardagi ohangdoshlik muhim rol o‘ynagan:

— *Oq terakmi, ko‘k terak?*
 — *Bizdan sizga kim kerak?*
 — *Sayrab turgan dil kerak.*
 — *Dillarni(ng) qaysi biri?*
 — *Gulandomdir o‘tkiri!*

Qo‘shiq matni davr ruhiga yo‘g‘rilib transformatsiyaga uchrashi natijasida xilma-xil variantlari yuzaga kelgan. Ammo o‘yinning o‘zidagi tartib-qoida qat’iyligicha qolavergan; safhi yorgan — g‘olib, yutqizgan tarafdin bir bolani o‘zi mansub safga qo‘shib, uni mustahkamlaydi, kuchaytiradi; yorolmagan — mag‘lub,

o'sha safning bandisiga aylanib qoladi va o'z safini kuchsizlantiradi. G'olibning bo'ysundirishi, mag'lubning itoati o'yinning huquqiy xosiyati sifatida bolalarga huquq asoslarini idrok qilishga yo'l ochsa, ayni choqda har bir o'yin ishtirokchisini o'zi mansub safdoshlari oldida mas'uliyat sezishga undaydi. Eng muhimi, safni yorishi zarur topilgan bola qarshi tarafning kuchsiz joyini mo'ljallay olishga, o'sha joyni yorib o'tishga kuchi yetishini his qilishga, demak, taktik jihatdan aniq mo'ljal ola bilishga va o'z kuchiga ishonch hosil qilishga ham o'rganadi. O'yin qo'shiqning xuddi shu xususiyatlarini chuqur his qilgan ilg'or muallimlar, bolalar shoirlari, bog'cha murabbiyalari unga alohida rag'bat bilan qarab, bir qadar kitobiyroq bo'lsa-da, yangi variantlarning yuzaga kelishiga ta'sir ko'rsatganlar. Quyida keltiriladigan ana shunday qo'shiqlarning birida an'anaviy savoldan iborat bayt aynan saqlangan bo'lib, a'lo o'qish sharaflanadi:

— *Biz boyagi hovlida*
Bo'lib tarafma-taraf.
Navbat bilan aytishdik
Taraf-tarafga qarab.
Oq terakmi, ko'k terak?
Bizdan sizga kim kerak?
— *Bizga kerak maktabda*
Eng a'lochi Alisher.
Oq terakmi, ko'k terak?
Bizdan sizga kim kerak?
— *Bizga Alisher kerak!*

Ikkinchisida o'sha an'anaviy savoldan iborat bayt ritmi saqlangan holda bayt uchlik bandga aylangan va mazmun ham o'zgarmagan:

— *Oppoq-oppoq ko'rak,*
Ko'm-ko'k, ko'm-ko'k, ko'k ko'rak,
Bizdan sizga kim kerak?
— *O'zi a'lo o'qiydi,*

*Tartibli ham odobli,
Hammani sevar,
Tikishda chevar,
Barchadan chaqqon,
Hammaga yoqqan
Go‘zal Ozoda kerak!*

Paxta — milliy iftixorimiz ekan, an’anaviy savoldagi “terak” so‘zining o‘rniga ohangdosh “ko‘rak” so‘ziga almashtirilishi o‘yin vositasida shu iftixor tuyg‘usini murg‘ak qablarga indirishni ko‘zlashi tufayli muhim ijtimoiy-estetik fazilat kasb etgan. Kompozitsiyasining asosini qo‘shiq tashkil etadigan o‘yinlarning aksariyati improvizatsion xarakterga ega. Ular bolalarning o‘z ota-onalari turish-turmushiga taqlid qilishlari natijasida yuzaga kelgan. Binobarin, improvizatsion o‘yinlar bolalar kuzatuvchanligi samarasigina bo‘lib qolmay, o‘ziga xos hayot eksperimentlari ham. Aytaylik, “Olmacha do‘m-do‘m”, “Osmondagi oy” o‘yinlari uchun dehqonning o‘zi yetishtirgan olmani sotishga bolalar taqlidi asosga aylangan bo‘lsa, “Bog‘lam-bog‘lam”, “Guldur-gup”, “Chilliktoy”, “Qo‘rg‘on olish”, “Cho‘pon va shaqal”, “Boylandi” o‘yinlari uchun chorvachilik bilan shug‘ullanuvchilar faoliyatiga taqlid qilish o‘yinning zamini hisoblangan. Bu o‘yinlarning muhim xususiyati shundaki, ular “Oq terakmi, ko‘k terak?” singari qarama-qarshi taraflarga bo‘linmagan holda o‘ynalsa-da, poetik dialog o‘yinga xos harakat mantiqiga omuxtalashgan bo‘ladi. Bunday o‘yinlar, odatda, rollarga bo‘lingan holda o‘ynaladi. “Cho‘pon va shaqal” o‘yinida bolalar ro‘lga kirib, o‘yinning dramatik konfliktini yechadilar. Bunda cho‘pon va shaqal qiyofasida harakat qiluvchi o‘yin ishtirokchilarning harakatga omuxta poetik dialogi drammatizmning kuchaytirgichi hisoblanadi:

Cho‘pon : — Sho‘rdan shaqal o‘tdimi?

Dumi loyga botdimi?

Gulbutani(ng) tayiga

Bacha ochib yotdimi?

Shaqal : — A... a?..

Chopo'n : — Sho'rdan shaqal o'tdimi?

Dumi loyga botdimi?

Gulbutani(ng) tayiga

Bacha ochib yotdimi?

Shaqal : — Ha... a...

Cho'pon : — To'xta, shaqalni uray man,

Qulog'ini buray man.

Bachasini obqochib,

Uyga qochib ketay man.

Bu xildagi o'yinlarning maxsus tomoshabini bo'lmaydi, ularning ijrochisi ham, tomoshabini ham o'sha ishtirokchilarning o'zi. O'yinning har bir ishtirokchisi o'zi ijro etadigan rolni juda mas'uliyat sezgan holda tabiiy bajarishga intiladi. Ular o'zlari ijro etayotgan rolning tashqi qiyofasiga ham, xatti-harakatiga ham, xususan, ovozining taqlidan tabiiy chiqishiga ham alohida e'tibor berishadi. "Bo'rilar va echkilar", "G'ozlarim", "Muzlatamiz", "Ot sug'orish", "Muqallid" va yana talay o'yinlarga ana shu xususiyatlar yorqinroq joziba baxsh etgan. "Muzlatamiz" — bolalarni sovuqdan qo'rqmaslikka, dadillikka da'vat etuvchi o'yin. Umumiy yo'nalishini aka-uka muzlar qiyofasidagi ikki o'yinboshining xatti-harakati va dialogi belgilagan. O'yinboshi (muz)lamaning: "Men burun yaxlataman", ikkinchisi: "Men quloq muzlataman", — deb bolalarni sovuqdan qo'rqitishadi. Bundan cho'chigan bolalar panada qaltirashib, o'ynagani chiqishmaydi. Shunda aka-uka muz (o'yinboshi)lar o'z po'pisasidan mamnun bo'lib:

— Botir bola bo'lsa-chi?

— Yoz safariga chiqsa-chi? —

deya kerila boshlaydilar. Bu bolalarga pisanda bo'lib tegadi. Ularning g'ururi qo'zg'ab:

— Biz do'q urishingdan qo'rqmaymiz,

Muzni pisand qilmaymiz, —

deya yoppasiga qiy-chuvlashib, otilib maydonga chiqadilar. O'yinboshi (muz)lar chekinishadi. Shu tarzda bolalarda jasorat tuyg'usi tarbiyalana boshlaydi. Bu

o‘yinda bolalar soni cheklanmagan, qancha ko‘p bo‘lsa, shuncha yaxshi. Ammo “Ot sug‘orish” o‘yinida ikki kishi yetarli: biri — boshlovchi, ikkinchisi — ijrochi:

O‘yinboshi : — Zamira, Zamira, Zamira,

Otni qaqqa boylading?

Zamira: — Suvxariga boyladim.

O‘yinboshi : — Necha gramm suvberding?

Zamira: — Ikki gramm suv berdim;

Bir grammni o‘zim ichdim,

Qolganini chol ichdi.

O‘yin shunday yengil yumoristik ruhga ega. Unda yalqovlikdan qutiladi. Eng muhimi, bu kulgi bolalar tabiati mantiqiga mos. Bu turdagi o‘yinlarning muhim xususiyati shundaki, ular zamiridagi taqlidiylikni qo‘shiq “yopadi” va harakatni o‘z zimmasiga oladi hamda boshqaradi. Qo‘shiqning jo‘rovoz tarzda kuylanishi bu vazifani ado etadi. Bunga harakatni yuzaga keltirishni va boshqarishni ham qo‘shmoq lozim. Shundagina o‘yinda jo‘rovoz bo‘lib kuylashning to‘la ma‘nosini to‘g‘ri ifodalash mumkin. Jo‘rovozni ikki va undan ortiq bola ijro etar ekan, bolalarning ma‘naviy jihatdan birlashuvlariga zamin hozirlanadi, bolalar o‘zaro maslakdosh hamkorlarga aylana boradilar, ayni choqda jamoa bo‘lib uyushuvlarida ijtimoiy-estetik muhit yuzaga keladi.

2.6. Ma‘naviy so‘z o‘yinlar tashkil qilish va o‘tkazish

Sirasini aytganda bular harakatni so‘z boshqaradigan o‘yinlarning davomiday, ulardan o‘sib chiqqanday tuyuladi. Lekin ulardan tubdan farq qiladilar. Bu farq shundaki, ma‘naviy so‘z o‘yinlarida harakat jismoniylik mohiyatini butkul yo‘qotadi, fikrni harakatga soluvchi mohiyat kasb etadi. Shu sababli ularni ma‘naviy yoki so‘z o‘yinlari tarzida atash ma‘quldir. Ma‘lumki, bolalar yoshi ulg‘aygan sayin ma‘naviy o‘yinlarga ehtiyojlari ham kuchaya borgan. Boshda bolalar ma‘naviy ehtiyojga xos bunday o‘yinlarni kattalarning o‘zlari ijod etishgan. Tez aytish topishmoqlar aslida xuddi shu kattalar ijodkorligi namunalari bo‘lgan ma‘naviy so‘z o‘yinlaridir. Davrlar o‘tishi va ijtimoiy-ma‘naviy taraqqiyot taqozosiga ko‘ra bu

o‘yinlar bolalar ma’naviy mulkiga aylanib bormoqda. Kattalarning bunday ijodiy ta’siri bolalarning o‘zlaridagi ijodiy imkoniyatlarni harakatga sola bordi. Natijada ular xilma-xil shakl va mundarijaga ega talay ma’naviy (so‘z) o‘yinlarni ijod etadilar. Guldur-guplar — bolalarning o‘zlari bevosita ijod qilgan ana shunday folklor hodisalari hisoblanadi. Xullas, bolalar kattalardan o‘rganganlari ta’sirida o‘zlari ham topishmoqlar topib va yechib — topqirlikni mashq qilganlar, shu jarayonda narsa va hodisalar haqida fikr yuritishni, ularning muhim xususiyatlarini sezgirlik bilan fahmlamay bilishni o‘rganganlar, tez aytishlar yordamida nutqlaridagi g‘alazliklarni bartaraf etib, so‘zlarning to‘g‘ri talaffuzini, so‘zdagi har bir tovushning o‘z o‘rnidagi ohangi va ma’no tovlanishlarini his qilishga uringanlar; til, so‘z, tovush, ma’no va ohang ustidagi mashqlarini yanada takomillashtirib, yashirin tilni o‘ylab topganlar, bahri bayt (bayt-barak) o‘ynab o‘z xotiralarini chiniqtirishga urunganlar, nihoyat, bir-birlarini so‘zda chandib, so‘zlarning o‘zaro ohangdoshlikdagi ilmoqdor va nishdor ma’nolarini anglashga intilganlar. Shunday ijtimoiy-axloqiy va etnopedagogik ahamiyatga egaligiga qaramay, o‘zbek xalq bolalar o‘yinlarini to‘plash va ilmiy-amaliy qimmatini o‘rganishga yetarli e’tibor berilmay kelindi. Bu ham kamlik qilganday, ularga eskilik sarqiti tarzida qaralgani ham inkor etib bo‘lmas faktdir. Ne ajabki (gorodki) shahargi o‘yinini o‘rganishdi, lekin akkol (chillik) o‘yiniga kelganda “feodal turmush sarqiti”, deya undan voz kechildi. Holbuki, ularning har ikkisi mohiyatan yaqin va bir-birini to‘ldiradi. Amerikacha golf o‘yiniga suqlanib qaraymiz-u, lekin o‘zimizdagi o‘yinlarni xayolga ham keltirmaymiz. Turli-tuman musobaqalarda gandbol o‘yinini miriqib tomosha qilamiz, lekin o‘zimizning ehtimolki shu o‘yinga asos bo‘lgan milliy qadimiy hango‘zni allaqachon eslamay qo‘yganmiz. Oldingdan oqayotgan suvning qadri yo‘q, degani shu bo‘lsa kerak-da! Xayriyatki, istiqlol milliy qadriyatlarga yangicha qarash, ularni qayta baholash, xalqqa o‘zligini anglatishga xizmat ettirish talabini kun tartibiga qo‘ydi. O‘zbek xalqining asrlar davomida yaratilib va turmishda sinalib, qo‘llab kelinayotgan an’anaviy milliy o‘yinlarga munosabatini ham o‘zgartira boshladi. Ularni to‘plashga, ilmiy-tarbiyaviy xususiyatlarini umumlashtirishga, shu asosda istiqlol kun tartibiga qo‘ygan sog‘lom avlodni

tarbiyalab yetishtirish dasturida kengroq qo'llashga zaruriyat tug'dirdi. Mazkur kitob ana shu zaruriyatni qondirish istagidagi dastlabki urinish sifatida bunyod etildi. Binobarin, uning ayrim noqisliklari bo'lishi tabiiy. Shulami bartaraf etish yo'lidagi har bir qimmatli maslahatni minnatdorlik bilan qabul qilishga tayyormiz.

2.7. Milliy harakatli o'yinlar, o'yin debochalari, chorlamalar cheklashmashoqlar, sanamalar

G.Jahongirov bu xildagi o'yin qo'shiqlarining tabiatiga mos keluvchi ixcham folkloristik terminni taklif etmasa-da, ammo ulaming voqe bo'lish shartsharoitlari, vazifasi va ijro xususiyatlarini to'g'ri belgilaydi. U yozadi: "Shahar va qishloq bolalari, odatda, kechqurunlari to'planib, oydin kechalari uzoq vaqtgacha gaplashib o'tiradilar, ertaklar aytadilar, olamdagi hamma narsalar haqida fikr yuritadilar, turli xil o'yinlar o'ynaydilar. Shunday paytlarda bolalarni to'plash, o'yinlarni uyushtirish ayrim bolalar tomonidan tashabbuskorlik ko'rsatishni talab qiladi. Biroq bolalarni uydan chiqarishga ota-onalarning munosabatlari turlicha bo'ladi: bolaga javob osonlikcha tegishi yoki tegmasligi ham mumkin. Bolalar esa kattalarning shunday munosabatini biladi va shundan kelib chiqib o'rtog'ini uyidan chiqarib olish chorasini topadilar. Ular ikki-uchtadan bo'lib, hovlilarga boradilar, ko'chadan turib chaqira boshlaydilar:

— *Kel, o'rtoq, qo'rchoq-qo'rchoq o'ynaymiz.*

— *Yur, bekinmashoq o'ynaymiz.*

O'g'il bolalar o'rtog'ining laqabini aytib chaqirishi mumkin:

— *Laylak, chiq, o'ynaymiz.*

Shunisi xarakterliki, bu xildagi o'yinga chaqiriqlar shu holicha qolib ketmagan, bolalikning chorlov bilan bog'liq xilma-xil tuyg'ularini ifodalovchi qo'shiq sifatida ham keng tarqalgan. G'. Jahongirov bunday qo'shiqlaring beshtasini e'lon qilgan. Biz o'n bitta namunasini yozib olganmiz. Ularning aksariyati to'rt misralik bo'lsada, ikkilik, uchlik, beshlik, otilik va sakkizlik shaklidagi namunalari ham bor. Ularda qofiyalanish izchil shaklga ega emas, misralardagi bo'g'inlar miqdori ham hamisha teng bo'lavermaydi. Biroq bolalarning o'yinga chorlov kechinmalarini konkret vaziyatga bog'liq holda ifodalaydi va hamisha bolalarni

o‘yinga chaqiruvchi poetik lavhalar sifatida qarab, chorlamalar deb atash to‘g‘riroq bo‘lur edi. Shunda mazkur folkloristik hodisa mohiyatini ifodalovchi termin aniqligiga va bu termini folklorshunoslikda qo‘llashning o‘ng‘ayligiga erishish mumkin bo‘lur edi. Zotan, bunday chorlamalarning ijrosi har xil xususiyatga ega, ayrimlari yakka ovozning hayqirig‘iga mo‘ljallangan:

Bacha, bacha, hozi,
Kim qora qozi?
Kim o‘yinga chiqmasa.
Bo‘yniga tosh-tarozi.
Bacha bo‘bang, kelaver,
O‘ynab-o‘ynab kelaver.
Kel-ho, kel,
Kel-ho, kel...

Chorlama ohangi yolg‘iz bolaning ko‘cha bo‘ylab sakrab-sakrab chopish harakati ritmiga mos. Unda o‘yin istagi bahonasida bolalikka munosabatdagi shafqatsizlik kinoyaviy ishoralarda fosh qilingan: lirik qahramon o‘yinga hakamlik qiluvchini qozining qora ishini qilmaslikdan ogohlantirayotganday — **Kim qora qozi?** O‘yinga chiqmayotganlarini esa kattalar singari qarg‘ayotganday **Bo‘yniga tosh-tarozi.** Ayrim chorlamalarda o‘yinga chaqirilayotgan bolalarning holati va vaziyatidan kulish zaminida quvnoq yumor voqe bo‘ladi. Bunda u konkretlashadi, adreslilik kasb etadi. Masalan, quyidagi chorlamada Rahima o‘yinga chaqirilmoqda. Nimagadir u hadeganda o‘yinga chiqmayapti. Shunda dugonalari uni “Rahima xola” deya chaqirishib, uning keksalar kabi o‘yinga hafsalasizlik ko‘rsatayotganiga piching qilishadi:

Kun botdi-yu, kun botdi,
Rahima xola yotdi,
Yotdi-yu, dong qotdi.

Gohida yumoristik adreslilik parallelizm asosida ham namoyon bo‘ladi:

Chumchuqcha chirillaydi,
Qanoti pirillaydi.

Sidiqaxon uydan chiqsa,

Otasi g'urullaydi.

Parallelizm chorlamalarda turlicha g'oyaviy-estetik vazifalarni bajaradi. Yuqoridagi chorlamada chumchuqning chirillashi, qanotining pirillashi bolalarda noxushlik tug'dirgan. Binobarin, Sidiqaxonning o'ynagani chiqishiga otasining g'urullashi ham shunday assotsiatsiya uyg'otishi tabiiy. Tubandagi chorlamada esa o'ynagani to'planishgan, ammo o'yin tashkilotchisi — onaboshi chiqmaganidan o'ynash ehtirolari yonib-jo'shib turgan bolalar holati parallelizm vositasida teran ifodalanib turadi:

O'zbargani suvi bor,

Daraxtlari xuddi dor.

Onaboshi, qani chiq,

Bachalaring senga zor.

Chindan ham onaboshisiz nima qilishlarini bilmay turgan bolalar holati dorga osilib muallaq qolganga o'xshaydi. Jo'rovoz bo'lib aytiladigan chorlamalar ham anchagina, ularni ham bir bola emas, balki ikki-uchtasi birgalikda hayqirib aytishadi. Jo'rovoz tarzida aytiladigan bunday chorlamalar ko'pchilikka qaratilganligi, konkret bolani emas, balki umuman hammani o'yinga taklif etish xarakteriga egaligi bilan ajralib turadi:

Hoy bolalar, bolalar,

Bekinmashoq o'ynaymiz.

Tarqalishmang har tomon,

Qochib nima qilasiz?

Shuni ham aytish kerakki, bolalar repertuarida chorlamalar ancha siyraklashib qoldi. Buning sababini sotsial voqelikning bolalar turmushiga, aniqrog'i, o'yin faoliyatiga o'tkazgan ta'siri bilan izohlash mumkin. Shunga qaramay, hozirgi sharoitda ham zamonamiz nafasiga yo'g'rilgan chorlamalar yaratilmoqda. Chunonchi:

Bizlar o'ynayapmiz,

Davra qurayapmiz.
Davraga kelinglar,
Bizlarga qo'shilinglar.
Bu davrani qurgan
Gulnorani ko'ringlar.

Albatta, bu yagona zamonaviy chorlama emas, bolalar repertuarida ular anchagina bo'lib, yangicha g'oyaviy fazilatlar kasb eta boshlagan holda badiiy jihatdan takomillashuv jarayonini kechayotgani shubhasiz. Binobarin, bunday jarayonni muttasil kuzatish, chorlamalarni yanada aktivroq to'plash, ilmiy asosda o'rganish va nashr etish folklorshunoslik e'tiborida turishi lozim.

Cheklashmashoqlar

O'zbek bolalari orasida shunday o'yinlar ko'pki, ularni faqat ikki guruhga bo'lingan holda bajarish mumkin. Bunday o'yinlar jiddiy musobaqa xarakterida bo'lib, o'ziga xos ichki qonun-qoidalarga ega. Bolalar shu qonun-qoidalarga g'ayri ixtiyoriy tarzda amal qiladilar va bu jarayonda ichki intizom, tartiblilik va o'ynash huquqi mas'uliyatini sezish ruhida tarbiyalanadilar. O'ynashning shunday ichki qoidalaridan biri — o'ynagani to'planishgan bolalarni ikki raqib guruhga taqsimlash masalasidir. Bu g'oyat jiddiy bo'lib, bolalar uni aniq ichki intizom, tartib va quvnoqlik bilan hal qilishda cheklashishga amal qiladilar. Cheklashish xalqimiz orasida qadimdan ma'lum. M.Qoshg'ariy "cheklashdi" so'zining "qur'a tashlash" ma'nosi borligini qayd etgan. O'tmishda qur'a tashlab tole sinashgan, fol ochib taqdirini oldindan bashorat qilishgan. Folbinlar faoliyatida qur'a tashlab fol ochish an'anasi hamon uchraydi. Ayni choqda qur'a tashlash hozirgi zamon sportida ham keng qo'llanilmoqda. Bu hodisa bolalar o'yinidagi cheklashish asosida yuzaga kelgan. Bolalar o'yinlar ichki mantiqiga ko'ra cheklashishni kattalardan o'zlashtirganlar va o'z o'yinlari xarakteriga moslashtirib takomillashtirganlar. Cheklashish bo'lajak ikki raqib guruh onaboshilari tanlangandan so'ng amalga oshiriladigan o'yin muqaddimasi bo'lib, ko'p hollarda qur'a tashlash yo'li bilan hal qilinishi an'anaviydir. Qur'a tashlash cheklashishning predmetli shakli: unda konkret narsalar oshiq, tanga, yog'och tayoqchanning uchi va oxiri, to'rtburchak

toshchani yoki boshqa istalgan predmetning belgilangan tomoni qur'a vositalari sanaladi. Onaboshilarning biri oshiqning olchi, tanganing old, yog'och tayoqchani uchini, ikkinchisi shu predmetlarning aksini "o'ziniki" qilgan bo'ladi. O'ynamoqchi bo'lgan bolalar juft-juft bo'lib, biri oshiqning olchi tomonini "o'ziniki" qilib, uni otadi; oshiq olchi tursa, olchi tomoni "o'ziniki" bo'lgan bola olchini tanlagan onaboshi yoniga o'tadi, tovva tursa, tovva tomoni "o'ziniki" bo'lgan bola tovvani tanlagan onaboshi yoniga o'tadi. Ijtimoiy taraqqiyot ta'sirida bolalarning o'yin bilan bog'liq estetik ehtiyojlari ham o'sa bordi. Buning oqibatida qur'a tashlash predmetlilik doirasida qolib ketmay, qur'a predmeti harakati ritmiga omixta qo'shiq bilan sintezlasha bordi. Ikki bola yog'och tayoqchani navbatma-navbat tutib, tubandagi qo'shiqni aytadilar:

Ol tiyoq,

Olmon tiyoq.

Burgut tiyoq.

Jarang-jurung.

"Tiyog" so'zi aslida "tayoq" so'zining bolalar jonli so'zlashuvidagi shakli bo'lib, ko'pincha toldan kesib olingan 50-70 sm uzunlikdagi novda. Uni hovuchlab tutamlash, pastdan yuqorilab borish shart. Bolalarning har biri o'z galida tayoqchani tutamlayotganida qo'shiqning bir satrini aytadi. "Jarang-jurung" satri aytilganda tayoqchani tutamlash joyi qolmagan tomon tayoqcha tutamida turgan raqibining tutama ustiga kafti bilan uradi; tayoqcha tushsa, o'zi tayoqchani tushirmaganlar tomoniga, tushirolmasa — tushirganlar tomoniga o'tadi. Tayoqcha qo'lida bo'lgan bola esa tayoqchani urgan qay tomonga o'tsa, u o'shanga raqib tarafga qo'shiladi. Shu zaylda g'oliblar va mag'lublardan tashkil topgan ikki o'zaro raqib taraf shakllanadi va o'yinga kirishiladi. E'tibor qilinga, bolalar cheklashishni ta'minlagan barcha sirli nomlarning o'zaro mutanosibligiga ahamiyat berganlar. Bu cheklashmachoqlarda poetik fazilat kuchaytirilgan, ular estetik zavqni tarbiyalovchi vositaga aylangan.

Ol tiyoq,

Olmon tiyoq.

*Burgut tiyoq,
Jarang-jurung.*

* * *

— *Ona, ona, kim ona?*

— *Men ona (Biz ona).*

— *Sizga osmondagi oy kerakmi,
Kishnab turgan toy kerakmi?*

— *Bizga kishnab turgan toy kerak.*

— *Kishnab turgan toy menman,*

— *O 7, bizdan ekansan!*

* * *

— *Biz ikki gul-u lola,
Kimga gul, kimga lola?*

* * *

— *Mati, mati,*

Kimning navbati?

— *Meniki. (Onaboshilardan biri.)*

— *Tarvuzni olasanmi*

Yokiqovunni?

— *Qurulloq qurbaqani olasanmi,*

Tarilloh toshbaqani?

* * *

— *Onaboshi, onaboshi,
Yigitlaming qalam qoshi.*

Kimni olasan,

Tovuqnimi, xo'roznimi?

* * *

— *Kimga olma, kimga nok?*

* * *

— *Kimga ot, kimga aroba?*

* * *

— *Tog'mi, daryo?*

* * *

— *Oftobmi, yulduz.*

* * *

— *Daraxtmi, gul?*

* * *

— *Olchimi, tova?*

* * *

*Toji tillo xo‘rozni olasanmi,
Yo chala mullo tovuqni?*

Nazorat savollari:

1. Milliy harakatli o‘yinlaming mohiyati, mazmuni va ahamiyatiga deganda siz nimani tushunasiz
2. Jismoniy va ruhiy sifatlar hamda sportga xos harakat ko‘nikmalarini shakllantirishda harakatli o‘yinlaming o‘rni nimalardan iborat?
3. Har xil sport turlariga xos harakatli o‘yinlar bo‘yicha misollar keltiring, ulardan foydalanish afzalliklarini tushuntirib bering?
4. Harakatli o‘yinlar va sport o‘yinlari nimalar bilan farqlanadi?
5. Milliy o‘yinlar va ularning ahamiyati nimadan iborat
6. Milliy harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazishni o‘ziga xos tomonlarini aytib bering?
7. Xalq o‘yinlari — bolalar uchun hayot maktabi tushunchasini yoritib bering?
8. Ma’naviy so‘z o‘yinlar tashkil qilish va o‘tkazish metodikasini aytib bering?
9. Nutqni rivojlantiruvchi o‘yinlarni sanab bering?
10. Nutqni rivojlantiruvchi o‘yinlarning maqsad va vazifalari nimardan iborat?
11. Xalq o‘yinlari — bolalar uchun hayot maktabi deganda siz nimani tushunasiz?
12. Ma’naviy so‘z o‘yinlar tashkil qilish va o‘tkazishhaqida fikrlaringizni bayon eting?
13. Milliy harakatli o‘yinlar, o‘yin debochalari, chorlamalar deganda siz nimani tushunasiz?
14. Cheklashmashoqlarga misollar keltiring?
15. Sanamalarga misollar keltiring?

III bob Maktabda, darsda va darsdan tashqari vaqtda qo‘llanladigan xalq harakatli o‘yinlari.

3.1. Bog‘cha bolalari bilan milliy harakatli o‘yinlarni o‘tkazish yo‘llari

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning faoliyati rang-barang bo‘lib, ular mustaqil harakatli o‘yinlarni o‘ynashni yoqtiradilar. O‘yin – maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning asosiy faoliyatidir. Rossiyalik pedagogi A.S.Makarenko aytganidek, o‘yin bola uchun bilish manbadir. O‘yin jarayonida bolalar egallay bilishlari qiyin bo‘lgan bilim va ko‘nikmalarni osongina o‘zlashtirib oladilar, narsalarning o‘ziga xos xususiyatlarini bilib oladilar. Ular tevarak-atrofdagi ko‘rgan narsalarini o‘yinda ifodalash orqali turli harakatlarni bajaradilar, ya’ni yuradilar, yuguradilar, sakraydilar, o‘rmaydilar, biron buyumni irg‘itadilar. Natijada ularning qaddi-qomati, muskullari va sezgi organlari rivojlanadi, organizmining hayot faoliyati yanada yaxshilanadi. O‘yinda bolaning irodasi, o‘z harakatlarini o‘yin qoidasiga bo‘ysundira-olish ko‘nikmasi o‘sadi, u o‘zini qo‘pol hatti-harakatlar qilishdan tiyadi, zarur bo‘lganda chaqqon harakat qilishga o‘rganadi, oqibatda unda jismoniy sifatlar tarkib topadi.

Harakatli o‘yinlar, ayniqsa, musobaqa xarakteridagi o‘yinlar bolalardagi kuch-quvvat, chaqqonlik, epchillik, tezkorlik kabi jismoniy sifatlarni rivojlantiradi va takomillashtiradi. “O‘yinlar maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar jismoniy tarbiyasining asosiy vositasi bo‘lishi kerak”, - degan edi Y.A.Arkin

Bog‘cha bolalari bilan milliy harakatli o‘yinlar

1. Yugurib keling oldimga

Bolalar maydonchanning bir tomonida terib qo‘yilgan stullarda o‘tiradilar. Tarbiyachi qarama-qarshi tomonda turadi. U: “Yugurib keling oldimga, hammangiz – hammangiz, yugurib keling oldimga!” – deydi. Bolalar tarbiyachiga qarab yugurishadi. Bolalar tarbiyachining yonida to‘plangach, u maydonchanning narigi tomoniga ketadi. U tomondan turib, yana: “Yugurib keling oldimga!” – deb, bolalarni chaqiradi. O‘yin to‘rt-besh marta takrorlanadi. Keyin, tarbiyachi: “O‘yingizga yuguring – deb, murojaat etadi. Bolalar shu zahotiy o‘z stullariga

qarab yugurishadi. Tarbiyachi: “Yugurib keling oldinga!” – deb chaqiradi. Bolalar yana uning yoniga yugurib borishadi. Yugurganda bir-birlarini turtmasligi, itarishmasligi, halaqit bermasligi kerak.

KO‘RSATMALAR. O‘yinga qatnashishni istagan bolalarni komandaga bo‘lish mumkin: bir komanda o‘ynaganda, ikkinchi komanda tomosha qilishi mumkin. Keyin ular o‘rin almashishadi. Dastlab bolalar hohlagan stulni egallashlari mumkin, lekin bir necha bor o‘ynaganlaridan keyin, tarbiyachi bolalarning o‘z stullariga borib o‘tirishlarini aytadi. Kim noto‘g‘ri o‘tirsas, o‘yindan chiqariladi. O‘z joyiga ko‘proq to‘g‘ri o‘tirgan komanda engib chiqadi.

2. Qushcha va uning bolalari

Bolalar besh-oltitadan bo‘lib, guruh-guruhga bo‘linadilar. Har bir guruh o‘z uychasiga – iniga ega bo‘ladi: (bo‘r bilan chizilgan doira, polga tashlab qo‘yilgan katta chambarak, ikki uchi qo‘shib qo‘yilgan arqoncha va hokazolar in bo‘lishi mumkin). Bolalar cho‘qqayib o‘tirishadi – qushchani ifodalashadi: don cho‘qishadi, yerni titkilashadi. Tarbiyachi qushcha bo‘ladi. Uning: “Qani uchdik, qanot qoqdik, uchaylik katta sayr qilaylik”, - degani bilan bolalar inlaridan qanot qoqib uchib chiqadilar va uzoqroq kelishga harakat qiladilar. Tarbiyachi: “Sayr tamom bo‘ldi, endi uyga qaytamiz”, - deb qichqiradi. Shunda hamma bolalar xayrashib o‘z inlariga uchib keladilar. O‘yin uch-to‘rt marta takrorlanadi.

METODIK KO‘RSATMALAR. Tarbiyachi bolalarning – qushcha bolalari singari harakat qilishlarini kuzatib boradi. Begona inga kirish mumkin emasligini eslatib turadi. Qushchalarning uzoqroqqa uchishlarini da‘vat etib turadi.

3. Kim sekinroq

O‘yinning maqsadi. Bolalarni barmoq uchida sekin yurishga o‘rgatish.

O‘YIN MAZMUNI. Bolalar tarbiyachi bilan birga bir tomonga borishadi. Kutilmagan vaqtda tarbiyachi: “Qani hozir biz kim juda sekin, oyoq uchida yura olishini bilib olamiz”, - deydi. (Qanday yurish kerakligini ko‘rsatib beradi). Bolalar iloji boricha oyoq uchlarida shovqin chiqarmasdan yurishga harakat qiladilar. Ular belgilangan tomonga qarab yuradilar. Tarbiyachi bilintirmasdan chetga chiqib: “Endi hammangiz menga qarab chopinglar”, - deydi. Bolalar tarbiyachiga qarab

chopadilar va uni o‘rab oladilar. Tarbiyachi ularni quchoqlab gaplashadi va bir vaqtda sezdirmasdan sekin yurib boradi. Mashqni to‘g‘ri bajargan bolalarni maqtaydi, qolganlarini huddi shunday bajarishga undaydi. O‘yin uch-to‘rt marta takrorlanadi.

METODIK KO‘RSATMALAR. Ba‘zi bolalar oyoq uchida yurganda boshini tabiiy ravishda, ikki elkasi orasiga engashtiradi. Shu holatda sekin yurish mumkin deb o‘ylashadi. Tarbiyachi albatta bunday holatni kuzatib, bolalarning bu xatosini tuzatib borishga harakat qilishi lozim.

4. Mushuk va sichqonlar

Bolalar – sichqonlar inlarida (xona devori bo‘ylab yoki maydonchaning yon tomonlarida qator qilib qo‘yilgan skameyka yoki stullarda) o‘tiradilar. Maydoncha burchaklaridan birida mushuk o‘tiradi. Mushuk vazifasini tarbiyachi bajaradi. Mushuk uxlab qoladi, sichqonlar esa xona bo‘ylab yugurib yurishadi. Biroq, mana birdan mushuk uyg‘onadi, qaddini rostlab keriladi, miyovlaydi va sichqonlarni tuta boshlaydi. Sichqonlar tez yugurib qochadilar va o‘z inlariga kirib yashirinadilar (stullardan o‘z joylarini egallaydilar). Hamma sichqonlar in-iniga kirib ketgandan so‘ng mushuk yana bir marta xonada maydoncha) bo‘ylab aylanadi. Keyin joyiga qaytib keladi va uhlaydi. O‘yin to‘rt-besh marta takrorlanadi.

KO‘RSATMALAR. Sichqonlar mushuk ko‘zini yumib uyquga ketgandan keyingina o‘z inlaridan chiqishlari va mushuk miyovlaganidan keyin inlariga qaytishlari mumkin. Tarbiyachi barcha sichqonlar inlaridan chiqishini kuzatib turadi. O‘yinda o‘yinchoq – mushukdan ham foydalanilsa bo‘ladi. Kubiklardan inlar yasash mumkin. Bu holda bolalar kubiklar ustiga chiqib o‘tiradilar. Turli rang-barang kubiklardan foydalaniladi. Bolalar o‘z inlarining ranglarini eslab qolishlari kerak. O‘yinlar bolalarda o‘z harakatini o‘rtoqlarining harakatlari bilan moslashtira olish qobiliyatini rivojlantirishga, shaxsiy manfaatini jamoa manfaatlariga bo‘ysundira olishga yordam beradi, sabr-toqatni, o‘zini tuta bilishni, zveno, komanda muvaffaqiyati uchun mas’uliyat seza bilish hissini tarbiyalaydi. Harakatli o‘yinlar qoidalarini bajarishning majburiy ekanligi bolalarni intizomli qiladi, ularda tashkilotchilikni tarbiyalaydi. Umuman, bolalar jamoa holda o‘ynar ekanlar, ular bu

jarayonda jamoada o'zini qanday tutish qoidalarini o'rganadilar, uyushqoqlik bilan o'yin o'ynash ko'nikmalarini hosil qiladilar. O'z zimmalariga tushgan rollarni bajarishda katta mas'uliyatini his etishga odatlanadilar. Ko'pchilik harakatli o'yinlar tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lib, turli hayvonlarni, qushlarni taqlid qilish va odamlarning haqiqiy harakatlarini takrorlash bilan bog'liq bo'ladi.

Bolalar o'yin yordamida o'zlari uchun zarur bo'lgan foydali harakatlarni egallab oladilar va uni tinmay mashq qiladilar. Harakatli o'yinlar qoidalarini bajarishning majburiy ekanligi bolalarni intizomli qiladi, ularda tashkilotchilikni tarbiyalaydi.

Bola o'ziga zavq uyg'otadigan yorqin, ohangdor narsalar bilan o'ynashga intiladi. Bola sezgi organlari orqali idrok etgan tevarak-atrofdagi narsa va tabiat hodisalarining izlari uning xotirasida tasavvur tarzida saqlanib qoladi. Tarbiyachi maktabgacha ta'lim tashkilot bolalari bilan o'yin tashkil qilganda, albatta ularning yosh xususiyatlarini hisobga olish va "Dastur" talabiga javob beradigan o'yinlardan foydalanishi zarur. Masalan, kichik guruxda, bolalarning oddiy harakatlarini – yurish, chopish, sakrash, irg'itish va ilib olish malakalarini tarbiyalash qo'yilgan. O'yin jarayonida 3-4 yoshli bolalar ko'rsatilgan tomon yurish, yugurishga belgilangan joydan chiqib ketmaslikka o'rganib boradilar va boshqa kerakli harakatlarni o'zlashtiradilar. "Dastur" asosida 4-5 yoshli bolalar uchun belgilangan harakatli o'yinlar mazmuni va o'tkazish metodikasi berilgan.

3.2. Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish

Respublikamizda ishlab chiqilgan, prezidentimiz tomonidan ilgari surilgan besh muhim tashabbuslardan biri sportni ommalashtirish, uni rivojlantirish masalasi sanaladi. Unda har tomonlama sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalashni ko'zda tutadi. Ta'lim-tarbiya sohasida jismoniy tarbiya va sport asosiy omillardan biridir. Chunki amaliy mashqlar o'quvchilarni ham jismonan, ham ruhan sog'lom ulg'aytirishga hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga olib keladi.

Bugungi kunda yoshlarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish masalasi zamonaviy pedagogik tadqiqotlarning asosiy yo‘nalishini tashkil etib, mazkur sohada respublikamiz va xorijiy mamalakatlarda qator ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Keyingi yillarda jismoniy tarbiya darslarida, sport mashg‘ulotlarida xalqimizning milliy o‘yinlariga ko‘proq e‘tibor qaratilmoqda. O‘quvchilar xalq o‘yinlarini o‘ynash orqali nafaqat sog‘lom bo‘lib, balki xalqimizning qadimiy urf-odatlarini, an‘ana va qadriyatlarini ham o‘rganib boradilar. Bu esa ularda vatanparvarlik, qahramonlik, mardlik va fidoyilik xislatlarini qaror toptiradi. Tadqiqotlarda ta‘kidlanganidek, o‘yinlar avlodlarning jismoniy, aqliy, ma‘naviy kamol topishlarida beqiyos hissa bo‘lib qo‘shiladi. Chunki, o‘yinlar yosh avlod uchun bu hamma zamonlarda turmush tarzi, hayot omili, uning o‘lchovi bo‘lib hisoblanadi. O‘yinning mazmuni boyib, shakllari ko‘payib boraveradi. Bugungi bola — ertangi kunning ijodkoridir. O‘yin bu ijod, o‘yin bu hayotdir. Sinfda va sinfdan tashqari mashg‘ulotlarda xalq o‘yinlaridan samarali foydalanish kutilgan natijalarini beradi. Masalan, “Oq terakmi, ko‘k terak”, “Arqon tortish”, “Besh tosh”, “Xo‘rozlar jangi”, “Chillak”, “Yong‘oq o‘yini” va shunga o‘xshash xalq o‘yinlari o‘quvchilarga yaxshi tanish. Ular ushbu o‘yinlarni deyarli barcha sinflarda o‘ynaydilar. Xalqimiz tomonidan o‘ynalib kelgan o‘yinlarning yangi turlarini topish yoki ma‘lum vohaga oid bo‘lib, muayyan hududlarda o‘ynalmaydigan o‘yinlarni ommalashtirish, ularni targ‘ib etish, mashg‘ulotlarga tatbiq qilish bu boradagi tadbirlarning mazmunini yanada boyitadi. Jumladan, “To‘p-tosh”, “Anapay”, “Tikki”, “Otib qochar”, “Qotdi”, “Ot arava”, “Oppon-soppon”, “Ot o‘yini”, “Qidirib top”, “Janbil”, “Danak”, “Yong‘oq o‘yini”, “Dotmon-botmon”, “Buta solay”, “Xatlamoqchi”, “Podsho-vazir”, “Momo-momo”, “Xo‘roz-xo‘roz”, “Bekki tosh”, “Bog‘liq ko‘z”, “Tepa kurash”, “Piyoda va eshak”, “Piyoda ko‘pkari”, “Eshak ko‘pkari”, “Cho‘p ot”, “Sajmin”, “Pir etdi”, “Taqir-tuqir qayrag‘och”, “Oltin darvoza”, “To‘g‘nog‘ich”, “Allam-bullam”, “Do‘ppi yashir”, “Uchpoy”, “Chavandoz”, “Yaqqol”, “Qo‘riqchi”, “Qochar top”, “Tovus”, “Dahanaki jang” va hokazolarni misol keltirish mumkin. Shuningdek, Farg‘ona viloyatida “Chumchuq tushdi boshimga”, “Botmon-botmon”, “Qo‘shiqning boshi”, “Do‘ppi tishlar”, “Kapitan”,

“Par etdi”, “Eshak mindi”, “Lanka tepish”, “G‘isht urish”, “Davraga kir”, Toshkentda “Chig‘iriy” (joyida aylangan holda koptok o‘ynash), “Chortak” (yerdagi chiziqlar orasida sakrash), “Arqon o‘yin” (arqondan sakrab o‘tish), “Tosh o‘yin” (mayda toshchalar), “Supalak” (“Besh tosh”) kabi o‘yinlar sevib o‘ynalgan.

1. “G‘isht urish”

O‘yin tartibi. Bunda 4 nafardan ortiq o‘quvchi ishtirok etishi mumkin. O‘yinda bir g‘ishtning ostiga o‘quvchilar o‘zlariga tegishli bo‘lgan konfet qog‘ozlaridan bittadan qo‘yadilar. G‘ishtning orqa tomonidan turib, navbatma-navbat qo‘llaridagi toshini uloqtiradilar. Kimning toshi uzoqqa yetib borsa, o‘sha ishtirokchi toshi joylashgan joyda turib, birinchi bo‘lib g‘ishtni nishonga oladi. G‘ishtni urib yiqitgan g‘olib konfet qog‘ozlariga ega bo‘ladi. O‘yin shu tariqa yana boshidan davom etadi. O‘yin istagancha davom ettirilishi mumkin.

O‘yin ahamiyati. O‘quvchilar o‘rtasida murosasizlik, kelishuvchanlik, bir-birining qarorini hurmat qilish, merganlik, aniq mo‘ljalga olish, saxiylik kabi fazilatlar qaror topadi.

2. “To‘xta, sanayman”

O‘yin tartibi. O‘yinda 4 nafar dan ortiq o‘quvchi ishtirok etishi mumkin. Bunda qo‘lga berkitilgan narsani topolmagan ishtirokchi quvloq bo‘ladi. U beshgacha sanaydi va “To‘xta!” buyrug‘ini beradi. Bu sanoq tugagunga qadar qolganlar yuqori joyga chiqib olishi kerak. To‘xta buyrug‘ini eshitgach, joyida to‘xtashi, qotib turishi kerak. Quvlaydigan ishtirokchi esa ularning ichidan yerga eng yaqin balandlikda turgan o‘quvchini tanlaydi va ikkala oyog‘ini ustma-ust qo‘yadi hamda qadamini sanab, oyog‘ining uchini balanddagi qatnashchining oyog‘iga tekkizadi. Agar balanddagi qatnashchining oyog‘iga pastdagi quvlayotganning oyoq uchi tegsa, quvlash navbati tepadagiga o‘tadi. Agar oyog‘i yetmasa, o‘yin qaytadan boshlanadi.

O‘yin ahamiyati. O‘quvchilarda chaqqonlik, yengil atletikaga tayyorgarlik, o‘zaro inoqlik, bir-biriga xayrixohlik, qaltis vaziyatlarda aniq harakat qilish

malakalarini shakllantiradi. Albatta, bu o'yinlarni mashg'ulotlarga qizg'in tatbiq etish, avvalo, o'qituvchining mahorati, tayyorgarligiga bog'liq. Darsdan oldin o'qituvchi o'zining darsdagi o'rnini aniq his qila olishi, tasavvur qilishi kerak. Shu bois, darsga tayyorlanishda u nazariy va amaliy jihatlarga, mashg'ulotni tashkil qilish uslubiyatiga e'tibor qaratib, bu boradagi muammolarni hal etib olishi darkor. Bundan tashqari, o'quvchilarning faoliyatini o'zaro taqqoslash orqali ularning imkoniyatlariga baho berish o'qituvchining o'zi tomonidan ochiq, oshkora emas, balki o'ziga xos vositalar orqali tashkil etilmog'i kerak. Chunki amaliy harakatlarni a'lo darajada bajargan o'quvchilarda boshqalarga nisbatan o'zini ustun qo'yish, kuchiga ortiqcha baho berish, manmanlik alomatlari yuzaga chiqadi. O'qituvchi shu kabi holatlarni oldindan baholashi va jismoniy imkoniyatlari boshqalarnikiga nisbatan ustun o'quvchilarga odatdagidan ko'ra nisbatan murakkabroq mashqlarni yuklashi mumkin. Xalq o'yinlari vositasida sog'lom turmush tarzini yaratish samaradorligi amaliy takrorlash jarayonlariga uzviy bog'liq ekanini unutmaslik lozim. Buni quyidagicha tasvirlasak, maqsadga muvofiq bo'ladi. Xalq o'yinlari yoki sport mashqlari yuqoridagi kabi takrorlash bosqichlaridan o'tishi, ulardan ko'zlangan maqsad va natijalarga erishishda qo'l keladi. Xulosa qilib aytganda, o'quv-tarbiya jarayonida xalq o'yinlari sog'lom turmush tarzini shakllantirishda asosiy omildir. Farg'ona viloyatida o'ynaladigan "G'isht urish", "To'xta, sanayman", "Chiziq bo'ylab" o'yinlarini qaysi sinf yoki qaysi voha hamda hudud bo'lishidan qat'iy nazar, dars va darsdan tashqari jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga tatbiq etish vositasida o'quvchilar o'rtasida chaqqonlik, ahil-inoqlik, matonat va eng muhimi, qat'iyat, o'ziga ishonchni shakllantiradi.

3.3. O'rta yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish

O'smirlar foaliyatidagi boshqa o'yin turlari orasida harakatli o'yinlar kichik maktab yoshidagi bolalarga nisbatan kamroq o'rin egallaydi. O'smirlarning didi yoki ko'ngliga ma'qul harakatli o'yinlar soni tobora kamayib borsa ham, biroq ular ko'proq aniq shakllangan bo'ladi. Bunday o'yinlarning maqsadga yo'naltirilganligi

o'smirlarning u yoki boshqa sport turiga bo'lgan qiziqishini aks ettiradi. O'qituvchi harakatli o'yinlarni o'tkazishda V-VIII-sinf o'quvchilarining yosh xususiyatlari, ular organizmi o'sishi jihatlari bilan ifodalanishini unutmasligi va shu sababli dars mashg'ulotlari vaqtida uyushtiriladigan o'yinlarni asta-sekin murakkablashtirib, maqsadga muvofiqlashtirib borishi lozim. O'smirlar bilan harakatli o'yinlarni o'tkazishda 11-14 yoshli o'g'il va qiz bolalarda (5-8 sinf o'quvchilari)ning yoshini hisobga olish kerak, chunki bu yoshda organizm birmuncha tez o'sadi. Bunda suyak sistemasi tez rivojlanib, ayniqsa uzun turubkasimon yoki naysimon suyaklar tez o'sadi (qo'l va oyoqlar), ichki a'zolar o'sishda davom etadi. O'smirlar tez ta'sirchanligi bilan farqlanadilar. Buning sabablaridan biri – ko'p harakat talab qiladigan o'yinlar o'smirlarda yurakning tez-tez qisqarishi va qon bosimining oshishini keltirib chiqaradi. Biroq yuqorida aytilganlardan chiniqqan o'smirlarning sog'lom yurishini to'la sog'lom emas degan xulosa kelib chiqmaydi, albatta. A.A.Jemchujnikova, Y.A.Yagolinskiy, R.E. Moshilyanskaya va boshqalarni ishlarida o'smirlarning yurak – qon tomirlari tizimi tezlik va chidamlilik yuklamalariga yaxshi moslasha olishi namoyish etilgan. Biroq o'smirlarning yurak – qon tomir tizimiga haddan tashqari katta yuklama tushib, ortiqcha mashq qilingan holat yurakka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. O'smirlarning yurak-qon tomir tizimlarini rivojlantirishda o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlar bilan shug'ullanishida quyidagi asosiy talablarga rioya qilinishi kerak: Asta-sekinlik, ketma-ketlik, izchillik, xilma-xillik, har taraflamalilik. O'yinda haddan tashqari katta yuklama berishdan ehtiyot bo'lish kerak, Bunda o'yinchilarni alohida yondashishga imkon boricha, amalga oshirish muhim ahamiyatga egadir. O'smirlarni jismoniy rivojlantirish jarayonida o'ziga xos xususiyatlardan biri – o'pka tiriklik sig'imining bir muncha o'sishidan iborat. O'sib kelayotgan organizmning kislorodga bo'lgan ehtiyoji kuchayadi. Shu davrda o'smirlarda nafas olish ko'pincha yetarli tejankor, chuqur emas, balki yuzaki, bo'ladi. Shu bilan birga harakatli o'yinlar bilan shug'ullanish alohida gigiyenik ahamiyatga ega. O'yinda xilma-xil, ser harakatlanish nafas olishga oshirilgan talabini kasb etadi va shu bilan birga ko'proq nafas olishga tejankorlik yo'llarini

ishlab chiqarishga yordam berish tiplariga ega tez-tez chuqur nafas olish. Markaziy asab tizimi yuqori qo'zg'aluvchanligi va o'zgaruvchan jarayonlari bilan ajralib turadi. Shuning uchun o'smirlar harakatli o'yinlarini ortiqcha asabiylashmay, charchashga yo'l qo'ymasdan, tartibli tarzda o'tkazish lozim. Bosh qobig'ini tartibga solishni borgan sari oshib borayotgan harakatlarini tejamkorlikka va aniqlikni, koordinatsiyani yaxshilanishiga yordam beradi, maqsadga yo'naltirilgan harakatni, ongni, aqlni tetiklashtirish imkoniyatini oldindan aniqlaydi. O'smirlarda bosh qobig'ining hissiyot ustidan nazoratini osonlashtirish, ularga harakatli o'yinlar jarayonida o'zini tuta bilish, intizomlilik, o'yinda o'rtoqlariga nisbatan xushmuomalalikni tarbiyalaydi. O'smir qobiliyati, uning yangi, takomillashgan harakatlari unga murakkab harakatli o'yinlarda zarur bo'lgan texnikani muvaffaqiyatli egallash imkonini beradi. Ayniqsa, o'yin epchillik, muvofiqlik, harakatlarning o'zaro mos kelishini talab qiladi. Bunday o'yinlar yetarli uncha ko'p bo'lmagan jismoniy kuchayishi va o'yin qatnashchilarini kuzata olish yetarli uzoq davom etishi mumkin. Ikki tomonlama o'yin o'smir mustaqillikka va mardonavor harakat qilishga undab, uni o'zining komandasi, jamoasining sharafini himoya qilishga qiziqishini orttiradi. Biroq bunda o'smirlarning o'zgarib turadigan xulqi, o'zlariga to'g'ri baho bera olmaslik harakatli o'yinlarning noto'g'ri tashkil qilinishi oqibatida noxush natijalar kelib chiqishi mumkin. O'smirlarning ko'pchilik o'yinlari o'yinchilar o'rtasida yetarlicha darajada murakkab o'zaro munosabatlarda tashkil qilinadilar. Bu o'yinlar asosan jamoalar guruhlar yoki komandalarga bo'linib o'ynaydigan o'yinlardir. Shunga o'xshash o'yinlarda o'smirlar komandalari g'alabasi uchun bir maqsad yo'lida ongli ravishda birlashib kurashadilar. Kichik yoshdagi bolalar o'yinlariga nisbatan o'rta maktab yoshidagi bolalar o'yinlarining qoidalari murakkabroq bo'lib, ular o'rtasidagi o'yin nizolarini hal etishda o'yin qatnashchilaridan iroda kuchi, sabotlilik va chidamlilik namoyon etishni talab qiladi. O'smirlarning dramalashgan o'yinlarga bo'lgan qiziqishi sekin-asta ortib boradi. Dramalashgan o'yinlar "turar joylarda" ko'pincha sayyohlar, ovchilar, kurashni o'zida aks ettirgan bo'ladi. Bunday o'yinlarda ko'proq izquvarlik elementlari, aloqa, sanitariya bo'yicha oddiy malakalar qo'llanib, bu ayniqsa bolalar dam olish

oromgohlarida keng qo'llaniladi. Dramalashgan o'yinlar ko'pincha musiqa jo'rligida va qahramonlarning raqslari bilan o'tkaziladi. Bolalar katta yoshdagi kishilar hayoti, mehnat faoliyati, tabiiy hodisalarni, odamlar, hayvonlar va qushlarning hatti-harakatini kuzatib hamda xalq tomoshalarida qatnashib, o'zlari ko'rgan narsalarni o'yinlarida tasvirleydilar. Hayotni tasodifiy aks ettirish mazmunli-rolli, mazmunli – harakatli va sport o'yinlari uchun asos bo'lgan.

O'smirlar orasida dramalashgan o'yinlarga nisbatan sport elementlarini ichiga olgan o'yinlariga, ya'ni texnik va tashxisi elementlari mujassamlashgan o'yinlar, shuningdek sport o'yinlariga ko'proq o'rin beriladi. Respublikamizda o'smirlar o'rtasida sport o'yinlari keng ommalashib bormoqda. Tabiiyki, o'smirlar faqatgina natija uchun o'tkaziladigan - futbol, basketbol, qo'l to'pi kabi musobaqalarni tomosha qilib qolishi bilan cheklanmay, balki o'smirlar sport musobaqalari kattalar o'yin qoidalaridan farqli, ya'ni kichik maydonlarda, o'yin vaqti qisqartirilgan, o'yin qoidalari soddalashtirilib, vazni yengilroq to'plarda o'tkazilishi mumkin. O'smir-qizlar o'yinda o'g'il bolalarga nisbatan kuchsizroq, ammo ular nisbatan uzoq davom etadigan, katta kuch sarf qilinadigan, tez harakatni talab qiladigan o'yinlarda ular bilan barobar kurasha oladilar, shuning uchun ayrim komandalarga bo'linib o'ynaladigan o'yinlarda (“Arqon tortishish”, “Tortishmachoq”) ularga o'zlarining tengqurlari o'g'il bolalar jamoasiga qarshi kurashish qiziqarli kechadi. O'smir-qizlar organizmini mustahkamlashda umumiy ahamiyatga ega bo'lgan o'yinlar foydali (murakkab to'siqlardan oshib o'tish va muvozanat saqlash elementlari mavjud o'yin - estafetalar) va qo'l-oyoqlarning epchil, aniq harakatini, gavdaning egiluvchanligini talab qiladigan o'yinlar (to'pni otish va ilib olish, sakrash, yugurib o'tish bilan birga qo'shib bajariladigan o'yinlar). O'smir-qizlar o'yin joylarida o'yinashni yaxshi ko'radilar. Bunday o'yinlarda ayrim qizlar hujumkorlik harakatlariga, ya'ni to'g'ridan-to'g'ri raqibi bilan yaqinlashib borishga qiziqsalar, boshqalari “aloqachi” kabi rollarni bajaradilar. O'smir-qizlar o'g'il bolalar o'ynaydigan o'yinlarni birga o'ynaydilar. O'g'il bolalar bilan birgalikda o'ynagan vaqtda ko'proq o'zlarining qiziqishi, jismoniy imkoniyatlari va harakatga bo'lgan ehtiyojlariga qarab rollar tanlaydilar.

3.4. Katta yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish

Katta yoshdagi bolalar milliy harakatli o'yinlarni kichik yoshlar bilan o'rganishda yordam berishi mumkin. Bu o'yinlar ularning milliy identitetlarini saqlash va uning tarixi, madaniyati va adabiyoti haqida o'rganishlariga yordam beradi. Quyidagi milliy harakatli o'yinlar bolalarga o'rgatilishi mumkin:

Katta maktab yoshida (15-17 yosh) jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida sport yetakchi o'rinni egallaydi. Ochiq o'yinlar maxsus sport mashg'ulotlari vazifalarini muvaffaqiyatli hal etishga va umumiy jismoniy tayyorgarlikni oshirishga yordam berish uchun ishlatiladi.

Rivojlanishning anatomik, fiziologik va psixologik xususiyatlari. O'rta maktab o'quvchilari biologik o'sish sur'atlarining pasayishiga duch kelishmoqda. Skeletning ossifikatsiya jarayoni, mushak kuchining rivojlanishi hali tugamaydi. Mushak massasi va suyak o'sishi tufayli yoshlarning vazni ortadi. Ularning mushak kuchi og'irlik bilan solishtirganda orqada qolmaydi. Qizlarda mushak tizimi, ayniqsa yelkama-kamar mushaklari yigitlarga qaraganda sekinroq rivojlanadi. Tananing uzunligi, tos suyagi hajmi va tana yog'i ko'payishi tufayli qizning tana vazni oshadi. Qizlar, yoshlarga qaraganda, umumiy tana vaznidagi yog' to'qimalarining tarkibiga ega. Yog' va mushak to'qimalarining bu nisbati qizlarda nisbiy kuch darajasini pasaytiradi. Shu bilan birga, qizlar harakatlarni aniq va muvofiqlashtirishda yigitlardan ustundir. Qo'shimchalarning shakllanishi tugaydi va ular morfologik o'zgarishlarga kamroq moslashuvchan bo'ladi.

Yurak-qon tomir va nafas olish tizimi yaxshilanmoqda. Yurak urishi, yurak hajmi, qonning daqiqali hajmi, o'pkaning hayotiy hajmi, kislorodning daqiqali iste'moli, nafas olish tezligi kabi ko'rsatkichlar bo'yicha o'rta maktab o'quvchilari deyarli kattalarnikidan kam emas.

Bu davrda yigitlarning jinsiy shakllanishi tugaydi. Mavhum fikrlash, hodisalarni tahlil qilish, ularning harakatlari va o'rtloqlarining harakatlariga ongli munosabatda bo'lish qobiliyati sezilarli darajada oshadi. Tormozlash funksiyalari yanada takomillashadi, talabalar iroda, chidamlilik, o'yinlarda mag'lubiyatlarga xotirjamlik bilan bardosh berish qobiliyatini rivojlantiradilar. Qizlar o'yinlarda tezlik, kuch, chidamlilik yigitlarga qaraganda kamroq. Shuning uchun ochiq va sport o'yinlari ular bilan alohida o'tkaziladi. Ochiq o'yinlarni o'tkazish uchun uslubiy talablar. Ushbu davrda asosiy o'rinni sport o'yinlari egallaydi va ochiq o'yinlar jismoniy fazilatlarini takomillashtirish va rivojlantirish, individual ko'nikmalarni, sport o'yinlarida va turli sport turlarida o'zini tutish taktikasini mustahkamlashga imkon beradigan yordamchi vositadir. Kuchli kuchlanish bilan o'yinlar uzoq vaqt davomida amalga oshirilmaydi, chunki ular haddan tashqari kuchlanishga, ortiqcha mashg'ulotlarga olib keladi. Ammo vosita mahoratini oshirish uchun o'yindagi faol harakatlarni takroriy takrorlash kerak. 15-17 yoshdagi yoshlar bilan o'tkaziladigan o'yinlar gimnastika, yengil atletika, sport o'yinlari, chang'i sporti, suzish bo'yicha hal qilinadigan vazifalar bilan chambarchas bog'liq.

Sport elementlari bo'lgan harakatli o'yinlar, shuningdek, jismoniy tayyorgarlikni oshirish sifatida, ma'lum bir sport turida yoki boshqa sport turlarida faol dam olish sifatida ishlatilishi mumkin. Ular hissiy yengillikka hissa qo'shadilar, bu mashg'ulot paytida, maktabda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida juda muhimdir. O'yinlar sinfdagi mashg'ulotlardan ruhiy charchoqni olib tashlashga yordam beradi, ayniqsa, agar bu mashg'ulotlar juda stressli bo'lsa (sinovdan keyin va hokazo).

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy va psixologik yetukligi ularga harakatli o'yinni mustaqil ravishda hakamlik qilishga imkon beradi. Bu maktabda jismoniy rivojlanish va tarbiyaning umumiy tizimida muhim tarbiyaviy lahzadir. Shunga qaramay, darsda o'quv va o'yin faoliyatini tashkil etish va boshqarishda asosiy rol o'qituvchiga tegishli. U o'rta maktab o'quvchilarining fikrlarini hisobga olgan holda va hakamlikka aniq tushuntirish berib, bahsli nuqtalarda qarorlar qabul

qiladi. O'yinlar va musobaqalar oqshom va bayramlarda yoshlar bilan sinfdan tashqari ishlarda juda samarali qo'llaniladi.

Katta maktab yoshida harakatli o'yinlar yordamida hal qilinadigan pedagogik vazifalar:

- o'quv materialini birlashtirish va takomillashtirish;
- tezlik-quvvat fazilatlari, kuch, ephillik, chidamlilikni rivojlantirish;
- maqsadga erishish uchun jismoniy va psixologik to'siqlarni yengib o'tishga imkon beradigan axloqiy fazilatlarni tarbiyalash.

Xalq o'yinlari maktab o'quvchilarining ma'naviy va jismoniy tarbiyasining ajralmas qismidir, chunki harakat quvonchi bolalarning ma'naviy boyligi bilan birlashtirilgan. Darhaqiqat, qadim zamonlardan beri xalq o'yinlarida odamlarning qiyofasi, ularning hayoti, mehnati, sharaf, jasorat, kuch, ephillik, chidamlilik, harakatlarning tezligi va go'zalligi ustidan hukmronlik qilish istagi, zukkolik, chidamlilik, ijodiy ixtiro, topqirlik, Iroda va g'alaba qozonish istagi aniq aks etgan. Va bu insoniy fazilatlar doimo dolzarbdir. Milliy o'yinlar va jismoniy mashqlar, bolani shaxs sifatida rivojlantiradi, tarbiya, fikrlash, sezgi, his-tuyg'ular, xotira, nutq, estetik tarbiya, axloqiy tuyg'ularni shakllantiradi, bolaning ruhiyatidagi progressiv o'zgarishlarning farovonligini yaxshilaydi va avvalambor, uning intellektual sohasida, bu bola shaxsining boshqa barcha tomonlarini rivojlantirish uchun asosdir. Tuyg'ular o'yinni qiziqarli qiladi, munosabatlar uchun qulay muhit yaratadi, har bir bolaning ruhiy qulayligi uchun zarur bo'lgan ohangni oshiradi va bu o'z navbatida, bu o'quvchining ta'lim ta'siriga va tengdoshlari bilan birgalikdagi faoliyatga moyilligi uchun shartga aylanadi.

Bolaning tafakkurining rivojlanish darajasi uning faoliyatining xususiyatini, uni amalga oshirishning intellektual darajasini belgilaydi. Va jamiyatning o'z madaniyatini yosh avlodga yetkazishining muvaffaqiyati kattalar tomonidan bolalarga taklif qilinadigan o'yinlarga qanday tarkib sarflanishiga bog'liq.

O‘yin nafaqat kattalar va hayvonlarning taqlid harakatlari ko‘rinishidagi jismoniy harakatlarni taklif qiladi, balki bolani og‘zaki harakatlarga ham o‘rgatadi. O‘yin faoliyatini bosqichma-bosqich rivojlantirishning ilmiy g‘oyasi turli yosh guruhlaridagi bolalarning o‘yin faoliyatini boshqarish bo‘yicha aniqroq, tizimlashtirilgan tavsiyalarni ishlab chiqishga imkon beradi. Hozirgi vaqtda maktab muassasalarida va oilada bolalarni har tomonlama tarbiyalashda o‘yinning rolini oshirish masalasi juda dolzarbdir.

Maktab yoshidagi bolalar uchun harakatli o‘yinlarini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, ushbu yoshdagi bolalar uchun 60 ga yaqin o‘yin mavjud, ular maxsus sport inshootlaridan foydalanishni talab qilmaydi. Ushbu o‘yinlar individual va jamoaviy bo‘linadi, shuningdek, ushbu o‘yinlar marosim, maishiy va o‘yin-kulgi o‘yinlariga ega. Xalq milliy o‘yinlari bolaning murakkabligi va har tomonlama rivojlanishi bilan ajralib turadi. Misol sifatida tahlil qilaylik: Harakatli o‘yinlar

“Yo‘lni kesib o‘tish”

5-6 m masofada 2 ta chiziq chizilgan, bolalar kapitanni tanlaydigan 2 jamoaga bo‘lingan. Qur’a tashlash - kimga boshlash kerak. O‘yinni boshlayotgan jamoa tor doirada yig‘ilib, boshqa jamoaning qaysi o‘yinchisi qo‘lga olinishini hal qiladi. Ikkala jamoa ham yo‘l chetiga chiqib, qo‘lga olinadigan kishining ismini chaqirishadi. O‘yinni boshlagan jamoa o‘rtaga chiqib, o‘yinchilarni yo‘l bo‘ylab zanjirband qiladi. Ikkinchi jamoa qayta guruhlanadi (iloji bo‘lsa, yashirincha). Keyin kapitanning buyrug‘i bilan u yo‘lga chiqib, yugurib ketdi. Agar bu muvaffaqiyatli bo‘lsa, hamma qochib ketadi va qo‘lga olish rejalashtirilgan bo‘lsa, o‘yin avvalgi rejimda davom etadi. Agar bu muvaffaqiyatsiz bo‘lsa, jamoa joylarni o‘zgartiradi.

Qoidalar:

1. Faqat mo‘ljallanganlarni ushlang, qolganlarini o‘tkazib yuboring.
2. Butun zanjir bo‘ylab bir vaqtning o‘zida yo‘lni kesib o‘ting.

3. Yo'lni bosib o'tishga muvaffaq bo'lgan kishi "matyr" unvonini oladi (chaqqon, tezkor)

4. "Anvar" jamoasi g'alaba qozonadi.

Harakatsiz va so'z o'yinlariga misol keltirmoqchi bo'lsak: "Haashur" deb nomlangan. Ushbu o'yin o'tirgan holda o'ynaladi. O'yinchilar soni chegaralanmagan. Har bir inson yaqin atrofda o'tiradi, oyoqlarini egib, kamarni tezda orqasiga uzatadi (haashur). Doira markazidagi o'yinchilardan biri uni qidiradi, o'tirganlardan biriga ishora qiladi. Kim ikkilanib, ergashdi va tasma bilan mahkamlandi, markazni egallaydi. Milliy o'yinlari xalq madaniyatining bir qismidir va oldingi avlodlar salomatligini shakllantirishda o'z rolini muvaffaqiyatli bajargan. Bolalarning milliy o'yinlari bolalarning e'tiborini virtual kompyuter o'yinlariga qaratganligi sababli jozibadorligini yo'qotdi, ammo jismoniy salomatlikni shakllantirishda biz qozoq milliy bolalar o'yinlariga alternatini ko'rmayapmiz. Shunga qaramay, bolalar o'yinlari zamonaviy jismoniy tarbiya vositalari bilan to'ldirilgan holda professional ravishda qayta ko'rib chiqilishi kerak. O'yin faqat o'ziga xos bo'lgan maxsus hodisa bilan tavsiflanadi – kuchayib borayotgan keskinlik, quvonch, kuchli tajribalar va muvaffaqiyatga so'nmas qiziqish. Bolaning ochiq o'yinda boshdan kechiradigan hayajoni butun tanani favqulodda fiziologik holatga keltiradi, bu esa bolaning harakatda bunday natijalarga erishishiga yordam beradi, boshqa sharoitlarda, o'yindan tashqarida, u hech qachon erisha olmaydi.

Shunday qilib, milliy o'yinlar bolani har tomonlama rivojlantirishning eng muhim vositasi va jismoniy va aqliy qobiliyatlarni, xulq-atvor qoidalarini, jamiyatning axloqiy qadriyatlarini rivojlantirishga hissa qo'shadigan eng muhim ta'lim institutidir.

3.5. O'quvchilarning darsdan tashqari vaqtlarida ularga sog'lomlashtiruvchi milliy harakatli o'yinlarni qo'llash

Harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya bo'yicha maktab dasturiga mos ravishda 1- 9-sinflarda gimnastika, yengil atletika, sport o'yinlari, kurash va suzish bilan

birga qo‘shib olib boriladi. Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o‘yinlar dastur talablariga mos ravishda ta’limiy, tarbiyaviy va sog‘lomlashtirish vazifalarini hal etishi uchun foydalaniladi. Jismoniy tarbiya darslarida o‘tkaziladigan o‘yinlarni boshqa mashg‘ulot shakllaridan farqi shundaki, bunda diqqatni eng muhimi o‘yinning ta’limiy va sog‘lomlashtirish tomoniga, shuningdek, jismoniy tarbiya sifatiga ham qaratish kerak. Dars uchun o‘yin tanlashda, darsning vazifasini, o‘quv materialini, o‘yinga kiruvchi harakat turlarini, o‘yinning fiziologik yuklamasini, ishlash uchun shartsharoitni hisobga olish zarur. Har bir o‘yinda o‘yin qatnashchilaridan bilim va malakalarini namoyon qilishni talab qiladi, uni o‘yin jarayonida takomillashtiradi. Elementar o‘yinlarga maxsus tayyorgarlik talab qilinmaydi. Biroq murakkab harakatlardan tashkil topgan o‘yinlar ham bor. Masalan, quyidagi o‘yinlarni (“To‘p sardorga”, “To‘p o‘rtadagiga”) o‘quvchilarga taklif qilish mumkin emas, agarda ular to‘p oshirishni, uni ilib olishni bilmasa va o‘yin jarayon bilan to‘qnashishda, yaxshi reaksiyaga harakat koordinatstiyasini va boshqa zarur bo‘lgan sifat va malakalarini egalab ololmaydi. Shug‘ullanuvchilar o‘yinga kiritilgan murakkab harakatlarni maxsus mashqlar yordamida o‘zlashtiradilar. Istisno tariqasida avvaldan o‘rgatishni talab qilmaydigan elementar va tabiiy harakatlar bo‘lishi mumkin. Masalan, “Bo‘ri zovurda” o‘yinida yugurib kelib uzunlikka sakrash tabiiy chiqadi. Jismoniy tarbiyaning boshqa vositalari o‘rtasida o‘yinning o‘rni yoki joyi aniqlansa, ular o‘rtasidagi ketma-ketlik metodik jihatdan to‘g‘ri bo‘ladi. Bu esa qo‘yilgan vazifani yaxshilab hal etilgan darsning zichligini oshirishga va mashqni to‘g‘ri taqsimlashga yordam beradi. Agar darsning asosiy qismi o‘yinga bag‘ishlangan bo‘lsa, bunda ko‘proq harakatli o‘yinlar bilan kamroq harakatlanadigan o‘yinlar almashlab olib boriladi, shu bilan birga harakatning xarakteri bo‘yicha turli-tuman o‘yinlar tanlab olinadi. Harakatli o‘yinlarning darsni hamma qismlariga kiritish mumkin. O‘yin mazmuni shug‘ullanuvchilarning tarkibiga va vazifasiga bog‘liqdir. Darsni tayyorlov qismiga kam harakatli va murakkab bo‘lmagan o‘yinlarni kiritilishi tavsiya qilinadi, bu o‘quvchilarning diqqatini jamlashga (“Guruh, tik tur!”, “Og‘ma tayoq”) yordam

beradi, bular o'rtacha harakatdagi o'yinlar bilan bajariladigan umumrivojlantiruvchi harakterdagi mashqlardir («taqiqlangan harakat»).

Darsni asosiy qismda tez yugurish, chap berish yoki aldab o'tish, chidamlilik, to'siqni oshib o'tish, har xil sakrashlar, qarshilik ko'rsatish, kurash, qo'zg'aluvchan va qo'zg'almaydigan nishonga uloqtirish bilan bajariladigan harakatli o'yinlardan foydalaniladi. Darsning yakuniy qismida o'rtacha kam harakatchanlikka oid o'yinlar o'tkaziladi, u murakkab bo'lmagan o'yin qoidalari bilan diqqatni jamlash uchun o'tkaziladigan o'yinlar, darsni asosiy qismdagi tezlik bilan beriladigan yuklamadan keyin faol dam olishga yordam beradi ("Kim keldi", "Guruh, tik tur!"). Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasining o'ziga xosligi darsning zichligiga to'g'ri keladiganlarini saqlab qolish zarurligi va qisqa muddatlilik bilan bog'liqdir. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'quvchilar o'rganib olgan ko'proq harakatli o'yinlardan foydalanish mumkin. 1-2-sinf o'quvchilari uchun quyidagi o'yinlarni kiritish mumkin: "O'ylab top, bu kimning ovozi?", "Kim yaqinlashdi?", "Hamma o'z bayroqchasiga", "Bo'sh o'rin", "Sakrabodom chumchuqlar", "Polizdagi quyonlar", "Taqiqlangan harakat" va boshqalar. 3-4-sinf o'quvchilari uchun: "Guruh, tiktur!", "Xo'rozlar jangi", "Qorovul va izlovchilar", "Chiqib ketish bilan qarmoqchi" o'yini. 5-9-sinf o'quvchilari uchun: "Juft-juft bo'lib tortishish", "Doiraga tort", "Taqiqlangan harakat" va hokazo. Maktab kechalari va bayramlarda o'tkaziladigan o'yinlar Maktabda o'tkaziladigan sport kechalari va bayramlari o'quvchilarda tetik hamda quvnoq kayfiyat yaratish uchun eng ta'sirli tadbir bo'lib hisoblanadi. Maktab sport kechalari va bayramlarida foydalaniladigan harakatli o'yinlar bolalarni tezda tashkil qiladi, ular yengil ruh va quvnoq kayfiyatni vujudga keltiradi. Bayramda, odatda, juda ko'p bolalar bo'ladi, shuning uchun ommaviy o'yinlardan foydalanish tavsiya qilinadi, musiqa jo'rligida bajarilsa yana ham maqsadga muvofiq bo'ladi. Musiqa sadolari ostida o'tkaziladigan o'yinlar qiziqarli, ularni tashkil qilish va o'tkazish yengil bo'ladi. Ommaviy o'yinlardan tashqari o'yin-attrakstionlarni ham, shu bilan birga yaxshisi, asosiy tadbirlarni boshlashdan oldin o'tkazish mumkin (konsert, spektakl). O'yin

attrakstionlari katta sinf o'quvchilari uchun eng yaxshi "uch kurashchi" yoki "Besh kurashchi" musobaqasini tashkil qilish mumkin. Bunday maqsad uchun mazmunan har xil bo'lgan kuch yoqi merganlikni, epchillikni, muvozanat saqlash yoki fazoda mo'ljal olishni bilishni namoyon qilishini talab qiladigan, 3 yoki 5 attrakstion tanlab olinadi: "Uch kurashchi" yoki "Besh kurashchi" bo'lishni xohlaganlar barcha attrakstion musobaqalarida qatnashishlari majbur g'oliblarni eng yaxshi 3 kurashchi yoki 5 kurashchi deb e'lon qiladilar va mukofotlaydilar. O'rta yoki yuqori sinf o'quvchilari uchun bayramda yakkama-yakka olishuv o'yini (xohlagan ikki kishi epchillik, merganlikda, kuch sinashadilar) musobaqalarini tashkil qilish mumkin. Bunday musobaqalarni ommaviy o'yin va raqslar o'rtasidagi tanaffuslarda tashkil qilishni tavsiya qilinadi. Bayramda harakatli o'yinlar o'tkaziladigan musobaqalarga bag'ishlangan bo'lishi mumkin hozirgi vaqtda juda ham ommaviylashib ketgan o'yinlar "Quvnoq startlar", "Bizlar bilan bajar", "Bizga o'xshab bajar", "Hammadan yaxshi bajar" va boshqalar. Musobaqalarda to'g'ridan-to'g'ri uncha ko'p bo'lmagan o'yin qatnashchilarining sonini hisobga olgan holda hech qanday tayyorgarlikni va trenirovka qilishni talab qilmaydigan ommaviy o'yin yoki o'yin attrakstionlardan foydalanib harakatli o'yinlar bo'yicha ommaviy musobaqalar tashkil qilish mumkin.

3.6. Harakatli o'yinlarni turkumlanishi tasnifi va ularning pedagogik ahamiyati

O'yin — tarixiy tashkil topgan ijtimoiy voqea, mustaqil faoliyat turi, insonga xosdir. O'yin faoliyati juda ham turli-tumandir: o'yinchoqlar bilan o'ynaladigan bolalar o'yinlari, stol o'yini, doira bo'lib o'ynaladigan o'yin, harakatli o'yinlar, sport o'yinlari.

O'yin o'z-o'zini bilish vositasi, o'yin-kulgi, dam olish, jismoniy va umumiy ijtimoiy tarbiya vositasi, sport vositasi bo'lishi mumkin.

O'yin madaniyati elementi sifatida jamiyatning barcha madaniyati turlariva kishilarning har xil ehtiyojlari bilan rivojlanadi: o'yin-kulgi, dam olishda, ma'naviy, aqliy va jismoniy kuchni rivojlanishida katta o'rin egallaydi.

O‘yin faoliyati — nafaqat madaniyatning bir elementi, balki bolalar va o‘smirlarni tarbiyalashda ham foydali vosita hisoblanadi. U har doim maqsadga yo‘naltirilgan va turli-tuman maqsadli yo‘l-yo‘riq hamda asoslangan harakat bilan o‘ziga xos xususiyatni ko‘rsatib turadi. O‘yin faoliyati ayniqsa bolalik davrida ko‘proq mehnat bilan umumiylikka ega bo‘ladi. Biroq o‘yin jarayonida hayotiy ehtiyojlarni qondirish uchun kishi moddiy boylikni yarata olmaydi.

O‘yin — juda ham quvnoq jo‘shqin faoliyatdir, shuning uchun u yoshlar va bolalar bilan tarbiyaviy ish olib borishda katta boylik kasb etadi. O‘yinning turli-tumanligi katta-kichiklar orasida, ayniqsa o‘smirlar va bolalar o‘rtasida eng keng tarqalgani bu harakatli o‘yinlardir. Ular esa ushbu o‘quv qo‘llanma fanining asosi hisoblanadi.

Harakatli o‘yinlarning o‘ziga xos xususiyati uning mazmuni harakatning rolini yorqin ifoda qilish hisoblanadi (yugurish, sakrashlar, uloqtirish, otish, to‘pni uzatish va ilib olish, qarshilik ko‘rsatish va boshqalar). Bu o‘yinlar harakatlanish va uning mazmunini (mavzu, g‘oyasi) asoslab beradi. U o‘yinda qo‘yilgan maqsadga erishish yo‘lida, turli-tuman qiyinchiliklarni, to‘siqlarni yengib o‘tishiga yo‘naltiriladi.

Harakatli o‘yinlarning orasida haqiqatan ham (elementar) harakatli o‘yinlar va sport o‘yinlari bilan farq qiladi. Haqiqatan ham harakatli o‘yinlar o‘ynovchilarning o‘zlarini ixtiyoriy ravishda o‘rnatilgan, maqsadga shartli ravishda erishishga yo‘naltirilgan, o‘zida ongli ravishda tashabbuskorlik faoliyatini mujassamlashtirgan bo‘ladi. O‘ynovchilarning maqsadga erishishida faol harakatlantiruvchi harakat talab qiladi, uni bajarishi o‘ynovchilarni o‘zlarining ijod qilishiga va tashabbuskorligiga bog‘liqdir (nishonga tezda yugurib borish, nishonga tez otish, “raqibi”ga tez va epchillik bilan yetib olish yoki undan o‘zib ketish va hokazo).

Harakatli o‘yinlar qoidalar bilan belgilanadi. Sport o‘yinlaridan farqli o‘laroq, harakatli o‘yinlar qoidalariga shart-sharoitdan kelib chiqib kelishilgan

holda o'zgartirish kiritish mumkin. O'yin qoidasi maqsadga erishish yo'lida o'yindagi qiyinchiliklarni va to'siqlarning xarakterini aniqlaydi.

Haqiqatan ham harakatli o'yinlar o'yin qatnashchilaridan maxsus tayyorgarlikni talab qilmaydi. Shuning uchun o'yin qoidasi o'yin qatnashchilari va rahbarlarning (o'qituvchilar) o'zlari o'tkazilayotgan o'yinning sharoitiga qarab uni o'zgartirib boradilar. Chunki unda o'ynovchilarning aniq belgilangan soni, maydonning katta- kichikligi belgilanmagan bo'ladi, shuningdek, asbob-anjomlar ham o'zgartirib turiladi (bulava yoki kegli, voleybol yoki oddiy to'p, kichik koptoklar yoki qum solingan xaltachalar, gimnastika yoki oddiy tayoqchalar va hokazo).

Sport o'yinlari — bu harakatli o'yinlarning eng yuqori bosqichidir. Bunda o'yin qoidasi qat'iy belgilangan bo'lib, ularda maxsus maydon va jihozlar talab qilinadi. Sport o'yinining o'ziga xosligi o'yin jarayonida ma'lum taktikada o'zini tutishi va murakkab harakat texnikasi hisoblanadi. Bu esa o'yin qatnashchilaridan maxsus tayyorgarlik va mashqni talab qiladi. Har bir sport o'yini belgilangan o'yinchilarning soniga, maydon o'lchamlari va asbob anjomlariga ega bo'ladi.

Ayrim sport o'yinlarida ba'zi o'yinchilarda mutaxassisligi bo'lishi zarurdir (hujumga, himoyaga, darvozabon va b.q). Sport o'yinlarining u yoki bu o'yinida qat'iy qoidaga mos ravishda maxsus hakamlik qilishni talab qiladi. Ayrim sport o'yinlarida o'yin qatnashchilarining tarkibiga qarab bir necha marta (o'quvchilar yoki kattalar, erkaklar yoki o'smir qizlar) o'zgartirilishi mumkin.

Sport o'yinlari sport turi hisoblanadi. Bular bo'yicha har xil darajadagi musobaqalar o'tkaziladi. Natijada sport o'yinlari bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarda eng yaxshi o'yinchilarga sport razryadlari va unvonlar beriladi.

Ayrim harakatli o'yinlar (masalan, "lapta", "voleybol" va hokazo) mashg'ulotning maqsadi, ko'rsatmasi va uni tashkil qilish usullariga bog'liq holda, ayrim holatlarda haqiqatan ham o'zining xarakteriga qarab harakatli (elementlari) o'yin deb yuritiladi, boshqalari esa sport o'yinlari sifatida

o'tkaziladi. Masalan, o'yin qatnashchilari tasodifan yig'ilib qolganda (dam olish o'yinlarida, sayllarda) ular haqiqatan ham harakatli o'yin xarakteriga ega bo'ladi.

Harakatli o'yinlardan yoshlar va bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarlik vositasi sifatida foydalaniladi, shuningdek, sport o'yinlariga va boshqa sport turlariga tayyorlash vositasi bo'lib ham hisoblanadi.

Harakatli o'yinlar o'ziga xos bo'lishi mumkin (yakka tartibda), u hammadan ko'proq tez-tez bolalarning o'zlari tomonidan (to'p o'yini, arg'amchi bilan chamberakni aylantirish va boshqalar) tashkil etiladi. Ulardan tarbiyachi-pedagog va yetakchilar tomonidan bolalarning faol dam olishini tashkil qilish maqsadida foydalanish mumkin (tanaffusda, kuni uzaytirilgan guruhda va boshqa holatlarda).

Jamoa bo'lib o'ynaladigan (guruh) harakatli o'yinlar alohida pedagogik ahamiyatga ega bo'ladi, chunki ularda o'ynovchi guruhlar, sinflar, zvenolar, bo'limlar va sport seksiyasida shug'ullanuvchilar qatnashadilar. Jamoa bo'lib o'ynaladigan harakatli o'yinlarda har doim musobaqalashish elementi o'ziga xos bo'lib (har bir kishi o'zi uchun yoki har bir kishi o'z jamoasi uchun), shuningdek, belgilangan maqsadga erishishida, qiziqishni uyg'otishda bir-biriga yordam berish va o'zaro yordamdan iborat bo'ladi. Jamoa o'yinlarining o'ziga xosligi shundan iboratki, o'yinda hamma — vaqt holatni o'zgarib turishi, o'yinchilardan tezlik reaksiyasi talab qilinadigan bo'ladi. Shuning uchun o'yin jarayonida o'zaro munosabat har doim o'zgarib turadi: har bir kishi o'zi uchun yoki o'zining jamoasi uchun "raqiblari" ga nisbatan eng qulay holatni yaratishga intiladi.

Harakatli o'yinlar bo'yicha musobaqalar o'tkaziladi. Ular alohida o'yinlar bo'yicha o'tkazilishi mumkin, o'yinga qo'yilgan vazifa taxminan bir xil sinflar bir xil yoshdagi o'quvchilarning jismoniy imkoniyatlariga mos kelishi kerak. Biroq harakatli o'yinlar majmuasi bo'yicha musobaqa o'tkazishning pedagogik ahamiyati shundaki, bunga har xil jismoniy sifat va malakalarni tarbiyalashga

yordam beradigan turli-tuman o'yinlar kiritiladi. Harakatli o'yin majmuasi bo'yicha o'tkaziladigan musobaqada har xil yoshdagi bolalar, o'smirlar, yoshlar va kattalar qatnashishlari mumkin, biroq o'yindagi vazifa har xil bo'lishi mumkin.

Harakatli o'yin bo'yicha o'tkaziladigan musobaqadagi bu juz'iy o'zgarish sport o'yinlari bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarga nisbatan bir oz farq qiladi, chunki sport o'yinlari qat'iy belgilangan sharoitda va qoida bo'yicha o'tkazilishi talab qilinadi.

Har bir harakatli o'yin o'zining mazmuni shakli (tuzilishi) va metodik xususiyatiga egadir. Harakatli o'yinlarning mazmuni quyidagilardan iborat: mavzu yoki mazmun (ifodali yoki shartli o'ylab qo'yilgan ish, o'yin rejasi) maqsadga erishish uchun o'yinga kiradigan harakat va qoidalar.

Harakatli o'yinlarning shakli qo'yilgan maqsadga erishish usullarini keng tanlash imkoniyatiga ega bo'lishi, o'yin qatnashchilarining harakatini tashkil qilishdan iborat. O'yin qatnashchilari bir xil o'yinlarda o'zining shaxsiy qiziqishlariga erishish uchun yakka yoki guruh bo'lib harakat qiladilar, boshqalarida esa o'zlarining jamoalari qiziqishlarini himoya qiladilar. Shuningdek, o'yin uchun o'ynovchilar har xil tuzilishda yoki shaklda (sochilib yoki tarqalib, doirada, safda, qatorda) turadilar.

O'yin shakli mazmuni bilan bog'liq ravishda kelib chiqadi. O'yinning metodik jihatdan o'ziga xos xususiyati uning mazmuni va shakliga bog'liqdir. Harakatli o'yinlar metodik jihatdan o'ziga xos bo'ladi:

- jonliligi;
- chegaralangan qoida bo'yicha maqsadga erishishda mustaqil harakat qilish;
- qoidaga mos ravishda ijodiy tashabbuskorlik bilan harakat qilish;

- o'yindagi alohida rollarni bajarish, uning mazmuni muvofiqligi, o'yin qatnashchilarini jamoadagi ma'lum darajadagi o'zaro munosabati o'rnatiladi;
- to'satdan o'yinda o'zgarib qolish holati, bu esa o'yinchilardan tashabbuskorlikni, tez reaksiyani talab qiladi;
- o'yindagi musobaqa elementlari o'yinda jo'shqinlikni (emotsionallik) oshiradi va kuchni to'liq sarf qilishni talab qiladi;
- o'yinda kelib chiqadigan kelishmovchiliklarni hal etishda qarama-qarshi tomonlarning manfaatlarini bir-biriga zid qo'ymoq esa yuqori darajadagi jo'shqinlik tonusini yaratadi.

Harakatli o'yinlar nafaqat vosita, balki bolani jismoniy tarbiya metodi bo'lib ham hisoblanadi. Tarbiyada o'yin metodining tushunchasi o'yin metodikasining o'ziga xos xususiyatini inkor qiladi, ya'ni bu boshqa tarbiya jihozlaridan uning metodi munosabatda bo'lishida farqlanadi (musobaqa elementi, syujetning mavjudligi, maqsadga erishishning turli-tuman usullari, nisbatan mustaqil harakati).

O'yin metodi ayniqsa murakkablashgan va o'zgartirilgan sharoitda harakatni kompleks takomillashtirish uchun foydalaniladi.

Harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya va o'yin metodi vositasi sifatida jismoniy sifatlarni takomillashtirishga hamda tarbiyalashga yordam beradi. Bundan tashqari, harakatli o'yinlarda gimnastika, yengil atletika, chang'i va boshqa sport turlari mashg'ulotlarida alohida malaka, ko'nikma hamda tabiiy harakatlarni mustahkamlaydi va takomillashtiradi.

Pedagogika amaliyotida harakatli o'yinlarning ikkita asosiy turidan foydalaniladi:

1. Erkin, ijodiy yoki erkin o'yinlar, bunda o'yin qatnashchilarining o'zlari o'yin rejasini belgilashadi va belgilangan maqsadni o'zlari amalga oshirishadi. Bu bolalarda go'daklik, maktabgacha yoshda va kichik maktab yoshida ular

hammadan ko‘ra tez-tez mazmunli bo‘ladi, chunki o‘yinning mazmuniga qarab rol taqsimlanadi, shu- ning uchun ularni psixologiyada g‘o‘la shaklida o‘ralgan, deb ataladi. Ular alohida yoki bir kishilik va guruh shaklida bo‘lishi mumkin.

2. Belgilangan qoidaga asosan tashkil qilingan harakatli o‘yinlar unga katta yoshdagi bolalar-yetakchilarning o‘zlari rahbarlik qilishlari talab qilinadi.

O‘yin mazmuni va murakkabligi bo‘yicha juda ham turli tumandir:

Oddiy jamoasiz harakatli o‘yinlar, bunda har bir o‘yin qatnashchisi, o‘yin qoidalariga rioya qilgan holda, bitta o‘zi uchun kurashadi. O‘quvchilardagi barcha o‘yin faoliyati shaxsiy takomillashtirishga, boshqalar ustidan ephillik, aniq nishonga tekkizishda, kuchda, tezkorlikda va boshqa sifatlar bo‘yicha shaxsan ustunlikka erishishga yo‘naltirilgan. Bu o‘yinlarda eng asosiy ahamiyat shaxsiy tashabbuskorlikni va harakat imkoniyatini, o‘zining shaxsiy sifatlaridan foydalanishini bilish maqsadga muvofiqdir. Ko‘proq murakkab, jamoali o‘yinlarga o‘tishga oid harakatli o‘yinlar, bunda o‘ynovchilar birinchi navbatda o‘zlarining qiziqishlarini himoya qilishga, ayrim paytlarda shaxsiy imkoniyatlarini, o‘rtoqlariga yordam berish, ularni qutqarib qolish bo‘yicha ularni o‘yinda hujumchilardan qutqarib qolishga yordam beradilar (“Petnachi, qo‘lingni ber”, “Yugurib o‘tish”). Ba’zi vaqtlarda o‘yinchilar maqsadlariga erishish uchun boshqa o‘yinchilar bilan vaqtincha hamkorlikda ishlashga kirishishlari mumkin. Ayrim o‘yinlarda bunday hamkorlik qilish qoida bo‘yicha nazarda tutilgan (“Oq ayiqlar” va “Tovonbaliq va cho‘rtanbaliq”) kabi o‘yinlarni misol qilib ko‘rsatish mumkin .

Jamoali harakatli o‘yinlar — bunda o‘ynovchilar alohida- alohida jamoada-jamoalarni tashkil etadilar. Ular o‘zlarining shaxsiy qiziqishlarining jamoani qiziqishiga bo‘ysunish, umumiy maqsadga erishishga yo‘naltirganligi, jamoaning birgalikdagi foliyati bilan ta’riflanadi. Har bir o‘yinchining harakatidan jamoaning barcha muvaffaqiyati har bir o‘yinchining harakatiga bog‘liq bo‘ladi. Jamoa o‘yinlarida tez-tez harakatning o‘zaro mosligi va o‘yinga

umumiy rahbarlik qilish uchun o'ynovchilar orasidan jamoaning sardorlarini ajratishga imkoniyat paydo bo'ladi, barcha o'yinchilarning sardorga bo'ysinislari majburiy hisoblanadi.

Jamoali o'yinlardan ayrimlari yarim sport xarakteriga ega bo'ladi: ular ko'proq o'yining texnikasi, harakat texnikasi bo'yicha murakkab bo'lib, ma'lum qoida bo'yicha o'tkaziladi. Ba'zi bir o'yinlarda maxsus rollar talab qilinadi. Ayrim to'plamlarda bunday o'yinlar yarim sport o'yinlari, deb ataladi ("To'p kapitaniga", "Lapta").

Pedagog harakatli o'yinlarning keng qo'llanilishini ish sharoitini hisobga olish bilan har xil pedagogik vazifalarni hal etish uchun o'yinni maxsus tanlab olishi talab qilinadi. Buning uchun ma'lum belgilar bo'yicha o'xshash bo'lgan o'yinning ishchi guruhi tashkil etiladi.

O'yinlar quyidagicha taqsimlanadi:

Ularni mazmuniga ko'ra murakkablik darajasi bo'yicha. Oddiy o'yinlardan to murakkab o'yinlargacha (yarim sportga).

Bolalarning yoshi bo'yicha o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish (7—9, 10—12, 13—15 yoshli bolalar uchun o'yinlar). Bu belgilar umumiy ta'lim maktablari uchun jismoniy tarbiya dasturida foydalanilgan (1—4, 5—9-sinflar uchun).

O'yinlarda ko'proq keladigan harakat turlari bo'yicha (umumrivojlantiruvchi mashq elementlari bilan o'ynaladigan o'yinlar, yugurish, balandlikka sakrash bilan o'ynash, turgan joyda yugurib o'ynash, harakatlanuvchi va harakatlanmaydigan nishonga uloqtirish bilan o'ynash, koptokni oshirish va ilib olish bilan o'ynash).

O'yinda ko'proq namoyon qilinadigan jismoniy sifatlar (kuch, chidamlilik, epchillik, tezlik, egiluvchanlikni ko'proq tarbiyalashga yordam beradigan o'yinlar). Hammasi bo'lib, bu sifatni tez-tez birga qo'shib bajarilganda namoyon

bo‘ladi. O‘yinni harakat turlari va jismoniy sifatlari bo‘yicha taqsimlashni asosan jismoniy tarbiya bo‘yicha mashg‘ulotlarning barcha shakllarida foydalaniladi.

Alohida sport turlariga tayyorlaydigan o‘yinlar u yoki bu sport turlariga zarur bo‘lgan jismoniy sifatlarni tarbiyalashda, ayrim texnika va taktika elementlarini mustahkamlash va takomillashtirishda foydalaniladigan harakatli o‘yinlar.

O‘ynovchilarni o‘zaro munosabatiga bog‘liq bo‘lgan o‘yinlar:

a) o‘yinchilar to‘g‘ridan-to‘g‘ri “raqibi” bilan bir-biriga tegmasdan o‘ynaladigan o‘yinlar;

b) “raqibi” bilan bir-biriga tegish chegaralangan o‘yinlar;

d) “raqib” bilan to‘g‘ridan-to‘g‘ri kurashadigan o‘yinchilar, ayrim pedagoglar o‘ynovchilarni o‘zaro munosabati bo‘yicha o‘yinlarni taqsimlab, uni “oddiy”ga bo‘ladilar, bunda har bir maqsad ketidan yurib boshqalarga nisbatan munosabatsiz bo‘ladi va “murakkab” o‘ynovchilarni guruhlariga, jamoalarga, bo‘limlarga bo‘linish bilan o‘ynaladigan, bunda har bir o‘yinchi o‘zlarining jamoalariga e’tibor beradi.

Turli-tuman ish holatida uni ko‘proq to‘g‘ri tanlashga yordam beradigan boshqa har xil belgilar va bo‘yicha guruhlariga ajratiladigan o‘yinlar:

a) mashg‘ulotni tashkil qilish shakli bo‘yicha (darsda, tanaffusda, yig‘ilishlarda, bayramlarda o‘tkaziladigan o‘yinlar);

b) motor zichligi xususiyati bo‘yicha (katta, o‘rtacha harakatchanlik va kam harakatli o‘yinlar);

d) ish joylarini va mavsumlarni hisobga olish bilan (yozda, qishda, bino ichida, ochiq havoda) o‘ynaladigan o‘yinlar.

Har xil ish sharoitida qo‘yilgan pedagogik vazifani yechish maqsadida o‘yinlar ko‘proq batafsil taqsimlash uchun bir vaqtning o‘zida to‘liq bir qator belgilari hisobga olinadi, uning eng asosiylari: bolalarning tayyorgarligi va

yoshi, o'smirlar, o'yinga kiruvchi, harakat turlarini ushbu o'yinlar u yoki boshqa axloqiy-irodaviy va jismoniy sifatlarni ko'proq namoyon qilish, o'yinda o'ynovchilarni o'zaro munosabat prinsiplaridir.

Professor V.G. Yakovlev o'yinlarning alohida guruhlarini birlashtirib, o'yin qatnashchilarining o'zaro harakati va o'zaro munosabati prinsiplaridan kelib chiqib, jamoa bo'lib o'ynaladigan harakatli o'yinlarning pedagogik tasnifini taklif qildi.

Ushbu tasnif pedagogni bolalarda jamoaning qiziqishini tarbiyalashga yo'naltiradi.

Bunday o'yin materiallarini taqsimlanishi metodik ketma-ketlikni yoki izchillik o'rnatishni yengilashdiradi va o'yinni mazmuni va shakli bo'yicha murakkablik darajasini aniqlashga yordam beradi.

Bizning mamlakatimizda o'sib kelayotgan yosh avlodni tarbiyalash amaliyoti shunga guvohlik beradiki, bolalarda va o'smirlarda yuqori axloqiy hamda jismoniy sifatlarni shakllantirishning eng muhim vositalardan biri bo'lib hisoblanadi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi va maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasida juda katta o'rin egallaydi, chunki ular salomatlikni saqlash va mustahkamlashda, jismoniy rivojlanishni normal bo'lishiga, harakat malakalarini kompleks takomillashtirishga qulaylik tug'diradi.

3.7. Darsdan tashqari vaqtda o'tkaziladigan harakatli o'yinlar

Harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya bo'yicha maktab dasturiga mos ravishda 1-9-sinflarda gimnastika, engil atletika, sport o'yinlari, kurash va suzish bilan birga qo'shib olib boriladi. Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlar dastur talablariga mos ravishda ta'limiy, tarbiyaviy va sog'lomlashtirish vazifalarini hal etishi uchun foydalaniladi.

Jismoniy tarbiya darslarida o'tkaziladigan o'yinlarni boshqa mashg'ulot shakllaridan farqi shundaki, bunda diqqatni eng muhimi o'yinning ta'limiy va

sogʻlomlashtirish tomoniga, shuningdek, jismoniy tarbiya sifatiga ham qaratish kerak. Dars uchun oʻyin tanlashda, darsning vazifasini, oʻquv materialini, oʻyinga kiruvchi harakat turlarini, oʻyinning fiziologik yuklamasini, ishlash uchun shartsharoitni hisobga olish zarur. Har bir oʻyinda oʻyin qatnashchilaridan bilim va malakalarini namoyon qilishni talab qiladi, uni oʻyin jarayonida takomillashtiradi. Elementar oʻyinlarga maxsus tayyorgarlik talab qilinmaydi. Biroq murakkab harakatlardan tashkil topgan oʻyinlar ham bor. Masalan, quyidagi oʻyinlarni (“Toʻp sardorga”, “Toʻp oʻrtadagiga”) oʻquvchilarga taklif qilish mumkin emas, agarda ular toʻp oshirishni, uni ilib olishni bilmasa va oʻyin jarayon bilan toʻqnashishda, yaxshi reaststiyaga harakat koordinatstiyasini va boshqa zarur boʻlgan sifat va malakalarini egalab ololmaydi. Shugʻullanuvchilar oʻyinga kiritilgan murakkab harakatlarni maxsus mashqlar yordamida oʻzlashtiradilar. Istisno tariqasida avvaldan oʻrgatishni talab qilmaydigan elementar va tabiiy harakatlar boʻlishi mumkin. Masalan, “Boʻri zovurda” oʻyinida yugurib kelib uzunlikka sakrash tabiiy chiqadi. Jismoniy tarbiyaning boshqa vositalari oʻrtasida oʻyinning oʻrni yoki joyi aniqlansa, ular oʻrtasidagi ketma-ketlik metodik jihatdan toʻgʻri boʻladi. Bu esa qoʻyilgan vazifani yaxshilab hal etilgan darsning zichligini oshirishga va mashqni toʻgʻri taqsimlashga yordam beradi. Agar darsning asosiy qismi oʻyinga bagʻishlangan boʻlsa, bunda koʻproq harakatli oʻyinlar bilan kamroq harakatlanadigan oʻyinlar almashlab olib boriladi, shu bilan birga harakatning xarakteri boʻyicha turli-tuman oʻyinlar tanlab olinadi.

Harakatli oʻyinlarning darsni hamma qismlariga kiritish mumkin. Oʻyin mazmuni shugʻullanuvchilarning tarkibiga va vazifasiga bogʻliqdir. Darsni tayyorlov qismiga kam harakatli va murakkab boʻlmagan oʻyinlarni kiritilishi tavsiya qilinadi, bu oʻquvchilarning diqqatini jamlashga (“Guruh, tik tur!”, “Ogʻma tayoq”) yordam beradi, bular oʻrtacha harakatdagi oʻyinlar bilan bajariladigan umumrivojlantiruvchi harakterdagi mashqlardir (“taqiqlangan harakat”). Darsni asosiy qismda tez yugurish, chap berish yoki aldab oʻtish,

chidamlilik, to'siqni oshib o'tish, har xil sakrashlar, qarshilikko'rsatish, kurash, qo'zg'aluvchan va qo'zg'almaydigan nishonga uloqtirish bilan bajariladigan harakatli o'yinlardan foydalaniladi. Darsning yakuniy qismida o'rtacha kam harakatchanlikka oid o'yinlar o'tkaziladi, u murakkab bo'lmagan o'yin qoidalari bilan diqqatni jamlash uchun o'tkaziladigan o'yinlar, darsni asosiy qismdagi tezlik bilan beriladigan yuklamadan kiyin faol dam olishga yordam beradi ("Kim keldi", "Guruh, tik tur!"). Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasining o'ziga xosligi darsning zichligiga to'g'ri keladiganlarini saqlab qolish zarurligi va qisqa muddatlilik bilan bog'liqdir.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'quvchilar o'rganib olgan ko'proq harakatli o'yinlardan foydalanish mumkin. 1-2-sinf o'quvchilari uchun quyidagi o'yinlarni kiritish mumkin: "O'ylab top, bu kimning ovozi?", "Kim yaqinlashdi?", "Hamma o'z bayroqchasiga", "Bo'sh o'rin", "Sakrabodom chumchuqlar", "Polizdagi quyonlar", "Taqiqlangan harakat" va boshqalar. 3-4-sinf o'quvchilari uchun: "Guruh, tiktur!", "Xo'rozlar jangi", "Qorovul va izlovchilar", "Chiqib ketish bilan qarmoqchi" o'yini. 5-9-sinf o'quvchilari uchun: "Juft-juft bo'lib tortishish", "Doiraga tort", "Taqiqlangan harakat" va hokazo. Maktab kechalari va bayramlarda o'tkaziladigan o'yinlar Maktabda o'tkaziladigan sport kechalari va bayramlari o'quvchilarda tetik hamda quvnoq kayfiyat yaratish uchun eng ta'sirli tadbir bo'lib hisoblanadi. Maktab sport kechalari va bayramlarida foydalaniladigan harakatli o'yinlar bolalarni tezda tashkil qiladi, ular yengil ruh va quvnoq kayfiyatni vujudga keltiradi. Bayramda, odatda, juda ko'p bolalar bo'ladi, shuning uchun ommaviy o'yinlardan foydalanish tavsiya qilinadi, musiqa jo'rligida bajarilsa yana ham maqsadga muvofiq bo'ladi. Musiqa sadolari ostida o'tkaziladigan o'yinlar qiziqarli, ularni tashkil qilish va o'tkazish yengil bo'ladi. Ommaviy o'yinlardan tashqari o'yin-attrakstionlarni ham, shu bilan birga yaxshisi, asosiy tadbirlarni boshlashdan oldin o'tkazish mumkin (konsert, spektakl). O'yin attrakstionlari katta sinf o'quvchilari uchun eng yaxshi «uch kurashchi» yoki "Besh kurashchi"

musobaqasini tashkil qilish mumkin. bunday maqsad uchun mazmunan har xil boʻlgan kuch yoqi merganlikni, epchillikni, muvozanat saqlash yoqi fazoda moʻljal olishni bilishni namoyon qilishini talab qiladigan, 3 yoki 5 attrakstion tanlab olinadi: “Uch kurashchi” yoki “Besh kurashchi” boʻlishni xohlaganlar barcha attrakstion musobaqalarida qatnashishlari majbur gʻoliblarni eng yaxshi 3 kurashchi yoki 5 kurashchi deb eʼlon qiladilar va mukofotlaydilar. Oʻrta yoki yuqori sinf oʻquvchilari uchun bayramda yakkama-yakka olishuv oʻyini (xohlagan ikki kishi epchillik, merganlikda, kuch sinashadilar) musobaqalarini tashkil qilish mumkin. Bunday musobaqalarni ommaviy oʻyin va raqslar oʻrtasidagi tanaffuslarda tashkil qilishni tavsiya qilinadi.

3.8. Tanaffus vaqtlarida oʻtkaziladigan oʻyinlar

Tanaffus vaqtlarida oʻyinlar oʻtkazish tarbiyaviy va gigiyenik jihatdan katta ahamiyatga ega. Oʻquvchilar yozda maktab maydonchasida, qishda esa sport zali va koridorlarda oʻynashni yaxshi koʻradilar. Tanaffus vaqtlarida koʻpincha boshlangʻich sinf oʻquvchilarining oʻzlari har xil oʻyinlarni oʻtkazadilar. Ana shunday paytlarda yetakchilar yoki yuqori sinf oʻquvchilari ularga yordam berishlari kerak. Agar oʻtkaziladigan oʻyin bolalarga tanish boʻlsa, tanaffus paytida yanada qiziqarliroq oʻtadi. Lekin bu oʻyinlarning mazmuni va qoidalari juda murakkab boʻlmasligi bilan birga turli yoshdagi oʻquvchilarning qoʻlidan keladigan boʻlishi kerak. Oʻquvchilar oʻyin jarayonida oʻzlarini erkin tutishlari, ortiqcha kuch sarflamasliklari va hayajonlanmasliklari lozim. Masalan, kichik maktab yoshidagi oʻquvchilarga “Pat”, “Pr-r-r...”, “Mushuk va sichqon”, “Boʻsh joy” singari Oʻyinlar, V—VII va VIII—IX sinf oʻquvchilariga esa “Aylanma darra”, “Tegizsang — minasan” kabi oʻyinlar juda mosdir. Tanaffuslardagi oʻyinlarni dars boshlanishiga 2—3 daqiqa qolganda tamomlash kerak. Shunda oʻquv mashgʻuloti boshlanishidan oldin bolalarning diqqati bir yerga toʻplanadi.

Maktab yosh avlodga fan asoslari boʻyicha chuqur va mustahkam bilim berish, zarur koʻnikma va malakalarni shakllantirish, dunyoqarashini shakllantirish, shaxsning har tomonlama kamol topishini taʼminlashga qaratilgan.

Shu bilan birga, maktab sog'lomlashtirish rolini ham bajarishi kerak, chunki jamiyat yosh avlod salomatligi uchun olingan bilimlarning narxiga befarq emas, chunki salomatlik asosiy insoniy qadriyatdir.

Jismoniy faollik inson faoliyatining ajralmas turi bo'lib, sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash uchun mutlaqo zarurdir. Bittasi xarakterli xususiyatlar progressiv tendentsiyaga ega bo'lgan zamonaviy turmush tarzi - hajmning qisqarishi vosita faoliyati (gipokineziya) va mushak ishi (jismoniy harakatsizlik) neyropsik ortiqcha yuk bilan birgalikda.

Yosh avlod salomatligini vositalar bilan mustahkamlash muammolari mashq qilish uzoq vaqtdan beri mutaxassislarni tashvishga solmoqda.

Bolalarning kasallanishini o'rganish natijalari surunkali kasalliklarga moyilligini, yomonlashuvini tasdiqlaydi umumiy holat salomatlik. Zamonaviy pedagogika ham bejiz emas ahamiyatli joy darsda salomatlikni tejevchi texnologiyalarni belgilaydi. Bunday vaziyatdan chiqish yo'li sinfda tana-motor amaliyotining turli shakllarini joriy etishdir. Ammo bolalar turli yo'llar bilan qiladigan o'zgarishlar mavjud. Maktabdagi o'zgarishlar sharoitida bolaning xatti-harakati va faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini ochib berish, shuningdek, dars jarayonida o'zgarishlarning ishlashga ta'sirini aniqlash uchun tanaffus paytida kichik yoshdagi o'quvchilar kuzatildi, ularning natijalari aniq qayd etildi.

Qabul qilingan ma'lumotlarni to'plash va qayta ishlash barcha bolalar bir xil emasligini ko'rsatdi bo'sh vaqt, lekin ularning umumiy faoliyati o'yin. Shovqinli shov-shuvlarda, o'z o'yinlarida ular o'zlarini yaratadilar, o'zlarining xarakterlarini yaratadilar. O'yin yaxshini yomondan ajratishga o'rgatadi, o'yinda bolalar mehr-oqibat va do'stlikni kashf etadilar, jismoniy qobiliyatlarini rivojlantiradilar.

Bolalar qanday o'yinlarga qiziqishadi? Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, bu birinchi navbatda bir qator omillarga bog'liq:

- Birinchidan, katta ahamiyatga ega bolalarning psixologik xususiyatlariga ega, bolaga qaraganda ko‘proq harakatchan, ko‘proq hissiy, u ko‘proq o‘ynaydi. Tinch bola aqliy faoliyat bilan bog‘liq o‘yinlarni afzal ko‘radi;
- ikkinchidan, zaminning xususiyatlari;
- uchinchidan, o‘yinlarni tanlashga atrofda haqiqat ta’sir qiladi.

Bolalar doimiy ravishda “o‘yinlar” o‘ynaydi – “kimdir”, “biror narsada” o‘yinlari. Ushbu o‘yinlarning manbai hozirda televizor, kompyuter. Harakatlarning aniq vizual misollarini olgan holda, bolalar ularga taqlid qiladilar, ularni o‘zlaricha sharhlaydilar, ba’zan esa har doim ham ijobiy emas. Kichik yoshdagi bolalarning xulq-atvor xususiyatlarini kuzatish jarayonida maktab yoshi guruhlarini 3 guruhga bo‘linadi:

1 guruh: o‘z ichiga oladi *mobil, hissiy bolalar*, bo‘sh vaqtlarining ko‘p qismini ochiq o‘yinlar bilan band qiladiganlar: raqobatbardosh tabiatning o‘z-o‘zidan yugurishi, eng kuchlilarini aniqlash, o‘g‘il va qizlar o‘rtasida noz-karashma, natijada “qo‘lga olish” (o‘g‘il bolalar va qizlar; o‘g‘il bolalarga nisbatan ustunlik);

2-guruh: o‘yinlarni afzal ko‘radigan bolalar *o‘rtacha harakatchanlik* . Ular jiddiyroq o‘quv faoliyati. Ushbu guruhdagi bolalar aqliy faoliyat bilan bog‘liq o‘yinlar o‘ynaydi (o‘g‘il bolalar va qizlar; qizlar ustunlik qiladi);

3-guruh: o‘yin bilan band bolalar *kam harakatchanlik bilan*. Bu guruhga amalda faqat qizlar kiradi.

Shu munosabat bilan, agar o‘qituvchi bolalarning qiziqishlari va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda o‘yinlar arsenaliga ega bo‘lgan tanaffusda o‘yinlarni mohirlik bilan tashkil qilsa, ularni kamaytirish (yoki yo‘q qilish) mumkin bo‘lgan ziddiyatli vaziyatlarning paydo bo‘lishi kuzatiladi. Shunday qilib, agar dam olish yaxshi va malakali tashkil etilgan bo‘lsa, siz quyidagilarni qilishingiz mumkin deb taxmin qilishimiz mumkin: O‘yindan foydalanib, siz o‘quvchilarning sog‘lig‘iga ta’sir qilishingiz, tarbiyalashingiz, ularning xatti-harakatlariga ta’sir

qilishingiz mumkin. Ta'lim sohasining ba'zi omillari o'quvchilarning sog'lig'iga sezilarli ta'sir ko'rsatishini tushunib, tarbiya va ta'lim jarayonini (darslar va tanaffuslar davomiyligi), bolalarning harakat rejimida (ularning xususiyatlarini hisobga olgan holda) tashkil etish zarurati tug'ildi. yosh xususiyatlari), o'quvchilarning sog'lig'idagi og'ishlarni ko'pincha birinchi bo'lib o'qituvchi payqaganligi sababli, o'quvchilarda qanchalik kam og'ish bo'lishi o'qituvchiga bog'liq. O'quvchilarning sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatadigan asosiy maktab omillari orasida jismoniy faollikning yetishmasligi mavjud.

3.9. Katta tanaffus paytida oynaladigan o'yinlar.

- o'yinlardagi barcha mashqlar bolalarning fiziologik va psixologik xususiyatlariga mos kelishi kerak;
- o'tkaziladigan o'yinlar mazmunan sodda, bolalar uchun qulay va qiziqish uyg'otadigan bo'lishi kerak;
- o'yinlar keskin qarama-qarshi xarakterga ega bo'lmasligi, juda ko'p qimor hayajoniga sabab bo'lmasligi kerak;
- o'yinlar har qanday talabning o'yinga kirishi va o'z xohishiga ko'ra undan chiqishini ta'minlashi kerak.

Yangilarini tushuntirishga vaqt sarflamaslik uchun tanaffus vaqtida bolalarga tanish bo'lgan o'yinlardan foydalanish yaxshidir. Ammo agar o'yin yangi bo'lsa, undan keyin tavsiya etiladi qisqacha tushuntirish uning mohiyati o'quvchilar uni qanchalik yaxshi tushunganliklarini aniqlash uchun o'yinni sinab ko'rishdir. Keyin o'zgartirishlar kiriting va keyin tegishli natijaga qadar barcha qoidalarga muvofiq o'yinni boshlang.

1. Shoshiladi

O'yinchilar aylanada, bir-biridan uch qadam masofada turishadi. Ulardan biri markazga aylanadi. Har bir ishtirokchi o'z joyini belgilaydi - yerga oyoqlari atrofida kichik doira. Markazda turgan odam tomonidan berilgan "O'zgartir!" Buyrug'i bo'yicha barcha ishtirokchilar aylanadan o'tib, joylarini o'zgartiradilar. Markazda turgan kishi birovning bo'sh joyini egallash uchun bu chiziqdan foydalanishi kerak.

2. To'pni uzatish

O'yinchilar bir-biridan bir necha qadam masofada joylashgan ikki yoki undan ortiq jamoaga bo'lingan va bir vaqtning o'zida bir ustunda turishadi. Bosh o'yinchilar yerga chizilgan mo'ljallangan chiziqdan bir xil masofada joylashgan; ularning har biri qo'lida to'p ushlab turadi. O'qituvchining buyrug'i bilan to'p oxirgi o'yinchiga yetguncha o'yinchilarning boshi orqali qo'ldan qo'lga uzatiladi. U tezda oldinga yuguradi, ustunining boshiga aylanadi va to'p yana o'ta boshlaydi. Birinchi o'yinchi oxirgi bo'lib, to'pni qabul qilganda, u mo'ljallangan chiziqqa yuguradi va to'pni erga qo'yadi. Buni boshqalardan oldin qilgan kishi o'z jamoasining g'alabasini ta'minlaydi.

Eslatma: To'pni o'yinchilarning oyoqlari orasidan yoki navbatma-navbat o'tkazish mumkin: toq o'yinchilarning boshi ustidan va juft o'yinchilarning oyoqlari orasidan. Shuningdek, siz o'yinchilarning oyoqlari orasiga to'pni ustunning bir chetidan ikkinchisiga aylantira olasiz.

3. Raqamlarning o'zgarishi

O'yinchilar aylana bo'ylab elkama-elka turishadi va raqamli tartibda hisoblanadilar. Haydovchi markazda. U har qanday raqamga baland ovozda qo'ng'iroq qiladi. Chaqirilgan raqamlar tezda joylarni o'zgartirishi kerak va haydovchi ulardan birini olishga harakat qiladi bepul joylar. O'rindiqsiz qolgan kishi haydovchiga aylanadi.

4. "Bo'ri" va "qo'zichoq"

O'yinchilar birma-bir ustunda turishadi, bir-birlarini beldan mahkam ushlab turishadi. Birinchisi cho'pon, oxirgisi qo'zi, qolgani qo'y. Bo'rini ifodalovchi o'yinchi "cho'pon" dan bir necha qadam oldinda (uning oldida) turadi. O'qituvchining ishorasi bilan "bo'ri" "qo'zichoq" ni ushlab olishga shoshiladi. Qo'llarini yon tomonlarga cho'zgan "cho'pon" uni o'tkazib yubormaslikka harakat qiladi. "Qo'ylar" eng xavfli yo'nalishda yugurishadi. "Qo'zi"ni "bo'ri" tutib olganida o'qituvchi yangi "bo'ri", "cho'pon" va "qo'zichoq"ni tayinlaydi va o'yin davom ettiriladi.

5. Arqonli rele

O'yinchilar ikki jamoaga bo'lingan va bir vaqtning o'zida bir qatorda joylashgan. Birinchi va ikkinchi o'yinchilar ustundan ajralib, arqonni uchlari bilan olishadi. O'qituvchining signaliga binoan ular butun ustun bo'ylab o'tishadi va o'yinchilar arqonga tegmaslikka harakat qilib, o'z joylariga sakrab tushishadi. Keyin birinchi o'yinchi ustunning oxirida turadi, ikkinchi va uchinchi o'yinchilar esa xuddi shu tarzda o'yinni davom ettiradilar. O'yin birinchi o'yinchi yana ustunning boshida turguncha davom etadi. Estafetani birinchi bo'lib tugatgan jamoa g'alaba qozonadi.

6. "To'xta!"

Maydonning bir tomonida o'yinchilar bir qatorda turishadi, ikkinchisida haydovchi o'yinchilarning orqa tomoniga aylanadi. Qo'llari bilan yuzini yopadi: "Tez qadam tashla, esnamasdan qara! STOP!". Haydovchi bu so'zlarni talaffuz qilayotganda, barcha o'yinchilar unga imkon qadar tezroq yaqinlashishlari kerak. Lekin "To'xta!" buyrug'i bilan. ular darhol to'xtab, joyida muzlashlari kerak. Haydovchi tezda atrofqa qaraydi. Agar u o'yinchilardan biri o'z vaqtida to'xtashga ulgurmaganini va kamida bitta kichik harakatni amalga oshirganini sezsa, haydovchi uni boshlang'ich chiziqdan orqaga qaytaradi. Shundan so'ng, haydovchi yana boshlang'ich pozitsiyasini oladi va xuddi shu so'zlarni talaffuz qiladi. Bu

o'yinchilardan biri haydovchiga yaqinlashib, orqasiga qarashga ulgurmaguncha uni dog'qo'yguncha davom etadi. Shundan so'ng, barcha o'yinchilar o'z chizig'i uchun yugurishadi, haydovchi ularni ta'qib qiladi va kimnidir bo'yashga harakat qiladi. Bo'yalgan haydovchiga aylanadi.

7. “Ikkinchisi ortiqcha”

O'yinchilar bir-biridan ikki qadam masofada turib, aylana hosil qiladilar. Ikki o'yinchi aylana tashqarisida, ulardan biri ikkinchisini ushlaydi. Qochgan har qanday o'yinchidan oldinda bo'lishi mumkin, keyin esa orqada qolgan kishi qochishga aylanadi. Siz aylana ichida ham, uning tashqarisida ham yugurishingiz mumkin. Agar ta'qibchi qochgan odamni ko'rsa, ular rollarni o'zgartiradilar. Agar o'yinchilar ko'p bo'lsa, ular bir-biriga boshning orqa tomonida juft bo'lib aylanaga aylanadi. Bunday holda, yuguruvchi juftliklarning har qandayidan oldinga chiqadi va uchinchi qochib ketadi (bu holda o'yin “Uchinchi qo'shimcha” deb ataladi). Variant. Ortiqcha chiqqan odam qochib ketmaydi, balki ushlovchiga aylanadi, yetib olgan qochqinga aylanadi.

8. “Guruh, ehtiyot bo'ling!”

O'yinchilar bir qatorda turishadi. Rahbar bolalarga yuzlanib, turli xil jangovar buyruqlarni beradi, agar rahbar birinchi navbatda jamoa oldida “guruh” so'zini aytsa, ularni bajarishi kerak. Agar so'z aytilmasa, buyruqni bajarib bo'lmaydi. Kim xato qilsa, oldinga qadam tashlaydi, lekin o'ynashda davom etadi. Ikkinchi xatodan keyin u oldinga yana bir qadam tashlaydi va hokazo. O'yin taxminan uch daqiqa davom etadi. O'yin oxirida eng ehtiyotkorlik bilan qayd etiladi, ya'ni. turganlar boshlang'ich pozitsiyasi. Qoidaga ko'ra, to'g'ri buyruqni o'z vaqtida bajarmagan yigitlar ham oldinga qadam tashlashadi. Oldinga qadam tashlashning o'rniga, siz noto'g'ri ballarni to'lashingiz mumkin. Bunday holda, eng kam penalti ball to'plagan ishtirokchilar g'olib hisoblanadi.

9. “Aniq hisoblash”

Polga diametri 40-60 sm bo‘lgan doira chiziladi. O‘yinchi doira ichida ko‘zi bog‘langan bo‘ladi. Uning vazifasi aylanani tark etish, sakkiz qadam tashlash va yana aylanaga qaytishdir.

10 karusel

O‘yinchi aylanaga aylanadilar. Arqon polda yotib, halqa hosil qiladi (arqonning uchlari bog‘langan). Yigitlar uni yerdan ko‘tarib, o‘ng yoki chap qo‘llari bilan ushlab, so‘zlar bilan aylana bo‘ylab yurishadi:

Zo‘rg‘a, zo‘rg‘a, zo‘rg‘a

Karusellar aylanmoqda

Va keyin atrofida

Va keyin atrofida va atrofida, hamma yugurish, yugurish, yugurish.

Bolalar dastlab sekin harakat qilishadi va “Yugurish” so‘zidan keyin ular yugurishadi. Boshning buyrug‘i bilan “Buriling!” ular tezda ikkinchi qo‘li bilan arqonni olib, qarama-qarshi tomonga yugurishadi:

Jim, jim, shoshmang!

Karuselni to‘xtating.

Bir va ikkita, bitta va ikkita

Shunday qilib, o‘yin tugadi!

Karuselning harakati asta-sekin sekinlashadi va oxirgi so‘zlar bilan to‘xtaydi. O‘yinchi arqonni erga qo‘yib, maydon bo‘ylab tarqalib ketishadi. Signalda ular yana qo‘llari bilan arqonni olishga shoshilishadi va o‘yin davom etadi. Siz karuselda faqat uchinchi "qo‘ng‘iroq" gacha joy olishingiz mumkin. Karuselga kech kelgan o‘yinda qatnashmaydi.

Variant. Arqondagi ishtirokchilarning umumiy sonidan uchta ball kam bo'lishi mumkin. Karuselga chiqishda bolalar tegni ushlab olishlari kerak. Belgini qo'lga kiritish uchun vaqti bo'lmagan har bir kishi o'yinda qatnashmaydi.

11. "O'rmondagi ayiqda"

Barcha o'yinchilar maydonning bir tomonida erkin guruhlangan holda turishadi, qarama-qarshi tomonda - o'rmon chetida chiziq chiziladi. Chiziq orqasida, undan ikki-uch qadam narida "ayiq uyasi" bor. Bolalar ayiqning uyiga yaqinlashib, rezavorlar, qo'ziqorinlarni yig'ishga taqlid qiladigan harakatlar qila boshlaydilar va shu bilan birga ular birgalikda aytadilar:

O'rmondagi ayiqda

Qo'ziqorinlar, men rezavorlar olaman,

Va ayiq o'tiradi

Va bizga baqiradi.

Bolalar aytganida oxirgi so'z Ayiq irg'illab inidan sakraydi va kimnidir tutmoqchi bo'ladi. Qo'lga tushdi, u iniga olib boradi. O'yin uch yoki beshta yigit qo'lga tushganda tugaydi..

12. Sakrab chumchuqlar

Barcha o'yinchilar uning aylanasi bo'ylab bemalol joylashishi uchun maydonning tagida doira chizilgan. O'yinchilardan biri - "mushuk" - aylananing markazida. Qolgan o'yinchilar - "sakrab o'tadigan chumchuqlar" - aylananing orqasida eng chiziqda turishadi. Rahbarning ishorasi bilan sakrab turgan chumchuqlar aylanadan sakrab chiqa boshlaydi va mushuk aylana ichida bo'lgan paytda ulardan birini sinab ko'radi. Tutgani mushukga, mushuk esa sakrab chumchuqqa aylanadi va o'yin davom etadi. Hech qachon qo'lga olinmagan kishi g'alaba qozonadi.

Variant. Sakrab yuruvchi chumchuqlar faqat bir oyog‘iga sakraydi.

13. “Bo‘sh joy”

Barcha o‘yinchilar, yetakchidan tashqari, bir-biridan yarim qadam masofada aylanada turishadi, qo‘llarini orqalarida ushlab turishadi. Haydovchi aylananing tashqarisidan yuguradi, o‘yinchilardan biriga tegadi, so‘ngra aylana bo‘ylab u yoki bu yo‘nalishda yugurishni davom ettiradi. Haydovchi tekkan o‘yinchi yuguradi teskari tomon, haydovchidan oldin o‘z joyiga yugurishga harakat qildi. Yo‘lda uchrashganda, o‘yinchilar qo‘llarini yuqoriga ko‘tarib, bir-birlarining oldida cho‘kkalab va hokazolar bilan salomlashadilar. Bo‘sh joyga o‘tirishga ulgurmagan kishi haydaydi.

14. “Yer, suv, olov, havo” o‘yini

O‘yinchilar aylanada turishadi, uning o‘rtasida etakchi turadi. U to‘rtta so‘zdan birini aytib, to‘pni o‘yinchilardan biriga tashlaydi: er, suv, havo, olov. Agar haydovchi “er” so‘zini aytgan bo‘lsa, to‘pni ushlagan kishi tezda istalgan uy yoki yovvoyi hayvonni nomlashi kerak. O‘yinchi “suv” so‘ziga baliq nomi bilan javob beradi. “Havo” so‘zida - qushlarning nomi. “Olov” so‘zida har bir kishi tezda bir necha marta aylanib, qo‘llarini silkitishi kerak. Adashgan kishi aylanadan chiqib ketadi.

15. “Issiq to‘p” o‘yini

O‘yinchilar aylanada turishadi, yetakchi aylana tashqarisidagi o‘yinchilarga orqasiga aylanadi. Rahbarning signaliga ko‘ra, o‘yinchilar to‘pni bir-biriga uzatadilar (masalan, soat yo‘nalishi bo‘yicha). To‘satdan rahbar: "To‘xtang!" O‘sha paytda kimda to‘p bo‘lsa, o‘yindan tashqarida. Nihoyat, faqat ikkita o‘yinchi qoladi. Ular bir-birlarining oldida turishadi va signalga ko‘ra, avvalgidek, to‘pni tezda bir-biriga uzatishni boshlaydilar. Uy egasi: “To‘xta!” Desa, to‘p o‘yinchilardan birining

qo'lida bo'ladi. Bunday holda ikkinchisi g'alaba qozongan deb hisoblanadi. O'yin diqqatni va harakatlar tezligini o'rgatadi.

3.9.1. Boshlang'ich sinf o'quvchilar uchun o'yinlar

Bolalar maktabga kirganlarida, yangi sharoitlarga normal moslashishga to'sqinlik qiluvchi omillardan biri bu vosita faolligining deyarli yarmiga kamayishi. Talabalar faoliyatida statistik komponent ustunlik qiladi: kunduzi 80-85% ular o'tirgan holatda. Hatto kichik maktab o'quvchilari ham kunning 20% dan ko'p bo'lmagan vaqtini ochiq o'yinlarda, yugurishda, yurishda o'tkazadilar, garchi ular statik yuklarga yomon bardoshlik bilan ajralib turadi: ularning tanasi qisqa muddatli dinamik yuklarga ko'proq moslashgan. Fiziologlar ta'kidlaganidek, paradoksal vaziyat rivojlanadi: muvaffaqiyatli assimilyatsiya qilish uchun o'quv dasturi bola aqliy faoliyatini oshirish kerak, va ehtiyoj uzoq vaqt statik holatda bo'lish, vosita faolligining pasayishi, aksincha, tananing, miyaning kislorod bilan ta'minlanishining yomonlashishiga, tiklanish jarayonlarining sekinlashishiga va ish qobiliyatining pasayishiga olib keladi. Maktabda vosita faoliyatini tashkil etish turli shakllarda amalga oshirilishi mumkin. Maktabda harakat faoliyatini tashkil etish shakllaridan biri 2-3 dars va 3-4 dars oralig'ida sodir bo'ladigan dinamik o'zgarishlardir. Dinamik o'zgarishlar jismoniy rivojlanish muammolarini hal qilish uchun mo'ljallanmagan, lekin asosan dam olish va sog'lomlashtirish xarakteriga ega. Harakatlanuvchi (dinamik) o'zgarish bolalarni kerakli narsalar bilan ta'minlashga yordam beradi to'g'ri rivojlanish o'sib borayotgan organizmning motorli faoliyati, sinfda majburiy holatda asosan aqliy mehnatdan keyin faol dam olishga imkon beradi; keyingi darslarda ishlashning saqlanishini ta'minlash. O'yinlar chalg'itish, moslashishning ajoyib usuli yangi yo'l yoki shunchaki o'zingizni xursand qiling. Axir, ma'lumki, yaxshi kayfiyat har doim o'rganish oson. Men hamkasblarimga boshlang'ich sinflarda dinamik pauzalarni o'tkazishda foydalanish mumkin bo'lgan ba'zi o'yinlarni taklif qilaman.

1. “Uchinchi qo‘shimcha” o‘yini

O‘yinchilar aylana bo‘ylab juft bo‘lib markazga qaragan holda turishadi, shunda juftlikdan biri oldinda, ikkinchisi uning orqasida bo‘ladi. Bir bola qochib ketadi, ikkinchisi esa yetib oladi. Yuguruvchi har qanday juftlik oldida turadi, keyin orqada turgan “uchinchi g‘ildirak” ga aylanadi va qochib ketadi.

2. O‘yin “O‘rmondagi ayiqda”

O‘yinchilar soni 5 dan 30 kishigacha bo‘lishi mumkin. Maydonning bir burchagida o‘yinchilar orasidan tanlangan “ayiq” joylashgan “uy” ko‘rsatilgan. Qolgan o‘yinchilar bolalardir. Ular qarama-qarshi tomonda, "uyda" joylashgan. “Uy” va “uy” orasidagi joy – “bor”. Bolalar “qo‘ziqorin” va “rezavorlar” uchun “qarag‘ay o‘rmoni” ga boradilar, asta-sekin “uyiga” yaqinlashadilar. “Rezavorlar” va “qo‘ziqorinlar” to‘plamiga taqlid qilib, ular kuylashadi:

O‘rmondagi ayiqda

Qo‘ziqorinlar, men reza mevalarni olaman.

Ayiq uxlamaydi

Menga qaraydi!

Oxirgi so‘zlar bilan, yigitlar “ayiq” ga o‘t tashlashadi va undan har tomonga qochib ketishadi yoki “uyda” yashirinishga harakat qilishadi va “ayiq” ularni ushlashga intiladi (dog‘, ya‘ni qo‘li bilan teginish). Tutilgan odam “ayiq” ga aylanadi; agar “ayiq” hech kimni ushlay olmasa, u “uyiga” qaytadi va o‘yinchilar yana “qarag‘ay o‘rmonida” “qo‘ziqorin” va “rezavorlar” yig‘ishni boshlaydilar.

Qoidalar.

“Ayiq” bolalarni faqat jumlani to‘liq talaffuz qilgandan keyin ushlashi mumkin.

"Ayiq" ularni ushlashi mumkin bo‘lgan joy chiziqlar yoki narsalar bilan belgilanishi kerak.

3. “Goz-oqqushlar” o‘yini

O‘yinchilar soni har xil: 10 dan 40 kishigacha. Zalning bir tomonida ular “uy”, ikkinchisida – “yaylov” ni bildiradi. Ular “cho‘pon” va “bo‘ri”, qolganlari – “g‘oz-oqqushlar” ni tanlaydilar. Ular “uy” da joylashgan. “Bo‘ri” zalning o‘rtasida, “cho‘pon” esa “g‘ozlar” va “oqqushlar” ning yonida. U shunday deydi: “G‘oz-oqqushlar - sayr qilish uchun! Bo‘ri ko‘rinmaguncha! Barcha “g‘ozlar” va “oqqushlar” dala bo‘ylab “yaylovga” yugurishadi, qo‘llari bilan qanotlarini qoqib qo‘yishadi – “uchib ketish”. Cho‘ponning so‘zlaridan keyin: “G‘ozlar, oqqushlar, uyga boringlar, tog‘ ostidagi kulrang bo‘rilar ko‘rindi!” Ular “uyga” yugurishadi va “bo‘ri” ularni ushlashga harakat qiladi va “uy” ga etib boradi. Qo‘lga olingan o‘yinchilar sanaladi va “uyga” qo‘yib yuboriladi yoki “bo‘ri” almashtirilgunga qadar uning uyida saqlanadi. 2-3 o‘yindan so‘ng qo‘lga olingan “g‘ozlar” orasidan yangi “bo‘ri” va “cho‘pon” tanlanadi. Oxirida eng yaxshi “g‘ozlar”, ya‘ni hech qachon “bo‘ri” tomonidan ushlanmagan o‘ynaganlar belgilanadi. Va shuningdek, eng yaxshi “bo‘ri” - bu eng ko‘p “g‘ozlar” ni ushlashga muvaffaq bo‘lgan haydovchi.

Qoidalar.

Agar bir nechta o‘yinchi bo‘lsa (8-10), siz barcha "g‘ozlar" ushlanmaguncha o‘ynashingiz mumkin.

“G‘ozlar” yugurib chiqib, “cho‘pon” aytgan so‘zlardan keyin “uy” ga qaytishlariga ruxsat beriladi. Qoidani buzganlar ushlangan hisoblanadi.

“Bo‘ri” “g‘ozlarni” faqat “tog‘ ostida” so‘zlaridan keyin va faqat “uy” qatoriga tutishi mumkin.

4. “Ikki ayoz” o‘yini

Ishtirokchilar soni har xil: 10 dan 40 kishigacha. Zalning qarama-qarshi tomonlarida ikkita “uy” belgilangan. O‘yinchilardan ikkita haydovchi tanlanadi - ikkita “sovuq”: “ayoz - qizil burun” va “ayoz - ko‘k burun”.

Ikkala “sovuq” ham yigitlarga quyidagi soʻzlar bilan murojaat qiladi:

Biz ikki yosh aka-ukamiz

Ikkita sovuq olib tashlandi!

Biz tahdidlardan qoʻrqmaymiz

Va biz sovuqdan qoʻrqmaymiz!

Shundan soʻng, futbolchilar “uy” chizigʻi orqasida maydonning narigi tomoniga yugurishadi. Ikkala “ayoz” ham kesib oʻtganlarni ushlaydi va “muzlaydi”. Qoʻlga tushganlar “muzlagan” joylarida muzlashadi. Keyin “sovuqlar” yana oʻyinchilarga murojaat qilishadi va ular javob berib, aksincha, boshqa “uy” ga yugurishadi. Yoʻlda ular “muzlatilgan” ga yordam berishadi. Oʻyin bir necha marta takrorlanadi. Keyin tutilmagan oʻyinchilardan yangi “sovuqlar” tanlanadi. Oʻyin oxirida yigitlarni koʻproq “muzlatib qoʻygan” “sovuq” qayd etiladi.

Qoidalar.

Siz faqat "va biz sovuqdan qoʻrqmaymiz" degan soʻzlardan keyin yugurishingiz mumkin.

Agar kimdir "muzlatilgan" ga yordam bersa, lekin uning oʻzi "uyga" etib bormasdan, "muzlab qolgan" boʻlsa, u qutqargan oʻyinchi yana "muzlagan" joyini egallaydi.

5. Yashil, qizil, sariq

Bolalar aylanada turishadi, oʻrtada uchta doira (yashil, qizil, sariq) oʻqituvchi. Oʻqituvchi buyruqlar beradi: "Toʻxtang! Tayyor boʻling! Ketdik!", Tegishli doirani koʻtarib. Xato qilgan oʻquvchilar oʻyindan chetlashtiriladi.

6. Raqamlarning oʻzgarishi

Oʻynayotgan bolalar yelkama-yelka aylana boʻylab turishadi va sonlar tartibida hisoblanadilar. Haydovchi markazda. U har qanday raqamga baland ovozda

qo'ng'iroq qiladi. Chaqirilgan raqamlar tezda joylarni o'zgartirishi kerak va haydovchi bo'sh o'rindiqlardan birini egallashga harakat qiladi. O'rindiqsiz qolgan kishi haydovchiga aylanadi.

Dinamik o'zgarishlar jismoniy rivojlanish muammolarini hal qilish uchun mo'ljallanmagan, lekin asosan dam olish va sog'lomlashtirish xarakteriga ega. Dinamik o'zgarishlar bolalarga o'sayotgan organizmning to'g'ri rivojlanishi uchun zarur bo'lgan vosita faoliyatini ta'minlashga yordam beradi, ularga sinfda majburiy holatda asosan aqliy mehnatdan keyin faol dam olishga imkon beradi; keyingi darslarda ishlashning saqlanishini ta'minlash.

Harakatlanuvchi tanaffuslar ko'chada, sport zalida, zalda yoki bolalar dam olish joylarida amalga oshirilishi mumkin. Dinamik o'zgarishlar sinf o'qituvchilari va jismoniy tarbiya o'qituvchilari tomonidan amalga oshiriladi.

7. Yongichlar.

O'yinchilar ikkita ustunda qurilgan (juftlikda, oldinda - yetakchi). Hamma bir ovozdan aytadi:

Oxirgi so'z bilan, oxirgi juftlikda turgan bolalar qo'llarini bo'shatib, ustunlarning boshiga yugurishadi - biri chapda, ikkinchisi o'ngda. Haydovchi bolalar uchrashib, qo'llarini birlashtirmasdan oldin ulardan birini ushlab harakat qiladi. Agar haydovchi buni uddalay olsa, u bolalardan birini qo'lidan ushlab, u bilan juftlashadi.

8. Ayoz - qizil burun.

Zalning qarama-qarshi tomonida ikkita uy ajratilgan, o'yinchilar ulardan birida joylashgan. Zalning o'rtasida haydovchi o'rnidan turadi - "Sovuq - Qizil burun". U aytdi:

Men Ayozman - Qizil burun. Qaysi O'yinchilar javob berishadi: Biz

biringiz sayohatga chiqishga jur'at eta tahdidlardan qo'rqmaymiz va sovuqdan olasiz? qo'rqmaymiz.

Shundan so'ng bolalar o'yin maydonchasi bo'ylab boshqa uyga yugurishadi. Frost ularni quvib yetib, muzlab qolishga harakat qiladi (qo'l bilan teginish). Muzlaganlar Frost ularni bosib o'tgan joyda to'xtab, chiziq oxirigacha turishadi. Bir necha marta bajarilgandan so'ng, boshqa haydovchi tanlanadi.

9. Kengroq qadam.

O'yin maydonchasining (zalning) bir tomonida bolalar saf tortadilar, o'qituvchining ishorasi bilan ular boshqa tarafga kamroq qadamlar bilan yugurishlari kerak (qadam qanchalik keng bo'lsa, masofani tezroq bosib o'tish mumkin).

10. Otlar.

O'yinchilar butun maydon bo'ylab tarqalib ketishadi va o'qituvchining signaliga binoan "Otlar" tizzalarini baland ko'tarib yugurishadi. "Murabbiy" signalida - oddiy yurish. Yurish va yugurish navbatma-navbat. O'qituvchi bir xil signalni ketma-ket takrorlashi mumkin.

11. Kim epchil?

Zalning har ikki tomonida barlar bir-biridan 60-70 sm masofada yotqizilgan. O'yin maydonchasining bir tomonida bolalar panjaralardan sakrab yugurishadi, ikkinchisida ular o'ng va chap oyoqlarda navbatma-navbat sakrashadi. Kichkina intervalli bolalar vazifani birma-bir ustunda bajaradilar. Imtiyozlar sonining ko'payishi bilan mashq ikki ustunda amalga oshiriladi.

12. Pingvinlar.

Bolalar 2-3 ustunda turishadi. Da birinchi turish to‘p (qum sumkasi). Ular uni tizzalari orasiga qo‘yishadi va o‘qituvchining ishorasi bilan 7-8 m masofada joylashgan bayroqqa ikki oyoqqa sakrab tushishadi. So‘ngra ular qo‘llariga to‘pni (sumkani) olib, bayroq atrofida yugurishadi, ularning ustuniga qaytib, to‘pni keyingi o‘yinchiga uzating. Vazifani tezroq bajargan ustun g‘alaba qozonadi.

13. Arqon yuruvchi.

O‘yinchilar chiziq oldida ikkita ustunda turishadi. Yo‘lboshchilarning qo‘llarida bir qop qum bor. O‘qituvchining ishorasi bilan ular qo‘llarini yon tomonlarga (masofa 6 m) ushlab, tezda marraga etib boradilar. Unga qadam qo‘yib, ular o‘z ustunlariga yugurishadi, sumkani keyingisiga o‘tkazadilar va o‘zlari qatorning oxirida turishadi. Vazifani tezroq bajargan ustun g‘alaba qozonadi.

14. Mavzuni o‘zgartirish.

Bolalar 2-3 jamoaga bo‘lingan. Har birining oldida 6-8 m masofada kichik doira ichida bir narsa (kub, halqa) yotadi. Birinchilarning qo‘llarida skittle bor. O‘qituvchining signaliga ko‘ra, yo‘riqnomalar krujkalar oldiga yugurishadi, ichiga skittle qo‘yishadi, kubni olib, keyingi o‘yinchiga berishadi. Vazifani tezroq bajargan jamoa g‘alaba qozonadi.

15. To‘p bilan yugurish.

To‘p o‘ynagan har bir kishi. Bolalar bir qatorga turishadi, to‘pni erga qo‘yishadi. O‘qituvchining buyrug‘iga binoan, ular to‘pni oyoqlari bilan taqillatib (juda ko‘p emas) maydonning boshqa tomoniga o‘tadilar.

16. O'tish.

O'yinchilar juftlarga bo'linadi va bir-biridan 2 m masofada turishadi. Bolalardan birida to'p bor, zarba bilan (o'ng va chap), u to'pni sherigiga aniq oyoqqa yuboradi. U to'pni oyog'ining egiluvchan harakati bilan to'xtatadi va xuddi shu zarba bilan uni orqaga yo'naltiradi.

17. To'p aylanada.

O'yinchilar juftlarga bo'linadi va aylanada bir-biridan 2 m masofada, o'rtada to'p bilan etakchi turadi. Bolalardan birida to'p bor, zarba bilan (o'ng va chap), u to'pni etakchiga aniq oyoqlarda yuboradi. U to'pni oyog'ining egiluvchan harakati bilan to'xtatadi va xuddi shu zarba bilan uni orqaga yo'naltiradi.

3.10. Maktab kechalari va bayramlarda o'tkaziladigan o'yinlar

Maktab sport kechalari va bayramlari o'quvchilarda sog'lom va quvnoqlik kayfiyatini yaratishning eng ta'sirli omilidir. Maktabdagi bunday tadbirlarga kiritiladigan o'yinlar faol dam olish vositasigina emas, balki maktab jamoasining jismoniy tarbiya sohasidagi barcha ishlarini yakunlovchi ko'rsatkichi hamdir. Bundan tashqari, turli o'yinlar va sportchilarning chiqishlari o'quvchilarni jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga yanada ko'proq qiziqtiradi. 7 Kecha va bayramlami samarali o'tkazishga puxta tayyorlanish — o'yin o'tkaziladigan joyni, asbob-uskunalar va turli anjomlami tayyorlab qo'yish lozim. Bunday marosimlarda ko'proq o'quvchilar ishtirok etishini ham hisobga olish kerak. Shuning uchun “Oq terakmi, ko'k terak”, “Pat”, “Pr-r-r...”, “Aylanma darra”, “Musiqqa jo'rligida yurish” singari ommaviy o'yinlami musiqqa sadolari ostida o'tkazish, ya'ni musiqqa yordamida o'yinni yanada jonlantirish va ta'sirchanroq qilishga erishish lozim. “Lentani tort”, “O'rtaga tort”, “Kim kuchli va chaqqon” kabi o'yinlar orqali yuqori sinf o'quvchilarining yakkama-yakka bellashuvlarini ephillik va tez yugurish bo'yicha musobaqalarini uyushtirish mumkin.

3.11. Maktab to‘garaklarida o‘tkaziladigan o‘yinlar

Harakatli o‘yinlar, estafeta o‘yinlari maktab sport to‘garaklarida yetakchi o‘rin olishi kerak. Harakatli o‘yinlar basketbol, voleybol, futbol, qo‘l to‘pi va boshqa to‘garaklarda ko‘proq qo‘llanadi. Gimnastika, yengil atletika, suzish va boshqa sport turlariga ixtisoslashgan to‘garaklarda o‘ziga xos harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi. To‘garaklarda har xil o‘yinlardan muntazam ravishda o‘rinli foydalanish o‘quvchilarning jismoniy barkamolligiga, ulardan malakalarning takomillashuviga katta yordam beradi. O‘quvchilarda zaruriy harakat ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun jismoniy tarbiya darslarida ilgari o‘rganilgan o‘yinlarni o‘zgartirilgan qoidalar asosida yangi variantlarda o‘tish lozim. To‘garaklarda harakatli o‘yinlardan keng foydalanishda bolalarning yosh xususiyatlari, shuningdek, mahalliy va mavsumiy sharoitlarni aniq hisobga olish kerak. Uncha tayyorgarlik ko‘rmagan kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarga juda ko‘p va xilmaxil o‘yinlar o‘rgatiladi. Yaxshiroq tayyorgarlik ko‘rgan guruhlarda o‘yinlar kamroq o‘tkaziladi. O‘zbekistonda bahor, yoz va kuz paytlarida, ayniqsa, basketbol, voleybol, qo‘l to‘pi, tennis va yengil atletika to‘garaklari ishlab turishi, bunday vaqtlarda “Chillak”, “Qoziq”, “Kamalak”, “Oq tosh” singari milliy va rus xalq o‘yinlaridan foydalanish lozim. O‘quvchilar ko‘pincha o‘yinga berilib ketib, uni o‘zgartiradilar, eski qoidalarni o‘zgartirib, yangilarini o‘ylab chiqaradilar, maqsadga erishish yo‘lini qiyinlashtiradilar va shu tariqa yangi o‘yinni vujudga keltiradilar. Ana shuning uchun o‘yinlarni o‘quvchilar istagiga qarab yangi variantlarda va o‘zgartirilgan qoidalar asosida qo‘llash muhim ahamiyat kasb etadi.

3.11.1. Maktab to‘garaklarida o‘tkaziladigan harakatli o‘yinlar

Ikki va uch. O‘yinchilar o‘yin maydonchasi bo‘ylab yugurishadi. O‘qituvchining "Ikki!" bolalar yaqin atrofdagilar bilan juftlik hosil qiladilar. “Uch!” signalida. uchlikda tur.

Otish - ushlar. O'yinchilar cho'zilgan arqon oldida turishadi (bolaning ko'tarilgan qo'li balandligida), har birining qo'lida to'p bor (diametri 20-25 sm). Bolalar to'pni arqon ustiga tashlaydilar, uning ostidan yuguradilar va yerdan (poldan) sakragandan so'ng to'pni ikki qo'li bilan ushlaydilar.

STOP! Bolalar maydonchanning bir tomonida bir qatorda turishadi. Qarama-qarshi tomonda marra chizig'i chiziladi, haydovchi orqasida o'yinchilarga qarab turadi, u baland ovozda aytadi: "Tez yuring, qarang, esnamang! STOP!" Har bir aytilgan so'z uchun o'yinchilar bir qadam oldinga siljiydilar. Oxirgi so'zda hamma to'xtaydi, haydovchi tezda atrofqa qaraydi. O'z vaqtida to'xtashga ulgurmaganlar uchun haydovchi ikki qadam orqaga qaytishni taklif qiladi. Keyin haydovchi yana orqasiga o'girilib, matni yana talaffuz qiladi. Hamma harakatda davom etadi. "To'xtang!" degan so'z aytilgunga qadar marra chizig'ini kesib o'tgan kishi haydovchiga aylanadi. O'yin takrorlanadi.

Oqim orqali Maydonda 5-7 m masofada ikkita zambaklar ushlab turiladi (bu banklar). O'yinchilar birinchi qatorning oldida 4-5 ta bo'g'inda saf tortadilar, har birining qo'lida ikkita taxta (kontrplak yoki kartondan yasalgan) bor. Oqimni boshqa tomonga kesib o'tish kerak, faqat taxtalarga qadam qo'yish, ularni oldingizga siljitish kerak. Oyog'ini ho'llamasdan tezda boshqa tomonga o'tgan bog'lanish g'alaba qozonadi.

To'pni uzatish. O'yinchilar 2-3 ustunda saf tortadilar. Arqonlarning har bir koridoridan oldin (kengligi 50 sm, uzunligi 3 m). Birinchi ustunda turganlar to'pga ega. Uni polga (yerga) urib, koridor bo'ylab olib borish, koridorni tashqaridan aylanib chiqish va to'plarni keyingi o'yinchiga uzatish kerak.

Botqoqdagi qurbaqalar. Ikkala tomonda botqoqning o'rtasida qirg'oq chizilgan. Sohillardan birida kran bor (chiziqdan tashqarida). Qurbaqalar aylanalarda (50 sm masofada) joylashgan va ular aytadilar:

Soʻzlarning tugashi bilan qurbaqalar botqoqlikka sakrab tushadi. Turna dumba ustida turgan qurbaqalarni ushlaydi. Tutilgan qurbaqa turna iniga boradi. Turna bir nechta qurbaqalarni tutgandan soʻng, hech qachon ushlanmaganlardan yangi turna tanlanadi. Oʻyin qayta boshlanadi.

Toʻgʻri nishonga. Maydonning oʻrtasida chiziq chiziladi, unga 10-12 ta obyekt (kublar, skittles) qoʻyiladi. Oʻyinchilar ikkita teng jamoaga boʻlingan. Birinchisi kichik toʻplarni oladi, boshlangʻich chizigʻiga oʻting (obyektlardan 5 m masofada), nishonlarga uloqtiradi. Keyin ikkinchi jamoa raqobatlashadi. Har bir jamoa 2-3 marta tashlaydi. Maqsadga erishgan jamoa gʻalaba qozonadi.

Tez va chaqqon. Oʻyinchilar uchta jamoaga boʻlingan va boshlangʻich chiziqda ustunlarda turishadi, har birining qoʻlida qum qoplari bor. Birinchi boʻlganlar marraga yuguradilar (masofa 10 m), toʻpni marra chizigʻidan 3 m masofada joylashgan halqaga tashlaydilar va ustun oxirigacha yuguradilar. Keyingi oʻyinchi oldingi oʻyinchi boshlangʻich chizigʻini kesib oʻtishi bilanoq yugurishni boshlaydi. Eng koʻp gol urgan va topshiriqni tezroq bajargan jamoa gʻalaba qozonadi.

Tulki va tovuqlar. Bolalar oʻzlarini tovuqdek koʻrsatishadi. Oʻyinchilardan biri xoʻroz, ikkinchisi tulki. Tovுqlar ovqat izlab, maydon atrofida yurishadi. Tulki ularni diqqat bilan kuzatib turadi. Oʻqituvchining koʻrsatmasi bilan (hammaga eʼtibor bermay) tulki chiqib, jimgina tovuqlarga yaqinlashadi. Xoʻroz baland ovozda qichqiradi: "Ku-ka-re-ku!" Tovுqlar qochib ketishadi, perchga uchadilar (log, skameyka). Xoʻroz oxirgi boʻlib yugurishi kerak. Tulki tezda perchga chiqishga va uning ustida qolishga muvaffaq boʻlgan tovuqlarni ushlaydi. 2-3 marta oʻyindan keyin xoʻroz va tulki rolini oʻynash uchun boshqa bolalar tanlanadi.

Shaybani uzating. Oʻyinchilar juft boʻlib taqsimlanadi va 2-3 m masofada turishadi. Har bir tayoq. Engil harakat bilan ular shaybani bir-biriga tashlaydilar, shunda u qor ustida siljiydi va sherigining tayoqchasiga aniq tegadi.

Kim tezroq? 2-3 ta jamoa ishtirok etadi. Bolalar boshlang'ich chiziqqa turishadi. Obyektlar har birining oldiga 5 m masofada joylashtiriladi. "Mart" signalida ustundagi birinchi kishi shaybani tayoq bilan obyektga olib boradi, uni obyekt atrofida aylantiradi, shuningdek, shaybani boshqaradi, qaytib keladi va tayoqni ustunning keyingisiga uzatadi. Vazifani tezda bajaragan jamoa g'alaba qozonadi.

To'pni ushlang. Bolalar uchga bo'lingan. Ulardan ikkitasi 3 m masofada turib, to'pni bir-biriga tashlaydi. Uchinchi shaxs ular orasida turadi va to'pni ushlashga yoki qo'li bilan teginishga harakat qiladi. Agar bu muvaffaqiyatli bo'lsa, u to'pni tashlagan bilan o'rnini almashtiradi.

Erkin doira oling. O'yin 8-10 bolalardan iborat kichik guruh bilan o'ynaydi. (Agar o'yin maydonchasi ruxsat etilsa, unda barcha bolalar jamoalarga bo'lingan holda ishtirok etadilar.) Har bir o'yinchi, haydovchidan tashqari, bir-biridan 1,5 m masofada aylana (diametri 50 sm) chizadi. Aylanalarda turib, bolalar to'pni bir-biriga (o'z jamoasining o'yinchilari) tashlaydilar. Haydovchi to'pni ushlashga yoki qo'li bilan tegishga harakat qiladi. Agar u muvaffaqiyatga erishgan bo'lsa, unda o'qituvchi signal beradi, barcha o'yinchilar joylarni tezda o'zgartiradilar (aylanadan aylanaga yuguradilar), haydovchi ham aylana olishga harakat qiladi. Kim buni qilishga ulgurmagan bo'lsa, haydovchi bo'ladi. O'yin takrorlanadi.

Halqa bilan estafeta. Bolalar 2-3 ustunda turishadi. Har bir ustunning oldida 6 m masofada halqa (diametri 50 sm) joylashgan. Buyruq bo'yicha "Bir, ikki, uch - yugur!" birinchilar halqaga yugurib, uni ko'tarib, ichiga sudralib, joyiga qo'yadi, o'z ustuniga yuguradi, ustundagi keyingi bolaga qo'li bilan tegadi va o'zlari chiziq oxirida turadilar. Har bir keyingi o'yinchi bir xil vazifani bajaradi. Estafetani tezroq tugatgan jamoa g'alaba qozonadi.

Ringga otish. Bolalar chiziq orqasida turishadi va navbat bilan to‘pni (diametri 20-25 sm) halqaga (120-130 sm balandlikda) tashlashadi. G‘olib birinchi bo‘lib ma’lum (kelishilgan) ball to‘plagan kishi hisoblanadi.

Uysiz quyon. O‘yin ishtirokchilari juft bo‘lib, bir-biriga qarama-qarshi turishadi, qo‘llarini tepaga ko‘taradilar - bular quyonlarning “uylari”. Ikki o‘yinchi tanlanadi – “quyon” va “ovchi”. Quyon ovchidan qochib ketadi, u uyda yashirinishi mumkin, ya’ni. o‘yinchilar orasida turing. U orqasi bilan turgan kishi quyonga aylanadi va ovchidan qochib ketadi. Agar ovchi quyonni mazax qilsa, ular rollarni o‘zgartiradilar.

Sazan va pike. Zalning qarama-qarshi tomonlarida, sazan paypoqdan yashirinadigan “qora” joyi belgilangan. Pike qamishzorlarda yashaydi. O‘yin boshlanishidan oldin barcha xochchilar bir teshikda to‘planishadi. Signalda ular boshpanadan suzib chiqib, daryoning qarama-qarshi tomoniga o‘tishga harakat qilishadi. Pike ovga ketadi. Tutilgan sazan o‘yinni tark etmaydi, balki bir-birining qo‘llarini ushlab, o‘yin maydonining o‘rtasida to‘r hosil qiladi. Qo‘lga tushganlar ko‘payib bormoqda, to‘r uzunroq bo‘ladi. Keyin to‘rdan savat tayyorlanadi, o‘yinchilar aylanada turishadi. O‘yin ishtirokchilari yugurish paytida savatga yugurishlari kerak. O‘yin barcha o‘yinchilar qo‘lga olingandan keyin tugaydi.

Chumchuqlar va mushuk. 3-4 m diametrli katta doira chizilgan (yoki shnur yotqizilgan). Bolalardan biri, mushuk aylana o‘rtasida o‘tiradi. Qolganlarning hammasi - chumchuqlar, aylana tashqarisida turing. Chumchuqlar o‘qituvchining ishorasi bilan aylana ichiga sakrab tushadi va undan sakrab chiqadi. Mushuk to‘satdan o‘rnidan sakrab, aylanadan sakrab chiqishga ulgurmaganlarni ushlab harakat qiladi. Qo‘lga olingan kishi o‘yindan tashqarida. Mushuk 2-3 ta chumchuqni tutsa, ushlanmaganlar orasidan yangi mushuk tanlab olinadi va o‘yin davom ettiriladi. Qo‘lga olinganlarni o‘yinchilar sonidan chiqarib tashlab bo‘lmaydi, lekin eslab qoladi. Mushuk chumchuqlarni faqat aylanada ushlaydi, chumchuqlar ikki oyog‘iga sakraydi.

Ishchi sarlavha: “O‘zgarish - bu o‘yin: afsus! Voy!”

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchisi Rakutko G.V tomonidan tayyorlangan.

Maktab yosh avlodga fan asoslari bo‘yicha chuqur va mustahkam bilim berish, zarur ko‘nikma va malakalarni shakllantirish, dunyoqarashini shakllantirish, shaxsning har tomonlama kamol topishini ta‘minlashga qaratilgan. Shu bilan birga, maktab sog‘lomlashtirish rolini ham bajarishi kerak, chunki jamiyat yosh avlod salomatligi uchun olingan bilimlarning narxiga befarq emas, chunki salomatlik asosiy insoniy qadriyatdir.

Jismoniy faollik inson faoliyatining ajralmas turi bo‘lib, sog‘lig‘ini saqlash va mustahkamlash uchun mutlaqo zarurdir. Ilg‘or tendentsiyaga ega bo‘lgan zamonaviy turmush tarzining o‘ziga xos xususiyatlaridan biri bu neyropsik ortiqcha yuk bilan birgalikda vosita faolligi (gipokineziya) va mushaklarning (jismoniy harakatsizlik) hajmining pasayishi.

Jismoniy mashqlar yordamida yosh avlodning salomatligini mustahkamlash muammolari uzoq vaqtdan beri mutaxassislarni tashvishga solib kelmoqda.

Bolalarning kasallanishini o‘rganish natijalari surunkali kasalliklarga moyilligini, umumiy salomatlik holatining yomonlashuvini tasdiqlaydi. Zamonaviy pedagogika darsda salomatlikni tejaydigan texnologiyalar uchun muhim o‘rinni belgilashi bejiz emas. Bunday vaziyatdan chiqish yo‘li sinfda tana-motor amaliyotining turli shakllarini joriy etishdir.

Muayyan sabablarga ko‘ra (vaqt yetishmasligi, o‘qituvchining to‘liq to‘g‘ri o‘qitish usullari, o‘qituvchining maktab o‘quvchilarida jismoniy sog‘liq muammolarini ko‘rmasligi va boshqalar) tufayli jismoniy faoliyatni maktab soatlarida tashkil etish har doim ham mumkin emas. Shu munosabat bilan, o‘zgarishlar paytida ochiq o‘yinlarni o‘tkazish tegishli bo‘lishi mumkin.

Maktabdagi o'zgarishlar sharoitida bolaning xulq-atvori va faoliyatining xususiyatlarini ochib berish, shuningdek, dars jarayonida o'zgarishlarning ishlashga ta'sirini aniqlash uchun tanaffus paytida kichik yoshdagi o'quvchilar kuzatildi.

Qabul qilingan ma'lumotlarni to'plash va qayta ishlash shuni ko'rsatdiki, barcha bolalar bo'sh vaqtlarini bir xil tarzda o'tkazmaydilar, lekin ularning umumiy faoliyati o'yindir. Shovqinli shov-shuvlarda, o'z o'yinlarida ular o'zlarini yaratadilar, o'zlarining xarakterlarini yaratadilar. O'yin yaxshini yomondan ajratishga o'rgatadi, o'yinda bolalar mehr-oqibat va do'stlikni kashf etadilar, jismoniy qobiliyatlarini rivojlantiradilar.

Bolalar qanday o'yinlarga qiziqishadi? Bizning kuzatishlarimiz shuni ko'rsatadiki, bu birinchi navbatda bir qator omillarga bog'liq:

Birinchi, bolalarning psixologik xususiyatlari katta ahamiyatga ega, bola ko'proq harakatchan, ko'proq hissiyotli, u ko'proq tasodifiy o'yinlarni o'ynaydi. Tinch bola aqliy faoliyat bilan bog'liq o'yinlarni afzal ko'radi;

ikkinchi, zaminning xususiyatlari;

uchinchi, o'yinlarni tanlashga atrofdagi haqiqat ta'sir qiladi.

Bolalar doimo "mobil o'yinlar" o'ynashadi - "kimdirda", "biror narsada" o'yinlari. Ushbu o'yinlarning manbai hozirda televizor, kompyuter. Harakatlarning aniq vizual misollarini olgan holda, bolalar ularga taqlid qiladilar, ularni o'zlaricha sharhlaydilar, ba'zan esa har doim ham ijobiy emas.

“Bog” estafeta o'yini. 8-10 kishidan iborat ikkita jamoa ishtirok etadi. Har birining oldida - bog ' , sabzavot bog'i (bo'r yoki katta halqa bilan chizilgan kvadrat). Jamoa sardorlarining qo'llarida sabzavot va mevalar (bodring, sabzi, sholg'om, piyoz, lavlagi, olma, kartoshka va boshqalar) solingan savatchalar bor. Birinchi o'yinchi yuguradi va bog'dagi barcha sabzavotlarni "ekadi", keyingi o'yinchi savatdagi hosilni yig'adi, so'ngra jarayon oxirgi ishtirokchigacha

takrorlanadi. “Ekish” va “yig‘im” ni tezroq tugatgan jamoa, ya’ni g‘alaba qozonadi. estafeta poygasi.

“Bahordan yozgacha”. Ikki jamoa: “Qorbo‘roni” va “Brook”. Birinchi bosqich: bahor keldi, oqimlar oqmoqda, biz zudlik bilan qorni olib tashlashimiz kerak. O‘yinchilar uch metr masofada turib, qor to‘plarini (paxta momig‘idan yoki oddiy kichik to‘plardan) chelaklarga tashlashlari kerak. Kimning jamoasi tezroq? Ikkinchi bosqich: qor olib tashlandi, birinchi qor barglari paydo bo‘ldi (simlardagi qog‘oz gullar plastilin to‘plariga yopishtirilgan va polga yopishtirilgan). O‘yinchi yuguradi, bitta qorni tanlaydi, jamoasiga qaytadi va hokazo. Kimning jamoasi guldastani birinchi bo‘lib yig‘adi - u g‘alaba qozondi.

“Shlyapada raqs” raqs o‘yini. Sekin raqs paytida bir bolaning boshida shlyapa bor. Qizlarning har biri uni olishga va uni sherigiga qo‘yishga harakat qiladi, chunki o‘yin qoidalariga ko‘ra, raqs oxirida shlyapa bo‘lgan er-xotin g‘olib bo‘ladi: Unutmang, siz qoidalarni buzolmaysiz. raqs naqshlari, sherigingizni qoldiring.

“Tez o‘tish” Ikki jamoaning o‘yinchilari bir ustunda turishadi. Jamoa sardori 2-3 m masofada turadi va to‘pni ustundagi birinchi o‘yinchiga tashlaydi. O‘yinchi to‘pni ushlaydi va uni kapitanga tashlab, cho‘kadi. Kapitan xuddi shu tarzda to‘pni barcha o‘yinchilarga tashlaydi, ular to‘pni qaytarib, egilmaydilar, chunki o‘yin teskari yo‘nalishda davom etadi: oxirgidan oldingi o‘yinchi o‘rnidan turadi va to‘pni birinchi bo‘lib ushlaydi, keyin ustundagi birinchisining yonida. To‘pni eng tez tashlagan jamoa g‘alaba qozonadi.

“Musiqiy halqa”. O‘yinchilar bir-biridan ma’lum masofada aylana bo‘ylab turishadi, ular musiqa ostida halqani bir-biriga uzatib, unga chiqishlari kerak. Agar musiqa to‘xtagan bo‘lsa, o‘sha paytda halqaga ega bo‘lgan o‘yinchi o‘yinni tark etadi. Qolgan o‘yinchilar g‘olib hisoblanadi. O‘yinlarni o‘zgartirish yoki yuqoridagi uchta guruhga bo‘lish mumkin.

“Dengiz yulduzi”. Ikkita jamoa yoki ikkita o‘yinchi o‘ynaydi. O‘yinchi qum ustida (gilamda, polda) orqa tomonida yotadi, qo‘llarini va oyoqlarini yoyadi. Yana bir o‘yinchi yulduzning “nurlari” orasiga beshta tosh (kichik to‘p) qo‘yadi, ya’ni. bosh va o‘ng qo‘l o‘rtasida, o‘ng qo‘l va o‘ng oyoq va boshqalar. Toshlar (to‘plar) o‘yinchiga tegmasligi kerak, uning vazifasi dumalab, orqasini qumdan (gilamdan) ko‘tarmasdan va toshlarga (to‘plarga) tegmasdan, boshi oyoqlardan birining o‘rnida bo‘lishi kerak. Siz bir muncha vaqt o‘ynashingiz mumkin yoki bu o‘yinni shunchaki qiziqarli o‘yinga aylantirishingiz mumkin.

“Yupqa va tez”. Barcha o‘yinchilar umumiy doirada turishadi. Bunday holda, aylananing yarmidan biri bitta jamoa, ikkinchi yarmi esa ikkinchisi. Jamoalarning birinchi raqamlari no‘xat qoplarini boshlariga qo‘yishadi va ularni ushlab turmasdan, o‘yinchilar atrofida yugurishadi: bir jamoa aylana bo‘ylab soat yo‘nalishi bo‘yicha, ikkinchisi esa soat sohasi farqli ravishda ishlaydi. Keyin sumka keyingi o‘yinchiga beriladi, u ham aylana bo‘ylab yuguradi va o‘z joyiga qaytadi. Agar yukxalta tushib qolsa, u boshga qo‘yilmaguncha, harakatni davom ettirib bo‘lmaydi. Barcha o‘yinchilar aylana bo‘ylab yugurishlari kerak. Eng tezkor jamoa g‘alaba qozonadi.

Frizbi muvofiqlashtirish o‘yini. Ular jamoalarda o‘ynashadi (bir jamoadagi ishtirokchilar soni uchdan o‘n kishigacha). Rekvizitlar: bitta uchuvchi likopcha (oddiy bolalar o‘yinchog‘i) va ikkita uyga belgilangan o‘zboshimchalik o‘lchamidagi maydon. “Uylar”, xuddi futbol gollari kabi, yerda to‘rtburchaklar hosil qiluvchi 4 ta ustunga ega. Jamoaning vazifasi o‘z o‘yinchisi tomonidan maydondan tushirilgan plastinkani boshqa bironing uyida ushlab olishdir. O‘yin plastinkani bir jamoadan ikkinchisiga tashlash bilan boshlanadi. Bir oyog‘i bilan plastinka bo‘lgan ishtirokchi harakatsiz turishi kerak. Jamoa a‘zolari orasiga plastinka tashlashingiz mumkin. Siz raqib tomonidan tashlangan plastinkani otib tashlashingiz mumkin, bu holda plastinka uni yiqitgan kishiga o‘tadi va hamma narsa davom etadi. Agar plastinka yerga tushib qolsa, u raqibga o‘tadi, u tushgan joydan tashlaydi. 3 ta goldan so‘ng jamoalar o‘z uylarini o‘zgartiradilar.

“Vyuny”. Yerda (asfaltda) doira chizilgan. Doira sektorlarga chiziladi: 1 dan 10 gacha, sektorlar raqamlangan. O‘yinchi markazda, 1-raqamga qaragan holda turadi. U sakrab turadi va havoda 360 daraja chapga burilishga harakat qiladi. O‘yinchining oldidagi raqam uning to‘plagan ochkolarini ko‘rsatadi. Shaxsiy chempionat uchta urinishdan so‘ng aniqlanadi, ochkolar yig‘iladi. Agar o‘yinchi ikkita sektor o‘rtasidagi chegaraga tushsa, u kamroq ball oladi.

“Tirsak” hissi jamoaviy muvozanat o‘yini. Ishtirokchilar aylanada turishadi, orqalari markazga qaratiladi. Hammasi tirsaklar ostiga olinadi va cho‘kishni boshlaydi. Eng ko‘p marta cho‘zilgan jamoa, masalan, 30 soniya ichida g‘alaba qozonadi.

“G‘ayrioddiy ov” o‘yini. Ko‘p odamlar bilan majlis yoki sport zalida ochiq o‘yin. To‘rni (voleybol to‘rini) "ovchilar" ga bering. Mamontni tanlang. Vaziyat - ma’lum bir hududda ovchilar to‘rdan ushlab, mamontni tutadilar. Siz uni qo‘llaringiz bilan ushlay olmaysiz, tarmoqdan ajrala olmaysiz ..

Nazorat vositalari:

O‘yinlarga maktab o‘quvchilarining kamida 70 foizi jalb qilingan;

o‘qituvchilar va tibbiyot xodimi bolalarda motor faolligining oshishiga e’tibor berishi (shaxsiy kuzatishlar asosida);

O‘qituvchilar bolalar o‘rtasidagi ziddiyatli vaziyatlarning kamayishini, bolalarni tashkil etish va intizomni (shaxsiy kuzatishlar asosida) qayd etishadi.

Nazorat savollari:

1. Sport to‘garaklariga tanlov o‘tkazish va qabul qilishda harakatli o‘yinlardan foydalanish qanday afzalliklar bilan izohlanadi?

2. Sport turlariga xos texnik-taktik ko'nikmalarni shakllantirishda harakatli o'yinlardan foydalanish qanday ustunliklarga ega?
3. Kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik sifatlarini shakllantiruvchi harakatli o'yinlar bo'yicha misollar keltiring.
4. Diqqat va xotirani shakllantiruvchi harakatli o'yinlar bo'yicha misollar keltiring, ularning xususiyatlarini izohlab bering.
5. Jismoniy va ruhiy qobiliyatni tiklovchi o'yinlar mohiyatini ochib bering?
6. O'quvchilarning darsdan tashqari vaqtlarida ularga sog'lomlashtiruvchi milliy harakatli o'yinlarni aytib bering?
7. Harakatli o'yinlarni turkumlanishi tasnifi va ularning pedagogik ahamiyati haqida gapiring?
8. Darsdan tashqari vaqtda o'tkaziladigan harakatli o'yinlarga misollar keltiring?
9. Tanaffus vaqtlarida o'tkaziladigan o'yinlarga misollar keltiring?
10. Katta tanaffus paytida oynaladigan o'yinlar haqida gapirib bering?
11. Boshlang'ich sinf o'quvchilar uchun o'yinlarga misollar keltiring?

IV BOB HARAKATLI O‘YINLAR NAZARIYASI VA METODIKASI

Harakatli o‘yinlar aslini olganda qadimgi xalq pedagogikasining mahsulidir. Qadim vaqtlarda ham oilalarda bolalarni ilk yoshidan boshlab topqirlikka, zukkolikka, chaqqonlikka o‘rgatadigan topishmoqlar, o‘yinlar, maqol-masallar asosida tarbiyalab kelingan, kichkintoylarga dastlabki harakat malakalari bilan bog‘liq bo‘lgan harakatli o‘yinlar o‘rgatilgan. Tez aytish, hisoblash, sanoq o‘yinlari, chori-chambar singari o‘yinlar kichik yoshdagi bolalarni o‘ziga jalb qilgan. Bolalar katta bo‘lgan sayin ularga turli xil harakatlar bilan bog‘liq bo‘lgan xalq o‘yinlari o‘rgatilgan. Xalq og‘zaki ijodidan olingan o‘yin folklori bugungi kunda ham o‘zining badiiy go‘zalligini, tarbiyaviy ahamiyatini yo‘qotmay kelayotganligi uchun ham eng qimmatli vosita sifatida amalda qo‘llanmoqda.

Bugungi kunda maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalarga baynalminal tarbiya berish maqsadida ularga turli qo‘shiq, raqslar va o‘yinlar o‘rgatish orqali mamlakatimizda yashaydigan barcha xalqlarni xurmat qilishga o‘rgatib bolrilmqda. Shuning uchun ham turli xalqlarga tegishli bo‘lgan har xil harakatli o‘yinlarni tanlash, o‘rganish va bolalarga o‘rgatish maqsadga muvofiqdir. Milliy o‘ziga hos o‘yin folklori namunalari bilan tanishish va ba’zi bir xalq o‘yinlarini bolalar hayotiga olib kirish turli xalqlar ijodiga, san’atiga va shu orqali o‘sha xalq vakillariga xurmat tuyg‘usini tarbiyalab boradi.

Mashxur pedagog K.D.Ushinskiy rus xalq o‘yinlariga yuksak baho bergan hamda ulardan bolalarni tarbiyalashda keng foydalanishni maslahat bergan edi. K.D.Ushinskiyning fikricha, jamoa bo‘lib o‘ynaladigan o‘yinlar, ayniqsa katta ahamiyatga egadir. Ular bolalarda ijtimoiy hulq-atvorni tarbiyalaydi, “ijtimoiy munosabatlarning dastlabki assotsiatsiyasi” ni boshlab beradi.

Bolani tarbiyalash vositalaridan biri sifatida harakatli o‘yinlarning ahamiyati

O‘yin faoliyati, u qanday shaklda bo‘lmasin, bolalarda hamisha quvonch baxsh etadi. Juda ko‘p kutilmagan quvnoq holatlarni vujudga keltiradigan harakatli

o‘yinlar esa bolalarda ijobiy his-tuyg‘ular uyg‘otishda muhim rol o‘ynaydi. Mana shu quvnoq hayajon mobaynida o‘yinlarning juda katta tarbiyaviy kuchi yashiringan.

Harakatli o‘yinlarning tematikasi, mazmuni ayniqsa puxta tahlil etilishi va turli yoshdagi bolalarga muvofiq tarzda tanlanishi lozim.

Har qanday o‘yin – u xoh ijodiy. Xoh didaktik, xoh musiqiy, xoh harakatli o‘yin bo‘lmasin, baribir tevarak atrofidagi olamni bilish vositasi sifatida bolaning hayotiy o‘ziga hos, muhim rol o‘ynaydi.

Harakatli o‘yinlar mazmunida bolaga bilim beradigan bir talay material bo‘ladi. Bu material uning bilim darajasini kengaytiradi va uning olam haqidagi tasavvurlarini boyitib, unga aniqlik kiritib boradi. Odamlar, tabiat hodisalari, hayvonlarning hatti-harakatlari tasvirlangan ba’zi bir epizodlar syujetli o‘yinlar tematikasini tashkil etadi. Bular bari bolalar tomonidan shartli o‘yinlar shaklida: “Sayohatchilar”, “O‘quvchilar”, “G‘ozlar-oq qushlar”, “Inida yotgan ayiq” va boshqa o‘yinlar o‘ziga hos tarzda ifodalab beriladi. Biroq tevarak atrofidagi olamni bola to‘g‘ri idrok etishi uchun o‘yinchi barcha shartlikka qaramay, obrazning haqqoniy karakteristikasi hayajonli tarzda pedagog tomonidan o‘yin shartlarini tushuntirish vaqtida ifodalab berilishi kerak. Bunda xalq o‘yinlarini misol qilib olish mumkin. Ulardagi o‘yin vaziyati bolani o‘ziga jalb etadi va uni tarbiya qiladi. Ba’zi bir o‘yinlarda uchrab turadigan dialog tarzidagi suhbatlar esa personajlar va ularning harakatlarini bevosita ko‘rsatib beradi.

Syujetsiz va muayyan o‘yin topshiriqlarigagina asoslangan o‘yinlarda ham juda ko‘p qiziqarli material bo‘ladi. Bu material bolaning umumiy bilimi, tafakkurini rivojlantiradi, uning mo‘ljal olish qobiliyatini o‘stiradi.

O‘yin qoidalarida mujassamlashgan fikrlar juda katta tarbiyaviy ahamiyat kasb etadi. Ular butun o‘yinning borishini belgilab beradi, bolalarning harakat faoliyatini, ularning hulq-atvori, bir-biriga bo‘lgan o‘zaro munosabatlarini

muvofiqlashtirib, bolalarga ahloqiy-iroda sifatlarini tarbiyalashga yordam beradi. Qoidalar o‘yin vaqtida muayyan shart-sharoitlarni vujudga keltiradi. Agar to‘g‘ri rahbarlik qilinsa, bunday sharoitda bola o‘zida tarbiyalanayotgan sifatlarni namoyon qilishi shart bo‘lib qoladi. Masalan, **“Ayyor tulki”** o‘yinida tulkingin: **“Men bu yerdaman”** – degan so‘zlaridan keyingina davra ichida turgan bolalar turli tomonlarga qarab yugurib ketishlari kerak. Bu qoida bolada diqqat-e‘tiborni, o‘zini boshqarishni, sabr-chidamni, signalga tez reaksiya berishni, fazoda mo‘ljal olishni va boshqa shu singari sifatlarni tarbiyalab boradi.

Qoidalarning so‘zsiz bajarilishini talab qilish maqsadga erishish vaqtida sodir bo‘ladigan xudbinlik his-tuyg‘ulari va intilishlarining oldini olishga yordam beradi. “Qoidalar jamoa talabiga muvofiq ravishda bolaning xulq-atvorini muvofiqlashtirib va yo‘naltirib turuvchi dastlabki ijtimoiy rag‘batlantirish chorasi hisoblanadi. O‘yinlarda teran his-tuyg‘ularning, o‘rtoqlik va do‘stlik sevgisining dastlabki ko‘rsatkichlari paydo bo‘ladi.

Kichik yosh guruppalarida bolalar qoidalarni o‘yin davomida paydo bo‘ladigan javob harakati, ya‘ni bajarilishi shart bo‘lgan ish sifatida idrok etadilar. Masalan, quyonchalar faqat ayiq polvon paydo bo‘lgan paytdagina yugurib butalar orasiga kirib ketadilar; avtomobil paydo bo‘lgan vaqtda yo‘l ustidagi qarg‘alar o‘tib ketishadi. Bolalar o‘yin qoidalarini hali garchi “qonun” tarzida anglab yetmasalarda, lekin ular vaziyatni o‘z vaqtida reaksiya berishga o‘rganib boradilar: bir tomondan, ular o‘yin syujeti bo‘yicha zarur bo‘lgan harakatni amalga oshirsalar quyonchalar ayiq polvondan qo‘rqishadi., ikkinchi tomondan, ularda shakllanib borayotgan muayyan signalga nisbatan paydo bo‘ladigan shartli refleks sababli beixtiyor harakat qiladilar.

Katta guruhalarda bolalarning qoidalarga ongli munosabati va ularning bajarilish shart eb qaralishi asta-sekinlik bilan, turish vaqtlarda kechadi. Dastlab ular bu qoidalarni pedagog raxbarligi ostida bajaradilar; keyinroq esa bolalar jamoasidagi ushbu qoidalarning ijtimoiy ahamiyatini anglab ba‘zi o‘rtoqlari ta‘siri

ostida amalga oshiriladilar; nihoyat qoidalar bolalarning ijtimoiy hulq-atvorini bevosita belgilab beruvchi bir oilaga aylanadi.

Avvaliga bolalar o‘yin topshirig‘ini tezroq bajarishni hohlab qoidalarni esdan chiqarib qo‘yadilar; bundan tashqari o‘yinda yutib chiqishga intilish va yutgan eng oson yo‘l bilan erishishga harakat qilish ham qoidalarning buzilishiga olib keladi. Bu esa o‘z navbatida o‘ynovchilar noroziligiga sabab bo‘ladi, qarama-qarshilik, ziddiyatlikni keltirib chiqaradi hamda bolalar o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarni buzadi.

Bolalar tomonidan qoidalar ongli ravishda va albatta bajarilishi uchun katta kishining talablari hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Tarbiyaviy ta’sir ko‘rsatish natijasida bolalarning o‘yin jarayoniga bo‘lgan munosabati asta-sekin o‘zgarib boradi, ularda o‘yin harakatlari va qoidalarini tobora aniqroq bajarishga qiziqish va intilish paydo bo‘ladi. Endi o‘yin qoidalarini ilgariidek atayin buzish hollari ro‘y bermay, qoida buzilishi sabablari ham o‘zgaradi, endi qoida tasodifiy sabablar tufayli buziladi va bola o‘sha zahoti yo‘l qo‘yilgan xatoni tuzatishga harakat qiladi.

O‘yin faoliyatida diqqatni, idrokni rivojlantirish, ilgari hosil qilingan tasavvur, tushunchalar, mo‘ljal olish singari xususiyatlarni yana ham aniqlashtirish uchun qulay shart-sharoitlar yaratiladi; o‘yinlar ijodiy tasavvurni, xotirani, fikrlashni, tafakkur faoliyatini yana ham rivojlantirishga yordam beradi. Shunday qilib harakatli o‘yinlar bolaning aqliy rivojlanishiga xizmat qiladi.

Bolalarda psixik jarayonlarni takomillashtirishda obrazli fikrlash katta ahamiyat kasb etadi. Bunday metod tasavvurni boyitib, o‘yin harakatlarini ijodiy tarzda bajarishga undaydi.

Psixologlar olib borgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bola o‘yin faoliyati tufayli amalda fazo tushunchasini hamda predmetli faoliyatni o‘zlashtiradi va shu bilan birga fazo to‘g‘risidagi ilgari hosil qilingan tasavvurlar yana ham takomillashib boradi.

O'yinlarda fazoni idrok etish asosiy shakllar orqali: bivosita bilish, sensor his-tuyg'u va obrazlar orqali bilishhamda bilvosita mantiqiy fikrlash, tushunchalar shakllarda zuhr etiladi.

Masalan, bola tomonidan harakat yo'nalishini mustaqil ravishda tanlanishi yoki o'yin qoidasiga muvofiq muayyan yo'l tanlanish, bir tomondan, o'yin vaziyatini darhol baxolay olish va unga reaksiya berish o'yin harakatlarini bajarish talab qilinsa, ikkinchi tomondan, mazkur o'yin muhitida o'zi bajarayotgan harakatlarni anglab yetishi va tasavvur qilishi talab qilinadi. Harakatli o'yinlarda mana shu ikki komponent bir-biri bilan bohliq holda keladi. Pedagog tomonidan o'yin qoidalarining tushuntirib berilishi bolada tahminiy tasavvur hosil qiladi; ayni mahalda o'yin vaziyatining o'zgarib qolishi boshlovchining harakati yoki signallar berilishi munosabati bilan harakat rejasini buzib yuboradi va bolalardan yana ham murakkabroq harakatni – bir zumda reaksiya berish va shu zahoti harakat qilishni taqazo etadi, o'yinlar: "Ikki qorbobo", "Sehrli tayoqcha", "Botir bolalar", "Maymunlar va ovchilar" va hokazo.

Bunday reaksiya bolalarni mazkur muhitdagi harakatda moslashish uchun qay darajada tayyor ekanliklarini ko'rsatib beradi.

Bu ishda trener bolaga yordam berishi kerak. U vaziyatni hisobga olib harakat usulini tanlash va qo'yilgan vazifani bajarishga asta-sekin o'rgatib borish kerak. Masalan, bitta o'yinni o'rganish vaqtida bolaga ikki xil sharoit taklif qilinishi mumkin. Birida katta va cheklangan fazo taklif qilinsa, boshqa bir safar quvlab kelayotgan boladan tez va uzoqqa qochib ketish yoki yaqin masofada uni chalg'itib chaqqonlik ko'rsatib qochish talab qilinadi, "Quvlashmachoq", "Ayyor tulki" singari o'yinlar.

Atrofdagi sharoitda mo'ljal ola bilish mahorati "Chambar ichidan o'tib bayroqqa yetish", "Bo'ri qopqonda", "Jasur bolalar" va hokazo o'yinlarda qo'yilgan vazifalardagi to'siqlarni yengib o'tishga yordam beradi. Bunda bolalar o'zlari

orttirgan qobiliyat asosida masofani mo'ljalga oladilar hamda muayyan sharoitda harakat qilish yo'lini o'zlari belgilaydilar.

Har tomonga tarqalib ketayotgan bolalar orasida mo'ljal olish, ayniqsa muhimdir. O'yin vaziyati muttasil o'zgarib turadigan va birdan reaksiya talab qiladigan bunday sharoitdagi harakat bolaga g'oyat murakkab tuyuladi. Biroq ko'p marta takrorlash jarayonida katta gruppada bolalari bunday mahoratni egallab oladilar.

Harakatli o'yinlarda bolalar predmetlardan muayyan yaqinlikda yoki uzoqlikda bo'ladilar. Shu tufayli ularda ko'z bilan ko'rib mo'ljal olish, shuningdek, fazoda tovushni tinglash mo'ljal olish qobiliyati rivojlanadi. "Uzoqda-yaqinda", "Goh bu yerda, goh u yerda", "Qo'ng'iroqchalar bilan berkinish" va hokazo.

Harakatli o'yinlar bolalarni vaqtga qarab mo'ljal olishining eng oddiy usuliga o'rgatadi: Ular o'yin vaqtida aytilgan, navbatma-navbat bajariladigan dastlab, so'ngra, bundan keyin, bundan oldin, hamma baravar degan so'zlarga oid harakatlarni to'g'ri bajaradilar. Bolalarga ko'rsatib berilgan muddat ichida signal bo'yicha o'yin topshirig'ini bajarishga o'rganadilar. Masalan: "Men beshgacha sanayman, sizlar shu vaqt ichida qo'lingizdagi bayroqchalardan gul yasaysiz" , "Qani, men chirmandaga uch marta urgunimcha kim oldin safga turib olarkin",- degan so'zlarga bolalar tez harakat bilan javob beradilar. Bunday o'yinlarda kichkintoylar mo'ljal olishni, izchil harakat qilishni va muayyan vaqt davomida ish bajarishni o'rganadilar.

O'yinlar mazmuni ularda yuz beradigan vaziyat hamda o'yin qoidalarini mustaqil so'zlab berish, personajlar harakatini bajarib ko'rsatish; bolalar turgan joyni, o'yin belgilarini va harakat yo'nalishini atamalar yordamida tushuntirish; o'tkazilgan o'yinni tahlil qilib berish-bular bari bolalarning intellektual rivojlanishiga yordam beradi. Muayyan qoidalarga rioya etib bajariladigan harakatli o'yinlarning jismoniy tarbiya vositasi va uslubi sifatidagi harakateristikasi.

Qoidali harakatli o‘yinlar - bu g‘oyat muhim ahamiyatga ega bo‘lgan kompleks tarzda tarbiyaviy – ma’rifiy bir jarayondir. Ushbu jarayonga asos qilib olingan bolalarning harakatli faoliyati ularning jismoniy rivojlanishiga, ularda harakat malakalarini va jismoniy sifatlarini shakllantirishga, ularning salomatligini mustahkamlashga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi, organizm funksional faoliyatini oshiradi. Jismoniy tarbiyaning asosiy vositasi va uslublaridan biri bo‘lgan harakatli o‘yinlar yuqorida sanab o‘tilgan vazifalarni samarali ravishda hal qilishga yordam beradi.

Harakatli o‘yinlarning o‘tkazilishi vaqtida erishiladigan sog‘lomlashtirish samarali o‘yin faoliyati jarayonida bolalarda paydo bo‘ladigan va ularning psixikasiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadigan his-tuyg‘ular bilan mahkam bog‘liqdir. Emotsional yuksalish bolalarda hamma uchun umumiy bo‘lgan maqsadga erishish istagini paydo qiladi hamda bajarilayotgan ishni aniq tasvvur qilishda, harakatlarni yaxshiroq koordinatsiya qilinishida, fazoda va o‘yin sharoitida aniqroq mo‘ljal ola bilishda, topshiriqlarni jadal sur‘at bilan bajarilishida o‘z ifodasini topadi. Bolalar o‘zlari bajarayotgan ishga qattiq qiziqishi hamda maqsadga erishish uchun quvonch bilan intilishi natijasida bolalarda turli to‘siqlarni engib o‘tishga yordam beradigan iroda sifatlarini tarbiyalaydi.

Harakatli o‘yinlar bolalar ilgari o‘zlashtirib olgan malakalarni takomillashtirish hamda jismoniy sifatlarni tarbiyalash vositasi sifatida xizmat qiladi. O‘yin jarayonida bola o‘zining diqqat-e’tiborini harakatni qanday bajarish usuliga emas, balki o‘z oldiga qo‘yilgan maqsadga erishiga qaratadi. U o‘yin qoidalari asosida harakat qilib, shunga yarasha chaqqonlik ko‘rsatadi va bu bilan o‘z harakatlarini takomillashtiradi. Shuning uchun ham masalan, “Chohga tushgan bo‘ri” singari o‘yinlarni bolalar yugurib kelib uzunlikka sakrash mahoratini egallab olganliklaridan keyin o‘tkaziladi.

P.F.Lesgaft bunday deb yozgan edi: “O‘yinlarda muntazam mashg‘ulotlar chog‘ida o‘zlashtirib olingan barcha harakatlar ko‘llanadi. Shuning uchun bu yerdagi bajariladigan hatti – harakatlarning barchasi shug‘ullanuvchilarning kuchi

va mahoratiga to'la muvofiq kelishi hamda iloji boricha ko'proq darajada aniqlik va chaqqonlik bilan o'tkazilishi lozim".

Bu qoida MTT da harakatli o'yinlar o'tkazish uslublarini ishlab chiqish bo'yicha olib borilgan ilmiy ishlarda ham tasdiqlandi.

Maktabgacha kichik yoshdagi bolalarga kelganda shuni aytish kerakki, so'ngi ilmiy tadqiqotlarning ko'rsatishicha, "o'qitishning o'yin metodi bolalar harakatlarni dastlabki tarzda o'rganilayotgan vaqtda ham qo'llasa bo'laveradi".

Harakat faoliyati tarzidagi harakatli o'yinlarning muayyan o'ziga hos xususiyati ham mavjuddir: u boladan signallarga tez reaksiya berishni ham o'yin vaziyatini kutilmaganda o'zgartirib turishni taqazo etadi. O'yin chog'ida vujudga keladigan har turli vaziyatlar bolaning harakatlari harakteri va yo'nalishida zarur o'zgartirishlar qilishni, uning muskul kuchlarini muayyan tomonga qarab lozim darajada o'zgartirish zaruratini vujudga keltiradi. Masalan, "Quvlashmashoq" o'yinida har bir bola quvlayotgan kishining harakatlarini diqqat bilan kuzatib borishi kerak: quvlovchi o'ziga yaqinlashib qolganida qarama-qarshi tomonga qarab qochib ketishi kerak; qo'lga tushish, ushlanib qolish xavfi yo'qolganini sezganidan keyin harakat sur'atini sekinlashtirib, yugurishdan to'xtash zarur; quvlovchi yana unga yaqinlashadigan bo'lsa harakatini yana tezlashtirib yugurib ketishi kerak.

Qariyb har harakatli o'yinda bolalar harakatni o'zgartirish zarurligiga ko'rsatma beradigan tegishli signallar mavjud bo'ladi. Masalan, "Aqlli bolalar" o'yinida "Saflaning!" deb beriladigan signal bolalarda juda tez reaksiya uyg'otadi. Bu ularning harakati yo'nalishi va harakterini o'zgarishida o'z ifodasini topadi: har tomonga tarqalib, yengil yugurib o'ynab yurgan bolalarning harakati o'zgarib aniq maqsadga qaratilgan, ya'ni oldindan belgilab qo'yilgan joylarda tezroq kolonna bo'lib safga tizilish maqsadida hamma baravar bir tomonga qarab borayotgan harakatga aylanadi.

Bunday faol ravishda amalga oshiriladigan harakatli faoliyat bolalarning nerv sistemasini pishitadi, ulardagi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarini takomillashtirib muvozanatga keltirib boradi, shuningdek ularda kuzatuvchanlik, topqirlik, o'zgarib turgan atrofda shart-sharoitlarda mo'ljal ola bilish, og'ir vaziyatdan chiqib ketish yo'lini qidirib topish, tez bir qatorga kelish va uni ijro etish, bunda jasurlik, chaqqonlik, tashabbus ko'rsatish, maqsadga erishish yo'lida harakat qilishning zarur usulini mustaqil ravishda tanlay bilish singari fazilatlarni tarbiyalashga yordam beradi.

Shunday qilib, bolalarning ijodiy faolligini oshirishda tarbiyachining emotsional - obrazli metodikasi asosida rahbarlik qilishi muhim rol o'ynaydi. Tarbiyachi bolalarning harakat qilish tajribasini o'zining obrazli so'zlari bilan bolalar tasavvuriga ta'sir ko'rsatish orqali amalga oshiradi, har bir bolaning ijodiy ijrochilikdan iborat o'yin faoliyatini rag'batlantirib, to'g'ri yo'lga solib turadi.

4.1. Jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o'yinlardan foydalanishning yo'llari

O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirish to'g'risida Kadrlar tayyorlashdagi oqilona tizim g'oyat muhim ahamiyatga ega. Shu bois respublikamizda jismoniy madaniyatning maqsad va vazifalari hukumatning hamda respublika jismoniy madaniyat va sport davlat qo'mitasining qarorlaridan kelib chiqqan xolda amalga oshiriladi. Respublikada amalga oshiralayotgan jismoniy madaniyatning o'z oldiga qo'ygan maqsadi sog'lom, ruhan tetik va bunyodkor insonni xayotga tayyorlashdan iborat. Bu maqsad Respublikada jismoniy madaniyat bilan shug'ullanuvchi barcha muassasa tashkilotlar uchun zaruriy vazifadir. Xar kim o'zini jismonan tarbiyalashi uchun jismoniy madaniyat va sportning zarurligini tushunib yetishi va qunt bilan o'ziga yoqqan ma'lum bir jismoniy mashg'ulotlar tizimi asosida salomatligini shakllantirishi kerak. Xalqimiz farzandlarining jismoniy qobiliyatlarini har tomonlama rivojlantirish tarbiyaning ajralmas qismi bo'lgan jismoniy madaniyat jarayonida amalga oshiriladi. Jismoniy

madaniyatning maqsadi jamiyatning sog'lom, xushchaqchaq, har tomonlama jismoniy rivojlangan, mehnat va Vatan himoyasiga tayyor turgan jarayondir. Tabiatda bironta sport turi yo'qki, milliy harakatli o'yinlar elementlaridan foydalanilmagan bo'lsin. Harakat malakalarini egallashga yo'naltirilgan darslardan o'quvchilar muvaffaqiyatga erishish uchun bolalarning yosh xususiyatlarini har tomonlama hisobga olish kerak. Milliy va harakatli o'yinlarni harakat sifatlarini tarbiyalashga yo'naltirish bo'yicha tanlash yoshni hisobga olgan holda amalga oshiriladi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda epchillik, tezkorlik, harakat aniqligi va koordinatsiyalar yuzaga kelishi xarakterlidir. Ta'limning asosiy savollari va bolalarda shartli reflekslar, harakat malakalarining fiziologik asosini tashkil qilish hozirgi vaqtda chuqur o'rganilgan va jismoniy tarbiya hamda sportning asosini tashkil qiladi. Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda milliy va harakatli o'yinlarni yig'ish, ularni turkumlarga ajratish, jismoniy tarbiya darslari sifatini oshirishda, zichligini ko'tarishda bolalarda qiziqish uyg'otishda muhim vosita bo'lib hisoblanadi. Shu sababli ularni o'rganish kunning dolzarb masalalaridan biridir. Jismoniy madaniyat jarayonida quyidagi asosiy vazifalar hal etiladi:

- a) sog'liqni mustahkamlash organizmni chiniqtirish va jismoniy rivojlanish darajasini hamda ish qobiliyatini oshirish;
- b) hayotga zarur bo'ladigan, jumladan, amaliy xarakterga ega bo'lgan harakat malaka va ko'nikmani egallash;
- v) kishining ma'naviy va irodali sifatini tarbiyalash;
- g) jismoniy sifat (tezkorlik, kuch, epchillik, chidamlilik) ni o'stirish;
- d) maxsus sport mashqini bajarish texnikasini egallash. Shu bilan birga o'zbek xalq milliy va harakatli o'yinlarini to'plash va ularni hayotga tadbiq etish, ulardan oqilona foydalanish bugungi kunda oldimizda turgan ham nazariy, ham amaliy ahamiyatga ega bo'lgan muhim vazifa bo'lib hisoblanadi. Ushbu vazifa yosh avlodni sog'lom va barkamol qilib tarbiyalovchi jismoniy madaniyat oldiga ham

katta ma'suliyat yukladi. Milliy harakatli o'yinlar asosan jismoniy tarbiya darslarining tayyorlov va yakuniy qismlaridan olib borilishi bilan ham o'ziga xos xususiyatga ega, chunki harakatli o'yinlar yordamchi vosita bo'lib, o'quvchi va talabalarni organizmini tayyorlab u yoki bu maqsadni puxta egallashga qaratiladi. Ba'zida jismoniy tarbiya dasturi bo'yicha maktablarda sharoit bo'lmasligi mumkin, lekin dasturda ko'rsatilgan vazifalarni bajarish kerak. Ana shunda nostandart usullaridan, ya'ni milliy harakatli o'yin elementlaridan foydalansa, yaxshi natija beradi. Ko'pincha qishloq sharoitlarida jismoniy tarbiya darslarini o'tishda jihozlar yetishmasligi, qishda sport zal bo'lmasligi natijasida ochiq havoda xalq harakatli o'yinlaridan foydalansa, darsning maqsadini qisman bajargan bo'ladi. Milliy va harakatli o'yinlari – bu turdagi emotsional harakatlardan iborat murakkab faoliyatdir. Bu faoliyat belgilangan qoidalar asosida to'satdan o'zgaradigan sharoit va vaziyatlarga bajariladi. Milliy va harakatli o'yinlar boshqa jismoniy mashqlardan shug'ullanuvchilar faoliyatini tashkil etish va boshqarish xususiyatlari faoliyatini tashkil etish va boshqarish xususiyatlari bilan farqlanadi. O'yin davomida to'satdan o'zgaradigan vaziyatlarda harakat qilish va tezkorlik, chaqqonlik kabi jismoniy fazilatlarni namoyon qilgan holda qisqa muddatda harakat vazifalarini hal etish zaruriyati vujudga keladi. Bu harakatlar ko'nikmalarini mustahkamlaydi. O'yin paytida bolalar faoliyati obrazli, syujetli yoki o'yin vazifalari asosida tashkil etiladi va uzoq muddat bajarilishi uchun ijobiylikni ishtiyoq bilan va uzoq muddat bajarilishi uchun his-tuyg'ular uyg'otadi. Bu o'z navbatida ularning organizmiga ta'sirini kuchaytiradi, jismoniy sifatlarni rivojlantirishga yordam beradi.

4.2. Milliy xalq o'yinlari asosida bolalarda odob - axloqni o'rgatish.

Allomalarimiz o'yinlar haqidagi qarashlari shuni bildiradiki ya'ni milliy sport o'yinlari bebaho qadriyat hisoblanadi. Biz o'zga xalqlar tarixiy, madaniyatini va udumlarini o'rganib hurmatini joyiga qo'yib keldigu, o'zimizning tariximiz fani, madaniyati, urf - odatimizni o'rganmadik. Unga hurmatsizlik qildik. Natijada bugungi kun ga kelib tarbiyaviy ishlarga ko'plab kamchiliklarimiz ko'rinib qoldi.

Xalqimiz ko'p sohalarda millatchilikda ayblanib urf - odati va an'analari ta'qiqlab kelindi. Masalan: o'zbek milliy o'yinlarining o'ynalishiga yo'l qo'yilmadi. Ta'kidlaganimizdek, har bir halqning sevimli milliy o'yinlari bo'lgani kabi, o'zbek xalqining ham o'yinlari bo'lgan. Ularning yaratilishi tarixi uzoqlarda borib taqaladi. O'zbek xalqi milliy o'yinlarining yaratilishi xalqning yashashi, mehnati, o'z - o'zini himoya qilish ehtiyojidan kelib chiqadi. Bu o'yinlar inson tarbiyasiga, sog'ligiga ijobiy ta'sir etib kelgan. O'z zamonasiga kuch va qudrati bilan butun dunyoni qoyil qoldirgan buyuk sarkarda davlat arbobi Amir Temur "Tadbirkor, baquvvat, shijoatli bir kishi ming kishidan afzal" - deb aytgan edi. Milliy o'yinlarimiz serharakatligi barcha organizm va muskullarni o'stiruvchanligi, chidamlilikka o'rgatuvchi, chiniqtiruvchi harakatlardan tashkil topganligi bilan boshqa xalqlar o'yinlaridan tubdan farq qiladi. Xalqimiz orasida har bir faslga mos o'yinlar mavjud bo'lib o'ynalib kelingan. O'zbek milliy o'yinlari hayotiyligi, har tomondan yaratilganligi uchun xam kattayu kichik va hatto xotin - qizlar tomonidan sevib o'ynalgan. Ota - bobolarimiz o'z farzandlarini qiyinchiliklar oldida dovdiramalik, qo'rqmaslik ruxida tarbiyalab uni yechishga o'rgatganlar. Ko'p yillar davomida yiqqan malakalariga tayanib o'z farzandlariga badan tarbiya va aqliy o'yinlardan foydalanish yo'l-yo'riqlarini ko'rsatganlar Og'ir mehnatdan keyin kishilar bir joyga to'planishib turli milliy o'yinlar bilan mashg'ul bo'lganlar, dam olganlar. Bu o'yinlar ular kayfiyatlarini ko'targan, tetiklashtirib kuch to'plaganlar. Ayniqsa bahorgi va kuzgi fasllarga mos bo'lgan o'yinlarni butun -butun qishloqlar o'ynashib, o'zlarini shod etishga harakat qilganlar. Bu o'yinlar hosil bayramlarida. Sayl va to'ylarda tantanali ravishda o'tkazilgan. Eng kuchli qo'rqmas botir chaqqon ishtirokchilar taqdirlangan va sovrinlar olgan. Bu esa o'zbek badan-tarbiya o'yinlarining rivojlanishiga katta yo'l ochib bergan. Prezidentimiz Sh. Mirziyoyev yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, Shunday degan edi; "yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir" 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 diqqatini qarratmog'imiz lozim. Yuqoridagi fikirlarga asoslanib, o'sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida xalq pedagogikasi tajribalari, jumladan, milliy xalq o'yinlari yoshlarning xarakteri va ongini boshqaruvchi vosita, asosiy kuch deb hisoblash mumkin. Milliy harakatli o'yinlardan foydalanish jarayonida boshlang'ich maktab o'quvchilarining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

4. Bola odamlarning foliyati, ularning predmetlarga munosabati va o'zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqadi.
5. Bolalar xalq o'yinlarida atrofdagi voqelikning eng tashqi ifodali jo'shqin his-tuyg'uli jihatlarini aks ettiradilar.
6. Milliy o'yinlarda bola kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o'z istagini amaliyotga tadbiiq qiladi.
7. Kattalarning hayoti va faoliyatiga kirish bolaning tasavvuri timsollari tariqasida namoyon bo'lsa ham, umuman uning chinakam shaxsiy hayotida o'chmas iz qoldiradi.

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 Y.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 tizimlilik 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‘analaridan keng foydalanish, 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. 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 va tabiatning qiyinchiliklariga nisbatan bardoshli, baquvvat qilib tarbiyalaganlar. Yosh avlodning jismoniy jihatdan to‘kis sog‘lom mehnatga va Vatanni himoya qiluvchi tarzida o‘shidan 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 va jamiyati oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liqdir. 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. Milliy xalq o'yinlari va milliy sport turlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o'zgargani, 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 muvofiqlashtirish kerak. Masalan, "Uloq" o'yini deganda odatda ot bilan o'ynaladigan, chavandozlar haqiqiy uloq uchun kurashadigan qadimiy ko'p kari 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 hurmat qilish, samimiy munosabat, qo'pollik qilmaslikka katta e'tibor boriladi. 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. Jismoniy madaniyat tizimidagi barcha soha va bosqichlarning birdan - bir va yagona maqsadi - insonni to‘g‘ri yashashga tayyorlashdir. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari jismoniy tarbiyasining vazifalari bolalarning yoshiga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda aniqlanadi, lekin bunda jismoniy madaniyatning umumiy maqsadi ko‘zdan qochirilmaydi. Maktabda boshlang‘ich sinf o‘quvchilari jismoniy tarbiyasida sog‘lomlashtirish, ta‘lim berish va tarbiya berish vazifalarini amalga oshirish ko‘zda tutiladi. Xalq milliy o‘yinlari orqali bu vazifalarni yaxlit holda bajarish imkoniyatlari ko‘proq ko‘rinadi.

1. **Sog‘lomlashtirish vazifalari.** 7 - 8 yoshli ya‘ni boshlang‘ich sinf o‘quvchilari jismoniy tarbiyasining eng asosiy vazifasi bola hayotini muhofaza qilish va uning sog‘ligini mustahkamlash, uning organizmini chiniqtirish yo‘li bilan o‘zini himoya qilish va turli kasalliklarga chidamlilik xislatlarini oshirish, tashqi muhitning noqulay sharoitlariga bardosh berishga o‘rgatishdan iborat. Bulardan tashqari bolalarda har qanday ishga layoqatlilik xususiyatini oshirish juda muhim ahamiyatga ega. Bola organizmining rivojlanishi o‘ziga xos xususiyatga ega bo‘lgani sababli, uning vazifalari ancha aniqroq shaklda ifodalanadi: bola suyagining behato va o‘z vaqtida qotishiga, orqa umurtqadagi egik joylarning shakllanishiga, tovon yuzasining yaxshi rivojlanishiga, pay bo‘g‘in aparatlarini pishitishga yordam ko‘rsataliladi (o‘yinlar); gavda qisimlarining o‘zaro to‘g‘ri rivojlanishiga imkon yaratiladi (o‘yinlar); barcha mushak guruhlari rivojlantiradi. Shuningdek, yurak qon tomir tizimi faoliyatini takomillashtirishga imkon yaratish lozim: qonning yurakka qarab oqishini kuchaytirish, yurakning bir me‘yorda ishlashini yaxshilash va uning kutilmaganda o‘zgargan yuklamaga moslashish layoqatini rivojlantirish; ko‘krak qafasi harakatchanligini kuchaytirish, chuqur - chuqur nafas olish va bu faoliyatining uzoq vaqt turg‘un bo‘lishini ta‘minlash, o‘pkaning hayotiy sig‘imini kegaytirish, burun bilan nafas

olishni yaxshilash, ichki a'zolarining to'g'ri ishlashini ta'minlash, markaziy asab tizimini takomillashtirish; hayojonlanish va tormizlanish holatlarining harakatchanligini bir me'yorda bo'lishini ta'minlash, shuningdek, harakatlantiruvchi analizatorni va his tuyg'u organlarni kamolotga yetkazish lozim.

2. **Ta'lim berish vazifalari.** 7 - 8 yoshli o'quvchilar bilan milliy xalq o'yinlarini o'tkazish jarayonida ta'lim berish vazifalarini bajarish ham muhim ahamiyatga ega. Bu vazifalar: harakat malakalari va layoqatlarini shakllantirish, jismoniy fazilatlar (chaqqonlik, tezlik, qayishqoqlik, muvozanatni saqlash, epchillik, baquvvatlik, chidamlilik) ni rivojlantirish, gavdani to'g'ri tutishni, jismoniy tarbiya haqidagi bilimlarni o'zlashtirishdan iborat. Asab tizimining qayishqoqligi tufayli bolalarda harakat malakalari kattalarga nisbatan osonroq shakllanadi. Bu malakalarning ko'pchiligi (yurish, yugurish, sakrash) dan bolalar kundalik hayotda harakatlanuvchi vositalar sifatida foydalanadilar. Harakat malakalari bolaning atrof - muxit bilan muloqot qilishini yengillashtiradi va uni idrok qilishiga ko'maklashadi. Tanlab olingan xalq milliy o'yinlarini to'g'ri bajarish bola mushaklari, paylari, bo'g'imlari, suyuk tizimining rivojlanishiga samarali ta'sir ko'rsatadi. Puxta shakllantirilgan harakat malakalarini amalda qo'llash bilan, o'yinlarni bajarish chog'ida bola kuchini tejashda va uning etiborini o'yin faoliyati paytida tasodifan sodir bo'luvchi turli - tuman vazifalarni idrok qilishga imkon yaratadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilariga jismoniy madaniyat bilan bevosita bog'liq bo'lgan bilimlar (o'yinlarning foydali tomoni, jismoniy mashg'ulotlarning ahamiyati va texnik aviy ijrosi, ularni bajarish usullari, xalq milliy o'yinlarning qoidalari va boshqalar) xaqida ma'lumot berish katta ahamiyatga ega. O'quvchilar olgan bilim qancha chuqur bo'lsa, ular xalq o'yinlaridan shuncha oqilona foydalanishlari, o'yinlar bilan shuncha samarali shug'ullanishlari hamda maktab va oila muhitida jismoniy madaniyat qurollarini mustaqil ishlata bilishlari mumkin.

3. **Tarbiya berish vazifalari.** Jismoniy madaniyat bilan shug'ullanish tanda, bolalarda joriy qilingan tartibga rioya qilish odatini hamda xalq o'yinlari bilan

iloji bo'lsa xar kuni muntazam ravishda shug'ullanish ishtiyoqini uyg'otish, ularda maktab va uyda shu o'yinni bilan mustaqil shug'ullana olish layoqatini rivojlantirish, ularni o'z tengqurlari va o'zlaridan kichik bo'lgan bolalar jamoasida o'yinlarni tashkil qilish, ularni birgalikda bajarishga o'rgatish lozim. O'quvchilarda xalq milliy o'yinlariga mehr bilan, shu o'yin natijalariga qiziqish bilan va sportchilar erishadigan g'alabalariga havas bilan qarash tuyg'usini tarbiyalash lozim. Milliy xalq o'yinlarini o'rganish jarayonida ahloqiy, aqliy, estetik va mehnat tarbiyalarini amalga oshirish uchun katta imkoniyatlar vujudga keladi. Xalq o'yinlarini bajarish chog'ida bolalar harakatida ijobiy (hamjihatlik, intizomlik, kamtarinlik, mehribonlik) va ma'naviy fazilatlar (halollik, odillik, do'slik tuyg'usi hamkorlik, zamon bilan hamnafas bo'lib ishlay olish qobiliyati, topshiriqlarni mas'uliyat bilan bajarish) ni tarbiyalash, Shuningdek, irodaviy xususiyatlar (jasorat, qat'iylik, o'z kuchiga ishonch, qiyinchiliklarni sobitlik bilan yengish, chidamlilik va hokozolar) ni namoyon qilish uchun eng yaxshi sharoit va imkoniyatlar vujudga keladi. To'g'ri tashkil qilingan milliy xalq o'yinlari bolalar aqlining rivojlanishiga qulay imkoniyatlar yaratadi, zero, bunday vaziyatda asab tizimining ham, boshqa barcha a'zolar tizimlarning ham faoliyat ko'rsatishi uchun qulay sharoitlar paydo bo'lishi, shubhasiz. Xalq milliy o'yinlarini o'rgatish jarayonida o'quvchilar xalqona an'analari sodiq holda yaxshi tarbiya ko'radi, o'rgangan narsalarini puxta eslab qoladi. Bolalarda ruhiy jarayonlar (tarbiya, tafakkur, xotira, tasavvur va boshqalar) ning, shuningdek, fikirlash faoliyatlari (kuzatish, taqqoslash, tahlil qilish, sintezlash, umumlashtirish va hokozolar) ning, barchasi rivojlana boshlaydi. Milliy o'yinlar jarayonida erishilgan ilm va malakalardan ijodiy foydalanish layoqatini bolalarda tarbiyalashga e'tibor qaratish lozim, chunki bunday layoqatga bolalar o'zlaridagi ishchanlik, mustaqillik, ziyraklik, topqirlik, hozirjavoblik kabi ezgu fazilatlarini tufayli erishadilar. Bolalarda ijobiy hissiyotlarni, odamlar bilan samimiy va quvnoq munosabatda bo'lish tuyg'ularini tarbiyalash, Shuningdek, yuz bergan salbiy ruhiy holatlarni tez bartaraf qila olish layoqatini rivojlantirish nihoyatda muhim ahamiyatga ega. Buning zarurligi ijobiy hissiyotlar organizmdagi barcha

a'zolarga foydali ta'sir ko'rsatishida, harakat malakalarining jadal va mustahkam shakllanishini ta'minlashida ko'rinadi. Milliy xalq o'yinlariga asoslangan jismoniy madaniyat estetik tarbiyani amalga oshirishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xalq o'yinlarini bajarish jarayonida estetik zavqni idrok qilish va o'ziga singdirishni, go'zallik, nafosat, ma'nodorlik, qad - qomat, liboslar bejirimligi, o'z atrofidagi barcha narsalarni tushunish, to'g'ri qadrlashni rivojlantirish, estetikaga va o'z xulq - atvoriga gard yuqtirmaslikka bo'lgan moillikni, qilayotgan ishi, aytayotgan gapi va barcha hatti - harakatida qo'rslik, dag'allikka aslo yo'l qo'yilmaslikni rivojlantirish lozim bo'ladi.

4.3. Milliy o'yinlar sog'liqni saqlash omili sifatida

O'qituvchining milliy harakatli o'yinlarni rivojlantirish bo'yicha ish tizimini amalga oshirish uchun siz faoliyat yondashuvi va pedagogik hamkorlik g'oyasiga tayanishingiz mumkin. Faoliyat va ijodkorlik har bir bolaning potentsialini, uning faollik, ijodkorlik va tashabbuskorlik qobiliyatini ochib berishga imkon beradi. Bolaning sportda ijodkorligini namoyon qilishi uchun uning hayotiy tajribasini muvaffaqiyatning yorqin taassurotlari bilan boyitish, zarur bilim va ko'nikmalarni berish muhimdir, ammo bu o'qituvchilar va boshqa mutaxassislar bilan yaqin aloqada bo'lishi mumkin. Ushbu g'oyani amalga oshirish bo'sh vaqtni tashkil etish, madaniy tadbirlar (tabiat va sog'liqni saqlash kunlariga sayohatlar), keng qamrovli mashg'ulotlar va o'quv-uslubiy ishlar orqali hal qilinishi mumkin. Jismoniy faollikning oshishi - bolalarning to'liq o'sishi va jismoniy rivojlanishi uchun zarur bo'lgan biologik ehtiyoj. Ta'limning yangi standartlari ta'lim mazmuniga yangi talablarni qo'yadi. Ta'lim mazmunini faoliyat pozitsiyasiga o'tkazish ko'zda tutilgan (yangi ta'lim texnologiyalarini joriy etish: o'quv vaziyatlari asosida o'qitish; dizayn vazifalari; o'qitishning dizayn usullari va boshqalar) bilimlarni uzatish uchun emas, balki shaxsning maxsus turini shakllantirish uchun.

Jismoniy tarbiya o'quv jarayoniga milliy harakatli o'yinlarni joriy etish vaqt talabidir. Jismoniy tarbiya darslari jismoniy tarbiya sohasidagi integratsiya jarayonlari tufayli yanada xilma-xil tus oldi, bu bolalarning individual

xususiyatlarini hisobga olgan holda o'rganilgan va rivojlangan motor qobiliyatlari va ko'nikmalarining kengayishi bilan bog'liq. Bularning barchasi zamonaviy uslublar standartlari va Shimoliy etnik guruhlarining an'analari o'rtasida "o'rta zamin" topishga imkon beradi.

Uzoq shimoldagi bolalarning o'yinlari kattalarning mehnat faoliyatini aniq aks ettiradi. O'yin davomida bolalar atrofdagi hayotda ko'rganlarini takrorlaydilar. Xalq o'yinlari: o'q otish, arqon tortish, sakrash va boshqalar ijtimoiy muhitni kengaytirishga, bolalarda kuch, epchillik, jasorat, mehnatsevarlik, Vatanga muhabbat, mahalliy aholining urf-odatlarini va o'ziga xosligini saqlashga qaratilgan. Ushbu texnikaning yangiligi o'quv jarayonida o'quvchilar, o'quvchilarning sog'lig'ini mustahkamlash va saqlash maqsadida sog'lom turmush tarzini tanlashga hissa qo'shadigan umumiy madaniy, jismoniy darajani oshiradigan aniq vazifalarni ishlab chiqish, shuningdek, bolalarning motorli harakatlarini rivojlantirish mexanizmlarini ishlab chiqish va bolaning jismoniy rivojlanish darajasini aniqlash diagnostikasini ishlab chiqishdan iborat.

Milliy harakatli o'yinlar juda ko'p, ular xilma-xil, shuningdek yaxshi, chunki ishtirokchining o'zi yukni o'z imkoniyatlariga qarab tartibga soladi va bu sog'liq uchun juda muhimdir! Bu milliy o'yinlarda qat'iy tartibga solingan (sport o'yinlaridan farqli o'laroq) murakkab texnika va taktika qoidalarining yo'qligi, bu albatta sport o'yinlari bilan bog'liq, o'yin uchun har qanday maydonchadan foydalanish imkoniyati, nafaqat qat'iy belgilangan maydon, barcha bolalarni jalb qiladi. Yoshi, qobiliyati va tayyorgarligidan qat'i nazar, harakatli o'yinlar o'ynaladi.

Milliy o'yin - bu bolalarni jismoniy va axloqiy tarbiyalashning chinakam ommaviy, ommaviy vositasi, uzoq Shimol xalqlarining etnik madaniyatini tarjima qilish. Ushbu texnika bizga beradigan kutilgan natija: Bolalar salomatligini mustahkamlash, ularning sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini shakllantirish. Xalq o'yinlari tarixi, madaniyati haqidagi bilimlarni umumlashtirish va chuqurlashtirishda jamoada ishlash ko'nikmalarini, yetakchilik fazilatlarini rivojlantirishda, bolalarda o'z qobiliyatlariga ishonchni shakllantirish hisoblanadi.

O‘yinlarni mustaqil darslarda qo‘llash qobiliyati. Ushbu metodologiyani amalga oshirish shartlari:

- O‘qituvchi harakatli o‘yin metodologiyasini va harakatli o‘yin shaklida dars o‘tkazish metodologiyasini bilishi kerak.
- Milliy harakatli o‘yinlarni o‘tkazish uchun muassasada maxsus jihozlar bo‘lishi kerak.

4.4. Harakatli o‘yin metodologiyasining tavsifi

Ushbu metodologiyani ishlab chiqishning uslubiy prinsipi sifatida madaniy yondashuv tanlangan bo‘lib, u o‘quvchilarning milliy harakatli o‘yinlar asoslari to‘g‘risida dastlabki g‘oyalarini shakllantirishga yordam beradi, bu bolalarning mavjud bilim doirasini, shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi davlat ta‘lim darsturi tamoyillariga javob beradigan mavzulararo o‘zaro ta‘sirni hisobga oladi. Jismoniy faollik uchun motivatsiyani shakllantirishda va jismoniy yaxshilanishga bo‘lgan ehtiyojni rivojlantirishda quyidagilar zarur:

- bolalarning harakatlarini ongli ravishda amalga oshirish darajasini oshirish;
- mustaqil jismoniy faoliyatga, tengdoshlar bilan birgalikdagi harakatlarga ehtiyojni rivojlantirish;
- harakatli o‘yinlar, sport mashqlari va yurish va yopiq o‘yinlarni tashkil qilishda mustaqillikni saqlash, sport anjomlari va jismoniy tarbiya uskunalaridan erkin foydalanish;
- bolalarning kattalarga guruhning jismoniy tarbiya muhitini, sport maydonchasini va zalni jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga tayyorlashda yordam berish istagini qo‘llab-quvvatlash va rag‘batlantirish;
- musobaqalar, estafeta o‘yinlarini tashkil etish va ularda qatnashish istagini tarbiyalash.

Darsda aqliy va motorli harakatlarning bosqichma-bosqich shakllanishi muhim ahamiyatga ega. Har bir dars uch qismdan iborat:

1. Tayyorlov. O'quvchilarni faollashtirishga, qulay, do'stona muhit yaratishga, hamjihatlikni oshirishga yordam beradigan mashqlar va o'yinlarni o'z ichiga oladi, ular aql-idrokni, reaksiya tezligini, xotiraning tayyorligini tekshirish uchun mo'ljallangan.

2. Darsning asosiy mazmuni. Ushbu qism quyidagilarni o'z ichiga oladi: O'yinni bog'lash: o'yin maqsadini aniqlash, rollarni taqsimlash, qoidalarni belgilash va hokazo. Harakatni rivojlantirish.

3. Yakuniy. Faoliyatni tahlil qilish, o'z qobiliyatlarini, o'z his-tuyg'ularini o'z-o'zini baholash (nima bo'ldi, nima bo'lmadi va nima uchun).

O'yinda mag'lubiyatga uchragan yigitlardan salbiy his-tuyg'ularni olib tashlash. Ushbu sxemada vaqtinchalik taqsimotni shartli deb hisoblash mumkin. O'qituvchi o'z xohishiga ko'ra va darsning xususiyatlariga qarab darsning ayrim bosqichlarini uzaytiradi yoki qisqartiradi, ammo darsning sanab o'tilgan barcha sifatli bosqichlari saqlanib qolishi maqsadga muvofiqdir. Bularning barchasi talabalar, o'quvchilarning bilim motivatsiyasini oshiradi va muvaffaqiyatli muloqot ko'nikmalarini o'rgatadi – bir-birlarini tinglash va eshitish qobiliyati, dialog qurish, tushunish uchun savollar berish, o'quv materialini o'zlashtirish samaradorligini oshiradi, ongda ushbu mavzuda qo'llaniladigan bilimlar, usullar, tushunchalarning izchil mantiqiy tuzilishini shakllantiradi, vatanparvar va o'z Vataniga bo'lgan muhabbatni tarbiyalaydi. Maktab o'yinlarini tushunish P. F. Lesgaft (rus biolog, anatomist, o'qituvchisi, shifokori, jismoniy tarbiyaning ilmiy tizimini yaratuvchisi) umumiy ta'lim prinsipini asos qilib oldi, uning asosida u uslubiy talablarni ishlab chiqdi. Zamonaviy maktab amaliyoti uchun quyidagilar ayniqsa qimmatlidir: Har bir o'yin oldidan majburiy maqsadni belgilash. O'yinlarni tanlashda asta-sekinlik va ularning bolaning rivojlanishiga muvofiqligi. Qoidalarni majburiy bajarish va bolalarning o'zini o'zi boshqarishini doimiy ravishda joriy etish. O'yinlarning asta-

sekin murakkablashishi bilan bolalarga ta'sir qilishning muntazamligi. Bolalar ijodiyotini rivojlantirish bo'yicha tizimli ishlar 3 bosqichga bo'lingan. Har bir bosqichda ish maxsus tanlangan usul va usullar yordamida amalga oshiriladi: Taqlidni rivojlantirishga "o'yinni qo'llaringiz bilan ayting" taqlidini rivojlantirish usuli yordam beradi. Texnikadan darsning ikkinchi qismida umumiy rivojlanish mashqlarini almashtirish orqali foydalanish mumkin. Badiiy so'z (taxalluslar, hisoblagichlar, taklif qilingan ko'zoynaklar, ertaklar va boshqalar uchun). U bolalarga nafaqat semantik tarkib bilan, balki ichki ritm, ohangdorlik bilan ham ta'sir qiladi, bu tasavvur va tasavvurga ta'sir kuchini sezilarli darajada oshiradi. Majoziy hikoyani qabul qilish. Bu o'yinni majoziy, ixcham, iloji boricha tushunarli tarzda tushuntirishga yordam beradi va shu bilan bolalarning tasavvuriga, tasavvuriga ta'sir qiladi. Jismoniy mashqlar kombinatsiyasini tuzishda ijodkorlikni rivojlantirishni ta'minlaydigan ijodiy vazifalar usuli (masalan, "Boyo'g'li-boyo'g'li" o'yinida haydovchi eng jozibali g'ayrioddiy figurani qayd etadi). Harakatli o'yinlarda bolaga xayoliy vaziyatni tasavvur qilish va unga kirishga yordam beradigan ijodiy savollardan foydalanish orqali bolaning ijodkorligi oshadi (masalan, baliq dengizda katta akulani ko'rganda nima qiladi?). Musiqiy hamrohlik, o'yinni yorqinlik bilan to'ydiradi, bolalarning harakatlari yanada ifodali bo'ladi, psixo-emotsional kayfiyat kuchayadi. Psixo-gimnastika tadqiqotlari. Ular nafaqat ijodkorlikning rivojlanishiga ta'sir qiladi, balki tanani fiziologik me'yor holatiga keltirishga yordam beradi (masalan, "muz" o'yini bolalar muzning qanday erishini ko'rsatadilar, boshida qo'llarini boshlari ustida ushlab turadilar, keyin asta-sekin pastga tushadilar). Atributlardan foydalanish, bu kutilmagan hodisani, kutilmagan hodisani yaratadi, barcha o'yin faoliyati (kostyumlar, o'yinchoqlar, shlyapalar-niqoblar) boshlanishi va jarayonida mos keladi. Harakatli o'yinlarni ixtiro qilish uchun tanish san'at asarlari materiallari yoki hayotdagi epizodlar ishlatiladi. Buning uchun bolalar bilan badiiy asarni batafsil ko'rib chiqish bo'yicha dastlabki ishlar olib boriladi, buning uchun men boshqa mutaxassislarning yordamiga murojaat qilaman. Harakatlarni birlashtirish orqali o'yinlarni ixtiro qilish. Men bolalarni turli xil elementlarni tanlab, bir nechta o'yinlardan iborat bo'lishga taklif qilaman. Men

bolalarni o‘yinlarning variantlarini tuzishga, qoidalarining murakkabligidan foydalanishga, yangi harakatlarni kiritishga, yangi vaziyatlarni qo‘shishga, rollar sonini ko‘paytirishga, atributlarni o‘zgartirishga jalb qilaman. Hissiy jihatdan rang – barang jismoniy faoliyat, uning yordamida bolalar xayoliy vaziyatda, tana harakatlari orqali o‘z his-tuyg‘ularini ifoda etishni va mustaqil ravishda ijodiy kompozitsiyalarni izlashni o‘rganadilar-bu milliy ochiq o‘yin orqali ijodkorlikni shakllantirishning asosiy vositasidir.

Xulosa qilib aytganda yaratilgan ish tizimi o‘quvchilarda ijodiy faollikni oshirishni ta‘minlaydi, ijodiy salohiyat ko‘rsatkichlarini oshirishga yordam beradi, shuningdek jismoniy va kommunikativ rivojlanishga yordam beradi. Asosiy natija bolalarda umuman Rossiyaning ko‘p millatli madaniyati an‘analarining asosini tashkil etuvchi axloqiy ideallar va qadriyatlar haqidagi g‘oyalarni rivojlantirishdir.

Milliy harakatli o‘yinlar stressni, stressni yengillashtiradi, ishonchni rivojlantiradi, sportdagi motivatsiya va samaradorlikka ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bolaning shaxsiy xususiyatlarini bilish va o‘z amaliyotida shaxsga yo‘naltirilgan texnologiyalardan foydalanish bolaning individual rivojlanishi, o‘z vaqtida va yordam ko‘rsatish uchun sharoit yaratadi.

4.5. Harakatli o‘yinlar orqali nutq ko‘nikmalarini rivojlantirish metodikasi

3 yoshida bola deyarli so‘zlarni talaffuz qilmaydigan yoki tushunish qiyin bo‘lgan holatlarda, ko‘pincha kuzatiladi. Qancha ota-onalar o‘z farzandlari nutq rivojlanishining kechikishi yoki buzilishidan aziyat chekmasliklari bilan maqtanishlari mumkin? Muammo dolzarb bo‘lsa, uni hal qilish yo‘llarini izlash boshlanadi. Bir tomondan, tajribali nutq terapevti sizga 5 yilgacha kutishingizni maslahat beradi, boshqa tomondan, bola nutq nuqsonlari bilan birinchi sinfga borish xavfini oshiradi, chunki ularni yo‘q qilishga yetarli vaqt bo‘lmasligi mumkin. Nima qilsa bo‘ladi? Imkon qadar erta mustaqil darslar tashkil qiling va maxsus tematik kursga asoslanib nutqni rivojlantirish uchun bolalar bilan muntazam ravishda mashqlar qiling. Vazifa artikulyatsiyani mashq qilish, faol so‘z boyligini

kengaytirish va barkamol izchil nutqni rivojlantirish orqali nutq tafakkurini shakllantirishdir. Bolaning nutqini qanday rivojlantirish kerak: oddiy qoidalar bir qarashda, nutq darslariga ko‘p vaqt ajratilishi kerak. Shu sababli, ota-onalar uzoq vaqt davomida ularni boshlashga jur‘at etmaydilar. Aslida, hamma narsa unchalik murakkab emas: nutqni rivojlantirish uchun mashqlar kundalik hayotning deyarli har qanday vaqtida va moliyaviy xarajatlarsiz amalga oshirilishi mumkin. Qanday qilib? Oddiy qoidalarga rioya qilish.

1. Nutqni rivojlantirish poydevori - bu bolalar bilan doimiy aloqa. Ular javoblardan tortinmaydigan juda ko‘p savollar berishadi. Agar darhol javob berish qiyin bo‘lsa, shunday deyish yaxshiroqdir. Bolani kattalar o‘ylab ko‘rguncha kutib turing, lekin keyinchalik u kerakli ma‘lumotlarni oladi, suhbatdoshni qiziqtiradi va u bilan aloqani izlaydi.
2. Bolalar kattalar nutqiga taqlid qilishadi, shuning uchun siz so‘zlarni yoki tovushni buzadigan va kamaytiruvchi qo‘shimchalardan foydalangan holda “bolalarcha” gapirish uslubiga taqlid qilmasligingiz kerak. Bu to‘g‘ri talaffuzga xalaqit beradi va bunday nutq nuqsonlarining paydo bo‘lishiga olib keladi, bu esa faqat nutq terapevti tomonidan yo‘q qilinishi mumkin. Shuningdek, murakkab jummalarni yetkazish va bolaga tushunarsiz so‘zlarni talaffuz qilish, ayniqsa, nutqni rivojlantirishga urinish paytida ularni takrorlashga majbur qilish mumkin emas. Ishlaydigan material - bu maktabgacha yoshga mos keladigan individual tovushlar, qisqa hikoyalar va she‘rlar.
3. Agar uni mashq qilsangiz talaffuz yaxshilanadi. Bu o‘yinning erkin shaklidagi mashqlarga yordam beradi. Bolaning nutqini shunga o‘xshash tarzda qanday rivojlantirish kerak? Defektologlarning tavsiyalariga e‘tibor bering va artikulyatsiyani yaxshilash, so‘z boyligini oshirish va so‘zlashuv muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish bo‘yicha individual dars rejasini tuzing.

4.5.1. Nutqni rivojlantirish badiiy mashqlari

Bolaning artikulyatsiya organlari (til, lablar, tishlar) hali to‘liq rivojlanmagan, shuning uchun bola to‘liq gaplasha oladi (nutq harakatlarini amalga oshiradi). Buning uchun chaynash, yutish yoki so‘rish orqali rivojlanadigan katta mushaklarni aralashtirib bo‘lmaydigan kichik mushaklarni kuchaytirish kerak. Ular nutq a‘zolari uchun mashqlar to‘plami sifatida artikulyatsion gimnastika yordamida mustahkamlanadi, ular kuniga ikki marta (ertalab va bir kunlik uyqudan keyin), ko‘zgu oldida o‘tirgan suhbat paytida yukga tayyorgarlik ko‘rishga yordam beradi. Kompleks statik va dinamik nutq mashqlarini o‘z ichiga oladi, 2-3 daqiqaga taxminan 5 daqiqa kifoya qiladi.

1. Dumaloq labial mushaklarning rivojlanishi haqida "Tabassum": tishlar yopiq, lablar tabassum bilan kengaytirilgan, bu holatda ular 10-15 soniya ushlab turiladi, keyin bo‘shashadi.
2. Til muskullarining rivojlanishi to‘g‘risida "Rassom": og‘iz ochiladi, tilning keng uchi yuqori kesma ustiga joylashadi, u yerdan asta-sekin rassom cho‘tkasi kabi osmonga va orqaga o‘tadi.

1. Badiiy adabiyotlarni o‘qish

Kitoblarni o‘qiyotganda nafaqat voqealarning syujeti va rivojlanishini kuzatish, balki muallifning qaysi so‘zlar, qahramonlar, tabiat, ichki makon va buyumlarni tasvirlashiga e‘tibor berish ham foydalidir. Uning takliflari qanday qurilgan? Matnda qanday epitetlar va metaforalar qo‘llaniladi? Bunday tafsilotlarga e‘tibor qaratish va o‘qiganlaringizni takrorlash adabiy uslublarni yaxshiroq eslab qolishga va ularni o‘z nutqingizda qanday qo‘llashni o‘rganishga yordam beradi.

2. Audio kitoblarni tinglang

Maktab o‘quv dasturiga dosh berish yoki shunchaki vaqtni yaxshi o‘tkazish kerak bo‘lsa, audio kitoblar - bu ajoyib usul. Ularni tinglashda siz professional

aktyorlarning intonatsiya, mantiqiy stress, nutq tezligi va ovoz tembrini qanday ishlatishiga, pauzalar kerakli effektini qanday yaratishiga e'tibor berishingiz kerak. Barkamol, ammo monoton va tushunarsiz nutq tinglovchilar e'tiborini qozonishga yordam bermaydi. Ba'zida hayajonlanish so'zlardan ko'proq narsani aytishi mumkin, shuning uchun odamlar ko'pincha iboraning to'g'ridan-to'g'ri ma'nosiga emas, balki uni qanday talaffuz qilishiga ishonishadi. Intonatsiya yordamida odam ba'zan ongli ravishda, ba'zan esa bexosdan fikrlar, his-tuyg'ular va kayfiyatni yetkazadi. Va uning ahamiyatini his qilish oddiy mashqqa yordam beradi: har qanday so'zni talaffuz qiling (masalan, "yaxshi bajarilgan" yoki "yaxshi!") Turli xil intonatsiyalar bilan uch-to'rt marta.

4.5.2. Nutq nafasini rivojlantirish mashqlari

Tovush manbai o'pkadan tomoq, burun yoki og'iz bo'shlig'i orqali chiqadigan havo oqimi. Har qanday tovushlar nutqning bir qismidir, shuning uchun ularning to'g'ri talaffuzi, normal ovoz balandligi, shuningdek, ifodali intonatsiya va aniq diksiyon yaxshi nafas olish deb hisoblanishi mumkin. Muayyan usul yordamida bajariladigan nafas olish mashqlari uni hajmli, ritmik, sekin tomonga yordam beradi.

Buning uchun sizga kerak:

- burun orqali tez nafas oling, og'iz orqali yumshoq nafas oling,
- yonoqlaringizni ochmang
- yelkangizni tekis tuting, pastga tushmang.

O'yin shaklida bajariladigan va nutq nafasini rivojlantirishga imkon beradigan ko'plab mashqlar mavjud: momaqaymoq shlyapasini ("Dandelion), qo'lidagi qorli qorlarni, stoldan qog'oz sharlarini (Maqsadga erishish"), sharlarni, sovun pufakchalarini, qayiqdan keyin zarbani, o'yinchoqqa shamol tegirmonini ulang. „



18-rasm



19-rasm

Ko‘proq:

- “Stakan ichidagi bo‘ron”: bir stakan suvga naycha soling, u orqali bola tebranadi.
- “Lumberjack”: bolalar tik holatda turishadi, oyoqlari yelka kengligidan, qo‘llari pastga, barmoqlari esa “qulf” ichida. Nafas olayotganda qo‘llarini tez yuqoriga ko‘taring, nafas olayotganda ularni asta-sekin tushiring va shu bilan birga xayoliy boltani tashlayotgandek “Voy!”

- “Qo‘ng‘iz”: qanotlarga taqlid qilib, bola tekis qo‘llarini yon tomonlarga va bir oz orqaga yoyadi, nafas oladi, qo‘llarini pastga tushiradi va keyin tovushsiz ularni ko‘tarib, majburiy nafas oladi.

Mashqlarni takroriy takrorlash bilan bolalar zaiflashishi va bosh aylanishi mumkin, shuning uchun ularni bajarishda nafas olishni kuzatib borish va har 3-5 daqiqada tanaffus qilish kerak.

4.5.3. Lug‘at mashqlari va o‘yinlar

So‘z boyligi bolaga o‘z fikrlarini erkin aytishga va tengdoshlari bilan bemalol muloqot qilishga yordam beradi. U faol bo‘lishi mumkin, kunlik ishlatiladigan yoki passiv bo‘lishi mumkin, agar so‘zlar kam talaffuz qilinsa, lekin ma’nosiga ko‘ra quloq bilan eshitiladi. 5-6 yoshga kelib, yetkazib berish uch-to‘rt ming so‘zdan iborat bo‘lishi kerak, shuning uchun uni yangi odamlar bilan muloqot qilish, o‘qish, so‘z o‘yinlari va mashg‘ulotlar bilan to‘ldirish kerak.

Nutqni rivojlantirish uchun quyidagi mashqlar juda foydali bo‘ladi:

1. Alifbo. Bolaga alifboning ma’lum bir harfidan boshlanadigan ko‘p so‘zlarni nomlash vazifasi yuklatilgan. Voyaga yetgan kishi boshqa 3-4 so‘zga tayyor bo‘lishi kerak, uni barcha so‘zlar tugashi bilan qo‘shadi.
2. “Izohlovchi”. Ko‘chada yurish paytida, bolalardan hozirgi paytda ko‘zlarini yumgan (hech narsa ko‘rmaydi) kattalar uchun qo‘llanma ko‘rsatishni va uning atrofidagi narsalarni ro‘yxatga olishni so‘rashadi. Siz vazifani murakkablashtirasiz va bitta so‘zni ikki marta aytolmasligingiz haqida xabar berishingiz mumkin, aks holda kattalar yo‘qoladi. Keyin ko‘zlar ochilib, kattalar atrofga qarab, hali aytib o‘tilmagan narsalarga ism berishni taklif qilishadi.
3. “O‘chirish mumkin - qutulib bo‘lmaydigan” to‘p o‘yini. Bolaga to‘pni tashlab, kattalar bu so‘zni aytadilar, agar bola bu so‘z qutulish mumkin

bo'lgan narsani anglatsa, to'pni ushlashi yoki agar qutulish mumkin bo'lmasa, uni boshqa tomonga surib qo'yishi kerak.

Kattalar ishtirokisiz bolalarning so'z boyligini to'ldirishning kam samarali usullari mavjud. Bu bola audio kitoblarni tinglash va filmlarni tomosha qilish. Bolalar nutqni rivojlantirish uchun multfilmlarga qiziqishadi (ular 12 oylik va undan katta yoshdagilar uchun mo'ljallangan), ular yuz va tananing qismlarini, hayvonlar, sabzavotlar va mevalar, idish-tovoqlar va boshqalarni ko'rsatadigan yangi so'zlarni o'rganishga qaratilgan.

4. Poezd. Notiqlik mahoratini oshirish uchun har qan

day mavzu, obyekt yoki mavzuni tanlash mumkin. Bu haqda kamida besh daqiqa gaplashish kerak - go'zal, majoziy, metafora va intonatsiyadan foydalangan holda. Vazifani murakkablashtirish va tanlangan mavzuga xayrixohlik bilan e'lon qilinish mumkin, shu bilan boshlash ya'ni: "Oh, mening ovozim!". Bunday mashg'ulotlar tufayli nutq asta-sekin o'ziga ishonch hosil qiladi, to'g'ri so'zlarni tanlash osonlashadi va mashq vaqtini ko'paytirish mumkin bo'ladi.

5. Tasavvurni rivojlantiring. Yaxshi gapirishni o'rganish uchun qutidan tashqarida fikrlash qobiliyatini rivojlantirish kerak. Bu o'ziga xos fikr poezdiga ega bo'lgan qiziqarli hikoyachi bo'lishga yordam beradi. Amaliyot uchun, bir-biriga bog'liq bo'lmagan ikkita obyekt yoki tushunchalar o'rtasida umumiy bo'lgan narsalarni topishga harakat qilish kerak. Masalan, stol va mushuk o'rtasida? Siz hali ham qanotli iboralar va aforizmlarning o'zlarining davomini topishingiz mumkin. Masalan, iborani davom ettiring: "Bizning butun hayotimiz -" |. "O'yin" so'zi bilan tugatdi va qanday variantlarni o'ylab ko'rish va oqlash mumkin?

Nutq darslari hikoyani turli shakllarda o‘rganishga yordam beradi:

1. O‘zingizning tasavvuringizni mashq qilish uchun "Jumlalarni tugating" o‘yin mashqlari. Voyaga yetgan bolalar bolalarga hikoyaning boshlanishini (ertaklar, she’rlar) aytib berishadi va ular o‘zlari bilan tugaydi.
2. Tanish so‘zlardan uzun jummalarni tuzish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun "Jumlalarni tuzing" mashqini bajaring. Bola o‘zining yetakchi savollariga asoslanib, kattalar tomonidan boshlangan gapni tugatishi kerak: "Masha savatga solib o‘rmonga ketdi. Nega? (qo‘ziqorin terish, buviga tashrif buyurish). Uning savatidagi nima? (hech narsa, piroglar)" . Bolalarni yetakchi savollarga asoslanib, kattalar tomonidan boshlangan taklifni davom ettirish va bajarish tavsiya etiladi.
3. Vaziyatni tahlil qilish, modellashtirish va bashorat qilish uchun murakkab aqliy vazifa bilan "Agar ..." o‘yin mashqlari. Bolaga, agar qo‘lida sehrlil tayoq bo‘lsa, u ko‘rinmas va shunga o‘xshash narsalarga aylanib qolsa, nima bo‘lishi haqida o‘ylash taklif etiladi.

Bolaning nutqi faqat kattalar uni tushunganida va u bilan mantiqan aloqa qilganida, majoziy va ifodali bo‘lib qoladi, shuning uchun nutqni rivojlantirish uchun mashg‘ulotlar bemalol va izchil bo‘lishi kerak. Bolalarni qiziqtirish uchun ular mavjud bo‘lgan o‘qitish usullaridan foydalanishlari, boshqa bolalarni jalb qilishlari va ota-onalarning o‘zlari ham faol ishtirok etishlari kerak.

Mashg‘ulotlar uchun qulay shart-sharoitlarni yaratish bolalarga uyda nutqini rivojlantirish uchun o‘yinlarni yaratishga imkon beradigan o‘yin burchaklari va o‘yinchoqlar to‘plamlariga yordam beradi. Bu eng yaxshi bo‘lishi mumkin turli xil belgilar va oddiy bezaklar (dizaynerlarning uylari, daraxt shoxlari, kublar) bo‘lgan uy teatri. Shunday qilib, bola yaxshi gapirishni va ijodiy improvizatsiya qilishni o‘rganadi.

Biz, albatta, soʻz boyligini rivojlantiradigan oʻyinlar haqida gapiramiz: masalan, Scrabble va Taboo. Birinchisida, iloji boricha koʻp ochko toʻplashga harakat qilib, krossvordli jumboq asosida soʻzlar tuzishingiz kerak. Oʻyin davomida siz koʻplab yangi soʻzlarni va ularning maʼnosini oʻrganishingiz mumkin. "Scrabble" deb nomlangan mobil versiyasi mavjud: u yoʻlda yoki kutishda vaqt sarflashga yordam beradi.

"Tabu" oʻyini - bu jamoaviy oʻyin, unda biron bir soʻzni yoki oʻzi yoki u bilan bogʻliq taqiqlangan iboralarni - "tabu" deb aytmasdan tushuntirish kerak. Bu yerda, masalan, "daraxt", "burglar", "qayin poʻstlogi", "patlar", "sharbat" soʻzlaridan foydalanmasdan "qayin" soʻzini qanday tushuntirish kerak? Variantlar "bayroq ramzi", "Anvarning sevimli daraxti" boʻlishi mumkin.

4. Nutqni sifatlar bilan bezang

Ushbu mashq sizga buni bilib olishga yordam beradi. Siz har qanday otni olishingiz kerak - masalan, "stol" va u ishlatilgan 10 ta sifatni taklif qiling. Masalan, "ovqat", "yogʻoch", "dumaloq", "qadimgi", "antiqa" va hokazo. Va keyin - bu ot ishlatilishi mumkin boʻlmagan kamida 10 ta sifatlar, masalan, "yomgʻirli", "nutq" "Detektiv" va boshqalar. Vazifaning ikkinchi qismi ancha qiyin - va kulgili.

5. Qiziqarli savollar berishni oʻrganing

Siz har qanday mavzuni olib borishingiz mumkin: masalan, oʻzingizning sevimli televizion koʻrsatuvingiz va "nima uchun", "nima uchun", "qanday", "bu nimaga bogʻliq", "oʻzingizni qanday his qilyapsiz" va boshqa soʻzlardan boshlab kamida 10 ta savol bering. va hokazo. Ular "ha" yoki "yoʻq" javob bera olmaydilar va suhbatdoshga oʻz fikrlarini toʻliq ifoda etish imkoniyatini beradilar. Rollarni oʻzgartirgan holda bu vazifani juftlik bilan bajarish yaxshi.

6. Ommaviy nutqni tomosha qiling

Boshqa odamlarning ma'ruzalari, shuningdek filmlar va spektakllar bilan tanishish va og'zaki bo'lmagan aloqa usullari - yuz ifodalari va imo-ishoralarni qo'llashni kuzatish foydali bo'ladi. Yaxshi mashq - bu film nimani anglatishini va personaj qanday his-tuyg'ularni boshdan kechirayotganini tushunmasdan kerak bo'lsa, ovozni o'chirib filmlarni tomosha qilish. Siz o'zingizni jim filmlarda aktyor sifatida tasavvur qilib, g'azab, orzular yoki quvonchni bir ovozsiz ifoda etishga harakat qilib, ko'zgu oldida mashq qilishingiz mumkin.

Nazorat savollari:

1. Sport to'garaklariga tanlov o'tkazish va qabul qilishda harakatli o'yinlardan foydalanish qanday afzalliklar bilan izohlanadi?
2. Sport turlariga xos texnik-taktik ko'nikmalarni shakllantirishda harakatli o'yinlardan foydalanish qanday ustunliklarga ega?
3. Kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik sifatlarini shakllantiruvchi harakatli o'yinlar bo'yicha misollar keltiring.
4. Diqqat va xotirani shakllantiruvchi harakatli o'yinlar bo'yicha misollar keltiring, ularning xususiyatlarini izohlab bering.
5. Jismoniy va ruhiy qobiliyatni tiklovchi o'yinlar mohiyatini ochib bering.
6. Jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o'yinlardan foydalanishning yo'llari haqida gapirib bering?
7. Milliy xalq o'yinlari asosida bolalarda odob - axloqni o'rgatish deganda siz nimani tushunasiz?
8. Milliy o'yinlar sog'liqni saqlash omili sifatidaligigga qanday qaraysiz?
9. Harakatli o'yin metodologiyasining tavsifi haqida gapirib bering?
10. Harakatli o'yinlar orqali nutq ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasiga misollar keltiring?

**MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNI O‘QITISH METODIKASI
FANIDAN**

GLOSSARIY

Inglizcha	O‘zbekcha	Qisqacha ta’rifi
Play	O‘yin	Harakat faoliyati davomida bajariladigan har bir hatti-harakatning belgilangan qoidalar asosida amalga oshirilish jarayoni.
Motion	Harakat	Mashg‘ulot jarayonida amalga oshiriladigan shartli va shartsiz faoliyat.
Direction of the game	O‘yinga rahbarlik qilish	O‘yin jarayonini nazorat qilish.
Community	Jamoa	2 yoki undan ortiq mayda guruh.
The captain of the team	Jamoa sardori	O‘z guruhidan saylangan etakchi.
Mother's head	Ona boshi	Jamoaga bo‘linmay o‘ynaladigan o‘yinlardagi o‘yin boshi.
Wrong	Boshlovchi	O‘yinni boshlab beruvchi jamoa etakchisi.
The game	O‘yinni boshqarish	O‘yin jarayonini kuzatish, nazorat qilish orqali xatolar va yutuqlarni hisoblab borish.
The appointment of assistants in the game	O‘yinga yordamchilarni tayinlash	O‘yin jarayonini kuzatish davomida o‘yinchilarni yutuq va kamchiliklarini hisoblab borish.

Winner	G'olib	Muvaffaqiyatga erishish.
Beat	Mag'lub	Imkoniyatni boy berish.
Promotion	Rag'batlantirish	Harakat faoliyatini baholash.
Penalty	Jarima	Harakat faoliyatidagi xatolarga tanbeh.
Point	Ochko	Harakat faoliyatiga ball qo'yish.
Relay	Estafeta	O'yin qoidalariga muvofiq belgilangan masofani jamoa bilan birgalikda bosib o'tish.
Competition	Musobaqa	Biror bir harakat faoliyatini belgilangan qoidalar asosida amalga oshirib muvaffaqiyatga erishish uchun kurashish jarayoni.
Strength	Kuch	Organizmning tashqi ta'sirlarga muskul taranglashuvi orqali qarshilik ko'rsatish qobiliyati.
Operative	Tezkorlik	Qisqa vaqt ichida ma'lum bir masofani bosib o'tish.
Promptness	Chaqqonlik	Harakatlarni turli o'zgaruvchan sharoitda tezkorlikda amalga oshirish jarayoni.
Flexibility	Egiluvchanlik	Harakatlarni katta amplitudada bajarish qobiliyati.
Endurance	Chidamlilik	Biror bir harakat faoliyatida charchoqqa qarshilik ko'rsatish qobiliyati.
Speech	Nutq	Fikrlarni ravon tushunarli aytib berish.

Bypass relay	Aylanma estafeta	O'yin qoidalariga muvofiq belgilangan masofalarni jamoa bilan birgalikda bosib o'tish.
Walk	Yurish	Insonning bir joydan ikkinchi joyga ko'chishdagi oddiy harakat faoliyati hisoblanadi.
Run	Yugurish	Insonning bir joydan ikkinchi joyga ko'chishdagi murakkab harakat faoliyati hisoblanib, yurishdan uchish fazasi bilan farqlanadi.
Hop	Sakrash	To'siqlardan o'tishning tabiiy usuli bo'lib, qisqa vaqt ichida asab-muskul kuchiga maksimal zo'r berish bilan tavsiflanadi.
Throw	Uloqtirish	Sport jihozlarini (to'plar va hokozolar) uzoqliqqa itqitish va otish mashqlaridan tashkil topgan harakat faoliyati.
Exercise	Mashq	Biror bir harakat faoliyatini qoidalar asosida amalga oshirish jarayoni.
Referee	Hakam	O'yin yoki musobaqa jarayonini boshqaruvchi va nazorat qiluvchi shaxs.
Arbitration	Hakamlik	O'yin yoki musobaqa jarayonini boshqarish va nazorat qilish.
The observer	Kuzatuvchi	Hakamlik davomida unga yordam berib turuvchi shaxs.
Game regulation	O'yinni me'yorlash	O'quvchilarni yoshi, jinsi va jismoniy qobiliyatini hisobga olgan holda o'yin

		jarayoniga jismoniy yuklamalar belgilash.
Arrangement	Tashkil qilish	O'yinni boshlashdan oldin o'yin jarayoniga kerakli barcha jihozlarni tayyorlash va o'quvchilarni jalb qilish.
The organization of the game	O'yinni tashkil qilish	O'yinni tushuntirish, o'yin jarayonini nazoratda o'tkazish.
Analysis of the game	O'yinni tahlil qilish	O'yin jarayonidagi o'quvchilar faoliyatini muhokama qilish.
Selection	Tanlash	Biror bir o'yin, o'yinchi va harakat faoliyati turini ma'qul topish.
Rules of the game	O'yin qoidalari	O'yinni belgilangan tartiblar asosida amalga oshirish jarayoni.
Description of the game	O'yin tavsifi	O'yinni mazmuni, qoidalari haqida umumiy tushuncha.
A variant of the game	O'yin varianti	O'yinni boshqa qoidalarini ishlab chiqish.
Preparing for the game	O'yinga tayyorgarlik	O'yin jarayoniga kerakli barcha jihozlarni tayyorlash va o'quvchilarni jalb qilish.
Pendulum running	Mokisimon yugurish	Turli masofalarga borish va qaytish orqali bajariladigan harakat faoliyati.
Step crossed running	Chalishtirma qadamlab yugurish	Oyoq va qo'lni bir-biriga qarama qarshi harakatlaridan iborat chigal yozdi mashqlari.
Rapidly	Shiddat	Biror bir harakat faoliyatini yuqori darajadagi tezkor-kuch bilan amalga oshirish

		jarayoni.
Educational	Ta'limiy	O'yindagi biror bir harakat faoliyatini nazariy va amaliy jihatdan o'rgatish jarayoni.
Educational	Tarbiyaviy	O'yindagi umumiy faoliyatni har tomonlama ma'naviy axloqiy jihatdan o'rgatish jarayoni.
Develop	Rivojlantiruvchi	Harakat faoliyatini yaxshilashga qaratilgan mashqlarni bajarish jarayoni.
Rest	Hordiq	Mashg'ulot va o'yin jarayonidan so'ng charchoqni chiqarishga qaratilgan jarayon.
Health	Sog'lomlashtiruvchi	Mashg'ulot va o'yin jarayonida sog'lomlashtirishga qaratilgan jarayon.
Verifying	Tiklovchi	Mashg'ulot va o'yin jarayonidan so'ng organizmni dastlabki holatga qaytarishga qaratilgan jarayon.
Cannon	To'p	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan sport jihozi.
Ball	Koptok	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan sport jihozi.
Ring	Halqa	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan sport jihozi.
Swinging	Arg'imchoq	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan sport jihozi.
Obstacles	To'siqlar	Mashg'ulot va o'yin jarayonida

		foydalaniladigan sport jihozi.
Sports equipment	Sport jihozlari	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan majmual sport jihozlari.
Music games	Musiqali o'yinlar	O'yin jarayonida musiqaga mos o'yin mashqlarini tashkil qilish jarayoni.
Rival	Raqib	O'yin yoki musobaqa jarayonida bahslashuvga kirishiladigan yakka turdagi sportchi hamda jamoa.
Mastery	Mahorat	Mashg'ulot, o'yin va musobaqa jarayonida jismoniy hamda texnik-taktik imkoniyatlarni yuqori darajada ko'rsatish jarayoni.
Sport	Sport	Xususiy musobaqalashuv faoliyati.
Sports Day	Sport bayrami	Biror bir sport turidan tadbirlarni o'tkazish jarayoni.
Merry Starts	Quvnoq startlar	Sport mashqlari va turlaridan musobaqalarni o'tkazish jarayoni.
Statute of the tournament	Musobaqa nizomi	Biror bir sport turidan musobaqlarni o'tkazishda amal qilinadigan qoidalar.
Polvon	Polvon	Yuqori darajadagi jismoniy va texnik-taktik qobiliyatlarga ega bo'lgan kurashchi.
Sir games	Ser harakat o'yinlar	O'yinni mazmunida ko'plab turli harakatlar kiritilgan o'yinlar.
Little games	Kam harakat o'yinlar	O'yinni mazmunida kam harakatlar kiritilgan o'yinlar.
Break	Tanaffus	Dars, mashg'ulotlar va o'yinlar oralig'idagi

		dam olish vaqti.
Lesson	Dars	Davlat ta'lim standartlari va o'quv dasturlari asosida amalga oshiriladigan jarayon.
Part of the preparatory	Tayyorlov qism	Mashg'ulotning asosiy qismidan oldingi umumrivojlantiruvchi va chigalyozdi mashqlarini bajarish jarayoni.
The main part	Asosiy qism	Mashg'ulot mavzusini mukammal o'rgatish jarayoni.
The final chapter	Yakuniy qism	Mashg'ulot jarayonidan so'ng organizmni dastlabki holatga qaytarishga qaratilgan jarayon.
Circle	To'garak	Biror bir sport turidan qo'shimcha mashg'ulotlar tashkil qilish jarayoni.
Area	Maydon	Mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish joyi.
Border	Chegara	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan hududlarni chekkasi.
Line	Chiziq	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan hududdagi chizmalar
Character	Belgilar	Mashg'ulot va o'yin jarayonida foydalaniladigan hududdagi yordamchi jihozlar.
Game plans	O'yin chizmasi	O'yinni xaritasi.
Young	Yosh xususiyatlari	Shug'ullanuvchilarni yoshini hisobga olinishi.

Young	Kichik yosh	2-10 yoshli bolalar.
In middle age	O'rta yosh	11-18 yoshli bolalar.
Young	Katta yosh	18 yoshdan kattalar.
Game controls	O'yin elementlari	O'yinning mazmunini tashkil etadigan harakatlar va hokozolar.
The aim of the game	O'yin maqsadi	O'yin orqali ta'limiy, tarbiyaviy va sog'lomlashtiruvchi ta'sirga ega bo'ladigan omillar.
Game functions	O'yin vazifalari	O'yinni o'tkazishda ta'limiy, tarbiyaviy va sog'lomlashtiruvchi ta'sirga ega bo'ladigan amallar.
Speeches	So'zlashuv	Mashg'ulot va o'yin jarayonida nutqdan foydalanish.

MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNI O‘QITISH METODIKASI
FANIDAN TESTLAR

№	Savol	A	B	D	E
1.	“Navro‘z” bayramlarida qanday harakatli o‘yinlar qo‘llaniladi ?	Arqon tortish, armresting o‘yini, bo‘sh joy	Estafeta, gimnastika, o‘yinlari	Yugurish, gimnastika o‘yinlari	Turli xalq gimnastik chiqishlar
2.	1-2 sinf o‘quvchilariga qanday harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi ?	raqamlarni chaqirish joy almashish bo‘sh joy	Joy almashish	Yugurish	Sakrash
3.	3-4 sinf o‘quvchilari bilan qanday harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi?	O‘rtada turish, tez yugurish, ko‘chma nishon	tez yugurish	Sakrash	Bayroqcha
4.	5-6 sinf o‘quvchilari bilan qanday harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi ?	ko‘z bog‘lash joy almashish bo‘sh joy	joy almashish	bo‘sh joy	Yugurish
5.	Qizlar o‘rtasida qanday harakatli o‘yinlar tashkillanadi ?	o‘rtaga turish oq-terakmi ko‘k terak arqon bilan o‘yinlar	oq-terakmi ko‘k terak	arqon bilan o‘yinlar	do‘mbolog‘ oshish
6.	Bayramlarda qanday harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi ?	ko‘z bog‘lash joy almashish bo‘sh joy	joy almashish	Sakrashlar	Yugurish
7.	Basketbol elementlari bilan qanday o‘yinlar qo‘llaniladi ?	to‘pni savatga tashlash , to‘pni olib yurish	katta aylanma estafeta	kuchli va chaqqonlar	uzoqqa sakrash
8.	Tanaffus vaqtida qanday o‘yinlar qo‘llaniladi ?	Uchinchi ortiqcha, bo‘sh joyga turib ol, raqamlar chaqirish	tez yugurish	ko‘chma nishon	joy almashish
9.	Maktab jismoniy tarbiya darsi nechta chorakda o‘tiladi?	4	5	2	1
10.	Harakatli o‘yin dars konspekti necha qismdan iborat?	3 qism	1 qism	2 qism	4 qism

11.	Vatanparvarlik ruhida tarbiyalovchi harakatli o'yinlar ?	Qal'ani ximoya qilish , merganlar , estafetali yugurish	eshak mindi	Arqon bilan o'yinlar	Ovchilar
12.	Qaysi o'yin Voleybol elementi bilan o'tkaziladi?	Kartoshka, pionerbol, voleybolchilar estafetasi	Suzish	Ovchilar	tez yugurish
13.	Gimnastika elementi bilan o'tkaziladigon harakatli o'yinlar ko'rsating?	mosga turish, umbaloq oshish, kondan sakrash	ko'z bog'lash	o'yinga joy top	kim oldi
14.	Darsni maqsadi va vazifasini maktabning qaysi rejalashtirish xujjatidan olasiz?	yillik reja kalendar reja.	ko'p yillik reja	Chorak reja	chorak reja grafigidan
15.	Dzyudo kurashi bo'yicha qanday harakatli qo'llaniladi ?	Yelkadan oshirish, ko'tarib urish, chalib yiqitish	Tez yugurish	to'p uchun kurash	ko'z bog'lash
16.	Dzyudo kurashi bo'yicha qanday harakatli qo'llaniladi	Yelkadan oshirish, ko'tarib urish, chalib yiqitish	Tez yugurish	to'p uchun kurash	ko'z bog'lash
17.	Yoz faslida qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi ?	o'rtada turish tez yugurish ko'chma nishon	Yugurish	ko'chma nishon	Sakrashlar
18.	Yozgi dam olish oromgoxlarda qanday xarakatli o'yinlar o'tkaziladi?	ko'z bog'lash joy almashish bo'sh joy	joy almashish	bo'sh joy almashish	Aylanma
19.	Yengil atletika elementi bilan qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi ?	Estafeta, kim birinchi, chaqqonlar	Oq terakmi ko'k terakmi	Ovchilar	To'pni uzat
20.	Yengil atletika elementi bilan qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi ?	Estafeta, kim birinchi, chaqqonlar	Oq terakmi ko'k terakmi	Ovchilar	To'pni uzat
21.	Jamoa bo'lib o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish	basketbolchilar r estafetasi futbolchilar ,qo'l to'pichilar, voleybolchilar	Futbolchilar estafetasi	qo'l to'pi o'yinchilar estafetasi	voleybol estafetasi
22.	O'gil bolalar o'rtasida qanday xarkatli o'yinlar tashkillanadi?	tez yugurish arqon tortish kuchlilar va chaqqonlar	arqon tortish	kuchli va chaqqonlar	Uloq
23.	Katta tanaffusda qanday harakatli o'yinlar qo'llaniladi?	ko'z bog'lash, joy almashish, bo'sh joy	joy almashish	bo'sh joy	Suzish
24.	Kichik basketbol	to'pni savatga	katta aylanma	kuchlilar va	uzoqqa sakrash

	elementi bilan qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi?	tashlash, katta aylanma estafeta, topni olib yurish	estafeta	chaqqonlar	savatga tashlash
25.	Kichik voleybol elementi bilan harakatli o'yinlarni qo'llashdagi harakatli o'yinni belgilang?	Kartoshka, pionerbol	joy almashish	Ovchilar	tez yugurish
26.	O'qituvchi URMlarni bajarib ko'rsatib berganidan keyin mashqni o'tkazish uchun qanday buyruq beradi?	"Dastlabki xolatni qabul qiling mashqni boshladik!"	"Men bilan mashqni boshladik!"	"Dastlabki xolatni qabul qiling mashqni men bilan boshladik!"	"Dastlabki qolatni qabul qiling!"
27.	URM yordamida qanday vazifalar hal qilinadi?	Sog'lomlashtiruvchi, ta'lim, rivojlantiruvchi	Tarbiyaviy, asosiy, sog'lomlashtiruvchi	Sog'lomlashtiruvchi, ta'lim, ta'rbiyaviy – amaliy	Sog'lomlashtiruvchi, ta'lim, mustahkamlovchi-takrorlovchi
28.	URMlarni uzluksiz o'tkazishda qanday buyruq beriladi?	oxirgisi, keyingisi	keyingi mashqni boshlang	Oxirgi	mashqni boshlang
29.	Mashg'ulotda jismoniy tarbiya o'qituvchisi mashg'ulotni nimaga asoslanib tuzadi?	Dasturga asoslanib shug'ullanuvchilarni yoshi va jinsiga qarab	Shug'ullanuvchilarni yoshi va jinsiga qarab	O'quv qo'llanmalarga asoslanib, dasturga asoslanib	Direktorni savoliga asoslanib, dasturga asoslanib
30.	Kichik yoshdagi o'quvchilar bilan qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi?	o'rtada turish tez yugur ko'chma nishon	tez yugurish	ko'chma nishon	Suzish
31.	Kichik qo'l to'pi bo'yicha qanday harakatli o'yinlar qo'llaniladi?	o'rtaga turish, nishonga urish, ovchilar va o'rdakchalar	bo'ri zo'vur ichida	arqoncha bilan tutish	xo'rozlar jangi
32.	Kollej talabalari bilan qanday harakatli o'yinlar qo'llaniladi?	to'pni uzat, bo'sh joy, ko'z bog'lash	bo'sh joy	ko'z bog'lash	Poyga
33.	Litsey o'quvchilari bilan harakatli o'yinlarni o'tkazish	futbol basketbol voleybol gandbol elementlari bilan	basketbol elementlari estafetasi	o'rtaga turish kartoshka	Voleybol
34.	Maktab jismoniy tarbiya sport o'yinlari darsida o'qitishni qaysi usulidan ko'p foydalaniladi?	gapirib berish usuli ko'rsatib berish usullari	ko'rsatish usuli	mashq usuli	ko'rsatib berish usullari
35.	Maktab sport to'garaklarida qanday	Basketbol, futbol	basketbol elementlari	o'rtaga turish	Suzish

	harakatli o'yinlar qo'llaniladi ?	elementlari estafetasi, o'rta turish	estafetasi		
36.	Maktabda sport o'yinlari dars paytida qaysi usuldan ko'p foydalanasiz?	gapirib berish va ko'rsatish, mashq usullari	ko'rsatish usuli	mashq usullari	Ko'rsatish, mashq usullari
37.	Matematik elementlar bilan qanday harakatli o'yinlar o'tkaziladi ?	Sanash, raqamlarni chaqirish, har kim o'z raqamiga	o'rtada turish	to'p uzatish	kim chaqqonroq
38.	Maxsus maktab internat tarbiyalanuvchilari bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar	to'pni bir-biriga uzatish, to'pni joyiga qo'yish	Ko'z boylash	Chillak	Botqoq
39.	Harakatli o'yinlarni belgilang ?	oq-terakmi ko'k terak, quvlashmachoq, quloq cho'zma	Sakrashlar	Yugurishlar	Suzish
40.	Harakatli o'yinlarni o'tkazish qanday jihozlardan foydalaniladi	ko'rgazmali qurol tayyorlash joy tayyorlash to'plar, bayroqchalar, tayoqchalar	ko'rgazmali qurol tayyorlash	to'plar bilan o'ynaladigan o'yinlar	Suzish
41.	Harakatli o'yin darsi necha bo'limdan iborat?	tayyorlov qism, asosiy qism, yakuniy qism	tayyorlov qism	yakunlovchi qism	Uloq
42.	Harakatli o'yinlar bo'yicha musobaqlarni tashkil etish va o'tkazish	musobaqa maqsad va vazifalari musobaqalarni boshqarish musobaqani o'tkazish sharti	Sakrashlar	musobaqani o'tkazish sharti va tartibi	musobaqani o'tkazish tartibi
43.	Harakatli o'yinlar darsida qaysi ta'lim usullaridan foydalanasiz?	Og'zaki, ko'rgazmali, amaliy	Ko'rgazmali	Amaliy	Imo ishora
44.	Harakatli o'yinlar darsini olib borish usullari	ommaviy shug'ullanish usuli	ahil usuli	gurux usuli	barcha javoblar to'g'ri
45.	Mini futbol bo'yicha qanday harakatli o'yinlar qo'llaniladi ?	to'pni olib yurib darvozaga tepish, futbolchilar estafetasi	ko'z bog'lash	oq terakmi ko'k terak	bayroqchalar bilan musobaqa
46.	Muruvvat uylari tarbiyalanuvchilari	bayroqchani qo'yib kelish,	to'pni olib yugurib qo'yish	to'pni olib yugurib savatga	Yugurish

	uchun Harakatli o'yinlarni tashkillash va o'tkazishdagi o'yinlarni belgilang?	to'pni olib yugurib qo'yish, to'pni olib yugurib savatga tashlash		tashlash	
47.	Nogironlar o'rtasida harakatli o'yinlarni o'tkazish	bayroqchalar bilan musobaqa to'pni olib yugurib qo'yish	yugurish	ko'z bog'lash	to'pni olib yugurib qo'yish
48.	Nutq madaniyati bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar	Oq terakmi ko'k terakmi, qorbobo ayoz bobo, romolcha tashlash	Yuqoriga sakrash	Bo'sh joy	Kim chaqqon
49.	Ochiq xavoda qanday harakatli o'yinlardan foydalaniladi?	Futbol elementlari estafetasi basketbol elementlari estafetasi o'rtaga turish	Dumboloq oshish	O'rtaga turish	Uloq
50.	Para Olimpiada o'yinlarida qanday harakatli o'yinlardan foydalaniladi?	to'pni savatga tushirish, tez yugurish, ko'chma nishon	ko'z bog'lash	ko'chma nishon	tez yugurish
51.	Sakrash elementi bilan harakatli o'yinlarni o'rgatish	yugurib uzunlikka sakrash, turgan joyda uzunlikka sakrash	bo'sh joy	ko'chma nishon	kim keldi
52.	Sinflarda xaratkali o'yinlarni o'tkazish	shaxar topish	bayroqcha bilan musobaqa	tez yugurish	baliqchilar to'ri
53.	Stol tennis elementlari bo'yicha harakatli o'yinlar o'tkazish	raketkada sharni olib yurish	kuchli va chaqqonlar	tez yugurish	arqon tortish
54.	Suzish elementi bo'yicha harakatli o'yinlar o'tkazish	baterfley	o'rtaga turish	arqon bilan o'yinlar	joy almashish
55.	Tennis elementi bilan Harakatli o'yinlarni o'tkazish	tennis sharini olib yurish	yugurish estafetasi	ko'z bog'lash	bo'sh joy
56.	Umumta'lim maktab jismoniy tarbiya o'quv dasturida Harakatli o'yinlarni o'rgatishda qo'llaniladigan o'yinlarni belgilang?	Kun va tun, xo'rozlar jangi, bo'ri zovur ichida	Jang	Stadion	Tez yugurish
57.	Futbol elementi bilan	to'pni boshda	oq terakmi ko'k	ko'z bog'lash	Musobaqa

	o'tkaziladigan harakatli o'yinlarni belgilang?	olib yurish, bayroqchalar	terak		
58.	Harbiy vatanparvarni ruxidagi Harakatli o'yinlarni belgilang?	ayg'oqchilar	doira bo'ylab yugurish	kuchli va chaqqonlar	baliqchilar to'ri
59.	Sinfda o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazishni belgilang?	eslab qol	o'rta turish	Suzish	basketbol elementlari estafetasi
60.	Qizlar o'rtasida Harakatli o'yinlarni tashkil etish va o'tkazish metodikasi	o'rta turish oq-terakmi ko'k terak arqon bilan o'yinlar	oq-terakmi ko'k terak	arqon bilan o'yinlar	Gimnastik chiqishlar

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI.

Asosiy adabiyotlar:

1. T.S. Usmonxo‘jaev “Harakatli o‘yinlar” O‘quv qo‘llanma T.: O‘qituvchi 1992
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L “Sport bayramlarini tashkil qilish va o‘tkazish metodikasi” Darslik T.: 2008
3. P.Xo‘jaev, K.D. Raximqulov B.B.Nigmanov “Sport va harakatli o‘yinlar va uni o‘qitish metodikasi. (Harakatli o‘yinlari)” O‘quv qo‘llanma TDPU T.: 2008
4. R.I.Azizova “Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi” O‘quv qo‘llanma T.: 2010
5. K.D.Raximqulov “Milliy harakatli o‘yinlari” O‘quv qo‘llanma T.: 2012
6. Arjan Egges, Arno Kamphuis, Mark Overmars “Motion in Games” First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s.
7. Жуков М.Н. — М.: Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. Издательский центр «Академия» 2000. - 160 с.

Qo‘shimcha adabiyotlar:

1. Raximqulov K.D. Harakatli o‘yinlar (ma‘ruzalar matni) 2001y.
2. Xo‘jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. «Xalq milliy o‘yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
3. Normurodov A.N. O‘zbek milliy o‘yinlari T.: - 1999 y
4. Rahimqulov K.D., Usmonxo‘jayev T.S. «Jismoniy tarbiyadan bolalar va

o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.

5. Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev F. "1001" o'yin. T.: 1990 y

6. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y

7. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. «Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi» Cho'lpon nashriyoti T.: 2010 y.

8. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.

9. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.

10. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.

11. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

12. 2020 "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazzetalari tahriryati
DUK

13. Suratlar O'zArxiv agentligi tarkibidagi "Kinofotofono" hujjatlar arxividan olindi.

14. Kun.uz internet sahifasi: <https://kun.uz/uz/news/2022/03/20/otma-tayoq-girboydi-dim-dim-yoqolib-borayotgan-xalq-o/yinlaridan-qaysilarini-bilasiz> maqolasidan foydalanildi.

Elektron ta'lim resurslari

1. www.tdpu.uz

2. www.pedagog.uz

3. www.ziyonet.uz

4. www.edu.uz

MUNDARIJA

I BOB MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNING MAZMUNI, MOHIYATI. XALQ O‘YINLARINI TIKLASH VA RIVOJLANTIRISH.....5

- 1.1. Xalq o‘yinlarini tiklash va rivojlantirish hamda mamlakatda xalq o‘yinlarining ta’qiqlanishi.....8
- 1.2. O‘zbek xalq o‘yinlarining rivojlanish tarixi.....9
- 1.3. Xalq o‘yinlari barcha sport o‘yinlari negizida.....14
- 1.4. Sohibqiron Amir Temur faoliyatida xalq o‘yinlarining ahamiyati.....15
- 1.5. Xalq o‘yinlariga yondashuvning yangi bosqichi.....16
- 1.6. Xalq o‘yinlarining badiiy estetik ahamiyati.....30
- 1.7. Aholi istiqomat joylari, istirohat va ko‘ngil ochish bog‘larida milliy harakatli o‘yinlarni tashkil etish.....34
- 1.8. Ulug‘ sanalar ananaviy bayramlar va turli milliy udumlarda milliy harkatli o‘yinlardan foydalanish.....40

II BOB MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNI TASHKIL QILISH VA O‘TKAZISH METODIKASI

- 2.1. Milliy o‘yinlar va ularning ahamiyati.....43
- 2.2. Milliy harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazishni o‘ziga xos tomonlari.....44
- 2.3. O‘yinga chaqirish va to‘plash.....46
- 2.4. O‘yinni tamomlash.....56
- 2.5. Xalq o‘yinlari — bolalar uchun hayot maktabi.....58
- 2.6. Ma’naviy so‘z o‘yinlar tashkil qilish va o‘tkazish.....76
- 2.7. Milliy harakatli o‘yinlar, o‘yin debochalari, chorlamalar cheklashmachoqlar, sanamalar.....77

III BOB MAKTABDA, DARSDA VA DARSDAN TASHQARI VAQTD QO‘LLANLADIGAN XALQ HARAKATLI O‘YINLARI.

7.1. Bog‘cha bolalari bilan milliy harakatli o‘yinlarni o‘tkazish yo‘llari.....	85
7.2. Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o‘yinlarni o‘rgatish.....	88
7.3. O‘rta yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o‘yinlarni o‘rgatish.....	91
7.4. Katta yoshdagi bolalarga beriladigan milliy harakatli o‘yinlarni o‘rgatish.....	95
3.5. O‘quvchilarning darsdan tashqari vaqtlarida ularga sog‘lomlashtiruvchi milliy harakatli o‘yinlarni qo‘llash.....	99
3.6. Harakatli o‘yinlarni turkumlanishi tasnifi va ularning pedagogic ahamiyati	101
3.7. Darsdan tashqari vaqtda o‘tkaziladigan harakatli o‘yinlar.....	111
3.8. Tanaffus vaqtlarida o‘tkaziladigan o‘yinlar.....	113
3.9. Katta tanaffus paytida oynaladigan o‘yinlar.....	119
3.9.1. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilar uchun o‘yinlar.....	123
3.10. Maktab kechalari va bayramlarda o‘tkaziladigan o‘yinlar.....	130
3.11. Maktab to‘garaklarida o‘tkaziladigan o‘yinlar.....	132
3.11.1. Maktab kechalari va bayramlarda o‘tkaziladigan o‘yinlar.....	142
IV BOB HARAKATLI O‘YINLAR NAZARIYASI VA METODIKASI	
4.1. Jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o‘yinlardan foydalanishning yo‘llari.....	150

4.2. Milliy xalq o‘yinlari asosida bolalarda odob - axloqni o‘rgatish.....	152
4.3. Milliy o‘yinlar sog‘liqni saqlash omili sifatida.....	160
4.4. Harakatli o‘yin metodologiyasining tavsifi.....	162
4.6. Harakatli o‘yinlar orqali nutq ko‘nikmalarini rivojlantirish	
metodikasi.....	165
4.6.1. Nutqni rivojlantirish badiiy mashqlari.....	166
4.6.2. Nutq nafasini rivojlantirish mashqlari.....	168
4.6.3. Nutq nafasini rivojlantirish mashqlari.....	170
GLOSSARIY.....	175
TEST.....	180
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI.....	189

MAMADOVA FERUZAXON MIRZAAXMAD QIZI

**MILLIY VA HARAKATLI
O‘YINLARNI O‘QITISH
METODIKASI**

(O‘QUV QO‘LLANMA)

FDU “Nusxa ko‘paytirish bo‘limi”da
chop etildi. 06.04.2024-yil.
Buyu № 140 Adadi 20 nusxa
150100. Farg‘ona shahri
Murabbiylar ko‘chasi, 19-uy.