



MILLIY VA HARAKATLI O'YIN TURLARI, UNI TASHKIL QILISH
VA O'TKAZISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Shahrisabz davlat pedagogika instituti

Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi talabasi

Berdiyeva Mahfuza Baxtiyor qizi

E-mail: mahfuzaberdiyeva27@gmail.com

Shahrisabz davlat pedagogika instituti

Boshlang'ich ta'lim metodikasi kafedrası

Katta o'qituvchisi

Nurmaxmatov Lutfulla Abdurahmon o'g'li

E-mail: lutfullanurmaxmatov@gamil.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'zbek xalqining boy madaniy merosi bo'lgan milliy o'yinlar hamda zamonaviy jismoniy tarbiya tizimida keng qo'llaniladigan harakatli o'yinlarning o'rni, ularning pedagogik, tarbiyaviy va sog'lomlashtiruvchi funksiyalari yoritiladi. Bundan tashqari, o'yinlarni tashkil qilish texnologiyasi, ularning turlari o'quvchilarning yosh xususiyatlariga qarab ularni to'g'ri tanlash va samarali o'tkazish metodikasi tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: milliy o'yinlar, harakatli o'yinlar, jismoniy tarbiya, tarbiya metodikasi, sog'lom turmush, madaniy meros, bolalar sporti, pedagogika.

Abstract: This article discusses the role of games, which are a rich cultural heritage of the Uzbek people, and the wide range of their active, pedagogical, educational and healthy physical functions in the modern physical education system. It also analyzes the organization of games, additional devices, and methods of effective conduct of games, appropriate to the age characteristics of students.

Keywords: national games, active games, physical education, educational methodology, healthy lifestyle, cultural heritage, children's sports, pedagogy.

Аннотация: В статье рассматривается роль игр, являющихся богатым культурным наследием узбекского народа, и широкий спектр их



вклада в современную систему физического воспитания, а также их педагогические, образовательные и оздоровительные физические функции. Кроме того, анализируются организация игр, дополнительное оборудование и методика их эффективного проведения в зависимости от возрастных особенностей учащихся.

Ключевые слова: народные игры, подвижные игры, физическое воспитание, методика обучения, здоровый образ жизни, культурное наследие, детский спорт, педагогика.

KIRISH

Milliy va harakatli o'yinlar xalqimizning ko'p asrlik tarixi davomida shakllangan, boy pedagogik va tarbiyaviy imkoniyatlarga ega bo'lgan madaniy merosidir. O'yinlar insoniyatning eng qadimgi faoliyat turlaridan biri hisoblanadi. Har qanday o'yin mazmuni bilan bolani jalb etadi, uni harakatga, tafakkurga, o'z-o'zini boshqarishga o'rgatadi. Xalq o'yinlari o'zida ijtimoiy hayot tajribasini, axloqiy me'yorlarni, jismoniy faollikni mujassam etgan.

Zamonaviy jismoniy tarbiya tizimida harakatli o'yinlardan foydalanish nafaqat o'quvchilarning sog'lig'ini mustahkamlash, balki ularning ijtimoiylashuvi, estetik didini shakllantirish, jamoadorchilik, halollik va mehnatsevarlik, qolaversa o'ziga bolgan ishonchini, fazilatlarni rivojlantirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

ASOSIY QISM

Milliy o'yinlar o'zbek xalqining qadimiy an'alariga, urf-odatlariga va turmush tarziga chuqur singib ketgan. Ular asosan xalq to'ylarida, sayllarda, bayramlarda va kundalik hayotda dars jarayonlarida bolalar o'rtasida o'ynalgan. O'yinlar orqali nafaqat ko'ngilochar, balki tarbiyaviy, jismoniy va ma'naviy maqsadlarga erishilgan. O'zbek xalq harakatli o'yinlarning paydo bo'lishida va rivojlanishida shu kungacha saqlanib qolgan (yunon, Rim, arab-fors, mualliflarning qo'lyozmalari, turkiy bitiklar) qadimiy me'morchilik obidalari va amalga oshirilgan arxeologik qazilmalarning natijalari, shuningdek, xalq og'zaki ijodi namunalari (epos, doston, rivoyat, afsona, topishmoq, o'yin, raqs, musiqa, va boshqa.) g'oyat muhim ahamiyat kasb etadi.



Milliy va harakatli o'yinlar shaxs kamoloti va sog'lig'ini mustahkamlashda beqiyos vosita hisoblanadi. Ular bolalarda tezkorlik, epchillik, fikrlash qobiliyatini rivojlantirish, muloqot madaniyatini shakllantirish, qoidalarga bo'ysunish va jamoadagi harakatga moslashishni o'rgatadi. Shuningdek, bu o'yinlar orqali bolalar xalq ijodiyoti, milliy madaniyat va urf-odatlar bilan tanishadi. Qadim qadimdan rivojlanib kelyotgan zamonda hali- hanuz o'chmas bo'lib kelyotgan milliy harakatli o'yinlar temuriylar davrida Zahridin Muhammad Boburning "Boburnoma" va XI asrda yozilgan. Mahmud Koshg'ariyning "Devoni lug'ati turk" asarlari orqali vujudga kelgan. Milliy va harakatli o'yinlarning turlari juda ham ko'p. Milliy harakatli o'yin turlari quyidagilardan iborat. "Uloq-ko'pkari", "Kurash", "Cho'pon" Arqon talashish Nina, ip va tuguncha Chavandoz, Izvoshchilar, "Juftmi-toqmi" o'yini, "Chilla" o'yini, "Durra" o'yini, "Chertib" o'yini, "Qidirib top" o'yini "Bekinmachoq" o'yini "Ko'rpa yopindi" o'yini "Lanka" o'yini, "Oshiq" o'yini, "Arqon tortish" o'yini. "Qoch-qoch": "Topqir-topqir", "Kim ziyrak?", "Kim ko'p gapiradi?" Jambil o'yini, Do'ppi yashirin o'yini, Mergan o'yini "Qiz-quvdi", "Oq terakmi, ko'k terak", "Ko'z bog'lash" kabi o'yinlardir. Bu o'yinlar topqirlik, chaqqonlik, epchillik, aqliy faoliyat va qiziqtiruvchi o'yinlardan iborat. Oldingi davrda yigitlar uchun "Mergan", "Ot choptirish" "Kurash" o'yinlari muhim hisoblangan. Rustamxon, Alpomish, Go'rog'li dostonlarida ham bu o'yinlar orqali yigitlarning kuchi baholangan.

"Kurash" an'anaviy milliy qadriyatlarimizdan biri bo'lib o'ynalib kelinayotgan o'yin. Har bir ishning tartibi bo'lganidek, bu sport turining ham o'z tartib qoidalari mavjud. Bu o'yin ikkita sportchining yakkama-yakka olishuvi hisoblanadi. Qaysi birining ikki yelkasini yerga tekkizib yiqitsa halol bo'ladi. Xalqimiz orasida ikki yelkasi yerga tegmasa "chala yiqilish" yoki "yonbosh" tushish deyishadi. Ikki marta bir yelka bilan tushsa halol yiqitgan bo'ladi. Bu o'yin ham qadimdan mavjud barcha joylarda o'ynaladi. Bu sport turi haqida To'g'ay Murodning "Yulduzlar mangu yonadi" asarini misol qilsak, maqsadga muvofiq. Bu asar Surxandaryo viloyatining polvonlari ya'ni butun o'zbek xalqining g'ururi iftixori yelkasi yer ko'rmagan polvon bo'lishi har ne bo'lsa ham ortga qaytmasligi haqida berilgan. Hozirda Surxandaryolik Sherali Jo'rayev bu sport turi bo'yicha davradan chiqmagan polvonlardan biridir.



"Uloq kopkari" bu o'yin O'rta Osiyo xalqining sevimli o'yinlardan biri. Bu o'yinda asosiy e'tibor otga keyin chavandozga qaratiladi. Ot kopkariga kirishi uchun o'rtacha 4 6 yosh bo'lishi kerak. Uni 50 kun yaxshilab boqilishi undan keyin sovutilishi kerak. Bunday ishlar orqali otning uloq ayirishi yaxshi bo'ladi. Ta'limi zo'r bo'lib tarbiyasi yo'q inson bir ish qilolmaganidek, ot zo'r bo'lib chavandoz boshqarishni bilmasa, o'yinda hech qanday samara bo'lmaydi. Bu o'yin sayil bayramlarida, to'ylerde, g'alaba bayramlarida o'ynaladi. Qishloq joylarda ko'proq Navro'z saylida va Gashtaklarda o'tkaziladi.

Milliy o'yinlar bolalarni yoshligidan mehnatsevarlik, bardoshlilik, jamoaviylik, do'stlik va vatanparvarlikka o'rgatadi. O'yinlar orqali avloddan-avlodga qadriyatlar, odob-axloq me'yorlari, xalqning ijtimoiy tajribasi oshadi.

Harakatli o'yinlar — bu bolalar va o'smirlarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishiga xizmat qiluvchi faoliyat turi bo'lib, ular belgilangan qoidalar asosida jismoniy harakatlar yordamida o'tkaziladi. Bunday o'yinlar bolalarda chaqqonlik, epchillik, tezkorlik, muvozanat va muhim pedagogik fazilatlarni shakllantirishda asosiy vosita sifatida xizmat qiladi.

Harakatli o'yinlar shuningdek, bolalarda sportga qiziqishni uyg'otadi, sog'lom raqobat muhitini yaratadi va guruhda ishlash ko'nikmalarini mustahkamlaydi. O'yinlar orqali bola o'zini erkin his qiladi, shijoatli bo'ladi, o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi, charchagan holatida esa o'yin unga dam olish va yangidan kuch to'plash imkonini beradi. Harakatli o'yinlarning turlari ham ko'pgina. Masalan,

1. Tezlik va chaqqonlikni rivojlantiruvchi o'yinlar:

"Bayroqni olib kel", "Kim tez?", "Qoch – quv". "Bayroq olib kel" o'yinini yosh bolalar "Qizil bayroq" deb ham atashadi. Bunda ikkita jamoa va shu ikkala jamoada ishtirokchilar soni teng bo'ladi ularga nom qo'yiladi. O'rtada qizil chiqiziq qaysi jamoa birinchi borib bayroqni olib kelsa o'sha jamoa g'olib bo'ladi Bu o'yinlar asosan yugurish, burilish, chaplash kabi harakatlarni talab qiladi. "Qoch-quv" o'yinini bir so'z bilan "Quvlashmachoq" desak ham bo'ladi. Bu o'yinda o'quvchilar bir birini tutib olishadi.

2. Muvozanat va koordinatsiyani rivojlantiruvchi o'yinlar:



“To‘pni olib o‘t”, “Ko‘r-ko‘rona to‘siqdan o‘tish”. Bular orqali bolalar jismoniy muvozanatni saqlashni o‘rganadi.

3. Jamoaviy harakatlarni talab qiluvchi o‘yinlar:

“Estafeta”, “Komanda to‘p o‘yini”. Ushbu o‘yinlar jamoada harakat qilish, boshqalar bilan hamkorlikda harakat qilish malakasini hosil qiladi. Plin Jobs " Har bir ishtirokchi bir jamoani tashkil qiladi, har jamoa bir ishtirokchidan tuziladi" deb ta‘kidlaganidek, bu o'yinda o'ynaydigan har birbishtirokchining roli muhim hisoblanadi. Agar bittasi ortda qolsa jamoasining mag'lubiyatga sababchi bo'lishi mumkin.

4. Sog‘lomlashtiruvchi o‘yinlar:

Ertalabki badantarbiya mashg‘ulotlarida qo‘llaniladi va mushaklar, nafas olish tizimi, yurak faoliyatini yaxshilaydi. Inson ertalab uyqudan turganida o'zidan charchoqni his qiladi. Shu charchoqni ertalabki badantarbiya ozgina jismoniy mashq orqali tana a'zolarini uyg‘otib olsa kun davomida charchamaydi, uyqusirab yurmaydi. Bolani yoshligidan shunday jismoniy harakatga o'rgatib borsa, kelajakda farzandlariga ham o'rgatadi. Asosiy harakatli o'yinlar bolalarga nima uchun kerakligini yuqorida so‘zlandi. Jismonan sog'lom bolasi, o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi va boshqalar. O'quvchilarda harakatli o‘yinlarning ta‘lim-tarbiyadagi roli qanday degan savolga quyidagicha javob:

Pedagogik ahamiyati: Bola harakat orqali bilim oladi, nutqini rivojlantiradi, qoidalarga bo‘ysunadi.

Psixologik ta’siri: O‘yin bolani stressdan xalos etadi, o‘zini baholash va ishonch tuyg‘usini kuchaytiradi.

Ijtimoiy o‘rni: Jamoada ishlashni, hurmat qilishni, navbat kutishni o‘rgatadi. Sog‘lomlashtiruvchi roli: Harakatli o‘yinlar yurak-qon tomir tizimini mustahkamlash, nafas olishni yaxshilash, mushaklar rivojiga xizmat qiladi.

Harakatli o‘yinlar nafaqat jismoniy faollikni oshirishga yordam beradi, balki bolalarning psixologik rivojlanishiga katta ta’sir ko‘rsatadi. Pedagoglar uchun o‘yinlarni tashkil qilishda eng muhim omil — o‘yinning maqsadi va vazifasini aniq belgilash, o‘yin jarayonida bolalarga nafaqat jismoniy, balki ijtimoiy va ruhiy



rivojlanish imkoniyatlarini yaratishdir. O'yin qanchalik tushunarli bo'lsa dars jarayoni shunchalik qiziq bo'ladi. Bunda asosiy rolni pedagog, o'qituvchi tashkil qiladi. O'yinlar bolaning ruhiy holatini yaxshilaydi, uning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va yangi qobiliyatlarni rivojlantiradi. O'quvchilarga har qanday o'yin qiziqarli tuyuladi. G'alaba qilguncha bir birini og'zaki so'zlar bilan qo'llab turadi. Bunda o'quvchilarni tezroq harakat qilishga undaydi. Bolalarning O'yinga bo'lgan psixologik ta'siri kuzatiladi.

Bolalar o'yin jarayonida o'zlarini erkin his qiladilar, shu bilan birga, ularning o'zaro munosabatlari o'sadi va rivojlanadi. O'yin orqali bola quyidagi psixologik ko'nikmalarni o'zlashtiradi:

Shaxsiy o'zgarish: O'yinlar bolada o'zini namoyon qilish, o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglash imkoniyatini yaratadi.

Empatiya rivojlanishi: O'yinlar davomida bolalar bir-birlarini tushunib, o'zaro yordam berishadi, bu ularning empatiya tuyg'usini rivojlantiradi. Samarali muloqot: Jamoaviy o'yinlar bolalarni bir-biriga nisbatan hurmat ko'rsatishga, o'z fikrlarini aniq ifodalashga o'rgatadi. Shu bilan birga mustaqil fikrlashga ham undaydi. Har bir o'yinning hakami bo'lganidek maktablarda, sport zallarida, tabiat qo'ynida o'ylanadigan o'yinlarda ustozning roli katta ahamiyat kasb etadi.

O'qituvchi bolalarni o'yin jarayonida yo'naltiruvchi, ular uchun to'g'ri qoidalarga asoslangan vazifalar qo'yuvchi va natijada o'quvchilarning kognitiv va jismoniy ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beruvchi shaxs bo'lishi kerak. O'yinlar orqali bilim va ko'nikmalarni so'rab aqliy faoliyatni ham birgalikda olib borsa o'quvchi har tomonlama yetuk bo'ladi. Jismoniy harakat orqali bolalarga yangi ma'lumotlar, bilimlar beriladi. Masalan, to'pni olib kelish o'yini bolalarda tezkorlikni va koordinatsiyani rivojlantiradi. Bu kabi o'yinlarda sog'lom raqobatni targ'ib qilish ko'nikmalari ham mujassamlashadi. O'yinlar bolalarda musobaqa ruhini shakllantiradi. Musobaqalar orqali bolalar g'alaba va mag'lubiyatni qabul qilishni o'rganadilar. Bolalar ana shunday tezkorlikka jamoada o'ynaladigan o'yinlar orqali o'zaro munosabatlar, hamkorlik va guruhda ishlashni o'rganadilar. Jamoaviy o'yinlar orqali bola o'zining jamoadagi rolini anglaydi va jamoada o'z vazifasini bajarish



uchun mas'uliyatni his qiladi. O'yinlar ijtimoiy mahoratlarni rivojlantiradi, bolalar o'zaro hurmat, sabr-toqat va ijtimoiy ko'nikmalarni o'zlashtiradilar.

O'yinlarni tashkil qilish texnologiyasi qancha yaxshi va oson tuzilgan bo'lsa bolalarda ham shuncha o'yinda bo'lgan qiziqishi ham ortadi.

Harakatli va milliy o'yinlarni samarali tashkil qilish uchun ularni har tomonlama rejalashtirish va metodik jihatdan tayyorlash zarur. O'yinlar nafaqat bolalarning jismoniy faolligini oshiradi, balki ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Samarali o'yinlarni o'tkazish uchun quyidagi bosqichlar va uslublar muhim ahamiyatga ega.

.1. O'yinlarni rejalashtirish

O'yinlarni o'tkazishdan oldin, o'qituvchi o'yinning maqsadi, vazifalari, ishtirokchilar soni, o'yin sharoiti, zaruriy jihozlar va muddatini belgilab olishi kerak. O'yinning maqsadi quyidagi jihatlariga qaratilishi mumkin:

Jismoniy rivojlanish: O'yin bolalarning mushak tizimini rivojlantirishga, chaqqonlik, muvozanatni saqlashga yordam beradi.

Intellectual rivojlanish: Aqliy o'yinlar bolalarda tafakkur, mantiqiy fikrlashni rivojlantiradi.

Sotsial rivojlanish: Jamoaviy o'yinlar bolalarda hamkorlik, o'zaro hurmat va jamoada ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi. Bundan tashqari o'yinlarni tashkil qilishda quyidagi bosqichlarga tayanadi.

O'yinlar uchun joy tayyorlash: Bu juda ham muhim chunki o'yin o'tkaziladigan maydonni tayyorlashda bolalarning xavfsizligi, erkin harakat qilish imkoniyatlari va o'yin sharoitlarini yaratish kerak. Joyning kengligi, to'siqlar va zarur jihozlar tayyorlanishi lozim. Tor joyda bola yiqilib shikastlanishi mumkin.

Ishtirokchilarni guruhlariga ajratish: O'yinlarda ishtirok etadigan bolalar guruhlariga ajratiladi. Guruhlarni tanlashda teng imkoniyatlarni yaratish, o'yinning shakli va mazmuniga mos keladigan guruhlar tuzish kerak.

O'yin qoidalarini tushuntirish: O'yin boshlanishidan oldin barcha ishtirokchilarga o'yinning maqsadi, qoidalari, vaqt chegaralari va qo'shimcha talablar



tushuntirilishi zarur. O'qituvchi bolalarni faqat o'yinni bajarish bilan emas, balki qoidalariga rioya qilishni ham o'rgatishi kerak.

O'yin jarayonida kuzatish va baholash: O'yin davomida o'qituvchi ishtirokchilarning harakatlarini, guruhlar orasidagi muvozanatni va to'g'ri bajarilishini kuzatib boradi. O'yin muvaffaqiyatli o'tkazilganidan so'ng, o'qituvchi baholash va rag'batlantirishni amalga oshiradi.

Bunday jarayonda o'yinlarni o'tkazishda e'tibor berilishi kerak bo'lgan jihatlardan eng asosiysi xavfsizlik. O'yinlarni o'tkazishda bolalarning xavfsizligini ta'minlash eng muhim omillardan biridir. O'yin maydoni xavfsiz, yumshoq va zararsiz bo'lishi kerak. Yoshga mos bo'lishi lozim. O'yinlar har bir yosh guruhiga mos ravishda tanlanishi lozim. Yoshga qarab o'yinlarning murakkabligi, davomiyligi va harakat talablarini belgilash zarur. O'qituvchi bu jarayonlarni o'tkazish vaqtida og'zaki motivatsiya berib o'tsa o'quvchida o'yinga bo'lgan ishtiroki ortadi. O'yin jarayonida bolalarni faol qatnashishga undash, rag'batlantirish va ijobiy psixologik muhit yaratish muhimdir. Bu ularning o'yinlarga qiziqishini va qatnashuvini oshiradi.

Xulosa va takliflar

Harakatli va milliy o'yinlar bolalarning jismoniy, psixologik, ijtimoiy va axloqiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. O'yinlar nafaqat bolalarda sog'lom jismoniy faollikni rivojlantiradi, balki ular o'rtasidagi ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlash, jamoaviy ruhni kuchaytirish va shaxsiy ko'nikmalarni shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bois, o'yinlarni tashkil etishda pedagoglarning yondashuvi va metodikasi katta ahamiyatga ega.

O'yinlar texnologiyalardan va yangi pedagogik metodiklardan foydalanish orqali yanada samarali tashkil etilishi mumkin. O'yinlarga yangi g'oyalar, qoidalar va vositalarni qo'llash bolalarning qiziqishini oshiradi va o'yin jarayonini yanada boyitadi.

O'yinlar bilan sportni integratsiya qilish ham eng to'g'ri yo'l deb o'ylayman. Milliy va harakatli o'yinlarni sport faoliyati bilan integratsiya qilish, bolalarga jismoniy tarbiya va sportni sevish, musobaqalashishni o'rganish imkoniyatlarini yaratadi. Shuningdek, bu bolalarda sog'lom raqobatni rivojlantiradi.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

- 1.Mirzaeva, M. A. (2015). Jismoniy tarbiya va sportning asosiy nazariyasi. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi.
- 2 Tursunov, I. S. (2018). Milliy o'yinlar va ularning ta'limdagi ahamiyati. Tashkent: O'zbekiston pedagogika universiteti.
- 3.Shamsutdinova, G. A. (2016). Bolalar va o'smirlar uchun jismoniy tarbiya va o'yinlar. Toshkent: Akademnashr.
- 4.Toshpulatov, D. S. (2019). Pedagogik yondashuvda o'yinlarning roli. Toshkent: Fan va texnologiya.
- 5.Bakaeva, N. R. (2017). O'yinlarning bolalar psixologiyasidagi o'rni va ularni samarali tashkil qilish metodlari. Samarqand: Samarqand Davlat Universiteti nashri.
- 6.Ibragimov, R. B. (2020). Jismoniy tarbiya va sport ta'limining innovatsion metodlari. Toshkent: O'qituvchi.
- 7.Uzbekistan National Olympic Committee. (2021). Sport va jismoniy tarbiya bo'yicha yangi yondashuvlar. Toshkent: Milliy Olimpiyadalar qo'mitasi.
- 8.Davronov, M. K. (2020). Harakatli o'yinlar va ularning yoshlar tarbiyasidagi o'rni. Toshkent: "Xalq ta'limi" nashriyoti.
- 9.Borisova, A. S. (2014). Pedagogik texnologiyalar va o'yinlarni tashkil etish. Moskva: Pedagogika.
- 10.Mansurov, S. R. (2021). O'qituvchilar uchun metodik qo'llanma: Milliy o'yinlar va ularning pedagogik ahamiyati. Toshkent: TDTU nashriyoti.
- 11.T.S Usmanxodjayev, Sh. X.Isroilov, A.A Pulatov, Sh.A. Pulatov." MILLIY VA HARAKATLI O'YINLAR" Toshkent Iqtisod moliya 2015.