

**BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARI UCHUN MILLIY VA
HARAKATLI O'YINLAR****G'aniyev Suxrob Abduvali o'g'li***Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti**Jismoniy tarbiya va sport kafedrası o'qituvchisi***Rahimboyev Zohid Zafar o'g'li,****Ermetov Jahongir To'lqin o'g'li***Jismoniy madaniyat yo'nalishi 1-bosqich 110-guruh talabalari***ANNOTATSIYA**

Mazkur tadqiqot ishida boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy va ruhiy rivojlanishida milliy va harakatli o'yinlarning psixopedagogik ahamiyati hamda ularning ta'lim-tarbiya jarayonidagi samaradorligi ilmiy asosda tahlil qilingan. Tadqiqot doirasida tarixiy-pedagogik manbalar tahlili, ilg'or xorijiy tajribalar o'rganilgan, milliy o'yinlarning tasnifi ishlab chiqilgan hamda ularni boshlang'ich ta'lim tizimiga integratsiya qilish mexanizmlari taklif etilgan. Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati shundaki, jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o'yinlardan foydalanish orqali o'quvchilarning nafaqat jismoniy, balki aqliy, axloqiy va ma'naviy sifatlarini shakllantirishga erishish mumkinligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: boshlang'ich ta'lim, jismoniy tarbiya, milliy o'yinlar, harakatli o'yinlar, integral rivojlanish, psixomotor ko'nikmalar, ijtimoiy kompetensiyalar, sog'lom turmush tarzi, etnopedagogika, didaktik va musiqiy o'yinlar.

KIRISH

O'zbekiston Respublikasining mustaqil davlat sifatida rivojlanishi hamda ta'lim tizimidagi islohotlar jarayonida jismoniy tarbiya va sportga alohida e'tibor qaratilib kelinmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 30-oktabrdagi "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni, 2021-yil 5-noyabrdagi "Qo'shimcha jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori hamda mazkur sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarning ijrosini ta'minlash uchun jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim davrida o'quvchilarning jismoniy, aqliy va ruhiy rivojlanishida milliy hamda harakatli o'yinlarning o'rni beqiyosdir.

Tadqiqotning dolzarbligi zamonaviy ta'lim sharoitida boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va salomatligini mustahkamlash, milliy qadriyatlarga asoslangan jismoniy tarbiya tizimini yaratish zaruriyati bilan

belgilanadi. Bugungi kunda global axborot muhitida bolalarning jismoniy faolligi pasayib, kompyuter va mobil qurilmalarga bog'lanib qolishi sog'lom avlod tarbiyasiga jiddiy xavf solmoqda. Bu esa, o'z navbatida, milliy va harakatli o'yinlarning ta'lim-tarbiya jarayonida qo'llanilishini yanada dolzarb qiladi.

Tadqiqotning maqsadi - boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy, aqliy va axloqiy rivojlanishida milliy va harakatli o'yinlarning pedagogik ahamiyatini ilmiy asosda o'rganish hamda ularni ta'lim-tarbiya jarayoniga samarali tatbiq etish mexanizmlarini takomillashtirish.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Jismoniy tarbiya va milliy o'yinlarning nazariy-metodologik asoslari bo'yicha ko'plab olimlar o'z tadqiqotlarini olib borishgan. Jismoniy tarbiyaning inson kamolotidagi o'rni masalasida Abu Ali ibn Sino o'zining "Tib qonunlari" asarlarida muhim fikrlarni bayon qilgan. Uning: "To'g'ri va mo'tadil bo'lib o'sgay badan, kir-chir ila chiqindidan qutular tan" degan qarashlari jismoniy mashqlarning salomatlik uchun muhim ekanligini ko'rsatadi (Ibn Sino, 1991).

Zamonaviy pedagogika va psixologiyada harakatli o'yinlarning boshlang'ich sinf o'quvchilari rivojlanishiga ta'sirini ko'plab olimlar o'rganishgan. T. Usmonxo'jaev va F. Xo'jaev o'zlarining "1001 o'yin" kitobida bolaning rivojlanishiga qarab o'yinlarda o'z oldiga qo'yadigan maqsadlar tabiati ham o'zgarishini, bolalar taqlidiy harakatlardan asta-sekin o'ylangan, asosli maqsadlarga o'tishlarini ko'rsatib o'tgan (Usmonxo'jaev, Xo'jaev, 2016).

Xorijiy olimlar J. Piaje, L. Vygotskiy, D. Elkonin kabi psixologlar o'yinni bolaning kognitiv va ijtimoiy rivojlanishidagi muhim vosita sifatida tadqiq etganlar. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, o'yin faoliyati bolalarda refleksiya, tafakkur, ijtimoiylashuv kabi murakkab psixik jarayonlarni rivojlantiradi (Vygotskiy, 1978; Elkonin, 2005).

O'zbek olimlaridan R. Mavlonova, F. Abdurahimova, A. Hakimov kabilar boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish, milliy o'yinlar vositasida o'quvchilarning jismoniy, aqliy va axloqiy fazilatlarini shakllantirish yo'nalishlari bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borganlar (Mavlonova, 2003).

K. Mahkamjanov, J. Ikromov, F. Xo'jaev kabi tadqiqotchilarning ishlari o'zbek milliy o'yinlarining tasnifi va ularda milliy qadriyatlarning aks etishi masalasiga bag'ishlangan (Mahkamjanov, 2018).

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy metodlardan foydalanildi:

1. **Nazariy tahlil metodi** - pedagogika, psixologiya va jismoniy tarbiya bo'yicha ilmiy va metodik adabiyotlar, me'yoriy-huquqiy hujjatlar o'rganildi.
2. **Empirik metodlar:**

- kuzatish (o'quvchilarning o'yin faoliyatidagi psixologik va jismoniy o'zgarishlarni aniqlash)
 - so'rovnomalar va intervyu (o'qituvchilar, ota-onalar va o'quvchilarning milliy va harakatli o'yinlarga munosabatini aniqlash)
 - pedagogik tajriba (taklif etilgan o'yinlar tizimining samaradorligini tekshirish)
3. **Antropometrik metodlar** - o'quvchilarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini aniqlash.
4. **Matematik-statistik metodlar** - olingan natijalarni qayta ishlash va tahlil qilish.

Tadqiqot Denov tumanidagi boshlang'ich ta'lim maktablarining 2-4-sinf o'quvchilari (n=120) o'rtasida 2022-2023 o'quv yilida o'tkazildi.

ASOSIY QISM: MILLIY VA HARAKATLI O'YINLARNING TASNIFI VA O'TKAZISH METODIKASI

1. Milliy va harakatli o'yinlarning pedagogik-psixologik ahamiyati

Jismoniy tarbiya insonning har tomonlama rivojlanishini ta'minlash, uning jismoniy va ma'naviy sifatlarini shakllantirishga qaratilgan jarayondir. Buyuk yunon faylasufi Suqrot: "Gimnastika yordami ila badanimning muvozanatini to'g'rilab olaman" degan fikrni ilgari surib, insonning birinchi tabiiy kuchlarini yaxlitligicha o'stirish vazifasini o'rta qo'yadi.

Ibn Sino jismoniy mashqlarni "riyozat" deb atab, ularning sog'liqni saqlashdagi ahamiyatini alohida ta'kidlaydi: "Riyoatsiz yotishdan ko'p topma rohat, bu rohatdan topolmassan hech manfaat. Jim yotsang iflos xilt-la to'lar badan, g'izocha hech hozirlanmas biror maskan".

Zamonaviy pedagogik nazariyada harakatli o'yinlar bolalarning nafaqat jismoniy, balki psixologik, ijtimoiy va intellektual rivojlanishida ham muhim ahamiyat kasb etadi. O'yin faoliyati bolalarda quyidagi fazilatlarni shakllantiradi:

- Jismoniy sifatlar (tezlik, chaqqonlik, chidamlilik, kuch, egiluvchanlik)
- Psixomotor ko'nikmalar (muvofiglashtirish, mo'ljal olish)
- Kognitiv ko'nikmalar (diqqat, xotira, tafakkur)
- Ijtimoiy ko'nikmalar (hamkorlik, o'zaro yordam, muloqot)
- Axloqiy sifatlar (rostgo'ylik, o'zaro hurmat, qat'iyatlilik)

2. Milliy va harakatli o'yinlarning tasnifi

Pedagogik amaliyotda o'yinlarni quyidagi guruhlariga ajratish mumkin:

2.1. Shartli guruhlariga ajratilishi:

1. **Ijodiy o'yinlar** - bolalarning o'zlari o'ylab topadigan va o'z taassurotlarini, borliq haqidagi tushunchalarini aks ettiruvchi o'yinlar.
2. **Qoidali o'yinlar** - kattalar tomonidan yaratilgan, aniq qoidalarga ega bo'lgan o'yinlar.

2.2. Mazmuni va qoidalariga ko'ra:

1. **Didaktik o'yinlar** - avvalo bolalarning aqliy faoliyatini rivojlantiruvchi o'yinlar:

- "Arqon uzildi"
- "Chambarakni ushlab qolish"
- "Yoy va o'q"
- "Doiradan surib chiqarish"
- "To'pni boshdan oshirib uzatish"
- "To'pni almashtirish"
- "To'p uzatish"
- "Kuchlilar va chaqqonlar"

2. **Musiqiy o'yinlar** - ritm va ohang bilan bog'liq bo'lgan o'yinlar:

- "Kim oladiyo, shuginaniyo"
- "Oq terakmi, ko'k terak"
- "Shoda-Shoda"

3. **Harakatli o'yinlar** - bolalarning turli harakatlarini takomillashtiradigan o'yinlar:

- "Kun va tun"
- "Qurbaqa bilan laylak"
- "Mushuk va sichqon"
- "Nina, ip va tuguncha"
- "Kuzatuvchilar"
- "Insiz quyon"
- "Bayroq oldi"

4. **Milliy harakatli o'yinlar** - xalq an'analarini aks ettiruvchi o'yinlar:

- "Soqqa"
- "Kes-Kes"
- "Qirq tosh"
- "Durra soldi"
- "Oq tosh"
- "G'ozlar va oqqushlar"
- "Baliqchi"

3. **Boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida milliy va harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi**

3.1. **O'yinlarni tanlash mezonlari:**

- O'quvchilarning yosh va jinsiy xususiyatlari
- Jismoniy rivojlanish darajasi
- Darsning vazifalari va maqsadlari
- Mavsum va sharoit
- O'yin o'tkazish joyi va anjomlar

3.2. O'yinlarni o'tkazish bosqichlari:

1. Tayyorgarlik bosqichi:

- O'yinni tanlash va uning qoidalarini o'rganish
- Zarur anjomlarni tayyorlash
- O'yin maydonini jihozlash

2. O'yinni tushuntirish bosqichi:

- O'yin nomi va mazmunini aytish
- O'yin qoidalarini tushuntirish
- Zarur harakatlarni ko'rsatish
- Savollar va javoblarga vaqt ajratish

3. O'yinni o'tkazish bosqichi:

- O'yinni boshlash
- O'yin jarayonini kuzatish va boshqarish
- Kerakli hollarda qoidalarga tuzatishlar kiritish

4. Yakuniy bosqich:

- G'oliblarni aniqlash
- O'yinni tahlil qilish
- O'quvchilarning harakatlarini baholash

3.3. O'yinlarni o'tkazishda o'qituvchining vazifalari:

1. O'yinda faol ishtirok etishga barcha o'quvchilarni jalb qilish
2. O'yin qoidalariga rioya qilinishini nazorat qilish
3. O'yin jarayonida xavfsizlik choralarini ta'minlash
4. O'quvchilarning emotsional holatini kuzatish
5. O'yinni vaqtida tugatish, charchashning oldini olish

TADQIQOT NATIJALARI VA ULARNING TAHLILI

Tadqiqot davomida quyidagi natijalar olindi:

1. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy ko'rsatkichlariga milliy va harakatli o'yinlarning ta'siri

Tajriba davomida milliy va harakatli o'yinlar muntazam qo'llanilgan tajriba guruhi o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari nazorat guruhiga nisbatan sezilarli darajada yaxshilandi:

- Tezlik sifatleri - 12,5% ga
- Chaqqonlik - 15,7% ga
- Chidamlilik - 10,2% ga
- Kuch sifatleri - 9,8% ga
- Egiluvchanlik - 11,3% ga

2. O'quvchilarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishiga milliy va harakatli o'yinlarning ta'siri

Milliy va harakatli o'yinlar o'quvchilarning:

- Diqqat darajasi 18,3% ga yaxshilandi
- Ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlari 21,5% ga ortdi
- Hamkorlik ko'nikmalari 17,2% ga rivojlandi
- O'zaro muloqot madaniyati 16,9% ga yaxshilandi

3. O'qituvchilar va ota-onalarning milliy va harakatli o'yinlar haqidagi qarashlari

O'tkazilgan so'rovnoma natijalariga ko'ra:

- O'qituvchilarning 87,5% milliy va harakatli o'yinlarning o'quvchilar rivojlanishiga ijobiy ta'sirini ta'kidlashgan
- Ota-onalarning 76,3% bolalarning maktabdan keyin ham milliy o'yinlarga qiziqishi ortganini bildirgan
- So'ralgan o'quvchilarning 92,1% milliy va harakatli o'yinlarni jismoniy tarbiya darslarida o'tkazilishini xohlashlarini aytishgan

XULOSA VA TAVSIYALAR

Tadqiqot natijalariga ko'ra quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Milliy va harakatli o'yinlar boshlang'ich sinf o'quvchilarining nafaqat jismoniy, balki aqliy, ruhiy va axloqiy rivojlanishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi.
2. Jismoniy tarbiya darslarida milliy o'yinlardan foydalanish o'quvchilarning milliy qadriyatlarga hurmat ruhida tarbiyalanishiga xizmat qiladi.
3. Harakatli o'yinlarni tashkil etish jarayonida o'quvchilarning yosh xususiyatlari, jismoniy imkoniyatlari va qiziqishlarini hisobga olish zarur.
4. Milliy va harakatli o'yinlar o'quvchilarning hamkorlik, o'zaro yordam, rostgo'ylik, mehnatsevarlik kabi axloqiy fazilatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.
5. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy harakatli o'yinlar orqali axloqiy fazilatlarni shakllantirish o'zbek xalqining boy madaniy-ma'rifiy merosiga tayangan holda amalga oshirilishi zarur.

Amaliy tavsiyalar:

1. Boshlang'ich ta'lim uchun milliy va harakatli o'yinlar to'plamini yaratish va ularni o'quv jarayoniga joriy etish.
2. O'qituvchilar uchun milliy va harakatli o'yinlarni o'tkazish bo'yicha metodik qo'llanmalar ishlab chiqish.
3. Milliy o'yinlar bo'yicha maktablararo musobaqalar tashkil etish orqali o'quvchilarning qiziqishini oshirish.
4. Ota-onalarni milliy va harakatli o'yinlarning ahamiyati haqida xabardor qilish va ularni oilaviy o'yinlarga jalb etish.
5. Zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalangan holda milliy o'yinlarni targ'ib qilish (video darsliklar, mobil ilovalar).

Yuqoridagi tadqiqot natijalarini amaliyotga tatbiq etish O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimida o'quvchilarning har tomonlama rivojlangan, jismonan baquvvat, ma'nan yetuk shaxs bo'lib shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. – T., 2020.
2. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni. – T., 2015.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni. – T., 2020.
4. Abdullayev A., Xankeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. – T.: O'zDJTI, 2016. – 392 b.
5. Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari (1-jild). – T.: Fan, 1993. – 552 b.
6. Vygotskiy L.S. Um v obshchestve: razvitiye vysshix psixologicheskix funktsiy. – M.: Pedagogika, 1978. – 345 s.
7. Elkonin D.B. Psixologiya igry. – M.: Vldos, 2005. – 226 s.
8. Karimova V.M. Psixologiya. – T.: Sharq, 2012. – 540 b.
9. Mahkamjanov K. O'zbek xalq milliy o'yinlari. – T.: O'qituvchi, 2018. – 150 b.
10. Mavlonova R. va boshqalar. Pedagogika. – T.: Yangi avlod asri, 2003. – 382 b.
11. Saidahmedov N. Yangi pedagogik texnologiyalar. – T.: Moliya, 2003. – 172 b.
12. Usmonxo'jaev T., Xo'jaev F. 1001 o'yin. – T.: Ibn Sino, 2016. – 352 b.
13. Zankov L.V. Rezervy chelovecheskoy psixiki v sovremennom sporte. – M.: Fizkultura i sport, 2015. – 285 s.
14. Rahimboyev Z., Ermetov J. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy o'yinlar orqali axloqiy fazilatlarni shakllantirish. // "Innovatsion ta'lim texnologiyalari" ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Denov, 2022. – B. 45-48.
15. Bailey R. Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. Journal of School Health, 2018, 76(8), 397-401.
16. Singh A., Uijtdewilligen L., Twisk J.W., et al. Physical activity and performance at school: a systematic review of the literature including a methodological quality assessment. Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 2019, 166(1), 49-55.