# BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARI JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA MILLIY HARAKATLI O‘YINLARDAN FOYDALANISHNING MUHIM OMILLARI

**Ismoilova Xusniya**
ORCID ID: https://orcid.org/0009-0003-5313-1100
iqbolqaynarova1981@gmail.com 91-968-81-40
**Sheraliyeva Shohida**
ChDPU Jismoniy madaniyat fakulteti talabalari

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida milliy harakatli o‘yinlardan samarali foydalanish yuzasidan umumlashtirilgan xulosalar bayon etilgan.

**Kalit so‘zlar:** boshlang‘ich sinf o‘quvchilari, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari, milliy harakatli o‘yinlar, milliy sport turlari, sog‘lomlashtirish, ta’lim va tarbiya jarayoni.

**Annotation.** This paper discusses summarized conclusions regarding the effective application of national movement games during physical education lessons for primary school pupils.

**Keywords:** primary school pupils, physical education classes, national movement games, traditional sports, health improvement, education and upbringing.

**Аннотация.** В данной работе изложены обобщённые выводы о целесообразности применения национальных подвижных игр на уроках физической культуры у учащихся начальных классов.

**Ключевые слова:** учащиеся начальных классов, занятия физической культурой, национальные подвижные игры, традиционные виды спорта, укрепление здоровья, обучение и воспитание.

## KIRISH

O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni faol rivojlantirish, aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa, yoshlarni jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug‘ullanishga jalb qilish, jamiyatda sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish borasida keng ko‘lamli ishlar amalga oshirib kelinmoqda. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi PQ-5281-sonli “2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi olimpiya va XVII paralimpiya o‘yinlariga O‘zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to‘g‘risida”gi qarorida, olimpiya va paralimpiya o‘yinlariga tayyorgarlik korishga katta etibor berilmoqda [1].

## METODOLOGIYA

O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, Buyuk mutafakkirlarimiz, Sharq va G`arb mutaffakkirlarining ta'lim-tarbiya haqidagi fikrlari, mavzuga doir ilmiy- pedagogik, psixologik, jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi sohasidagi ilg`or tajribalar, “Ta'lim to'g`risida”gi qonun, “Kadrlar tayyorlash milliy dasturi” ning asosiy yo'nalishlari tashkil etildi.

**Tadqiqot metodlari.** Kuzatish, taqqoslash, o'lchash, testlash, pedagogik eksperiment, pedagogik tashxis, matematik statistika.

Bolani o’yinga undagan omil uning katta yoshdagi odamlarning borliq to’g’risidagi va shaxslararo munosabati haqidagi tasavvuri va ularni shaxsiy faoliyatida sinab ko’rish istagidadir,

shuningdek, jamoa bo'lib o'ynayotgan tengqurlari bilan bevosita muloqotga kirishish ishtiyoqidir. Bundan shunday xulosa chiqarish mumkin;

1.O'yin faoliyatida bola turli harakatlarni to'laligicha namoyish etishga, ularni bajarish usullarini ko'rsatishga ishtiyoqmand bo'ladi;

2.Keyinchalik esa barcha hatti-harakatlarni umumlashtirib aks ettirishga urinadi.

Bolaning o'yin faoliyatini vujudga keltiruvchi eng zarur omillardan biri-bolada o'z hatti-harakatini kattalar faoliyati, hatti-harakati bilan solishtirish, undan nusxa olish, aynan unga o'xshatish tuyg'usining mavjudligidir. Xuddi shu sababli kattalar, ularning hatti-harakatlari bolaning ham tashqi, ham ichki iborat namunasi bo'ladi va kattalar uning xulq-atvor, yurish-turishining ham ob'ekti, ham sub'ekti hisoblanadi.[2].

Bunda kattalarning bolaga bevosita ta'sir ko'rsatish uslubi qiluchi rol o'ynaydi. Bu ob'ektiv shart-sharoitlarning o'zi milliy xalq o'yinlarini tashkil etish, yaratish uchun hali yetarli emas, buning uchun bola bilan kattalar o'rtasidagi munosabatni tubdan o'zgartirish lozim. Aks holda mustaqillik vujudga kelmaydi. qadimdan ota-bobolarimiz ham bolalarda avvlo qattiqqo'llik bilan irodani, mustaqillikni tarbiyalab, juda ko'p maqsadlarni ko'zda tutishgani ma'lum. Bunda kattalar bolalarga nisbatan talabchanlikni oshirishlari, bolani mustaqil ravishda harakat qilishga majbur qilish etishlari ma'qul. shunga o'xshash tadbirlarbolada mustaqillik va mustaqil faoliyatni tashkil qilish o'quvini shakllantiradi. Maktabgacha yoshdagi bola asta-sekin kattalarning hayoti va faoliyati dunyosiga kirib boradi, oldin hamkorlikdagi faoliyatda namoyon bo'lgan ijobiy his-tuyg'ular, shijoat va dadillik sari yetaklovchi ruhiy kechinmalar iborat namuna darajasiga ko'tarilgan kattalarning ruhiy olamiga ko'tariladi. Maktab yoshida bolaning o'zi mustaqil ravishda kattalarning hayoti va faoltyatiga kirishish yo'llarini topa boshlaydi.

**MUHOKAMA**

U keyinchalik katta kishilarning hayotiva faoliyatining barcha sohalarida va shaxslararo munosabatlarida qatnashish istagini ko'rsatadigan bo'ladi. SHuning uchun xalq milliy o'yinlari kattalar bilan bola o'rtasida yangicha munosabatlar asosida vujudga keladi va bu munosabatlarda milliy xususiyatlar: o'z yurtini qadrlash, hurmat qilish, kattalarga hurmatda bo'lish kabi fazilatlar shakllanib, tarkib topib boradi. [3].

O'yinlarda bola faoliyatida ana shu o'yin sharoiti va predmetli harakatlarning o'zaro munosabatida asosiy e'tibor predmetlar bilan ko'pincha harakat qilishga qaratilishini, bunda predmetli o'yinlar, masalan, tosh bilan, chopon, do'ppi bilan va hakazo, harakatining xususiyati uchun yetakchi faoliyat vazifasini o'tashini ham aytib o'tish kerak bo'ladi. Ammo, bola o'yinlarda qandaydir vazifani bajara oladi, buni ham e'tibordan soqit qilmaslik kerak. Masalan, biror predmetni bir ob'ektdan ikkinchisiga yetkazishga belgilangan o'yinlarda shunday holat ro'y berishi mumkin.Xalq milliy o'yinlari paydo bo'lishi, vujudga kelishi jihatidan ijtimoiy xususiyatga ega bo'lib, kattalarning hayoti va faoliyatini qayta tiklash va takrorlashdan boshqa narsa emas, shuningdek, bu o'yin faoliyati o'zining mazmuni va mohiyati bilan ijtimoiydir. O'zbek xalq milliy o'yinlari bola mustaqil faoliyatining yorqin namunasi bo'la oladi, bu jihatdan bu o'yinlarning mazmuni orqali kattalarning hayoti bilan yaqindan tanishadi.

Milliy harakatli o'yinlardan foydalanish jarayonida boshlang'ich maktab o'quvchilarining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

1. Bola odamlarning foliyati, ularning predmetlarga munosabati va o'zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqadi.

2. Bolalar xalq o'yinlarida atrofdagi voqe'likning eng tashqi ifodali jo'shqin his-tuyg'uli jihatlarini aks ettiradilar.
3. Milliy o'yinlarda bola kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o'z istagini amaliyotga tadbiq qiladi.
4. Kattalarning hayoti va faoliyatiga kirish bolaning tasavvuri timsollari tariqasida namoyon bo'lsa ham, umuman uning chinakam shaxsiy hayotida o'chmas iz qoldiradi. [4].

Shu bobni 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 YA.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 tizimliligi 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 jimoniy tarbiya va sportning barcha turli-tuman shakllaridan, jumladan, xalq an'analaridan keng foydalani, 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. [5].

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.Milliy o'yinlar bilan shug'ullanish jarayonida mehnat tarbiyasi amalga oshiriladi. Bolalarning salomatligi yaxshilanadi, ularda harakat malakalari shakllanadi, mehnat faoliyati uchun zarur bo'lgan jismoniy fazilatlar rivojlanadi. Bolalarni mehnatga tayyorlashda jismoniy madaniyatning, jumladan, xalq milliy o'yinlarining tutgan

o'rnini ularga tushuntirish va bu tushunchani ularning ongida shakllantirish g'oyat muhim ahamiyatga ega.

**XULOSA**

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiya darslarida milliy harakatli o'yinlardan foydalanish quyidagi asosiy vazifalarini bajarishda ham xalq milliy o'yinlarining roli va o'rni nihoyatda katta ekanligi ko'rinadi:

1. Sog'liqni mustahkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish.
2. O'quvchilarga jismoniy madaniyat va sportga oid maxsus bilimlar berish, ularga gigiyenik bilim va ko'nikmalarni singdirish.
3. O'quvchilarda harakat malakalarini va ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish, yangi harakat turlariga va harakat faoliyatiga o'rgatish.

O'quvchilar jismoniy tarbiyasining vazifalari doimo, jumladan, milliy xalq o'yinlarini o'rganish va o'rgatish jarayonida ham uyg'un holda hal etiladi. Bu vazifalar butun jismoniy madaniyat tizimining bolalarga ta'sir etishi tufayligina muvaffaqiyatli bajarilishi mumkin. buning uchun maktabning butun pedagogika jamoasi birgalikda ahil xarakat qilishi, maktabda mashg'ulotlarni tashkil etishning turli shakl va usullaridan, ayniqsa, milliy xalq o'yinlarida, barcha vositalari yaxlitligi (kompleksi) dan foydalanish talab etiladi.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. 1.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi PQ-5281-sonli "2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo'lib o'tadigan XXXIII yozgi olimpiya va XVII paralimpiya o'yinlariga O'zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi qarori.
2. Abdumalikov R. Abdullayev A. Xalq milliy o'yinlari mazmunida ma'naviyat masalalari. T.: 1995.14 b.
3. Abdumalikov R.A, Sanayeva I. Bolalar bizning kelajagimiz. Sog'lom avlod tarbiyasi-buyuk davlat qurish zaminidir. Ilmiy anjuman materallari, 2-qism .Toshkent. 1984-11-13 b.
4. Abdurasulov R. Sog'lom avlodni tarbiyasi buyuk davlat qurish zaminidir. Ilmiy-amaliy anjuman materiallari. T.: 1993, 1-qism 6-11 b.
5. Maxkamjonov K. Boshlangich sinflarda jismoniy tarbiya. Toshkent. "Ukituvchi" 1986.-B.13-14.
6. Isakova M T. Komil inson tarbiyasida milliy qadriyatlar. Alpomish. Ilmiy-amaliy anjuman matnlari. Farg'ona 2000. 41-45 b.