

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O‘RTA  
MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI  
O‘RTA MAXSUS, KASB-HUNAR TA‘LIMI MARKAZI

---

**P. Xo‘jayev, K.D. Rahimqulov,  
B.B. Nigmonov**

# **HARAKATLI O‘YINLAR VA UNI O‘QITISH METODIKASI**

*Kasb-hunar kollejlari talabalari uchun  
o‘quv qo‘llanma*

*Cho‘lpon nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi  
Toshkent — 2010*

BBK 74.202.5  
X 98

*Oliy va oʻrta maxsus kasb-hunar taʼlimi oʻquv metodik  
birlashmalar faoliyatini muvofiqlashtiruvchi Kengash  
nashrga tavsiya etgan*

**Taqrizchilar:**

**K. Mahkamjonov** – pedagogika fanlari nomzodi, professor  
**R. Salomov** – pedagogika fanlari doktori, professor

Harakatli oʻyinlar oʻquv qoʻllanmasi jismoniy tarbiya dasturi talablariga mos ravishda kasb-hunar kollejlari uchun tayyorlangan.

Ushbu oʻquv qoʻllanmada harkatli oʻyinlarni kelib chiqishi tarixi, oʻyinlarning tavsifi, harkatli oʻyinlarni oʻrgatish metodikasi, shuningdek, har xil sport turlaridan berilgan yosh toifalariga mos ravishda qoʻllash metodikasi keng yoritildi.

Mazkur oʻquv qoʻllanma kasb-hunar kollejlari uchun moʻljallangan boʻlib, undan maktabgacha taʼlim, umumtaʼlim maktablari, akademik litsey oʻquvchilari va jismoniy tarbiya oʻqituvchilari ham foydalanishlari mumkin.

X  $\frac{4306021900 - 77}{360(04) - 2010} - 2010$

ISBN 978-9943-05-360-1

© Choʻlpon nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2010

---

---

## KIRISH

Bolalarni jamoatchilik, mehnatsevarlik va jamoat oldida o'z burchini his qilish ruhida tarbiyalash hozirgi kunning eng muhim masalalaridan biri hisoblanadi. Bola maktabga qadam qo'yan birinchi kundan boshlab, unda mehnatga nisbatan muhabbat uyg'otish, uyushqoqlik, ishchanlik va boshlagan ishini oxiriga yetkaza bilish xususiyatini tarbiyalash kerak. Buning uchun tarbiyaning barcha vositalaridan, jumladan, bolalarning sevimli o'yinlaridan foydalanish ayni muddaodir.

O'yinlar hayotdagi to'siqlarni yengish hamda har xil xislat va qobiliyatlarni ro'yobga chiqarish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli majmuasini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, odatda, bolalar sevib o'ynaydigan, ularga baxt va quvonch baxsh etadigan musobaqa elementlari ham harakatli o'yinlarga kiradi.

Ma'lumki, kichik maktab yoshidagi bolalarning o'yinlari taqlid qilish tabiatida bo'ladi. Bola tevarak atrofidagi borliqni kuzatadi, undagi ba'zi narsalarni o'yinga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, shunday ekan, unda turmush hodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

Ushbu o'quv qo'llanma to'rtta bobdan iborat bo'lib, birinchisi – harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, ikkinchisi – harakatli o'yinlar haqida asosiy tushuncha va pedagogik ahamiyati, uchinchisi – harakatli o'yinlarni tashkil qilish shakllari, jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi, to'rtinchisi – sinfdan va maktabdan tashqari vaqtda harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi kiritilgan bo'lib, o'yinlarni o'rgatish va o'tkazish metodikalari har tomonlama yoritilgan.

Kitobda bayon etiladigan o‘yinlar, chunonchi, yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish, tirmashib chiqish kabi mashqlar bola harakatlari rivojlantirish va takomillashtirishda katta ahamiyatga ega bo‘ladi. O‘quvchilarda harakatlarning takomillashishi bilan birga, jismoniy qobiliyat ham taraqqiy eta boradi, yurak va nafas olish sistemasining faoliyati yaxshilanadi.

Ushbu o‘quv qo‘llanma kelajakda jismoniy tarbiya o‘qituvchilariga, talabalarga, tarbiyachilar va kollejlarning o‘quvchilari uchun ham foydali bo‘ladi.

## I bob

---

---

### **HARAKATLI O‘YINLARNING KELIB CHIQISHI TARIXI**

Tarixiy ma’lumotlarga qaraganda ibtidoiy ovchilar hayotida ovchilik o‘yinlari muhim o‘rin tutgan. Ba’zi manbalarda ular ovdan oldin o‘tkazilishi yozilgan bo‘lsa, boshqalarida ovdan so‘nggi o‘yinlar haqida fikrlar bayon etilgan. Agar bu ma’lumotlarni chuqurroq tahlil etadigan bo‘lsak, unda ovchilik o‘yinlari ovdan oldin ham, undan so‘ng ham o‘tkazilgan, deyish mumkin. Ovdan oldingi o‘yinlar – avvalda mashq (ovga tayyorgarlikni tekshirish, ovga ruhiy va jismoniy tayyorgarlik) vazifasini o‘tagan hamda jiddiy o‘ziga xos kichik ibtidoiy odamlar o‘ljani osongina qo‘lga tushirish, unga yaqinlashishni o‘rgatishgan, buning uchun niqob kiyib, hayvon qiyofasiga kirish, uning yurish-turishlari va tovush chiqarishlarini mashq qilishgan. Aynan ana shunday o‘yinlar jarayonida yoshlarni ham ov qilishga o‘rgatishgan. Shu boisdan ham u o‘ziga xos maktab vazifasini o‘tab, bir tomondan, ovchilar mahoratini o‘stirishga yordam bergan bo‘lsa, ikkinchi tomondan esa, ularda taqlid san’atini shakllantirgan va rivojlantirgan.

Ovdan so‘nggi o‘yinlar ov muvaffaqiyatli tugagandagina uyushirilgan deb tahlil qilish mumkin. Chunki o‘lja bilan qaytish, bu – ziyofat, xursandchilik qilishga, butun jamoaning bayram qilishiga imkon yaratgan.

O‘rta Osiyo hududida ibtidoiy odamlar hayotida ham ovchilik o‘yinlari bo‘lgan. Paleolit davri Boysun tog‘idagi Teshiktosh g‘oridan bundan yuz ming burungi pespertol (o‘rta paleolit) odam suyagining topilishi, Samarqanddagi Omonqo‘ton qishlog‘idagi g‘ordan topilgan tosh qurollar, Surxondaryoning Zarko‘t kamarida alvon rangdagi suratlar, Xo‘jakent qishlog‘idagi toshlarga chizilgan kiyik hamda ho‘kiz tasviri va boshqa ko‘pgina arxeologik topilmalar va ulardagi tasviriy san’atga oid elementlar, jumladan, bolalar folklor o‘yinlarining eng soddada shoxobchalarga ega ekanligidan dalolat beribgina qolmay, balki uning tug‘ilishi bosqichlarini aniqlashga ham yordam