

O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA INSTITUTI

MILLIY VA HARAkatLI O'YINLAR

**(JTI umumiy kurs talabalariga
mo'ljallangan o'quv-uslubiy qo'llanma)**

Toshkent – 2009

Mazkur o'quv-uslubiy qo'llanma sport va milliy o'yinlar kafedrası katta o'qituvchilari pedagogika fanlari nomzodi M.A.Qurbonova va M.U.Qosimova tomonidan tayyorlangan.

2009 yil 7 yanvarda kafedra majlisida muhokama qilingan va tasdiqlangan.

Mazkur o'quv-uslubiy qo'llanma O'zDJTI tasarrufidagi Oliy o'quv yurtlararo ilmiy-uslubiy kengash yig'ilishi qaroriga asosan nashrga tavsiya etilgan (2 aprel 2009 yil, 4-son bayonnoma).

Taqdim etilayotgan o'quv-uslubiy qo'llanma jismoniy tarbiya instituti va o'zga oliy o'quv yurtlarining jismoniy tarbiya fakultetlarining talabalari, MOF tinglovchilari, hamda o'qituvchiterenerlar, jismoniy tarbiya bo'yicha tashkilotchi-yo'riqchilar va barcha sport ixlosmandlariga foydalanish uchun tavsiya etiladi.

Taqrizchilar: pedagogika fanlari doktori,
professor Usmonxodjayev T.S.

pedagogika fanlari nomzodi
Goncharova O.V.

KIRISH

Harakatli o'yinlar bolalar va o'smirlarni tarbiyalashda eng muhim va amaliy vositalardan biri bo'lib hisoblanadi.

Harakatli o'yinlar turli xarakterdagi to'siqlarni yengish hamda har xil xislat va qobiliyatlarni ko'rsatish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli kompleksini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, odatda bolalarga quvonch baxsh etadigan musobaqa momentlari ham harakatli o'yinlar jumlasiga kiradi.

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.

Harakatli o'yinlar bola 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 harakatli o'yinlar bolalarni jismoniy jihatdan o'stirish uchungina emas, balki aqliy va ahloqiy jihatdan tarbiyalash uchun ham muhim ahamiyatga egadir. Jamoa bo'lib o'ynaladigan o'yinlarda bolalarda maqsadga erishish uchun farosatlilik va qat'iyatlilik ko'rsatish, jamoa oldida, o'z xatti-harakatlari uchungina emas, balki o'rtoqlarining xatti-harakatlari uchun ham mas'uliyatni sezish xislatlari tarbiyalanadi.

I-MA'RUZA: Milliy va harakatli o'yinlarning mazmuni, mohiyati va maqsadga oid tasnifi

Mustaqil O'zbekistonning ravnaq topishi, taraqqiyoti yo'lida uni katta iqtisodiy va ijtimoiy to'siqlardan muvaffaqiyatli o'tishi va insoniy natijalarga erishishi yosh avlodu, mehnatkash fuqarolarning nafaqat aql-idroki, balki ularning salomatligi, jismoniy barkamolligiga ham bevosita bog'liqdir. Shuni ham aytish kerakki, odamzotning salomatligi, serg'ayrat bo'lishi, jismoniy kamolotga erishishi faqatgina uni turmush tarzi, mehnat va uy-ro'zg'or faoliyati bilan ta'minlaydi. Balki har bir xalqni o'z tarixiy, madaniy, ijtimoiy va iqtisodiy taraqqiyotiga xos bo'lgan mazkur xalq tomonidan kashf etilgan milliy o'yinlar, sayllar, urf-odatlar va sport turlari vositalari yordamida ham amalga oshiriladi.

Ushbu va'znomada o'zbek xalq o'yinlari insonni jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga aloqadorligini yoritish asosiy maqsad qilib olingan. Darhaqiqat yuqorida qayd etilgan tushunchalar o'rtasida uzviy bog'lanish mavjuddir.

Oxirgi yillarda ommaviy axborot vositalari, ilmiy anjumanlarda muhokama qilinayotgan xalq o'yinlari mavzusiga oid masalalar o'z ichiga asosan mazkur o'yinlar mazmuni va qoidalarini takomillashtirishdagi o'rni haqidagi ma'lumotlarni olgan. Ma'lumki, inson o'z hayotida, o'qish, mehnat, dam olish kabi mashg'ulotlar bilan band bo'ladi. Inson hayotining dastlabki davrlarida o'yin asosiy faoliyat hisoblanadi, undan so'ng esa o'yin kamayib, uning o'rnini o'qish va mehnat egallaydi.

Insoniyat taraqqiyoti va ijtimoiy hayotining turli davrlarida o'yinlar muhim o'rin tutgan. O'yinlar yordamida insoniyat o'sgan, ulg'aygan, chiniqqan, jismonan baquvvat bo'lgan, aqlan, ruhan rivojlangan, ma'naviy kamol topgan. Xullas, o'yin odamzod taraqqiyotida katta ahamiyat kasb etgan. Buning sabablari quyidagicha:

Birinchidan, insonda o'yinga nisbatan tabiiy ehtiyoj bo'lib, u hayotdagi bo'shliqni to'ldirgan, inson tanidagi ortiqcha kuchni sarflashga, yetishmagan kuchni to'plashga yordam bergan.

Ikkinchidan, o'yinlar xalq tarixining ajralmas qismidir, in'inokosidir. O'yinlarda insonning turmushi, mehnati, tajribasi, tashvishi, kurashi, yutuqlari aksini topadi. O'yinlar orqali biz insoniyat tarixi, orzu-o'yi muammolari, niyatlarini o'rgansak bo'ladi.