

ХУРРАМОВ ЭШМАХМАТ ЭШҚУЛОВИЧ

ХАРАКАТЛИ ҮЙИНЛАР



**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ТАЪЛИМ ФАН ВА ИННОВАЦИЯЛАР ВАЗИРЛИГИ**

ХУРРАМОВ ЭШМАХМАТ ЭШҚУЛОВИЧ

ҲАРАКАТЛИ ҲЙИНЛАР

**5112300 – Мактабгача ва бошланғич таълимда
жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабалари учун**

ДАРСЛИК

Чирчиқ – 2023 й

УДК-373;796.2
КБК-75.1
Х-91

Э.Э.Хуррамов / Ҳаракатли ўйинлар / Дарслик. / Чирчик.:
«City of book», 2023. – 188 бет.

Аннотация

Ушбу дарслик Мактабгача ва бошланғич талимда жисмоний тарбия ва спорт йўналишлари учун болаларда ҳаракатли ўйинларни қўллаш орқали жисмоний сифатларни тарбиялашда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш ва шу асосида мактабгача тарбия муассасалари ва бошланғич синфлар шароитида болаларнинг ҳаракат фаолиятини ривожлантириш технологиясининг назарий асослари ва усул йўлларини аниқлаш, ҳамда мақсадга эришиш жараёнида болаларнинг ҳаракат фаолиятини ривожлантириш учун олиб борилади. Ҳар бир ўйин аввало содда, ақлни пешлайдиган, қизиқарли тузилган бўлиб, унинг маъзида миллийлик, меҳр-оқибат, жасорат, мардлик, ватанпарварлик туйғулари сингдирилган. Таълим ва тарбиянинг бундай уйғунлиги етук инсонни тарбиялаш учун дастуруламал вазифасини ўтайди.

Тақризчилар: Б.А. Махмудов – ЧДПУ “Болалар спорт
кафедраси доценти”
Ж.Жамматов – УрДУ “Жисмоний
маданият назарияси ва
методикаси” кафедраси доценти

ISBN 978-9910-780-13-4

© Э.Э.Хуррамов, 2023

© «City of book», 2023

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
AXBOROT-KUTUBXONA MARKAZI

АННОТАЦИЯ

Миллий ҳаракатли ўйинлар бўйича ўқув қўлланмада ҳаракатли ўйинларни назарияси (миллий ҳаракатли ўйинларни келиб чиқиш тарихи, ўйинни таснифи), миллий ҳаракатли ўйинларни ташкил этиш ва ўтказиш услубиятлари ҳамда ота-боболаримиз ўйнаб келган ўйинлар ҳақида билим, ижтимоий-тарбиявий моҳиятлари ҳақида қисқача маълумотлар, кўникма ва малакалар билан қуроллантиришни кўзда тутди.

АННОТАЦИЯ.

В учебного пособия по национальным подвижным играм рассматривающиеся вопросы теории национальных подвижных игр (история возникновения классификация игр), методика преподавания игр с различными контингентом занимающихся, а также методика применения в различных вида спорта.

THE SUMMARY.

The manual is considered the questions of theory of national Outdoor Games (the history of origins, the classification of games) the Methodics of Holding the national Outdoor Games with various quala of Harning and also it is inteded in different kinds of sport. The given manuel is demanded for the pupils of colleges and for the teachers of Physicl Training.

КИРИШ

Афросиёб, Далварзин тепа, Сирдарёнинг қуйи қисмларида (Тошкент вилояти), шунингдек Хоразм ва Қорақалпоғистон ҳудудларида ўтказилган археологик қазилмалар, қидирув ишларининг натижалари асосида топилган турли хил буюмлар, ашёлар, безакларнинг (расм) гувоҳлик беришича бундан 3-4 минг йиллар аввалги аجدодларимиз хилма-хил ўйинлар, жисмоний машқлар билан машғул бўлган. Ёввойи ҳайвонларни тутиш, ов қилиш, қувлаш, найза санчиш, олишиш ва бошқа жуда кўп мураккаб ҳаракатли фаолиятлар тасвирларда, сопол ва металл буюмларда ифода этилган. Шунингдек Омонқўтон (Самарқанд), Чорвоқ атрофидаги (Тошкент вилояти) ясси тошлар, ғорларда одамларнинг ов қилиш ва ҳайвонлар билан жанг қилиш (олишиш), турли хил ўйинлар билан шуғулланишлари акс эттирилган. Бундай ҳолатлар Сурхон ва Қашқа воҳасидаги ғорлар, соҳиллардаги тошлар, Фарғона водийсидаги тоғли манзилларда (чотқол тоғлари) ҳам кўп учрайди.

Қадимги аجدодларимиз ҳозирги Марказий Осиё ҳудудларидаги барча халқлар (Қозоқ, Қирғиз, Туркман, Тожиқ, Уйғур ва ҳ.к) билан яқин алоқадорликда ҳаёт кечирган. Уларнинг ижтимоий турмуш маданияти бир-бирига ўхшаш бўлиб, урф-одатлари, турли маросимлари ҳам туташиб кетган. Шу сабабдан ҳам миллий ҳаракатли ўйинлар ўзаро аралашиб

кетган. М: кўпкари-улоқ, пойга, қиз қувмоқ, отдан ағдариш, отда қиличлашиш (савалаш), найза санчиш, дорбоз, кураш каби мураккаб ҳаракатли ўйинлар Марказий Осиёнинг барча ҳудудларида кенг тарқалган. Ижтимоий-маданий турмуш шароитидан келиб чиққан "қулоқ чўзма", "Эшак минди", "Оқ суяк", "Чиллик" (чиллак), "Қалпоқ тепиш", "Пиёда пойга", "Пода тўп", палахмон ва шахмондан тош отиш, камондан (ёй) найза (ўқ) отиш, "Хўрозлар жанги", "Мушук ва сичқон", "Бўта солди", "Тўққиз тош", "Шувоқ", "Бекинмачоқ" каби юзлаб миллий ҳаракатли ўйинлар ҳам барча халқлар, элатлар, уруғ-аймоқлар ҳаётида чуқур ўрин эгаллаган. Бу ўйинларнинг тарихи 2-3 минг йилдан кам эмас.

"Алпомиш", "Гўрўғли", "Кун туғмуш", "Қирик қиз", "Тохир ва Зухра" каби халқ оғзаки ижоди дурдоналари каби минглаб ҳаракатли ўйинлар ҳам ёзма бўлмаганлиги сабабли оғиздан оғизга ўтиб бизгача етиб келган. Чунки ўғил уйлантириш, қиз чиқариш, бешиқ, суннат, пайғамбар ёши каби улуғ тўйлар, Наврўз, Ҳосил йиғиш байрамлари (қовун сайли, гул сайли ва ҳ.к), ҳайитлар, гаштаклар (гаплар) ва жуда кўп маросимлар халқдан халққа ўтиб келган. Уларнинг мазмунида асосан кўпкари-улоқ, пойга, отдан ағдариш, қиз қувмоқ, кураш каби ўйинлар қаторида "Пиёда пойга", "Қулоқ чўзма", "Хўрозлар жанги", "Тўққиз тош" (қизлар ўйини), "Тардкам" (ошиқ ўйинлари) каби хилма-хил қизиқарли ўйинлар ҳам ўрин олган.

Ўзбек халқ миллий ўйинларининг мазмунларини ёзиб

олиш, уларни ёшларга ўргатиш масалалари асосан XIX асрнинг иккинчи ярмига тўғри келади. Бунда рус сайёҳлари, археологик ва тарихий қидирув ишларини олиб боровчи олимларнинг ролини тан олиш керак бўлади. Л.Баженов (1840), А.Борж (1848), Г.Вампер (1877), А.Арандаренко (1889) кабиларнинг хизмати каттадир. XX аср бошларида археологик ва тарих соҳасидаги олимлар В.Бартольд, А.Виноградов, С.П.Толстов, А.Шишкин ҳамда Ўзбекистон археологи Я.Ғуломов кабилар миллий ҳаракатли ўйинларга катта эътибор беришган.

Эътироф этиш лозимки, собиқ советлар ҳокимияти йилларида (1917-1991) ҳаракатли ўйинлар бўйича бир қатор тўпламлар нашр этилиб, улар асосан ўқув юртларининг муҳим ўқув қўлланмалари сифатида хизмат қилди. Лекин уларнинг таркибида ўзбек халқ миллий ҳаракатли ўйинлари умуман учрамайди.

Рус тилидаги ҳаракатли ўйинларини таржима қилиб, унинг мазмунини миллий ҳаракатли ўйинлар билан тўлдирган ва илк бор (1963) нашрдан чиқарганлар Т.С.Усмонхўжаев ва Ҳ.Тожибоевлар эди. Сўнгги йилларда, айниқса мустақиллик йиллари даврида “Ҳаракатли ўйинлар” тўпламларини қайта нашр қилиш, янги ўйинлар билан уларни бойитишда яна Т.С.Усмонхўжаев ва А.Ш.Қосимов, Ф.Н.Насриддинов, О.О.Пўлатов, Ф.Хўжаев, Ҳ.Мелиев кабилар ўз ҳиссаларини қўшдилар.

Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институти

(ЎзДЖТИ), вилоятлардаги жисмоний тарбия факультетларида “Ҳаракатли ўйинлар” махсус фан сифатида ўқитилади. Мустақилликнинг шарофати туфайли жисмоний тарбия, факультетларида “Миллий ҳаракатли ўйинлар” фани янгидан ташкил қилинган. Уларнинг асосий мақсад ва вазифалари жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги бўлажак мутахассисларнинг назарий билим ва амалий кўникмалари ҳамда малакаларини чуқурлаштиришга қаратилган. Шу сабабдан ҳаракатли ўйинлардан деярлик барча спорт турлари бўйича, ўтказиладиган дарслар, спорт машғулотида (тренировка) мақсадли фойдаланиш йўлга қўйилган. Бу ўз навбатида миллий ҳаракатли ўйинларнинг нуфузини оширишга кўмак беради.

Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида” (1997), “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги (2000 янги тахрир) қонунларга риоя қилиш ҳамда ЎзРнинг давлат таълим стандартлари, кадрлар тайёрлаш миллий дастури, соғлом авлод давлат дастурини амалда бажаришда “Миллий ҳаракатли ўйинлар” фани асосида янги вазифалар мужассамлашади. Уларни қуйидаги йўналишларда ижро этиш мақсадга мувофиқ бўлади, яъни:

1. Миллий ҳаракатли ўйинларни шуғулланувчиларнинг ёшига қараб белгилаш ва туркумларга ажратиш (жисмоний сифатларни тарбияловчи).

2. Болалар боғчаларида ташкил этиладиган ҳаракатли