

K. RAHIMQULOV

MILLIY HARAKATLI O'YINLAR

ISBN-978-9943-362-52-9



9 789943 362529



«TAFAKKUR-BOSQON»
NASHRIYOTI

Slom. 74.200.55.8.73.
K-33.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

Karimjon Rahimqulov

MILLIY HARAKATLI O'YINLAR

*O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi
tomonidan pedagogika oliy ta'lim muassasalarining
«Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat» bakalavriat ta'lim
yo'nalishi talabalari uchun o'quv qo'llanma sifatida
tavsiya etilgan*

FARG'ONA DAVLAT
UNIVERSITETI
ABDOLQADIR BESURUS NARRAZI
QABUL QILISH YIG'ISH VA
DIALOGLASH BO'LIMI

«TAFAKKUR-BO'STONI»
TOSHKENT — 2012

UDK: 796.2(075)
74.200.55
R33

Taqrizchilar: **K.M. Mahkamjonov**, TDPU «Jismoniy tarbiya metodikasi va bolalar sporti» kafedrası pedagogika fanlari nomzodi, professor,
R. Abdumalikov, O'zDJTI pedagogika fanlari nomzodi, professor.

Ushbu o'quv qo'llanma talabalarni harakatli o'yinlar nazariyasi (milliy harakatli o'yinlarning kelib chiqish tarixi, o'yinlarning tavsiflari), milliy harakatli o'yinlarni tashkil etish va o'tkazish uslubiyatlari hamda otabobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlar haqida bilim, ularning ijtimoiy-tarbiyaviy mohiyatlari haqida qisqacha ma'lumotlar, ko'nikma va malakalar bilan ta'minlashni ko'zda tutadi.

KIRISH

O'zbek xalq milliy harakatli o'yinlarining kelib chiqish tarixi uzoq o'tmishimiz bilan bog'lanib ketadi.

Afrosiyob, Dalvarzin tepa, Sirdaryoning quyi qismlarida (Toshkent viloyati), shuningdek, Xorazm va Qoraqalpog'iston hududlarida o'tkazilgan arxeologik qazilmalar, qidiruv ishlarining natijalari asosida topilgan turli xil buyumlar, ashyolar, bezaklarning (rasm) guvohlik berishicha, bundan 3—4 ming yillar avval ajdodlarimiz xilma-xil o'yinlar, jismoniy mashqlar bilan mashg'ul bo'lishgan. Yovvoyi hayvonlarni tutish, ov qilish, quvlash, nayza sanchish, ular bilan olishish kabi yana ko'plab murakkab harakatli faoliyatlar tasvirlarda, sopol va metall buyumlarda ifoda etilgan. Shuningdek, Omonqo'ton (Samarqand), Chorvoq atrofidagi (Toshkent viloyati) yassi toshlar, g'orlarda odamlarning ov qilish va hayvonlar bilan jang qilish (olishish), turli o'yinlar bilan shug'ullanishlari aks ettirilgan. Bunday holatlar Surxon va Qashqa vohasidagi g'orlar, sohillardagi toshlar, Farg'ona vodiysidagi tog'li manzillar (Chotqol tog'lari)da ham ko'p uchraydi.

Qadimgi ajdodlarimiz hozirgi Markaziy Osiyo hududlaridagi barcha xalqlar (qozoq, qirg'iz, turkman, tojik, uyg'ur va boshq.) bilan yaqin aloqadorlikda hayot kechirganlar. Ularning ijtimoiy turmush madaniyati, urf-odatlar, turli marosimlari bir-biriga juda o'xshash bo'lgan. Shu sababdan ham milliy harakatli o'yinlar o'zaro aralashib ketgan. Masalan, ko'pkari-uloq, poyga, qiz quvmoq, otdan ag'darish, otda qilichlashish (savalash), nayza sanchish,

dor o'yhash, kurash kabi murakkab harakatli o'yinlar Markaziy Osiyoning barcha hududlarida keng tarqalgan. Ijtimoiy-madaniy turmush sharoitidan kelib chiqqan «Quloq cho'zma», «Eshak mindi», «Oq suyak», «Chillik» («Chillak»), «Qalpoq tepish», «Piyoda poyga», «Poda to'p», palaxmon va shaxmondan tosh otish, kamondan (yoy) nayza (o'q) otish, «Xo'rozlar jangi», «Mushuk va sichqon», «Bo'ta soldi», «To'qqiz tosh», «Shuvoq», «Bekin-machiq» kabi yuzlab milliy harakatli o'yinlar ham barcha xalqlar, elatlar, urug'-aymoqlar hayotida chuqur o'rin egallagan. Bu o'yinlarning paydo bo'lish tarixi 2—3 ming yildan kam emas.

«Alpomish», «Go'ro'g'li», «Kuntug'mush», «Qirg'iz», «Tohir va Zuhra» kabi xalq og'zaki ijodi durdonalarida tilga olingan ko'plab o'yinlar ham, avvalo, og'izdan og'izga o'tib bizgacha yetib kelgan. Shuningdek, o'g'il uylantirish, qiz chiqarish, beshik, sunnat, payg'ambar yoshi kabi to'ylar, Navro'z, Hosil yig'ish bayramlari (qovun sayili, gul sayili va h.k), hayitlar, gashtaklar (gaplar) va juda ko'p marosimlar xalqlardan xalqlarqa o'tib kelgan. Ularning Ko'pkari-uloq, poyga, otdan ag'darish, qiz quvmoq, kurash kabi o'yinlar qatori «Piyoda poyga», «Quloq cho'zma», «Xo'rozlar jangi», «To'qqiz tosh» (qizlar o'yini), «Gardkam» (oshiq o'yinlari) kabi xilma-xil qiziqarli o'yinlar yuqorida sanab o'tilgan marosimlarning tarkibidan o'rin olgan.

O'zbek xalq milliy o'yinlarining mazmunini yozib olish, ularni yoshlarga o'rgatish masalalari bilan shug'ullanishga kirishish asosan XIX asrning ikkinchi yarmiga to'g'ri keladi. Xalq milliy o'yinlariga oid ma'lumotlarni L.Bajenko (1840), A.Borj (1848), G.Vamper (1877), A.Arandarenko (1889) kabi rus sayyohlari va arxeolog olimlarining asarlarida uchratamiz. XX asr boshlarida arxeologik va tarix sohasidagi olimlar V.Bartold, A.Vinogradov, S.P.Tolstov,

A.Shishkin hamda Ya.G'ulomov kabi arxeolog, tarixchi olimlar milliy harakatli o'yinlarga katta e'tibor berishgan.

Sobiq sho'ro hokimiyati yillarida ham (1917—1991) harakatli o'yinlarga oid bir qator to'plamlar nashr etilgan. Ulardan asosan o'quv yurtlarida o'quv qo'llanmalari sifatida foydalanilgan. Taassufki, ularning tarkibida o'zbek xalq milliy harakatli o'yinlari umuman uchramaydi.

T.S.Usmonxo'jayev va H.Tojiboyevlar rus tilidagi harakatli o'yinlarga oid matnlarni tarjima qilib, ular mazmunini milliy harakatli o'yinlar bilan to'ldirganlar va ilk bor (1963) nashr ettirganlar. Mustaqillik yillarida «Harakatli o'yinlar» to'plamlarini qayta nashr qilish, ularni yangi o'yinlar bilan boyitishga T.S.Usmonxo'jayev, A.Sh.Qosimov, F.N.Nasriddinov, O.O.Po'latov, F.Xo'jayev, H.Meliyev kabilar o'z hissalarini qo'shdilar.

O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti (O'zDJTI) va respublikamizdagi boshqa jismoniy tarbiya oliy o'quv yurtlarida «Harakatli o'yinlar» maxsus fan sifatida o'qitiladi. Mustaqillik sharoifati bilan jismoniy tarbiya fakultetlarida «Milliy harakatli o'yinlar» fani yangidan o'rganila boshlandi. Ushbu fanni o'qitishdan maqsad jismoniy tarbiya va sport sohasidagi bo'lajak mutaxassislarining nazariy bilim va amaliy ko'nikmalari hamda malakalarini chuqurlashtirishdir. Shu sababdan harakatli o'yinlardan deyarli barcha sport turlari bo'yicha o'tkaziladigan darslar va sport mashg'ulotlari (trenirovkalar)da maqsadli foydalanish yo'lga qo'yilgan. Bu o'z navbatida milliy harakatli o'yinlarga e'tiborni yanada oshirishga ko'mak beradi.

O'zbekiston Respublikasining «Ta'lim to'g'risida»gi (1997), «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi (2000, yangi tahrir) qonunlariga rioya qilish hamda O'zbekiston Respublikasining davlat

ta'lim standartlari, Kadrlar tayyorlash milliy dasturi, sog'lom avlod davlat dasturini amalda bajarishda «Milliy harakatli o'yinlar» fani asosiga yangi vazifalar mujassamlashadi. Ularni quyidagi yo'nalishlarda ijro etish maqsadga muvofiq bo'ladi, ya'ni:

1. Milliy harakatli o'yinlarni shug'ullanuvchilarning yoshiga qarab belgilash va turkumlarga ajratish (jismoniy sifatlarni tarbiyalovchi).

2. Maktabgacha ta'lim muassasalarida tashkil etiladigan harakatli o'yinlarning tartib va tizimlarini qo'llash.

3. Boshlang'ich (I–IV) va yuqori sinflar (V–VII, VIII–IX), kollej va litseylarda o'tiladigan harakatli o'yinlarning ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlariga e'tiborni kuchaytirish.

4. Aholi istiqomat qiladigan joylar, istirohat bog'lari, o'quvchi-yoshlar va talabalarning yozgi dam olish oromgohlari, sog'lomlashtirish sport markazlarida tashkil etiladigan harakatli o'yinlarni sharoitlarga qarab belgilash va h.k.

Talabalarga milliy harakatli o'yinlarning ijtimoiy-madaniy, tarbiyaviy, sog'lomlashtirish xususiyatlari, shuningdek, mehnat va Vatanga sadoqat tuyg'ularini his etishdagi ijtimoiy-pedagogik jarayonlarni mukammal, chuqur singdirish davr talabidir.

I bo'lim. NAZARIY MASHG'ULOTLAR

1. Harakatli o'yinlarning kelib chiqishi va rivojlanish tarixi

Harakatli o'yinlar inson faoliyatini ta'minlovchi mazmunga egadir. Buni eng qadimgi ajdodlarimiz ham yaxshi bilishgan va kundalik turmushlarida ular bilan shug'ullanishga amal qilishgan. Kurash, ot o'yinlari bilan shug'ullanishdan tashqari, kamondan o'q otib, nayza sanchib, kaltak, tosh va boshqa moslamalarni ulotqirib yovvoyi hayvonlarga ov qilishgan.

Ijtimoiy tuzumlar almashishi va rivojlanishi tufayli turmush sharoiti ham o'zgargan, rivoj topgan. Mehnat qilish, oilada bolalarni tarbiyalash, ov qilish, dushmanlarga qarshi jang qilishga kirishish va boshqa juda ko'p sabablarga ko'ra harakatli o'yinlar, turli jismoniy mashqlardan maqsadli va keng foydalanilgan.

Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyatning ibtidoiy jamoa davrida paydo bo'lishi haqidagi N.I.Ponomarevning monografiyasida (Leningrad, 1972) ta'kidlanishicha, qadimgi kishilar yashash, mehnat qilish uchun tabiat bilan ro'baro' kelishgan. Osiyo va Yevropa qit'alarida yashagan odamlar asosan ov bilan shug'ullanib, buning natijasida turli xil harakatli o'yinlarni kashf etganlar. Bunda hayvonlarning xatti-harakatlari, tabiatdagi turli o'zgarishlarga qiyos qilingan.

Yovvoyi-yirtqich hayvonlardan saqlanish, ov qilish jarayonlarida epchillik, kuchlilik, chidamlilik kabi jismoniy sifatlar lozimli-