

## JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAKATLI O'YINLARNING PEDAGOGIK TA'SIR XUSUSIYATLARI

*Eshmatov G'ayrat Egamberdievich,  
Qarshi davlat universiteti, jismoniy tarbiya va sport turlari kafedrası  
o'qituvchisi*

*Maqolada jismoniy tarbiya va ta'lim jarayoniga harakatli (milliy) o'yin vositasining pedagogik ta'siri jismoniy tarbiya jarayonida harakatli o'yinlar o'ta samarali vosita ekanligi bolalarni harakatli o'yinlar orqali sog'lom, serharakatchan qilib tarbiyalash haqida fikr yuritilgan*

*Tayanch tushunchalar: Bolalar, jismoniy tarbiya, pedagogika, psixologiya, anatomiya, fiziologiya, ta'lim, ijtimoiy, ilmiy*

## ХАРАКТЕРИСТИКА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЭФФЕКТА АКТИВНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

*Эшматов Гайрат Эгамбердиевич,  
преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Каршинского  
государственного университета*

*Аннотация. В статье утверждается, что педагогическое влияние подвижным (национальной) игры на физическое воспитание и процесс обучения заключается в том, что подвижные игры являются очень эффективным инструментом в процессе физического воспитания для воспитания детей здоровым, активным образом с помощью подвижных игр.*

*Ключевые слова: дети, физическое воспитание, педагогика, психология, анатомия, физиология, образование, социальная, научная.*

## CHARACTERISTICS OF THE PEDAGOGICAL EFFECT OF ACTION GAMES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

*Eshmatov Gayrat Egamberdievich,  
teacher of the Department of Physical Education and Sports, Karshi State  
University*

*The article argues that the pedagogical impact of mobile (national) play on physical education and learning process is that mobile games are a very effective tool in the process of physical education to bring up children in a healthy, active way through mobile games*

*Key words: Children, physical education, pedagogy, psychology, anatomy, physiology, education, social, scientific*

Jismoniy tarbiya oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarishda barcha o'quv yurlari ta'lim tizimidagi yosh avlodni jismoniy baquvvat, chaqqon, irodali, vatanparvarlik ruxida tarbiyalab voyaga etkazish uchun jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini «Ta'lim to'g'risidagi» qonuni Kadrlarni tayyorlash milliy dasturi hamda O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qonunlari, O'zbekiston Respublikasi birinchi Prezidentining 2002 yil 24 oktyabrdagi PF-31-54 sonli «O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish» to'g'risidagi farmoni va uni bajarish tadbirlariga suyangan holda yangi usullar bilan tashkil qilish va o'tkazish maqsadida muvofiqdir. Ushbu ishlar samarali bajarilishi uchun bolalarning eng kichik yoshdan boshlab milliy harakatli o'yillar vositasi bilan jismoniy salomatlik «poydevorini qurish»ni amalga oshirish mumkin.

Maktab davridan boshlab o'quvchilarning ma'naviy, jismoniy va funkstional shakllanishida harakatli o'yinlarining o'rni beqiyosdir. Standart mazmundagi vazifa,

ko'rsatma yoki mehnat va sport mashqlarini bajarish kishini tez toliqtiradi. Lekin, shunday harakatlarni milliy o'yinlari asosida, ijro etish odamning ruhiyatiga ijobiy ta'sir etib, charchash muddatini orqaga suradi. O'yinlar o'zining hammabopligi (universalligi), ko'p funkstional-ligi va keng ta'sirchanligi bilan xilma-xil toifalarga bo'linadi. Jumladan, jismoniy sifatlarni, nuqtani, talaffuzni, merganlikni, tadbirkorlikni, hisobni va hokazo xislatlarni rivojlantiruvchi o'yinlari shular jumlasiga kiradi. Lekin, qanday o'yin bo'lmasin, unda harakat elementi yoki harakatlar majmuasi mavjud bo'ladi.

Ma'lumki, harakatli o'yinlar turli xalq va elatlarning rasm-rusumi, udumi, an'analari hamda etnogenetik xususiyatlarini ifodalaydi. Shuning uchun ham bunday harakatli o'yinlarni ko'pincha xalq o'yinlari deb yuritiladi.

Qadimgi mutafakkir-olimlar va pedagoglar insonda sahiylik, rostgo'ylik, vatanparvarlik hissiyoti, raqibga nisbatan hypmat va tabiatni e'zozlash kabi xislatlarni aynan milliy o'yinlar ta'sirida tarbiyalash imkoni yuqori ekanligini e'tirof etganlar. Bu borada, ayniqsa, o'zbek xalq harakatli o'yinlari turli hayotiy muhim odatlarni, malaka va ko'nikmalarni shakllantirish qudratiga egadir. Xalq o'yinlari shu xalqning kashfiyotidir. Shuning uchun ushbu o'yinlar uning ongida, ro'zg'or ishlarida, oila va mahalla tarbiyasida faol o'rin egallaydi.

Harakatli o'yinlar, shu jumladan xalq milliy o'yinlari noyob qadriyat sifatida faqatgina mamlakatimiz o'z mustaqilligiga erishgandan keyingina qayta tiklanib, hozirgi kunda aholi, ayniqsa o'quvchi yoshlar o'rtasida keng va jadal ommalashib bormoqda.

Xalq harakatli o'yinlari ilmiy ob'ekt sifatida borgan sari tadqiqotchi olimlar e'tiboridan mustahkam o'rin egallamoqda.

Jismoniy tarbiya jarayonida harakat malakalari va jismoniy sifatlarni shakllantirishda harakatli o'yinlar o'ta samarali vosita ekanligini isbotlovchi talaygina ilmiy adabiyotlar nashr etilgan (L.V. Вылеева, I.M. Korotkov, 1982; I.M. Korotkov, 1988; M.S. Бриль, 1980; T.S. Usmanxo'djaev, F.X. Xo'jaev, 1990, 1992; A.I. Lisista 1991; T.S. Usmanxodjaev, X.A. Meliev, 2000; V.V. Kuzin, S.A. Polievskiy, 2000; F. Kerimov, N. YUsupov, 200Z).

I.M. Karotkov (1982) larning fikricha, zamonaviy sport o'yinlarida jismoniy sifatlarni, texnik va taktik mahoratni shakllantirish uchun o'yin uslublaridan qanchalik ko'p va mohirona foydalanilsa, shunchalik sportchilarning qobiliyatlari va mahorati yuqori saviyada o'sishi mumkin. To'g'ri bir qaraganda sport o'yinlari o'zi o'yinlardan iborat bo'lib, yana turli o'yinlardan foydalanish «ortiqcha yukday» ko'rinadi. Lekin, bunday tushuncha batamon noto'g'ri. Chunki, pedagogika, fiziologiya va psixologiya fanlariga oid ilmiy ma'lumotlarga asosan jismoniy sifatlarni, texnik-taktik malakalar va boshqa qobiliyatlarni rivojlantirishda an'anaviy ixtisoslashtirilgan va standart mashqlarni qo'llash, ayniqsa dastlabki o'rgatish jarayonida yosh shug'yllanuvchilarni tez charchashiga, qiziqishni susayishiga olib keladi. Harakatli o'yinlar esa, aksincha, bolaning emostional holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, charchash alomatlarining vujudga kelishi «orqaga» suriladi, eng asosiysi bolaning irsiy (genetik) qobiliyatlari hamda yangi harakat malakalari paydo bo'lishi mumkin (I.M. Korotkov, 1971; 1979; A.I. Lisistina, T. S. Usmanxo'djaev, 1985; M.N. Jukov, 2003; I. Vlasyuk, 2005 va boshqalar). Agar, voleybol o'yiniga mos harakatli o'yinlar saralab olinsa va bu o'yinlar voleybol to'pi bilan ijro etilsa samara yanada yuksakroq bo'ladi (M.A. Kurbanova, 2003).

Bunday o'yinlarga masalan, «To'p uzat - o'tir», «To'p uzatib estafeta yugurish», «To'pga to'siq qo'y» va boshqa shunga o'xshash o'yinlarni kiritish mumkin.

Sportchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini shakllantirish-da harakatli o'yinlarning ahamiyati va ularning afzalligi qator ilmiy-uslubiy adabiyotlarda qayd etilgan [ 20].

A.I. Lisista (1991) ning fikricha harakatli o'yinlar nafaqat jismoniy sifatlarni

muvaqqiyatli shakllantirishga qodir, balki aniq mo'ljalga olish, aniq harakat, diqqat kabi xislatlarni ham samarali rivojlantirishi mumkin.

Shunday ixtisoslashgan o'yinlar borki, ularni muntazam qo'llash natijasida yosh sportchilarning maxsus jismoniy sifatlari va texnik tayyorgarligining taraqqiy etishi sezilarli darajada ancha oson kechadi.

Harakatli o'yinlar bo'yicha O'zbekistonda etakchi mutaxassis-olimlar T. Usmanxodjaev va F. Xo'jaevlar (1992) turli yo'nalishdagi harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish masalalariga oid qator tavsiyalar berib o'tishgan. Jumladan, ularning fikricha harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishda bir qator masalalarga e'tibor berish maqsadga muvofiq.

1. O'quvchilarning jismoniy barkamolligi, salomatligini yaxshilanishiga, chiniqishiga, tana a'zolari va umumiy ish qobiliyatining o'sishiga yordam berish;
2. Erkin harakat qila olish imkonini bera oladigan bilimlar va hayotiy zarur harakat malakalarini shakllantirish;
3. Ruhiy, aqliy, kasbiy va irodaviy sifatlarni rivojlantirish;
4. Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni tarbiyalash;
5. Jasurlik, topqirlik, zukkolik, tadbirkorlik xislatlarini rivojlantirish shular jumlasidandir.

Mualliflar turli sinf o'quvchilariga mos o'yinlar, yilning turli fasllarida, kunduzgi va kechkurun o'ynaydigan o'yinlarni saralab berishgan va ularning mohiyatini yoritishga muvaffaq bo'lishgan. Eng asosiysi, mutaxassislar maktab sport sekstiyalarida, jumladan sport o'yinlari bilan shug'ullanuvchi bolalarga «Mushuk va sichqon», «Bo'sh joy», «Qoziq», «Bo'ri zovur ichida» kabi o'yinlardan foydalanish maqsadga muvofiq deb ta'kidlaydilar.

Yuqorida tahlil etilgan ilmiy va uslubiy adabiyotlar yoshlikdan boshlab jismoniy tayyorgarlikni rivojlantira borish, nafaqat bolalarni chiniqtirishda, ularning sog'ligini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega ekanligini isbotlab beryapti, balki ularni sport bo'lgan qiziqishi ortishiga, sport mashg'ulotlarida o'rnatiladigan texnik-taktik malakalarni tezroq o'zlashtirishlariga imkon yaratishni ko'rsatib berdi. O'z navbatida yosh bolalar jismoniy sifatlarni samarali shakllanishida harakatli o'yinlarni o'ta samarali vosita ekanligini ochib berdi. Lekin ushbu adabiyotlar sharhidan ko'rinib turibdiki, qaysi jismoniy sifatlarni rivojlantirishda qanday harakatli o'yinlardan foydalanish ma'qulligini yoritib beruvchi ma'lumotlar nihoyatda kam o'rnatilgan.

Yosh avlodning jismoniy jixatdan to'kis, sog'lom, Vatan ximoyasiga tayyor, baquvvat tarzda o'sib-ulg'ayishidan, xalq ham, jamiyat ham manfaatdor, buning uchun o'quvchilar jismoniy tarbiya bilan chuqur shug'ullanishlari, turli milliy harakatli o'yinlardan foydalanish maxoratini egallashlari zarur. Bu esa yosh valod tarbiyasiga e'tiborni yanada kuchaytirish, ularni o'z xalqi, mustaqil davlati va jamiyat oldidagi burchini xis etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liq tarzda maktabda o'qiy boshlagan birinchi kunidanoq mehnatga muxabbat, ishchanlik, boshlagan ishini oxiriga etkazish sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkonini yaratadi. Bunda jismoniy tarbiyaning barcha zamonaviy vositalari bilan birga o'zbek xalq milliy harakatli o'yinlari juda ko'p keladi, chunki bu o'yinlar bolalarni ruhiy, jismoniy, ma'naviy jixatdan tarbiyalashning barcha jixatlarini ola biladi. Zero, millatning kelajagi bo'lgan kelajagi sog'lom, etuk va komil inson qilib tarbiyalash mustaqil yurtimiz kelajagining zamini mustaxkam bo'lishiga xizmat qiladi.

Milliy xalq harakatli o'yinlari va milliy sport turlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o'zgartirani, har bir iqtisodiy tuzum ularning mazmun-qoidalari va o'zining muayan izini qoldirgani halqiga yuqorida to'xtalgan edik. Bazi o'yinlarni nomi va qoidalari hozirgacha saqlanib qolgan. Ana shunday o'yinlardan foydalanishda bolalarga jismoniy tarbiyadan tashqari tarbiyaviy ta'sir ko'rsatishni ham zarardan soqid qilmaslik, ularni ijodiy qo'llashni maqsadga muvofiqlashtirish kerak. Masalan, «Uloq» o'yini deganda odatda ot bilan o'ynalanadigan, chavandozlar haqiqiy uloq

uchun kurashadigan qadimiy ko'pkari o'yini tushuniladi. Bolalarga mo'jallangan «Uloq» o'yini otsiz o'tkaziladi, o'yinchilar, bir parcha echki terisi yopishtirilgan to'ldirma to'pni olish uchun kurashadilar. O'yin qoidalarining ba'zi jihatlari qolganlarinikiga o'xshab ketadi. Tezkorlik, chaqqonlik va kuchlilikni tarbiyalovchi bu o'yin katta tarbiyaviy ahamiyatga ega, bunda bir-birini hurmat qilish, samimiy munosabat, qo'pollik qilmaslikka e'tibor beriladi.

Xalq milliy harakatli o'yinlarni bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirida muxim rol o'ynaydi. O'g'il bolalarning qiziqishini oshiradi, unga zavq bag'ishlaydi, ish qobiliyatini tezroq tiklanishini taminlaydi. O'yin bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishiga xarakat qiladilar. Xalq milliy harakatli o'yilarining barchasi bolalarning organizmlariga yaxlit ta'sir ko'rsatish kuchiga ega. Shuning uchun ham o'yinlarga umumiy jismoniy ta'sir ko'rsatuvchi mashq sifatiga qarash lozim. Birorta o'yin yo'qki, u ayrim jismoniy sifatni rivojlantirovchi mashq bo'lib hisoblanmasin. Masalan, «Do'ppi kiyishida kim g'olib?» milliy o'yinida faqat chaqqon bo'libgina qolmay, balki epchil, sezgir bo'lishi kerak.

Jismoniy tarbiya tizimidagi barcha soxa va bosqichlarning biridan birva yagana maqsadi – insonni sog'lom va to'g'ri yashashga tayyorlashdir. Maktab maktab o'quvchilari jismoniy tarbiyaning vazifalarini bolalarni yoshiga hos xususiyatlarini hisobga olgan holda aniqlanadi, leki bunda jismoniy tarbiyaning umumiy maqsadi ko'zdan qochirilmaydi.

Maktabda o'quvchilarni jismoniy tarbiyasida sog'lamlashtirishni, ta'lim berishi va tarbiya berish vazifalarini amalga oshirishi ko'zda tutiladi.

Xulosa qilib aytganda, yuqorida qayd etilgan harakatli o'yinlarga xos nazariy mulohazalar ularning jismoniy tarbiya va sport borasidagi salohiyatini belgilab beradi. Demak, yosh sportchilarni tayyorlashda harakatli o'yinlarni, jumladan xalq milliy o'yinlarining ahamiyati beqiyosdir. Milliy xalq harakatli o'yinlari o'quvchilarda xalqning madaniy boyliklari halqidagi tasavurini malum darajada kengaytiradi, ularni hozirgi hayotga singdirishga yordam beradi. Chunki milliy harakatli o'yinlar jismoniy tarbiyaning eng ta'sirchan vositalaridan bo'lib, o'quvchilarni aqliy, axloqiy va nafasat tarbiyasini birgalikda muvafaqiyatli amalga oshirishda muxim vositadir. Shuning uchun bolalar o'yinlarining ruhi, tabiati, harakteri, ishtirokchilarning hatti-harakatlariga kabi jihatlarga e'tibor berish zarur.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOLAR RO'YXATI

1. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва усулияти. 2000 й. Тошкент.
2. Ахматов М.С. Узлуксиз таълим тизимида оммавий спорт-соғломлаштириш ишларини самарали бошқариш. 2001й. Тошкент.
3. Саломов Р.С., Керимов Ф.А. Жисмоний тарбияда педагогик технологиялар. 2002 й. Тошкент.
4. Шарипов Т.Ю., Усмонходжаев Т.С. Жисмоний тарбия. Дарс ишланмалари ва ҳаракатли ўйинлар. 2005 й.