

BARKAMOL AVLODNI TARBİYALASHDA MILLIY HARAKATLI O'YINLARNING PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

Quvatov Javohir,

Turkiston yangi inavatsiyalar universiteti 1 kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada jismoniy milliy harakatli o'yinlarning pedagogik xususiyatlari va ideal avlodni tarbiyalashdagi o'rni yoritilgan. Jismoniy milliy harakatli o'yinlar madaniy o'ziga xoslikning dinamik ifodasi bo'lib xizmat qiladi, jismoniy tayyorgarlik, farovonlik, tartib-intizom va ijtimoiy integratsiyaga yordam beradi. An'anaviy amaliyotlarni o'zida mujassamlashtirgan va jamoaviy ishtirokni rivojlantirish orqali bu o'yinlar shaxslarning har tomonlama rivojlanishiga hissa qo'shadi. Madaniy merosni o'rganish, jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish, intizom va diqqatni rivojlantirish, ijtimoiy integratsiya va birlikni rivojlantirish orqali jismoniy milliy harakatli o'yinlar sog'lom, madaniy qadrlash va ijtimoiy jipslikni o'zida mujassam etgan avlodni tarbiyalash uchun istiqbolli yo'l ochadi. Ushbu avtoreferatda ushbu o'yinlarning jismonan sog'lom, madaniyatli, intizomli va ijtimoiy jihatdan integratsiyalashgan shaxslarni tarbiyalashga qanday hissa qo'shishi - komil avlod kamoloti uchun zarur bo'lgan fazilatlarini o'z ichiga olgan maqola tahlilining mohiyatini qamrab oladi.

Kalit so'zlar: jismoniy milliy harakatli o'yinlar, pedagogika, komil avlod, madaniy o'ziga xoslik, jismoniy tayyorgarlik, farovonlik, intizom, ijtimoiy integratsiya.

Jismoniy barkamollik, madaniy qadrlash va ijtimoiy hamjihatlikni o'zida mujassam etgan avlodni tarbiyalash yo'lida jismoniy milliy harakatli o'yinlar yaxlit rivojlanishning kuchli vositasi sifatida maydonga chiqadi. Ushbu o'yinlar jismoniy faollik, madaniy meros va jamoa ishtiroki elementlarini birlashtirib, an'anaviy ta'lim usullaridan tashqariga chiqadigan pedagogik yondashuvni taklif qiladi. Biz ushbu maqolada jismoniy milliy harakatli o'yinlarning o'ziga xos pedagogik xususiyatlari va ularning namunali avlodni tarbiyalashdagi o'rni bilan tanishamiz.

Жаҳон малакатларида бир қар милли ҳаракатли ўйинлар мавжуд. Улар:

Кароёра (Бразилия): Бразилияда paydo bo'lgan Кароёра raqs niqobi ostidagi jang san'atidir. U musiqa ritmiga akrobatika, zarbalar va suyuq harakatlarni o'z ichiga oladi. Кароёра nafaqat jismoniy faoliyat, balki Afro-Braziliya merosida chuqur ildiz otgan madaniy ifodadir.

Каббди (Hindiston): Каббди - tezlik, kuch va chaqqonlikni talab qiluvchi an'anaviy hind sporti. Ikki jamoa o'rtasida o'ynaladigan o'yinchilar navbatma-navbat raqib hududiga bostirib kirib, «kabaddi» deb hayqiradilar. Bosqinchi iloji boricha ko'proq raqibga tegishi va unga qarshi turmasdan o'z tomoniga qaytishi kerak.

Хака (Yangi Zelandiya): Хака - bu Yangi Zelandiyaning maori xalqi tomonidan ijro etiladigan tantanali raqs. Bu kuchli harakatlar, oyoq urish va qo'shiq aytishni o'z ichiga oladi. Хака turli maqsadlarga xizmat qiladi, jumladan, tashrif buyuruvchilarni kutib olish, mehmonlarni sharaflash yoki sport musobaqalarida raqiblarni qo'rqitish.

Таёквондо (Janubiy Koreya): Таёквондо koreys jang san'ati bo'lib, u tepish texnikasiga urg'u berish bilan ajralib turadi. U o'z-o'zini himoya qilish texnikasi, sparring va shakllarni (poomsae) birlashtiradi. Таёквондо nafaqat sport, balki tartib-intizom, hurmat va o'zini tuta bilishni targ'ib qiluvchi hayot tarzidir.

Пенчак Силат (Indoneziya): Пенчак Силат - Indoneziya va boshqa Janubi-Sharqiy Osiyo mamlakatlarida qo'llaniladigan an'anaviy jang san'ati. U turli xil uslublarni, jumladan, zarba berish, tortishish va qurollarni o'rnatish usullarini o'z ichiga oladi. Пенчак Силат Indoneziya madaniyatiga chuqur singib ketgan va ko'pincha madaniy tadbirlar va marosimlarda ijro etiladi.

Хурлинг (Irlandiya): Хурлинг - bu Irlandiyada o'ynaladigan qadimiy gael sporti. Bu ochko to'plash uchun kichik to'pni (sliotar) egilgan tayoq bilan urishni o'z ichiga oladi. Хурлинг tezlik, qo'l-ko'zni muvofiqlashtirish va jismoniy chidamlilikni talab qiladi, bu uni dunyodagi eng tez dala sportlaridan biriga aylantiradi.

Sumo (Yaponiya): Sumo - an'anaviy yapon sporti bo'lib, unda ikki kurashchi (rikishi) dumaloq ringda (dohyo) bahslashadi. Maqsad - raqibni ringdan majburlash yoki oyoqlaridan boshqa tananing biron bir qismi bilan erga tegizish. Sumo Yaponiyada marosim va madaniy ahamiyatga ega.

Ushbu misollar jismoniy milliy harakatli o'yinlarning xilma-xilligini ko'rsatadi, ularning har biri o'ziga xos madaniy meros va o'z kelib chiqishi an'analari aks ettiradi.

O'zining boy madaniy merosiga ega bo'lgan O'zbekiston jamiyatiga chuqur singib ketgan bir qancha an'anaviy jismoniy harakat o'yinlariga ega. Mana bir nechta misollar:

Kurash: Kurash o'zbek kurashining bir necha asrlarga borib taqalgan an'anaviy kurash turidir. Bu kurash texnikasi, uloqtirish va ushlab turishga urg'u beradi. Musobaqa ishtirokchilari an'anaviy kiyimda bo'lib, ochko to'plash uchun o'z raqibini orqasiga tashlamoqchi. Kurash bo'yicha mahalliy, milliy va xalqaro miqyosda o'tkaziladigan turnirlar o'zbeklarning madaniy o'ziga xosligi va jismoniy jasoratini targ'ib qiladi.

Chapanchi: Chapanchi - arqon bilan o'ynaladigan arqon tortishga o'xshash an'anaviy o'yin. Ishtirokchilar ikkita jamoaga bo'linib, arqonni qarama-qarshi yo'nalishda tortib, raqiblarini belgilangan chiziqdan o'tkazishga harakat qilishadi. Chapanchi ko'pincha festivallar, bayramlar va jamoat tadbirlarida o'ynaladi, bu jamoaviy ish va jismoniy kuchni rivojlantiradi.

Beshik to'yi: "Beshik to'yi" nomi bilan ham mashhur bo'lgan o'zbek an'anaviy o'yini bolalar tomonidan o'ynaladi. Bu ikki o'yinchining bir-biriga qarama-qarshi o'tirishini o'z ichiga oladi, bir o'yinchi beshik holatida yotadi, ikkinchisi esa ularni ko'tarib, ag'darishga harakat qiladi. O'yin bolalar o'rtasida muvozanat, muvofiqlashtirish va chaqqonlikni rivojlantiradi, shu bilan birga ijtimoiy o'zaro munosabatlarni rivojlantiradi.

Yakshabay: Yakshaboy — O'rta Osiyo, jumladan, O'zbekistonda paydo bo'lgan an'anaviy ot minish o'yini. Chavandozlar chavandozlik mahoratini yuqori tezlikda haydash vaqtida yerdan narsalarni ko'tarib ko'rsatishadi. Ushbu o'yin nafaqat ishtirokchilarning chavandozligini namoyish etadi, balki madaniy festivallar va ot minish musobaqalari paytida o'yin-kulgi shakli sifatida ham xizmat qiladi.

Bu misollar an'anaviy o'zbek jismoniy harakatli o'yinlarining madaniy merosni asrab-avaylash, jismoniy faollikni rivojlantirish va jamiyatda ijtimoiy rishtalarni mustahkamlashda qanchalik muhim rol o'ynashini ko'rsatadi.

Madaniy o'ziga xoslikni o'zida mujassamlash. Jismoniy milliy harakatli o'yinlar xalqning madaniy o'ziga xosligini dinamik ifodalash vazifasini bajaradi. An'anaviy amaliyotlar, raqs turlari yoki jang san'atlaridan kelib chiqqan bu o'yinlar millat merosining mohiyatini qamrab oladi. Ushbu jismoniy mashg'ulotlarda ishtirok etish orqali odamlar nafaqat jismoniy mashqlar bilan shug'ullanadilar, balki o'zlarining madaniy ildizlariga botiradilar. An'anaviy raqsning ritmik harakatlari yoki jang san'atining tartibli texnikasi bo'ladimi, ishtirokchilar o'zlarining madaniy o'ziga xosligi bilan chuqur aloqani rivojlantiradilar, g'urur va daxldorlik tuyg'ularini rivojlantiradilar.

Jismoniy tayyorgarlik va farovonlikni targ'ib qilish. Jismoniy milliy harakatli o'yinlarning zamirida jismoniy tayyorgarlik va umumiy farovonlikni oshirish yotadi. O'yin-kulgining harakatsiz shakllaridan farqli o'laroq, bu o'yinlar ishtirokchilarni kuchli jismoniy faollik bilan shug'ullanishga undaydi, yurak-qon tomir salomatligini, kuchini, moslashuvchanligini va muvofiqlashtirishni rag'batlantiradi. Muntazam mashq qilish va ishtirok etish orqali odamlar muvozanatli turmush tarziga hissa qo'shadigan sog'lom odatlarni rivojlantiradilar. Bundan tashqari, ushbu o'yinlar tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan do'stlik va umumiy tajriba ruhiy farovonlikni oshiradi, stressni kamaytiradi va jamiyat tuyg'usini rivojlantiradi.

Intizom va diqqatni tarbiyalash. Jismoniy milliy harakatli o'yinlar ko'pincha yuqori intizom va diqqatni talab qiladi, qimmatli hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishga yordam beradi. Murakkab raqs tartiblarini o'zlashtirasizmi yoki jang san'ati texnikasini mukammallashtirasizmi,

ishtirokchilar fidoyilik, qat'iyatlik va tafsilotlarga e'tibor berish muhimligini o'rganadilar. Bundan tashqari, ushbu o'yinlarning tuzilgan tabiati tartib va intizom tuyg'usini uyg'otadi, o'z-o'zini nazorat qilish va shaxsiy o'sishni rivojlantiradi. Amaliyot va takomillashtirish tamoyillariga rioya qilgan holda, shaxslar jismoniy faoliyat doirasidan tashqariga chiqadigan doimiy takomillashtirish ongini rivojlantiradilar.

Ijtimoiy integratsiya va birlikni rivojlantirish. Jismoniy milliy harakatli o'yinlar individual rivojlanishdan tashqari, jamoalar ichida ijtimoiy integratsiya va birlikni rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Tantanali yig'inlarda yoki musobaqalarda o'tkaziladimi, bu o'yinlar odamlarni birlashtiradi, yoshi, jinsi va ijtimoiy-iqtisodiy holati to'siqlarini engib o'tadi. Ishtirokchilar umumiy tajriba, o'zaro yordam va jamoaviy bayram orqali rishtalar hosil qiladi. Bundan tashqari, ushbu o'yinlar madaniy almashinuv va tushunish uchun platforma bo'lib xizmat qiladi, hamdardlik va turli nuqtai nazarlarga hurmatni rag'batlantiradi.

Xulosa. Jismoniy milliy harakatli o'yinlar jismoniy faollik, madaniy meros va ijtimoiy munosabatlarning o'ziga xos uyg'unligini o'zida mujassam etgan bo'lib, ular namunali avlodni tarbiyalashda bebaho vositaga aylanadi. Ushbu o'yinlarni o'zlashtirib, odamlar nafaqat jismoniy tayyorgarligini yaxshilaydi, balki ularning madaniy o'ziga xosligi bilan aloqasini chuqurlashtiradi, muhim hayotiy ko'nikmalarni rivojlantiradi va jamoa tuyg'usini rivojlantiradi. Biz o'zida salomatlik, madaniyatni qadrlash va ijtimoiy hamjihatlikni o'zida mujassam etgan avlodni tarbiyalashga intilar ekanmiz, jismoniy milliy harakatli o'yinlarning pedagogik xususiyatlari oldinga istiqbolli yo'l ochadi. Ushbu o'yinlar bilan shug'ullanish orqali biz odamlarga to'laqonli hayot kechirish va jamiyatga ijobiy hissa qo'shish imkoniyatini berishimiz mumkin, shu bilan porloq kelajak uchun poydevor qo'yamiz.