

**ЎҚУВЧИ-ЁШЛАР ФАОЛИЯТИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШДА ХАЛҚ МИЛЛИЙ  
ЎЙИНЛАРИНИНГ ЎРНИ.**

**10.53885/edinres.2022.45.62.091**

**Бахшуллаева Малоҳат Бахтиёр қизи**

Жисмоний маданият факультети 3 босқич талабаси Бухоро, Ўзбекистон

**Бобоева Зарифа Жаҳонқулловна**

Жисмоний маданият факультети 2 босқич талабаси Бухоро, Ўзбекистон

**Баймурадов Раджаб Сайфитдинович**

Бухоро давлат университети “Факультетлараро жисмоний маданият  
ва спорт ” кафедраси доценти, Бухоро, Ўзбекистон

**Аннотация:** Мақолада таълим тизимида миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш муҳим педагогик аҳамият касб этиши таъкидланган. Чунки миллий ҳаракатли ўйинлар ўқувчи салаоматлигини мустаҳкамлайди, чидамлилиқ, чаққонлиқ, тезкорлиқ каби сифатларни ривожлантиради ва булар ўз навбатида фуқарода ижтимоий фаоллиқ хислатларини таркиб топтиришга хизмат қилади.

**Калит сўзлар:** саломатлиқни мустаҳкамлаш, чиниқтириш, тезкорлиқ, чидамлилиқ, соғломлаштириш, фаҳм-фаросат, чаққонлиқ.

Республикада охириги йилларда жисмоний тарбия ва спортни оммалаштириш, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш, имкониятлари чекланган шахсларнинг жисмоний реабилитацияси учун зарур шарт-шароитлар яратиш ҳамда мамлакатнинг халқаро спорт майдонларида муносиб иштирок этишини таъминлаш борасида изчил чора-тадбирлар амалга оширилмоқда.

Шу билан бирга, жисмоний тарбия ва спорт соҳасида аҳоли соғлигини мустаҳкамлашга қўмаклашадиган аниқ дастурларни амалиётга жорий этиш, ёшларни спортга кенг жалб қилиш ва улар орасидан иқтидорли спортчиларни саралаб олиш, спорт турлари бўйича юқори натижаларни таъминлайдиган маҳоратли спортчилар билан миллий терма жамоаларни шакллантириш ва тренерлар учун қўшимча шарт-шароитлар яратиш зарурати мавжуд.

Мамлакатда юксак маданиятга эга бўлган ҳар томонлама етук ҳамда жисмонан соғлом инсонни шакллантириш мақсадида, аҳолининг жисмоний тарбия ва спорт соҳасида малака ва билимларини орттиришга қаратилган устувор йўналишларни белгилаш, иқтидорли спортчиларни танлаб олиш (селекция) жараёнига инновацион шакллар ва усулларни жорий этиш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 24 январь ПФ-5924 сонли “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” фармони чиқарилди.

Ҳар бир инсон онгли равишда ўз соғлиги, саломатлиги устида қайғурса ҳам жамият тараққиёти, инсоният тарихи шундан далолат берадики, дунёдаги энг мўътабар қадриятлардан бири-одамларнинг ижтимоий-маънавий салоҳият ва имкониятларини рўёбга чиқарувчи ҳамда мамлакат, миллат, руҳий, жисмоний бойлигини кўрсатувчи сихат-саломатлиқдир.

Соғлом миллатнинг , соғлом халқнинг фарзандлари ҳам келажаги ҳам соғлом бўлади.

Ҳар қандай жамиятнинг ўзига хос томонлари, тартиб-қоидалари, шаклланиш ривожланиш тамойиллари бўлади. Лекин ана шу жараёнларнинг барчасида муҳим омил сифатида иштирок этадиган воситалар бармоқ билан санарли.

Ана шундай муҳим омиллари сирасига, масалан яшаш учун кураш, рефлекс, кўзланган мақсадга ўз-ўзидан эришиб бўлмаслиги учун, чора-тадбирлар излаб топиш, бу йўлда ҳатто нимадандир воз кечишга тайёр туриш каби ҳолатларни киритиш мумкин. Одамзод пайдо бўлгандан буён то бугунги кунгача турлича кўринишларда сақланиб келган бундай ҳолатларнинг барчаси жисмоний ҳаракат билан боғлиқ.

Табиийки инсон онгидаги ўзгариш билан унинг жисмоний жараёнларнинг бирини иккинчисиз тасаввур этиш қийин. Чунки онгда ўзгариш юз бермаса ҳаётда жисмоний ҳаракатнинг қанчалик катта аҳамият касб этишини англаб етолмайсиз. Ўз навбатида жисмоний ҳара катсиз, меҳнатсиз, онгда бирон бир ўзгариш бўлишига ҳеч ким қафолат бера олмайди. Шунинг учун ҳам одам шахс сифатида ижтимоилашган кундан бошлаб жисмоний ҳаракат орқали ўзини англаш ва тарбиялаш имкониятини қўлга киритади.

Тўғри, аввал жисмоний тарбия, жисмоний маданият деган атамалар ҳам тушунчалар бўлмаган. Аммо югуриш, камондан отиш, чавандозлик, кураш тушиш-буларнинг бари энг қадимги

**Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar.** Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

жамиятларда ҳам мавжуд бўлган, ҳозир эса ҳар қайси бири алоҳида спорт тури сифатида шаклланган.

Шунингдек, маълум миллат, халқнинг давомийлигини таъминловчи соғлом насли асраш масаласига ҳам jismoniy tarbiya va sportning тутган ўрни ниҳоятда катта. Соғлом авлод соғлом ота-онадан пайдо бўлади. Соғлом халқгина ўз миллати ва мамлакати равнақининг гарови ҳисобланади. Демак бутун халқ ва мамлакатни соғломлаштирувчи jismoniy tarbiya va sportning жамиятда тутган ўрни, унинг ривожланишига қўшадиган хиссаси беқиёс.

Jismoniy tarbiya va sportning жамият тараққиётидаги аҳамиятини идрок этган ҳолда уни ривожлантиришга кўп ҳаракатлар бўлган. Бироқ улар баъзан тарқоқ, изчиллик билан амалга оширилмагани, айрим раҳбарларнинг эътиборсизлиги, спортга шунчаки кўнгилочар ўйинлар сифатида қарагани туфайли қутилган самарага эришилмаган. Ваҳоланки jismoniy tarbiya va sportning биргина инсон ғурурини, ориятини шакллантиришдаги ўрнини ҳеч нарса билан алмаштириб бўлмайди.

Фақат мустақилликка эришганимиздан кейингина бевосита Президентимиз кўрсатмалари асосида одамларнинг jismoniy madaniyatini ривожлантиришга, спортни оммавийлаштиришга, хусусан болалар спортини ривожлантиришга устувор вазифа сифатида қарала бошланди.

“Таълим тўғрисида” ги Қонун, “Кадрлар тайёрлаш миллий дастури” га уйғун ҳолатда уч босқичдан иборат узлуксиз спорт ҳаракати жорий этилди. Бугун ушбу мусобақаларнинг қанчалик катта аҳамиятга эга эканлигига, уларнинг соғлом авлодни тарбиялашда тутган ўрнига ҳаммамиз гувоҳ бўлиб турибмиз.

Эркин ва озод, ҳақ-ҳуқуқларини танийдиган, фақат ўз кучи ва имкониятларига таянадиган, Ватан ва халқ манфаати учун бутун борлиғи билан курашадиган инсонларни тарбиялашда jismoniy tarbiya va sport ҳаракатининг ўрни ва аҳамияти нақадар беқиёс эканлиги шахсан мамлакат Президенти томонидан эътиборга олинди.

Боланинг фаолияти ранг-барангдир. У турли машғулотларда қатнашади, катталарнинг топшириқларини бажаради, аммо ҳамма нарсдан кўпроқ ўйинлар ўйнашни ёқтиради. Болалар ўйин жараёнида теварак атрофдаги ҳаёт ва табиат ходисалари билан танишадилар, нарсаларнинг ўзига хос хусусиятларини билиб оладилар. Ўйиннинг энг муҳим хусусияти шундан иборатки, болалар эгаллаб олишлари қийин бўлган билим ва кўникмаларни ўйин орқали осонгина ўзлаштириб оладилар. Ўйин фаолиятининг ижодий характери шундан иборатки, болалар у ёки бу ходисаларни акс эттираётган нарсаларни гўё янгича гавдалантираётгандек бўлади. Болалар ўйинларини ташкил этишда ҳозирги пайтда энг муҳим вазифалардан бири, уларни миллий мазмун билан бойитиш, миллий руҳни яратишдан иборат.

Маълумки таълим тизимида миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш муҳим педагогик аҳамият касб этади. Чунки миллий ҳаракатли ўйинлар ўқувчи салаоматлигини мустаҳкамлайди, чидамлик, чاقқонлик, тезкорлик каби сифатларни ривожлантиради ва булар ўз навбатида фуқарода ижтимоий фаоллик хислатларини таркиб топтирашга хизмат қилади.

Ўқувчиларнинг ижтимоий фаолиятисиз ҳам маънавий ҳам jismoniy баркамолликка салаоматлигини назорат қила олиш ва чиниқтиришга, тана аъзолари ва умумий иш қобилиятларини ўстира олиш маданиятини шакллантиришга эришиб бўлмайди. Шунинг учун дарсларда, синфдан ташқари машғулотларда ҳаракатли ўйинларни ўргатиш жараёнида ўқувчилар фаоллигини қайси йўл ва воситалар билан қандай ташкилий-педагогик шарт-шароит билан таъминлаш мумкинлигини мулоҳаза қилмоқчимиз

Кузатишлардан маълум бўлдики, ҳаракатли ўйинларни ўргатишда ўқувчилар фаоллигини таъминлаш учун ҳар бир ўйиннинг мазмуни, вазифаси ва қоидаларини кўргазмали воситалардан фойдаланиб тушунтириб бериш лозим. Бу эса ўқувчиларни ўйинга онгли муносабатда бўлиш, уни тўғри бажариш, ўз хатолари ва ютуқларини тўғри тушуниш ва ўз ҳаракатларини ўртоқлари ҳаракатига қиёслаб таҳлил қилиш имконини беради.

Ўйинни ўтказишда тайёргарлик кўришда ҳар бир ўқувчи олдида аниқ вазифаларни белгилаб қўйиш, бу вазифаларни ёшига, имкониятига мос бўлиши керак. Бу эса ўқувчиларда қизиқиш билан бажариш хоҳишини юзага келтиради.

Одатда ўйин ташкил қилиш ва ўтказишда ҳар бир ўқувчининг иложи борича ташаббус кўрсатиб, фаол қатнашишига эътироф бериш, рағбатлантиришга эътибор берилади. Ўқувчилар ижодий фаоллик билан ўйнасалар, ўйинлар уларда ташкилотчилик кўникма ва малакаларни ўстиради. Олдида қўйилган мақсадга эришиш учун сафдошига ёрдам бериш, ўз холича ёки жамоадошлари билан бир қарорга келиши уни ўйинда ташаббускорлигидандир. Агар ўқувчилар

**Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar.** Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

Ўйинни илгари ўйнаган бўлсалар бу пайтда уларнинг фаоллиги яна юқори бўлиши мумкин. Энг муҳими ўқитувчи ўргатишда биладиган ўйиндан билмайдиган ўйинни ўргатишдир.

Ўқувчиларнинг ўйинни қандай эгаллаб олишларига қараб, уларга сар-дорлик, ҳакамлик, назоратчилик котиблик қилиш ишларини топшириш, улар ўйинга уюшқоқлик билан қатнашадиган бўлганларидан сўнг ўзига ёрдамчилар тайинлаши мумкин.

Жисмоний тарбия дарсларида ҳаракатли ўйинларни ўргатиш билан бирга гигиена, соғлом турмуш тарзи экология ва саломатликка оид ахборотларни бериш орқали ўқувчиларнинг ўз саломатликлари учун ўзлари қайғуриш эҳтиёжларини шакллантириш билан ижтимоий фаоллигини ошириш мумкин:

а) саломатликни мустаҳкамлаш, чиниқтиришга қаратилган миллий ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш;

б) тана мувозанатини сақлай олишга, тезкорликка, чидамлиликка ўргатадиган ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш;

в) соғломлаштириш, турли даражадаги жисмоний ривожлантиришда ўқувчилар учун ҳаракатли ўйинларни танлаш;

г) ақл, фаҳм-фаросат ва чаққонликни ривожлантиришга қаратилган ҳаракатли ўйинлардан фойдаланишни таъминлаш зарур.

#### **Фойдаланган адабиётлар**

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 24 январ ПФ-5924 сонли “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармони .

2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 30 октябр ПФ-6099 сонли “Соғлом турмуш тарзини кенг татбиқ этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги фармони.

3.Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 3 ноябр, ПҚ-4877-сонли “Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида кадрлар тайёрлаш тизимини такомиллаштириш ва илмий салоҳиятни ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори.

4 Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январ ПФ-60 сонли “2022 — 2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида”ги фармони .

5. “Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти : муаммолар ва истиқболлар”, “женский спорт на современном этапе : проблемы и перспективы”. Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Файзиев Я.З., Сатторов М.Э.”Адаптив жисмоний маданият усуллари”, 690-693бет.

6.INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM, part 1, December 2020, COLLETIONS OF SCIENTIFIC WORKS Washington USA 25<sup>th</sup> Desember 2020, Баймурадов Раджаб Сайфитдинович, Бахшуллаева Малохат, Жамилова Гульчеҳра “Роль учителя-наставника в становлении молодого специалиста”, стр 37-45.

7.SCIENCE AND EDUCATION, SCIENTIFIC, ISSN 2181-0842, VOLUME 1,ISSUE 9, Desember 2020, Раджаб Сайфитдинович Баймурадов, Малохат Бахшуллаева, Гульчеҳра Жамилова “Индивидуальная работа-залог успеха в работе учителя” стр.452-458.

8.AJMR:Asian Journal of Multidimensional Research (A Double Blind Refereed & Peer Reviewed International Journal ) ISSN 2278-4853, Vol 9, Issue 11,November, 2020, Impact Factor: SJIF 2020,= 6.882, Baymuradov Radjab Sayfitdinovich “THE ROLE OF A MENTOR IN THE FORMATION OF A YOUNG PHYSICAL TRAINER”.