

МИЛЛИЙ ЎЙИНЛАР МИЛЛИЙ-МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТИНИНГ УЗВИЙ ҚИСМИ

10.53885/edinres.2021.38.31.022

А.Р.Нуруллаев

БухДУ Жисмоний маданият
назарияси ва услубиёти
кафедраси ўқитувчиси

Мақолада халқ миллий ўйинлари миллий-маънавий қадриятининг узвий қисми эканлиги улар асрлар давомида халқимизнинг ижтимоий сиёсий, иқтисодий, маданий ва маънавий-маърифий, ҳаётий қузатувлари, тажрибалари, ўзаро алоқалари тўғрисида фикр юритилган.

Таянч сўзлар: Халқ, миллий, ўйинлар, миллий, маънавий, қадрият, болалар.

В статье рассматривается тот факт, что национальные игры народов являются неотъемлемой частью национальных и духовных ценностей, они представляют собой социально-политические, экономические, культурные и духовно-просветительские, жизненные наблюдения, переживания, взаимодействия нашего народа на протяжении веков.

Ключевые слова: Народные, национальные, игры, национальные, духовные, ценности, дети.

The article considers that the national games of the people are an integral part of the national and spiritual values, they reflect the socio-political, economic, cultural and spiritual-enlightenment, life observations, experiences, interactions of our people over the centuries.

Key words: Folk, national, games, national, spiritual, value, children.

Анъанавий халқ болалар ўйинларининг фаол яшовчанлиги, тарбия бобида асосий ўринларидан бирида туришлигининг боиси нимада? Нима учун болалар, ҳатто каталар ҳам ўйинларга ўч бўладилар, ўз ҳаётларини ўйинларсиз тасаввур қила олмайдилар. Бунинг сабаби, биринчидан, ўйинларнинг жуда қизиқарли ва беназир мароқли бўлиши, иккинчидан, уларнинг бағоят эмоционал- таъсирчанлиги, учинчидан, дид-фаросатини, тафаккурини, шунингдек, жисмоний куч-қувватни оширишга қаратилган бўлишлигидандир, тўртинчидан, ён атрофдаги воқеа-ҳодисаларни англаш, дунёни таниш маънавий- маърифий ва ахлоқий тарбияга алоҳида таъсир этишлигидандир. Болалар ўйинлари, қолаверса умуман ўйинларнинг чуқур миллий, айни чоғда, байнал-минал хусусиятларга эга бўлишлари, руҳиятни кўтариш, қалбни забт этиши, ўта таъсирчан ва ҳаяжонли бўлишликларидир.

Ўйинни мазмуни, ташкил этиш ва унинг ўтказиш методикаси мазмуни вазифасига, шуғулланувчиларни тартибига, болалар билан ўтказиладиган машғулотни шаклига (дарсада, танаффусда, секцияда, байрамларда) боғлиқдир.

Ўзбек халқ миллий ўйинларини икки тоифага ажратиш мумкин, яъни:

1. Мураккаб ҳаракатли ўйинлар (кураш, от ўйинлари, дорбоз, арқон тортишиш, биллак кучини синаш, тош (гир) кўтариш ва ҳ.к).

2. Оддий ҳаракатли ўйинлар (хўрозлар жанги, оқ теракми-кўк терак, чиллик, орқанг куйди, тўққиз тош, бўрон, шувоқ ва ҳ.к).

Такидлаш жоизки, кураш, от ўйинлари (пойга, сакратиш, рақс), тош (гир) кўтариш кабилар мустақил спорт тури бўлиб ҳисоблансада, уларнинг қисмлари (элемент) ўйин сифатида фойдаланиб, халқ истемолида чуқур ўрин эгалламоқда. Миллий ҳаракатли ўйинлар тушунчаси ҳақида гап кетса, айтиш мумкинки фақат мамлакатимиз худудларида энг қадимги даврлардан буён қўлланилиб келинаётган ўйинлардир. Лекин улар орасида Марказий Осиё, Европа мамлакатларидан у ёки бу сабаб билан кириб келган ва чуқур ўринлашиб, миллийлашиб кетган ҳаракатли ўйинлар ҳам оз эмас. М: “Мушук билан сичқон”, “Қармоқ”, “Қопқон”, “Байроқ учун

курашиш”, “Елка уриштириш” (хўрозлар жанги) ва ҳ.к. Юқорида такидланганидек Ўзбек халқ миллий ҳаракатли ўйинларининг келиб чиқиш ва ривожланиш тарихи қадимги аجدодлар ва авлодлар тарихига бориб отади. Жисмоний тарбия назарияси ва амалиётида жисмоний маданият ва спорт ҳаракати ҳамда жисмоний тарбия воситаларини махсус тизимлар туркуми деб ишлатилади.

Жисмоний тарбия тизимининг муҳим босқичларидан бири жисмоний воситалардир. Уларнинг таркибий қисми эса гимнастика, спорт турлари, ҳаракатли ўйинлар ва табиатнинг соғломлаштирувчи (қуёш, ҳаво, сув, гигиеник омиллар) таъсир кучларидан иборат. Кўриниб турибдики, ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбия тизимининг муҳим йўналишларидан бири бўлиб ҳисобланади.

Ҳаракатли ўйинлар мазмун ва шакл жиҳатдан қуйидаги турларга бўлинади:

1. Жамоали (команда) ўйинлар.
2. Оммавий (кўпчилик биргаликда ўйнайдиган) ўйинлар.
3. Якка ёки жуфт тартибдаги ўйинлар.
4. Эстафетали ўйинлар.

Жамоали (команда) ўйинлари икки ёки ундан ортиқ жамоалар (гуруҳлар) иштирок этади. М: “Оқ теракми, кўк терак”; “Картошка экиш”.

Оммавий ҳаракатли ўйинларда барча қатнашчилар бараварига ўйинда иштирок этади. М: “Ёмғир”, “Калҳат келди қоч болам”, ва ҳоказо.

Якка ёки жуфт бўлиб ўйнайдиган ҳаракатли ўйинларда бир ёки иккита қанашчи иштирок этади: М: “мушук ва сичқон”, “Хўрозлар жанги”, “Елка уриштириш ва ҳоказо”

Эстафетали ҳаракатли ўйинлар ҳам жамоали, умумий ва якка (жуфт) тартибда бўлиши мумкин. М: жисмоний тарбия тизимида машқлар ва ҳаракатли ўйинларни ёшларга ўргатадиган умумий ва махсус тамойиллар (принциплар) ва усуллар мавжуд, яъни шуғулланувчиларнинг ёши жисмоний тайёргарлиги ва жинсига қараб ўйинлар туркуми белгиланади. Умумтаълим мактабларнинг жисмоний тарбия дастурида миллий ҳаракатли ўйинлар синфларга (1-4,5-7,8-9,10-11) қараб аниқланган. Чунки, таъкидланганидек ўйинлар болаларнинг ёшига қараб ўргатилади. Бошланғич синф ўқувчилари учун мўлжалланган ҳаракатли ўйинлар юқори синф ўқувчилари учун ўта осон ва унча қизиқарли бўлмайди. Юқори синфлар учун белгиланган ўйинлар эса қуйи синф ўқувчилари учун қийин бўлади. Бундай ҳолатлар академик лицейлар, ўрта махсус касб-хунар коллежлари ва олий ўқув юртларида қўлланилмасда, лекин ўйинлар уларнинг бўлажак касб-хунарларига мослаштирилиши лозим. М: Қишлоқ ва сув хўжалиги тизимидаги бўлажак мутахассисларга (чорва сохаси) ҳам, “пиёда кўпкари”, “эшак минди”, “чўпон”, “пода тўп”, кураш, пиёда пойга, тўпли эстафеталар ва шунга ўхшаш ўйинлар қўлланилса мақсадга мувофиқ бўлади.

Таъкидлаш лозимки, жисмоний тарбия дарслари, спорт машғулоти, (тренировка), турли хил спорт мусобақалари жараёнларидаги ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш ва ўтказишга махсус тайёргарликлар талаб этилади. (Бу тўғрисида иккинчи бўлимларда маълумот берилган). Айниқса ўқитувчи (ташкилотчи), турли хил спорт мусобақалари ўйинларини мукамал билиши, унинг турли вариантларини қўллаши лозим. Ҳаракатли ўйинлар учун энг аввало шароитларни (вақт, жой, қизиқишини,) ҳисобга олиши зарурдир. Кенг ва тоза жойлар майдонлардаги ҳаракатли ўйинларни уюштириш анча қулайликлар яратади. Айниқса шуғулланувчиларнинг эркин югуриши, сакраши ва турли ҳаракатларни мустақил равишда бажаришлари, қувнаб, хурсанд бўлиб ўйнашлари учун имкониятлар бўлади.

Дарсдан ташқари (катта танаффус, уй шарити, кўча, майдонт а ҳ.к.) вақтларда ташкил этиладиган ҳаракатли ўйинларни бажаришда ҳам юқорида

таъкидланган, талабалар амалга оширилади. Акс холда кичик ва катта ёшдаги болаларнинг аралашиб ўйнашлари жанжал, йиғи, жараоҳатларни келтириб чиқариши ёки юқумли касалликларга дучор бўлиш ҳоллари юзага келиши мумкин. Жисмоний маданият ва спорт ҳаракатида жисмоний тарбия тизимининг тармоқлари жуда кўп. Аҳоли истиқомат жойлари, дам олиш ва кўнгил очиш истироҳат боғлари, ёзги дам олиш-соғломлаштириш оромгоҳлари, талабаларнинг ёзги спорт масканлари, шифохоналар ва санаториялардаги жисмоний тарбия ишлари шулар жумласидан ҳисобланади.

Эътироф этиш мумкинки, мазкур масканларда оммавий ташкил этиладиган оммавий соғломлаштирувчи жисмоний маданият ва спорт тадбирлари мазмунида миллий ҳаракатли ўйинлар салмоқли ўрин тутаяди.

Миллий ҳаракатли ўйинларсиз биронта ҳам спорт машғулоти (тренировка) ўтказилмайди, дейиш мумкин. Ҳатто олий лигадаги футболчилар, воллейболчилар ва бошқа спорт турларида шуғулланувчи моҳир спортчилар ҳам машғулотларда ва яқка тартибда ўзларига хос бўлган ҳаракатли ўйинларни бажаришади. Бунинг боиси шундаки, ҳаракатли ўйинлар гавда (мушак) чигалларини ёзиш (разминки), кўнгил очиш (кулиш, хурсанд бўлиш ва ҳ.к) ва жисмоний сифатларни тайёрлашда махсус ёки умумий машқ-ўйин сифатида хизмат қилади.

Жисмоний тарбия тизимида оила ва боғчаларда ҳаракатли ўйинларни ташкил қилишга алоҳида эътибор берилди.

Оилада бола туғилган кундан бошлаб, уни соғлом усиши учун бор имкониятлар ишга солинади. Овозли (шиқилловчи) ўйинчоқлар ва ҳайвонлар шаклидаги ўйинчоқлар (мушук, қўй, кучук, айиқ турли паррандалар, машиналар, тўплар ва ҳ.к) болаларнинг ҳаракат қилиши, эмаслаши ва аста-секин туриб юришларига сабаб бўлади. Юра бошлаган болаларни тўп билан ўйнатиш улардаги барча табиий махсус ҳаракатларни ихчам, тез бажаришга етаклайди. Аста-секин ёш болалар (3-5) ўзлари ўрганган ва кўча майдонларида ўйнаган болаларнинг ҳаракатлари қийин ва қизиқарли ўйинларини мустақил равишда бажариб олишади. Умуман олганда оила шароитида ўрганган ҳаракатли ўйинлар болалар ҳаёти ва хотирасида узоқ вақтлар давом этади, уларни такомиллаштиради.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Усмонхўжаев Т.С., Раҳимов М.М., Адиев А.Н. Ўзбек халқ ўйинлари. Т., “Ўқитувчи”, 2004
2. Усмонхўжаев Т.С. Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти. - Т., “Ўқитувчи”, 2005.
3. Йўлдошев Х.К., Саломов Р. Жисмоний тарбия. - Т., “Ўқитувчи”, 2005.
4. Абдурахимов Т. Ўзбек халқ ўйинлари ва томошари. - Т.: НДА ; 1997.
5. Қорабаев У.Ҳ. “Ўзбекона ўйинлар” // Гулустон №9 ; 1991