

## YOSH AVLODNI TARBIYALASHDA MILLIY HARAKATLI O‘YINLARDAN FOYDALANISHNI O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

DOI: 10.5281/zenodo.11148369

A.B.Tuvalov

Samarqand davlat veterinariya meditsinasi, chorvachilik va biotexnologiyalar universiteti Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport kafedrasi katta o‘qituvchisi

**Annotatsiya:** Xalq milliy harakatli o‘yinlari bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Chunki o‘yinlar o‘quvchilarning qiziqishlarini oshiradi, ularga zavq bag‘ishlaydi, ish qobiliyatlarining tezroq tiklanishini ta’minlaydi. O‘yinlar tufayli bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishga harakat qiladilar. Milliy harakatli o‘yinlarining barchasi bolalarning organizmlariga yaxlit ta’sir o‘tkazadi. Shuning uchun ham o‘yinlarga umumiy jismoniy ta’sir ko‘rsatuvchi sifatida qarash lozim.

**Аннотация:** Народные подвижные игры играют важную роль в развитии физических качеств детей. Потому что игры повышают интерес учащихся, доставляют им удовольствие, способствуют более быстрому восстановлению трудовых навыков. Благодаря играм дети забывают об усталости и стараются аккуратно выполнять упражнения. Все национальные двигательные игры оказывают целостное воздействие на детский организм. Следовательно, необходимо рассматривать игры как общий физический фактор влияния.

**Annotation:** People's national movement games play an important role in the development of children's physical qualities. Because games increase students' interests, give them pleasure, and ensure faster recovery of work skills. Thanks to the games, children forget about fatigue and try to do the exercises carefully. All national movement games have a holistic effect on children's bodies. Therefore, it is necessary to look at games as a general physical influencer.

**Калит сўзлар:** Xalq milliy harakatli o‘yinlari, chaqqonlik, epchillik, kuchlilik, jasorat, qat’iylik, o‘z kuchiga ishonch, qiyinchiliklarni sobitlik bilan yengish, chidamlik.

**Ключевые слова:** Народные национальные игры-действия, ловкость, ловкость, сила, смелость, решительность, уверенность в своих силах, стойкое преодоление трудностей, выносливость.

**Key words:** People's national action games, agility, dexterity, strength, courage, determination, confidence in one's own strength, steadfastly overcoming difficulties, endurance.

Xalqning sog‘lig‘ini mustahkamlash jismoniy madaniyatning asosiy vazifalaridan biridir. Barkamol avlod tarbiyasi davlat ahamiyatiga ega bo‘lgan muammolardan hisoblanadi.

Darhaqiqat, mamlakatimizda yangilanish jarayoni kechadigan hozirgi davrda ma’naviy boy, ahloqiy yetuk, intellektual rivojlangan, jismonan baquvvat, har tomonlama kamol topgan shaxsni shakillantirishga alohida ahamiyat berilmoqda. Shu nuqtai nazardan jismoniy madaniyat va sportga e’tibor kundan-kunga kuchayib bormoqda.

Barkamol avlodni tarbiyalash ular tug‘ilgan vaqtdan boshlanadi. Tarbiya yosh avlodni hayotga tayyorlashdan iborat. Jismoniy tarbiya ma’lum bir maqsadni ko‘zlab, ongli va rejali tashkil etilgan tarbiyaviy faoliyatdir.

Barkamol avlodni jismoniy tarbiyalash davomida bolalarning qarashlari, hayotiy nuqtai nazari asta-sekin tarkib topib boradi. U bolalarning xulq-atvori hamda tevarak-atrofdagi muhitning xilma-xil ta’sirlariga uning munosabatlarini belgilaydi. Shaxs qanchalik jismoniy chiniqqan bo‘lsa, tevarak atrofdan bo‘ladigan hayot sharoitlarining turlicha salbiy ta’siri shuncha kuchsiz bo‘ladi. Xalqimizning milliy o‘yinlari esa ana shu maqsadda keng qo‘llanib kelinayotgan muhim jismoniy va sport vositalaridan biridir. Shuning uchun xalq milliy harakatli o‘yinlariga e’tiborni kuchaytirish zaruriyati yanada yaqqol ko‘rinmoqda.

Qadriyatlarga e'tibor qaratish Sharq xalqlari madaniyatining juda ko'p unsurlarini saqlab qolishga va ulardn amaliy foliyatda foydalanishga imkoniyat yaratiladi. Qadimgi mahalliy xalqlarimiz uchun an'anaviy milliy o'yinlar va milliy bellashuvlar qachonlardir ular hayotining ajralmas bir qismi bo'lgan, ular xalq marosimlarida, rasm-rusumlarda va urf-odatlarda mustaqil bir soha sifatida faoliyat ko'rsatib kelgan, mustahkam o'rin olgan jismoniy madaniyatning, rasm-rusumlarida va mustaqil bir soha sifatida faoliyat ko'rsatib kelgan, mutahkam o'rin olgan.

Jismoniy madaniyatning bunday o'ziga xos vositalari yordamida bobolarimiz o'sib kelayotgan avlodda chaqqonlik, epchillik, kuchlilik va sabr-toqat kabi xususiyatlarni shakllantirganlar. Farzandlarini hayot qiyinchiliklariga va tabiatning qiyinchiliklariga nisbatan bardoshli, baquvvat qilib tarbiyalaganlar.

Bolalarda maktabda o'qiy boshlagan birinchi kundanoq mehnatga muhabbat, ishchanlik, boshlagan ishini oxiriga yetkazish, sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkoni yaratiladi. Bunda jismoniy madaniyatning barcha zamonaviy vositalari bilan birga o'zbek xalq milliy o'yinlari juda qo'l keladi, chunki bu o'yinlar bolalarni jismoniy, ruhiy, ma'naviy jihatdan tarbiyalashning barcha jihatlarini o'z ichiga ola biladi. Zero, millatning kelajagi bo'lgan yoshlarni sog'lom, yetuk va komil inson qilib tayyorlash mustaqil O'zbekistonimiz keljagining mustahkam bo'lishiga xizmat qiladi.

Xalq milliy harakatli o'yinlari bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Chunki o'yinlar o'quvchilarning qiziqishlarini oshiradi, ularga zavq bag'ishlaydi, ish qobiliyatlarining tezroq tiklanishini ta'minlaydi. O'yinlar tufayli bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishga harakat qiladilar.

Jismoniy madaniyat tizimidagi barcha soha va bosqichlarning birdan-bir va yagona maqsadi, insonni to'g'ri yashashga tayyorlashdir. Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasining vazifalari bolalarning yoshiga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda aniqlanadi, lekin bunda jismoniy madaniyatning umumiy maqsadi ko'zdan qochirilmaydi.

Maktabda boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasida sog'lomlashtirish, ta'lim berish va tarbiya berish vazifalarini amalga oshirish ko'zda tutiladi. Xalq milliy

o‘yinlari orqali bu vazifalarni yaxlit holda bajarish imkoniyatlari ko‘proq ko‘rinadi. Jismoniy madaniyat bilan shug‘ullanish tanda, bolalarda joriy qilingan tartibga rioya qilish odatini hamda xalq o‘yinlari bilan iloji bo‘lsa xar kuni muntazam ravishda shug‘ullanish ishtiyoqini uyg‘otish, ularda maktab va uyda shu o‘yinni bilan mustaqil shug‘ullana olish layoqatini rivojlantirish, ularni o‘z tengqurlari va o‘zlaridan kichik bo‘lgan bolalar jamoasida o‘yinlarni tashkil qilish, ularni birgalikda bajarishga o‘rgatish lozim.

O‘quvchilarda xalq milliy o‘yinlariga mehr bilan, shu o‘yin natijalariga qiziqish bilan va sportchilar erishadigan g‘alabalariga havas bilan qarash tuyg‘usini tarbiyalash lozim.

Milliy xalq o‘yinlarini o‘rganish jarayonida ahloqiy, aqliy, estetik va mexnat tarbiyalarini amalga oshirish uchun katta imkoniyatlar vujudga keladi.

Xalq o‘yinlarini bajarish chog‘ida bolalar harakatida ijobiy (hamjihatlik, intizomlik, kamtarinlik, mehribonlik) va ma’naviy fazilatlar (halollik, odillik, do‘stlik tuyg‘usi hamkorlik, zamon bilan hamnafas bo‘lib ishlay olish qobiliyati, topshiriqlarni mas’uliyat bilan bajarish) ni tarbiyalash, shuningdek, irodaviy xususiyatlar (jasorat, qat’iylik, o‘z kuchiga ishonch, qiyinchiliklarni sobitlik bilan yengish, chidamlik va hakovolar ) ni namoyon qilish uchun eng yaxshi sharoit va imkoniyatlar vujudga keladi.

To‘g‘ri tashkil qilingan milliy xalq o‘yinlari bolalar aqlining rivojlanishiga qulay imkoniyatlar yaratadi, zero, bunday vaziyatda asab tizimining ham, boshqa barcha a‘zolar tizimlarning ham faoliyat ko‘rsatishi uchun qulay sharoitlar paydo bo‘lishi, shubhasiz.

Xalq milliy o‘yinlarini o‘rgatish jarayonida o‘quvchilar xalqona an‘analariga sodiq holda yaxshi tarbiya ko‘radi, o‘rgangan narsalarini puxta eslab qoladi. Bolalarda ruhiy jarayonlar (tarbiya, tafakkur, xotira, tasavvur va boshqalar) ning, shuningdek, fikrlash faoliyatlari (kuzatish, taqqoslash, tahlil qilish, sintezlash, umumlashtirish va hakovolar) ning, barchasi rivojlana boshlaydi.

Milliy harakatli o‘yinlar jarayonida erishilgan ilm va malakalardan ijodiy foydalanish layoqatini bolalarda tarbiyalashga e‘tibor qaratish lozim, chunki bunday layoqatga bolalar o‘zlaridagi ishchanlik, mustaqillik, ziyorlik, topqirlik, hozirjavoblik kabi ezgu fazilatlari tufayli erishadilar. Bolalarda ijobiy hissiyotlarni, odamlar bilan samimiy va quvnoq munosabatda bo‘lish tuyg‘ularini tarbiyalash, shuningdek, yuz bergan salbiy ruhiy holatlarni tez bartaraf qila olish layoqatini rivojlantirish nihoyatda muhim ahamiyatga ega.

### **Xulosa**

Xulosa qilib aytganda milliy xalq o‘yinlariga asoslangan jismoniy madaniyat estetik tarbiyani amalga oshirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Xalq o‘yinlarini bajarish jarayonida estetik zavqni idrok qilish va o‘ziga singdirishni, go‘zallik, nafosat, ma’nodorlik, qad-qomat, liboslar bejirimligi, o‘z atrofidagi barcha narsalarni tushunish, to‘g‘ri qadrlashni rivojlantirish, estetikaga va o‘z xulq-atvoriga gard yuqtirmaslikka bo‘lgan moillikni, qilayotgan ishi, aytayotgan gapi va barcha hatti-harakatida qo‘rslik, dag‘allikka aslo yo‘l qo‘yilmaslikni rivojlantirish lozim bo‘ladi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. SH.M. Mirziyoyev «Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz» 2018 T:
2. O‘zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risidagi qonun»gi. -T.:O‘zbekiston. 2015 4-sentyabr
3. SH.M. Mirziyoyev O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to‘grisidagi 2017-yil 3-iyundagi PQ–3031-son [qarori](#)
4. Usmonxo‘jayev T., Xujayev A. Harakatli o‘yinlar, “Toshkent”. 1992 yil.
5. Qoraboyev U. O‘zbek halq o‘yinlari “Toshkent” . 2001 yil.
6. Normurodov A. Jismoniy tarbiya. “Toshkent” . 1998 y.
7. Norboev B. Istiqlol va istedad tarbiyasi. “O‘qituvchi”. 1996 y
8. Haydarov B.T., Ibroimova G.X. “Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida Jismoniy tarbiya nazariyasi” “SamDU” nashri darslik. 2020 y.

