

O'ZBEK MILLIY O'YINLARI VA HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI

Nazarova Dilbarxon.

*Farg'ona viloyati Dang'ara tumani
23-maktab boshlang'ich sinf o'qituvchisi*

Annontatsiya: O'zbekiston milliy harakat o'yinlar va o'zbek urf odatlarini yosh kelajakka o'rgatish va ularga o'rnak bo'lish. O'smirlar sportga qiziqtirish va o'zbekiston chempionlarini yana kupaytirish va O'zbekiston bayrog'ini yana ko'ksaklarga ko'tarish lozim. Bu chempionlarni 12 ta viloyat xar-xil musobaqalar orqali O'zbekiston terma jamoasiga tanlab ularni musobaqalarga tayyorlashadi.

Kalit so'zlari: Sport, Murabbiy, milliy o'yinlar, qadryatlar, sportchilar.

Shaxs shakllanishi jarayoniga bevosita dahldor bo'lgan ota-ona, bog'cha tarbiyachisi, boshlang'ich sinf o'qituvchisi, fan o'qituvchilari, jismoniy tarbiya murabbiylari milliy qadriyatlarni bilib, tushinib, ularga katta hurmat bilan munosabatda bo'lganlaridagina har tomonlama yetuk komil insonni shakllantirishlari mumkin. Ota-bobolaridan eshitgan, chop etilgan xalq asarlarini o'qib o'rganib jajji bolajonlariga o'rgatib kelayotgan ota-onalar, murabbiylar o'z maqsadlariga albatta erishadilar. Chunki umr ko'klamidagi o'yin murg'aklarni ulg'aytiradi, hayotga tayyorlaydi. O'zbek xalqi - bolajon xalq. Bu jarayon ming yillar davomida ruhiyatimizga singib, irsiyatimizga ham o'tgan. Hunar ham suyak suradi, kichkintoy o'zi to'la anglab yetmagan holda, avlodlari shug'ullangan kasb-hunarni egallashga beixtiyor intiladi va murg'ak ongida shakllangan narsalarni yasashga urinadi. Bu harakatlar o'yinlar orqali ro'yobga chiqa boradi. O'yinlar esa turmush tarzimizni har tomonlama qamrab olgan. Masalan, sakramachiq, kim birinchi, quvlashmachiq, bekinmachiq, o'tirma bedana, o'rta kirar, ot o'yin, do'ppi o'yin, to'p tosh o'yini, uyakam o'yini, ko'ch-ko'ch o'yini, loyporsildoq, hammom pish o'yini va boshqalar. Ro'yxatni yana davom ettirish mumkin. Ularning ayrimlarini ijro o'rni, maqsad va vazifalarini tahlil qilib ko'raylik:

Bolalar o'yinlari juda zavqli. Ular bu o'yinlarni o'ynab o'zlarini o'zlari chiniqtirishadi. Masalan sakramachiq – o'yinida bolalar tez hamda chaqqon bo'lishga xarakat qilishadi. Unda gavdaning barcha a'zolari ishtirok etadi. Maromida sakrash, tez sakrash, yugurib kelib sakrash, qatorlashib sakrash- bu o'yinlar bolalarni kuchli, sog'lom va baquvvat qiladi. Bu kabi o'yinlarni ko'plab sanash mumkin.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

Dehqon oilasida tugʻilgan bolalar yozning issiq kunlarida toʻplanishib, xammompish oʻyinini yoqtirib oʻynashadi. Bu oʻyin oʻz nomiga monand uysozlik oʻyini boʻlib, kichkintoylar chalaquriq toʻplangan qum ustiga hoʻl bosib hammomning gumbazi shakliga keltiradilar. Gumbazning ust qismini qotiradilar.

Gumbazning bir chetidan eshik ochib ichidagi hom qumni chiqarar ekan, gumbazini ohista shapatilab, oʻzlarining anʼanaviy hammompish qoʻshigʻini boshlaydi:

Hammompish, hammompish
Hammanikidan oldin pish.
Hammadan oldin pishmasang
Buzilib ket, oʻyilib tush!

Bunda kimning gumbazi pishshiq shibbalangan boʻlsa, buzilmaydi. Gumbazi buzilmay qolgan usta ruhlanib, baqirib-chaqirib, oyoq-qoʻllarini harakatlantirib, oʻynoqlab qoʻshiq boshlaydi

Mening buvim: “ Suv “, - dedi.
“Oyoq-qoʻlining yuv”, - dedi.

Bu oʻyin jarayonida norasidaning uysoz-ustachilikka havasi paydo boʻladi. Bu hunarga mehr qoʻyadi, mehnatga layoqati oshadi.

Loyparsildoq oʻyini ham juda qiziq. Loydan kosacha yasab, uni toʻntarib turib, silliq yerga urilsa, bu “ idish” ichida siqilgan havo porsillab boshmaldoqning tirnogʻicha joyini oʻpirib chiqadi, porsillagan tovush qancha baland chiqsa, bolajonlarning quvnoq shovqini shunchalik avjlanadi, turli-tuman uzuq-yuluq qoʻshiqlarga ulanadi... Loy yerga urilaverib, rosa pishgach, undan uzun chorqirra gʻishtchalar tayyorlashadi va bir-biriga oʻxshamaydigan, har biri oʻziga xos tarix asosida qadimgi pahasdevor imoratlar andozasida uychalar yasaydilar. Bu ham uysoz ustachilik hunariga bolaning qoʻlini oʻrgatib, koʻzini pishitib boradigan oʻyinlardan biridir. Ham aqliy, ham jismoniy mehnat samarasi unib oʻsib kelayotgan yosh avlod uchun muhim.

Oʻyin qaysi shakl, mavzu, yoʻnalishga ega boʻlmasin, -loy, tuproq bilanmi, choʻp bilanmi, ipu-arqon bilanmi, yosh niholni hayotga, sogʻlom boʻlishiga, turmush ikir-chikirlariga, roʻzgʻor ishlariga xozirlashda oʻziga xos hunar maktabi vazifasini bajargan.

Kichik yoshdagi bolalar kattalarning yurish turishiga, xatti-harakatiga, soʻziga, ishiga taqlid qilishni maʼqul koʻradilar. Qoʻshiqlar xirgoyi qilish bilan birga, mehnat jarayonida ota-onasi, aka-opasi qavatida turib ishlashni yoqtiradilar. Kuchi yetgan, oʻz qobiliyatiga muvofiq yumushlar, bolajonlarni ilhomlantiradi,

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

mehnatga bog`liq qo`shiqlar to`qishga va ijro qilishga undaydi. Kattalarga ergashib, jo`xorizorni chumchuqlardan qo`riqlab yurgan bolalar shunday qo`shiq kuylaydilar:

Uyning kuygur chumchuqlar,
 Jo`xorimni yeb ketding.
 To`ymay yana u suqlar:
 “Erta kutgin”,- deb ketdi
 Ho-huv, gala-gala,
 Ho-ho, ho-ho, huvv!
 Kelmay o`lgur chumchuqlar
 Tol boshida bola ochar
 Bolasidan bermasdan
 Ketmontepaga qochar.
 Ho-huv gala-gala
 Ho-ho, ho-ho, huvv!

Bolalar ayniqsa, mehnat qo`shiqlarini bevosita biron bir ish bilan mashg`ullik jarayonida juda ko`tarinki kayfiyatda ijro qiladilar. Shu paytda ular o`zlarini kattalardek sezadilar. Chunki ulardagi ulg`ayish istagi, hayotda murg`ak qalbdagi to`lqinlarni jo`sh urdiradi, kuylatib yuboradi. Shu yo`sinda bolajonlar o`zlari shug`ullanayotgan o`yin-mehnat maromiga hamohang qo`shiqlar to`qib kuylaydilar. Bolalar ruhiyatida kechayotgan jarayonni kattalar ayniqsa boshlang`ich sinf o`qituvchilari kuzatib, o`z o`rnida, me`yorida rag`batlantirmoqlari lozim. Ularning qobilyati va ijro imkoniyatlariga qarab, yo`l- yo`riqlar berib turmoqlari zarur. Xato qilsa, sira kamsitmay, ohista, samimiy tushintirilsa, maqsadga muvofiq bo`ladi. Ayniqsa, ota- onalar mehnat jarayonida farzandlarini yonlarida olib yursalar, ularga zerikib, bezillab qolmaydigan darajada ish buyursalar, o`zlari qo`shiq xirgoyi qilib ishlasalar, bu bolajonlarning ham aqliy, ham jismoniy, ham milliy tarbiya usullaridan birini bajargan bo`lar edilar...

Xullas, bolalarning me`yordagi mehnati bilan bog`liq o`yin qo`shiqlarning ijtimoiy ruhiy mohiyati juda katta bo`lib, ularni sog`lom shaxs sifatida shakllantiruvchi asosiy vositalar sirasida xizmat qiladi. O`zbek bolalar milliy o`yinlari qadim va navqiron, mavzulari xilma-xil, so`zlari sermazmun va oxangdor, serharakat, shakli ixcham, xazinasini boydir. Ularning zamirini mehnatkash o`zbekning qadr-qiymati, ruhiyati, orzu-intilishlari tashkil etadi, ular har qanday qalbgaga olov beradi.

ADABIYOTLAR:

1. Mahkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008-y.
2. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008-y.
4. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012-y.
5. Mirxojidinovna, Xudoynazarova Gullola, Tolibjonov Sardorbek Ravshan o'g'li, and Ahmadjonov Abdurahmon Ahmadjon o'g'li. "HARAKATLI O'YINLAR HAMDA ULARDAN FOYDALANISH SHARTLARI." ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ 16.4 (2023): 104-109.
6. Tolibjonov Sardorbek, and Xudoynazarova Gullola Mirxojidinovna. "HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI." ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ 23.5 (2023): 42-47.
7. Ravshan o'g'li, Tolibjonov Sardorbek, and Xudoynazarova Gullola Mirxojidinovna. "O'RTA MASOFAGA YUGURUVCHILARNING TEXNIK TAKTIK TAYYORGARLIGINI NAZORAT QILISH." ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ 23.5 (2023): 33-36.
8. Ravshan o'g'li, Tolibjonov Sardorbek, and Xudoynazarova Gullola Mirxojidinovna. "O'RTA VA UZOQ MASOFALARGA YUGURISH TEXNIKASI." ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ 23.5 (2023): 37-41.