

MILLIY O‘YINLAR INSONNING JISMONIY VA IJTIMOYIY- IQTISODIY TARAQQIYOTIDAGI O‘RNI

U.Quvvatov

Qo‘qon DPI Sport va harakatli o‘yinlar kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu va’znomada o‘zbek xalq o‘yinlari insonni jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga aloqadorligini yoritish asosiy maqsad qilib olingan. Mustaqil O‘zbekistonning ravnaq topishi, taraqqiyoti yo‘lida uni katta iqtisodiy va ijtimoiy to‘siqlardan muvaffaqiyatli o‘tishi va insoniy natijalarga erishishi yosh avlodu, mehnatkash fuqarolarning nafaqat aql-idroki, balki ularning salomatligi, jismoniy barkamolligiga ham bevosita bog‘liqdir. Shuni ham aytish kerakki, odamzotning salomatligi, serg‘ayrat bo‘lishi, jismoniy kamolotga erishishi faqatgina uni turmush tarzi, mehnat va uy-ro‘zg‘or faoliyati bilan ta‘minlaydi.

Kalit so‘zlar: Taraqqiyoti yo‘lida, iqtisodiy va ijtimoiy, jismoniy barkamolligi, salomatligi, milliy o‘yinlar, sayllar, urf-odatlar va sport turlari vositalari, o‘qish, mehnat, dam olish, Insoniyat taraqqiyoti.

Mustaqil O‘zbekistonning ravnaq topishi, taraqqiyoti yo‘lida uni katta iqtisodiy va ijtimoiy to‘siqlardan muvaffaqiyatli o‘tishi va insoniy natijalarga erishishi yosh avlodu, mehnatkash fuqarolarning nafaqat aql-idroki, balki ularning salomatligi, jismoniy barkamolligiga ham bevosita bog‘liqdir. Shuni ham aytish kerakki, odamzotning salomatligi, serg‘ayrat bo‘lishi, jismoniy kamolotga erishishi faqatgina uni turmush tarzi, mehnat va uy-ro‘zg‘or faoliyati bilan ta‘minlaydi. Balki har bir xalqni o‘z tarixiy, madaniy, ijtimoiy va iqtisodiy taraqqiyotiga xos bo‘lgan mazkur xalq tomonidan kashf etilgan milliy o‘yinlar, sayllar, urf-odatlar va sport turlari vositalari yordamida ham amalga oshiriladi.

Ushbu va’znomada o‘zbek xalq o‘yinlari insonni jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga aloqadorligini yoritish asosiy maqsad qilib olingan. Darhaqiqat yuqorida qayd etilgan tushunchalar o‘rtasida uzviy bog‘lanish mavjuddir.

Oxirgi yillarda ommaviy axborot vositalari, ilmiy anjumanlarda muhokama qilinayotgan xalq o‘yinlari mavzusiga oid masalalar o‘z ichiga asosan mazkur o‘yinlar mazmuni va qoidalarini takomillashtirishdagi o‘rni haqidagi ma’lumotlarni olgan. Ma’lumki, inson o‘z hayotida, o‘qish, mehnat, dam olish kabi mashg‘ulotlar bilan band bo‘ladi. Inson hayotining dastlabki davrlarida o‘yin asosiy faoliyat hisoblanadi, undan so‘ng esa o‘yin kamayib, uning o‘rnini o‘qish va mehnat egallaydi. Insoniyat taraqqiyoti va ijtimoiy hayotining turli davrlarida o‘yinlar muhim o‘rin tutgan. O‘yinlar yordamida insoniyat o‘sgan, ulg‘aygan, chiniqqan, jismonan baquvvat bo‘lgan, aqlan,

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

ruhan rivojlangan, ma'naviy kamol topgan. Xullas, o'yin odamzod taraqqiyotida katta ahamiyat kasb etgan. Buning sabablari quyidagicha:

Birinchidan, insonda o'yinga nisbatan tabiiy ehtiyoj bo'lib, u hayotdagi bo'shliqni to'ldirgan, inson tanidagi ortiqcha kuchni sarflashga, yetishmagan kuchni to'plashga yordam bergan.

Ikkinchidan, o'yinlar xalq tarixining ajralmas qismidir, in'inokosidir. O'yinlarda insonning turmushi, mehnati, tajribasi, tashvishi, kurashi, yutuqlari

aksini topadi. O'yinlar orqali biz insoniyat tarixi, orzu-o'yi muammolari, niyatlarini o'rgansak bo'ladi.

Uchinchidan, o'yin inson madaniyatining eng qadimgi ko'rinishi, ko'pgina ma'naviy soha (raqs, tomosha-teatr, musiqa, sport, marosim kabi)larning chashmasi sifatida xizmat qilgan.

To'rtinchidan, o'yinlar avlod-ajdodlarimizning sog'lomlash-tiruvchi vositasi hisoblangan. Ota-bobolarimiz xalq o'yinlari va musobaqalari yordamida aqlan raso, ruhan tetik, jismonan baquvvat bo'lib kelgan. Sog'lom avlodlarni shakllantirishda o'yinlar asosiy omilga aylangan.

Beshinchidan, o'yinlar eng samarali tarbiya vositasi. Bolalar o'yinlar orqali hayotga tayyorgarlik ko'rgan, turmushdagi qiyinchiliklarni yengishni mashq qilgan, ish va kurashda g'alaba qilishni o'rgangan.

Oltinchidan, o'yinlar ajdodlarimizning tajribasini o'zida uyg'unlashtiruvchi madaniy meros va zamondoshlarimizni, ayniqsa yosh avlodni aqliy, ruhiy va jismoniy barkamol bo'lishga xizmat qiluvchi bebaho manbaadir.

Demak, o'yinlar – xalqning tabiiy va tarixiy ehtiyoji asosida shakllangan, ajdodlar turmushi, mehnati, tajribasi, kurashi, yutuqlarini boshqa shaklda aks ettiradigan, inson madaniyatining eng ko'hna shakllari, ko'pgina ma'naviy sohalar chashmasi, sog'lom avlodni shakllantiruvchi tarbiya vositasi va zamondoshlarimizning jismoniy, ruhiy, aqliy rivojlanishiga xizmat qiluvchi muhim omildir.

Madaniy merosimizning uzviy va ajralmas qismi bo'lgan, avlod-ajdodlarimizga asrlar mobaynida ruh, jon va sog'liq ato etib kelgan xalq o'yinlarini tiklash va ulardan samarali foydalanish – milliy qiyofamiz, ma'naviyatimiz va qadriyatimizni yuksaltirish demakdir. Xalq o'yinlari yangi sog'lom avlodni shakllantirishda ham o'ta muhim o'rin tutgani ularni biz ko'z qorachig'idek asrashimiz, e'zozlashimiz va ulardan oqilona foydalanishimiz zarur. Xalq o'yinlarini tiklash va rivojlantirish. Mamlakatda xalq o'yinlarining ta'qiqlanishi.

Ming afsuslar bo'lsinki, XX asrda aniqrog'i, sho'rolar davridan boshlab xalq o'yinlari hayotdan siqib chiqarila boshlandi. Buning sabablari ko'p: Birinchidan, xalq

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

an'analarini ta'qiqlash totalitar tuzumning yashirin milliy siyosati natijasida edi. Bu siyosatning asosiy maqsadi mamlakatda umumsovet xalqni vujudga keltirish edi. Umumsovet xalqini vujudga keltirish uchun esa barcha millat va elatlarni bir-biridan ajratib turadigan xususiyatlarni, ya'ni milliy ong, milliy an'analar, milliy til va madaniyatni yo'q qilish lozim bo'ldi. Shuning bilan birga barcha uchun umumiy bo'lgan ong, til, odatlar, o'yinlar joriy qilina boshlanadi. Bu siyosat natijasida etnik madaniyatning muhim qismi bo'lgan xalq o'yinlariga ham "eskilik sarqiti" sifatida kurash olib borildi. Yuqorida berilgan ko'rsatmalarga asosan xalq o'yinlari namoyondalari ustidan kulindi. Ular eski hayotni qumsovchi, ongsiz, taraqqiyotni to'xtatuvchi deb ayblanganlar. Albatta, kim haq, kim nohaq ekanligiga tarix o'z bahosini bermoqda.

Ikkinchidan, qishloq hayoti shahar hayotiga yaqinlashdi, qir-adirlar o'zlashtirildi, o'yingohlar va saylgohlar o'rniga paxta va boshqa ekinlar ekildi. Shahar o'yingohlari o'rnida baland-baland imoratlar qad rostladi. An'anaviy o'yingohlarning yo'qolishi xalq o'yinlarining yo'qolib borishiga olib keladi.

Uchinchidan, bolalarga xalq o'yinlari o'rniga Yevropada qabul qilingan o'yinlar taklif etildi. Butun mamlakat maktablarida voleybol, basketbol, futbol va hokazolar o'ynaldi. Xalq o'yinlari esa bir chetga surib qo'yildi. Bolalar o'ynashi mumkin bo'lgan yagona joy maktab sport maydonchalari yangi o'yinlar uchun moslashtirib qurilgan edi.

XX asr o'rtalarida xalq o'yinlarini avloddan-avlodga o'tish an'analari buzildi, ko'plab o'yinlar unutildi. Minglab o'yinlar ichida bir necha xalq o'yinlari va musobaqalari (kurash, uloq, qiz quvdi, ot poygasi) kabilar ma'lum ma'noda saqlanib qoldi, xolos.

Forish anjumanida bayram qatnashchilarining diqqatini ko'p azaliy o'yinlar o'ziga tortdi. Quyida Forishda tiklangan xalq o'yinlarining yana biri haqida fikr yuritamiz. Qadimiy manbalar "duk" nomli jang musobaqa bo'lgan degan ma'lumotlar bor edi. Biroq u butunlay yo'qolib ketgan deyilardi. Biz uni topishga intildik.

Saksoninchi yillar o'rtalarida Forish tumani Qalish qishlog'ida unutilgan xalq odatlari va o'yinlarini yozib olib yurganimizda (o'tgan asrda tug'ilgan) Shamsiy bobo: "Biz yoshligimizda "kara-te"ga o'xshagan tepish o'yiniga tushib turar edik", deb qoldi. Bu o'yinga qiziqib qolib, bu noyob topilma o'yin-olishuvni tiklashni iltimos qildik. Darhaqiqat, "Duk" – tepish Sharq xalqlariga xos bo'lgan Yamon "Kara-te"si, Koreya "Taekvan-do"si, Xitoy "Ushu" olishuvlaridan qolishmas ekan. Bu o'yinni O'zbekiston televideniyesi orqali ko'rsatilishi va "Xalq o'yinlari" bayramida ham namoyish qilinishi ko'pchilikni lol qoldirdi. Bizga bunday jon og'ritadigan o'yin-

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

janglar kerak emas deydiganlar ham topilar. Balki, bu bir tomondan to‘g‘ridir. Hech bo‘lmasa, odamlarni chiniqtiradigan, mardonavor qiladigan, o‘zini va ojizlarni himoya qilishni o‘rgatadigan o‘yinlar bizning xalqimizda ham bo‘lganligini bilib qo‘yaylik. Qolaversa ularni tiklaylik.

Xalq o‘yinlarining tiklanishi. Forish tajribalari. Ma’lumki, xalq o‘yinlari ko‘proq kishilar an’anaviy hayot tarzida yashovchi chekka joylarda saqlanib qolgan edi. Ayniqsa, xalq o‘yinlari Forish tumanining chekka tog‘li joylarida yaxshi saqlanib qolgan ekan. Bu yerda 1985 yildan buyon ko‘plab ishlar olib borildi. Shu sababli bo‘lsa kerak, 1987-88 yillar Forish tadqiqotlari bir oz sustlashdi. “Qarama-qarshilik odamlarni chiniqtirdi”, deganlaridek bu davrda yo‘qolayotgan xalq marosimini saqlash g‘oyalari yanada sinaldi va kuchaydi.

Natijada, 1989 yil Forish tumanining o‘nlab qishloqlarida uchyuzga yaqin o‘yin yozib olindi va ularning kunlarini tiklash yo‘llari izlana boshlandi. 1989 yil avvalo, Birlashgan qishlog‘ida, so‘ng tuman markazi Yangi qishloqda xalq o‘yinlari bayramini o‘tkazishga intilishlar bo‘ldi. Shunday bo‘lishiga qaramasdan ozgina vaqtdan so‘ng 1990 yil Sayyod va Birlashgan qishloqlariga teleekspedisiya uyushtirilib, uning natijalari televideniye orqali bir necha marta ko‘rsatildi. Va nihoyat, 1991 yil O‘zbekiston jismoniy tarbiya va sport davlat qo‘mitasi, Jizzax viloyat ijroiyy qo‘mitasi, Forish tuman rahbarlari yordamida ilk bor Jizzaxda xalq o‘yinlariga bag‘ishlangan ilmiy anjuman va Forishda xalq o‘yinlari bayrami o‘tkazildi. Forish xalq o‘yinlari bayramining asosiy maqsadi unutilayotgan xalq o‘yinlarini tiklash va targ‘ib qilish edi.

Ilk bor Forishda bo‘lib o‘tgan “Xalq o‘yinlari bayrami”ga mamlakatning turli joylaridan kelgan mutaxassis-olimlar qayta tiklangan o‘zbek xalq o‘yinlarining «shoxi» - «Uloq»-«Ko‘pkari»ga taklif etildi. 1996 yil esa II Respublika “xalq o‘yinlari” Olimpiyadasi ham Forishda bo‘lib o‘tdi. Anjumanlar 6 mayda qadimiy va navqiron Jizzax shahrida boshlanib, 7 may kuni go‘zal va azaliy an‘analarga boy Forish tumanida avjga chiqdi.

Har ikki yilda o‘tadigan xalq o‘yinlari anjumani 1998 yil “Alpomish” dostoni yaratilganining ming yilligiga bag‘ishlanib, Termiz shahrida festival bo‘lib o‘tdi. Bu festival “Alpomish o‘yinlari” deb nomlanadi. U ajdodlarimiz tarixida muhim o‘rin tutgan Alpomishdek xalq qahramonlarini shakllantirishda katta ahamiyatga ega bo‘lgan “Yoy otish”, “Kamondan otish”, “Nishonga urish”, “Olishish”, “Kurash” kabi o‘yinlar – musobaqalardan tashkil topdi.

1999 yil – “Ayollar yili”ga bag‘ishlanib, Jizzaxda “To‘maris” qizlar o‘yinlari festivali o‘tkazildi. Agar To‘maris jang maydonida – g‘olib bo‘lgan bo‘lsa, bizning qizlarimiz sport maydonlarida g‘olib bo‘lishiga intilishdi. “To‘maris” festivali –

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

o‘zbek xotin-qizlarini sport sohasidagi “uyqusi”dan uyg‘otdi, desak xato qilmagan bo‘lamiz. Bu festival xalqimiz orasida To‘marisdek mard, jasur, kuchli, go‘zal qizlar borligidan dalolat beradi. Farg‘ona viloyatida 2000 yilda bo‘lib o‘tgan «Alpomish o‘yinlari” – II festivali xalq o‘yinlarining Yana bir pog‘onaga ko‘tarilganidan dalolat berdi. Festival tarkibiga kirgan (“Kurash”, “Qo‘l kurashi”, “Tepa kurash”, “Mindi”, “Yoydan otish” kabi) musobaqalar bo‘yicha sportchilarning tajribasi oshganligi va bu o‘yinlarga qiziqishni oshganligi ham ma’lum bo‘ldi. Bunday festivallar 2001 yil – Jizzaxda, 2002 yil – Buxoroda, 2003 yil – Andijonda, 2004 yil – Samarqandda bo‘lib o‘tdi va hozirgi kunga qadar davom etib kelmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2016 йил 29 декабрдаги “2017-2021 йилларда мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПҚ-2707-сонли қарори.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 30 сентябрдаги “Мактабгача таълим тизими бошқарувини тубдан такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПФ-5198-сонли Фармони.
3. Илк ва мактабгача ёшдаги болалар ривожланишига қўйиладиган давлат талаблари”. Т.: 2018
4. К.Низомова. “6 ёшли болаларни мактабга тайёрлаш ва мактабга мослашувини ўрганиш.” Т.: 2006.
5. Ишмухамедов Р.Ж., Юлдашев М. Таълим ва тарбияда инновацион педагогик технологиялар.– Т.: “Нихол” нашриёти, 2016.
6. Goncharova O. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish O‘z.Dav JTI, 2005 y
7. Xo‘jaev F, Rahimqulov K.D, Nigmanov B.B «Harakatli o‘yinlar va uni o‘qitish metodikasi» CHO‘lpon nashriyoti Toshkent 2011 y
8. Holodov G.K.Jismoniy tarbiya va sport nazariyasi va metodikasi. M. 2012g.
9. Абдумаликович, Умаров Абдусамат, and Хожимуродова Махлиёхон Кенжавой кизи. 2022. “Феноменологическое Поле Гендерной Идентичности Спортсменов”. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture 3 (12), 15-18. <https://cajlp.centralasianstudies.org/index.php/>
10. JISMONIY FAOLLIKNING INSON RUHIYATIGA VA SHAXS KOMPETENSIYASIGA TA’SIRI: 10.53885/edinres. 2022.97. 51.132 МК Хожимуродова Қо ‘қон давлат педагогика институти Jismoniy madaniyat metodikasi kafedrasi stajyor-o ‘qituvchisi