

## ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИДА СПОРТ ЎЙИНЛАРИ АТАМАЛАРИНИ АХАМИЯТИ

O.G'iyosiddinov Bog'dod tumani 22-maktab  
Jismoniy tarbiya oliy toifali o'qituvchi

**Annotatsiya** Mazkur maqola o'sib kelayotgan yoshlarni milliy an'analar va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash masalalariga bag'ishlangan. Muallif o'zbek xalqining rivoyat va urf-odatlarida yosh avlodni jismonan sog'lom, baquvvat inson ruhida tarbiyalash borasida ko'plab asarlar yaratilganiga e'tibor qaratadi. Misol tariqasida o'zbek xalqining qahramonlik dostonlari "Alpomish", Kaykovusning "Qovsar" dostonlari, Alisher Navoiyning "Farhod va Shirin" dostonlari va boshqalar keltirilgan.

Asarlarda personajlar orqali o'zbek xalqining jismoniy rivojlanishi bilan bog'liq atamalardan foydalanilgan. Chunki qahramonlar bolalikdan ustoz rahbarligida sportning qaysidir turi bilan shug'ullangan yoki ajdodlaridan avloddan-avlodga o'tib kelgan.

Muallif o'z ijodini sarhisob qilar ekan, zamonaviy yoshlarga qadimiy xalq o'yinlarining an'ana va qoidalarini, ularning terminologiyasini o'rgatish orqali biz sog'lom va barkamol shaxsni tarbiyalashga hissa qo'shgan bo'lamiz, degan xulosaga keladi.

*Kalit so'zlar:* zamonaviy ta'lim, xalq o'yinlari, qadimiy an'analar, jismoniy tarbiya

**Аннотация.** Настоящая статья посвящена вопросам воспитания подрастающей молодёжи в духе национальных традиций и общемировых ценностей. Автор обращает внимание на то, что в легендах и преданиях узбекского народа создано немало произведений о воспитании подрастающего поколения физически здоровым и сильным человеческом духе. В качестве примера приведены героические эпосы узбекского народа «Алпомыш», эпос Кайковуса «Ковсар», эпосы Алишера Навои, «Фарход и Ширин» и другие.

В произведениях посредством героев используется терминология, связанная с физическим развитием узбекского народа. Потому что герои с детства занимались каким-то видом спорта под руководством своего учителя, либо занятия каким-то видом спорта передавались из поколения в поколение от предков.

Подводя итоги своей работы, автор делает выводы, что обучая современную молодежь традициям и правилам древних народных игр и их

## Sport o‘yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg‘ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

терминологии, мы тем самым внесём свой вклад в дело воспитания здоровой и гармонично развитой личности.

*Ключевые слова:* современное воспитание, народные игры, древние традиции, физической воспитание

Ёш авлодни жисмонан соғлом , комил инсон рухида тарбиялаш ҳақида ўзбек халқининг оғзаки ва ёзма адабиётида кўпгина асарлар яратилган. Жумладан, ўзбек халқининг қаҳрамонлик эпоси “ Алпомиш” достони , Кайковуснинг “ Қобуснома”, Алишер Навоийнинг, “Фарҳод ва Ширин” дostonлари ва бошқалар. Мазкур асарларда асар қаҳрамонлари орқали ўзбек халқининг спорт турларига оид кўпгина атамалар луғатлари ишлатилган. Чунки, қаҳрамонлар болалик чоғларидан спортнинг бирорта тури бўйича устози раҳбарлигида шуғулланган ёки ота –боболаридан бирорта спорт тури билан шуғулланиш наслдан – наслга ўтган.

Айниқса, кураш, пойга, улоқ , камон отиш кабилар машҳур халқ ўйинлари ва спорт турлари бўлган.” Алпомиш “ достонида Ҳақимбек етти ёшга киргач , “Алпинбий бобосидан қолган ўн тўрт ботмон биричдан бўлган парли ёйи бор эди. Ана шунда Ҳақимбек шул ўн тўрт ботмон ёйни қўлига ушлаб, етти яшар бола кўтариб тортди , тортиб қўйиб юборди. Ёйнинг ўқи яшиндай бўлиб кетди.Асқар тоғининг катта чўққиларини юлиб ўтди ,овозаси оламга кетди ...Охири Алпомишбек алп бўлиб, тўксон алпнинг бири бўлиб санага ўтиб , алплик отини кўтариб , етти ёшида Алпомиш от қўйилди, етти ёшида ёйни кўтариб отгани учун Алпомиш алп аталди .”<sup>8</sup> Натижада энг қадимги спорт турларига оид ўзбек атама сўзлар пайдо бўлган. Қадимги ўйинлар доимий ва мавсумий бўлиб, болалар ва катталарнинг қизиқарли машғулотларига айланган. Бу эса спортга оид ўзбек ўйин турларини пайдо бўлишига олиб келган “чиллаки”, чўп ўйини”, “подачи”, “ёнғоқ ўйини”, “Тош ўйини”, “Оқ теракми, кўк терак”, “Чавандозлик”, “Ағдариш”, “От устида қиличбозлик”, “Чавгон”, от билан ўйналадиган “Чимтоп” (Чим хоккей) “қобок ўйин”, “ От пойгаси” ва бошқалар.

Бу ўйинлар ёшларнинг жисмоний ва ақлий, ахлоқий ривожланишида кучли, чаққон, топқир, фаросатли мард бўлиб камол топишида катта роль ўйнаган ҳамда асрлардан-асрларга ўтиб келажак авлодларга ўйинлар билан бир каторда турли касб эгаларини ҳам ўйинлари пайдо бўлган. Масалан , чорвадорлар орасида “жинтоп”, “чимтоп”, “Подачи “ каби ўзбек туркий атама

<sup>8</sup> “Алпомиш” достони. “Шарқ ” наш.1998.18 б

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

сўзлари ишлатилган. “ Чимтоп “ ўйини асосида бугунги кундаги хоккей спорт тури пайдо бўлган.

11 -асрда яратилган Ғарбий Эрон подшоҳининг набираси Кайковуснинг “Қобуснома” асари 1702-1705 йилларда турк тилига таржима қилинади. Мазкур асарнинг 13 бобида “ Мазох қилмоқ, шатранж ва нард ўйнамоқ одобини баёни зикрида” номли фасл келтирилади. Бу фаслда “нард”, “шатранж” ( шахмат) спорт атамалари ва уларни ўйнаш одоби ҳақида сўз юритилади, Хусусан, “ Нард ва шатранж ўйнамоқнинг кўп одат қилмағил. Агар ўйнасанг, гаров боғлаб ўйнамағилки, ул қиморбозлик бўлур... Агар ўйнамоқни яхши билсанг ҳам қиморбозликда машҳур бўлган киши билан ўйнамағил <sup>9</sup> –дейди. Ўзбек спорт атамаларига оид сўзларни илмий ўрганиш ва тадқиқ этиш хх аср бошларидан бошланди. Хусусан, жадид мактабларида жисмоний тарбия дарслари алоҳида жадвал асосида “ усули жадид” мактабларига киритилди. “ Жисмоний тарбия” атамаси ўзига хос хусусияти ўз мазмунида акс этган бўлиб, организмнинг шакли ва функцияларининг гормоник ривожланишига, соғлиқнинг мустаҳкамланишига ва инсоннинг ижодий узок умр кўришига ёрдам беришдан иборатдир. Абдулла Авлоний ўзининг “Туркий гулистон ёхуд ахлоқ” (1913) асарида “Тарбия” сарлавҳаси остида тарбия турлари ҳақида фикр юритади:

“Тарбиянинг замони”.

“Бадан тарбияси”.

“Фикр тарбияси”.

“Ахлоқ тарбияси” га бўлади.

“Бадан тарбияси баданнинг саломат ва қувватли бўлмоғи инсонга энг керакли нарсадур. Чунки ўқимоқ, ўқитмоқ учун инсонга кучлик, касалсиз жасад лозимдур. Соғ баданга эга бўлмаган инсонлар амалларинда, ишларинда, ибодатларида камчилик қилур. Бунинг учун ичимлик, кўкнори, наша, носдан... қочмоқ сақланмоқ шариат, ақл ҳикмат юзасидан лозимдур”<sup>10</sup> деб ёзади.

### Хулоса

Bugungi globallashuv davrida ta'lim sifat-samaradorligini oshirishga katta e'tibor berilayotganligi jismoniy tarbiya jarayonini ham yoshlarni qadimiy sport o'yinlari ularga atamalarini o'rgatishimiz, ham zamonaviy yondashuvlar asosida etkazishimiz lozim.

Шундай экан, биз бугунги ёшларга қадимий спорт ўйинлари, уларнинг атамаларини ўргатишимиз, келажакда уларни соғлом, маънавий комил инсон

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

бўлиб етишидаги асосий масала бўлиб хизмат қилади. Бу эса келгусида илмий тадқиқотимизнинг асосий мавзусини ёритишга асос бўлади.

### Фойдаланган адабиётлар

1. Jamoliddinov, M., and G. Khudoynazarova. "THE IMAGE
2. Худойназарова, Г. М., and С. Талибжонов. "ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ЦЕННОСТИ В РАЗВИТИИ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ МОЛОДЕЖИ." *Экономика и социум* 11-2 (102) (2022): 787-791.
3. Mirxojidinovna, Xudoynazarova Gullola, and Tolibjonov Sardorbek Ravshan o'g'li. "HARAKATLI O'YINLAR HAQIDA TUSHUNCHALAR." *PEDAGOGS jurnali* 29.1 (2023): 21-25.
4. Мирходжиддиновна, Х. Г. "Эффективность кластерного метода в преподавании национальных традиций на уроках физической культуры." *МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖУРНАЛ ДИСКУРСА ОБ ИННОВАЦИЯХ, ИНТЕГРАЦИИ И ОБРАЗОВАНИИ* (2021): 2
5. Жураев, Вохиджон Мухаммедович. "СПОРЧИЛАРНИНГ ДАЪВОГАРЛИК ДАРАЖАСИ ВА ИРОДАВИЙ СИФАТЛАРИНИНГ ПСИХОЛГИК ХУСУСИЯТЛАРИ." *Academic research in educational sciences* 4.TMA Conference (2023): 894-900.
6. Талипджанов, Алиджан Акрамович, and Бурханиддин Дониардjon Угли Рахмонов. "ПРИВЛЕЧЕНИЯ ЖЕНЩИН К СПОРТУ." *Proceedings of Scientific Conference on Multidisciplinary Studies*. Vol. 2. No. 4. 2023.
7. Akramovich, Talipdjanov Alidzhan. "PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.4 (2023): 225-230.
8. Sulstonov, Usmon Ibragimovich. "METHOD OF CONTROLLING THE TRAINING PROCESS OF LONG-DISTANCE RUNNERS." *Eurasian Journal of Academic Research* 2.3 (2022): 132-137.
9. 2.Ibragimovich, Sulstonov Usmon. "DYNAMICS OF MORPHOLOGICAL INDICATORS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF LONG-DISTANCE RUNNING." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 11.01 (2022): 129-132.