

**BOSHLANGICH SINFLARDA HARAKATLI O'YINLAR ORQALI
JISMONIY SIFATLARNING RIVOJLANISHI.
KUCH, TEZKORLIK, CHAQQONLIK, CHIDAMLILIK, EGILUVCHANLIK.**

<https://doi.org/10.5281/zenodo.6579326>

Zulunova Oyjamol

Andijon shahar 13- umumta'lim maktabi boshlangich ta'lim jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi

Anotatsiya: *Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat sifatlarini rivojlantirishda harakatli o'yinlardan vosita sifatida to'g'ri foydalanish muhokama qilinadi. Zamonaviy O'zbekistonning hozirgi bosqichda boshlang'ich sinf o'quvchilarini jismoniy tarbiya sohasidagi muammolari ochib berilgan. Dars shaklida boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirishni tabaqalashtirilgan dasturlash bilan bog'liq yangi yondashuvlarni ishlab chiqish masalalari ko'rib chiqiladi, bu maktabda jismoniy tarbiya muammolarini hal qilishni takomillashtirishga imkon beradi. Ishlab chiqilgan uslublarning ijobiy ta'siri aniqlanadi. Belgilangan vazifalarni hal qilish uchun tadqiqot usullari majmuasi qo'llaniladi:*

Kalit so'zlar: *Maktabgacha, yoshdagi, jismoniy, tayyorgarligi, kuch, tezkorlik.*

Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tayyorgarligi. O'sib kelayotgan yosh avlodni har tomonlama jismoniy tarbiyalash ta'lim-tarbiya muassasalari, oila, jamoat tashkilotlarining birgalikdagi kuch-g'ayratlari bilan amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiya sog'liqni yaxshilashga, jismoniy sifatlarni rivojlantirishga, yoshlarni mehnatga va Vatanni himoya qilishga tayyorlashga qaratilgan. Bolalarni o'rab turgan muhit o'zgarib bormoqda. Oddiy, sodda o'yinlar o'rniga kompyuter o'yinlari kirib keldi. Bolani aqliy, estetik rivojlantirish ustuvorlik kasb etmoqda. Ularni ahamiyatini inkor etmagan holda aytish kerakki, harakatli o'yinlar, sayrlar, tengdoshlari bilan muloqot qilishga bolaning vaqti tobora kamayib ketyapti. O'yin bilan bola faoliyatining boshqa turlari, o'yinlarning har xil turlari orasidagi

muvozanatning buzilishi (harakatli va o'tirib o'ynaydigan, alohida va birgalikdagi) maktabgacha yoshdagi bolalar salomatligida ham, harakat qobiliyatlarining rivojlanish darajasida ham o'z salbiy aksini topadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar qiziqishi, iqtidori, individual ruhiy va jismoniy xususiyatlari, madaniy ehtiyojlarini inobatga olgan holda hamda bolada ma'naviy me'yorlarni shakllanishi, hayotiy va ijtimoiy tajriba egallanishini ko'zda tutgan har tomonlama rivojlantirishga qaratilgan yaxlit

jarayon hisoblanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy rivojlantirish muammolarini hal etishning yangi yo'llarini izlash, birinchidan, ko'rsatilgan ziddiyatlarni hal etish zarurati bilan, ikkinchidan, o'sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy tayyorgarligi hamda psixik rivoji jarayonini takomillashtirish qonuniyatlarini, metodologik va usuliy sharoitlarini o'rganish zarurati bilan bog'liqdir.

Harakatli o'yilarni o'tkazishda o'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olishda eng avvalo o'quvchilarni yoshiga, jinsiga va fiziologik xususiyatlarini e'tiborga olishni taqozo etadi. Bundan tashqari o'yinlarni qay holatda, qaerda, o'tkazilishi muhim ahamiyatga egadir. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra bilim beruvchi, sog'lomlashtiruvchi, davolovchi hamda hordiq chiqaruvchi bo'limlarga bo'linadi. Milliy o'yinlardan foydalanish jarayonida boshlang'ich maktab o'quvchilarining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

1. Bola odamlarning foliyati, ularning predmetlarga munosabati va o'zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqadi.
2. Bolalar xalq o'yinlarida atrofdagi voqe'likning eng tashqi ifodali jo'shqin his-tuyg'uli jihatlarini aks ettiradilar.
3. Milliy o'yinlarda bola kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o'z istagini amaliyotga tadbiiq qiladi.
4. Kattalarning hayoti va faoliyatiga kirish bolaning tasavvuri timsollari tariqasida namoyon bo'lsa ham, umuman uning chinakam shaxsiy hayotida o'chmas iz qoldiradi.

SHu bobni xulosa qilib aytish mumkinki, milliy xalq o'yinlaridan foydalanishda, ularni qo'llashda shuni hisobga olish kerakki, bu yoshdagi bolalar aniqlikni talab etadigan mayda

harakatlarga qaraganda keng, kuchli harakatlarga ancha moyil bo'ladilar. Buni bolalar yosh davrlarini ishlab chiqqan buyuk pedagog YA.N.Komenskiy ham o'z vaqtida ta'kidlagan edi.

Umuman bu yoshda bolalar juda ham harakatchanligi bilan ajralib turadi. Harakatchanlik esa maxsus, oqilona tashkil etilishni, harakatga soluvchi yurish-turish shakllarining to'g'riligini talab etadi.

Bolalarning bu yoshida tormozlanish va qo'zg'alish jarayonlarini muvozanatligini yuzaga keltirishda kattalar talabining tizimliliigi va o'zini tuta bilishga odatlantirish katta rol o'ynaydi.

Milliy o'zbek o'yinlarini yoshlar, ayniqsa maktab o'quvchilari sevib, maroq bilan o'ynamoqdalar. Bunday o'yinlar jismoniy tarbiya darslaridagina emas, balki hovlilar va bog', parklarda dam olish soatlarida o'ynaladi. Muhim sifatlarni rivojlantirishga mo'ljallangan umumiy rivojlantiruvchi va maxsus mashqlarga doir bayon qilingan material, ko'proq o'yin tarzida beriladi, lekin mashqlarni tushuntirish va faol dam olish uchun, qisqacha

pauzalar bo'lgan kichik dozada uzluksiz bajariladi. O'yin mashqlaridan keyin bo'shashtiradigan, ohista yuriladigan mashqlarni yoki diqqat-e'tiborini o'stiradigan mashqlarni berish lozim.

Har xil maktab yoshidagi bolalar bilan harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish turli-tuman tusga ega bo'ladi. Harakatli o'yinlar o'tkazish metodikasi bolalarning ruhiy va fiziologik xususiyatlariga, ularning umumiy rivoji va tayyorgarligiga bevosita bog'liq. Bolalar bilan ishlash amaliyoti harakatli o'yinlar o'tkazish metodikasi to'rtta asosiy yosh guruhiga mos ravishda ko'rib chiqilishi va har birining yosh xususiyatlariga ko'ra barcha bolalarning o'yinga qiziqishiga nisbatan o'zaro yaqinligini ko'rsatadi. Bu guruhlar quyidagilarni tashkil etadi: 1-2-sinf o'quvchilari: 7-9 yoshli bolalar; 3-4-sinf o'quvchilari: 9-11 yoshli bolalar; 5-9-sinf o'quvchilari: 12-15 yoshli o'smirlar va AL va KHK o'quvchilari: 16-18 yoshdagi yoshlar.

O'yinni taxlil qilish

O'yinni natijalarini e'lon qilishda o'yinni tushinib etish, o'yin qatnashchilari tomonidan texnik usullar va texnikasida qo'yilgan xatosini ko'rsatib berish zarur. Kichik maktab yoshidagi bolalarga o'yinni syujetini taxlil qilishda o'yinni syujetini rivojlantirishdagi ijobiy va salbiy tomonlarni, aloxida rollarni yaxshi bajargan o'yin qatnashchilarini ko'rsatib o'tish juda foydali bo'ladi. Ijobiy tashabbus ko'rsatgan va o'yin qoidalariga rioya qilgan o'quvchilarni aloxida o'rnak uchun ko'rsatib o'tish kerak.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, ya'ni o'yin jarayonini o'tkazishini o'zi juda murakkab: u nafaqat bolalarni yosh xususiyatlariga, ishlash sharoitiga, balki bolalarni jamoa bo'lib o'ynashga tayyorgarligiga, ularni kayfiyatiga, o'yin rahbarini o'zining maxoratiga ham bog'liq bo'ladi. O'yinni o'tkazish pedagogik jarayon bo'lib, uni xardoim ham oldindan aytib bo'lmaydi.

Bolalar bilan shug'ullanishni amaliy tajribasi shuni ko'rsatadiki, o'yin jarayonida o'ynovchilarni harakatini taxlil qilishni va tuzatishni bilish, to'g'ri taxlil qilishni va o'yinni raxbari sifatida o'zini xulqini baxolashni bilish o'yinga raxbarlik qilish maxoratini takomillashtirishga yordam beradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasi bo'yicha turli adabiyotlarda bolalarning jismoniy va harakat tayyorgarligi jarayoni mazmuni bir xil talqin etilmaydi. Masalan, T.I.Osokinani darsliklarida harakat faoliyatlarini shakllantirish bilan birga jismoniy sifatlar: chaqqonlik (shu jumladan, harakat koordinatsiyasi qobiliyatlari), umumiy chidamlilik, tezlik-kuch sifatleri, shuningdek, muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish zaruriyati qayd etiladi. A.V.Keneman va D.B.Xuxlaevaning o'quv qo'llanmasida kuch, chidamlilik, egiluvchanlik, chaqqonlik, tezkorlik kabi jismoniy sifatleri, muvozanatni saqlash qobiliyatini alohida ajratgan holda rivojlantirish zarurati xususida so'z boradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1- <https://cyberleninka.ru/article/n/maktabgacha-yoshdagi-bolalarning-egiluvchanlik-va-chaqqonlik-sifatlarini-rivojlantirish-uslubiyati-1>

2- https://www.google.com/search?q=KUCH%2C+TEZKORLIK%2C+CHAQQONLIK%2C+CHIDAMLILIK%2C+EGILUVCHANLIK&rlz=1C1GCEA_enUZ1003UZ1004&oq=KUCH%2C+TEZKORLIK%2C+CHAQQONLIK%2C+CHIDAMLILIK%2C+EGILUVCHANLIK&aqs=chrome..69i57j0i22i30.1688j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8

3- **BOSHLANGICH SINFLARDA HARAKATLI O'YINLAR ORQALI JISMONIY SIFATLARNING RIVOJLANISHI.**