



USE OF NATIONAL FOLK GAMES IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF PRESCHOOL CHILDREN

Ziyodullayeva Mohirabonu Ikromjon qizi¹

Navoi State Pedagogical Institute

KEYWORDS

preschool age,
healthy lifestyle,
folk games,
national games,
action games

ABSTRACT

This article discusses the importance of national folk games in the formation of a healthy lifestyle of preschool children and their use in the educational process.

2181-2675/© 2022 in XALQARO TADQIQOT LLC.

DOI: 10.5281/zenodo.6598644

This is an open access article under the Attribution 4.0 International(CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

¹ Student of Navoi State Pedagogical Institute, Navoi, UZB

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA MILLIY XALQ O'YINLARIDAN FOYDALANISH

KALIT SO'ZLAR:

maktabgacha yosh,
sog'lom turmush tarzi,
xalq o'yinlari,
milliy o'yinlar,
harakatli o'yinlar

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda milliy xalq o'yinlarining ahamiyati va mashg'ulot jarayonida ulardan foydalanish yoritilgan.

Respublikamizda ishlab chiqilgan, prezidentimiz tomonidan ilgari surilgan besh muhim tashabbuslardan biri sportni ommalashtirish, uni rivojlantirish masalasi sanaladi. Unda har tomonlama sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalashni ko'zda tutadi. Ta'lim-tarbiya sohasida jismoniy tarbiya va sport asosiy omillardan biridir. Chunki amaliy mashqlar o'quvchilarni ham jismonan, ham ruhan sog'lom ulg'aytirishga hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga olib keladi. Bugungi kunda yoshlarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalasi zamonaviy pedagogik tadqiqotlarning asosiy yo'nalishini tashkil etib, mazkur sohada respublikamiz va xorijiy mamalatlarda qator ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Keyingi yillarda jismoniy tarbiya darslarida, sport mashg'ulotlarida xalqimizning milliy o'yinlariga ko'proq e'tibor qaratilmoqda. Bolalar xalq o'yinlarini o'ynash orqali nafaqat sog'lom bo'lib, balki xalqimizning qadimiy urf-odatlarini, an'ana va qadriyatlarini ham o'rganib boradilar. Bu esa ularda vatanparvarlik, qahramonlik, mardlik va fidoyilik xislatlarini qaror toptiradi. Bugungi bola — ertangi kunning ijodkoridir. Mashg'ulotlarda xalq o'yinlaridan samarali foydalanish kutilgan natijalarini beradi. Masalan, "Oq terakmi, ko'k terak", "Arqon tortish", "Besh tosh", "Xo'rozlar jangi", "Chillak", "Yong'oq o'yini" va shunga o'xshash xalq o'yinlari mashhurdir.

O'zbek xalq o'yinlarining tarixi uzoq davrlarga borib taqaladi. O'yinlar xalqning o'zi singari qadimiy va boy tarixga ega. Xalq o'yinlarining nomlanishi va ularning o'ynalishi tarkibi to'g'risida turkiy zabon olim Maxmud Qoshg'ariy o'zini "Devonu lug'otit turk" asarida qimmatli ma'lumotlar keltiradi. Qoshg'ariy keltirgan ma'lumotlar o'yinlarning tarixiy zaminiga va asosga ega ekanligini ko'rsatadi. Darhaqiqat o'yin nomlari va o'yinlarning o'ynalishi tarkibi avloddan-avlodga o'tib kelgan. "Devonu lug'atit turk" da o'yinlar to'g'risida muhim ma'lumotlar keltiriladi. Afsuski, qadimiy o'yin nomlari tadbiiq etilmagan, o'yinlarning o'ynalishi tartibi tiklanmagan.

Qoshg'ariy lug'atida zikr etilgan o'yinlar nomini va uning tartibini tiklash va tadbiiq etish katta ahamiyatga ega. Zero, o'yinlar xalq madaniyatining ajralmas bir bo'lagidir. "Devonu lug'atit turk" da anchagina o'yinlarning nomlari keltirilgan. Ayrim o'yinlarning o'ynalish tartibi batafsil keltirilgan. Hozirgi kunda bolalar sevib o'ynayotgan yong'oq, poylama singari o'yinlar.

Milliy o'yinlarimiz serharakatligi barcha organizm va muskullarni o'stiruvchanligi,

chidamlilikka o'rgatuvchi, chiniqtiruvchi harakatlardan tashkil topganligi bilan boshqa xalqlar o'yinlaridan tubdan farq qiladi. Xalqimiz orasida har bir faslga mos o'yinlar mavjud bo'lib o'ynalib kelingan. O'zbek milliy o'yinlari hayotiyli, har tomondan yaratilganligi uchun xam katta-yu kichik va hatto xotin-qizlar tomonidan sevib o'ynalgan. Otabobolarimiz o'z farzandlarini qiyinchiliklar oldida dovdiramalik, qo'rqmaslik ruxida tarbiyalab uni yechishga o'rgatganlar Og'ir mehnatdan keyin kishilar bir joyga to'planishib turli milliy o'yinlar bilan mashg'ul bo'lganlar, dam olganlar. Bu o'yinlar ular kayfiyatlarini ko'targan, tetiklashtirib kuch to'plaganlar.

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'yinlar bolalarning yosh xususiyatlariga, o'yindagi harakatlar rivojiga qarab takomillashib boradi.

1—2 yoshli bolalar bilan o'ynaladigan o'yin turlari. «Barmoqqa-barmoq», «G'oz-g'oz», «G'oz tursin», «Bo'p-bo'p», «Toy-toy», «Poyezd», «Achom-achom» o'yinlari go'dak endi bir-ikki qadam tashlashni o'rganayotgan vaqtda gavdasini to'g'ri tutishga yordam beradigan o'yinlar hisoblanadi.

3—4 yoshli bolalar bilan o'ynaladigan o'yin turlari: «Ot o'yin», «Kesak qo'ydi», «Ko'z boylagich», «Choriy chambar», «Avvalakam», «Tayoq irg'itish», «Quloq cho'zish», «Chittigul», «Xolam mehmonga keldi», «Uchdi-uchdi».

4—5 yoshli bolalar bilan o'ynaladigan o'yin turlari: «Chir aylanma», «Chillak», «Tortishmachoq», «Lafta», «Dor o'yin», «Ko'pkari», «Berkinmachoq», «Jami», «Chertan devor girgir aylan».

Katta yoshdagi bolalar uchun o'yinlar: «Chavandozlar», «Doiraga tort», «Do'ppi yashirma», «Sapalak», «Besh tosh», «Oq terakmi ko'k terak». Bu o'yinlar orqali bolalarda chaqqonlik, o'z-o'zini boshqara olish va o'ziga ishonch tarbiyalanadi, qat'iyatlilik ko'nikmalari shakllanadi, fikrlashga o'rgatilib boriladi, topqirlik qobiliyatlari rivojlanadi, hozirjavob bo'lishga tayyorlanib boriladi.

To'p-tosh o'yini.

O'yinning tavsifi. Bu o'yinda 3 dan ortiq bolalar (7-10) tagacha) qatnashadilar. Ular avval har xil kattalikdagi toshlarni topib, ularni ustma-ust qo'yadilar, eng ustiga 1 ta kichgina tosh qo'yib qo'yadilar va o'zlariga ham bittdan yapaloq tosh oladilar. Yerga aylana chizib o'rtasiga terilgan toshlarni qo'yib, o'zlari 5-6 metr uzoqlikda turadilar. U yerni tog'ri chizib qo'yadilar va navbat bilan toshlarni uloqtirib, xaligi toshlarni tarqatishga harakat qiladilar. O'yin davomida bolalar toshlarni uloqtirganda, to'ptosh tarqalib, eng ustidagi kichgina tosh qancha uzoqlikga ketsa oyoq bilan o'lchab u shuncha ko'p ball oladi. Omadi yurishmaganlar esa o'yindan chiqib tomoshabin bo'ladilar. G'olib chiqqan 1 bola yana o'yinni boshlaydi. Bolalar zerikkanlaricha o'ynashlari mumkin.

O'yinning pedagogik ahamiyati shundaki, o'yinda bolalarni ustma-ust qo'yilgan toshlarni aniq mo'ljalga olish, sezgirlikni tarbiyalaydi. O'yinda o'yinchilarni shaxsiy

qiziqishini va o`rtoqlarini kuchini ijobiy baholashni tarbiyalashga yordam beradi. O`yinni oziga xos harakati nishonga yapaloq toshni aniq uloqtirish hisoblanadi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, maktabgacha yoshdagi bolalar uchun mo`ljallangan 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.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. СанаеваС.Б.. Принципы обучения начальному образованию и инновационные технологии образовательные программы. Научный вестник Наманганского государственного университета 1 (8), 339-344

2. Kubaeva M. B. Q. The use of visual technologies of education in ecological education of preschool children as a pedagogical problem //Current research journal of pedagogics 2 (6): 06-10, June 2021 DOI:<https://doi.org/10.37547/pedagogics-crjp-02-06-02> ISSN 2767-3278 ©2021 Master Journals

3. Mavluda B Kubayeva. Implementation of visual-didactic games in ecological education of students of preschool educational organizations // Current research journal of sciences (ISSN -2767-3758) VOLUME 03 ISSUE 01 Pages:1-4 SJIF IMPACT FACTOR (2021:5.823) OCLC-1242423883 METADATA IF-6.925© 2022 Master Journals

4. Rakhmatova G. Association formation technique in preschool children. // Research journal of pedagogics, 2021.

5. Дилбар Каршибековна Улугбердиева, Роль изобразительной деятельности в развитии речи у детей дошкольного возраста// Журнал Colloquium-journal 2021 11 (98) 56-57