



HARAKATLI O‘YINLARNI BOLALARNI JISMONIY VA
AXLOQIY
RIVOJLANISHIDAGI AXAMIYATI

*Ўзбекистон Республикаси ИИБ Фарғона минтақавий ўқув маркази
"Жисмоний ва жанговар тайёргарлиги" цикли катта ўқитувчиси майор
Кулиджанов Мухсин Муминович.*

Annotatsiya: Maqolada harakatli o‘yinlarni bolalarni jismoniy va axloqiy rivojlanishidagi ahamiyati, bolalarning jismoniy sifatlarini (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik) rivojlanishidagi ahamiyati taxlil qilindi

Kalit so‘zlar: Harakatli o‘yinlar, jismoniy qobiliyat, jismoniy sifatlar, kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik, aqliy va axloqiy jixatdan tarbiyalash, kollektivchilik, vatanparvarlik.

KIRISH. Muxtaram Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev; “Eng avvalo bizning ta’lim tizimiga bo‘lgan munosabatimizni ham tubdan o‘zgartirishimiz kerak, ta’lim islohoti bizning demokratik o‘zgarishlar yangi jamiyat barpo etishda dadil yetaklovchi, barchamizni harakatlantiruvchi kuch bo‘lmog‘i zarur, har birimizga besh barmoqday eskicha aytganda to‘qqiz pulday ayon bo‘lsinkim, ta’lim tarbiya tizimini o‘zgartirmasdan turib odamlar ongini demakki, ularning turmush tarzini ham o‘zgartirish mumkin emas” deb aytib o‘tganlar. Chunki pedagoglar bu bolaning kelajak poydevorini quruvchi insonlardir.

Mustaqil O‘zbekiston Respublikasida shakllanayotgan milliy istiqlol g‘oyasi Respublika Konstitutsiyasida e’tirof etilgan insonparvar, demokratik, huquqiy davlat va jamiyatni barpo etish, shuningdek, ijtimoiy-iqtisodiy hamda madaniy rivojlanishning yuqori bosqichlariga ko‘tarish, jahon



hamjamiyati safidan munosib o‘rin egallashga yo‘naltirilgan ezgu maqsadlarni amalga oshirishga xizmat qiladi.

Ushbu maqsadlarning ijobiy natijaga ega bo‘lishi eng avvalo, yosh avlodga ilmiy bilimlar asoslarini puxta o‘rgatish, ularda keng dunyoqarash hamda tafakkur ko‘lamini hosil qilish, jismoniy, ma’naviy va axloqiy sifatlarni shakllantirish borasidagi ta’limiy-tarbiyaviy ishlarni samarali tashkil etishga bog‘liqdir.

Mavzuning dolzarbligi. Bizning ajdodlarimiz ham jismoniy tarbiyaga alihida e’tibor bilan qaraganlar. Tadqiqotlarga ko‘ra, XIX asrning ikkinchi yarmi va XX asr boshlarida ma’rifatparvar ajdodlarimiz yaratgan pedagogik asarlarning aksariyatida bolani jismoniy jihatdan sog‘lom etib tarbiyalashga alohida e’tibor qaratilgan.

Jumladan, bu borada Abdurauf Fitratning ijtimoiy tarbiya negizida jismoniy tarbiyani tashkil etish, shaxsni salomat va baquvvat etib tarbiyalash masalalariga oid qarashlari diqqatga molikdir. Uning «Rahbari najot» asarining «Bola tarbiyasi» nomli bobida shunday deyiladi: «Badan tarbiyasiga qadim zamonlardan boshlab katta ahamiyat

berilgan.

Insonning butun a’zosi salomat va quvvatga ega bo‘lmasa, unda inson uzoq yashamaydi, agar insonning tanasidagi a’zolardan biriga xalal tegsa, u kishi ishdan qo‘lini tortib, boshqalarning muhtojiga aylanadi». Haqiqatan ham, inson jismonan sog‘lom va baquvvat bo‘lmas ekan, uning na ishlashga, na yashashga ishtiyoqi qoladi. Axir bekorga aytishmagan-ku, “sog‘ tanda sog‘lom aql” deb. Insonning jismonan sog‘lom bo‘lishida to‘g‘ri ovqatlanish, uyqu vaqtlariga qat’iy rioya qilish, badan tarbiya bilan shug‘ullanish, to‘g‘ri kiyinish, xullas, sog‘lom turmush tarziga rioya qilishning o‘rni va ahamiyati nihoyatda katta. Sport bu – sog‘lik, sport bu – yoshlik, u shahd-u shijoat, barkamollik va yetuklik demakdir.

Shuning uchun ham mamlakatimizda sport ravnaqiga, xalqimizni sportga ommaviy tarzda keng jalb etishga, ayniqsa, kelajagimiz egalari bo'lgan yosh avlodni har jihatdan yetuk va komil insonlar sifatida ulg'aytirishga yuksak darajada e'tibor qaratilmoqda.

Inson bolalikdan turli yo'nalishdagi harakat malakalarini ongsiz va ongli tarzda bajaradi. Natijada shu harakatlar ma'lum jismoniy sifatlar (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik) tusida rivojlana boradi. Sekin-asta hayotiy zarur harakat malakalari (yurish, yugurish, sakrash, to'xtash, osilish va h.) sayqal topadi.

Mutaxassislarning fikriga asosan shu jismoniy sifatlar va hayotiy zarur harakat malakalari harakatli o'yinlar yordamida yanada samaraliroq rivojlanishi isbotlab berilgan. Zamonaviy sport amaliyotida sportchilarning yuqori natijalarga erishishi, uzoq muddat davomida yuqori sifatli va samarali ish qobiliyatini saqlay olishida, o'quv mashg'ulotlari jarayonida harakatli o'yinlardan foydalanilganining samarasi xisoblanadi.

Bolalarni kollektivchilik, mexnatsevarlik va jamoat oldida o'z burchini xis qilish ruhida tarbiyalash xozirgi kunning eng muxim masalalari xisoblanadi. Bola maktabga qadam qo'ygan birinchi kundan boshlaboq ularda mexnatga nisbatan muxabbat uyg'otish, uyushqoqlik, ishchanlik va boshlagan ishni oxiriga yetkaza bilish xususiyatini tarbiyalash kerak. Buning uchun tarbiyaning barcha vositalaridan, jumladan bolalarning

sevimli o'yinlaridan foydalanish ayni muddaodir. O'yinlar hayotdagi to'siqlarni yengish xamda xar xil xislat va qobiliyatlarni ruyobga chikarish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli kompleksini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, odatda, bolalar sevib

o'yinaydigan, ularga kuvonch baxsh etadigan musobaqa elementlari xam harakatli o'yinlarga kiradi. Ma'lumki, yosh bolalarning o'yinlari taqlid qilish tabiatida bo'ladi.



Bola tevarak atrofidagi borliqni kuzatadi, undagi ba'zi narsalarni o'yiniga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, binobarin, unda turmush xodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

O'quvchi turmushdagi, mehnat sohasidagi tabiat xodisalari va jonivorlar xayotidagi xar xil narsalarni taqlid kilib o'ynar ekan, bu xodisa va harakatlarning ma'nosini anglay boradi, asta-sekin hayotiy tajriba orttiradi, qiyinchiliklarni yengishga o'rganadi, unda harakat ko'nikmalari xosil bo'ladi va tasavvur tobora boyib boradi. O'yinlar, chunonchi yurish, yugurish, sakrash, irg'itish yoki uloqtirish, tirmashib chiqish kabi mashqlar bola harakatlarini rivojlantirish va takomillashtirishda katta ahamiyatga ega bo'ladi. Harakatlarning takomillashishi bilan birga, jismoniy qobiliyat xam taraqqiy eta boradi, yurak va nafas sistemasining faoliyati yaxshilanadi.

Bundan tashqari, o'yinlar bolalarning jismoniy barkamol bo'lishi uchungina emas, balki aqliy va axloqiy jixatdan tarbiyalash uchun muxim ahamiyatga ega. Ko'plashib o'ynaladigan o'yinlarda bolalar maqsadga erishish uchun farosatini va tadbirkorligi, qat'iyatini ko'rsatishi, jamoat oldida faqat javobgarlik xissini sezadigan bo'lishi kerak. Tarbiyachilar va o'qituvchilar harakatli o'yinlarning tashkilotchisi va raxbarlaridirlar.

Xulosa. Harakatli o'yinlar bolalarni jismoniy jixatdan yaxshi unib o'sishlariga, salomatliklari yaxshilanishiga, chiniqishlariga, organizmlarining va umumiy ish qobiliyatlarining yanad mustaxkamlanishiga yordam beradi.

Bolalarga harakat faoliyatining xilma-xil sharoitlarida erkin harakat kila olish imkonini beradigan zarur bilimlarini berish va kerakli harakat malakalari xosil qilishi lozim. Ularda turmush faoliyatiga yordam beradigan aqliy va irodaviy xislatlarni tarbiyalash zarur. Bundan tashqari, bolalarda turli gimastika mashqlarga, jismoniy mashqlar, shuningdek, kun tartibiga rioya qilishga qiziqish uyg'otishi, harakatli o'yinlarni mustaqil ravishda tashkil qilish va o'tkazish uchun zarur bilim malalar hosil qilishi shart.

Jismoniy tarbiya jarayonida o'quvchilarla axloqiy normalarining tarkib topishi va, shuningdek, estetik va mehnat tarbiyasi vazifalarining xam bajarilishiga erishish lozim, harakatli o'yinlarni o'tkazishda tarbiyachi o'qituvchining tashkilotchilik va tarbiyaviy roli juda mas'uliyatlidir. O'yinni o'rganish jarayonini shunday uyushtirish kerakki, unda ular o'rtoqlarcha munosabatda bo'lishni, kollektivchilik, vatanparvarlik, ijtimoiy foydali mehnatga to'g'ri munosabatda bo'lishni o'rgansin.

O'yinni to'g'ri tanlash va bolalar bilan qiziqarli o'tkazish juda muxim ahamiyatga ega. Ammo o'yin turini tanlashning o'zi xamma xam tarbiyaviy vazifani bajaravermaydi.

Harakatli o'yinlar tashkil qilinishi va o'tkazilishdagi tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lishi juda muxim.

REFERENCES

1. Ханкельдиев, Ш. Педагогическая технология, направленная на поиск одаренных детей в спортивной гимнастике. *Scientific journal of the Fergana State University*, (1), 19-19

2. Одилжон Жалолидинович Дадабаев. Эффективность оптимизации планирования подготовки юных спортсменов по спортивным единоборствам. Актуальные проблемы совершенствования системы непрерывного физкультурного образования: Материалы IV международной научно-практической конференции. Грозный, 24 сентября 2020 года.

3. О.Ж. Дадабаев. Особенности развития специальной выносливости дзюдоистов. XIX научно-практическая конференция, посвящённая памяти профессора Е.М. Чумакова. 2020/2. 91.

4. О.Ж. Дадабаев. Применение специальной физической подготовки в учебно-тренировочном процессе дзюдоистов. Научно-



исследовательский институт физической культуры и спорта. 2020. 15-17.

5. О.Ж. Дадабаев. Планирование общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировочного процесса в дзюдо. Academic research in educational sciences. 2021. 302-308.

5. О.Ж. Дадабаев. Общая и специальная физическая подготовка в годичном цикле тренировочного процесса в дзюдо. Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. 2023. 37-41

6. Odiljon Zhalolidinovich Dadabaev. Methodology For Detecting Level Of Student Satisfaction With Quality Of Educational Process. 2022/12/23. 60-63.

7. Одилжон Дадабаев. Modeling of the educational and training process and competitive activity of young judoists. O‘zbekiston milliy universiteti xabarлари, 2021, [1/6/1] issn 2181-7324

8. О.Ж. Дадабаев. МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ. Academic research in educational sciences. 2021. 1199-1205

9. О.Ж. Дадабаев. Обоснование эффективных средств юных дзюдоистов на этапе начальной спортивной специализации foundation of effective means of young judo wrestlers at the preliminary-training stage. ББК 75.1 А-43 Ответственный редактор. 2023. 37-41.

25. О.Ж. Дадабаев. ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ ДЗЮДОЧИЛАРДА ЎҚУВ-МАШҒУЛОТ ЖАРАЁНИНИ РЕЖАЛАШТИРИШ ХУСУСИЯТЛАРИ. Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта. 2020. 20-23

10. О.Ж. Дадабаев. НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОРГАНИЗМА ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ В ПРОЦЕССЕ ПЛАНИРОВАНИЯ





ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА. Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание. 2019. 116-121

11. O.Erkaboyev, O. G‘aniyev. Globallashuv sharoitida yoshlarning “ommaviy madaniyat” tahdidiga qarshi kurashi. international conference dedicated to the role and importance of innovative education in the 21st century. 2022.12.25

12. O.Erkaboyev, I. Mamatqulov. Ma’naviy tahdid - yosh avlod kelajagiga tahdid. international conference dedicated to the role and importance of innovative education in the 21st century. 2022.12.25

