

O`ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY VA O`RTA MAXSUS TA`LIM VAZIRLIGI

NAMANGAN DAVLAT UNIVERSITETI

Qo`lyozma huquqida

ABDULLAEV ZOVIDJON ZOKIRJON O`G`LINING

**«Boshlang`ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishni ishtimoiy va
pedagogik asoslari»**

**Magistr ilmiy darajasini olish uchun
yozilgan**

D I S S E R T A T S I Y A

Ilmiy rahbar: pedagogika fanlari
nomzodi T.U.Ismoilov

MUNDARIJA

Kirish.....	3
I BOB. Boshlang'ich sinf o`quvchilarni xarakat faolligini oshirish ijtimoiy pedagogik muammo ekanligi	11
1.1. Pedagog, jamoat arboblarning harakatli o`yinlarning tarbiyaviy ahamiyati xaqidagi fikrlari.....	11
1.2. I-IV sinflarda harakatli o`yinlardan foydalanishning pedagogik asoslari.....	20
1.3. I-IV sinf o`quvchilarni xar tomonlama tarbiyalashda xarakatli o`yinlarni ahamiyati.....	33
1.4. Boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishda harakatli o`yinlardan foydalanish.....	37
Bob bo`yicha xulosalar	39
II BOB. Tadqiqotning tashkil etilishi va uslublari	41
2.1. Tadqiqotning tashkil etilishi	41
2.2. Tadqiqotning usullari.....	42
2.3. Boshlang'ich sinf jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik darajasini aniqlash.....	43
2.4. Og'zaki savol-javoblar o`tkazish.....	44
2.5. Pedagogik tajriba o`tkazish.....	44
2.6. Yig'ib olingan ma'lumotlarni matematik-statistik usulda tahlil qilish.....	45
2.7. Harakatli o`yinlar orqali 7-10 yoshli o`quvchilarni xarakat faolligini oshirish.....	45
2.8. Boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini aniqlash.....	48
III BOB. Olib borilgan tajriba- sinov ishlari natijalari.....	60
3.1. Tajribadan keyingi bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari.....	60
3.2. Tajribadan keyingi jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari.....	63
Bob bo`yicha xulosalar.....	68
Xulosalar.....	70
Amaliy tavsiyalar.....	71
Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati.....	72
Ilovalar.....	78

Kirish

Magistrlik dissertatsiyasi mavzusining asoslanishi va uning dolzarbligi.

Istiqlol tufayli yurtimizda barcha soxalar qatori jismoniy tarbiya va sport ishlariga ham katta e`tibor berildi. Ayniqsa bolalar sportiga bo`lgan e`tibor alohida ahamiyatga ega bo`ldi.

Yosh avlodni xar tomonlama komil inson bo`lib ulg`ayishlarida jismoniy tarbiya va sportni o`rni beqiyosdir. Shu boisdan ham xukumatimiz raxbariyati tomonidan bu soxaga alohida e`tibor qaratildi.

Mustaqillikning ilk kunlaridan boshlab jismoniy tarbiya va sportga oid bo`lgan farmon, qonun va qarorlar qabul qilindi. “Jismoniy tarbiya va sport to`g`risida”gi qonuni, “Sog`lom avlod uchun” ordeni va “O`zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg`armasini tuzish to`g`risida”gi farmoni shu lar jumlasidandir [3;4;5].

Komil insonni tarbiyalashda jismoniy tarbiya darslari, o`quv kun tartibidagi sog`lomlashtirish tadbirlari, sinfdan va maktabdan tashqarida tashkil etiladigan jismoniy tarbiya va sport tadbirlari muhim ahamiyatga egadir.

Barchamizga ayonki sport bilan muntazam shug`ullanish bolalarimiz, yoshlarimizning sog`lom qarashlarini shakllantiradi va irodasini toblaydi, ularning mard va jasur insonlar bo`lib kamol topishi, turli-tuman sinov va qiyinchiliklarni mardona engib o`tishga qodir bo`lishi uchun mustaxkam zamin yaratadi. eng muximi, sport bilan do`st bo`lgan bolalar biz uchun mutlaqo begona va zararli oqimlarga qo`shilib ketmaydi.

Bugungi kunda shaxar va qishloqlarimizda yangidan barpo etilgan zamonaviy futbol maydonlarida yoshlarimiz o`zlarining bo`sh vaqtini mazmunli o`tkazmoqda. Bunday ishlar o`z samarasini bermoqda. Xayotimiz o`zgarmoqda, ongimiz, dunyoqarashimiz o`zgarmoqda, o`zimizga, o`z sog`ligimizga, kelajagimizga munosabatimiz o`zgarmoqda va bu jarayonda boshqa ko`pgina ijobiy omillar qatori avvalo sport katta ta`sir ko`rsatmoqda.

Xech kimga sir emas sport salomatlikni mustaxkamlash bilan birga, xar qaysi mamlakat, xar qaysi davlatni olamga mashxur qiladigan beqiyos vositadir. Xalqaro

maydonlarda sportchilarimiz erishayotgan yutuqlar qalblarimizda g'urur-iftixor tuyg'ularini uyg'otadi, ona Vatanimizga bo'lgan muxabbat hissini yanada yuksaltiradi.

Sport mamlakatimizda barkamol avlodni tarbiyalashning eng muxim va kuchli omili bo'lib kelmoqda va kelgusida ham shunday bo'lib qolishi shubxasiz. Chunki, sport – bu avvalo sog'lom avlod, sog'lom kelajak degani. Binobarin, faqat sog'lom xalq, sog'lom millatgina buyuk ishlarga qodir bo'ladi, dedi Islom Karimov.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2002 yil 24-oktyabrdagi PF-3154-sonli "O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish" to'g'risidagi farmoni va uni bajarish tadbirlariga suyangan holda yangi usullarni tashkil qilish va o'tkazish maqsadga muvofiqdir. Ushbu ishlarni samarali va sifatli bajarish uchun bolalarni eng kichik yoshdan boshlab jismoniy tarbiya bilan shu g'ullanishlariga qiziqish uyg'otish kerak.

O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish bilan birgalikda kadrlar tayyorlashdagi aholini salomatligini mustahkamlash muhim ahamiyatga ega.

Shu boisdan ham jismoniy tarbiyani o'z oldiga qo'ygan maqsadi sog'lom, ruhan tetik va bunyodkor insonni hayotga tayyorlashdan iborat.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Karimov "Biz sog'lom avlodni tarbiyalab voyaga etkazishimiz kerak, sog'lom kishi deganda faqat jismoniy sog'liqni emas balki sharqona odob-ahloq va umumbashariy g'oyalar ruhida kamol topgan insonni tushunamiz", -deydi.

Prezidentimiz I.A.Karimov "Sog'lom avlod uchun" ordenini topshirish marosimida so'zlagan nutqlarida alohida takidlab o'tganlar: "Biz asrimizning kelajagi sog'lom avlod uchun kurash boshladik. Shu nom bilan orden ta'sis etdik va maxsus halqaro jamg'arma tuzdik. Sog'lom avlod deganda biz faqat baquvvat farzandlarimizni emas balki ma'naviy boy avlodga ega bo'lgan halqni tushu nishimiz kerak. Bunday halqni hech kim hech qachon eng olmaydi. Buni hammamiz yaxshi anglab olmog'imiz kerak".

Davlatimiz va jamiyatimizning bugungi kuni, ayniqsa, kelajagi uchun g'oyat muxim bo'lgan sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash vazifasi dolzarb masalalardandir.

"Barkamol avlod yili" Davlat dasturini amalga oshirishda ta'lim sohasini rivojlantirish, avvalambor, uning moddiy - texnik bazasini mustaxkamlash, yangi o'quv muassasalari qurish va ularni zamonaviy uskunalar bilan jixozlash masalasiga e'tibor yanada kuchaytirildi.

Kadrlar tayyorlash milliy dasturi va maktab ta'limini rivojlantirish davlat umummilliy dasturining amalga oshirilishi natijasida 1 ming 536 ta akademik litsey kasb - xunar kolleji, umumta'lim deyarli hammasi, 1 ming 800 dan ortiq sport zali namunaviy loyixalar asosida barpo etildi yoki kapital rekonstruktsiya qilindi.

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport sohasida, ayniqsa, bolalar sportini yanada rivojlantirish, har bir shaxar va qishloqda zamonaviy talabalarga javob beradigan, zarur anjomlar bilan jixozlangan sport maydonchalari, inshoot va majmualarni barpo etish bo'yicha amalga oshirayotgan ishlarimiz o'zining ijobiy samarasini bermoqda.

Istiqlol yillarida yurtimizda 1 ming 200 dan ziyod yangi sport inshooti barpo etilib, ularning mingdan ortig'i qishloq joylarida qurildi. Bu esa 260 ming nafardan ziyod bolang'ich sportning ko'plab turlari bilan muntazam shu g'ullanishi uchun imkoniyat yaratdi.

Qiz bolalarni, eng avvalo, qishloq qizlarini sport bilan shu g'ulanishga jalb etishda joriy yilda sezilarli natijalarga erishildi. "Sport xayotidan hech kim chetda qolmasligi kerak" degan shiordan kelib chiqqan holda, kam ta'minlangan oilalarning 120 ming nafar qizlari uchun 3 milliard 500 million so'mlik sport kiyimi va jixozlari xarid qilindi.

«O'zining salomatligi haqida g'amxo'rlik qilib borish madaniyatini yoshlikdan oila, maktab, mahalla, sog'liqni saqlash tizimi, jismoniy tarbiya va sportning ko'magida singdirish kerak. Shu nisi muhimki, odamlar so'zda emas,

balki amalda o`z salomatligining qadriga etib uni milliy boylik sifatida avaylab-asrasinlar» [4].

«Sog`lom avlodni tarbiyalash-buyuk davlat poydevorini, farovon hayot asosini qurish deganidir» [6]. «Barchangiz yaxshi bilasizki, kelajak avlod haqida qayg`urish, sog`lom, barkamol naslni tarbiyalab etishtirishga intilish bizning milliy xususiyatimizdir» [9].

Prezidentimiz I.A.Karimov va Respublikamiz raxbariyati tomonidan aholi turmush farovonligini oshirish, ularning salomatligini mustahkamlash, o`sb kelayotgan yosh avlodni har tomonlama etuk aqlan sog`lom, ruhan tetik va jismoniy barkamol qilib tarbiyalash borasida katta ishlar amalga oshirilmoqda [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12].

Tadqiqot ob`yekti va predmeti: umumiy o`rta ta`lim maktablarining boshlang`ich sinflarida jismoniy tarbiya-sog`lomlashtirish tadbirlarida xarakatli o`yinlarni o`tkazish jarayoni, mashg`ulotlar mazmuni.

Tadqiqot maqsadi va vazifalari: boshlang`ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishning ilmiy pedagogik jixatdan asoslash.

Vazifalari.

1.Mavzuga oid ilmiy, nazariy, uslubiy manbalarni o`rganish va tahlil qilish, muammoning dolzarbligini ilmiy jixatdan asoslash.

2.Xarakatli o`yinlardan foydalanib boshlang`ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligi darajasini aniqlash.

3.Boshlang`ich sinf o`quvchilarining xarakat faolligini oshirishni ilmiy-pedagogik jixatdan asoslash.

4.Xarakatli o`yinlarni o`tkazish yuzasidan pedagogik tajribalar o`tkazish.

Ilmiy yangiligi:

-jismoniy tarbiya va o`quv kun tartibidagi sog`lomlashtirish tadbirlarida o`tkaziladigan xarakatli o`yinlar orqali xarakat faolligini oshirish ilmiy asoslandi;

-xarakatli o`yinlar asosida o`quvchilarning jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi darajasi aniqlandi;

-jismoniy tarbiya darsi jarayonida o`quvchilarning jismoniy rivojlanishi, tayyorgarligi, ma`naviy va axloqiy tarbiyasi, nazariy, amaliy bilimlari, shu ningdek, xarakterli o`yinlarni o`tish tizimi ilmiy asoslandi.

Tadqiqotning asosiy masalalari va farazlari. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya darslari va o`quv kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlarini o`tkazishda:

-xarakterli o`yinlarni o`tkazishda o`quvchilarning pedagogik xususiyatlari inobatga olinsa;

-xarakterli o`yinlardan etarli darajada va vaqtdan unumli foydalanilsa;

-jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik oshirilsa;

-jismoniy tarbiya darslarida, o`quv kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlarida samarali uslub va vositalaridan foydalanilsa xarakter faolligini oshirish samarali bo`ladi.

Tadqiqot mavzusi bo`yicha adabiyotlar sharxi. Maktab yoshidagi bolalarning salomatligini mustahkamlashda va etuk inson bo`lib shakllanishlarida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati beqiyosdir.

Umumiy o`rta ta`lim maktablarida jismoniy tarbiya va o`quv kun tartibidagi sog'lomlashtirish ishlarini tashkil qilish, jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik masalalari bo`yicha A.K.Ataev [16], E.Ya.Bondarevskiy, Sh.X.Xankeldiev [19] A.A.Rixsieva, F.N.Nasriddinov, A.I.Rixsiev, [39], A.A.Rixsieva, O.M.Jegallo, V.N.Nafedova, G.O.Arslanova [40], F.N.Nasriddinov, K.M.Maxkamjanov [33], X.N.Rajabov [35], M.Raximov [38], F.Xo`jaev, T.Usmonxo`jaev [58], T.S.Usmonxo`jaev [51], A.T.Sodiqov [45], B.G'.Boyboboev [18], B.Sh.Madaminov [29], Yu.Yu.Aripov [14], G. M.Salimov [43], R.M.Rasulov [37], M.A.Arslonova [15], lar ilmiy izlanish olib borishgan. Ularning ishlarida, O`zbekiston sharoitida yashayotgan boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi ko`rsatkichlari hamdo`stlik davlatlari tengdoshlarinikidan farq qilishi ko`rsatib o`tilgan.

Maktab yoshidagi bolalarni harakat sifatlarini turli vosita va usullar bilan oshirish R.S.Salamov, M.Ro`zioxunova [41], A.Abdullaev, Sh.Xonkildiev [13],

B.A.Ashmarin [17], A.P.Matveev, G.B.Melnikov [31], J.K.Xolodov, V.S.Kuzlikov [56]lar o`zlarining bir qator ishlarda ko`rsatishgan.

Jismoniy tarbiya-sog'lomlashtirish tadbirlari jarayonida xarakat faolligini oshirish bo`yicha turli yillarda E.A.Seytxalilov [44], R.N.Mavlonova, A.To`raeva, B.Xoliqberdiev [28], T.S.Usmonxo`jaev [49], Raslan Masaud. [36], X.Tulenova, B.Mirsagatov, A.Madumarov [48], D.D.Sharipova, X.Shomuradov [60] ilmiy tadqiqot ishlari olib borgan.

Umumiy o`rta ta`lim maktablarida ta`lim-tarbiya olayotgan bolalarning jismoniy tarbiyalash ularni xarakat sifatlarini oshirish asosan o`qituvchilar tomonidan amalga oshiriladi. Shu ning uchun hozirgi kunda o`quvchilarni o`z sog`liqlarini saqlash va mustahkamlashga o`rgatish bugungi kundagi asosiy vazifalardandir.

Jismoniy tarbiya darsi va kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlarida o`quvchilarni xarakat faolligini oshirish o`qituvchining o`quv jarayonini tashkil qilishda turli-tuman uslublardan samarali foydalanish orqali amalga oshiriladi.

O`quvchilarni maktabdagi xarakat sifatlarini oshirish uchun xaftalik jismoniy tarbiya darsi, sog'lomlashtirish tadbirlari va darsdan tashqari shakllarini qayta ko`rib chiqishni taqozo etadi. Faqat dars jarayonida emas, balki jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish tadbirlarda, turar joylarda, oilada xarakat faolligini oshirishga qaratilgan ishtiyoq bilan o`ynaladigan xarakatli o`yinlardan va jismoniy tarbiya vositalaridan foydalanish lozim.

O`sib kelayotgan yosh avlod har tomonlama etuk, sog'lom, faol, mehnat va Vatan mudofaasiga tayyor bo`lishi kerak. Buning uchun jismoniy tarbiya darsi, kun tartibida sog'lomlashtirish tadbirlari, sinfdan va maktabdan tashqarida tashkil qilinadigan sport ishlarida yangi-yangi uslub va usullarni qo`llashimiz, o`quvchilarga jismoniy tarbiya va sport bo`yicha nazariy bilim berish, o`rgatish hamda tarbiyalashga katta ahamiyat berish kerak. Shu ndagina o`quvchilarni xarakat faolligini oshirishga qaratilgan tadbirlar samarali bo`ladi.

Umumiy o`rta ta`lim maktabi o`quvchilarining xarakat faolligini oshirish bo`yicha yillar davomida bir qator ishlar amalga oshirib kelinmoqda.

Boshlang'ich sinf o`quvchilarining xarakat faolligini oshirishda jismoniy tarbiya va kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlari jarayonida tashkil qilinadigan xarakatli o`yinlarni ahamiyati kattadir. Shu boisdan xam bir qator mutaxassis va olimlarimizning ilmiy tadqiqot ishlari dars va darsdan tashqari paytda xarakatli o`yinlar orqali o`quvchilarni xarakat faolligini oshirishga bag'ishlangandir.

Boshlang'ich sinf o`quvchilarni xarakat sifatlarini oshirish uchun xarakatli o`yinlarni o`tkazish ko`plab olimlar, jumladan, T.S. Usmonxo`jaev, F.Xo`jaev [50], T.S.Usmonxo`jaev [51], T. S. Usmonxo`jaev, X.Meliev [52], A.T.Sodiqov [46], T.Ismoilov [22;24], T.Ismoilov., K.Maxkamjanov., F.Xo`jaev [23], T.Ismoilov., A.G`ofurov [25], J.Xasanboev, M.Turonova [56], Yu.Yu.Aripov [14], R.S.Salomov [42], P.Xo`jaev, K.Raximqulov, B.Nigmonov, M.Xo`jaeva [59], G`M.Salimov [43], M.A.Arslonova [15] lar tomonidan olib borilgan.

Olib borilgan pedagogik kuzatishlardan ma`lum bo`ldiki, boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarning samaradorligini yaxshilash va takomillashtirish bo`yicha ilmiy-uslubiy ishlarning sifati talab darajasida emas.

Jismoniy tarbiya darslarida, o`quv kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlarida, sinfdan tashqari mashg'ulotlarda o`quvchilarning xarakat faolligini oshirishda ularning pedagogik xususiyatlariga etarli darajada etibor qilinmayapti.

Umumiy o`rta ta`lim maktabi o`quvchilari uchun yaratilgan jismoniy tarbiya dasturining tahlili shu ni ko`rsatadiki, o`quvchilarning jismoniy tomondan tarbiyalash yuzasidan jismoniy sifatlarini takomillashtirishga etarlicha e`tibor berilmagan [53].

Boshlang'ich sinf yoshi o`quvchilar jismoniy sifatlarini oshirishni eng qulay davri bo`lib xisoblanadi [34;38].

Umumiy o`rta ta`lim maktablarda olib borilgan pedagogik kuzatishlardan ma`lum bo`ldiki, xaftada o`tiladigan ikki soatli jismoniy tarbiya darslari o`quvchilarni xarakat faolligini etarli darajada ta`minlay olmaydi. Bu esa bugungi kunning eng dolzarb muammolaridan bo`lib qoladi.

O`tkazilgan tadqiqotlarda ko`rsatilishicha, bolalar xarakat faolligini oshirishda jismoniy tarbiya vositalari ahamiyati kattadir.

Tadqiqot natijasi ko`rsatishicha, o`quvchilarning xarakat faolligini oshirish, muntazam bajargan jismoniy mashqlar va xarakatli o`yinlarni hajmiga hamda sifatiga bog`liqdir [27;30;54].

Jismoniy harakat faolligining etishmasligi o`sib borayotgan organizmning fiziologik funktsiya faoliyatiga salbiy ta`sir etadi, jismoniy rivojlanish va asosiy harakat sifatlarining shakllanishini pasaytiradi [18;32;46].

Boshlang`ich sinf yoshidagi o`quvchilarning xarakat faolligini va jismoniy tayyorgarligini oshirishda xarakatli o`yinlarni ahamiyati kattadir. Shu boisdan ham boshlang`ich sinf o`quvchilarning yashash sharoitini, iqlim xususiyatlarini, milliy an`analarini, qadriyatlarini, yoshini, jismoniy rivojlanishini, tayyorgarligini hisobga olgan holda jismoniy tarbiya darslari va kun tartibidagi sog`lomashtirish tadbirlari jarayonida xarakatli o`yinlarni o`tkazish muximdir.

Shu boisdan biz tomonimizdan tanlangan mavzu "Boshlang`ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishni ishtimoiy va pedagogik asoslari" dolzarb mavzulardan hisoblanadi.

Tadqiqotda qo`llanilgan metodikaning tavsifi.

Nazariy tahlil va umumlashtirish, pedagogik kuzatish, suhbat, antropometriya, test, matematik statistika, pedagogik tajriba.

Tadqiqot natijalarining nazariy va amaliy ahamiyati.

Boshlang`ich sinf jismoniy tarbiya darslarida, o`quv kun tartibidagi sog`lomashtirish tadbirlarida xarakatli o`yinlarni samarali uslublardan foydalanish aniqlandi. Magistrlik dissertatsiyaning xulosalari va amaliy tavsiyalaridan talabalarga ma`ruzalar o`qishda, boshlang`ich sinf jismoniy tarbiya-sog`lomashtirish ishlarini rejalashtirishda, jismoniy tarbiyaga oid bo`lgan adabiyotlarining yangi avlodini yaratishda foydalanish mumkin.

Ish tuzilmasining tavsifi. Dissertatsiya kirish, uchta bob, xulosalar, amaliy tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati, 16 jadval, joriy etish dalolatnomasini o`z ichiga oladi.

I BOB. Boshlang'ich sinf o`quvchilarni xarakter faolligini oshirish ijtimoiy pedagogik muammo ekanligi.

1.1. Pedagog, jamoat arboblarning harakatli o`yinlarning tarbiyaviy ahamiyati xaqidagi fikrlari.

Xozirgi paytda milliy xalq o`yinlarining asosiy vazifasi o`z mazmuni va metodikasi bilan bolalarni jamiyatimiz talablariga muvofiq ravishda tarbiyalashni ta`miilash, ularda axloqiy, irodalilik imkoniyatlarini rivojlantirish, ijodkor va bunyodkorlarga xos bilim, ko`nikma hamda malakalarni, o`quvchilarga xos harakterli xususiyatlarni sifatlarni shakllantirishdan iboratdir.

Qadimiy tarbiya sistemasida o`yinlardan shaxsan shaqllantirish vositasi sifatida keng foydalanilgan. Muqaddam pedagogik fikr namoyondalari o`yinning tarbiyaviy ahamiyatini g`oyat ziyraqlik bilan faxmlashgan. Ular har qanday vaziyatga nisbatan o`yin vaqtida bolalarning xulk-atvorlarini bilib olish, ularning salbiy va ijobiy sifatlarini osonroq aniqlash, noo`rin harakatlarni bartaraf etishning yaxshiroq choralarini qollash mumkin deb xisoblashgan. Shuning uchun o`sha davrlardayok bolalarning yosh xususiyatlarimi inobatga olib, ularga mos o`yinlarni tanlash masalasi kuyilgan. Bolani yoshiga muvofiq ishlar va o`yinlar bilan mashg`ul qilish zarur deya topilgan. Pedagoglar zimmasiga) ana shunday o`yinlarni tanlash vazifasi yuklangan.

Yunon faylasufi Platon fanlarni o`yinlar yordamida o`rganishni tavsiya etgan. O`yinda bolalar o`z qobiliyatlarini yaxshiroq namoyon etadi deb xisoblagan. Shuningdek Platon: «Odamlarga yoqimli fanlarni zo`rlab emas, balki o`yinlar orqali o`qitib, ana shunda kimning nimaga moyilligini yaxshiroq ko`rasan», deya ta`kidlaydi.

Qadimgi faylasuflardan Aristotel' ham bolalarning bo`sh vaqtini mazmunli o`tkazish uchun o`yinlardan foydalanish zarurligini, o`yinlar dilxushlikdan iborat bo`lib, xordiq chiqarishga yordam berishini uqtirgan.

O`rta asrlar pedagoglari bolalarni jismoniy kamol toptirish uchun katta g'amxo`rlik ko`rsatganlar - jismoniy tarbiya metodikasini ishlab chiqib, unda o`yinlarga katta o`rin berganlar. Feodal tarbiyasini maqsadi zadogonlar

oilasidagilarga otda yurishni, so`zishni qilichbozlikni, shaxmat o`ynashni, nayza va qalqondan foydalana olishni o`rgatishdan iborat bo`lgan. Oddiy xalqning xizmati esa feodalning farovonligi uchun mehnat qilish edi.

G.V.Plexanov ibtidoiy o`yinlar va jismoniy mashqlar biologik omillardan emas, balki odamlarning mehnat faoliyatidan kelib chiqqanligini ilmiy jihatdan isbotlab berdi. Ayrim qishi hayotida o`yin mehnatdan oldin paydo bo`lsa ham, umuman, jamiyatda esa u faqat mehnatni aks ettiradi. Ya`ni G.V.Plexanovning tabiri bilan aytganda, «O`yin - mehnat farzandi» sifatida vujudga kelgan. Biroq G.V.Plexanov o`yin xakidagi masalani ko`rib chiqishda aiglashilmovchilikka yo`l ko`ygan. U xayvonlarning harakatidagi zoologik moslashish va o`yin orasidagi tubdan farqlanishning mohiyatini aniqlashdan chetlab o`tdi.

E.A.Pokrovskiy uning maxsus kitobi («Detskie igri, preimushestvenno russkie») da o`yinlarni bolalarni jismoniy tarbiya amaliyotida keng qo`llash to`g`risida fikr bildiradi.

Xalq o`yinlarini o`rganish, ishtirokchilarning o`zaro munosabati va xulqi o`yin tanlashda uni ta`limiy vazifalariga mos kelishini, shuningdek, o`yinda pedagog bosh rolni o`ynashi lozimligini ko`rsatib o`tadi.

Shu bilan birga P.F.Lesgaft harakatli o`yinlarning vazifasi va rolini aniqlab, asosiy uslubiy ko`rsatmalarni keltiradi, O`yin materiallarini ikkita guruxga bo`ladi. Bular 1-gurux oddiy o`yinlar. 2-gurux murakkab o`yinlardir.

P.F.Lesgaft o`zinint jismoniy mashqlar sistemasida o`yinlarni jismoniy tarbiya vositasi sifatida ifodalaydi. O`yin yordamida bola hayotga tayyorlanishni aytadi. P.F.Lesgaftning harakatli o`yinlarni o`tkazish uchun ko`ygan talablari hozirgi paytgacha o`z kuchini yoki «amiyatini yuqotgani yo`q, chunki u har bir o`yin oldiga aniq maqsadlar qo`yishi, o`tkazilayotgan o`yinlar qatnashuvchilarning kuch va qobiliyatlariga mos kelishi, o`yin bilan shug`ullanuvchilarga ijobiy emotsional ta`sir ko`rsatishi lozimligini, o`yinlarni sistemali tarzda va muntazam ravishda o`tkazish, qatnashuvchilarning faolligi va mustakilligini oshirishga harakat qilish zarurligini uqtirgan edi.

O`yin pedagogik omil bo`lishi uchun unga pedagogik vazifa ongli va maqsadga muvofiq ravishda bog`lanishi, undan tarbiyaviy maqsad hamda vazifalarni xal qilish uchun foydalanilishi shart. Milliy xalq o`yinlariga xos xususiyatlarning boyligi ham ularda xilma-xil tarbiyaviy vazifalarning bajarilishini ta`minlaydi.

S.A.SHminov o`yinlarning tarbiyaviy imkoniyatlarini ifodalab shunday yozgan edi: «o`yin guyo soyadan, bola bilan birga tug`ilgan, uning hamroxi ishonchli do`stiga aylangan. Lekin biz uni uzoq yil davom etishi uchun yaxshi deb xisoblaymiz. O`yin katta, ba`zan ko`z ilg`amas tarbiyaviy rezervlari, g`oyat keng pedagogik imkoniyatlari tufayli insonlar e`tiborini qozonadi».

Milliy xalq o`yinlaridan foydalanish muvaffaqiyatli bo`lishi uchun o`yin bolaning o`z faoliyati ekanini, undagi tashabbuskorlikni va mustakillikni saqlash hamda rag`batlantirish zarurligini xisobga olish kerak.

Milliy xalq o`yinlari tarbiya jarayonida faoliyatning bir turi sifatida namoyon bo`ladi, binobarin, ular ijtimoiy bo`lib, mehnat va o`qish bilan chambarchas bog`likdir. O`zbek xalq o`yinlarining ana shu eng muxim xususiyatlari ularning tarbiyaviy imkoniyatlarini taxlil qilish extiyojini tug`diradi.

Milliy xalq o`yinlarining tarbiyaviy jixati xaqida gap borar ekan, shuni aloxida takidlash lozimki, ular eng avvalo bolalarda o`z maxallasiga, qishlog`iga, shaxriga, tabiatga, mamlakatimizda yashovchi barcha xalqlarga muxabbat uyg`otadi, xurmat va extirom xislarini, milliy gururni tarbiyalaydi. eng muximi, o`zbek xalqining milliy madaniyatiga, o`tmishiga va xozirgi turmushidagi, milliy an`analari hamda kadriyatlariga muxabbat uyg`otadi.

Shuningdek, o`quvchilarni halollikka, sahovatlikka o`rgatadi, kattalarning tajribasini bolalar va yoshlarga o`tkazishning asosiy vositasi sifatida xizmat qiladi. O`g`il va qizlarda mehnatga ongli munosabatni shaqllantiradi. Ularning kuchli, chaqqon, epchil, chidamlilik, serharakat, ziyrak, topqir, botir, jasur, o`zaro hamkor bo`lishlariga yordam beradi.

A.S.Makarenkoning o`g`il va qiz bolaning shaxsiy muvaffaqiyati bilangina emas, balki, xususan o`z jamoasi yoki tashkilotining muvaffaqiyatlari bilan ham faxrlanish ruxida tarbiyalash zarurligi xaqida aytgan gaplarni xech kachon

unutmaslik kerak. Shuningdek, boalarda har qanday maqtanchoklikni bartaraf etish, raqib kuchiga xurmat-e`tiborni tarbiyalash, ularga uyushqoqlikning, mashq qilishning va jamoada intizom bo`lishining ahamiyatini tushuntirish zarur. Nixoyat, bolalarning o`z muvaffaqiyatlari va mag`lubiyatlariga jiddiy munosabatda bo`lishiga erishish kerak.

O`quvchilar o`yinni yaxshilab o`zlashtirib olishlari uchun uni bir necha marta qaytarish, bunda ular o`yindan qanchalik mamnun bo`lsalar, uni shunchalik puxta eslab qolishlarini unutmaslik kerak.

Milliy xalq o`yinlarining tarbiyaviy imkoniyatlaridan biri shuki, ular bolalarda do`stlik. Insonparvarlik, baynalminalchilik, xalqlar o`rtasidagi do`stlik va xurmat kabi ma`naviy-siyosiy tuyg`ularni shaqllantirishga katta ta`sir ko`rsatadi.

O`zbek bolalar fol`klor o`yinlari.

O`zbek xalq madaniyatining real hayot tarzi bilan yo`g`rilgan xozirgi O`zbek bolalar bol`klor o`yinlari uzoq zamonlardan beri yashab, shaqllanib, har bir davrda o`ziga xos sayqal topib taxrirlarga uchrab, rivojlanib kelayotgan qadimiy, ammo hamisha navqiron san`at turidir. Ko`xna Turon, shu jumladan o`zbek xalqining otabobolari va momolarini tashkil etgan urug` va qabilalarining ijtimoiy hayoti, ijtimoiy estetik, etnik dunyo qarashi, milliy xususiyatlari bilan bog`lik turli etnografik mazmun ma`nolaridagi rang-barang o`yinlar qishilariing maishiy hayotlari bilan bog`lik ongli o`yin harakatlarining ilk ildizlari bo`lib xisoblanadi. Shu tufayli ular boshlang`ich, sodda elementlaridan murakkab shaqlarga o`sib etgan uzoq jarayonlar tarixiga ega. Inson dunyoga kelganidan to qabrgacha o`yinlar bilan mashg`ul bo`ladi. Demak, o`yinlar inson hayotining ajralmas bulaqlaridandir. Har bir o`yin shunchaki oddiy xatti-harakatlardan (jismoniy) yoxud ruxiy xolat vaziyatlardan iborat bo`lmay, ma`lum ritm, oxang, badiiy emotsional so`z, muayyan syujet va kompazitsion murakkablikdan ham iboratdir. O`yinda uni bajaruvchisining kuch-quvvati, quvvat-vafizasi, aql-idroki, faxm-farosati, topqirligi, zukkoligi, epchilligi ham namoyon bo`ladi.

Uzoq va murakkab taraqqiyot bosqichini bosib o`tgan xalq o`yini san`atning salmikli qismini bolalar, shu jumladan kichik va o`rta yoshdagi bolalar o`yinlari

tashkil etadi. Zero, bolalar ham kattalar kabi mazmun ma`nosi yuksak maroqli, qishiga olam-olam shavqu-zavq beruvchi ayni choqda sinovlardan o`tkazuvchi o`yinlarsiz yashay olmaydilar, xatto, o`sib-unib, kamolga erisha olmaydilar. Darxaqiqat, Har qanday bola xilma-xil o`yinlar bag`rida inson sifatida shaqllanadi, voyaga etadi. Ayni shu xalq o`yinlari bolalarning u yoki bu narsa-hodisaga qiziqish e`tiborini shaqllantiradi, rivojlantiradi. Jismoniy, axloqiy, ma`naviy, estetik, etik tarbiyasini shaqllantiradi. Bora-bora mazkur o`yinlar bag`rida kamol toptiradi. Shu jixatdan an`anaviy fol`klor o`yinlari asrlar davomida xalq pedagogikasining ajralmas qismi sifatida muhim va zarur tarbiya vositalaridan biri bo`lib kelgan. Qanoatli ibora bilan aytganda, o`yinlar bolalar dunyosining doimiy guldoshi bo`lib, xozirgi kunimizda ham muntazam hamroxdik kilmokda.

O`zbek bolalar fol`klor o`yinlarining ildizlarini juda qadimdan, ya`ni eramizdan oldingi ming yillardan izlash ma`qul. Maxmud Koshg`ariyning «Devonu lugatit-turk» kitobi hamda IX-asrda yaratilgan didaktik asar «Irq bitigi» (faol kitobi) va manbalardagi qaydlar, qatlamlarida ham bolalar fol`klorlari, jumladan bolalar fol`klor o`yinlarining izlari bor, albatta. An`anaviy xalq bolalar o`yinlarining (faol yashovchanligi, tarbiya bobida asosiy o`rinlardan birida turushligining boisi nimada? Nima uchun, bolalar xatto, kattalar ham (o`yinlarga o`ch bo`ladilar, o`z hayotlarini o`yinlarsiz tasavvur qila olmaydilar. Buning sababi birinchidan, o`yinlarning benazir qiziqarli bo`lishi; ikkinchidan, ularning bag`oyat emotsional ta`sirchanligi, uchinchidan did-farosatni, tafakko`rini, shuningdek, jismoniy-kuch-kuvvatni oshirishga karatilgan bo`lishligidandir; to`rtinchidan, yonatrofdagi voqea-hodisalarni anglash, dunyoni tanish, ma`naviy-ma`rifiy va axloqiy tarbiyaga aloxida ta`sir etishligidandir. Bolalar o`yinlari, qolaversa umuman o`yinlarning chuqur milliy, ayni chog`da, baynalminal xususiyatlarga ega bo`lishliklari, ruxiyatni ko`tarish qalbni zabt etish, o`ta ta`sirchan va xayajonli bo`lishliklarida namoyon bo`ladi.

Darxakikat, o`yinlar xususan, fol`klor o`yinlari har bir qishiga, jumladan bolaga olam-olam quvonch, shodlik bag`ishlaydi. harakat va aql-idrokining favqulodda qiziqarli olamiga olib kiradi, uni o`zligini unutayozib o`yinga berilishini ta`minlaydi.

Tafakkur, did-farosat va aql-idrokni ustiradi. Tevarak-atrof, qishilar bilan tanishuvida yordamlashadi. Aqliy va jismoniy kamolot sari etaqlaydi. «Bolalar fol'klor o'yinlari ruxi, tabiati, harakteri, poetikasi, ishtirokchilarning xatti-harakati, shu harakatning mehnat va milliy an'analari bilan turmush kechirish sharoitlari, jug'rofik yashash o'rni, iktisodiy va siyosiy talablaridan shaqllanadi!» Bolalar o'yinlari ham, o'yin san'ati kabi sinkretik tarzda mehnat jarayonida yuzaga kelgan. Demak, o'yinlarning asosi mehnatdir. Ijodkor esa kattalar va bolalarning o'zlaridir. Xalqimizning o'zbekona zukkoligi, topqirligi, ijodkorligi, jangarligi, oqilu-donoligi ana shu san'at turi, ya'ni o'yinlarida ham namoyon bo'ladi. Ayni chog'da o'yinlar xalq hayoti, intilishi, ko'rashi, orzu-umidi, maqsad-niyati, uning falsafasi, dunyoqarashi, etik-estetik did qarashlarining o'ziga xos darajadagi ramziy ifodasi hamdir. O'zbek bolalar fol'klor o'yinlari ko'p asrlik tarixga ega. Ular asrlar davomida xalqimizning ijtimoiy-siyosiy, iktisodiy, madaniy va ma'naviy-ma'rifiy hayotiy kuzatuvlar, tajribalari, o'zaro alokalari, ma'naviy-ruxiy munosabatlari, mulokot-munozaralari asosida yuzaga kelgan va amaliy harakatda, ya'ni jonli an'analarda bizgacha etib kelgan. Xa bolalar o'yinlari xalqimizning betakror oltin meroslaridandir. Ularni dono ota-bobolarimiz, zukko onalarimiz, ularning avlodlari bir-birlariga o'tkazib, kuz korachigidek asrab-avaylab, bizgacha etkazib kelganlar.

O'zbek an'anaviy bolalar fol'klor o'yinlarining mavzu-qamrovi ijro uslubilari juda keng. Ijtimoiy xayot qishilar munosabatlarinin biron-bir jabxasi yuqki, ular o'yinlar nazariga tushmagai bo'lsin. Boshqacha so'z bilan aytganda, xalqimiz hayotining biron soxasi bo'lmasinki, o'yinlarga «ko'chmagan», ularda o'z ifodasini topmagan bo'lsin. Xalqimizning dexqonchilik, chorvachilik, bog'dorchilik, polizchilik madaniyati, kasb-xunar va ilm-bilim soxasi deysizmi, falsafiy, estetik, axloqiy yoxud ta'lim-tarbiya, axloq-odob bobidagi qarashlari deysizmi barchasi an'anaviy o'yinlarga mavzudir. Xususan o'zbek bolalar fol'klor o'yinlari boshidan - oyok ma'naviy-ma'rifiy axloqiy tushunchalar bilan yo'g'rilgan. Xalqimizning ming-ming yillik bosib o'tgan tarixiy yo'l ida, tajriba-sinovlardan kayta-kayta o'tib, yaxlit, va mukammal xolda bizgacha etib kelgan bolalar fol'klor

o`yinlarining mazmuni, maqsad-mantiki va yunalishiga ko`ra quyidagi turlarga bo`lish mumkin.

1. Mavsumiy bolalar fol`klor o`yinlari: ilk bahor, yoz, qish mavsumlarida o`ynaladigan fol`klor o`yinlar.

2. Marosim bolalar fol`klor o`yinlari: rasm-rusumlar, odatlar, marosimlar, an`anaviy bayramlarda o`ynaladigan o`yinlar.

3. Mehnat bilan bog`lik bolalar fol`klor o`yinlari: «Erni tobiga keltirish, xaydash», «Ekin eqish», «Qovun-qovun», «O`rik qoqish», «Qovun sayli», «Tut qoqdi», «O`rik quritish», «Anor o`zish», «qulupnay sayli», «YAnchiq», «Xush-xush», «CHurey-churey», «Xushey-xushey», «Sigir sog`di», «Tuya qaytarish», «Ot sug`orish» va boshqalar.

4. Bolalarning oilaviy-maishiy mavzudagi fol`klor o`yinlari: «Mexmon-mexmon», «Kelin tushirish», «Kelin-kuyov», «Ona-bola», «Ovqat pishirish», «Uy jixozlash», «Qo`g`irchoq o`yini», «Non yopish», «Er-xotin», «Alla-alla», «Beshik bezash», «Beshikka belash» va boshqalar.

5. Jismoniy Harakatli bolalar fol`klor o`yinlari: «Quvlashmashoq», «Ziyrak», «G`oz-g`oz», «To`pni kuvib et», «Kuyonim-kuyonim», «Olarsan-a», «Epchil kuyon», «To`ptosh», «Sanash», «CHiqadak», «Oq suyak». «YUgurish», «Zuv-zuv», «Oq terakmi, kuk terak», «Eshak mindi», «To`p», «O`yla», «Quloq cho`zma», «Menga etib ol», «Soqqa», «Lanka», «Mushtlashish», «Xo`rozlar jangi», «Xodaga chiqish», «Toqqa ko`tarilish», «O`iinchoqlarni olib kel», «Suv tagida turish», «Ulok», «CHovg`on», «So`zish», «Uzoqqa sakrash», «Arqonda tortilish», «Ot o`yini», «Qiz eli», «Poyga», «Nishonga otish», «Qilichbozlik», «Tarandozlik», «Tosh ko`tarish» va boshqalar.

6. Mantikiy bolalar fol`klor o`yinlari: tez aytishlar. Topishmok topish o`yinlari, sanoqlar, aytishuvlar, savol-javoblar, o`ylab top, xotirani tiklash, chamalash va boshqalar.

7. Xayvonlar va tabiat hodisalari bilan bog`lik bolalar fol`klor o`yinlari.

8. Bolalarning ermak fol`klor o`yinlari.

9. Musiqa o`yinlari.

O`zbek bolalar fol`klor o`yinlarining bu kabi turlarga bo`lish nisbiydir. Zero, ayrimlari qish ketib, bahor kelishi bilan ijro etila boshlasa, u yil buyi ham faol davom etishi mumkin. Ayni chog`da yozda o`ynaladigan o`yin qishda yoki aksincha, qishdagisi yozda o`ynalishi mumkin.

Shunday qilib juda ko`p xollarda o`z zaminini, vokelikni aks ettirishning usul va vositalarini o`ta ibtidoiy qarashlar, tasavvurlar, o`zaga xos tarzda rivojlantirib qabul qildi va bu esa san`at turlarining, xususan, o`yinning birdaniga mustakil janr sifatida ajralib chiqmaganligini ko`rsatadi. CHunki o`yin san`atning mustakil turi sifatida namoyon bo`lgunicha o`tgan muddat uzoq davr xisoblanadi. Buni O`rta Osiyo xalqlarining ibtidoiy davrlariga oid yodgorliklar va ularga tushirilgan rasmlar ham tasdiqlaydi. CHunonchi Boysun tog`idagi Teshiktosh g`oridan bundan yuz ming yil avvalgi pespental' (o`rta paleolit) davriga oid odam suyagining topilishi, Samarkandda Omonquton qishlogi yaqinidagi g`ordan topilgan tosh qurollar, Surxondaryoning Zornut kamarida alvon rangdagi suratlarining mavjudligi. Xujakent qishlogidagi toshlarga chizilgan kiyik va xo`qiz tasviri kabi ko`pgina arxeologik topilmalar va ulardagi tasviriy san`atga oid elementlar O`zbek teatri hamda raks o`yinlarining, shu jumladan bolalar fol`klor o`yinlarining eng sodda shoxobchalarga ega ekanligidan dalolat beribgina qolmay, balki uning to`g`ilish bosqichlarini aniqlashga ham yordam beradi. Mazkur suratlarda ibtidoiy qishilarning qadimgi ovchilik amallari chayvonot va tabiat borliq bilan bog`lik rituallar aks etadi. Ov vaqtida jonivorlar terisidan kiyib olishgan nikoblar bir tomondan, ov jarayonida yovvoyi xayvonlarni xurkitib yubormaslikni ko`zlasa, ikkinchi jixatdan ularning tushuncha va e`tikodlarini, etnografik hamda urf-odatlarini, qadriyatlarini ham ifoda etadi. Fargonaning Saymaltosh tog` g`orlariga chizilgan rasmlar (eramizdan oldingi P-I asrlar) xayvon terisini yopib, o`yinga to`shayotgan shikor ov, marosimlaridan dalolat beradi. Xayvonlar to`dasiga yaqinlashish uchun ibtidoiy odam xayvon yoki kushlarga aynan takdid qilish, buning uchun esa ularning o`ziga xos xususiyatlarini, yurish-turishlarini, o`tlashlarini, bir-birlari bilan olishishlarini, xurkib qochishlarini, xatto tovushlarini o`rganishga tug`ri kelardi. Nixoyat, yovvoyi xayvonlarni ov qilish shart-sharoiti odamning chaqqon, abjir, jasur va toliqmas bo`lishini, buning

uchun doim tinimsiz shug'ullana borishini talab qilardi. Bularning hammasi o'z navbatida ibtidoiy odamda jismoniy ritmik harakatning fe'li yoki tabiat hodisalariga taqlid qiluvchi pantomim harakat va o'yinlarnin qaxramonlik raqslarining to'g'ilishiga olib kelar edi. Tog' qoyalari va g'orlarda chizilgan suratlardagi o'yin tas'viri mazmun-ma'no va shaql-shamoyil jixatdan turlicha harakterga ega. Ayrimlari ov va mexnat jarayonini, ba'zilar tabiat hodisalariga taqlid shaqlida, boshqalari esa jangovorlikni, afsungarlikni — imo-ishora va pantomima san'atini eslatadi. Dastlabki paytlarda shovqinli, betartib o'yinalr bora-bora ma'lum musiqaviy oxang pantolim hamda plastik harakatlal orkali amalga oshirila boshlangan keyingi davrlarda, bunday etnografik talqindagi o'yinlar turli shaqlarga ko'chib «Ayiqli o'yini», «Dev o'yini», «Maymun o'yini» so'ngra «Pishiq o'yini», «Ot o'yini», «YUmronqozliqli o'yini», «Echki o'yini», «Bo`ri o'yini», «Kaltak o'yini», «Burgut o'yini», «It o'yini» (irrilator o'yini), «Kuyon o'yini», «Tulki o'yini», «Jaku-jaku» kabi ko`pgina o'yinlar avloddan-avlodga o'tib kelayotgani ma'lum. Ular bevosita, yoxud bilvosita bolalar fol'klor o'yinlariga ham alokadordir. Shu tarliqli «o'yin» so'zi turkiy xalqlarining o'ynamoqli so'zi bilan bog'lik xolda (o'y, aqli, xikmat ma'nolarini beradi). Aqli-faxmni, harakat va imo-ishoralal vositasida ifoda etmoqlik esa o'yinlarning dunyoga kelishida muximdir. O'zbek o'yinlari, jumladan bolalar fol'klor o'yinlari boshqa turkiy xalqlardagi kabi o'zining ilk qatlarida sexr, jodu. Afsun va e'tikodlari ham o'zida mujassamlashtirgan edi. Buning ayrim tomonlariiii «Alpomish», «Guro`gli», «Rustam», «Gilgamish» va boshqa dostonlar mazmunida kuzatishmiz mumkin. Xalqli ijodiyoti materiallarini tarixiy kiyosiy-tipologik o`rgatish shuni ko`rsatdiki, fol'klordagi ilk syujet va mativlar ko`pgina sinkretlashgan san`at turlari bir-birlari bilan uyg'unlashgan, ba`zi xollarda esa aynan o`xshash xolda kelardi.

Xalqli o'yinlari eng qadim vaqtlardan boshlab xalqli xayot tarzini, orzu-armonlarini, ma`naviy-ma`rifiy, estetik dunyoqarashini mujassamlashtirgan xolda shu kunimizga qadar o`sib, mazmun maqsadiga ko`ra teranlashib bizgacha etib kelgan. Boshqa san`at turlaridan farqli o`laroqli o'yinlarda xalqli ruxiyati,

psixologiyasi, qoloriti, yosh avlod tarbiyasiga boʻlgan munosabatida yorokin aks etgan.

1.2. I-IV sinflarda harakatli oʻyinlardan foydalanishning pedagogik asoslari.

Oʻzbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish toʻgʻrisida Kadrlar tayyorlashdagi oqilona tizim gʻoyat muhim ahamiyatga ega.

Shu bois respublikamizda jismoniy tarbiyaning maqsad va vazifalari hukumat hamda respublika jismoniy madaniyat va sport davlat qoʻmitasining qarorlaridan kelib chiqqan holda amalga oshiriladi. Respublikada amalga oshirilayotgan jismoniy tarbiyaning oʻz oldiga qoʻygan maqsadi sogʻlom, ruhan tetik va bunyodkor insonni hayotga tayyorlashdan iborat. Bu maqsad Respublikada jismoniy tarbiya bilan shu gʻullanuvchi barcha muassasa tashkilotlar uchun zaruriy vazifadir.

Oʻzbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Karimov: "Biz sogʻlom avlodni tarbiyalab etkazishimiz kerak. Sogʻlom kishi deganda faqat jismoniy sogʻlomlikni emas, balki sharqona odob - axloq va umumbashariy gʻoyalar ruhida kamol topgan insonni tushu namiz",-deydi Oʻzbekiston Respublikasi Oliy Majlisining birinchi yigʻilishidagi maʼruzasida. "Sogʻlom avlod uchun" ordeni taʼsis etilganligi, xalqaro xayriya jamgʻarmasi tashkil qilinganligi ham kelgusida sogʻlom va barkamol avlodni tarbiyalab etkazishga xizmat qiladi.

Inson oʻzini jismonan tarbiyalashi uchun jismoniy tarbiya va sportning zarurligini tushu nib etishi va qunt bilan oʻziga yoqqan maʼlum bir jismoniy mashgʻulotlar tizimi asosida salomatligini shakllantirishi kerak. Yosh avlodning jismoniy qobiliyatini har tomonlama rivojlantirish tarbiyaning ajralmas qismi boʻlgan jismoniy tarbiya jarayonida amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiyaning maqsadi jamiyatning sogʻlom, xushchaqchaq, har tomonlama jismoniy rivojlangan, mehnat va Vatan himoyasiga tayyor turgan quruvchilarini tarbiyalashdan iborat uzoq muddatli, uyushtirilgan pedagogik jarayondir. Jismoniy tarbiya oldida turgan

vazifalarni hal etishda harakatli o`yinlarini to`plash va ularni hayotga tadbiiq etish, ulardan oqilona foydalanish zarurligi bugungi kunda yaqqol namoyon bo`lmoqda.

Oldimizda turgan ham nazariy, ham amaliy ahamiyatga ega bo`lgan muhim vazifa yosh avlodni sog`lom va barkamol qilib tarbiyalovchi jismoniy tarbiya oldiga ham katta ma`suliyat yukladi. Yoshlarni har tomonlama jismoniy baquvvat qilib tarbiyalashga imkon beradigan, o`quvchilar jismoniy sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan bu muammoni umumta`lim maktab o`quvchilari jismoniy tarbiyasini tashkiliy va pedagogik jarayonlar bilan birga bir-biriga bog`lab kelgan uzviylikda ko`rib chiqish lozimligini keltirib chiqaradi, bunda milliy bunda harakatli o`yinlarining axamiyati katta ekanligini qayta-qayta ta`kidlab o`tmoqchimiz. Shu ning uchun xalqimizning asrlardan asrlarga o`tib kelayotgan milliy o`yinlarini avaylab-asrab keyingi avlodga etkazish yo`llarini izlash, ishlab chiqish va hayotga tadbiiq etish bizning maqsadimizdir.

Xarakatli o`yinlar o`quvchilarda xalqning madaniy boyliklari haqidagi tasavvurlarini ma`lum darajada kengaytiradi, ularni hozirgi hayotga singdirishga yordam beradi. Chunki harakatli o`yinlar jismoniy tarbiyaning eng ta`sirchan usullaridan bo`lib, o`quvchilarda aqliy, axloqiy va nafosat tarbiyasini birgalikda muvafaqiyatli amalga oshirishda muhim vositadir. Shu ning uchun bolalar o`yinlarining ruhi, tabiati, xarakteri, ishtirokchilarning xatti-harakatlari kabi jihatlariga ham e`tibor berish zarur. Boshlang`ich sinf o`quvchilari jismoniy tarbiyasini qiziqarli va foydali o`tkazish uchun biz tavsiya etayotgan xarakatli o`yinlardan foydalanishda ham xuddi shu xususiyatlarga e`tibor berish kerak.

Boshlang`ich sinf o`quvchilarini jismoniy tarbiya darslari va sog`lomlashtirish tadbirlarida qadriyatlarga muhabbat uyg`otish, xalq an`analarini avaylab-asrashga o`rgatish ko`p jihatdan harakatli o`yinlaridan unumli foydalana bilishga bog`liq.

Chunki harakatli o`yinlar orqali bola bir tomondan jismoniy bilimlarni egallasa, ikkinchi tomondan, uni jismoniy tarbiyaga, shu orqali qadriyatlarga qiziqtirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xarakatli o`yinlardan foydalanish zaruriyatlari hamda buning maqsadi va vazifalari. Istiqlol davrida, ayniqsa, sport va jismoniy tarbiyaga e`tibor kundand-

kunga kuchayib bormoqda. Jismoniy tarbiya oldida asosiy vazifa sportni xalqimizning hayotiga ko`proq singdirish; yoshlarni mustaqillik ruhida tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning barcha turli-tuman shakllaridan, jumladan, xalq milliy harakatli o`yinlaridan keng foydalanish, yoshlarning sog`ligini yaxshilash, ularni ona-Vatan mudofaasiga tayyorlash singari katta vazifalar turibdi. Shu boisdan xam harakatli o`yinlar esa ana shu maqsadda juda keng qo`llanilib kelinayotgan jismoniy tarbiya va sportning muxim vositalaridan biridir. Shu ning uchun harakatli o`yinlariga e`tiborni kuchaytirish zaruriyati bugungi kunning asosiy vazifalaridan biridir.

Yosh avlodning jismoniy jihatdan to`kis, sog`lom, Vatan himoyasiga tayyor, baquvvat tarzda o`sib-ulg`ayishidan xalq ham, jamiyat ham manfaatdor, Buning uchun o`quvchilar jismoniy tarbiya bilan chuqur shu g`ullanishlari, turli milliy harakatli o`yinlardan foydalanish mahoratini egallashlari zarur. Bu esa yosh avlod tarbiyasiga e`tiborni yanada kuchaytirish, ularni o`z xalqi, mustaqil davlati va jamiyat oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g`oyat muhim vazifalar bilan bog`liq tarzda maktabda o`qiy boshlagan birinchi kundanoq mehnatga muhabbat, ishchanlik, boshlangan ishini oxiriga etkazish, sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkoni yaratiladi.

Xarakatli o`yinlar bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishdagi ahamiyati beqiyos. O`yin bolaning qiziqishini oshiradi, unga zavq bag`ishlaydi, ish qobiliyatining tezroq tiklanishini ta`minlaydi. O`yin tufayli bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishga harakat qiladilar. Xarakatli o`yinlar bolalarning organizmlariga yaxlit xolda ko`rsatadi. Shu ning uchun ham o`yinlarga umumiy jismoniy ta`sir ko`rsatuvchi mashq sifatida qarash lozim. Xarakatli o`yinlar jismoniy sifatlarini rivojlantirishida asosiy vosita bo`lib hisoblanadi.

Boshlang`ich sinf o`quvchilari jismoniy tarbiyasida sog`lomashtirish, ta`lim berish va tarbiya berish vazifalarini amalga oshirish ko`zda tutiladi. Xarakatli o`yinlari orqali bu vazifalarni yaxlit holda bajarish imkoniyatlari ko`proq ko`rinadi.

1.Sog'lomlashtirish vazifalari. 7-10 yoshli ya`ni boshlang'ich sinf o`quvchilari jismoniy tarbiyasining eng asosiy vazifasi bola hayotini muhofaza qilish va uning sog'ligini mustahkamlash, uning organizmini chiniqtirish yo`li bilan, o`zini himoya qilish va turli kasalliklarga chidamlilik xislatlarini oshirish, tashqi muhitning noqulay sharoitlariga bardosh berishga o`rgatishdan iborat.

Bulardan tashqari bolalarda har qanday ishga layoqatlilik xususiyatini oshirish juda muhim ahamiyatga ega. Bola organizmining rivojlanishi o`ziga xos xususiyatga ega bo`lgani sababli, uning vazifalari ancha aniqroq shaklda ifodalanadi: bola suyagining bexato va o`z vaqtida qotishiga, orqa umurtqadagi egik joylarning shakllanishiga, tovon yuzasining yaxshi rivojlanishiga, pay bo`g'in apparatlarini pishitishga yordam ko`rsatiladi («Kim chaqqon», «Qopqon» kabi o`yinlar); gavda qismlarining o`zaro to`g'ri munosabatda rivojlanishiga imkon yaratiladi («Dorboz», «Bo`sh joy» kabi o`yinlar); barcha mushak guruhlari rivojlantiriladi.

2.Ta`lim berish vazifalari. 7-10 yoshli o`quvchilar bilan harakatli o`yinlarini o`tkazish jarayonida ta`lim berish vazifalarini bajarish ham muhim ahamiyatga ega. Bu vazifalar: harakat malaka va layoqatini shakllantirish, jismoniy fazilatlar (chaqqonlik, tezkorlik, qayishqoqlik, muvozanatni saqlash, epchillik, egiluvchanlik, chidamlilik)ni rivojlan tirish, gavidani to`g'ri tutish, jismoniy tarbiya haqidagi bilimlarni o`zlashtirishdan iborat.

Xarakatli o`yinlarini to`g'ri bajarish bolaning mushagi, paylari, bo`g'implari, suyak tizimining rivojlanishiga samarali ta`sir ko`rsatadi. Puxta shakllantirilgan harakat malakasini amalda qo`llash bilan, o`yinlarni bajarish chog'ida bola kuchini tejashga va uning e`tiborini o`yin faoliyati paytida tasodifan sodir bo`luvchi turli-tuman vazifalarni idrok qilishga imkon yaratadi.

Boshlang'ich sinf o`quvchilariga jismoniy tarbiya bilan bevosita bog'liq bo`lgan bilimlar (o`yinlarning foydali tomoni, jismoniy mashg'ulotlarning ahamiyati va texnikaviy ijrosi, ularni bajarish usullari, harakatli o`yinlarining kelib chiqishi va qoidalari va h.k.) haqida ma`lumot berish katta ahamiyatga ega. O`quvchilar olgan bilim qancha chuqur bo`lsa, ular harakatli o`yinlardan shu ncha

oqilona foydalanishlari, shu ncha samarali shu g'ullanishlari hamda maktab va oila muhitida jismoniy tarbiya vositalarini mustaqil ishlata bilishlari mumkin.

3. Tarbiya berish vazifalari. Jismoniy tarbiya bilan shu g'ullanishda bolalarda joriy qilingan tartibga rioya qilish odatini hamda harakatli o'yinlari bilan iloji bo'lsa har kuni muntazam ravishda shu g'ullanish ishtiyoqini uyg'otish, maktab va uyda shu o'yinlardan mustaqil foydalana olish layoqatini rivojlantirish, o'z tengqurlari, o'zlaridan kichik bo'lgan bolalar jamoasida o'yinlarni tashkil qilish, birgalikda bajarishga o'rgatish lozim. O'quvchilarda harakatli o'yinlariga mehr, shu o'yin natijalariga qiziqish va sportchilar erishadigan g'alabalarga havas bilan qarash tuyg'usini tarbiyalash mumkin.

Xarakatli o'yinlarini o'rgatish jarayonida axloqiy, aqliy, estetik va mehnat tarbiyasini amalga oshirish uchun katta imkoniyatlar mavjud. Xarakatli o'yinlarini bajarish chog'ida bolalar harakatida ijobiy (hamjihatlik, intizomlilik, kamtarinlik, mehribonlik) va ma'naviy fazilatlar (halollik, odillik, do'stlik tuyg'usi, hamkorlik, zamon bilan hamnafas bo'lib ishlay olish qobiliyati, topshiriqlarni mas'uliyat bilan bajarish)ni tarbiyalash, shu ningdek, irodaviy xususiyatlar (jasorat, qat'iylik, o'z kuchiga ishonch, qiyinchiliklarni sobitlik bilan engish, chidamlilik va hokazolar)ni namoyon qilish uchun eng yaxshi sharoit va imkoniyatlar vujudga keladi.

Harakatli o'yinlarning pedagogik ta'rifi.

Harakatli o'yinlar pedagogik ta'rifining funktsional asosi quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. Bolalarni o'znga xos o'yin faoliyatida yoshiga qarab rivojlanishi, tarbiyalash va o'rgatishning turli bosqichlarida uni umumiy va aloxida aniklashga yordam berish;

2. Bolalarning har tomonlama jismoniy rivojlanishiga o'qituvchi tomonidan harakatli o'yinlarning ahamiyatini ochib berish; aynan harakatli o'yinlarni pedagogik ta'rifini maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyotining aloxida savollarini yurganishda muxim mezon xisoblanadi. Shu bilan bir qatorda ushbu pedagogik ta'rif ma'lumotlari o'quvchilar bilan

shug'ullanish va bolalarni harakatli o'yinlarda tashabbuskorligini to'g'ri tankidiy baholash uchun muxim bo'lgan bilimlar bilan qurollantiradi.

Harakatli o'yinlarning pedagogik ahamiyati.

O'yinlarning harakat mazmuni turlicha ko'rinishga ega. Uni organizmning funksiyasiga va sistemalariga har tomonlama ta'sir etishi, shug'ullanuvchilarning chiniqtirish va salomatligini mustaxkamlash, jismoniy rivojlanish uchun esa o'yindan ochiq xavoda foydalanish kabi zarur xolatlar barchaga barobar imkon tug'diradi.

O'yinda harakatlanishni tashkil qilishning o'ziga xos xususiyatlari gigienik nuqtai nazardan ham katta ahamiyatga molik.

Harakatli o'yinlar hayot uchun muxim bo'lgan sifat va samara malakalarini mustaxkamlaydi hamda bola organizmining kompleks rivojlanishi uchun aloxida imkoniyatlar yaratib beradi. Qatnashchilarning o'yinchilarni mustakil ravishda tashabbuskorligiga nisbatan va o'yin xolatidagi o'zgarishlar sharoitiga ko'ra o'ziga xos bog'lam va vositalar bilan birga ko'shib olib borish harakatlari bir vaqtning o'zida namoyon bo'ladi.

Bir qarashda harakatli o'yin ishtirokchilarning umumiy jismoniy tayyorgarligini namoyon etuvchi vosita bo'lishi mumkin. Ma'lumki, o'yin sharoitining o'zgaruvchanligi, unda g'alaba uchun kurashishda turli sharoitning to'satdan yuzaga kelishi, to'g'ri harakat va qarorni talab qilish o'yin qatnashchilarining muxim imkoniyati xisoblanadi. Harakat ishtirokchilarning malakalarini turli bog'lanishda va birga ko'shib olib borishda ko'llashga yo'naltiradi. Shunday qilib, nazarda tutilgan harakat malakalarini istiqbolda takomillashtirish, ma'lumot olish va ko'proq o'yin harakatida murakkab usullarni mustaxkamlash uchun ushbu o'yindagi to'siqni, kiyinchiliklarni engib o'tish ishtirokchilar uchun navbatdagi me'yoriy vazifalarni belgilaydi:

Imkoniyat yaratib beriladi.

Harakatli o'yin ongli faoliyat xisoblanadi. O'yinlar bilan shug'ullanish, o'yin qatnashchilarining yangilarini xis qilish, tasavvur etishlari bilan bir paytda ularning tushunchasini boyitadi. Shu bilan birga harakat qilish qobiliyatini rivojlantirishga

yordam beradi. O`z navbatida har kungi amaliy faoliyatida ahamiyatga ega, shuningdek gimnastika, sport va turizmga ham.

Harakatning tarkibi (mavzu, mazmuni) Harakatli o`yinning g`oyasi shuning uchun muximki, unda ishtirokchilarga hayotda amalga oshadigan xolatlar uchun maksimal harakat shaqli xaqida tug`ri tushuncha bilan jamiyatda mavjud bo`lgan insonlar o`rtasidagi munosabatlarni xaqidagi tushunishga yoki bilishga yordam beradi.

O`yinda to`rgan joyini aniqlash elementlari bilan va yurish xatidagi malakalarni ko`llash, umumta`lim harakteridagi ayrim bilimlarni amaliyotda mustaxkamlashga imkon beradi (matematika, geofafiya, tabiatshunoslik va boshqa fanlar).

Shunday qilib, harakatli o`yinlar shug`ullanuvchilarning aqliy rivojlanishiga ta`sir ko`rsatishi mumkin. Biroq bunday ta`sir etishni xaddan tashkari baholash mumkin emas. Modomiki eng avvalo barcha harakatli o`yinlar o`zining xususiyatiga ko`ra shaxsan jismoniy tarbiya vazifani xal etishga yunaltiriladi.

Ma`naviy va ma`rifiy g`oyalarning yunaltirilishini ta`minlash sharoitida jamoa bo`lib o`ynaladigan harakatli o`yinlar shug`ullanuvchilarning axloq sifatlarini va harakterining ijobiy tomonlarini shaqllantirishga yordam beriishi mumkin.

Harakatli o`yinlarning mazmunan o`ziga xos xususiyatga ega bo`lishi uni jonli va qiziqarli o`tkazishga imkon beradi. Masalan, o`yinga diqqat e`tiborni jalb qilishdagi katta ahamiyati. O`yin qatnashchilari tomonidan unga qiziqishning uyg`otilishi maqsadga erishishdagi eng yaxshi yo`l xisoblanadi. Mazkur jarayon murakkablashadigan bo`lsa, xatto o`yin jarayonida ham engish zarur. Shularni xisobga olinishi kerakki, agar o`yinda natijaga engilgiia erishilsa, bunday harakatli o`yin qatnashchilarning uzoq vaqt qiziqkanligini ko`rsatmaydi. Xatto natijaga e`rishish mumkinligi ayon bo`lsada, bu muayyan ma`lum darajadagi kuchni talab qiladiki, oqibatda vazifani ijobiy xal etish bilan bog`lik bo`ladi. Bunga o`xshash harakatli o`yinlar qiziqarli va o`ziga jalb kila oladi. O`yinning qiziqarli mazmuni o`yin qatnashchilarini mehnat qilishga undashi mumkin. CHunki ular u yoki bu usullarni

bo`shashtirmasdan faol takror-takror bajarishlari asnosida bardoshini va jismoniy qobiliyatini amalda namoyon qiladi.

Jamoa bo`lib o`ynaladigan harakatli o`yinni musobaqalashishga oid harakteri shuningdek maqsadga erishish uchun ma`lum kuchni sarflashda, kat`iyatlilik, mardlik, sabot-matonat ko`rsatishni namoyon qilishda ishtirokchilarni faollikka qiziqtirishi mumkin. O`yin harakatining musobaqalashishga oid harakteri raqib tomonlarni ajratib yubormasligi kerak. Bu juda muxim. CHunki bellashuvning keskinligi ularni bir-biriga yanada jiplashtiradi.

Jamoa bo`lib o`ynaydigan harakatli har bir qatnashuchi umumiy ustunligiga aniq ishonch xosil qiladi. O`zaro tushunish bilan harakat qilish esa, umumiy maqsadga erishishda va tusiqlardan oshib o`tishga yunaltilgan.

Jamoa bo`lib o`ynaladigan harakatli o`yinlarda, ixtiyoriy ravishda harakat qoidalar bilan chegaralanish ayni vakgda o`yinga qiziqishning ortishiga shug`ullanuvchilarda ongli intizomni tarbiyalashga yordam beradi.

O`yin qoidalari qatnashchilarining har xil o`rnini aikklaydi. Har bir ishtirokchi vazifasini bajarishda jamoada o`ynaydigan o`rtoqlarini vazifasi bilan odatda mustaxkam o`zaro alokada bo`ladi. O`yin qatnashchilari o`rtasida o`yin vazifasining tug`ri taqsimlanishi (kuchini, qobiliyatni, har birining qiziqishi) ularni bir-birlari bilan birgalikda faol harakat qilishda o`zaro xurmat qilishga undaydi. O`zlarining amaliy harakatlariga javobgarlikni xis qilishga o`rganadilar, o`rtoqlariga yordam berishga odatlandilar. Jamoa bo`lib o`ynaladigan harakatli o`yinlarda u yoki bu balki o`yin qatnashchisi o`zining vazifasini qanday bajarishdan katay nazar, u maqtovgga sazovor bo`lishi mumkin yoki teskarisi, o`rtoqlaridan tanbex olishi mumkin.

To`rgan gapki, jamoadagi o`z tengkurlarining fikri aloxida o`yinchilarning tarbiyasiga kuchli ta`sir ko`rsatadi. Shunday qilib, harakatli o`yinlar o`qituvchining raxbarligida jamoa orqali jamoada bolalarni tarbiyalashda eng samarali usullardan biri xisoblanadi. Jamoa bo`lib o`ynaladigan harakatli o`yinlar o`rtoqlik, o`z harakatiga jiddiy munosabatda bo`lish va o`yindagi boshqa ilg`or o`yinchilarning harakatlariga odatlanish xissini rivojlantiradi.

Halol, ko`pol harakat kilmasdan o`ynaladigan o`yin ayrim o`yinchilar va jamoalarning erishgan yutuqlariga ijobiy baho berish, o`yinchilar yurish-turishining oddiyliigi, musobaqalashishining kuchlilikgi yoki ta`sirchanligi sportga bo`lgan muxabbatni tarbiyalaydi. Jamoani sportning obro`sini xurmat qilishga o`rgatadi.

O`yinchilarda ko`rishni bilishga va chiroyli, epchil, aniq, tez maqsadga yunaltirilgan harakatlarni baholashga ko`nikma xosil qiladi. Kelishilgan xolda axil harakat qilish o`yinchilarni estetik tarbiyalashga yordam beradi.

Harakatli o`yinlar bilan shug`ullanish harakatning o`zaro kelishishini va o`zaro mosligini takomillashtirishga hamda ko`nikma hosil qilishga yordam beradi; ishlash ritmini va tuxtovsiz yoki tez kerakli me`yorda kirishga bilishni vujudga keltiradi; turli-tuman harakat vazifalarini epchil va tez, ko`proq maqsadga yunaltirilgan xolda ajarish (ayrim xollarda tusatdan paydo bo`ladigan), zarur bo`lganda zo`r berish qa`tiyatlilikni talab qilganda namoyon bo`ladi.

Jamoabolib o`ynaydigan harakatli o`yinlar.

Pedagogika amaliyotida turli-tuman jamoaviy harakatli o`yinlardan foydalaniladi. harakatli o`yinlar materiallarining guruxlarga taqsimlanishi muxim ahamiyatga ega, chunki ular ayrim belgilariga ko`ra o`zaro o`xshash bo`ladi. Bu kurilayotgan o`yin mazmuni o`ziga xos ahamiyatga egaligini aniq tasavvur qilishga yordam beradi.

Jismoniy tarbiya maqsadida qo`llaniladigan o`yin materiallarini taqsimlashda muxim yoki etakchi ko`rsatma bo`lishi uchun u yoki bu o`yin mashg`ulotini o`tkazish oldidan unga kuyiladigan aniq pedagogik vazifaning mos kelishi o`yin rejasida ko`rib chiqish xisoblanadi.

Jamoabolib o`ynaladigan harakatli o`yinlarni pedagogik guruxlarga ajratish qator ishlarda mamlakatimiz va chet el mualliflari tomonidan ham ko`tarib chiqilgai.

Masalan, quyidagi o`yinlarni guruxlarni taqlif qilganlar nisbatan tinch yoki xotirjam va «organizmga sezilarli darajada ta`sir etadigan» (Grum); ma`lum yoshdagilarga muljallangan (Falits); mazmuniga ko`ra ko`proq yoki kamrok

murakkab bo'lgan (A.F.Toropov), jamoaviy va har kim o'zi uchun o'ynaladigan harakatli o'yinlarga (T.S.Usmonxujaev, F. Xujaev) bo'ladilar.

Rus olimi P.F.Lesgaft o'z davrida o'yinlarni oddiy va murakkabga bo'lishni taqlif qildi. U o'z navbatida asosan ularning tarkibiga kirgan o'yinlarni, harakat turlariga qarab ajratib chikdi.

Oddiy o'yinlarga: a) yugurish bilan bog'lik o'yinlar; b) uloktirish oilan bog'lik o'yinlar.

Murakkab o'yinlarga: a) yugurish bilan bog'lik o'yinlar; b) Uloktirish bilan bog'lik o'yinlar; v) ko'rashish elementlari bilan bog'lik o'yinlar.

P.F.Lesgaft bu guruxlashda pedagog diqqatini o'yinni ta'limiy va tabiyaviy tomonidan baholashga qaratadi.

Bizning pedagogik amaliyotda jamoa bo'lib o'ynaladigan harakat o'yinlarning barchasi turli-tumanligiga qarab, avvalo ikki asosiy tipga bo'linadi:

1. Jamoani jamoalarga bo'lmay o'ynaladigan o'yinlar.
2. Jamoani jamoalarga bo'lib o'ynaladigan o'yinlar (ush tipga barcha sport o'yinlari kiradi),

o'yinchi jamoani tashkil qilishning o'ziga xos belgilari buyi o'yin materialining shunday taqsimlanishi o'yin qatnashchilarining uza munosabati nuqtai nazaridan qarash imkoniyatini beradi. O'yinlar baholashda birinchi navbatda o'yinchilar tayyorgarligi, uncha murakk bo'lmagan birgalikdagi tashkiliy harakatlarni (o'yin mazmunini e'tiborga olgan xolda) xisobga olish talab etiladi.

Birinchi tipdagi o'yinlarga, o'yin qatnashchilari o'rtasidagi oddiy o'zaro munosabatlar asosida tashkil etiladigan o'yinlar kiradi. Jamoaning umumiy, birgalikdagi, o'z imkoniyatlariga ko'ra harakat qilishi, to'siqlar ustidan oshib o'tishlari o'yinda qatnashchilariga ko'proq koniqish xissini xosil qiladi.

Har bir o'yinning faol qatnashchisi ko'p xolatlarda darxol ma'lum bo'ladi va o'z shaxsiy harakatlari natijalariga ishontiradi. o'yinchi o'z kuch va epchilliklarini o'rtoqlari erishgan yutuqlari bilan takkosl imkoniga ega bo'ladilar. Bunday o'yin qoidalari odatda oddiy va uncha ko'p emas, va o'yindagi nizoli vaziyatlar nisbatan

tez xal etiladi. Ayniqsa bunday o`yinlar ko`proq kichik maktab yoshidagi bolalar o`rtasida keng ommalashgan.

Ikkinchi tipdagi o`yinlar ko`proq murakkab munosabatlar, o`rtoqlik xissiyoti, do`stlarning mustaxkam birligiga tayangan xolda rivojlantirishni talab qiladi. Bu o`yinlar aloxida guruxlar yoki jamoalar orasida buyumlar, o`rin, vaqt uchun ko`rashish bilan o`tkazilib unda o`yin qatnashchilarining kelajakdagi umumiy maqsadi, asosan yakuniy kun muvaffaqiyatga erishishga yunaltiriladi. Natijada har bir faol qatnashchilarning shaxsiy harakatlaridan uni jamoasi yoki guruxi bevosita manfaatdor.

Bunday o`yinlar qoidalari ko`p sonli va murakkab bo`lib, o`yin qatnashchilaridan o`yin vazifalarini xal etishda tirishqoqlik chidamlilik, sabr-toqat talab qiladi. Odatda bunday o`yinlar o`rta katta yoshdagi bolalarga uchun mos keladi.

Bunday tipdagi o`yinlarga asosan sport o`yinlari kiradi.

Har xil tipdagi o`yinlar orasida turli yoshdagi o`yin qatnashchil uchun foydali, tushunarli va qiziqarli o`yinlar ham mavjud.

Keyinchalik va imkon boricha birinchi va ikkinchi tipda o`yinlarni ko`proq mayda-mayda guruxlarga bo`lib o`tkazilgani ma`kul O`kuv qo`llanmamizda asoslangan xolda o`yin materialini taqsimlash jamoada o`ynaydiganlarni o`zaro munosabat shaqllarida bo`lishini diqqat-e`tibor asosida qabul qilinadi.

Ana shu belgilari buyicha o`yinlar jamoalarga bo`linmasligi bilan ajralib turadi:

1) o`yinboshisiz o`ynaladigan o`yinlar; 2) o`yinboshi bilan o`ynaladigan o`yinlar.

Jamoaga bo`linadigan o`yinlar ham o`z navbatida ikki guruxga bo`linadi: 1) o`yin qatnashchilari raqib jamoasi bilan bir-biriga tegmay o`ynaydigan o`yinlar; 2) o`yin qatnashchilari boshqa jamoa o`yinchilari bilan o`zaro tegib o`ynaydigan o`yinlar.

Umumiy ta`lim maktablari uchun jismoniy tarbiya dasturida, harakatli o`yinlar to`plamida va jismoniy tarbiya o`kuv qo`llanmalarida maxsus belgilanganiga

muvofig o`yin materiallarini taqsimlashning boshqa variantlaridan foydalaniladi. Jismoniy tarbiya buyicha maktab dasturida o`yinlar asosan o`rgatish yo`liga ko`ra harakatchanlik darajasiga binoan (1-4 sinflar uchun dasturda), harakat turlari buyicha (barcha dasturlarda) 8-11 sinflar uchun sport o`yinlarini taqsimlanadi.

O`zbek xalq o`yinlarida xalqning ijtimoiy hayoti, mehnat faoliyati va turmush tarzi o`ziga xos shaqllarda aks etgan. Ularda juda boy xisssiyot va kechinmalar, o`z vataniga otashin mexr-muxabbat namoyon bo`ladi.

O`zbek xalq o`yinlarini mazmuniga ko`ra quyidagicha tasniflash mumkin:

-dramalashgan o`yinlar:

a) hayotiy (tarixiy-hayotiy, madaniy-hayotiy, kasb-korlik-hayotiy);

b) kulgili o`yinlar;

v) qo`shiq va raks o`yinlari;

-mazmunli-rolli o`yinlar:

a) mazmunli-harakatli;

b) sport o`yinlari;

-ijodiy o`yinlar.

O`zbek xalq o`yinlarining tarixi to`g`risida dramalashgan o`yinlar o`zbek qo`g`irchoq teatrining negizi - qadimiy xalqning «qo`g`irchoq o`ynatish» san`ati asosida paydo bo`lgan deyish ham mumkin.

Dramalashgan o`yinlarga o`zbek xalq ertaqlari va afsonalari asos qilib olingan. Mana shunday o`yinlarning maqsadi ertaqlar va afsonalarni ijro etishdir. Dramalashgan o`yinlar o`z mazmuniga ko`ra juda yorokin. Ularda ishtirok etuvchilar esa xox xayvon yoki kush, xox odam bo`lsin, badniy obrazning barcha xususiyatlarini o`zida mujassamlashtirgan personajlardir. Bunda xayvonlar inson xususiyatlariga ham ega. ertakning mazmuni, ko`tnashuvchi shaxslar o`rtasidagi ko`rash bolani qiziqtirib uning qalbini rom etadi.

Hayotiy o`yinlar asosan o`zbek xalqining o`tmishdagi tarixi, turmushi, madaniyati va mehnat faoliyatini yoritadigan o`yinlardir.

Kulgili o`yinlar harakatlar orqali fe`l-atvorlarni moxirlik bilan yoritishga, qishilardagi ayrim salbiy xususiyatlar ustidan kinoya qilishga asoslangan. Bunday

o`yinlar aybdorlarni «jazolash» va shu bi birga kutilmagan hamda tasodifiy elementlarni kiritish maqsadi tashkil qilinadi. Ularda o`zbek xalqi madaniyati, askiyachi masharabozlar, tarixi aks ettiriladi.

Qo`shiq va raksli o`yinlar xalq madaniyatining o`ziga xos jan o`zbek xalqining milliy og`zaki, teatr va musiqa an`analari targibotiy sifatida fol`klorga asoslanadi. Ular o`zbek xalqining ma`naviyati boyligini, estetik didini ifodalaydi.

Mazmunli-rolli va mazmunli-harakatli o`yinlar o`zicha jozibad va qiziqarli bo`lib, mukammal mazmunga ega hamda turli harakatlarni ichiga oladi. Bu O`yinlar bolalarni atrofdagi olam, tabiat, ayrim iarsalar jixatlari bilan tanishtiradi. Mana shu guruxdagi O`yinlari ahamiyati o`zgacha.

Ijodiy o`yinlarga quyidagilar kiradi:

-o`quvchilarning o`zlari o`zbek xalq ertaqlari va afsonalari asos yaratadigan O`yinlar;

-estetik maqsadga karatilgan ixtiyoriy va mazmunli o`yinlar;

-makeadga muvofiq o`yinlar, o`quvchilarning uzlari yaratadi boshlanishi bir xil va turlicha yakunlanadigan o`yinlar, natijasi ma`l bo`lgan o`yinlar;

-o`quvchilarning ijodiy qobiliyatlarini faollashtiradigan sh tuqish, qo`shiq, raks, imo-ishoralar, taqlid qilishga asoslangan O`yinlar;

-tasviriy ijodkorlik, o`yinlar uchun keraqli narsalarni bajarish doyr o`yinlar.

Harakatli o`yinlar vositasida tarbiya samaradorligi oshirishning zarur sharti - pedagogning bu jarayonni maxorat bi boshqarishidir. O`qituvchining o`yinlar pedagog raxbari sifatid vazifasi quyidagilardan iborat: O`yinning mavzusini biddiri o`quvchilarning o`yin nishonlari va g`oyasiga munosabatini faollashtiri o`yinni o`tkazish va unda kuyilgan tarbiyaviy vazifalarining X qilinishini ifodalagan natijalarini yakunlash, o`quvchilarning uy vaqtidagi xatti-Harakatlari, o`zaro munosabatlarini baholash.

O`yinlarga raxbarlikning pedagogik tomoni o`qituvchidan kich urla va katta maktab yoshidagi o`quvchilarning yosh va o`ziga x* xususiyatlarini

taxlil qilish: tarbiyaning muayyan maqsadlari vazifalari kuyish hamda qismlarga yoki guruxlarga ajratish, kichik katta maktab yoshidagi o`quvchilarni tarbiyalashning eng mutanos shaqlari, metodlari hamda vositalarini aniqlashni talab qiladi.

1.3. I-IV sinf o`quvchilarni xar tomonlama tarbiyalashda xarakatli o`yinlarni ahamiyati.

O`zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish to`g`risida kadrlar tayyorlashdagi oqilona tizim g`oyat muxim ahamiyatga ega. Shu bois respublikamizda jismoniy tarbiyaning maqsad va vazifalari xukumat xamda respublika jismoniy madaniyat va sport davlat qumitasining qarorlaridan kelib chiqqan xolda amalga oshiriladi. Respublikada amalga oshirilayotgan jismoniy tarbiyaning o`z oldiga qo`ygan maqsadi sog`lom, ruxan tetik va bunyodkor insonni xayotga tayyorlashdan iborat. Bu maqsad Respublikada jismoniy tarbiya bilan shu g`ullanuvchi barcha muassasa tashkilotlar uchun zaruriy vazifadir.

O`zbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Karimov: «Biz sog`lom avlodni tarbiyalab etkazishimiz kerak. Sog`lom kishi deganda faqat jismoniy sog`lomlikni emas, balki sharqona odob-axloq va umumbashariy g`oyalar ruxida kamol topgan insonni tushu namiz», - deydi O`zbekiston Respublikasi Oliy Majlisining birinchi yig`ilishidagi ma`ruzasida. «Sog`lom avlod uchun» ordeni ta`sis etilganligi, xalqaro xayriya jamg`armasi tashkil qilinganligi xam kelgusida sog`lom va barkamol avlodni tarbiyalab etkazishga xizmat qiladi.

Inson o`zini jismonan tarbiyalashi uchun jismoniy tarbiya va sportning zarurligini tushu nib etishi vaqunt bilan o`ziga yoqqan ma`lum bir jismoniy mashg`ulotlar tizimi asosida salomatligini shakllantirishi kerak. Yosh avlodning jismoniyqobiliyatini xar tomonlama rivojlantirish tarbiyaning ajralmasqismi bo`lgan jismoniy tarbiya jarayonida amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiyaning maqsadi jamiyatning sog`lom, xushchaqchaq, xar tomonlama jismoniy rivojlangan, mexnat va Vatan ximoyasiga tayyor turganquruvchilarini tarbiyalashdan iborat uzoq muddatli, uyushtirilgan pedagogik jarayondir. Jismoniy tarbiya oldida turgan vazifalarni xal etishda xalq xarakatli o`yinlarini to`plash va ularni xayotga tadbic

etish ulardan oqilona foydalanish zarurligi bugungi kunda yaqqol namoyon bo'lmoqda. Oldimizda turgan xam nazariy, xam amaliy axamiyatga ega bo'lgan muxim vazifa yosh avlodni sog'lom va barkamolqilib tarbiyalovchi jismoniy tarbiya oldiga xam katta ma'suliyat yukladi. Yoshlarni xar tomonlama jismoniy baquvvatqilib tarbiyalashga imkon beradigan, o'quvchilar jismoniy sifatlarini rivojlantirishgaqaratilgan bu muammoni umumta'lim maktab o'quvchilari jismoniy tarbiyasini tashkiliy va pedagogik jarayonlar bilan birga bir-biriga bog'lab kelgan uzviylikda ko'rib chiqish lozimligini keltirib chiqaradi, bunda xalq xarakatli o'yinlarining roli katta ekanliginiqayta-qayta ta'kidlab o'tmoqchimiz.

Shu ning uchun xalqimizning asrlardan asrlarga o'tib kelayotgan xalq o'yinlarini avaylab-asrab, keyingi avlodga etkazish yo'llarini izlash, ishlab chiqish va xayotga tadbiiq etish bizning maqsadimizdir.

Xarakatli o'yinlar o'quvchilarda xalqning madaniy boyliklari xaqidagi tasavvurlarini ma'lum darajada kengaytiradi, ularni xozirgi xayotga singdirishga yordam beradi. Chunki xalq xarakatli o'yinlar jismoniy tarbiyaning eng ta'sirchan usullaridan bo'lib, o'quvchilarda aqliy, axloqiy va nafasat tarbiyasini birgalikda muvafaqiyatli amalga oshirishda muxim vositadir. Shu ning uchun bolalar o'yinlarining ruxi, tabiati, xarakteri, ishtirokchilarning xatti-xarakatlari kabi jixatlariga xam e'tibor berish zarur. Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasiniqiziqarli va foydali o'tkazish uchun biz tavsiya etayotgan xarakatli o'yinlardan foydalanishda xam xuddi shu xususiyatlarga e'tibor berish kerak.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy tarbiya darslaridaqadriyatlariga muxabbat uyg'otish, an'analarini avaylab-asrashga o'rgatish ko'p jixatdan xarakatli o'yinlaridan unumli foydalana bilishga bog'liq. Chunki xarakatli o'yinlari orqali bola bir tomondan jismoniy bilimlarni egallasa, ikkinchi tomondan, uni jismoniy tarbiyaga, shu orqaliqadriyatlarigaqiziqtirish muxim axamiyat kasb etadi.

Bolalar jismoniy tarbiyasida xarakatli o'yinlardan yuydalanish zaruriyatlari xamda buning maqsadi va vazifalari. Istiqlol davrida, ayniqsa, sport va jismoniy tarbiyaga e'tibor kundan-kunga kuchayib bormoqda. Jismoniy tarbiya oldida sportni xalqimizning xayotiga ko'proq singdirish; yoshlarni mustaqillik ruxida

tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning barcha turli-tuman shakllaridan, jumladan, xarakterli o`yinlardan keng foydalanish, yoshlarning sog`ligini yaxshilash, ularni ona-Vatan mudofaasiga tayyorlash singari katta vazifalar turibdi. Xarakterli o`yinlar esa ana shu maqsadda juda keng qo`llanilib kelinayotgan muxim jismoniy tarbiya va sport vositalaridan biridir. Shu ning uchun xarakterli o`yinlar e`tiborni kuchaytirish zaruriyati yanada yaqqol ko`rinmoqda.

Qadimgi ajdodlarimiz uchun an`anaviy xalq o`yinlar va xalq bellashu vlarqachonlardir ular turmushining ajralmas birqismi bo`lgan, xalq marosimlari, rasm-rusum va urf-odatlarda mustaqil bir soxa sifatida faoliyat ko`rsatib, xayotlaridan mustaxkam o`rin olgan. Jismoniy tarbiyaning bunday o`ziga xos vositasi yordamida bobolarimiz o`sib kelayottan avlodda chaqqonlik, epchillik, kuchlilik va sabr-toqat kabi xususiyatlarni shakllantirganlar. Farzandlarini xayot qiyinchiliklari va tabiatning injiqliklariga nisbatan bardoshli, baquvvat qilib tarbiyalaganlar.

Yosh avlodning jismoniy jixatdan to`kis, Vatan ximoyasiga tayyor, baquvvat tarzda o`sib-ulg`ayishidan xalq xam, jamiyat xam manfaatdor, Buning uchun o`quvchilar jismoniy tarbiya bilan chuqur shu g`ullanishlari, turli xarakterli o`yinlardan foydalanish maxoratini egallashlari zarur. Bu esa yosh avlod tarbiyasiga e`tiborni yanada kuchaytirish, ularni o`z xalqi, mustaqil davlati va jamiyat oldidagi burchini xis etish ruxida tarbiyalashdekg`oyat muxim vazifalar bilan bog`liq tarzda maktabda o`qiy boshlagan birinchi kundanoq mexnatga muxabbat, ishchanlik, boshlangan ishini oxiriga etkazish, sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkoni yaratiladi. Bunda jismoniy tarbiyaning barcha zamonaviy vositalari bilan birga o`zbek xalq xarakterli o`yinlari juda qo`l keladi, chunki bu o`yinlar bolalarni ruxiy, jismoniy, ma`naviy jixatdan tarbiyalashning barcha jixatlarini o`z ichiga ola biladi. Zero, millatning kelajagi bo`lgan yoshlarni sog`lom, etuk va komil insonqilib tarbiyalash mustaqil yurtimiz kelajagining zamini mustaxkam bo`lishiga xizmat etadi.

Xarakterli o`yinlari va mmlili sport turlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o`zgargani, xar bir iqtisodiy tuzum ularning mazmuni, qoidalarida o`zining

muayyan iziniqoldirgani xaqida yuqorida to`xtalgan edik. Ba`zi o`yinlarning nomi vaqoidalari xozircha saqlanibqolgan. Ana shu nday o`yinlardan foydalanishda bolalarga jismoniy ta`siridan tashqari tarbiyaviy ta`sir ko`rsatishini xam nazardan soqitqilmaslik, ularni ijodiyqo`llashni maqsadga muvofiqlashtirish kerak. Masalan, «Uloq» o`yini deganda odatda ot bilan o`ynaladigan, chavandozlar xaqiqiy uloq uchun kurashadiganqadimiy ko`pkari o`yini tushu niladi. Bolalarga mo`ljallangan «Uloq» o`yini otsiz o`tkaziladi, o`yinchilar bir parcha echki terisi yopishtirilgan to`ldirma to`pni olish uchun kurashadilar. O`yinqoidalarining ba`zi jixatlari kattalarnikiga o`xshab ketadi. Tezkorlik chaqqonlik va kuchlilikni tarbiyalovchi bu o`yin katta tarbiyaviy axamiyatga xam ega, bunda bir-birini xurmatqilish, samimiy munosabat, qo`polliqqilmaslikka katta e`tibor beriladi.

Xarakatli o`yinlari bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda muxim rol o`ynaydi. O`yin bolaningqiziqishini oshiradi, unga zavq bag`ishlaydi, ishqobiliyatining tezroq tiklanishini ta`minlaydi. O`yin tufayli bolalar charchashni unutadilar, mashqlarni diqqat bilan bajarishga xarakatqiladilar. Xarakatli o`yinlarining barchasi bolalarning organizilariga yaxlit ta`sir ko`rsatish kuchiga ega. Shu ning uchun xam o`yinlarga umumiy jismoniy ta`sir ko`rsatuvchi mashq sifatida qarash lozim. Bironta o`yin yo`qki, u ayrim jismoniy sifatni rivojlantiruvchi vosita bo`lib xisoblanmasin. Masalan, «Do`ppi kiyishda kim g`olib?» o`yinida faqat chaqqon bo`libginaqolmay, balki epchil, sezgir bo`lishga xam da`vat etiladi.

Jismoniy tarbiya tizimidagi barcha soxa va bosqichlarning birdan-bir va yagona maqsadi – insonni sog`lom va to`g`ri yashashga tayyorlashdir. Boshlang`ich sinf o`quvchilari jismoniy tarbiyasining vazifalari bolalarning yoshiga xos xususiyatlarini xisobga olgan xolda aniqlanadi, lekin bunda jismoniy tarbiyaning umumiy maqsadi ko`zdanqochirilmaydi.

Maktabda boshlang`ich sinf o`quvchilari jismoniy tarbiyasida sog`lomlashtirish, ta`lim berish va tarbiya berish vazifalarini amalga oshirish ko`zda tutiladi. Xarakatli o`yinlari orqali bu vazifalarni yaxlit xolda bajarish imkoniyatlari ko`proq ko`rinadi.

Xarakatli o`yinlarini o`rgatish jarayonida axloqiy, aqliy, estetik va mexnat tarbiyasini amalga oshirish uchun katta imkoniyatlar mavjud. Xarakatli o`yinlarini bajarish chog`ida bolalar xarakatida ijobiy (xamjixatlik, intizomlilik, kamtarinlik, mexribonlik) va ma`naviy fazilatlar (xalollik, odillik, do`stlik tuyg`usi, xamkorlik, zamon bilan xamnafas bo`lib ishlay olishqobiliyati, topshiriqlarni mas`uliyat bilan bajarish)ni tarbiyalash, shu ningdek, irodaviy xususiyatlar (jasorat,qat`iylilik, o`z kuchiga ishonch,qiyinchiliklarni sobitlik bilan engish, chidamlilik va xokazolar)ni namoyonqilish uchun eng yaxshi sharoit va imkoniyatlar vujudga keladi.

1.4.Boshlang`ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishda harakatli o`yinlardan foydalanish.

Mustaqillikka erishgan kundan boshlab respublikamizda ta`lim soxasiga e`tibor aloxida qaratildi. Shu boisdan prezidentimiz I.A.Karimov yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, shu nday degan edi: "... yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir" [7]. Shu ndan kelib chiqib, hozirgi vaqtda o`sib borayotgan avlodda mustahkam umuminsoniy ishonch, qarashni shakllantirish; shaxsda milliy madaniyat va qadriyatlarni hurmat qilish, avaylab asrash tuyg`ularini o`stirishga diqqatni qaratmog`imiz lozim. Shu fikrlarga asoslanib, o`sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida xalq pedagogikasi tajribalariga suyangan xolda harakatli o`yinlarni o`tkazish davr talabidir.

Bolani o`yinga undagan omil uning katta yoshdagi odamlarning borliq to`g`risidagi va shaxslararo munosabati haqidagi tasavvuri va ularni shaxsiy faoliyatida sinab ko`rish istagi, shu ningdek, jamoa bo`lib o`ynayotgan tengqurlari bilan bevosita muloqotga kirishish ishtiyoqidir. Shu boisdan xam xarakatli o`yin faoliyatida bola turli harakatlarni to`lalgicha namoyish etishga, ularni bajarish usullarini ko`rsatishga ishtiyoqmand bo`ladi, keyinchalik esa barcha xatti-harakatlarni umumlashtirib aks ettirishga urinadi.

O`yin bolalarni jismoniy sifatlarini o`stirishga yordam beradigan muhim vositadir [43;15;24].

Go`daklik davridan maktabgacha yoshga o`tgan bolaning faoliyati kattalar rahbarligidagi faoliyatdan mustaqil o`z-o`zini nazorat qilish darajasiga o`sib o`tadi.

Biroq, yuqorida ta'kidlangan barcha shart-sharoitlar o'zaro uzviy bo'lmasligi sababli har qanday o'yinning negizi vazifasini o'tay olmaydi va shu nga ko'ra ma'lum davrgacha o'yin faoliyati predmetlarga bog'liq tarzda amalga oshadi. Ruhshu noslarning ta'kidlashicha, o'yin o'z o'zidan vujudga kelmaydi, buning uchun bir qator sharoit mavjud bo'lishi kerak:

a)bolaning ongida uni qurshab turgan voqelik to'g'risidagi xilma- xil taassurotlarning tarkib topishi;

b)har xil ko'rinishdagi vosita va tarbiyaviy ta'sir usullarining mavjudligi;

v)bolaning kattalar bilan tez- tez muomala va muloqotga kirishu vi.

Bunda kattalarning bolaga bevosita ta'sir ko'rsatish uslubi qiluvchi rol' o'ynaydi. Bu ob'ektiv shart-sharoitning o'zi milliy xalq harakatli o'yinlarini tashkil etish, yaratish uchun hali etarli emas, buning uchun bola bilan kattalar o'rtasidagi munosabatni tubdan o'zgartirish lozim. Aks holda mustaqillik vujudga kelmaydi.

Qadimdan ota-bobolarimiz ham bolalarda avvalo qattiqqo'llik bilan irodani, mustaqillikni tarbiyalab, juda ko'p maqsadlarni ko'zda tutishgani ma'lum. Bunda kattalar bolalarga nisbatan talabchanlikni oshirib, bolani mustaqil ravishda harakat qilishga o'rgatishlari lozim. Shu nga o'xshash tadbirlar bolada mustaqillik va mustaqil faoliyatni tashkil qilish uquvini shakllantiradi. Maktabgacha yoshdagi bola asta-sekin kattalarning hayoti va faoliyati dunyosiga kirib boradi, oldin hamkorlikdagi faoliyatda namoyon bo'lgan ijobiy his-tuyg'ular, shijoat va dadillik sari etaklovchi ruhiy kechinmalar namuna darajasidagi kattalarning ruhiy olamiga ko'tariladi. Maktab yoshida bolaning o'zi mustaqil ravishda kattalarning hayoti va faoliyatiga kirish yo'llarini topa boshlaydi. U keyinchalik kattalar hayoti va faoliyatining barcha sohasida, shaxslararo munosabatlarida qatnashish istagini ko'rsatadigan bo'ladi. Shu ning uchun xalq milliy harakatli o'yinlari kattalar bilan bola o'rtasida yangicha munosabatni vujudga keltiradi va bu munosabatda milliy xususiyatlar: o'z yurtini qadrlash, hurmat qilish, kattalarga hurmatda bo'lish kabi fazilatlar shakllanib, tarkib topib boradi. O'yin faoliyati o'zining mazmuni va mohiyati bilan ijtimoiydir. Milliy harakatli o'yinlar bola mustaqil faoliyatining yorqin namunasi bo'la oladi, bu jihatdan o'yinlarning mazmuni orqali u

kattalarning hayoti bilan yaqindan tanishadi. O`yinda ana shu o`yin sharoiti va predmetli harakatlarning o`zaro munosabatida asosiy e`tibor predmetlar bilan ko`pincha harakat qilishga qaratilishini, bunda predmetli o`yinlar masalan: tosh bilan, chopon, do`ppi bilan va hokazolar bola harakati uchun etakchi faoliyat vazifasini o`tashini ham aytib o`tish kerak bo`ladi. Ammo bola o`yinlarda qandaydir vazifani bajara oladi, buni ham e`tibordan soqit qilmaslik kerak.

Masalan, biror predmetni bir ob`ektdan ikkinchisiga etkazishga belgilangan o`yinlarda shu nday holat ro`y berishi mumkin. Milliy harakatli o`yinlardan foydalanish jarayonida boshlang`ich maktab o`quvchilarining quyidagi o`ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

1. Bolaning kattalar faoliyati, ularning predmetlarga munosabati va o`zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqishi.

2. Bolalar xalq harakatli o`yinlari atrofdagi voqelikning eng tashqi ifodali, jo`shqin his-tuyg`uli jihatlarini aks ettirishini.

3. Xarakatli o`yinlarda bolaning kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o`z istagini amaliyotga tadbiq qila olishi.

Olib borilgan ilmiy tadqiqot ishlaridan ma`lum bo`ldiki, o`quvchilarning bir guruhi o`rganish materiallarini tez, ikkinchi guruh nisbatan kechroq, uchinchi guruh esa ancha kech o`zlashtirib oladilar. Undan tashqari, o`rganish materiallarini o`zlashtirishda umumiy jismoniy tayyorgarlik katta ahamiyatga ega. Bolaning jismoniy tayyorgarligiga iqtisodiy sharoitlar: turar joyi, oilaning moddiy ahvoli, bolalar soni, ota-onaning bilimi, dunyoqarashi va ularning ish joyi va boshqalar ta`sir ko`rsatishi mumkin [24,43]. Olib borilgan kuzatishlar va to`plangan ma`lumotlar shu ni ko`rsatadiki, bolalarning jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligi, dunyoqarashi, mashg`ulotlar jarayonidagi faolligi yuqorida bayon qilingan omillar bilan chambarchas bog`liq bo`lib ularning jismoniy oshirishda katta ahamiyatga egadir.

Bob bo`yicha xulosalar

1. Pedagogika kuzatishlardan ma'lum bo'lgan muntazam reja asosida tashkil qilingan tarbiya darsi va kun tadbiridagi sog'lomlashtirish tadbirlarida xarakatli o'yinlardan unumli foydalanish bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishi aniqlandi.

2. Ilmiy-uslubiy adabiyatlarda boshlangan sinf o'quvchilari uchun xarakatli o'yinlar berilgan bo'ladi, amalda o'yinlardan etarli darajada ajratilmaganligi aniqlandi.

3. Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasining quyidagi asosiy vazifalarini bajarishda ham xalq milliy xarakatli o'yinlarining roli va o'rnini nihoyatda katta ekanligi ko'rinadi:

Xarakatli o'yin faqat bilish jarayonlarini takomillashtirib qolmay, bolaning xulq-atvoriga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari ham, yuqori sinf o'quvchilarida ham ham tarkib toptirish mumkin. Chunki biror maqsadga yo'naltirilgan mashg'ulotga nisbatan xarakatli o'yinlarida xulq ko'nikmalarini oldinroq va osonroq egallash mumkin.

Xarakatli o'yinlardan foydalanishda, ularni qo'llashda shu ni hisobga olish kerakki, bu yoshdagi bolalar aniqlikni talab etadigan mayda xarakatga qaraganda keng, kuchli xarakatlarga ancha moyil bo'ladilar.

II BOB. TADQIQOTNING TASHKIL QILINISHI VA USLUBLARI.

2.1. Tadqiqotning tashkil qilinishi

Tadqiqot ishi ikki bosqichda olib borildi.

Tadqiqotning birinchi bosqichi 2014-2015 o`quv yilida o`tkazildi.

Bunda boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishga qaratilgan jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish tadbirlari kuzatildi.

Amalga oshiriladigan ishlarning ilmiy va nazariy muammolari, tadqiqotning maqsadi, vazifalari va boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirish bo'yicha ilmiy-uslubiy manbalar o`rganildi. Bundan tashqari, tadqiqot o`tkazish hujjatlari, boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirishga qaratilgan tadbirlar bo'yicha og'zaki so`rovnoma tayyorlandi.

Boshlang'ich sinf o`quvchilari bilan o`tkaziladigan jismoniy rivojlanish hamda jismoniy tayyorgarlikni aniqlash uchun testlar va antropometrik ko`rsatkichlarni o`lchashga oid adabiyotlar tahlil qilinib tadqiqot modeli yaratildi.

Ishlab chiqilgan tadqiqot modeli asosida To`raqo`rg'on tumanidagi maktabda boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy tayyorgarligi, jismoniy rivojlanish darajasi maxsus testlar va antropometrik ko`rsatkichlar orqali aniqlandi.

Olib borilgan tadqiqot ishining ikkinchi bosqichi 2015-2016 o`quv yilida olib borildi.

Bunda ilmiy-tadqiqot ishlari tekshirib chiqildi va oldingi olingan natijalar bilan taqqoslandi, ma`lumotlar matematik-statistik usullar orqali aniqlanib taxlil qilindi.

Tadqiqot ishi jarayonida aniqlandiki, boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi, tayyorgarligi va pedagogik xususiyatlari chuqur o`rganib bo`lgandan keyingina harakatli o`yinlarning bolalar xarakat faolligini ta`siri haqida umumiy tavsif berish mumkin. Bu xulosa biz tomonimizdan olib borilgan ilmiy tadqiqotlar jarayonida va turli joylardagi o`rganilgan hamda o`tkazilgan suxbatlarda o`z ifodasini topdi.

Olib borilgan pedagogik kuzatishlardan ma`lum bo`ldiki, boshlang'ich sinf o`quvchilarida hatto o`qituvchilar tomonidan jismoniy jihatdan bo`sh, uncha e`tiborsiz deb hisoblangan bolalarda ham harakatli o`yinlariga bo`lgan qiziqish kuchayib bordi. To`g`ri tashkil etilgan sharoitda harakatli o`yinlar bilan shu g`ullanish bo`yicha olib borilgan mashg`ulotlarning bolalarga emotsional ta`siri, ularni barkamol inson bo`lib shakllanishiga, xarakat sifatlarini oshirishga, jismoniy rivojlanishi, tayyorgarligi va xarakat faolligini yaxshilashiga ta`siri katta ekanligi ayon bo`ldi.

2.2. Tadqiqotning usullari.

1. Ilmiy-uslubiy manbalarni tahlil etish va amaliy tajribalarni umumlashtirish:
 - a) Ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili.
2. Jismoniy rivojlanish darajasini aniqlash.
3. Jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlash.
4. Og`zaki savol-javoblarni o`tkazish.
5. Pedagogik tajriba o`tkazish
6. Olingan ma`lumotlarni matematik-statistik usulda tahlil qilish.

Ilmiy adabiyotlar manbalarini tahlil qilish va amaliy tajribalarni umumlashtirish

Bugungi kunning eng asosiy vazifalaridan biri bo`lib, o`sib kelayotgan yosh avlodning xar tomonlama etuk va jismonan kamol toptirishdir. Shu sababli yurtimizda Vatan ravnaqini mustahkamlaydigan yosh avlodni komil inson qilib tarbiyalash masalalariga aloxida e`tibor qaratib kelinmoqda.

Olib borilgan pedagogik kuzatuvlardan va ilmiy-uslubiy adabiyotlar taxlilidan ma`lumki, muntazam ravishda harakat qilish bolalarning jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini oshishi uchun imkoniyat yaratadi [32;40].

Ilmiy-uslubiy adabiyotlarni taxlilidan ma`lum bo`ldiki, bir qator mutaxassislarning fikricha, xarakat sifatlarini har tomonlama rivojlantirish uchun eng qulay davr bu boshlang'ich sinf yoshidir [34;16;43].

Bir gurux olimlar tomonidan o`tkazilgan tadqiqot natijalari shu ni ko`rsatadiki, shaxsning jismoniy shakllanishi va jismoniy tayyorgarlik dinamikasi

ular tomonidan muntazam bajariladigan jismoniy mashqlarning xususiyatiga bevosita bog'liqdir [15;24].

I-IV sinf o`quvchisining jismoniy sifatlarini rivojlantirish va xarakat faolligini oshirish uchun harakatli o`yinga asoslangan jismoniy tarbiya darsi va sog'lomlashtirish tadbirlarini to`g'ri tashkil etish va o`tkazish eng muhim masalalardandir.

F.N.Nasriddinov, K.M.Maxkamjanovlar fikricha boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari yoshdan-yoshga o`tishi bilan ortib boradi.

Maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning jismoniy rivojlanishini ortib borishi bo'yicha olgan ma'lumotlar tahlilining ko`rsatishicha, 5-7 yoshdagi bolaning jismoniy rivojlanishi bir tekisda borar ekan, boshlang'ich sinf yoshiga kelib esa jismoniy rivojlanishning tezlashish jarayoni ro'y beradi [33].

Boshlang'ich sinf o`quvchilarning xarakat faolligini harakatli o`yinlar asosida yanada yaxshilash uchun ularning jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik ko`rsatkichi o`rtasidagi o`zaro bog'liqligini aniqlash lozim. Bu esa samarali vositalarni tanlashga va pedagogik sinov-tajriba o`tkazishga katta imkoniyat yaratadi.

Boshlang'ich sinf yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasiga bag'ishlangan ilmiy uslubiy adabiyotlar tahlil qilish va umumlashtirildi.

Tahlil qilish jarayonida 7-10 yoshli bolalarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridagi harakat faolligi, jismoniy tayyorgarligi va rivojlanishi o`rganildi.

2.3.Boshlang'ich sinf jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik darajasini aniqlash.

Bolalarning jismoniy rivojlanish darajasi antropometrik ko`rsatkichlar orqali aniqlandi.

Bu ko`rsatkichlar quyidagilar:

a)gavda uzunligi (sm.);

b)gavda og'irligi (kg.);

v)o`ng va chap panja ko`rsatkichlari(din.yordamida);

g) o'pkaning tiriklik sig'imi (spir. yordamida).

Bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlash

7-10 yoshli bolalarning jismoniy tayyorgarligi darajasi quyidagi testlar orqali aniqlandi.

a) 30m.ga yuqori startdan yugurish (soniya);

b) 3x10 m ga mokisimon yugurish (soniya);

v) arg'imchoqda sakrash (30 soniya);

g) turgan joydan uzunlikka sakrash (sm):

2.4. Og'zaki savol-javoblar o'tkazish.

Amaliy tajribalarni umumlashtirish maqsadida umumta'lim maktablaridagi jismoniy tarbiya va boshlang'ich sinf o'qituvchilari bilan harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish bo'yicha suxbatlar o'tkazildi.

Boshlang'ich sinflarda xarakatli o'yinlarni o'tkazishni rejalashtirish hujjatlarining tahlili bo'yicha 7-10 yoshli bolalar jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish tadbirlarida xarakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish aniqlandi.

Pedagogik kuzatish va nazorat testlari

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakatli o'yinlardan foydalanishi ularni jinsini, yoshini, jismoniy rivojlanishini tayyorgarligini va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda aniqlandi.

2.5. Pedagogik tajriba o'tkazish.

Tadqiqot ishini oldinga qo'yilgan vazifalarni amalga oshirish uchun To'raqo'rg'on tumanidagi umumiy o'rta ta'lim maktabida pedagogik tajriba ishlari o'tkazildi. Bunda jismoniy tarbiya mashg'ulotlari, sog'lomlashtirish tadbirlari va ochiq havodagi harakatli o'yinlar bolalarning harakat faolligini oshirishga qaratilgan tarzda olib borildi. Tajriba guruxida harakatli o'yinlar jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida tanlab olingan samarali vositalar asosida amalga oshirildi. Nazorat guruxida esa dastur asosida xarakatli o'yinlar o'tkazildi. Sinov-tajriba o'tkazuvchi shaxs tomonidan nazorat sinfida jismoniy tarbiya darsiga va sog'lomlashtirish tadbirlarini hech qanday o'zgartirish kutilmagan.

2.6.Yig'ib olingan ma`lumotlarni matematik-statistik usulda tahlil qilish.

Ilmiy tadqiqot jarayonida yig'ib olingan ma`lumotlarni matematik-statistik usulda tahlil qilishda pedagogikada umum qabul qilingan usullardan hamda F.A.Kerimov, Yu. D. Jeleznyak, P. K. Petrovlarni adabiyotlaridan foydalanildi.

2.7.Harakatli o`yinlar orqali 7-10 yoshli o`quvchilarni xarakat faolligini oshirish.

Boshlang'ich sinf o`quvchilari bilan xarakatli o`yinlarni o`tkazishda ularning pedagogik xususiyatlarini xisobga olish kerak.

I-IV sinf o`quvchilari bilan o`tkaziladigan o`yinlar jarayonida ularning xarakat faolligi oshiriladi.

Boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakat faolligini oshirish uchun jismoniy tarbiya darslari va kun tartibidagi sog'lomlashtirish tadbirlarida harakatli o`yinlardan foydalanish muxim ahamiyatga egadir.

Xarakatli o`yinlar jarayonida har o`quvchi o`zining shaxsiy imkoniyatini namoyish eta oladi. Bu esa ijtimoiy hayotda o`zi egallagan o`rinni barqarorlashtirishga o`rgatadi, o`z-o`zini boshqarish ko`nikmasini hosil qiladi, o`quvchida muayyan, jismoniy, shu bilan birga axloqiy, irodaviy sifatlarni ham tarbiyalaydi.

Maktabda jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish tadbirlarida harakatli o`yinlarining to`g`ri tashkil etilishi o`quvchilarning jismoniy rivojlanishi, tayyorgarligi va xarakat faolligini oshirish bilan birga intizomlilik, qat`iylilik, mehnatsevarlik va boshqa insoniy fazilatlarning rivojlanishiga ko`maklashadi.

Turli xil xarakatli o`yinlar xarakat faolligini oshirishda muxim ahamiyatga egadir.

Xarakat sifatlarini oshirishda xarakatli o`yinlar katta ahamiyatga ega.

Xarakatli o`yinlar orqali o`quvchilarni xarakat sifatlarini oshirishda ularning pedagogik xususiyatlarini inobatga olish muxim ahamiyat kasb etadi. Bunda xar bir sifatni tarbiyalash uchun o`yinlarni mazmun moxiyatiga qarab tanlash lozim.

Chunki I-IV sinf yoshidagi bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlanishi turlicha bo`ladi.

Xarakatli o`yinlarning mazmuni, qoidasi, varianti o`quvchidan darsda va sog`lomlashtirish tadbirlarida ma`suliyatni oshirishni taqozo qiladi.

I-IV sinf o`quvchilari bilan o`tkaziladigan jismoniy tarbiya darslari va sog`lomlashtirish tadbirlarida xarakat faoliyatini oshirish asosan harakatli o`yinlardan samarali foydalanishga bog`liqdir.

Xarakatli o`yinlardan foydalanishda bir qator psixologik xususiyatlar ham namoyon bo`ladi, buning oqibatida har bir o`quvchi o`zining shaxsiy imkoniyatini namoyish eta oladi.

Xarakatli o`yinlar bolada o`z-o`zini boshqarish, o`zaro xurmat, jamoa bo`lib xarakatlanish ko`nikmasini hosil qiladi, jismoniy, axloqiy va irodaviy fazilatlarni ham tarbiyalashga ko`maklashadi.

O`qituvchi xar bir dars va sog`lomlashtirish tadbirlari jarayonida bolalarning organizimiga xar taraflama ijobiy ta`sir ko`rsatadigan o`yinlarni tanlashi bilan birgalikda xar-xil usullardan foydalanishi lozim.

Jismoniy tarbiya darslari va sog`lomlashtirish tadbirlarida xarakatli o`yinlar orqali bolalarni tarbiyalashga, o`qituvchilar aloxida e`tibor berishlari kerak.

Maktabda jismoniy tarbiya-sog`lomlashtirish tadbirlari jarayonida harakatli o`yinlarining to`g`ri tashkil etilishi va o`tkazilishi o`quvchilarning jismoniy rivojlanishi, tayyorgarligi oshadi hamda xarakat faolligini yaxshilaydi.

O`quvchilarning pedagogik xususiyatlarini xisobga olib o`tkazilgan xarakatli o`yinlar bolalarda intizomlilik, qat`iylilik, mehnatsevarlik va boshqa insoniy fazilatlarning rivojlanishiga ijobiy ta`sir etadi.

Xarakatli o`yinlar o`z mazmuniga ko`ra aloxida hamda bir butun yani yaxlit xolda jismoniy sifatlarni tarbiyalashga qaratilgan bo`ladi. Xarakatli o`yinlarni mazmuniga qarab turli xarakat sifatlari ketma-ket rivojlanishi mumkin.

Xarakatli o`yinlardagi bunday izchillik bolaning bilim saviyasi, turmush tajribasi ortishiga olib keladi.

Xarakatli o`yinlarning asta-sekinlik bilan murakkablashtirib borilishi pedagogdan darsda va sog`lomlashtirish tadbirlarida ma`suliyatni yanada oshirishni talab qiladi.

Xarakat sifatlarini oshiruvchi o`yinlar.

Tezkorlikni oshiruvchi o`yinlar. Tezkorlikni oshirish uchun o`ynaladigan o`yinlar o`quvchilarning tezkorlik sifatlarini oshirishga qaratilgan bo`lishi kerak.

Tezkorlik sifatini rivojlantirishda ko`proq ikki guruhning musobaqalashishi bilan bog`liq bo`ladigan o`yinlar o`tkazishga e`tibor qaratiladi. Bunday o`yinlarga “Kartoshka ekish va terish”, “Kim oldin”, “Nomer chaqirish”, “Bo`sh joy”, “To`pni savatga tushirish”, Kun va tun” kabilarni kiritish mumkin.

Kuchni oshiruvchi o`yinlar. Bunda o`qituvchi yoki tarbiyachi kerakli mushak guruhlarining rivojlanishiga yordam beradigan o`yinlarni tanlab olish kerak.

Kuchni oshiruvchi o`yinlarda o`quvchi o`z tana og`irligini, bironta tashqi og`irlikni yoki raqib og`irligini engadi. Kuchni oshirish uchun quyidagi o`yinlar tavsiya etiladi: “Uzoqqa otish”, “Kim kuchli”, “Doiradan surib chiqarish”, “Xo`rozlar jangi”, “Bir va ikki oyoqda sakrash”, “Chuqurga tushir” kabilar.

Chaqqonlikni oshiruvchi o`yinlar. Aniq harakat talab qiladigan va bajarish sharoitlari o`zgaruvchan xarakatli o`yinlarda chaqqonlik yaxshi rivojlangan bo`lishi lozim. Chaqqonlikni tarbiyalash uchun «Bo`sh joy», “To`pni yugurib olib yurish”, “To`siqlar osha yugurish”, “Uchinchisi ortiqcha” kabi o`yinlardan foydalanish mumkin.

Chidamlilikni oshiruvchi o`yinlar. Ba`zi-bir harakatli o`yinlarda nihoyatda jadal bajariladigan mashqlar tufayli tezkorlik va chidamlilik kabi jismoniy sifatlar tarbiyalanadi. Chidamlilikni oshiruvchi o`yinlarda jismoniy yuklama ham asta-sekin ko`paytiriladi. Masalan, o`ynaladigan xarakatli o`yinlarni qoidasiga o`zgartirish kiritib maydonni kattalashtirish; maydonni kichraytirmay turib o`yinchilarning sonini ko`paytirish; yugurish masofasini uzaytirish; to`siqlar sonini ko`paytirish; murakkab elementi bor mashqlarni qo`llash.

Chidamlilikni oshiruvchi o`yinlarga “Tortishmashoq”, “Arg`amchi bilan sakrash”, “Yuklar bilan yugurish”, “Oq terakmi ko`k terak” kabilarni misol keltirish mumkin.

Egiluvchanlikni oshirish. 7-10 sinf yoshidagi bolalarda egiluvchanlikni oshirishga alohida e`tibor qaratish lozim. Bu yoshdagi bolalarda egiluvchanlik

sifatining o`shish tezligi susayadi. Egiluvchanlikni tarbiyalash maqsadida bir necha xarakterli o`yinlar tanlab olinadi. Bu o`yinlar asosan maxsus sport jihozlari yordamida o`tkaziladi.

Egiluvchanlikni oshirish uchun “To`siqlardan oshirib o`tish”, “To`siqdan sakrab o`tish”, “Chiziq o`yin» kabi o`yinlar tavsiya etiladi.

Boshlang`ich sinf o`quvchilari bilan o`tkaziladigan xarakterli o`yinlarni tanlashda bolalarning pedagogik xususiyatlariga e`tibor qaratish lozim. Chunki kichik maktab yoshidagi o`g`il va qiz bolalar jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligida farqlar kuzatiladi. Shu jihatdan qaraganda harakatli o`yinlarini guruhlarga bo`lib o`rganish maqsadga muvofiqdir:

2.8.Boshlang`ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini aniqlash.

Jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari va uning tahlili. Boshlang`ich sinf o`quvchilarining me`yoriy rivojlanishi uchun aqliy va jismoniy yuklamalar (nagruzka)ni oqilona almashtirib borish muxim ahamiyatga egadir. Bunda kun tartibida olib boriladigan jismoniy tarbiya-sog`lomlashtirish ishlarini rejalashtirish va ulardan keng foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Boshlang`ich sinfdan boshlab bolalarning xarakterat faolligini oshirishga katta e`tibor berish kerak.

Magistrlik dissertatsiya ishida To`raqo`rg`on tumanidagi 9-umumta`lim maktabini boshlang`ich sinf o`g`il va qiz bolalarining jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlarini natijalari keltirilgan.

Boshlang`ich sinf o`quvchilarining jismoniy rivojlanishi antropometrik ko`rsatkichlar asosida aniqlanadi.

2.1-2,2-2,3-2.4-jadvallardan ko`rinib turibdiki, tajriba guruhi bolalarining gavda uzunligi 7 yoshli o`g`il bolalarda 118,2 sm.ni, qiz bolalarda esa 116,8 sm.ni; 8 yoshli o`g`il bolalarda 120,7 sm.ni, qiz bolalar 119,6 sm.ni; 9 yoshli o`g`il bolalarda 124,8 sm.ni, qiz bolalarda esa 123,5 sm. ni; 10 yoshli o`g`il bolalarda gavda uzunligi 128,4 sm.ni, qiz bolalarda 127,6 sm.ni tashkil etadi.

Gavda uzunligi ko`rsatkichi 7 yoshli o`g`il bolalarda 16,5 kg.ni, qiz bolalarda 16,2 kg.ni 8 yoshli o`g`il bolalarda 19,4 kg.ni, qizlarda esa 18,4 kg.ni, 9 yoshli o`g`il bolalarda 22,8 kg.ni, qiz bolalarda 22,9 kg.ni, 10 yoshli o`g`il bolalarda 26,5 kg.ni, qizlarda esa 26,7 kg.ni tashkil etdi.

2.1-jadval

7 yoshli o`g`il va qiz bolalarning tajribagacha bo`lgan jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi	n	Nazorat guruxi	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	o`	18	118,2 ± 0,38	19	116,6 ± 0,38	1,38	>0,05
		q	17	116,8 ± 0,40	14	115,3 ± 0,41	0,61	>0,05
2.	Gavda og`irligi (kg)	o`	18	16,5 ± 0,28	19	17,0 ± 0,38	0,45	>0,05
		q	17	16,2 ± 0,36	14	17,8 ± 0,24	0,86	>0,05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi (ml)	o`	18	1152,6 ± 1,58	19	1116,6 ± 1,71	0,81	>0,05
		q	17	1142,3 ± 1,29	14	1098,2 ± 1,95	0,90	>0,05
4.	O`ng qo`l panja kuchi (kg)	o`	18	8,2 ± 0,24	19	8,0 ± 0,31	0,61	>0,05
		q	17	7,8 ± 0,26	14	7,8 ± 0,38	1,20	>0,05
5.	Chap qo`l panja kuchi (kg)	o`	18	8,0 ± 0,21	19	8,2 ± 0,36	0,68	>0,05
		q	17	7,5 ± 0,25	14	7,9 ± 0,38	0,46	>0,05

O`pkaning tiriklik sig'imi, 7 yoshli o`g'il bolalarda tajriba guruhida 1152,6 ml.ni, qiz bolalarda esa 1142,3 ml.ni, 8 yoshli o`g'il bolalarda 1228,6 ml.ni, qizlarda esa 1188,4 ml.ni; 9 yoshli bolalarda 1288,5 ml.ni, qiz bolalarda 1256,6 ml.ni; 10 yoshli o`quvchilarda 1367,9 ml.ni, shu yoshdagi qiz bolalarda 1288,4 ml.ni ko`rsatdi.

O`ng qo`l panja kuchlari tajriba guruhi 7 yoshli o`g'il bolalarida 8,2 kg.ni, qiz bolalarida esa 7,8 kg.ni ko`rsatdi. Chap qo`l panja kuchlari esa o`g'il bolalarda 8,0 kg.ni, qiz bolalarda 7,5 kg.ni tashkil etdi.

Tajriba guruhi o`g'il bolalarining gavda uzunligi 7-8 yoshlilar o`rtasidagi 2,6sm.ga, qiz bolalarda esa 2,8 sm.ga; 9-10 yoshli o`g'il bolalarda 4,6 sm.ni, qiz bolalarda 4,9sm.ga farq borligi aniqlandi.

Gavda og'irligi 7-8 yoshli o`g'il bolalar o`rtasidagi farq 2,9 kg.ni, qiz bolalarda esa 3,2 kg.ni, 9-10 yoshli o`g'il bolalarda 3,7 kg.ni, qiz bolalarda esa 3,8 kg.ni ko`rsatdi.

O`pkaning tiriklik sig'imi o`g'il bolalarning 7-8 yoshlilarida 60,0 ml.ni, qiz bolalar esa 46,1 ml.ni tashkil etdi. 9-10 yoshli o`g'il bolalar o`rtasidagi farq 79,4 ml.ga, qiz bolalar esa 31,6 ml.ga farq qildi. O`ng qo`l panja kuchi tajriba guruhi o`g'il bolalarining 7-8 yoshlilardagi farq 3,3 kg.ni, shu yoshdagi qiz bolalarda 2,6 kg.ni; 9-10 yoshlilarning o`g'il bolalari o`rtasidagi farq 3,9 kg.ni, qiz bolalar esa 3,6 kg.ni ko`rsatganligi aniqlandi. Chap panja kuchlari 7-8 yoshli tajriba guruh o`g'il bolalari o`rtasidagi farq 3,0 kg.ni, qiz bolalarda esa 2,4 kg.ni, 9-10 yoshli o`g'il bolalarida 3,0 kg.ni, qiz bolalarda esa 2,6 kg.farqlar borligini aniqlandi.

**8 yoshli o`quvchilarning tajribagacha bo`lgan jismoniy
rivojlanish ko`rsatkichlari**

№	Antropo metrik ko`rsatkich lar	Jin si	n	Tajriba guruhi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruhi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	o` q	20	120,7 ± 0,45	19 14	120,4 ± 0,66	0,48	>0,05
			15	119,6 ± 0,50		118,3 ± 0,40	0,44	>0,05
2.	Gavda og`irligi (kg)	o` q	20	19,4 ± 0,26	19 14	19,9 ± 0,40	0,60	>0,05
			15	18,4 ± 0,30		19,8 ± 0,34	0,39	>0,05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi (ml)	o` q	20	1228,6 ± 1,08	19 14	1175,8 ± 1,45	0,98	>0,05
			15	1188,4 ± 0,99		1139,8 ± 1,48	0,76	>0,05
4.	O`ng panja kuchi (kg)	o` q	20	11,5 ± 0,41	19 14	11,2 ± 0,28	1,26	>0,05
			15	10,4 ± 0,46		10,4 ± 0,41	0,98	>0,05
5.	Chap panja kuchi (kg)	o` q	20	11,0 ± 0,38	19 14	11,0 ± 0,39	0,66	>0,05
			15	10,0 ± 0,35		9,7 ± 0,51	0,85	>0,05

Tajribagacha 7-10 yoshli nazorat guruhi o`g`il va qiz bolalarining jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari quyidagicha; 7-8 yoshlilar o`rtasida o`g`il bolalarning gavda uzunliklari o`rtasidagi farq 2,8 sm.ni, qiz bolalarda esa 3,0 sm.ni, 9-10 yoshlilar o`rtasida o`g`il bolalari gavda uzunliklari o`rtasidagi farq 4,6 sm.ni, shu yoshdagi qiz bolalarda esa 2,9sm.ni, gavda og`irlilari o`rtasidagi farq 7-8 yoshli o`g`il bolalarda 2,9 kg.ni, qiz bolalarda esa 2,0 kg.ga teng ekanligi aniqlandi. 9-10 yoshli o`g`il bolalarda 4,0 kg.ni, qiz bolalarda esa 3,0 kg.ni tashkil etdi.

**9 yoshli o`quvchilarning tajribagacha bo`lgan jismoniy
rivojlanish ko`rsatkichlari**

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba guruhini $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruhini $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	o`	18	124,8 ± 0,37	19	122,8 ± 0,36	0,64	>0.05
		q	14	123,5 ± 0,41	14	122,7 ± 0,48	1,79	>0.05
2.	Gavda og`irligi (kg)	o`	18	22,8 ± 0,28	19	21,6 ± 0,35	0,68	>0.05
		q	14	22,9 ± 0,26	14	21,8 ± 0,41	1,76	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi (ml)	o`	18	1288,5 ± 1,60	19	1212,6 ± 1,65	0,60	>0.05
		q	14	1256,6 ± 1,26	14	1217,7 ± 1,60	0,48	>0.05
4.	O`ng panja kuchi (kg)	o`	18	15,1 ± 0,35	19	12,4 ± 0,38	0,76	>0.05
		q	14	14,4 ± 0,51	14	10,6 ± 0,26	0,44	>0.05
5.	Chap panja kuchi (kg)	o`	18	15,8 ± 0,26	19	12,9 ± 0,34	1,25	>0.05
		q	14	15,0 ± 0,54	14	11,8 ± 0,36	1,33	>0.05

O`pkaning tiriklik sig`imini aniqlaganimizda 7-8 yoshli o`g`il bolalar o`rtasidagi farq 59,3 ml.ni, qiz bolalarda esa 41,6 ml.ni tashkil etdi. 9-10 yoshli o`g`il bolalari o`rtasidagi farq 71,3 ml.ni, qiz bolalar esa 56,1 ml.ni teng bo`ldi.

O`ng qo`l panja kuchlari nazorat guruhi o`g`il bolalarining 7-8 yoshlilardagi farqi 3,2 kg.ni, shu yoshdagi qiz bolalardagi farq 1,6 kg.ni, 9-10 yoshli o`g`il bolalar o`rtasidagi farq 4,0 kg.ni, qiz bolalarda esa 3,5 kg.ni ko`rsatdi.

Chap qo`l panja kuchlari 7-8 yoshli o`g`il bolalar o`rtasidagi farq 2,8 kg.ga, qizlarida esa 1,8 kg.ga, 9-10 yoshli o`g`il bolalarda 4,4 kg.ga, qiz bolalarda esa 3,5 kg.ga farqlar borligi aniqlandi.

2.4-jadval

10 yoshli o`quvchilarning tajribagacha bo`lgan jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruxi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	o`	20	128,4 ± 0,48	18	127,3 ± 0,76	0,66	>0.05
		q	14	127,6 ± 0,36	17	125,6 ± 0,54	0,94	>0.05
2.	Gavda og`irligi (kg)	o`	20	26,5 ± 0,27	18	25,6 ± 0,40	1,91	>0.05
		q	14	26,7 ± 0,49	17	24,8 ± 0,68	1,88	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi (ml)	o`	20	1367,9 ± 1,81	18	1283,9 ± 1,28	0,98	>0.05
		q	14	1288,4 ± 1,38	17	1263,8 ± 1,71	0,78	>0.05
4.	O`ng panja kuchi (kg)	o`	20	19,0 ± 0,36	18	16,4 ± 0,36	1,35	>0.05
		q	14	18,0 ± 0,39	17	14,1 ± 0,28	0,88	>0.05
5.	Chap panja kuchi (kg)	o`	20	18,8 ± 0,46	18	17,8 ± 0,36	0,76	>0.05
		q	14	17,6 ± 0,52	17	15,3 ± 0,28	0,27	>0.05

Tajriba va nazorat guruxlarida jismoniy rivojlanish bo`yicha olingan natijalardan ma`lum bo`ladiki, o`g`il va qiz bolalar o`rtasidagi farq katta emas.

Jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlarining tahlili.

Boshlang'ich sinf o`quvchilarining jismoniy tayyorgarligini bir qator testlar asosida aniqlandi. Olingan ma`lumotlar jadvallarda ko`rsatib berilgan.

2.5-jadval

7 yoshli o`g`il va qiz bolalarning tajribagacha bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari

№	Testlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruxi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish (soniya).	o`	18	8,6± 0,08	19	8,5 ± 0,08	1,16	>0.05
		q	17	9,2 ± 0,15	14	8,7± 0,06	1,06	>0.05
2.	3x10m.ga mokkisi-mon yugurish (soniya).	o`	18	10,7 ± 0,09	19	10,9 ± 0,19	1,05	>0.05
		q	17	11,1 ± 0,10	14	11,0 ± 0,14	0,98	>0.05
3.	Arg'amchidan sakrash 30 soniyada (marta)	o`	18	14,3 ± 0,46	19	13,9 ± 0,85	1,25	>0.05
		q	17	17,6 ± 0,49	14	16,9 ± 0,88	1,56	>0.05
4.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm).	o`	18	109,9 ± 1,23	19	111,3 ± 0,87	1,44	>0.05
		q	17	101,2 ± 1,35	14	107,0 ± 0,82	1,38	>0.05

30 metrga yuqori startdan yugurishda 7 yoshli tajriba guruhi o`g`il bolalari 8,6 soniya, qiz bolalar esa 9,2 soniya, 8 yoshli o`g`il bolalar 8,4 soniya, qiz bolalar esa 8,7 soniya, 9 yoshli o`g`il bolalar 7,6 soniya, qiz bolalar esa 8,0 soniya, 10 yoshli o`g`il bolalar 7,2 soniya, qiz bolalar esa 7,4 soniya natijalar ko`rsatishdi.

Yoshlar o`rtasidagi farq 7-8 yoshli o`g`il bolalarda 0,2 soniyani, qiz bolalarda esa 0,5 soniyani, 9-10 yoshli o`g`il bolalarda 0,4 soniyani, qiz bolalar esa 0,6 soniyani tashkil etdi.

8 yoshli o`g`il va qiz bolalarning tajribagacha bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari.

№	Testlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruxi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish. (soniya)	o`	20	8,4 ± 0,15	19	8,3 ± 0,08	0,98	>0.05
		q	15	8,7 ± 0,08	14	8,4 ± 0,09	0,66	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish. (soniya)	o`	20	10,4 ± 0,14	19	10,5 ± 0,15	0,55	>0.05
		q	15	10,6 ± 0,15	14	10,6 ± 0,14	0,68	>0.05
3.	Arg`amchidan sakrash 30 soniyada (marta)	o`	20	16,6 ± 0,75	19	20,7 ± 0,61	1,73	>0.05
		q	15	21,7 ± 0,68	14	20,6 ± 0,49	1,08	>0.05
4.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm)	o`	20	119,5 ± 0,66	19	117,2 ± 1,16	1,02	>0.05
		q	15	108,0 ± 0,67	14	109,2 ± 1,40	0,98	>0.05

Nazorat guruhidagi 7 yoshli bolalarda 8,5 soniyaga, qizlarida 8,7 soniya, 8 yoshli o`g`il va qizlarda 8,3-8,4 soniya, 9 yoshli o`g`il va qiz bolalarda 7,6-7,9 soniya, 10 yoshlilarda esa 7,1-7,3 soniya natijalar ko`rsatishdi.

Tajriba guruxidagi 7 yoshli o`g`il-qizlarda 10,7-11,1 soniya, 8 yoshli o`g`il-qizlarda 10,4-10,6 soniya, 9 yoshlilarda esa 9,9-10,0 soniya, 10 yoshli o`g`il-qizlarda 9,0-9,6 soniya natijalar ko`rsatishdi.

3x10 metrga mokkisimon yugurishda nazorat guruxidagi 7 yoshli o`g`il bolalarda 10,9 soniyaga, qizlarda 11,0 soniyaga, 8 yoshli o`g`il va qizlarda 10,5-10,6 soniyaga, 9 yoshli o`quvchilarda 9,9-10,0 soniyaga, 10 yoshli bolalarda 9,0-9,6 soniyaga natijalar teng bo`ldi.

3x10 metrga mokkisimon yugurishda 7-8 yoshdagi o`g`il bolalarning ko`rsatkichlari 0,4 soniyaga teng bo`lsa, 9-10 yoshli o`g`il bolalar o`rtasidagi farq 0,9 soniyaga, 7-8 yoshli qiz bolalarda esa 0,4 soniyaga, 9-10 yoshlilarda 0,4 soniyaga farqlar borligi aniqlandi.

2.7-jadval

9 yoshli o`g`il va qiz bolalarning tajribagacha bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari.

No	Testlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruxi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish	o`	19	7,6 ± 0,06	18	7,6 ± 0,05	0,85	>0.05
		q	14	8,0 ± 0,08	14	7,9 ± 0,06	0,87	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish	o`	19	9,9 ± 0,18	18	9,9 ± 0,18	0,76	>0.05
		q	14	10,0 ± 0,15	14	10,0 ± 0,16	0,84	>0.05
3.	Arg'amchidan sak- rash 30 soniyada (marta)	o`	19	21,4 ± 0,51	18	22,0 ± 0,78	1,88	>0.05
		q	14	25,3 ± 0,58	14	25,0 ± 0,89	1,56	>0.05
4.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm)	o`	19	123,9 ± 0,38	18	121,2 ± 0,90	0,93	>0.05
		q	14	115,1 ± 0,70	14	116,5 ± 0,88	1,30	>0.05

Arg'amchidan 30 soniyada sakrash testida tajriba guruxidagi 7 yoshli o`g`il va qizlarda 14,3-17,6 marta, 8 yoshli bolalarda 16,6-21,7 marta, 9 yoshli o`g`il-qizlarda 21,4-25,3 marta, 10 yoshli o`quvchilarda 31,6-36,8 marta, nazorat guruxidagi 7 yoshli o`g`il va qizlarda 13,9-16,9 marta, 8 yoshlilarda esa 20,7-20,5 marta, 9 yoshli o`g`il-qizlarda 22,0-25,0 marta, 10 yoshlilarda 29,3-35,6 marta bajarishdi.

Kuch-tezligi sifatini rivojlantirishda o`g`il bolalarga nisbatan qiz bolalarning natijalari yuqoriroq ekanligi aniqlandi.

Turgan joydan uzunlikka sakrashda 7 yoshli tajriba guruxi o`g`il va qizlarda 10,9-101,2 sm,ga, 8 yoshlilarda esa 119,5-108,0 sm,ga, 9 yoshli o`g`il-qizlarda 123,9-115,1 sm,ga, 10 yoshli o`quvchilarda 133,9-128,9 sm,ga, nazorat guruxidagi 7 yoshli bolalarda 111,3-107,0 sm,ga, 8 yoshli o`g`il va qizlarda 117,2-109,2 sm,ga, 9 yoshli o`quvchilarda 121,2-116,5 sm,ga, 10 yoshli o`g`il va qizlarda 133,4-120,0 sm,ga teng bo`ldi.

2.8-jadval

10 yoshli o`g`il va qiz bolalarning tajribagacha bulgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari.

No	Testlar	Jinsi	n	Tajriba guruxi $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat guruxi $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish .	o`	20	$7.2 \pm 0,06$	18	$7,1 \pm 0,09$	1,76	>0.05
		q	14	$7.4 \pm 0,08$	17	$7,3 \pm 0,08$	1,49	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish.	o`	20	$9,0 \pm 0,11$	18	$9,0 \pm 0,08$	1,79	>0.05
		q	14	$9,6 \pm 0,15$	17	$9,6 \pm 0,09$	1,40	>0.05
3.	Arg'amchidan sak-rash 30 soniyada (marta)	o`	20	$31,6 \pm 0,58$	18	$29,3 \pm 0,88$	1,88	>0.05
		q	14	$36,8 \pm 1,49$	17	$35,6 \pm 0,79$	0,56	>0.05
4.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm)	o`	20	$133,9 \pm 0,66$	18	$133,4 \pm 0,75$	1,26	>0.05
		q	14	$128,9 \pm 0,91$	17	$120,0 \pm 0,46$	0,38	>0.05

Barcha test natijalari ham shu tartibda hisobga olindi va ular jadvalda o`z aksini topgan.

Jadvallardan ko`rinib turibdiki, boshlang'ich sinf o`quvchilari orasidagi chaqqonlik va tezkorlik mashqlarini bajarishda o`g'il va qiz bolalarning ko`rsatgan natijalari orasida farq katta emas.

Arg'amchidan sakrash testida o`g'il bolalar va qiz bolalar o`rtasida farqlar borligi aniqlandi. Bu esa arg'amchidan sakrashda o`g'il bolalardan ko`ra qiz bolalarning natijalari yaxshi ekanligini ko`rsatib turibdi.

Turgan joydan uzunlikka sakrash test orqali o`lchanganda 7-10 yoshli o`g'il va qiz bolalar orasida farqlar borligini aniqlandi.

Jismoniy vositalardan etarli darajada foydalanmaganligini tezkorlik va kuchlilikni oshiruvchi harakatli o`yinlariga kam e`tibor berilganligi ayon bo`ldi.

Olingan natijalardan ko`rinib turibdiki, 7-10 yoshli qiz bolalar o`rtasidagi tabiiy rivojlanish yaxshi, qizlarning arg'imchoqda sakrash ko`nikmalari ham o`g'il bolalarnikidan yuqori.

Jadvallardagi natijalar shu ni ko`rsatadiki, 7-10 yoshli o`g'il bolalar bilan 7-10 yoshli qiz bolalar o`rtasida jismoniy tayyorgarlik bo`yicha farq borligi aniqlandi.

Bob bo`yicha xulosalar

Olingan ma`lumotlarni taxlilidan ko`rinib turibdiki, bolalar yoshdan-yoshga o`tishi bilan organizmining barcha a`zolaridagi farqlar ham ortib boradi. Bu esa harakatli o`yinlardan samarali foydalanish ekanligini ko`rsatib turibdi.

I-IV sinf o`quvchilarining tajribagacha bo`lgan jismoniy tayyorgarligi haqidagi tadqiqotlarimiz chaqqonlik, tezkorlikni oshiruvchi milliy harakatli o`yinlarga asoslangan mashqlarni bajarishga bo`lgan talablar yildan-yilga oshib borishini ko`rsatadi.

3-4-sinf o`g'il va qiz bolalarda jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari yaxshi bo`lganligi uchun barcha jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari 1-2-sinf o`quvchilariga nisbatan katta ekan. Bu esa jismoniy tarbiya darsi va sog'lomlashtirish tadbirlarida harakatli o`yinlaridan foydalanish orqali yaxshi natijalarga erishish mumkinligini ko`rsatadi.

O`quvchilarning jismoniy tayyorgarligi va rivojlanishi salomatlikning asosiy tarkibi hisoblanadi. Ularning rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi ko`rsatkichlari sifati va uni oshirish harakatli o`yinlarni pedagogik jihatdan to`g`ri tashkil qilishga bog`liqdir.

III BOB. Olib borilgan tajriba- sinov ishlari natijalari

3.1. Tajribadan keyingi bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari.

Tadqiqot ishlarini olib borishdan oldin tajriba va nazorat guruhidagi 7-10 yoshli o`quvchilarining jismoniy tayyorgarligi testlar asosida aniqlandi. 7-28-maktab boshlang'ich sinf o`quvchilari sinov-tajriba maqsadida olinib, ularning yoshiga mos harakatli o`yinlardan foydalangan holda ish olib borildi. Bu samarali vositalardan foydalanish orqali jismoniy tarbiya ishlariga, o`zgartirishlar kiritildi.

O`zgartirishlar biz tomonimizdan tavsiya etilgan harakatli o`yinlardan foydalanish to`g`risidagi tavsiyaga tayanilgan holda olib borildi.

Tajriba-sinov maydonida tadqiqot ishlari boshlang'ich sinf o`quvchilarining harakat faolligini oshirish, jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini yaxshilash yo`llarini izlash, ularni amalga oshirish asosida olib borildi.

Tajriba ishlari olib borilayotgan sinflarda jismoniy tarbiya vositalari, harakatli o`yinlar xarakteristik sifatlarini rivojlantiruvchi dastur talabidagi harakat ko`nikmasi va malakalarini egallashga qaratilgan holda tanlandi.

3.1-jadval

7 yoshli o`quvchilarning tajribadan keyin bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari

№	Testlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	P
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish .	O`	18	$7,6 \pm 0,11$	19	$8,1 \pm 0,06$	1,94	>0.05
		Q	17	$7,9 \pm 0,12$	14	$8,3 \pm 0,08$	1,36	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi- mon yugurish.	O`	18	$9,7 \pm 0,10$	19	$10,5 \pm 0,08$	1,60	>0.05
		Q	17	$10,2 \pm 0,08$	14	$10,8 \pm 0,10$	1,35	>0.05
3.	Arg'amchidan sak- rash (30 soniyada)	O`	18	$18,3 \pm 0,48$	19	$15,9 \pm 0,58$	1,45	>0.05
		Q	17	$22,3 \pm 0,70$	14	$18,6 \pm 0,44$	1,09	>0.05
4.	Turgan joydan uzun.ka sak.(sm)	O`	18	$122,2 \pm 0,67$	19	$117,3 \pm 0,68$	2,78	<0.05
		Q	17	$118,3 \pm 1,29$	14	$115,3 \pm 1,84$	2,63	<0.05

Jadvaldagi ma'lumotlarga ko'ra 30 metrga yuqori startdan yugurish 7 yoshli tajriba guruh o'g'il bolalari o'quv yili oxiriga kelib 7,6 soniya, qiz bolalar 7,9 soniya, 8 yoshli o'g'il va qiz bolalarda 7,0-7,4 soniya, 9 yoshli o'quvchilarda 6,5-7,0 soniya, 10 yoshli bolalarda 5,8-6,5 soniya natijalar ko'rsatildi.

Nazorat guruxini 7 yoshlilarida 8,1-8,3 soniya, 8 yoshli o'g'il va qizlarda 7,9-7,6 soniya, 9 yoshli o'quvchilarda 7,2-7,3 soniya, 10 yoshlilarda esa 6,4-6,9 soniya natijalar ko'rsatildi.

30 m.ga yugurish testida nazorat guruxi 7 yoshli o'g'il va qizlari 8,1-8,3 soniyaga, 8 yoshlilar 7,5-7,6 soniyaga, 9 yoshli o'quvchilar 7,3-7,2 soniyaga, 10 yoshli o'quvchilar 6,4-6,9 soniyaga yugurishdi.

3.2- jadval

**8 yoshli o'quvchilarining tajribadan keyin bo'lgan
jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari**

No	Testlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	P
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish .	O'	20	$7,0 \pm 0,06$	19	$7,5 \pm 0,08$	0,54	>0.05
		Q	15	$7,4 \pm 0,08$	14	$7,6 \pm 0,10$	0,44	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish.	O'	20	$9,0 \pm 0,12$	19	$9,9 \pm 0,08$	0,56	>0.05
		Q	15	$9,4 \pm 0,18$	14	$10,3 \pm 0,09$	0,47	>0.05
3.	Arg'amchidan sak- rash (30 soniyada)	O'	20	$21,6 \pm 0,52$	19	$17,8 \pm 0,46$	0,70	>0.05
		Q	15	$26,5 \pm 0,74$	14	$23,8 \pm 0,83$	3,48	<0.01
4.	Turgan joydan uzun.ka sak.(sm)	O'	20	$125,2 \pm 0,88$	19	$123,6 \pm 0,73$	0,89	>0.05
		Q	15	$121,9 \pm 1,19$	14	$118,7 \pm 1,14$	0,46	>0.05

3 x 10 metr masofada makkisimon yugurish testida 7 yoshli tajriba guruhi o'g'il va qiz bolalari tajribadan keyin 9,7-10,2 soniyaga, 8 yoshli o'g'il-qizlarda 9,0-9,4 soniyaga, 9 yoshlilarda 8,4-8,8 soniya, 10 yoshli o'quvchilarda 7,8-8,0 soniyaga yugurishdi. Nazorat guruxidagi 7 yoshli o'g'il-qizlarda 10,5-10,8 soniya,

8 yoshlilarda 9,3-9,6 soniya, 10 yoshli o`g`il va qiz bolalarda 7,8-8,0 soniya natija ko`rsatishdi.

3.3- jadval

9 yoshli o`quvchilariningg tajribadan keyin bo`lgan jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari

№	Testlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	P
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish	O`	18	$6,5 \pm 0,08$	18	$7,2 \pm 0,05$	0,66	>0.05
		Q	14	$7,0 \pm 0,09$	14	$7,3 \pm 0,08$	0,94	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish.	O`	18	$8,4 \pm 0,10$	18	$9,3 \pm 0,11$	0,68	>0.05
		Q	14	$8,8 \pm 0,13$	14	$9,6 \pm 0,10$	0,90	>0.05
3.	Arg'amchidan sak- rash (30 soniyada)	O`	18	$26,3 \pm 0,65$	18	$24,9 \pm 0,58$	1,24	>0.05
		Q	14	$32,9 \pm 1,40$	14	$28,3 \pm 0,86$	2,36	<0.05
4.	Turgan joydan uzun.ka sak.(sm)	O`	18	$133,5 \pm 1,48$	18	$126,0 \pm 0,87$	1,38	>0.05
		Q	14	$128,1 \pm 0,74$	14	$123,5 \pm 0,94$	0,69	>0.05

30 soniyada arg'amchidan sakrash testida 7 yoshli tajriba guruhi o`g`il va qiz bolalari tajriba oxirida 18,3-22,3 marta, 8 yoshlilarda 21,6-26,5 marta, 9 yoshli o`g`il-qizlarda 26,3-32,9 marta, 10 yoshlilarda 37,4-44,4 marta natijalar ko`rsatishgan.

Nazorat guruxidagi 7 yoshli o`g`il va qiz bolalar 15,7-18,6 marta, 8 yoshlilarda 17,8-23,8 marta, 9 yoshlilarda 24,9-28,3 marta, 10 yoshlilarda esa 31,5-38,7 martani tashkil etdi. Shu yoshdagi qiz bolalar esa 27,4 marta ko`p bajarishdi.

**10 yoshli o`quvchilarning tajribadan keyin bo`lgan
jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari**

№	Testlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	P
1.	Yuqori startdan 30 m.ga yugurish .	O`	20	5,8± 0,09	18	6,4± 0,06	1,25	>0.05
		Q	14	6,5± 0,08	17	6,9± 0,05	1,04	>0.05
2.	3x10m.ga mokisi-mon yugurish.	O`	20	7,8± 0,16	18	8,4± 0,08	1,26	>0.05
		Q	14	8,0 ± 0,18	17	9,1 ± 0,07	1,04	>0.05
3.	Arg'amchidan sak-rash (30 soniyada)	O`	20	37,4 ± 1,46	18	31,5 ± 0,70	1,38	>0.05
		Q	14	44,4 ± 1,18	17	38,1 ± 0,85	1,26	>0.05
4.	Turgan joydan uzun.ka sak.(sm)	O`	20	142,5 ± 0,72	18	136,3 ± 0,79	2,45	<0.05
		Q	14	132,6 ± 1,65	17	125,6 ± 1,68	2,14	>0.05

Turgan joyidan uzunlikka sakrash testida 7 yoshli tajriba guruxi o`g`il-qizlari 122,2-118,3 sm.ga, 8 yoshlilar 125,2-121,7 sm.ga, 9 yoshli o`quvchilarda 133,5-127,1 sm.ga, 10 yoshli o`g`il va qiz bolalarda esa 142,5-132,6 sm.ga natijalar yaxshilangan.

Turgan joydan uzunlikka sakrash testida nazorat guruxi 7 yoshli o`g`il va qiz bolalarda 17,3-115,3 sm.ga, 8 yoshli o`g`il-qizlarda 123,5-118,7 sm.ga,

9 yoshli o`quvchilarda 126,0-123,5 sm.ga, 10 yoshlilarda 136,3-125,6 sm.ga natijalar yaxshilandi.

3.2.Tajribadan keyingi jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari

Boshlang`ich sinf o`quvchilarning jismoniy rivojlanishini aniqlash uchun antropometrik ko`rsatkichlar asosida ma`lumotlar olindi. Olingan ma`lumotlar matematik-statistik usulda taxlil qilindi.

Taxlildan ma`lum bo`ldiki, jismoniy rivojlanish bo`yicha tajriba guruhi bolalari nazorat sinfi bolalarining antropometrik ko`rsatkichlariga nisbatan farqlar borligi kuzatildi (3,5;3,6;3,7;3,8 jadvallar).

Pedagogik tajribadan so`ng tajriba va nazorat guruhlaridagi boshlang`ich sinf yoshidagi o`g`il va qiz bolalarda gavda uzunligi ko`rsatkichlari o`rtasida farq

quyidagicha: 7 yoshli tajriba guruxi o`g`il va qizlarida 119,9-118,3 sm.ni nazorat guruxidagi tengdoshlarida 118,7-117,3 sm.ni ko`rsatdi. Gavda og`irligidan tajriba guruxi o`quvchilarida 118,6-118,3 kg.ga nazorat guruxidagilarda 18,7-17,2 kg.ga teng bo`ldi. O`pkaning tiriklik sig`imi bo`yicha tajriba guruxida 1221,8 – 1201,0 ml.ni, nazorat guruxidagi tengdoshlarida esa 1160,0-1132,3 ml.ni tashkil etdi.

O`ng panja kuchi tajriba guruxi bolalarida 10,6-9,8 kg.ni, nazorat guruxidagi o`g`il va qiz bolalarda 10,0-9,1 kg.ni chap qo`l kuchi tajriba guruxidagi o`g`il-qizlarda 10,5-9,6 kg.ni, nazorat guruxidagilarda 9,8-9,1 kg.ni ko`rsatdi.

3.5-jadval

7 yoshli o`quvchilarning tajribadan keyin bo`lgan jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	O`	18	119,3 ± 0,39	19	118,7 ± 0,44	2,08	<0.05
		Q	17	119,3 ± 0,44	14	117,5 ± 0,38	1,14	>0.05
2.	Gavdasi og`irligi (kg)	O`	18	18,6 ± 0,26	19	18,7 ± 0,39	1,02	>0.05
		Q	17	18,3 ± 0,30	14	17,2 ± 0,34	0,94	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi(ml)	O`	18	1221,8 ± 1,56	19	1160,0 ± 1,60	1,58	>0.05
		Q	17	1201,0 ± 1,29	14	1132,3 ± 1,58	1,25	>0.05
4.	O`ng qo`l panja kuchi (kg)	O`	18	10,6 ± 0,28	19	10,0 ± 0,28	1,50	>0.05
		Q	17	9,8 ± 0,34	14	9,1 ± 0,24	1,18	>0.05
5.	Chap qo`l panja kuchi (kg)	O`	18	10,5 ± 0,30	19	9,8 ± 0,24	1,96	>0.05
		Q	17	9,6 ± 0,32	14	9,1 ± 0,30	1,63	>0.05

8 yoshli o`quvchilarning tajribadan keyin bo`lgan jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	O`	20	123,2 ± 0,41	19	121,2 ± 0,42	1,01	>0.05
		Q	15	122,8 ± 0,40	14	120,5 ± 0,45	0,47	>0.05
2.	Gavda og`irligi (kg)	O`	20	22,4 ± 0,43	19	19,9 ± 0,36	0,66	>0.05
		Q	15	21,8 ± 0,40	14	19,2 ± 0,40	0,28	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi(ml)	O`	20	1308,4 ± 1,64	19	1213,7 ± 1,95	1,60	>0.05
		Q	15	1301,6 ± 1,49	14	1174,6 ± 1,77	0,56	>0.05
4.	O`ng qo`l panja kuchi (kg)	O`	20	12,4 ± 1,16	19	11,4 ± 0,28	0,31	>0.05
		Q	15	11,2 ± 1,20	14	10,5 ± 0,34	1,15	>0.05
5.	Chap qo`l panja kuchi (kg)	O`	20	12,0 ± 0,25	19	12,0 ± 0,25	0,58	>0.05
		Q	15	11,1 ± 0,34	14	10,8 ± 0,30	0,96	>0.05

Gavda uzunligi ko`rsatilishi bo`yicha 8 yoshli tajriba guruxi o`g`il va qiz bolalarida 123,2-122,8 sm.ni, nazorat guruxi tengqurlarida 121,2-120,5 sm.ni ko`rsatdi.

Gavda og`irligi ko`rsatkichida tajriba guruxi o`quvchilarida 22,4-21,8 kg.ga, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 19,9-19,2 kg.ga teng bo`ldi.

O`pkaning tiriklik sig`imida tajriba guruxi o`quvchilarida 1308,4-1301,6 ml.ni, nazorat guruxidagi o`g`il va qizlarda 1213,7-1174,6 ml.ni tashkil etdi.

O`ng qo`l panja kuchi tajriba guruxi o`g`il va qizlarida 12,4-11,2 kg.ni, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 11,4-10,5 kg.ni, chap qo`l panja kuchi tajriba guruxidagi o`quvchilarda 12,0-11,1 kg.ni, nazorat guruxidagi o`g`il va qiz bolalarda 12,0-10,8 kg.ni ko`rsatdi.

**9 yoshli o`quvchilarining tajribadan keyin bo`lgan
jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari**

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	O`	18	127,8 ± 0,48	18	125,1 ± 0,46	0,54	>0.05
		Q	14	127,3 ± 0,53	14	127,8 ± 0,38	0,78	>0.05
2.	Gavda og`irligi (kg)	O`	18	26,8 ± 0,41	18	23,6 ± 0,49	0,68	>0.05
		Q	14	26,6 ± 0,46	14	24,3 ± 0,39	0,36	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi(ml)	O`	18	1346,5 ± 3,92	18	1242,6 ± 3,44	0,70	>0.05
		Q	14	1318,8 ± 3,77	14	1243,8 ± 3,70	1,36	>0.05
4.	O`ng qo`l panja kuchi (kg)	O`	18	18,1 ± 0,27	18	15,8 ± 1,86	1,08	>0.05
		Q	14	15,1 ± 0,42	14	14,6 ± 2,07	1,60	>0.05
5.	Chap qo`l panja kuchi (kg)	O`	18	15,3 ± 0,27	18	13,1 ± 0,39	0,91	>0.05
		Q	14	14,2 ± 0,72	14	11,4 ± 0,30	0,79	>0.05

9 yoshli bolalarning gavda uzunligini ko`rsatkichi tajriba guruxi o`g`il va qizlarida 127,8-127,3 kg.ga, nazorat guruxidagilarda 125,1-124,8 kg.ga teng bo`ladi.

Gavda og`irligi ko`rsatkichida tajriba guruxidagi bolalarda 26,8-26,6 sm.ni, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 23,6-24,3 kg.ni tashkil etdi.

O`pkaning tiriklik sig`imi bo`yicha tajriba guruxi o`g`il-qizlarida 1346,5 ml.ni - 1318,8 ml.ni, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 1242,6-1243,8 ml.ni ko`rsatdi.

Chap qo`l panja kuchi tajriba guruxidagi bolalarda 16,1-15,0 kg.dan, nazorat guruxidagi o`quvchilarda 15,8-14,6 kg.dan, chap qo`l panja kuchi tajriba guruxidagilarda 15,3-14,2 kg.dan, nazorat guruxi tengqurlarida esa 13,1-12,4 kg.dan iborat bo`ldi.

**10 yoshli o`quvchilarining tajribadan keyin bo`lgan
jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari**

№	Antropometrik ko`rsatkichlar	Jinsi	n	Tajriba $\bar{x} \pm m$	n	Nazorat $\bar{x} \pm m$	t	p
1.	Gavda uzunligi (sm)	O`	20	131,3 ± 0,48	18	128,4 ± 0,39	1,38	>0.05
		Q	14	130,1 ± 0,61	17	127,3 ± 0,44	1,04	>0.05
2.	Gavda og`irligi (kg)	O`	20	30,2 ± 0,54	18	27,8 ± 0,40	1,07	>0.05
		Q	14	28,8 ± 0,56	17	27,3 ± 0,34	1,21	>0.05
3.	O`pkaning tiriklik sig`imi(ml)	O`	20	1418,9 ± 1,56	18	1287,4 ±	0,59	>0.05
					17	1,40		
		Q	14	1359,2 ± 1,44	18	1301,0 ±	0,26	>0.05
					17	1,94		
4.	O`ng qo`l panja kuchi (kg)	O`	20	20,3 ± 0,35	18	16,5 ± 0,28	0,66	>0.05
		Q	14	18,8 ± 0,40	17	16,8 ± 0,34	1,21	>0.05
5.	Chap qo`l panja kuchi (kg)	O`	20	20,3 ± 0,47	18	16,9 ± 0,35	0,40	>0.05
		Q	14	18,8 ± 0,61	17	15,3 ± 0,30	0,26	>0.05

10 yoshli o`quvchilarni gavda uzunligi bo`yicha tajriba guruxi o`g`il va qiz bolalarda 131,3-130,1 sm.ga, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 128,4-127,3 sm.ga teng bo`ldi.

Gavda og`irligi ko`rsatkichida tajriba guruxi o`quvchilarida 30,2-28,8 kg.ni, nazorat guruxidagi o`g`il va qiz bolalarda 27,8-27,3 kg.ni tashkil etdi.

O`pkaning tiriklik sig`imida tajriba guruxidagilarida 1418,9-1359,2 ml.ni, nazorat guruxidagi o`g`il va qiz bolalarda 1287,4-1301,0 ml.ni ko`rsatdi.

Qo`l panja kuchi ko`rsatkichida o`ng qo`l tajriba guruxi o`quvchilarida 20,3-18,8 kg.ni, nazorat guruxidagi tengdoshlarida 16,5-16,8 kg.ni, chap qo`l tajriba guruxi bolalarida 20,3-18,8 kg.ni, nazorat guruxi o`quvchilarida 16,9-15,3 kg.ni tashkil etdi.

Olib borilgan ishlardan xulosa qilish mumkinki, bizning fikrimizcha, bo`yiga o`sish biologik xususiyatlardan bo`lib, tabiiy rivojlanadi. Faqatgina jismoniy mashqlar bilan muntazam, doim va faol shu g`ullanish bu o`sish tezligining

o'shishiga ko'maklashadi. Bolalar tana og'irligining o'sish tezligi ham yoshdan-yosh o'tgan sari oshib borganligini kuzatamiz. Nazorat guruhlariga qaraganda tajriba guruhlarida o'sish tezligi yuqori.

O'pkaning tiriklik sig'imi tajriba guruhi o'quvchilari ko'rsatkichlarining o'sish tezligi nazorat guruhi o'quvchilari ko'rsatkichlarining o'sish tezligiga qaraganda yuqori, farqli ravishda yaxshilanganligi ma'lum bo'ldi.

Shu nday qilib, pedagogik sharoitlarning yaratilishi, jismoniy mashqlar majmuasining to'g'ri tashkil qilinishi milliy harakatli o'yinlarga asoslangan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini yuqori sifatli o'tkazishga imkoniyat yaratadi hamda mashg'ulotlarni qiziqarli o'tkazishga yordam beradi. Yuqorida qayd etilganlar asosida to'plangan ma'lumotlar pedagogik kuzatishlar va nazorat me'yor ko'rsatkichlarining tahlili bo'yicha ma'lum bo'ldiki, 7-10 yoshli bolalarning jismoniy rivojlanishi tajriba-sinov maktabida yuqori darajada, shu bilan birga ularning salomatligi nisbatan yuqori ekanligi aniqlandi.

Bob bo'yicha xulosalar

O'tkazilgan ilmiy tadqiqot ishlaridan xulosa qilib shu ni aytish mumkinki, boshlang'ich sinf o'quvchilarini xarakat faolligini oshirishda harakatli o'yinlar katta ahamiyatga ega ekan.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasining uzviyligini hisobga olgan holda ularni xarakat faolligini oshirish uchun harakatli o'yinlarni o'tkazish tizimi ishlab chiqildi va shu asosda tadqiqot ishlari olib borildi.

Samarali vositalarni tanlash va pedagogik sharoitlarning yaxlit holda yaratilishi jismoniy tarbiya ishlarini olib borishda muhim ahamiyat kasb etishi aniqlandi. 7-10 yoshli o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini xisobga olgan xolda harakatli o'yinlariga asoslangan jismoniy mashqlar majmuasi ishlab chiqildi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining komil inson bo'lib shakllanishida jismoniy tarbiya alohida ahamiyatga ega ekan.

Ilmiy–uslubiy adabiyotlarda O`zbekistonning umumta`lim maktablaridagi boshlang`ich sinf o`quvchilarining pedagogik-xususiyatlarini xisobga olgan xolda xarakterli o`yinlar orqali xarakter faolligini oshirish to`g`risida ma`lumotlar etarli emasligi ayon bo`ldi.

XULOSALAR

Boshlang'ich sinf xarakteratli o`yinlardan foydalanib, o`quvchilarni jismoniy tarbiyalash ularning jismoniy rivojlanishi va tayyorgarliklarini oshirish aniqlandi.

Xarakteratli o`yinlar bilan shu g`ullanishda xarakterat faolligini oshirish uchun imkoniyat katta ekanligi aniqlandi.

Xarakteratli o`yinlardan 7-10 yoshli bolalar jismoniy tarbiya darsi va darsdan tashqaridagi jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish tadbirlarida foydalanish katta ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi.

Boshlang'ich sinf bolalar jismoniy tarbiyalash tizimida harakatli o`yinlardan foydalanish uchun ularning pedagogik xususiyatlarni hisobga olgan holda xarakterat faolligini oshirish muhim ahamiyatga ega ekan.

7-10 yoshli o`g`il va qiz bolalarda yildan-yilga bir me`yyorda jismoniy rivojlanganligini kuzatildi. Bu esa tadqiqot natijalarining samaradorligi, boshlang'ich sinf o`quvchilarining sog`ligiga katta ta`sir o`tkazishini ko`rsatdi.

9-10 yoshli o`g`il va qiz bolalarda jismoniy tayyorgarlik ko`rsatkichlari yaxshi bo`lganligi uchun jismoniy rivojlanish ko`rsatkichlari 7-8 yoshdagilarga nisbatan katta ekanligi aniqlandi.

30 metrga yugurishda 7-10 yoshli tajriba guruhi o`g`il va qiz bolalarining yuqori startdagi natijalari 10 foizdan 26 foizgacha yaxshilanganligi aniqlandi. Chaqqonlik va tezkorlik sifatlari bo`yicha 3x10 metr mokisimon yugurishda yil yakunida 7-10 yoshli o`g`il va qiz bolalarning ko`rsatgan natijalari 7 foizdan 20 foizgacha yaxshilandi.

Yuqori startdan 30 metrga yugurishda va 3x10 metrga mokisimon yugurishda 9-10 yoshli o`g`il va qiz bolalarning natijalari 7-8 yoshli bolalardan ancha yuqori ekanligi aniqlandi.

Xarakteratli o`yinlar jarayonida erishilgan bilim va malakalardan ijodiy foydalanish layoqatini bolalarda tarbiyalashga e`tibor qaratish lozim.

O`tkazilgan ilmiy tadqiqot ishlaridan shu nday xulosa qilish mumkinki, boshlang'ich sinf o`quvchilarini xarakterat faolligini oshirishda, bolalarni pedagogik

xususiyatlarini, jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini xisobga olib xarakterli o'yinlar o'tkazish, ijobiy samara berishi ma'lum bo'ldi.

AMALIY TAVSIYALAR

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining xarakter faolligini oshirish uchun xarakterli o'yinlardan foydalanishda ularning jismoniy tayyorgarligi va rivojlanishini inobatga olish.

7-10 yoshli bolalarni pedagogik xususiyatlarini inobatga olib xarakterli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining xarakter faolligini oshirish uchun xarakterli o'yinlarni to'g'ri tanlash.

7-10 yoshli o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi va rivojlanishini aniqlab, ularning jinsi va yoshiga qarab xarakterli o'yinlarni jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish tadbirlari jarayonida qo'llash.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini xisobga olib xarakterli o'yinlar bo'yicha adabiyotlarni yangi avlodini yaratish.

Xarakterli o'yinlar bo'yicha turli musobaqalar, sport bayramlari tashkil etish.

7-10 yoshli o'quvchilarning jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish tadbirlari jarayonida xarakterli o'yinlardan foydalanishni muntazam yo'lga qo'yish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YXATI

1. Karimov I.A. O`zbekiston milliy istiqlol, iqtisod, siyosat, mafkura. T.1. Toshkent: O`zbekiston, 1996. -364 b.
2. Karimov I. A. Bizdan ozod va obod Vatan qolsin. T.2. Toshkent: O`zbekiston, 1996 . -380 b.
3. Karimov I.A. Bunyodkorlik yo`lidan. T.4. Toshkent: O`zbekiston, 1996. -349 b.
4. Karimov I. A. O`zbekiston buyuk kelajak sari. Toshkent: O`zbekiston, 1998. - 586 b.
5. Karimov I.A. Yuksak ma`naviyat-engilmas kuch. –T.: “Ma`naviyat”, 2008. - 176 b.
6. O`zbekiston Respublikasi Prezidentining «Sog`lom avlod uchun» ordenini ta`sis qilish to`g`risidagi Farmoni. (1993. 4 mart). Turkiston. –Toshkent, 1993. 6 mart.
7. O`zbekiston Respublikasining «Ta`lim to`g`risida»gi Qonuni. (1997. 9 avgust). Turkiston. –Toshkent, 1997. 30 avgust.
8. O`zbekiston Respublikasining «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi». Ma`rifat. – Toshkent, 1998. 1 aprel.
9. Barkamol avlod orzusi. / Tuzuvchilar: Qurbonov Sh., Saidov X., Ahliddinov R. – Toshkent: Sharq, 1998. -184 b.
10. O`zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining «O`zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to`g`risida»gi Qarori (1999. 27 may). Xalq so`zi. –Toshkent, 1999. 29 may.
11. O`zbekiston Respublikasi Prezidentining «O`zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg`armasini tuzish to`g`risida»gi Farmoni. (2002 y. 24 oktyabr). Sport. –Toshkent, 2002. № 80. 30 oktyabr`.
12. O`zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to`g`risida»gi Qonuni. (2015. 4 sentyabr). Xalq so`zi. –Toshkent, 2015. 5 sentyabr.
13. Abdullaev A., Xonkeldiev SH.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Farg`ona: 2001. -279 b.

14. Aripov Yu. Yu. Kichik yoshdagi o`quvchilarda uloqtirish harakatlari texnologiyasini takomillashtirishning zamonaviy uslub va shakllari. Diss. ... ped. fan. nomzodi. -Toshkent: 2007. -149 b.
15. Arslonova M.A. Ta`lim jarayonida harakatli o`yinlardan foydalanish. Ped.fan.nom... .diss. Avtoref. –Toshkent: 2009. -22 b.
16. Ataev A. K. Oilada bolalar jismoniy tarbiyasining nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: O`qituvchi, 1992. -150 b.
17. Ashmarin B. A. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya. –M.: Prosveshenie, 1990. - 257 s.
18. Boyboboev B.G. Jismoniy tarbiya darslarida 11-14 yoshli o`g`il bolalar uchun nagruzkani me`yorlash. Diss.... ped. fan. nom. – Toshkent: 1999. -159 b.
19. Bondarevskiy E. Ya. , Xonkeldiev Sh.X. Fizicheskaya podgotovlennost' uchasheysya molodeji . –Tashkent: Meditsina, 1986. - 204 s.
20. Jeleznyak Yu. D., Petrov P.K. Osnovi nauchno-metodicheskoy deyatel'nosti v fizicheskoy kul'ture i sporte. -M.:Akademiya,2005.-272 s.
21. Ivanova V. S. Osnovi matematicheskoy statistiki. –M.:FiS,1990.-176 s.
22. Ismoilov T. U. Boshlang'ich sinf o`quvchilarini harakat faolligini oshirishda harakatli o`yinlarni ahamiyati. // Barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning roli. Respublika ilmiy-amaliy anjumani. Tezislar to`plami. – Buxoro, 2002. -B. 39-40.
23. Ismoilov T. U., Maxkamjonov K.M., Xo`jaev F. Boshlang'ich sinflarda harakatli o`yinlar. //Jismoniy tarbiya va sportning nazariy va amaliy muammolari mavzusida respublika ilmiy-amaliy konferentsiyasi. –Andijon, 2006. -B. 12-13.
24. IsmailovT.U. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya – sog'lomlashtirish tadbirlarining edagogika xususiyatlari. Diss.... ped.fan.nom. - Toshkent: 2010.- 157 b.

25. Ismailov T., G'ofurov A. Barkamol avlodni tarbiyalashda xarakterli o'yinlarni ahamiyati. //Barkamol avlod tarbiyasi tizimida bolalar sportini rivojlantirishning zamonaviy tendentsiyalari va istiqbollari. Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari ... 2011 yil 13-14 may. Toshkent,2011. -126-128 b.
26. Kerimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. –Toshkent: Zar qalam, 2004. -334 b.
27. Qudratov R.Q., Abdumalikov R.A.,Xoldorov T.X. Sog'lom avlod tarbiyasida jismoniy tarbiya va sport .(O'quv uslubiy qo'llanma).-Toshkent,2003.-90 b.
28. Mavlonova R.N., To'raeva A., Xoliqberdiev K. Pedagogika. Toshkent: O'qituvchi, 2001. -512 b.
29. Madaminov B.SH. Differentsirovanno-individual'niy podxod na urokax fizicheskogo vospitaniya uchashixsya 5-6 klassov. Avtoref. diss... kand. ped. nauk. –T.: - 2005. - 24s.
30. Mamasheva G. T., Ponkrat'eva O. V., Golikova N. N., Vasileva E. G. Organizatsiya dopolnitel'nix zanyatiy po fizicheskoy kul'ture v mladshix klassax obsheobrazovatel'noy shkoli. //Dvigatel'niy aktivnost' i zdorov'e. Sbornik nauchnix trudov. –Tashkent, 1988. -C. 44-47.
31. Matveev A. P., Mel'nikov S. B. Metodika fizicheskogo vospitaniya s osnovami teorii. – M.: Prosveshenie, 1991. - 191 s.
32. Meliev X. A., Xodjaev F. X. Sredstva povisheniya dvigatel'noy aktivnosti. // Organizatsiya dvigatel'nogo rejima kak faktor sovershenstvovaniya dvigatel'noy podgotovlennosti uchashixsya nachal'nix klassov v protsesse fizicheskogo vospitaniya. Sbornik nauchnix trudov. –Tashkent. 1988. - S. 6-12.
33. Nasriddinov F. N., Maxkamjonov K. M. Fizicheskaya razvitiya i fizicheskaya podgotovlennost' detey doshkol'nogo i shkol'nogo vozrasta. -Tashkent. 1992.- 87s.

34. Parkosadze Ts.G. Razvitie osnovnix fizicheskix kachestv mladshix shkol'nikov (6-10 let). S ispol'zovaniem sredstv obshey fizicheskoy podgotovke. Avtoref. diss.... kand. ped. nauk. –Tbilisi.1991.-21 s.
35. Radjapov X. N. Fizicheskie razvitie, fizicheskaya podgotovlennost' gorodskix i sel'skix shkol'nikov Buxarskoy oblasti. //Rol pravil'noy organizatsii zanyatiy fizicheskoy kul'turoy v garmonicheskom razvitii rebyonka i podrostka. –Tashkent: 1987. - S. 59-61.
36. Raslan Masaud. Korrektsiya rejima dvigatel'noy aktivnosti shkol'nikov s tsel'yu povisheniya urovnya fizicheskogo sostoyaniya. Metodicheskie rekomendatsii. –K.: 000 «Mejdunarodnoe finansovoe agentstvo», –Kiev, 1998. -17s.
37. Rasulov R. M. Sovershenstvovanie vneklassnoy raboti po fizicheskomu vospitaniyu v sel'skix obsheobrazovatel'nix shkolax. Avtoref. diss.... kand. ped. nauk. –T.: 2008. -28 s.
38. Raximov M. M. Osobennosti metodiki provedeniya urokov fizicheskoy kul'turi na otkritom vozduxe v usloviyax jarkogo klimata v mladshix klassax obsheobrazovatel'noy shkoli. Avtoref. diss. ... kand. ped. nauk. –M.: 1984. - 21 s.
39. Rixsiev A. A., Nasriddinov F. N., Rixsiev A. I. Fizicheskie sostoyanie shkol'nikov i sportivnoy molodyoji. –Tashkent: Ibn Sini, 1992. - 151 S.
40. Rixsiev A.A., Jegallo O.M., Nafedova V.N., Arslanova G.D. Opredelenie i otsenka fizicheskaya razvitiya, osanki i fizicheskoy podgotovlennosti shkol'nikov 7-17 let. Metodicheskaya ukazaniya. –Tashkent: 1996. -11 s.
41. Salamov R. S., Ro`zioxunova M. M. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. –Toshkent. 1995. -102 b.
42. Salamov R.S. O`quvchilarni jismoniy tarbiyalash jarayonida harakatli o`yinlar. // Fan sportga. –Toshkent, 2005. -№ 1. -B. 3-5.
43. Salimov G'. M. Milliy harakatli o`yinlar asosida 7-10 yoshli o`quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish samaradorligi. Diss.... ped. fan. nom. – Toshkent: 2007. -146 b.

44. Seytxalilov E.A. Pedagogicheskie osnovi ozdorovitel'noy napravlenosti uchebnoe vospitatel'nogo protsessa v obsheobrazovatel'nix shkolax Uzbekistana. Avtoref. diss... d-ra ped. nauk. –Tashkent, 2000. -31 s.
45. Sodiqov A. T. IV sinf o`quvchilarining jismoniy tayyorgarligi. //Jismoniy tarbiya, sport va ma`naviyat, ilmiy-amaliy anjuman (III jild). –Toshkent, 1995. - B. -53-54.
46. Sodiqov A. T. I-IV sinf o`quvchilarining jismoniy tarbiya darslaridagi mashqlar nagruzkasini me`yorlash. Diss.... ped. fan. nom. –Toshkent: 1997. - 154 b.
47. Soliev X. X. Tana tuzilishi tipi va rivojlanish varianti har-xil bo`lgan 7-12 yosh o`g`il bolalarning muskul kuchini rivojlantirish. Diss.... ped. fan. nom. –Toshkent: 1997. - 153 b.
48. Tulenova X., Mirsagatov B., Madumarov A. Umumta`lim maktablarida darsdan tashqari tadbirlarning xususiyatlari. //Pedagogik ta`lim. –Toshkent, 2005. -№ 4. -B. 79-80.
49. Usmonxodjaev T. S. Organizatsiya i provedenie fizkul'turno-ozdorovitel'nix meropriyatiy v rejime dnya shkoli. //Organizatsiya dvigatel'nogo rejimi kak faktor sovershenstvovaniya dvigatel'noy podgotovlennosti uchashimsya nachal'nix klassov v protsesse fizicheskogo vospitaniya. Sbornik nauchnix trudov. –Tashkent. 1988. - S. 12-21.
50. Usmonxo`jaev T.S., Xo`jaev F. Harakatli o`yinlar. –Toshkent: O`qituvchi, 1992. -184 b.
51. Usmonxodjaev T. S. Nauchno-pedagogicheskie osnovi fizicheskogo sovershenstvovaniya detey v svyazi s ix dvigatel'noy aktivnosti. Avtoref. diss.... d-ra ped. nauk. –Tashkent: 1995. -50 s.
52. Usmonxo`jaev T. S., Meliev X. Milliy harakatli o`yinlar. –Toshkent: O`qituvchi, 2000. - 191 b.
53. Utenov O. Gavdaning fazodagi holatini baholash qobiliyatini shakllantirish. // Fan sportga. –Toshkent, 1998. -№ 1. -B. 12-13.

54. Xamrakulov A. K., Pulatov A. A., Ayrapet'yants L.R., Kosimova M. U. O vnedrenie narodnix igr v sistemu fizkul'turnogo obrazovaniya //Pervaya mejdunarodnaya nauchno-teoreticheskaya konferentsiya posvyashennaya prezidentu Turkmenistana. –Ashgabat, 1994. -S. 161-162.
55. Xankel'diev Sh.X., Abdullaev A. A. Qishloq va shahar maktablari jismoniy tayyorgarligining tahlili. //Respublika ilmiy-amaliy anjumani. Jismoniy tarbiya va sport soxasida ta`limning hozirgi zamon muammolari. Ilmiy tezislar to`plami. –Toshkent, 2007. -B. 147-148.
56. Xasanboev J., Turonova M., Xasanboeva O. Ma`naviy-ahloqiy tarbiya asoslari. –Toshkent: G'.G'ulom, 2000. -111b.
57. Xolodov J.K., Kuznetsov V.S.. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta. –M.: Akademiya, 2000. -480 s.
58. Xo`jaev F., Usmonxo`jaev T. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya darslari. 1-sinf uchun metodik qo`llanma. –Toshkent: O`qituvchi, 1996. -183 b.
59. Xo`jaev P., Raximqulov B., Nomanov B., Xo`jaeva M.P. sport va xarakatli o`yinlar va uni o`qitish metodikasi.- Toshkent. 2008.-212 b.
60. Sharipova D.D., Shomurodov X. Fizkul'turno massovaya-ozdorovitel'naya i sportivnaya rabota s molodyoj'yu po mesta jitel'stva // Pedagogik ta`lim. – Tashkent: 2007. -№ 2. -B. 75-79.