

XALQ O'YINLARI ORQALI TARBİYALANUVCHILARDA JISMONIY BARKAMOLLIKNI TARBİYALASH

Ozodaxon Shokirova Abduxalimovna
Ta'lim kafedrası Maktabgacha ta'lim yo'nalishi 3-bosqich talabasi
Muhammadjonov Muslimbek Muhsinjon o'g'li
Qo'qon Universiteti Ta'lim fakulteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada maktabgacha yoshdagi tarbiyalanuvchilarning jismoniy tarbiyasi haqida ma'lumot berilgan. Ushbu maqola, avvalo, milliy mentalitetimizni va milliy urf-odatlarimizni o'zida jamlaydigan o'zbek xalq o'yinlari, ularning jamiyatimizda va yosh avlodni tarbiyalashda tutgan ahamiyati haqida so'z yuritadi. Hozirgi zamon pedagogika fanining asosiy vazifalaridan biri xalq xazinalarini insonparvar pedagogik tarbiya tizimida qo'llash va ulardan mohirona foydalanish, bu bebaho, xalqchil, ma'naviy boyliklarni tarbiyachilarning har kungi ta'lim-tarbiyaviy ishlariga aylantirishdan iborat.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, maktabgacha ta'lim tashkiloti, harakat faoliyati, tarbiyachi, bola, sog'lomlashtirish.

Prezidentimiz Sh. Mirziyoyev yosh avlod tarbiyasiga katta ahamiyat berib, shunday degan edi: "Yosh avlodni tarbiyalash biz uchun eng asosiy vazifadir". Shundan kelib chiqib, hozirgi vaqtda O'zbekiston pedagogik jamiyati tarbiyaning odatiy bo'lgan shakllari va usullarini izlab topish, o'sib borayotgan avlodda mustahkam umuminsoniy ishonch va qarashlarini shakllantirish; shaxsda milliy madaniyat va milliy qadriyatlarni hurmat qilish, avaylab-asrash tuyg'ularini o'stirishga diqqatini qaratmog'imiz lozim. O'zbek xalqining ming yillar davomida yaratgan, avlodlardan-avlodga o'tib kelayotgan ijod boyliklarini to'plash, o'rganish, bu boy xazinalar asosida yosh avlodni ma'naviy boy, axloqiy pok, jismoniy barkamol qilib tarbiyalash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir. O'zbek xalq harakatli o'yinlari o'tmishda ajdodlarimizning kundalik turmush-tarzi nimadan iborat ekanligini o'z ichiga olibgina qolmay, maktabgacha ta'lim-tarbiyada zamonaviy jismoniy tarbiya madaniyatini shakllantirishda ulkan ahamiyatga egadir.

P.F. Lesgaft bunday deb yozgan edi: "O'yinlarda muntazam mashg'ulotlar chog'ida o'zlashtirib olingan barcha harakatlar qo'llanadi. Shuning uchun bu yerdagi bajariladigan xatti-harakatlarning barchasi shug'ullanuvchilarning kuchi va mahoratiga to'la muvofiq kelishi hamda iloji boricha ko'proq darajada aniqlik va chaqqonlik bilan o'tkazilishi lozim". Maktabgacha yoshdagi tarbiyalanuvchilar qadriyatlarga muhabbat uyg'otish, xalq an'analarini avaylab-asrashga o'rgatish ko'p jihatdan o'zbek xalq milliy o'yinlaridan unumli foydalanib bilishga bog'liq. Chunki milliy o'yinlar orqali bola bir tomondan jismoniy bilimlarni egallasa, ikkinchi tomondan, jismoniy madaniyatga qiziqtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Maktabgacha yoshdagi tarbiyalanuvchilarning jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish masalalari ko'pgina olimlar tomonidan o'rganilgan. Olimlarning tadqiqotlarida tarbiyalanuvchilarning jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi, harakat faolligi sustligi aniqlangan. Har bir yosh guruhiga jismoniy va ruhiy rivojlanishining muayyan darajasi mos keladi. Kichik maktab yoshida o'qish bolaning butun hayot tarzini o'zgartiradi va unga yangi talablar qo'yadi. Chunki bog'cha yoshida tarbiyalanuvchilarda, asosan nutqining rivojlanishiga, axloq me'yorlarining shakllanishiga asosiy e'tibor beriladi. Ularni tarbiyalashda maxsus tashkil etiladigan o'yin faoliyati katta o'rin tutadi. Bolaning rivojlanishi uchun didaktik ta'lim beruvchi va jamoa bo'lib birgalikda harakat qilishga o'rgatuvchi o'yinlardan foydalaniladi. Kichik maktab yoshida organizmning umumiy yetilishi fonida tarbiyalanuvchilarning harakat sohasi jadal rivojlanadi. Bu davr sport bilan, jismoniy madaniyat bilan faol shug'ullanish uchun juda qulaydir. Manashu jihatdan bolaning aynan shu

xususiyatlarni rivojlantiruvchi milliy xalq o'yinlaridan foydalanish tarbiyada ko'zlangan maqsadga yetish imkonini tezlashtiradi. Bunday o'yinlarda kichkintoylar mo'ljal olishni, izchil harakat qilishni va muayyan vaqt davomida ish bajarishni o'rganadilar. Harakat faoliyati tarzidagi harakatli o'yinlarning muayyan o'ziga xos xususiyati ham mavjuddir: u boladan signallarga tez reaksiya berishni ham, o'yin vaziyatini kutilmaganda o'zgartirib turishni ham taqazo etadi. O'yin chog'ida vujudga keladigan har turli vaziyatlar bolaning harakatlari karakteri va yo'nalishida zarur o'zgartirishlar qilishni, uning muskul kuchlarini muayyan tomonga qarab lozim darajada o'zgartirish zaruratini vujudga keltiradi. Bunday faol ravishda amalga oshiriladigan harakatli faoliyat tarbiyalanuvchilarning nerv sistemasini pishitadi, ulardagi qo'zg'alist va tormozlanish jarayonlarini takomillashtirib muvozanatga keltirib boradi, shuningdek ularda kuzatuvchanlik, topqirlik, o'zgarib turgan atrofdagi shart-sharoitlarda mo'ljal ola bilish, og'ir vaziyatdan chiqib ketish yo'lini qidirib topish, tez bir qatorga kelish va uni ijro etish, bunda jasurlik, chaqqonlik, tashabbus ko'rsatish, maqsadga erishish yo'lida harakat qilishning zarur usulini mustaqil ravishda tanlay bilish singari fazilatlarini tarbiyalashga yordam beradi. Xalq o'yinlarining donoligi shundaki, ularda hozirgi davrda yosh avlod jismoniy tarbiyasida dolzarb va samarali bo'lgan vositalar, usullar, shakl va uslublar saqlanib qolgan. Ushbu ishning dolzarbligi shundaki, so'nggi yillarda ilgari umume'tirof etilgan ko'plab madaniy an'analar yo'qoldi, insonga butun umri davomida hamroh bo'lgan ko'plab marosimlar va urf-odatlar o'tib ketdi. Bugungi kunga qadar ko'plab xalq o'yinlari unutilgan, ularning qoidalari yo'qolgan. Shu bois ham xalq o'yinlarini o'ynash juda ham muhim masaladir.

Xulosa qilib aytish mumkinki, milliy xalq o'yinlaridan foydalanishda, ularni qo'llashda shuni hisobga olish kerakki, bu yoshdagi tarbiyalanuvchilar aniqlikni talab etadigan mayda harakatlarga qaraganda keng, kuchli harakatlarga ancha moyil bo'ladi. Buni tarbiyalanuvchilar yosh davrlarini ishlab chiqqan buyuk pedagog YA.N.Komenskiy ham o'z vaqtida ta'kidlagan edi. Umuman bu yoshda tarbiyalanuvchilar juda ham harakatchanligi bilan ajralib turadi. Harakatchanlik esa maxsus, oqilona tashkil etilishni, harakatga soluvchi yurish-turish shakllarining to'g'riligini talab etadi. Milliy o'zbek o'yinlarini yoshlar, ayniqsa, maktab, maktabgacha yoshdagi tarbiyalanuvchilari sevib, maroq bilan o'ynamoqdalar. Bunday o'yinlar jismoniy tarbiya darslarida yoki maktabgacha ta'lim tashkilotlaridagina emas, balki hovlilar va bog', parklarda dam olish soatlarida o'ynalsa juda yaxshi bo'lardi. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ham mashg'ulotlarni milliy o'yinlarga bog'lab tashkillansa, nur ustiga a'lo nur bo'lar edi. Shuning uchun xalq milliy harakatli o'yinlariga e'tiborni kuchaytirish zaruriyati yanada yaqqol ko'rinmoqda. Qadriyatlariga e'tibor qaratish Sharq xalqlari madaniyatining juda ko'p unsurlarini saqlab qolishga va ulardan amaliy faoliyatda foydalanishga imkoniyat yaratiladi. Qadimgi mahalliy xalqlarimiz uchun an'anaviy milliy o'yinlar va milliy bellashuvlar qachonlardir ular hayotining ajralmas bir qismi bo'lgan, ular xalq marosimlarida, rasm-rusumlarda va urf-odatlarda mustaqil bir soha sifatida faoliyat ko'rsatib kelgan, mutahkam o'rin olgan. Yosh avlodning jismoniy jihatdan to'kis, sog'lom, mehnatga va Vatanni himoya qiluvchi tarzida o'sishidan xalq ham, jamiyat ham manfaatdor. Buning uchun maktabgacha yoshdagi tarbiyalanuvchilar jismoniy madaniyat bilan chuqur shug'ullanishlari, turli milliy o'yinlardan foydalanish mahoratini egallashlari kerak bo'ladi. Bu esa yosh avlod tarbiyasini yanada kuchaytirish, ularni o'z xalqi, mustaqil davlati va jamiyati oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liqdir.

Yuqoridagi xulosalardan kelib chiqqan holda quydagi takliflarni berishimiz mumkin.

1. Mashg'ulotlar davomida xalq milliy o'yinlarini mujassam ettiruvchi faoliyat ishlanmalar ishlab chiqish lozim. Bunda eng xavfsiz o'yinlarni tanlash va yosh guruhiga moslash asosiy vazifa hisoblanadi.

2. Maktabgacha ta'lim muassasalarida sport musoboqalarini tashkillash va bu o'yinlarda bolalarning faolligini ta'minlash kerak.

3. Dam olish daqiqalarida milliy musiqa sadolari ostida (Andijon polkasi) xalq o'yinlarining ma'lum qismini qamrab oluvchi mashqlar qilish kerak deb o'ylayman.

4. Zamonaviy multimediya vositalaridan foydalanish bugungi kunning asosiy talabi ekan, milliy o'yinlarimiz aks etgan multfilm, qo'shiqlar namoyish etish maqsadga muvofiqdir.

5. Xalq o'yinlarida qo'llanuvchi anjomlarni (masalan, tarbiyachi boshchiligida uloq o'yini uchun mato qiyqimlaridan qo'zichoq yasash) qo'lda yasash va ular bilan ushbu o'yinni o'ynash bolalarda xalq o'yinlariga bo'lgan qiziqishni oshiradi.

Yuqoridagi fikrlarni jamlab, shuni aytishimiz mumkinki, xalq o'yinlari milliyligimizni sofligicha saqlashi bilan bir qatorda kelajagimiz poydevori bo'lmish bolajonlarimizni ham jismonan, ham ruhan chiniqishida ahamiyati katta.

Fodalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi. T.: O'zbekiston, 1992.
2. Mirziyoyev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik- har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak". T.: O'zbekiston 2017.
3. Mirziyoyev Sh.M "Harakatlar strategiyasi 2017-2021 y" T.: Ma'naviyat, 2017
4. Mirziyoyev Sh.M "Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. T.: O'zbekiston, 2017
5. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun. Barkamol avlod – O'zbekiston taraqqiyotining poydevor. T.: Sharq, 1997
6. "Ilk qadam" maktabgacha ta'lim muassasining davlat o'quv dasturi. T.: 2018
7. Qodirova F.R, Qodirova R.M. Maktabgacha ta'lim konsepsiyasi. T, Fan va texnologiya 2011
8. O'zbekiston Respublikasi davlat maktabgacha ta'lim tashkiloti to'g'risidagi Nizom. T: 2017
9. Hasanboyeva O. Tadjiyeva M, Toshpulatova Sh va boshq. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. T.: Ilm-ziyo, 2012
10. Qodirova.F, Toshpulatova Sh, A'zamova M. Maktabgacha pedagogika. O'quv qo'llanma T.: Ma'naviyat, 2013
11. Qodirova F. R. Tashpulatova Sh.K. Tarbiyalanuvchilar bog'chasida metodik ishlar. Darslik T.: Voris, 2012
12. Qayumova N. Maktabgacha pedagogika. T.2013
13. Qodirova. F.R, Toshpo'latova Sh. Q, Kayumova N.M, A'zamova M.N Maktabgacha pedagogika. Darslik "Adabiyot uchqunlari" nashriyoti 2018
14. Qodirova. F.R, Toshpo'latova Sh. Q, Kayumova N.M, A'zamova M.N Maktabgacha pedagogika. Darslik "Tafakkur" nashriyoti 2019