

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11180652>

BOSHLANG'ICH SINFLARDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISH TAJRIBASINI O'RGANISH

Musurmonov Husan To'raqul o'g'li

O'zbekiston Finlandiya pedagogika instituti
Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrası o'qituvchisi

Nizomov Behzod Rahimjonovich

O'zbekiston Finlandiya pedagogika instituti
Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrası o'qituvchisi

Eshmurodov Abdulla Husniddin o'g'li

O'zbekiston Finlandiya pedagogika instituti
Jismoniy madaniyat, sport va maktabgacha ta'lim fakulteti talabasi

***Annotatsiya:** ushbu maqolada boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlardan foydalanish, o'tkazilgan tadqiqot natijalari va yo'l qo'yilgan kamchiliklarni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar berilgan. Bundan tashqari jismoniy sifatlarni oshirishda harakatli o'yinlar ularning organizmga ta'siri jarayonlarining ham o'zgarishidagi natijalar bayon etilgan.*

***Kalit so'zlar:** boshlang'ich sinf, teskorlik, URM, nafas olish, harakatli o'yin, charchoq, natija, so'rovnoma, tanafusda o'tkaziladigan o'yinlar, ta'lim muassasa, malakali sportchi tayyorlash.*

Jismoniy tarbiya darsida va darsdan tashqari olib boriladigan sport to'garaklarida o'tkaziladigan harakatli o'yinlardan foydalanish bolalar jismoniy sifatlarini rivojlantirish va harakat malakalariga o'rgatish samaradorligini oshiradi. Ushbu fikrning qanchalik to'g'riligi 1 bobda qayd etilgan ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili aniq isbot qilib beradi.

Ma'lumki, bolalar go'dakligidan boshlab erkin harakat qilishni yoqtiradilar. Bunday erkin harakatlar bemaqsad bo'lmaydi. Agar turli-tuman o'yinchoqlar (qo'g'irchoqlar, ayiqcha, qushcha, samolyot, avtomobil, traktor va h.) har hil joylarga sohib tashlangan bo'lsa, emaklab yuradigan yoshdagi bolalar ham o'zi yoqtirgan (rangi, turi, katta-kichikligi) o'yinchoqlarni olish niyatida harakat qiladilar. Demak, jismoniy yoki sport mashg'ulotlarini tashkil qilishda ham bolalarning yoshi, jinsi, qiziqishi va boshqa xislatlari e'tiborga olinishi lozim.

Jismoniy tayyorgarligi(sport tayyorgarligi) ko'p bosqichli murakkab pedagogik jarayon bo'lib, mashg'ulotlarni ilmiy asosda tashkil qilishni taqazo etadi. Mashg'ulotlarda qo'llaniladigan jismoniy va texnik-taktik mashqlar shug'ulanuvchi bolalarning yoshi, jismoniy va funksional imkoniyatlariga moslab rejalashtirilishi va qo'llanilishi lozim. Ushbu mashqlar soni, shiddati, qaytarilishi va davom etishi vaqti biologik qonuniyatlarga asoslanishi darkor. Agar mashqlar hajmi bolaning imkoniyatidan o'ta yuqori bo'lsa, bunday yuklama shu bolaning organizimiga salbiy ta'sir etishi mumkin. Aksincha, mashq yuklamasi imkoniyatdan kam bo'lsa shakllanish jarayoni pasayishi, organizmni mashq bilan to'yinganlik holati susayishi kuzatiladi.

Ayrim trenerlar qisqa muddat ichida jismoniy sifatlarni rivojlantirishni jadallashtirish, tezroq malakali sportchi tayyorlash maqsadida maxsus va ixtisoslashgan mashqlarni zo'rma-zo'raki qo'llaydilar, to'g'ri, ayrim hollarda ya'ni agar bolaning irsiy va individual jismoniy imkoniyatlari zahirasi ko'p bo'lsa, bunday bola tez orada yaxshi sportchi bo'lib yetishishi mumkin. Ammo, aksariyat hollarda bunday katta yuklamali mashg'ulotlar bolaning tez charchashi, zo'riqishi, hatto uning kasallanishiga olib kelishi mumkin. Sport amaliyotida shunday holatlar ham uchraydiki, bir biriga o'xshash muntazam beriladigan mashqlar sport bilan endi shug'ullanishni boshlagan bolada qiziqishini so'ndiradi, unda sportga bo'lgan qiziqish yo'qoladi, natijada u sport bilan shug'unlanmay qo'yadi. Shuning uchun yosh sportchilarni tayyorlashda, ayniqsa dastlabki o'rgatish bosqichida jismoniy sifatlarni rivojlantirish, texnik-taktik mahorati «qisqaroq yo'l bilan» shakllantirishda harakatli o'yinlardan foydalanish juda foydali va muhim masala bo'lib hisoblanadi. Ana

shunday masalalar holatini o'rganish uchun biz 2, 3 va 4 sinf o'quvchilari o'rtasida so'rovnoma o'tkazdik (1 jadval).

1 jadval

O'quvchilar ishtirokida o'tkazilgan so'rovnoma natijalari (n=30)

t/r	Savolnoma	Ha	Yo'q	Qisman
1.	JT o'qituvchingiz HO' larning ahamiyati haqida suhbatlar o'tkazadimi?	6	20	4
2.	JT darsida HO' lar qo'llaniladimi?	12	6	12
3.	Katta tanaffuslar yoki darsdan tashqari vaqtlarda HO' lar o'tkaziladimi?	12	10	8
4.	Bolalar bog'chasiga qatnashyotgan davringizda HO' lar o'tkazilarmidi?	24	-	6
5.	Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi HO' larni bilasizmi?	8	10	12
6.	Bolalar bilan to'planib maktabda yoki mahallada HO' lar o'ynaysizmi?	28	-	2
7.	Milliy halq o'yinlarini milliy qadriyat deb tushunasizmi?	7	17	6

O'quvchilar ishtirokida o'tkazilgan savolnoma natijalari shuni ko'rsatdiki, turli mazmun va mohiyatga ega harakatli o'yinlari respondent bolalar hayotida, jumladan ularning ma'naviy va jismoniy tarbiyasida to'la-to'kis aks etmas ekan. Buni quyidagi taqdim etilgan savollarga olingan javoblardan bilsa bo'ladi.

Savolnomada «JT o'qituvchingiz HO' larning ahamiyati haqida suhbatlar o'tkazadimi?» - deb qo'yilgan savolga respondentlarning faqat 6 nafari ijobiy javob qaytarishdi, 20 nafari «Yo'q», 4 nafari esa «Qisman» deb fikr bildirdilar. Agar jismoniy tarbiya darslarida yoki boshqa sharoitlarda HO' lar qo'llanilgan taqdirda ham ular haqida yetarli nazariy bilimga ega bo'lish muhimdir. «JT darsida HO' lar qo'llaniladimi?» - degan savolga 12 nafar o'quvchilar «Ha», 6 tasi «Yo'q» va 12 nafari «Qisman» deb javob berishdi. Bolalar bilan o'tkazilgan og'zaki suhbatlarda ular aksariyat futbol va boshqa sport o'yinlari bilan shug'ullanishlarini bildirdilar.

Afsuslanarli joyi shundaki, so‘rovnomada ishtirok etgan ko‘pchilik o‘quvchilar hatto tanaffuslarda yoki darsdan tashqari vaqtlarda ham (3 savol) maqsadli tashkil qilingan HO‘ lar bilan mashg‘ul bo‘lishmas ekan. Respondentlarning 18 nafari «Yo‘q» yoki «Qisman» degan fikrni himoya qiladilar.

Shu bilan bir qatorda 4 savolga berilgan natijalardan bolalarning ko‘pchilik qismi (24 nafari) bolalar bog‘chasiga qatnagan davrlarida HO‘ larda muttasil ishtirok etishgan.

Bolalarning javoblariga qaraganda ular hatto qanday mazmunli HO‘ lar qanday sifat yoki xislatlarni shakllantirishni ham aniq farqlay olmas ekanlar (5 savol javoblariga qarang). Lekin harakatli o‘yinlarning mohiyatini bilmasalar-da, deyarli barcha respondentlar maktabda yoki o‘z mahallalarida harakatli o‘yinlar bilan mashg‘ul bo‘lar ekanlar.

Savolnoma natijalaridan ko‘zga tashlanadigan yana bir salbiy holat bu – 7 savolga olingan javoblardir. Jumladan «Milliy xalq o‘yinlarini milliy qadriyat deb tushunasizmi?» - deb nomlangan savolga bolalarning 7 nafari «Ha» deb javob berishgan bo‘lsa, 17 nafari «Yo‘q», 6 nafari «Qisman» degan fikrni bildirishdi.

Ma‘lumki, jismoniy tarbiya darslari bo‘yicha tasdiqlangan o‘quv rejasiga harakatli o‘yinlar mustaqil fan sifatida kiritilgan, nazariy va amaliy darslar barcha sinflarda rejalashtirilgan. Lekin, bolalardan bunday javoblar olinishi ushbu masalaga jiddiy yondoshish zarurligiga e‘tibor qaratadi.

Akademik darslarda ham, darsdan tashqari o‘tkaziladigan mashg‘ulotlarda ham jismoniy sifatlarni rivojlantirish, sport malakalariga o‘rgatish ustivor jihatdan harakatli o‘yinlar orqali hal qilinishi qo‘yilgan maqsadlarga tezkor va samarali erishish imkoniyatini yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Achilov A.M. Akramov J.A. Goncharova O.V. Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash. 2004 y. Toshkent.
2. G.X.Xolboyeva “Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi” Samarqand-2022
3. A.S.Amirov., B.R.Nizomov./H.T.Musurmonov "Boshlang‘ich sinflarda sport va sog‘lomlashtirish ishlarini tashkil etish” Samarqand-2023
4. Usmonxo‘jayev T., Xo‘jayev F. 1001 o‘yin T., 1990
5. Usmonxo‘jayev S., Aliyev M.B., Sagdiyev H.H., Turdiyev F.K., Akramov J.A. Bolalar va o‘smirlar sporti mashg‘ulotlari nazariyasi va uslubi. T., «ILM ZIYO». 2006