



UDK: 796.1:737.1(575.1)

Ulug'bek KARIMOV,
O'zbekiston Milliy universiteti dotsenti
E-mail: uzmu.ukarimov@mail.ru

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) M.Qirg'izboyev taqrizi asosida

PEDAGOGICAL POSSIBILITIES OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS WITH THE USE OF UZBEK NATIONAL MOBILE GAMES

Annotation

This article highlights the role and importance of national mobile games in the training of physical education of students in our country. Besides, methods and means of physical education in educational institutions are analyzed.

Key words: physical education, youth, sport, school, mobile games, training, competition, teaching.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ С ПРИМЕНЕНИЕМ УЗБЕКСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Аннотация

В данной статье освещены роль и значение национальных подвижных игр в подготовке по физическому воспитанию учащейся молодёжи в нашей стране. Кроме того, проанализированы методы и средства физического воспитания в учебных заведениях.

Ключевые слова: физическое воспитание, молодёжь, спорт, школа, подвижные игры, тренировка, соревнование, обучение.

O'QUVCHI-YOSHLARNI JISMONIY TARBIALASHDA O'ZBEK MILLIY HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISHNING PEDAGOGIK IMKONIYATLARI

Annotatsiya

Ushbu maqolada mamlakatimizda o'quvchi-yoshlarni jismoniy tarbiyalashda o'zbek xalqining milliy harakatli o'yinlarning ahamiyati to'g'risidagi ma'lumotlar yoritilgan. Bundan tashqari o'quvchi-yoshlarni ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat fania tayyorlash uslublari hamda mashg'ulotlar jarayoni haqida bayon qilingan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, yoshlar, sport, maktab, harakatli o'yinlar, mashg'ulot, musobaqa, ta'lim.

Kirish. 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.

Ayniqsa, O'zbekiston mustaqillikka erishgandan so'ng milliy qadriyatlarimiz, an'analimizga bo'lgan e'tibor yanada kuchaydi. Bu hayotning hamma jabhalarida turli darajada o'zini namoyon eta boshladi, jumladan tarbiyaning asosiy qismlaridan biri jismoniy madaniyatda ham. "Jismoniy tarbiya, - deyiladi O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi qonuni"da, - O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi qonuni"da, - O'zbekiston Respublikasi xalqlar milliy madaniyatining ajralmas qismi, jismoniy va madaniy, ma'naviy kamolotining muhim vositasi" ekanligi ta'kidlanadi [1].

Bu esa yosh avlodni sog'lom va barkamol qilib tarbiyalovchi jismoniy madaniyat oldiga katta ma'suliyatli vazifalar qo'yadi. Yosh avlodni jismoniy baquvvat qilib tarbiyalashga imkon beradigan, ularning jismoniy sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan jismoniy madaniyatini milliy lashtirishiga, bunda xalqimizning unitilib borayotgan milliy o'yinlarini to'plash, hayotga-maktabga tadbiq etish, rivojlantirish yo'llari va usullarini qayta ko'rib chiqish

zaruriyatini keltirib chiqaradi. O'zbek xalqining ko'p yillar davomida shakllangan, avlodlariga meros bo'lib qolgan milliy harakatli o'yinlaridan foydalanish mustaqillikka erishgan bugungi kunlarimizda juda ham zarur.

O'zbek xalq milliy harakatli o'yinlarini ilmiy jihatdan tadqiq etish, ularni maktab, bog'cha o'quv dasturlariga kiritish, ijtimoiy-tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan turlarini sport darajasiga ko'tarish jismoniy madaniyat fani oldidagi eng dolzarb muammolardan biriga aylanganligini ko'rsatadi.

Maktabda jismoniy tarbiya darslarida xalq milliy harakatli o'yinlarini o'tkazish usullarini to'liq egallamagan o'qituvchilar hozircha ko'pchilikni tashkil etadi. Buning ustiga ijtimoiy voqe'lik, pedagogik amaliyot va nazariyot keng omma o'rtasida tug'ilib, rivojlangan xalq pedagogikasining eng yaxshi yutuqlaridan samarali qo'llash, xalq pedagogikasi g'oyalari asosida fikr yuritish o'quv tarbiyaviy ishning muvaffaqiyatini ta'minlovchi hal qiluvchi omillardan ekanligiga guvoh beradi. Shu bois tadqiqot natijalaridan amaliyotda keng foydalanish mumkin.

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 o'qituvchilarning har kungi ta'lim-tarbiyaviy ishlariga aylantirishdan iborat.

Shunga ko'ra o'sib borayotgan avlodning tarbiya tizimida xalq pedagogikasi tajribalari yoshlarning xarakteri va ongini boshqaruvchi vosita, asosiy kuch deb hisoblanadi.

Shundan kelib chiqib, o'tkazilgan tadqiqotning maqsadini maktabda jismoniy tarbiya darslarida xalq milliy harakatli o'yinlaridan foydalanish orqali 7-8 yoshli o'quvchilarning jismoniy sifatlarini oshirish yo'llarini aniqlash, rivojlantirish, milliy o'yinlarning rolini oshirishning samaradorligini aniqlashdan iborat.

Tadqiqotda mana shunday maqsadlarni ko'zda tutgan holda, biz o'z oldimizga quyidagi vazifalarni qo'ydik.

1) jismoniy madaniyatning xalq an'analari bilan bog'liqligini ko'rsatib berish, o'zbek xalq o'yinlarining va respublika ijtimoiy hayotining turli tomonlari bilan bog'liqligini oydinlashtirish;

2) xalq milliy harakatli o'yinlaridan foydalanish orqali umumta'lim maktablarining 7-8 yoshli o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini aniqlab, rivojlantirish jarayonini kuzatish orqali ma'lum xulosalar chiqarish;

3) jismoniy tarbiya darslarida o'zbek xalq o'yinlaridan foydalanish orqali bolalarda jismoniy sifatlarini tarbiyalashning samarador usullari, shakllari, yo'llarini aniqlash;

Tadqiqotning obyektini o'zbek xalq milliy o'yinlari, maktab o'quvchilarning jismoniy rivojlanish jarayoni umumta'lim maktablaridagi 7-8 yoshli bolalarning milliy harakatli o'yinlarga asoslangan jismoniy tarbiya darslari tashkil etdi.

Jismoniy madaniyatning komil insonni jismoniy tarbiyalashlik muqaddas vazifalarini bajarishda barcha o'quv yurtlari ta'lim tizimidagi yosh avlodni jismoniy baquvvat, chaqqon, irodali, vatanparvarlik ruxida tarbiyalab voyaga yetkazish uchun jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risidagi" qonuni va uni bajarish tadbirlariga suyanan xolda yangi usullarni tashkil qilish va o'tkazish maqsadga muvofiqdir.

Ushbu ishlar samarali bajarilishi uchun bolalarning eng kichik yoshidan boshlab milliy o'yinlar vositasi bilan jismoniy salomatlik "poydevorini qurish" ni amalga oshirish mumkin.

Shu bilan birga o'zbek xalq milliy o'yinlarini to'plash va ularni hayotga tadbiiq etish, ulardan oqilona foydalanish bugungi kunda oldimizda turgan ham nazariy, ham amaliy ahamiyatga ega bo'lgan muhim vazifa bo'lib hisoblanadi. Ushbu vazifa yosh avlodni sog'lom va barkamol qilib tarbiyalovchi jismoniy madaniyat 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 madaniyatini tashkiliy va pedagogik jarayonlar bilan birga bir-biriga bog'lab kelgan uzviylikda ko'rib chiqish lozimligini keltirib chiqaradi, bunda milliy xalq o'yinlarining roli katta ekanligini qayta-qayta ta'kidlab o'tmoqchimiz. Shuning uchun xalqimizning asrlardan-asrlarga o'tib kelayotgan milliy o'yinlarini avaylab-asrab keyingi avlodga yetkazish yo'llarini izlash, ishlab chiqish va hayotga tadbiiq etish bizning maqsadimizdir.

Milliy xalq o'yinlarini xalqimizning bir necha yillik madaniy boyliklari haqidagi tasavvurlarini ma'lum darajada

kengaytiradi, hozirgi hayotga singdirish yo'llarini boyitishga yordam beradi.

Milliy harakatli o'yinlar jismoniy tarbiyaning eng ta'sirchan usullaridan bo'lib, o'quvchilarda aqliy, ahloqiy va nafasot tarbiyasini birgalikda muvaffaqiyatli amalga oshirishda muhim vositadir. Shuning uchun bolalar o'yinlarining ruhi, tabiati, saviyasi, ishtirokchilarning hatti-harakatlari kabi jihatlarga ham e'tibor berish zarur. Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy madaniyatini qiziqarli va foydali o'tkazish uchun biz tavsiya etayotgan ba'zi milliy o'yinlardan foydalanishda ham xuddi shu xususiyatlarga e'tibor berish kerak.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida qadriyatlarga muhabbat uyg'otish, xalq an'analari 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 madaniyaga qiziqirish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish masalalari ko'pgina olimlar tomonidan o'rganilgan. Mazkur olimlarning tadqiqotlarida bolalarning jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi, harakat faolligi sustligi aniqlangan.

Xalq milliy o'yinlarining ijtimoiy-pedagogik xususiyatlarini o'rganish borasida talay ishlar qilindi. Bir qancha olimlar o'z tadqiqotlarida xalq milliy harakatli o'yinlarida foydalanish haqida u yoki bu darajada fikr yuritganlar.

Bolalar va o'smirlarning harakat faolligini oshirishga yordam beradigan omillar: milliy harakatli o'yinlar, milliy mashqlar elementlari, bellashuvlar va sport turlari, jismoniy tarbiyaning an'anaviy vositalaridan foydalanish yo'llari ko'rsatilgan.

So'nggi yillarda professor F.N.Nasriddinov boshchiligidagi bir guruh mutaxassisliklar, yosh tadqiqotchilar milliy o'yinlarni o'rganish, ularni xalq o'rtasida ommalashtirish maqsadida bir qator ilmiy-amaliy ishlarni, nashrlarni amalga oshirishga muvaffaq bo'ldilar.

Bu sohada professor A.Q.Atoyevning ilmiy ishlari ham aytib o'tish o'rinlidir. Uning xalq o'yinlaridan maktabda, oilada, darsdan tashqarida, jamoat joylarida foydalanish haqidagi bolalarni tarbiyalashda chaqqonlik, epchillik dorkor, kuch-quvvat kabi xususiyatlarining takomili to'g'risidagi tadqiqotlari qiziqish uyg'otadi.

Bulardan tashqari har yili o'tkazilayotgan ilmiy-amaliy anjumanlar va shu munosabat bilan nashr etilayotgan to'plamlarda ham xalq milliy o'yinlariga e'tibor kuchaygani, ularni o'rganish, to'plash borasida tadqiqotlar yaratilmoqda.

Shu bilan birga pedagogika fani ham yoshlarning jismoniy tarbiyasi, ularda harakatli sifatlarini rivojlantirish, muntazam olib boriladigan mashg'ulotlar orqali jismoniy madaniyatga extiyoj va qiziqishni uyg'otish muammolariga hamisha diqqat qilib keldi va kelmoqda.

Ko'rinadiki, bir qator ishlarda u yoki bu tarzda mazkur muammo haqida fikrlar yuritilgan bo'lsa-da, o'zbek xalq milliy o'yinlari vositasida 7-8 yoshli o'quvchilarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash muammosi jismoniy madaniyat tizimida hamda, xalq pedagogikasida to'liq xolda maxsus tadqiqot predmeti bo'lgan emas.

Milliy o'yinlar bilan shug'ullanish jarayonida mehnat tarbiyasi amalga oshiriladi. Bolalarning salomatligi yaxshilanadi, ularda harakat malakalari shakllanadi, mehnat faoliyati uchun zarur bo'lgan jismoniy fazilatlar rivojlanadi. Bolalarni mehnatga tayyorlashda jismoniy madaniyatning, jumladan, xalq milliy o'yinlarining tutgan o'rini ularga tushuntirish va bu tushunchani ularning ongida shakllantirish g'oyat muhim ahamiyatga ega.

Xalq milliy o'yinlarini o'rgatish jarayonida o'quvchilar xalqona an'analarga sodiq holda yaxshi tarbiya

ko'radi, o'rgangan narsalarini puxta eslab qoladi. Bolalarda ruhiy jarayonlar (tarbiya, tafakkur, xotira, tasavvur va boshqalar) ning, shuningdek, fikrlash faoliyatlari (kuzatish, taqqoslash, tahlil qilish, sintezlash, umumlashtirish va hokozolar) ning, barchasi rivojlana boshlaydi.

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasining quyidagi asosiy vazifalarini bajarishda ham xalq milliy o'yinlarining roli va o'rni nihoyatda katta ekanligi ko'rinadi:

1. Sog'liqni mustahkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish.

2. O'quvchilarga jismoniy madaniyat va sportga oid maxsus bilimlar berish, ularga gigiyenik bilim va ko'nikmalarni singdirish.

3. O'quvchilarda harakat malakalarini va ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish, yangi harakat turlariga va harakat faoliyatiga o'rgatish.

4. Yoshga muvofiq ravishda asosiy harakat sifatlarini (kuch, tezkorlik, ephchilik, chidamlilik va boshqalar) rivojlantirish.

5. Botirlik, qattiylik, nizomlilik, jamoaga birlashish, do'stlik hissini madaniy hulq ko'nikmalarini, mehnatga munosabatini tarbiyalash.

6. Turganda va yurganda qomatni to'g'ri tutish ko'nikmalarini shakllantirish.

7. O'quvchilarda jismoniy madaniyat va sport bo'yicha muntazam mashg'ulotlarga barqaror qiziqish va ko'nikmalarini tarbiyalash.

8. O'quvchilarga tashkilotchilik malakalarini singdirish, jamoatchi jismoniy madaniyat faolini tayyorlash.

Xulosa. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, milliy xarakatli o'yinlarni hamma fazilatlar, qobilyatlar, sifatlarini tarbiyalash bilan bir qatorda aqliy va xarakat ko'nikma hamda malakalarining shakllanishida asosiy o'rinlarni egallaydi. Tajriba xalq milliy o'yinlarni jismoniy tarbiya darslariga kiritish uchun:

-ularni turkumlarga bo'lish;

-jismoniy sifatlarini rivojlantirishiga qarab tanlanishni;

-yilning fasllarida qo'llaniladigan o'yinlarni aniqlash zarurligini isbotladi.

ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasining Qonuni "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi qonuniga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish haqida 2015 yil 4 sentyabrdagi O'RQ-394-sonli Qonuni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 10 avgustdagi "Nufuzli xalqaro sport musobaqalarida yuksak natijalarga erishgan O'zbekiston sportchilarini jamoat va sport ishlariga keng jalb etish hamda sportchilarni va ularning trenerlarini rag'batlantirish to'g'risida"gi PQ-3196-sonli Qarori.
3. Ta'lim sohasidagi huquqiy –me'yoriy hujjatlar to'plami (2010-2019 y.y.)
4. Abdumalikov R. Abdullayev A. Xalq milliy o'yinlari mazmunida ma'naviyat masalalari. T.: 1995.14 b.
5. Isakova M T. Komil inson tarbiyasida milliy qadriyatlar. Alpomish. Ilmiy-amaliy anjuman matnlari. Farg'ona 2000. 41-45 b.
6. Usmonxo'jayev T., Xo'jayev F. Harakatli o'yinlar, 1992. 3-4 b.
7. Usmonxo'jayev T.S. Nauchno-pedagogicheskiye osnovi fizicheskogo sovershenstvovaniya detey v svyazi s ix dvigatelnoy aktivnostyu. Avtoref. diss. ...dokt. ped. nauk. – Toshkent 1995.-49b.
8. Xaydarov K.S. Metodika povisheniya fizicheskoy podgatovlennosti uchashixsya v usloviyax shkoli-internata: Avtoref. diss. ...dokt. ped. nauk.-Tashkent,1998, b.5.
9. Xo'jayev F., Adris E.R., Islamov B., Solixov. "Xalq o'yinlari, milliy sport turlarini qayta tiklash va aholini jismoniy tarbiyalashda ulardan keng foydalanish usullari" mavzusiga bag'ishlangan jumhuriyat ilmiy-amaliy anjumanining tezislari. 19-20 aprel 1991 yil, 1-qism, b. 8-10.