

HARAKATLI O‘YIN ELEMENTLARIDAN FOYDALANIB JISMONIY TARBIYA METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH (7–9 YOSHLI BOLALAR MISOLIDA)

Zayniddinov Tojiddin Baxriddinovich,

*Nizomiy nomidagi O‘zbekiston Milliy pedagogika universiteti,
Maktabgacha va boshlang‘ich ta‘lim fakulteti,
Jismoniy tarbiya va sport kafedrasida professori v.b.*

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18639630>

Annotatsiya. Maqolada 7–9 yoshli bolalar bilan olib boriladigan jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini takomillashtirishda harakatli o‘yin elementlaridan samarali foydalanish imkoniyatlari yoritilgan. Tadqiqot davomida harakatli o‘yinlar orqali bolalarning harakat koordinatsiyasi, tezkorligi, chaqqonligi, ijtimoiy faolligi va jismoniy rivojlanish ko‘rsatkichlarini yaxshilash mexanizmlari tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: harakat, o‘yin, tarbiya, bolalar, metodika, rivojlanish, element.

Аннотация. В статье освещаются возможности эффективного использования элементов подвижной игры для совершенствования занятий по физическому воспитанию с детьми 7–9 лет. В ходе исследования были проанализированы механизмы улучшения координации движений, скорости, ловкости, социальной активности и показателей физического развития детей посредством подвижных игр.

Ключевые слова: движение, игра, образование, дети, методика, развитие, элемент.

Abstract. The article discusses the possibilities of effective use of elements of active games in improving physical education classes with children aged 7–9. The study analyzed the mechanisms of improving children's movement coordination, speed, agility, social activity and physical development indicators through active games.

Keywords: movement, game, education, children, methodology, development, element.

Kirish. Bugungi kunda 7-9 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya metodikasini takomillashtirish zarurati, harakatli o‘yin elementlaridan foydalanish orqali yanada dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Buning birinchi sababi bolalar salomatligini muhofaza qilish va ularning jismoniy rivojlanishini ta‘minlashdir. O‘sib borayotgan texnologik taraqqiyot, ayniqsa, raqamli qurilmalar bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan muhit, bolalarning jismoniy faoliyatini pasaytirishga olib kelmoqda. Statistik ma‘lumotlarga ko‘ra, jismoniy aktivlik etishmovchiligi bolalarda semizlik, yurak-qon tomir kasalliklari va boshqa salomatlik muammolarini keltirib chiqarishi mumkin.

Ijtimoiy omillar ham muhim rol o‘ynaydi. Zamonaviy hayot sharoitlari, o‘zgaruvchan oilaviy tuzilmalar va bolalarning ko‘proq vaqtini uyda o‘tkazishi, ularning jismoniy faolligini pasaytirishi bilan bog‘liq. Shu sababli, harakatli o‘yinlar orqali bolalarni jismoniy faoliyatga jalb qilish, ularni sog‘lom hayot tarziga rag‘batlantirishga xizmat qiladi. Harakatli o‘yinlar bolalarda jamoaviylik, muloqot va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga ham yordam beradi. Shuningdek, iqtisodiy omillar ham ahamiyatga ega. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan ilgari surilgan “Sog‘lom avlod” dasturi doirasida bolalar jismoniy tarbiyasini rivojlantirishga qaratilgan investitsiyalar va resurslar

ko'paymoqda. Bu esa, o'z navbatida, harakatli o'yinlarni pedagogik jarayonga joriy etish imkoniyatlarini kengaytirmoqda. Bundan tashqari, ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, harakatli o'yinlar orqali bolalar nafaqat jismoniy, balki hissiy va ruhiy rivojlanish hamda kognitiv qobiliyatlarini oshirishda samarali bo'ladi. Shu sababli, 7-9 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya metodikasini takomillashtirish, harakatli o'yin elementlarini qo'shish orqali, bugungi kunda nafaqat salomatlik, balki ta'lim va tarbiya jarayonining sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Jahonda boshlang'ich sinf o'quvchilarida futbol o'yinlar vositasida shakllantirish masalalari bilan YUNISEF, YUNESKOning "Butunjahon sog'lom turmush madaniyati forumi", "Bola huquqlari to'g'risida"gi konvensiyasi, "Ming yillik rivojlanish" hamda "Bolalar hayot kechirishi uchun maqbul dunyoni yaratish to'g'risida"gi Deklaratsiyalari, BMTning "Barqaror rivojlanish maqsadlari – 2030" dasturi, Erasmus + Carasity Building Projest dasturi, IMEP loyihasi bola huquqlari sohasida xalqaro standartlarni shakllantirish, milliy qonunchilikda bolalar manfaatlarini muhofaza qilishning huquqiy asoslarini yanada takomillashtirish ularning insoniy fazilatlarini shakllantirishda muhim amaliy ahamiyat kasb etmoqda. Bu o'z navbatida, boshlang'ich sinf o'quvchilarida futbol o'yinlar vositasida fanlararo integratsiyani shakllantirishda ijtimoiy-ma'naviy muhitni barqarorlashtirish, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarni ma'naviy tahdidlarga nisbatan mafkuraviy immunitetini mustahkamlash zarurati ortmoqda. Mamlakatimizda o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish masalalariga A.Abdullayev, Sh.Xonkeldiyev, P.Qudratov, I.Morgunova, K.Mahkamjonov, P.Xo'jayev, B.I.Ne'matov, C.Ibraximov, A.Keneman singari olimlarning, bolalar sportini rivojlantirishda xalq milliy futbol o'yinlaridan foydalanish masalalari T.Usmonxo'jayev, A.Po'latov, P.Xo'jayev, K.Paximqulov, B.Nigmonov, P.Azizova, C.Tajibayev, I.Burnashev, M.A.Aslova, A.Meliyev, B.Qipchoqov, ta'lim tizimida axborot texnologiyalarini tatbiq etish masalasi U.Begimqulov, D.Mamatov, T.Kalekeyev, X.Nekboeyvlarning tadqiqot ishlarida o'rganilgan. Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi (MDH) mamlakatlari olimlaridan K.Balsevich, Ye.N.Vodovozova, L.V.Volkov, P.F.Kapterev, N.V.Yelina, A.A.Jurin, D.B.Elkoninlar tomonidan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida futbol o'yinlardan o'quvchilarni jismoniy sifatlarini rivojlantirish maqsadida foydalanish masalalari joriy qilingan.

Xorijlik olimlardan Margaret Mead, M.V.Bogdanov, A.V.Solovov, Piaje Jan kabilar shaxsda fanlararo integratsiyani shakllantirish muammolarini tadqiq etishgan.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot jarayonida pedagogik kuzatish, taqqoslash, test sinovlari va tajriba-uslubiy mashg'ulotlar metodlaridan foydalanildi. Tajriba ishlari 7–9 yoshli bolalar bilan jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga harakatli o'yin elementlarini tizimli ravishda joriy etish asosida olib borildi. Bolalarning jismoniy tayyorgarligi, harakat koordinatsiyasi va ijtimoiy faolligidagi o'zgarishlar darsdan oldin va keyin olingan

ko'rsatkichlar asosida tahlil qilindi. Olingan natijalar matematik-statistik usullar yordamida umumlashtirildi.

Tahlillar va natijalar. O'yin – kuchni tiklash uchun og'ir mehnatdan dam olish faoliyati. K.Gposs tomonidan ishlab chiqilgan nazariyaga ko'ra, o'yinlar turli jismoniy va ruhiy kuchlarni mashq qilish vositasi bo'lib xizmat qiladi. Odamlarning barcha faoliyati ikki turdagi manbalardan kelib chiqadi: tabiiy-organik va ijtimoiy-madaniy. Inson bu o'ziga xos funktsiyalari bo'lgan ko'plab a'zolaridan tashkil topgan murakkab organizmdir. Har bir organ tegishli faoliyatni talab qiladi. Ushbu talabdan norozilik butun organizmning buzilishi va yo'q bo'lishiga olib keladi. Inson faoliyatining tabiiy talablari sodda va nisbatan oson qondiriladi, ammo ijtimoiy-madaniy ehtiyojlar murakkab va qiyinchilik bilan qondiriladi. Ijtimoiy-madaniy ehtiyojlar juda muhim va yoqimli faoliyat uchun vaqt va energiya qoldirmasdan, insondan mashaqqatli mehnat talab qiladi. Bolalar ijtimoiymadaniy ehtiyojlarga qaraganda tabiiy-organik ehtiyojlar bilan ko'proq yashaydilar. Ijtimoiy-madaniy ehtiyojlarga esa ta'lim orqali erishiladi. O'z-o'ziga taqdim etilgan bolalar madaniy qobiqni tashlab, tabiatga yaqinroq bo'lishadi. Organik ehtiyojlar va so'rovlarni qondirish bolalarda juda oson, chunki ular, odatda, ota-onalari tomonidan zarur bo'lgan barcha narsalar bilan ta'minlanadi. Voyaga yetgunga qadar bolalar o'zlarining barcha ehtiyojlari bilan ta'minlanishi kerak, aks holda ularda rivojlanish me'yoriy kechmaydi. O'yin o'quvchi shaxsining rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ayniqsa, ularni jadal rivojlantirish va ijtimoiylashtirish bosqichida alohida pedagogik ahamiyatga ega. O'yinlarning o'ziga xos xususiyatlari o'quvchilarni mustaqil rivojlantirish umumiy va mustaqil rivojlantirish, ijtimoiylashtirish vositasi sifatida xizmat qilishidadir. O'yin o'quvchilarni jamoaga kirishishlarini ta'minlaydi. O'yin orqali o'quvchilar jamiyat a'zolari orasidagi munosabatlarni o'rganadilar va uning me'yorlarini o'zlashtiradilar. O'yin hamkorlikdagi faoliyatning yagona turi emas, shuning uchun ham, o'yinlar boshqa faoliyat turlari bilan bir qatorda, o'quvchilarning layoqatlarini to'laqonli tarzda ro'yobga chiqarishga yo'naltiriladi. O'yinlar, ayniqsa, o'quvchilardagi hamjihatlikda ijod qilish layoqatini ro'yobga chiqarishda muhim o'rin egallaydi. Bu jarayonda o'quvchilar ijtimoiy munosabatlar tizimiga kirishadilar. Natijada, xulq-atvor me'yorlari va insonlar bilan hamjihatlikda yashash ko'nikmalarini o'zlashtiradilar. Ularning intellektual taraqqiyotini ta'minlaydi. Buning natijasida, o'quvchilar ruhiyatining turli qirralari samarali rivojlanadi va ular orasida o'zaro do'stona munosabatlarga asoslangan hamkorlik muhiti qaror topadi. Jismoniy tarbiya oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarishda barcha o'quv yurtlari ta'lim tizimidagi yosh avlodni jismoniy baquvvat, chaqqon, irodali, vatanparvarlik ruhida tarbiyalab voyaga yetkazish uchun bolalarning eng kichik yoshidan boshlab milliy harakatli o'yinlar vositasi bilan jismonan salomatlik "poydevorini qurish"ni amalga oshirish mumkin. Jismoniy tarbiya metodikasida harakatli o'yin elementlaridan foydalanish, o'z navbatida, bir qator muammolarni keltirib chiqaradi

va bu masalalar jismoniy tarbiya sifatini pasayishiga olib kelishi mumkin. Birinchi muammo, bu metodikalar va o'yinlar orqali bolalarning jismoniy faolligini oshirishga qaratilgan dasturlarning yetarlicha ko'pligi emasligidir. O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimida jismoniy tarbiya sohasida innovatsion yondashuvlarning yetishmasligi, bolalarning jismoniy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Ma'lumotlarga ko'ra, 7-9 yoshli bolalarning 60 foizi jismoniy faoliyat bilan shug'ullanishda yetarli darajada faollik ko'rsatmaydi. Ikkinchi muammo, jismoniy tarbiya o'qituvchilarining malakasi va tajribasining yetarli emasligidir. O'qituvchilarning harakatli o'yinlar va ularning pedagogik ahamiyati bilan tanishmasligi, bu metodikalarni samarali qo'llay olmaslikka olib keladi. Ushbu muammolarni bartaraf etish zarur, chunki jismoniy tarbiya bolalarning nafaqat jismoniy, balki hissiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Bunday muammolarni hal qilish, bolalar uchun sog'lom va faol hayot tarzini shakllantirishga yordam beradi. Shuningdek, bolalar orasida jismoniy faollikni oshirish, ularning kelajakdagi salomatlik ko'rsatkichlarini yaxshilashga xizmat qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, jismoniy faol bolalar, kelajakda kamroq sog'liq muammolariga duch keladilar. Shuning uchun, mazkur muammolarni hal qilish, jismoniy tarbiyani zamonaviy talablar asosida takomillashtirish zarurdir. Tadqiqotning yakuniy maqsadi, 7-9 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya metodikasini harakatli o'yin elementlari orqali takomillashtirishdir. Ushbu maqsadga erishish jarayonida, bolalar jismoniy rivojlanishi, ijtimoiy ko'nikmalari va hissiy holatlari o'rtasidagi muvozanatni ta'minlashga qaratilgan innovatsion yondashuvlar ishlab chiqiladi. Tadqiqot jarayonida, harakatli o'yinlarning pedagogik qiymatini baholash va ularni jismoniy tarbiya dasturlariga integratsiya qilishning samaradorligini o'rganish nazarda tutilmoqda. Natijada, tadqiqot bolalar jismoniy faolligini oshirish, ularning salomatlik ko'rsatkichlarini yaxshilash va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beruvchi metodikalar va materiallarning yaratilishiga olib kelishi kutilmoqda. Shuningdek, jismoniy tarbiyada o'qituvchilarning malakasini oshirishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqish, bolalar uchun yanada samarali va qiziqarli ta'lim muhitini yaratishga xizmat qiladi. Mavzuning dolzarbligi, zamonaviy texnologik va ijtimoiy sharoitlar, shuningdek, bolalar orasida jismoniy faollikni oshirish zarurligi bilan bog'liq bo'lib, tadqiqot muammolarini hal qilish orqali sog'lom avlodni tarbiyalashga xizmat qilishi mumkin. Bu jarayon, jismoniy tarbiya metodikasini modernizatsiya qilish orqali, kelajak avlodning jismoniy va ruhiy salomatligini ta'minlashga yordam beradi. Tadqiqot davomida olingan asosiy natijalar, 7-9 yoshli bolalar orasida jismoniy faollik darajasini oshirish va harakatli o'yin elementlarining pedagogik samaradorligini ko'rsatdi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, o'yinlar orqali jismoniy tarbiya dasturlariga qatnashayotgan bolalarning faollik darajasi 35% ga oshdi. Bu, harakatli o'yinlar orqali bolalar orasida jismoniy faoliyatga bo'lgan qiziqishning ortishini anglatadi.

Shuningdek, tadqiqot davomida olingan ma'lumotlarga ko'ra, jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlardan foydalanish natijasida bolalarning ijtimoiy ko'nikmalari 40% ga yaxshilangan. Bu ko'rsatkich, bolalarning jamoaviy ishga qobiliyatini va muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantirishda harakatli o'yinlarning samaradorligini tasdiqlaydi. Tadqiqot natijalari, harakatli o'yin elementlarini jismoniy tarbiya metodikasiga qo'shish orqali, bolalar jismoniy rivojlanishini, ijtimoiy qobiliyatlarini va hissiy holatlarini yaxshilashga erishilayotganini ko'rsatadi. Misol uchun, darsdan oldin va keyin olingan test natijalari, bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasidagi o'zgarishlarni aniq ko'rsatib berdi: darslardan oldin 60% bolalar normativlarga javob bermasa, darslardan keyin bu ko'rsatkich 85% gacha oshdi. Bunday ko'rsatkichlar, tadqiqot maqsadlariga erishilganligini isbotlaydi va jismoniy tarbiyani takomillashtirishda harakatli o'yinlarning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari, 7-9 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya metodikasini takomillashtirishda harakatli o'yin elementlarining ahamiyatini ochib berdi. Olingan ma'lumotlar, o'yinlar orqali bolalarning jismoniy faollik darajasi 35% ga oshganini ko'rsatmoqda, bu esa ularning jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ijtimoiy ko'nikmalar 40% ga yaxshilanishi, jamoaviy ish va muloqot qilish qobiliyatlarining oshganini anglatadi. Dars davomida harakatli o'yinlardan foydalanish, bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini 60% dan 85% gacha oshirishga yordam berdi. Ushbu natijalar, jismoniy tarbiyani zamonaviy talablar asosida takomillashtirish muhimligini va harakatli o'yinlarni pedagogik jarayonga qo'shishning samaradorligini isbotlaydi. Bu jarayon, nafaqat bolalarning salomatligini, balki ularning ijtimoiy va hissiy rivojlanishini ham ta'minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Achilov A.M., Akramov J.A. Goncharova O.V. Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash. O'quv qo'llanma. 2004-y. Toshkent.
2. Abdullayev A., Xonkeldiev Sh.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. darslik. 2000-y. Toshkent.
3. Ibragimov A.T. Bo'lajak sport o'qituvchilarining emotsional intellekt va pedagogik kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish usullari. Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali Toshkent-2025-yil 7-son. B.728-732
4. Sharipov T.Yu., Usmonxodjaev T.S. Jismoniy tarbiya. Dars ishlanmalari va xarakatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. 2005-y.
5. Ibragimov A.T. Formation of professional training of future physical education teachers based on a competency-based approach. Web of scientist: Internationla scientific research journal. ISSN: 2776-0979, Volume 3, Issue 12, Dec., 2022
6. www.ziyonet.uz.
7. www.uza.uz
8. www.lex.uz