

HARAKATLI O‘YINLARNING YOSH SPORTCHILAR VA BOLALARNI TARBIYALASHDAGI NAZARIY AHAMIYATI

Atajanov Adilbek Yuldashevich

Urganch davlat universiteti “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”
kafedrasida dotsenti

Karimov Doniyor Komilovich

Urganch davlat universiteti “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”
kafedrasida dotsenti

E-mail: doniyor.karimov.88@bk.ru

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada harakatli o‘yinlar orqali yosh sportchilar va bolalarni tarbiyalashdagi ahamiyati haqida ma’lumotlar berilgan. Qolaversa jismoniy tarbiya va sport sohasidagi bir guruh olimlarning darslar va sport mashg‘ulotlarni harakatli o‘yinlar yordamida tashkil qilish kerakligi to‘g‘risidagi fikr va mulohazalari bayon qilingan.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya darslari, mashg‘ulot, harakatli o‘yinlar, jismoniy sifatlar, kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik, ko‘nikma va malaka.

АННОТАЦИЯ

В данной статье представлена информация о значении подвижных игр в воспитании юных спортсменов и детей. Кроме того, представлены мнения и комментарии группы ученых в области физического воспитания и спорта о необходимости организации занятий и спортивных тренировок с помощью игр-действий.

Ключевые слова: занятия физической культурой, тренировка, подвижные игры, физические качества, сила, скорость, ловкость, выносливость, гибкость, умение и компетентность.

ABSTRACT

This article provides information about the importance of action games in educating young athletes and children. In addition, the opinions and comments of a group of scientists in the field of physical education and sports about the need to organize lessons and sports training with the help of action games are presented.

Key words: physical education classes, training, action games, physical attributes, strength, speed, agility, endurance, flexibility, skill and competence.

O'yinlar o'zining hammabopligi (universalligi), ko'p funkcionalligi va keng ta'sirchanligi bilan xilma-xil toifalarga bo'linadi. Jumladan, jismoniy sifatlarni, nutqni, talaffuzni, merganlikni, tadbirkorlikni, hisobni va hakozi hislatlarni rivojlantiruvchi o'yinlar shular jumlasiga kiradi. Lekin, qanday o'yin bo'lmasin, unda harakat elementi yoki harakatlar majmuasi mavjud bo'ladi.

Harakatli o'yinlar o'z mazmuni va mohiyati jihatidan sport o'yinlaridan tubdan farq qiladi. Harakatli o'yinlar sport o'yinlari kabi maxsus tayyorgarlik, muayyan musobaqa qoidasi, sport kiyimi, muddati, maydoni, ishtirokchilar tarkibi kabi aniq chegaralangan me'yoriy omillarni talab qiladi. Faqat bittagina harakatli o'yinlarni turli joyda, vaqt davomida, kiyimda, tarkibda (soni va yoshi jihatidan) o'ynash mumkin. Eng muhimi harakatli o'yin davomida kuzatiladigan erkin va ixtiyoriy harakatlanish (nostandart harakat yo'nalishi, qichqiriq, xushchaqchaqlik va hokazo) ijobiy emotsional holatni (reaksiyani) yuzaga keltiradi. Ushbu holat esa o'z navbatida sport mashg'ulotida (yoki standart mashqlar seriyasini ijro etganda) tezroq vujudga keladigan charchash asoratlarini «chetlab» o'tishga yoki kechroq paydo bo'lishiga yordam beradi. Xulosa qilib aytganda, yuqorida qayd etilgan harakatli o'yinlarga xos mulohazalar ularning jismoniy tarbiya va sport borasidagi salohiyatini belgilab beradi. Demak, yosh sportchilarni tayyorlashda harakatli o'yinlarni, jumladan, xalq milliy o'yinlarining ahamiyati beqiyosdir.

Ma'lumki, harakatli o'yinlar turli xalq va elatlarning rasm-rusumi, udumi, an'analari hamda etnogenetik xususiyatlarini ifodalaydi. Shuning uchun ham bu harakatli o'yinlarni ko'pincha xalq o'yinlari deb yuritiladi.

Qadimgi mutafakkir olimlar va pedagoglar insonda saxiylik, rostgo'ylik, vatanparvarlik hissiyoti, raqibga nisbatan hurmat va tabiatni e'zozlash kabi hislatlarni aynan milliy o'yinlar ta'sirida tarbiyalash imkoni yuqori ekanligini e'tirof etganlar. Bu borada, ayniqsa, o'zbek xalq harakatlari o'yinlari turli hayotiy muhim odatlarni, malaka va ko'nikmalarini shakllantirish qudratiga egadir. Xalq o'yinlari shu xalqning kashfiyotidir. Shuning uchun ushbu o'yinlar uning ongida, ro'zg'or ishlarida, oila va mahalla tarbiyasida faol o'rin egallaydi. Harakatli o'yinlar, shu jumladan, xalq milliy o'yinlari noyob qadriyat sifatida faqatgina mamlakatimiz o'z mustaqilligiga erishgandan keyingina qayta tiklanib, hozirgi kunda aholi, ayniqsa o'quvchi yoshlar o'rtasida keng va jadal ommalashib bormoqda.

Xalq harakatli o'yinlari ilmiy obyekt sifatida borgan sari tadqiqotchi olimlar e'tiboridan mustahkam o'rin egallamoqda.

So'nggi yillarda sportchilarni tayyorlash, harakat malakalari va jismoniy sifatlarni shakllantirishda harakatli o'yinlar o'ta samarali vosita ekanligini isbotlovchi talaygina ilmiy adabiyotlar nashr etilgan (L.V. Bileyeva, I.M. Korotkov, 1982; I.M. Korotkov, 1988; M.S. Bril, 1980; T.S. Usmanxodjaev, F.X. Xo'jaev, 1990; 1992; A.I. Lisisa,

1991; T.S. Usmanxodjaev, X.A. Meliev, 2000; V.V. Kuzin, S.A. Polievskiy, 2000; F.A. Kerimov, N. Yusupov, M.A. Kurbanova, 2006 va boshqalar).

F.Kerimov va N.Yusupov (2003) lar harakatli o'yinlarni muntazam va qoidali tashkil etish jismoniy tarbiyani rivojlantirishning muhim omili bo'lishi tabiiy deb hisoblaydilar. Bunday o'yinlar bolalarning jismoniy rivojlanishini yo'lga qo'yishda, o'smir va yoshlarning alohida sport turlariga oid turli harakatlarini takomillashtirishga hizmat qiladi.

M.B.Aliyev, T.S.Usmanxo'jaev, X.X.Sagdiyev (2007) lar yosh futbolchilarning maxsus jismoniy sifatlarini rivojlantirishga oid to'p bilan bajariladigan harakatli o'yinlarni tavsiya etganlar. Jumladan ular kuch tezligi qobiliyatini shakllantirishga mo'ljallangan «To'p boshqaruvchiga», «To'p qo'shniga», «Vertikal nishon», tezlikni rivojlantirishga – «To'p ortidan yugurish», «To'p bilan estafetali yugurishlar», chaqqonlik uchun – «To'p bilan salom», «Tezroq sherikka», «Yugurib kelib to'siqlar tagidan» kabi harakat o'yinlar mohiyati, mazmuni va ahamiyatini ochib berishgan. (29,30,31)

A.I.Lisisa (1991) maktab yoshidagi bolalar uchun hayotiy zarur harakat malakali, jismoniy sifatlar, aniq mo'ljalga olish, muvozanat saqlash va ko'pgina sport turlari xususiyatiga xos malaka - ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan yakka, juftlik va guruh bo'lib ijro etiladigan harakatli o'yinlarni tavsiya etgan.

Umumiy va maxsus jismoniy sifatlar, harakat malakalari va ko'nikmalari, diqqat, xotira, vaqt va oraliqni his qilish, muvozanat saqlash, harakat aniqligi va boshqa qobiliyatlarni bolalarning yoshiga, tayyorgarligiga hamda sport turining xususiyatiga qarab tabaqalashtirib berilgan o'yinlar mazmuni va qoidalari L.V.Bileyeva, I.M.Korotkov (1982) larning o'quv qo'llanmasida atroflicha e'tirof etilgan.

T.S.Usmanxo'jaev, X.Meliyev (2000) lar shu narsaga e'tibor qaratishadiki, milliy harakatli o'yinlardan nafakat bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda foydalanish lozim, balki ixtisoslashtirilgan mazmunga ega o'yinlarni tanlab, topqirlik, xotira, diqqat, iroda, qat'iyatlik, zukkolik, hissiyot kabi hislatlarini shakllantirishda qo'llash alohida ahamiyat kasb etadi.

Xalq harakatli o'yinlari o'zining milliyligi, noan'anaviyligi va qadriyatboblighi bilan katta-yu kichkinani tarbiyalashda samarali vosita bo'lib hisoblanadi.

A.G.Skopinsev (1990) fikriga ko'ra, jismoniy tarbiya darslarning bolalarda qiziqish uyg'otish, ularni «o'z bag'riga» singdira olish «kuchi» shu darslar tarkibida muayyan millatning urf-odatlarini, udumlari, rasm-rusumlari va an'analarini aks ettiruvchi harakatli o'yinlar mavjudligiga bog'liqdir.

Jismoniy tarbiya darsida qo'llaniladigan harakatli o'yinlar muayyan didaktik tartibda amalga oshirilishi o'ta dolzarb ahamiyatga egadir. Avvalom bor o'yin mohiyati va maqsadini tushuntirish, so'ng uning mazmuni va qoidalarini yoritish zarur.

Boshlovchini tayinlash, sinfni jamoalarga ajratish, o'yinga rahbarlik qilish, hakamlik qilish va nihoyat o'yinni mantiqan to'g'ri yakunlash masalalariga jiddiy e'tibor qaratish lozim (G.I.Berger, Yu.D.Berger, 2003).

Bu borada O.Listov (2001) fikrlari diqqatni jalb qiladi. Chunonchi, uning ta'kidlashicha, dars faqat o'yinsimon shaklda o'tilsagina qiziqarliroq va samaraliroq bo'lishi mumkin. Uning aytishicha, darsning o'yinsimon shakli uning yakka yoki jamoa asosida tashkil qilish, bir yoki bir necha qoidalarni belgilash, asosiysi bolalar ushbu o'yin davomida erkin harakat qilish huquqiga ega bo'lish darkor. Hatto nisbatan murakkab harakat malakalariga o'rgatishda ham shu malakalar mazmuniga yaqin «qarindosh» yoki ularga moslashtirilgan o'yinlardan foydalanish dars samaradorligini oshirar ekan. Garchi, har bir sport turida yugurish, yurish, sakrash, dumalash, burilish, to'xtash va hakoza malakalar xos ekan, demak ularni shakllantirish samaradorligi harakatli o'yinlar yordamida amalga oshirilishi ma'qul.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)

1. D.K.Karimov "Ornizational and pedagogical conditions for the effective implementation of complex-combined methods of lessons in health physical culture". Ilmiy maqola. American journal of social and humanitarian research. ISSN: 2690-9626 Vol. 3, No. 9, 2022. USA.
2. D.K.Karimov "Complex-combined method of health training for middle age cyclists" Ilmiy maqola. American journal of social and humanitarian research. ISSN: 2690-9626 Vol. 3, No. 9, 2022. USA.
3. D.K.Karimov "Velosportning yosh avlodni tarbiyalashdagi roli". Tezis. Urganch davlat universiteti "Jismoniy tarbiya va sportni ommaviyligini oshirishning dolzarb muammolari" Respublika ilmiy-amaliy onlayn konferensiyasi materiallari. 2022-yil.
4. D.K.Karimov, A.Yu.Atajanov "Futbol o'yinidagi samarali taktik tizimlarni ahamiyati". Maqola. Educational Research in Universal Sciences 2 (1), 264-269. 2023 y.
5. D.K.Karimov "O'rta yoshli velosipedchilarning o'ziga xos tayyorgarligi va organizm holatini tavsiflovchi ko'rsatkichlar". Maqola. Educational Research in Universal Sciences 2 (14), 751-755. 2023 yil.
6. D.K.Karimov, A.K.Karimov "Importance of effective tactical systems at football". Ilmiy maqola. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. Vol. 7 No. 12, 2019 ISSN 2056-5852. 2019 yil.
7. D.K.Karimov, D.Saparboyev "Yangi o'rganuvchi futbolchilarni to'p bilan muomala qilish texnikasiga o'rgatish". Tezis. Jismoniy madaniyat sohasida ta'lim va o'qitish sifatini takomillashtirish mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy onlayn konferensiyasi materiallari. 2018 yil.

8. D.K.Karimov, A.K.Karimov “Sport hakamining tarbiyaviy faoliyati”. Tezis. O‘sib kelayotgan yosh avlod jismoniy tarbiyasi va sportda innovatsion texnologiyalar mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy onlayn konferensiyasi materiallari. 2019 yil.
9. N. Safarboyev, L. Abdirahmonov, D. Karimov “Futbol to‘garagida texnik tayyorgarlikka doir mashg‘ulotlarni olib borish”. Tezis. International Scientific and Theoretical Conference «Advanced discoveries of modern science: experience, approaches and innovations. Amsterdam. 2021 yil.
10. A.Madaminov, D.Karimov, M.Saparboyev “Mahalliy millat qizlarini sport maktablariga jalb qilish masalalari”. Tezis. International scientific and practical conference. Berlin. 2020 yil.
11. D.Karimov, O‘Matnazarov “The body of football players reacts to climate conditions”. Tezis. Polish science journal. Wydawnictwo Naukowe "iScience". 2020 yil.
12. A.Karimov D.Karimov “Futbolchilarni texnik tayyorgarlik darajasini oshirish uslubiyati”. Tezis. Yoshlar ma’naviyatini yuksaltirish, ularning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish masalalari. Respublika ilmiy-amaliy onlayn konferensiyasi materiallari. 2019 yil.