

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI QAYTA
TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI FARG‘ONA FILIALI**

**“Harakatli o‘yinlarni o‘qitish uslubiyati”
moduli**

4-MAVZU:

**HARAKATLI O‘YINLARNING TARBIYAVIY
AHAMIYATI VA O‘TKAZISH QOIDALARI**

dotsent Qambarov Orzubek Faxriddinovich

Reja:

- 1. Harakatli o‘yinlarning tarbiyaviy ahamiyati.**
- 2. Harakatli o‘yinlarni o‘tkazish qoidalari.**



1. *Harakatli o'yinni asosiy mazmuni* turli-tuman harakatlar va o'ynovchilarning harakati hisoblanadi. Ularni to'g'ri boshqarishda yurak–qon tomir tizimiga, mushak, nafas olish va organizmning boshqa tizimlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.



2. Harakatli o'yinlar funksional faoliyatni ko'taradi, tanadagi katta va kichik mushaklarni turli tuman dinamik ishlarga jalb qiladi, bo'g'inlarda harakatlanishni oshiradi, har xil analizatorlarni rivojlantiradi va takomillashtirishga yordam beradi.



- *Harakatli o‘yinlar xar doim his-tuyg‘uni ifodalaydi.* His-tuyg‘u xolati **adrenalin garmonini** zo‘r berib ajralishi bilan tariflanadi, bu mushak faoliyatini oshiradi va markaziy nerv faoliyatini faollashtiradi.
- *O‘yinni tanlash,* eng avvalo, mashg‘ulot oldiga qo‘yilgan vazifa bo‘ladi. Chunki uni aniqlashda, instruktor bolalarning yosh xususiyatlarini, ularning rivojlanishini, jismoniy tayyorgarligini, bolalar sonini va o‘yinni o‘tkazish sharoitini hisobga oladi. Harakatli o‘yinlarda **3 dan 300 tagacha** kishi qatnashish mumkin.

Harakatli o‘yinlarning tarbiyaviy ahamiyati.

Hozirgi paytda milliy xalq o‘yinlarining *asosiy vazifasi* o‘z mazmuni va metodikasi bilan bolalarni jamiyatimiz talablariga muvofiq ravishda **tarbiyalashni ta’minlash**, ularda **axloqiy, irodalilik imkoniyatlarini rivojlantirish, ijodkor va bunyodkorlarga xos bilim, ko‘nikma** hamda malakalarni berish hisoblanadi. Hamda, bolalarga xos **xarakterli** xususiyatlarni **sifatlarni** shakllantirishdan iboratdir.

Yunon faylasufi **Platon** fanlarni o‘yinlar yordamida o‘rganishni tavsiya etgan. O‘yinda bolalar o‘z qobiliyatlarini yaxshiroq namoyon etadi, deb hisoblagan. Shuningdek Platon: *“Odamlarga yoqimli fanlarni zo‘rlab emas, balki o‘yinlar orqali o‘qitib, ana shunda kimning nimaga moyilligini yaxshiroq ko‘rasan”*, deya ta’kidlaydi.

Qadimgi faylasuflardan **Aristotel** ham bolalarning bo‘sh vaqtini mazmunli o‘tkazish uchun o‘yinlardan foydalanish zarurligini, o‘yinlar dilxushlikdan iborat bo‘lib, xordiq chiqarishga yordam berishini uqtirgan.

Xalq o‘yinlarini o‘rganish, ishtirokchilarning o‘zaro munosabati va xulqi o‘yin tanlashda uni ta’limiy vazifalariga mos kelishini, shuningdek, o‘yinda pedagog bosh rolni o‘ynashi lozimligini ko‘rsatib o‘tadi.

O‘yin **pedagogik omil** bo‘lishi uchun unga pedagogik vazifa ongli va maqsadga muvofiq ravishda bog‘lanishi, undan tarbiyaviy maqsad hamda vazifalarni hal qilish uchun foydalanilishi shart..

O‘YINNI O‘TKAZISHGA TAYYORGARLIK KO‘RISH

Tashabbuskorlik sharoitida hammadan ko‘proq tez-tez **3-10 ta** o‘yin qatnashchilariga mo‘ljallangan o‘yinlardan foydalaniladi. Ular odatda, bolalar bilan mustaqil ravishda hovlilarda, maydonchalarda, shuningdek, har xil yig‘ilishlarda tashkil etiladi. O‘qituvchi, tarbiyachi va yetakchilar rahbarligida tashkil etiladigan mashg‘ulotlar (darsda, yig‘ilishlarda, dam olish oromgohlarida o‘tkaziladigan mashg‘ulotlarda, sport maktabida) **20-40 ta** harakatli o‘yinlar o‘tkaziladi. Katta bayram kechalarda va bolalar ko‘p to‘plangan ommaviy sayillarda **100-300 o‘yin** qatnashchilariga mo‘ljallangan ommaviy harakatli o‘yinlardan foydalanish mumkin.

O'yinni tanlashda va o'tkazish to'g'ridan to'g'ri uning joyiga bog'liq bo'ladi.

Uncha katta bo'lmagan tor zalda, maydonchada yoki yo'lakchada o'yin bir chiziqqa saflangan holda o'tkaziladi.

Katta zalda yoki maydonchada tarqalib yugurish katta va kichik koptoklarni uloqtirish hamda sport o'yinlari elementlari bilan o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish mumkin.

Shahardan tashqariga saylga va ekskursiyaga chiqqan vaqtda joylarda o'tkaziladigan o'yinlardan foydalaniladi.

Qishda, qishki o'yinlar maydonchada chang'ida, konkida, chanada va qordan har xil shakllar yasash bilan o'tkazilishi mumkin.

O'yinda o'ynaydiganlar **navbatma-navbat** qatnashadilar.

Bolalarni katta sportga boʻlgan qiziqishi bilan bogʻliq juda koʻp sport oʻyinlari va boshqa sport turlari elementlari bilan yaratilgan. Bu kichik va oʻrta yoshdagi bolalar qoʻlidan keladigan turli-tuman sport turlarida ishtirok qiladigan shaklda ishtirok etishga ruhsat beriladi: **basketbolda** (*“Toʻp uchun kurash”, “Toʻp kapitanga”, “Toʻrt tomonga uzatish”*), **voleybolda** (*“Voleybolchilarning toʻp uzatishi”, “Toʻpni uzatdingmi, oʻtir”*).

O'yinni o'tkazish uchun joyni tanlash.

Ochiq havoda o'yinlarni o'tkazish uchun maydonchalarni tayyorlash kerak. Eng yaxshisi, maydonchani to'g'ri to'rtburchak shaklida, **eng kamida 8 m, uzunligi 12 m** bo'lishi kerak. Maydondan 2 m masofada bir necha skameykani qo'yish tavsiya etiladi. Iloji boricha, yozgi maydoncha atrofida **daraxtlar** bo'lgani yaxshi.

Bino ichida o'yinni o'tkazishda shuni hisobga olish kerakki, o'ynovchilarning harakat qilishiga, iloji boricha asbob-anjomlarning **halaqit bermasligi** uchun ularni yordamchi xonalarga oldirib qo'yish kerak.

O‘yin-estafetani o‘tkazish metodikasini o‘ziga xos xususiyati.

Estafetalar quyidagicha bo‘ladi:

1. **Chiziqlik:** qachonki bolalar bitta qatorda turadi va bitta chiziq bo‘ylab harakatlanadi.
2. **Qarshidan yoki qarshidan kelayotgan:** qachonki bolalar qatorda turganda, lekin har bir tomonda teng ikkiga bo‘linadi va o‘yinchilarning harakat qilishi bir-biriga qarshi bajariladi.
3. **Aylana shaklidagi:** qachonki bolalar g‘ildirak sifatida safda turadilar va yuzlari bilan harakat yo‘nalishi bo‘ylab turadi. Harakatni doira bo‘ylab bajaradi. O‘yin-estafetalar o‘zining ijobiy va salbiy tomonlariga ega bo‘ladi.



Yuqori emotsionalligi va individual musobaqalashish vaqti, komandani his etishi va jipsligidir. Har bir bolani ko‘rinishida uni harakat qilishi bilishi va intilishi barcha o‘yinchilarga ko‘rinib turadi.



Ularning salbiy tomonlari juda ko‘p, lekin ularni imkon boricha minimum holatga olib kelish mumkin. Masalan, motor zichligining pastligi, chunki unda o‘yinchilarni sonini oshirish kerak, lekin 5-6 kishidan oshmasligi kerak.

**E'TIBORINGIZ UCHUN
RAHMAT !**
