

## HARAKATLI O‘YIN VOSITALARI ORQALI BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARIDA HARAKAT SIFATLARNI RIVOJLANTIRISH

**Yashnarjon Mahkamovich Abdullayev**

Termiz davlat universiteti o‘qituvchisi

[yashnar2020@gmail.com](mailto:yashnar2020@gmail.com)

### ANNOTATSIYA

Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat sifatlarini rivojlantirishda harakatli o'yinlardan vosita sifatida to'g'ri foydalanish muhokama qilinadi. Zamonaviy O'zbekistonning hozirgi bosqichda boshlang'ich sinf o'quvchilarini jismoniy tarbiya sohasidagi muammolari ochib berilgan. Dars shaklida boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirishni tabaqalashtirilgan dasturlash bilan bog'liq yangi yondashuvlarni ishlab chiqish masalalari ko'rib chiqiladi, bu maktabda jismoniy tarbiya muammolarini hal qilishni takomillashtirishga imkon beradi. Ishlab chiqilgan usublarning ijobiy ta'siri aniqlanadi. Belgilangan vazifalarni hal qilish uchun tadqiqot usullari majmuasi qo'llaniladi: tadqiqot muammosi bo'yicha psixologik-pedagogik adabiyotlarni nazariy tahlil qilish, o'quv dasturlarini tadqiq qilish; empirik - pedagogik kuzatish, so'rovnoma qilish; tadqiqot natijalarini qiyosiy tahlil qilish usullari. Jismoniy tarbiya jarayonida o'quvchilarning harakat faolligini, axloqiy-irodaviy sifatlarini shakllantirish diagnostikasi uchun muallif uchta tarkibiy komponentni aniqladi: kognitiv, hissiy-motivatsion va faollik.

**Kalit so'zlar:** o'quvchilar, harakat sifatleri, tajriba, metodika, boshlang'ich sinf, rivojlanish, jismoniy xususiyatlar.

### KIRISH

Jismoniy tarbiya har tomonlama jamiyatning eng muhim vazifalaridan biridir. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini o'tkazish jarayonida mustahkam salomatlik, mustahkam iroda, yuksak samaradorlik va faollikni shakllantirish shaxsning intellektual rivojlanishi va jismoniy kamol topishiga asos bo'ladi.

Jismoniy tarbiya ta'lim jarayoni bo'lib, ta'lim tizimining muhim elementidir. Ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaning asosiy maqsadi o'quvchi shaxsini yuqori aqliy, jismoniy, ijtimoiy faollikka ega bo'lgan har tomonlama uyg'un va har tomonlama rivojlanishini ta'minlashdan iboratdir [1, 2, 3].

Jismoniy sifatlarini tarbiyalash bo'yicha faol, maqsadli darslar barcha tana tizimlarining rivojlanish jarayonini



tezlashtiradi va sifat jihatidan o'zgartiradi. Asosiy jismoniy sifatlarning rivojlanish darajasi bilan belgilanadigan yaxshi jismoniy tayyorgarlik barcha turdagi o'quv, mehnat, amaliy va sport faoliyatida mehnat qobiliyatining asosidir [4, 5].

## ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini oshirish va salomatligini mustahkamlashga qaratilgan jismoniy tarbiya darsini optimallashtirish jarayonini o'rganish doimo dolzarb mavzulardan biri bo'lib kelgan. Ilmiy-metodik adabiyotlarda harakat qobiliyatini rivojlantirish va ularning darajasini nazorat qilish muammosi jismoniy tarbiya tizimidagi markaziy muammolardan biri ekanligi ta'kidlangan (I. Pashkov, I. Korotkov, V. Yakovlev, S. Mudrik, V. Ratnikov, I. Vasilkov, I. Kozetov va boshqalar).

Ilmiy-metodik adabiyotlar va tadqiqot ishlarining (Y.M.Abdullaev, D.I.Turdimurodov) tahlili o'yinlar soni, takrorlashlar soni, dam olish intervallari va ularning o'zaro ta'sirining rivojlanish dinamikasiga ta'siri masalasini aniqlashga imkon berdi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat qobiliyatlari qo'shimcha ilmiy asoslashni talab qiladi. Ushbu muammoni hal qilish nafaqat o'quvchilarning jismoniy tarbiya jarayonini yaxshilash, balki ularning yanada samarali harakatini ta'minlash imkonini beradi. Bularning barchasi rejalashtirilgan mavzuni ishlab chiqishning dolzarbligi va maqsadga muvofiqligiga olib keladi [6, 7, 8, 9].

## MUHOKAMA

Tadqiqotning maqsadi - umumta'lim maktabining 2-4-sinflari o'quvchilarining harakat sifatlarini harakatli o'yinlar yordamida rivojlantirish jarayonlarini o'rganish, boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirish jarayonini optimallashtirish shartlarini asoslash.

Jismoniy tarbiyani optimallashtirishning istiqbolli yo'nalishlaridan biri bu maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi, jismoniy tayyorgarligi darajasini oshirish va ularning salomatligini mustahkamlash uchun ularning harakat sifatlarini oshirishning samarali vositalari va usullaridan oqilona foydalanishdir.

Jamiyatning jismonan sog'lom, axloqiy jihatdan barqaror va intellektual rivojlangan a'zosini shakllantirishda o'yinlarning ahamiyatini ortiqcha baholash qiyin. Ularning yordami bilan bolada biz odamlarda hurmat qiladigan va biz turli xil harakatli o'yinlar yordamida singdirmoqchi bo'lgan barcha sifatlarni shakllantirish mumkin. O'yin mazmuniga qarab, bola umumiy vaziyatni baholashga majbur bo'ladi va nima va qachon



qilish kerakligini mustaqil ravishda hal qiladi. O'yinga qiziqishi bo'lgan bolada sabr-toqat, qat'iyatlilik, jismoniy sifatlar (kuch, tezlik, chidamlilik, epchillik, egiluvchanlik) rivojlanadi. O'yin zavqlantiradi, sog'lom harakat esa tana va ruhning har tomonlama rivojlanishi uchun zarurdir [12, 13, 14].

Harakatli o'yinlardan muntazam foydalanish quyidagilarga yordam beradi: salomatlikni mustahkamlash, to'g'ri jismoniy rivojlanish, bolalarni har tomonlama tayyorlash, faollik, jasorat, qat'iyatlilik, intizom, jamoaviylik va boshqa xarakter fazilatlarini tarbiyalash. Harakatli o'yinlar hayotiy zarur qobiliyatlarni rivojlantiradi, tizimli sportga bo'lgan qiziqishni rivojlantiradi.

Harakatli o'yinlarda ishtirokchilar ma'lum jismoniy sifatlarni namoyish etadilar. O'yinlarni boshqarish orqali ushbu sifatlarni ularning uyg'unlashgan holda faol kuzatish, shuningdek, maktab o'quvchilarini rivojlantirish va tarbiyalash uchun muhim bo'lgan sifatlarni ko'proq rivojlantirish mumkin.

Muallif tomonidan taklif qilingan dars uch qismdan iborat bo'lib, umume'tirof etilgan jadval bo'yicha o'tkazildi.

Tayyorgarlik qismi darsni tashkil qilish, o'quvchilarni dars mazmuni bilan tanishtirish va asosiy ishga tayyorlashga qaratildi. Asosiy vositalar sifatida yurish, yugurish, bo'g'inlarda harakatchanlikni oshirish, egiluvchanlikni rivojlantirishga qaratilgan mashqlar tanlab olindi.

Butun eksperiment uchun umumiy rivojlanish mashqlarining o'nta alohida to'plami rejalashtirilgan bo'lib, ular o'yin shaklida amalga oshirildi. Bu darsga motivatsiyani rag'batlantirishga va mashqlarni bajarishda o'quvchilarning e'tiborini jalb qilishga yordam berdi.

Asosiy qismda quyigagi vazifalar hal qilindi. Eksperiment davomida harakatli o'yinlardan foydalanishda kichik yoshdagi o'quvchilarning jismoniy sifatlarni rivojlantirish darajasini oshirish. Harakat faoliyatining tabiatiga ko'ra harakatli va xalq o'yinlarini tanlashda asosiy harakat turlariga (yurish, yugurish, otish va sakrash o'yinlari) ustunlik berildi, ular jismoniy rivojlanish uchun jismoniy tarbiya tizimiga kiritilgan ( kuch, tezlik, chidamlilik, chaqqonlik, egiluvchanlik), aqliy va axloqiy sifatlardir.

Darsning yakuniy qismida ko'p e'tibor talab qilmaydigan, hayajonga olib kelmaydigan xotirjam o'yinlar o'tkaziladi.

Kichik yoshdagi o'quvchilar uchun darsning ta'lim turi kichik hajmli yuklamalar va past intensivlik bilan tavsiflanadi. Bu yoshdagi bolalar bir xil, monoton ishlardan tezda charchashadi. Darslarda mazmuni xilma-xil ochiq o'yinlardan foydalaniladi. Sinflar uchun

hikoyali o'yinlar, estafeta poygalari va sport elementlari bo'lgan o'yinlar tanlanadi. O'yinlardagi mas'uliyatli rollarni bolalarning o'zlari bajaradilar. Bu bolalarning o'yin faoliyatini jonlantiradi va ularning o'yinga bo'lgan qiziqishini oshiradi.

O'yin davomida o'qituvchining bolalar bilan muloqoti, uning hissiy xatti-harakati, oqibatlarini ob'ektiv tahlil qilish o'yinchilarning o'z xatti-harakatlariga nisbatan ongliroq munosabatda bo'lishiga yordam beradi va ularning axloqiy va irodaviy sifatlarini tarbiyalashga ijobiy ta'sir qiladi.

Har bir dars butun o'quv jarayonining ajralmas qismi bo'lgan jismoniy sifatlarni rivojlantirishga hissa qo'shadi va maktab o'quvchilarining optimal hissiy holati jismoniy tarbiya darslarida o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi shaxslararo munosabatlarning asosiy ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi.

Shunday qilib, bolaning to'liq jismoniy rivojlanishini ta'minlaydigan usullarimizning asosiy vazifalari quyidagi jihatlarni o'z ichiga oladi:

- harakat faoliyatini tashkil etishning barcha shakllari va turlarining o'zaro bog'liqligi va o'zaro bog'liqligiga rioya qilishlik;
- ongli, faol, mushaklarning to'g'ri kuchlanishi, barcha turdagi harakatlarni bajarish, barcha harakatchan sifatlarni maqsadli rivojlantirish istagi;
- bolalarda harakatlarning aniqligi va to'g'riligiga erishish, ularning tuzilishiga ko'ra ongli ravishda bog'lanishiga o'rgatish;
- bolalarni o'z harakatlarini va o'rtoqlarining harakatlarini tahlil qilishga (nazorat qilish va baholashga) o'rgatish;
- harakatli o'yinlar va mashqlarni mustaqil tashkil etish va o'tkazish ko'nikmalarini tarbiyalash;
- ijodkorlik va jismoniy faoliyatning namoyon bo'lishi uchun motivatsiya;
- bola rivojlanishining yoshi va individual xususiyatlarini hisobga olish;
- ijobiy hissiy va psixologik muhitni yaratishga yordam berish.

## NATIJALAR

Eksperimental guruhdagi bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligining oqilona tashkil etilgan jarayoni bolalarda harakat sifatlarini ko'p qirrali va bir vaqtning o'zida mutanosib ravishda rivojlantirishga qaratilgan, bu ishlab chiqilgan metodologiya joriy etilgandan so'ng olingan raqamli ma'lumotlardan dalolat beradi.

Shunday qilib, natijalarning o'sishi:

1. 30 m (s) yugurish - natijalar yaxshilandi:

Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 9,75% ga; 8 yoshdagilarda - 3,27% ga; 9 yoshdagilarda - 5,03% ga.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 17,27% ga; 8 yooshdagilarda - 11,47%; 9 yoshdagilarda - 14,57% ga.

2. Mokisimon yugurish 4x9 (s) - sezilarli miqdoriy o'sish kuzatildi:

Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 1,41% ga; 8 yoshdagilarda - 1,85%; 9 yoshdagilarda - 1,88% ga.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 2,15% ga; 8 yoshdagilarda - 3,81% ga; 9 yoshdagilarda - 2,76% ga.

3. Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm):

Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 3,75% ga; 8 yoshdagilarda - 2,83%; 9 yoshdagilarda - 6,00%.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 8,51% ga; 8 yoshdagilarda - 9,36%; 9 yoshdagilarda - 11,39% ga.

4. Tik turgan joydan oldinga egilish (sm):

Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 19,71% ga; 8 yoshdagilarda - 23,18% ga; 9 yoshdagilarda - 31,01% ga.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda 37,77%; 8 yoshdagilarda - 46,53%; 9 yoshdagilarda 46,49% ga.

5. Yotgan holda qo'llarni bukish va yozish (marta):

Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 6,25% ga; 8 yoshdagilarda - 5,88% ga; 9 yoshdagilarda - 5,55% ga.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 16,66% ga; 8 yoshdagilarda - 19,87% ga; 9 yoshdagilarda - 22,72% ga.

Shuni ta'kidlash kerakki, nazorat va eksperimental guruhlarda jismoniy sifatlarni samarali rivojlantirish uchun jismoniy tarbiya darslarida sensitiv davrlarni hisobga olish va kompleks yondashuv jarayonlar hal qiluvchi omil bo'ldi.

## XULOSA

Eksperiment natijalarining tahlili ishlab chiqilgan metodikaning jismoniy tarbiya darslarida samarali qo'llanilishidan deyarli barcha ko'rsatkichlarda 7-9 yoshli bolalarning jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlarining eng yuqori ko'rsatkichlariga erishilganligidan dalolat berdi.

Demak, nazariy tadqiqotlar va eksperimental tadqiqotlar natijalarini umumlashtirish quyidagi xulosalar chiqarishga imkon beradi:

1. Ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish natijalariga ko'ra, boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishga qaratilgan katta hajmdagi tadqiqotlar mavjud



bo'lganda, asosiy muammo sifatida innovatsion bilimlarni izlash kerak ekanligi aniqlandi.

2. Nazorat va eksperimental guruhlardagi 7-9 yoshli bolalarda jismoniy sifatning rivojlanish ko'rsatkichlarining tajriba boshlanishi va oxirida qiyosiy tahlili o'tkazildi.

3. Har ikki guruhdagi 7-9 yoshli bolalarda jismoniy sifatlarining rivojlanish darajasi ko'rsatkichlariga ishlab chiqilgan metodikaning ta'sir darajasi aniqlandi.

Shunday qilib, olingan natijalar 7-9 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya darslarini o'tkazish bo'yicha muallif tomonidan ishlab chiqilgan metodikaning samaradorligidan dalolat beradi, bunda harakatli o'yinlardan vosita sifatida harakat sifatlarini rivojlantirish uchun noan'anaviy yondashuv sifatida foydalanish kerak.

## REFERENCES

1. Абдуллаев, Я. М. (2012). Развитие физического воспитания подрастающего поколения в непрерывном образовании. *Молодой ученый*, (11), 381-383.
2. Абдуллаев, Я. М. Создание педагогических условий в формировании волевых качеств у учеников начальных классов / Я. М. Абдуллаев, Д. Ю. Турдимуродов // *Colloquium-journal*. – 2020. – № 24-2(76). – С. 14-16.
3. Abdullaev, Y. (2021). Forms and methods of developing the use of folk movement games in high school students. *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*, 2021(2), 73-79.
4. Абдуллаев, Я. М. (2021, October). Особенности развития физических качеств у учеников старшего школьного возраста средствами подвижных игр. In " *Online-conferences" platform* (pp. 523-525).
5. Абдуллаев Яшнаржон Маҳкамжонович, & Турдимуродов Дилмурод Йўлдошевич (2020). Ўсмир ёшдаги ўқувчиларда иродавий сифатларни жисмоний тарбия воситалари орқали ривожлантириш. (*Современное образование (Узбекистан)*). (9 (94)), 56-62.
6. Abdullaev Yashnarzhon Makhkamovich. (2021). Physical education of senior schools by means of folk moving games. *European Scholar Journal*, 2(11), 70-72.
7. Turdimurodov, D. Y. (2021). Willed qualities of a personality and ways of their formation in sport. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 12 (104), 689-692.
8. Турдимуродов, Д. Ю. (2022). Влияние занятий единоборствами на уровень проявления морально - волевых качеств учащихся общеобразовательной школы. *Academic research in educational sciences*, 3(1), 691-698.



9. Yuldashevich, T. D. (2022). Education and development of volive qualities in schoolchildren by means of physical education. *Academicia Globe: Inderscience Research*, 3(01), 59-62.
10. Турдимуродов, Д. Й. (2021). Спорт ўйинлари билан шуғулланиш жараёнида ўқувчиларда иродавий сифатларнинг шаклланиш хусусиятлари. *Актуальные научные исследования в современном мире*, 3(9 (77)), 140-144.
11. Menglikulov, Khairulla (2021) "Features of organization of general physical preparation in lesson and extracurricular activities," *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*: Vol. 2021 : Iss. 2 , Article 6.
12. Менгликулов, Х. А. (2020). Особенности физической подготовки специалистов физической культуры в высшем учебном заведении. *Педагогика ва психологияда инновациялар*, 11(3).
13. Alikulovich, M. K., & Yuldashevich, T. D. (2020). Development of physical training skills and formation of willpower qualities in extracurricular activities. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol*, 8(3)
14. Soatovich, R. X. (2020). Development of Didactic Support for the Preparation of Future Physical Education Teachers for Innovative Activities in the Field of Womens Sport Education. *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*.

