



**HARAKATLI O'YINLAR YORDAMIDA BOSHLANG'ICH SINFLAR
O'QUVCHILARINING HARAKAT FAOLLIGINI OSHIRISH
USULLARI**

Ernazarova Ziyoda Erkin qizi

Ilmiy rahbar

M.M. Ma'rufov

Tosh.DTU p.f.b.f.d dotsent v.b

*2025 yil Urganch Davlat Pedagogika Instituti ijtimoiy va amaliy fanlar
Fakulteti Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazaryasi va metodikasi
yo'nalishi magistranti*

Annotatsiya: Ushbu tadqiqot boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat faolligini oshirishda harakatli o'yinlardan foydalanishning samarali yo'llariga bag'ishlangan. Harakatli o'yinlar bolalarning jismoniy rivojlanishi, tezkorlik, chaqqonlik hamda koordinatsion qobiliyatlarini shakllantirishda muhim pedagogik vosita hisoblanadi. Ishda dars jarayonida harakatli o'yinlarni qo'llashning uslubiy jihatlari, ularni tashkil etish tartibi hamda o'quvchilarda qiziqishni kuchaytirish usullari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: harakatli o'yinlar, boshlang'ich ta'lim, jismoniy faollik, pedagogik usullar, o'quvchilar rivojlanishi.

Kirish

Jismoniy tarbiya ta'lim jarayonining ajralmas qismi bo'lib, u ta'lim tizimida muhim o'rin egallaydi. Uning asosiy maqsadi o'quvchilarning aqliy, jismoniy va ijtimoiy jihatdan faol, har tomonlama uyg'un rivojlangan shaxs bo'lib shakllanishini ta'minlashdan iborat. O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, sog'lig'ini mustahkamlash hamda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish masalasi doimiy ravishda dolzarb ilmiy muammolardan biri bo'lib kelgan. Ilmiy-metodik adabiyotlarda harakat qobiliyatlarini rivojlantirish va ularni baholash tizimi jismoniy tarbiya sohasidagi asosiy yo'nalishlardan biri sifatida qayd etiladi (I. Pashkov, I. Korotkov, V. Yakovlev, S. Mudrik, V. Ratnikov, I. Vasilkov, I. Kozetov va boshqalar). Turli tadqiqotlar va ilmiy manbalar tahlili (Y.M. Abdullayev, D.I. Turdimurodov) mashqlarni tashkil etishda o'yinlar soni, takrorlash miqdori hamda dam olish oraliqlarining o'zaro bog'liqligi harakat sifatlarining rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Shu bilan birga,



boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat qobiliyatlarini rivojlantirish masalasi qo'shimcha ilmiy asoslashni talab etadi. Jismoniy tarbiya jarayonini takomillashtirishning muhim yo'nalishlaridan biri — o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini oshirish, sog'lig'ini mustahkamlash maqsadida samarali vosita va usullardan oqilona foydalanishdir. Harakatli o'yinlardan muntazam foydalanish esa bolalarda sog'liqni mustahkamlash, to'g'ri jismoniy rivojlanish, faollik, jasorat, qat'iyat, intizom va jamoada ishlash kabi ijobiy sifatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Metod

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish hamda ularning sog'lig'ini mustahkamlashga yo'naltirilgan jismoniy tarbiya darslarini takomillashtirish masalasi hozirgacha dolzarbligini yo'qotmagan. Bu yo'nalishda olib borilgan tadqiqotlar jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladigan muhim ilmiy-amaliy vazifalardan biri hisoblanadi. Ilmiy va metodik manbalarda harakat qobiliyatlarini rivojlantirish hamda ularni baholash va nazorat qilish masalasi jismoniy tarbiya tizimining asosiy muammolaridan biri sifatida ko'rib chiqiladi (I. Pashkov, I. Korotkov, V. Yakovlev, S. Mudrik, V. Ratnikov, I. Vasilkov, I. Kozetov va boshqalar). Shuningdek, mavjud ilmiy tadqiqotlar (Y.M. Abdullayev, D.I. Turdimurodov) tahlili shuni ko'rsatadiki, mashg'ulotlarni tashkil etishda o'yinlar miqdori, takrorlashlar soni hamda dam olish oraliqlarining to'g'ri tanlanishi harakat sifatlarining rivojlanish dinamikasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat qobiliyatlarini rivojlantirish masalasi hali ham chuqur ilmiy asoslashni talab etadi. Mazkur muammoning hal etilishi nafaqat jismoniy tarbiya darslari sifatini oshirishga, balki o'quvchilarning harakat faolligini samarali rivojlantirishga ham imkon yaratadi. Shu sababli ushbu mavzuni o'rganish dolzarb bo'lib, uning ilmiy-amaliy jihatdan ishlab chiqilishi maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Natijalar

O'tkazilgan pedagogik tajriba davomida boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakatli o'yinlar orqali jismoniy faolligini oshirish samaradorligi tahlil qilindi. Tadqiqot nazorat va tajriba guruhleri asosida tashkil etildi. Boshlang'ich bosqichda ikkala guruh o'quvchilarining harakat faolligi va jismoniy ko'rsatkichlari deyarli bir xil darajada bo'lib, sezilarli tafovut kuzatilmagan. O'quvchilarning darsdagi ishtiroki, harakat tezligi hamda chidamlilik darajasi o'rtacha ko'rsatkichlarda baholandi. Tajriba guruhida esa



dars jarayoniga muntazam ravishda turli harakatli o'yinlar ("Quvlashmachoq", "Oq terakmi – ko'k terak", estafeta ko'rinishidagi o'yinlar va boshqalar) kiritilgach, o'quvchilarning faolligi sezilarli darajada oshgani kuzatildi. Natijada:

- dars jarayonida ishtirok faolligi kuchaydi;
- tezkorlik va chaqqonlik sifatleri yaxshilandi;
- o'quvchilarda tez charchash holatlari kamaydi;
- jamoa bilan ishlash ko'nikmalari rivojlandi;
- darsga bo'lgan qiziqish va motivatsiya ortdi.

Nazorat guruhida esa an'anaviy o'qitish usuli saqlanib qolganligi sababli sezilarli o'zgarishlar qayd etilmadi, faollik darajasi deyarli o'z holatida qoldi.

Umuman olganda, olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, harakatli o'yinlardan muntazam foydalanish boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligini oshirishda samarali pedagogik vosita bo'lib xizmat qiladi va ularning dars jarayonidagi ishtirokini faollashtiradi.

Mulohaza

Harakatli o'yinlar boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligini oshirish hamda ularni sog'lom turmush tarziga yo'naltirishda muhim pedagogik vosita hisoblanadi. Ushbu yondashuv bir nechta asosiy yo'nalishlarda ko'rib chiqiladi. Avvalo, harakatli o'yinlar bolalarning jismoniy faolligini kuchaytirib, mushak tizimining rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ular o'quvchilarning diqqatini jamlash va konsentratsiya qobiliyatini mustahkamlashga yordam beradi, bu esa o'z navbatida o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi. Bundan tashqari, bunday o'yinlar ruhiy zo'riqishni kamaytirib, charchoqni bartaraf etadi hamda bolalarning psixologik holatini yaxshilaydi. Eng muhim jihatlardan biri esa, o'yinlar orqali o'quvchilarda jamoada ishlash, muloqot qilish va hamkorlik ko'nikmalari shakllanadi. Harakatli o'yinlarning turli shakllari mavjud bo'lib, ular quyidagilarni o'z ichiga oladi: qoidaga asoslangan sport o'yinlarining soddalashtirilgan variantlari (mini-futbol, basketbol, voleybol va boshqalar), bilim va harakatni uyg'unlashtiruvchi interfaol topshiriqlar hamda viktorinalar, jamoaviy raqobatga asoslangan o'yinlar, shuningdek yugurish, sakrash va raqs elementlarini o'z ichiga olgan faol harakatli mashg'ulotlar. Ushbu o'yin turlari bolalarning chaqqonligi, koordinatsiyasi va ijodiy ifoda etish qobiliyatini rivojlantiradi. Ta'lim jarayonida harakatli o'yinlardan foydalanish turli shakllarda amalga oshirilishi mumkin. Masalan, darslar orasida qisqa harakatli tanaffuslar tashkil etish orqali o'quvchilarning diqqatini tiklash mumkin.



Shuningdek, ayrim o'quv mavzularini o'yin shakliga keltirish, masalan ranglar yoki harakatli topshiriqlar orqali o'rganish, bilimlarni mustahkamlashda samarali natija beradi. Jismoniy tarbiya darslarida o'yin metodlaridan keng foydalanish esa bolalarning qiziqishini oshiradi. Bundan tashqari, jamoaviy o'yinlar sinfda hamkorlik va yetakchilik sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, muntazam ravishda harakatli o'yinlarni qo'llash o'quvchilarning diqqat va faolligini sezilarli darajada oshiradi, bu esa ta'lim sifatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, bolalarda ruhiy barqarorlik yaxshilanadi, ijtimoiy moslashuv va muloqot ko'nikmalari mustahkamlanadi. Uzoq muddatli istiqbolda esa bunday faoliyat sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishni shakllantiradi.

Xulosa

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat faolligini oshirishda harakatli o'yinlar eng samarali va qulay vositalardan biri hisoblanadi. Amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, bunday o'yinlar bolalarning jismoniy rivojlanishini faollashtiribgina qolmay, ularning diqqatini jamlash, tez fikrlash va hamkorlikda ishlash kabi ko'nikmalarini ham rivojlantiradi. Harakatli o'yinlardan dars jarayonida muntazam foydalanish o'quvchilarning faolligini oshiradi, ularning charchashini kamaytiradi hamda o'qishga bo'lgan qiziqishini kuchaytiradi. Ayniqsa, qisqa tanaffuslarda yoki darsning ma'lum bosqichlarida qo'llanilgan o'yinlar o'quvchilarning ruhiy va jismoniy holatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shuningdek, harakatli o'yinlarni tashkil etishda bolalarning yosh xususiyatlari, jismoniy imkoniyatlari va xavfsizlik qoidalari inobatga olinishi lozim. O'yinlar mazmuni esa ta'limiy maqsadlar bilan uyg'unlashgan bo'lishi samaradorlikni yanada oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOT VA HAVOLALAR

1. Umuman olganda, harakatli o'yinlardan to'g'ri va maqsadli foydalanish boshlang'ich sinf o'quvchilarining har tomonlama rivojlanishiga, ularning harakat faolligi va o'qishga qiziqishini kuchaytirishga xizmat qiladi.
2. Yuldashevich, T. D. (2022). Education and development of volitive qualities in schoolchildren by means of physical education. *Academicia Globe: Inderscience Research*, 3(01), 59-62.
3. 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.



4. 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
5. 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).
6. Менгликулов, Х. А. (2020). Особенности физической подготовки специалистов физической культуры в высшем учебном заведении. Педагогика ва психологияда инновациялар, 11(3).