

## BARMOQ O'YINLARI ORQALI BOLALAR NUTQINI O'STIRISH

Sanginova Gulnoza Baxodirovna

Qo'qon Universiteti O'qituvchisi

Tojialiyeva Oydinoy

Maktabgacha Ta'lim yo'nalishi 2-kurs talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20454443>

**Annotatsiya:** Ushbu ishda maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy, ruhiy va intellektual rivojlanishida tabiat qo'ynida sayr qilishning tutgan o'rni keng yoritilgan. Maqolada sayr qilish jarayoni shunchaki ochiq havoda harakatlanish emas, balki bolaning beshta sezgi a'zosi orqali dunyoni anglashiga yordam beruvchi "jonli darslik" ekanligi asoslab berilgan. Shuningdek, tabiat bilan muloqotning boladagi nutq boyligi, mantiqiy fikrlash va ekologik madaniyatni shakllantirishdagi noodatij ta'sirlari tahlil qilingan. Tadqiqotda har bir faslning o'ziga xos sayr qilish usullari va bolalarda tabiatga nisbatan mehribonlik hissini uyg'otishning ahamiyati bayon etilgan. Ushbu ma'lumotlar pedagoglar va ota-onalar uchun bolalarni tabiat bilan uyg'unlikda tarbiyalashda muhim qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** Tabiat, sayr, bolalik davri, ekologik tarbiya, sensor rivojlanish, jonli darslik, ekologik so'qmoq, tadqiqotchi, barkamol avlod, atrof-muhit, muloqot, ruhiy muvozanat, kashfiyot, pedagogika, mas'uliyat.

**Kirish.** Bolalik bu inson hayotidagi eng mo'jizaviy va kashfiyotlarga boy davrdir. Bu pallada har bir bola o'zini kichik bir tadqiqotchidek his qiladi va atrofdagi olamni har soniyada o'rganishga intiladi. Bugungi kunda, texnologiyalar shiddat bilan rivojlanayotgan, bolalar ko'p vaqtini telefon yoki kompyuter ekranlari qarshisida o'tkazayotgan bir paytda, ularni tabiat bilan yuzma-yuz keltirish har qachongidan ham muhimroq vazifaga aylandi. Tabiat – bu shunchaki daraxtlar va gullar to'plami emas, balki u dunyodagi eng katta, eng boy va eng jonli darslikdir. Sayr esa bolaning mana shu ulkan darslikni varaqlashiga imkon beruvchi eng asosiy ko'priq hisoblanadi. Ko'pchilik sayrni shunchaki ochiq havoda harakat qilish yoki vaqt o'tkazish deb tushunadi. Aslida esa, to'g'ri tashkil etilgan sayr – bu pedagogikaning eng nozik va samarali usuli bo'lib, u bolaning butun borlig'iga ta'sir ko'rsatadi. Tabiat qo'ynida bola o'zining beshta sezgi a'zosini bir vaqtning o'zida ishlatish imkoniga ega bo'ladi. U tuproqning namligini qo'li bilan his qiladi, qushlarning o'ziga xos ovozlarni eshitadi, gullarning turli ranglarini ko'radi va tabiatning takrorlanmas iforlarini tuyadi. Mana shu jarayon fanda sensor integratsiya deb ataladi va bolaning miya faoliyatini boshqa har qanday mashg'ulotdan ko'ra tezroq rivojlantiradi. Hozirgi zamon bolalarida "Tabiat bilan aloqaning uzilishi" deb ataladigan muammo tez-tez uchrab turibdi. Bolalar meva-sabzavotlarning qayerda yetishishini, qushlarning qishda qayerga ketishini yoki bahorda daraxtlar qanday uyg'onishini faqat rasmda ko'rishmoqda. Bu esa ularning dunyoqarashini toraytirib qo'yadi. Sayrning asosiy ahamiyati ham mana shunda – u bolaga nazariy bilimlarni hayotiy tajriba bilan birlashtirish imkonini beradi. Tabiat qo'ynida o'tkazilgan har bir daqiqa bolaning jismoniy salomatligini mustahkamlash bilan birga, uning qalbida rahm-shafqat, go'zallikni his qilish va hayratlanish tuyg'ularini uyg'otadi. Shuningdek, tabiatdagi tartib va uyg'unlik bolaning xarakteriga ham ijobiy ta'sir ko'rsatib, uni muvozanatli va xotirjam shaxs qilib tarbiyalaydi.

Tabiat qo'ynida o'tkazilgan har bir daqiqa bolaning jismoniy salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Sayr davomida bola harakatda bo'ladi, yuguradi, sakraydi va daraxtlarga intiladi. Bu esa uning mushaklari va suyak tizimini mustahkamlaydi. Quyosh nuri orqali olinadigan D vitamini

bolaning o'sishi uchun suv va havodek zarurdir. Lekin sayrning ruhiy ta'siri bundan ham muhimroq. Shovqin-suronli shaharlarda yashayotgan bolalar ko'pincha stress va asabiylikdan aziyat chekishadi. Yashil rang, qushlarning sayrashi va shamolning shivirlashi bolaning asab tizimini tinchlantiradi. Tabiatda bo'lgan bolalar ko'proq kulishadi, ularning uyqusi tinch va ishtahasi yaxshi bo'ladi. Bu hodisa zamonaviy fanda bioliya, ya'ni insonning tirik tabiatga bo'lgan tabiiy muhabbati deb ataladi. Tabiat bilan tanishish jarayoni bolaning barcha sezgi a'zolarini bir vaqtda ishga soladi. Bu jarayonni sensor integratsiya deb atash mumkin.

**Ko'rish orqali:** Bola ranglarning minglab tuslarini ko'radi. Kuzgi barglarning oltinrangi, bahorgi maysaning yashilligi, osmonning moviyligi uning estetik didini shakllantiradi. **Eshitish orqali:** Quruq bargning shitirlashi, ariqning oqishi, uzoqdagi momaqaldiraq ovozi bolaning diqqatini jamlashga o'rgatadi.

**Ushlab ko'rish orqali:** Daraxt po'stlog'ining g'adir-budirliigi, nam tuproqning mayinligi, silliq toshlar bolaning qo'l motorikasini rivojlantiradi. Bu esa miyaning nutq qismini ham faollashtiradi.

**Hidlash orqali:** Yomg'irdan keyingi tuproq hidi, gullarning muattar bo'yi bolaning xotirasini kuchaytiradi. Sayr davomida bola minglab savollar beradi. "Nega osmon ko'k?", "Chumolilar qayerga ketmoqda?", "Daraxtlar qishda uxlaydimi?". Bu savollar bolaning nutqi rivojlanishiga yordam beradi. Pedagog sayr davomida yangi so'zlarni ishlatishi, narsa va hodisalarni ta'riflab berishi kerak. Masalan, oddiygina "daraxt" demasdan, "bu qari va quvvatli eman daraxti" deb aytish bolaning so'z boyligini boyitadi. Bundan tashqari, tabiatda matematika va mantiqiy fikrlash o'z-o'zidan o'rgatiladi. Barglarni sanash, toshlarni kattaligiga qarab tizish, shakllarni ajratish (dumaloq tosh, uchburchak barg) bolaga zerikarli darsdan ko'ra osonroq tushuniladi. Sayrning eng katta tarbiyaviy ahamiyati bolada tabiatga nisbatan mas'uliyat hissini uyg'otishdir. Gullarni uzmaslik, daraxt shoxini sindirmaslik, hasharotlarga ozor bermaslik kabi tushunchalar faqat amaliyotda o'rgatiladi. Bola kichik bir niholning qanday o'sishini kuzatib, unga qanday mehnat sarflanishini ko'rsa, u hech qachon tabiatga zarar bermaydigan bo'lib ulg'ayadi. Bu esa kelajakda atrof-muhitni asraydigan vatanparvar shaxsni shakllantiradi. Tabiat bilan tanishtirishda ba'zi noodatij va kamroq gapiriladigan jihatlar bor: **Yashil ko'rish qobiliyati:** Tabiatda ko'p vaqt o'tkazadigan bolalarning ko'z nuri uzoqni ko'rishga yaxshi moslashadi. Kompyuter va telefon ekraniga tikiladigan bolalarda esa "yaqinni ko'ra olmaslik" kasalligi ko'p uchraydi. Tabiat ufqni ko'rish imkonini beradi, bu esa ko'z mushaklarini dam oldiradi. **Tabiiy immunizatsiya:** Sayr davomida bolaning tuproq va turli tabiiy elementlar bilan muloqot qilishi uning immunitetini oshiradi. Hozirgi "hadan tashqari tozalik" nazariyasi bolalarni zaif qilib qo'ymoqda, tabiatdagi mikroflora esa tanani chiniqtiradi.

**Xavfni baholash:** Sayr davomida bola kichik tepalikdan chiqishni yoki ariqdan sakrashni o'rganadi. Bu unga hayotda duch keladigan qiyinchiliklarni baholash va o'z kuchiga ishonish tuyg'usini beradi. **Bahorgi sayr:** Bu uyg'onish davri. Bolalar bilan kurtak yozishni, qushlarning uy qurishini kuzatish eng zavqli jarayondir. Bu davrda "bolalar laboratoriyasi"ni tashkil qilib, yerga urug' qadashni o'rgatish mumkin.

**Yozgi sayr:** Soya-salqin joylarda hasharotlarning hayotini o'rganish davri. Chumolilar uyini kuzatish bolaga jamoa bo'lib ishlash sirlarini ochadi.

**Kuzgi sayr:** Bu ranglar darsi. Barglarning sarg'ayishi va ularning yerga to'shalishi orqali tabiatdagi aylanma harakatni tushuntirish oson. Bu davrda tabiiy materiallar (yong'oq, barg, qushoq) yig'ish ijodiy qobiliyatni oshiradi. **Qishki sayr:** Qorning erishi, muzning xususiyatlari, qushlarga don berish orqali g'amxo'rlikni o'rganish davridir. **Ekologik so'qmoqlar:** Bu sayr

marshrutini oldindan belgilashdir. Har bir to'xtash joyida ma'lum bir mavzu (daraxtlar, gullar, hasharotlar) yoritiladi.

Tadqiqotchi sumkasi: Bolalarga kichik lupa, rangli qalamlar va xarita beriladi. Ular o'zlarini haqiqiy kashfiyotchi kabi his qilishadi.

O'yin-sayr: "Kim ko'proq qizil barg topadi?", "Qush ovozini kim birinchi eshitadi?" kabi o'yinlar sayrni quvnoq qiladi.

**Xulosa:** Xulosa qilib aytganda, bolalarni tabiat bilan tanishtirishda sayr qilish shunchaki ixtiyoriy mashg'ulot emas, balki ularning barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishini ta'minlovchi hayotiy zaruratdir. Sayr davomida olingan bilim va taassurotlar bolaning xotirasida bir umrga muhrlanib qoladi. Kitobdan o'qilgan yuzta ma'lumotdan ko'ra, bolaning o'zi ko'rgan bitta hasharotning harakati yoki o'zi ekkan kichik bir niholning o'sishi unga hayot haqida ko'proq dars beradi. Tabiat bu xatolarni kechiruvchi va to'g'ri yo'lni ko'rsatuvchi eng buyuk ustozdir. Pedagog va ota-onalar shuni anglashlari kerakki, sayr jarayonida bola nafaqat biologik ma'lumotlarni o'rganadi, balki u insoniy fazilatlarini ham egallaydi. Masalan, u daraxtning shoxini sindirmaslik orqali mas'uliyatni, qushlarga don berish orqali g'amxo'rlikni va tabiat go'zalligidan zavqlanish orqali estetik didni shakllantiradi. Bu fazilatlar esa kelajakda bolaning jamiyatda o'z o'rnini topishiga, atrofdagilar bilan mehribon bo'lishiga yordam beradi. Tabiat bilan uyg'unlikda o'sgan bolalar har doim ruhiy tushkunlikka kamroq moyil bo'lishadi va ularning ijodiy fikrlash qobiliyati boshqalardan yuqori bo'ladi. Bugungi kunning dolzarb masalasi bo'lgan ekologik inqirozlarning yechimi ham aynan bolalikdan boshlanadi. Agar biz bugun bolani tabiatni sevishtirishga, uni asrab-avaylashga o'rgatmasak, ertaga tabiatni himoya qiladigan avlodni kutishimiz qiyin bo'ladi. Sayr orqali biz bolaning qalbida tabiatga bo'lgan sof muhabbat urug'ini ekamiz. Bu urug' esa vaqti kelib ulkan vatanparvarlik va insoniylik daraxtiga aylanadi.

### Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Shodmonova Sh.S. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. 2017.
2. Babaeva D.R. Nutq o'stirish nazariyasi va metodikasi. 2018.
3. Qodirova F.R., Qodirova R.M. Maktabgacha yoshdagi bolalarga ikkinchi tilni o'rgatish metodikasi 2019.
4. Nurmatova M., Shokirova G. Tabiat bilan tanishtirish metodikasi. 2021.
5. Umarova M. Maktabgacha yoshdagi bolalarning ekologik madaniyatini shakllantirishda innovatsion texnologiyalar, 2022.