

## TALABA QIZLARNI JISMONIY RIVOJLANISHIDA XALQ O'YINLARINING AHAMIYATI

Usmanov Boburjon Komiljon o'g'li

Andijon qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti,  
O'zbek tili, pedagogika va jismoniy madaniyat kafedrası o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7184013>

**Annotatsiya:** talaba qizlarni jismoniy rivojlanishida xalq o'yinlarining ahamiyati masalasi tahlil qilindi.

**Kalit so'zlar:** xalq o'yinlari, tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, kuch.

Tarixiy o'yinlarni o'rganishda Mahmud Qoshg'ariyning "Devonu lug'ati turk" asari muhim o'rin tutadi. Bu lug'atda xalq o'yinlarining 150 dan ortiq turlari tilga olinadi va ularning 20 tasiga ta'rif beriladi. Buyuk Xorazm shoiri Muhammad Rizo Ogaxiy o'zining ijodiy faoliyatida xalq o'yinlariga alohida ahamiyat beradi. O'yinlardagi aqliy, ruxiy, nafosat, ma'naviyat imkoniyatlarini fahmlagan holda, o'yin vaqtida bolaning fe'l-atvorini tezroq bilib olish, uning salbiy va ijobiy sifatlarini osonroq aniqlash, bema'ni qiliqlarini bartaraf etish mumkin degan didaktik xulosaga keladi.

O'yinlar xalq hayotining muhim qismi bo'lganligini SHarq allomalari Firdavsiy, Beruniy, Ibn Sino, Mahmud Qoshg'ariy, Kaykovus, Alisher Navoiy, Bobur Mirzoning asarlaridan ham bilsa bo'ladi. CHunki Firdavsiy shohlarga xos o'yinlarni, Beruniy qadimgi xalqlar o'yinlarini, Ibn Sino - o'yinning shifobaxsh xususiyatlarini, Mahmud Qoshg'ariy - turkiy xalqlarga oid ko'plab o'yin turlarining bayonini, Kaykovus - o'yinlarda qatnashish odobi to'g'risida, Alisher Navoiy - pahlavonlik kabi o'yinlarning badiiy ifodasini, Bobur o'yinlar zavqi - shavqi haqida jiddiy fikrlarni izhor etganlar. SHuni keltirish lozimki, milliy ma'naviyatimiz mazmunida jismoniy tarbiya asosiy o'rinlardan birini egallagan, shunday ekan, milliy sport turlariga ham e'tiborni yanada ko'chaytirishimiz darkor. Milliy istiqlol g'oyasi va mafkurasi xalqning asriy maqsadlarini ifodalaydigan, o'tmish va kelajakni bir-biri bilan uzviy bog'laydigan, uning ezgu-istaklarini amalga oshirishga xizmat qiladigan g'oyalar tizimi bo'lib, asosan xalqimizning asrlar davomida shakllangan yuksak ma'naviyati. An'ana, udumlari va ajdodlarimizning o'lmas merosidan oziqlanadi.

Sportning tarixi nechog'lik o'tmishga boy bo'lmasin, bizgacha etib kelgan qo'lyozmalar, nodir asarlar va obidalardan ma'lumki hayot muhim qadar bo'lgan ushbu, ijtimoiy sohaning umri balki, o'sha asarlarning umridan ziyodroqdir. Evropa xalqlari sport musobaqalari tarixini bevosita yunon mifologiyasi bilan bog'lasa, Osiyo halqlari o'zlarining ertagu-rivoyatlari, afsonalari zamirida yashab kelgan mardlik, ijtimoiy, qahramonlik g'ayrat kabi xislatlar, pahlavonlik,

azamatlik va bahodirlik singari fazilatlarida mujassam etgan. Bejiz emaski, “Uch og‘ayni botirlar”, “Malikai Husnibod” kabi yuzlab ertaklarda, “Alpomish”, “Oysuluv” dostonida madh etilgan qahramonlarni o‘zida jo etmoqqa shaylangan ne-ne yurt o‘g‘lonlari va qizlarning nomi abadul-abad bo‘qiydur. Mamlakatimiz etno-psixologiyasiga bir nazar tashlaydigan bo‘lsak, xalq harakatli o‘yinlari o‘zining xilma-xilliga qaramasdan, umumiy qonuniyatlarga bo‘ysinadi. SHu bilan birga, mamlakatimiz mavjud an‘analari, ishlab chiqarish usullari, xalqning xarakteri va iqlim jarayonlariga bog‘liqdir. Ushbu o‘yinlar bolalarda iroda sifatlarini shakllantiradi, ma‘naviy sifatlarni, ayniqsa kattalarga hurmat, jismoniy baquvvatlik, sog‘liq, odillik, mardlik, bir-biriga o‘zaro yordam kabi fazilatlarini tarbiyalashda muhim vosita bo‘lib hizmat qiladi. Hozirga qadar o‘ynaladigan xalq harakatli o‘yinlardan “Arg‘imchoq”, “Arqon tortish”, “Qirq tosh”, “Otib qochar”, “Oqterakmi - ko‘k terak”, “Ko‘p tosh”, “Oq suyak”, “Bobil taka”, “Eshak mindi”, “Do‘lki”, “CHillik”, “Kes-kes” kabi o‘yinlar o‘zbek xalq qadriyatlarining ajralmas qismidir. Xalq harakatli o‘yinlarda har bir xalqning azaliy qadriyatlari, milliy an‘ana urf-odatlarini o‘z aksini topgan bo‘ladi. SHu jumladan, o‘zbekona o‘yinlarda xalqimizning ko‘p yillar davomida to‘plagan boy madaniy merosi, bolalarni jismoniy baquvvat va aqlan barkamol qilib tarbiyalashdek faqat o‘zbeklargagina xos bo‘lgan tarbiyaviy tamoyillarimiz o‘z aksini topgan.

Xalq harakatli o‘yinlarining sog‘lom avlodni tarbiyalashdagi ahamiyati kata ekan yoshlarni sog‘lomlashtirish, umuminsoniy qadriyatlarni o‘rganish va saqlash, vatanparvarlik, o‘rtoqlik va do‘stlikni tarbiyalash, milliy urf-odatlarimizni qadrlashga o‘rgatib borar ekan, mutaxassislarimiz, tarbiyachilarimiz qancha izlansa oz. Abdulla Avloniyning fikricha, sog‘lom fikr, yaxshi axloq, ilm-ma‘rifatga ega bo‘lish uchun badanni har tomonlama tarbiya qilish zarur.

Qizlarni jismoniy tarbiyalashda xalq harakatli o‘yinlari va milliy jismoniy tarbiyamizni yana chuqurroq tadbiiq qilish shu kunning dolzarb muammosi hisoblanadi. Ta‘lim tizimida jismoniy tarbiya jarayonlarini tashkil etish va boshqarishda, xususan, jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda ta‘limning noan‘anaviy usullaridan foydalanish davr talabi bo‘lib kelmoqda. Xalq pedagogikasida qizlarni vatanparvarlik, ona yurtga mehr, sadoqatlilik, mehnatsevarlik, kattalarni hurmat qilish ruhida tarbiyalashga katta ahamiyat beriladi. Xalq pedagogikasida xalqning ulug‘vorligi, qadr-qimmatini mehnatsevarligi, erksevarligi va do‘stlikka sadoqati ham ifodalangan. Xalqning eng yaxshi an‘analari insonparvarlikni, kamtarlikni mehmondo‘stlikni va kattalarga hurmatni, asrlar davomida mehnatkash xalq orasida rasm-rusumga aylangan ajoyib xislatlarni o‘zida gavdalantiradi.

Maktabgacha yosh davri qizlarning rivojlanishida muhim bosqich bo'lib hisoblanadi. Mana shu davrda qizlarning salomatligiga, jismoniy rivojlanishiga va harakat madaniyatiga zamin yaratiladi. Jismoniy mashqlarni tanlab olishda umuman bog'cha qizlari uchun emas, bog'cha yoshidagi qizlarning aniq guruhlarini hisobga olish lozim. Xalq harakatli o'yinlarini tashkil etgan katta yoshdagi kishilar ham o'yinlarning tartib qoidalariga ilk kundan e'tibor berishi lozim. Bu qizlarning to'g'ri, rostgo'y, mard, jasur bo'lib tarbiyalanishlariga yordamlashi. Halq harakatli o'yinlar o'sib kelayotgan yosh avlodning tarbiyasiga har tomonlama ta'sir etadi.

#### REFERENCES

1. Yo'ldoshova R. O'zbek xalq o'yinlarining tarbiyaviy ahamiyati. T.: "O'qituvchi" 1992.
2. Nasriddinov F.N., SHaternikov E.X. Inson omilini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sport. – T.: 1999.
3. Normurodov A.N. Jismoniy tarbiya. – Toshkent: O'zbekiston, 1996.