

**Maktabgacha yoshdagi bolalarni milliy o‘yinlar orqali sog‘lom qilib  
tarbiyalash**

**JDPU maktabgacha va boshlang‘ich yo‘nalishlarda masofaviy ta‘lim  
kafedrasi stajyor o‘qituvchisi Xamzayeva N**

**Annotatsiya:** Ushbu maqola maktabgacha yoshdagi bolalarni milliy o‘yinlarimiz orqali jismoniy, aqliy, ahloqiy tarbiyalashi haqida yoritilgan bo‘lib, maktabgacha ta‘lim tashkilotlari pedagoglari uchun mo‘ljallangan. Milliy o‘yinlarimiz haqida ham ma‘lumotlar berilgan.

**Annotation:** This article describes the physical, mental, and moral education of preschool children through our national games, and is intended for pedagogues of preschool educational organizations. Information about our national games is also provided.

**Аннотация:** В данной статье описано физическое, умственное и нравственное воспитание дошкольников посредством наших национальных игр и адресовано педагогам дошкольных образовательных организаций. Также представлена информация о наших национальных играх.

**Kalit so‘zlar:** milliy o‘yinlar, jismoniy, aqliy, axloqiy, rivojlanish, bolalar, maktabgacha yosh.

**Ключевые слова:** национальные игры, физические, умственные, нравственные, развитие, дети, дошкольный возраст.

**Key words:** national games, physical, mental, moral, development, children, preschool age.

**KIRISH.**

Prezidentimiz. “Qaysi sohani olmaylik, biz zamonaviy etuk kadrlarni tarbiyalamasdan turib biron-bir o‘zgarishga, farovon hayotga erisha olmaymiz.

# “CONFERENCE OF NATURAL AND APPLIED SCIENCES IN SCIENTIFIC INNOVATIVE RESEARCH”

Volume 02. Issue 01. January 2025

Bunday kadrlarni, millatning sog‘lom genofondini tayyorlash, avvalo, maktabgacha ta‘lim tizimidan boshlanadi” deb aytgan gaplari maktabgacha talim tashkilotlarida asos bo‘lib xizmat qilmoqda. “Bola dunyoga kelganidan boshlab, unda aynan maktabgacha bo‘lgan yoshda aqliy faollik oshadi, axloqiyestetik va jismoniy hislatlar shakllanadi. Shu bois ham kelgusi yillarda maktabgacha ta‘lim sohasini rivojlantirish borasidagi strategik maqsadimiz–ijtimoiy ahvolidan qat‘i nazar, bog‘cha yoshidagi har bir bolani ushbu ta‘lim yo‘nalishi bilan to‘liq qamrab olish uchun zarur sharoitlarni yaratishdan iborat”. Ushbu maqsadlarni ro‘yobga chiqarish maqsadida 2017- yilda O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta‘lim vazirligi tashkil etildi. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida xalq o‘yinlari bolalarning jismonan barkamol bo‘lishiga xizmat qiladi. Xalq o‘yinlari bolaning jamiyatga qo‘shilishi, o‘ziga baho bera olishida asosiy vosita bo‘lgan. O‘yinlar gadjetlarga ko‘chgani sabab yaqin kelajakda milliy o‘yinlarning tarixga aylanish ehtimoli yo‘q emas. Ko‘klam kelishi bilan yerlar, qir-adirlar taniga issiqlik yuguradi. Bunday paytda qish bo‘yi uyga berkingan bolalar azaldan ko‘chalarga chiqib o‘yinlar o‘ynashgan. Biroq oxirgi o‘n yillikda bolalar o‘ynagan xalq o‘yinlari gadjetlarga ko‘chdi va ulardagi jismoniy faollik asta-sekin pasayib boryapti. Alisher Navoiy nomidagi til va adabiyot instituti filologiya fakulteti folklor bo‘limi rahbari Shomirza Turdimovning aytishicha, milliy o‘yinlarning ko‘pi 2010 yildan keyin deyarli o‘ynalmay qo‘ygan va ular kompyuter, telefonlarga ko‘chgan. Uning fikricha, milliy o‘yinlarning bolani jamiyatga qo‘shishdagi o‘rnini hech nima bilan to‘ldirib bo‘lmaydi. «O‘yinlar – bolaning ham aqlan, ham jismonan rivojlanishiga yordam beradi. O‘yin bolani jamiyatga aralashtiradi. Uning jamiyatdagi o‘rnini topishiga sababchi bo‘ladi. Chunki o‘yinda bola o‘yimboshi bo‘ladi, ishtirokchi bo‘ladi, unga jamiyat, dunyo haqida bilim beradi. Eng qizig‘i bu bilimlar bolaga majburan emas, unga zavq uyg‘otib o‘rgatiladi. Bizning xalq pedagogikamiz mohiyati ham shundan iborat», deydi u. Gadjetlardagi o‘yinlar tasavvurni, aqlni charxlashi mumkin, lekin kompyuter o‘yinlari deyarli harakatsiz o‘yinlardir. U yerda bola faqat kuzatish bilan band bo‘ladi. Shomirza Turdimov kompyuter o‘yinlariga ma‘lum miqdorda insonni harakatga keltiradigan, uni faollashtiradigan shartlarni qo‘shish, o‘ylab topish kerakligini aytadi. Shunda eski o‘yinlarning mohiyatini saqlab qolib, yangilash mumkin. «Hech narsa yangidan paydo bo‘lgan emas. Bugun yaratilayotgan kompyuter o‘yinlarining asosi ham o‘yin qayerdan kelayotgan bo‘lsa, o‘sha xalqning folklori, adabiyoti, san‘atiga tayanadi. Biz faqat iste‘molchi bo‘lishimiz kerak emas. Bizning ham san‘atimiz, folklorimiz bor. Shularni kompyuter o‘yinlariga qo‘shish kerak», deydi

u. O‘zbekiston hududida tarixan juda ko‘p milliy bolalar o‘yinlari bo‘lgan va ular avloddan avlodga o‘tib kelgan. «Oq terakmi-ko‘k terak», «Berkinmachoq», «Oshiq», «Boychechak», «Xola-xola», «Qorxat», «Ko‘pkari» kabi o‘yinlar ro‘yxatini mingga yetkazish mumkin. «O‘zbek xalq milliy o‘yinlari» kitobi muallifi Ro‘ziqul Mustafiqulov ana shunday milliy bolalar o‘yinlarining yuzdan ortig‘ini yig‘gan. Ulardan qachonlardir keng tarqalgan va hozir kam o‘ynaladigan bir nechtaga misol keltiramiz.

### **Sichqon va mushuk**

O‘yinning asosiy tarkibida 10 nafar va undan ortiq bola qatnashishi mumkin. Bolalar qo‘l ushlab doira hosil qiladi. Ular orasidan biri sichqon va yana biri mushuk sifatida tanlanadi. Bolalar aylana hosil qilib, bir-birlarining qo‘llarini zanjirsimon ushlab turishadi. Mushuk sichqonni davra aylantirib quvadi. Sichqon bolalar orasidan doira ichiga ham kirib ketishi mumkin. Mushuk uchun bunday imkoniyat yo‘q. Mushukni kiritmaslik uchun bolalar qo‘lini pasaytirib, uning yo‘lini to‘shadi. Mushuk sichqonni quvib yetsa, ikkisi o‘rin almashadi.

### **Arqon tortish**

O‘yinni o‘tkazish paytida o‘rtaga hakam tayinlanadi. Ikkala guruh o‘yinchilari bir-birlari bilan yuzma-yuz turadilar. O‘rtada ko‘ndalang chiziq chiziladi. Arqonning ham o‘rtasiga qizil ip bog‘lab qo‘yishadi. Qaysi guruh a‘zolari bellashuvchilarni chegara chizig‘idan olib o‘tsa, o‘yin to‘xtatiladi va g‘oliblik e‘lon qilinadi.

### **Dim-dim**

Bu o‘yinda bolalar gapirmay jim turishadi. O‘yinchilardan chidamlilik, kuchlilik va iroda talab etiladi. Bolalar 2 guruhga bo‘linib, ularga bir nafar boshchi saylashadi. Boshchilar qaysi guruh g‘olib bo‘lsa, biror shart bajarishiga kelishishadi. Shundan keyin guldur-gup deyiladi va hech kim gapirmasligi kerak. Bir guruh raqib guruhni gapirtirish uchun turli harakatlar bajaradi. Kimdir balandlikdan sakraydi, kimdir o‘zini suvga tashlaydi. Qaysi guruh bolalari birinchi gapirsa, o‘sha guruh mag‘lub hisoblanadi.

## “CONFERENCE OF NATURAL AND APPLIED SCIENCES IN SCIENTIFIC INNOVATIVE RESEARCH”

Volume 02. Issue 01. January 2025

Xalq o‘yinlari maktabgacha yoshdagi bolalarda botirlik, epchillik, tezkorlik, muvozan’atni saqlash, qaddi-qomatni shakllantirish kabi jismoniy sifatlarini rivojlantirishda juda samarali rol o‘ynaydi. Shuningdek, maktabgacha ta’lim muassasalarida milliy harakatli o‘yinlar orqali bolalarni mashq qildirish quyidagi ijobiy aqliy sifatlarni rivojlantirishda muhim ahamiyatga egadir. Odob-axloq, topqirlik, ong osti rivoji, xotira, diqqatning rivojlanishi kabi xislatlarni sayqal toptirishda va albatta sog‘liqni mustahkamlashda samarali vosita bo‘lib kelmoqda. Xalq o‘yinlari bolaga barcha sohalarda ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin: masalan jismoni, intellektual hissiy va kommunikativ. Xalq o‘yinlari bolalar salomatligiga foyda keltiradi, yurak qon tomir, nafas olish tizimini yaxshilaydi mushaklarini va suyaklarini mustahkamlaydi. Yuqoridagi fikr-mulohazalardan kelib chiqib, shuni ta’kidlash mumkinki, maktabgacha ta’lim yoshidagi bolalarning yetuk shaxs sifatida rivojlanishi, hayotiy bilim va ko‘nikmalarining shakllanishida xalq o‘yinlar alohida o‘rin egallaydi. Insoniyatning har tomonlama rivojlanishining umumiy tizimida bola tarbiyasi muhim o‘rin tutadi. Maktabgacha yoshdan boshlab salomatlik, jismoniy rivojlanish asoslari qo‘yiladi, vosita ko‘nikmalari shakllanadi, jismoniy fazilatlarni tarbiyalash uchun poydevor yaratiladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar ketma-ket rivojlanib, jismoniy tarbiya bilan katta zavq bilan shug‘ullanadilar. Ular, ayniqsa, xalq o‘yinlariga qiziqishi katta. Xalq an‘analari tadqiqotchisi V. M. Grigoryevning so‘zlariga ko‘ra, “Xalq o‘yinlarining alohida ahamiyati shundaki, unda bola o‘z-o‘zini tarbiyalash qobiliyatini namoyish etadi. U ataylab qabul qilingan rol qoidasi talab qiladigan tarzda harakat qiladi. Bundan tashqari, o‘yinda o‘zini tutish qoidalariga rioya qilgan holda, bola xohlagan narsasidan voz kechishi, o‘zini tutishi, xohlaganicha harakat qilmasligi mumkin” degan edi. Bola o‘yin davomida tengqurlari bilan do‘stlashadi. Y.A. Komenskiy o‘yinga quvnoq bolalik va bolani uyg‘un rivojlanish sharti sifatida qarar ekan, kattalarga bolalar o‘yinlariga e’tiborli munosabatda bo‘lishni, ularga oqilona rahbarlik qilishni masalihat bergan edi. O‘zbekiston Respublikasining mashhur yozuvchisi Oybek o‘zining “Bolalik” qissasida xalq milliy sporti turlaridan bo‘lgan “uloq o‘yini” ni juda yaxshi bayon qiladi: “Uloq” xalqning qadimiy o‘yini hisoblanadi. Milliy xalq o‘yinlarining vujudga kelishi hamda taraqqiy etishi o‘sha davrlarda kishilarning kuchli, chidamli, chaqqon va shijoatli bo‘lishi zamon talabi bo‘lib kelgan. Milliy xalq o‘yinlari asrlar o‘tishi bilan murakkablashib, maxsus sport turiga aylangan. O‘yin – maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning asosiy faoliyatidir. Rossiyalik pedagog A.S.Makarenko aytganidek, o‘yin bola uchun bilish manba’idir. O‘yin

# “CONFERENCE OF NATURAL AND APPLIED SCIENCES IN SCIENTIFIC INNOVATIVE RESEARCH”

Volume 02. Issue 01. January 2025

jarayonida bolalar egallay bilishlari qiyin bo'lgan bilim va ko'nikmalarni osongina o'zlashtirib oladilar, narsalarning o'ziga xos xususiyatlarini bilib oladilar. Ular tevarakatdagi ko'rgan narsalarini o'yinda ifodalash orqali turli harakatlarni bajaradilar, ya'ni yuradilar, yuguradilar, sakraydilar, o'rmalaydilar, biron buyumni irg'itadilar. Natijada ularning qaddi-qomati, muskullari va sezgi organlari rivojlanadi, organizmining hayot faoliyati yanada yaxshilanadi. O'yinda bolaning irodasi, o'z harakatlarini o'yin qoidasiga bo'ysundira- olish ko'nikmasi o'sadi, u o'zini qo'pol hatti-harakatlar qilishdan tiyadi, zarur bo'lganda chaqqon harakat qilishga o'rganadi, oqibatda unda jismoniy sifatlar tarkib topadi. O'zbek xalq madaniyatining tarkibiy qismi hisoblangan o'zbek xalq harakatli o'yinlari jismoniy madaniyat, yosh avlodni tarbiyalash va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda alohida o'rin tutadi. O'zbek xalq o'yinlari tarixida birinchi marta milliy o'yin namunalari bayon etilishi, ulaming ta'rifi-tavsifi qomusiy allomalardan biri Mahmud Qoshg'ariy qalamiga mansubdir. Harakatli o'yinlar inson faoliyatini ta'minlovchi mazmunga egadir. Buni eng qadimgi ajdodlarimiz ham yaxshi bilishgan va kundalik turmushda ular bilan shug'ullanishg amal qilishgan. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida milliy xalq o'yinlari maktabgacha yoshdagi bolalarga o'zgacha xushnudlik ulashadi, ularning kayfiyatiga ijobiy ta'sir etadi. Bolalar orasida qo'llana oladigan va bolalar zavq bilan o'ynaydigan o'yinlar: 1.Arqon tortish. Bu o'yin bolalarda tez harakat qilishni, chaqqonlikni, sabr-toqatlik bilan harakat qilishni tarbiyalaydi. O'yin ko'proq jamoa bo'lib harakat qilish, chidamlilik malakalarini oshirishga yordam beradi. 2.Oq terakmi, ko'k terak. O'yin tez yugurishni, diqqatni, sezgirlikni rivojlantirishga yordam beradi. O'yin bolalarni ahil bo'lib harakat qilishga, tezda to'g'ri yo'nalishni olishga o'rgatadi. O'yinni o'ziga xos harakati tez yugurish va zanjirni uzish. 3.Tapur-tupir qaldirg'och. Katta yosh guruh bolalari uchun. O'yin bolalarda sezgirlik, idrok qilish, eshitish va qabul qilish, chidamkorlik, kuch, tezkorlik, qayishqoqlikni rivojlantirishga yordam beradi. O'yinni o'ziga xos harakati sekin va aniq yurishdir. 4.Echki bolalar. O'rta yosh guruh bolalari uchun. O'yin bolalarda diqqat, sezgirlik malakalarini tarbiyalaydi. O'yin bolalarda chaqqonlik, tezlik, chidamlilik, koordinatsiya harakatlarini rivojlantiradi. O'yinning asosiy harakati yugurish hisoblanadi. 5. Qidirib top kichik yosh guruh bolalari uchun. O'yin bolalarda diqqat-e'tibomi, sezgirlik qobiliyatlarini tarbiyalaydi. Bolalar bog'chalarida bolalar turli yosh guruhlariga bo'linib, ulari kichik, o'rta va katta guhurlar deb aytishga odatlanilgan. Chunki bolalarning jismoniy holati, o'sish darajasi, harakat malakalari va umuman, tana a'zolaridagi funksiyalar vazifalari tarbiya

## “CONFERENCE OF NATURAL AND APPLIED SCIENCES IN SCIENTIFIC INNOVATIVE RESEARCH”

Volume 02. Issue 01. January 2025

jarayonlarini belgilaydi. Shunga asosan, jismoniy tarbiyani tashkil qilishda guruhlardagi amaliy harakatlar bir-biridan tubdan farq qiladi. Kichik guruhda mazmuni va qoidasiga ko‘ra sodda bo‘lgan mazmunli va mazmunsiz harakatli o‘yinlar tashkil etiladi. Bu o‘yinlarda barcha bolalar bir xil rol yoki harakat topshirig‘ini tarbiyachining bevosita ishtirokida (barcha bolalar – qushchalar, tarbiyachi – ona qush bo‘ladi) bajaradilar. 3 yoshli bolalar asta-sekin yakka holda rollarni bajarishga o‘rgatib boriladi (barcha bolalar qushlar, bitta yoki ikkita bola avtomobil bo‘ladi). O‘rta guruhda eng oddiy musobaqa usulidagi o‘yinlarni yakka tarzda ham, jamoa tarzda ham o‘tkazish mumkin. Katta guruhda bolalar uchun harakatli o‘yinlar o‘z mazmuni, qoidalari, rollarning miqdori, topshirishni jamoa musobaqasiga joriy etishga ko‘ra murakkablashtiriladi. Maktabga tayyorlov guruhi bolalari birmuncha murakkab harakatli o‘yinlar, shuningdek jamoa musobaqalaridan iborat jamoa o‘yinlarni, o‘yin estafetasi, sport o‘yinlarini o‘ynaydilar. Bularning hammasi chaqqonlik, tezkorlik, chidamlilikni rivojlanishi, harakat ko‘nikmalrining takomillashuviga, axloqiy-irodaviy sifatlarni tarbiyalashga yordam beradi. Milliy xalq o‘yinlari maktabgacha yoshdagi bolalarga o‘zgacha xushnudlik ulashadi, ularning kayfiyatiga ijobiy ta‘sir etadi. U bolalarning jismoniy, aqliy, axloqiy rivojlanishida, kuchli, chaqqon, topqir, farosatli, mard insonlar bo‘lib kamol topishida katta ahamiyat kasb etadi. Mustaqil yurtimiz kelajagi buyuk bo‘lishi eng avvalo farzandalari salomatligiga bog‘liq sog‘lom yurt qudratli va boy bo‘ladi. O‘yin faoliyatida diqqatni, idrokni rivojlantirish, ilgari hosil qilingan tasavvur, tushunchalar, mo‘ljol olish singari xususiyatlarni yana ham aniqlashtirish uchun qulay shart-sharoitlar yaratiladi; o‘yinlar ijodiy tasavvurni, xotirani, fikrlashni, tafakkur faoliyatini yana ham rivojlantirishga yordam beradi. Shunday qilib harakatli o‘yinlar bolaning aqliy rivojlanishiga xizmat qiladi. Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida o‘yin texnologiyalaridan foydalanish orqali bolalarga yangi bilimlar, tushunchalar berib boriladi. Xalq o‘yinlarida bolaning har tomonlama rivojlanishi, psixologik, bilish jarayonlari, sensor madaniyati, nutq faoliyati, aqliy qobiliyatlari takomillashadi. O‘yin faqat bilish jarayonlarini takomillashtirib qolmay, balki bolaning xulq - atvoriga ham ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. O‘yin faoliyati tufayli bola nafaqat jismoniy balki ruhiy tomondan ham rivojlanadi. O‘yin tufayli bola baquvvat, sog‘lom, bo‘lib rivojlansa, o‘yin faoliyatini tabiat qo‘ynida tashkil etish esa bolaning estetik rivojlanishi, dunyoqarashini kengayishi, tabiatni his qilish, sezish kabilarni hisiyotlari rivojlantiradi. Maktabgacha tarbiya muassasalari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini

rivojlantirishning yoshga bog‘liq xususiyatlari o‘tkazilgan tajribalar orqali aniqlandi va nazariy jihatdan asoslab berildi. Maktabgacha tarbiya muassasalari sharoitida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida harakatli o‘yinlarni qo‘llash bolalarning harakat imkoniyatlarini, jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishga yordam beradi, shuningdek, ularning kichik maktab yoshi davriga o‘tish uchun tayyorgarligi sifatini oshiradi.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:**

1. Bolalar maktabgacha ta‘lim tashkilotida o‘tkaziladigan harakatli o‘yinlar F.Xo‘jayev 13 bet
2. Milliy va harakatli o‘yinlar. Darslik. / T.S. Usmanxodjayev
3. Bazhenova OV. Bolalar uchun hissiy-irodaviy rivojlanishni o‘rgatish. SanktPeterburg: Rech; 2010. p. 192
4. Milliy harakatli o‘yinlar . Darslik. H.A.Meliyev .
- 5.<http://elibrary.namdu.uz/75%20Спорт/Миллий%20va%20harakatli%20oyinlar.%20Usmonxodjayev%20T.S.pdf>
6. <https://aniq.uz/uz/yangiliklar/sunggi-5-yilda-maktabgacha-talim-sohasida-olibborilgan-islohotlar-va-ularning-natijalar> 7. <https://darakchi.uz/oz/35964>

**Research Science and  
Innovation House**