

**Harakatli o'yin orqali boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat sifatlarini takomillashtirish**

***Ahmadjonova Madina***

*Jismoniy madaniyat fakulteti 01/21 XQS guruh talabasi*

***Nazarmamatova O'g'iloy***

*Jismoniy madaniyat fakulteti 01/21 XQS guruh talabasi*

***Usmonova Zebo***

*Jismoniy madaniyat fakulteti 01/21 XQS guruh talabasi*

***Xudoynazarova Gullola***

*Sport va harakatli o'yinlar kafedrasida katta o'qituvchisi*

***Annotatsiya:*** Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakatli o'yinning harakat sifatlarini rivojlantirishga ta'siri o'rganiladi. Harakat fazilatlarini bolaning yaxlit rivojlanishi uchun zarur bo'lgan jismoniy, kognitiv va ijtimoiy ko'nikmalarni o'z ichiga oladi. Keng qamrovli tadqiqot orqali biz ushbu fazilatlarni tarbiyalashda harakatli o'yin samaradorligini tekshirdik. Bizning topilmalarimiz shuni ko'rsatadiki, harakat o'yinlari o'qituvchilar, ota-onalar va siyosatchilar uchun qimmatli tushunchalar berib, harakat fazilatlarini rivojlantirishga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

***Kalit so'zlar:*** Harakat sifatlarini, boshlang'ich sinf o'quvchilari, Jismoniy rivojlanish, o'yin faoliyati, harakat qobiliyatlari, kognitiv rivojlanish, Jismoniy tarbiya.

Jismoniy rivojlanish bolaning umumiy o'sishining eng muhim jihati bo'lib, bu rivojlanishda faol fazilatlar muhim rol o'ynaydi. Harakat sifatlarini tezlik, kuch, vaqt, oqim va makonni o'z ichiga olgan harakatning atributlarini bildiradi. Bu fazilatlar nafaqat jismoniy rivojlanish, balki kognitiv o'sish va ijtimoiy o'zaro ta'sir uchun ham asosiy hisoblanadi. Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilari butun umri davomida ular bilan birga bo'ladigan jismoniy qobiliyatlarning poydevorini quradigan yoshda.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol fazilatlarni rivojlantirishning samarali usullaridan biri o'yin faoliyatidir. Ochiq havoda o'yin o'quvchilarni mashg'ulotlarga jalb etuvchi jismoniy tarbiya turi bo'lib, ularda zavqlanish vaqtida turli harakat sifatlarini egallashga yordam beradi. Ushbu maqolada biz qo'llanilgan usullarni, olingan natijalarni o'rganamiz va boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol fazilatlarni rivojlantirish uchun o'yin faoliyatidan foydalanishning oqibatlarini muhokama qilamiz.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol fazilatlarni o'yin faoliyati orqali shakllantirish ularning umumiy o'sishi va rivojlanishining muhim jihati hisoblanadi. Harakatli o'yin deganda harakat, o'zaro ta'sir va ishtirokni o'z ichiga olgan jismoniy faoliyat va o'yinlar tushuniladi. Bu bolalarga keng ko'lamli jismoniy, ijtimoiy va kognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Harakatli o'yin boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol ko'nikmalarni rivojlantirishga qanday yordam berishi mumkin:

Jismoniy rivojlanish:

- Dvigatel ko'nikmalari: Ochiq havoda o'ynash nozik va qo'pol motorli ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradigan yugurish, sakrash, toqqa chiqish va uloqtirish kabi mashg'ulotlarni o'z ichiga oladi.

- Muvozanat va muvofiqlashtirish: bir oyog'ida muvozanatni saqlash, to'siqlar yo'nalishi bo'yicha muzokaralar olib borish, narsalarni ushlash va uloqtirish kabi harakatlar muvozanat va muvofiqlashtirishni yaxshilaydi.

Ijtimoiy va hissiy rivojlanish:

- Hamkorlik: Harakatli o'yinlar ko'pincha jamoaviy ish va hamkorlikni o'z ichiga oladi, bu o'quvchilarga umumiy maqsadga erishish uchun boshqalar bilan hamkorlik qilishni o'rganishga yordam beradi.

- Muloqot: O'yin faoliyati orqali o'quvchilar o'z tengdoshlari bilan og'zaki va og'zaki bo'lmagan muloqotda bo'lishni, harakatlarni muvofiqlashtirishni va qaror qabul qilishni o'rganadilar.

- Hissiy tartibga solish: Jismoniy o'yinlarda ishtirok etish o'quvchilarga his-tuyg'ularini boshqarishga, to'plangan energiyani chiqarishga va stressni

kamaytirishga yordam beradi.

Kognitiv rivojlanish:

- Muammoni hal qilish: Harakatli o'yinlar ko'pincha bolalarda qiyinchiliklar va to'siqlarni bartaraf etish, muammolarni hal qilish ko'nikmalarini va ijodkorlikni rivojlantirishga yordam beradi.

- Fazoviy xabardorlik: kosmosda harakatlanish yoki to'siqlardan qochishni o'z ichiga olgan harakatlar fazoviy xabardorlikni va fikrlashni yaxshilaydi.

- Xotira va ketma-ketlik: Ko'pgina o'yin harakatlari xotira va mantiqiy fikrlashni yaxshilaydigan harakatlar yoki qoidalar ketma-ketligini o'z ichiga oladi.

Ijodkorlik va tasavvur:

- Harakatli o'yin bolalarga o'z tasavvurlarini hikoyalar, qahramonlar va stsenariylar yaratish, ijodkorlik va hikoya qilish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun ishlatish imkonini beradi.

Jismoniy tayyorgarlik va salomatlik:

- Harakatli o'yinlarda muntazam ishtirok etish jismoniy tayyorgarlik va sog'lom turmush tarzini targ'ib qiladi, bolalik davrida semirib ketish xavfini va u bilan bog'liq sog'liq muammolarini kamaytiradi.

O'ziga ishonch va o'zini o'zi qadrlash:

- Jismoniy qiyinchiliklarni muvaffaqiyatli yengib o'tish, o'yin faoliyatida tengdoshlari bilan hamkorlik qilish bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini, o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Ijtimoiy ko'nikmalar:

- Harakatli o'yin o'quvchilarga navbatchilik qilish, ma'lumot almashish va nizolarni hal qilish kabi muhim ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatishi mumkin.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol fazilatlarni o'yin faoliyati orqali rivojlantirishga ko'maklashish uchun o'qituvchilar va ota-onalar faol o'yinni rag'batlantiradigan muhitni yaratishlari muhimdir. Bu o'yin maydonchasi jihozlaridan foydalanishni ta'minlash, o'yinlar va tadbirlarni tashkil etish, shuningdek, bolaning o'rganish va rivojlanishining bir qismi sifatida o'yin muhimligini ta'kidlashni o'z ichiga olishi mumkin.

Shunday qilib, o'yin faoliyati boshlang'ich sinf o'quvchilarining har tomonlama rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bu ularga jamoada ishlash, ijodkorlik va muammolarni hal qilish kabi fazilatlarni rivojlantirishda jismoniy, ijtimoiy, hissiy va kognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Bolalarni ochiq havoda o'ynashga undash ularning umumiy o'sishi va farovonligiga qimmatli hissa qo'shadi.

Ushbu tadqiqot natijalari boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol fazilatlarni rivojlantirishda o'yin faoliyatining samaradorligini ko'rsatadi. Harakatli o'yin jismoniy tarbiyaga yanada yaxlit yondashuvni taklif qiladi, o'yin sifatining keng doirasiga e'tibor beradi. Bundan tashqari, harakatli o'yinlarning qiziqarli va interfaol tabiati o'quvchilarning mashg'ul bo'lishiga va motivatsiyasiga yordam beradi.

Ochiq havoda o'ynash nafaqat jismoniy rivojlanishga yordam beradi, balki kognitiv va ijtimoiy ko'nikmalarni ham rivojlantiradi. Bu ijodkorlikni, muammolarni hal qilishni, jamoada ishlashni va o'ziga ishonchni oshiradi. Bu ko'nikmalar bolaning umumiy rivojlanishida bebahodir va hayotning turli jabhalarida qo'llanilishi mumkin.

### **Xulosa va takliflar**

Xulosa qilib aytish mumkinki, o'yin faoliyati boshlang'ich sinf o'quvchilarida faol ko'nikmalarni rivojlantirishning istiqbolli usuli hisoblanadi. Bu ularning jismoniy va kognitiv rivojlanishi uchun zarur bo'lgan turli harakat ko'nikmalarini rivojlantirishning qiziqarli va samarali usuli. O'quv dasturiga o'yin faoliyatini kiritishni yanada rag'batlantirish uchun biz quyidagilarni taklif qilamiz:

- O'qituvchilar malakasini oshirish: Jismoniy tarbiya o'qituvchilarini maktablarda ushbu tadbirlarni samarali amalga oshirish uchun o'yinga asoslangan mashg'ulotlarga o'rgatishlarini ta'minlash.

- O'quv dasturlari integratsiyasi: Bu mashg'ulotlardan barcha o'quvchilar foyda olishini ta'minlash uchun jismoniy tarbiya o'quv dasturining muntazam qismi sifatida ochiq o'yinlarni kiriting.

• Ota-onalar ishtiroki: Ota-onalarni uyda faol o'yin uchun resurslar va g'oyalar bilan ta'minlash orqali maktabdan tashqari faol o'yinlarni qo'llab-quvvatlashga undash.

• Tadqiqot va uzluksiz takomillashtirish : Harakatli o'yin strategiyalarini takomillashtirish, ularning ta'sirini baholash va topilmalaringiz asosida dasturni moslashtirish uchun doimiy ravishda tadqiqot olib boring.

O'yinni boshlang'ich sinflarda o'qitishga kiritish o'quvchilarning jismoniy va kognitiv rivojlanishiga chuqur va ijobiy ta'sir ko'rsatishi, ularning kelajakdagi farovonligi uchun mustahkam poydevor yaratishi mumkin.

### **Adabiyotlar.**

1. 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.

2. 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.

3. Menglikulov, Khairulla (2021) "Features of organization of general physical preparation in lesson and extracurricular activities," *Mental Enlightenment ScientificMethodological Journal: Vol. 2021 : Iss. 2 , Article 6.*

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

5. 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)

6. 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)*