

ABDUYEVA SITORABONU SAVRIDDIN QIZI

**MILLIY VA HARAKATLI O'YINLARNI
O'QITISH METODIKASI**

(O'quv-metodik qo'llanma)



Buxoro-2021

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA
MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

FAKULTETLARARO JISMONIY MADANIYAT VA
SPORT KAFEDRASI

Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi

Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi

(O'QUV METODIK QO'LLANMA)

Buxoro – 2021

S.S.Abduyeva Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi mustaqil ta'limni tashkil etish bo'yicha o'quv metodik qo'llanma) Buxoro.2021-yil.92-b

Taqrizchilar:

A.K.Ibragimov - Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrası dotsenti
A.R.Nurullayev-Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrası dotsenti

Ushbu o'quv metodik qo'llanma Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanidan mustaqil ta'limni tashkil etish bo'yicha tavsiyalarni o'z ichiga oladi.Bunda oily ta'lim talabalarining Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi bo'yicha kasbiy pedagogik ko'nikmalari va mahoratini , yo'l - yo'riqlarini o'rgatish ifodalangan. Uslubiy qo'llanma o'qituvchilar va talabalar uchun mo'ljallangan

Buxoro davlat universiteti Ilmiy Kengashining 2021 yil 29 maydagi yig'ilishning №10-son bayonnomasi qaroriga asosan nashrga tavsiya etilgan

KIRISH

Harakatli o'yinlar bolalar va o'smirlarni tarbiyalashda eng muhim va amaliy vositalardan biri bo'lib hisoblanadi.

Harakatli o'yinlar turli xarakterdagi to'siqlarni yengish hamda har xil xislat va qobiliyatlarni ko'rsatish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli kompleksini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, odatda bolalarga quvonch baxsh etadigan musobaqa momentlari ham harakatli o'yinlar jumlasiga kiradi.

Ma'lumki, maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning o'yinlari taqlid qilish xarakteriga ega bo'ladi. Bola tevarak-atrofdagi borliqni kuzatadi, uning elementlarini o'yinga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, unda turmush hodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

O'quvchi turmushdagi, mehnat sohasidagi, tabiat hodisalari va jonivorlar hayotidagi har xil narsalarni taqlid qilib o'ynash bilan bu hodisa va harakatlarning ma'nosiga tushuna boradi, asta-sekin hayotiy tajribaga ega bo'ladi, qiyinchiliklarni yengishga o'rganadi, unda harakat ko'nikmalari hosil bo'ladi va uning tasavvurlari boyib boradi.

Bolalarning o'zlari ijod qilib o'ynaydigan o'yinlariga keng o'rin berilishi zarur. Ammo bunday o'yinlarni ota-onalar hamda tarbiyachilarning e'tibori va rahbarligidan chetda qoldirib bo'lmaydi. O'yinni asta-sekin to'g'ri yo'lga solish bilan bolalarda kuzatuvchanlik, tashabbuskorlik, mustaqillik, mehnatsevarlikni o'stirish va ularni atrofdagi vaziyatga, o'zining va o'rtoqlarining harakatlariga to'g'ri baho bera bilish hamda shaxsiy muvaffaqiyatsizlikka nisbatan to'g'ri munosabatda bo'lish ruhida tarbiyalash lozim.

Shunday qilish bilan bola asta-sekin zaruriy malakalarga ega bo'la boradi va shu malakalar tufayli u o'z kuchini to'g'ri sarflay oladigan, o'yin paytidagi turli vaziyatlarda yaxshi o'ylab harakat qila oladigan va kelgusida, tajribasining ortishiga qarab, turmushda uchraydigan qiyinchiliklarni osongina yenga oladigan bo'ladi.

Bolani oilada tarbiyalashda ham, bog'chada tarbiyalashda ham uning tevarak-atrofdagi olamni bilishga aktiv intilishi dastlab o'yinda namoyon bo'ladi. O'yin

Mundarija

Kirish	5
I Bob. Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda milliy va harakatli o'yinlarning ahamiyati	8
1.1. Milliy va harakatli o'yinlarning insonning jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotidagi o'rnini	8
1.2. Milliy va harakatli o'yinlarni tiklash va rivojlantirish	13
1.3. Milliy o'yinlarini sport amaliyotida qo'llash imkoniyatlari	17
II-Bob. Turli yoshda qo'llaniladigan milliy va harakatli o'yinlarning xususiyatlari	20
2.1. O'zbek xalq o'yinlarining tasnifi (klassifikatsiyasi), tavsifi va ularni jismoniy va ijtimoiy tarbiyadagi ahamiyati	20
2.2. Jismoniy tarbiya tizimida milliy harakatli o'yinlarning o'rnini.	25
2.3. Zamonaviy milliy harakatli o'yinlarning turkumlari	30
III Bob. Maktabda, darsda va darsdan tashqari vaqtda qo'llaniladigan xalq harakatli o'yinlar. Milliy va harakatli o'yinlar tasnifi	32
3.1. Kichik yoshdagi (7-10 yoshdagi) o'quvchilar uchun o'yinlar	32
3.2. Katta yoshdagi o'quvchilar uchun o'yinlar	34
3.3. Tanaffus vaqtida o'tkaziladigan o'yinlar	36
3.4. Maktab kechalari va bayramlarda o'tkaziladigan o'yinlar	37
3.5. Milliy va harakatli o'yinlarning tasnifi	37
IV Bob. Milliy va harakatli o'yinlarini tashkillashtirish va o'tkazishda qo'yiladigan pedagogik talablar	42
4.1. O'qituvchining harakatli o'yinlarning tashkilotchisi va rahbari sifatidagi asosiy vazifalari	42
4.2. O'yin rahbarlariga qo'yiladigan talablar	46
4.3. O'yinni o'tkazish shart-sharoitlari	47
4.4. Yordamchilar tayinlash	48

4.5.	O'yinga rahbarlik qilish	49
4.6.	O'yindagi intizom	51
4.7.	Hakamlik qilish	51
4.8.	O'yinda qilinadigan harakatlarni muayyan me'yorda olib boorish	52
4.9.	O'yin natijalariga yakun yasash	53
V.Bob. Harakat ko'nikmalarini shakllantiruvchi o'yinlar mazmuni va qoidalari		54
5.1.	Harakat ko'nikmalarini shakllantiruvchi o'yinlar mazmuni va qoidalari	54
5.2.	Kuchni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlar mazmuni va qoidalari	65
5.3.	Chaqqonlikni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlar mazmuni va qoidalari	72
5.4.	Sinfdan va maktabdan tashqari vaqtlarda o'tkaziladigan harakatli o'yinlar	81
5.5.	Tanlangan sport turlariga xos harakat ko'nikmalarini shakllantiruvchi o'yinlar	85