



ЎЗБЕКISTON RESPUBLIKASI  
O'LIY VA O'RTA MAXSUS  
TALIM VAZIRLIGI



ЎЗБЕКISTON RESPUBLIKASI  
INNOVATSION  
RIVOJLANISH VAZIRLIGI

## SPORTDA VA YOSH AVLOD JISMONIY TARBIYASIDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR

Respublika ilmiy retsenziyalangan  
onlayn-konferensiya

## MATERIALLARI



29-sentabr 2021-yil

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ  
ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ**

**СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА  
ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР**

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ  
ВОСПИТАНИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ**

**INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORT AND PHYSICAL  
EDUCATION OF YOUNG GENERATION**

**Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция  
2021 йил 29 сентябрь**

**Бухоро - 2021**



|   |     |
|---|-----|
| Кодиров Ш.Н. Ҳаракатли ўйинлар орқали ёш авлодни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш .....  | 243 |
| Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич, Курбанов Джурабек Исмаилович, Турсунов Миршод Шодиевич. Баркамол авлод тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари ..... | 245 |
| Нарзуллаев Ф.А. Жисмоний сифатларни тарбиялаш методикаси.....   | 249 |
| А.Р.Нуруллаев. Миллий ўйинлар миллий-маънавий қадриятининг узвий қисми .....  | 250 |
| М.А.Тилакова, А.А.Тилакова. Тарихий-маданий ёдгорликларнинг идрок қилишни технологик-конструктив ёндашувли компонентлари .....                    | 253 |
| М.К. Махмудов. Акмеологик ёндашув асосида бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчилари педагогик маҳоратини ривожлантириш тузилмаси.....                  | 258 |
| Sabirova Nasiba Rasulovna. Yosh futbol o'yinchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari.....                            | 261 |
| Akramov Abdufattoh Shavkatovich. Yosh avlod ongida axloqiy hamda jismoniy tarbiyani shakllantirishning psixologik mexanizmlari.....               | 265 |
| Ярашев Жамшид Разақович. Эркин курашнинг аксеологик илдизлари .....   | 267 |
| Murodov J. Maktabda darsdan tashqari vaqtda harakatli o'yinni o'tkazish metodikasi .....  | 270 |

**ҲАРАКАТЛИ ҲЙИНЛАР ОРҚАЛИ ЁШ АВЛОДНИ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ  
РИВОЖЛАНТИРИШ**  
10.53885/edinres.2021.42.53.017

*Қодиров Ш.Н*

Аннотация: Ушбу мақолада ҳаракатли ҳйинлар орқали ёш авлодни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш, жисмоний тарбия тизимида тутган ўрни ва таълим жараёнида ҳаракатли ҳйинлардан фойдаланиш масалалари ёритилган.

Калит сўзлар: восита, ҳаракатли ҳйинлар, соғлом, ёш авлод, жисмоний тарбия, жисмоний тайёргарлик.

Спорт ва жисмоний тарбияга эътибор кундан-кунга кучайиб бормоқда. Жисмоний тарбия олдида спортни халқимизнинг ҳаётига кўпроқ сингдириш; ёшларни мустақиллик руҳида тарбиялашда жисмоний тарбия ва спортнинг барча турли-туман шаклларида, жумладан, халқ миллий ҳйинларидан кенг фойдаланиш, инсонларнинг соғлигини яхшилаш ва уларни она-Ватан мудофаасига тайёрлаш ва шу сингари катта вазифалар турибди. Халқимизнинг миллий ҳйинлари эса ана шу мақсадда жуда кенг қўлланилиб келинаётган муҳим жисмоний тарбия ва спорт воситаларидан биридир. Шунинг учун халқ миллий ҳйинларига эътиборни кучайтириш зарурияти янада яққол кўринмоқда.

Миллий халқ ҳйинлари ўқувчиларнинг халқимизнинг бир неча асрлик маданий бойликлари ҳақидаги тасавурларини кенгайтиради. Чунки миллий ҳаракатли ҳйинлар жисмоний тарбиянинг энг таъсирчан усулларида бўлиб, ўқувчиларда ақлий, ахлоқий ва нафосат тарбиясини биргаликда мувафақиятли амалга оширишда муҳим воситадир.

Шунинг учун болалар ҳйинларининг руҳи, табиати, иштирокчиларнинг ҳатти-ҳаракатлари каби жиҳатларига ҳам эътибор бериш зарур. Бошланғич синф ўқувчилари жисмоний тарбиясини қизиқарли ва фойдали ўтказиш учун миллий ҳйинлардан фойдаланишда ҳам худди шу хусусиятларга эътибор бериш керак.

Бошланғич синф ўқувчиларида жисмоний тарбия дарсларида қадриятларга муҳаббат уйғотиш, халқ анъаналарини авайлаб-асрашга ўргатиш кўп жиҳатдан ўзбек халқ миллий ҳйинларидан унумли фойдалана билишга боғлиқ. Чунки миллий ҳйинлар орқали бола бир томондан жисмоний билимларни эгалласа, иккинчи томондан, уни жисмоний тарбияга қизиқтириш муҳим аҳамият касб этади.

Халқ ҳйинларига эътибор қаратиш Шарқ халқлари маданиятининг жуда кўп элементларини сақлаб қолишга ва улардан амалий фаолиятда фойдаланишга имконият туғдиради. Қадимги маҳаллий халқларимиз учун анъанавий миллий ҳйинлар ва миллий беллашувлар улар ҳаётининг ажралмас бир қисми бўлган, улар халқ маросимларида, расм-русумларда ва урф-одатларда мустақил бир соҳа

сифатида фаолият кўрсатиб келган, ҳаётларидан мустаҳкам ўрин олган. Жисмоний тарбиянинг бундай ўзига хос воситалари ёрдамида боболаримиз ўсиб келаётган авлодда чаққонлик, эпчиллик, кучлилиқ ва сабр-тоқат каби хусусиятларни шакллантирганлар. Фарзандларини ҳаёт қийинчиликларига ва табиатнинг қийинчиликларига нисбатан бардошли, бақувват қилиб тарбиялаганлар.

Ёш авлоднинг жисмоний жиҳатдан тўқис, соғлом, Ватан ҳимоясига тайёр бақувват тарзида ўсиб-улғайишидан халқ ҳам, жамият ҳам манфаатдор, Бунинг учун ўқувчилар жисмоний тарбия билан чуқур шуғулланишлари, турли миллий ўйинлардан фойдаланиш маҳоратини эгаллашлари керак бўлади. Бу эса ёш авлод тарбиясини янада кучайтириш, уларни ўз халқи, мустақил давлати ва жамият олдигаги бурчини ҳис этиш руҳида тарбиялашдек ғоят муҳим вазифалар билан боғлиқдир. Болаларда мактабда ўқий бошлаган биринчи кунданок меҳнатга муҳаббат, ишчанлик, бошланган ишини охирига етказиш, саботлилиқ хусусиятларини шакллантириш имкони яратилади. Бунда жисмоний тарбиянинг барча замонавий воситалари билан бирга ўзбек халқ миллий ўйинлари жуда қўл келади, чунки бу ўйинлар болаларни руҳий, жисмоний, маънавий жиҳатдан тарбиялашнинг барча жиҳатларини ўз ичига ола билади. Зеро, миллатнинг келажаги бўлган ёшларни соғлом, етук ва комил инсон қилиб тарбиялаш мустақил юртимиз келажагининг замини мустаҳкам бўлишига хизмат этади.

Жисмоний тарбия бола организмнинг ҳар томонлама гармоник ривожланиши, унинг бақувват, кучли бўлиб ўсишини таъминлайди. Соғлом танда соғ ақл деган мақол бежизга айтилмаган. Ўтмиш ота-боболаримиз танани чиниқтиришга ҳам алоҳида эътибор қаратишган ва бунинг учун болаларни жуда ёш чоғидан турли жисмоний машқларни маҳорат билан бажаришга ўргатишган. Масалан, Амир Темур ва темурий шахзодалар жисмоний куч қудратга етук, баҳодир кишилар булишган.

Соҳибқирон бундай улуғ салоҳиятга тинимсиз жисмоний машқлар билан шуғулланиш эвазига эришганлиги аниқ. Жисмоний чиниқишнинг воситалари эса куп. Ана шулардан бири халқ ўйинларидир. Халқ ўйинлари болаларда миллий ғурурни ўстириш билан бирга уларни жисмоний чиниқтиради. Маълум бир даврнинг ўзига хос хусусиятларихалқ ўйинларида ҳам ўз аксини топган. Бугунги кунда уларни ўрганиш, ўргатиш, яъни мазмун билан бойитиш бизнинг келажак олдига энг муҳим масъулиятли вазифаларимиздан бири ҳисобланади.

Халқ миллий ўйинлари болаларнинг жисмоний сифатларини ривожлантиришда муҳим роль ўйнайди. Чунки ўйинлар ўқувчиларнинг қизиқишларини оширади, уларга завқ бағишлайди, иш қобилиятларининг тезроқ тикланишини таъминлайди. Ўйинлар туфайли болалар чарчашни унутадилар, машқларни диққат билан бажаришга ҳаракат қиладилар. Халқ миллий ўйинларининг барчаси болаларнинг организмларига яхлит таъсир кўрсатади. Шунинг учун ҳам ўйинларга умумий жисмоний таъсир кўрсатувчи машқ сифатида қараш лозим. Биронта ўйин йўқки, у айрим жисмоний сифатни ривожлантирувчи восита бўлиб ҳисобланмасин. Масалан, «Дўппи қийишда ким ғолиб?» миллий ўйинида фақат чаққон бўлибгина қолмай, балки эпчил, сезгир бўлишга ҳам даъват этилади.

Жисмоний тарбия тизимидаги барча соҳа ва босқичларнинг бирдан-бир ва ягона мақсади- инсонни тўғри яшашга тайёрлашдир. Бошланғич синф ўқувчилари жисмоний тарбиясининг вазифалари болаларнинг ёшига хос хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда аниқланади, лекин бунда жисмоний маданиятнинг умумий мақсади кўздан қочирилмайди.

Мактабда бошланғич синф ўқувчилари жисмоний тарбиясида соғломлаштириш, таълим бериш ва тарбия бериш вазифаларини амалга ошириш

кўзда тутилади. Халқ миллий ўйинлари орқали бу вазифаларни яхлит қолда бажариш имкониятлари кўпроқ кўринади. Шунинг учун педагоглар, жисмоний тарбия ўқитувчилари халқ миллий ўйинларидан дарсларда, дарслардан ташқари машғулотларда халқ миллий ўйинларидан кенг ва доимо фойдаланиш маҳоратини эгаллашлари лозим. Ана шундагина баркамол шахсни тарбиялашдек муҳим вазифалар мустақил давлатимизда тез ва осон бажарилиши кўзда тутилади.

Бизнинг ўзбек халқ миллий ўйинлари воситасида ёшли авлодни жисмоний ривожланиши масалаларига бағишланган мақоламизда. Болаларнинг жисмоний ривожланиши ва жисмоний тайёргарлиги борасида ўйин келтирилган.

Бошланғич синф ўқувчилари жисмоний тарбиясида миллий ўйинлар орқали машғулотларни ташкил этишда, ўқувчиларнинг жисмоний фазилатларини ривожлантириш йўналишлари бўйича илмий тасдиқланган маълумотларни кўпайтириш миллий кадриятларимиз боғлиқ миллий ўйинларимизни ўқувчиларга миллийликни англаш йўлида хизмат қилмоғи даркор.

#### **БАРКАМОЛ АВЛОД ТАРБИЯСИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ**

10.53885/edinres.2021.52.18.018

*Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич*

Бухоро давлат университети, Бухоро, Ўзбекистон

*Курбанов Джурабек Исматович*

Бухоро давлат университети, Бухоро, Ўзбекистон

*Турсунов Миршод Шодиевич*

Бухоро давлат университети, Бухоро, Ўзбекистон

#### **ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ГАРМОНИЧНОГО ПОКОЛЕНИЯ**

*Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич*

Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан

*Курбанов Джурабек Исматович*

Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан

*Турсунов Миршод Шодиевич*

Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан

#### **FEATURES OF THE EDUCATION OF A HARMONIOUS GENERATION**

*Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich*

Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

*Kurbanov Djurabek Ismatovich*

Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

*Tursunov Mirshod Shodievich*

Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

**Аннотация.** Мақолада бугунги кундадолзарб муаммолардан ҳисобланган ёшлар тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари илмий жиҳатдан таҳлил қилинди. Ҳамма даврларда ҳам тарбиячилар ёшларни ахлоқи ва одоби, иймони ва виждони, билими ҳамда малакасини давр талаблари ва эҳтиёжлари билан уйғунлаштириб шакллантиришга ҳаракат қилганлар. Шунга кўра, ҳар қандай тарбия жараёни охири-оқибат, ўз мақсад ва моҳиятига кўра ғоявий тарбия эканлиги ҳаётнинг ўзи исботламоқда.

**Калит сўзлар:** тарбия, миллий, таълим, оила, ёшлар, ватанпарварлик.

**Аннотация.** В статье рассмотрено научный анализ специфики воспитания молодежи, что является одной из самых актуальных проблем современности.



Ministry of  
Innovative development  
of the Republic of Uzbekistan



## “СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР”

мавзусидаги халқаро ҳамкорлар иштирокида Республика  
илмий рецензияланган онлайн-конференцияда фаол  
иштироки учун

*Кодиров Моҳрих*

## СЕРТИФИКАТ

билан тақдирланади

БухДУ ректори:



*О.Х. Хамидов*  
О.Х. Хамидов