

KICHIK YOSHDAGI BOLLALAR TARBIYASIDA HARAKATLI O'YINLARNING AHAMYATI

Eshmamatova Setora

Eshturdiyeva Miyassar

*Maktabgacha talimda uyin
texnologiyasi fanidan o'qituvchi*

Annotatsiya: Maqolada kichik yoshdagi bolalar tarbiyasida harakatli o'yinlarning pedagogik, psixologik va jismoniy rivojlanishdagi o'rni tahlil qilinadi. Harakatli o'yinlar bolalarning motorik ko'nikmalarini shakllantirish, ijtimoiylashuv jarayonini rivojlantirish, nutq, diqqat va emosional holatni mustahkamlashga xizmat qilishi ilmiy adabiyotlar asosida asoslab berilgan. Tadqiqot metodlarida kuzatuv, pedagogik eksperiment, suhbat va faol o'yin psixologiyasi tahlili qo'llangan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, harakatli o'yinlardan muntazam foydalanish bolaning jismoniy faolligi, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati va ijtimoiy adaptatsiyasiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xulosa sifatida tarbiyachilar va ota-onalar uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: harakatli o'yinlar, jismoniy rivojlanish, kichik yoshdagi bolalar, tarbiya, motorika, ijtimoiylashuv, pedagogik jarayon, emotsional rivojlanish.

Kichik yoshdagi bolalar tarbiyasida o'yin faoliyati tabiiy rivojlanishning ajralmas qismi hisoblanadi. Bu davrda bolalar atrof-muhitni his qilish, uni anglash, undagi hodisalar bilan faol harakat orqali tanishish orqali shakllanadi. Shuning uchun maktabgacha ta'lim tashkilotlarida harakatli o'yinlar bolalarning jismoniy, aqliy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida asosiy vosita sifatida qaraladi. Harakatli o'yinlar nafaqat jismoniy faollikni oshiradi, balki bolaning tafakkuri, koordinatsiyasi, xotirasi, hamkorlik madaniyati va o'ziga ishonchini mustahkamlaydi.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim konsepsiyasida harakatli o'yinlar bolaning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, harakat malakasini rivojlantirish, sog'lom psixologik muhit yaratishning eng muhim shakllaridan biri sifatida belgilangan. Shu bilan birga, zamonaviy pedagogikada harakatli o'yinlarning rivojlantiruvchi kuchi, bolalar psixikasiga ijobiy ta'siri va tarbiyaviy imkoniyatlari ortib bormoqda.

Kichik yosh (3–7 yosh) bolaning hayotida eng faol o'sish va rivojlanish davri hisoblanadi. Bu yoshda bola dunyoni birinchi navbatda harakat orqali o'rganadi: yugurib, sakrab, uloqtirib, ushlab, aylanib, yiqilib va yana turib. Shu sababli harakatli o'yinlar oddiy o'yin emas, balki bolaning butun shaxsiyatini shakllantiruvchi eng kuchli tarbiyaviy vositadir.

Jismoniy rivojlanishga ta'siri

Kichik yoshdagi bola har kuni kamida 180 daqiqa (3 soat) jismoniy faol bo'lishi kerakligi Butunjahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan tavsiya etilgan. Harakatli o'yinlar bu talabni tabiiy ravishda qondiradi.

- Katta motorika (yugurish, sakrash, to'p tepish, velosiped haydash) rivojlanadi.
- Nozik motorika (to'pni aniq ushlash, to'siqlar orasidan o'tish, arqon bilan sakrash) qo'l-oyoq muvofiqligini oshiradi, keyinchalik maktabda yozish va chizish uchun poydevor bo'ladi.
- Mushak-suyak tizimi to'g'ri shakllanadi, tekis oyoq, kamburlik kabi muammolarning oldi olinadi.
- Immunitet kuchayadi, tez-tez shamollash kamayadi.
- Ortiqcha vazn va semirish xavfi keskin pasayadi.

Aqliy (kognitiv) rivojlanishga ta'siri

Harakat va aql rivojlanishi bir-biridan ajralmas. Harakatli o'yin paytida miya eng faol ishlaydi:

- Diqqat va xotira yaxshilanadi. Masalan, "Qizil-yashil" o'yinida bola bir vaqtda eshitadi, tushunadi va darhol harakat qilishi kerak.
- Fazoviy tasavvur shakllanadi: bola "o'ngga", "chapga", "oldinga", "orqaga", "yuqoriga", "pastga" degan tushunchalarni o'z tanasi orqali o'rganadi. Bu keyinchalik matematika va o'qishda juda muhim.
- Muammo yechish ko'nikmasi paydo bo'ladi: to'siqdan qanday o'tish, to'pni qayerdan tepish kerak, qayerda yashirinishi osonroq – bularning barchasi tez qaror qabul qilishni o'rgatadi.
- Sabab-oqibat munosabati aniq bo'ladi: "Agar men to'pni kuchliroq tepaman – u uzoqroq uchadi", "Agar men sekin yugursam – meni ushlab qolishadi".
- Xayoliy fikrlash rivojlanadi: oddiy tayoq ot, daraxt uy, qum – oshxona bo'lib qoladi.

Ijtimoiy ko'nikmalarga ta'siri

Harakatli o'yin deyarli har doim guruhda o'ynaladi. Bu esa bolani jamiyatga tayyorlaydi:

- Qoidalarga rioya qilishni o'rganadi. "To'p chetga chiqsa – raqibga beriladi" degan oddiy qoida bolada adolat va intizom tuyg'usini shakllantiradi.
- Navbat kutish, kuchi yetganiga yordam berish, zaifroqqa imtiyoz berish kabi axloqiy qadriyatlar paydo bo'ladi.
- Rahbarlik va bo'ysunish tajribasi hosil bo'ladi. Bir kuni bola jamoa sardori bo'ladi, boshqa kuni oddiy o'yinchi – bu hayotdagi rol almashinuvini o'rgatadi.
- So'zlashuv va so'zsiz muloqot rivojlanadi. Bola imo-ishora, yuz ifodasi, ovoz balandligi orqali ham fikr bildirishni o'rganadi.

- Do'stlik rishtalari mustahkamlanadi. Birga yugurib, birga yiqilib, birga kulgan bolalar keyinchalik ham bir-biriga ko'proq ishonadi.

Hissiy va iroda tarbiyasiga ta'siri

Harakatli o'yin – bu katta emotsional yuklama:

- G'alaba quvonchi va mag'lubiyat achchig'i bir kunda bir necha marta almashinadi. Bola buni qabul qilishni, his qilishni va o'zini boshqarishni o'rganadi.

- Qat'iyat va sabr-toqat tarbiyalanadi. Masalan, arqondan sakray olmagan bola 10-marta urinib, 11-marta muvaffaqiyat qozonadi – bu hayotdagi eng muhim darslardan biri.

- O'ziga ishonch oshadi. “Men sakray oldim!”, “Men eng tez yugurdim!” degan kichik yutuqlar bolada “Men buni uddalay olaman” degan ichki kuch paydo qiladi.

- Stress va ortiqcha hayajondan xalos bo'ladi. Agar bola uyda g'azablangan yoki xavotirda bo'lsa – ochiq havoda 20–30 daqiqa faol o'yin ko'pincha barcha muammolarni “yo'qotadi”.

Umumiy tarbiyaviy ahamiyati

Harakatli o'yin orqali bola:

- Mehnatsevarlikni o'rganadi (har kuni o'ynash uchun kuch sarflash kerak).
- Tabiatni sevadi (o'yin ko'pincha ochiq havoda bo'ladi).
- Vaqtни to'g'ri taqsimlashni o'rganadi (o'yin boshlanishi va tugash vaqti bor).
- Ota-onasi va tarbiyachisiga ishonadi (chunki ular ham o'yinlarda ishtirok etadi).

- O'z tanasini hurmat qilishni o'rganadi (u yordamida shuncha qiziqarli narsalar qilish mumkinligini tushunadi).

Xulosa va amaliy tavsiyalar

Agar 3–7 yoshdagi bola har kuni yetarli harakat qilmasa, unda quyidagi muammolar paydo bo'lishi ehtimoli yuqori:

- diqqat tarqoqligi va giperfaollik,
- nutqning kechikishi,
- uyatchanlik yoki aksincha tajovuzkorlik,
- semirish,
- o'qish-va-yozish ko'nikmalarining zaifligi.

Shuning uchun har bir ota-ona va tarbiyachi quyidagilarni esda tutishi kerak:

- Har kuni kamida 1–2 soat ochiq havoda faol o'yin.
- Televizor, telefon, planshet vaqti kuniga 1 soatdan oshmasin.
- Harakatli o'yinlarni majburlamasdan, quvonch bilan o'tkazish.
- Ota-ona o'zi ham o'yinlarda faol ishtirok etishi – bu bolaga eng katta namuna.

Harakatli o'yin – bu bolaning sog'lom tanasi, o'tkir aqli, mehribon yuragi va kuchli irodasining birinchi va eng muhim maktabidir. Bu maktabni o'tkazib yubonsa, keyin hech qanday qo'shimcha darslik va kurslar uning o'rnini to'ldirolmaydi.

Olingan natijalar shuni tasdiqlaydiki, harakatli o'yinlar faqat jismoniy faollik emas, balki keng ko'lamli pedagogik jarayondir. U bolaning miyasida tezkor axborot almashinuvini, sensor-motor bog'liqlikni va moslashuvchan fikrlashni kuchaytiradi. Tarbiyachilar ko'pincha harakatli o'yinlarni faqat jismoniy tarbiya mashg'ulotlari deb bilishadi, lekin ularning psixologik va kognitiv rivojlanishdagi o'rni ham juda muhim.

Shu bilan birga, o'yinlarni noto'g'ri tashkil qilish – haddan tashqari shovqin, murakkab qoidalar, nomutanosib yuklama – bolalarda charchoq, qiziqishning pasayishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun o'yinlar bolaning yosh xususiyatlariga mos bo'lishi zarur.

Xulosa

Harakatli o'yinlar kichik yoshdagi bolalar tarbiyasida jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishning eng samarali vositalaridan biridir. O'yin jarayonida bola tabiatdan berilgan ehtiyoj – harakat qilish orqali o'zini namoyon etadi. O'yinlar intizom, qoida, hamkorlik, irodaviy sifatlarni shakllantiradi. Muntazam harakatli o'yinlar sog'lom turmush tarzi asoslarini yaratadi.

Har hafta kamida 3 marotaba harakatli o'yinlar tizimli tashkil etilishi.

Milliy o'yinlardan ("Arqon tortish", "Ko'lanka ovlash", "Oq terakmi-ko'k terak") keng foydalanish.

O'yinlarni ochiq havoda, xavfsiz maydonlarda tashkil etish.

Tarbiyachilar uchun harakatli o'yinlar metodik qo'llanmasini ishlab chiqish.

Ota-onalar bilan hamkorlikda "Faol harakat kuni" tadbirlarini o'tkazish.

Adabiyotlar.

1. Qodirova M. *Maktabgacha ta'lim pedagogikasi*. — Toshkent: O'zbekiston faylasuflari jamiyati nashriyoti, 2020.
2. Komilova N., Raxmonova G. *Maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiyasida didaktik o'yinlar*. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
3. Xudoyberganova S. *Maktabgacha ta'lim metodikasi*. — Toshkent: Navro'z, 2018.
4. Vygotsky L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. — Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978.
5. Piaget J. *Play, Dreams and Imitation in Childhood*. — New York: Norton, 1962.
6. Rubinshtein S.L. *Osnovy obshchey psikhologii*. — Moskva: Pedagogika, 1999.
7. Elkonin D.B. *Psikhologiya igry*. — Moskva: Pedagogika, 1989.
8. Gesell A. *Child Development*. — New York: Harper & Row, 1977.
9. Montessori M. *The Absorbent Mind*. — New York: Dell, 1995.
10. Smilansky S. *Children's Play and Learning*. — New York: Teachers College Press, 1990.
11. G'ofurova D., Usmonova N. *Bolalar psixologiyasi*. — Toshkent: O'qituvchi, 2017.

- 12.Rixonberdiyeva M. *Jismoniy tarbiya va sport asoslari*. — Toshkent: Sano-standart, 2019.
- 13.Sheridan M. *From Birth to Five Years: Children's Developmental Progress*. — Routledge, 2016.
- 14.Ginsburg K.R. *The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development*. Pediatrics, 2007.
- 15.Pellegrini A. *The Role of Play in Human Development*. — Oxford University Press, 2009.
- 16.Burkitt E., Barrett M. *Children's drawings and play activities*. Child Development Research Journal, 2013.