

HÁREKETLI OYINLAR ARQALI BALALARDA FIZIKALIQ MÁDENIYATTI TÁRBIYALAWDÍŇ TIYKARGÍ METODI HÁM QURALI.

Saparbaev Esen

NMPI Gumanitar hám jámiyetlik pánlerdi aralıqtan oqıtıw kafedrası
asisstent-oqıtıwshısı.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13764180>

Annotatsiya. Bul maqalada háreketli oyunlar arqalı balalarda fizikalıq mádeniyatti tárbiyalawdıń tiykargı metodları hám áhimiyeti haqqında sóz etilgen.

Gilt sózler: háreketli oyunlar, fizikalıq mádeniyat, tárbiya, kompleks, wazıypa.

THE MAIN METHOD AND TOOL OF PHYSICAL EDUCATION IN CHILDREN THROUGH ACTIVE GAMES

Abstract. The main methods and importance of educating children with physical culture through active games were discussed.

Key words: movement games, physical culture, education, complex, task.

ОСНОВНОЙ МЕТОД И СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ЧЕРЕЗ АКТИВНЫЕ ИГРЫ.

Аннотация. Обсуждались основные методы и значение обучения детей физической культуре через активные игры.

Ключевые слова: двигательные игры, физическая культура, обучение, комплекс, задание.

Háreketli oyunlar zárúrli áhmiyetke iye bolǵan kompleks tálim-tárbiya procesi bolıp tabıladı.

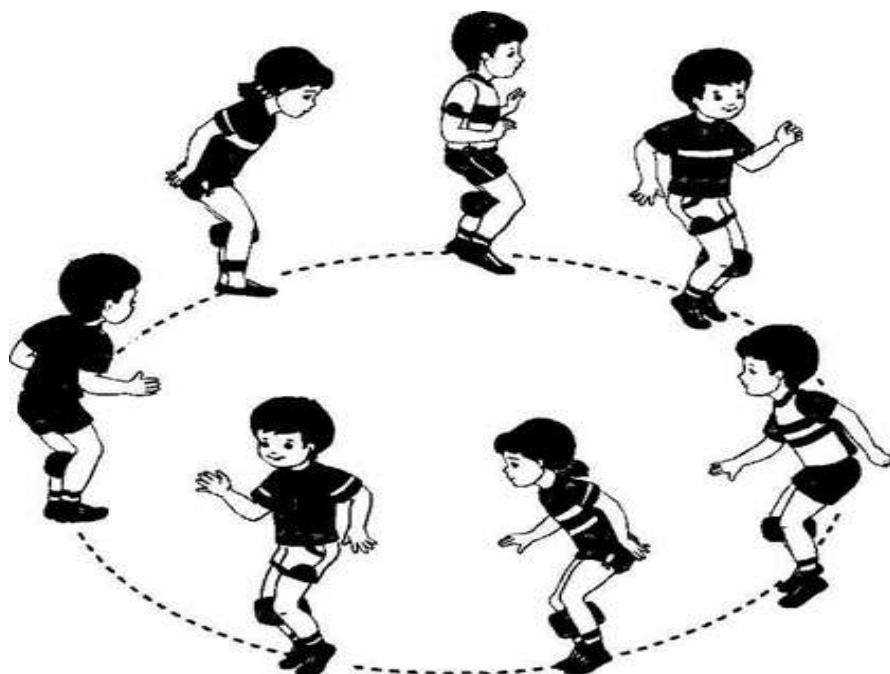
Bul processtıń tiykarın quraytuǵın balalardıń háreket iskerligi fizikalıq rawajlanıwǵa, háreket kónlikpeleri hám fizikalıq sapalardıń qalıplesiwine, organizmdıń funksional iskerligin asırǵan hám emotsional kewillilik sezimlerin kúshaytırgan halda salamatlıqtı bekkemlewge unamlı tásir etedi.

Háreketli oyunlar dene tárbiyasınıń tiykargı quralları hám metodlarınan biri retinde joqarıda sanap ótilgen wazıypalardı nátiyjeli sheshiwge járdem beredi.

Háreketli oýınlardı ótkeriwde eriwladıǵan salamatlandırıw nátiyjesi balalardıń oýın iskerligi processinde júzege keletuǵın hám bala psixikasına jaqsı tásir etetuǵın unamlı emotsiyalar menen tıǵız baylanıslı bolıp tabıladı.

Emotsional kóterińkilik balalarda barlıq ushın ulıwma bolǵan maqsetke erisiwge umtılıw oyatadı hám ol wazıypalardı anıq túsiniwde, háreketlerdiń óz-ara sáykesliginde, keńislik hám oýın sharayatlarında anıq móljel alıwda, tapsırmalardı tezlestirilgen pátıda atqarılıwında ańlatpalanadı.

Bunda balalardıń maqsetke erisiwge salıstırǵanda kúshli qızıǵıwshılıǵı hám zavqlı umtılıwı asnosida túrli qosqınıqlardı jeńip ótiwge járdem beretuǵın shıdamlılıqdıń roli asadı.



Háreketli oyunlar balalar tárepinen aldın iyelengen háreket kónlikpelerin jetilistiriw hám fizikalıq sapalardı tárbiyalaw metodu bolıp xızmet etedi. Oyun processinde bala óz itibarın háreketi orınlaw usılına emes, bálki maqsetke erisiwge qaratadı. Ol oyun shártlerine muwapıq háreket etedi, bunda shaqqanlıq kórsetedi jáne háreketlerdi rawajlanıwlastıradı. Sol sebepli mısalı, «Qasır jarlıqda» oyını balalar yugurib kelip uzınlıqqa sekrewdi úyrenip alǵanlarınan keyin beriledi.

Háreket iskerligi retinde háreketli oyun arnawlı bir arnawlı ayrıqshalıqlarǵa iye. Ol baladan signal hám oyında kútpegende bolatuǵın ózgerislerge demde juwap beriwdi talap etedi. Oyında júz beretuǵın túrli jaǵdaylar, háreketler bulshıq et keriliwshenligi dárejesiniń ózgeriwi zárúrshiligin keltirip shıǵaradı. Mısalı, «Duzaq» oyınında hár bir bala baslawshı háreketin dıqqat menen gúzetip barıwı kerek: baslawshı oǵan jaqınlashganda keri tárepke asıǵıslıq menen qashıp ótedi; ózin qawipsiz sezgach, aste háreket etip, toqta turadı ; baslawshı jaqınlashganda taǵı háreketin tezlestiredi.

Derlik hár bir háreketli oyında háreketler hám balalar háreketine tiyisli signallar bar.

Bunday aktiv háreket iskerligi bala qozǵalıw hám tormozlanıw processlerin rawajlanıwlastırǵan hám teń salmaqılıqlastırǵan halda nerv sistemanı shınıǵıw etdiradi, sonıń menen birge, gúzetiwshenlik, tutqırlıq, ózgeriwshen átirap -ortalıqta móljel alıw qábileti, júz bergen qıyınshılıqlı jaǵdaydan qutilish jolin tabıw, demde qarar qabıllaw jáne onı ámelge asırıw, batırlıq, shaqqanlıq gayrat kórsetiw, maqsetke eriswdiń gárezsiz usılın tańlawdı tárbiyalaydı.

Háreketli oyınların kelip shıǵıwı áyyemgi xalıq pedagogikasına barıp taqaladı. Dáslepki jaslı balalar shańaraqlarda balanın dáslepki háreketi menen baylanıslı jasırınbaqlar, ermek oyınlar járdeminde tárbiyalanganlar. Odan úlkenlew jas daǵı balalar turmısında reń-barang háreket mazmunına iye bolǵan (óz ishine balalardı rom etiwshi oyun baslanmalari, ınıldıları, sanawmachoqlarnı alıwshı) xalıq oyınları úlken orın alǵan. Bulardıń hámmesi házirge shekem kórkem ózine tartatuǵındorligini, tárbiyalıq áhmiyetin saqlap kelip atır, sol kózqarastan olar qımbatlı folklor oyınların quraydı.

Háreketli oyınların túrleri

Balalardín hár tárepleme rawajlanıwda oyın tiykarǵı iskerlik túri bolıp esaplanadı. Bala jaslıǵında qanshellilik kóp oynasa, bul onıń keyinirek mektepte jaqsı oqıwı, kelesi miynet iskerligine unamlı tásir kórsetedi. Oyın bul bala iskerliginiń jaqtı túri esaplanadı. Zero, oyın processinde onıń shıdamlılıǵı, sezimi, mıtajlıǵı, qızıǵıwshılıqları, tásirililigi, yaǵnıy pútkil ózligi qalıplesedi.

Oyın buyımlı jáne social haqıyqatlıqtaǵı háreket qılıw hám onı ańǵarıwǵa qaratılǵan process bolıp tabıladı. Kishi jas daǵı balalarǵa dáslepki tiykarǵı buyımlar menen atqarılatuǵın háreketler qızıqlı tuyıladı hám olar kelesinde balalardın oyın daǵı úlkenler munasábeti hám háreketlerin qayta sáwlelendiriwlerine xızmet etedi. Áyyemginen ózbek halqı balalarına túrli halq oýınlardı oynatıp uyretip kelgenler hám oýınlar arqalı uqıplılıq, shaqqanlıq, tutqırlıq, miyir-shápáátlilik sıyaqlı pazıyetlerdi quram taptirib, miynetke uyretip barıladı.

Háreketli hám kem háreketli oýınlardı tańlaw hám joybarlaw programmaǵa muwapıq ámelge asırıladı. Bunda hár bir jas toparınıń sharayatı esapqa alınadı, mısalı : balalardın fizikalıq hám intellektual rawajlanıwınıń ulıwma dárejesi, háreket kónlikpeleriniń rawajlanıwı, hár bir bala sawlıǵınıń jaǵdayı, individual tipologik qásiyetleri, jıl mawsimi, kún tártibi, oýındı ótkeriw ornı, sonıń menen birge, balalar qızıǵıwshılıqlarınıń ayırıqsha qásiyetleri.

Háreketli oýınlar ishinde gruppanıń barlıq balaları bir waqıtta aktiv qatnas etetuǵın oýınlar («Shımshıqlar hám avtomobil», «Kimning zvenosi tezirek saflanadı», «Hayyar túlki» hám basqalar) da bar. Usınıń menen birge, háreketlerdin gezeklilik tiykarına qurılǵan («Quwalawmachoqlar», «Kim lentani tezirek tartadı», «Qapshıqlardı almastırıw» hám taǵı basqa) paydalı hám qızıqlı oýınlar da bar. Usı oýınlar shıdamlılıqni tárbiyalawǵa járdem beredi, ózin tuta biliwge uyretedi. Biraq bunday oýınlar nadurıs tashkil etilse, ol halda balalar oýın tapsırmaların orınlaw ushın uzaq waqıt gezek kútip qaladılar. Kútip qalıw, statikalıq jaǵdaylardın birdeyligi, ásirese, kishi jas daǵı balalarda qızıǵıwshılıqtıń, háreket reaksiyası tezliginiń susayishiga alıp keledi; úlken jas daǵı balalar tegerań baxona menen oýınnan shalǵıydılar, bul bolsa usı holning sebeplerin esapqa almaǵan tárbiyashinde narazılıq oyatadı. Bunday waqıtta oýında kishi gruppa qatnasıw etedi hám ol uzaq dawam etpeydi, balalar aktiv bolıp oýın aqırıǵa shekem dıqqat etedi.

Syujetli-rolı oýınlardın shártli real jaǵdayı balaa ózine tanıw turmıslıq obrazdın qayta orınlawında járdem beredi. Bala háreketlerdin ózinden, qus penenhám haywanlarǵa eliklewden quvonadı: qushdek ushıw etedi, gójek sıyaqlı sakraydı, tay sıyaqlı chopadı. Sol sebepli de oýın waqtında kúلكi, quwanışlı shaqırıqlar esitilip turadı hám oýın procesiniń tiykarında endi balanın ápiwayı atqarıwshılıq aktivligi, oýın obrazına kiriwge dáslepki urınısları qarar tabadı.

Milliy oýınlar balalardın kúsh hám qábiletlerin o'stiradi, olardı turmısqa tayarlaydı. Xalıq awızsha ijodining basqa janrlari sıyaqlı milliy háreketli oýınlar xam uzaq tariyx osha bizgeshe jetip kelgen. Milliy oýınlar arqalı balanın sóylewi ósedi, intellektual qobliyatı rawajlanadı, jismonan epshil hám quwatlı bolıp ósiwi támiyinlenedi. Ózbek milliy oýınları balalardı imonlı, ıqtıqatlı, intellektual barksamal, saw etip tárbiyalawda járdem beredi.

Sport oýınları - bularǵa voleybol, basketbol, badminton, qalasha, lapta, stol tennisi, futbol, xokkey kiredi.

Sport oýınlarında, bárinen burın, mektepge shekem tálim jasındaǵı balalardın jas qásiyetleri esapqa alınadı, sol sebepli tek ápiwayı, azmaz háreket texnikası qaǵıydaları, oýındı shólkemlestiriwdin haqıyqıy elementleri saylanadı. Sol sebepli oýın faktorları úlken kisilerde

bolgani siyaqli, fizikalıq hám asabiy zorigıw oyatmaydı. Usı waqıtta olar balalarda maqsetke umtılıw, joralıq hám juwapkershilik sezimi hám de sportqa muhabbattı tárbiyalaydı.

Olarda balalar jarısı, oyın estafetasi elementleri bar. Sport oynları háreketli oynlardı uyushgan halda atqaratuǵın hám háreketli oyındı gárezsiz quraytuǵın bolǵanda az-azdan engiziledi. Sport oynları háreketli oynlardagidan kóbirek ózin tuta biliwdi, uyushqoqlıknı, gúzetiwshenlik arnawlı bir háreket texnikasın, háreketin operativ reaksiyasın iyelewdi talap etedi.

Eger háreketli oynlarda balalar dóretiwshilik gayrat kórsetken halda túrli háreketlerden paydalansalar, sport oynlarında háreketlerdin bir shekem shegaralanǵanlıǵı gúzetiledi, bul usı oyındıń ayırıqsha ózgesheligi hám háreket iskerligi texnikasınıń anıqlıǵı menen belgilenedi.

Sport oynlarında qatnasuwshılar sanı anıq belgilengen, olardıń wazıypaları bólistirilgen, oyın múddeti waqıtı shegaralanǵan boladı. Oynlardı ótkeriw shártleri arnawlı tayarlanǵan jaydı, belgilengen maydanshanı, tiyisli úskene hám inventarlarnı talap etedi.

Ápiwayı harakatlı oynlardı ózgartirip turıw maqsetke muwapıq bolıp tabıladı. Biraq variantlar tek oyındı reń-baranglashtirish balalardıń oǵan salıstırǵanda qızıǵıwshılıǵın saqlap turıw ushıǵana emes, bálki pedagogikalıq wazıypalar háreketlerin jetilistiriw, anaǵurlım quramalı oyın háreketleri, qaǵıydaların orınlawǵa oyın jaǵdayı sharayatınıń ózgeriwi ushın kerek bolatuǵın fizikalıq sapaların tárbiyalaw ushın da zárúr bolıp tabıladı. Olar balalardan arnawlı bir intellektual hám fizikalıq kúshni hám, usınıń menen birge, oyınǵa salıstırǵanda artıp baratuǵın qızıǵıwshılıqtı talap etedi.

Mısalı, «Qaqpan» oyınınıń bir neshe variantı ámeldegi bolıp, top menen oynalatuǵın «Qaqpan» oyını, «Ayaqtı jerden úzip oynalatuǵın «Qaqpan oyını» usılar gápinen bolıp tabıladı.

Tárbiyashiniń oyın procesine basshılıq etiwı metodikasın iyelegen bolıwı oynlardı tabıslı ótkeriwdin tiykarǵı shárti esaplanadı. Háreketli oynlardı tańlaw hám jobalastiriw programmaǵa muwapıq ámelge asırıladı. Bunda hár bir jas gruppanıń jumıs penensharayatı esapqa alınadı, mısalı, balalar fizikalıq hám intellektual rawajlanıwınıń ulıwma dárejesi háreket kónlikpeleriniń rawajlanıwı, hár bir bala sawlıǵınıń jaǵdayı, ayırıqsha ayırıqshalıqlar, jıl mawsimi, kún tártibi, úyin ótkeriw ornı, sonıń menen birge, balalar qızıǵıwshılıqların ayırıqsha qásiyetleri. Háreketli oynlar programma talaplarına muwapıq az-azdan quramalılashtirib barıladı, balalar sanasınań ósiwi, olar toplaǵan háreket tájiriyesin, mektepke tayarlaw záruriyatın esapqa alǵan halda ózgartirip turıladı.

REFERENCES

1. Xojayev. F. va boshqalar. Xalq milliy o'yinlari. Tashkent, 2001.
2. Normurodov. A. N. O'zbek milliy o'yinlari. Tashkent, 1999
3. Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev. F. «1001» o'yin. Tashkent, 1990.