Qabul qilindi: 10-sentabr 2026-yil • Ma’qullandi: 16-sentabr 2026-yil • Nashr qilindi: 21-sentabr 2026-yil

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA O‘YINLARNING AHAMIYATI

Jurayeva Nilufar Murodqobilovna

Zarbdor tumani 2-son DMTT tarbiyachisi

O‘yinlar xalq hayotining muhim qismi ekanligiga Sharq allomalari Firdavsiy, Beruniy, Ibn Sino, Mahmud Qoshg‘ariy, Kaykovus, Alisher Navoiy, Bobur kabilar ham asosiy e’tiborni qaratganlar. Chunki, Firdavsiy shoh o‘yinlari, Beruniy qadimgi xalqlar o‘yinlari, Ibn Sino – o‘yinning shifobaxsh xususiyatlari, Mahmud Qoshg‘ariy – turkiy xalqlarga oid ko‘plab o‘yinlarning bayoni, Kaykovus – o‘yinlarda qatnashish odobi, Alisher Navoiy - pahlavonlik, zo‘rchi kabi o‘yinlarning badiiy ifodasi, Bobur – o‘yinlar zavqi-shavqi haqida jiddiy fikrlar izhor etganlar. Ulug‘ mutafakkir olimlar, sarkardalarimiz bizga meros qilib qoldirgan A.Firdavsiyning “Shohnoma”, A.Temurning “Temur tuzuklari”, A.Navoiyning “Sa’di Iskandariy”, Kaykovusning “Qobusnoma” kabi asrlarida milliy xalq o‘yinlari, suzish, chavandozlik, nayza otish kabilar haqida ma’lumotlar keltirilgan. Buyuk Xorazm shoiri Muhummad Rizo Ogahiy o‘zining ijodiy faoliyatida xalq o‘yinlariga alohida ahamiyat beradi. O‘yinlardagi aqliy, ruhiy, nafosat, ma’naviyat imkoniyatlarini fahmlagan holda, o‘yin vaqtida bolaning fe’l-atvorni tezroq bilib olish, uning salbiy va ijobiy sifatlarini osonroq aniqlash, be’mani qiliqlarini bartaraf etish mumkin, degan didaktik xulosaga keladi. U kurash, chavandozlik, ot ustida qilichbozlik, chavgon, chillak, sopqon, kamondan o‘q otish, shatranj, tosh ko‘tarish, pichoq o‘yini va boshqa xalq o‘yinlarining tarbiyaviy tomonlarini ochib beradi. Xalq o‘yinlarining bolalarda topqirlik, chaqqonlik, merganlikni tarbiyalashi, muvozanatni saqlash, sog‘lom va baquvvat bo‘lishga o‘rgatishini alohida ta’kidlagan. Sharq mutafakkirlari va allomalar ham yosh avlodni jimonan sog‘lom bo‘lib o‘sishi uchun, aqlan teran, ruhan tetik bo‘lishida bolalar o‘yinining ahamiyatini alohida e’tirof etadi va bolalarning o‘yinlari uchun sharoit yaratib berish kerakligini ta’kidlaydilar.

Jumladan, Ibn Sino: «Har bir yoshning o‘z qonuni bor, bolalikning qonuni – bu o‘yin», - degan edi. Darhaqiqat, o‘yin O‘rta Osiyo xalqlari bolalari hayot tarzining ajralmas qismidir. Bolalar o‘yini – salomatlikni ma’naviy va jismoniy tarbiyalash maktabidir. O‘yinning maqsadi bolalarni jismoniy jihatdan rivojlantirish va fantaziyasini, tasavvurlarini o‘stirishdan iborat. O‘yin orqali bolalar bilim va ma’lumot oladilar. Tevarak-atrof, voqea-hodisalar bilan tanishadilar, buyumlar, qushlar va hayvonlar, o‘simliklar dunyosi haqida ma’lumotga ega bo‘ladilar. Kishilar hayoti, mehnati, turmush tarzi, o‘zaro munosabatlarini tushunib boradi. O‘yinda kattalar xatti-harakatiga taqlid qiladilar. Milliy o‘yinlar orqali bolalar voqea hodisalarga nisbatan o‘z munosabatlarini bildira boshlaydi, nima yaxshi-yu nima yomonligini bir –biridan farqlaydi. O‘yin jarayonida ham halol va to‘g‘ri o‘ynashga, g‘irromlik qilmaslikka, bir-birini aldamaslikka chaqiradilar. Xalq o‘yinlari bolalarning ma’naviy va axloqiy kamolotida, ularning komil inson bo‘lib voyaga yetishida g‘oyat katta tarbiyaviy ta’sir kuchiga ega. O‘yin timsolida bola jamoa bo‘lib yashashga, mehnat qilishga, uyushqoqlikka va mustaqillikka, tashabbuskorlikka o‘rganadilar. Pedagoglarimiz “Bolalarning birgalikdagi o‘yinlariga halaqit bermang. Chunki u ilk jamoa kurtaklaridir”,- deb bejiz aytmaganlar. Shuningdek, o‘yin qoidalariga rioya qilish barobarida ularda intizomlilik, tartiblilik shakllanadi. Insoniy fazilatlar va axloqiy sifatlar tarkib topadi. Ularda do‘stlik, o‘rtoqlik, inoqlik, mehnatsevarlik tuyg‘ulari rivojlanadi. Turli kasb-hunarga qiziqishlari ortadi, dunyoqarashi shakllanadi. Shu davrdanoq bola katta bo‘lsa qanday kasb-hunar egasi bo‘lishi to‘g‘risidagi dastlabki xulosalarni chiqaradi. Bugungi kunda yoshlar o‘rtasida milliy sport turlari va xalq o‘yinlariga bo‘lgan qiziqish ortib bormoqda. Ma’naviy madaniyatimiznining bir bo‘lagi bo‘lgan xalq o‘yinlarini tiklashda bu anjuman va festivallarning o‘rni nihoyatda katta bo‘ldi. Madaniy merosimizning uzviy va ajralmas qismi bo‘lgan, avlod-ajdodlarimizga asrlar mobaynida ruh, jon va sog‘liq ato etib kelgan xalq o‘yinlarini tiklash va ulardan samarali foydalanish milliy qiyofamiz, ma’naviyatimiz va qadriyatlarimizni yuksaltirish demakdir. Ming yillar davomida xalq o‘yinlari ajdodlarimizning jismoniy, ma’naviy, ruhiy va aqliy rivojlanishi uchun vosita bo‘lib kelgan. Ba’zi tadqiqotchilar o‘zbek bolalar milliy o‘yinlarini mazmun va mohiyati jihatdan

quyidagicha guruhlarga bo‘ladilar:

1) harakatli o‘yinlar;

2) didaktik o‘yinlar;

3) voqeaband o‘yinlar;

4) shovqini baland o‘yinlar.

Haraktli o‘yinlarga xalqimiz orasida keng tarqalgan “Oq terakmi ko‘k terak”, “Quvalash”, “G‘ozlar”, “Xo‘roz” kabi didaktik o‘yinlarga “O‘z juftingni top”, “Nima yetmaydi?”, “Nima qanday ovoz chiqaradi”, “ O‘xshashini top”, ”Butun va bo‘laklar” kabi o‘yinlarni kiritsa, voqeaband o‘yinlarga “Boychechak xabari”, “Qor xat”, “Podshoh-vazir”, “Shaftoli-shakar”, “Shirin novvot”, “Olma otish” kabi xalq sayillarining tarkibiy qismini tashkil etadigan milliy xalq o‘yinlarini bolalarga tushuntirish nunkin. Xalqimizda sevib o‘ynaladigan “Uloq”, “Poyga”, “Chovgon”, “Kurash”, “Piyoda ko‘pkari” kabi o‘yinlarni shovqini baland o‘yinlar tarkibiga kiritiladi. Xalq o‘yinlarini bolalarga o‘rgatishda quyidagilarga alohida e’tibor qaratish maqsadga muvofiqdir: - xalq o‘yinlarini tartib-qoidalariga rioya qilgan holda bajarish; - bolalarni sabr va chidamlilikka o‘rgatish; - o‘z-o‘zini boshqarish va o‘ziga ishonchni tarbiyalash; - qat’iyatlilik ko‘nikmalarini hosil qilish; - bolalarni fikrlashga o‘rgatish; - topqirlik ko‘nikmalarini shakllantirish; - hozirjavob bo‘lishga tayyorlash; - o‘yinlarni bolalarning bo‘sh vaqtini to‘g‘ri tashkil qilishga yo‘naltirish; - o‘yinlar jarayonida bolalarning jismoniy tayyorgarligi va yosh xususiyatlaorini e’tiborga olish; - har bir o‘yinning pedagogik jihatlarini hisobga olish; - o‘yinlarni foydali mehnat bilan bog‘‘lash usullarini izlab topish va hayotga tadbiq qilish; - o‘yin davomidla birdamlik va hamjihatlikka o‘rgatish; - jamoa bo‘lib harakat qilish va jamoa manfaatiga hurmat hissini tarbiyalash. Xalq o‘yinlari orqali yoshlarda o‘z sog‘ligiga to‘g‘ri va mas’uliyatli munosabat shakllantiriladi, sog‘lom hayot tarzini olib borish ko‘nikmalari hosil qilinadi, sog‘liq uchun zarali bo‘lgan odatlarga nisbatan nafratlanish hissi uyg‘otiladi, organizmni sog‘lomlashtirishga, har tomonlama jismoniy va ma’naviy rivojlantirishga intilish paydo bo‘ladi, o‘zi yashab turgan atrof-muhitni muhofaza qilishga o‘rgatiladi, yoshlar o‘rtasida jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanishga qiziqish

uyg‘otiladi. Bo‘lar orqali esa yoshlar ongiga sog‘lom turmush tarzi singdirib boriladi. Xalq o‘yinlari haqidagi fikrlarimizdan shuni aytish mumkin: - xalq o‘yinlari biologik ehtiyoj, - ijtimoiy ehtiyoj, - ma’naviy madaniyatimizning bir qismi, - sog‘lom turmush tarzini shakllantirish manbaidir, - yoshlarni jismoniy, ruhiy va aqliy jihatdan hayotga tayyorlash vositasi. Milliy harakatli o‘yinlar yoshlarni hayotga tayyorlash, kasb-hunar va mehnatga yo‘naltirish, jismoniy tarbiya va sportga qiziqishlarini oshirish, yoshlarning salomatligini tiklash va mustahkamlash, Vatan mudofasiga yoshlarimizni jismonan baquvvat qilib tarbiyalash va ularda sog‘lom turmush madaniyatini shakllantirish vazifalarini o‘z oldiga qo‘yadi. Demak, o‘yinlar xalqning tabiiy va tarixiy ehtiyoji asosida shakllangan, ajdodlarimiz turmush tarzi, mehnati, orzu-istaklari, tajribasi, kurashi, yutuqlarini aks ettiradigan, insoniyat ma’naviy madaniyatining eng qadimiy shakli, sog‘lom avlodni shakllantirish vositasi, yosh avlodni jismoniy, ruhiy va aqliy rivojlanishini ta’minlashga xizmat qiluvchi muhim omil hisoblanadi. Xalq o‘yinlari vositasida barkamol va sog‘lom tarbiyalab voyaga etkaziladi. Aholining jismonan baquvvat, aqlan eto‘q bo‘lishi hamda uzoq umr ko‘rishi sog‘lom turmush madaniyati bilan belgilanadi. Sharq xalqlarida bolalarni kichik yoshdan boshlab sog‘lom turmush tarzi ruhida tarbiyalashda o‘yin faoliyatidan o‘rinli foydalanib kelingan. O‘yin bolalarning yetakchi faoliyati hisoblanib, u orqali bolalar jismoniy, aqliy, ruhiy va ma’naviy jihatdan sog‘lom fikr egalari bo‘lib kamol topadilar. O‘yin bola uchun nafaqat tashqi dunyoni, narsa va hodisalarni bilish balki, qudratli tarbiya vositasi hamdir. O‘yinlar orqali ularda yuksak insoniy xislatlar, sog‘lom turmush madaniyati tarbiyalanadi. Ayniqsa, xalq o‘yinlari orqali o‘zbek miliy xususiyatimizga xos axloqiy-ma’naviy fazilatlar, dastlabki mehnat ko‘nikma va malakalarini singdiriladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. «Илк қадам» давлат мактабгача таълим ташкилотлари ўқув дастури. Муаллифлар: И.В.Грошева, Л.Г.Евстафьева, Д.Т.Маҳмудова, Ш.Б.Набихонова, С.В.Пак, Г.Э.Джанпеисова. Т., 2018 й.

2. Радинова О.П., Катинене А.И., Палавандишвили М.Л. “Музикальное воспитание дошколников”, Москва, 1994 г.

3. Вахобова Ф., Зайнутдинова Д. Развивающие игры. «Бекинмачок плюс» 2009 г.
4. Зайнуддиновна Д., Усмонходжаева Г. Подвижные игры в детском саду. Тошкент «Янги аср авлоди» 2006 г

4.F.Vahobova, Sh.Nabixonova, G.Yo‘ldosheva, Z.Rahimova, N.Demina. Shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim. –T.: 2009. 2. Internet saytlari: https:// arxiv.uz

5. D.Kenjayeva. Barkamol shaxs tarbiyasi asoslari. –T.: Fan, 2010.

