

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
Guliston davlat universiteti



«Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi» kafedrasi
Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi



fanidan
o'quv uslubiy majmua

Bilim sohasi:	100000 – Gumanitar
Ta'lim sohasi:	110000 – Pedagogika
Ta'lim yo'nalishi:	5112000 – Jismoniy madaniyat

Ushbu o'quv-uslubiy majmua oliy o'quv yurtlarining 5112000 – Jismoniy madaniyat bakalavr ta'lim yo'nalishi talabalari uchun mo'ljallangan. O'quv-uslubiy majmua Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan 18.06. 2018yil tasdiqlangan “Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi” fani namunaviy dasturi (№ БД – 5112000- 3.07) talablari asosida tayorlangan.

Tuzuvchi: Маматкулов.А.А.- GulDU “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” kafedrası o'qituvchisi

Taqrizchilar:

p.f.n.Сарибоев Ш.Т- GulDU “Jismoniy madaniyat” fakulteti dekani

p.f.n. Komilov J.K- GulDU “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” kafedrası v.b.dotsenti

Ushbu o'quv-uslubiy majmua Guliston davlat universiteti O'quv-metodik kengashi tomonidan (- bayonnoma 2018 yil) ko'rib chiqilgan va nashrga tavsiya etilgan.

USLUBIY MAJMUA MUNDARIJASI

1. Kirish	4
2. Nazariy materiallar (ma'ruzalar kursi).....	6
3. Seminar mashg'ulotlari.....	47
4. Amaliy ishlarini bajarish buyicha uslubiy ko'rsatmalar.....	59
5. Ilovalar.....	82

KIRISH

O'quv fanining dolzarbligi va oliy kasbiy ta'limdagi o'rni

Oliy ta'limning fundamentalligi real dunyodagi jarayonlar, ob'ektlar va hodisalar orasidagi munosabatlarni ajratib bila olishga yo'naltirilgan bo'lib, yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashda asos sifatida qabul qilingan. Davlat ta'lim standartlari tayyorlanayotgan kadrlarning ko'nikma va malakalariga yuqori talablarni qo'yimoqda. Shu talablar zamonaviy sharoitlardan bevosita kelib chiqqan bo'lib, ularning maqsadi ta'lim olayotgan yoshlardan milliy intellektual elitani shakllantirishdan iborat. Gumanitar ta'lim yo'nalishlari uchun qo'yilgan DTS talablari ichida sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi faniga doir talablar alohida o'rin tutadi. Bu esa o'quv rejalarda o'z ifodasini topdi.

Ushbu fan dastur mazmunida sport va harakatli o'yinlarni kelib chiqish tarixi, rivojlanish bosqichlari, turkumlari, tasnifi, o'yinlarning tahlili, ularni tashkil qilish va o'tkazish metodlari, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish haqida ma'lumot berish, talabalarni quvnoq startlar, estafetali o'yinlar va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish, sport o'yinlarini tashkil qilish, sport o'yinlari texnikasi va taktikasi bilan tanishtirish, ularni sport o'yinlari va musobaqalar o'tkazish, hakamlik qilishga oid amaliy ko'nikma va malakalar bilan qurollantirishdan iborat.

Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda harakatli o'yinlar va sport o'yinlari asosiy vosita hisoblanib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, fanning nazariy hamda amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fani umumkasbiy fan hisoblanib amaldagi o'quv reja asosida 1-6 semestrlarda o'qitiladi. Dasturni amalga oshirish o'quv rejasida rejalashtirilgan umumiy psixologiya, umumiy pedagogika, jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, gimnastika va uni o'qitish metodikasi, yengil atletika va uni o'qitish metodikasi, kurash turlari va uni o'qitish metodikasi, suzish va uni o'qitish metodikasi, jismoniy tarbiya gigienasi va sportning tibbiy-fiziologik asoslari, jismoniy madaniyatni o'qitish texnologiyalari va loyihalashtirish kabi fanlardan etarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlikni talab etadi.

O'quv fanining maqsadi va vazifasi

Fanni o'qitishdan maqsad – fan bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish,

bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir. Ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida o'qitishning faol uslublaridan foydalangan holda nazariy bilim beriladi, amaliy mashg'ulotlarda esa ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida egallangan bilimlarni amalda bajarib, ko'nikma va malakalari shakllantiriladi.

Fanning vazifasi – harakatli o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.

Fan bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakasiga quyidagi talablar qo'yiladi.

Talaba:- sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; harakatli o'yinlar tarixi va qisqacha tushuncha, turkumlari, rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati; harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish metodikasi; harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi; sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish, - sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ahamiyatini bilishi; sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni kelib chiqishi va rivojlanish tarixi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni O'zbekistonda rivojlanishi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni o'yin texnikasi tasnifi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni o'yin taktikasi tasnifi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni maydon o'lchamlari, jihozlari va o'yin qoidalarini o'rgatish; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar nizomini tuzish; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar o'tkazish usullari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish qoidalari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha hakamlik qilish haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak.

Manzilimiz: 120100. Guliston shahri, IV mavze, Universitet,
«Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi» kafedrası

2.Ma'ruzalar kursi

1-mavzu: Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.

(2 soat).

Reja:

- 1.Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldiga qo'yilgan maqsad.
2. Harakatli o'yinlarni vazifalari.

Tayanch so'z va iboralarMilliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati, o'yinlarni bolani yoshiga mos xolda tanlash usullari, o'yinlarni o'tkazishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini ahamiyati, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.

Birinchi savolning bayoni:

Fanni o'qitishdan maqsad – fan bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir. Ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida o'qitishning faol uslublaridan foydalangan holda nazariy bilim beriladi, amaliy mashg'ulotlarda esa ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida egallangan bilimlarni amalda bajarib, ko'nikma va malakalari shakllantiriladi.

Ikkinchi savolning bayoni:

Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanning vazifasi – harakatli o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom

turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlilik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.

Fan bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakasiga quyidagi talablar qo'yiladi. **Talaba:**

- sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; harakatli o'yinlar tarixi va qisqacha tushuncha, turkumlari, rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati; harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish metodikasi; harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi; sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish, - sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ahamiyatini bilishi; sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni kelib chiqishi va rivojlanish tarixi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni O'zbekistonda rivojlanishi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni o'yin texnikasi tasnifi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni o'yin taktikasi tasnifi; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni maydon o'lchamlari, jihozlari va o'yin qoidalarini o'rgatish; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar nizomini tuzish; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar o'tkazish usullari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish qoidalari; sport o'yinlari (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) bo'yicha hakamlilik qilish *haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak.*

- harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismida mos xolda tanlash va tahlil qilish; kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; o'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; estafetali harakatli o'yinlarni o'rgatish; nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish; suvda o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini o'rgatish; jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish; sog'lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish *haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.*

- harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish; sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport

bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi halq o'yinlaridan foydalanish **haqida malakalarga ega bo'lishi kerak.**

- futbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni uzatish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- futbol o'yinida to'pga zarba berish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni to'xtatish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida darvozaga zarba berish texnikasi va hujum taktikasini o'rgatish; futbol o'yinida jarima va erkin to'pga zarba berishni o'rgatish va himoya taktikasi; futbol o'yinida darvozabonni o'yin texnikasini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- basketbol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; basketbol o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; basketbol o'yinida to'pni uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- basketbol o'yinida to'pni yaqin va o'rta masofalardan savatga tashlash texnikasini o'rgatish; basketbol o'yinida jarima to'pni savatga tashlash texnikasini va o'yin taktikasini o'rgatish; basketbol o'yinida uzoq masofadan to'pni savatga tashlash texnikasini va o'yin taktikasini o'rgatish; basketbol o'yinida harakatda uzoq masofadan to'pni savatga tashlashni o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- voleybol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; voleybol o'yinida to'g'ri yiqilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni yuqoridan uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni pastdan uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- voleybol o'yinida to'pni o'yinga kiritish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida sakrab to'pga zarba berish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; voleybol o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; voleybol o'yinida libero o'yinchisining vazifalarini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- qo'l to'pi o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pni uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- qo'l to'pi o'yinida to'pni darvozaga uloqtirish texnikasini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida jarima va erkin to'plarni otishni o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pga to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida darvozabonni o'yin texnikasini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

Jonlantirish uchun savollar:

- Sizningcha o'quv fanining maqsadi va vazifalari nimalardan iborat bo'lishi mumkin?

- Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
- Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
- Harakatli o'yinlar qanday turkumlarga bo'linadi?
- Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Sizningcha o'quv fanining maqsadi va vazifalari nimalardan iborat bo'lishi mumkin?
2. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y.

2-мавзу: Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi (2 soat)

Reja:

1. Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi.
2. Harakatli o'yinlarni tushunchasi.

Tayanch so'z va iboralar Milliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.

Birinchi savolning bayoni:

Harakatli o'yinlar o'z nomi bilan inson faoliyatini ta'minlovchi mazmunga egadir. Buni eng qadimgi ajdodlarimiz ham ongli ravishda chuqur bilishgan va amal qilishgan.

Boshda takidlanganidek kurash, ot o'yinlari, kamondan (yoy) nayza (o'q) otish, nayza sanchish, kaltak, tosh va boshqa moslamalarni uloqtirib yovvoyi hayvonlarni ov qilishgan.

Ijtimoiy tuzumlar (formatsiya) almashishi va rivojlanishi tufayli turmush sharoit ham o'zgargan, rivoj topgan. Mehnat qilish, oilada bolalarni tarbiyalash, ov qilish, dushmanlarga qarshi jang qilish va boshqa juda ko'p sabablarga ko'ra harakatli o'yinlar, turli jismoniy mashqlar maqsadli hamda keng qo'llangan.

Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyatning ibtidoiy jamoa davrida paydo bo'lishi haqidagi N.I.Ponamarevning monografiyasida (Leningrad, 1972 y) ta'kidlanishicha qadimgi kishilar yashash, mehnat qilish uchun tabiat bilan qarama-qarshi turishgan. Osiyo, Evropa qit'alarida yashagan odamlar asosan ov bilan shug'ullanib, turli xil harakatli o'yinlarni nashr etishgan. Bunda hayvonlarning hatti-harakati, tabiatdagi turli o'zgarishlarga qiyos qilishgan.

Yovvoyi-yirtqich hayvonlardan saqlanish, ov qilish jarayonlarida epchillik, kuchlilik, chidamlilik kabi jismoniy sifatlar sarf-qilinishini tushungan qabila, urug' boshliqlari, yoshlarni maxsus tayyorlashga kirishganlar. Bunda jismonan baquvvat, epchil kishilarni tarbiyachi yo'liga o'rgatib, ulardan bolalarni tarbiyalashda foydalanilgan.

Quldorchilik tuzumi davrida mayda hunarmandchilik va keyinchalik ishlab chiqarish rivojlangan. Natijada metall buyumlardan qilich, nayza, pichoq, bolta, o'roq kabi jang va mehnat qurollarini yasashgan. Ulardan turli marosimlarda o'yin sifatida foydalanganlar.

Ilk bor davlat paydo bo'lgan Greklar, Rimliklar va ularning atrofidagi xalqlarning ijtimoiy turmush sharoitida urushlar ko'p bo'lganligi sababli harbiy qurollarni yasash asosiy o'rinda turgan. Mohirona jang qilish uchun esa askarlarni har tomonlama jismoniy jihatdan tayyorlashgan. Jang mashqlarining ba'zi qismlarini (element) o'yinga aylantirib, xalq orasida keng tarkalgan.

Kadimgi Greklarning sparta tizimi, Italiyaning Rim tizimi va shunga uxshash tarbiya maskanlarida eng murakkab mashklar, jang amallari urgatilib, ularni omma o'rtasida tomosha sifatida namoyish etishgan ("Spartak", "Geraklning jasorati" va shunga o'xshash kinofilmlarni eslab ko'ring).

Feodalizm jamiyati davrida boy feodallar va dehqonlarning yumushlari asosida turli xil yangi o'yinlar vujudga kelgan. Ular qilichlashish, nayza uloqtirish, kamondan o'q otish kabi turlar bilan bir qatorda mushtlashish (boks), kurash, tosh ko'tarish, suvda suzish kabi o'yinlar bilan mashg'ul bo'lishgan.

O'rta asr va keyingi bir necha yuz yilliklar davrida yuqorida tilga olingan murakkab harakatli o'yinlar musobaqa shakliga o'tib, kuch va matonat sinash, jang qilish quroliga aylangan.

E'tirof etish lozimki, har bir xalqning o'z milliy o'yinlari va ularni tashkil qilish marosimlari mavjud bo'lgan.

Arab mamlakatlarida asosan otda poyga, otni sakratish, chovg'on o'yinlari milliy o'yinlar hisoblansa, xindistonda fillar, ilonlarni tutish, ularni o'yinga o'rgatish hamda chimxokkey milliy hisoblanadi. Afrika mamlakatlarida yo'lbars va boshqa yirtqich hayvonlarni ushlab, ularni o'rgatish, nayza, kamondan otish kabi turlar eng qadimgi davrdan buyon davom etib kelayotgan o'yinlardir.

Xitoy, Yapon, Koreya, Tayvan kabi sharq mamlakatlarida o'zlariga xos yakka kurashlar (ushu, taekvando, karate, kikkoksing va h.k) uzoq davrlardan buyon qo'llanilib kelinadi.

Kavkaz xalqlarida kurash, ot o'yinlari, chexarda va boshqa o'yinlar mashhur hisoblanadi.

Rossiya xalqlari yashash xududlariga qarab (shimol, sharq va janub) chang'ida yurish, konkida uchish, mushtlashish (boks), kurash, muzda cho'milish, ot, bug'i, itlarga arava, chana qo'shib poyga qilish kabi milliy o'yinlar tarixi qadimgi avlodlariga borib taqaladi.

Eslatish zarurki, qadimda o'yin sifatida foydalangan juda ko'p turlar keyinchalik sportga aylanadi. Bularni Evropada XIX asrning birinchi yarmida ilk bor tashkil etilgan musobaqalar misolida ko'rish mumkin. Bu faoliyatlar xalqaro miqyosga aylanib, keyinchalik turli federatsiyalarning tuzilishiga sababchi bo'ladi. Shu asosda Evropa va jahon birinchiliklari hamda olimpiya o'yinlarining tashkil etilishiga olib keladi.

Shunday bo'lsada har bir mamlakatda o'zlarining milliy harakatli o'yinlari mavjud. Ulardan asosan bolalarni jismoniy tarbiyalash, bayramlarda xordiq chiqarish, ba'zan esa musobaqa tariqasida foydalaniladi.

Ikkinchi savolning bayoni:

Takidlash lozimki, sobiq ittifoq davrida harakatli o'yinlar asosan jismoniy tarbiya darslaridagina keng qo'llanilib kelingan. Shu sababdan maxsus to'plamlar tayyorlanib, ularda ko'proq Rossiya va uning atrofidagi mamlakatlarning harakatli o'yinlari joy olgan. Shu tariqa deyarlik barcha harakatli o'yinlar sobiq ittifoqchi respublikalarining xalqlari orasida asosiy o'yin bo'lib xizmat qilib kelgan. Sir emaski, O'zbekistonda o'qitilayotgan jismoniy tarbiya darslarida qo'llaniladigan harakatli

o'yinlarning 70-80% xorijiy mamlakatlarning (asosan Rossiya) harakatli o'yinlaridir. Shunday bo'lsada o'yinlarning mazmuni, maqsad va vazifalari umumxalq ehtiyojiga mos kelishini inkor qilib bo'lmaydi. Chunki ularning mazmunida barcha jismoniy sifatlarni tayyorlashga loyiq bo'lgan tarbiyaviy jarayonlar mujassamlashgan.

Xulosa qilib aytganda harakatli o'yinlar (umum ma'noda) barcha xalqlarning ezgu-niyatlari, maqsad va vazifalarini o'zida saqlab kelmoqda. ulardan maqsadli foydalanish va milliy xususiyatlarga moslashtirish lozim bo'ladi.

Harakatli o'yinlar deb yurish, yugurish, sakrash va uloqtirish harakatlarining har xil turlaridan tashkil topgan o'yinlarga aytiladi.

Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra quyidagilarga bo'linadi:

- bilim beruvchi;
- sog'lomlashtiruvchi;
- hordiq chiqaruvchi.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - interfaol mashq

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010

3-mavzu:Harakatli o'yinlarni rivojlanish bosqichlari va pedagogik hamiyati (2 soat)

Reja:

1. Halq harakatli o'yinlarining tiklanishi va shakllanishi
2. O'zbek halq o'yinlarining tasnifi
3. Harakatli o'yinlarga dastlabki o'rgatishning psixopedagogik ahamiyati

Tayanch so'z va iboralar Milliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.

Birinchi savolning bayoni:

Mustaqillik sharofati tufayli jismoniy tarbiya va sport sohasida keng istiqbollar ochilmoqda, bu ayniqsa halq milliy o'yinlari va mashqlari, sport turlari bo'yicha o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida namoyon bo'lmoqda. Ularni doimiy va muntazam qo'llash yaxshi natija bermoqda, o'quvchilarni sog'lom, baquvvat, chaqqon, kuchli qilib tarbiyalashda muhim omil bo'lib xizmat qilib kelmoqda. Ilgarilari keng omma ishtirok etgan Navro'z bayramlari, sayillar, to'ylarda halq o'yinlari, jismoniy mashqlar, umuman milliy sport turlarisiz o'tkazilmagan. Afsuski, mamlakatda ular butunlay esdan chiqib, unutilayozdi, shuning uchun ularni izlash va tiklash o'z halqini va millatini e'zozlagan har bir kishining burchi bo'lib qolmog'i kerak. Jismoniy tarbiya nuqtai nazaridan ularni o'rganish, tadbqiq etish shu kunning va kelajak avlodni tarbiyalashda eng dolzarb muammolardan biriga aylanib bormoqda.

Ushbu jarayonda tariximizdan meros bo'lib qolgan o'zbek halq harakatli o'yinlarini hayotga tadbqiq etishga kengroq yo'l ochib berilishi, uni ommaviy tus oldirilishi, oilada maktabgacha tarbiya muassasalarida, maktablarda, dam olish joylarida, har xil marosim va bayramlarda uni tashkillashtirishi o'sib kelayotgan yoshlar tarbiyasiga ijobiy ta'sir etishi mukarrardir. Milliy halq harakatli o'yinlari qadim-qadim zamonlardan boshlab, halq marosimlarida, rasm-rusumlarida va urf-odatlarida mustaqil bir soha sifatida musobaqalarda, bahslarda keng qo'llanilgan. Jismoniy tarbiya halqning urf-odatlarida, udum va rasm-rusumlarida shakllanib, ming yillar davomida rivojlanib, takomillashib kelgan. Halq milliy o'yinlari ming yillar davomida bizgacha etib kelgan o'zbek milliy halq o'yinlari "Otda chopish", "Qiz quvlash", "Uloq", "Kamonda o'q otish", "Chillak", "Oq suyak", "Soqqa", "Besh tosh" kabi va boshqa o'yinlar orqali botirlik, epchillik, tezkorlik, muvozanatni saqlash sifatlarini rivojlantirishda hamda qaddi-qomatni shakllantirish, ahloq-odob, ong, hotira, diqqat kabi xislatlarni sayqal toptirishda va albatta sog'liqni mustahkamlashda eng samarali vosita bo'lib kelgan.

So'nggi yillarda mustaqillik tufayli millatimiz qadriyatlari sifatida tanilgan o'zbek halq milliy harakatli o'yinlarining mavqei va makomi tamomila tiklandi, ular yana yoshlar tarbiyasidan o'rin oldi, turli milliy bayramlarimiz, tantanayu marosimlarimizda keng qo'llanila boshladi. Ular ta'lim muassasalari o'quv rejalari tarkibiga fan sifatida kiritildi, ko'plab ilmiy-amaliy anjumanlar o'tkazila boshladi. "To'maris va Alpomish o'yinlari" festivallari dasturlaridan joy oldi.

1998 yil 13-14 noyabr kunlari Termiz shahrida "Alpomish o'yinlari" birinchi Respublika Festivali bo'lib o'tdi. Halq milliy o'yinlari va tomoshalaridan jamlangan bu festival millatimiz g'ururi, oriyati, iftixori, nomusi hisoblanmish Alpomish siyosiga, boy milliy qadriyatlarimizga bo'lgan hurmat, e'tibor tantanasidir. Haqiqatdan ham, halqimizning o'tmishi pahlavonlik va bahodirlik san'ati bilan singdirilgan. Chunki unda "Kurash", "Tortishmachoq", "Bo'ron", "Mindi", "Turon" yakkakurashi kabi musobaqalar bo'yicha bellashuvlar o'tkazilishi millatimiz salomatligi uchun mug'im asos bo'ladi.

O'rta Osiyo halqlarini bunday milliy harakatli o'yinlarsiz tasavvur qilish qiyin. Chunki halq urf-odatlari, to'y-tomoshalari, o'yin- kulgusining bosh yordamchisidan biri ot hisoblangan. Otda yurib ov qilish, ot ustida turib kamon tortish, qilichbozlik, nayzabozlik qilish, ot ustida kurash tushish, ot poygasi, uloq va boshqa juda ko'p jismoniy mashq turlari bunga yorqin misol bo'la oladi. Og'zaki halq ijodiyotidagi "Alpomish va Barchinoy", "Go'ro'g'li", "Qirqqiz", "Kuntug'mish" va boshqa dostonlarda ot asosiy qahramondan keyin ikkinchi o'rinda to'laqonli ta'rif etilgan. Masalan, ajoyib chavandoz, mohir mergan, kuchli paxlavon degan tushunchalar ot bilan bog'liq bo'lgan o'yinlarda ishlatilgan. Umar Hayyom otning qirq ikki zotini keltiradi va har kaysisiga alohida ta'rif beradi: "Charmar nihoyatda tez va ziyrak. Siyoxcharm - baxt keltiradi. Kumayit qiyinchiliklarga chidamli. Mabdech - baxt keltiradi, lekin tez emas".

Butun olamga mashhur bo'lgan Jizzaxning "Qorabayiri", Surxondaryoning "Boychidari", "Girkuki", "Ko'k kaptari", "Chambil bellari" deb atalgan zotdor otlari deyarli yo'q bo'lib ketgan. Katag'on yillari otlarga juda katta soliq solindi, oqibatda ba'zi odamlar otini so'ydi, ba'zilar esa davlatga tekinga berdi.

Navro'z bilan bog'lik juda ko'p milliy o'yinlar mavjud bo'lgan: boychechak aytish, laylak keldi, ertayoz o'yinlari - qizlarning to'p toshi, sumalak pishirish, kelin tushdi va boshqalar.

Yuqorida qayd etilgan ayrim o'yinlar yo'qolib bormoqda, ularni biladigan va o'rganadiganlar soni kamayib ketmoqda. Shuning uchun Navro'z bilan bog'lik bo'lgan ko'pgina halq o'yinlari, raqslar va milliy sport turlari o'z echimini kutmoqda. Ularning echimi bilan bog'lik bo'lgan muammolarni muvofiqlashtirish shu kunning dolzarb masalalaridan biridir. Yangilanish jarayonidan darak beruvchi mazkur bayram forscha "Navro'z" - "Yangi kun" ayrim xududlardaesa "Yilboshi" deb ataladi.

Shu sababli 1991, 1996 yilda Jizzahning Forish tumanida, 1998 yilda Termizda bo'lib o'tgan "Halq o'yinlari, milliy sport turlarini qaytadan tiklash va aholini jismoniy tarbiyalashda ulardan keng foydalanish usullari"ga bag'ishlangan Respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida yuqorida qayd etilgan masalalar haqida batafsil va atroflicha muhokama qilingan, ma'lumotlar berilgan.

Ulug alloma, mutafakkir, xakim Abu Ali ibn Sinoni mazkur o'yinlarni davolashdagi ahamiyati berilgan. 1996 yil Bankokda (Tayland) milliy o'yinlar bo'yicha Jahon festivali bo'lib o'tdi. Bu festivalda turli xil davlatlar o'z milliy o'yinlari bilan qatnashdi. O'zbek delegatsiyasi "Qal'a himoyasi", "Chillak", "Mindi", "Jami", "Lapta" o'yinlari bilan qatnashdi. Milliy o'yinlarni tiklash va turmushga qaytarish milliy qadriyatlarimizni, ularni halqimiz, ayniqsa yoshlarimiz hayotiga keng joriy etish davlatimiz jismoniy tarbiya tizimining muhim vazifalari turkumiga kiradi.

Ikkinchi savolning bayoni:

Halk milliy o'yinlari, jumladan o'zbek milliy o'yinlari barcha halq-elatlar kashfiyotlari kabi (musiqa, kulolchilik, gilam to'kish asboblari, ashula va raqs, ertak va h.k.)insoniyat tarixining turli ijtimoiy-iqtisodiy bosqichlarida taraqqiy etgan o'ziga xos etno va filootogenetik xususiyatlar asosida "ixtiro" qilingan va shakllanib kelgan.

Respublikamizning turli mintaqalarida halq harakatli o'yinlari aholining turli yosh va qatlamlari o'rtasida azaldan rivojlanib kelgan bo'lsada, "oq" va "qizil" imperiyalar davrida ushbu o'yinlarning ommalashuvi nihoyatda chegaralangan edi.

O'zbekiston o'z mustaqilligiga erishgach xalq milliy harakatli o'yinlari millatimiz qadriyatlari sifatida qayta tiklana boshladi va hozirgi kunda nafaqat halqimizning eng sevimli mashg'ulotiga aylandi, balki barcha ta'lim muassasalari o'quv rejalariga to'laqonli fan sifatida kiritilgan. Ammo, shuni ham ta'kidlash zarurki, xalq milliy harakatli o'yinlarining ilmiy-uslubiy asoslari, ularning psixofunksional mohiyati, jismoniy sifatlar va sport mahoratini shakllantirishdagi ahamiyati hamda qiymati xali deyarli o'rganilmagan.

Ayni kunda yuqorida muxokama etilgan milliy harakatli o'yinlarning ochilmagan qirralari, ushbu yo'nalishga oid muammolarni o'rganish va hayotga tadbiiq etish mamlakatimiz jismoniy tarbiya tizimidagi dolzarb masalalardan biridir.

O'zbek halq o'yinlari halqning o'ziga xos urf-odatlaridan, turmush sharoitidan, yashash iqlimi, tarixiy obidalar, atrof-muhit sharoitidan kelib chiqqan bo'lib, shularga yarasha jinsiga, yoshiga, salomatligiga ko'ra qo'llanilgan. Lekin shu vaqtgacha aksariyat mutahassislar o'zbek halq o'yinlariga alohida tasnif (klassifikatsiya) va tavsif (xarakteristika) berishni ko'zda tutmaganlar, yoki etarli darajada ahamiyat bermaganlar.

Ta'kidlash joizki, agar shunday tasnif va tavsif berilsa, o'zbek halq o'yinlari va umuman harakatli o'yinlar ancha yutuqqa ega bo'lar edi. Chunki har bir o'yinni tasnifini va tavsifini bilgan holdagina undan foydalanish zaruriyati ham, joyi ham to'g'ri belgilanadi.

Ma'lumki o'zbek halq o'yinlari o'z ichiga harakat jihatdan har xil jismoniy sifatlarni rivojlantirishga yo'naltirilgan o'yinlarni qamrab olgan.

Shu bois ularni yo'nalishlar bo'yicha ajrata bilish zarur debtopiladi. Demak ularni tasniflash (klassifikatsiyalash) zarur o'rinniegallaydi.

Shu yo'sinda bizning fikrimizcha o'zbek halq o'yinlarini quyidagichatasniflashni maqsadga muvofiq bo'ladi deb o'ylaymiz.

O'zbek halq harakatli o'yinlari. Hayotiy zarur harakat malakalarini shakllantiruvchi o'yinlar:osilish va osilib chiqish: "Maymunchalar", "Oq ayiqlar"; yurish, yugurish: "Quvlashmashoq", "Mokki"; o'tirish, turish: "Baqa", "Tovuq va tulkilar"; to'xtash, sakrash: "Qarmoqcha", "Dungdan - do'nga", "Qarichma-qarich", "Mokkisimon sakrashlar".

Jismoniy sifatlari rivojlantiruvchi o'yinlar:kuch: "Tortishmashoq"; tezkorlik: "Kun va tun"; ephillik: "To'p uchun kurash", "Lapta", "Qirq tosh"; chidamkorlik: "Quvib et"; egiluvchanlik: "Ko'prik va mushuk", "Otib qochar".

Aqliy-ruhiy qobiliyatlarni rivojlantiruvchi o'yinlar: diqqat: "Ta'qiqlangan harakat"; xotira: "Daqiqqa", "Eslab qol - bajar", "Pirr - etdi", "O'ylab top"; hissiyot: "To'xta"; tafakkur: "Shaxmat"; ayyorlik: "Vandan-zo'ri"; jasurlik: "Cho'nqa shuvoq".

Uy-ro'zg'or ishlariga xos harakat malakalarini shakllantiruvchi o'yinlar: "Supur-supur", "Qovun uzatish", "Besh tosh".

Kasbiy ko'nikma va malakalarni shakllantiruvchi o'yinlar: "Burgut va burgutchalar", "Otishma", "Insiz quyon".

Nutq va talaffuzni shakllantiruvchi o'yinlar: "Kim oladi", "Oq terakmi, ko'k terak", "Pahmoq kuchuk", "G'ozlar", "Oq quyonim".

Hisob-kitob va tadbirkorlik qobiliyatlarini shakllantiruvchi o'yinlar: "Besh tosh", "Lyanka", "Qirq tosh", "Soqqa".

Yilning turli fasllarida qo'llaniladigan o'yinlar: "Varrak", "Yomg'ir yog'alok", "Chillak", "Topishmashoq top", "Lyanka", "Tez ayt", "Yong'oq", "Qubba-1", "Qubba-2", "Soqqa".

Kunduz va tunda o'tkaziladigan o'yinlar: "Oq suyak", "Cho'loq qarg'a", "Tun va kun".

Suvda o'tkaziladigan o'yinlar: "Suvda quvlashmashoq", "Tez suzish", "Suv ostida suzish", "Qurbaqa va laylak", "Cho'rtan baliq".

Turli yoshli bolalar va kattalar o'rtasida o'tkaziladigan o'yinlar: "Quvlashmashoq", "Bekinmashoq", "Bayroqcha uchun kurash", "Kun va tun", "Oq terakmi, ko'k terak", "Yong'oq o'yini".

O'g'il bolalar va qiz bolalar o'rtasida o'tkaziladigan o'yinlar: "Eshak mindi", "Besh tosh", "Sopalak", "Xo'rozlar jangi", "Arqon sakrash", "Mindi", "Xola-xola", "Ovqat pishirish", "Ovga chiqish", "Urush-urush", "Soqqa", "Qulok cho'zma", "Durra", "Chori-chambar".

Darsning tayyorgarlik kismida kullaniladigan o'yinlar: "Kosmonavtlar", "Tez uz urniga", "Kun va tun".

Darsning asosiy qismida qo'llaniladigan o'yinlar: "Jami", "Otib qochar", "Qirk tosh".

Darsning yakuniy qismida qo'llaniladigan o'yinlar: "Kim keldi", "Kimni ovozi", "Durra soldi", "Daqiqqa", "Momojon yordam bering".

Sport turiga xos harakat malakalarini shakllantirishda qo'llaniladigan o'yinlar: "Qal'a himoyasi", "To'pni qaytar", "Uzatdingmi o'tir", "Quvib et", "Kun va tun", "O'ylab top", "G'ovvoslar".

Sog'lomlashtirish maskanlarida o'tkaziladigan o'yinlar: "Semir pufagim", "Besh tosh", "Keglini urib yiqit", "Insiz quyon".

Qo'shiqlar bilan ijro etiladigan o'yinlar: "Lapkar", "Tez aytish", "Tuldurgup", "Oq terakmi, ko'k terak".

To'ylarda qo'llaniladigan o'yinlar: "Qulok cho'zma", "Oq suyak", "Xo'roz, it, qo'chqor urushtirish", "Kim oladiyo", "Xo'rozlar jangi".

Harbiy ko'nikma va malakalarni shakllantiruvchi o'yinlar: "Qorako'z bo'y-bo'y", "TIM", "Urush-urush", "Asir olish", "Nomer chaqirish", "Qo'riqchi va qaroqchi", "Otishma", "Ko'chmanishon", "Nishonga ur", "Ovchilar va o'rdaklar", "Qubba".

Halq sayillari va marosimlarda o'tkaziladigan harakatli o'yinlar: "Olamon poyga", "Uloq", "Qiz quvlash", "Cho'nka shuvoq", "Cho'pon", "Olib qochar".

O'zbek halq o'yinlarida kasalliklarni davolash uchun va o'rgatish jarayonida keng qo'lamda foydalanish mumkin. Kasallikni oldini olish uchun qo'llaniladigan o'yinlarni o'yinlar bilan kasaldan chiqqan odamda qo'llaniladigan o'yinlarni farqini bilish juda zarur. Chunki ularni jismoniy yuklanishi (nagruzkasi) bir-biridan ajralib turishi darkor. O'rgatish jarayonida esa ko'nikma va malakalarni shakllantirishga muvofiq o'yinlar tanlab beriladi.

Yuqoridagilarni nazarda tutib o'zbek halq o'yinlarini quyidagi toifalarga ajratish mumkin:

- Harakat sifatlarini rivojlantiruvchi o'yinlar;
- Darsni ayrim qismlarida qo'llaniladigan o'yinlar;
- Turli yoshdagi bolalar faoliyatida qo'llaniladigan o'yinlar;
- Bolalar jinsiga qarab qo'llaniladigan o'yinlar;
- Ruhiiy xissiyotlarni rivojlantiruvchi o'yinlar;
- Yorug' va qorong'u sharoitlarda qo'llaniladigan o'yinlar;

- Hayotiy zarur malakalarni egallashda yordam beruvchi va takomillashtiruvchi o'yinlar;
- Sport faoliyatida qo'llaniladigan o'yinlar.

Shu o'rinda Yurtboshimizning 2013 yil 7 dekabrda O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 21 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimidagi ma'ruzasida qayd etilgan quyidagi so'zlariga urg'u berish maqsadga muvofiqdir: "...Sog'lom bolani voyaga etkazishda ta'lim-tarbiya va sportning o'rni va ta'sirini yanada kuchaytirish lozim". Ma'lumki, milliy harakatli o'yinlar ta'lim-tarbiya, ahloq-odob, milliy madaniyat va ma'naviyat hamda milliy g'ururni shakllantirishda muhim vosita ekanligi isbotga muhtoj emas.

Uchinchi savolning bayoni:

Bolalarni harakatli o'yinlarga dastlabki o'rgatish, ularda ushbu o'yinlarning mohiyati, sog'liqni mustahkamlovchi va hayotiy zarur harakat ko'nikmalarini shakllantiruvchi qiymati haqida ilk tasavumi hosil qilish o'ta muhim fundamental ahamiyat kasb etadi.

Harakatli o'yinlarining mazmuni, shart-sharoitlari, tartib- qoidalari, ushbu o'yinlarda ijro etiladigan rollar, obrazlar va psixofunksional topshiriqlar bolalar qanchalik keng va chuqur singdirilsagina ularda qiziqish hamda motivatsion ehtiyoj yuzaga keladi. Binobarin, har bir harakatli o'yin o'zining hajmi, shiddati (yuklama jihatidan) va murakkabligi jihatidan bolalarning yoshi, jinsi, mhiy va jismoniy imkoniyatlariga qarab qo'llanilishi ularda ana shu yuzaga keladigan qiziqish va motivatsion ehtiyojni yanada kuchaytiradi.

Mazkur jarayonning samarali amalga oshishi ustivor jihatdan muayyan harakatli o'yinlarga o'rgatish uslublari va prinsiplari bilan belgilanadi.

Dastlabki o'rgatish jarayonini rejalashtirish va tashkil qilishda bolaning ontogenetik hamda biopsixologik xususiyatlari e'tiborga olinishi zarur. Bosh-qacha qilib aytganda dastlabki o'rgatish jarayonida o'tkaziladigan o'yinlar yuklamalari shug'ullanuvchi bolalarning jismoniy va funksional imkoniyatlariga qarab me'yorlanishi va qo'llanilishi lozim.

Ma'lumki, o'yinlarning (yuklamasi) hajmi va shiddati inson salomatligi, uning jismoniy va funksional shakllanishida muhim ahamiyatga egadir. Lekin barcha o'yin turlari, jumladan, sport to'garaklarida ijro etiladigan jismoniy va texnik-taktik mashqlar hajmi hamda shiddati shug'ullanuvchining funksional imkoniyatlariga mos kelishi yoki xiyolgina yuqori bo'lishi lozim. Chunki biologiya fanida azaldan o'z isbotini topgan qonuniyatlarga ko'ra, ontogenetik taraqqiyotning muayyan bosqichlarida bajariladigan kundalik jismoniy yuklamaning (nagruzka) yalpi ta'sir "kuchi" organizmning funksional imkoniyatlaridan doimo yuqori bo'lsa, shu organizmda (organlar, mushaklar, tomirlar, hujayralar, to'qimalar, yurak, o'pka, taloq, jigar va h.k.) zo'riqish yoki tez toliqish alomatlari paydo bo'ladi.

Bunday salbiy "izlar" odamning, ayniqsa, bolaning odatiy funksional faoliyatini izdan chiqaradi, kayfiyatini tushiradi, uyquni buzadi, piravordida ish qobiliyatini susaytiradi va uni to'iiq tiklanishiga

to'sqinlik qiladi. Agar shunday yuklamalar ustunhgi bola faoliyatida surunkafi qaytarilib tursa, organizmning nafaqat normal o'sishiga ta'sir etishi mumkin, baiki ushbu yuklamalar ustunligi turU funksional "obyekt"larda lokaf yoki globai patologik asoratlar paydo bo'lishiga olib kelishi ehtimoldan hoU emas. Aksincha, kundalik yoki yalpi mashg'ulot yuklamalari hajmi va shiddati funksional imkoniyatdan past bo'lsa, jismoniy sifatlarning shakllanishi susayadi, ish qobiliyati kuchaymaydi. Shunday ekan, kundalik yoki yalpi yuklamalar, shu jumladan, jismoniy tarbiya darslari va trenirovka mashg'ulotlarida qo'llaniladigan o'yin yuklamalarii bolalarning yoshi, jinsi, jismoniy va funksional imkoniyatlariga qarab "to'lqin- simon" prinsipda oshira borish darkor. Demak, bolalarga oid o'yinlarni tashkil qilishda pedagogik va tibbiy nazoratga asoslanish sog'lom, barkamol avlodni tarbiyalash jarayonining ajralmas qismidir.

Shunday ekan, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha o'tkaziladigan o'yinlar mazmunini maqsadli rejalashtirish va boshqarish har bir mutaxassis (o'qituvchi, murabbiy, tashkilotchi, uslubchi, yo'riqchi) va rahbar shaxsga katta mas'uliyat yuklashi, ular jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik va sport masalalariga oid bilimlarni o'zlashtirishlari, muvofiq kasbiy-pedagogik malaka va ko'nikmalarni puxta egallashlari zarurligi isbot talab qilmaydi.

Jismoniy tayyorgarlik va uning salohiyatini ifoda etuvclii kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik kabi sifatlarning ilmiy obyekt sifatida azaldan ko'pdan-ko'p tadqiqotchi olimlar diqqatini jalb qihb kelgan. Ularning tadqiqotlarida jismoniy sifatlarning mohiyati, mazmuni, ufami jismoniy tarbiya va sport hamda boshqa jarayonlardagi ahamiyati va rivojlantirish muammolari atroflicha yoritilgan.

Ushbu muammolarni turh yoshdagi o'quvchi yoshlar va bolalar sporti misohda o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar natijalari ham talaygina ilmiy nashrlarda o'z ifodasini topgan.

Ta'kidlash joizki, jismoniy tarbiya va sport turlari nazariyasi va uslubiyati bo'yicha nashr etilgan darslik hamda qo'llanmalarda jismoniy tayyorgarlik tushunchasi — bu muayyan kasbiy faoliyat yoki sport turida ma'lum jarayon samaradorligini belgilab berish darajasida shakllangan tayyorgarlik — ish qobihyati, harakat sifatlari, malakalari va ko'nikmaterining integral ifodasini anglatadi

Sport amaliyotida (kasbiy amahyotda ham) jismoniy tayyorgarlik, odatda, ikki bir-biriga chambarchas bog'hq bo'lgan — umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik turlariga bo'linadi.

Hayot davomida inson sog'lig'i, uning aqhy va jismoniy faoOigi, ko'p yillik sport trenirovkasi davomida sport mahoratining shakllana borishi ustuvor jihatdan shu ikki tayyorgarlik turlari mazmuni va darajasi bilan belgilanadi.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida qo'yiladigan asosiy maqsad - sog'liqni mustahkamlash hamda yuqori sport natijalariga erishish awalambor yoshlikdan boshlab umumiy jismoniy sifatlarni rivojlantirish muhimligiga e'tibor qaratadi. Aksariyat olimlarning ta'kidlashicha, muayyan sport turi bo'yicha muntazam o'tkazib boriladigan hamda hajm, shiddat va mazmun jihatdan to'g'ri tashkil

qilingan mashg'ulotlar bolalar va o'smirlar organizmiga ijobiy ta'sir ko'rsatar ekan. Lekin, umumiy jismoniy tayyorgarlikka asoslangan va tor doirada ixtisoslashtirilgan mashg'ulotlar salbiy oqibatlariga ohb kelishi kuzatilgan. Binobarin, dastlabki o'rgatish bosqichida jismoniy va texnik-taktik mashqlar nisbatini to'g'ri rejalashtirish bolalar sog'lig'i va ularning harakat mahoratini samarah shakllantirish imkoniyatini yaratadi.

O'rgatish jarayoni — bu pedagogik jarayon bo'lib, trener- o'qituvchidan katta mahorat, kasbiy tayyorgarlikni talab qiladi. Lekin shunday bo'lsada, harakatni (o'yin malakasini) ijro etish texnikasiga o'rgatish boshqa ahamiyatli sabablarga ham bog'hqdir: bolaning faolligi, mashg'ulotlarning soni, sifati, davom etish muddati, yordamehi texnik uskunalar, mashg'ulot o'tkaziladigan joyning shart-sharoitlari, bolaning qiziqishi, harakat “boyhgi”, tajribasi va hokazo.

Shuni ham aytish zarurki, harakat ko'nikmalarini o'zlashtirish muddati bolaning oilaviy sharoitiga, uning ijtimoiy va iqtisodiy imkoniyatiga hamda ruhiy holatiga ham bog'hqdir.

Yuqorida keltirilgan ma'lumot va o'rgatish jarayonida e'tiborga olinadigan omillar ma'lum uslubiy tartibda asoslangan rejalashtiruv hujjatlaridan joy olishi kerak. Bundan tashqari bolaning ichki “sirli” imkoniyatlarini hamda mavjud omillarni aniqlash turli harakatli o'yinlar yordamida amalga oshirilishi zarur.

Dastlabki o'rgatish jarayoni bir necha bosqichlarda amalga oshiriladi va bu bosqichlarning har biri o'ziga xos uslub va prinsiplarni o'z ichiga oladi.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
- Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
- Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - interfaol mashq

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
2. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
3. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
4. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
5. Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O`quv qo`llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O`quv qo`llanma T.: 2012 y.

4-mavzu: Harakatli o'yinlarni turkumlari (2 soat)

Reja:

1. Kichik yoshdagi ukuvchilar xarakatli o'yinlar.
2. O'rta yoshdagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlari.
3. Katta maktab yoshidagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlar.

Tayanch so'z va iboralar Milliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: Talabalarga kichik, o'rta va katta yoshdagi o'qituvchilarga jismoniy tarbiyaning kerakli bulimlardan foydalanib, dars o'tish sifatlarini yaxshilash.

Birinchi savolning bayoni:

Harakatli o'yinlar quyidagi turkumlarga bo'linadi;

- kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar;
- o'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar;
- katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar;

Mazkur yoshdagi bolalarga mos xarakatli o'yinlar jismoniy tarbiya darsining asosi xisoblanadi. Shuning uchun maktab dasturida o'yinlar boshka materiallariga nisbatan kuprok urin oladi. Buning sababi shuki, dasturga kiritilgan xar xil jismoniy mashklar bolalar turli o'yinlar vositasida osonrok idrok kiladilar va uzlashtiradilar. Masalan, ularga yugurib kelib uzunlikka sakrashni urgatish buyicha aloxida mashgulot utkazilsa, ukituvchi kuygan vazifa amalda kursatish, bajarish va kanday bajarilganligini aniklash, xatolarni tuzatish va xakozolar bolalar uchun zerikarli buladi. Agar bu ishda «Buri zavur ichida» o'yinidan foydalanilsa, maksadga osongina erishiladi. 3-4 sinflarda xarakatli o'yinlarni asosan darsning kirish kismida utkazish tavsiya etiladi, chunki dasturda darsning kirish kismida saf mashklarini utkazish belgilangan, o'yinlarda yugurish, sakrash, uloktirish, irgitish kabi xarakatlar bajarilishiga aloxida e'tibor berish lozim. Bu yoshdagi balalar bilan asosan oddiy va urtacha murakkablikdagi o'yinlar utkaziladi, Agar bolalar etarli darajada tayyorlangan bulsa, yanada murakkabrok, ya'ni komandalarga bulinib ijro etiladigan o'yinlarni xam utkazish mumkin. Bolalar bu o'yinda «Bir kishi xamma uchun, xamma bir kishi uchun», printsipi buyicha birgalikda xarakat kilishni urganadilar. Bu xol butun jamoaning, komandadagi barcha ishtirokilarning ma'suliyatini orttiradi.

Jismoniy tarbiya buyicha darslarni kupincha turli o'yinlardan iborat buladi va ularga sport o'yinlarining asosiy turlari-basketbol, voleybol xam kiritiladi. Ukituvchi xarakatli va 3-4 sinf ukuvchilarida turli xarakat kunikmalari xosil kiladi.

Xarakatli o'yinlar 3-4 sinf darslarida xam ancha keng urin oladi. Bu sinfdagi xarakatli o'yinlar jismoniy tarbiya darslarida xosil kilingan xarakat kunikmalarini takomillashtirish va mustaxkamlash uchun xizmat kiladi. Darsning asosiy kismida «Tuplar poygasi» singari xarakatli o'yinlardan

foydalanish mumkin. Bunday xollarda darsning asosiy kismida «Ovchilar va urdaklar», «Otishma» o'yinlari kiritiladi.

Ikkinchi savolning bayoni:

O'rta maktab yoshdagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan darslardan xarakterli o'yinlar jismoniy tarbiyaning boshqa vositalariga urin bera boshlaydi. Ammo ana shu yoshdagi bolalarga mos xarakterli o'yinlar ham uyushtirib turiladi. Ukituvchi xarakterli o'yinlar o'tkazishda 5-7sinf ukuvchilarining yosh xususiyatlari ularning organizimi tezrok o'sish bilan ifodalanishini unutmashlik va shuning uchun darslarda utkaziladigan mashg'ulotlar vaktida uyushtiriladigan o'yinlarni asta sekin murakkablashtirib, maksadga muvofiklashtirib berish lozim.

O'yin jarayonida mazkur yoshdagi o'quvchilar xaddan tashkari ogir jismoniy xarakter kilmaslik va o'qituvchi ularning xarakter biriga tegishli munosabatda bulishi lozim.

5-7sinflarda tayyorlangan va foydalanilgan xarakterli o'yinlar mikdori ancha kam bulib, ularning materiallari xarakter ta'lim tarbiyaviy vazifalaridan kelib chikadi. Mazkur sinflarda utkaziladigan xarakterli o'yinlar tashkiliy jihatdan ham ,xarakterlarning mazmuni jihatidan ham bir muncha murakkab buladi. Bunda sport elementlarini uz ichiga olgan o'yinlarga shuningdek, sport o'yinlariga kengrok urin beriladi. 5-7sinflarda xarakterli o'yinlarni darsni ikkinchi va uchinchi kismalarda utkazish tavsiya etiladi. Darsning asosiy kismida ukuvchilarni bironta murakkab sport o'yinini urgatishda tayyorlash uchun darsning tayyorgarlik kismiga ba'zi o'yinlarni kiritish mumkin.

Uchinchi savolning bayoni:

O'quv dasturining talablari yuqori sinf o'quvchilari oldiga muayyan maqsad va vazifalarni kuyadi. 8-9 sinf o'quvchilari ijtimoiy va ishlab chikish xarakteridagi ishlar bilan shugillanadilar. Bu esa xarakterli o'yinlar uchun ajratilgan vaktidan unumli foydalanish va uni tejashni talab kiladi. Bunday sharoitlarda xarakterli o'yinlarning jismoniy tarbiya darslarida va jismoniy buyicha utkaziladigan boshqa mashg'ulotlarda etakchi urin olishi tabiiydir. Katta maktab yoshidagi ukuvchilar faoliyatida xarakterli o'yinlar salmokli urin tutmokda. Chunki ular asosan sportning xarakter xil turi buyicha texnikasining asosiy elementlari bilan shugillanadilar. Garchi xarakterli o'yinlar mashg'ulotlarga kiritilgan bulsa ham, bunda sportning xarakter xil turlari buyicha ortirilgan xarakter kunikmalari takomillashtirish va mustaxkamlash nazarda tutiladi. Demak, ukituvchi utkazish jarayonida o'yin xarakterlarining bajarilishi aloxida e'tibor bilan kuzatishi lozim.

Agar darsning asosiy kismiga sport o'yinlaridan birontasi kiritilgan bulsa, uning kirish kismida uzining ayrim xarakterlari bilan manashu o'yinning taktikasiga mos keladigan xarakterli o'yinlardan bittasini utkazish juda foydalidir.

Darsning yakunlovchi kismida utkaziladigan xarakterli o'yinlarning vazifasi yaxshi dam olish va kayfiyatni yaxshilash uchun muskullarga zur berishni kamaytirish, nafas olish organlari va kon aylanishini birmuncha tenglashtirishdan iboratdir.

«Uyla top», «Man kilingan xarakat» singari o'yinlar, dikkatni sinash uchun utkaziladigan mashklar darsning yakunlovchi kismidagi vazifalarni amalga oshirishda yordam beradi.

NAZORAT SAVOLLARI:

1. Kichik yoshdagi ukuvchilarga kaysi o'yinlarni utkazish tavsiya etiladi?
2. «Tuplar poygasi» o'yiniga tavsif bering?
3. «Otishma» o'yiniga tavsif bering?
4. «Ovchilar va urdaklar» o'yiniga tavsif bering?
5. «Buri zovur ichida» o'yiniga tavsif bering.
6. O'rta yoshdagi o'kuvchilarga kaysi xarakatli o'yinlarni o'tkazish tavsiya etiladi?
7. «Kim birinchi» o'yiniga tavsif bering?
8. «Tupni berma» o'yiniga tavsif bering?
9. «Xo'rozlar jangi» o'yiniga tavsif bering?

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

Nazorat savollari.

- 1.1. «Xo'rozlar jangi » o'yiniga tavsif bering.?
- 1.2. «Ovchilar va urdaklar» o'yiniga tavsif bering?
- 1.3. Xarakatli o'yinlarni o'tkazishdan ukituvchining maksadi nima?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma.

5- mavzu:Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash , tahlil qilish va o'tkazish (4 soat)

Reja:

1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash
2. Harakatli o'yinlarni tashlil qilish.

Tayanch so'z va iboralarMilliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari, ularga qo'yiladigan pedagogik talablar, o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri, o'yin variantlarini ishlab chiqish va me'yorlash to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.

Birinchi savolning bayoni:

O'qituvchi xar bir dars uchun bolalar organizmiga har taraflama ijobiy ta'sir etuvchi turli harakatli o'yinlarni tanlashi va ularni o'tkazishda har hil usullardan foydalanib borishi lozim.

Darsda, shuningdek turli o'yinlarni o'tkazish jarayonida o'rganiladigan materiallarning metodik jihatdan izchilligiga alohida e'tibor berish muhim ahamiyatga ega. Chunki bu izchillik birinchidan, darsning ta'limiy va tarbiyaviy vazifalarini to'g'ri hal qilish, ikkinchidan, dars materiallarini to'liq o'tishga erishish, uchinchidan, butun dars davomida har bir mashqni muayyan me'orda amalga oshirish imkonini beradi.

Darsning boshida yoki o'rtasida zo'r e'tibor berishni va o'zaro muvofiq murakkab harakatlar qilishni taqozo etadigan o'yin hamda mashqlar o'tkazilsa, dars ohirida o'quvchilarning charchagan tana a'zolarini birmuncha tinch holatga keltiradigan o'yin va mashqlarni o'tkazish kerak. Masalan, dars boshida bolalarning diqqatini jalb qilish uchun "O'ylab top", "Xamma o'z joyiga", "Man qilingan harakat singari o'yinlar o'tkazilsa, darsning asosiy qismida Quvnoq bolalar", "Qoch bolam, qalhat keldi" kabi serharakat o'yinlarni o'tkazish tavsiya etiladi.

O'rta yoshdagi o'quvchilar bilan darsning asosiy qismida "Cho'pon", "Qo'y va bo'ri", "Oq tosh", "Oq ayiqlar" va boshqa o'yinlarni o'tkazish, darsning yaqunlovchi qismida esa kam harakatli "Pat", "Pr-r-r...,(qush uchishini ifodalovchi tovush)singari o'yinlarni o'tkazish maqsadga muvofiqdir.

Agar butun dars faqat o'yinlardan iborat bo'lsa, serharakat o'yinlarni kam harakatli o'yinlar bilan, bir hil yo'sindagi o'yinlarni ikkinchi xil yo'sindagi o'yinlar bilan navbatlashtirib o'tkazish kerak.

Agar o'qituvchi bir sport turi texnikasining ayrim qismini o'yin orqali bolalarga o'rgatishni o'zoldiga maqsad qilib qo'ysa, avval o'yinning mazmuni va yo'nalishini puxta o'ylab olishi zarur.

Masalan, “To’pni oldirma” yoki “To’p ilish” o’yinlari yordamida bolalarga to’p uzatish va ilib olish harakatlarini o’rgatish belgilangan bo’lsa, bu ishni faqat mazkur o’yinlar orqali amalga oshirib bo’lmaydi. Chunki o’ynayotganlarning asosiy e’tibori to’pni tez uzatish va ilib olish bilan band bo’lib, o’yin texnikasi elementlarini bajarish e’tibordan chetda qoladi. Agar bu ish tegishli metodik ko’rsatmalarga amal qilib va ba’zi bir o’zgarishlar kiritib o’tkaziladigan o’yinlar yordamida bajarilsa, maqsadga erishish mumkin.

O’ynovchilarni ortiq charchatib qo’ymaslik uchun hayajonli va ermak o’yinlarni ko’p o’tkazavermay, ularni bolalarning jismoniy tayergarlik darajasi va organizm imkoniyatini hisobga olgan holda boshqa hildagi o’yin va mashqlar bilan qo’shib olib borish kerak.

3-4 sinfdan boshlab 1 va 4 choraklardan o’quv materialini asosi engil atletika mashqlaridan tashkil topgan, harakatli o’yinlar faqat aloxida engil atletika malakalarini mustaxkamlaydi va takomillashtirishga yordam beradi. Ana shu maqsadda tez yugurish, to’siqlardan oshib o’tish, sakrash va uloqtirish bilan estafetalar o’tkaziladi.

Ikkinchi savolning bayoni:
HARAKATLI O’YINLARNI TAHLIL QILISH

O’yin nomi: Kun va tun.

I Vazifasi:

1. Qisqa masofaga yugurish malakasini oshiradi
2. Qon aylanishini yaxshilaydi va oyoq mushaklarini rivojlantiradi.
3. Bir birini xurmat qilishni o’rgatadi.

II Dars qismi:

Asosiy, tayyorlov

III Yoshi:

3-8 sinf

IV O’tkaziladigan joyi:

Sport maydonchasi.

V Kerakli jihozlar:

O'yin sxemasi	Mazmuni	Qoidasi	Variant
<p style="text-align: center;">Uy chizig'i</p> <p style="text-align: center;">Uy chizig'i</p> <p>Bu erda: x,o - o'yinchilar △ xakam K - kun jamoasi T - tun jamoasi</p>	<p>O'quvchilar teng ikki jamoaga bo'linib, o'rta chiziqdan 1m oralig'ida, bir-biriga parallel holda joylashadilar . Birini kun ikkinchisini tun deb nomlaymiz. Qaysi jamoaning nomi chaqirilsa o'sha jamoa uy chizig'i tomon qochadi nomi chaqirilmagan jamoa quvlaydi. O'yin shu tariqa davom etadi.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. O'qituvchining signalisiz harakat qilish taqiqlanadi. 2. O'yin belgilangan maydonda o'ynashi shart. 3. Maydondan chiqib ketgan o'yinchi ushlangan hisoblanadi. 4. O'yinda qo'pol harakat qilish taqiqlanadi. 5. Bir o'yinchi bir nechta o'yinchini tutishga haqli 6. Har bir ushlangan o'yinchi hisobidan 1 tadan ochko beriladi. 7. Chaqilishi soni teng bo'lishi kerak 8. O'yin necha achkoga o'ynalishi oldindan belgilab qo'yiladi. 9. Qaysi jamoa birinchi bo'lib belgilangan achkoni to'plasa g'olib hisoblanadi. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Har xil mashqlar asosida o'ynatish mumkin.

Qal'ani himoyalash



O'yin maydonchada yoki zalda o'tkaziladi. Uni o'tkazish uchun uchta gimnastika tayoqchasi va bitta voleybol to'pi kerak bo'ladi. Agar o'ynovchilar soni 30 nafardan oshib ketsa, asbob-uskunalar miqdori ikki baravar ko'paytirilishi lozim.

O'yinga tayyorlanish. Hamma o'ynovchilar oralarida bir qulochdan masofa qoldirib, aylana hosil qilib turadilar. Ularning oldidan erga aylana chiziladi. Uning markaziga har birining uzunligi bir metrdan va yuqori uchlari birlashtirib bog'lab qo'yilgan uchta tayoqdan iborat kal'a qo'yiladi. Bitta o'yinchi kal'ani himoya qilish uchun doira o'rtasiga tushadi. Aylana hosil qilib to'rganlarning qo'lida voleybol (yoki gandbol) to'pi bo'ladi.

O'yinning tavsifi. O'ynovchilar rahbar signal bergan zahoti qal'ani to'p bilan qo'ra boshlaydilar. Himoyachi kal'ani o'z gavadasi bilan berkitib hamma to'pni qo'l va oyoqlari bilan urib qaytarib, xujumga qarshilik ko'rsatadi. Qal'ani qulata olgan o'yinchi himoyachining o'rniga tushadi, himoyachi esa qatorga kelib turadi. O'yin belgilangan vaqt davomida o'tkaziladi. O'yin oxirida boshqalarga qaraganda qal'ani uzoqroq vaqt davomida qo'riqlay olgan eng yaxshi ximoyachilar, shuningdek, eng yaxshi mergan va ziyrak o'yinchilar g'olib deb topiladi.

O'yinning qoidalari.1. O'ynovchilarning chiziqdan oldinga o'tishlari mumkin emas. 2. Himoyachiga qal'ani qo'l bilan ushlab turish huquqi berilmaydi. 3. Agar qal'a to'p bilan urib kulatilsa-yu, yiqilmasa, himoyachi uni qo'riqlashni davom ettiraveradi. 4. Agar qal'ani himoyachining o'zi qulatib yuborsa, Usha paytdan boshlab u himoyachi bo'la olmaydi, uning o'rniga xuddi shu vaqtda qo'lida to'p ushlab to'rgan o'yinchi tushadi.

O'yinning "Bulavalar himoyasi" varianti. Doira o'rtasiga uch oyokli qal'a o'rniga beshta bulava: to'rttasi xar bir tomoni bir qadamdan bo'lgan kvadrat to'rtburchakning burchaklariga va bittasi shu to'rtburchakning o'rtasiga o'rnatiladi.

Bu o'yinda ximoyachi bulavalarni ko'riqlashga harakat qiladi, xamma o'yinchilar esa aylana chizig'idan ichkariga o'tmasdan, bulavalarni to'p bilan urib qulatishga intiladilar.

Himoyachi qulagan bulavani turg'azib qo'yish (agar u eng oxirida qulagan bo'lmasa) huquqiga ega bo'ladi. Barcha bulavalar qulatib bulingandan keyin onaboshi almashtiriladi. Uning o'rniga oxirgi bulavani qulatgan o'yinchi tushadi.

O'yinning boshqa qoidalarni xuddi "Qal'ani himoyalash" o'yini qoidalarining o'zidir.

O'yinning ta'lim-tarbiyaviy ahamiyati. Bu o'yinda to'pni nishonga uloqtirish, bir-biriga irg'itish va ilib olish malakalari takomillashadi. U to'pni bir-biriga uzatish paytidagi harakatlarni bir-biriga moslashtirishni, tez harakat qilishni va chaqqonlikni talab qiladi. Shuningdek, ximoyachilar mard bo'lishi va tevarak-atrofdagi vaziyatni anglab harakat qila olishlari kerak.

O'yinda bajariladigan harakatlarning asosiy turlari - qo'riqlanadigan qo'zg'almas nishonga to'p uloqtirish, bir-biriga to'p irg'itish va ilib olishdir.

Metodik ko'rsatmalar. O'ynovchilar ko'p bo'lsa, o'yinni bir vaqtning o'zida ikki davrada o'tkazish kerak. O'yinchilar e'tiborini to'pni uzatish vaqtidagi harakatlarni o'zaro muvofiqlashtirishga va nishoi ochiq qolgan paytdagina qal'aga to'pni tegizish osonligiga jalb etish lozim.

Rahbar barcha o'ynovchilarning o'yinda faol qatnashishlarini, to'p hamma o'yinchilar o'rtasida uzatilib borishini kuzatib turish lozim.

Agar himoyachi qal'a yoki bulavalarni uzoq vaqt davomida qo'riqlab turishga muvaffaq bo'lsa, uning xizmati taqdirlanadi va uni boshqa o'yinchi bilan almashtiriladi. Shunda boshqa o'yinchilarga ham himoyachi bo'lish imkoniyati beriladi.

“Bulavalar himoyasi” o'yini “Qal'ani himoyalash”ga qaraganda murakkabroq o'yindir. Chunki unda himoyachiga qulatilgan bulavalarni tiklab qo'yish imkoni beriladi va bu bilan o'yin maqsadi murakkablashadi.

“Qal'ani himoyalash” o'yinini III sinfdan, “Bulavalar himoyasi” o'yinini esa V va VI sinfdan boshlab o'tkazish tavsiya etiladi.

Uzoqqa otish

O'yinga tayyorlanish. O'quvchilar teng 5-8 ta jamoaga bo'linadilar. Hap bir jamoa bir qatorga saflanib start chizig'ining orqasida turadilar.

Jamoalarning birinchi bo'lib turgan o'yinchilari bittadan (og'irligi 1-1,5 kg) to'ldirma to'p oladilar.



O'yinning tavsifi. O'qituvchi signal berishi bilan birinchi o'yinchilar start chizig'ida turib to'pni kelishib oldingan usulda (ikki qo'llab pastdan, boshlari ustidan oshirib, o'ng yoki chap qo'l bilan) iloji boricha uzoqroq otadilar.

Ikkinchi nomerli o'yinchilar esa to'plarni tushgan joyidan otadilar. O'yin shu zayilda davom etadi. Umumiy hisobda to'pni eng uzoqqa otgan jamoa g'olib hisoblanadi.

O'yinning qoidalari. 1. O'yinni keng, ochiq maydonda o'tkazish ma'qul. 2. Har bir jamoaga bittadan hakam bo'lishi va u to'pining tushgan joyini aniqlashi kerak. 3. O'yinda hamma usuldan foydalanish mumkin.

O'yinning variantlari.Jamoalardan 5-3 metr masofada diametri 1 metrli aylana chiziladi. Har bir o'yinchining vazifasi to'pni aylana ichiga tushirish yoki tegizishdir. So'ngra u to'pni keynngi o'yinchilarga keltirib berishi kerak. Birinchi bo'lib tugatgan jamoa yutgan hisoblanadi.

Agar o'yinchi to'pni aylana ichiga tushira olmasa, to'pni olib kelib boshqatdan otadi.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y

6-mavzu: Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish.(4soat)

Reja:

1. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish.
2. Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi.
3. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishdagi pedagogik talablar.

Tayanch so'z va iboralar Milliy harakatli o'yinlari, umumxalq harakatli o'yinlari, harakatli o'yinlar, o'yin, o'yin rahbari, boshlovchi xaqida malumot berish.

O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari, ularga qo'yiladigan pedagogik talablar, o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri, o'yin variantlarini ishlab chiqish va me'yordash to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.

Birinchi savolning bayoni:

Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishda g'oyaviylik, ilmiylik va o'yindan foydalanish rejaga asoslanganligini, tarbiyaviy, ta'limiy va sog'lomlashtirish natijalariga yo'naltirilganligi hisobga olish zarur. O'yinni o'tkazishda rahbarlik yoki yo'l ko'rsatuvchi roli pedagogka, tarbiyachi, yordamchilarga tegishli bo'lishi kerak. O'yin tarbiyaviy, ta'limiy va sog'lomlashtirishni katta ahamiyatga ko'proq uni boshqarishga bog'liq bo'ladi. Bitta va shunga o'xshash o'yinlar yordamida turli-tuman axloqiy va jismoniy sifatlarni tarbiyalash mumkin.

Birinchidan shug'ullanuvchilarga o'yini ta'sir etishini aniqlanadi (mazmuni, harakatlanishi, o'yin qoidasi), ikkinchidan metodik usullari bilan bola uni yordami bilan o'yinlarni egallaydi, uchinchidan, tashkil etish uslublari.

O'yini mazmuni bolalar uyda, maktabda, bolalar bog'chasida bilim va malakalarini egallashi, atrofni o'rab turgan muxitga bog'liqdir. Shuning uchun har xil yoshdagi bolalarda o'yinda har xil o'yin mazmuniga ko'ra, xudi shunday uni o'tkazish usuli bo'yicha turlicha rivojlanadi. Bolani jismoniy rivojlanishi o'yin yordamida xoxlagan yo'nalishda va boshqa jismoniy mashqlarni turlari mumkin qadar faqat maqsadga yo'naltirilgan xolda va doimo pedagogik rahbarlik qilinganda amalga oshiriladi.

O'YIN RAHBARLARINING ASOSIY VAZIFALARI

Rahbar o'yin tashkilotchisi va uni o'tkazish jarayonida bolalarni tarbiyachisi bo'lishi shart: 1) Shug'ullanuvchilarning salomatligini mustaxkamlash, ularni to'g'ri jismoniy rivojlanishiga yordam beradi; 2) Xayotiy zarur bo'lgan harakat malakalarini egallashga yordam beradi; 3) Bolalarda zarur bo'lgan odob-ahloq irodaviy va jismoniy sifatlarini tarbiyalash; 4) O'yin bilan mustaqil ravishda muntazam shug'ullanish odatini va o'quvchilarda tashkilotchilik malakalarini singdirish.

O'yin bilan shug'ullanish do'stlikni, rostgo'ylikni, jamoatchilikni, vatanparvarlikni, ongli intizomni tarbiyalashga yordam beradi. Shu bilan birga jismoniy tarbiya bo'yicha dasturi bilan mos ravishda ma'lum harakatni o'rgatish uchun o'yinni to'g'ri tanlash muximdir.

Xardoim xam o'yinni to'g'ri tanlab olib, samarali ijobiy ta'lim-tarbiyaga erishish mumkin emas u ko'proq o'yinni tashkil qilish va o'tkazish jarayoniga bog'lik.

Ta'limiy, tarbiyaviy va sog'lomlashtirish vazifalarini xal etishda tarbiyani xususan didaktik printsiplarini umumiy qonuniyatlarini ochib boruvchi ushbu pedagogikaga amal qilishi zarur.

Harakatli o'yinlar bilan shug'ullanish xarakteri bo'yicha tarbiyalaydigan bo'lishi shart. O'yini mazmunidan foydalangan xolda (mazmuni, harakat qilishi va unga kiruvchi o'yin qoidalari), pedagog ma'lum darajada o'yinchilarni yurish-turishini, muamilasini tashkil etadi. Buning uchun u o'ynaydigan jamoani yaxshi bilishi, o'yinni mazmunini o'rganishi va yuqori pedagogik maxoratga ega bo'lishi kerak.

O'yinda bolalarni o'ziga xos xususiyati namoyon bo'ladi. O'yinda ularni xulqini va xarakterini o'rganib olganidan keyin, rahbar xaddan tashqari tez ta'sirchanligini, baxslashishni, noto'g'riligini yoki o'yin qoidalariga rioya qilmasligini, vijdon yo'qligini va xulqidagi boshqa salbiy tomonlarni oldini olish mumkin.

Jamoa o'yinlarida rahbar o'yinda maqsadga erishish uchun o'yinchilarni birgalashib harakat qilishga o'rgatadi, bu o'rtoqlik xissini, jamoatchilik, topshirilgan vazifaga javobgarlikni xis qilish, o'zini ishini oxirigacha etkazishdagi qa'tiyligini tarbiyalashga yordam beradi (aks xolda komandadagi o'rtoqlari qiynaladi).

Har bir o'yinda maqsadga erishishda qiyinchiliklari bo'ladi. Shuning uchun o'ynovchilar, o'yin qoidalarini buzmasdan ularni engib o'tishlari kerak. Bittagina qiyinchilikni engib o'tgandan keyin, boshqasini oldinga surish kerak, chunki bolalar ularni engib o'tishda, zo'r berishlari kerak. Bu esa mexnat sevarlikni va irodani tarbiyalashga yordam beradi.

Rahbar u yoki bu o'yinni o'tkazishda shuni belgilab olish kerakki, u asosiy tarbiyaviy va ta'limiy vazifani aniqlashi kerak (masalan, to'pni otish va ilib olish nishonga uloqtirish malakalarini takomillashtirish, engil atletika, gimnastika mag'ulotlarida egallagan malakalarini mustaxkamlash, o'ynovchilarda jasurlikni harakatni bir-biriga muvofiqligi, jamoatchilikni tarbiyalash joyni orientir olish malakalarini tarbiyalash va b.q)

Bolalarni oldiga nisbatan aniq, engil va tez xal qilinadigan vazifalar qo'yiladi. Masalan, "asirga" tushirmaslik, raqiblarni qidirib topish, o'rtog'ini qo'tqarish, raqibni ustidan g'alabaga erishishdan iboratdir. Raxbar ayrim vaqtlarda ularni ko'proq qiyin vazifalarni taklif qiladi (masalan, to'pni olib yurish va uzatishni, basketbol o'yini uchun xalqaga to'p tashlashni egallash).

Boshqarib boruvchi o'rgatishni faol va ongli ravishda qilinganlik printsipli xisoblanadi. O'yinni o'tkazishda, rahbar uni mazmunini va vazifasini shuningdek o'zini tuta bilish qoidalarini tushintirish shart. O'ynovchilarning ongli xulqi o'yinni takomillashtirishga va uni ijodiy boyitishga imkon beradi; bunda o'yin qatnashchilarini qiziqishi bir muncha o'yinni tarbiyaviy ta'sir etishi oshib boradi. Bolalarda o'yinda o'z harakati va ishlariga ongli munosabatda bo'lishga o'zining yutuq va

kamchiliklarini tanqidiy muxokama qilishni, o'rtog'larini harakatini va xulq atvorini taxlil qilishga o'rgatish kerak.

Agar o'yin yaxshi o'zlashtirilgan bo'lsa faollik oshadi. O'yinni takrorlab turish juda foydali bo'ladi, buni shug'ullanuvchilarni xulqi ko'proq o'z ayibiga tushinib boradi, harakat malakalari takomillashadi, o'yinda o'quvchilar faol qatnasha boshlaydi, eski o'yin qoidalari murakkablashadi, yangi vazifalarni yaratadilar (raxbar bilan birgalikda yoki uni nazorati ostida).

O'yinga qiziqqonligini ortirib borish bolalarni faollashtirishga ta'sir etadi, buni ko'proq bog'liqligi shundaki uni o'tkazishga unga tayyorgarlik ko'rishida. Bolalarni faoligini o'yindagi tashkilotchilik malakalarini tarbiyalash uchun foydalanish lozim. Raxbar ularga etakchilar, kapitanlarni raisni topshirish bilan maydonchani belgilashga xakamlik qilishga jalb etish bilan bolalarni mustaqil o'ynashga o'rgatishi kerak. Ularga o'yinni tashkil qilish va xakamlik qilishda sekin-asta ko'proq mustaqillikka imkon beradi. Tanlangan kapitanlar kamondani harakatiga raxbarlik qiladi, o'yin qatnashchilarini orasidan ajratilgan, xakam, o'yin qoidalariga aniq rioya qilishni kuzatadi. Rahbar o'yinni borishida xakamga taktik jixatdan yordam beradi va o'ynovchilarning o'zini to'g'ri tutishiga yo'naltiradi.

O'yinni ketma-ket o'tilishini albatta rejalashtirish shart. Rejalashtirishda bolalarni ma'lum yoshiga qarab jismoniy tarbiya vazifasi, uni jismoniy tayyorgarligi shuningdek asta-sekin malaka va bilimni to'plashni xisobga olish zarur. Jismoniy tarbiya uchun o'yinlarni umumiy ta'lim maktablarini jismoniy tarbiya dasturiga mos xolda rejalashtiriladi.

O'yin rejalashtirilayotganda jismoniy mashqlarni boshqa turlari va gimnastika, engil atletika mashg'ulotlarida egallagan ular o'rtasidagi ichki bog'lanishni va malakalarni ketma-ket o'zlashtirishni xisobga olish kerak. O'zlashtirib olingan bilim va malaka oldin o'tganlarini takrorlab va yangilari bilan mustaxkamlab boriladi. Eng muximi chunki yangi o'yinlarda egallagan malaka takomillashib boradi va yangisi paydo bo'ladi.

Tanish o'yinlarda notanish o'inlarga asta-sekin o'tish lozim. Bunda albatta topish o'yinlarga suyanish kerak. Notanish o'yinlarni bunday maqsadi, o'tganlari bilan o'xshash shuning uchun yangi o'yin qoidalari va shartlari kiritilishi shart, asta-sekin egallagan malaka va bilimlarga talabni oshiriladi. Harakatni o'xshashligi yangi birqancha murakkabroq bo'lgan harakatga o'tish engillashadi. Shunday qilib kichik maktab yoshidagi bolalarda tezlikni va epchillikni rivojlantirish uchun "Kim chaqqon", so'ngra "Qopqon", "Ikki sovuq" o'yinlarida foydalaniladi. Bu o'yinlar tuzilishi va harakati bo'yicha bir-biriga juda yaqin (tez yugurish bilan chap berib qutulib qolish) faqatgina ikkinchi o'yinda vazifa birmuncha murakkablashadi (katta epchillik talab qilinadi), "Ikki sovuq", o'yindan keyin "Tovon baliq va cho'rton baliq"ni o'tkazish engil bo'ladi, bu ham tuzilishi bo'yicha yaqin bo'lib, biroq o'yin qoidasiga ko'ra ko'proq murakkab bo'ladi.

Yangi o'ynlarni o'rgatishda o'quvchilar tomonidan bilimlarni egallashi xisobga olinadi va ularni asta –sekin murakkablashtiriladi. Yangi o'yinlarda esa o'yinlarni elementi takrorlanadi, biroq ko'proq murakkab shaklda “Harakatchang nishon” o'yinni bilgan bolalar, “Ovchilar va o'rdaklar” o'yiniga tezda kirishib ketadilar, unda ikkita jamoalarni kurashish jarayonida biroq o'zgartirilgan sharoitda, harakatchan nishondagi kabi xuddi shunday malakasi takomillashtiriladi. Keyinchalik bu malaka yanada murakkabroq “Otishma” o'yinida takomillashtirish mumkin, bunda harakatchang nishonga uloqtirishni va to'pdan chap berib qutilib qolish ikkala komanda bir vaqtda bajaradi.

O'yin shug'ullanuvchilarning tayyorgarligiga mos kelish kerak. Har bir o'yinda shunday qiyinchiliklar bo'lishi shartki, chunki uni qatnashchisi maqsadga erishish yo'lida to'siqlarni oshib o'ta oladigan bo'ladi. O'yinda, o'ynovchilar qiyinchiliklarni engib o'ta olmasa kuchni jipislashtirmasa, bolalarni qiziktirmasa va uni pedagogik qimmatini bo'lmaydi, chunki o'quvchilarni qobiliyati va iroda sifati rivojlanmaydi.

O'yinda o'quvchilarni imkoniyatlari va kuchlariga mos keladigan rollarni taqsimlash juda muxim. Buning uchun har bir o'quvchini bilimi va unga yakkama-yakka yondoshish zarur. Zaif bolalar o'yinda qiyinchiliklarni engib o'tishni o'rganishlari zarur. Ularga kuchlariga qarab vazifalar beriladi, chunki ularni o'z kuchlariga ishonishlari tarbiyalanadi.

Zarur bilim va malakalarni egallashni sistemali ravishda mustaxkamlash. Yangi bilim reflektorga bog'liq o'yinni takrorlash natijasida mustaxkam bo'lib boradi, harakatni yangi usullari tezroq o'zlashtiriladi. O'quvchilar o'yinni qanchaki yaxshi tushunib etsa, shuncha ularni malakasi takomillashib boradi, ular uchun shuncha qiziqarli bo'ladi. Buni isboti shundan iboratki bolalarni sevimli o'yinlar doirasi odatda chegaralangan. Ularga sevimli o'yinlari ko'proq tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadi. Balki bu demak faqat ularni o'tkazish kerak degani emas. Shuning uchun bolalarga mazmuni bo'yicha turli-tuman xartomonlama rivojlanishiga yordam beradigan o'yinlarni tavsiya qilish zarur.

Biroq bolalarga qisqa vaqt ichida ko'p o'yinlar o'ynashni taklif qilish mumkin emas. Bolalar o'yinlarni yaxshi o'zlashtirib olishlari shart, ularda o'zini harakatini va xulq odob malakalarini takomillashtiradi. Ana shu maqsadda bolalarga ma'lum bo'lgan o'yinlar mazmun va harakati jixatdan biroz murakkablashgan qoidalar bilan takrorlanadi. Mashxur pedagog P.D. Ushinskiy, yaxshi pedagog eski o'yinlarni takrorlash, esdan chiqqan o'yinlarni takrorlash degani emas, chunki eskisi esa yangisini ishonchli qilib mustaxkamlaydi deb aytgan edi.

Harakatli o'yinlarni muntazam o'tkazib borishni tavsiya qilinadi. Bolalar bunday xolatda aloxida o'yinlarni pishiq o'rganib oladilar va uyushqoqlik bilan o'ynashga o'rgatadi. Ular o'rganilgan o'yinlarni, xovlida maydonchada, uyda o'tkazadilar va ularga o'zlarining o'rtoqlarini jalb qiladilar. Raxbar o'zini tajribalarini boshqalarga o'rgatish va tarbiyaviy hamda ta'limiy maqsadda foydali va qiziqarli o'yinlarni tanlashi shart. Buning uchun u bolalar o'yinni xardoim o'rganishi va ularni eng

yaxshilaridan foydalanish lozim: boshqa tarbiyachilarni amaliyotini taxlil qilish metodik usullarini boyitib borish; o'yin bo'yicha metodik adabiyotlarni o'rganib borish kerak. Iloji boricha xalq milliy o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazish zarur. Ulardan eng yaxshilarini bolalar bilan o'tkaziladigan tarbiyaviy ishni amaliyotida qo'llashlari shart.

Bolalar xayotiga yaxshi o'yinlarini tadbiiq qilish uchun tashkilotchilarni, o'yin boshilarni tayyorlash zarur, chunki ular bolalar tashkilotlarida tashviqot va targ'ibot ishlarini olib boradilar.

Ikkinchi savolning bayoni:

O'YINNI O'TKAZISHGA TAYYORGARLIK KO'RISH

O'yinni tanlash eng avvalo dars oldiga qo'yilgan vazifaga bog'liq bo'ladi. Chunki uni aniqlashda, raxbar bolalarni yosh xususiyatlarini, ularni rivojlanishini, jismoniy tayyorgarligini, bolalarni sonini va o'yinni o'tkazish sharoitini xisobga oladi.

Harakatli o'yinlarda 3 dan to 300 tagachan kishi qatnashishi mumkin.

Tashabbuskorlik sharoitida hammadan ko'ra ko'proq tez-tez 3-10 ta o'yin qatnashchilariga mo'ljallangan o'yinlardan foydalaniladi. Ular odatda bolalar bilan mustaqil ravishda xovlilarda, maydonchalarda, shuningdek har xil yig'ilishlarda tashkil etiladi. O'qituvchi, tarbiyachi, etakchilar raxbarligida tashkil etilgan mashg'ulotlar (darsda, yig'ilishlarda, dam olish oromgoxlarida o'tkaziladigan mashg'ulotlarda, sport maktabida) 20-40 ta harakatli o'yinlar o'tkaziladi. Katta bayramlarda kechalarda va bolalar ko'p to'plangan ommaviy sayillarda 100-300 o'yin qatnashchilariga mo'ljallangan ommaviy harakatli o'yinlardan foydalanish mumkin.

O'yinni tanlashda albatta o'tkaziladigan mashg'ulotni shaklini xisobga olish shart (darsda, tanaffusda, zvenolar, bayramlarda, sayrlarda). Darsda va tanaffusda vaqt chegaralangan bo'ladi; o'yin mazmuni va vazifasi darsdagiga ko'ra, tanaffusda boshqacha bo'ladi; bayramlarda ayniqsa ommaviy va attraksion o'yinlaridan foydalaniladi bu o'yinlarda har xil yoshdagi bolalar va turli tayyorgarlikdagi bolalar qatnashishlari mumkin.

O'yinni tanlash va o'tkazish to'g'ridan-to'g'ri uni joyiga bog'liq bo'ladi. Unga katta bo'lmagan tor zalda, maydonchada yoki yo'lakchada o'yin bir chiziqqa saflangan xolda o'tkaziladi, u o'yinda o'ynaydiganlar navbatma-navbat qatnashadilar. Katta zalda yoki maydonchada tarqalib yugurish katta va kichik koptoklarni uloqtirish va sport o'yinlari elementlari bilan o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish mumkin. Shahardan tashqariga sayrga va ekskursiyaga chiqqan vaqtida joylarda o'tkaziladigan o'yinlardan foydalaniladi. Qishda maydonchada qishki o'yinlar chang'ida, konkida, chinada va qordan har xil shakllar qorqizlar yasash mumkin.

Ochiq xavoda o'yinni o'tkazishda obi-xavo sharoitini (ayniqsa qishda) xisobga olish zarur. Agarda havo xarorati past bo'lsa bunday paytda barcha o'yin qatnashchilari faol harakat qilishlari kerak. O'yinda ko'p turib qolish va o'zini navbatini ko'p kutib qolish xolatlaridan qochib qutilish

kerak. Kunni issiq paytlarida eng yaxshisi kam harakatchang o'yinlardan foydalanilgani ma'qul, chunki o'yin qatnashchilari o'yin topshiriqlarini navbat bilan bajaradilar.

Bolalarni katta sportga bo'lgan katta qiziqishi bilan bog'liq juda ko'p o'yinlar sport o'yinlari va boshqa sport turlari elementlari bilan yaratilgan. Bu kichik va o'rta yoshdagi o'quvchilari qo'lidan keladigan ular uchun turli-tuman sport turlariga ishtirok qiladigan shaklda ishtirok etishga ruxsat beradi: basketbolda ("To'p uchun kurash", "To'p kapitanga", "To'rt tomonga to'p uzatish"), voleybolda ("Voleybolchilarni to'p uzatishi", "To'pni uzatdingmi o'tir").

Tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan milliy harakatli o'yinlarni kengroq ommalashirish zarur. Bu esa har xil millat bolalari o'rtasida do'stlikni, har xil xalqlarni turmush xayoti va madaniyati ularni o'ziga xos xususiyatlari bilan tanishtirishga yordam beradi.

O'YINNI O'TKAZISH UCHUN JOYNI TAYYORLASH

Ochiq xavoda o'yinni o'tkazish uchun chimlarni qirqish kerak (agarda tennis maydoncha va aniq belgilar talab qilinadi) yoki tennis ko'm-ko'k maydoncha tanlanadi (ayniqsa kichik maktab yoshdagi bolalar uchun). Eng yaxshisi maydonchani to'g'ri burchak shaklida, eng kamida 8 m, uzunligi kamida 12 m bo'lishi kerak. Maydondan 2 m masofada bir necha skameykani qo'yish tavsiya qilinadi. Iloji boricha, yozgi maydonchani atrofida daraxtlar bo'lgani yaxshi.

Bino ichida o'yinni o'tkazishda shuni nazarda tutish kerakki, bino ichida, o'ynovchilarni harakat qilishiga, iloji boricha asbob-anjomlarni (brusya, turnik, kon, kozel) yordamchi xonalarga oldirib qo'yish kerak. Agarda asbob-anjomlarni zaldan olish imkoniyat bo'lmasa, unda ularni zalni qisqa devori tomoniga qo'yiladi va skameyka, to'r yoki boshqa buyumlar bilan o'rab qo'yiladi. Deraza oynalari va lampalar sim to'rlar bilan bekitiladi. Bundan o'yinni o'tkazishda oldin shomollatirishi va nam latta bilan artilishi kerak.

Raxbar joylarda o'yinni o'tkazishdan oldin dastlab joy bilan yaxshi tanishib chiqish kerak va o'yin uchun shartli chegaralarni belgilab chiqish shart.

O'YINGA ASBOB-ANJOMLARNI TAYYORLASH

Harakatli o'yinlarni o'tkazish uchun bayroqchalar, rangli bog'ichlar, har xil kattalikdagi koptoklar, gimnastika tayoqcha, bulavalar yoki keglilar, chambarak, argamchilar kerak. O'yinda asbob-anjom chiroyli, yashil rangda va o'yinda ajralib turadigan bo'lish kerak (bu kichik maktab yoshidagi bolalar uchun eng avvalo muximdir). Asbob-anjomni katta kichikligi va og'irligi bo'yicha o'ynovchilarni bo'ylariga mos bo'lish lozim. (umumiy ta'lim maktablari uchun tuzilgan jismoniy tarbiya dasturiga qaralsin). Asbob-anjom sonini oldindan nazarda tutish lozim. Asbob-anjomni o'tkaziladigan joy bilan yonma-yon saqlash maqsadga muvofiqdir. Muximi uni sanitar xolatini va uni muntazam ravishda tortibga solib borish kerak. Bolalarni tarbiyalash maqsadida bolalarni asbob-anjomlarni ta'mirlashga va saqlashga jalb qilish foydali bo'ladi.

O'yin qatnashchilariga asbob-anjomni tarqatish va qo'yib chiqish faqatgina o'yinni tushuntirib bo'lgandan keyin bajariladi. Buni bolalarni o'zlari bajaradilar, chunki ular topshiriqni tez, aniq tashkiliy ravishda bajaradilar.

Maydonni belgilash.

Agarda maydoni belgilash uchun ko'p vaqt talab qilinadigan bo'lsa unda buni o'yinni boshlanishiga qadar bajarilishi kerak. Belgilash murakkab bo'lmasa unda o'yinni mazmunini gapirib berish bilan bir vaqtda yoki uni boshlanishdan oldin bajarish mumkin, gapirib berish vaqtida faqatgina belgilangan chegarasini ko'rsatish mumkin. Tez-tez takrorlanadigan o'yin uchun maydonchani doimo bo'lib turadigan belgi chizish mumkin.

O'yin uchun ajratilgan belgilar ravshan chizilgan bo'lishi shart, o'yinga berilib ketgan, bolalar uchun, ular orqasidan o'ng'aygina kuzatish imkoniyatiga ega bo'linadi. O'yin uchun chizilgan chiziq to'siqdan, devordan yoki boshqa buyumlardan 3 m dan yaqin bo'lmasligi kerak, bo'lmasa bolalar shikastlanishlari mumkin. Bu eng avvalo yugurib o'tish bilan o'ynaladigan o'yinlarda juda muximdir, chunki bunda juda-juda katta gurux o'yin qatnashchilari birvaqtni o'zida "uyalar" chegarasidan yugurib o'tadilar.

O'YINNI DASTLABKI TAXLILI

Raxbar o'yinni bolalar yoshiga mo'ljallab o'yinni barcha jaryonini dastlab o'ylab va ko'ra bilishi shart, chunki uni qanday mamentlarda ortiq qiziqib ketishi, o'ynovchilarning nojo'ya bilan qilgan xulqlari, ularni qizikishlarini pasayib ketishlarini kelib chiqarishi mumkin, bunday yoqmaydigan xolatlarni oldini olish uchun, avvaldan o'ylab ko'rish kerak.

Bolalarni yaxshi ko'radigan raxbar o'ynovchilar o'rtasidan kimni kapitan, birinchi o'yinboshini, qamroq uyushgan bolalarga qanday rolni berishni, bo'sh va passiv o'yinchilarni qanday qilib o'yinga jalb qilishni oldindan o'ylab ko'rishi shart.

Ayrim o'yinchilarni o'tkazish uchun u oldindan o'yin qatnashchilaridan yordamchilarni belgilab qo'yadi, ularni vazifasini aniqlaydi va agarda kerak bo'lsa ularga tayyorlanish uchun imkoniyat beradi (masalan, joylarda o'tkaziladigan o'yinlarda). Yordamchilar oldindan o'yin qoidalari va uni o'tkazish joylari bilan tanishadilar.

Eng muximi, jamoada jamoaga qiziqish uyug'otish, o'zlarini shaxsiy qobiliyatlarini namoyon qilishga, o'yinda o'rtoqlarini yurish-turish qoidalarini yaxshi o'zlashtirib olishi tashkilotchilik qobiliyatlarining singdirish, bolalar ijodini rivojlantirishga, o'yin jarayonidagi vaziyatni to'g'ri bo'lishiga va baxolashga yordam beradi.

O'YINChILARNI TASHKIL ETISH. O'YINChILARNI JOYLASH TIRISH VA O'YINNI TUSHUNTIRISHDA RAHBARNI JOYI

O'yinni tushuntirishdan oldin, o'yin qatnashchilarini shunday qo'yish kerakki, chunki ular raxbarni yaxshi ko'rishlari va uni so'zlab berishini eshtishlari kerak. Eng yaxshisi o'ynovchilarni dastlabki xolatga turg'izishlari kerakki, chunki shu xolatdan ular o'yinni boshlaydilar.

Agarda o'yini boshlash uchun o'yin qatnashchilari doirada tursalar, raxbar o'yinni tushuntirish uchun o'ynovchilar orasida turadi. Ko'p sonli o'ynovchilar qatnashadigan ommaviy o'yinlarda u 1-2 qadam tashlab doira o'rtasida turadi. Doira markazida turish mumkin emas, chunki yarim o'ynovchilar raxbar orqasida turib qoladilar. Agarda o'ynovchilar ikki komandaga bo'lingan bo'linib va biri ikkinchisiga katta masofada qarama-qarshi saftortib turgan bo'lsa ("Oq terakmi, ko'k terak", "Nomerlarni chaqirish", "Ikki qo'lda to'p uzatish"), bularga tushuntirish uchun komandalarni yaqinlashtirish kerak, so'ngra ularni "uyalar" chegarasigachan olib boriladi. Raxbar bunday xolatda, o'yinni tushuntirish paytida, o'ynovchilarni orasida maydonchani o'rtasida yon tomondagi chegarasida turadi u gox u komandaga, gox bu komandaga murojat qiladi. Agar o'yin sochilib harakat bilan bajarilsa ("Quvlashmachoq"), unda o'ynovchilarni safga turg'izadai, ular kam bo'lsa yoki o'zlari oldida guruxlarga bo'ladi, chunki ularni barchasi raxbarni yaxshi ko'rishlari va eshtishlari kerak.

O'yinni tushuntirish vaqtida bolalarni yuzini quyoshga qaratib yoki oynaga qaratib qo'ymaslik kerak (ular raxbarni yomon ko'rishlari mumkin). Raxbar eng ko'rinarli joyda barcha o'yin qatnashchilarini ko'rish va ularni xulq-atvorini nazorat qilish uchun ko'rinarli joyda yon tomonida yoki yorug'likka yuzi bilan turishi kerak.

O'YINNI TUSHUNTIRISH

O'yinni yutug'i ma'lum me'yorda uni tushuntirishga bog'liq bo'ladi. Raxbar gapirib berishga kirishdan oldin, o'zi o'yin to'g'risida aniq tasavvurga ega bo'lishi shart.

So'zlab berish qisqa va lo'nda bo'lishi kerak: uzoq vaqt davomida tushuntirish o'yinni o'zlashtirishda salbiy ta'sir ko'rsatadi. Kichik sinflarda o'tkaziladigan o'yinlardan tashqari, chunki ularga ertak va maroqli shaklda tushuntirish mumkin.

Ximoya qilib berish mantiqan to'g'ri, ketma-ket bo'lishi shart. O'yinni quyidagi reja asosida ifoda etishni ushlar tavsia qilinadi: 1) o'yinni nomi; 2) o'ynovchilarni roli va ularni joylashishi joyi; 3) o'yinni borishi; 4) maqsad; 5) uni qonun qoidalari. Muallif o'yinni borishi xaqida gapirib shakshubxasiz, o'yin qoidalari xaqida gapiradi, lekin ximoyani oxirida ularga yana bir marta to'xtalib o'tadi, chunki bolalar uni yaxshilab esda saqlab qolishlari kerak.

Ximoya qilish bir oxangda bo'lmasligi kerak. O'yinni tushuntirish bosiq ovozda bo'lishi kerak, ayrim xollarda uni ko'tarib yoki pasaytirib chunki u yoki bu momentdagi mazmuni o'quvchilarni e'tiborini qaratilishi zarur.

Ximoya qilish vaqtida murakkab terminlarni ishlatish mumkin emas. Yangi tushuncha, yangi so'zlarni tushuntirib borish kerak.

O'yinni yaxshilab o'rgatib olish uchun xikoya qilib berishni ko'rsatish bilan birga qo'shib olib borishni tavsiya qilinadi. U to'liq (o'yinni ko'proq murakkab momentlarini rahbar yoki o'kuvchilarni o'zlari xuddi o'ziday qilib qaytaradilar) yoki to'liq bo'lmasligi (o'yinni ayrim momentlarini imo-ishora va aloxida harakatlar bilan tushintiradi) mumkin.

O'yinni mazmunini boyfasil faqatgina shu payitda tushintirish mumkinki, qachonki o'quvchilar ushbu o'yinni birinchi marta o'ynaganlarida. O'yin takrorlaganda faqatgina asosiy mazmunini eslatadi. O'yinni xotirada tiklash uchun eng yaxshi usul o'kuvchilarning o'zlarini jalb qilishdir.

O'yin boshini saylash.

O'yin boshini vazifasini bajarish o'ynovchilarga katta tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun iloji boricha, bu rolda ko'proq bolalar bo'lishi mumkin. O'yin boshini har xil uslublari bilan ajratish mumkin.

Raxbarni tayinlash bo'yicha. Raxbar uni o'yindagi rolini xisobga olgan xolda o'yin boshi qilib tayinlaydi. Bu uslubni afzalligi: ko'proq munosib o'yinboshi tezda saylanadi. Ana shunday uslubda o'ynovchilarni tashabbusi bostiriladi. Raxbar o'yin boshini shu paytda saylaydiki, bolalar bir-birlari bilan xali tanishmasdan turib, kam vaqt yoki belgilangan o'yin qatnashchisini tarbiyalash maqsadida o'yin boshi qilib saylash kerak. Raxbar o'yin boshini saylashda o'zi tanlashini qisqacha qilib tushuntirish kerak, chunki o'yin qatnashchilari shubxa tug'dirmasligini va aloxida o'yinchilarga bo'lgan munosabatda adolatsizlik bo'lmasligi kerak.

Qur'a tashlash bo'yicha o'yinboshini tanlash uslubi ham mavjud. Qur'a tashlashni xisoblash uloqtirish va boshqa uslublar yo'li bilan o'tkazish mumkin. Bolalar sanash uchun doirada turadilar va birorta "Sanoq"ni boshlaydilar sanoqni har bir so'zini aytgandan keyin ular navbati bilan o'yinchilarni ko'rsatadilar. Oxirgi sanoq so'zi kimga to'g'ri kelsa, unda u o'yinboshi bo'ladi yoki doiradan chiqib ketadi. Oxirgi xolatda sanoq sh'erlari oxirgi o'yin qatnashchisi qolguncha aytiladi va oxirgi qolgan o'yinchi o'yinboshi bo'lib qoladi. "Sanoq" usuli nisbatan ko'p vaqtni talab qiladi; shuning uchun uning odatda darsdan tashqari vaqtda o'tkaziladigan o'yinlarda foydalaniladi. Ayrim xolatlari "Sanoq" doirada ham foydalaniladi chunki kuchli qo'zg'alish keyin bolalarni bir muncha tinchlashtirish uchun qo'llaniladi "Sanoq" matn bilan ongli ravishda qo'shib aytiladi u bolalarni nutqini rivojlantiradi.

Qur'a tashlash yo'li bo'yicha o'yinboshini aniqlash uchun "tayoq tortishish" mumkin. O'yin qatnashchilari tayoqni pastdan ushlaydi, so'ngra, ikkinchisi, uchinchisi va x.k. O'yin boshi shu o'yinga bo'lishi mumkinki, kimda- kim tayoqni oxirida ushlasa yoki qopqoq qilib yopasan bo'ladi. Bu usul 2-3 o'yinchilar bilan o'yna olganda qo'llaniladi.

O'yin boshini ajratishini eng ko'p qulay usullaridan biri-o'ynovchilarni tanlashidir. Bu usul pedagogik jixatdan yaxshi bo'lib u bolalarni jamoa bo'lib kelgan xoxishini namayon qilishga imkon

beradi. Ammo kam tashkil qilingan bolalar bilan o'ynaladigan o'yinda bu usulni qo'llash qiyin bo'ladi, chunki bunda o'yin boshi xizmatiga ko'ra saylanmasdan, balki ko'proq kuchli, tirishqoq bolalarni toziyqi ostida saylanadi. Raxbar bolalarga o'yin boshini tanlashda, kim yaxshi yuguradigan, sakraydigan, aniq nishonga tegizadigan bolalarni saylashni tavsiya qilish mumkin.

Eng yaxshisi o'yinboshini saylashda yoki tayinlashda navbatga qo'yib quyish yaxshi, chunki har bir o'yin qatnashchisi ushbu rolni bajaradi. Bu faolik va tashkilotchilik malakalarini tarbiyalashga yordam beradi.

O'yinboshini oldingi o'yin natijalariga ko'ra saylash mumkin. Oldingi o'yinlarda ko'proq epchil, tezkor, chaqqon bo'lgan o'yinchilar o'yinboshi bo'ladi. Bu xaqda o'yin qatnashchilariga oldindan e'lon qilinishi kerak chunki ular o'yinlarda zarur bulgan sifatlarni namayon qilishga harakat qilishlari kerak. Bu usulni salbiy tomoni shundaki, ya'ni o'yinboshi rolida bo'sh va epchil bo'lmagan bolalar bo'la olmaydilar.

Yuqorida ko'rsatib o'tilgan o'yin boshini saylash usullarini qo'yilgan vazifalarni, mashg'ulotni shartiga, o'yinni harakteriga, o'ynovchilarni soniga va ularni kayfiyatiga qarab almashtirib borish kerak.

Komandalarga bo'lish.

Komandalarga bo'lish har xil usullar bilan o'tkaziladi.

Raxbarni ixtiyori bo'yicha, shunday xolatda, qachonki kuchlari teng bo'lgan, komandani tuzish kerak bo'lganda, o'ynovchilar komandalarga bo'linadi. Bu usul katta sinf o'quvchilari bilan murakkab harakatli va sport o'yinlarini o'tkazishda qo'llaniladi. Bunday usulda o'ynovchilar komandani tuzishda o'ynovchilar faol ishtirok etishda qatnashmaydilar.

O'ynovchilarni sanash yo'li boshi komandalarga bo'lish mumkin: bitta safda turib, bir-ikki deb sanaydilar; birinchi raqamlilar bitta komandani, ikkinchi raqamlilar boshqa komandani tashkil qiladilar. Xuddi shunday usulda 3-4 komandaga xos bo'lish mumkin. Bu esa tez usul bo'lib, uni xamadan ko'ra ko'proq tez-tez jismoniy tarbiya darslarida foydalanadilar.

O'yin bo'yicha oxirgi ikkita usul, o'tkaziladigan dars uchun juda qulay, chunki ular ko'p vaqtni talab qilmaydi va bitta mashq turidan boshqa turiga tashkiliy ravishda o'tishga imkon beradi.

Shuningdek til biriktirish bo'yicha komandalarga bo'lish usuli ham qo'llaniladi. O'ynovchilar juft –juft bo'linib (taxminan kuchlar teng bo'lgan), kapitanlarini (boshliqlarini) saylashadilar, o'zlari kim bo'lishlarini gaplashib olganlaridan keyin, ularga nom quyib kapitanlarini saylaydilar. Bunday usulda komandalarga bo'lish qariyb kuchlari xardoim teng bo'ladi. Bu usulni bolalar juda yaxshi ko'radilar, chunki u o'ziga xos o'yin xisoblanadi, lekin uni faqat shunday xolatda qullash mumkinki, unda o'yinchi vaqtga chegaralanmagan bo'ladi (asosan dorsdan tashqari vaqtda o'tkaziladi).

O'YIN JARAYONIGA RAXBARLIK QILISH. O'YNOVCHILARNI XULQINI VA O'YINNI BORISHINI KUZATISH

O'yinni va o'yin vaqtida bolalarni fe'l-atvorini, xulqini birmuncha darajada o'zlashtirishi uni to'g'ri boshqarishiga bog'liq bo'ladi.

O'yinni o'z vaqtida tashkiliy ravishda boshlash juda zarur. Vaqtida boshlanmasdan ushlab turish o'yin qatnashchilarini o'yin oldi xolatini pasaytiradi, bolalarni o'yinga tayyorgarligini pasaytiradi. O'yinni boshlanishini to'xtatib qolish faqatgina shu xolatda bo'lish mumkinki, qachonki o'yin qatnashchilari komandani harakat qilish rejasini muxokama qilganda. O'yin shartli signal bo'yicha boshlanadi (Komanda, xushtak, chapak chalganda qo'lni yoki bayroqni silkitganda). Har xil buyruqda bolalarni harakat reaksiyasini tezligini va aniqligini rivojlantirish uchun turli-tuman buyruq va signallarni ishlatishini tavsiya qilinadi. Rahbar belgilangan signal xaqida bolalarga oldindan aytib qo'yadi, shuning uchun barcha o'yinchilar o'yinni mazmunini tushuntirish va tegishli joylarni egallashlari kerak.

Keyinchalik raxbar o'yinni borishini diqqat berib ayrim o'yinchilarni xulq-atvori, xulqlarini kuzatib baradi va ularni harakatini yo'naltiradi.

Bolalarni o'yin qoidalariga ongli ravishda rioya qilishga o'rgatish kerak. O'yin qatnashchilari o'yin qoidalarini o'yinni tushuntirish vaqtida bilib oladilar, lekin ularga agarda oldingi o'yin qoidalari yaxshi o'zlashtirilgan bo'lsa, ham, lekin ularga u to'g'risida o'yin jarayonini tez-tez eslatib turishi va to'ldirib borishi kerak. Agarda ko'pchilik o'yinchilar bir xil xatoga yo'l qo'yadigan bo'lsalar, unda u o'yinni to'xtatadi va o'yinga o'zgartirishlar kiritadi.

Rahbar murakkab o'yinlarni o'tkazishda dastlab bolalarni asosiy o'yin qoidalari bilan tanishtiradi, so'ngra o'yinni borish davomida qo'shimcha qoidalarni kiritadi.

O'yin keskin buyruq, baqiriq yoki chaqiriq bilan to'xtatish man etiladi. Shuning uchun bolalarni xushtak bo'yicha "Diqqat!" shartli signali bo'yicha to'xtatishga o'rgatish kerak.

Hammadan ko'proq o'ynovchilar o'zlarini ijodkorligini shunday o'yinlarda, namoyon qiladiki ya'ni ularga yoqadigan o'yinlar tez-tez namoyon bo'ladi. Raxabar bolalarni o'yinga qiziqtirish, bilish ularni ergashtira bilishi kerak. Buning uchun bolalarni imkoniyatlari va qiziqishlari ularni xoxishi va kayfiyatiga pedagogik jixatdan to'g'ri va ularni xis-tuyg'uga mos kelishini xisobga olgan xolda rahbarlik qiladi; ba'zi xollarda o'zini xulqi bilan bolalarni ergashtirib, o'yinda qatnashadi. Rahbar shu bilan bir vaqtda, o'yinga qiziqib ketmasdan, balki o'zini pedagogik vazifasini ham esdan chiqarmaslik kerak. O'yinda qatnashishi bilan birga, u nafaqat o'yinchilarda qiziqishni oshiradi va ayrim vaqtlarda ularga aloxida usulni, ayrim taktik kombinatsiyalardan dadili va yaxshilab foydalanishni ham ko'rsatadi.

Agarda rahbar o'yinda qatnashmaydigan bo'lsa, o'yinni kuzatish vaqtida, u o'yin qatnashchilari bilan birgalikda yutuq va kamchiliklarini birgalikda ko'rib chiqiladi.

O'yinchilarga topshirilgan, vazifani va u qoidalarini vijdonan bajarishgandagina ongli intizomga erishish mumkin. Ongli intizom o'yinni juda yaxshi o'zlashtirishga va uni qatnashchilariga yaxshi kayfiyat bag'ishlashiga yordam beradi. Natijada o'yin yana ham ko'proq qiziqarli bo'lib boradi. Bolalarda o'yinda o'zini tutishini ongli munosabatda bo'lishini tarbiyalaydi, ularni o'rtoqlarini mardonavor harakat qilishiga yo'naltiradi: "O'rtog'ingni qutqar!", "Orqada qolayotganlarga yordam ber!", "O'zingni o'rtoqlaring bilan maqsadga erishing!", "O'zinga berilgan vazifani oxirigacha bajar, bo'lmasa komandang yutqazadi!". Ayniqsa ko'proq diqqat-e'tiborni bolalarni jamoada o'ynashga odat bo'lingan o'yinlarga qaratilish kerak.

O'yin jarayonida o'ynovchilarni kayfiyatini xisobga olish juda zarur bo'ladi. Agarda o'yin yoqmagan bo'lsa va uni qanday sababalarga ko'ra yoqmaganligini xisobga olish kerak: juda ham sodda yoki uni teskarisi, murakkab bo'lish mumkin. Bunday xolatlarda o'yin qoidalarini almashtirish (murakkablashtirish va soddalashtirish), boshqa iloji topilmay qolganda, o'yinni uzoq vaqt davom etishini qisqartirish kerak.

Rahbarga o'yinni eng ko'proq havfli onlarni (murakkab to'siqlar ustidan sakrab o'tish, balandlikdan pastga sakrash, devor, asbob-anjomlar atrofida yugurish) xisobga olish zarur va har doim muxofaza qilishga tayyor bo'lish kerak. Bunda o'yinga qatnashmayotgan bolalarni jalb qilish maqsadga muvofiq bo'ladi.

O'yinda ayrim xolatlarda tartib buziladi, chunki raxbar o'yinni tushunib bo'lmaydigan qilib gapirib berganda kelib chiqishi mumkin. Bunday xolat tezda o'yin qoidalarini qo'shimcha tushuntirish kerak.

Shuningdek, intizom komandalarga noto'g'ri bo'linganda yoki o'yin boshilarini noto'g'ri tanlash natijasida buzilish mumkin. Bolalar to'palon qiladi uni achig'ini keltiradi. Komandalarni noto'g'ri bo'linganda (biri ikkinchisidan kuchli bo'lganda) o'yin vaqtida bo'sh bo'lgan komanda o'yin qatnashchilari ko'proq e'tiroz bildirishadi. Agarda o'yinchilarni soni teng bo'lganda komandalarda, raxbar yaxshi e'tibor bermasa, bunda ham yomon bo'lishi mumkin. Uni sezib, yomon ko'rib qolganda kechiktirmasdan xatoki to'g'rilashishi kerak.

O'yinda ko'proq o'zini tuta bilmaydigan o'yinchilar intizomni buzadilar. Ular bilan aloxida, yakkama-yakka tarbiyaviy ishlarni olib borish zarur: o'yin boshiga xakamlikka oid ma'sul rollarni yuklash mumkin, ayrim xollarda uning teskarisi bo'ladi, ya'ni o'yindan chetlashtiriladi. O'yin jarayonida muxim umumiy qiziqishlariga ega bo'lgan o'yin qatnashchilarini bir butun jamoaga birlashtiriladi.

O'ynovchilar o'rtasida sog'lom o'rtoqlik munosabatlari bo'lishi shart. O'yin g'oliblarini manmanlikka berilib ketishiga yo'l qo'ymaslik zarur va bu esa mag'lubiyatga uchraganlarni o'yinga bo'lgan qiziqishi sus o'tirishga olib keladi.

O'ynovchilarning o'zaro harakati o'rtoqlik va do'stlik asosida tashkil qilinganligi xis qilishlari shart.

Uchinchi savolning bayoni:

HAKAMLIK QILISH

Har bir o'yin ob'ektiv va oqilona xakamlik qilishni talab qiladi. Agar o'yin qoidalarining bajarilishini diqqat bilan va jiddiy ravishda kuzatilmasa, o'yin o'zining ta'lim-tarbiyaviy va pedagogik qiymati va ahamiyatini yo'qotadi. O'yin qoidalari bajarilishini kuzatish bilan birgalikda, raxbar pedagogik usullar yordam bilan ta'lim va tarbiyani boshqarib boradi. Xakam esa o'yinda usullarni to'g'ri bajarilishini kuzatadi, bu o'yin texnikasini yaxshilashga va unga bo'lgan qiziqishni to'liq oshirishga yordam beradi.

Komandalarga bo'linib o'ynaladigan o'ynlarda, bunda ob'ektiv va aniq xakamlik qilish alohida ahamiyatga ega, bu ayniqsa musobaqa yorqin ifoda qilgan va har bir komanda yutishiga manfaatdordir. Hakam komandalarning kuch va o'yinchilarini soni jixatdan teng bo'lishini, shuning uchun bir hil sharoit yaratilishini (o'yin o'tkaziladigan, asbob-anjomlar va boshqalar jixatdan) kuzatib borishi kerak.

Noto'g'ri xakamlik qilish ishonchini yo'qotadi, uni obrusi tushib ketadi, o'ynovchilar ular bilan xisoblashmay qo'yadilar.

Xakam barcha o'ynovchilarni ko'rishga va ularga xalaqit bermaslikka, kuzatishga qulay bo'lishi uchun joy topishi shart. Unga ayrim o'yinlarda o'yinchilarini siljishlarini kuzatish uchun maydon bo'ylab harakat qilishga to'g'ri keladi.

Harakat o'yin qoidasini buzulganligini sezgandan keyin, darov o'z vaqtida va aniq signal beradi. U o'ynovchilar bilan baxislashishga kirishmasdan odob bilan tanbex beradi. Shu bilan birga o'yinni natijalarini to'g'ri yakunlash xakamga bog'liq bo'ladi. Lekin harakatli o'yinlarni to'g'ri xakamlik qilish bolalarda xaqiqatgo'ylikni xakamga va uni qoidalariga nisbatan xurmatda bo'lishni tarbiyalashga yordam beradi. Xakamga tegishli tanbex berish va tushuntirish berishni o'yin tamom bo'lgandan keyin amalga oshirish kerak.

O'YIN JARAYONIDA YUKLAMANI TAQSIMLASH

Harakatli o'yini har bir o'yin qatnashchisini imkoniyatini hisobga olish juda qiyin, shuningdek uni shu vaqtdagi jismoniy xolatini ham. Shuning uchun birdaniga xaddan tashqari mushakni taranglashtirishni tavsiya qilinishda, chunki u tez charchab qolishni keltirib chiqaradi nafas olishni sekinlashtirishni talab qiladi.

Buning uchun optimal yuklamani taminlash shart. Yuklamani intensiv tez borishni dam olish bilan almashtirib borish kerak.

O'yini o'tkazishga kirishishdan oldin, bolalarni kayfiyatini va oldingi o'tgan faoliyati harkatini xisobga olish zarur. Agarda o'yin katta jismaoniy yoki aqliy zo'riqishdan keyin o'tkazilsa (sinfda

nazorat ishdan keyin yoki dalada ishlash) katta zo'riqishni talab qiladigan, usullardan mustassno, kam harakatli o'yinlarni taklif qilish kerak.

Mashg'ulot vaqtida intensiv o'yin bilan kam harakatli o'yin bilan almashib boriladi.

Shuni hisobga olish keraki, o'ynovchilarning jo'shqin xolatini oshirish bilan o'yinda yuklama oshadi. Biroq o'inga berilib ketgan, o'ynovchilar bir-biridan oshib ketishga harakat qilib, o'zlarini imkoniyatlarini xisobga olishmaydi va ko'p kuch sariflanadi, bu esa sezgi me'yorlarini yo'qotadi.

O'ynovchi bolalar tez-tez kuchiga ortiqcha baho beradi va charchashni kelib chiqishini sezmaydilar. Shuning uchun rahbar ularning kayfiyatiga, tayyorgarligiga, salomatlik xolatiga ishonmasligi kerak. Chunki kichik maktab yoshidagi o'quvchilarga beriladigan yuklama, kattalarga qaraganda asta-sekin oshirib boriladi. Garcha o'yinchilar xali dam olishga ixtiyoj sezilmasa ham gox o'yinni to'xtatib qo'yish mumkin.

O'yinda yuklama o'yin qatnashchilarining umumiy harakatchanligini oshirish bilan yoki kamaytirish bilan taqsimlab boriladi. Yuklamani o'zgartirish uchun har xil metodik usullar mavjuddir. Buni qisqa vaqtli tanaffuslarda xatoni taxlil qilish, ochkolarni xisoblash, o'yin qoidalarini aniqlash, yordamchilarni tayinlash, yugurib o'tish uchun masofani qisqartirish, o'yinda takrorlash sonini kamaytirish va xokozo shuning uchun ulardan foydalanishni uyushtirish mumkin. Ularni faoligini oshirish uchun, o'ynovchilarni guruxlar bo'lib yugurib boshqa joyga o'tish masofasini oshirib borib, qo'shimcha to'siqlar bilan to'ldirib, o'yin qatnashchilarini harakatchanligini oshirish mumkin.

O'yin boshilar uzoq vaqt davomida damolmasdan harakatda bo'lishiga, yo'l qo'yimaslik shart. O'yin boshlarini vaqti-vaqti bilan hattoki, agarda ular yutaolmaslar ham almashtirishni tavsiya qilinadi.

Barcha o'ynovchilar iloji boricha hamma o'ynovchilar taxminan bir xil yuklama olishlari shart. Shuning uchun o'yinda yutqazgan o'yinchilarni (agarda bu o'yin qoidasi bo'yicha talab qilinsa) faqatgina qisqa vaqtga chaqirish mumkin. Eng yaxshisi ularni o'yindan chiqarmaslik kerak, uni o'rniga jorima ochko berilgani ma'qul bo'ladi.

Tibbiy nazorat ma'lumotlarini xisobga olish kerak, aloxida diqqat-e'tiborni zaif bolalarga qaratilishi zarur. Ular uchun yakkama-yakka yuklama berish, ya'ni qisqartirilgan masofa, engilashtirilgan topshiriq o'yinda bo'lishi vaqtini qisqartirishi maqsadga muvoffiqdir.

Ochiq xavoda o'tkaziladigan o'yinni davom etishi shuningdek obi-xavo sharoitiga bog'liqdir. Ochiq xavoda o'tkaziladigan mashg'ulot vaqtida organizmga harakatni fiziologik ta'sir etishi oshib boradi.

O'yindagi yuklama o'yin maydonchasini katta-kichikligiga bog'liq bo'ladi: maydon qancha katta bo'lsa, o'yin qatnashchilari shuncha ko'p yuklama oladilar.

Shunday qilib taqsimlash o'yin o'tkazish sharoiti va metodikasi bo'yicha aniqlanadi.

O'YINNI TAMOMLASH

O'yin davom etishi, shug'ullanuvchilarning tarkibiga mashg'ulotni shartiga va o'yinni xarakteriga bog'liq bo'ladi.

O'yin o'z vaqtida tamomalsh juda muximdir. O'yinni olindan tugatib qo'yish va uni cho'zib borish ham mumkin emas.

O'yinni davom etishi o'yin qatnashchilari soniga (o'ynovchilarni soni qancha kam bo'lsa, o'yin shuncha qisqa bo'ladi), ularni yoshiga (kichik maktab yoshidagi bolalar uzoq vaqt davomida zo'riqishi mumkin emas), o'yinni mazmuniga (katta zo'riqishni talab qiladigan o'yinlar, qisqa bo'lishi kerak), o'yinni o'tkazish joyiga rahbar tomonidan taklif qilingan me'yorda, raxbarni tajribasiga (kam tajribaga ega bo'lgan raxbarni o'yini uzoq davom etmaydi) va boshqa sabablarga bog'liq bo'ladi.

Rahbar o'yini tamom bo'lish vaqtini aniqlash shart. Agar o'yinda charchashni birinchi alomatlari paydo bo'lishi bilan, (e'tibor bermaydigan bo'lsa, qoidani buzganda, harakatni to'g'ri bajarishi, maqsadga erishishda qa'ttiyatlikni etarli darajada namoyon qilmaslik, qizikishni pasayishi ko'pchilik o'yin qatnashchilarida nafas olishni tez-tez bo'lishi) o'yinni to'xtatish kerak.

Rahbar o'yin oldidan belgilangan vaqtda ya'ni o'yinni ma'lum vaqit o'tishidan keyin to'xtatishi mumkin. Bularni xisobga olagan xolda, o'yin qatnashchilarini o'zlarini kuchlarini mos ravishda taqsimlaydilar vaqtini tomom bo'lishiga 1-3 daqiqa qolganda o'yin qatnashchilari ogoxlantiriladi.

Jamoa bo'lib o'ynaladigan o'yin oldidan iloji boricha o'yin qatnashchilariga uni necha marta qaytarishini aytish kerak.

Agar o'yin ma'lum vaqtda tomom qilishni bilmasalar raxbar uni qachon tomom bo'lishi to'g'risida ogoxlantiradi masalan, "O'yin boshi almashmaguncha, o'ynaymiz", "Ya'ni 1-2 daqiqa o'ynaymiz" va x.k. O'yinni tomom bo'lishi o'yin qatnashchilari uchun kutilmagan xolat bo'lmasligi kerak. chunki bular bolalar o'rtasida salbiy kelishmovchiliklarni keltirib chiqaradi.

Shuningdek o'yinni davom etishi mashg'ulotni shakliga bog'liq. Jismoniy tarbiya darsida o'tkaziladigan, o'yin vaqti chegaralangan bo'ladi. Agarda u sinfdan tashqari vaqtda o'tkaziladigan bo'lsa, unda u uzoq davom etishi mumkin va bolalarda ko'proq chidamlilikni tarbiyalashga yordam beradi. Bunday o'yinlar o'quvchilarni yana ham yuqori kuchlanishlarga o'rgatadi.

Shunday qilib raxbar o'yinni shu vaqtda ya'ni qachonki bolalar ham charchamasdan unga yanada qiziqish ortaganda ular tetik, to'laqonlik harakatda bo'lganvaqtda tomom qilish mumkin.

O'YIN NATIJALARIGA YaKUN YaSASH

O'yin natijalarini aniqlash katta tarbiyaviy ahamiyatga egadir. Rahbar o'yin tomom bo'lgandan keyin uni natijasini aytishi shart. Buning uchun tinch sharoit yaratishi kerak, agarda kerak bo'lsa, yordamchilardan ochkoni xisobga olib boruvchilardan ma'lumotni yig'ib oladi va natijani baland

ovozda e'lon qiladi. Hech qachon xakam bilan etishishga yo'l qo'ymasligi zarur. Chunki xakamni qarori barcha uchun majburiydir.

O'yin natijalarini aniqlashda nafaqat tezlikni biroq u yoki bu topshiriqni sifatli bajarishini xisobga olishni, buni o'yin qatnashchisini oldindan ogoxlantirish kerak. raxbar o'yin tugagandan keyin ayrim o'yinchilarni harakatlariga va umuman o'tkazilgan o'yinga baxo berish o'yin natijalariga yakun yasaydi.

O'YINNI TAXLIL QILISH

O'yinni natijalarini e'lon qilishda o'yinni tushinib etish, o'yin qatnashchilari tomonidan texnik usullar va texnikasida qo'yilgan xatosini ko'rsatib berish zarur. Kichik maktab yoshidagi bolalarga o'yinni syujetini taxlil qilishda o'yinni syujetini rivojlantirishdagi ijobiy va salbiy tomonlarni, aloxida rollarni yaxshi bajargan o'yin qatnashchilarini ko'rsatib o'tish juda foydali bo'ladi. Ijobiy tashabbus ko'rsatgan va o'yin qoidalariga rioya qilgan o'quvchilarni aloxida o'rnak uchun ko'rsatib o'tish kerak.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, ya'ni o'yin jarayonini o'tkazishini o'zi juda murakkab: u nafaqat bolalarni yosh xususiyatlariga, ishlash sharoitiga, balki bolalarni jamoa bo'lib o'ynashga tayyorgarligiga, ularni kayfiyatiga, o'yin rahbarini o'zining maxoratiga ham bog'liq bo'ladi. O'yinni o'tkazish pedagogik jarayon bo'lib, uni xardoim ham oldindan aytib bo'lmaydi.

Bolalar bilan shug'ullanishni amaliy tajribasi shuni ko'rsatadiki, o'yin jarayonida o'ynovchilarni harakatini taxlil qilishni va tuzatishni bilish, to'g'ri taxlil qilishni va o'yinni raxbari sifatida o'zini xulqini baxolashni bilish o'yinga raxbarlik qilish maxoratini takomillashtirishga yordam beradi.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A., Inozemseva L.A., Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.

3.Seminar mashg'ulotlar kursi

1 -SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

1-mavzu	Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari. (2 soat).
----------------	---

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	1.Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldiga qo'yilgan maqsad nima? 2. Harakatli o'yinlarni vazifalari nima?.
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati, o'yinlarni bolani yoshiga mos xolda tanlash usullari, o'yinlarni o'tkazishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini ahamiyati, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
<ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalari, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida tushuncha berish; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushuntirish. • Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushuncha berish. 	<ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalarini, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida sharhlab berishlari kerak; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushunib olishlari kerak.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar" ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshqalar.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Sizningcha o'quv fanining maqsadi va vazifalari nimalardan iborat bo'lishi mumkin?
- Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
- Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
- Harakatli o'yinlar qanday turkumlarga bo'linadi?
- Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Sizningcha o'quv fanining maqsadi va vazifalari nimalardan iborat bo'lishi mumkin?
2. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O`quv qo`llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O`quv qo`llanma T.: 2012 y.

2.3- SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

2-mavzu	Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi (2 soat)
----------------	--

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	1. Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixini aytib bering ? 2. Harakatli o'yinlarni tushunchasi aytib bering ?
<p><i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati, o'yinlarni bolani yoshiga mos xolda tanlash usullari, o'yinlarni o'tkazishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini ahamiyati, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.</i></p>	
<p style="text-align: center;"><i>Pedagogik vazifalar:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalari, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida tushuncha berish; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushuntirish. • Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushuncha berish. • Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati xaqida bilimga ega qilish. 	<p style="text-align: center;"><i>Identiv o'quv maqsadi:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalarini, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida sharhlab berishlari kerak; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushunib olishlari kerak. • Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushunchaga ega bo'lish. • Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati xaqida bilimlarga ega bo'lish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar" ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshqalar.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O`quv qo`llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O`quv qo`llanma T.: 2012 y.

4.- SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

3-mavzu

Harakatli o'yinlarni rivojlanish bosqichlari va pedagogik hamiyati (2 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	1. Halq harakatli o'yinlarining tiklanishi va shakllanishi aytib bering ? 2. O'zbek halq o'yinlarining tasnifi aytib bering ? 3. Harakatli o'yinlarni pedagogik hamiyati gapiring?
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarning kelib chiqishi tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati, o'yinlarni bolani yoshiga mos xolda tanlash usullari, o'yinlarni o'tkazishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini ahamiyati, o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalari, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida tushuncha berish; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushuntirish. • Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushuncha berish. • Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati xaqida bilimga ega qilish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ul style="list-style-type: none"> • O'quv fanining maqsadi va vazifalarini, o'tiladigan o'quv materiallarga tuzilmaviy mantiqiy chizma asosida sharhlab berishlari kerak; • Harakatli o'yinlarni o'rganish va ularni o'ynashdan oldinga qo'yilgan maqsadni tushunib olishlari kerak. • Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushunchaga ega bo'lish. • Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati xaqida bilimlarga ega bo'lish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar" ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshqalar.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
- Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
- Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.
Savollar bo'lsa marhamat!
Mustaqil ishlash uchun vazifa:
FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
2. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
3. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
4. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
5. Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y.

5- SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

4- mavzy

Harakatli o'yinlarni turkumlari (2 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	1.Kichik yoshdagi ukuvchilar xarakatli o'yinlarni aytib bering ? 2.O'rta yoshdagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlarini aytib bering ? 3. Katta maktab yoshidagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlarni aytib bering ?
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi:</i> Talabalarga kichik,o'rta va katta yoshdagi o'qituvchilarga jismoniy tarbiyaning kerakli bulimlardan foydalanib,dars o'tish sifatlarini yaxshilash	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Mavzuga oid tayanch tushuncha va iboralar:</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Kichik yoshdagi ukuvchilar xarakatli o'yinlarni tashkil qilishni tushuntirish. • Urta yoshdagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlarini o'tkazish metodikasini o'rgatish. • Katta maktab yoshidagi ukuvchilarga xarakatli o'yinlari haqida ma'lumotlar berish. 	Yosh guruxlar, soglomlashtiruvchi, ta'limiy, tarbiyaviy vazifalar, jismoniy tarbiya mashguloti, ortalabki gimnastika, fizkuldakika, xarakatli o'yinlar.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshq.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

Nazorat savollari.

- 1.1. «Xo'rozlar jangi» o'yiniga tavsif bering.?
- 1.2. «Ovchilar va urdaklar» o'yiniga tavsif bering?
- 1.3. Xarakterli o'yinlarni o'tkazishdan ukituvchining maksadi nima?
- 1.4. «Basketbolchilar estafeta» o'yiniga tavsif bering?
- 1.5. «Darboz» lar o'yiniga tavsif bering?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma

6.7- SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

5-mavzu	Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash , tahlil qilish va o'tkazish (4soat)
----------------	---

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlashga izoh bering? 2. Harakatli o'yinlarni tashlil qilishga izoh bering?
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari, ularga qo'yiladigan pedagogik talablar, o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri, o'yin variantlarini ishlab chiqish va me'yorlash to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o'yinlarni tashkil qilishni tushuntirish. • Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. • Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari haqida ma'lumotlar berish. • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishdagi pedagogik talablar mohiyatini tushuntirish. • Harakatli o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri anglatish. • Harakatli o'yinlarni variantlarini ishlab chiqish va me'yorlashni ko'rsatish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish haqida ma'lumotlarni yozib olish. • Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi haqida tushunchaga ega bo'lish. • Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari o'zlashtirib borish. • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishdagi pedagogik talablarni mohiyatini tushunib olish. • Harakatli o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'sirini belgilashni o'zlashtirish. • Harakatli o'yinlarni variantlarini ishlab chiqish
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshq.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!

Mustaqil ishlash uchun vazifa:

FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O`quv qo`llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O`quv qo`llanma T.: 2012 y

8.9--- SEMINAR MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

6-mavzu

Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish (4soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot shakli</i>	Kirish-axborotli ma'ruza
<i>Seminar rejasi</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish xaqida nimalarni bilasiz? 2. 1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi? 3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi? 4. Aytinch harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz? 6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
<p><i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quv fani bo'yicha umumiy tushuncha berish. Talabalarni harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari, ularga qo'yiladigan pedagogik talablar, o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri, o'yin variantlarini ishlab chiqish va me'yorlash to'g'risida ma'lumotlarga va bilimga ega qilish.</i></p>	
<p style="text-align: center;"><i>Pedagogik vazifalar:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o'yinlarni tashkil qilishni tushuntirish. • Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. • Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari haqida ma'lumotlar berish. • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishdagi pedagogik talablar mohiyatini tushuntirish. • Harakatli o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'siri anglatish. • Harakatli o'yinlarni variantlarini ishlab chiqish va me'yorlashni ko'rsatish. 	<p style="text-align: center;"><i>Identiv o'quv maqsadi:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish haqida ma'lumotlarni yozib olish. • Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi haqida tushunchaga ega bo'lish. • Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismiga mos tanlash va tahlil qilish usullari o'zlashtirib borish. • Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishdagi pedagogik talablarni mohiyatini tushunib olish. • Harakatli o'yinlarni bolalar organizmiga umumiy ta'sirini belgilashni o'zlashtirish. • Harakatli o'yinlarni variantlarini ishlab chiqish va me'yorlash usullarini o'zlashtirish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Ko'rgazmali, suhbat, Tarmoqlar.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, proektor, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	O'TV bilan ishlashga moslashtirilgan auditoriya, Mavzu bo'yicha tayyorlangan o'quv materiallari. (Elektron versiyasi, slayd va boshq.)
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, mustaqil ish bajarish.

Jonlantirish uchun savollar:

- Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?
- Harakatli o'yinlarning hozirgi kundagi amaliy ahamiyati nimalarda deb o'ylaysiz?

Mavzu bo'yicha talabalar savollariga javob berish.

Savollar bo'lsa marhamat!
Mustaqil ishlash uchun vazifa:
FSMU - *interfaol mashq*

F - fikringizni bayon eting: ...

S - fikringiz bayoniga birorta sabab ko'rsating: ...

M - ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring: ...

U - fikringizni umumlashtiring: ...

Takrorlash uchun savollar va topshiriqlar:

1. Harakatli o'yinlar deb nimalarga aytiladi?
3. Harakatli o'yinlar o'z vazifasiga ko'ra nechaga bo'linadi?
4. Aytingchi harakatli o'yinlar o'z oldiga qanday maqsadni qo'yishi mumkin deb o'ylaysiz?
6. Harakatli o'yinlarni paydo bo'lish tarixi xaqida nimalarni bilasiz?

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O`quv qo`llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O`quv qo`llanma T.: 2012 y

4. Amaliy mashg'ulotlarni bajarish bo'yicha uslubiy ko'rsatmalar

1.2.3.4- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

1-mavzu	Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos xolda tanlash va o'tkazish metodikasi (8 soat)
----------------	---

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash usullari. 2. O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda harakatli o'yinlarni o'tkazish. 3. Ma'naviy-iroda xususiyatlarini chiniqtirishda harakatli o'yinlardan foydalanish <ol style="list-style-type: none"> 1. "Kartoshka ekish" o'yini 2. "Quloq cho'zma" o'yini 3. "Chillak" o'yini 4. "Otib qochar" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: Talabalarga Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, yosh xususiyatlarini hisobga olish, Emotsional holatni boshqarish va diqqatni faollashtiradigan harakatli o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish va o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash usullari haqida ma'lumotlar berish. 2. O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda harakatli o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish. 3. Ma'naviy-iroda xususiyatlarini chiniqtirishda harakatli o'yinlardan foydalanishni anglatish. 4. Emotsional holatni boshqarish va diqqatni faollashtirish uchun harakatli o'yinlardan foydalanishni o'rgatish. 5. Kichik, o'rta va katta maktab yoshidagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash usullari haqida ma'lumotlarga ega bo'lish. 2. O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda harakatli o'yinlarni o'tkazishni o'zlashtirish. 3. Ma'naviy-iroda xususiyatlarini chiniqtirishda harakatli o'yinlardan foydalanishni anglab olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	1 O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda harakatli o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish. 2. "Kartoshka ekish" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 3. "Quloq cho'zma" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 4. "Chillak" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish 5. "Otib qochar" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Milliy harakatli o'yinlar bo'yicha qo'llanmadan mavzu materiallarini mustaqil ravishda o'rganish. Qo'shimcha adabiyotlardan foydalanish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (5- ilovalar).	Bajaradilar Mustaqil ravishda uyga berilgan vazifani bajaradilar.

5.6.7- AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

2-mavzu	Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi (6 soat)
----------------	---

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-6 soat</i>	Talabalar soni: ta
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni tanlash va tashkil qilish. 2. Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Tepki" o'yini 2. "Cho'nqa shuvoq" o'yini 3. "O'zingga joy top" o'yini .
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi: Harakatli o'yinlarni tanlash, me'yorlash va tashkil qilish hamda o'tkazish metodikasini o'rgatish. Harakatli o'yinlarni ta'limiy, sog'lomlashtiruvchi va tarbiyaviy ahamiyatlari haqida amaliy tushuncha berish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni tanlash va tashkil qilishni o'rgatish. 2. Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. 3. Harakatli o'yinlarni yoshiga qarab me'yorlash haqida bilim berish. 4. Harakatli o'yinlarni ta'limiy, sog'lomlashtiruvchi va tarbiyaviy ahamiyatlari amaliy tushunchaga ega qilish. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harakatli o'yinlarni tanlash va tashkil qilish usullari amaliy bilim hosil qilish. 2. Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rganish. 3. Harakatli o'yinlarni yoshiga qarab me'yorlashni bilish. 4. Harakatli o'yinlarni ta'limiy, sog'lomlashtiruvchi va tarbiyaviy ahamiyatlari haqida amaliy tushunchaga ega bo'lish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotning texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Harakatli o'yinlarni tanlash va tashkil qilishni o'rgatish. 2.2. Harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. "Tepki" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Cho'nqa shuvoq" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "O'zingga joy top" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Amaliy bajaradilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Dastlabki holatga qaytish uchun amaliy mashqlar berish. 3.2. Mustaqil ko'nikma hosil qilish uchun amaliy mashg'ulot davomida bajarilgan harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni takrorlash.	Bajaradilar Mustaqil ravishda uyga berilgan vazifani bajaradilar.

8.9.10- AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

3-mavzu

Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismida mos xolda tanlash va tahlil qilish (6 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-6 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Darsning maqsadi va vazifasiga ko'ra harakatli o'yinlarni tanlash usullari. 2. Sport turlari elementlarini o'rgatuvchi harakatli o'yinlarni o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Polizga kirgan quyonlar" o'yini 2. "Ko'z boglash" o'yini 3. "Kim mergan" o'yini
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi:</i> dars maqsadi va vazifasiga ko'ra o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish, yosh xususiyatlarini hisobga olish, sport turlari elementlarini o'rgatuvchi harakatli o'yinlarni o'tkazish, <i>tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Darsning maqsadi va vazifasiga ko'ra harakatli o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2. Sport turlari elementlarini o'rgatuvchi harakatli o'yinlarni o'tkazish haqida ma'lumot berish. 3. Kichik, o'rta va katta maktab yoshidagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlashni o'rgatish. 4. Jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini anglatish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Darsning maqsadi va vazifasiga ko'ra harakatli o'yinlarni tanlash usullari haqida ma'lumotlarga ega bo'lish. 2. Sport turlari elementlarini o'rgatuvchi harakatli o'yinlarni o'tkazish haqida ma'lumotga ega bo'lish. 3. Kichik, o'rta va katta maktab yoshidagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlashni bilish. 4. Jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini anglab olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqich- lari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Darsning maqsadi va vazifasiga ko'ra harakatli o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. "Polizga kirgan quyonlar" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Ko'z boglash" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Kim mergan" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Harakatli o'yinlar bo'yicha qo'llanmadan mavzu materiallarini mustaqil ravishda o'rganish. Qo'shimcha adabiyotlardan foydalanish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar.	Bajaradilar Mustaqil ravishda uyga berilgan vazifani bajaradilar.

11.12.13- AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

4-mavzu

Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar
(6 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-6 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. 1-2 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. 2. 3-4 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. 1. "Chumchuqlar" o'yini 2. "Ikki ayoz" o'yini 3. "Uzoqqa otish" o'yini
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi:</i> 1-4 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni maqsadi va vazifasi, o'yinlarni tanlash, o'tkazishni o'rgatish, yosh xususiyatlarini hisobga olish, sport turlariga qiziqishini orttirish, harakatli o'yinlarni o'tkazish, <i>tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> 1. 1-2 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2. 3-4 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 3. Boshlang'ich sinflarni jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini izohlab tushuntirib berish.	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> 1. 1-2 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'zlashtirib olish. 2. 3-4 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'zlashtirib olish. 3. Boshlang'ich sinflarni jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini izohini anglab olish tushuntira olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. 1-2 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2.2. 3-4 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. "Chumchuqlar" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Ikki ayoz" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Uzoqqa otish" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Konspekt yozish va o'yin tahlilini qilish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

14.15.16- AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

5-mavzu

O'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar
(6 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-6 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. 5-6 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. 2. 7-9 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Xar kim o'z bayroqchasiga" o'yini 2. "Tortishmachoq" o'yini 3. "Qalani ximoyalash" o'yini
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi:</i> 5-9 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni maqsadi va vazifasi, o'yinlarni tanlash, o'tkazishni o'rgatish, yosh xususiyatlarini hisobga olish, sport turlariga qiziqishini orttirish, harakatli o'yinlarni o'tkazish, <i>tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5-6 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2. 7-9 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 3. O'rta sinflarni jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini izohlab tushuntirib berish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5-6 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'zlashtirib olish. 2. 7-9 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'zlashtirib olish. 3. O'rta sinflarni jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyatini izohini anglab olish tushuntira olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. 5-6 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2.2. 7-9 sinf o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. "Xar kim o'z bayroqchasiga" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Tortishmachoq" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Qalani ximoyalash" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Konspekt yozish va o'yin variantlarini ishlab chiqish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

17.18.19.20-AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

6-mavzu

Katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlar
(8 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Akademik litsey o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. 2. Kasb-hunar kollejlari o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Arqon tortishish" o'yini 2. "Savat yoki yashikka to'p" tushirish 3. "Elkada kurashish" o'yini 4. "Argamchi ustida sakrash" o'yini
<i>O'quv mashg'ulotining maqsadi:</i> Akademik litsey va kasb-hunar kollej o'quvchilari hamda oliy ta'lim muassasalari talabalariga beriladigan harakatli o'yinlarni maqsadi va vazifasi, o'yinlarni tanlash, o'tkazishni o'rgatish, yosh xususiyatlarini hisobga olish, katta sportga yo'naltirish, harakatli o'yinlarni o'tkazish, <i>tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.</i>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Akademik litsey o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2. Kasb-hunar kollejlari o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 3. Oliy ta'lim muassasalari talabalariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 4. Oliy va o'rta maxsus ta'lim muassasalarini jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyati izohlab tushuntirib berish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Akademik litsey o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 2. Kasb-hunar kollejlari o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'zlashtirib olish. 3. Oliy ta'lim muassasalari talabalariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish haqida tushunchaga ega bo'lish. 4. Oliy va o'rta maxsus ta'lim muassasalarini jismoniy tarbiya darslarida o'yinlarni o'tkazishning tarbiyaviy ahamiyati izohini anglab olish tushuntira olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Akademik litsey o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2.2. Kasb-hunar kollejlari o'quvchilariga beriladigan harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. "Arqon tortishish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Savat yoki yashikka to'p" tushirish o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Elkada kurashish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Argamchi ustida sakrash" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Konspekt yozish va o'yinlarni variantlarini ishlab chiqish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

7 mavzu

Estafetali xarakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi (8 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Darsni maqsadi va vazifasiga muvofiq estafetali o'yinlarni tanlash va o'tkazish. 2. Buyumlarsiz o'tkaziladigan estafetali harakatli o'yinlar. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Kim oldin" o'yini 2. "Kun va tun" o'yini 4. "Yo'lda tutish" o'ini o'yini 5. "Kam ochko toplash" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga estafetali xarakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi (buyumlar, buyumlarsiz va majmuali) o'yinlarni maqsadi va vazifasi, o'yinlarni tanlash, o'tkazishni o'rgatish, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni o'tkazish, tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
1. Darsni maqsadi va vazifasiga muvofiq estafetali o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. 2. Buyumlarsiz o'tkaziladigan estafetali harakatli o'yinlarni o'rgatish. 3. Buyumlar bilan o'tkaziladigan estafetali harakatli o'yinlarni o'rgatish. 4. Majmuali estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish.	1. Darsni maqsadi va vazifasiga muvofiq estafetali o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 2. Buyumlarsiz o'tkaziladigan estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazishni bilish. 3. Buyumlar bilan o'tkaziladigan estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazishni bilish. 4. Majmuali estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazishni bilish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Darsni maqsadi va vazifasiga muvofiq estafetali o'yinlarni tanlash va o'tkazishni o'rgatish. "Kim oldin" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Kun va tun" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Yo'lda tutish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Kam ochko toplash" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Quvnoq startlar musobaqasi nizomini ishlab chiqish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar.	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

25.26.27- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

8-mavzu

Nutqni o'stiruvchi xarakatli o'yinlar (6 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

Mashg'ulot vaqti-6 soat	Talabalar soni:	
Mashg'ulot shakli	Amaliy: guruhli	
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni tanlash usullari. 2. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni o'tkazish. 3. Nutqni rivojlantiruvchi o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Nishonga kirit" o'yini 2. "Soqqa" o'yini o'yini 3. "Ortaga top uzat" o'yini 	
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga nutqni rivojlantiruvchi xarakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi, o'yinlarni maqsadi va vazifasi, o'yinlarni tanlash, o'tkazishni o'rgatish, tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.		
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>	
1. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish. 3. Nutqni rivojlantiruvchi o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, izohlab berish.	1. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni tanlash usullarini o'rganish. 2. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni o'tkazishni o'rganish. 3. Nutqni rivojlantiruvchi o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini izohini tushunib olish.	
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.	
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy	
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.	
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari	
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.	

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	1. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2. So'zlashuv va aytishuvlari bor o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish. "Nishonga kirit" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Soqqa" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Ortaga top uzat" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. O'yinlar variantlarini ishlab chiqish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

28.29.30- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

9-mavzu

Suvda o'ynaladigan xarakterli o'yinlar (6 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-6 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Suv havzalarida o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullari. 2. Suzish mashg'ulotlarida harakatli o'yinlardan foydalanish. 3. Suvda o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasi. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Quvlashmachoq" o'yini 2. "Suvda valeybol" o'yini 3. "Suvda qol topi" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga suvda o'ynash mumkin bo'lgan o'yinlarni tanlash va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni o'tkazish, tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Suv havzalarida o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2. Suzish mashg'ulotlarida harakatli o'yinlardan foydalanishni tushuntirish. 3. Suvda o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, izohlab berish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Suv havzalarida o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rganish. 2. Suzish mashg'ulotlarida harakatli o'yinlardan foydalanishni bilish. 3. Suvda o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rganib olish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Suv havzalarida o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2.2. Suzish mashg'ulotlarida harakatli o'yinlardan foydalanishni tushuntirish. 1. "Quvlashmashoq" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 2. "Suvda voleybol" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 3. "Suvda qol topi" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Suzish mashg'ulotlariga harakatli o'yinlar tanlash. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>)	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

31.32.33.34- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

10-mavzu	Darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi (8 soat)
-----------------	--

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Katta tanaffuslarda o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullari. 2. Kuni uzaytirilgan guruhlarda va jismoniy tarbiya daqiqalarida harakatli o'yinlardan foydalanish. 3. Darsdan keyingi sport to'garaklarida o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasi. "Ushlasang minasan" o'yini "Boyqushcha" o'yinini "Doiradan chiqar" o'yini "To'pni egallash" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga darsdan tashqari tanaffuslar, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport to'garaklarida o'tkaziladigan o'yinlarni tanlash va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> 1. Katta tanaffuslarda o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2. Kuni uzaytirilgan guruhlarda va jismoniy tarbiya daqiqalarida harakatli o'yinlardan foydalanishni o'rgatish. 3. Darsdan keyingi sport to'garaklarida o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, izohlab berish.	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> 1. Katta tanaffuslarda o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rganish. 2. Kuni uzaytirilgan guruhlarda va jismoniy tarbiya daqiqalarida harakatli o'yinlardan foydalanishni bilish. 3. Darsdan keyingi sport to'garaklarida o'ynaladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasi haqida tushunchaga ega bo'lish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Katta tanaffuslarda o'ynaladigan o'yinlarni tanlash usullarini o'rgatish. 2.2. Kuni uzaytirilgan guruhlarda va jismoniy tarbiya daqiqalarida harakatli o'yinlardan foydalanishni o'rgatish. "Ushlasang minasan" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Boyqushcha" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Doiradan chiqar o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. To'pni egallash o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Darsdan tashqari mashg'ulotlarga harakatli o'yinlar tanlash. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar.	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

35.36.37.38- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

11 mavzu

Harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini o'rgatish(8 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Futbol va qo'l to'pi o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 2. Voleybol va basketbol o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 3. Sport turlari bo'yicha umumiy tayyorgarligini oshirishda qo'llaniladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasi. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyati <ol style="list-style-type: none"> 1. To'pni boshdan oshirib uzatish" o'yini 2. "Do'ngdan-do'nga sakrash" o'yini 3. To'p uchun kurash o'ini 4. Futbolchilar estafetasi o'yini
<p>O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga sport o'yinlari elementlarini o'rgatadigan o'yinlarni tanlash va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.</p>	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Futbol va qo'l to'pi o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2. Voleybol va basketbol o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 3. Sport turlari bo'yicha umumiy tayyorgarligini oshirishda qo'llaniladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, izohlab berish. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Futbol va qo'l to'pi o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rganish. 2. Voleybol va basketbol o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rganish. 3. Sport turlari bo'yicha umumiy tayyorgarligini oshirishda qo'llaniladigan o'yinlarni o'tkazish metodikasini o'rganish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Futbol va qo'l to'pi o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2.2. Voleybol va basketbol o'yin elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. To'pni boshdan oshirib uzatish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Do'ngdan-do'nga sakrash" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. To'p uchun kurash o'ini o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Futbolchilar estafetasi o'yini o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1.Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Sport o'yinlari elementlarini o'rgatadigan harakatli o'yinlar tanlash. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

39.40.41.42- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

12 mavzu	Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlari orgatish (8 soat)
-----------------	--

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 2. Kuch va chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 3. Tezkorlik, chaqqonlikni rivojlantiruvchi va egiluvchanlikni oshiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. "Go'lachalarni urib yiqitish" o'yini "Chaqqon qo'llar" o'yini Tortib chiziqdan o'tqazish o'yini Bayroqchalar bilan musobaqa o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
1. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2. Kuch va chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 3. Tezkorlik, chaqqonlikni rivojlantiruvchi va egiluvchanlikni oshiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, izohlab berish.	1. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'zlashtirish. 2. Kuch va chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 3. Tezkorlik, chaqqonlikni rivojlantiruvchi va egiluvchanlikni oshiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2.2. Kuch va chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. "Go'lachalarni urib yiqitish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Chaqqon qo'llar" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Tortib chiziqdan o'tqazish o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Bayroqchalar bilan musobaqa o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Jismoniy sifatlarni rivojlantiradigan harakatli o'yinlarni tahlil qilish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

43.44.45.46.47-AMALIY MASHG'ULOTINING TA'LIM

13-mavzu

Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish. (10 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli.

<i>Mashg'ulot vaqti-10 soat</i>	Talabalar soni: ta
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish. 2. Ulug' sanalar, an'anaviy bayramlar va turli milliy udumlarda harakatli o'yinlardan foydalanish. 3. Sport bayramlari stsenariysiga muvofiq harakatli o'yinlarni musobaqa tarzida o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Qopqon" o'yini 2. "Ayiqqolvon"ning bogida o'yini 3. "Boyqushcha" o'yini. 4. Oq terakmi ko'k terak o'yini 5. Xo'rozlar jangi o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: Talabalarda sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish bo'yicha tajribalarini o'rnatish. Sport bayramlari stsenariysiga muvofiq musobaqa tarzida o'yinlarni o'tkazishni o'rgatish, sport bayramlariga o'yinlarni tanlash, o'tkazish va mazmun-mohiyatini tushuntirish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> 1. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish usullarini tushuntiradi. 2. Ulug' sanalar, an'anaviy bayramlar va turli milliy udumlarda harakatli o'yinlardan foydalanish yo'llarini o'rgatadi. 3. Sport bayramlari stsenariysiga muvofiq harakatli o'yinlarni musobaqa tarzida o'tkazishni ko'rsatib beradi. 4. Sport bayramlariga o'yinlarni tanlash va o'tkazishni ko'rsatib tushuntiradi.	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> 1. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish usullarini tushunib oladi. 2. Ulug' sanalar, an'anaviy bayramlar va turli milliy udumlarda harakatli o'yinlardan foydalanish yo'llarini o'rganib oladi. 3. Sport bayramlari stsenariysiga muvofiq harakatli o'yinlarni musobaqa tarzida o'tkazishni amalda qo'llaydilar. 4. Sport bayramlariga o'yinlarni tanlash va o'tkazishni amalda qo'llaydilar.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi.

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	1. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish usullarini tushuntiradi. 2. Ulug' sanalar, an'anaviy bayramlar va turli milliy udumlarda harakatli o'yinlardan foydalanish yo'llarini o'rgatadi. "Qopqon" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Ayiqqolvon"ning bogida o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Boyqushcha" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Oq terakmi ko'k terak o'yini bilan amaliy tanishish. Xo'rozlar jangi o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1.Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Sport bayram stsenariysini tuzish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

**48.49.50.51.52- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM
TEKNOLOGIYASI**

14 mavzu

Sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlar
(10 soat)

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-10 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Zovurdagi bo'ri" o'yini 2. "Bo'sh o'rin" o'yini 3. Qo'shaloq to'p o'yini 4. To'pni erga tushurma o'yini 5. To'pni qaytarish o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish, sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> 1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'rgatish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish berish.	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> 1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'zlashtirish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. "Zovurdagi bo'ri" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. "Bo'sh o'rin" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. Qo'shaloq to'p o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. To'pni erga tushurma mazmuni bilan amaliy tanishish. To'pni qaytarish o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni farqlashni o'zlashtirish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

53.54.55.56- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

15 mavzu	Harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish. (8 soat)
-----------------	--

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "To'p tekkizish o'yini" o'yini 2. "Doiradan to'p tepish" o'yini 3. "Qochbolam kalxat keldi" o'yini 4. "Basketbol taxtasida to'p otish" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish, sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'rgatish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish berish. 	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'zlashtirish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2.2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'rgatish. 1. "To'p tekkizish o'yini" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 2. "Doiradan to'p tepish" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 3. "Qochbolam kalxat keldi" o'yini mazmuni bilan amaliy tanishish. 4. "Basketbol taxtasida to'p otish" mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar Tinglaydilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni farqlashni o'zlashtirish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar. (<i>ilovalar</i>).	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

57.58.59.60- AMALIY MASHG'ULOTNING TA'LIM TEXNOLOGIYASI

16 mavzu	Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi halq o'yinlaridan foydalanish. (8 soat)
-----------------	--

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

<i>Mashg'ulot vaqti-8 soat</i>	Talabalar soni:
<i>Mashg'ulot shakli</i>	Amaliy: guruhli
<i>Amaliy mashg'ulot rejasi</i>	1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullari. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish. <ol style="list-style-type: none"> 1. "Ro'molchani tort" o'yini 2. "Oyoqqa extiyot bo'lish" o'yini 3. "Kegurular" o'yini 4. "Qarmoqcha" o'yini
O'quv mashg'ulotining maqsadi: O'quvchilarga sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish, sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish, o'yinlarni maqsadi va vazifalari, yosh xususiyatlarini hisobga olish, harakatli o'yinlarni tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish, o'yinlarni mazmuni va o'tkazish metodikasini o'rgatish.	
<i>Pedagogik vazifalar:</i>	<i>Identiv o'quv maqsadi:</i>
1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'rgatish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushuntirish berish.	1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'zlashtirish. 3. Hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazishni bilish. 4. O'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini tushunib, izohlay olish.
<i>Ta'lim berish usullari</i>	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
<i>Ta'lim berish shakllari</i>	Ommaviy, jamoaviy
<i>Ta'lim berish vositalari</i>	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalari. to'plar, xushtak, sekundomer, bayroqcha.
<i>Ta'lim berish sharoiti</i>	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari
<i>Monitoring va baholash</i>	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

1.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik xaritasi

<i>Ish bosqichlari va vaqti</i>	<i>Faoliyat mazmuni</i>	
	<i>Ta'lim beruvchi</i>	<i>Ta'lim oluvchilar</i>
Tayyorgarlik bosqichi. (20 daqiqa)	Saflantirish, salomlashishi, davomat aniqlash, gurux salomatligini tekshirish, yangi mavzu bilan tanisheirish, talabalarni mashg'ulotning maqsadi va vazifalari bilan tanishtiradi. Umum rivojlantiruvchi mashqlar. O'yin mazmuni bilan amaliy tanishtirish.	Tinglaydilar. Amaliy bajaradilar Savollar bilan murojat qiladilar.
Asosiy bosqich (50 daqiqa)	2.1. Sog'lomlashtiruvchi harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish usullarini o'rgatish. 2.2. Sanatoriya va bolalar oromgohlarida o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni o'rgatish. 1. "Ro'molchani tort" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. 2. "Oyoqqa extiyot bo'lish" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. 3. "Kegurular" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish. 4. "Qarmoqcha" o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish.	Tinglaydilar, Amaliy bajaradilar Tinglaydilar Amaliy bajaradilar
Yakuniy bosqich (10 daqiqa)	3.1. Mavzu bo'yicha talabalarda yuzaga kelgan savollarga javob beradi, yakunlovchi xulosa qiladi. 3.2. Dastlabki holatga qaytarish uchun engil mashqlar, kam harakatli o'yinlar berish. Sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni farqlashni o'zlashtirish. Takrorlash uchun savol va topshiriqlar.	Savollar beradi, mashqlar bajaradilar, uyga berilgan vazifani bajaradilar.

**Мустақил таълим: 1-кейс (топширик), 2- кейс..... , маслаҳатлар ва топшириш куни
(вақти):**

Talabalarning ma’ruza, seminar va amaliy mashg’ulotlariga tayyorlanib kelishi va o’tilgan materiallarni mustaqil o’zlashtirishlari uchun kafedra o’qituvchilari tomonidan ma’ruza matnlari ishlab chiqilgan, har bir talabaga ushbu materiallardan foydalanish tavsiya etaladi.

Talabaning fanni mustaqil tarzda qanday o’zlashtirganligi joriy, oraliq va yakuniy nazoratda o’z aksini topadi. Shu sababli reyting tizimida mustaqil ishlarga alohida ball ajratilmaydi, ular JN, ON va YaN lar tarkibiga kiritilgan.

Mustaqil ta’lim uchun fan bo’yicha jami 100 soat ajratilgan.

Ushbu soatlar taxminan quyidagi tartibda taqsimlanadi:

- ma’ruza konspektini o’qib tayyorlanish – 30 soat.
- seminar mashg’ulotlariga tayyorlanish - 30 soat.
- amaliy mashg’ulotlar bo’yicha o’rganilgan harakatli o’yinlarni o’tkazish usulublari va unga kerakli jihozlarni tayyorlash – 40 soat.

Ma’ruza konspektlarini to’ldirishda o’tilgan mavzularni qo’shimcha adabiyotlardan foydalanib, mustahkamlash zarur.

Seminar mashg’ulotlari nazariya va amaliyotni bog’lovchi asosiy bo’g’in bo’lib hisoblanadi. Bunda talabalarning bilimlarini amaliyotda qo’llash usullarini takomillashtirish muhim rol o’ynaydi.

Amaliy mashg’ulotlarda nazariy bilimlar va o’rganilgan harakatli o’yinlarni amaliy bajarish, o’yinga rahbarlik qilish va o’yinni yakunlash malakalari hosil qilinadi.

Qoldirilgan darslarni topshirish uchun talaba dars materialini tayyorlab kelishi va o’qituvchining og’zaki suhbatidan o’tishi zarur.

Qoldirilgan ON va YaN lar belgilangan tartib bo’yicha topshiriladi.

**Talabalar mustail ta’limining mazmuni va hajmi
(Ma’ruza, seminar va amaliy mashg’ulotlari)**

Ishchi o’quv dasturining mustaqil ta’limga oid bo’lim va mavzulari	Mustaqil ta’limga oid topshiriq va tavsiyalar	Bajarilish muddatlari	Hajmi (soatda)
Kirish. Harakatli o’yinlar fani sport o’yinlari fanining bir tarmog’i hisoblanadi. Harakatli o’yinlarning turlari Sport elementlari mavjud o’yinlar.	Jismoniy tarbiya va sportda harakatli o’yinlardan keng foydalanish yo’llarini aniqlang. Harakatli o’yinlar tarixiy jarayon ekanligini adabiy manbalardan izlab toping. harakatli o’yinlar haqida olimlarning fikrlari. Sport elementlari mavjud bo’lgan harakatli o’yinlarning yangi variantlarini ishlab chiqish.	1-5hafta	12
Harakatli o’yinlarni tashkil qilishda qo’yiladigan pedagogik talablar. O’yinlarga tayyorgarlik ko’rish, rahbarlik qilish va yakunlash uslubiyoti	Maktab programma materialiga harakatli o’yin kiritilishi nima uchun zarur? O’yinlarni tanlashda qanday talablarni hisobga olish kerak?	6-10hafta	12
	O’yinga tayyorgarlik ko’rishda asosan nimalarga e’tibor berish kerak? O’yinga rahbarlik qilish va yordamchilar tayyorlashga qo’yilgan talablar. O’yinni yakunlashda qanday tarbiyaviy vositalar qo’llaniladi?	11-15hafta	12
	Sport bayramlarida xotin-qizlar uchun qanday o’yinlar o’tkazish. Sport bayramlarida o’tkaziladigan «Uloq», «Arqon tortish» o’yinlariga tavsif.	16 –20hafta	14

	O'quv-trenirovka jarayonida harakatli o'yinlar qo'llash. Kuchni tarbiyalashda yana qanday o'yinlardan foydalanish mumkin?	21-25 hafta	12
Bayramlarda quvnoqlik, tetiklik kayfiyatini ko'tarish uchun ommaviy o'yinlarni tashkil qilish. «Quvnoq startlar», «Sportlandiya», «Biz bilan birga, xuddi bizdek, bizdan ham yaxshiroq bajar» kabi harakatli o'yinlar bo'yicha musobaalarni o'tkazishni tashkillashtirish.	Hududiy va turli joylarga mos o'yinlar Tabiiy-mavsumiy Turli yoshlarga xos o'yinlar o'yinlar. Turli jinsdagilar o'yinlari Voqeaband o'yinlar. Turli vositali o'yinlar. <i>Boshqotirma o'yinlar. So'z o'yinlari. qo'shiqli o'yinlar.</i> Hayvonlar ishtirokida o'tadigan o'yinlar.	26- 30hafta	12
Kuch va tezkorlikni tarbiyalash.		31-34 hafta	14
Tabiiy mavsumiy, hududiy va turli joylarga mos o'yinlar. Turli yosh va turli jinsdagi o'yinlar		35-36 hafta	12
Jami			100

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y.

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent "O'zbekiston" – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoev Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. "O'zbekiston" NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. "O'zbekiston" NMIU, 2016y.
4. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y.
6. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
7. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y.
8. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.
9. Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev F. "1001" o'yin. T.: 1990 y.

Internet saytlari

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.edu.uz

5.ILOVA
GLOSSARIYA

Атаманинг номланиши			Атаманинг маъноси
Ўзбек тилида	Инглиз тилида	Рус тилида	
Milliy harakatli o'yinlari	National Spectators	Национальные подвижные игры	asosan obrazli o'yinlar tarkibiga mansub bo'lib, ularning mazmunida xalq milliy an'analari, rasm-rusumlari, milliy qadriyatlar, udumlar va hokazolar namoyish etiladi hamda o'zlashtiriladi.
Umumxalq harakatli o'yinlari	The notion of all nationalists	Все народные подвижные игры	ushbu yo'nalishga doir o'yinlar mazmunida turli xalq va elatlar xayot tarixida shakllanib kelgan o'ziga xos milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar, rasm-rusumlar aks ettiriladi.
Harakatli o'yinlar	Drum play	Подвижные игры	qisqa ma'noda tabiiy, xayotiy zarur harakat ko'nikmalari va malakalari, turli taqlidiy – o'xshatma harakatlardan iborat bo'lib, jismoniy ruhiy va sportga xos xislat hamda sifatlarni shakllantirishga xizmat qiladi?
Harakatli o'yinlar	Drum play	Подвижные игры	keng ma'noda insonning dunyoqarashi, ong, hotira, diqqat, idro, tafakkur, i roda kabi psixofiziologik xislarni shakllantiradi. Jasurlik, matonat, qahramonlik, o'zaro yordam, xurmat va izzat, odob-ahloq, madaniyat, birdamlik, hamkorlik, hamjixatlik, xalqparvarlik, tabiat va ekologik muhitni e'zozlash kabi milliy va umumbashariy qadriyatlar sayqal toptirishga xizmat qiladi.
O'yin	Gema	Игры	ongli faoliyat bo'lib, musobaqa tariqasid o'tkaziladigan vaziyatni harakatlardan tashkil topadi va turli vazifalar, echimlar, topishmoqlar, jumboqlarni hal etishga qaratiladi.
Harakatli o'yinlar	Drum play	Подвижные игры	yakka, juft, guruh va jamoa shaklida amalga oshiriladi. Harakatli o'yinlar so'zsiz, qo'shiq, sher, lapar, raqs kabi san'at elementlari asosida ham o'tkaziladi. Bunday o'yinlar bolalarda nutq madaniyati, talaffuz, xalq ijodi va san'atiga xos qobiliyatlarni "charhlaydi".
O'yin rahbari	Racing	Руководящие игры	o'yinni tashkil qiluvchi, o'yin mazmuni, maqsadi, vazifalari, sharti va qoidalari bilan tanishtiruvchi hamda ushbu jarayonni boshqaruvchi shaxsini anglatadi.
Boshlovchi	Chief executive	Начинающий	o'yinning boshi va ayrim qismlarini e'lon qiluvchi, o'yinchilarning harakat tartibini eslatib turuvchi – rahbar tomonidan tayinlanuvchi bir yoki bir necha ishtirokchilarni anglatadi.

**1. « Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi » faninig sillabusi
(2018G'2019 o'quv yili)**

Kafedra nomi:	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi	
O'qituvchi haqida ma'lumot:	Zaxritdinov A.T	E- mail: zaxritdinov@umail.ru
Semestr va o'quv kursining davomiyligi	Semestr va jami soat	
O'quv soatlari xajmi:	jami:	252
	shuningdek:	
	ma'ruza	16
	seminar	16
	Amaliy (laboratoriya)	120
	mustaqil ta'lim	100
Yo'nalish nomi va shifri	Jismoniy madaniyat	5112000
Kursning predmeti va mazmuni: Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda harakatli o'yinlar va sport o'yinlari asosiy vosita hisoblanib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, fanning nazariy hamda amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.		
Kursni o'qitishning maqsadi va vazifalari:		
1.1.	Fanni o'qitishdan maqsad – fan bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir.	
1.2.	Kursning vazifalariga harakatli o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.	

TEST SAVOLLARI

T G' r	Test savollari	To'g' ri javob	Muqobil javob	Muqobil javob	Muqobil javob
•	Milliy xalq harakatli o'yinlarini tiklanishiga qachon va qerda asos solindi?		1996 yilda Forijda o'tkazilgan Respublika "Xalq o'yinlari olimpiadasida"	1999 yilda Jizzaxda o'tkazilgan "Tumaris o'yinlari festivalida"	2000 yilda Farg'onada bo'lib o'tgan "Alpomish o'yinlarida"
•	O'yinlarga dastlabki o'rgatishda dars shiddati qanday bo'ladi?		o'rtacha	yuqori	maksimal
•	O'yinlarni samarali o'tkazish nimaga bog'liq?		dars bayonnomasiga	o'yin mazmuniga	bolalar faolligiga
•	Dars uchun o'yinlarni to'g'ri tanlash nimaga bog'liq?		o'quvchilarning yoshiga	o'quvchilarning qobiliyatiga	o'quvchilarning soniga
•	"Ovchilar va o'rdaklar" o'yini qanday anjom yordamida o'tkaziladi?		kegli yordamida	yog'och dasta yordamida	arg'amchi yordamida
•	"Quvlashmachoq" o'yini qanday anjom bilan o'tkaziladi?		ro'molcha bilan	arg'amchi bilan	arqoncha bilan
•	"Qarmoqcha" o'yinida "qarmoqni" aylantiradigan boshlovchi qerda joylashadi?		doira tashqarisida	ishtirokchilar orqasida	ishtirokchilar oldida
•	"Kim urdi" o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		kuchni	diqqatni	muvozanat saqlashni
•	Xalq rasm-rusumlari, udumlari va an'analari qanday harakatli o'yinlarda namoyish etiladi?		jamoali o'yinlarda	estafetali o'yinlarda	juftlik o'yinlarida
•	Harakatli o'yinlarning sport turlari kabi alohida o'z Federatsiyasi mavjudmi?		mavjud	Milliy Federatsiyasi mavjud	Xalqaro Federatsiyasi mavjud
•	Qachon va qerda birinchi Respublika "Alpomish o'yinlari" festivali o'tkazildi?		1995 yil Nukusda	1996 yil Gulistonda	1997 yil Qo'qonda

•	Qachon va qerda birinchi Respublika “To’maris o’yinlari” festivali o’tkazildi?		1996 yil Toshkentda	1994 yil Navoiyda	1998 yil Xivada
•	“Uloq” o’yini odatda qanday marosimlarda o’tkaziladi?		xotin-qizlar bayramida	kasb bayramida	“Mustaqillik kuni“ bayramida
•	“Kimni ovozi” o’yini qanday xislatni shakllantiradi?		diqqatni	ongni	irodani
•	Juftlikda “Tortishmachoq” o’yini qanday sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni	irodani	portlovchi kuchni
•	Harakatli o’yinlarga hakamlilik qilish uchun hakamni toifasi bo’lishi shartmi?		shart	shart, agar o’yin murakkab bo’lsa	shart, agar o’yin vaqtida tomoshabinlar bo’lsa
•	Harakatli o’yinlarda ishtirok etish uchun maxsus taktik tayyorgarlik bo’lishi kerakmi?		kerak	kerak, agar o’yin musobaqa shaklida o’tkazilsa	kerak, agar o’yinda sportchilar ishtirok etsa
•	Harakatli o’yinlar sport musobaqalari taqvim-rejasiga kiradimi?		kiradi	kiradi, agar rahbarlar shuni hohlasa	kiradi, agar Federatsiya ruxsat bersa
•	Harakatli o’yinlar bo’yicha musobaqalar o’tkazishni an’anaga aylantirish mumkinmi?		mumkin emas	mumkin, agar mablag’ bo’lsa	mumkin, agar yuqori tashkilotlar ruxsat bersa
•	Harakatli o’yinlarda qo’llaniladigan to’plar muayyan og’irlikda bo’lishi shartmi?		shart	bolaning yoshiga qarab shart	bolaning jinsiga qarab shart
•	“Arqon tortish” qanday jismoniy sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni	chidamkorlikni	tezkorlikni
•	“Oqsoq qarg’a” o’yini qanday sifatni rivojlantiradi?		oyoq kuchini	kuch chidamkorligini	chaqqonlikni
•	“To’p kapitanga” o’yinidan qanday maqsadda foydalaniladi?		xujum harakatlarini shakllantirish	himoya harakatlarini shakllantirish	harakat ko’nikmalarini shakllantirish
•	“Guruh rostlan!” o’yini qanday xislatni rivojlantiradi?		ongni	idrokn	irodani
•	“Kun va tun” o’yini		chaqqonlikni	tezkor kuchni	chidamkorlikni

<ul style="list-style-type: none"> • qanday sifatni rivojlantiradi? “To’pni uzat, o’tir” o’yini qaysi sport turida qo’llanilishi foydaliroq? • “Ta’qiqlangan harakat” o’yini qaysi sifatni shakllantiradi? 		<p>futbolda</p> <p>ong va tasavvurni</p>	<p>gandbolda</p> <p>idrok va irodani</p>	<p>tennisda</p> <p>tasavvur va idrokni</p>
<ul style="list-style-type: none"> • “Qulayotgan tayoq” o’yini qanday sifatni rivojlantiradi? • “Ko’prik va mushuk” o’yini qanday sifatni rivojlantiradi? • “Chexarda” o’yinini qaysi sport turida qo’llash foydaliroq? 		<p>epchillikni</p> <p>chaqqonlikni</p> <p>kurashda</p>	<p>sakrovchanlikni</p> <p>tezkor kuchni</p> <p>engil atletikada</p>	<p>chidamkorlikni</p> <p>maxsus chidamkorlikni</p> <p>futbolda</p>
<ul style="list-style-type: none"> • “Chexardali estafeta” o’yini qaysi sifatni rivojlantiradi? • “Doiraga tort” qaysi sport turida qo’llash foydaliroq? 		<p>tezkorlik va kuch</p> <p>boksda</p>	<p>chaqqonlik va chidamkorlik</p> <p>basketbolda</p>	<p>tezkor kuch</p> <p>taekvandoda</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o’yinlar darsining tayyorgarlik qismi qanday vazifani xal qilishi lozim? 		<p>o’quvchilarni jismoniy tayyorlash</p>	<p>o’quvchilarni ruhiy tayyorlash</p>	<p>qo’llaniladigan o’yinlarni tushuntirish</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Darsni asosiy qismida shikastlanishlar oldini olish nimaga bog’liq? 		<p>o’yin mashqlarini to’g’ri bajarishga</p>	<p>mashqlarni to’g’ri tushuntirishga</p>	<p>dars bayonnomasini to’g’ri tuzilishiga</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Darsni tayyorgarlik va asosiy qismlari bir-biriga bog’liqmi? 		<p>bog’liq emas</p>	<p>bog’liq, agar darsda yangi o’yinlar qo’llaniladigan bo’lsa</p>	<p>bog’liq, agar darsda tanish o’yinlar qo’llaniladigan bo’lsa</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Darsning yakuniy qismini so’ngida o’quvchilarga qanday topshiriq beriladi? • O’tgan darsdan qolgan bilim qoldig’i qachon va qanday aniqlanadi? • Darsni yakuniy qismida ish qobiliyatini tiklash va uy vazifasi berishdan tashqari o’qituvchi yana nima haqida 		<p>keyingi darsga tayyorgarlik ko’rish vazifasi beriladi</p> <p>darsda o’quvchilarni harakatini tahlil qilish yo’li bilan</p> <p>davomatga baho beradi</p>	<p>keyingi dars bo’yicha mustaqil ish yozish vazifasi beriladi</p> <p>dars yakunida savol-javob natijalarini tahlil qilish yo’li bilan</p> <p>o’zlashtirishni baholaydi</p>	<p>keyingi darsga qanday sport formada kelish vazifasi beriladi</p> <p>dars yakunida mustaqil ishni tekshirish yo’li bilan</p> <p>intizomni kuchaytirishga ko’rsatma beradi</p>

•	gapiradi? Dars bayonnomasi qanday hujjatga asosan tuziladi?		o'quv rejasiga asosan	o'quv dasturiga asosan	istiqbol rejasiga asosan
•	Darslarning ish rejasi qanday hujjatga asosan tuziladi?		darslarning o'quv grafigiga asosan	yillik ish rejasiga asosan	yillik o'quv dasturiga asosan
•	Dars bayonnomasida ko'rsatilgan mashqlar hajmi va shiddati dars vaqtida o'zgartirilishi mumkinmi?		mumkin emas	mumkin, agar o'quvchilar shuni talab qilsa	mumkin, agar shuni direktor muovini aytsa
•	Qanday o'yinlar nutq va talaffuzni shakllantiradi?		hayvonlar obrazida bajariladigan o'yinlar	qo'l mehnatini taqlid qilib bajariladigan o'yinlar	topishmoqli o'yinlar
•	“Arqon tortish” o'yini qo'llarni qaysi kuchini rivojlantiradi?		qo'llarni yozuvchi mushaklar kuchini	qo'llarni statik kuchini	qo'llarni dinamik kuchini
•	“Qarmoqcha” o'yini sakrovchanlikni qaysi turini rivojlantiradi?		sakrash chidamkorligini	gorizontal sakrovchanlikni	diagonal sakrovchanlikni
•	“Xo'rozlar jangi” o'yini oyoq kuchidan tashqari yana qanday kuchni rivojlantiradi?		absolyut kuchni	nisbiy kuchni	dinamik kuchni
•	“Parashyutchilar” o'yini qanday ko'nikmani shakllantiradi?		oyoqni debsinish ko'nikmasini	oyoqlarni bukish ko'nikmasini	sakrash ko'nikmasini
•	Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun darsni tayyorlov qismida qo'llaniladigan qanday o'yinlarni bilasiz?		“Hujum”, “Insiz quyon”	“Kun va tun”, “Chavandoz-otliqlar”	“Sinf to'g'irlan”, “Ta'qiqlangan harakat”
•	Quyidagi misol tariqasida keltirilgan qanday o'yinlar, ta'qlidiy o'yinlar jumlasiga kiradi?		Filga min, Oq ayiqlar	Juft tutish, Cho'loq qarg'a	Bo'ri zovur ichida, Uchinchi ortiqcha
•	Kichik maktab yoshidagilar uchun qanday milliy va harakatli o'yinlarni bilasiz?		Taqiqlangan harakat, Qarmoqcha	Poezdlar estafetasi, Arqon tortish	Oyoq bosish, 40 tosh
•	Harakatli o'yinlarda ishtirokchilar tarkibi		qat'iy chegaralanadi	ishtirokchilar ko'p bo'lsa chegaralanadi	ishtirokchilar kam bo'lsa chegaralanadi

•	qat'iy chegaralanadimi? “Taqiqlangan harakat” o'yini qanday sifatni shakllantiradi?		tezkorlikni	ongni	chaqqonlikni
•	“Otishma” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		tezkorlik va aniqlikni	tezkor kuch va aniqlikni	diqqat va aniqlikni
•	“Sultonchalar jangi” o'yinini qaysi sport turidla qo'llash foydaliroq?		boksda	kurashda	taekvandoda
•	“Oqsoq bo'ri va qo'ylar” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		kuch va tezkorlik	chaqqonlik va tezkorlik	tezkor kuch va chidamkorlik
•	“Svetofor” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni va tezkorlikni	tezkor kuchni va chidamkorlikni	ongni va chaqqonlikni
•	“Kim urdi” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		tezkor kuchni	statik kuchni	tezkorlikni
•	Harakatli o'yinlar qoidalarini o'zgartirish mumkinmi?		mumkin emas	qoidalarga qat'iy rioya qilish kerak	mumkin, agar qoidalar tasdiqlanmagan bo'lsa
•	O'yin mazmunini o'zgartirish mumkinmi?		mumkin emas	mumkin, agar o'yin mazmuni talabga javob bermasa	mumkin, agar bolalarga yoqmasa
•	“Raqam chaqirish” o'yini qanday sifatni shakllantiradi?		diqqatni	ongni	xotirani
•	“Bo'sh joy” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni	diqqatni	xarakatchanlikni
•	“To'xta” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		diqqatni	irodani	chaqqonlikni
•	“Dorboz” o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		“dorda” yurish texnikasini	“dorda” yurish taktikasini	irodani
•	Qanday o'yinlarda emotsional motivatsiya kuchayadi?		estafetali o'yinlarda	juftli o'yinlarda	jamoat o'yinlarda
•	“Ko'prik va mushuk” o'yinida qanday sifat shakllanadi?		chaqqonlik	tezkorlik	mushaklar tonusi
•	Harakatli o'yinlarni o'tkazishda xavfsizlikni		tashkilot rahbariga	tibbiyot xodimiga	ishtirokchilarga

•	ta'minlash kimga yuklanadi? O'yinni sifatiga kim javobgar?		tashkilot rahbari	hakam	ishtirokchilar
•	O'yin shartlari va qoidalarini kim o'zgartirishga xaqli?		tashkilot rahbari	hakam	ishtirokchilar
•	Qo'llanadigan o'yinni tanlash nimaga bog'liq?		bolalarning chaqqonligi va mahoratiga	bolalarning kayfiyati va ruxiy xolatiga	bolalarning istak-xoxishiga
•	Harakatli o'yinlar darsida qo'yiladigan vazifalar qaysi xujjatda qayd etiladi?		dars jadvalida	o'quv dasturida	o'quv rejasida
•	Dars o'tish joyi qaysi xujjatda qayd etiladi?		dars jadvalida	o'quv dasturida	o'quv rejasida
•	Foydalaniladigan jihozlar qaysi hujjatda qayd etiladi?		dars jadvalida	o'quv dasturida	o'quv rejasida
•	Harakatli o'yinlarda maxsus sport kiyimlarida ishtirok etish shartmi?		shart	shart emas	o'yin turlarining
•	"Qisqichbaqalar poygasi" qanday sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni	chidamkorlikni	harakatchanlikni
•	"Uchinchisi ortiqcha" o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		sakrovchanlik va tezkor kuchni	chidamkorlik va egiluvchanlikni	dinamik kuchni va harakatchanlikni
•	"Yangi joyga" o'yini qanday sifatni rivojlantiradi?		chaqqonlikni	harakatchanlikni	tezkor kuchni
•	"Tirik darvoza" o'yini qanday xislatlarni shakllantiradi?		kuchni va aniqlikni	tezkorlikni va chaqqonlikni	harakatchanlikni va egiluvchanlikni
•	"Oq suyak" o'yini qanday o'yinlar tarkibiga kiradi?		jamoali o'yinlar	juftli o'yinlar	obrazli o'yinlar
•	O'yin mazmunini tushuntirishda qaysi printsiptga asoslaniladi?		faollik printsiptiga	ko'rgazmali printsiptga	mutanosiblik printsiptiga
•	Harakatli o'yinlarga qaysi printsipt asosida o'rgatish o'zlashtirishni tezlashtiradi?		mukammallik	faollik	muntazamlik
•	Harakatli o'yinlar davomida yuz beradigan		o'yin yakunida jazolash uslubi yordamida	o'yin oralig'ida takrorlash uslubi yordamida	o'yin tugaganidan so'ng tahlil uslubi yordamida

	kamchiliklar qachon va qanday uslub yordamida bartaraf etiladi?				
•	Muvozanat saqlash qobiliyatini shakllantiruvchi eng keng tarqalgan o'yinning nomi...?		“Sinf, rostlan”	“To'xta”	“Xo'rozlar jangi”
•	“Ovchilar va o'rdaklar” o'yini qanday harakat ko'nikmasini shakllantiradi?		harakat tezligi va harakatchanlikni	harakat koordinatsiyasi va tezligini	harakat texnikasi va taktikasi
•	“Ovchilar va o'rdaklar” o'yinida ovchilar nima qiladi?		o'rdaklarni ushlab olishga intiladi	o'rdaklarga etib olishga intiladi	o'rdaklar diqqatini jalb qilishga intiladi
•	“Ovchilar va o'rdaklar” o'yinida o'rdaklar nima qiladi?		ovchilarga o'zini ushlatmaslikka intiladi	ovchilardan qochib ulgurishga intiladi	ovchilar diqqatini chalg'itishga intiladi
•	Sport to'garagiga tanlashda harakatli o'yinlar qanday rol o'ynaydi?		bolalarning harakat imkoniyatini ochib beradi	bolalar harakatchanligini aniqlashga yordam beradi	bolalarning harakat faolligini aniqlashga yordam beradi
•	Harakatli o'yinlar sport o'yinlari uchun qanday vosita hisoblanadi?		tayyorlovchi vosita	o'rgatuvchi vosita	mashqlantiruvchi vosita
•	Harakatli o'yinlar uchun qat'iy chegaralangan sport maydoni bo'lishi shartmi?		shart emas	shart	maydon rahbarining ixtiyoriga qarab tanlanadi
•	Harakatli o'yinlarda ishtirokchilar tarkibi qat'iy chegaralanadimi?		chegaralanadi	chegaralanmaydi	o'yin xususiyatiga qarab qat'iy chegaralanadi
•	“Oq suyak” o'yini sutkaning faysi vaqtida o'tkaziladi?		ertalab	kunning birinchi yarmida	kun botganda
•	Harakatli o'yinlarga dastlabki o'rgatish jarayoni necha bosqichdan iborat?		uchta	ikkita	beshta
•	Harakatli o'yinlarga dastlabki o'rgatishning birinchi bosqichi qanday nomlanadi?		o'zlashtirish	ko'nikma xosil qilish	o'rganish
•	Harakatli o'yinlarga dastlabki o'rgatish		sinab ko'rish va xatolarni tuzatish	qismlarga bo'lib o'rgatish uslublari	to'liq o'rgatish uslublari

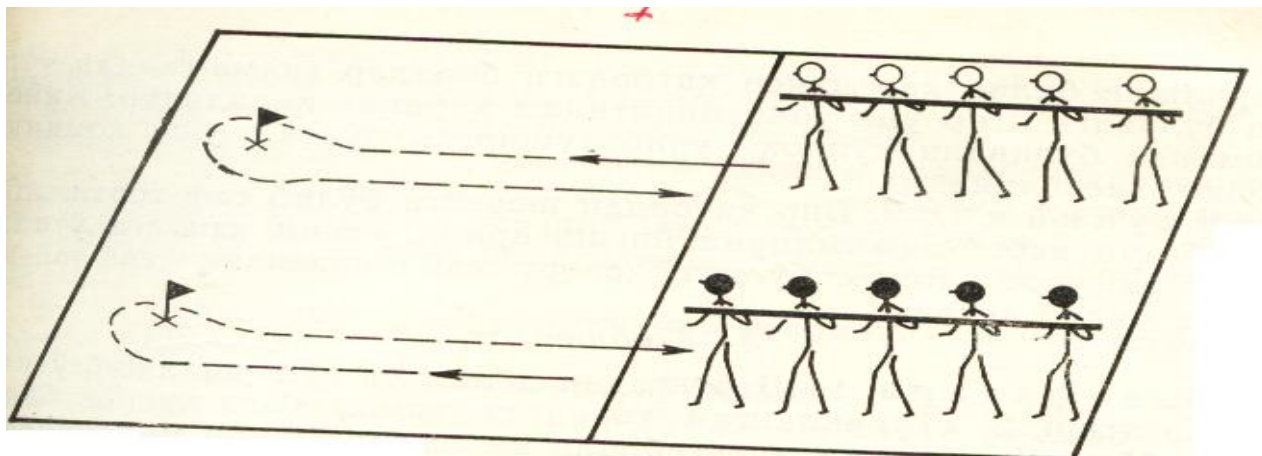
<ul style="list-style-type: none"> • qanday uslublar qo'llaniladi? Darsda qo'llaniladigan yuklamalarni miqdorlashda nimaga asoslanish kerak? • Og'ir atletika sport turida qanday harakatli o'yinlar qo'llash mumkin? • “Ko'prik va mushuk” o'yini bu jamoaviy o'yinmi? 		<ul style="list-style-type: none"> • uslublari • o'quvchilar faolligiga • kim urdi, chexarda • jamoaviy o'yinmas 	<ul style="list-style-type: none"> • mashqlar murakkabligiga • xo'rozlar jangi, oqsoq qarg'a • 3 kishi o'ynaydi 	<ul style="list-style-type: none"> • o'quvchilar mahoratiga • ko'prik va mushuk, qarmoqcha • 4 kishi o'ynaydi
<ul style="list-style-type: none"> • Harakatli o'yinlar qoidalari nimaga qarab o'zgartirilishi mumkin? • “To'p iluvchiga” o'yini qaysi sport turida qo'llash foydali? • Harakatli o'yinlar darsining yakuniy qismida chidamkorlikni rivojlantiruvchi o'yinlar qo'llash mumkinmi? 		<ul style="list-style-type: none"> • bolalarning mahorati, qobiliyatiga qarab • voleybolda • mumkin 	<ul style="list-style-type: none"> • bolalarning iltimosiga qarab • futbolda • mumkin, agar bolalar talab qilsa 	<ul style="list-style-type: none"> • tomoshabinlarning talabiga qarab • tennisda • o'qituvchini hohishiga bog'liq
<ul style="list-style-type: none"> • Darsning yakuniy qismida “Quvlashmachoq” o'yinini qo'llash mumkinmi? 		<ul style="list-style-type: none"> • mumkin 	<ul style="list-style-type: none"> • mumkin, agar o'quvchilar buni talab qilsa 	<ul style="list-style-type: none"> • mumkin, agar o'qituvchi xoxlasa
<ul style="list-style-type: none"> • Agar harakatli o'yinlar darsidan keyin arifmetika darsi bo'lsa, dars yakunida qanday o'yinlar qo'llash kerak? • Darsni tayyorlov qismida kuchni rivojlantiruvchi o'yinlar qo'llash mumkinmi? • Darsda qo'llaniladigan o'yinlar qoidalari qaysi vaqtda tushuntiriladi? • Mazmunida sport 		<ul style="list-style-type: none"> • harakat faolligini oshiruvchi • mumkin • darsni tayyorgarlik qismida • “Qarg'a va 	<ul style="list-style-type: none"> • tezkorlikni kuchaytiruvchi • mumkin, agar o'quvchilar iltimos qilishsa • darsning asosiy qismini boshida • “Qal'a himoyasi”, 	<ul style="list-style-type: none"> • chaqqonlikni oshiruvchi • mumkin, buni o'qituvchi xoxlasa • darsdan avval • “O'zing o'yla”,

	elementlari mavjud bo'lgan qanday o'yinlarni bilasiz?		chumchuq", "To'pga tez yugurish"	"Harakatdagi mo'ljal"	"To'p uchun kurash"
•	Kuch sifati rivojlantirishda qanday milliy va harakatli o'yinlardan foydalanish mumkin?		"4 to'p maydonda", "Quvnoq chavandozlar"	"O'rtog'ingni himoya qil", "Kim kuchli"	"Filga min", "Oq ayiqlar", "Bayroq uchun kurash"
•	O'quvchilarga o'yin mohiyatini tushuntirish va ularni faolligini oshirish uchun qanday printsiplarni qo'llaniladi		muntazamlik	ko'rgazmali	mutanosiblik
•	Harakatli o'yinlarda maxsus taktik tizimlar qo'llaniladimi?		qo'llaniladi	jamoali o'yinlarda qo'llaniladi	agar o'yinlar bo'yicha musobaqa o'tkazilsa qo'llaniladi
•	Jamoali harakatli o'yinlarda o'yinchi almashtirish qoidasi mavjud bo'ladimi?		mavjud	agar o'yin musobaqa shaklida o'tkazilsa mavjud bo'ladi	agar o'yin musobaqasi bolalar o'rtasida o'tkazilsa
•	Nima uchun darsni tayyorlov qismida kuchni rivojlantiruvchi o'yinlarni qo'llash mumkin emas?		darsga bo'lgan qiziqishni tushirmaslik uchun	o'quvchilarni charchatib qo'ymaslik uchun	o'quvchilarni diqqati buzilmasligi uchun
•	Nima uchun darsning yakuniy qismida shiddatli o'yinlarni qo'llash mumkin emas?		emotsional faollik kuchayishi uchun	harakat faolligi ortishi uchun	ruhiy faollik yuksakligi uchun
•	Dars bayonnomasining oxirgi ustuni qanday nom bilan belgilanadi?		tavsiyalar mazmuni	ko'rsatmalar mazmuni	mashqlar andozasi va izohi
•	O'yinlar haqida chuqur tasavvurga ega bo'lish va ulardan nusxa ko'chirish uchun qanday printsiplarni qo'llaniladi?		muntazamlik	mukammallik	mutanosiblik
•	Darsning uzviyligi va materialni munosibligini ta'minlash uchun qanday printsiplarni qo'llaniladi?		mukammallik	ko'rgazmali	mutanosiblik
•	O'zlashtirilgan o'yin		muntazamlik	mutanosiblik	takrorlov

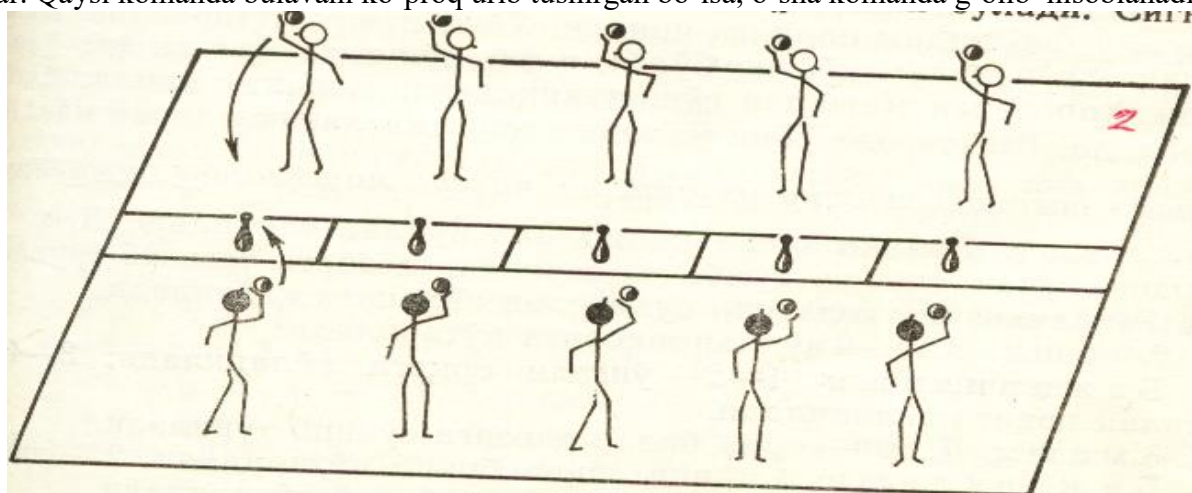
	ko'nikmalarini mustaqkamlash uchun qanday printsiplarni qo'llaniladi?				
•	Dars yuklamalarini zararsiz o'zlashtirishni ta'minlash uchun qanday printsiplarni qo'llaniladi?		muntazamlik	mukammallik	miqdorlash
•	Jamoali harakatli o'yinlarda rasmiy tanaffuslar o'rin oladimi?		oladi	oladi, agar o'yin musobaqa shaklida o'tsa	oladi, agar jamoalar shuni talab qilsa
•	Harakatli o'yinlarga tayyorgarlik ko'rish oldidan taktik reja tuziladimi?		tuziladi	tuziladi, agar o'yinlar musobaqa shaklida o'tsa	tuziladi, agar o'yinlarninufuzi yuqori bo'lsa
•	O'qituvchi harakatli o'yin texnikasini hisobga oladimi?		oladi	oladi, agar o'yin musobaqa shaklida o'tadigan bo'lsa	oladi, agar ishtirokchilar shuni talab qilsa
•	O'yinlarga o'rgatishda onglilik printsiplarni nima uchun qo'llaniladi?		o'yinni tez o'zgartirish uchun	o'yin elementlarini mukammallashtirish uchun	o'yin mahoratini shakllantirish uchun
•	O'yinlarga o'rgatishda mutanosiblik printsiplarni nima uchun qo'llaniladi?		yuklamalarni bolalar qobiliyatiga qarab qo'llanilishi uchun	yuklamalarni bolalar soniga qarab qo'llanilishi uchun	yuklamalarni bolalar taklifiga binoan qo'llash uchun
•	O'yinlarga o'rgatishda ko'rgazmali printsiplarni nima uchun qo'llaniladi?		o'yinlarga o'rgatishda mutanosiblik printsiplarni nima uchun qo'llaniladi?	o'yinlarga o'rgatishda mutanosiblik printsiplarni nima uchun qo'llaniladi?	eslab qolish qobiliyatini shakllantirish uchun

Harakatli o'yinlarning tavsifi

1. **Uzun tayoq estafeta» o'yini** (1-rasm). O'quvchilar 2-3 komandaga bo'linadilar va ikki kishilik kolonna bo'lib, uzun tayoqni (shitni) qo'lga oladilar. Tayoqni o'ng tomonda turgunalar o'ng qo'l bilan, chap tomonda turgunalar chap qo'l bilan ushlaydilar. Har bir kolonnaning oldida 10-15m masofada bayroqchalar o'z bayroqchasi tomon yugurib borib atrofidan aylanib o'tib bo'lib joyiga turgan komanda g'olib hisoblanadi. O'qituvchi komandalar orasidagi masofaga e'tibor berishi kerak, chunki bayroqni aylanib o'tayotganda tayoqlar bir biriga tegib ketishi mumkin emas. 4-5 marta qaytariladi.



2. **«Mergan» o'yini** (2-rasm). O'quvchilar ikki komandaga bo'linib, yuzlari bir-biriga qaragan holda safga turadilar. O'rtaga har bir komandadan 6-8 m narida bulava qo'yilgan bo'ladi. Signal berilishi bilan har qaysi qatoridagi bolalar galma-galdan to'pni bulavaga otib uni urib yiqitishga harakat qiladilar. Qaysi komanda bulavani ko'proq urib tushirgan bo'lsa, o'sha komanda g'olib hisoblanadi.

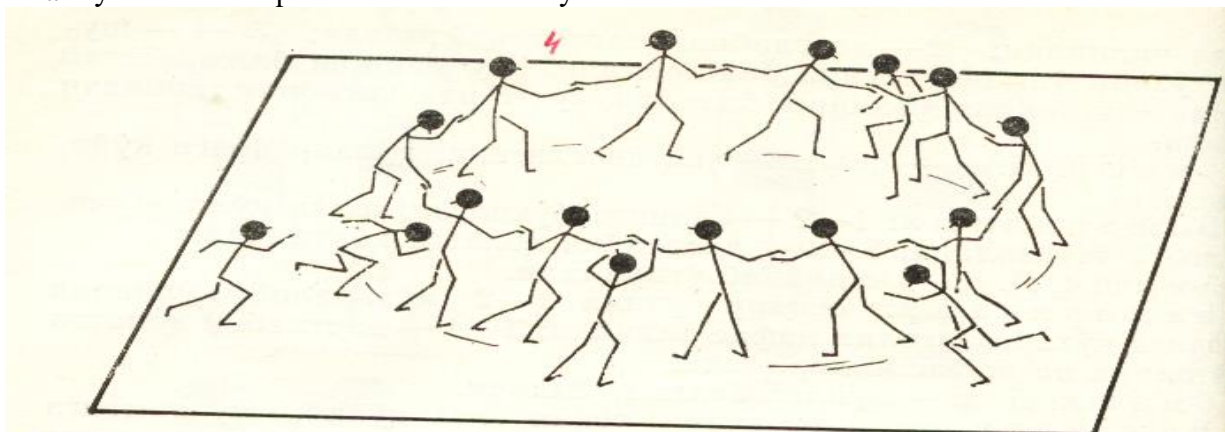


3. **«Taqiqlangan harakat»** o'yinini o'tkazishda o'quvchilar oralarini ochib bir sherenga bo'lib saflanadilar. O'qituvchi o'quvchilarga avvaldan uqtirib taqiqlangan harakatlardan tashqari hamma harakatlarni o'zi bilan birga bajarishni tayinlaydi. Masalan, qo'llarni elkaga qo'yish taqiqlangan harakat, deylik. O'qituvchi har xil mashqlarni bajaradi, o'quvchilar uning harakatlarini takrorlaydi. Shu harakatlarni bajarish jarayonida o'qituvchi ko'llarini to'satdan elkasiga qo'yadi, ya'ni taqiqlangan harakatni bajardi. O'yinchilardan kimda kim shu harakatni bajarib qo'ysa, u bir qadam qo'ygani bo'lsa, u eng ko'p xato qilgan hisoblanadi. Har qaysi mashqdan so'ng taqiqlangan harakat almashtirib borildi. u tarzda o'yin o'z ichiga har xil harakatlarni oladi.

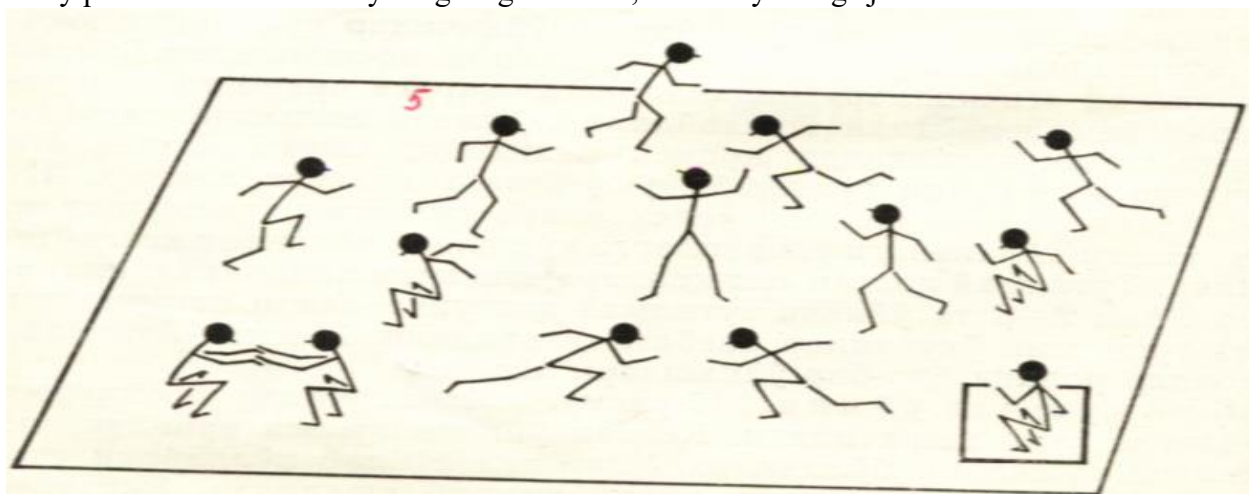
4. **«Biz quvnoq bolalar» o'yin.** O'ynovchilarning hammasi maydonchani bir tomonidagi chiziqning orqasida turib quyidagi so'zlarni gapiradilar: «Biz quvnoq bolalar yugurish va o'ynashni sevamiz, qani bizga etib ko'ringchi». Bu so'zlarni aytib bo'lganlaridan keyin hamma bolalar qarama-

qarshi tomondagi xonaga yugurib o'tadilar, onaboshi esa maydonchani o'rtasida turib ularni «tutishga» harakat qiladi. «Tutilganlar» onaboshiga yordamchi bo'lib qoladilar. Hamma o'yinchilar tutib bo'lingandan so'ng, o'yin tugaydi. Chiziqdan tashqarida ushlab mumkin emas. O'yinchilarning maydonchadan tashqariga yugurib chiqishlari man etiladi.

5. «Qopqon» o'yini (4-rasm) bajariladi. O'quvchilar bir-birining ichiga joylashgan ikki aylana hosil qilib turadilar, 6-8 o'yinchilar ichki aylanada turadilar. Bular sichqonlar vazifasini o'taydilar. 13-15 ta o'yinchi qopqon roliga bo'lib, tashqi aylanaga saflanadilar. Ikkala aylanadagilar ham qo'l belda turgan holda ichki aylanadagilar ham qo'l ushlab turadilar. O'qituvchining birinchi signalida qo'llar belda turgan holda ichki aylanadagilar o'ng tomonga yon bilan yuradigan tashqi doira yurishdan to'xtaydi va o'yinchilar qo'llarini yuqoriga ko'taradilar. Bu-qopqon ochilganini ifodalaydi. Bundan foydalangan «sichqonlar» aylanadan tashqariga chiqib va ichkariga 2 marta chapak chalinganda qopqon bekiladi, tashqi aylanadagi o'yinchilarga qo'shib aylanani kengaytidilar. O'yin 2-3 ta o'yinchi tutilmay qolguncha davom ettiriladi. Qo'lga tushmagan o'quvchilar rag'batlantiriladi. Hamma o'yinchilar sichqonlar rolini bir-bir o'ynashlari lozim.

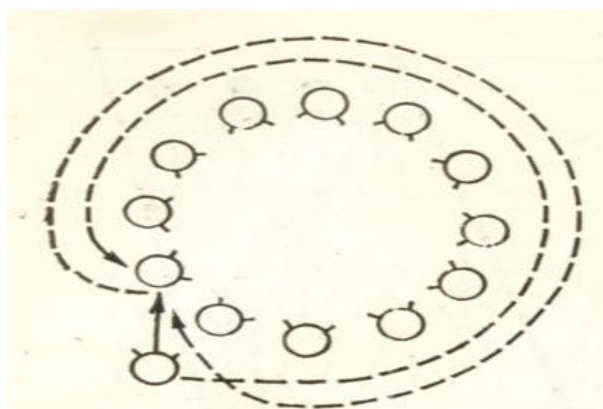
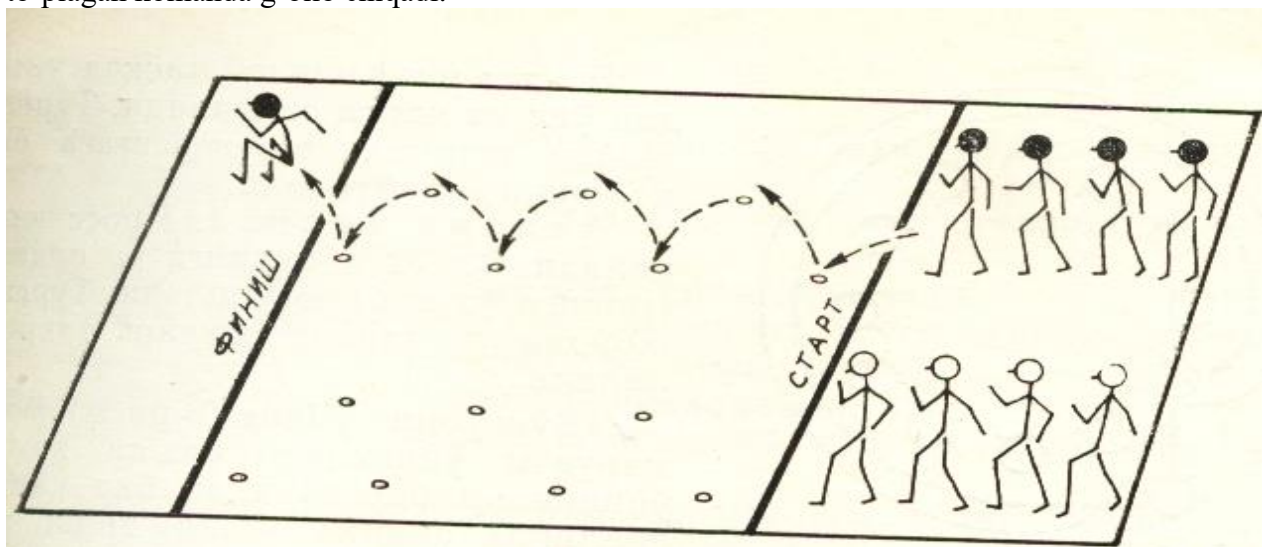


6. «Boyqushcha» o'yini (5-rasm). Maydonchadan boyqushcha yashaydigan «uya» ajratiladi. Qolgan o'yinchilar esa kapalak, uchayotgandek harakat qiladilar, erkin yugurib yuradilar. O'qituvchi «tun» deganida hammalari taqqa to'xtab, kapalakning qanot qoqishi, chigiritkaning qo'llariga tayanib turishi va hokazo holatlarni ifodalangan holda qimirlamasdan turadilar. Xudi shu komandadan so'ng boyqushcha uyasidan chiqib, kim uxlamayotganini tekshirib chiqadi. Kimda-kim qimirlab qolsa, «boyqushcha» uni qo'lidan ushlab o'z «uya»siga olib ketadi. 15 sekunddan so'ng o'qituvchi «kun» deydi. shunda «boyqushcha» uchib ketadi, hamma o'yinchilar bemalol yugurib yuraveradilar. «Boyqushcha» kimni o'z «uya»siga olgan bo'lsa, o'sha o'yinchiga jarima ochko beriladi.



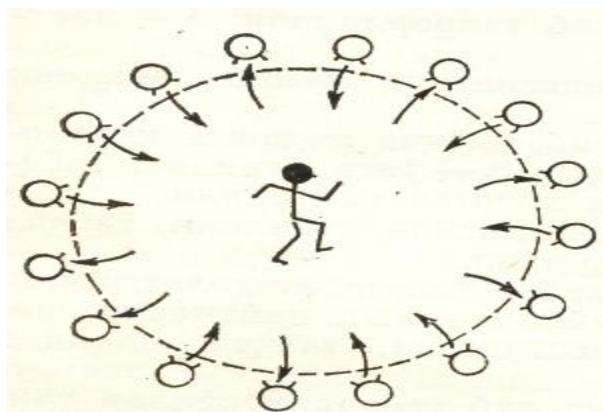
7. «Do'ngdan-do'ngga sakrash» o'yini (7-rasm). o'yinchilar bir necha komandaga bo'linib, bir kishilik kolonnaga saflangan holda start chizig'i oldida turadilar. Startdan finishgacha bo'lgan to'g'ri yo'nalishda bir-biridan 60-80 sm oraliqda, diametri 25-30 sm 10-12 ta aylana (do'ng) chiziladi. O'qituvchining signali bilan komandalarning dastlabki o'yinchilari startdan finishgacha do'ngdan-do'ngga sakrab boradilar va orqaga yugurib kelib, o'zlarining kolonnasi orqasiga o'tib turadilar.

Birinchi yugurib kelgan o'yinchiga 5 ochko, ikkinchi o'yinchiga 4 ochko, uchinchisiga 3 ochko beriladi. Shundan so'ng poygachilar yugurishni davom ettiradilar. O'yin ohirida eng ko'p ochko to'plagan komanda g'olib chiqadi.



8. «Bo'sh o'rin» o'yini (8-rasm).

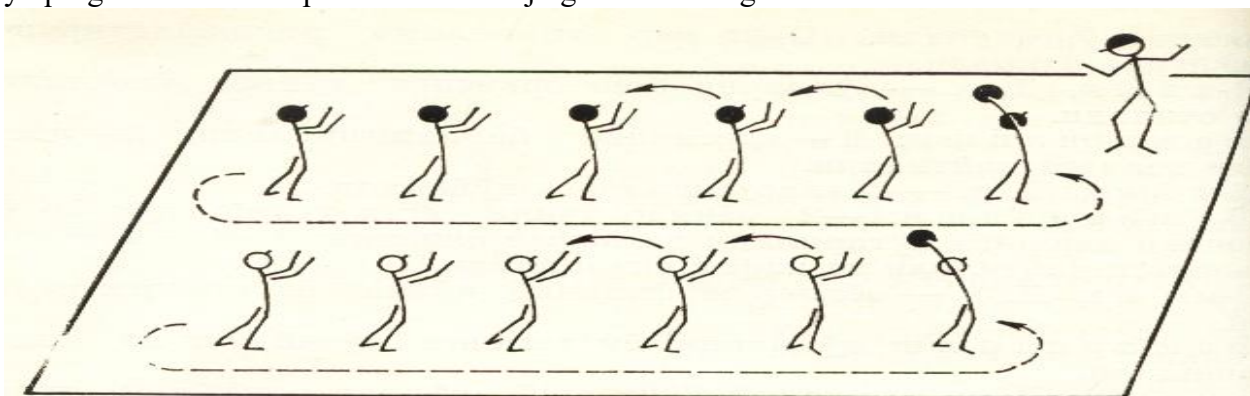
Boshqaruvchi o'yinchidan boshqa hamma o'yinchilar bir-biridan bir qadam oraliqda aylana hosil qilib turadilar. Boshqaruvchi aylana atrofida yura turib o'yinchilardan birini asta turtadi va u yoxud bu tomonga qarab yuguradi. Qo'l tekkan o'yinchi esa qarama-qarshi tomonga yugurib tezroq o'z o'rnini, ya'ni bo'sh turgan joyni egallab olishga harakat qiladi. Aylana atrofiga yugurib kelib, bo'sh joyni birinchi egallab olgan o'yinchi o'sha erda turib qoladi. Etib kela olmagan o'yinchi boshqaruvchi bo'lib qoladi. O'yin yana davom ettiriladi. Yugurish musobaqasini oyoqda sakrash bilan ham almashtirish mumkin.



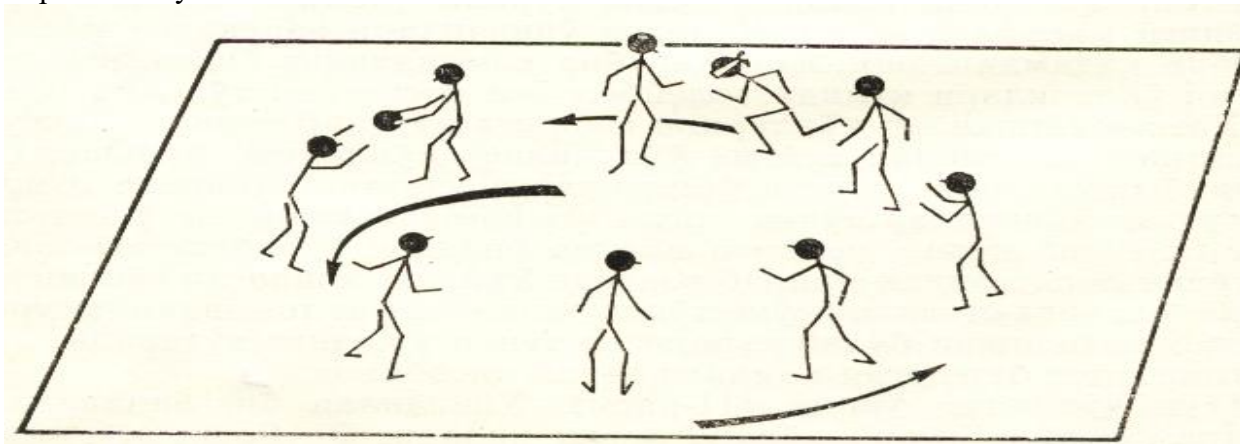
9. «Sakrobodom chumchuqlar» o'yini (9-rasm).

Maydonga diametrini katta olib doira chiziladi. Onaboshi, ya'ni «katta qush» doira tashqarisida turib doiraga sakrab kiradilar, «katta qush» esa ularni tutishga harakat qiladi (qo'lini tegizadi). «Chumchaqlar» doira ichida qo'proq turishga va tutilib qolmaslikka harakat qilib, doiradan sakrab chiqadilar. Agar «katta qush» doira ichida turgan «chumchuqni» ushlasa, unda chumchuq bilan «katta qush» o'rinlarini almashtiradilar. O'yin shu tarzda davom ettiriladi.

10. «To'pni boshdan oshirib uzatish» o'yini (10-rasm). O'yinchilar 2-4 ta komandaga bo'linadilar. Har bir komanda alohida-alohida bir qatordan kolonna bo'lib turadi (komandalarning oralig'idagi masofa 2-3 m). Kolonna o'yinchilari orasidagi masofa esa bir qadamdan oshmaydi. Har bir komandaning birinchi bo'lib turgan o'yinchilari qo'lida voleybol yoki basketbol to'plari bo'ladi. Hamma o'yinchilar qo'llarini yuqoriga ko'tarib turadi. O'qituvchini signal bergandan keyin o'yinchilar to'plarini boshlaridan oshirib orqalarida turgan o'yinchilarga uzatadi. Kolonna oxirida turgan o'yinchilar to'pni olgach, o'z komandalarining o'ng tomonidan yugurib kelib, kolonna oldida birinchi bo'lib turib oladi va to'pni boshlaridan oshirib uzatadi. O'yinni boshlagan o'yinchi kolonna oxiriga etkandan so'ng to'pni oladi va o'ng tomondan yugurib kelib yana birinchi bo'lib turadi va to'pni yuqoriga ko'taradi. To'p uzatishni tez bajargan komanda g'olib hisoblanadi.

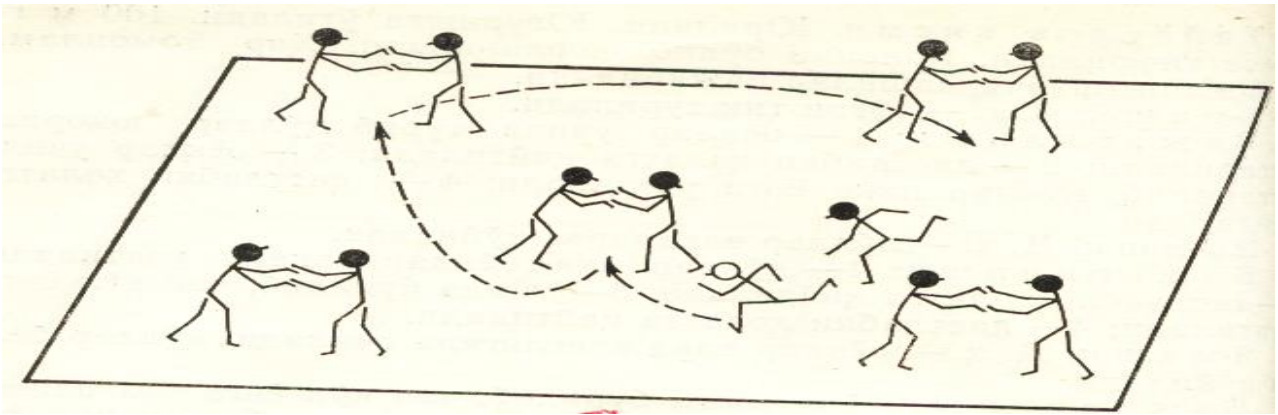


11. «To'p qo'shniga» o'yini (11-rasm). O'yinchilar bir-birlaridan 3 qadam narida turib aylana hosil qiladi. Onaboshi esa aylanining tashqarisida yuradi. O'yinchilardan biri basketbol to'pini ushlab turadi. O'qituvchining signali bo'yicha to'pni ushlab turgan o'yinchi uni yonidagi sherengacha uzatadi, u esa keyingi o'yinchiga uzatadi. Onaboshi aylanaga kirmagan holda to'pga etib olishga va unga qo'l tegizishga harakat qiladi. Agar to'pga etib olib, unga qo'l tengizsa, o'yinchi bilan o'z o'rnini almashadi. O'yin davom etadi. To'p olgan o'yinchi yondagisi qolib, undan naridagi o'yinchiga to'pni uzatib yuborishi mumkin emas.

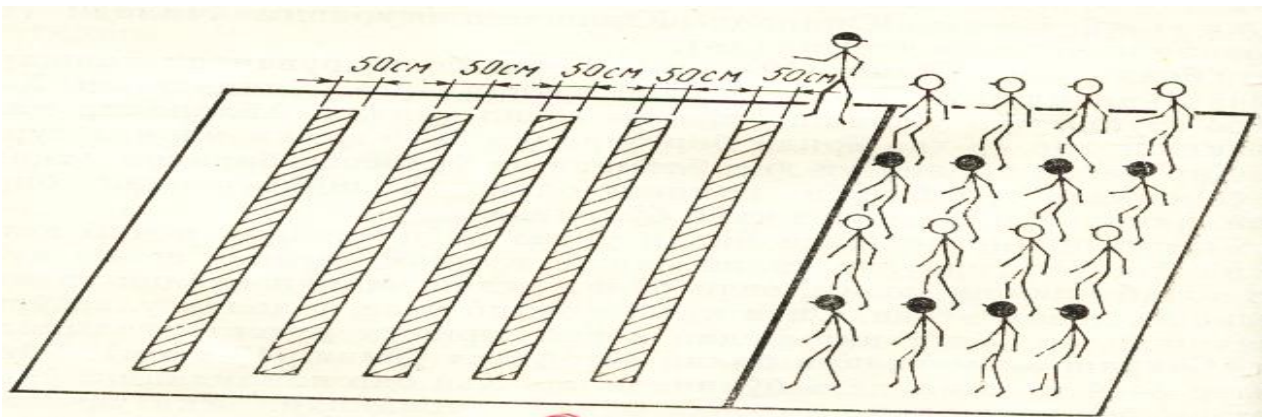


12. «O'vsiz quyvon» o'yini (12-rasm). Ikki boshqaruvchidan tashqari barcha o'yinchilar 3-5 kishi bo'lib gruppalariga bo'linadilar. Har qaysi grupp qo'l ushlab aylana hosil qiladi. Aylanalar maydonchanning har er-har erida bir-biridan 3-6 qadam narida turadi. Har qaysi aylana uya hisoblanadi va o'rtasiga birinchi raqamli o'yinchilar turib quyvon nomini oladi. Boshqaruvchidan biri ovchi, ikkinchisi esa uysiz quyvon bo'ladi.

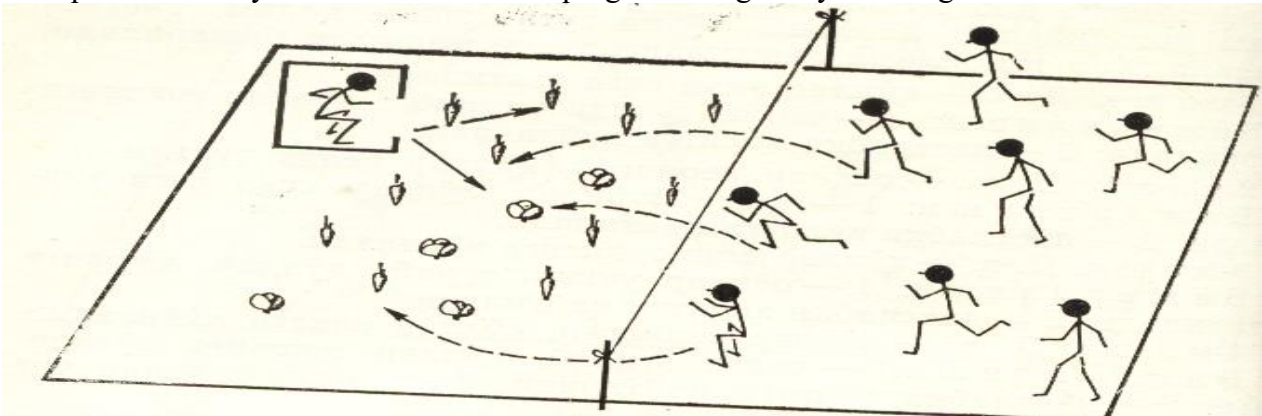
O'qituvchining ishorasi bilan uysiz quyvon ovchidan qochib ketadi va o'zi istagan uyaga kirib olishi mumkin, ammo u erdan quyvon tez qochib chiqishi lozim, ovchi bo'lsa uyadan chiqqan quyvonni ta'qib qilishda davom etadi. Ovchi quyvonni tutib olsa, u holda ular o'rin almashadilar. Uyaga kirmasdan qochib yurishiga ruxsat etilmaydi.



13. «Sakrash elementlari bilan estafeta» o'yini (13-rasm). O'yinchilar 3-4 ta komandaga bo'linadilar. Har bir komandaning o'yinchilari bir qatordan kolonna bo'lib turadilar. O'qituvchining ishorasi bilan birinchi turgan o'yinchilar belgilab quygan joygacha bir oyoqlab sakrab boradi va orqaga qaytib kelib, estafeta tayoqchasini ikkinchi o'yichiga tutqazadi. Navbatdagi o'yinchilar oldingi o'yinchilarning ishini takrorlaydilar va hokazo. Estafetani birinchi bo'lib tugatgan komanda g'olib hisoblanadi.

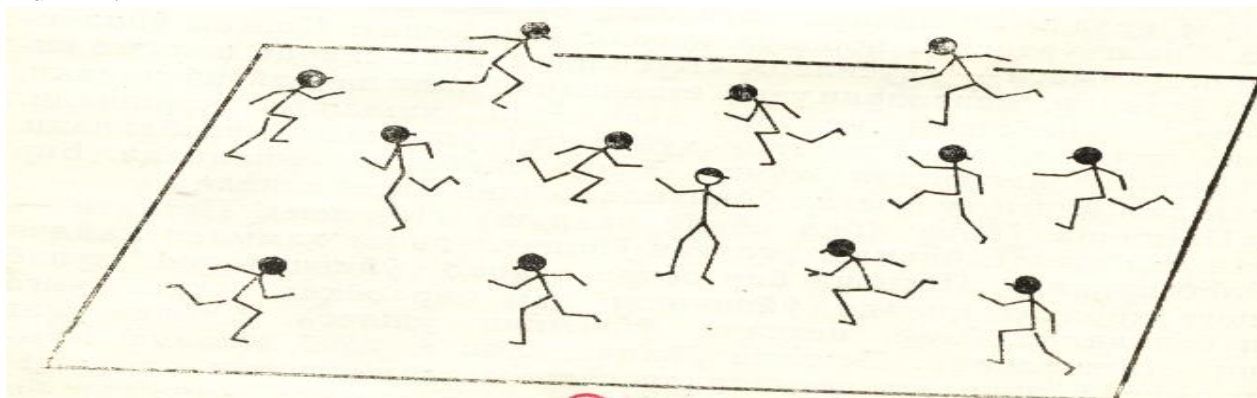


14. «Quyonlar polizda» o'yini (14-rasm). Maydonchada diametri 8-10 m keladigan aylana chiziladi, bu aylana polizni bildiradi. Uning o'rtasida qorovul turadi (onaboshi). Qolgan o'yinchilarning hammasi – «quyonlar». «Quyonlar sakrab- sakrab polizga kiradi, o'tlarni, mevalarni uzib etganday bo'ladi va qaytib chiqadi. Qorovul (onaboshi) ularni qo'qqisdan ushlashga kirishadi. Poliz ichida qo'l tekkizilgan «quyonlar» ushlangan hisoblanadi. 3-4 quyon ushlangandan so'ng, boshqa onaboshi saylanadi. Bir marta ham qo'lga tushmagan o'yinchilar g'olib hisoblanadi.

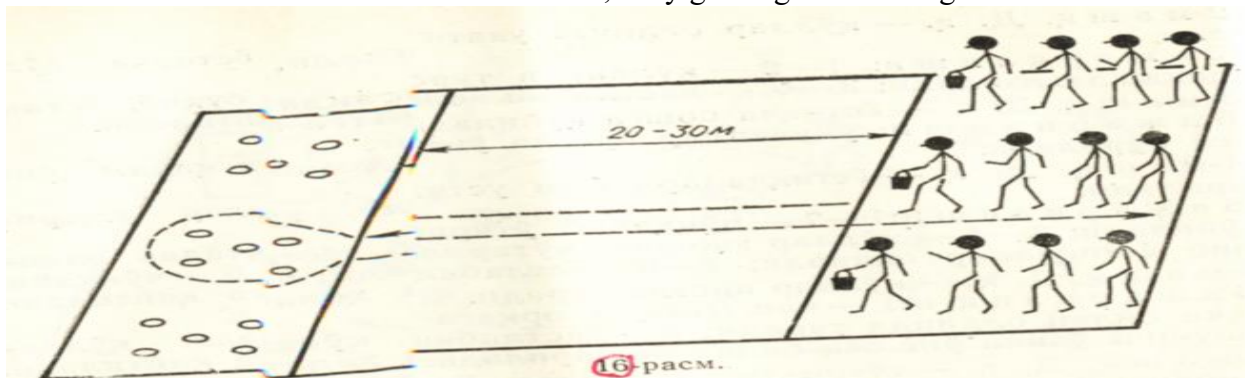


15. «Petnachi» o'yini (bir oyoqda sakrash) (15-rasm). Petnachi- bitta onaboshi saylanadi, qolgan o'yinchilarning hammasi maydon bo'ylab turadi. Petnachi bir oyoqda sakrab o'yinchilarni quvib etishga harakat qiladi, o'yinchilar ham bir oyoqda sakrab, unga chap beradilar. Petnachi

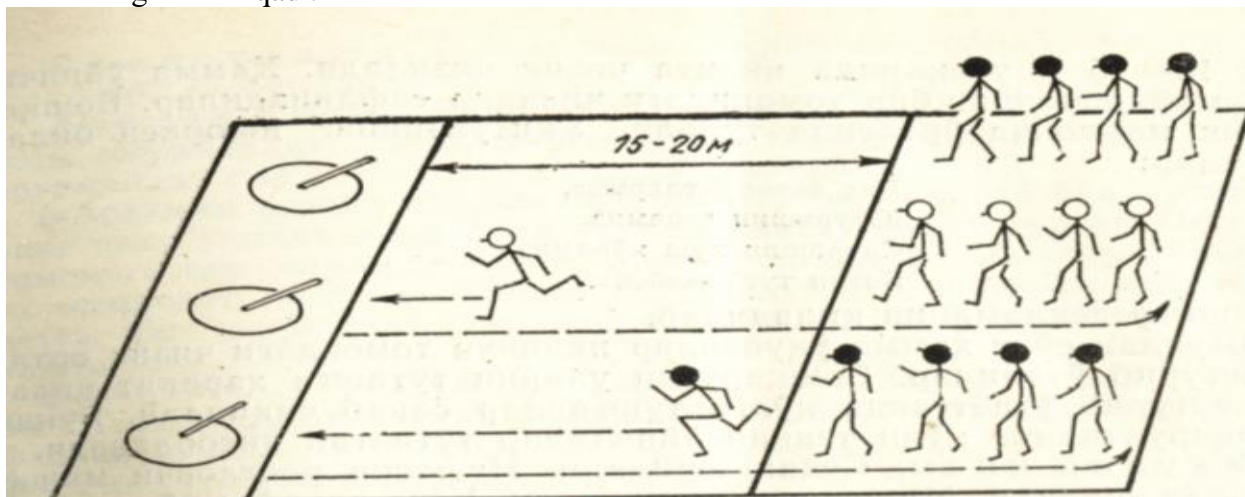
o'yinchilarni yugurib ushlashi mumkin emas, o'yinchi esa petnachidan sakramasdan qochishi mumkin.



16. «Kartoshka ekish» o'yini (16-rasm). O'yinchilar 3-4 komandaga bo'linib bir qatordan bo'lib alohida-alohida kolonnalarga saflanadi (start chizig'i orqasida). Kolonnalardagi birinchi o'yinchilar 5-10 dona kartoshka solib olingan qopchiq ushlab turadi. Start chizig'idan 20-30 m narida har bir kolonna ro'parasida 5 tadan aylana chizilgan bo'ladi. O'qituvchining signali bilan har bir o'yinchi belgilangan aylanalarga yugurib borib, har bir qopchiqni navbatdagi o'yinchiga beradi, o'zi esa kolonnaning oxiriga borib turadi. Navbatdagi o'yinchilar olgan qopchiqlarini ko'tarib «ekilgan» kartoshkani kovlab oladi. Kartoshkani tez ekib, tez yig'ib olgan kolonani g'olib hisoblanadi.

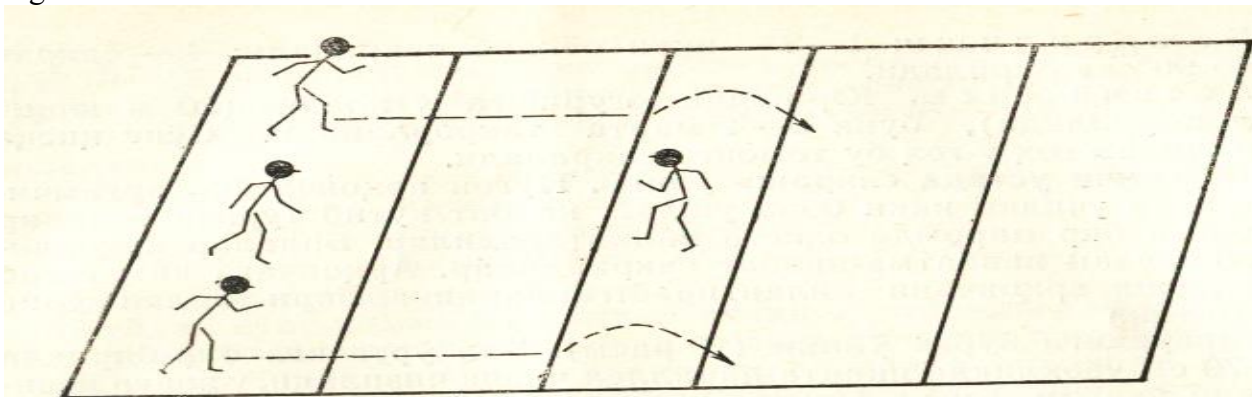


17. «Kam ochko to'plash» o'yini (17-rasm). Uch komanda bir qatordan bo'lib alohida-alohida kolonnalarga saflanadilar. Start chizig'idan 15-20 m narida uchala komanalarning ro'parasiga doira chizilib uning ichiga gimnastik tayoqcha qo'yiladi. O'qituvchining signaliga ko'ra har bir kolonnaning birinchi chizig'idan aylanagacha yugurib boradi va undagi tayoqchani olib, bir uchinchi erga uch marta uradi-da, joyiga qo'yadi, so'ngra yugurib start chizig'iga qaytarib keladi va kolonna oxiriga borib turadi. Birinchi bo'lib etib kelgan o'yinchi bir, ikkinchi bo'lib kelgan esa ikki ochko oladi. Keyin ikkinchi bo'lib turganlar yuguradi va hokazo. O'yin oxirida eng kam ochko to'plagan komanda g'olib chiqadi.

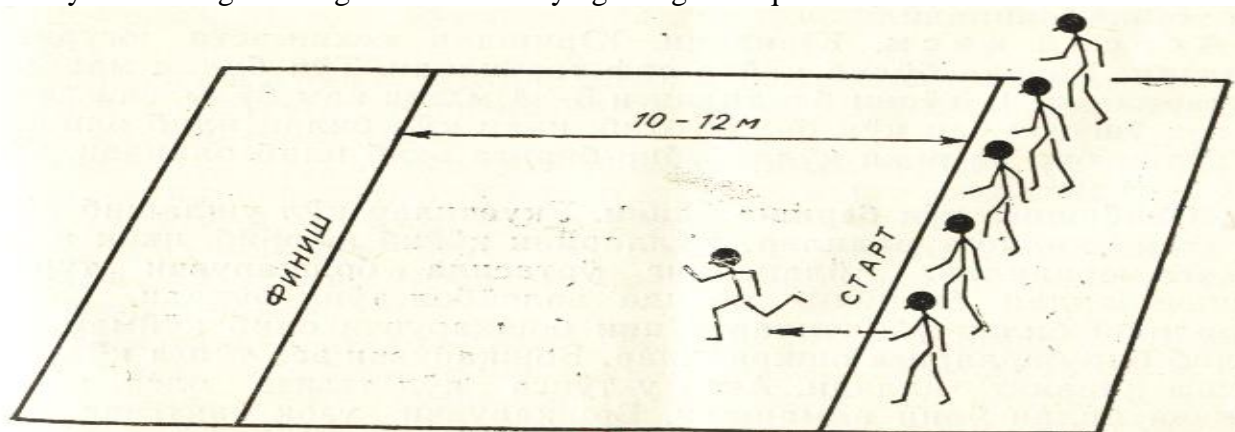


18. «Arg'amchi ustida sakrash» o'yini. Yo'g'on arqoncha yoki arg'amchining ikki uchidan ikki uchidan ikki bola ushlab, navbat kutib turgan bolalar tomoniga bir maromda ohista aylantiradilar. Bolalar arqonchaga tegmasdan navbatma- navbat sakraydilar. Arqonchaga kim tegib ketsa, o'sha arqonchani aylantirayotganlarning biri bilan o'rin almashadi.

19. «Zovurdagi bo'ri» o'yini (19-rasm). Zal o'rtasiga bir-biridan 60-70 sm uzoqlikda ikkita parallel chiziq chiziladi, u zovur vazifasini o'taydi. Bitta yoki ikkita boshqaruvchi, ya'ni «bo'rilar» zovurda turadilar. Qolgan o'quvchilar «Echki» hisoblanadi. «Echkilar» zalning bir tomonidagi chiziqlarda-o'z uylarida bo'ladilar. Zalning qarama-qarshi tomoniga yaylovni tasvirlaydigan chiziqlar chiziladi. O'qituvchining signaliga binoan «Echkilar» uylaridan chiqib, zovurdan sakrab, yaylovga yugurib o'tadilar. «Bo'rilar» ularni tutishga harakat qiladi. Har bir yugurishdan so'ng qo'lga tushganlar sanab chiqiladi. So'ng yangi «Bo'rilar» saylanadi. Eng chaqqon o'quvchilar rag'batlantiradi.



20. «O'rta to'p uzat» o'yini (bir oyoqda sakrab) (21-rasm). Start chizig'iga 8-10 o'yinchi chiqariladi. O'qituvchining bergan komandasidan keyin bolalar finish chizig'igacha (start chizig'idan finish chizig'igacha bo'lgan masofa 10-12 m bo'ladi) bir oyoqda sakrab kelib kim tez etib borishga musobaqlashadi. O'qituvchi g'olib chiqqanlarni, shuningdek, 2-3 o'rinni egallaganlarni rag'batlantiradi. So'ng boshqa o'yichilarni startga chaqiradi. Komandadan oldin sakrashga ruxsat etilmaydi. Yonidagi sherengada-sakrab ketayotganlarga xalaqit berish mumkin emas.



21- «Ayiqqolvon» ning bog'ida o'yini

Darsning maqsadi: «Ayiqqolvon» ning bog'ida o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: to'p, bo'r,

Ishni bajarish tartibi:

1. O'yinga tavsif berish.

2. Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
3. O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
4. Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Maydoncha yon tomonlaridan biriga kichik doira yoki to'rtburchak "in chiziladi". Maydonchani qarshi yon tomon chegarasida bir necha qadam ichkarisida chiziq chiziladi.

O'yin tavsifi. Maydonchani yon tomonlaridan biriga yaqin joyga kichik doira yoki to'rtburchak, ya'ni "Ayiqqolvon" qishlaydigan "In" chiziladi. "Ayiqqolvon" o'z "In"ida turadi. Qolgan o'yinchilar o'yin boshlanayotganda maydonchani qarshi yon tomoni chegarasidan bir necha qadam ichkarida tortilgan chiziq ortida turadilar.

"Ayiqqolvon"ga bildirmay, o'yinchilardan biriga to'p beriladi. To'pni qo'lda ushlab turish ham yoki cho'ntakka solib turish ham mumkin.

O'yinchilar rahbarning "Uch, to'rt!" degan sanog'idan keyin chiziqdan o'tadilar va "Ayiqqolvon"ning "in"iga yaqinlashadilar. Ular qo'ziqorin va meva terayotgandek harakatlar qilib, ko'plashib quyidagi ashulani aytadilar:

Meva, yong'oq teraman,
Ayiqqolvonning bog'ida
Bizga qarab o'shqirar,
Ayiqqolvon o'zin bog'idan.

She'ning oxirgi satri aytib bo'linishi bilan oq "Ayiqqolvon" o'z "In"idan chiqadi. O'yinchilar "Ayiqqolvon"ning hujumidan qutulishga harakat qilib qochadilar. Unga yaqin turib qolgan o'yinchilar o'z joylarida qotib turadilar. "Ayiqqolvon" dan uzoqroqdagi o'yinchilar qochib qolishlari mumkin. "Ayiqqolvon" qotib turgan o'yinchilarga tegmaydi (ularni ushlaymaydi). Qimirlamay turgan o'yinchi "Ayiqqolvon" nariroqqa ketishi bilan yana qochib qoladi. "Ayiqqolvon" yugurib ketayotgan yoki turgan joyida qimirlayotgan, yoki harakatlanayotgan o'yinchini ushlaydi, ya'ni unga qo'lini tekkizadi. Ushlangan bola vaqtincha o'yindan chiqadi va maydonchani yon chizig'idan tashqariga chiqib turadi. Biroq "Ayiqqolvon" doimo ehtiyotkorlik bilan harakat qiladi. Chunki u o'yinchilarning bittasidato'p borligini biladi. U to'p bilan "Ayiqqolvon" ni urishi mumkin, ya'ni bunda "Ayiqqolvon" "otilgan" hisoblanadi.

To'pni yashirib turgan o'yinchi o'rtoqlarini qutqarish maqsadida ustalik bilan "Ayiqqolvon" ga qarshi kurashadi. Masalan, u qimirlamay bir joyda turib, "Ayiqqolvon" ni o'ziga yaqinlashtirishi va to'satdan uni to'p bilan urishi yoki turli harakatlar qilib "Ayiqqolvon" ni chalg'itishi va payt poylab, uni "otishi" mumkin.

O'yin rahbari o'yin natijalarini quyidagicha aniqlaydi. O'yinda kamida uchta o'yinchini o'yindan chiqara olgan, ammo o'zini "otish" lariga yo'l qo'ymagan o'yinchi yutgan hisoblanadi. Natijalar aniqlangach, yangi "Ayiqqolvon" tayinlanadi, to'p boshqa o'yinchiga beriladi, o'yindan chiqqanlar, yana o'yinga qo'shiladilar va o'yin qaytadan boshlanadi.

O'yin qoidalari. 1. "Ayiqqolvon" qimirlamay turgan o'yinchilarga qo'l tekiza olmaydi. 2. Ashula qilib aytiladigan bandning oxirgi satri aytilishi bilan "Ayiqqolvon" o'z "In"idan chiqadi. 3. "Otilgan" "Ayiqqolvon"erga o'tirib qoladi. 4. "Ayiqqolvon" o'yinchilardan qaysi birida to'p borligini sezmasligi lozim. 5. Uchib kelib tekkan to'pgina "Ayiqqolvon"ga tekkan hisoblanadi. "Ayiqqolvon" bitta o'yinchini uzoq vaqt ta'qib etishi mumkin emas.

Bu o'yinda: qo'l va gavdani xarakatlantirib bir maromda yurish, chap berib qochish malakasi hosil qilinadi.

22- "Har kim o'z bayroqchasiga" o'yini

Darsning maqsadi: "Har kim o'z bayroqchasiga" o'yini orqali talabalarda epchillik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. Ushbu o'yin to'g'risida malakaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok etadi.
3. O'yinni tashkil etish malakasiga ega bo'ladi.

Kerakli jihozlar: bayroqchalar

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Umumrivojlantiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yinchilar uch-to'rt guruxga bo'linadi. Har bir gurux aylana xosil qilib tiziladi.

O'yin tavsifi. O'yinchilar 3-4 guruxga bo'linadilar. Har bir gurux aylana hosil qilib tiziladi. Har qaysi guruxning markazida bittadan o'yinchi – Onaboshi qo'lida bayroqcha ushlab turadi. Rahbarning birinchi (signali) ishorasi (qarsak chalishi) bilan bayroqchani ushlab turgan o'yinchilardan boshqa hamma bolalar maydoncha bo'ylab tarqala boshlaydilar. Ikkinchi ishoraga ko'ra, har tarafga qochgan o'yinchilar yugurishdan to'xtab, cho'qqayib o'tiradilar, ya'ni joylarini almashtiradilar.

Rahbar “Hamma o'z bayroqchasiga!” deyishi bilan o'yinchilar ko'zlarini ochiboq, birinchi bo'lib aylanaga saflanish uchun o'z bayroqchalari tomon yuguradilar. O'yinda o'z bayroqchasi atrofida doira bo'lib saflanishga ulgurmagan gurux yutqizgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinchi bayroqchani bir qo'lidan ikkinchisiga olishi mumkin. 2. Ko'zni to'liq berkitish lozim. 3. O'yinchilar bir-birlari bilan qo'l ushlab, tekis va tinch tursalargina o'yin sharti to'liq bajarilgan hisoblanadi.

Bu o'yinda: qisqa- qisqa yugurish malakasi hosil qilinadi.

23- “Ikki ayoz” o'yini

Darsning maqsadi: “Ikki ayoz” o'yini orqali talabalarda chidamlilik,tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida ma'lumotga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni o'tkaza oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yin qoidasi bilan tanishtirish.
- 2.URM va maxsus mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltiruvchi mashqlarni bajartirish.

O'yinga tayyorlanish. Maydonchani ikki tomonlari chegarasidan 3-4 qadam ichkarida chegara chizig'iga parallel qilib bittadan chiziq tortiladi.

O'yin tavsifi. Maydonchani ikki tomonlari chegarasidan 3-4 qadam ichkarida chegara chizig'iga paralel qilib bittadan chiziq tortiladi. Chiziqlar bilan ajratilgan joy “O'y” bo'lib hisoblanadi. Onaboshi qilib tayinlangan ikkita boladan boshqa hamma o'yinchilar chiziq orqasiga - “O'y”ga joylashadilar. Onaboshilar maydonchani o'rtasida turadilar. Rahbarning ko'rsatmasiga binoan Onaboshilar baland ovoz bilan:

“Ayoz”

Og'a – ini navqiron,	Men ko'mko'k burun –
----------------------	----------------------

Ikki “ayoz” qahramon	Bormi jur'at etuvchi,
Men qizil burun – “Ayoz”	Yo'l – safarga chiquvchi? –

deydilar.

Bolalar bir ovozdan:

Do'qni pisand qilmaymiz,
Sovuqdan hech qo'rmaymiz!-

deb javob qaytaradilar. Shundan keyin bolalar maydonchani qarshi tomoniga yugurib o'tadilar.

Onaboshilar - “Ayoz”lar yugurib o'tayotganlarni quvib etib, ularga qo'l tekkizishga harakat qiladilar. “Ayoz”larning qshli tekkan o'yinchilar to'xtab, qotib qoladilar. Qolganlari chiziq orqasidagi “O'y”ga to'planadilar. Rahbar ushlangan o'yinchilarni belgilab boradi.

O'yinchilar xuddi shu tartibda maydonchani bir tomonidan ikkinchi tomoniga bir necha marta yugurib o'tadilar. Ular har safar yugurib o'tishlarida ushlangan o'rtoqlariga qo'l tekkizib ularni qutqarishga intiladilar. Qutqarilgan o'yinchilar qolgan bolalar bilan birga chiziq orqasiga qochib o'tadilar.

“Ayozi”lar bir marta ham ushlay olmagan yoki boshqalardan ushlangan o'yinchilar yutgan hisoblanadilar.

O'yin qoidalari. 1. Yugurib o'tish paytida bolalar bir-birlarini turtishlari man etiladi. 2. “Uy”dan yugurib chiqqan o'yinchilar orqaga qaytishlari mumkin emas. 3. Onaboshilar- “Ayozi”lar chiziq orqasida turgan o'yinchilarga qo'l tekiza olmaydilar.

Bu o'yinda. Chaqqonlik, epchillik va chap berib yugurish malakasi hosil qilinadi.

24- “Chumchuqlar” o'yini

Darsning maqsadi: “Chumchuqlar” o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r, xushtak.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Kattaligi 5- 8 m li aylana (“don” sepilgan joy) chiziladi.

O'yin tavsifi. Kattaligi 5- 8 m li aylana (“don” sepilgan joy) chiziladi. Onaboshidan boshqa o'yinchilar “Chumchuq”lar hisoblanib, aylana atrofiga joylashadilar. Onaboshi, ya'ni “Katta qush” aylananing o'rtasida turadi.

“Chumchuq”lar bir oyoqlab sakrab-sakrab, goh aylananing ichiga kirib, goh undan chiqib uchadilar. “Katta qush” aylana ichida yuguradi, aylana ichkarisidagi “Chumchuq”larga qo'l tekkizmoqchi bo'ladi va yana “don”ni terib eydi. “Katta qush”, “cho'qib” olgan bola o'yinni davom ettiradi.

“Chumchuq”lar “Katta qush”ga chap berib, aylana ichida uzoqroq turishga harakat qiladilar. Rahbar “cho'qib” olingan “Chumchuq”larni aniqlaydi. Onaboshining qo'li tegmagan o'yinchilar eng chaqqon, epchil hisoblanib, o'yinda g'olib chiqqan bo'ladilar.

O'yin qoidalari. 1. Oyoqni 3 marta sakragandan keyin almashtirish mumkin. 2. Onaboshi o'yinchilarga faqat aylana ichida qo'l tekkizishi mumkin.

Bu o'yinda bolalarning bir joydan ikkinchi joyga tez-tez sakrab yurish malakalari hosil qilinadi.

25- “Kim mergan ” o'yini

Darsning maqsadi: “Kim mergan” o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r, to'p, g'o'lachalar.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yinchilar bir qatorga saflanib, "Bir", "ikki" deb sanaydilar. So'ngra birinchi sonlilar birinchi guruh, ikkinchi sonlilar ikkinchi guruh bo'lib saflanadilar.

O'yin tavsifi. O'yinchilar bir qatorga saflanib, "Bir", "ikki" deb sanaydilar. So'ngra birinchi sonlilar birinchi guruh, ikkinchi sonlilar ikkinchi guruh bo'lib saflanadilar. Agar o'yinchilar bir safga tizilganda maydonga sig'masalar, ikki qator bo'lib turishlari ham mumkin. Bunda ham o'yinchilar ikki guruhni tashkil etadilar.

Endi o'yinchilarning oyoqlari uchidan chiziq tortiladi. To'p o'sha chiziqdan turib otiladi. Bunda guruhlarning har bir o'yinchisiga bittadan to'p beriladi. Qatordan 6-8 m nariga esa shu chiziqqa paralel ravishda ikki xil rangga bo'yalgan 10 ta g'o'lacha bir ikki qadam oralatib terib qo'yilgan bo'ladi. Har bir guruh xohlagan rangdagi g'o'lachalarni tanlaydi.

O'yin rahbarining ishorasiga ko'ra ikki guruh a'zolari to'pni bir vaqtning o'zida g'o'lachalarga qarab otadilar. Yiqilgan g'o'lachalar bir qadam nari surib qo'yiladi. O'yin davomida o'z nishonlarini uzoqqa sura olgan guruh (nishonlarning hammasi umuman necha qadam surilgani hisobga olinadi) yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. To'p tegib yiqilgan g'o'lachalar yangi joyga surib qo'yiladi. 2. Bir guruh yiqitgan g'o'lachalarni yangi joyga boshqa guruhning o'yinchilari olib qo'yadilar.

Bu o'yinda: mo'ljal olish malakasi hosil qilinadi.

26- "Kim oldin" o'yini

Darsning maqsadi: "Kim oldin" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: chamberak, arqon.

Ishni bajarish tartibi:

1. O'yinga tavsif berish.
2. Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
3. O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
4. Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yinchilar orasidan ikki yoki uch kishi ajratiladi, ularning har biri bittadan chamberakni erga tik qo'yib ushlab turadi. Chamberakdan nariroqqa arqon tortib qo'yiladi.

O'yin tavsifi. O'yinchilar orasidan ikki yoki uch kishi ajratiladi, ularning har biri bittadan chamberakni erga tik qo'yib ushlab turadi. Chamberakdan nariroqqa arqon tortib qo'yiladi. O'yinchilar ikki-uch guruhga bo'linadilar. Har bir guruh o'z chamberagi qarshisida bir qator bo'lib tuziladi.

Rahbarning ishorasi bilan qatorlar boshida turgan o'yinchilar (ikki yoki uch kishi) yugurib borib, chamberakdan o'tib, chamberakning orqa tomonida tortib qo'yilgan arqonga etib boradi. Kim ilgari etib borsa, shu o'yinchi yutgan hisoblanadi. Hamma bolalar chamberakdan o'tib bo'lganlaridan keyin o'yin tugaydi.

O'yin qoidalari. 1. O'yin rahbari ishora qilmay turub o'yinchilar yugurib ketishlari mumkin emas. 2. O'yinni to'liq va to'g'ri bajarilishiga o'yinchilar katta ahamiyat berishlari lozim.

Metodik ko'rsatma: Ishtirokchilar o'yinni yaxshi o'zlashtirib olganlaridan keyin bu o'yinni musobaqa tarzida o'tkazsa yanada maqsadga muvofiq bo'ladi.

27- "Ko'z bog'lash" o'yini

Darsning maqsadi: "Ko'z bog'lash" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.

3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: ro'molcha, qo'ng'iroqcha.

Ishni bajarish tartibi:

1.O'yinga tavsif berish.

2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.

3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.

4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yin qatnashchilari bir-birlari bilan qo'l ushlab aylana hosil qilib turadilar. O'yin rahbari yoki o'qituvchi ikki o'yinchini aylana o'rtasiga chaqirib, ularning ko'zlarini toza ro'molcha bilan bog'laydi va birining qo'lga qo'ng'iroqcha beradi.

O'yin tavsifi. Bu o'yinni zalda yoki sport maydonchasida o'tkazish mumkin. O'yin qatnashchilari bir-birlari bilan qo'l ushlab aylana hosil qilib turadilar. O'yin rahbari yoki o'qituvchi ikki o'yinchini aylana o'rtasiga chaqirib, ularning ko'zlarini toza ro'molcha bilan bog'laydi va birining qo'lga qo'ng'iroqcha beradi. Keyin ularni turli tomonlarga olib borib bir aylantirib qo'yib yuboradi.

Rahbarning ishorasi bilan qo'li bo'sh o'yinchi o'z o'rtog'ining otini aytib chaqiradi. Ikkinchi bola esa chaqirish o'rniga qo'ng'iroqchani chaladi. Tutuvchi tovush chiqqan tomonga qarab yuradi va o'rtog'ini ushlab harakat qiladi. Qochuvchi ham, o'z navbatida, qo'ng'irog'ini chalib qochadi, ammo uzoqqa bora olmaydi, chunki u xam aylana hosil qilib turgan o'yinchilardan tashqariga chiqmay harakat qiladi. Agar qo'ng'iroq ushlagan o'yinchi raqibining qo'lga tushsa, ikkala o'yinchining vazifasi almashiriladi, o'yin qochuvchi ushlangunicha davom ettiriladi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinda qatnashuvchi barcha o'quvchilar davrada bir-birlarining qo'llaridan ushlab turadilar. 2.O'yinchilardan bittasi (narsa ushlagani) tutilganda, o'yin vaqtincha to'xtatiladi. Ularning vazifalari o'zgaradi va o'yin yana davom etadi. Agar unisi ham ushlansa, davraga yangi o'yinchilar tushadilar.

Metodik ko'rsatmalar. Bu o'yinni bolalar bog'chalarining katta guruhlari va boshlang'ich sinf o'quvchilariga ham tavsiya etish mumkin. Bu o'yinda o'quvchining eshitish qobiliyati, diqqati, harakat chaqqonligi tarbiyalanadi. Mabodo, o'yinga o'quvchilarning qiziqishi susaysa uni darhol to'xtatish lozim.

28- "Yo'lda tutish" o'yini

Darsning maqsadi: "Yo'lda tutish" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.

2.O'yinda ishtirok eta oladi.

3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r

Ishni bajarish tartibi:

1.O'yinga tavsif berish.

2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.

3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.

4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Maydoncha teng ikkiga bo'linadi. O'yinchilar ham ikki guruhga bo'linib, o'tkazilgan chiziqning ikki tomonida bir-birlariga qarab turadilar.

O'yin tavsifi. Maydoncha teng ikkiga bo'linadi. O'yinchilar ham ikki guruhga bo'linib, o'tkazilgan chiziqning ikki tomonida bir-birlariga qarab turadilar. O'qituvchining birinchi ishorasidan so'ng guruhlardan biri ikkinchisiga qarab keladi. To'qnashuvga 5-6 qadam qolganda o'qituvchi to'satdan ikkinchi ishorani beradi. Yugurib kelayotgan guruh o'yinchilari bu ishoradan keyin tezda orqaga qarab qochadilar, ikkinchi guruhning o'yinchilari esa ularni quvlab tutishlari kerak. Tutilgan o'yinchilar o'sha joylarining o'zida to'xtab qoladilar. O'qituvchi tutilganlarni sanab chiqadi va ular yana o'z joylariga borib turadilar. Tutgan o'yinchilar ham o'z guruhlariga borib qo'shiladilar. So'ngra guruhlar

vazifalarini almashtiradilar. O'yin bir necha marta takrorlangandan keyin o'qituvchi yakun yasaydi. O'yinchilar kamroq tutilgan guruh yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. Yugurib ketayotgan o'yinchilar ishora qilgunicha baravar yugurib borishlari lozim. 2. Quvlovchi guruhning o'yinchilari ishoradan oldin chiziqdan o'tmasliklari kerak. 3. Maydoncha chizig'idan tashqariga chiqqan o'yinchi tutilgan hisoblanadi.

29- "Polizga kirgan quyonlar" o'yini

Darsning maqsadi: "Polizga kirgan quyonlar" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r, qog'oz to'pcha,

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Katta – kichik ikkita aylana chiziladi. Tashqi aylananing kattaligi 7-9 m, ichki aylananiki esa 3-4 m bo'ladi. Bir Onaboshidan boshqa hamma bolalar "Quyon" bo'lib, katta aylanadan tashqarida turadilar.

O'yin tavsifi. Katta – kichik ikkita aylana chiziladi. Tashqi aylananing kattaligi 7-9 m, ichki aylananiki esa 3-4 m bo'ladi. Bir Onaboshidan boshqa hamma bolalar "Quyon" bo'lib, katta aylanadan tashqarida turadilar. Onaboshi (qoravul) ingichka rezinaga bog'langan, qipiq to'latilgan qog'oz to'pchani ushlab, kichik doiraning o'rtasida turadi. Kichik doira "Poliz" ichida va katta-aylana chizig'i bilan chegaralangan maydonga yugurib yuradi. U har gal rezinaga bog'langan to'pcha bilan "Quyonlar"ni "Otish"ga harakat qiladi. "Quyon"lar har tarafga sakrab-sakrab chap berib qochadilar va tez-tez "Poliz"ga tushishga intiladilar. Qorovulning to'pi tekkan "Quyon" "Otil"gan hisoblanadi. "Otilgan quyon" katta doira tashqarisidagi chiqishi va "O'q tekkan" joyini 5-6 marta shoshmasdan silashi kerak. "Quyon"ni "Otgan" Qorovul boshqa o'yinchilarga qo'shiladi va "Otilgan" "Quyon" uning o'rniga o'tadi.

Rahbar "Poliz"ga ko'proq tushgan, ammo, Qorovulning "O'qi" kamroq tekkan yoki sira "O'q" tegmagan "Quyon"larni aniqlaydi. Bunday bolalar eng chaqqon o'yinchilar hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. "Quyon" bo'lib qatnashayotgan o'yinchilarga bir oyoqda yugurish va sakrash man etiladi. 2. Onaboshi- qorovul to'pni o'yinchilarga "Poliz" va "Katta aylana" ichida bo'lganlaridagina tegizishga haqlidir.

Metodik ko'rsatma. O'yin 30 daqiqa davom etadi va bir necha marta takrorlanadi. Uni takrorlashdan ilgari bolalar har safar bir oz dam olganlari ma'qul.

Bu o'yinda: oldinga, orqaga sakrash hamda epchillik bilan chap berib yugurish malakasi hosil qilinadi.

30- "O'zingga joy top" o'yini

Darsning maqsadi: "O'zingga joy top" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: bo'r,

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.

3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.

4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Onaboshi qilib tayinlangan o'yinchidan boshqa o'yinchilarning barchasi beshta kichik doiragacha tizilib katta davra hosil qiladilar.

O'yin tavsifi. Onaboshi qilib tayinlangan o'yinchidan boshqa o'yinchilarning barchasi beshta kichik doiragacha tizilib katta davra hosil qiladilar. Rahbar o'yinchilarni birdan beshgacha qilib ajratadi va ularga nomerlarini aytib, har kim o'z nomerini unutmasligi va ularga nomerini aytib, har kim o'z nomerini unutmasligi zarurligini uqtiradi. Onaboshi o'yinchilar hosil qilgan katta davra o'rtasiga borib turadi. Shundan keyin rahbar birdan beshgacha bo'lgan nomerlarni navbat bilan chaqiradi. Nomeri aytilgan o'yinchilar bir-birlari bilan joy almashadilar. Onaboshi bo'shagan joylardan birini egallashga intiladilar. Agar u bunga muvaffaq bo'lsa, joysiz qolgan o'yinchining nomeri unga o'tadi. Joysiz qolgan o'yinchi esa Onaboshi bo'lmagan yoki boshqalarga qaraganda kamroq. Onaboshi bo'lgan o'yinchilar yutgan hisoblanadilar. O'yin natijalarini yakunlashda birinchi Onaboshilik qilgan o'yinchi hisobga olinmaydi.

O'yin qoidalari. 1. Joy almashinish vaqtida doirachaga boshqa o'yinchidan oldin oyoq qo'ygan (hatto, bitta oyog'ini qo'ygan) o'yinchi doirachani egallagan hisoblanadi. 2. Egallagan doirachadan o'yinchini itarib chiqarish, o'yinchini bir doirachadan ikkinchi doiragacha yugurib o'tayotganida ushlab qolish taqiqlanadi.

O'yinning ikkinchi varianti sifatida o'yinchilar turadigan doirachalarni boshqa biror shakl bilan almashtirsa ham bo'ladi.

Bu o'yinda. Tez va qisqa-qisqa yugurish malakasi hosil qilinadi.

31- "Kim keldi" o'yini

Darsning maqsadi: "Kim keldi" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: xushtak

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yinchilar yarim doira shaklida turadilar . Bir Onaboshi tayinlanadi. U o'yinchilarga orqa o'girib turadi.

O'yin tavsifi. O'yinchilar yarim doira shaklida turadilar . Bir Onaboshi tayinlanadi. U o'yinchilarga orqa o'girib turadi. Rahbarning ishorasiga ko'ra bir o'yinchi uning oldiga keladi va qo'lini uning elkasiga tegizib, darrov o'z joyiga borib turadi. Onaboshi "Bir", "ikki", "uch!"- deb orqasiga buriladi va uning oldiga kim kelib, elkasiga kim qo'l tegizganini aytadi. Agar topsa, qo'lini tegizgan o'yinchi Onaboshi bo'ladi, topolmasa Onaboshi o'zi qoladi.

O'yin qoidalari. 1. Onaboshi "Bir", "ikki", "uch!" demay turib orqaga burilmaydi. 2. Onaboshining yoniga kelayotgan o'yinchi sekin, qadamini sezdirmay kelishi lozim.

32- "Nishonga kirit" o'yini

Darsning maqsadi: "Nishonga kirit" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: to'p, skameyka, bo'r

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Bolalar skameykada o'tirishadi, ulardan nariroqda chiziq tortilgan bo'ladi, chiziqdan ikki-uch metr uzoqlikda darvoza turadi.

O'yin tavsifi. Bolalar skameykada o'tirishadi, ulardan nariroqda chiziq tortilgan bo'ladi, chiziqdan ikki-uch metr uzoqlikda darvoza turadi. Bola o'rnidan turib chiziqqa yaqinlashib keladi va erda yotgan to'plardan birini qo'lga oladi. Uni darvozaga kiritishni mo'ljallab, yumalatadi. Keyin topshiriqni navbatdagi bola bajaradi.

To'pni bir qo'l bilan ham itarib yuborish mumkin. Bolalar uni darvozaga tushirishni o'rganib olganlaridan keyin, ularga keglini urib yiqitish singari murakkabroq topshiriqlar beriladi.

O'yindan maqsad. Bu o'yinda bolalarga to'pni dumalatib darvozaga kiritish o'rgatiladi va chaqqonlik ko'nikmasi hosil qilinadi.

33- "ChO'NQA ShUVOQ" O'YINI

Darsning maqsadi: "Cho'nqa shuvoq" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: uzunligi 150 santimetrlik yog'och, bir bog' shuvoq.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Diametri 3 m doira chizilib, doira o'rtasiga 50 sm balandlikdagi qoziq o'rnatiladi va uni atrofiga shuvoq bog'lanadi. Qoziqning yuqori qismiga bir yarim metrlik uzunlikdagi ingichka ip halqasimon qilib bog'lanadi. Ip uchini boshlovchi ushlab turadi.

O'yin tavsifi. O'ynovchilar doira atrofida turadilar. O'qituvchining signalidan so'ng o'ynovchilar yugurib kelib shuvoqdan yulib olishga harakat qiladilar. O'yinboshi ipni ushlab olgan holda shuvoqdan yulib olishga harakat qilayotgan o'ynovchilarni tepish bilan shuvoqni himoya qila olsa, yoki biror marta shuvoqni yulib olishga imkon bermagan boshlovchi o'yinda g'olib hisoblanadi.

O'yin qoidalari:

- 1.O'yinda 7-8 kishi qatnashadi.
- 2.Boshlovchi o'yinchini doira ichidan chiqarimasdan ushlab kerak.
- 3.Oyoqni faqat belidan yuqoriga tekizishi mumkin.
- 4.Shuvoqni yulib olish shart.

34-«SOQQA» O'YINI

Darsning maqsadi: "Soqqa" o'yini orqali talabalarda ephillik, tezkorlik va aniq nishonga olish sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: 500 – 1000 gramm tosh.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'ynovchilar teng ikki guruhga bo'linib, chiziq orqasida qator bo'lib turadilar. Har bir o'yinchi qo'lida 500-1000 g toshni ushlab turadi.

O'yin tavsifi. O'qituvchi signal berishi bilan birinchi guruh o'yinchisi soqqa (tosh) ni uzoqqa dumalatib tashlaydi, ikkinchi guruh o'yinchisi qo'lidagi soqqa bilan tashlangan soqqani mo'ljalga olib, tekizishga harakat qilib otadi. O'yinchi soqqani 7-hisobga sanaguncha tekizishi kerak, agarda tekiza olmasa, unda guruhning boshqa o'yinchisiga toshni tashlashga ruxsat etiladi. O'yinchi soqqani soqqaga tegizsa, unga bir ochko beriladi, shundan so'ng shu guruhning navbatdagi o'yinchisiga soqqani otishga ruxsat beriladi. Agarda u soqqani tegiza olmasa, boshqa guruh o'yinchisi soqqani otadi va h.k.O'yinda kamroq xatoga yo'l qo'yib, ko'proq ochko to'plagan guruh g'olib chiqadi.

O'yin qoidalari:

- 1.O'ynovchilar start chiziqdan signal berishdan oldin chiqishlari mumkin emas.
- 2.Yugurib kelgan o'ynovchi navbatdagi o'ynovchining qo'lga qarsak urgandan so'ng start chizig'idan o'tishi mumkin.
- 3.Belgilangan joylarga toshlar to'g'ri qo'yilib va yig'ishtirib olish shart.

35- «TEPKI» O'YINI

Darsning maqsadi: «Tepki» o'yini orqali talabalarda kuchlilik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: diametri 8 metrli doira chiziladi.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish: Xalqimiz to'y va sayllarda kurash tushish, ko'pkari chopish, har xil xalq o'yinlarini o'ynab kelganlar. Bu o'yinlar uzoq tarixga ega bo'lib, afsuski, bizgacha uning oz qismi etib kelgan. «Tepki» o'yini uchun diametri 8 m li doira chiziladi. O'yinni yakkama-yakka, guruh-guruh yoki komandaga bo'linib o'tkaziladi.

O'yin tavsifi. O'ynovchilar teng ikki guruhga bo'linib, doira ichida turadilar. O'qituvchi signal berishi bilan o'yin boshlanadi. O'yinchilar doira ichida bir-birlarini tepadilar va o'zlariga tekizmaslik uchun goh chap, goh o'ng tomonga chap berib, doira ichida yuradilar. O'yinga bardosh bera olmasdan, doira tashqarisiga chiqib ketgan o'yinchi yutqazgan hisoblanadi (o'yindagi usul ishlatilgan vaqtda chiqib ketilsa hisoblanmaydi). So'ngra keyingi juftlik tushadi va h.k. O'yin vaqtda oyoqdan ushlab ag'darish yoki oyoqni burib yiqitish, chiziqdan chiqarib yuborish mumkin. O'yinda ko'p ochko to'plagan guruh yoki o'yinchi g'olib hisoblanadi.

O'yin qoidasi:

- 1.Qoringa, yuzga tepish ma'n etiladi.
- 2.Pastki qismiga tepish mumkin emas, agarda tepilsa, 1 jarima ochko beriladi.
- 3.O'yinni hakam boshqarib borishi shart.

36- «ELKADA KURASHISH» O'YINI

Darsning maqsadi: “Elkada kurashish” o'yini orqali talabalarda kuchlilik va chidamlilik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: 6-8 metrli doira chiziladi.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'ynovchilar teng ikki komandaga bo'linadi. Ular diametri 6-8 m li doira ichida juftlar bir-birlarining elkasiga chiqib o'tiradi. Chavandoz otga nisbatan engil bo'lishi kerak.

O'yin tavsifi. O'qituvchi signal berishi bilan chavandozlar bir-birlarining qo'llaridan ushlab, tortib erga yiqitishga harakat qiladilar, yiqitilgan chavandoz yutqazgan hisoblanadi.

Agarda bir-birlarini tortish vaqtida doiradan tashqariga chiqqan o'yinchi yutqazgan hisoblanadi. O'yin tekis, maysa bilan qoplangan erda yoki sport zalida, to'shakning ustida o'tkazilishi mumkin.

O'yin qoidasi:

- 1.Elkada o'tirgan o'yinchilar bir-birlarining qo'llaridan ushlagandan keyin tortishi mumkin.
- 2.Bir-birini tortish yoki kiyimdan ushlab tortish ma'n etiladi.
- 3.Tortish vaqtida doiradan chiqish mumkin emas.

37-«OTIB QOCHAR» O'YINI

Darsning maqsadi: “Otib qochar” o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: koptok, qur'a.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. Bu o'yinga butun sinf o'quvchilari qatnasha bo'ladi yoki teng ikki komandaga bo'linadi. Otish joyi chizig'i chiziladi. Chiziqdan oldingi joyda ikki qadam kenglikda doira belgilanadi. Bu doira to'pni uruvchi o'yinchilarning himoya uyi bo'ladi.

To'pni otish va urish chizig'idan 25-30 m uzoqlikda marra belgilanadi.

O'yin tavsifi. Ikki komanda o'yinchilari otish joyida kim qolishi uchun qur'a tashlaydilar. Otish joyida qolgan o'yinchilarga qarshi komandaning bir o'yinchisi koptok tashlab beradi. O'yinchi koptokni uzoqqa otishi lozim, agarda koptok uzoqqa tushsa, o'zi marra chizig'iga borib, joyiga qaytib ketishi kerak. Koptok uzoqqa tushmasa, unda o'yinchi doira o'y ichiga kirib dam oladi.

Himoyachilar urilgan koptokni erdan ilib olib, marraga yugurmoqchi bo'lgan o'yinchini uradi. Koptok tegsa, himoyachilar otish chizig'iga yuguradilar, koptok tekkan o'yinchi darhol koptokni ushlab, himoyachilarni uradi va otish chizig'iga yuguradilar. Himoyachi koptokni ilib olsa, koptokni erga qattiq uradi va otish chizig'iga hamma yuguradi, ya'ni o'rinlarini almashadilar.

To'pni erga urib o'rin almashtirmoqchi bo'lgan komandaning o'yinchilarini ular yana urishi mumkin. O'yinda vazifani tez va aniq bajaragan komanda g'olib chiqadi.

O'yin qoidalari:

- 1.O'yinchi marra chizig'iga borib kelishga ulgurishi kerak.
- 2.Koptokni tegiza olmagan o'yinchi to'pni olib, qaytadan otishi mumkin.
- 3.Koptokni ilib olgan o'yinchi o'zi koptokni erga urishni bajaradi.
- 4.Koptokni qo'lda ko'p vaqt ushlab turish ma'n etiladi.

38- «ChILLAK» O'YINI

Darsning maqsadi: "Chillak" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: uzunligi 70-80 sm tayoq.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi xolatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yinga tayyorlanish. O'yinni boshlashdan oldin uzunligi 70-80 sm tayoq tayyorlanadi. «Chillak» 2 sm diametrlil 15 sm uzunlikdagi tayoqchaga silliqqlanib, ikki uchi qalam singari chiqariladi. O'ynovchilar ikki komandaga bo'linadilar.

O'yin tavsifi. O'qituvchining signali bilan har ikkala komandaning bittadan o'yinchisi uzun tayoq bilan chillakni qo'lda ushlab, havoda tushirmasdan urib turadi. Qaysi komanda o'yinchisi ko'p urib tursa, o'sha komanda o'yinchisi o'yinni boshlab beradi. Chillakni boshlash uchun har o'rilganda, 1-2-3-4 deb sanaladi. O'yinni boshlash uchun erdan qaqqanoq (chuqur) tayyorlanadi. Erga balandligi 4-5-6 sm bo'lgan ikki tosh olinib, oralig'i 10 sm masofada yonma-yon joylashtiriladi. Chillak cho'pi boricha toshlar (qaqqanoq) ustiga qo'yiladi. Uzun tayoqchani uchi bilan toshlar (qaqqanoq) ustidagi chillakni yuqoriga ko'tarib, uzun tayoq bilan chillakni ikkinchi komanda o'yinchilari toshga (qaqqanoq) mo'ljallab tashlaydi. Chillak toshga (qaqqanoq) tegsa yoki tayoq bilan o'lchanganda chillakka etsa, boshlovchi qo'lidagi tayog'ini komandadoshiga beradi. Komandadosh ham toshdan (qaqqanoqdan) chillakni uradi. Chillakni o'lchaganda etmasa, ya'ni chillak tushgan erdan uni bir uchidan qo'l bilan ko'tarib, tayoq bilan sanchitib uriladi. Bu harakat yana ikki marta takrorlanadi. Lekin qo'l bilan ko'tarilmaydi. Qarshi komanda o'yinchilari yana chillakni qaqqanoqqa tashlaydilar, o'lchaganda etmasa, yana ikki marta oldingiday bajariladi. Qaqqanoqqa yaqinlashmasa, yana takrorlanadi. Yonidagi komandadoshlariga yoki tomoshabinlariga ham berilishi mumkin.

O'yin vaqtida chillakni tashqaridagilar ilib olsa, o'ynayotgan o'yinchining sanashi kam bo'lsa, kuyadi. O'yinda komandadan nechta o'yinchi bo'lsa, bir marta tayoq otish huquqiga ega.

O'rtaq bergan janadan tashqari, ya'ni o'yin boshlanishidan kirmaydi.

U janadan o'yinni boshlash uchun bajarilgan edi. Komandadagi har bir o'yinchi bir marta o'z qo'lida otish huquqiga ega. Komanda janalari tugasa, o'z o'rmini ikkinchi komandaga berish majburiydir. O'yinga marra belgilanadi. Agar marra 25 yoki 50 m bo'lsa, bu albatta, jana soni bilan belgilanadi. Marraga etgan komanda qarshi komandani zuvillatadi. Zuvillatish uchun komandada ikki o'yinchi bo'lsa, ikkovi jana qiladi. Jana soni nechta bo'lsa, qaqqanoqdan urilgandan tashqari hammasi erdan ko'tarib uriladi. Shu orliqdagi masofani boshqa komandadagi ikkala o'yinchi nafas olmasdan zuvlab keladi. Bajara olmasa, qayta takrorlanadi.

39-«QULOQ ChO'ZMA» O'YINI

Darsning maqsadi: “Quloq cho’zma” o’yini orqali talabalarda epchillik va chidamlilik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o’quv maqsadlari:

- 1.O’yin qoidasi to’g’risida tushunchaga ega bo’ladi.
- 2.O’yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O’yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: yong’oq yoki tuxum kattaligidagi latta tugun.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O’yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o’stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O’yinni tashkil qilish va o’tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O’yinga tayyorlanish. O’yin bolalarda chapdastlik, epchillik va chidamlilik sifatlarini rivojlantirishga ko’maklashadi. O’yinboshi yong’oq yoki tuxum kattaligidagi latta tugun tayyorlaydi. Har bir o’yinchi uchun sovrin qo’yiladi. Tugunchani olib kelib topshirish uchun marra joy belgilanadi.

O’yin tavsifi. O’yinboshi sovrinni e’lon qilib, tugunchani o’ynaydigan bolalardan uzoqroq joyga otadi. O’ynovchilar tugunchaga qarab chopishadilar. Tugunchani qo’lga kiritgan bola o’yinboshi tomon yuguradi. Boshqalar uni yo’lda tutib, yiqitib qulog’ini cho’zadilar. Qulog’ini cho’zdirmaydigan, qulog’i og’riydigan bola tugunchani duch kelgan, yo o’ziga, yoki o’rtog’i tomonga otib yuboradi. Tugunchani olgan o’ynovchi tezlik bilan yoki jonli to’siqlarga chap berib o’tib, o’yin boshiga bersa, u sovrin oladi. Agar yo’li to’silib qolsa, tugunchani u ham otib yuboradi. O’yin shu tariqa davom etadi. Tugunchani o’ynovchi qo’liga etkazib bersa, shu zahotiy o’yin to’xtatiladi va g’olib e’lon qilinadi.

O’yin qoidalari:

- 1.Tuguncha tuxumdan katta bo’lmasligi shart.
- 2.Tugunchali o’yinchini qo’li, oyog’i, gavdasidan tortib to’xtatishga ruxsat beriladi.
- 3.Quloqni faqat bir qo’llab cho’zish mumkin, chunonchi tirnoqni botirib (qattiq og’ritib) cho’zish ta’qiqlanadi.
- 4.Tuguncha otib, uzoqdan tashlab, o’yinboshiga berish mumkin emas. Shaxsan qo’liga tutqazilsa, inobatga olinadi.
- 5.Qoidani buzgan o’yinchilar chiqarib yuboriladi

40-«ChAVANDOZ YoKI ULOQ» O’YINI

Darsning maqsadi: “Chavandoz yoki uloq” o’yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o’quv maqsadlari:

- 1.O’yin qoidasi to’g’risida tushunchaga ega bo’ladi.
- 2.O’yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O’yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: qo’y yoki echki terisi, mato yoki eski ko’rpacha

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O’yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o’stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O’yinni tashkil qilish va o’tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O’yin tavsifi. O’yinning bu turi ko’kalamzorda yoki sport zalida o’tkaziladi. Bu o’yinni yuqori sinflar bilan o’tkazgan ma’qul. O’yinda faqat o’g’il bolalar ishtirok etadilar. Ular soniga, jisman

baquvvatligiga qarab kamida 4 kishidan tashkil topgan 2 ta guruhga bo'linadilar. Maydonning bir chetiga kattaligi 1,5 metrli doira chiziladi. Bu doira marra hisoblanib, uloqni tashlash uchun belgilanadi. O'yin uchun oddiy qo'y yoki echki terisidan bo'yi 40 sm, eni 15-20 sm bo'lgan bolish (uloq) tikiladi. Teri topilmaganda uloqni matodan yoki eski ko'rpachadan yasasa ham bo'ladi.

O'yinni boshlashdan oldin guruhlar maydon chetida saflanadilar. Hakamning hushtagi chalinishi bilan uloq maydon o'rtasiga tashlanadi. O'yinchilar kelishib, bir-birlarining orqasiga opichib olishadi va uloqni olish uchun yuguradilar. Qaysi bir chavandoz birinchi bo'lib, uloqni marraga, ya'ni doiraga olib kelib tashlasa, o'sha guruh g'olib deb hisoblanadi. O'yin shu tarzda davom etadi.

O'yin qoidalari. 1. Juftlik vazn jihatdan bir-biriga mos bo'lishi kerak. 2. Uloqqa tomon yugurganda to's-to'polon bilan yugurish ma'n qilinadi.

Bu o'yinda: kuchli va chaqqon harakat qilish malakasi orttiriladi.

41- YIG'ISH - TERISH MUSOBAQASI

Darsning maqsadi: "Yig'ish-terish musobaqasi" o'yini orqali talabalarda tezkorlik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: uchtadan kubcha yoki gorodki g'o'lachasi.

Ishni bajarish tartibi:

1. O'yinga tavsif berish.
2. Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
3. O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
4. Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar qatnashchilarning soniga qarab, 2-3 guruhga bo'linadi va ular bir qatorga saflanadilar. Qatorlardan 8-10 metr nariga ketma-ket 3 tadan aylanacha chiziladi. Qatorlar oldida turgan o'yinchilarga uchtadan kubcha yoki gorodki g'o'lachasi beriladi. Onaboshining «Diqqat!» va «Marsh!» degan ishorasidan keyin qatorlar boshida turgan o'yinchilar o'z ro'paralaridagi aylanachalar tomon yuguradilar va qo'llaridagi buyumlarni aylanachalar ichiga terib qo'yib, o'z qatorlariga yugurib, qaytib keladilar va navbatdagi o'yinchining kaftiga kaftlarini urib, o'z qatorlarining oxiriga borib turadilar. Navbatdagi o'yinchilar yugurib borib, aylanachalardagi buyumlarni yig'ib olib keladilar va ularni keyingi o'yinchilarga topshiradilar. O'yin hamma o'yinchilar borib kelgunlariga qadar davom ettiriladi. O'yinni tez tamomlagan guruh yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. Navbat kutib turgan o'yinchilar buyumni qabul qilib olganlaridan keyingina yugurib ketishlari mumkin. 2. Navbat kutib turgan o'yinchi yugurib ketganidan so'ng qatordagilar bir qadam oldinga suriladilar. 3. Buyumlarni faqat aylanachalar ichiga qo'yish mumkin. Agar buyum aylanachadan tashqariga qo'yilgan bo'lsa, uni o'sha erga qo'ygan o'yinchi qaytib borib, aylana ichiga qo'yishga majbur.

42- SAVAT YO'KI YA SHIKKA TO'P TUSHURISH

Darsning maqsadi: "Savat yoki yashikka to'p tushurish" o'yini orqali talabalarda tezkorlik, ephillik va nishonni aniq olish sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: kattaligi 50 sm.li savatlar.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchi bittadan bo'lib, 3-4 qatorga saflanadilar. Qatorlar soni qancha bo'lsa, shuncha savat (kattaligi 50 sm) yoki yashiklar o'rnatiladi. Savatlar qatoridan 3-4 metr naridagi ustunlarga yoki daraxtlarga o'rnatiladi. Qatorlar boshida birinchi bo'lib turganlarning oyoqlari oldidan chiziq o'tkaziladi. Qator boshida turganlarga bittadan to'p beriladi.

Onaboshi ishora qilishi bilan qator boshida turganlar to'plarini otib savatga tushurishga harakat qiladilar. Qator oxirida turganlar esa tushgan to'pni olib kelib, navbatdagi o'yinchilarga beradilar. To'pni otganlar to'pni olib keluvchilar o'rniga borib turadilar. Savatga ko'proq to'p tushurgan guruh g'olib chiqqan hisoblanadi.

O'yin qoidalari: 1. To'pni savatga tashlaganda chiziqdan o'tish mumkin emas. Chiziqdan o'tgan holda savatga tushirilgan to'p hisobga olinmaydi. 2. Hamma o'yinchilar navbat bilan savatga to'p tashlashlari lozim.

Metodik ko'rsatmalar. O'yinchilar 3-4 metr naridan to'pni savatga tashlashni o'zlashtirib olganlaridan keyin masofani yanada uzaytirish mumkin. Savat yoki yashik bo'lmasa, uning o'rniga chamberakdan ham foydalanish mumkin.

43- «KARTOSHKA EKISH» O'YINI

Darsning maqsadi: "Kartoshka ekish" o'yini orqali talabalarda chaqqonlik va tezkorlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: yong'oq yoki tuxum kattaligidagi latta tugun.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar o'zaro teng 2 yoki 3 guruhga bo'linib, bir-biriga parallel qatorlarga saflanadilar. O'yin uchun 5 tadan kartoshka solingan 2-3 xalta bo'lishi kerak. Qatorlardan 20-30 metr nariga ketma-ket 5 tadan doirachalar chiziladi.

Rahbar «Diqqat!», «Marsh!», - deb bo'yruq berishi bilan qator boshida turgan o'yinchilar o'z doirachalariga yuguradilar, kartoshkalarni doirachalar ichida qoldirib, yugurganlaricha qaytib keladilar va xaltachalarni navbatdagi o'yinchilarga beradilar. Bu o'yinchilar ham yugurib borib, kartoshkalarni xaltachalarga soladilar va yana o'z qatorlariga qaytib keladilar va hokazo. Barcha o'yinchilari oldinroq yugurib bo'lgan guruh yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1.Kartoshkalarni faqat doirachalar ichiga qo'yish kerak. Agar biron kartoshka doiracha ichidan tashqariga dumalab chiqib ketsa, o'yinchi qaytib borib, uni doirachaga qo'yishi va shundan keyin o'z joyiga kelishi lozim. 2. Sherigidan xaltani qabul qilib olgandan keyingina yugurib ketish mumkin. 3. Yugurib qaytib kelgan o'yinchi qatorning oxiriga borib turadi.

Bu o'yinda: yugurish malakasi mustahkamlanadi.

44- «ARQON TORTISHISH» O'YINI

Darsning maqsadi: “Arqon tortishish” o'yini orqali talabalarda epchillik, kuchlilik va chidamlilik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: Arqon va rangli lattacha.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. Maydonchaning o'rtasidan uchta chiziq tortiladi. Hamma o'yinchilar kuch jihatdan baravar ikki guruhga bo'linadilar va chiziq orqasida turadilar. O'rtadagi chiziq ustiga arqoncha tashlab qo'yiladi. Arqonning qoq o'rtasiga rangli latta bog'lab qo'yilgan bo'ladi.

Rahbar ishora qilishi bilan ikki guruh o'yinchilari kelib, arqonning o'z tomonlarida yotgan qismini qo'lga olib, uni o'z tomonlariga tortadilar. Belgilangan vaqt – 45 soniyadan 1 daqiqagacha arqonning ko'proq qismini o'z chizig'idan o'tkazgan guruh g'olib hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. Arqon tomonga faqat ishora berilgandan keyingina yugurish mumkin. 2. Har bir guruh arqonni uning rangli lattachaga yaqin qismidan keyin ushlashi mumkin. 3. Arqon faqat qo'l bilan tortiladi. 4. Oyoqni tirash uchun erni yumshatish, chuqurchalar o'yish, qo'llar bilan erga tayanish, arqonni oyoqlar orasiga qisish, erga o'tirish yoki yotish mumkin emas. Shu qoidalarni buzib, arqonni o'z tomoniga tortib o'tkazgan guruhning yutug'i hisobga olinmaydi.

Metodik ko'rsatmalar. Bu o'yinda o'quvchilar kuch va chaqqonlikni oshirishga, birdamlik bilan harakat qila olishga erishishlari lozim. Uni o'g'il bolalar bilan ham, qiz bolalar bilan ham (alohida-alohida) o'tkazish mumkin.

Bu o'yinda: kuch va chaqqonlik hamda birdamlik bilan harakat qilish hissi tarbiyalanadi.

45- «TORTISHMACHOQ» O'YINI

Darsning maqsadi: “Tortishmachoq” o'yini orqali talabalarda kuchlilik, chidamlilik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: kattaligi 6 x 10 metrli to'rtburchak.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinni sport maydonchasida, sport zalida yoki o'tloq joyda o'tkazish mumkin. Erga kattaligi 6 x 10 metrli to'rtburchak chiziladi. O'yinchilar ikki guruhga bo'linadilar. Ulardan birining o'yinchilari «qurbaqa»lar to'rtburchak ichida, ikkinchi guruh o'yinchilari to'rtburchak tashqarisida turadilar. Hamma o'yinchilar cho'qqayib o'tiradilar. O'yin rahbarining ishorasi bilan ichkaridagi «qurbaqa»lar cho'qqayib o'tirgan holda qo'llari bilan quloqlarini ushlab “vaq-vaq-vaq” deb sayrab, qarshi guruh tomoniga sakrab-sakrab ketadilar. Ular qarshi guruh o'yinchilariga

yaqinlashgach, ikki guruh o'yinchilari o'rtasida bir-birini o'z tomoniga tortib o'tkazish uchun kurash boshlanadi. O'yin ichkari yoki tashqariga tortib o'tkazilgan o'yinchilarning soniga qarab yakunlanadi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinchi rahbarning ishorasi bilan qarshi guruh tomonga cho'qqayib o'tirgan holdagina sakrab-sakrab kelishi mumkin. 2. O'yinchilar raqiblarini o'z tomonlariga tortib olishda bir-birlariga yordam berishlari mumkin. 3. Bir-birini tortish vaqtida o'rindan turib ketishi mumkin emas. O'yin guruhlarining biri ikkinchi guruh o'yinchilarining ko'pchiligini o'z tomoniga tortib o'tkazgach to'xtatiladi.

Metodik ko'rsatmalar. Bu o'yinni V – VIII sinf o'quvchilariga tavsiya qilish mumkin. O'yindagi asosiy harakat cho'qqayib o'tirgan holda sakrab-sakrab yurishdirki, bunga jiddiy e'tibor berish lozim. O'yinda muvaffaqiyat qozonish o'quvchilarning o'z harakatlarini moslashtirishlariga bog'liq. O'zi qo'lga tushmay, qo'lga olishga erishish uchun yaxshi o'ylab, chaqqon harakat qilish kerak. Bu o'yinni ochiq havoda, o'tloq joyda o'tkazish lozim.

46- «USHLASANG – MINASAN» O'YINI

Darsning maqsadi: “Ushlasang-minasan” o'yini orqali talabalarda epchillik va chidamlilik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: ro'molcha, toshcha va zoldr.

Ishni bajarish tartibi:

1. O'yinga tavsif berish.
2. Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
3. O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
4. Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar qo'l ushlab, aylana hosil qilib turadilar. O'rtaga ikki o'yinchi chiqarilib, ularning ko'zlari ro'molcha bilan bog'lanadi va biriga ikkita kichkina toshcha yoki zoldr beriladi. Rahbarning ishorasi bilan qo'lidagi hech narsasi yo'q o'yinchi ikkinchi o'yinchining ismini aytib chaqiradi. U javob o'rniga toshlarni (soqqalarni) bir-biriga urib taqillatadi. Chaqirgan o'yinchi toshlar ovozi kelayotgan tomonga yurib, raqibini tutib olishga harakat qiladi. Agar tutib olsa, unga minib olib davrani aylanib chiqadi. Shundan keyin aylana o'rtasidagi o'yinchilar o'z o'rinlarini almashtiradilar va o'yin davom ettiriladi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinchilar ko'zlari bog'langan o'yinchilarning aylanadan chiqib ketishlariga yo'l qo'ymaydilar. 2. Ko'zi bog'langan o'yinchi ko'zini qiya ochib mo'ralab qarashi mumkin emas.

Metodik ko'rsatmalar. O'yinni o'rta va katta maktab yoshidagi o'g'il bolalar bilan o'tkazish tavsiya qilinadi.

Bu o'yinning «Ko'z bog'lash» o'yinidan farqi shuki, ushlangan o'yinchi o'z raqibini orqasiga olib chiqib davra ichida aylantiradi. O'yinni sport zalida ham, har xil maydonchada, o'tloq va boshqa joylarda ham o'tkazish mumkin. O'quvchilar zerikkan zahoti o'yinni to'xtatish lozim.

47-AYLANADAGI «OVCHI» LAR O'YINI

Darsning maqsadi: Aylanadagi “Ovchi”lar o'yini orqali talabalarda epchillik va tezkorlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

1. O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
2. O'yinda ishtirok eta oladi.
3. O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: voleybol to'pi.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar teng ikki guruhga bo'linadilar. Erda kattaligi 8 metrli aylana chiziladi. Birinchi guruh o'yinchilari- «Ovchi»lar aylana atrofida, ikkinchi guruh o'yinchilari- «Qush»lar aylana ichida turadilar. Aylana atrofida turgan o'yinchilarning birida voleybol to'pi bo'ladi.

Rahbarning ishorasidan keyin aylana atrofida turgan o'yinchilar to'pni otib, o'rtadagi o'yinchilarga tekizishga harakat qiladilar. Agar to'p biror o'yinchiga tegsa, u aylana tashqarisiga chiqib turadi. To'pni ichkaridagilardan birortasi ilib olsa, to'pni otgan o'yinchi o'rtaga tushadi. O'yin 3-4 daqiqa davom etganidan so'ng guruhlar o'rin almashadilar. Ko'proq o'yinchini aylana ichidan tashqariga chiqargan guruh yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari.

1. Guruh a'zolari kuch jihatdan teng bo'lishlari lozim.
2. Rahbarning ishorasiz doira tashqarisidagi o'yinchi o'yinni boshlashi mumkin emas.

48-« QUTQARISH VA YUGURIB O'TISH» O'YINI

Darsning maqsadi: “Qutqarish va yugurib o'tish” o'yini orqali talabalarda epchillik va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: 10 ta chillak.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmni oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. Maydoncha chiziq bilan teng ikki qismga ajratiladi. Qarama-qarshi tomonlardan maydon chegarasidan 2 metr beriga chiziqlar o'tkaziladi. O'yin chiziqlarining orqalariga bir xil masofada 10 tadan chillak terib qo'yiladi. O'yinchilar ikkita teng guruhga bo'linib, o'z maydonchalariga erkin joylashadilar.

Rahbarning ishorasi bilan ikkala guruhning o'yinchilari raqib tomonga yugurib borib, chillaklarni olib o'z maydonlariga qochishga, shu bilan birga raqiblarni tutishga ham intiladilar. Chillak yoniga yugurib o'tgan o'yinchi faqat bitta chillakni olib ketishi kerak. Tutilgan o'yinchini uning guruhidagi o'rtog'i qo'lini tekizib qutqarishi mumkin. Qutqarilgan o'yinchi o'yinga qo'shilib ketaveradi.

Belgilangan vaqt ichida o'z tomoniga ko'proq chillak olib o'tgan guruh g'olib chiqadi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinchilar raqiblarini o'z maydonchalarida tutishga haqlilar. 2. Chillakni olib qaytgan o'yinchi faqat bittagina chillak olib qaytishi mumkin.

49- «G'O'LACHALARNI URIB, YIQITISH» O'YINI

Darsning maqsadi: “G'o'lachalarni urib yiqitish” o'yini orqali talabalarda nishonni aniq olish va chaqqonlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: 6-10 ta (balandligi 20-30 sm.li) g'o'lachalar.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar ikki guruhga bo'linib, maydonning yon tomonlarida chiziqlar oldida tizilib turadilar. Guruhlarning o'rtasiga 0,5 metrdan oraliqda 6-10 ta (balandligi 20-30 sm. li) g'o'lachalar turg'izib qo'yiladi.

Rahbarning ishorasidan keyin har bir guruhning o'yinchilari bittadan tennis to'pini oladilar. Oldin birinchi guruh o'yinchilari g'o'lachani urib yiqitishga harakat qiladilar, so'ngra ikkinchi guruh o'yinchilari urib yiqitadilar. O'yin 3-4 marta takrorlanadi. Qo'proq g'o'lachani urib yiqitgan guruh yutgan hisoblanadi.

O'yin qoidalari. 1. O'yinchilar o'yinni boshlaganlarida chiziqni bosmaslikka ahamiyat berishlari kerak. Aks holda ularga jarima ochkosi yoziladi. 2. Birinchi guruh o'yinchilari o'yinni tugatmay turib, ikkinchi guruh shoshib o'yinni boshlashi mumkin emas.

50- «CHAQQON QO'LLAR» O'YINI

Darsning maqsadi: "Chaqqon qo'llar" o'yini orqali talabalarda chaqqonlik va tezkorlik sifatlarini tarbiyalash.

Identiv o'quv maqsadlari:

- 1.O'yin qoidasi to'g'risida tushunchaga ega bo'ladi.
- 2.O'yinda ishtirok eta oladi.
- 3.O'yinni tashkillashtira oladi.

Kerakli jihozlar: estafeta tayoqchasi.

Ishni bajarish tartibi:

- 1.O'yinga tavsif berish.
- 2.Barcha mushaklarni o'stiruvchi mashqlarni bajartirish.
- 3.O'yinni tashkil qilish va o'tkazish.
- 4.Organizmi oldingi holatiga keltirish va topshiriq berish.

O'yin tavsifi. O'yinchilar teng ikki guruhga bo'linib, qarama-qarshi ikki qatorga saflanadilar. Guruhlar orasidagi masofa 7-10 metr bo'lib, birinchi turgan o'yinchilar estafeta tayoqchasini olib, uni arqonning ikkala uchiga bog'laydilar. Arqonchani o'rtasiga esa qizil lenta bog'lanadi.

O'yinchilar qo'llarini oldinga uzatib arqonni tarang tortib turadilar. Tarbiyachining ishorasidan keyin arqonni tayoqchaga o'ray boshlaydilar. Kim birinchi bo'lib qizil lentagacha o'rasa, Yutgan hisoblanadi. Yutgan o'yinchiga bir ochko beriladi. O'yin shu tarzda davom etaveradi. Ko'p ochko to'plagan guruh g'olib bo'ladi.

- O'yin qoidalari.** 1. Ikki tomon kuch jihatdan teng bo'lishi kerak.
2. O'yin rahbarning ishorasiga qat'iy amal qilgan holda boshlanadi.

INFORMATSION - USLUBIY TA'MINOT

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y.
6. Arjan Egges, Arno Kamphuis, Mark Overmars "Motion in Games" First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s.
7. Jukov M.N. — M.: Podvijnno'e igro': Ucheb. dlya stud. ped. vuzov. Izdatelskiy tsentr «Akademiya» 2000. - 160 s.
8. Nurimov R.I. "Futbol" darslik T, O'zDJTI 2005 y.
9. Ayropetyants L.R. "Voleybol" Ucheb. T, UzGosIFK 2006 g.
10. Rasulov O.T. "Basketbol o'yinning rasmiy qoidalari" Metodik qo'llanma. Toshkent 1993 y.
11. Pavlov SH., Abduraxmanov F., Akromov J. "Gandbol" darslik. T, O'zDJTI 2005 y.
12. Nigmanov B.B, Xo'jaev F, Raximqulov K.D "Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi" o'quv qo'llanma Ilm-Ziyo nashriyoti Toshkent 2011 y.

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent "O'zbekiston" – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoev Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. "O'zbekiston" NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. "O'zbekiston" NMIU, 2016y.
4. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y.
6. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
7. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y.
8. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.
9. Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev F. "1001" o'yin. T.: 1990 y.
10. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y.
11. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" Cho'lpon nashriyoti T.: 2010 y.
12. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
13. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
14. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
15. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

Internet saytlari

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.edu.uz
4. www.nadlib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)
5. <http://G'G'ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portali