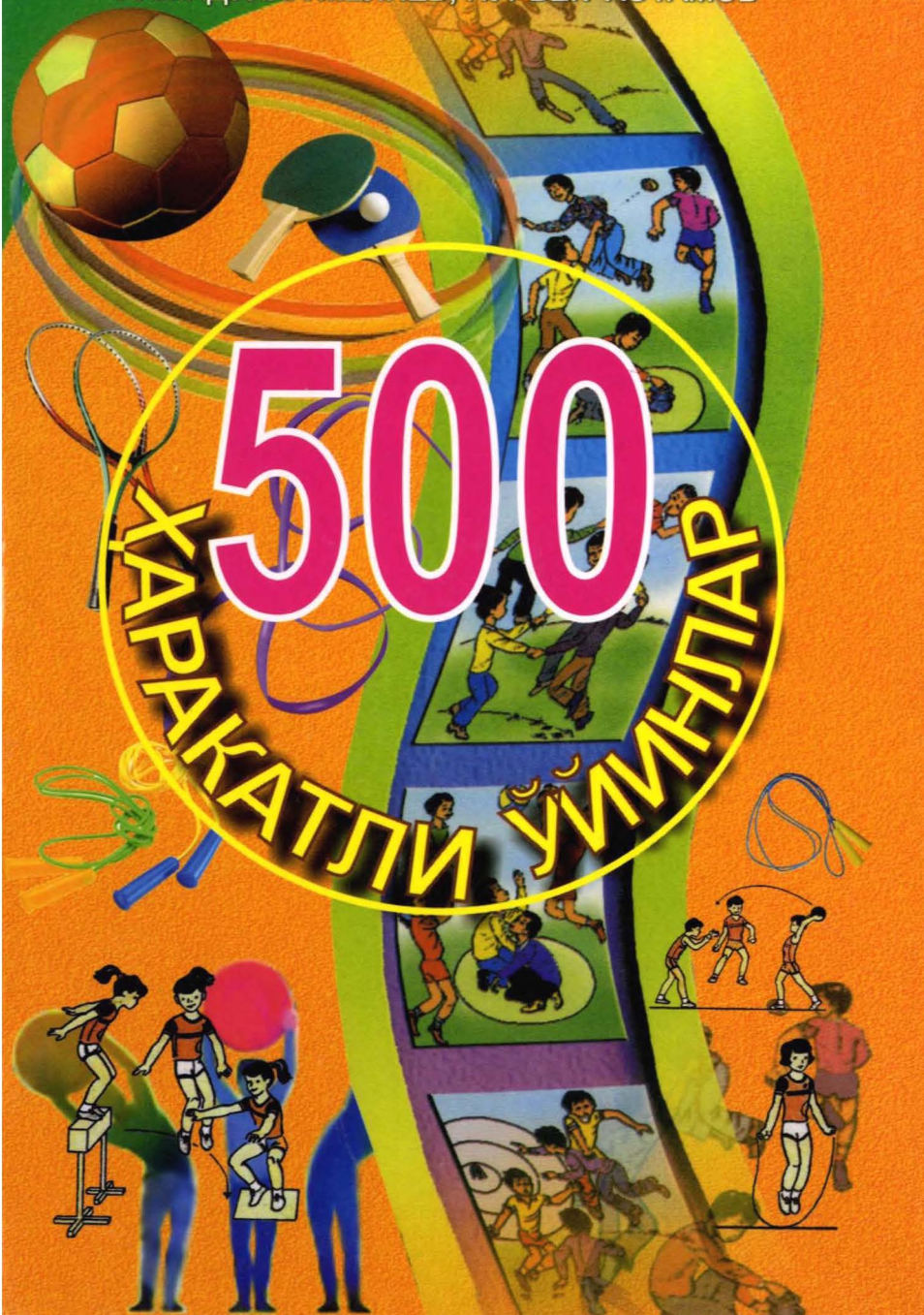
ТАЛЪАТ УСМОНХЎЖАЕВ, АСҚАР ТОЛИПЖОНОВ,
ХАМИДУЛЛА МЕЛИЕВ, НУРБЕК ХОТАМОВ

# 500 ХАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАР



ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ХАЛҚ ТАЪЛИМИ
ВАЗИРЛИГИ
РЕСПУБЛИКА ТАЪЛИМ МАРКАЗИ

ТАЛЪАТ УСМОНХЎЖАЕВ,
АСҚАР ТОЛИПЖОНОВ,
ҲАМИДУЛЛА МЕЛИЕВ,
НУРБЕК ХОТАМОВ

# 500 ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАР

Тошкент
«Янги аср авлоди»
2014

**УЎК: 793.4**
**КБК: 74.200.55**
**У - 73**
**Усмонхўжаев Т., Толипжонов А., Мелиев Ҳ., Ҳотамов Н.**
500 ҳаракатли ўйинлар / Т.Усмонхўжаев, А.Толипжонов. – Тошкент: Янги аср авлоди. 2014 йил. – 320 б.

Бугун халқ ҳаракатли ўйинлари миллий қадрият сифатида эътироф этилиб, бундай спорт турлари асрлар давомида даврларга мос равишда ривожланиб, такомиллашиб, эъзозланиб келинмоқда. Улар болаларнинг бўш вақтларини тўғри ташкил этиб, бирор фойдали машғулотни ўрганишлари, соғлом ўсишлари, қатъиятли бўлишларига ёрдам бера олиши билан алоҳида аҳамият касб этади.

Ҳар бир ўйин бирор фойдали мақсадга йўналтирилади. Бола ўйин давомида ҳар қандай ҳолат ёхуд вазиятда ҳам мақсадга эришишга ҳаракат қилади. Бу ўйинчининг ички руҳий эҳтиёжи даражасида ўсиб боради. Эҳтиёжни қониқтириш ўз навбатида қатъиятлилик, сабр-матонат, чидамлилик, фикрлаш, топқирлик, ҳозиржавоб бўлиш сингари фазилатларни камол топтиришни талаб этади.

Мазкур китоб кенг қамровли – ота-оналар, мактаб, лицей, коллеж, олий ўқув юртларининг жисмоний тарбия факультетлари ўқитувчилари ва талабалари, шунингдек, бола тарбиясига ўзларини масъул деб билган барча китобхонларимиз учун зарур кўмакчи бўла олишига ишончимиз комил.

**УЎК: 793.4**
**КБК: 74.200.55**

**Тақризчилар:**
Т.ҲАЙДАРОВ, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган ўқитувчи
Ф.К.ТУРДИЕВ, педагогика фанлари номзоди, доцент,
Ўзбекистон Миллий олимпиа қўмитаси раиси ўринбосари

*Услубий қўлланма Республика таълим маркази «Жисмоний тарбия» йўналишидаги илмий-услубий кенгашининг қарори билан нашрга тавсия этилган.*

ISBN – 978-9943-27-310-8
© Т.Усмонхўжаев, А.Толипжонов, Ҳ.Мелиев, Н.Ҳотамов. «500 ҳаракатли ўйинлар». «Янги аср авлоди». 2014 йил

# ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАР БОЛАЛАР ДУНЁСИДА

Соғлом авлодни камолга етказиш ва тарбиялашнинг турли йўл-йўриқлари, ўзига хос усуллари мавжуд. Айниқса, болаларнинг бўш вақтини тўғри ташкил қилиш, бадан тарбияси ва спорт билан шуғуллантириш, турли миллий ҳаракатли ўйинларни ўргатиш ота-она ва мураббий олдидаги муҳим вазифа ҳисобланади. Бола тарбиясидаги бу жиҳатлар давлат ва жамият аҳамиятига молик масаладир. Президентимиз бу масалани давр талаби даражасида ҳал қилишга алоҳида эътибор бериб, ўқувчиларнинг бўш вақтини тўғри ташкил этишнинг, шу жумладан, оммавий спорт ва жисмоний тарбия, туризм, спортнинг бошқа миллий турлари ва шаклларини амалиётга жорий этиш, айниқса, миллий спорт ўйинларини бойитиш ва шулар асосида ёшларимиз ўртасида кенг ташвиқот олиб боришни кун тартибидаги долзарб масалалар сифатида эътироф этиб ўтадилар. Дарҳақиқат, миллий ҳаракатли ўйинлар, спорт турлари ҳам халқ қадриятларига дахлдор бўлиб, уларни йиғиш, бойитиш ва болаларга тақдим этиш соғлом авлодни тарбиялаш йўлидаги муҳим ва зарурий вазифалардан биридир.

Хўш, халқ ҳаракатли ўйинларининг бола тарбиясидаги аҳамияти қандай? Биринчи галда таъкидлашни истар эдикки, бу ўйинлар фақат эрмак учун ўйналмайди. Зеро, бу зукко халқимизнинг асрлар мобайнида жамлаган маънавий жавоҳирлари мажмуидир. Ўзбек элининг донишмандлиги-

ни қарангки, ҳар бир ўйин, аввало, содда, қизиқарли тузилган бўлиб, унинг асосига халқона оҳанг, миллийлик, меҳр-оқибат, жасорат, мардлик, ватанпарварлик, фидойилик, инсонийлик туйғулари сингдирилгандир. Таълим ва тарбиянинг бундай уйғунлиги етук инсонни тарбиялаш учун дастуриламал бўлади.

Маълумки, мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг ўйинлари тақлид қилиш табиатида бўлади. Бола теварак-атрофдаги борлиқни бошқалардан ўзгачароқ фаҳмлайди, кузатади. Ундаги баъзи нарсаларни ўйинига киритади ва шу ўйин воситасида ўзини қуршаб турган олам ҳақида муайян ахборотга эга бўлади. Шунинг баробарида унда ҳодисаларга нисбатан муайян муносабат пайдо бўлади.

Болалар табиат ҳодисалари, жониворлар ҳаёти ва ҳаракатларига тақлид қилиб ўйнар экан, шу қаторда уларнинг маъносини англай бошлайди. Аста-секин ҳаётий тажриба орттиради, қийинчиликларни енгишни ўрганади. Унда ҳаракат кўникмалари ҳосил бўлади ва тасаввури тобора бойиб боради.

Бундан ташқари, ўйинлар болаларнинг жисмоний баркамол бўлиши учунгина эмас, балки уларни ақлий, маънавий ва ахлоқий жиҳатдан тарбиялашда ҳам муҳим аҳамият касб этади. Кўплашиб ўйналадиган ўйинларда болалар мақсадга эришиш учун фаросати ва тадбиркорлигини, қатъиятини кўрсатиши, жамоат олдида фақат ўзининг эмас, балки ўртоқларининг хатти-ҳаракатлари учун ҳам жавобгарлик ҳиссини сеза олишни ўзида шакллантириб бориши зарур.

Ҳаракатли ўйинлар, чунончи, юриш, югуриш, сакраш, ирғитиш ёки улоқтириш, тирмашиб чиқиш каби машқлар бола ҳаракатларини ривожлантириш ва такомиллаштиришда катта аҳамиятга

эга. Ҳаракатларнинг шаклланиши билан бирга, жисмоний қобилият ҳам тараққий эта боради, юрак ва нафас олиш тизими фаолияти яхшиланади.

Ушбу китоб болалар боғчалари тарбиячилари, бошланғич синф ва жисмоний тарбия ўқитувчилари, тарбиячи-ташкилотчилар ҳамда жисмоний тарбия институти талабалари, университетлар ва педагогика институтларининг жисмоний тарбия факультети талабалари, жисмоний тарбия ва спорт коллежлари учун ҳам мўлжалланган.

## ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ВА ЎТКАЗИШ

Тарбиячилар, ўқитувчилар ҳаракатли ўйинларнинг ташкилотчиси ва раҳбарларидир. Биз қуйида улар учун ҳаракатли ўйинларни ташкил этиш ва ўтказиш қоидалари хусусида батафсил маълумот бериб ўтамиз.

Юқорида таъкидлаганимиздек, ҳаракатли ўйинлар болаларнинг жисмоний жиҳатдан униб-ўсишларига, саломатликлари яхшиланишига, чиниқишларига, организм ва умумий иш қобилиятларининг янада мустаҳкамланишига ёрдам беради.

Болаларга ҳаракат фаолиятининг хилма-хил шароитларида эркин ҳаракат қила олиш имконини берадиган зарур билимларни бериш ва уларда керакли ҳаракат малакаларини ҳосил қилиш лозим. Уларда турмуш фаолиятига ёрдам берадиган ақлий ва иродавий хислатларни тарбиялаш зарур. Бундан ташқари, болаларда турли ўйинларга, жисмоний машқларга, шунингдек, кун тартибига риоя қилишга қизиқиш уйғотиш, ҳаракатли ўйинларни мустақил равишда ташкил қилиш ва ўтказиш учун зарур билим ва малакалар ҳосил қилиш шарт.

Уларни ўтказишда тарбиячи-ўқитувчининг ташкилотчилик ва тарбиявий роли жуда масъулиятлидир.

Ўйинни тўғри танлаш ва болалар билан тўғри ўтказиш жуда муҳим аҳамиятга эга. Аммо ўйин турини танлашнинг ўзи ҳамма вақт ҳам тарбиявий вазифани бажаравермайди.

Бундай ҳаракатли ўйинлар ташкил қилиш ва ўтказиш тарбиявий аҳамиятга эга бўлиши жуда муҳим. Ўйин раҳбари болаларни яхши билган, ҳар бир ўтказиладиган ўйиннинг мазмун ва қонунлари билан муфассал танишган, ўқитиш жараёнида

эса юксак педагогик маҳоратни намойиш қила олган тақдирдагина ҳар бир ўйинни таълим-тарбия нуқтаи назаридан тўғри йўлга қўйиши мумкин.

Тарбиячи-мураббий ўйинларни ўргатиш жараёнида педагогиканинг дидактик тамойилларидан фойдаланиши ва уларнинг доимо амалга оширилишига эришиши лозим. Ўқитувчи ўқувчиларга янги ўйинни ўрганиш жараёнида унинг мазмуни, вазифалари ва қоидаларини тушунтириб беради. Ўйинга онгли муносабатда бўлиш, уни тўғри ўрганиш, ўз хатолари ва муваффақиятларини тўғри тушуниш, ҳаракатларини ўртоқларининг ҳаракатларига таққослаб таҳлил қилиш имконини беради. Ўйинни ўтказиш учун болалардан ҳакамлар ва ҳакамларнинг ёрдамчиларини тайинламоқ лозим. Мураббий ўргатадиган ва болалар тушуниб қиладиган ҳаракатлар уларда ташкилотчилик кўникмаларини тарбиялашга ёрдам бериши керак. Мураббий болалар ўйинини қийинчиликларни енгиш билан боғлаган ҳолда, уни секин-аста мураккаблаштириб бориши лозим. Бу болаларнинг иродасини мустаҳкамлайди.

Мураббий ўйинни ўтказишга киришишдан олдин унинг аниқ вазифаларини белгилаб чиқади, бу вазифалар болаларнинг ёшига, яъни уларни бажаришга қурби етадиган бўлиши мақсадга мувофиқдир.

Ўйинни ташкил қилиш ва ўтказишда имкони борича болаларнинг ташаббускор бўлишига эришиш ва ўйинда фаол иштирок этишлари учун уларни рағбатлантириб туриш ҳам яхши самара беради.

Болалар ижодий фаоллик кўрсатиб ўйин ўйнар эканлар, ташкилотчилик қобилиятига эга бўлиб тарбияланадилар. Бир мақсад йўлида ўртоғига ёрдам бериш, мустақил равишда ёки ўртоқлари билан бирга бирор масала юзасидан қарор қабул

қилиш – ижодий ташаббускорлик намунаси ҳисобланади. Агар болалар ўйинни илгарироқ ўзлаштириб олган бўлсалар, ўйин пайтида уларнинг фаоллиги яна ҳам ортиши мумкин. Ўйин пайтида болаларнинг фаол бўлиши тарбиячининг ўйинни ўтказишга қанчалик тайёрланганига боғлиқдир.

Маълумки, ҳар бир ўйиннинг ўзига хос хусусиятлари ва қийинчиликлари бўлади. Мураббийларимиз шуни яхши билишлари керакки, тўсиқ ёки қийинчиликларни енгиш билан боғлиқ бўлмаган, яъни анча-мунча куч-қувват сарфлашни талаб қилмайдиган ўйинлар болаларда қизиқиш уйғотмайди.

Жуда осон ёки аксинча, ҳаддан ташқари оғир ўйинлар ҳам қизиқарли ўтмайди, улар болаларни зериктиради. Мураббий ўйинларни ўрганишда дастлаб осонларидан бошлаб, аста-секин қийинларига ўтиши лозим. Оддий ва гуруҳларга бўлинмасдан ўйналадиган ўйинлар оддий ўйинлар ҳисобланади. Бундай ўйинларни ўйнаш осон. Гуруҳларга тенг бўлиниб ўйналадиган ўйинлар сал мураккаб ва жуда мураккаб ўйинлардир. Бундай ўйинларнинг қоидалари бошқа ўйинларнинг қоидаларига қараганда қийинроқ бўлади. Шу боисдан ҳам ўқитувчилар ҳамма вақт енгил ўйинлардан мураккаб ўйинларга, таниш ўйинлардан нотаниш ўйинларга ўтишни кўзда тутишлари керак. Шунда болалар ўйинга қизиқадилар. Янги ўрганиладиган ўйинлар турига кўра таниш ўйинларга ўхшаш бўлиши керак. Аммо бундай ўйинларда ҳали болаларга номаълум бўлган қоидалар ва баъзи бир ҳаракатлар мавжуд бўлади.

Шундай қилиб, ўйинлар аста-секин мураккаблаша боради. Бу эса болаларда янги ҳаракат кўникмаларини ҳосил қилишга ва илгари ўрганилган техника элементларини такомиллаштиришга ёрдам беради. Ҳаракат кўникмаларининг, шунингдек,

ўйинда илгари орттирилган билимларнинг пухта ўзлаштирилишига эришиш учун машқларни доимо такрорлаб ва мустаҳкамлаб бориш зарур. Аммо ҳадеб бир хил ўйинларни такрорлайвериш ҳам мақсадга мувофиқ эмас.

Ўқитувчи болалар ўйинини доимо текшириб бориши лозим. Шунда ўйиндаги камчиликлар ва хатоларни аниқлаш ҳамда уларни ўз вақтида тўғрилаш мумкин бўлади. Болаларнинг ўйинларни пухта ўзлаштиришлари уларга бу ўйинлардан бошқа жойларда мустақил равишда фойдаланиш имконини беради.

## ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРНИ БОЛАЛАР ЁШИГА МОС ҲОЛДА ЎТКАЗИШ

3 ёшли болаларнинг ҳаракатлари маълум даражада чекланган бўлиб, уларнинг диққати доимо чалғиб туради. Шунинг учун болаларга оддий ва улар осон тушунадиган ўйинларни ўргатиш керак. Бундай ўйинларда қуш ва ҳайвонлар ёки уларнинг расмлари, ўйинчоқлар, эртаклардан фойдаланиш ўзининг ижобий самарасини беради. Бу ўйинлар албатта мазмунли ва ибратли бўлиши шарт.

Шу ёшдаги болаларни ўйинларга ўргатишда машқлар катта аҳамиятга эга бўлади. Бундай ўйинларда мазмун бўлмайди, уларга оддий топшириқлар, масалан, байроқни олиб келиш, қўнғироқчани жиринглатиш, коптокка етиб олиш каби топшириқлар берилади. Ҳаракатлар эса *(юриш, югуриш ва бошқалар)* болаларга таниш ҳамда қийналмасдан бажариладиган бўлиши лозим.

Мазмуни болаларга таниш бўлган ва ҳаракатларга сингдириб юборилган ўйинларни кичкинтойлар жуда қизиқиб ўйнайдилар. Бу эса кичкинтойларнинг ҳаракат қобилиятини ривожлантириш, уларни очиқ жойда тўғри юришга ўргатишда катта аҳамиятга эга бўлади, фаоллик ва мустақилликни тарбиялашга ёрдам беради.

4 ёшли болалар билим доирасининг кенгайиши ва ҳаракатида тажрибалар ортиши билан ҳаракатли ўйинларнинг мазмуни ҳам ўзгариб боради. Қуш ва ҳайвонлар ҳаракатига, транспорт турларига, турли нарсаларга тақлид қилиб, бажарилган ҳаракатлар ўйинларнинг асосий мазмунини ташкил этади. Ўйинларда болаларга буюмларни таниш, шаклини *(куб, доира, квадрат шаклини)* эслаб қолиш билан боғлиқ бўлган ҳамда рангларни ажратиш, товушларни фарқлаш каби топшириқлар

беришни бошлаш билан уларнинг мураккаб ўйинларни ўйнашга бўлган иштиёқини оширишга эришиш мумкин.

Бу ёшда ҳаракатларни ривожлантириш учун қўйиладиган ўйин шартлари билан болаларнинг идрок этишида фарқ бўлади. Аста-секин боланинг вазифани бажаришга муносабати ўзгаради. Масалан, 3 ёшга қадам қўйган болалар ўйинда кўпинча масъулият сезмаган бўлсалар *(масалан, бўри битта қуённи тутади, уни тутиб олганидан кейин у билан бирга югуриб, ўйнаб кетади, бошқа қуёнларга эса эътибор бермайди)*, энди болалар ўзларига юклатилган вазифани тушунадиган бўладилар *(энди бўри қуённи тутиб олгандан кейин уни тўхтатади, уйига олиб келади, шундан кейин бошқа қуёнларни тута бошлайди)*. Ўйинда кўпинча тарбиячи бошловчилик қилади.

Ўйиндаги ҳаракатларнинг мазмуни болаларга тушунарли ва қизиқарли бўлиши жуда муҳим. Бу уларнинг фаолиятини, фаоллигини, ўйинга нисбатан иштиёқини оширади, ҳаракатларга ҳис-ҳаяжон ва жўшқинлик бағишлайди.

Тўрт ёшга қадам қўйган болалар билан ўтказиладиган ўйинларда ҳаракатларни анча мураккаблаштириш *(кубиклар устига чиқиш, устида чўққайиб ўтириш, ундан тушиш, стул тагида эмаклаб юриш ва ҳоказо)* ҳамда ҳар хил ҳаракатларни бир-бирига қўшиш керак бўлади *(коптокни узоққа иргитиб орқасидан қувиб етиб олиб келиш, чивинни тутиш учун иргишлаб сакраш ва ҳоказолар)*. Бундай мураккаб ҳаракатли ўйинларда иштирок этган болалар бир-бирларидан ўзиб кетишга ҳаракат қиладилар.

Бу хилдаги ўйинлар ҳамиша ҳам биргаликда ўйнайдиган ўйинлар ҳисобланмайди. Бу ўйин машқларда, айниқса, кўпроқ намоён бўлади.

Бунда кўпчилик бўлиб ашула айтиб ўйналадиган ўйинлар ва қофияли сўзлар жўрлигида ўйналадиган ўйинлар кенг қўлланилади. Бундай ўйинлар орқали болаларни ҳамжиҳатликка ва ҳаракатларни биргалашиб бажаришга ўргатиб бориш мумкин.

5 ёшли болаларнинг ҳаракатли ўйинлари мазмунан ранг-баранг, теварак-атрофда, ҳаётда учрайдиган воқеалар тўғрисида уларнинг тасаввури ва билими ошиб бориши билан боғлиқ бўлади. Болаларнинг ўйин вақтида фаол ҳаракат қилиши кўп жиҳатдан уларнинг малакаси ва кўникмасига, теварак-атрофни яхши билишга, ҳаракатларни сабот, чаққонлик, идрок ва ҳамкорликда бажаришга боғлиқ бўлади. Аксарият ўйинларда битта бошловчи бўлади, лекин баъзан бу вазифани ўйинчиларнинг 2-3 таси бажариши ҳам мумкин.

Ўрта гуруҳ учун мўлжалланган ҳаракатли ўйинларнинг баъзилари мазмунга ва бажариладиган вазифа тасвирига эга бўлмайди. Бундай ўйинларга мусобақа тусини киритиш ҳам мумкин.

Кўпинча қофияли сўзлар ўйин мазмунини очиб беради ва уни тўлдиради, ҳаракат учун ишора хизматини ўтайди. Сўзлар кўпчилик бўлиб айтилса, яна ҳам яхши бўлади.

6 ёшли болалар билим доираси кенгайиб боради. Бинобарин, ҳаракатли ўйинларнинг мазмуни ҳам шунга монанд мураккаблашади.

Ўйин қоидалари ҳам мураккаблашиб бориши туфайли уларни бажаришда аниқлик, диққат-эътибор, сабр-тоқатга ўрганиш, ортиқча ҳаракатларни чеклаш (аниқ бир йўналишда югуриш, ўз вақтида ўйиндан четга чиқишни ва ҳоказо) талаб этилади. Ўйин қоидаси интизомнинг таркиб топишига ёрдам беради.

Маълумки, ҳаракатли ўйинларда иштирок этиш учун болаларни гуруҳларга бўлиш керак бўлади, бун-

да кўпинча ўғил болалар ўғил болалар билан, қизлар фақат қизлар билан гуруҳлашишга интиладилар. Бу ўйиннинг боришига ва натижасига таъсир этади. Шунинг учун тарбиячи кучлироқ болаларни нимжонроқ болалар билан, ўғил болаларни қизлар билан гуруҳ-гуруҳ қилиши мақсадга мувофиқдир.

Бунда ўғил ва қиз болаларнинг одоб-ахлоқли бўлиши, яхши тарбия топиши катта аҳамиятга эга бўлади. Бундан ташқари, ўғил болалар қизлардан қолишмаслик учун анча ташаббускор бўладилар ҳам қизларни ҳурмат қилишга ўрганадилар.

7-10 ёшли болалар учун ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбия дарсининг асоси ҳисобланади. Шунинг учун ҳам мактаб дастурида бошқа материалларга нисбатан ўйинларга кўпроқ ўрин ажратилади. Бунинг сабаби шундаки, дастурга киритилган турли хил жисмоний машқларни болалар хилма-хил ўйинлар воситасида осонгина идрок қиладилар ва ўзлаштирадилар.

Ўйинларда югуриш, сакраш ва улоқтириш ёки ирғитиш машқларига алоҳида эътибор бериш лозим. Бу ёшдаги болалар билан оддий ва ўртача мураккаб ўйинларни ўтказиш билан бирга, агар болалар етарли даражада тайёрланган бўлса, анча мураккаброқ, яъни гуруҳларга бўлиниб ўйналадиган ўйинларни ҳам ўтказиш мумкин. Болалар бу ўйинларда «Бир киши ҳамма учун, ҳамма бир киши учун» деган шиор асосида бирга ўйнашга ўрганадилар. Шунда уларда ўзлари билан бирга ўйнаётган ўртоқлари учун жавобгарлик ҳисси уйғонади, улар ўртасида ўзаро ҳурмат пайдо бўлади.

Гуруҳ ўйинчилари етарли даражада чаққон, ҳозиржавоб, фаросатли ва бақувват бўлишлари керак.

Жисмоний тарбия дарслари кўпинча турли ўйинлардан таркиб топади ва бундан ташқари, дарсга

баскетбол, волейбол, қўл тўпи ва футбол киритилади.

9-10 ёшли болаларнинг ўйинлари бирмунча мураккаблаштирилади.

11–14 ёшдаги ўқувчилар учун дарсга киритиладиган ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбиянинг бошқа воситалари ўрнини боса бошлайди.

Ўқитувчи ҳаракатли ўйинларни ўтказганда 5–9-синф ўқувчилари организмининг улар ёшига мос равишда ривожланиши кераклигини эътиборга олиш керак. Шунинг учун дарсда ўйинлар ташкил қилиш, ўтказиш ва машғулотлар вақтида ўйин машқларини болаларга аста-секин тўлиқ бериш зарур.

Ўйин пайтида болаларнинг жуда кескин ҳаракат қилмаслигига қараб туриш, ҳар бир болага алоҳида-алоҳида ўзига яраша муносабатда бўлиш муҳим аҳамиятга эга.

Ўқувчиларга ўргатиладиган ҳаракатли ўйинлар ташкилий тузилиши, ҳаракатларнинг мазмуни жиҳатидан бирмунча мураккаб бўлади. Спорт элементларини ўз ичига олган ўйинларга, шунингдек, спорт ўйинларига кўпроқ ўрин берилади.

5–9-синфларда ҳаракатли ўйинларни дарснинг иккинчи ва учинчи қисмларида ўтказган маъқул. Дарснинг асосий қисмида бирорта мураккаб спорт ўйинини ўрганишга замин тайёрлаш учун баъзи бир ўйинларни киритиш мумкин. Бундан мақсад ўқувчиларни спорт ўйинларига тайёрлашдир. Масалан, «Тўп учун кураш», «Тўп сардорга» ва ҳ.к.

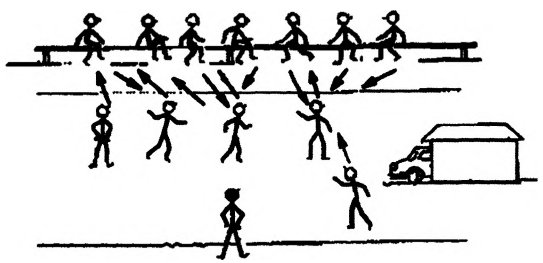
Маълумки, 8-9-синф ўқувчилари ижтимоий ва ишлаб чиқаришга оид ишлар билан машғул бўладилар. Бу ҳол улардан ҳаракатли ўйинлар учун ажратилган вақтни тежаб сарфлашни талаб этади. Улар кўпроқ спорт турлари билан шуғулланадилар.

## ЧУМЧУҚЛАР ВА АВТОМОБИЛЬ

Ўйиннинг мақсади болаларни турли йўналишда бир-бирларига урилмасдан ҳаракат қилишга ва йўлни ўзгартириб, ўз жойини топиб олишга ўргатишдан иборат.

Болалар майдонча ёки хонанинг бир томонига қўйилган ўриндиқларда ўтирадилар. Болалар чумчуқлар бўлади, ўриндиқлар эса ин вазифасини бажаради.

Иккинчи томонда турган тарбиячи автомобилни ифода этади. У: «Қани, чумчуқлар, йўлга учиб тушамиз», дейди. Шунда болалар майдонча бўйлаб худди чумчуққа ўхшаб қўлларини қанот қилиб қоқиб югурадилар. Орадан бир оз вақт ўтгач, тарбиячи: «Эҳтиёт бўлинглар, автомобиль келяпти. Қани, қушчалар, ин-инларингизга қочинглар», дейди (1-расм). Автомобиль гараждан чиқиб, чумчуқларга қараб югуради. Чумчуқлар инларига қараб учадилар (яъни, жойларига бориб ўтирадилар). Автомобиль эса гаражга қайтади.



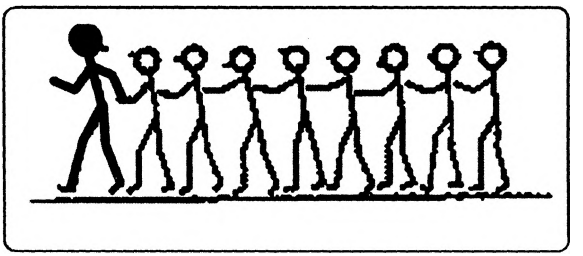
1-расм

Дастлаб ўйинда 10–12 бола, кейин бутун гуруҳ қатнашади. Тарбиячи олдин чумчуқларнинг қандай учишини, қандай дон чўқишини кўрсатиб беради. Болалар чумчуқларга тақлид қилиб ўқитувчининг ҳаракатларини такрорлайдилар. Кейин ўйинга автомобилни тарбиячининг ўзи ипга боғлаб судраб юради. Фақат ўйинни бир неча марта такрорлагандан кейингина ҳаракатчанроқ бир болага автомобилни олиб чиқиш ва юришни топшириш мумкин. Эслатиб қўйиш жоизки, қушчалар ўз инларига етиб олишлари учун автомобил жуда тез юрмаслиги керак.

## ПОЕЗД

Ўйиннинг мақсади болаларни бир нечтадан бўлиб, аввал бир-бирининг орқасидан ушлаб, кейинчалик ушламасдан юришга ва тўхтатишга ўргатишдан иборат.

Тарбиячи болаларга бир-бирларининг орқасидан туришни таклиф қилади: «Сизлар вагончалар, мен паровоз бўламан», деб ўзи болаларнинг олдига бориб туради (2-расм). Паровоз ҳуштак чалади-да, дастлаб аста ҳаракатланиб, сўнг тез юриб кетади (тарбиячи «ду-ду-ду» деб овоз чиқаради, болалар унинг кетидан қадамларини аста тезлатиб, кейин



2-расм

югуриб кетадилар). Сўнгра тарбиячи ҳаракатни секинлаштириб, аста-секин тўхтайди ва: «Поезд бекатга етиб келди. Мана бу бекат», дейди. У яна ҳуштак чалиб юриб кетади.

Дастлаб беш-олтита бола кетма-кет туради, қолганлари стулчаларда ўтириб томоша қилишади. Ўйин такрорланганда болалар сони 12–15 кишига етиши мумкин. Ўйин кўп марта такрорлангандан сўнг, энг чаққон болага паравоз бўлишни топшириш мумкин. Вагонлар бир-биридан узилиб қолмаслиги учун паровоз (яъни, паровоз вазифасини ўтовчи киши) жуда тез юрмаслиги керак.

## САМОЛЁТЛАР

Бу ўйинда болалар бир-бирига тегмасдан, турли йўналишда югуришга ўргатилади. Шунда улар ишорани дарров илғаб олиб, ҳаракатни бошлашга одатланадилар.

Болалар самолётда ўтирган йўловчиларни ифода этадилар. Улар майдончанинг ҳар ер-ҳар ерида турадилар. Тарбиячи: «Учишга тайёрланинг!» деганда улар қўлларини тирсакдан букиб олдиларидан айлантирадилар, яъни моторни ишга соладилар. «Учинглар!» деганда болалар қўлларини ён томонларига узатиб, майдонча бўйлаб тарқалиб югурадилар. «Қўнинг!» деганда эса самолётлар тўхтаб, ерга қўнадилар (болалар битта тиззаларини ерга қўйиб чўнқаядилар). Ўйин 5-6 марта такрорланади.

Мазкур ўйинни бир оз мураккаблаштириш мумкин. Бунинг учун болалар 3-4 гуруҳга бўлинадилар. «Қўнинг!» деганда болалар ўз жойларини топиб турадилар, тарбиячи қайси гуруҳ самолётлари биринчи бўлиб тўпланганини таъкидлайди. Ўйин

ўрта ва кичик гуруҳларга бўлинган ҳолда ўтказилса, мақсадга мувофиқ бўлади. Кичкинтойларга бу ўйин қийинчилик туғдириши мумкин.

## ПУФАК

Ўйинда болалар доира бўлиб гоҳ кенг, гоҳ ғуж бўлиб туришга ўргатилади, берилган буйруққа мос ҳаракат қилишга одатлантирилади.

Болалар тарбиячи билан бирга қўл ушлашиб, кичкина доирача ясаб бир-бирларига яқин турадилар. Тарбиячи шеър айтади:

*Пуфак, пуфак айтаман,*
*Шишиб яна катта бўл.*
*Доимо шундай қол,*
*Ёрилмай қўя қол.*

Шундан кейин болалар бир-бирларининг қўлларини қўйиб юбормасдан орқага юра бошлайдилар. Тарбиячи: «Пуфак ёрилиб кетди», дейиши биланоқ болалар юришдан тўхтаб, қўлларини туширib чўққайиб ўтирадилар ва «пақ», «пақ», дейдилар.

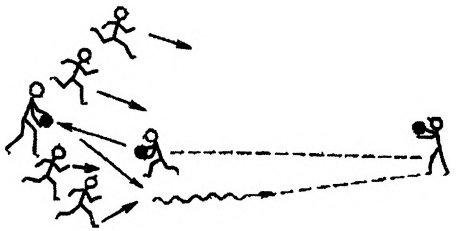
«Пуфак ёрилиб кетди», дегандан кейин болаларга қўлларини қўйиб юбормасдан доира маркази томон юришни таклиф қилиш мумкин. Улар доира марказига қараб «ш-ш-ш-ш» дейдилар (ҳаво чиқиб кетади). Кейин яна пуфак шиширилади.

Ўйинда дастлаб 6–8, кейин 15-16 та бола иштирок этади. Сўзларни шошилмасдан аниқ айтиш, болаларни тарбиячи билан бирга сўзларни такрорлашга жалб қилиш лозим.

## КОПТОКНИ ҚУВИБ ЕТ

Бу ўйинда болалар чаққонликка ва коптокни юмалатиб, тутиб олишга ўргатилади.

Болалар майдончада ўйнаб юрганда тарбиячи бир нечта болани чақириб, коптокни юмалатишни ва уни тутиб келишни таклиф қилади. Кейин бирин-кетин коптокни турли томонга юмалатади. Бола копток кетидан югуриб, уни тутиб олади ва тарбиячига келтириб беради. Тарбиячи коптокни бир гал бошқа томонга отади, лекин уни энди бошқа бола олиб келади (3-расм).



3-расм

Уч ёшли болалар тарбиячи отган коптокнинг орқасидан югурадилар. Шундан кейин ўйинга болаларнинг бошқа гуруҳи жалб қилинади. Ўйинда бир йўла 8–10 нафар бола иштирок этиши мумкин. Болаларнинг баравар югуриши учун ҳамма коптокларни бирдан отиш керак. Копток ўрнига резина ҳалқача, қум солинган халтачалардан ҳам фойдаланиш мумкин.

## СЎҚМОҚ БЎЙЛАБ

Ўйиндан мақсад болаларни кўпчилик бўлиб юришга, чизиқ орқасидан чиқиб кетмасликка ўргатишдир.

Тарбиячи полга иккита ёнма-ён чизиқ чизади (ёки орасини 20–25 см қилиб иккита 2,5–3 метрли арқон ташлайди). Ва болаларга ҳозир ўрмонга ўйнагани боришларини айтади. Болалар ўрмонга узун сўқмоқ йўлдан эҳтиёт бўлиб борадилар, яъни бир-бирларининг орқаларидан икки чизиқ орасидан секин юрадилар. Кейин шу йўлдан қайтиб келадилар.

Тарбиячи болаларнинг чизиқни босмасликларини, бир-бирига халақит бермасликларини, олдинда бораётганларга урилиб кетмасликларини кузатиб, улар билан ўйин охиригача бирга бўлиш керак.

## КИМ СЕКИНРОҚ

Бу ўйинда болалар диққатни ривожлантиришга, айтилган сўзларга мос ҳаракат қилишга одатлантирилади.

Болалар тарбиячилар билан бирга борадилар. Кутилмаганда тарбиячи бундай дейди: «Қани, ким секин-секин юришни яхши билар экан, оёқ учларида мана бундай юринг» (кўрсатади). Болалар оёқ учларига кўтариладилар ва мумкин қадар секин юришга ҳаракат қиладилар. Қайси томонга қараб кетаётган бўлсалар, ўша йўналишда йўлни давом эттирадилар. Кейин тарбиячи билдирмасдан четга чиқиб олади-да: «Энди эса ҳамма менинг олдимга югуриб келсин», дейди. Болалар тарбиячининг олдига югуриб келиб, уни ўраб олишади. Тарбиячи болалар билан гаплашади, машқни ғайрат билан яхши бажарганликларини таъкидлаб ўтади.

Уч ёшдаги айрим болалар оёқ учида юрган вақтларида бошларини ғайритабиий энгаштириб, уни елка томонга қисиб юрадилар. Бундай ҳолатда улар секинроқ юраётганга ўхшайдилар. Болаларга бун-

дай ҳаракатларни кўрсатиб, уларни тузатишга ҳаракат қилиш керак. Оёқ учида юриш товонтўпиқларни мустаҳкамлайди, шу сабабли у боланинг жисмоний ривожланиши учун жуда фойдали машқ ҳисобланади. Бироқ болаларни бу машқни узоқ вақт бажаришга мажбур қилиб, уларни толиқтириб қўймаслик керак. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

## ТАЁҚЧАДАН ҲАТЛАБ ЎТ

Ўйиндан мақсад болаларни чаққон ҳаракат қилишга ўргатиш, уларда сакраш, югуриш каби ҳаракатларни мустаҳкамлаш ва шу орқали чаққонликка ўргатишдан иборат.

Хонанинг ўртасида иккита таёқча ораси 1 м қилиб ёнма-ён қўйилади.

Хонанинг бир томонида болалар туришади, иккинчи томонида стул ўриндиғида байроқча бўлади. Тарбиячининг кўрсатмасига биноан таёқчадан 2-3 қадам нарида байроқчага қараб турган бола биринчи таёқча томон юриб боради ва ундан ҳатлаб ўтади. Сўнгра иккинчи таёқчадан ҳам худди шундай ҳатлайди. Стулга яқинлашиб боради, байроқчани қўлга олади, уни бошидан юқори кўтариб ҳилпиратади, кейин байроқчани яна стулга қўяди, ён томонга, четроққа чиқиб кетади ва қайтиб келиб, ўз жойига туради. Шундан сўнг топшириқни кейинги бола бажаради.

Агар бу машқ бир неча марта такрорлангандан кейин болаларга жуда осонга ўхшаб туюлса ва улар бу топшириқни тез ҳамда ишонч билан бажара бошласалар, машқни бир оз мураккаблаштириш керак бўлади. Масалан, полга 4–6 таёқчани бирбирига ёнма-ён қилиб қўйиб чиқиб ёки бир неча

чамбаракни полга ташлаб қўйиб, болаларга ана шуларнинг устидан ҳатлаб ўтиш таклиф қилинади.

## ҚАЛДИРҒОЧ ВА АСАЛАРИЛАР

Майдон бўйлаб учиб юрган ўйновчи болалар – асаларилар қўшиқ айтиб чопишади:

*Биз асаларилармиз,*
*Асалимиз терамиз!*
*Виз, виз, виз!*
*Виз, виз, виз!*

4-расм

Бир иштирокчи қалдирғоч бўлади ва ўз инида ўтирган бўлади. У асаларилларга қараб: «Қалдирғоч туради ва ариларни тутади!» деб айтади. Шундан кейин, ўз жойидан туриб, асаларилларни тутишга ҳаракат қилади. Тутилган ари ўртага туради ва қалдирғоч бўлади. Ўйин шу тарзда давом этади (4-расм).

**Ўйин қоидалари**. Асаларилар бутун майдон бўйлаб учишлари лозим. Қалдирғоч асаларига қўлини теккизса кифоя.

## ОТМА ТАЁҚ

Майдонга диаметри 1,5 м бўлган айлана чизилади. Айлана ичига узунлиги 50 см ли таёқ қўйилади. Санаш орқали бир кишини ўртабоши қилиб тайинлашади. Бир ўйинчи тўпни узоқроққа отади. Ўртабоши отилган тўпга қараб югуради. Бу пайтда эса ўйинчилар беркинишади. Ўртабоши таёқни олиб ўз жойига қайтиб келади ва уни жо-

5-расм

йига (марказга) қўйиб, болаларни қидира бошлайди. Беркинганлардан кимнидир сезиб қолса, унинг исмини айтади. Айтиб бўлиб, дарров таёқча олдига югуради, кетидан номи айтилган бола ҳам. Агар ўйинчи ўртабошидан олдин етиб келса, таёқни яна олиб, узоқроққа отади ва яна беркинади. Агар ўртабоши биринчи келса, ўйинчи унинг ўрнига ўртабоши бўлиб туради (5-расм).

Ҳамма ўйинчилар топиб бўлингандан кейин, ўйин яна бошидан бошланади.

**Ўйин қоидалари.** Таёқ доира марказига олиб келиб қўйилмагунига қадар ўйинчиларни қидириш мумкин эмас. Исми айтилган бола ўша заҳоти чиқиши керак, жойидан чиқмай ўтириш ёки алдамчи ҳаракатлар қилиш мумкин эмас.

## ТАЁҚЧА АТРОФИДАН

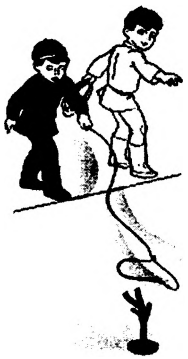
6-расм

Ерга ўртача айлана чизилиб, унинг марказига ўртача таёқ қоқилади. Қуръага кўра ўйинчилардан бири ўнг қўлида таёқни ушлаб туради, чап қўли билан эса ўнг қўл орасидан чап қулоғини ушлаб қўйиб юбормасликка ҳаракат қилади ва соат стрелкаси бўйича айланади (6-расм). Ўйин болалардан чаққонлик,

эпчиллик ва иродани талаб қилади. Қулоғини қўйиб юбормасдан энг кўп айланган ўйинчи ғолиб саналади.

## КИЙИКНИ ОВЛАШ

Барча иштирокчилар тенг икки гуруҳга бўлинишади. Ўйинда ўғил болалар ҳам, қизлар ҳам иштирок этадилар. Иштирокчилар қатор бўйлаб чизиқ ёнига туришади. Чизиқдан тахминан 1,5 м олдинда кийик шохчалари сингари бир нечта дарахт шохлари қўйилган бўлади (уларнинг сони ўйинчилар сони билан тенг бўлади). Ҳар бир ўйинчи қўлида арқон бўлиб, у тугунча қилиб очилган бўлади (7-расм). Болалар арқонни кийик шохларига ташлаб ушлаб олишга ҳаракат қилишади. Ҳар бир болага 5 мартадан имконият берилади. Шу имкониятлардан фойдаланиб энг кўп шохча тутган ўйинчи ютган ҳисобланади. Ўйин охирида умумий жамоавий баллар ҳисобланиб, бир жамоа ғолиб деб топилади.



7-расм

**Ўйин қоидалари.** Ўйин тарбиячи ёки ўйинбоши ишораси билан бошланади. Чизиқни босиш ёки ундан ичкарига кириш мумкин эмас.

## ҲАЙВОНЛАР ҚИРОЛИ

Барча ўйин иштирокчилари турли ҳайвонлар ролини бажарадилар. Қуръага кўра бир ўйинчи уларнинг қироли ҳисобланади. Ҳар бир ҳайвон қиролга ҳеч ким эшитмайдиган қилиб ўз номини айтади (масалан, шер, қуён, бўри ва ҳ.к.). Барча

ҳайвонлар бир чизиққа чизилиб туришади, улардан бир неча қадам нарида қирол туради. Қирол оёқлари тагида тўп туради. Қирол бир ҳайвоннинг номини айтиб чақиради ва ўша бола чиқиши билан чизиқ бўйлаб югуради, қирол эса унга қарата тўпни тепиб пойлашга ҳаракат қилади. Агар тўп ўйинчига тегса, у қирол олдига ёрдамчи бўлиб туради (тўпни олиб келиб туради ва ҳ.к.). Қирол бирданига бир нечта ҳайвоннинг номини айтиши ҳам мумкин ва улар югураётганларида тўпни тепиб улардан бирини пойлаши мумкин (8-расм).

8-расм

**Ўйин қоидалари.** Тўпни жуда кучли тепиш керак эмас, ўйинчиларга шикаст етказиб қўйиш мумкин. Янги қирол ўйинда учта-тўртта ҳайвон тутилгандан сўнг сайланади.

## ТЎПНИ ҲАЙДА

Майдончанинг икки қарама-қарши томонларида иккита чизиқ тортилади. Улар орасидаги масофа 5–10 метр бўлиши керак.

Иштирокчилар икки гуруҳга бўлинишади, чизиққа қарама-қарши қараб чизилиб туришади. Қуръага кўра уларнинг бири ўйинни бошлайди. Болалар кетма-кетликда оёқда тўпни кучли тепиб, уни рақиблар томонига йўналтиришади. Улар эса ўз навбатида тўп чизиқдан ташқарига ўтиб кетмаслиги учун тўпни тепиб юборадилар. Агар тўп чизиққача етиб бормаса, ўйин иштирокчилари уни қўллари билан узатишлари мумкин. Шу йўсинда

ўйин тўп то чизиқдан ташқарига чиқиб кетмагунига қадар давом этади. Тўпни қўйиб юборган ўйинчига жарима белгиланади (у ўйинчилар сафидан чиқади). Энг кўп ўйинчиси қолган жамоа якунда ғолиб чиқади.

**Ўйин қоидалари**. Тўпни қабул қилаётган ўйинчи чизиқдан 1 қадам ташқарига чиқиб туриши мумкин. Агар тўп жуда секин йўналтирилган бўлса ва рақиб томонга етиб бормаса ҳам ўша ўйинчига жарима белгиланади.

## МЕРГАН БОЛА

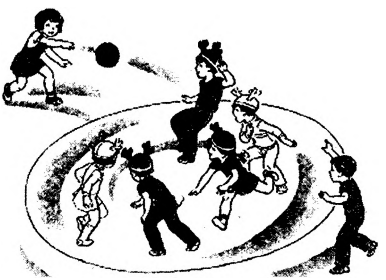
9-расм

Бир-биридан 10–15 м масофа оралиғида иккита параллел чизиқ тортилади. Улар ўртасида диаметри 2 м бўлган айлана чизилади. Унда бир бола (мерган) туради. Унинг қўлида тўп бўлади. Бошқа ўйинчилар бир чизиқдан иккинчисига югуриб ўтиб ҳаракатланишади. Мерган уларга қараб тўп отиб, теккизишга ҳаракат қилади. Тўп кимга тегса, ўша ўйинчи мерган бўлиб туради (9-расм).

**Ўйин қоидалари.** Ўйин бошида мерган қилиб бир болани танлашади. Яъни, тарбиячининг «Ўтиринг!» деган буйруғидан кейин охирги ўтирган бола мерган бўлади. Агар мерган отган тўпни югураётган ўйинчи илиб олса, унда ҳисобга кирмайди.

## КИЙИКНИ УР

Иштирокчилар орасидан икки киши ўқчи бўлади. Қолган ўйинчилар эса кийик ролини ўйнаб, улар катта доира ичида туришади. Ўқчилар доира ташқарисида, бир-бирларига рўпарама-рўпара туришади. Тарбиячининг «Бир, икки, уч – тут!» деган ишорасидан кейин ўқчилар кийикларга қарата тўп отишади, улар эса тўпдан қочишга уринадилар. Қайси кийикка тўп тегса ўша бола тутилган ҳисобланади (10-расм).

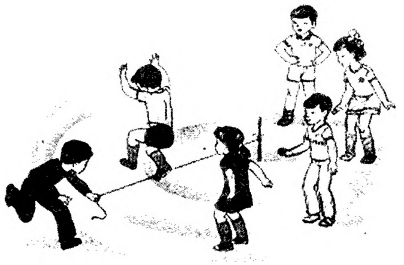


10-расм

**Ўйин қоидалари**. Ўйинни фақат бошловчининг ишорасидан сўнг бошлаш лозим. Тўпни фақат ўйинчиларнинг оёғига отиш керак.

## БАЛИҚЛАР ВА НАҲАНГ

Ўйинда 7-8 тагача бола қатнашади. Ўйновчилардан бири наҳанг бўлиб танланади, қолганлар эса балиқлар. Ўйин учун 2-3 м келадиган ип керак. Унинг бир учи катта таёқчага маҳкам боғланади. Иккинчи учини наҳанг ролини бажарувчи бола тизза баландлигида таранг тортиб ушлаб туради. Арқонни таранг ушлаб турган ҳолда айлана бўйлаб югуради. Арқон яқинлашаётганда балиқчалар (бо-



11-расм

лалар) устидан сакраб ўтишади (11-расм). Арқон кимнинг оёғига тегса ўша балиқ ейилган ҳисобланади (яъни, бола ўйиндан чиқади).

**Ўйин қоидалари.** Болалар ўйинни тарбиячининг ишорасига қараб бошлашади. Арқон доим таранг тортилиб туриши керак.

## ДОИРАДАН ЧИҚАР

Ўйинда бир нечта бола иштирок этиши мумкин. Айлана бўйлаб бир-биридан 40–50 см ораликдаги кичик доирачалар чизилади ва ўйинчилар шу доирачага ўтиришади. Бир бола турган ҳолда, бир оёқлаб улар атрофида сакраб туради. Ўтирганлардан кимнидир доирадан чиқариб юборишга ҳаракат қилади (12-расм). Ўйинчининг битта оёғи ҳам ташқарига чиқиб кетса, у ўйиндан чиқади.

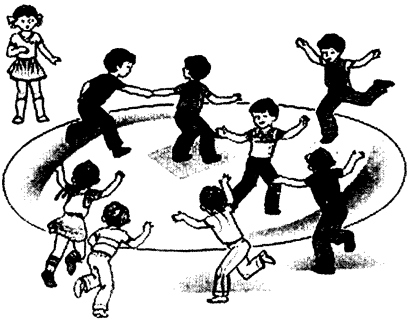
12-расм

**Ўйин қоидалари**. Ўтирган ўйинчилар гоҳ-гоҳида қўллари билан полга (ёки ерга) тегишлари мумкин. Турган ўйинчи ўтирганларни кучли туртиши керак эмас. Ўйинчи сакраётган оёғини ўзгартириб туриши мумкин.

## ЎРМОНЧИ

Ерга диаметри 8–10 м бўлган катта айлана чизилади. Бу ўрмон ҳисобланади, ўртасида квадрат бўлиб, бу ўрмончининг уйи вазифасини ўтайди. Квадрат ичига бир бола қўйилади ва ўрмончи танланади. Қолган иштирокчилар оққуш бўладилар.

Оққушлар ўрмонга учиб кириб, ўртадаги болани олиб чиқишга уринадилар, ўрмончи эса – уларни тутиб олишга, қўл билан тегишга ҳаракат қилади (13-расм). Болани квадратдан олиб чиққан оққуш ўрмончи бўлиб олади ва ўйин қайтадан бошланади.



13-расм

**Ўйин қоидалари.** Ўрмончининг уйига кириш мумкин эмас. Тутилган оққушлар ўйиндан чиқади. Ўрмончи ўрмон ташқарисига чиқиб кетиши мумкин эмас. Ундан ташқари, у битта жойда ҳам

туриши керак эмас, у доимий равишда айлана ичида ҳаракатланиб туриши лозим.

## ТЕГИРМОНДА ТЎП

Бир нечта иштирокчилар катта айлана бўйлаб туришади, улар бир-биридан камида 2-3 қадам оралиқда бўлишлари керак. Ўйинчилардан бири тарбиячидан тўпни олиб ёнидаги шеригига отиб узатади, униси ёнидагига, кейин шу тариқа тўп айлана бўйлаб узатилаверади. Секин-секин тўп тезлиги ошиб боради.

**Ўйин қоидалари**. Тўпни қўлидан чиқариб юборган ёки нотўғри узатган бола ўйиндан чиқади. Шу тариқа ўйинда қолган охирги ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ОҚСОҚ ТУРНА

Барча ўйновчилар икки жамоага бўлинадилар. 3–5 метр масофали майдонга иккита 5-6 метрли параллел чизиқ ўтказилади. Ҳар бир жамоа ўзининг белгиланган чизиғи орқасида турадилар. Барча иштирокчилар бир оёғини орқага тиззадан букиб, қўли билан уни (ўнг оёқни ўнг қўли, чап оёқни чап қўли билан) ушлаб турадилар.

Ҳуштак чалиниши билан иккала гуруҳ бир-бирларига қарама-қарши сакраб-сакраб яқинлашган чоғда бўш қўли ва гавдаси билан қарши гуруҳдаги ўйинчини туртиб, уни иккала оёққа туришига ҳаракат қиладилар. Шунда иккала оёғига турган бола ўйиндан чиқади.

**Ўйин қоидалари.** Ўйинчилар бир-бирига қараб сакрашни фақат ҳуштак чалиниши билан бошлашади. Ўйинчида чарчаш ҳолати бўлса, унга тезда оёғини алмаштириб олишга рухсат берилади.

## ДУМИНИ УШЛА

Барча иштирокчилар айлана бўйлаб туришади. Ўртада «шер» ўтиради. Қолган иштирокчилар – «қўй» ҳисобланишади. «Шер» ўзини ухлаётганга солиб ўтиради (14-расм). «Қўй»лар унинг атрофида қўшиқлар айтиб айланишади ва ора-орада «шер»ни қўллари билан туртиб қўйишади. «Шер» кутилмаганда уйғониб, дарҳол «қўй»ларни тутишга уринади (қўли билан тегади). Тутилган «қўй» шерга ёрдамчи бўлиб ўртага ўтиради.

14-расм

**Ўйин қоидалари.** «Шер» хоҳлаган пайтда қўйларни тутиши мумкин, лекин унга кимдир биринчи марта тегмагунига қадар ўрнидан турмайди.

## ОҚЛАР ВА ҚОРАЛАР

Бир неча кишилик икки жамоа бир-бирига қарама-қарши бўлиб турадилар. Бошловчи бир томони қора, бошқа томони оқ картон дискни отади (15-расм). Картон дискнинг қора ёки оқ тарафи тушишига қараб, биринчи жамоа иккинчи жамоани тута бошлайди. Қочаётганлар чизиб қўйилган чизиқдан ўтиб кетишга ҳаракат қиладилар. Қайси гуруҳнинг ҳисобида тутиб олинган рақибларнинг сони кўп бўлса, шу жамоа ғолиб ҳисобланади.

15-расм

**Ўйин қоидалари.** Рақибларни фақат бошловчининг «Оқлар!» ёки «Қоралар!» дейиши билан тута бошлаш керак. Қочаётганларни фақатгина чизилган чизиқ ичида тутиш мумкин. Чизиқнинг ташқарисидагилар ҳисобга олинмайди.

## ТОШЛАРНИ ЙИҒ

Ўйинчилар икки жамоага бўлинишади. Икки томонда иккита курсича туради, уларнинг устида тошлар туради, иккаласида ҳам тошлар сони бир хил бўлиши керак. Иккала жамоадан биттадан бола чиқиб тўпни қўлига олади ва бир вақтда кучи борича тепага отади, тўп то ерга келиб тушгунича курсича устидаги тошларни йиғиши лозим. Ким кўп тош йиғса ўша ғолиб чиқади ва навбат бошқа икки ўйинчига берилади. Якунда умумжамоа ютуғи ҳисобланиб, бир жамоага ғолиблик берилади.

## ТАЁҚНИ ОТИШ

16-расм

Майдончага чизиқ тортилади. Иккита ўйинчи қўлларида ўртача таёқча билан чизиққа орқа билан туришади. Таёқни тепасидан ушлаб, бир учини оёқлари устига қўйишади, оёқ ерда туради. Кейин оёқнинг кучли силтанма ҳаракати билан таёқни иложи борича узоқроққа ирғитишади (16-расм). Кимнинг таёғи узоқроққа борса, шу бола ўша жойга бориб туради ва ютқизган бола таёғини худди отга ўхшаб миниб олади ва узоқроқда турган болани қувлайди.

**Ўйин қоидалари**. Югуришни фақат тарбиячи ишорасига биноан бошлаш керак.

## РИГУ-РАГУ

Бир нечта бола бир жойга тўпланиб туради. Улардан бири ўйинбоши бўлади. Қолган болалар қўлини муштум қилиб туради. Ўйинбоши қўлини бир-икки марта силкитиб: «Ригу-рагу, ригу-рагу...» деб айтади. Кейин бош бармоқларини чиқариб шохни ифодалайди ва шохли нарсаларнинг номини айтади, масалан: «Шохли эчки» ёки «Шохли уй, шохли кўйлак» деб чалғитади. Агар шохи бор ҳайвон айтилса, ҳамма болалар қўлларининг бош бармоғини чиқаришлари керак бўлади. Агар ўйинбоши болаларни чалғитиб, шохи бўлмаган ҳайвонни ёки бошқа бир буюмни айтса, болалар шохни кўрсатмасликлари керак (17-расм). Хато қилган ўйинчи ўйиндан чиқади.

17-расм

**Ўйин қоидалари**. Болалар иккала қўлларининг бош бармоғини чиқаришлари шарт, биттаси ҳисобланмайди. Ўйинда хато қилиб чиқиб кетган бола ўйнаб беради ёки қўшиқ айтади.

## ГУЛЛАР

Ҳар бир ўйинчи ўзига гуллардан исм танлайди (атиргул, лилия, наргиз ва ҳоказо). Болалар орасида бир хил исмли ўйинчи бўлиши мумкин эмас. Қуръа ташлаш йўли билан танланган гул (масалан,

18-расм

атиргул) ўйинни бошлайди. Атиргул ўзига лола гулини чақириб уни қува бошлайди. Агар лолада тутилиш хавфи туғилса, у бошқа бир гулни ўрнига чақиради. Навбатдаги ўйинчи қоча бошлайди (18-расм).

Ўйинчилар фақатгина гуллар номи билан эмас, балки ҳайвонлар ва балиқлар номи билан ҳам аталиши мумкин.

**Ўйин қоидалари**. Тутилган ўйинчи исмини ўзгартириб ўйинда қайта иштирок этиши мумкин. Ўйин давомида бир хил исм қайтарилиши мумкин эмас. Ўйин давомида бирор марта тутилмаган ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ҚУЁН ТОНГИ

Бир нечта ўйинчилар – қуёнлар, улардан бири – қуёнлар мураббийи. Майдонча ўртасига кичкина айланачалар чизилади. Бу уларнинг уйчаси вазифасини бажаради. Мураббийнинг бундай уйчаси йўқ. Мураббий қуёнчаларга қараб: «Ҳамма турсин! (қуёнчалар ҳаракатлар билан буйруқни бажарадилар). Ҳамма ювинади, гимнастика қилади, ўрин йиғиштиради, нонушта қилади, мактабга кетади, мактабда ўқийди, уйга қайтади, дарс тайёрлайди, ҳовлига чиқиб ўйнайди» дейди (19-расм). «Ҳовлига чиқиб ўйнайди» деган буйруқдан сўнг қуёнчалар уйчаларидан чиқиб, чопиб юрадилар.

19-расм

Мураббий бирданига: «Тун», дейди. Шунда ҳамма ўз уйчасига югуриб қайтиши керак. Охирида қолган бола ютқизган ҳисобланади.

**Ўйин қоидалари.** Барча ҳаракатлар мураббий буйруғидан сўнг бажарилади. Болалар ҳовлида югураётганда уйчасидан камида 10 қадам ташқарида бўлиш керак.

## БАЛИҚ ОВИ

Бир неча ўйинчи икки гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар бир-бирига қарама-қарши бир неча қадам оралиғида туришади (20-расм). Биринчи гуруҳ – балиқчилар (уларнинг сони камроқ), қолганлар – балиқлар. Балиқчилар:

– Биз балиқ тутамиз.

– Қандай балиқ?

– Лаққа балиқ.

– Тутинглар! – деб балиқлар жавоб қайтаришади.

Балиқлар ўгирилиб, белгиланган чегарагача қочадилар. Ҳар бир тутилган балиқ ўйиндан чиқади.

20-расм

**Ўйин қоидалари**. Балиқларни фақат чегарагача тутиш мумкин. Балиқчининг қўли теккан балиқ тутилган ҳисобланади.

## ҚЎЛИНГНИ КЎТАР

Ўйинда иштирокчилар турган ёки ўтирган ҳолда айлана бўлиб бир-бирларига халақит бермайдиган оралиқда туришлари керак. Қуръага кўра марказда туришга бир ўйинбоши тайинланади. У доира

21-расм

атрофидан секин-аста юриб, бир ўйинчи олдида тўхтайди ва баланд овозда: «Қўлингни кўтар!» дейди. Ўйинбоши айтган бола ҳолатини ўзгартирмасдан туришни давом эттиради. Лекин унинг икки чеккасида турган қўшинлари ўша заҳотиёқ бир қўлларини кўтаришлари керак: ўнг томондаги қўшни чап қўлини, чап томондаги қўшни эса ўнг қўлини кўтаради (21-расм). Агар болалардан бири қўлини нотўғри кўтарса, умуман кўтариш эсидан чиқиб қолса ёки бошқа бир хатога йўл қўйса, бу бола ўйинбоши билан ўрнини алмашиб ўртага туради.

Ўйин белгиланган вақтгача ўйналади (масалан, 10 дақиқа). Қайси ўйинчи ўйинбоши бўлмаса ўша ғолиб ҳисобланади. Ўйинбоши, албатта, ўйинчи ёнига келиб, унга буйруқ бериши мумкин.

## БОЛАЛАР ВА ХЎРОЗ

Ўйинчилардан бири хўроз ролида. Хўроз уйидан чиқиб, майдонча бўйлаб чопади ва уч марта қичқиради. Болалар унга жавобан:

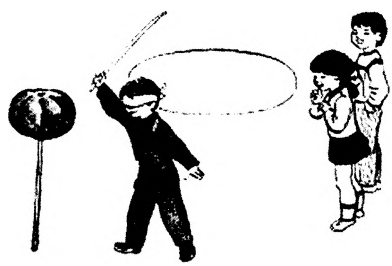
*Хўроз, хўроз,*
*Бобохўроз,*
*Мунча эрта турдинг?*
*Болаларни уйготдинг.*

Шундан сўнг хўроз инидан чиқиб, қанотларини қоқиб, болаларнинг кетидан югуради. Агар болаларни тута олмаса инига қайтади.

**Ўйин қоидалари.** Хўроз қанотларини қоққандан сўнг болалар югурадилар. Болалар ўз уйларига кириб кетишлари мумкин.

## ҚОВОҚНИ УРИШ

Ўйинда бир нечта бола иштирок этади. Ерга диаметри 1-1,5 м бўлган айлана чизилади. Ундан 6–8 қадам нарироқда ерга таёқ қадалади (таёқнинг баландлиги 1 м дан ортиқ бўлмаслиги керак), унинг устига эса қуруқ қўргазмали (декоратив) қовоқ кийгизилади. Қуръага кўра бир ўйинчи айлана ичидаги қовоққа орқаси билан туради. Унинг қўлига узунлиги 1 м ли таёқча берилади, кўзи эса рўмолча билан боғлаб қўйилади. Турган жойида бир неча марта атрофга айланиб тўхтайди ва қўлидаги таёғи билан айланадан чиқиб, қовоқни қидиришни бошлайди ва уни уришга ҳаракат қилади (22-расм). Ўйинчиларга талабни бажариш учун маълум бир вақт берилади. Шу вақт ичида вазифани тўғри бажарган ўйинчига очко берилади.



22-расм

**Ўйин қоидалари.** Фақат қовоқни уриш керак, таёғини мумкин эмас. Айлана атрофидаги бошқа ўйинчилар иштирокчига умуман халақит қилмасликлари лозим.

## РЎМОЛЧАНИ БЕР

23-расм

Иштирокчилар бир-бирига қарама-қарши турган ҳолда икки гуруҳга бўлинишади. Ҳамма қўлини орқасига қўяди. Марказда битта ўйинчи туради. Ҳар иккала жамоадан биттадан ўйинбоши танланади ва унга рўмолча берилади. Ўйинбоши ўз жамоаси ўйинчилари орқасидан секин ўтиб, билдирмасдан ўйинчилардан бирининг қўлига дастрўмолни тутқазади.

Шундан сўнг, ўртада турган ўйинчи буйруқ беради: «Рўмолни бер!». Болалар қўлидаги рўмолчани югуриб бориб ўртадаги ўйинчининг қўлига беришлари керак. Рўмолчани биринчи бўлиб берган ўйинчи ғолиб бўлади. Якунда энг кўп очко йиққан жамоа ғолиб саналади (23-расм).

**Ўйин қоидалари**. Рўмолчани фақат бўйруқдан кейин олиб бориш керак. Рўмолчани қўлга беролмаган ёки тушириб юборган ўйинчи биринчи етиб борганига қарамай ютқазади.

## ТАНГАНИ КЎТАР

Майдоннинг иккита томонига старт чизиғидан финишгача бўлган иккита параллел чизиқ чизилади. Майдон бўйлаб бир нечта тангалар сочиб юборилади. Ўйинчилар чизиқ бўйлаб саф тортиб туришади. Тарбиячи буйруғи билан болалар отни мингандай финиш чизиғи томон чопишади ва ортга худди шу тарзда қайтишади. Югура туриб, улар

24-расм

тўхтамасдан энгашиб, ердаги тангаларни териб олишади (24-расм). Ким кўп танга йиғса, ўша бола ғолиб ҳисобланади.

**Ўйин қоидалари**. Ўйинни фақат тарбиячи буйруғи билан бошлаш керак. Ўйин давомида болалар бир-бирларини туртмасдан югуришлари шарт. Тангани кўтараётганда жойдан туриш мумкин эмас.

## АЁЗ

Тарбиячи саноқ билан ўртага Аёз бобони тайинлайди. У марказда, қолганлар атроф бўйлаб турадилар. Тарбиячининг: «Аёз бобо келяпти!» деган огоҳлантиришидан сўнг барча болалар турли томонларга қараб қочишади (25-расм). Аёз бобо эса уларни қувиб етишга ва қўли билан тегиб, уларни музлатиб қўйишга ҳаракат қилади. Музлатилган бола ўша жойида қотиб туради.

**Ўйин қоидалари.** Фақатгина тарбиячининг гапидан сўнггина турли томонларга қочиш мумкин. Қотиб турган болалар ўйин яна бошидан бошланмагунча қайтадан ўйинга тушмайди.

25-расм

## САЁҲАТЧИ

Ўйин очиқ ҳавода ҳам, залда ҳам ўтказилиши мумкин. Барча иштирокчилар доира бўлиб ўтирадилар. Фақат бир иштирокчи – саёҳатчи доира марказида туради. Ўтирган ўйинчилар саёҳатчи эшитмайдиган қилиб секингина юртимиздаги таниш бир шаҳар ёки жой номини ўзларига танлашади. Саёҳатчи бир шаҳардан бошлаб бир нечта шаҳаргача ҳаммага эшиттириб айтиб чиқади. Масалан: «Мен Тошкентдан Жиззахгача ёки Самар-

26-расм

қандгача саёҳат қилиб чиқаман». Атрофда ўтирган ўйинчилардан кимнингдир шаҳри чиқса, шу ўйинчи саёҳатчи билан жой алмашади (26-расм). Агар бир айтишнинг ўзида бир нечта жойнинг номини топа олса, саёҳатчига бир очко берилади. Ўйин шу тарзда давом этади. Энг кўп очко жамғарган ўйинчи ўйин ғолиби бўлади.

## ШОЛҒОМ ТОРТИШ

Бу ўйинда 20 та бола қатнашиб, улар икки гуруҳга бўлинадилар.

Гуруҳлар ўзига «Булбул», «Саъва» деб ном қўйиб оладилар. Кейин ўртага тўғри чизиқ чизилади ва бир томонда «Булбул» гуруҳи, иккинчи томонда эса «Саъва» гуруҳи туради.

Сардорлар чизиқнинг икки томонида туриб: «Шолғом тортиш!» деб буйруқ беришгандан сўнг болалар бир-бирларининг қўлларини ўз томонига тортишади. Болалари чизиқдан кўпроқ ўтиб кетган гуруҳ енгилади.

## НИМАНИНГ ПАТИ

Ўйинда қатнашадиган 10 та бола доира ҳосил қилиб ўтиради. Ўйинбоши бирор қушнинг патини (ўрдак, ғоз, қарға ва ҳоказо) олиб, болалардан бирига кўрсатиб, бу ниманинг пати, деб сўрайди. Патнинг номини айтади, бошқа боладан сўралади, бошқа бола ҳам жавоб беради. Ўйин қоидасида бир қушнинг номи икки марта такрорланмаслиги керак. Бир боланинг айтганини иккинчиси айтиб қўйса, ўйинбошининг айтган буйруғини бажаради: ўйинга тушади, қўшиқ айтади ва ҳоказо. Ким қушлар номини кўп билса, ўша билағон ҳисобланади.

## ЭПЧИЛ ҚУЁН

Бу ўйинда 14-15 нафар бола қатнашади. Майдоннинг ўртасидан ораси 60–70 см бўлган иккита чизиқ чизилади. Икки бола бўри вазифасини ўтайди, қолган болалар қуён бўлиб шу чизиқдан ўтиши керак. Бўри чизиқчада туради. Бўриларга тутилмай ўтган қуён «эпчил қуён» ҳисобланади.

## ЯЛТ ЭТДИ

Ўйинда бир неча бола иштирок этиши мумкин. Улар чордона қуриб айлана бўлиб ўтирадилар. Иккита ўйинбоши сайланади. Ўйинни қайси ўйинбо-

ши биринчи бўлиб бошлаши кераклиги чек ташлаш йўли билан аниқланади. Биринчи ўйинбошининг қўлида тугма ёки мунчоқ бўлади. Болалар қўлларини ҳовуч қилиб олдинга узатиб турадилар. Ўйинбоши уларнинг қўлига қўлини теккизиб, танлаган болага ўша нарсани ташлаб кетади. Болалар қўлларини беркитадилар. Иккинчи ўйинбоши шу нарсанинг кимда эканлигини топиши керак. Нарса шунинг қўлида, деб гумонланган боланинг ёнига бориб «ялт этди», дейди. Агар унда бўлмаса, ўйинбошиликни ўша бола билан алмашади. Ўйин давом этади. Иккинчи ўйинбоши беркитилган нарсанинг кимдалигини топса, биринчи ўйинбоши ўрин алмашади. Ўйинбоши берган нарса шу болада сақланиши керак. Иккинчи болага узатиб юбориш ўйин қоидасини бузиш ҳисобланади.

Мурожаат қилган бола кафтини очиб дарҳол кўрсатиши шарт.

## ТОШ ҚЎЙДИ

Тош қўйди ўйини асосан ёз ойларида ўйналади. Болалар узун ўриндиқда тизилиб ўтирадилар. Хоҳишига қараб икки ўйинчи сайлаб олинади. Бири топувчи, иккинчиси тошни яширувчи бўлади. Топувчи тескари қараб, кўзларини беркитиб туради. Яширувчи тошни ўтирганлардан бирига беради. Шу пайт ҳамма бир хил вазиятда: кулиб ёки жиддийроқ бўлиб ўтиради. Тош яширувчи топувчига қараб: «Ош пишди, пашша тушди!» деб айтади. Топувчи ўтирганлардан бирини кўрсатади. Агар тошча топувчи кўрсатган болада бўлса, чиқариб беради, агар бошқа бола қўлида бўлса, у яширувчига беради.

## СОЛОЙ-СОЛОЙ

Ўйинда қатнашадиган болалар доира шаклида қўлини орқасига қилиб ўтирадилар. Улардан бири қўлига рўмолча олиб: «Солой, солой, кимга солой, сочи узун қизга солой!» деб атрофида айланади ва ўтирганлардан бирининг орқасига ташлаб кетади (27-расм). Орқасига рўмолча тушганини билмай қолган бола давра ўртасига тушиб ўйнаб беради. Агар билиб қолса, рўмол ташлаган боланинг орқасидан қувади. Қочган бола қувганнинг ўз жойига келиб ўтиришига улгурмасдан етиб олиб рўмол билан уриши керак.

27-расм

Айлана ўртасини кесиб ўтиш мумкин эмас.

## ШЎХ КОПТОКЧАМ

Болалар хонанинг ёки майдончанинг бир томонига қўйилган стулларда ўтиришади. Тарбиячи улардан сал нарироқда туради, коптокни қўл билан уриб, унинг қандай енгил ва баланд учишини кўрсатиб беради. Шу пайтда у Зафар Диёрнинг қуйидаги қўшиғини айтади:

*Тўпим тўп-тўп этасан,*
*Урсам учиб кетасан.*
*Ҳаккаланиб нарига –*
*Дўстларимга етасан.*

Кейин 2-3 та болани чақириб, коптокни ушлаб турган ҳолда ирғишлаб сакрашни таклиф қилади. Тарбиячи бояги қўшиқни айтиб, копток билан яна машқни такрорлайди. Қўшиқни айтиб бўлгач, болаларга қараб, «Ҳозир сизларга етиб оламан!» дейди. Болалар сакрашдан тўхтаб, туриб олмоқчига ўхшаб ҳаракат қилаётган тарбиячидан нарироққа қочиб кетадилар.

Ўйинни такрорлаш пайтида тарбиячи кўпроқ болаларни чақиради. Ўйинни якунлар экан, тарбиячи ҳамма болаларга баравардан коптокка ўхшаб сакрашни таклиф қилади. Бунда тарбиячи қўшиқни болаларнинг сакраш суръатига қараб тез айтади (бу суръат анча тездир). Агар болалар коптокка ўхшаб сакрашни билмасалар, уларга бунинг қандай бўлишини кўрсатиб бериши зарур.

## ОҚ ҚУЁНИМ АЛОМАТ

Болалар хонанинг ёки майдончанинг бир томонига қўйилган стулларда ёки скамейкаларда ўтирадилар. Тарбиячи уларга: «Ҳозир ҳаммангиз қуён бўласизлар», дейди ва ўтлоққа югуриб чиқишни таклиф қилади. Болалар хонанинг ўртасига чиқадилар ва тарбиячининг ёнида давра қуриб турадилар. Кейин чўққайиб ўтирадилар. Тарбиячи шундай шеър ўқийди:

*Оқ қуёним аломат,*
*Отини қўйдим Саломат.*
*Шалпангқулоқ қуёним,*
*Жуда-жуда аломат.*

Болалар қўлларини бошларига кўтариб, қуённинг қулоғига ўхшатиб, бармоқларини қимирлатадилар. Тарбиячи шеър ўқишда давом этади:

*Қуёним қотиб қопти,*
*Оёқ-қўлин иситсин,*
*Тап-тап-тап-тап,*
*Тап-тап-тап*
*Оёқ қўлин иситсин.*

Болалар «тап-тап» сўзини эшитишлари билан чапак чала бошлайдилар ва шеър тугагунча чапак чалиб турадилар.

Тарбиячи яна шеър ўқийди:

*Бир жойда тураверив,*
*Қуён титрар совуқ еб.*
*Энди сакраб ўйнасин,*
*Сакраб-сакраб қувнасин.*

Болалар «сакраб-сакраб» сўзини эшитишлари билан икки оёқлаб ирғишлаб сакрай бошлайдилар. Сакрашни шеър тамом бўлгунча давом эттирадилар. Тарбиячи:

*Кимдандир чўчиб кетди*
*Қуёнжон қочиб кетди, –*

дейди ва айиқ полвонни кўрсатади, болалар қочиб бориб, ўз жойларига туриб оладилар.

Ўйинни болалар билан истаганча ўтказиш мумкин. Ўйин бошланишидан олдин албатта қуёнлар яширинадиган жойни тайёрлаб қўйиш керак. Ўйин бошида шеърга биноан машқни ҳамма болалар баравар бажарадилар. Ўйин кўп марта такрорлангандан кейин биронта болани қуёнча қилиб тайинлаш ва уни доира ўртасига турғизиб қўйиш мумкин. Шеър тамом бўлгандан сўнг болалар орқасидан тез югурмаслик, уларга ўз жойларини топиб олишлари учун имкон бериш керак. Кичкин-

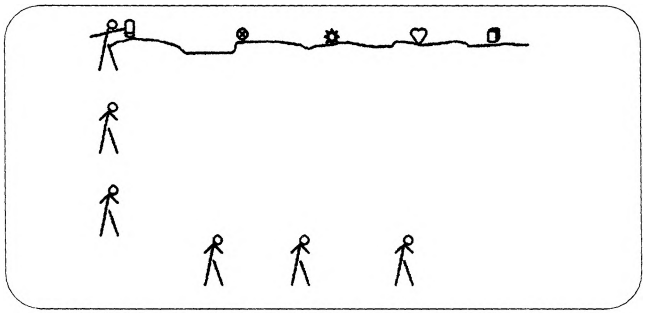
тойлардан, албатта, ўзининг жойини топиб олиш талаб қилинмайди, уларнинг ҳар бири бўш жойни топиб ўтириши мумкин. Ўйин мунтазам ўтказилиб турилганда улар ўз жойларини яхши эслаб қоладилар. Болаларнинг бу топқирлигини қўллаб-қувватлаб, рағбатлантириб туриш мақсадга мувофиқдир.

## УЗУН ИЛОН ИЗИ БЎЙЛАБ

Тарбиячи ерга ёки полга узунлиги 5-6 метрли арқонни чўзиб қўяди, бу йўлакчадан болалар охиригача юриб ўтишлари мумкин.

Агар йўлакчанинг бошқа томонига болаларни жалб қиладиган нарсалар: айиқча, қўғирчоқ, шиқилдоқ, қушча ва бошқалар қўйилса, болалар машқни қизиқиб бажарадилар. Йўлакчаниниг охирида нима ётганлигига қараб, вазифа берилади. Масалан, айиқчанинг олдига бориб уни силаш, қушчага дон бериш, шиқилдоқни шиқиллатиш (28-расм).

Тарбиячи болаларнинг арқончани босишга ҳаракат қилаётганларини кўрса, тарбиячи унинг қўлидан ушлаб, ёрдамлашиши мумкин. Болалар шошилмасдан юриб боришлари керак.



28-расм

## ҚУШ ВА УНИНГ БОЛАЛАРИ

Болалар 5-6 кишидан иборат икки гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ ўз уйчасига – инига эга бўлади. Бўр билан чизилган доира, полга ташлаб қўйилган катта чамбарак ёки учлари бир-бирига боғланган арқонча ва ҳоказолар ин бўлиши мумкин. Болалар чўнқайиб ўтириб, индаги қуш болаларини ифода этадилар. Тарбиячи қуш вазифасини бажаради. Унинг: «Қани учдик, учайлик», деган сўзларини эшитишлари билан қуш болалари инларидан учиб чиқадилар ва дон қидириб узоқроқ кетишга ҳаракат қиладилар. Тарбиячининг: «Энди уйга учамиз», деган сўзларидан кейин қуш болалари ўз инларига қайтиб келадилар. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Тарбиячи болалар – қуш болаларининг ишорасига қараб ҳаракат қилишини кузатиб боради. Бегона инга учиб кириш мумкин эмаслигини эслатиб туради. Уйидан узоқроққа учишга даъват этиб, у ерда қушчалар учун дон мўл эканини таъкидлаб туради.

## ҚУЁШ ВА ЁМҒИР

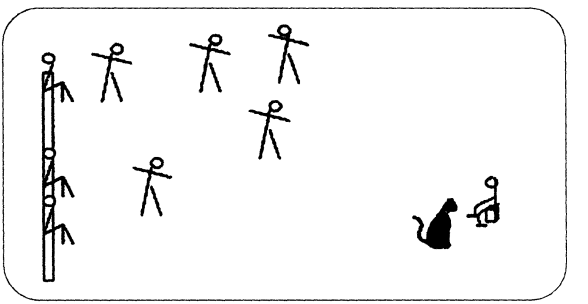
Болалар хона ёки майдонда қатор турган стуллар орқасига ўтиб, чўққайиб ўтирадилар ва дарчадан (стул суянчиғи орасидан) қарайдилар. Тарбиячи: «Қуёш чиқди! Боринглар, ўйнанглар!» дейди. Болалар хона (майдонча) бўйлаб югурадилар. «Ёмғир ёғиб кетади. Тезроқ уйга киринглар!» деган овоздан сўнг болалар ўз жойларига қараб югуришади ва стулларнинг орқа томонига бориб чўққайиб ўтиришади ва дарчадан (стул суянчиғи орасидан) қарашади. Тарбиячи: «Қуёш чиқди! Боринглар, ўйнанглар!» дейди.

Болалар майдонча бўйлаб югурадилар. «Ёмғир ёғиб кетди. Тезроқ уйга киринглар!» деган буйруқдан сўнг болалар ўз жойларига қараб югуришади ва стулларнинг орқа томонига бориб чўққайиб ўтиришади.

## СИЧҚОНЛАР ВА МУШУК

Болалар – сичқонлар инларида (хона девори бўйлаб ёки майдончанинг ён томонларига қатор қўйилган ўриндиқ ёки стулларда) ўтирадилар. Майдонча бурчакларидан бирида мушук ўтиради. Мушук вазифасини тарбиячи ижро этади. Мушук ухлаб қолади, сичқонлар эса хона бўйлаб югуриб кетишади (29-расм). Бироқ бирдан мушук уйғонади, қаддини ростлаб керишади, миёвлайди ва сичқонларни тута бошлайди. Сичқонлар тез югуриб кетадилар ва ўз инларига кириб яширинадилар (стуллардан ўз жойларини эгаллайдилар). Ҳамма сичқонлар ин-инига кириб кетгандан сўнг, мушук яна бир бор хона бўйлаб айланади. Кейин ўз жойига келади ва яна ухлайди. Ўйин 4-5 марта такрорланади.

Сичқонлар мушук кўзини юмиб уйқуга кетгандан кейингина ўз инларидан чиқишлари ва мушук



29-расм

уйғониб миёвлаганидан кейин инларига қайтишлари мумкин. Тарбиячи сичқонлар инларидан чиқишини кузатиб туради. Ўйинда ўйинчоқ мушукдан ҳам фойдаланиши мумкин. Кубиклар ҳам ин вазифасини ўташи мумкин. Бунда болалар кубиклар устига чиқиб турадилар.

## ПАХМОҚ КУЧУК

Болаларнинг бири пахмоқ кучукни ифода этади. У полда бошини олдинга узатилган қўлларига қўйиб ётади. Қолган болалар аста унинг атрофига тўпланишиб шеър ўқийдилар:

*Пахмоқ кучук ётади,*
*Қаранг, хуррак отади.*
*Билиб бўлмайди асло,*
*Уйғоқми у, ухларми ё?*
*Секин келиб уйғотсак,*
*Қизиқ иш бўлса керак.*

Болалар кучукни уйғота бошлайдилар, унинг тепасига келиб, энгашиб, отини айтадилар, чапак чаладилар, ҳуркитадилар. Кучук ирғиб ўрнидан туриб кетади ва қаттиқ вовуллайди. Болалар ҳар томонга қочиб кетадилар. Кучук уларнинг кетидан қувлайди, бирортасини ушлаб олишга ҳаракат қилади. Ҳамма болалар ҳар томонга қочиб, беркиниб олганларидан сўнг, кучук яна ерга ётади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Агар кучукни тарбиячи акс эттирадиган бўлса, у стул ёки ўриндиқда ўтириб «ухлайди».

## ТЕКИС ЙЎЛ БЎЙЛАБ

Болалар эркин ҳолда тўпланишади ёки қатор бўлиб сафга туриб ўйнагани кетишади. Тарбиячи муайян маром ва оҳангда қуйидаги сўзларни айтади:

*Теп-текис йўл устидан,*
*Теп-текис йўл устидан,*
*Ташлайлик қадам.*
*Майда тошлар устидан,*
*Борайлик биз бирга –*
*Тушиб кетдик чуқурга!*

«Теп-текис йўл устидан» сўзлари айтилганда болалар қадам ташлаб юрадилар. Тарбиячи: «Майда тошлар устидан, майда тошлар устидан», дейиши билан улар иккала оёқларида сакраб, сал олдинга силжиб борадилар. «Тушиб кетдик чуқурга» сўзларини эшитиши биланоқ чўққайиб ўтириб оладилар. Кейин: «Чуқурдан чиқиб олдик», дейди тарбиячи. Бу вазиятда болалар ўринларидан турадилар. Тарбиячи шеърни яна такрорлайди. Шундан сўнг тарбиячи қуйидаги бошқа сўзларни айтади:

*Теп-текис йўл устида,*
*Теп-текис йўл устида,*
*Юравериб чарчадик,*
*Юравериб чарчадик,*
*Юринглар, уйга кетдик,*
*Мана, уйга ҳам етдик.*

Шеър тугагандан кейин болалар уйларига қараб югурадилар (уй қаерда бўлади – ўриндиқдами, тортилган тўғри чизиқ орқасидами ёки бошқа бир жойдами, бу олдиндан келишиб олинади).

Ҳаракатларни ҳар хил қилиб ўзгартириш мумкин, лекин улар шеърга мувофиқ келиши зарур (масалан, майда тошлар устидан бир оёқдан иккинчи оёққа ҳатлаб ёки бир оёқлаб ўтиш ва ҳоказо). Тарбиячи ҳаракат топшириғини узайтириши ёки қисқартириши мумкин. Бунинг учун у шеърнинг ҳар бир сатрини кўпроқ ёки озроқ такрорлайди.

## ЧИВИННИ ТУТ

Болалар узатилган қўл етадиган масофада давра қуриб турадилар. Тарбиячи доиранинг ўртасида бўлади. Унинг қўлида узунлиги 1-1,5 м келадиган хивич бўлиб, унинг учига қоғоздан ёки бошқа нарсадан ясалган чивин ип билан боғлаб қўйилган бўлади. Тарбиячи ипни болаларнинг бошидан сал юқорироқда айлантиради. Чивин ўз устларидан ўтаётганда болалар уни икки қўллаб тутмоқчи бўлиб сакрайдилар. Чивинни тутган бола: «Мен тутдим!» дейди. Ўйин давом этади.

**Ўйин қоидаси.** Ўйин вақти болалар сакраш пайтида даврани торайтириб қўймасликлари учун уларни кузатиб туриш керак. Тарбиячи чивин боғланган ипни айлантираётиб, уни дам тушириб, дам кўтариб туради.

## ЧУМЧУҚЛАР ВА МУШУК

Болалар майдоннинг бир томонига полга бир қатор қилиб қўйилган ўриндиқларда ёки катта кубларда тикка турадилар. Булар томдаги чумчуқларни ифода этишади. Улардан нарироқда мушук (бирор бола) ухлаб ётган бўлади. Чумчуқлар сакраб пастга тушадилар, қанотларини ростлаб, ҳар томонга учиб кетадилар. Бироқ шу пайт мушук уй-

ғониб қолади. У «миёв-миёв», дейди-да, тутган чумчуқларини ўз уйига олиб кетади. Ўйин 5-6 марта такрорланади.

Болалар тиззаларини букиб оёқ учида, енгил сакрашларини кузатиб туриш керак.

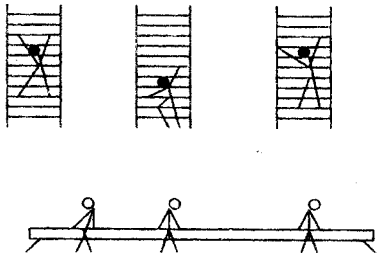
## КУРК ТОВУҚ ВА ЖЎЖАЛАР

Ўйинда қатнашаётган болалар жўжаларни, тарбиячи эса товуқни ифода этади. Курк товуқ ва жўжалар уйда бўлишади (устун ёки стуллар орасида 35–40 см баландликда арқонча тортилади, бу жой уй вазифасини ўтайди). Бир чеккада тасаввур қилинадиган қуш яшайди. Курк товуқ арқончанинг тагидан энгашиб ўтади ва болаларга дон қидириб кетади. Кейин «ку-ку-ку-ку», деб жўжаларини чақиради. Унинг овозини эшитиб, жўжалар ҳам арқонча тагидан ўрмалаб ўтишади ва югуриб товуқнинг олдига боришади. Ҳаммалари бирга ўйнайдилар, энгашадилар, чўққайиб ўтирадилар, дон-дун қидирадилар. Тарбиячининг: «Катта қуш учиб келяпти», деган сўзларини эшитгач, ҳамма жўжалар тез қочиб кетадилар ва уйларига яширинадилар. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Жўжалар катта қушдан қўрқиб, уйларига қочиб кетаётганларида болалар арқончага урилиб кетмасликлари учун тарбиячи уни кўтариб туриши мумкин. Орадан бирмунча вақт ўтгандан сўнг, болаларнинг ўзлари ҳам товуқ ролини ўйнашлари мумкин.

## МАЙМУНЧАЛАР

Тарбиячи болаларга биттадан ёки иккитадан бўлиб гимнастика нарвончасига яқинлашишни таклиф қилади. Булар маймунчалар бўлади. Бошқа



30-расм

болалар маймунчаларнинг дарахтлардан қандай қилиб мева теришаётганини ўтириб ёки тик туриб томоша қиладилар. Сўнгра дарахтга бошқа маймунчалар чиқишади (30-расм).

Болалар нарвончага қўрқмасдан чиқиб-тушишни ўрганиб олганларидан кейин топшириқни мураккаблаштириш керак. Бунинг учун гимнастика нарвончасининг бир қисмидан иккинчи қисмига, яъни дарахтдан-дарахтга ўтиш таклиф қилинади.

## ДОИРАГА ТУШИР

Болалар давра қуриб турадилар. Ўртага катта чамбарак қўйилади ёки доира чизилади. Арқончадан ясалган ёки полга чизилган доиранинг диаметри 1-1,5 м бўлади. Доирадан 2-3 қадам масофада давра қуриб турган болалар қўлида ичига қум тўлдирилган халтачалар бўлади. Тарбиячининг «Ташла!» деган буйруғи берилиши билан барча болалар халтачаларни доирага ташлайдилар. Сўнгра тарбиячи: «Халтачаларни кўтариб олинг», дейди. Болалар халтачаларни олиб, ўз жойларига келиб турадилар. Ўйин 4–6 марта такрорланади. Халтачаларни икки қўллаб ташлаш керак.

## РАНГЛИ АВТОМОБИЛЛАР

Болалар хона девори бўйлаб турадилар. Бу гараждаги автомобиллар бўлади. Ўйинда иштирок этаётган ҳар бир боланинг қўлида байроқча (копток, картондан ясалган кўк, сариқ ёки яшил рангдаги доира) бўлади. Тарбиячи хонанинг марказида болаларга қараб туради. Унинг қўлида тегишли рангдаги учта байроқча бўлади. У байроқчалардан бирини кўтаради (баъзан иккита ёки ҳар учала байроқчани ҳам кўтариш мумкин). Ана шу рангдаги нарсаси бўлган болалар майдон бўйлаб югуриб бораётган «автомобил»га тақлид қилиб, овозлари билан ди-дитлатадилар. Тарбиячи байроқчани туширгандан кейин автомобиллар тўхтайди, айланиб бурилади ва ўз гаражларига қараб жўнайди. Ўйин 4–6 марта такрорланади.

Тарбиячининг қўлида қизил байроқча бўлиши ҳам мумкин. У кутилмаганда қизил байроқчани кўтаради, бунда автомобиллар бу ишорага кўра тўхташи керак.

## ҚУШЛАР ВА МУШУК

Ерга доира шакли чизиб қўйилади (диаметри 5-6 м). Доиранинг марказида тарбиячи танлаган бола – мушук туради. Қолган болалар доирадан ташқарида туришади, улар қушчалар вазифасини бажарадилар. Мушук ухлаб қолади. Қушчалар доира ичига кириб дон чўқилашади. Мушук уйғониб қолади, қушчаларни қувади ва уларни тута бошлайди. Қушчалар доирадан учиб чиқишга шошиладилар. Мушукка қўли теккан бола тутилган ҳисобланади ва доиранинг ўртасига бориб туради. Мушук 2-3 та қушчани тутгандан кейин тарбиячи янги мушук

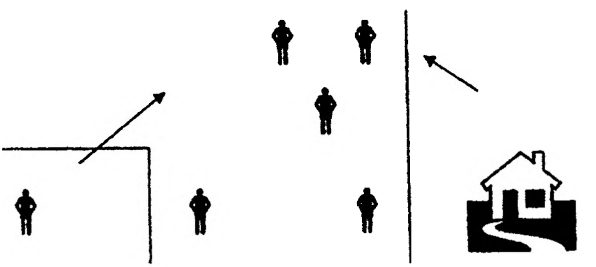
тайинлайди. Тутилган қушчалар барча ўйновчиларга қўшилиб кетади. Ўйин 4-5 марта такрорланади.

Мушук қушчаларни эҳтиёт бўлиб тутади (уларни чангаллаб олмай, фақат қўлини сал теккизиб қўяди). Агар мушук анча вақтгача ҳеч кимни тута олмаса, тарбиячи унга ёрдам бериш учун яна битта мушук тайинлайди.

## ЎРМОНДАГИ АЙИҚ

Майдончанинг бир томонига айиқ ини чизиб қўйилади. Иккинчи томонида болалар яшайдиган уй акс эттирилади (31-расм). Тарбиячи инида ўтирадиган айиқни танлайди. Тарбиячи: «Болалар боринглар, ўйнаб келинглар!» дейиши билан болалар уйларидан чиқиб, ўрмонга ўйнагани кетадилар, қўзиқорин терадилар, капалак тутадилар ва ҳоказо (энгашадилар, ростланадилар ва шу сингари бошқа тақлидий ҳаракатларни бажарадилар). Улар бараварига шундай дейдилар:

*Айиқ ини олдида,*
*Қўзиқорин терамиз.*
*Айиқвой ўкирганда,*
*Бизлар қочиб кетамиз.*



31-расм

«Ўкирганда» сўзидан сўнг айиқ уйларига қочиб кетаётган болаларни тута бошлайди. Айиқнинг қўли теккан бола тутилган ҳисобланади ва айиқ уни ўз инига олиб бориб қўяди.

Ўз чегарасидан ўтгандан кейин болаларни ушлаш мумкин эмас. Айиқ бир неча ўйинчини тутиб олгандан кейин ўйин яна бошқатдан бошланади. Энди айиқ вазифасига бошқа бола тайинланади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Ўйиннинг бошқача тури – иккита айиқ билан ўйналадиган тури ҳам болалар учун қизиқарли ўйин ҳисобланади.

## ТУЛКИ ТОВУҚХОНАДА

Товуқлар товуқхонадаги қўноқдан жой оладилар (яъни, улар майдончанинг бирор томонига қўйилган стулларда ўтиришади). Майдончанинг қарама-қарши томонида ин бўлади. Майдончанинг қолган барча қисми ҳовли вазифасини ўтайди. Тулки ўз инида ўтиради, товуқлар эса ҳовли бўйлаб юрадилар, югурадилар, қанот қоқадилар, чўқийдилар. Тарбиячининг «Тулки!» деган ишораси бўйича товуқлар қочиб кетадилар, ўз инларига беркиниб оладилар ва қўноққа учиб чиқадилар, тулки эса қўноққа чиқиб улгурмаган товуқларни тутиб олишга ва ўз инига олиб қочишга ҳаракат қилади (секин-аста теккизади). Тутган товуқни инига олиб кетади. Ўйин қайтадан тикланади. Тулки белгиланган миқдордаги товуқларни тутиб бўлгач, ўйин тамом бўлади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Стуллар, кублар ва бошқа шу каби буюмлар қўноқ ўрнида хизмат қилиши мумкин.

## КУЛРАНГ ҚУЁН ЮВИНЯПТИ

Барча ўйнаётганлар давра қуриб турадилар. Қуён қилиб тайинланган бола давра ўртасида туради. Болалар бундай дейдилар:

*Қуёнжон юзини ювар,*
*Балки меҳмонга борар,*
*Аввал бурнини,*
*Кейин оғзини –*
*Чайди у роса.*
*Қулоқларини ҳам ювиб,*
*Артинди тоза.*

Қуён ана шу сўзларга монанд ҳаракатлар қилади. Кейин у болалардан бирортасининг олдига икки оёқлаб сакраб-сакраб келади. Қуён кимнинг олдига келиб тўхтаган бўлса, ўша бола доиранинг ўртасига келиб туради. Ўйин 5-6 марта такрорланади.

Доирада бир вақтнинг ўзида бир неча қуён – 4-5 бола туриши ҳам мумкин. Улар ўйин топшириқларини баравар бажарадилар. Бу болалар фаоллигини оширади.

## ПОДАЧИ БИЛАН ПОДА

Болалар подани ифода этишади (сигирлар, бузоқлар). Подачи тайинланади. Унга подачи киядиган телпак, қўлига таёқ ва қўбизга берилади. Пода молхонада тўпланади. Подачи узоқроқда туради. Тарбиячи бундай дейди:

*Чўпон эрталаб туриб*
*Най чалар: «Ту-ту-ру-ру!»*
*Сигир-бузоқ жўр бўлиб,*
*Маърашар: «Му-му-му!»*

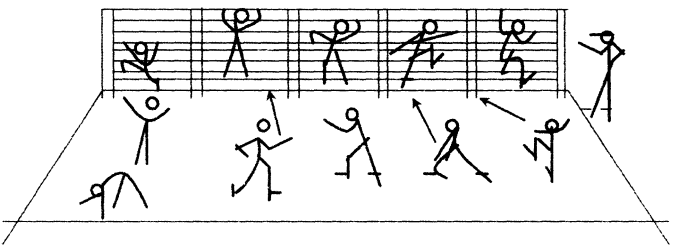
«Ту-ру-ру-ру» сўзларини эшитиши билан подачи қўлига найни олиб чала бошлайди. «Му-му-му» сўзларидан кейин бузоқлар маърашади. Кейин болалар чўккалаб туришади ва подачи томон эмаклаб боришади. У сигир-бузоқларни далага (майдончанинг нариги томонига) ҳайдайди. У ерда пода бир оз боқилгач, подачи уларни яна молхонага қайтаради. Кейин янги подачи сайланади. Ўйин 2-3 марта такрорланади.

Ўйин учун кенг жой зарур. Болалар бир жойда ғуж бўлиб турмасликлари керак.

## ҚУШЛАР УЧИБ ЎТАДИ

Бир гала қушлар – болалар майдонча чеккасига бир неча зинапоя бўлган гимнастика деворчаси қаршисида тўпланиб (тарқалиброқ) туришади. Тарбиячининг: «Қани учайлик!» деган ишораси билан қушлар қанот қоқадилар ва майдонча бўйлаб учиб кетадилар. «Бўрон», деган ишора берилиб, қушлар дарахтларга томон учадилар (деворчаларга чиқадилар) (32-расм). Тарбиячи: «Бўрон тинди!» дейиши билан қушлар дарахтлардан секин тушиб, яна уча бошлайдилар. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Гимнастика нарвончасидан тушаётганда сакраш мумкин эмас. Агар нарвонча зинапоялари камроқ

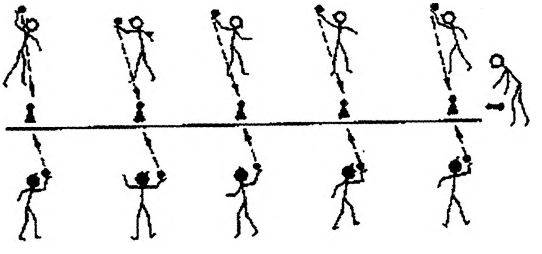


32-расм

бўлса, ўйинга барча болаларни баравар жалб қилмаслик керак. Нарвонча ўрнига стул ва бошқа буюмлардан фойдаланиш мумкин.

## БУЛАВАНИ УРИБ ЙИҚИТ

Болалар чизиқнинг нариги томонида турадилар. Чизиқдан 2-3 метр нарига, ҳар бир бола қаршисига булава қўйилади. Болаларнинг қўлида эса коптоқ бўлади (33-расм). Болалар ишора бўйича қўлларидаги коптокни булавага қаратиб юмалатиб, уни уриб йиқитишга ҳаракат қиладилар. Навбатдаги ишора берилиши билан югуриб бориб коптокни олиб келадилар, йиқитилган булаваларни турғазиб қўядилар. Ўйин яна такрорланади. Ҳар бир ўйин иштирокчисининг ўзи булавани неча марта уриб йиқитганини ҳисоблаб боради.



33-расм

Ўйин топшириғини ҳар хил қилиб бажариш керак. Коптокни ўнг қўл билан, чап қўл билан, икки қўллаб ёки оёқ билан ҳам юмалатиш лозим.

## ТОП, ЛЕКИН АЙТМА

Болалар майдончанинг бир томонида юзларини тарбиячи томонга қаратиб турадилар. Улар тарбиячининг ишораси билан ўгирилиб, деворга қараб турадилар. Шу пайтда тарбиячи рўмолчани яшириб қўяди. Кейин болалар кўзларини очишади-да, тарбиячи томон бурилишади ва рўмолчани қидира бошлайдилар. Рўмолчани топган бола уни топганлигини билдирмасдан, секин тарбиячининг ёнига келади ва унинг қулоғига рўмолчанинг қаердалигини айтади-да, қатордаги ўз жойига келиб туради (стулчага ёки ўриндиққа келиб ўтиради). Болаларнинг кўпчилиги рўмолчани топмагунча ўйин давом этаверади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

**Ўйин қоидаси.** Болаларга ким рўмолчани топса, уни турган жойидан олмаслик кераклигини ва ҳатто уни топмаганлигини ҳеч кимга билдирмасликка ҳаракат қилиш зарурлигини тушунтириш керак.

## КЕТГАН КИМ

Болалар давра қуриб ёки ярим доира шаклида турадилар. Тарбиячи ўйинда қатнашаётган болалардан бирига ўз ёнида турган 5-6 та болани эслаб қолишни, кейин хонадан чиқиб туришни ёки бурилиб, кўзини юмиб туришни таклиф қилади. Болалардан бири яширириб олади. Кейин тарбиячи: «Қани, топ-чи, ким йўқ?» дейди. Агар бола топса, унинг ўрнига бошқа бола тайинланади. Агар топа олмаса, яна ўгирилиб туради ва яширинган бола жойига қайтиб келиб туради. Кейин топувчи бола унинг номини айтиши лозим. Ўйин 4-5 марта такрорланади.

Болалар сафдан чиқиб, яширинган ким эканлигини айтиб бермасликлари керак. Ҳеч ким яширинмаслиги ҳам мумкин. У ҳолда қидириб топувчи бола ҳамма жой-жойида турганлигини айтиши керак.

## ДЎНГДАН-ДЎНГГА

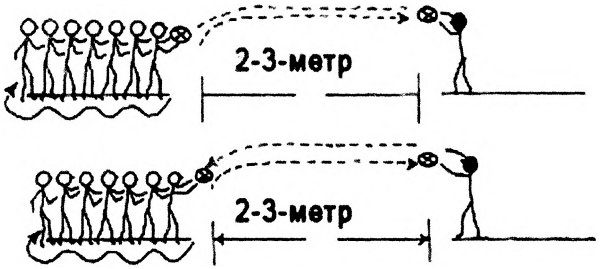
Болалар икки гуруҳга бўлиниб, майдоннинг қарама-қарши томонида турадилар. Улар ўртасига, бутун майдон бўйлаб доирачалар – дўнглар чизилади (улар орасидаги масофа ҳар хил 10, 20, 30, 40 см бўлади). Тарбиячи гоҳ у, гоҳ бу томондаги болалардан бир нечтасини чақиради. Улар дўнгдан-дўнгга сакраб, майдоннинг иккинчи томонига ўтадилар. Сакраётганлар машқни бажараётганини ҳамма кузатиб туради. Сўнгра навбатдагилар сакрайдилар.

Ўйинда ҳар хил топшириқлар – дўнгдан-дўнгга икки оёқда, у оёқдан бу оёққа, бир оёқда сакраш буюрилади. Болаларни гуруҳларга бўлиш ва қайси гуруҳ яхши ва тез сакрашини аниқлаш мумкин.

## КОПТОК ОНАБОШИГА

Иккита чизиқ ўтказилади, улар орасидаги масофа 2-3 м. Ўйинчилар биринчи чизиқ орқасида кетма-кет турадилар. Уларга қарама-қарши чизиқда онабоши туради. У қаторда биринчи бўлиб турган болага коптокни отади, у эса коптокни бошқарувчига қайтариб отади ва қаторнинг охирига бориб туради (34-расм). Бутун қатор олдинга силжийди, навбатдаги бола чизиқ олдига келиб туради.

Ҳамма болалар коптокни отишгач, янги онабоши тайинланади.



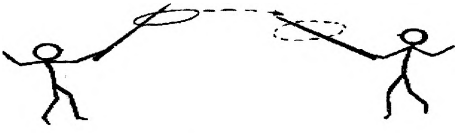

34-расм

Ўйинни мусобақа тарзида ўтказиш ҳам мумкин. Бунда болалар бир неча қатор бўлиб турадилар ва ҳар бир қаторга онабоши тайинланади. Ўйинчи коптокни отади, лекин шу қаторда турганлар вақтдан ютқазади.

## СЕРСО

Ўйин икки киши бўлиб ўйналади. Бир киши таёқ (биллиард таёғи) ёрдамида ёғоч ҳалқани отади, иккинчиси эса уни таёқ билан илиб олади. Ўйинчилар орасидаги масофа 3-4 м. Агар болалар отилган ҳалқани таёққа илиб ололмасалар, унда олдин қўл билан отиб, қўл билан илиб оладилар, сўнгра таёқдан фойдаланадилар. Ким ҳалқани кўпроқ илиб олган бўлса, ўша ютган ҳисобланади (35-расм).

Тарбиячи болалар ҳалқаларни мунтазам ирғитиб туришларини кузатиб боради.



35-расм

## КИМ УЧАДИ

Болалар тарбиячи билан биргаликда доира ичида турадилар. Тарбиячи учадиган, учмайдиган жонли ва жонсиз нарсаларнинг номини айтади. Улар номини айтиши билан тарбиячи қўлини юқорига кўтаради. Масалан, тарбиячи: «Қарға учади, стол учади, самолёт учади», дейди.

Тарбиячи ҳақиқатдан учадиган нарсаларнинг номини айтгандагина, болалар қўлларини юқорига кўтариб: «Учади», дейишлари керак.

Бошловчилик вазифасига болалар ҳам тайинланиши мумкин. Ўйин олдин секин, сўнгра тезроқ ўтказилади.

## БАДМИНТОН

Икки ўйинчи бир-бирининг «волан"ини ерга тушириб юбормасликка ҳаракат қилади – ракетка билан уради. Катта гуруҳ болаларига ракеткани тўғри ушлаш усули кўрсатилади, воланни керакли томонга йўналтиришга ўргатилади. Ўйинда тарбиячи ҳам иштирок этиши мумкин.

## ҚАРҚАРА

Болалар тиззаларига қадар сувга тушиб, оёқларини баланд-баланд кўтариб юрадилар (36-расм).

36-расм

## ЎТИНЧИ СУВДА

Болалар доира бўлиб тиззаларига қадар сувда турадилар, оёқларини кенгроқ очиб, қўлларини бир-бирига чалиштириб, бошларидан юқори кўтарадилар, кейин тез, кескин энгашадилар, қўлларини тез сувга уриб, «ўтин ёрадилар», яъни қўллари билан сувни кесиб, уни ҳар томонга сачратадилар.

## ЧАРХПАЛАК

Сувнинг чуқурлиги дастлаб тиззагача, сонгача, ундан кейин белгача бўлади. Болалар қўл ушлашиб, давра қуриб туришади. Тарбиячининг ишораси бўйича улар давра бўйлаб ҳаракат қилиб, аста-секин қадамларини тезлата бошлайдилар. Улар бараварига шундай дейдилар: «Секин, секин, секин – бошланади от ўйин. Кейин, кейин, кейин – қизиб кетади ўйин». Шундан кейин болалар доира бўйлаб югуриб кетадилар.

## ҚЎРҚМА

Ҳовузнинг саёз жойида болалар ярим доира бўлиб турадилар, биринчи юриб бораётган бола тиззаси билан сувни сачратади. Ҳовузнинг саёз жойидаги бола қўлларини ерга тираб ётади. Тарбиячи: «Товонингни кўрсат!» дейиши билан, у оёғини сувдан кўтариб, товонларини кўрсатади.

## ФАВВОРА

Уч-тўрт ўйинчи саёз жойда сувга тушиб, бир-бирларининг қўлларидан ушлаб, доира ҳосил қиладилар. Сўнгра болалар қўлларини қўйиб юбориб,

орқага қўллари билан таянган ҳолда оёқларини узатиб сувда ўтирадилар. Катта кишининг ишораси бўйича узатилган оёқлари билан сувга уриб, сувни фаввора мисоли ҳар томонга сачратадилар. Бу ўйинда болалар сачраган сувдан қўрқмасликка ўрганадилар.

## ДАРЁ ТЎЛҚИНЛАНМОҚДА

Болалар сувга белларигача тушиб, қаторда биттадан ёки доира бўлиб турадилар. «Дарё тўлқинланмоқда», деган ишорага биноан болалар ҳар томонга тарқалиб сувга шўнғийдилар, қўллари билан «тўлқин» кўтарадилар. Катта кишининг: «Шамол тинди, дарё тинчланди», деган сўзидан кейин болалар қатор (доира) бўлиб турадилар.

## АРҒИМЧОҚ

Болалар жуфт-жуфт бўлиб қўл ушлашиб, бирбирларига қараб сувда турадилар. Навбат билан ўтириб сувга шўнғийдилар ва сув остида нафас чиқарадилар. Тарбиячи вазифанинг бажарилишини назорат қилиб туради.

## БОТИР БОЛАЛАР

Болалар қўл ушлашиб, давра қуриб туришади ва биргаликда:

*Биз ботир болалармиз,*
*Биз жасур болалармиз.*
*Мана, қаранглар-а сизлар –*
*Сувда ҳам очиқ кўзлар, –*

дейишади.

Шундай деб болалар қўлларини пастга туширадилар ва ҳаммалари кўзларини юммасдан баравар сувга шўнғийдилар. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

**Кўрсатмалар.** Машқнинг тўғри бажарилганлигини текшириш учун тарбиячи сув ичига қандай буюм қўйилганлигини болалардан сўраши мумкин.

## ҚУРБАҚА

Чўққайиб ўтирган ҳолатдан туриб (сувнинг чуқурлиги тизза бўйи) сакраб, олдинга қараб сувга ётилади, қўллар олдинга узатилади, кейин ҳовуз тубига туширилади. Оёқларни ғужанак қилиб кўкракка тортилади, шу ҳаракат яна такрорланади.

## ИНДАГИ ҚУШЧАЛАР

Бу ўйинда болалар ҳар хил йўналишдаги ҳаракатларни ўзгартириб, ўз жойларини топиб олишга ўрганадилар.

Болалар сал тепароқ жойга – тахта, кубик, ходача (баландлиги 10 см) устига чиқиб турадилар. Бу нарсалар хонанинг ёки майдончанинг бир томонига қўйилган бўлади. Тарбиячи: «Кўчада қуёш чарақлаб турибди, ҳамма қушлар инларидан учиб чиқиб, дон-дун, нон ушоғини қидиришяпти», дейди. Болалар тепаликдан сакраб тушиб, қўлларини қанот қилиб, липиллатиб югуриб кетадилар, яъни учадилар. Улар чўққайиб ўтириб, дон чўқилайдилар (бармоқ учлари билан тиззаларининг кўзига урадилар). Тарбиячининг: «Ёмғир ёғиб кетди. Ҳамма қушлар инларига яширинib олишди», дейиши билан болалар югуриб бориб, жой-жойларига *туриб олишади.*

Ўйинни ўтказишдан олдин болаларнинг ҳаммасига етарли миқдорда тахтача, кубиклар тайёрлаб қўйиш керак. Болалар бир-бирларига халақит бермасдан жойларини эгаллаб олишлари учун бу нарсаларни оралатиб, майдоннинг ёки хонанинг бир томонига қўйиш лозим. Тарбиячи қандай қилиб енгил сакраб тушиш мумкинлигини кўрсатиб беради: агар зарур бўлиб қолса, тарбиячи югуриб келган болаларга улар тепаликка чиқиб олишлари учун ёрдам беради. Ўйинни такрорлаш вақтида ишора бир сўз билан «қуёш», «ёмғир», деб берилиши мумкин.

## ОВОЗ ҚАЕРДАН КЕЛЯПТИ

Болалар хонанинг бир томонида гуруҳ бўлиб ўтирадилар ёки тик турадилар. Тарбиячи уларга деворга қараб туришни ва ўтирмасликни таклиф қилади. Шу пайт энага қўлига қўнғироқ олиб, хонадаги кийим жавони орқасига яширинади ва уни жиринглатади. Тарбиячи болалардан қўнғироқ қаерда жиринглаяпти, деб сўрайди. Болалар буни қидириб, товуш келаётган томонга югуриб кетадилар. Топганларидан кейин яна тарбиячи ёнига қайтиб келадилар. Энага бошқа жойга яширинади. Ўйин қайта такрорланади.

Энага қаерга яширинаётганини сезиб қолмасликлари учун тарбиячи болаларни чалғитиб туриши керак. У болаларни ўзига яқинроқ келишга ундайди. Қўнғироқни аввалига секинроқ, кейин қаттиқроқ жиринглатиш керак. Ўйин бир неча марта такрорланганидан кейин энаганинг ўрнига бирор бошқа болани қўйиш мумкин.

## БАЙРОҚЧАНИ ТОП

Болалар хонанинг бир томонига қўйилган стулларда ўтиришади. Тарбиячи уларга кўзларини юмишни таклиф қилади. Шу пайт у болаларнинг ҳаммасига етадиган байроқчаларни хонанинг турли жойларига қўйиб чиқади. Шундан сўнг, у: «Беркитилган байроқчаларни топинг», деб буйруқ беради. Болалар кўзларини очиб, байроқчаларни қидирадилар. Ким байроқчани топса, тарбиячига келтириб беради. Байроқчаларни ҳамма болалар топганларидан кейин тарбиячи ана шу байроқчаларни кўтариб, хона бўйлаб юришни ва кейин эса ўз жойларига келиб ўтиришни таклиф қилади. Ўйин шу тарзда такрорланади.

Байроқчалар бир хил рангда бўлиши керак. Акс ҳолда болалар ўртасида келишмовчилик келиб чиқиши мумкин. Байроқчаларни шундай жойга қўйиш керакки, болалар уларни тез топа олсинлар ва тез олиб келсинлар.

## КЎПРИКЧА УСТИДАН

Тарбиячи ерга иккита чизиқ чизади (хона ичида эса арқончадан фойдаланиш мумкин), чизиқлар анҳор вазифасини ўтайди. Сўнгра унинг устидан узунлиги 2-3 м, кенглиги 25–30 см келадиган тахта қўяди, бу эса кўприк бўлади. Болалар анҳорнинг бир томонидан иккинчи томонига кўприк орқали ўтишлари шарт.

Тарбиячи болаларга: «Кўприк устидан аста-секин юринг, бир-бирингизнинг оёғингизни босиб олманг ва оёқларингизни ҳўл қилмасдан юринг», дейди. Ҳамма болалар анҳорнинг иккинчи томонига ўтиб бўлганларидан кейин, уларга шу ерда ўйнаб,

сайр қилишни, гуллар теришни, ерга ёки пол устига сочиб ташлаган ҳар хил рангдаги қийқимларни териб олишни таклиф қилади.

Тарбиячининг ишораси бўйича кичкинтойлар кўприк орқали яна ўз жойларига қайтиб келадилар.

Машқларни такрорлаш вақтида уни бир оз мураккаблаштириш мумкин. Бунинг учун тахтанинг тагига яна 2-3 та тахта қўйиб, 10 см баланд кўтарилади. Шундан сўнг болалар кўприк устидан югуриб ўтишлари мумкин.

## ДОИРАГА ТУШИР

Болалар давра қуриб турадилар. Ўртага катта чамбарак қўйилади ёки доира чизилади (арқончадан ясалган ёки полга чизилган доира диаметри 1-1,5 м бўлади). Доирадан 2-3 қадам масофада давра қуриб турган болалар қўлида ичига қум тўлдирилган халтачалар бўлади. Тарбиячининг: «Ташланг!» деган ишораси билан барча болалар халтачаларни доирага ташлайдилар.

Сўнгра тарбиячи: «Халтачаларни кўтариб олинг», дейди. Болалар халтачаларни олиб, ўз жойларига келиб турадилар. Ўйин 4–6 марта такрорланади.

**Ўйин қоидаси.** Халтачаларни икки қўллаб ташлаш керак.

## БАЛАНДРОҚ ИРҒИТ

Бола қўлидаги коптокни мумкин қадар баландроқ ирғитишга интилади. Бунда у коптокни ўз боши устидан юқорига тикка отиб ва яна илиб олади. Агар бундай қилолмаса, коптокни полдан кўтариб олади ва яна мумкин қадар баландроқ отишга интилади.

Бола коптокни ҳам бир қўллаб, ҳам икки қўллаб ирғитиши мумкин.

## КОПТОКНИ ИЛИБ ОЛ

Боладан 1,5-2 м нарида катта киши туради. У коптокни болага ирғитади, у эса орқага қайтаради. Бу пайтда катта киши: «Илиб ол, менга ташла, тушириб юборма», дейди. Ҳар бир сўзни айтганда бир мартадан копток ирғитилади. Кичкинтой коптокни бемалол илиб олишга ва уни шошилмасдан ирғитишга улгуриши учун сўзларни шошилмасдан, чўзиб айтиш керак.

Коптокни илиб олиб ва ирғитиш малакасини эгаллаб олишига қараб бола билан катта киши орасидаги масофани узайтириш мумкин. Агар иккита бола ўйнаётган бўлса, катта киши улар коптокни яхшироқ ирғитишларини ва илаётганда уни кўкракларига босиб олмасликларини кузатиб туради.

## УЧУВЧИЛАР

Болалар 3-4 гуруҳга бўлинадилар. Улар гуруҳ сардорининг орқасида қатор бўлиб кетма-кет турадилар. Ҳар бир бола майдончанинг турли жойларида туради. Бу жойлар рангли байроқчалар билан белгилаб қўйилган бўлиб, аэродром деб тасаввур этилади. Тарбиячининг: «Учувчилар, самолётларингизни учишга тайёрланг», деган буйруғига биноан болалар майдончанинг турли томонларига тарқалиб югуришади. Уларнинг ҳар бири ўз самолётининг олдида тўхтайди, бензин қуяди (энгашади), моторни ишга туширади (қўлларини кўкраклари олдида айлантиради), қанотларини тўғирлайди (қўлларини ён томонга узатади) ва учиб кетади

(болалар майдонча бўйлаб турли томонларга югуриб кетадилар). Самолётлар тарбиячининг: «Қўнишга шайланинг!» деган ишорасига қадар ҳавода бўлади. Мана шу ишорадан кейин сардорлар ўз гуруҳларини тўплайдилар (болалар югуриб келиб, гуруҳларга бўлиниб сафланадилар) ҳамда уларни аэродромга қўниш учун олиб кетадилар. Биринчи бўлиб қўнган гуруҳ ютиб чиқади. Ўйин 4-5 марта такрорланади.

Ўйинда ҳар хил ҳолатлардан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Тарбиячи учувчиларга билдирмасдан аэродромларга белгилаб қўйилган байроқчаларни алмаштириб қўйиши ҳам мумкин. Сардорлар гуруҳларни ўз аэродромларига адашмасдан қўндиришлари керак.

## ЎЗ ЖУФТИНГНИ ТОП

Тарбиячи болаларга асосий рангдаги байроқчалардан биттадан тарқатиб чиқади. Ишора бўйича чилдирма овози чиқиши билан ёки чапак чалиниши билан болалар байроқчаларини бошларидан юқорида кўтариб, ҳилпиратиб югуриб кетадилар. Кейинги ишора бўйича, яъни чилдирма бир неча зарб бериб урилганда ёки кетма-кет чапак чалинганда ёки «ўз жуфтингни топ», деган сўзлар айтилиши билан бир хил рангдаги байроқчали болалар жуфт-жуфт бўлиб, ўзларига шерик топиб оладилар. Ҳар бир жуфт эркин ҳолда қандайдир шаклни акс эттириб туради. Ўз жуфтини тополмай қолган болага бошқа ҳамма болалар бараварига шундай деб мурожаат қиладилар:

*Ҳа, бўл Аҳмад, анқайма,*
*Шерик танла, лалайма.*

Шундан кейин болалар майдон бўйлаб яна югуриб кетадилар. Ўйин 5-6 марта такрорланади.

Ўйинда ўйинчилар сони тоқ бўлиши мумкин, бундай ҳолда тарбиячи ҳам ўйинда иштирок этади.

**Ўйин қоидаси.** Тарбиячининг қўлида ҳамма рангдаги байроқчалардан бўлиши керак, ўйин такрорланган вақтда у бир неча боланинг байроқчасини алмаштириб беради. Ўйинда иштирок этаётган болалар ишора бўйича ўзларига ҳар хил шериклар танлашлари керак.

## ТОЙЧАЛАР

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Бир хиллари тойчаларни ифода этсалар, бошқалари отбоқар вазифасини бажарадилар (отбоқарларнинг қўлида жилов бўлади).

Майдончанинг бир томонига отхона чизилиб, тойчалар ўша ерда туради. Икки томонда отбоқарлар учун жой белгилаб қўйилади. Майдон – бу ўтлоқ бўлади. Тарбиячи: «Отбоқарлар, тезроқ ўрнингиздан турингиз, отларни, эгарлангиз», дейди. Мана шу ишора бўйича отбоқарлар отхонага қараб югурадилар ва отларни эгарлайдилар (ҳар бири отни ўз истаги бўйича танлайди ёки тарбиячининг кўрсатмаси бўйича ҳаракат қилади).

Эгарланган отлар бир-бирининг орқасидан кетма-кет турадилар ва ишора бўйича секин юриб кетадилар, югуради ёки лўкиллаб чопадилар. Тарбиячининг: «Етиб келдик, отларни бўшатинглар», деган сўзлари бўйича отбоқарлар тўхтайдилар, отларнинг эгар-жабдуқларини ечиб оладилар ва уни ўтлоққа қўйиб юборадилар-да, қайтиб ўз жойларига келиб турадилар. Отлар ўтлоқда сокин ўтлаб юрадилар, кирт-кирт қилиб ўтни ейдилар. «Отбо-

қарлар, отларни эгарлангиз!» деган ишора бўйича ҳар бир отбоқар ўз отини тутиб келади (от қочишга ҳаракат қилади, унинг қўлидан чиқиб кетмоқчи бўлади). Барча отлар тутиб келингач ва эгарлангач, бир-бирининг кетидан саф бўлиб турадилар ва ўйин қайтадан бошланади. Ўйин 3-4 марта такрорланади. Шундан кейин тарбиячи: «Отларни отхонага олиб бориб қўйинглар, энди дам олишсин», дейди. Отбоқарлар отларни отхонага олиб борадилар ва эгар-жабдуқларини ечиб оладилар.

Ўйинда югуришни юриш билан ва бошқа ҳар хил сакраш ҳаракатлари билан алмаштириб туриш керак. Ўйинни пойга ўтказиш, ўрмонга ўтин кесгани бориш ва ҳоказолар билан ранг-баранг ҳамда қизиқарли қилиш мумкин. Агар отлардан бирортаси отбоқарга ҳадеб тутқич беравермаса, тарбиячи ва бошқа отбоқарлар унга отни тутишга ёрдам берадилар.

## ҚУЁНЛАР БИЛАН БЎРИ

Болалар қуёнларни, улардан бири бўрини акс эттиради. Майдончанинг бир томонида қуёнчалар ўз уйларини белгилашади.

Тарбиячи қуйидаги шеърни айтади:

*Ўтлоқда қуёнчалар,*
*Дикир-дикир ўйнашар.*
*Бўри йўқмикин дея,*
*Аста қараб қўйишар.*

Қатнашчилар ана шу сўзларга мувофиқ ҳаракат қилиб, уйчаларидан сакраб-сакраб чиқадилар. Майдонча бўйлаб югуриб, гоҳ икки оёқлаб сакрайдилар, гоҳ чўққайиб ўтириб, ўтни ейдилар. Тарбия-

чи «Бўри» сўзини айтиши билан у (яна шу ролдаги бола) жарликдан сакраб чиқади ва қуёнларни қувлаб кетади. Бўри уларни тутишга (қўлини теккизишга) ҳаракат қилади. Қуёнлар ўз уйларига қочиб кетадилар. Бу ерда энди бўри уларни тутиши мумкин эмас. Тутилган қуёнларни бўри ўзининг инига – жарликка олиб кетади. Ўйин қайтадан тикланади. Келишиб олинганига мувофиқ, бўри 2-3 қуённи тутгандан кейин унинг вазифасига бошқа ўйинчи тайинланади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Ҳар бир қуён ўз инини эгаллайди. Қуёнларнинг умумий уйчаси ҳам бўлиши мумкин. Дастлаб бўри вазифасини тарбиячи ифода этиши ҳам мумкин.

## КЕГЛИ

Кеглилар муайян тартибда терилади: энг баланд кегли ўртага, қолганлари бир-бирига зич қилиб қўйилади, кейин яна бир қатор, лекин орасини сал (5-10 см) очиқ қолдириб териб чиқилади. Кичик доира шаклида териб, ўртага катта кегли қўйилади; икки қатор териб, катта кегли қаторлари орасига қўйилади. Уч қатор қилиб, катта кегли иккинчи қаторга терилади. Квадрат шаклида териб, катта кегли марказга қўйилади ва ҳоказо. Кеглилар териб қўйилган чизиқда 2-3 метр нарига 2-3 та чизиқ чизиб, болалар шу ердан туриб кеглиларни уриб туширадилар. Болалар навбат билан коптокни аввал энг яқин чизиқдан туриб урадилар. Кеглини энг кўп уриб йиқитган бола ғолиб чиқади. Унинг ўзи коптокни иккинчи чизиқдан бошлаб юмалатади ва ҳоказо.

Бир уйдан кеглиларни бир-икки мартадан ортиқ териб чиқмаслик тавсия этилади. Очколарни санаб чиқиш ҳам мумкин, унда катта кегли энг юқори очко олган ҳисобланади.

## ҚОПҚОН

Ўйновчилар тенг бўлмаган икки гуруҳга бўлинадилар. Кичик гуруҳ болалари қўл ушлашиб, доира ҳосил қиладилар. Улар қопқон вазифасини ўтайдилар. Қолган болалар (сичқонлар) доирадан ташқарида бўладилар. Қопқон вазифасини бажараётган болалар доира бўйлаб борадилар ва:

*Нарсаларни кемириб,*
*Жонга тегди сичқонлар.*
*Эҳтиёт бўлинг маккорлар,*
*Сизни қувиб етамиз,*
*Ҳаммангизни тутамиз...*

деб айтадилар.

Болалар тўхтаб, дарвоза ҳосил қилиб, бир-бирларининг қўлларини ушлаб олган ҳолда юқорига кўтарадилар. Сичқонлар қопқон ичига югуриб кирадилар ва ундан югуриб чиқадилар. Тарбиячи «Қўлингизни туширинг» дейиши билан доира бўлиб турган болалар қўлларини туширадилар, чўққайиб ўтириб қопқон атрофини беркитадилар. Доира (қопқон) ичидан югуриб чиқа олмаган болалар тутилган ҳисобланадилар. Тутилганлар доирага қўшилиб, уни кенгайтирадилар. Кўпчилик болалар тутилгач, болалар вазифаларини алмаштирадилар ва ўйин қайтадан бошланади.

Қопқон бекилгач, сичқонлар доира бўйлаб турган болаларнинг қўллари тагидан чиқиб кетиши ёки орани ёриб чиқиши мумкин эмас. Жуда чаққон, бирор марта қопқонга тушмаган болаларнинг номларини алоҳида таъкидлаб, уларни рағбатлантириш керак.

## ТУТУВЧИЛАР

Болалар майдон бўйлаб тарқаладилар. Тарбиячи ёки болалар томонидан тайинланган бошловчи – тутувчи майдон ўртасида туради.

Тарбиячи: «Бир, икки, уч – туш!» дейди. Тарбиячининг ана шу ишорасига биноан ҳамма болалар майдон бўйлаб югурадилар. Тутмоқчи бўлиб қўл теккизишга ҳаракат қилаётган бошловчига чап бериб қочадилар. Тутувчининг қўли теккан болалар четга чиқадилар. У 3-4 ўйинчини тутгач, ўйин тугалланади, сўнгра янги тутувчи тайинланади. Ўйин 4-5 марта такрорланади.

Болалар мўлжални тўғри олиб ҳаракат қилишлари учун тутувчи бошқалардан ажралиб туриш мақсадида унга бирор белги қўйиш, қўлига лента боғлаб қўйиш, шокилали қалпоқча кийдириши мумкин ва ҳоказо. Агар тутувчи чаққон бўлмай, узоқ вақтгача ҳеч кимни тута олмаса, тарбиячи ўйинни тўхтатиб, бошқа тутувчи тайинлаши керак.

## КАРУСЕЛ

Болалар учи бир-бирига боғланган тизимчани ўнг қўлда ушлаб, доира ҳосил қилиб турадилар. Улар аввал доира бўйлаб аста-секин, сўнгра тезроқ югурадилар:

*Аранг, аранг, аранг, аранг,*
*Каруселлар айланади.*
*Айланади, айланади –*
*Ҳеч тўхтамай айланади.*

Югуриш вақтида тарбиячи: «Қани югурдик, югурдик», деб туради. Болалар доира бўйлаб 2-3 марта югуриб чиққанларидан кейин ҳаракат йўна-

лишини ўзгартиришлари учун «айланиш» деган ишорани беради. Болалар айланиб, тизимчани чап қўлларига оладилар ва тескари томон югурадилар. Сўнгра тарбиячи болалар билан биргаликда:

*Секин, секин шошилманг!*
*Каруселни тўхтатинг!*
*Бир, икки, бир, икки*
*Мана, ўйин тугади, –*

дейди.

Карусел ҳаракати аста секинлашади. «Мана, ўйин тугади», деган гапдан сўнг болалар тизимчани ерга қўйиб, майдон бўйлаб тарқаладилар. Болалар бир оз дам олганларидан сўнг тарбиячи маълум бир ишора беради (қўнғироқ, ҳуштак, чапак, чилдирма овози), шунда болалар яна доира бўлиб, қўлларига тизимчани оладилар, янги карусел ўз ўрнини эгаллайди. Ўйин қайтадан бошланади ва 3-4 марта такрорланади.

Тарбиячи ўйинни такрорлашда бир нечта шартли ишора бериб, болаларга тез доира бўлиб туринг, деб топшириқ бериши мумкин.

Учинчи ишорагача ўз ўрнига тура олмаган ўйинчи бу каруселда қатнаша олмайди ва кейинги галгача кутиб туради.

## ҒОЗЛАР

Майдончанинг бир томонида – чизиқ билан ажратилган жойда ғозлар яшайди. Қарама-қарши томонда чўпон туради. Майдоннинг чап томонида бўрининг уйи бўлади. Қолган жой ўтлоқ. Бўри ва чўпон вазифасини бажарувчи болаларни тарбиячи тайинлайди, қолган болалар ғоз бўладилар.

Чўпон ғозларни ўтлоққа олиб чиқади, улар ўтлоқда юриб, учадилар.

*Чўпон: – Ғозлар, ғозлар!*
*(Ғозлар тўхтаб, жавоб берадилар).*
*Ғозлар: – Ға, ға, ға!*
*Чўпон: – Дон ейсизми?*
*Ғозлар: – Ҳа, ҳа, ҳа!*
*Чўпон: – Қани учиб келинглар!*
*Ғозлар: – Уча олмаймиз!*
*Тоғ остидаги бўри*
*Бизни уйга қўймайди.*
*Чўпон: – Қанотлардан ажралмай,*
*Уйга томон учинглар!*

Ғозлар қанотларини ёзиб (қўлларини ён томонга узатиб) ўтлоқдан уй томон учадилар, бўри эса уясидан чиқиб, уларни тутишга (қўл теккизишга) ҳаракат қилади. Тутилган ғозлар бўрининг уясига кирадилар. Бир неча марта югуриб ўтгандан сўнг (ўйин тартибига кўра) тутилган ғозлар санаб чиқилади. Сўнгра янги бўри ва чўпон тайинланади. Ўйин 3-4 марта такрорланади. Ўйиннинг бошида бўри вазифасини тарбиячи бажаради.

## ҚИЗИҚЧИЛАР

Ўйинчилардан бири қизиқчи қилиб тайинланади ва у давра ўртасида туради. Қолган болалар қўл ушлашиб, доира бўйлаб (тарбиячи кўрсатмасига биноан ўнгга ва чапга) юрадилар ва:

*Доира бўйлаб,*
*Кетма-кет.*
*Борамиз қадам-бақадам,*
*Жойингизда тўхтангиз,*

*Биргаликда ҳаммамиз –*
*Мана... бундай қиламиз, –*

дейишади.

Болалар тўхтаб, қўлларини туширадилар. Қизиқчи бирор ҳаракатни қилиб кўрсатади, қолган ҳамма болалар бу ҳаракатни такрорлашлари керак. Ўйин 2-3 марта такрорланади, қизиқчи ўйинчилардан бирини ўз ўрнига тайинлайди, сўнгра ўйин яна давом эттирилади. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

**Ўйин қоидаси.** Қизиқчилар бир ҳаракатни ҳадеб такрорламай, хилма-хил ҳаракатларни кўрсатиши керак.

## ТОВОНБАЛИҚЛАР ВА ЧЎРТАНБАЛИҚ

Ўйинда қатнашувчи болалар бир-бирларидан уч қадам масофада туриб, доира ҳосил қиладилар. Атрофида шағал тошлар ётган ҳовуз. Тарбиячи бир болани чўртанбалиқ қилиб тайинлайди, у доирадан ташқарида туради. Қолган ўйинчилар – товонбалиқ доира ичида (ҳовузда) сузиб (югуриб) юрадилар. Тарбиячининг «чўртанбалиқ» деган ишораси бўйича чўртанбалиқ ҳовузга тез сузиб кириб, товонбалиқларни тутишга ҳаракат қилади. Товонбалиқлар доира бўйлаб шағалларни тасвирлаб турувчи ўйинчилар орасига яширинишга шошиладилар. Чўртанбалиқ яшириниб улгурмаганларни тутиб олади ва ўз уйига олиб кетади. Ўйин 2-3 марта такрорлангач, чўртанбалиқ тутиб олган товонбалиқлар сони санаб чиқилади. Сўнгра чўртанбалиқ вазифасини бошқа бола бажаради. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

Ўйинни давом эттириш учун янги чўртанбалиқни тайинлашда товонбалиқлар вазифасида ўйна-

ётган болалар шаҳал тошлар вазифасини ўйнаётган болалар билан вазифа алмашадилар.

## ОВОЗ ЧИҚАРМАЙ ЮГУРИБ ЎТ

Болалардан бири майдонча ўртасида ўтириб, кўзини юмади, қолган болалар майдончанинг бир томонида турадилар; улардан 6-8 киши майдончанинг иккинчи томонида ўртада ўтирган болаларнинг ёнидан югуриб ўтадилар. Агар болалар овоз чиқармай югуриб ўтсалар, уларни онабоши тўхтатмайди. Агар у қадамлар товушини эшитса, тўхта дейди ва кўзини очмай овоз эшитилган томонни кўрсатади. Агар онабоши овоз эшитилган томонни тўғри кўрсатса, болалар ўз жойларига қайтиб борадилар. Сўнгра кейинги гуруҳ болалари югуриб ўтадилар.

## ЖУФТ-ЖУФТ БЎЛИБ ЮГУРИШ

Болалар ўз гуруҳларидан жуфт-жуфт бўлиб чизиқ орқасида турадилар. Майдончанинг иккинчи томонига гуруҳлар сонига қараб кеглилар (стуллар, тўлдирма тўп) қўйилади. Тарбиячининг ишораси бўйича гуруҳдаги биринчи жуфт қўл ушлашиб олдинда турган нарса олдигача боради ва уни айланиб ўтиб, югуриб ўз гуруҳининг охирига келиб тураді. Кейинги ишораси бўйича иккинчи жуфт югуриб чиқади ва ҳоказо.

Қўлларини ёнга тушириб турган болалар ғолиб ҳисобланади.

## ҚАРАМА-ҚАРШИ ТОМОНГА ЮГУРИБ ЎТИШ

Гуруҳ тенг иккига бўлинади. Ўйинчилар майдоннинг қарама-қарши томонига чизилган чизиқ орқасида ораларида бир қадамча жой қолдириб, қаторга сафланадилар. Ҳар бир гуруҳда алоҳида рангли сариқ, кўк лента бўлади. Тарбиячининг «кўк» деган ишорасига биноан кўк лента ушлаган болалар қарама-қарши томонга югуриб ўтадилар. У томонда турган болалар қўлларини олдинга узатиб, уларнинг келиб қўлга тегишларини кутиб турадилар. Қўлига тегилган бола орқасига ўтади ва айланиб қўлини юқорига кўтаради ва ҳоказо.

## ПОЛДА ҚОЛМА

Тутувчи тайинланади. Болалар майдончанинг ҳар ер-ҳар ерида турадилар. Тарбиячининг топшириғига биноан улар тутувчи билан биргаликда шартли мусиқа жўрлигида: чилдирма, чапак ва ҳоказо овозлар остида маълум тезликда ва маромда юрадилар, югурадилар, сакрайдилар. Тарбиячининг «тут» деган ишораси берилиши билан ҳаммалари тутувчидан қочиб, майдонда қўйилган нарсалар устига чиқиб оладилар. Тутувчи қочувчиларни тутишга ҳаракат қилади. Тутувчининг қўли теккан бола шу заҳотиёқ четга чиқади. Ўйин 2-3 марта такрорлангач, тутилганлар саналади ва яна тутувчи тайинланади. Ўйин қайтадан бошланади.

Тарбиячи баландликдан болаларнинг икки оёқда сакраб тушишларини кузатиб туради, уларни майдон бўйлаб ҳар томонда, устига чиқиб олиш керак бўлган нарсалардан югуриб боришга ўргатади.

## ҚАРМОҚ

Болалар ораларида бир оз жой қолдириб, доира бўлиб турадилар. Тарбиячи доира ўртасида тураді. У учига қумли халтача боғланган чилвирни доира бўйлаб айлантиради. Болалар халтачани кузатиб борадилар ва яқин келиши билан оёқларига тегиб кетмаслиги учун юқорига сакрайдилар. Оёғига халтача теккан бола орқага бир қадам ташлайди ва вақтинча ўйиндан чиқади. Тезда танаффус қилинади ва ўйин қайтадан бошланади, унда ҳамма болалар қатнашади.

Чилвир учига боғланган халтача ерга судралиб айлантирилиши керак. Агар болалар бу вазифани осонликча бажарсалар, халтачани полдан бир оз кўтариш мумкин. Чилвирни соат мили йўналишига қараб эмас, тескари томонга қараб ҳам айлантириш мумкин.

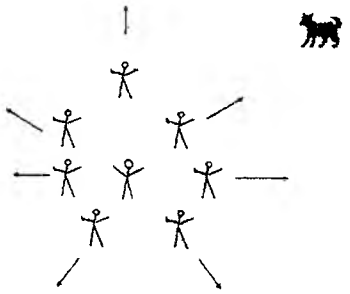
Ўйинни мураккаблаштириш учун икки сакраш ўртасида болаларга қўшимча топшириқ берилади, яъни уларга ўтириб туриш, 1-2 марта айланиш ва ҳоказо вазифаларни бериш мумкин. Юқорига сакраш ўрнига «қармоқдан» орқага сакраш мумкин.

## АЙЁР ТУЛКИ

Иштирокчилар бир-биридан бир қадам масофада доира ясаб турадилар. Доирадан ташқарида тулкининг «уйи» чизилади. Тарбиячи болаларга кўзларини юмишни буюради ва доирани (болаларнинг орқаларидан) айланиб ўтиб, бирортасининг орқасига тегиб ўтади.

Ўша айёр тулки ҳисобланади. Кейин тарбиячи кўзларини очишларини буюради ва диққат билан қарашларига рухсат беради. Айёр тулки, қаердасан деб, бир-бирларига қарашади (37-расм).

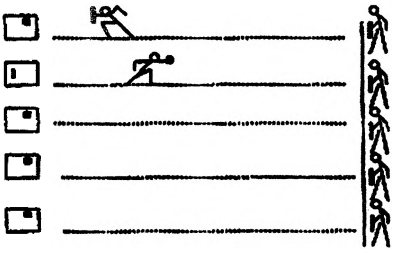
Шундан сўнг тулки доира ўртасига югуриб чиқади ва қўлини кўтариб, «Мен бу ердаман», дейди. Ҳамма болалар майдонча бўйлаб чопиб кетадилар, тулки уларни қувлайди. Тутилган болани тулки ўз уйига олиб боради. Шундай қилиб, тулки 2-3 болани тутгандан сўнг, тарбиячи доира бўлиб турингглар, дейди ва ўйин қайтадан бошланади.



37-расм

## НАРСАНИ АЛМАШТИРИШ

Майдончанинг бир четида 5-6 бола туради, қўлларида ўйинчоқ, икки четда, устида биттадан кубик бўлган стуллар туради. Тарбиячининг «югуринг» деган ишораси билан болалар стуллар турган тарафга югурадилар ва ўйинчоқни қўйиб, кубикни олиб, ўз жойларига қайтиб келадилар(38-расм). Биринчи келган бола белгиланади. Сўнгра яна 5-6 болалар ўйинни давом эттирадилар.



38-расм

## ЛЕНТАНИ ОЛ

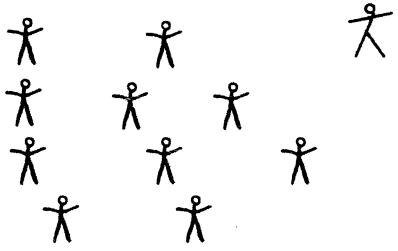
Иштирокчилар доира ясаб турадилар. Ҳар бири орқаларига, белбоғига ёки ёқасига рангли матодан қилинган лентани қистириб оладилар. Тарбиячининг «югуринг» деган ишораси билан болалар югуриб кетадилар. Тутувчи уларни қувлаб ленталарини олишга ҳаракат қилади. Лентадан маҳрум бўлган бола четда туради.

Тарбиячининг: «1, 2, 3 ҳаммангиз доира бўлиб йиғилинг», деган ишораси билан болалар доира бўлиб турадилар. Тутувчи йиққан ленталарини санайди ва уни болаларга қайтариб беради. Ўйин бошқатдан бошланади.

## БОЙҚУШ

Тарбиячи бир болани «бойқуш» этиб сайлайди. Тарбиячининг «кун» деган ишораси билан болалар қўлларини ёйиб қанот қоқиб учаётгандек ҳаракатланиб югурадилар.

«Тун» ишораси билан бойқуш учиб чиқади, ишорани эшитган болалар турган жойларида қотиб турадилар, бойқуш қанотини секин қоқиб, ҳеч ким қимирламаяптими, текшириб чиқади (39-расм).



39-расм

Бирортаси қимирласа, ушлаб уйига олиб кетади. Тарбиячи яна «кун» дейди, капалаклар ва қўнғизлар яна уча бошлайдилар, шундай қилиб, бу ҳаракатлар 2-3 марта қайтарилади.

Шундан сўнг, тутилганлар сони ҳисобланади ва ўйин янги бойқуш билан давом эттирилади.

**Эслатма:** бойқушнинг ҳар бир учиши 10–15 сониядан ошмаслиги керак.

## БИЗНИ ТУТ

Болалар доира шаклида қўлларини ушлаб турадилар. Тарбиячи бир болани тутувчи қилиб сайлайди ва у доира ичида туради. Болалар доира бўйлаб ҳаракатланиб:

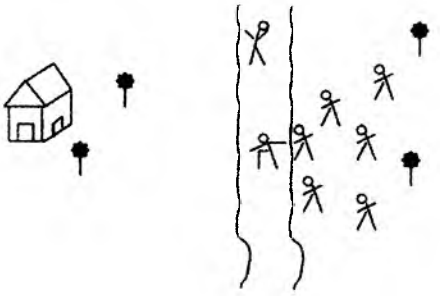
*Биз қувноқ болалармиз,*
*Югуришиб, сакраймиз,*
*Қани бизни қувлаб кўр,*
*1, 2, 3 – тутиб кўр.*

деб, ҳар қаёққа чопиб кетадилар, тутувчи уларни қувлайди. Тутилган бола вақтинча ўйиндан четга чиқиб туради. Тутувчи 2–4 болани тутмагунча ўйин давом этаверади.

Тарбиячининг «доира бўлиб туринг» деган таклифи билан болалар йиғиладилар ва ўйин қайта бошланади.

## ЎРАДАГИ БЎРИ

Ўйин майдончаси ўртасига 50–60 см кенгликда ўра (2 та параллел чизиқ) чизилади. Ўрага 2-3 та «бўри» жойлаштирилади. Қолганлари «эчкилар», улар ўранинг бир томонида турадилар. Тарбиячи-



40-расм

нинг ишораси билан ўрадан сакраб ўтадилар. Бўрилар уларни тутишга ҳаракат қиладилар (40-расм). Ўрадан сакрай олмаган – тутилган эчки ўйиндан чиқиб кетади. Яна янги ишора билан эчкилар ўрадан сакрайдилар. Тутилмаган эчкилар сони билан бўрилар сони тенглашганда ўйин тугалланади.

## ҚЎЛГА ТУШИБ ҚОЛМА

Майдончага доира чизилади. Болалар ярим қадам масофада доира атрофида турадилар. Тарбиячи ўйин бошқарувчисини тайинлайди ва у доира ичида хоҳлаган жойида туради. Болалар чизиқ устидан доира ичига сакрайдилар. Ўйинни олиб борувчи югуриб, болаларга тегмоқчи бўлиб ҳаракат қилади, у яқинлашиши билан болалар доира четига чиқиб оладилар. Қайси болаларга қўли теккан бўлса, у ютқазган ҳисобланади, лекин ўйинда қатнашаверади. 30–40 сониядан сўнг тарбиячи ўйинни тўхтатиб, ютқазганларни ҳисоблайди. Кейин ютқазмаганлар орасидан янги ўйинни олиб борувчи тайинланади.

## ЧАРХПАЛАК

Сувнинг чуқурлиги дастлаб тиззагача, сонгача, ундан кейин белгача бўлади. Болалар қўл ушлашиб давра қуриб туришади. Тарбиячининг ишорасидан сўнг улар давра бўйлаб ҳаракат қилиб, аста-секин қадамларини тезлата бошлайдилар. Улар баравариga: «Секин, секин, секин – бошланади от ўйин, кейин, кейин, кейин – қизиб кетади ўйин!» дейдилар. Шундан кейин болалар доира бўйлаб югуриб кетадилар.

Сўнгра тарбиячи бундай дейди: «Секин, секинроқ юринг – чархпалакни тўхтатинг!» Болалар аста-секин қадамларини секинлаштирадилар-да: «Мана, ўйин тугади – биз тўхтатдик: бир, икки...» дейдилар ва тўхтайдилар. Ўйин қарама-қарши томонга қараб давом эттирилади. Юришдан тўхтагач, қўлларни қўйиб юбориш ва сувга йиқилиш ҳам мумкин.

## МАРОҚЛИ ЎЙИН

Ҳовузнинг саёз жойида болалар ярим доира бўлиб юрадилар, биринчи юриб бораётган бола тиззаси билан сувни сачратади. Сўнгра ҳовузнинг саёз жойида болалар қўлларини ерга тираб ётадилар. Тарбиячи: «Товонингизни кўрсатинг!» дейиши билан улар сувдан оёқларини кўтариб, товонларини кўрсатадилар.

## КОПТОКНИНГ КЕТИДАН ЮГУР

Ўйинда қатнашувчилар соҳилда юзларини сув томонга буриб, бир қатор бўлиб турадилар. Сув болаларнинг белидан келадиган жойда – сув усти-

да копток (доира)лар бўлади. Уларнинг сони иштирокчилар сони билан баравар бўлиши керак. Тарбиячининг ишораси билан болалар сувга югуриб тушадилар ва коптокларни олиб қирғоққа қайтиб чиқадилар. Қирғоққа биринчи бўлиб етиб келиб, ўз ўрнини эгаллаб олган бола ғолиб ҳисобланади.

**Ўйин қоидаси.** Белгиланган жойдан узоқлашиб кетиш, бир-бирига халақит бериш, тортишиш мумкин эмас.

## АРҒИМЧОҚ

Болалар жуфт-жуфт бўлиб, қўл ушлашиб, бир-бирларига қараб сувда турадилар. Навбат билан ўтириб сувга шўнғийдилар ва сув остида нафас чиқарадилар. Тарбиячи вазифанинг бажарилишини назорат қилиб туради.

## МЕТРО

Болалар қўлларини белларига қўйиб, бир қатор бўлиб поездни акс эттирган ҳолда сафланадилар. Қатор қадам ташлаб илгари силжийдилар. Бир-бирига қараб қўл ушлаган икки бола ер ости йўлини тасвирлайди. Улар қўлларини сув юзасига туширадилар. Бу йўлдан ўтиш учун поездни акс эттириб турган болалар навбат билан сувга шўнғийдилар. Поезд ер ости йўлидан ўтиб бўлгач, уни тасвирлаб турган болалар қатор охирига бориб турадилар.

Қаторда биринчи бўлиб турган икки бола эса поезддан ажраб, ер ости йўлини тасвирлаб туради. Тарбиячи ер ости йўли бўлиб турган болаларнинг сув тагида тутилиб қолмасликларини кузатиб туради.

## СУВНИ ТУТИБ ОЛ

Ўйинда қатнашувчи болалар турган жойларида биттадан ёки доира бўлиб турадилар. Тарбиячининг: «Сувни тутиб ол», деган буйруғидан кейин ўйин қатнашчилари болалар қўлларини сувга тушириб, сув остида кафтларини бирлаштирадилар ва сув олиб, қўлларини сув устига чиқарадилар. Тарбиячи болалар кафтидаги сувни кўриб чиқади. Агар кафтдан сув томчилаётган бўлса, тарбиячи: «Вой, қўлинг намунча тешик, қани яна сув ол-чи», дейди.

## ДЕНГИЗДАГИ ТЎЛҚИНЛАР

Болалар бир-бирларига қараб, узатилган қўл масофасини қолдириб турадилар: қўллар ўнг (чап) томонга узатилиб, сув юзасида туради. Гавдани ўнг томонга айлантириш билан бирга болалар қўлларини сув юзасидан қарама-қарши томонга олиб ўтадилар (кафтлар қўл ҳаракати йўналиши томон айланади) ва тўлқин ҳосил қиладилар. Ҳаракат ҳар бир томонга тўхтовсиз давом эттирилади.

## БОТИР БОЛАЛАР

Болалар қўл ушлашиб, давра қуриб туришади ва биргаликда:

*Биз ботир болалармиз,*
*Биз жасур болалармиз.*
*Мана, қаранглар сизлар*
*Сувда ҳам очиқ кўзлар, –*

дейишади.

Шундай деб болалар қўлларини пастга туширадилар ва ҳаммалари кўзларини юммасдан баравар сувга шўнғийдилар. Ўйин 3-4 марта такрорланади.

**Кўрсатмалар**. Машқнинг тўғри бажарилганлигини текшириш учун тарбиячи сув ичига қандай буюм қўйилганлигини болалардан сўраган ҳолда билиб олиши мумкин.

## ҚУРБАҚА

Чўққайиб ўтирган ҳолатдан туриб (сувнинг чуқурлиги тизза бўйи) сакраб, олдинга қараб сувга ётилади, қўллар олдинга узатилади, кейин ҳовуз тубига туширилади. Оёқлар ғужанак қилиб кўкракка тортилади, шу ҳаракат яна такрорланади.

## МЕДУЗА

Чуқур нафас олиб, бирмунча вақт нафас олмай турилади, олдинга энгашиб, эркин ҳолда сувга ётилади. Боланинг гавдаси бир оз сув ичига тушиб, яна қайтиб сув юзасига чиқади. Сувда ҳаракатсиз ётиб кўрилади.

## ПЎКАК

Чуқур нафас олиб ва нафасни тутиб туриб, кўзни юммасдан сувга шўнғилади. Оёқларни мумкин қадар кўпроқ буриб, болдир қучоқлаб олинади ва тиззаларни кўкракка тортиб, бошни иложи борича тиззаларга яқинлаштириб энгаштирилади. Худди шу ҳолатда пўкак сингари сув бетига қалқиб чиқилади. Ҳолатни ўзгартирмасдан сув сатҳида су-

зиб, 8–10 гача саналади. Шундан кейин аста-секин ўриндан туриб, ҳавза тубига оёқ қўйилади. Пўкак бўлиб сузаётганда аста-секин сув ичида нафас чиқариш ҳам мумкин.

## ТЮЛЕНЛАР

Қўллар олдинга узатиб ётилади. Қўллар билан секин итарилиб, улар орқадан то белга қадар узатилади, олдинга сузишга интилиш керак бўлади, шу пайтда бош сувда бўлиши зарур.

## ТЎПНИ УЗАТ

Икки бола бир-бирининг орқасидан 0,7-0,8 м масофада туради. Ҳар икковининг оёқлари елка кенглигида туради. Сувнинг чуқурлиги белгача ёки кўкраккача келади. Бола қўлида тўп ушлаб туради. У олдинга энгашиб, бошини сувга тиқиб шўнғийди ва тўпни ўз орқасида турган болага узатади.

## КЕЧУВ

Саёз сув тагига 4-5 та буюм (тошлар, металл ликопчалар ва бошқа шу сингари нарсалар) қўйилади. Нарсалар орасидаги масофа 60–70 см бўлади. Бу «дарё»дан кечиб ўтиладиган жой бўлади. Бола сувда ҳалиги буюмлар устида эмаклаб юради. Бир жойдан иккинчи жойга кўчиш йўналиши тўғрилигини аниқлаш учун бола бошини бир неча марта сувга тиқиб шўнғийди. Сувда кўзларини очиб, навбатдаги мўлжални қидиради. Бу ўйинни тоза ва тиниқ сувдагина ўтказиш мумкин.

## ТОЙЧА

Болалар ўз хоҳишлари бўйича жуфтларини танлаб оладилар: бири тойча, иккинчиси аравакаш бўлади. Аравакаш отни қўшиб, жиловини кийдириб ва тўғри йўналишда майдончанинг бир томонидан иккинчи томонига боради ва орқага ёки майдончанинг ён томонига қайтиб келади. Сўнгра тарбиячининг кўрсатмаси бўйича болалар ўринларини алмашадилар ва ўйинни давом эттирадилар.

## ОТЛИҚ АСКАРЛАР

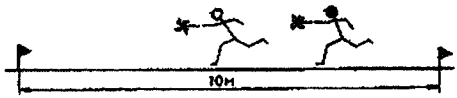
5-6 та бола майдончанинг бир чеккасида турадилар, тарбиячи уларнинг ҳар бирининг қўлига узунлиги 50–60 см ли таёқча беради. Болалар таёқчанинг устига миниб олиб, майдончанинг қарама-қарши томонида отлиқ аскарларни акс эттириб (отда) югурадилар. Бунда болалар бир-бирларига урилиб кетмасдан тез-тез югуришлари керак.

## ЧАМБАРАКНИ ҚУВИБ ЕТ

Болалар чамбаракни думалатишни ўзлари мустақил ўрганиб олмагунларича тарбиячининг ўзи чамбаракни думалатади ва бирор боланинг исмини айтиб, уни қувлаб етишни таклиф қилади. Чамбарак думалаб кетаётганда ушлаш керак, бунда боладан чаққонликни намоён қилиб, тез югуриш талаб этилади.

## ПИРПИРАК БИЛАН ЮГУРИШ

Пирпиракни қуйидагича ясаш мумкин: қалин тўртбурчак қоғозни олиб (томонлари 10 см қоғозни тўрт буклаб), бурчагидан диагональ бўйлаб ўрта-




41-расм

сига етказмасдан қирқилади. Сўнгра тўртта учини ўртага букиб, уни таёқчанинг учига жуда ҳам зич қилмасдан қоқилади. Пирпирак тайёр.

Бола таёқчани ушлаб қанчалик тез югурса, у шунча тез айланади (41-расм).

## КАПАЛАКНИ ТУТ

Кичикроқ таёқча учига ип боғланади ва ип учига қоғоздан қирқилган капалак ёпиштириб қўйилади. Тарбиячи таёқчани шундай ушлайдики, капалак болалар боши устидан «учиши» керак. Улар сакраб, ҳаккалаб, уни тутиб олишга ҳаракат қиладилар.

## АРИҚЧА ОРҚАЛИ

Майдончага бири иккинчисидан 1,5-2 м масофада иккита чизиқ чизилади – у ариқча вазифасини бажаради. Болалар (6–8 та бола) ариқчанинг четида – чизиқ олдида турадилар, улар тошларнинг устидан (доирача чизилган) оёқларини ҳўл қилмасдан ўтишлари шарт. Доирача орасидаги масофа шундай бўлиши керакки, (тахминан 25–30 см) болалар биринчисидан иккинчиси устига енгил сакраб ўта олсин. Ариқчанинг устидан бир вақтнинг ўзида бир неча бола ўтиши мумкин, қолганлари эса тарбиячи билан улар орқасидан кузатиб турадилар. Агар кимдир доирани босиб олса ёки оёғини ҳўл қилса, у ўриндиққа бориб ўтириб, офтобда оёғини қуритади. Ўйин қайтадан давом эттирилганда

у ўйинга киритилади. Тарбиячи иштирокчиларнинг айримларига қирғоққа ўтишга ёрдам беради ва болаларни рағбатлантиради.

## ТОВУҚЛАР ПОЛИЗДА

Болалар – товуқлар ходанинг орқасида жойлашадилар. Ходанинг бошқа томонида майдончага катта тўғри чизиқ чизилган – бу полиз бўлади. Тарбиячи – қоровул полиз бўйлаб юриб, товуқлар полиздами ёки йўқми, шунга қарайди. Сўнгра бориб ўриндиққа ўтиради. Товуқлар шу заҳоти девор (хода)нинг устига сакраб чиқиб оладилар, сўнгра у ердан полизга сакраб тушадилар ва югуриб, экилган сабзавотларни чўқий бошлайдилар. Қоровул, яъни тарбиячи товуқларни сезиб қолиб, чапак чалиб: «Киш, киш!» деб уларни полиз ичидан ҳайдайди.

Ўйин бир неча марта қайтарилгандан кейин болалардан ҳам қоровул сайлаш мумкин.

## КЕГЛИ

Ўйинда пластмасса кеглидан фойдаланиш мумкин. Улар бир-бирларидан 10–15 см масофада ўрнатилади. Болалар 1-1,5 метр масофадан биттадан соққа (шар) думалатадилар. Тарбиячи кеглига соққани теккизган болани рағбатлантиради, ютқизган болаларга эса вазифани қайтадан бажаришга ёрдам беради.

## ТЎПНИ ДУМАЛАТ

Болаларга ҳар хил рангдаги тўплар ёки кичикроқ соққалар (диаметри 6–8 см шарлар) берилади ва болалардан уларни 1,5-2 м га думалатишни так-

лиф қилади. Тарбиячи берилган вазифани ким яхши уддалаган бўлса, уни рағбатлантириб, яна бир марта думалатишга рухсат беради. Болалар тўпни 2-3 мартадан думалатганларидан кейин, тўпларни саватчага териб оладилар.

## ЧАМБАРАКНИ ДУМАЛАТ

Уч-тўрт бола 1,5-2 м масофада тарбиячига юзма-юз турадилар. Тарбиячи ҳар бир болага навбат билан чамбаракни думалатади, улар уни ушлаб олиб ва яна орқага – тарбиячига думалатадилар. Болалар чамбаракни яхши думалатиб ва ушлаб олишни ўрганганларидан кейингина бир-бирлари билан ўйнашлари мумкин.

## ҚУЁНЧАГА САБЗИ БЕР

Иштирокчи болалар айвонда ёки майдончада ўриндиқда ўтирадилар. Тарбиячи болаларнинг бирига сабзи беради, у эса сабзини ўйинчоқ қуёнга бериши керак. Бунинг учун боланинг кўзи боғланади ва қуёндан 3 м нарига турғизиб қўйилади. Тарбиячининг ишорасидан сўнг бола қуёнчанинг олдига боради ва унга сабзини беради (сабзини оғзига олиб бориши керак).

## ОТНИ СУҒОР

Болалар айвонда ёки майдончада ўриндиқда ўтирадилар. Ўйин қоидасига биноан бир боланинг қўлига челакча берилади ва у ўйинчоқ отни суғориши керак. Бола ўйинчоқ отдан 2-3 м масофада чизиқ орқасида туради. Тарбиячи унинг қўлига челакча беради ва кўзини боғлаб қўяди. Тарбиячи

ишорасидан сўнг бола отнинг олдига боради ва унга сув ичиради (челакни отнинг оғзига олиб бориши керак).

## КЕЧ ҚОЛМА

Тарбиячи доира бўйлаб полга кубиклар (ёки доирачалар, шиқилдоқлар) қўйиб чиқади. Болалар кубикларнинг олдида турадилар. Тарбиячининг ишорасидан сўнг улар хона бўйлаб югуриб кетадилар. «Кеч қолма!" деган буйруқдан кейин улар кубиклар томон югуриб келадилар.

## ЮРИНГЛАР, ЎЙНАБ КЕЛАМИЗ

Тарбиячи ёнига кичикроқ гуруҳдаги болаларни тўплайди ва қўлига ёрқин рангли рўмол ёки байроқчани олиб силкитади ва уларга: «Майдон бўйлаб орқамдан юринглар», дейди. Болалар бир-бирларига урилиб кетмасдан, ўтиб ва қолиб кетмасдан, ҳаммалари бирга юришга ҳаракат қилишлари керак.

Ўйинни мураккаблаштириш учун болаларга бир-бирларининг орқасидан юриш таклиф этилади.

## САЙРГА ЧИҚАМИЗ

Болалар майдонча четидаги ўриндиқларда ўтирадилар. Тарбиячи 5-6 та болани галма-галдан чақиради, улар кетма-кет туриб, тарбиячи билан бирга майдончани айланадилар ва ўз жойларига қайтиб келадилар. Сўнгра тарбиячи кейинги гуруҳ болаларини чақиради.

**Ўйиннинг қоидаси.** Болалар бир-биридан қолмасдан ва ошиб кетмасдан, кўрсатилган йўналишда юришлари керак.

## БОСИБ ОЛМА

Майдончадан узунлиги 8–10 м тўғри ёки илон изи чизиқ ўтказилади (арқон, таёқча, кубиклар қўйиш мумкин). Кейин болалар ўзларининг машиналарини чизиқ бўйлаб олиб борадилар. Чизиқни босмаслик ёки ундан ўтиб кетмаслик шарт.

Ўйинни мураккаблаштириш учун иккита параллел чизиқ ўтказилади ва бир вақтда бир неча болага йўл бўйлаб чизиқни босмасдан, бирин-кетин машинани олиб ўтиш таклиф қилинади.

## САЙРГА ЧИҚИШ

Майдончанинг бир томонидан арғамчи ёки чилвирдан (стуллар ёки устунларга боғлаб) дарвоза ясалади. Болалар тарбиячи ёрдамида қўлларини ушлашиб жуфт-жуфт бўлиб турадилар. Тарбиячининг: «Ўйнагани кетдик», деган ишорасидан кейин болалар жуфт-жуфт бўлиб дарвоза орқали ўтиб, сўнгра майдонча бўйлаб тарқаладилар. Улар бу ерда ирғишлаб сакраши, чўққайиб ўтириши – «мева, гуллар териши мумкин». Тарбиячи: «Уйга кетамиз», деганидан сўнг болалар яна жуфт-жуфт бўлиб турадилар ва дарвоза орқали ўтадилар. Болалар қўлларини ушлашиб, жуфт-жуфт бўлиб, бир-бирларидан ўтиб ва қолиб кетмасдан, ўзларининг ҳаракатларини мослаштириб юрадилар дарвозадан ўтаётганда бир-бирларига йўл берадилар.

Ўйинни мураккаблаштириш учун яна битта дарвоза қўйиб, ундан ўтишни таклиф қилиш мумкин.

## ЎЙИНЧОҚЛАРНИ ОЛИБ КЕЛ

Иштирокчилардан 6-7 м масофада турли ўйинчоқлар – рангли кубиклар, пирамидалар, шиқилдоқлар, кичикроқ коптоклар қўйилган бўлади. Ҳар бир боладан то ўйинчоқларгача 30 см масофада йўл чизилади. Тарбиячининг таклифи бўйича болалар ўйинчоқлардан олиб, юқорига кўтариб ва яна жойига қўядилар, ишора бўйича борадилар, йўлакчанинг четини босмасдан, тўғри чизиқ йўналишини сақлаб юриш лозим.

Ўйинни мураккаблаштириш учун ўйинчоқларга йўл бўйлаб борилади, лекин йўлнинг ўртасида 50 см баландликда осилган арқон тагидан эмаклаб ўтилади ва арқонга югуриб қайтиб келинади.

## ТОЙЧА

Болалар кичикроқ гуруҳ ёки қаторда, тиззаларни баланд кўтариб юрадилар. Сўнгра ишора бўйича оёқни баландроқ кўтариб қадам ташлаб юрадилар. Тиззани баланд кўтариб юришда оёқ учида, тапиллатмасдан юрилади.

## ТЕГИБ КЕТМА

Болалар бир-бирларининг орқаларидан бориб, тегишли предметлар (кубиклар, тошлар, байроқчалар, кичик чамбараклар) қаторини айланиб ўтадилар. Болалар бир-бирлари ораларидаги масофани сақлаган ҳолда уларга тегмасдан, предметларни айланиб ўтишлари керак.

## ТОШЛАРНИ ТЕЗРОҚ ЙИҒИБ ОЛ

Майдончага тошлар қўйилади. Болалар майдон бўйлаб юриб, уларга тегиб кетмасликка ҳаракат қиладилар. Тарбиячининг: «Олинглар», деган ишорасидан кейин болалар тезда тошларни териб олишга ҳаракат қиладилар. Кўпроқ тош териб олган болалар рағбатлантирилади. Тошлар ишора берилгандан кейин териб олинади.

**Ўйин қоидаси.** Тошни ёнидаги ўртоғидан тортиб олиш мумкин эмас.

## БОҒ ҲОВЛИГА САЁҲАТ

Болалар икки гуруҳга бўлинадилар: биринчи гуруҳ болалари олдиндан белгилаб қўйилган поезд бекатида кутиб турадилар, иккинчи гуруҳ болалари эса поездни акс эттирадилар ва болалар майдон бўйлаб бир-бирларини ёки арқонни ушлаб ҳаракат қиладилар. Ишора бўйича поезд бекатга яқинлашиб келиб, тўхтайди. Болалар жойлашиб олганларидан кейин ҳаммалари биргаликда ҳаракат қиладилар. Агар гуруҳда турли ёшдаги болалар бўлса, катталари узун таёқчанинг икки томонидан ушлаб, поездни акс эттирадилар. Кичиклари эса уларнинг ўртасига кириб оладилар. Мураббий болаларнинг аҳиллиқда ўйнашларини таъкидлаб туриши керак.

## ҚАТЪИЙ ТАРТИБ

Болалар бир кишилик қаторда турадилар. Тарбиячининг: «Тарқалинг!» деган ишорасидан кейин майдонча бўйлаб хоҳлаган йўналишга тарқалиб, тарбиячининг орқасидан қуйидаги сўзларни қайтарадилар:

*Болалар, тартиб қатъий,*
*Ҳамма ўз жойин билар.*
*Қани, чалинг қувноқ куй,*
*Тра-та-та, та-та-та!*

Тарбиячининг: «Тўхтанг», деган буйруғидан кейин болалар яна қаторда бўйларига биноан турадилар. Болалар бир маромда юриб борадилар, сўзларни аниқ, аҳиллик билан жўрликда айтадилар, бир-бирларини туртмасдан қаторда саф тортадилар.

## МЕҲМОНГА БОРИШ

Болалар икки гуруҳга бўлиниб, майдончанинг қарама-қарши томонларида жойлашадилар. Тарбиячи битта гуруҳдагиларни бошқа гуруҳ болаларининикига «меҳмонга боришга» таклиф қилади. Болалар майдончанинг қарама-қарши томонига ўтиб, ҳар бири ўзи хоҳлагани олдига бориб туради. Улар жуфт бўлиб, ирғишлаб сакрашади, айланиб, ўйинга тушишади. Кейин биринчи гуруҳ болалари жойига қайтиб келади. Энди уларнинг олдига иккинчи гуруҳ болалари борадилар.

**Ўйин қоидаси.** Майдончадан тўғри йўналишда, қадди-қоматни тўғри тутиб, енгил қадам ташлаб ўтилади.

## БИРИНЧИ БЎЛИБ ТУР

Болалар бошловчи орқасидан қатор бўлиб борадилар. Тарбиячи болалардан биттасининг исмини айтиб чақиради. Ҳамма тўхтайди, номи айтилган бола қаторни қувлаб ўтиб, биринчи бўлиб туради, юриш давом этади. Қатор бош томонига қисқа йўл билан ўтилади.

## СИГНАЛНИ ЭШИТ

Болалар қаторда одатдагича юришади, тарбиячининг ишораси бўйича оёқнинг ташқи томони билан юришади. Ишора бўйича юриш техникаси ўзгартириб турилади.

## КАТТАЛАР ВА КИЧИКЛАР

Болалар тарбиячининг: «Катталар», деган ишорасига биноан қаторда катта қадам билан, «Кичиклар», деганда эса майда қадам ташлаб юрадилар. Гоҳ катта қадам ташлаб, гоҳ майда қадам ташлаб юрилади, бу болаларнинг диққатини бир ерга жамлашга ёрдам беради.

## ЎЗ ЖОЙИНГГА ҚАЙТИБ КЕЛ

Болалар иккита қаторда турадилар. Ҳар бир бола орасидаги масофа камида 1 м бўлади. Ҳар бир бола ўз жойини тошлар (барглар, байроқчалар) билан белгилаб қўяди. Тарбиячи бир-икки деб санаганидан кейин болалар ўнгга, сўнгра чап томонга 3-4 та қўшимча қадам қўядилар ва ўз жойларини топиб олишга ҳаракат қиладилар. Ўйинда олдинга ва орқага қўшимча қадам қўйиб юриш ҳам мумкин.

## ДАРВОЗА

Болалар майдон бўйлаб қўлларини ушлашиб жуфт-жуфт бўлиб юришади. Тарбиячининг: «Дарвоза», деган ишораси бўйича болалар жойларида тўхтайди ва қўлларини юқорига кўтариб «дарвоза» қилиб турадилар. Қатор охиридаги жуфтлик «дар-

воза«лардан ўтиб, биринчи бўлиб туради. Юриш давом этади.

**Ўйин қоидаси.** Болалар қўлларини ушлашиб, жуфт-жуфт бўлиб юрадилар, биргаликда ҳаракат қиладилар. Ўйинни мураккаблаштириш учун болалар қўлларини ушламасдан, жуфт-жуфт бўлиб юрадилар. «Дарвоза» ишораси берилиши билан қўлларини ушлашиб, тезда юқорига кўтарадилар. Охирги жуфтлик унинг тагидан ўтади.

## СОВҒА

Болалар қўлларини ушлашиб, доира ҳосил қиладилар. Битта бола доиранинг ўртасида туради. Болалар доира бўйлаб юриб, қуйидаги шеърни айтадилар:

*Биз барчага ажиб совга келтирдик,*
*Айтинг, истагингиз бажо қиламиз.*
*Мана сизга латофатли қўғирчоқ,*
*От, пилдироқ ва самолёт.*
*Сўнгра бир завқ билан –*
*Ўйнаб берамиз.*

Болалар шеърни айтиб бўлишлари билан тўхтайдилар. Доира ўртасидаги бола юқорида номлари айтилган совғадан қайси бирини олишини айтади. Масалан, агар у от номини айтса, ирғишлаб сакрайдилар, қўғирчоқ деса – ўйнайдилар, пилдироқ деса айланадилар.

## ИССИҚ-СОВУҚ

Болалар майдон бўйлаб ҳар хил йўналишда тарбиячи бир-икки деб санаб ёки доирачага уриб турганда одатдагича юрадилар. Тарбиячи: «Иссиқ»,

деганда болалар – оёқ учида, «Совуқ», деганда эса, ярим чўққайиб юрадилар.

Юришнинг ҳамма турида ҳам қоматни тўғри тутиш керак.

## КОПТОК – ТОШ

Болалар қаторда юрадилар. Қаторда биринчи бўлиб турган боланинг қўлида копток, охиргисида эса тош бўлади. Тарбиячи «Копток», дейиши билан болалар биринчи боланинг орқасидан олдинга юра бошлайдилар. «Тош», деганда эса орқага бурилиб охирги боланинг орқасидан юрадилар.

Болалар аниқ ва тез бурилишлари керак.

## ТЎХТОВСИЗ ҲАРАКАТДА

Болалар ўрмон ёки дала бўйлаб жуфт-жуфт бўлиб, ўртача қадам ташлаб бир текис юрадилар. Тарбиячининг ишорасидан кейин охирги жуфтлик бўлинади: бири қаторнинг чап, иккинчиси эса ўнг томонидан боради. Улар ҳамма болаларни қувлаб ўтиб, қаторнинг олдига бориб турадилар. Қувлаб ўтувчилар югуриб эмас, балки тез юриб ўтадилар.

## ҚОРОВУЛ

Болаларнинг биттаси қоровул бўлиб, доиранинг ўртасида ўтиради. Унинг кўзи боғлаб қўйилади. Қолган болалар эса доира чизиғи орқасида турадилар. Тарбиячи болалардан бирини қўли билан имлайди. У аста-секин қоровулга яқинлашиб келади. Қоровул қадам товушини эшитиб, унинг қайси томондан келаётганини қўли билан кўрсатади. Агар

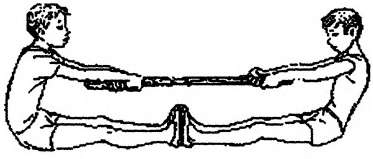
буни тўғри кўрсатса, келаётган бола билан жойини алмашади. Агар тўғри кўрсата олмаса, яна ўз жойида қолади. Бирор марта ҳам қўлга тушмаган бола ўйинда ютган ҳисобланади.

Қоровулга майда қадам билан яқинлашиш керак, қолган ўйинчилар эса тўполон қилмасликлари лозим.

## КИМ КУЧЛИРОҚ

Рақиблар бир-бирига рўпарама-рўпара ўтириб, каттароқ таёқчани ушлаб туришади. Икковлари оёқ товонларини бир-бирлариникига тираб таянишади.

Буйруққа биноан, иштирокчилар таёқни икки томонидан ушлаб, ўз томонларига торта бошлайдилар. Табиийки, ким рақибини ердан бир оз кўтара олса ёки ўзи томонига оғдиролса ўша ғолиб бўлади (42-расм).

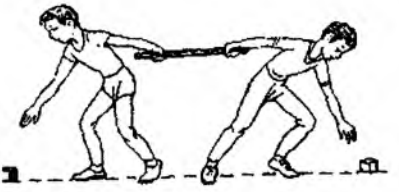


42-расм

**Ўйин қоидаси.** Иштирокчилар буйруқ бўлганидан сўнг ҳаракатланишлари керак. Таёқни тортаётганда оёқни узиб юбориш мумкин эмас.

## КУБИКНИ КЎТАР

Икки иштирокчи бир чизиқда туришади. Икковлари битта каттароқ таёқчанинг икки учидан ушлаб туришади. Ҳар биридан 1-2 қадам масофада



43-расм

ерга кубик қўйилади. Ўйинчи-ларнинг вазифаси – рақибини ўзига тортиб, ўша предметни ердан кўтариб олиш (43-расм). Бунда кескин ҳаракатлар қилиш мумкин эмас.

## УЧЛИК

Иштирокчилар учта-учтадан бўлиб бир неча гуруҳларга бўлинишади. Уч-тўрт учлик старт чизиғида югуришга тайёр бўлиб туришади: ўртадаги ўйинчи бир оёғини кўтариб икки қўлини шериклари-нинг елкаларига қўйиб олади. Шериклари эса унинг кўтарилган тиззаси тагидан қўлларини бирлаштирадилар (44-расм). Маълум ишора бўйича болалар югура бошлайдилар. Стартдан 15–20 м узоқликда жойлашган финиш чизиғига биринчи бўлиб келган учлик ғолиб ҳисобланади. Сўнг ўйин қайтарилади. Ўйинда ён тарафда югурган ўйинчилар ўртада туришади. Қачон болалар учликларида 1-2 марта ўрта ўйинчи бўлиб иштирок этсалар, ўйин якунланади.

44-расм

## ДИСКНИ УЛОҚТИРИШ

Полга ёки ерга ҳар бирининг диаметри 25 см бўлган доирачалар шахмат кетма-кетлигида чизилади. Ўйинчи доирачадан 4-5 м узоқликда туриб, қўлига худди ердаги доира ўлчовидаги 5 та фанердан тайёрланган диск олади.

Дискни шундай улоқтириш керакки, у ердаги доирачани мўлжалга олиб ёпиб қўйиши керак. Ким кўпроқ доирачаларни мўлжалга олса, ўша иштирокчи ғолиб ҳисобланади.

Агар диск доирани тўлиқ эмас, балки ярмини ёпиб қўйса ҳам мўлжал ҳисобга олинади. Агар доирадаги дискнинг устига яна бир диск тушса, у ҳам ҳисобга олинади.

## ХАЛТАЧАЛАРНИ УЛОҚТИРИШ

Матодан 8х12 см ўлчовли 3 та халтача тикиб, унга 150–200 грамм нўхат солинади. Чизиқдан 3–5 м узоқликда стул қўйилади ва ўйинчи чизиқда туриб қўлидаги халтачаларни ўша стулга улоқтиради.

Ҳар қайси халтача стул устида қолиши керак. Агар халтача ерга тушиб кетса, ҳисобга олинмайди.

## ТАНГА КЎТАРИШ

Ўйинчи оёқ пошналарини бирлаштириб учларини иложи борича кенг кериб олади. Ҳар қайси оёқ учида биттадан танга туради. Ўйинчи шу тангаларни энгашиб, тиззаларини букмасдан кўтариб олиши керак.

## ТЎППОНЧА

Иштирокчи икки қўлига сув тўлдирилган идишларни кўтариб олади. Бир оёғини ва икки қўлларини олдинга чўзиб (бу ҳолат «тўппонча» деб номланади), қўлидаги сувни тўкиб юбормасдан иккинчи оёғида ўтириб туриши керак.

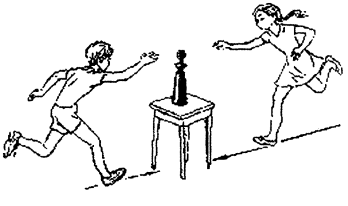
## РАКЕТКАЛАРДА БАҲСЛАШИШ

Бу ўйинда абжирлиги бўйича икки киши қатнашади. Ҳар бири қўлига ракетка олади. Ракеткалар хоҳ стол теннисиники, хоҳ катта ракетка бўлиши мумкин. Уларни устига кубик ёки бошқа бир унча катта бўлмаган ясси ўйинчоқ қўйилади.

Ўйинчилар ракеткани чап қўлларига олиб, уни ён томонга буришади. Ишора бўйича улар рақиблар ракеткасидаги кубикни олишга ҳаракат қилишади, бунда албатта ўзларининг кубиклари ерга тушиб кетмаслиги керак.

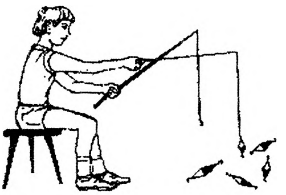
## КИМ КЕГЛИНИ ОЛАДИ

Майдонга узун чизиқ тортилади. Ўртада курси қўйилиб, унинг устига кегли ёки бошқа буюм қўйилади. Иккала томонда икки ўйинчи орқага ўгирилиб туради. Ўйинбошининг буйруғига биноан, иккаласи ўгирилиб олиб, марказга қараб югуради, ким биринчи бўлиб курси устидаги кеглини олса, ўша ўйинчи ғолиб бўлади (45-расм). Кеглини олаётганда ўйинчи уни тушириб юборса, бу ҳисобга кирмайди ва у мағлуб бўлади.



45-расм

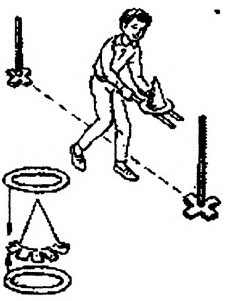
## БАЛИҚ КЕТИДАН БАЛИҚ



46-расм

Полга бир нечта балиқчалар қўйилади. Ҳар бир балиқчада иккита айланма бурчаги бор (олдида ва орқада). Қўлдаги қармоқ билан ўйинчи балиқларни илинтириб, бир жойга йиғиши керак (46-расм). Қайси ўйинчи берилган вақт ичида кўпроқ балиқ йиғса, ўша ғолиб саналади. Илиб олган балиқ йиғаётган жойгача бормасдан тушиб кетса у ҳисобга кирмайди.

## ҚУЛОҚСИЗ ҚАЛПОҚЧА



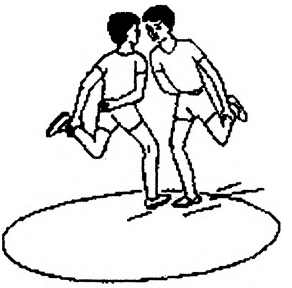
47-расм

Майдончада бир-биридан 7-8 м оралиқда иккита устунча қўйилади (расмга қаранг). Картон қоғоздан ясалган қалпоқча билан иккита айлана керак. Иккита ўйинчи қўлига таёқча олиб, таёқчалар устига шу қалпоқча ва айланани қўяди ҳамда ерга тушириб юбормасдан устунча ичига ташлаши керак бўлади (47-расм). Қалпоқча тушиб кетган жойдан яна таёқчалар устига қўйилади ва ўйин давом эттирилади.

## БИР ОЁҚДА ЖАНГ

Ерга чизилган айланага икки киши (баҳс иштирокчилари) киради. Улар дастлабки ҳолатда туришади: бир оёқ кўтарилган, у оёқни чап қўл билан

болдир томонидан ушланади, ўнг қўл эса орқага букилган бўлиб, белнинг орқасида туради.



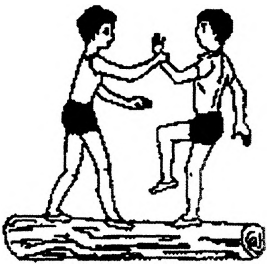
48-расм

Ишорага биноан, иштирокчилар сакраб турган ҳолатда бир-бирларини елкалари билан айланадан ташқарига чиқариб юборишга ҳаракат қилишади (48-расм). Рақибини ташқарига чиқариб юборган ўйинчи ғолиб чиқади.

**Ўйин қоидалари.** Кўтариб турган оёғини ерга тушириб юборган ўйинчи мағлуб ҳисобланади. Итараётганда қўллари билан ёки бошқа қисмларда туртиш мумкин эмас.

## ЮҚОРИДА КУРАШ

Икки ўйинчи бир-бирига қараб турган ҳолда гимнастик ўриндиқ ёки хода устига чиқади. Тарбиячи буйруғига биноан улар бир-бирига яқинлашиб, фақат қўлларини ишлатган ҳолда рақибни тушириб юборишга ҳаракат қилишади (49-расм). Бунда кескин ва қўпол ҳаракатланиш мумкин эмас. Лекин алдамчи ҳаракатларни амалга ошириш мумкин.



49-расм

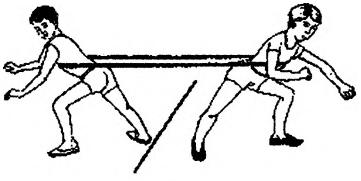
## ҲАЛҚА АЙЛАНТИРИШ

50-расм

Ерга ёки полга бир нечта ҳалқа қўйилади. Иштирокчилар биттадан ҳалқа олишади. Тарбиячи буйруғи билан улар ҳалқаларни айлантиришни бошлашади (50-расм). Ким охирги бўлиб қолса, ўша ўйинчи ғолиб чиқади.

## ТОЙЧАЛАР

Ўйинчилар бир-бирига елка билан (орқачасига) туришади. Уларга узунлиги 1,5-2 м бўлган қалинроқ резина ёки арқон кийгизилади. Арқон қўлтиқлари орасидан ўтказилади, кўкрак қисмига кийгизилади. Уларнинг ўртасида ерга чизиқ чизилган бўлади (51-расм).

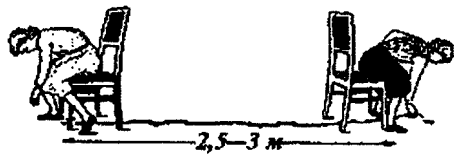


51-расм

Ишорага биноан, иштирокчилар оёқлари билан ерга таянган ҳолда рақибини ўз томонига оғдиришга ҳаракат қилади. Мабодо иккала иштирокчи 30 сония давомида рақибини ўз томонига оғдира олмаса, унда баҳс дуранг натижа билан якунланади.

## АРҚОННИ ТОП

Полга узунлиги 2,5-3 м бўлган арқон қўйилади. Арқоннинг икки учи томонига иккита стул қўйилади. Арқон учлари стулнинг оёқлари олдидан бир оз чиқиб туради. Икки иштирокчининг кўзларига бойлағич тақиб қўйилади. Стуллар бир-бирига орқа билан туради.




52-расм

Иккала стулга ўйинчилар ўтқизилади. Иштирокчилар стулга суяниб ўтиришлари талаб этилади (шунда арқонни топиш бир оз мураккаброқ бўлади). Ўйинбоши буйруғи билан ўйинчилар тезда пастга букилиб, арқонни топиши ва ўзига тортиб олиши керак (52-расм). Арқонни ўз томонига тортиб олган ўйинчи ғолиб чиқади.

## ТЎП АЙЛАНАДАН ТАШҚАРИДА

Бир нечта иштирокчилар катта айлана ҳосил қилиб туришади. Улар оёқларини елка кенглигида очишади, бунда оёқларининг ёни (юзаси) шеригининг оёқлари юзасига қўшилиб туриши керак. Ўйинбоши қўлидаги тўп (баскетбол, футбол ёки гандбол тўпи) билан айлана марказида туради.

Тўпни айланадаги болалар оёқлари орасидан ташқарига ўтказишга ҳаракат қилади. Қайси ўйинчининг оёқлари орасидан тўп ўтиб кетса, ўша ўйинчи марказга ўйинбоши бўлиб туради.

**Ўйин қоидалари.** Айланада турган ўйинчилар оёқларини ҳаракатлантирмасликлари керак. Шунингдек, ўйинбоши ҳам тўпни унчалик кучли отиши шарт эмас.

## АРҚОНГА ТЕГИБ КЕТМА

Бу ўйинда хоҳлаган ўйинчи қатнашиши мумкин. Бир киши ўртада туришга тайинланади. Ўйинчининг қўлида сакрагич (ёки оддий арқон) бўлади. У ўтирган ҳолда арқонни айлантиради. Айланада турган ўйинчилар арқондан сакрашлари керак (53-расм). Арқонга тегиб кетган ўйинчи ўйиндан чиқади. Марказдаги ўйинбоши арқонни юқорига кўтариб юбормаслиги керак.

53-расм

## ДАНАК

Бу ўйинда ўйновчи бола ёки қизлар 2 ёки 3-4 та иштирокчилардан иборат бўлган гуруҳда ўйнайдилар. Бу ўйин сопалак ўйини каби ўйналади. Бунда бир ўйинчи данак (тош) яширади. Ким данакни топса, ўша ўйинни бошлайди. Ўйин ўйнашда 10–20 та данак (тош)ни ҳовучга олиб, юқорига секин отамиз ва қўлларимизнинг тескари томонида бир нечта данак туриб қолади. Туриб қолган данаклардан фақат бир донасини қўлда қолдириб, қолганларини қўлимизнинг ички томонига ўтказамиз. Бунда данак (ёки тош) озгина юқорига ирғитилиб, қўлнинг кафти билан илиб олинади. Кейин ерда сочилиб ётган данаклар ўйналади. Бунда иккинчи кўрсаткич ва ўрта бармоқ билан айри қилиб уйча қилинади. Қўлдаги данак юқорига отилиб, ердаги данаклар битталаб уйчага киритилади. Данаклар (тошлар) ирғитилиб, ушлаб қолинмаса, ўйин иккинчи болага ўтади. Ўйин шу тарзда давом этади.

## КИМ КЎП ЁНҒОҚ ЙИҒИШ

Бу ўйинда бир нечта бола қатнашади. Болалар бир неча метр масофани танлаб, бир томонга 1 ёки 2 ва ундан ортиқ ёнғоқни териб бир қаторга қўядилар. Иккинчи томондан терилган ёнғоқларни галма-гал урадилар. Квадрат ёки доира ичига терилган ёнғоқларни ким кўп чиқарса, ўша бола кўп ёнғоқ терган ва ўйинда ютган ҳисобланади.

## ЧАМАЛАШ

Бу ўйинда 10 дан 16 тагача болалар қатнашадилар. Улар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Улар орасидан гуруҳ сардори сайланади. Ўртага тўртбурчак чизилади, унинг ўртасига доира чизилади. Доиранинг орасига 5 та тош устма-уст қилиб терилади. Тўртбурчакнинг ёнида биринчи гуруҳ сардори туради. У турган жойидан 6 қадам ташланади ва ўша жой белгиланиб, чизиқча чизиб қўйилади. Иккинчи гуруҳ эса ҳалиги устма-уст қўйилган тошга бирин-кетин копток отади, мабодо копток тошга келиб тегса, болалар ҳар тарафга қочадилар. Биринчи гуруҳ сардори уларни қувлайди. Кимга копток тегса, у ўйиндан чиқади. Болалар қочиши давомида тўртбурчак ичидаги тошни 5 тарафга қўядилар. Агар қўйсалар яна ўйин давом этади, тарқатиб қўёлмасалар иккинчи гуруҳ ўйинни бошидан бошлайди. Ўйин шу йўсинда давом этади.

## ЎРТА БАРМОҚНИ ТОП

Бу ўйинни исталган ерда ўйнаш мумкин. Ўйинда 5-6 та бола қатнашади ва унинг бошланишидан олдин бир бола чиқиб, қолган болаларни доирага тизади, кейин:

*Мен ўтирдим иш тикдим,*
*Иккита игна йўқотдим,*
*Ла-ла-ла, чиқиб кетсин бир бола,*
*Унинг оти Наргиза, –*

деб бирма-бир болаларни чақиради. Ҳамма болалар чиқиб, энг охирида қолган бола ўйинни бошлайди. У чап қўлини орқасига қилиб, бармоқлари-

нинг учларинигина кўрсатиб туради. Ўнг қўли билан чап қўлини маҳкам қисиб туради. Кейин ўртоқларига: «Ўрта бармоғимни топ», дейди. Болалар диққат билан унинг қўлига қараб, ўрта бармоғини қидира бошлайди. Болалардан биттаси бир бармоқнинг учини маҳкам ушлайди. Агар тортувчи тўғри топса, бармоқ яширган бола шартга биноан қўшиқ ёки шеър айтиб бериши мумкин. Агарда топувчи бола бармоқни тўғри топа олмаса, ўзи ютқазган ҳисобланади ва ўйин шартини бажаради. Ўйин шу тариқа давом этади.

## ЖАМБИЛ

Бу ўйинда ўқувчилар 2 та гуруҳга бўлинадилар. Ўйинчилар – иштирокчилар асосан ҳар икки гуруҳда 5-6 тадан бўлади. Биринчи гуруҳ ўйинчилари белгиланган узоқликдан тўпни катакчалар ичида тахланган тошчаларга отишади. Катакнинг ичидаги тошлар сони 4 та бўлади. Агар тўп думалатилганда катак ичидаги тошлар йиқилса, иккинчи гуруҳ ўйинчиларидан бири жамбил атрофини тўп билан қўриқлайди. Агар биринчи гуруҳ ўйинчилари тошларни катакларга қўйиш учун яқинлашганда қўриқловчи уни копток билан урса, бу ўйинчи ўйиндан чиқади. Агар шу гуруҳ тошларни катакларга аниқ қўйиб чиқса, бу гуруҳ ютган ҳисобланади. Агар қўёлмаса, улар ютқазган ҳисобланишади. Ўйин шу тариқа давом этади.

## ҚОЛАДИ-КЕТАДИ

Ўйинда бир бола бошловчилик қилади. Қолган болалар айлана ҳосил қиладилар. Бошловчи ўртада туради ва турган жойида айланиб, 1 дан 15 гача

санайди-да, қўққисдан бир болани кўрсатиб, бир қушнинг номини айтади. Номи айтилган қуш қишда Ўзбекистонда қолса, кўрсатилган бола бошловчи бешгача санагунча «қолади» деб, агар қишда иссиқ ўлкаларга учиб кетса, «кетади» деб жавоб бериши керак. Мабодо номи айтилган қуш Ўзбекистонда яшамаса, «яшамайди» деб, агар қишда келса, «келади» деб айтиши лозим.

Агар жавоб беш (5) саноғидан кейин берилса ёки жавобдан адашилса, кўрсатилган бола ўртага чиқиб ўйнаб, ашула ёки шеър айтиб беради ва кейинги ўйинларда бошловчилик қилади.

## ҚОРБОБО

Ўйиндан мақсад болаларни жамоа бўлиб ўйнашга, чаққон, эпчил бўлишга ўргатиш.

Ҳамма болалар айлана бўлиб туради ва саналади, саноқдан кейин ким охирида қолган бўлса, ўша бола қорбобо бўлади. Шу айлана ичида болалар ўйин бошланиши билан қорбобо уларни тутиб олмаслиги учун қочадилар, шарти шуки, болалар чизиқдан чиқиб кетмасликлари керак. Агар қорбобо бирорта болага қўлини теккизса ҳисоб, ўша бола шу ернинг ўзида музлаб қолади. Ҳамма болалар музлаб қолганидан кейин ўйин тугайди. Кейин яна бошқа қорбобо тайинланиб, ўйин давом этади.

## БЎЁҚ СОТУВЧИ

Ўйинда иштирок этувчилар бўёқ сотувчи, бўёқ олувчи ва «бўёқ» болалар бўлишади. Болалар сони тўрттадан кўп бўлиши керак. Ўйинбоши иштирокчиларга бўёқларнинг номларини қўйиб чиқади. Бўёқ сотувчи бўёқлар ёнида туради. Бўёқ олувчи

эшикни тақиллатади. Бўёқ сотувчи олувчини киритади. Харидор ранглардан бирини танлайди ва: «Шунга неча сўм берай?» деб сўрайди. Сотувчи унинг нархини айтади. У неча сўм деса, олувчи сотувчининг қўлига шунча уради. Шунгача номи айтилган «бўёқ» қочиб, анча ерга бориб олиши керак. Олувчи уни қувлаб кетади, агар ушланса, асир бўлади. Ушлай олмаса, «бўёқ» яна келиб қаторга ўтиради. Ўйин ҳамма «бўёқлар» сотилгунча давом этади.

## ЗОВУРДАГИ БЎРИ

Зал ўртасига бир-биридан 60–70 см узоқликда икки ёнма-ён чизиқ ўтказилади, у зовур вазифасини ўтаб беради. Бир ва иккита бошқарувчилар, яъни бўрилар зовурда турадилар. Қолган ўқувчилар эчкилар ҳисобланадилар. Эчкилар залнинг бир томонидаги чизиқларда – ўз уйларида бўладилар. Залнинг нариги томонига яйловни тасвирлайдиган чизиқ чизилади. Ўқитувчининг ишорасига биноан эчкилар уйларидан чиқиб, зовурдан сакраб, яйловга чопиб ўтадилар. Бўрилар эса уларни тутишга ҳаракат қилади.

Ҳар бир югуришдан сўнг қўлга тушган эчкилар санаб чиқилади. Шундан сўнг янги «бўрилар» сайланади. Энг чаққон иштирокчилар рағбатлантирилади.

## ҚУЁНЛАР, ҚОРОВУЛ ВА ОВЧИ

Майдончанинг бир томонида тўртта тўртбурчак (қуён уяси), қарама-қарши томонда эса ярим айлана – қоровулхона чизилади. Чизиқнинг шу томонидан полиз ажратилади. Майдончанинг ўртасида

25–30 см баландликда арқон – девор тортилади. Болалар тўрт гуруҳга бўлиниб, тўртта уяга жойлашадилар. Қоровулхонада эса бошқарувчилар – қоровул ва овчи туради.

Ўқитувчининг ишорасига кўра, қуёнлар уйларидан чиқиб, девордан ошиб, полизга ёпириладилар. Ўқитувчининг ишораси билан қоровул уч марта чапак чалади, яъни «ўқ отади». Ўқ отилгандан сўнг қоровул билан овчи биргаликда қуёнларни уйларигача қувлаб борадилар.

Қўлга тушганлар санаб чиқилгач, қуёнлар ўз уйларига, қоровул ва овчи эса қоровулхонага қайтадилар. Бошқарувчилар алмаштирилиб, ўйин қайта давом эттирилади.

## БОЙҚУШЧА

Майдончада бойқушча яшайдиган уя ажратилади (чизилади). Қолган ўйинчилар эса капалак, чигиртка ва қушчалар бўладилар. Улар зал бўйлаб қўлларини худди учаётгандек ҳаракат қилдириб, эркин югуриб юрадилар. Ўқитувчи «тун», деганда ҳаммалари таққа тўхтаб, капалакнинг қанот қоқиши, чигирткалар қўлларига таяниб туриши ва ҳоказо ҳолатини ифодалаган ҳолда қимирламасликлари керак. Худди шу буйруқдан сўнг бойқушча уясидан чиқиб, ким ухлаётганини текшириб чиқади. Агар кимда-ким қимирлаб қолса, бойқушча уни қўлидан ушлаб, ўз уясига олиб кетади. 15 сониядан сўнг ўқитувчи «кун», дейди. Шунда бойқушча учиб кетади, ҳамма ўйинчилар бемалол югуриб юраверадилар. Бойқушча кимни ўз уясига олиб келган бўлса, ўша ўйинчига жарима балл берилади.

## МУШУК УЙҚУДА

Болалар доира ичида мушукнинг атрофида ўйинга тушиб, қуйидаги ашулани айтиб юрадилар: «Мушук ухламоқда, мушук ухламоқда ўзининг инида». Ўқитувчининг кўрсатмасидан сўнг мушук ўйинчилар (сичқонлар)ни ушлаб олишга (қўлларини теккизишга) ҳаракат қилади. Сичқонлар ҳар томонга югуриб кетадилар. Кимга қўлини теккизса, у «мушук» бўлади ва қолган сичқонларни тутишга ёрдам беради. Сичқонлар доирадан югуриб чиқиб кетганларидан кейин, «мушуклар» орқага – ўз инларига, яъни доира ўртасига қайтадилар. Ўйин иштирокчиларнинг ҳаммасини ёки бир қисмини ушлагунча давом этади. Сўнгра янги ўйинбоши сайланади.

## БЎШ ЖОЙ

Ўйинда бошқарувчидан ташқари ҳамма иштирокчилар бир-биридан бир қадам ораликда айлана ҳосил қилиб турадилар. Бошқарувчи айлананинг атрофида юра туриб, ўйинчилардан бирини аста туртади ва у ёки бу томонга қараб югуради. Қўли теккан ўйинчи эса қарама-қарши томонга югуриб тезроқ ўз ўрнини, яъни бўш жойни эгаллаб олишга ҳаракат қилади. Айлана атрофидан югуриб келиб, бўш жойни биринчи бўлиб эгаллаб олган ўйинчи ўша ерда туриб қолади. Етиб кела олмаган ўйинчи бошқарувчи бўлади. Ўйин яна давом эттирилади.

## КАПАЛАКЧА

Ўйинга тайёргарлик асносида иштирокчиларнинг ҳаммаси қўлларида елимдан, картондан ёки қоғоздан ясалган «капалаклар» бўлиши керак. Она-

бошининг қўлида эса капалакларни тутадиган тўрча бўлади.

Ўйинбошининг кўрсатмасидан кейин капалаклар майдон бўйлаб «уча» бошлайдилар. Онабоши эса уларни орқасидан қувлаб «капалак»ларни ушлаш учун қўлидаги тўрчани «капалаклар»нинг бошига кийгизади. Тутилган «капалак» онабоши билан жой алмашади. Ўйин шу тариқа давом этади.

## ҚУМЛИ ХАЛТАЧАНИ ОТИШ

Майдончада иккита чизиқ бир-биридан 20–30 м масофадаги ораликда чизилади. Иштирокчиларнинг ҳаммаси биринчи чизиқ олдида саф тортиб турадилар.

Иштирокчилар ўқитувчининг кўрсатмасидан кейин қўлларида ушлаб турган қумли халтачани орқага бошдан ошириб, иложи борича узоқроққа отадилар. Сўнгра халтачаларнинг ёнига келиб, ердан оладилар. Ҳаммага «Марш» кўрсатмаси берилиши билан иккинчи чизиқ томонга югуриб кетадилар. Чизиқдан ким биринчи бўлиб ўтса, ўша ўйинчи ютган ҳисобланади.

## ТЎП ЧИЗИҚ ОРҚАСИДА

Майдончага тўғри чизиқ чизилади, иштирокчилар эса чизиқнинг орқасида турадилар. Болаларнинг орасидан битта «онабоши» сайланади. Онабошининг қўлида тўп бўлади.

Ўқитувчининг кўрсатмасидан сўнг онабоши тўпни олдинга қаратиб отади. Барча иштирокчилар чизиқдан чиқиб тўпнинг орқасидан югурадилар, тўпни ушлаб олиб яна чизиқ томон югурадилар. Тўп билан югуриб кетаётганида ўйинчилардан

бирортаси унга қўлини теккизса, унда дарҳол тўпни орқага ташлаш керак. Тўпни бирор ўйинчи олиб, чизиқнинг орқа томонига ўтказиши керак.

## ШИМОЛ ВА ЖАНУБ ШАМОЛЛАРИ

Иштирокчилар ичидан учта ўйинчи сайланади. Биринчи ўқувчи ўйинбоши, иккинчи ўқувчи «шимол шамоли», учинчи ўқувчи эса «жануб шамоли» вазифасини бажарадилар. Ўйинчилар эса майдонча бўйлаб жойлашиб турадилар.

Ўқитувчининг кўрсатмасидан кейин «шимол шамоли» иложи борича кўпроқ ўқувчиларнинг қўлларига тегиб музлатишга ҳаракат қилади. «Жануб шамоли» эса «музлатилган» ўқувчиларнинг қўлларига қўлларини теккизиб «озод қилишга» ҳаракат қилади. Ўйин бир неча марта ўйналгандан сўнг янги ўйинбоши сайланади.

## ЮЛДУЗ

Ўйинда 6 та бола иштирок этади. Бу ўйин беш қиррали юлдуз шаклида ўйналади: ҳар бир бурчакда биттадан бола туради, олтинчиси эса марказда. Марказдаги бола атрофидаги бирорта боланинг исмини айтиб, ўша исми айтилган боланинг ўрнига бориб туради. Номи айтилган бола эса марказга қараб юриши керак. Ким олдин борса, ўша ютган бўлади ва ўйинга бошчилик қилади. Етиб келолмаган ўйиндан чиқади ва унинг ўрнига бошқа бола туради.

## ҲАММА ЎЗ БАЙРОҒИГА

Бу ўйинда 20 та ўйинчи қатнашади. Улар бештадан (5) бўлиб тўрт гуруҳга бўлинадилар. Ўйинни бошқараётган киши ҳар бир гуруҳнинг бошлиқларини ўз ёнига чақириб, уларнинг қаерда туриши кераклигини айтади. Гуруҳ сардорлари айтилган жойда ўнг қўлларини кўтариб «байроқ бўлиб» туришлари керак. Ўйинбоши: «Ҳамма ўз байроғига!» дейиши билан болалар югуриб бориб ўз сардорларининг орқасида тизилиб турадилар. Қайси гуруҳ олдин тизилса, ўша гуруҳ «биринчи» (яъни, ғолиб) номини олади.

## МЕНИНГ ЖОЙИМ ҚАНИ

Бу ўйинни бир нечта болалар ўйнайдилар. Улар ўзлари учун айлана «уйчалар» чизиб оладилар. Ўйин бошлиғи: «Қадам бос», дейиши билан болалар 100 метр масофага югуриб кетадилар. Бошлиқ эса бир «уй» га жойлашиб олади ва қўлини тепага кўтаради. Шу пайт ҳамма югуриб келади. Кимга жой етмаса, ўша ютқазган ҳисобланади ва ўзи билган шеърлардан бирини айтади ёки ўйнаб беради.

## ТЎРТТА БУРЧАК

Хонанинг тўртта бурчагида тўрт бола туради. Бешинчиси «мушук» дейилади ва у ўртада туради. Бурчакдагилар жойларини алмаштирадилар. Шу пайт «мушук» бирорта бурчакни эгаллаб олишга ҳаракат қилади. Бурчакни қўлдан берган бола «мушук» бўлиб ўртага тушади.

## ҚУЁН ИНГА КИРОЛМАДИ

Бу ўйинда 31 нафар бола қатнашади. Улардан 20 таси иккитадан бўлиб қўл ушлашиб, давра шаклида ин бўйлаб туради. Қолган 11 бола давранинг ичига киради, судья ҳуштак чалади. Болалар ҳуштак чалиниши билан инларига киради, инга кира олмаган қуён ашула айтади ёки рақсга тушиб беради.

## ҲУШЁРЛИК ЎЙИНИ

Ўйинда хоҳлаганча бола иштирок этиши мумкин.

**Ўйин қоидаси.** Ҳамма болалар қўл ушлашиб давра ҳосил қилиб, бирор қўшиқни айтиб турадилар. Бир бола даврага чиқади ва: «Бир, икки, уч!», деб санайди. «Уч», деганда ҳамма болалар ўтиради, қўшиқ тўхтайди. Бирор бола ўтиришга улгуролмай қолса, даврадаги бола уни ушлаб олади ва ўртага чиқаради (54-расм). Янги чиққан бола ўзи севган ашула, шеър ёки қизиқарли ҳикоялардан айтиб беради.

54-расм

Ўйин охиригача шундай такрорланаверади.

## ТЎХТА, ИЛДИМ

Бу ўйинда 6 та иштирокчи қатнашади. Улардан бири коптокни осмонга отиб, ёнида турган дўстларидан бирининг (масалан, «Эргаш» деб) номини

айтади. Тўп ерга тушгунча исми айтилган боладан ташқари ҳамма ҳар қандай томонга югуриб кетади. Исми айтилган бола тўпни илибоқ: «Тўхта, илдим», деб қичқиради. Ҳамма тақа-тақ тўхтайди, қўлида коптоги бор бола хоҳласа бирортасини копток билан уради. Ёки коптокни астагина ташлайди. Исми айтилган бола копток билан урганда, нишонга олинган бола уни илиб олиб, қайтариб кимнидир урса, копток теккан боланинг номига бир ютқизиқ тўп ёзилади. Копток илолмай қолган болага ҳам ютқизиқ очкоси ёзилади.

## ХУРМА ТАЁҚ

Бу ўйинда иккита гуруҳ тайинланади. Ўйинни бошлашдан олдин 1,5 метрли иккита таёқ тайёрланади, кейин ўйин учун текис майдон аниқланади ва 15 метрли масофага чизиқ чизиб, белгилаб олинади.

Биринчи гуруҳ сардори ўйновчига таёқни ушлатиб, отишни кўрсатади. Иккинчи гуруҳ сардори эса ўйин майдонининг охирида туриб, таёқни тикка қилиб чизиқ устига санчиб қўяди. Биринчи гуруҳ мергани эса таёқни отади. Отилган таёқ майдон охирида ерга санчилган таёққа тегиб уни йиқитса, биринчи гуруҳ ғолиб ҳисобланади. Агар таёқни йиқитолмаса енгилган ҳисобланади.

Гуруҳ сардорлари ва иштирокчилар алмашиб, шу тартибда ўйнайверадилар. Ғалаба қилган болалар бараварига «хурма таёқ» дейдилар. Енгилган гуруҳ аъзолари ғалаба қилган гуруҳ болаларини ўйин майдонининг бошланиш жойидан майдон охиригача елкаларида кўтариб бориб, яна жойларига қайтариб келиб қўйишлари керак.

## ЛАППАР

Лаппар ўйинини икки бола ўйнайди. Болалар қўлларига биттадан ясси тош оладилар. 10–15 метр нарига битта юмалоқ тош қўйилади. Иккала бола ҳам олдинма-кейин қўлидаги тошни яқинига туширишга мўлжаллаб отади. Кимнинг тоши юмалоқ тошга яқин тушса, шу бола ўз тошини қўлига олиб, ўша жойдан рақиб томоннинг тошини уради. Тош урилганда оралиқ масофани товон билан санаб бориш керак. Шу бола қўшни тошни уриб, белгилаб қўйилган маррагача (50, 100, 200 товон изи бўлиши мумкин) санаб бораверади. Ўйнаётган боланинг тоши қўшни тошга тегмаса, ўйинни аввалгидек иккинчи ўйинчи бошлайди. Қайси бола тез маррага етиб келса, шу ютган ҳисобланади.

## ЧУҚУРЧАНИ ТОЗАЛАШ

Ўйновчилар икки-уч гуруҳга бўлиниб, ҳар бир гуруҳ алоҳида-алоҳида саф тортиб туради. Ҳар бир гуруҳ ўз қаршисидан 10–15 метр наридан чуқурча кавлаб, майда шағал билан тўлдиради. Соққа учун 200–300 граммли тошлар тайёрланади.

Ҳар қайси гуруҳ ўйинчилари навбат билан чуқурчага соққа ташлаб, ундаги майда тошларни чиқариб тамомлаши керак. Чуқурчани олдин тозалаган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ПАРОЛ

Парол ўйинида 7-синфгача ўқийдиган 10–12 та бола қатнашади. Улар икки гуруҳга бўлинадилар. Ўйинни ёзда майсазорда ёки қишда қор билан қопланган майдонда ўйнаш мумкин.

**Ўйин қоидаси:**

1. Ҳар бир гуруҳга бошлиқ тайинланиши керак.

2. Гуруҳлар ўзига бирор нарсанинг номини қўйиб олиши лозим. Бу парол бўлади. Масалан: «Юлдуз» ёки «Атиргул».

Шундан сўнг бир гуруҳ майдоннинг бир томонида туради. Улар бир-бирларига яқин келиб, кураш тушишади. Ҳар ким ўз тенги билан курашади. Бирор бола «енгилдим», деса у ҳолда ўша боланинг гуруҳи мағлуб бўлади. Ўйин парол айтилмагунича давом этади.

## ЛАЙЛИ – МАЙЛИ

Болалар давра қуриб турадилар. Навбатма-навбат иккитадан ўртага бола чиқади. Уларнинг кўзини рўмол билан боғлашади. Биттаси: «Лайли», деб шеригини қидиради. Иккинчиси эса: «Лайли бўлса майли», деб ундан қочиб юради. Биринчи бола иккинчисининг овозидан фойдаланиб ушлаб олса, ютган бўлади.

## ОҚ СУЯК

Бу ўйин қоронғида ёки ой ёруғида ўйналади. Болалар икки гуруҳга бўлиниб, бир томон «йилқичи», бошқа томон эса «туячи» деб номланади. Иккала томонга бир бола бошчи бўлиб, ҳакам вазифасини ўтайди. Ўйин қуйидагича бошланади: ўйин сардори қора молнинг илк-катта бақалоқ суягини олиб бир томонга отади. Йилқичи ва туячи суяк отилган томонга қараб чопиб суякни излаб кетади. Қайси гуруҳ суякни топиб олса, «йилқичи» ёки «туячи» деб ўйинбошига қараб чопади (55-расм).

Чопиб бораётган гуруҳнинг кетидан иккинчи гуруҳнинг болалари чопишади, етиб олсалар суякни топиб олган гуруҳ ўйинчилардан суякни олишга ҳаракат қиладилар. Суяк ўйинбошига етгунча ўйин шу тахлитда давом этади. Суякни ўйинбошига етказган гуруҳ ўйинда ғалаба қилган ҳисобланади. Мағлуб гуруҳ шартига мувофиқ, ғолиб чиққан гуруҳнинг талабларини бажаришга мажбур. Ўйинда ҳар бир гуруҳда 5 тадан 10 тагача бола қатнаша олади. Ўйин тамом бўлишида болалар бараварига:

51-расм

*Уй-уйингга,*
*Капа кўйингга.*
*Бир хўрозим бор,*
*Қайси бирига? –*

дейди ва шу билан ўйин тугайди.

## ЗИНА, МИНА, СТОП

Болалар қўл ушлашиб айлана бошлайдилар. Шу пайт биттаси: «Зина, мина, стоп», дейди. Ҳамма турган жойида қотиб қолиши керак.

Ким қимирлаб кетса, ўша бола ютқазган бўлади. У шартга мувофиқ бирор юмуш бажаради. Ўйин шу тариқа давом этаверади.

## ЗИМ-ЗИЁ

Бу ўйинда 20 та бола қатнашиши мумкин. Ўйин асосан кеч киргач ўйналади. Болалар икки гуруҳга бўлинадилар. Биринчи гуруҳ ўйин бошланган жойда қолади. Иккинчи гуруҳ узоқ жойларга қочиб кетади. Биринчи гуруҳ болалари уларни излаб кетадилар. Агар уларни иккинчи гуруҳдаги болаларнинг ҳаммасини топсалар, яна ўз жойларига қайтиб келадилар ва энди ўйин алмашиб яширинадилар.

Яширинган гуруҳ ҳеч топа олмасалар, ўша гуруҳ болалари ҳар кўчадан ўтганда «енгилдик» деб қичқириб ўтадилар. Ўйин ёз фаслида ўйналади.

## «КЎЗА» ЎЙИНИ

Ўйинда болалар сони чегараланмайди. Болалар давра қуриб олиб, копток ўйнайдилар. Агар тўп ерга тушиб кетса, болалар қотиб қоладилар, ким қувласа ё тебранса у «к» бўлди. Яна тебранса «ў», қўшилиб «з» бўлади. Охири кулиб ё тебраниб «кўза» бўлган бола ўйиндан чиқади.

## ҚУВНОҚ ЖАВОБ

Ўйинда қанча бола бўлса ҳам ўйнайверади. Бир бола бошловчи бўлади. Иштирокчилар бир томонга қатор тизилиб ўтирадилар. Болалар бир-бирларига турли-туман қизиқ номлар қўядилар (масалан: қурбақа, маймун, олма ва ҳоказо). Ўйин бошловчи келиб, болаларга савол беради. Масалан: «Сен нима единг?» деб бир боладан сўрайди, бола ўзига қўйилган номни айтади. У «қурбақа», дейиши керак. Болалар кулиб юришади. «Сенинг ўртоғинг ким?» деб

сўраса, иккинчи бола: «маймун», дейди. Учинчига: «Нима единг?» деса, бола: «Олма едим!» дейди. Демак, гап мазмунан тўғри келди. Бошловчи ҳамма боладан сўраб бўлгач, кимнинг гапи мазмунига тўғри келса, ўша бола ўйинбоши бўлади. Ўйин шу тариқа давом этади.

## ҒОЛИБ

Бу ўйинни 15 ва 20 тага яқин ўғил болалар ўйнашлари мумкин. Бир бола футбол тўпини ерга қўйиб тўп атрофидан айланиб, уни қўриқлаб юради. Қолган болалар эса тўп қўриқловчини ғафлатда қолдириб, чаққонлик билан тўпни тепиб ташқарига олиб чиқадилар (бунда қўл тегиши мумкин эмас).

Тўп тепиб, марра-пилладан чиқарилса, ҳамма болалар тўпни тепа бошлайдилар. Тўп қўриқчи болаларни қувиб тўпни ололса, шу тўп билан болалардан бирини уриши керак. Агар уролса, тўп теккан бола ўйиндан чиқиб туради. Ўйин яна давом этаверади. Ўйин давомида чаққонлик, эпчиллик қилиб, тўпни кўп тепган бола ғолиб ҳисобланади.

## БЎЛ ТАЙЁР

«Бўл тайёр» ўйинида болалар икки гуруҳга бўлиниб, чизиқ орқасида стартга тайёрланиб турадилар, уларнинг ораларидаги масофа эса 10 метр. Гуруҳдаги болалар сони 9 тадан бўлади. Девор тагига иккита стул қўйилади ва стулларда ҳарфлар туради. Деворга эса тўққизтадан мих қоқилган бўлади. Ҳарфлар картон қоғозда думалоқ қилиб ёзилган бўлиши керак. Ишора берилиши билан биринчи бола биронта ҳарфни олиб, девордаги

михчага илиб келади. Биринчи бола келиб жойига туриши билан, иккинчи бола югуриб бориб, иккинчи ҳарфни илиб келади. Шу хилда иккала гуруҳ ҳарфларни илиб бўлади. Шу вақтда «Бўл тайёр» деган ёзув чиқиши керак. Сўз қайси гуруҳ томонидан тез ва тўғри ёзилган бўлса, шу гуруҳ ғолиб саналади. Ўйин шу тариқа давом этади.

## КОПТОККА ҚЎЛ БИЛАН

Дарахтнинг шохига ёки 1,5 м турник баландлигида футбол тўпи ёки қопча осиб қўйилади. Кўзи боғланган ўйинчи 5–7 м узоқликдан копток ёнига келиб, унга мушт билан зарба беради. Агар уддалай олса, у ғолиб ҳисобланади.

Ўйинни қийинлаштириш учун ўйинчини кўзи боғлиқ ҳолда айланиб, сўнг олдинга юриши мумкин.

## КОПТОККА ОЁҚ БИЛАН

Ерга футбол тўпи қўйилади. Хоҳлаган иштирокчи тўпдан 5–7 м узоқликда туради. Унинг кўзини боғлаб, айланиб, сўнг ундан коптокнинг ёнига бориб оёғи билан тепишга уриниб кўриш маслаҳат берилади.

Оёғи билан тўпни тепа олган иштирокчи ғолиб ҳисобланади.

## ТЎПНИ УЛОҚТИРИШ

Тахталардан 0,5х0,5 м ҳажмда шит ўрнатилади. Шитнинг ўртаси 10–12 см диаметрда тешилади. Шит шундай ўрнатилиши керакки, унинг тешиги 1,5 м баландликда бўлиши керак. Шитнинг орқасида бўшлиқ бўлиши керак. Ўйинчи 5–7 м узоқликда туриб олади. Унга 3 та резинали ёки латта тўп берилади. Ўйиндан мақсад шитдаги тешикка тўпни тушириш.

## БУЮМНИ САҚЛА

Болалар доира ҳосил қилиб турадилар. Улар оёқларини ён томонларга кериб, қўлларини орқаларига қўйиб турадилар. Ҳар бир боланинг оёғи олдида кубик ёки бошқа нарса бўлади. Онабоши (бола) доиранинг ўртасида туради. У кубикни олишга ҳаракат қилади. Онабоши қайси ўйинчи томонга борса, шу ўйинчи тезда ўтириб олади, кубикларни қўллари билан беркитади ва унга тегишга имкон бермайди. Онабоши у ердан кетиши билан ўйинчи ўрнидан туради. Кимда-ким ўзининг кубигини ҳимоя қилишга улгура олмаса (онабоши қўлини кубикка теккизса), у доирадан чиқади ва ўйинда вақтинча қатнашмайди.

Онабоши 2-3 та кубикни олганидан кейин янги онабоши тайинланади. Ўйин ҳамма болалар билан яна давом эттирилади.

## ШАРЛАРНИ УЗАТИШ

Болалар стулчада доира бўйлаб (ёки ўт устида) ўтирадилар. Тарбиячи икки ўйинчига биттадан шар беради ва уни ёнида ўтирган болаларга узатишни таклиф қилади (биттадан ўнг, иккинчиси чап томондан узатади). Шарлар қўлма-қўл узатилиб, бир жойда учрашгандан кейин болалар уни бир-бирига уриб, «Урилдилар», дейишади ва ўринларидан туриб, доира бўйлаб орқага югуришади. Қолган ўйинчилар: «Югурдик, югурдик», деб айтиб турадилар. Болалар ўз жойларига қайтиб келиб: «Учрашдик», дейдилар ва тезда шарни тарбиячига берадилар. Тарбиячи эса шарни бошқа болаларга беради. Ўйин қайта такрорланади.

## ДАРВОЗАГА ТУШИР

Болалар ўриндиқда ўтиради. Улар тарбиячи белгилаган жойга навбатма-навбат бориб турадилар. Ундан 2-3 қадам масофада ёй шаклида дарвоза чизилган бўлади. Бола олдинга энгашиб, ерда ётган коптокдан биттасини олади ва уни дарвозага тушириш учун думалатади. 3-4 коптокни думалатгандан кейин болалар уларни териб оладилар.

## ТЕПАЛИКДАН ДУМАЛАТ

Кубик ёки болалар стулчаси ўриндиғига тахтанинг бир учи қўйилади – бу тепалик вазифасини бажаришади. Тахтанинг кўтариб қўйилган учига (полга ёки стул ўриндиғига) 3-4 та шар ёки кичикроқ копток қўйилган бўлади. Болалар уни олиб, тепаликдан навбатма-навбат бирин-кетин думалатадилар, сўнгра улар бориб шарларни териб оладилар. Ўйин яна давом эттирилади.

## КАФТГАЧА ИРҒИШЛАБ САКРАШ

Тарбиячи болаларнинг гоҳ бирини, гоҳ иккинчисини ёнига чақириб олади ва баландроқ сакраб, бошини унинг кафтига теккизишни таклиф қилади.

## ЭҲТИЁТ БЎЛ

Болалар стулда ўтирадилар. Уларнинг олдида гимнастика ўриндиғи қўйилган бўлади. Тарбиячи болалардан бирортасига ўриндиқнинг охирига келиб туришни таклиф қилади. Бола ўриндиқ устига чиқиб, икки қиррасидан ушлаб, эмаклаб унинг охирига боради. Сўнгра ўрнидан туриб, пастга тушади.

## ЙЎЛАКЧА БЎЙЛАБ

Полга икки қатор кегли қўйилади (қатор ораси йўлакча бўлади). Қаторлар ораси 35–40 см, кеглилар ораси эса 15–20 см бўлади. Тарбиячи ишорасидан кейин болалар йўлакча бўйлаб, кеглига тегмасдан юриб ўтиши ёки югуриб ўтиши керак.

## ТЎПГА ҚЎЛИНГНИ ТЕККИЗ

Тарбиячи тўпни тўрга солиб ушлаб туради. У болаларга сапчиб сакраб, иккала қўлни тўпга теккизишни таклиф қилади. Битта бола тўпга 3-4 марта сакрайди, сўнгра тарбиячи бошқа болаларни сакрашга чақиради.

Ўйинда ўн киши қатнашади. Уларнинг ҳар бири ўнг қўлини олдинда турган боланинг елкасига қўйиб кетма-кет турадилар. Қатор бошида турган ўйинчи – илоннинг боши, охирида тургани – думи бўлади. Илоннинг боши эса думини, яъни охирги ўйинчини ушлаб олишга ҳаракат қилади. Қаторнинг дум қисмидаги ўйинчилар ҳар хил усуллар билан илоннинг бошига тутқич бермасликка ҳаракат қиладилар. Агар илоннинг боши қатор охиридаги ўйинчини (думини) ушлаб олса, улар жойларини алмашадилар.

## АРҚОН УСТИДАН

Тарбиячи бирорта каттароқ болалардан арғамчи ёки қисқароқ арқон учларидан ушлаб туришни, унинг ўртасини ерга теккизиб туришни таклиф қилади. Бир нечта болага арқон устидан сакраб ўтинг, дейди. Улар навбатма-навбат келиб арқон устидан икки оёқда депсиниб, сакраб ўтади-

лар. Кейин эса ҳамма хоҳловчилар ерда ётган арқон устидан ўтишлари мумкин. Кейинчалик арқонни 2-3 см га, сўнгра эса бундан баландроқ кўтариш мумкин.

## БИР ОЁҚДА ЙЎЛАКЧА БЎЙЛАБ САКРАШ

Тарбиячи майдонга узунлиги 2-3 м бўлган бирбиридан 50–60 см масофада иккита чизиқ чизади. Бу йўлакча бўлади. Хонанинг ичида ўйнаш учун полга иккита таёқ ёки арқонни худди шу масофада қўйиш мумкин. Тарбиячи бир неча болага йўлакча бўйлаб бир оёқда сакрашни таклиф қилади. Болалар навбатма-навбат йўлакчанинг охиригача битта оёқда сакраб боришга ҳаракат қиладилар.

## ЧУМЧУҚЛАР ЖАНГИ

Майдонга диаметри 1,5 м бўлган доира чизилади. Баҳс иштирокчилари (иложи борича йигитлар) айланага кириб, бир-бирига қараб турган ҳолда тиз чўкиб ўтиришади. Тиззалари орасига гимнастик таёқчани маҳкам сиқиб олишади. Бу ҳолатда ҳаракатланиш жуда мураккаб, фақатгина бир оз сакраш мумкин. Шу ҳолатда ўйинчилар бир-бирларини итаришга ҳаракат қилишади.

Ким таёқчани тушириб юборса, ўтириб қолса ёки айланадан ташқарига чиқиб кетса, ўша мағлуб бўлади. Итараётганда бир-бирига жароҳат етказиб қўймасликлари керак.

## ҚАНИ, КИМ, ТОП-ЧИ?

Бу ўйинда болалар қанча бўлса ҳам ўйнайверадилар. Ҳар ҳолда болаларнинг ёшлари баравар бўлгани яхши. Ўйинда болалар бир болани санашга чиқарадилар. У ўзидан бошлаб: «Бир, икки, уч, учдан қолган пуч!" деб санайди. Бу саноқни ҳар хил сўзлар билан ҳам санаш мумкин. Санаганда қайси бола «пуч» бўлиб чиқса, сафга ўтади. Охири бир бола чиқмай қолади. Чиқмай қолган бола сафнинг олдига турғизилади ва у бола бир қўлининг кафтини қулоғига қўйиб туради. Иккинчи қўлини эса тирсаги пастидан, кафтини ташқарига қаратиб очиб туради. Болалардан бири кафт билан очиқ кафтга уради ва: «Қани, ким, топчи?» деб ҳамма болалар ўзини кўрсатиб турадилар. Шунда урган болани топса, у бола қутулади, тополмаса

яна ўзи туради. Бу ўйинни ҳамма вақт ҳам ўйнайверса бўлади.

## ОЧКО

Стол устида бир варақ оқ қоғозга аввал доира, ичига тўрт бурчак, унинг ичига яна доира ва ниҳоят ичига учбурчак ва тўрт бурчак шакллар чизилади. Шакллар ичига ичкаридан бошлаб 1, 2, 3, 4 рақамлари қўйиб чиқилади. Ўйинни бир неча бола ўйнайди. Болалар навбат билан айланага тугма ёки данак ташлашади. Агар кимнинг бали 32 га етса, шу бола ўйин ғолиби ҳисобланади.

## БИРГА БИР

Иккита ўйинчи машқ қилади. Бири кенглиги 3 м ли, узунлиги 8–10 м бўлган йўлакча бўйлаб тўпни суриб, рақибини айланиб ўтишга ҳаракат қилади ва тўп билан олдинга ўтади. Иккинчиси эса ҳужумчидан тўпни олишга ҳаракат қилади. Рақиблар вақти-вақти билан ўринларини алмаштириб турадилар. Рақибни алдаб ўтиш мақсадида қилинган ҳар бир муваффақиятли ҳаракат учун ўйинчига 1 балл берилади. Кўп очко тўплаган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади.

## УЧЛИК МУСОБАҚАСИ

Шуғулланувчилар уч кишидан бўлиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ майдонда учбурчак кўринишида жойлашадилар. Рақиблар орасидаги масофа 5-6 м бўлади. Ишора берилиши билан учликда қатнашувчи ўйинчилар тўпни ерга туширмаслик учун бир-бирларига маълум тартибда узата бошлайди-

лар. Қайси гуруҳ тўпни кўпроқ узатса, ўша ютган ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа тури**. Ўйинчиларнинг жисмоний тайёргарлигига қараб тўпнинг ерга тегишига рухсат этилади (икки мартадан ошмаслиги керак).

## ДАРВОЗАБОНЛАР БАҲСЛАШУВИ

Иккита дарвозабон мусобақалашади. Дарвозабонларнинг бири тўп билан 11 м ли белгида туради, ишора берилиши билан у олдинга уч марта ўмбалоқ ошади ва тезда 180 га бурилиб, дарвозабоннинг турган ҳолатини қабул қилади. Унинг шериги бу вақтда дарвозага тўп уради. Дарвозабоннинг вазифаси – тўпни илиб олиш ёки уриб қайтаришдир. Сўнгра ўйинчилар жойларини алмашадилар. Ҳар бири 10 мартадан тўп уради. Тўпни кам ўтказган дарвозабон ўйинда ғолиб чиқади.

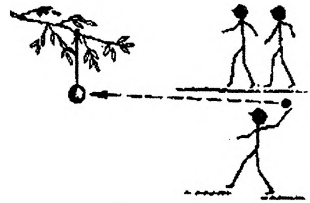
## ҲАММА ЎЙНАЙДИ

Ўйин футбол қоидаси бўйича қўл тўпи майдончасида ўтказилади. Иккита гуруҳ ўйнайди (улар ўз навбатида иккита жамоага бўлинади). Биринчи жамоа болалари майдончада, иккинчилари эса унинг ён томонидаги чизиқда бир текисда жойлашадилар.

Биринчи жамоа ўйинчилари ўйинни бошлаб, иккинчи жамоа ўйинчилари билан биргаликда ҳаракат қиладилар, яъни уларга тўпни узатиб, қайтадан орқага узатилган тўпни қабул қилиб оладилар. Ён томонидаги чизиқ орасида турган ўйинчиларга майдончага кириш учун рухсат берилмайди. Рақиб дарвозасига кўпроқ тўп киритган жамоа ўйинда ғолиб чиқади.

## МЕРГАН

Полдан ёки ердан 1-1,5 м баландликда тўп илиб қўйилади. Ўйин қатнашчилари нишондан 3–5 м ва каттароқ ёшдагилар 5–8 м масофада туриб, теннис тўпини унга теккизишлари керак бўлади. Ўйин қатнашчиларининг сонига қараб уларнинг ҳар бирига 5–10 мартадан тўп улоқтириш ҳуқуқи берилади (56-расм). Тўпни мўлжалга энг кўп марта бехато теккизган ўйинчи якунда ғолиб ҳисобланади.

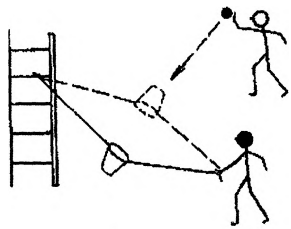


56-расм

## САВАТЧАГА ТАШЛА

Саватча полдан ёки ердан 1-1,5 м баландликда осиб қўйилади (арқоннинг бир учи гимнастика деворига боғланади, бошқа учи эса бошлиқ ёки ўқитувчининг қўлида бўлади). Саватча яна ҳам барқарор бўлиши учун унинг тагига халтачага солинган қум ёки кичик тўлдирма тўп қўйиш мумкин.

Раҳбар саватчани горизонтал текисликда тебратади, ўйин қатнашчилари эса ундан 5–8 м масофадан, галма-галдан кичик тўлдирма тўпларини отиб, саватчага туширишга ҳаракат қиладилар (57-расм). 5–10 имкониятдан энг кўп тўп тушириган ўйинчи ютган бўлади.



57-расм

**Ўйиннинг бошқа тури**. Саватчага баскетбол, волейбол, футбол тўпини икки қўллаб пастдан, ўнг, чап қўл билан елкадан ташлаш мумкин.

## ТЎПГА ТЕГИБ КЕТМА

Тортилган арқонга ҳар хил баландликда ва ҳар хил оралиқда 10–12 та тўп жуфт қилиб осиб, боғлаб қўйилади.

Ўйин қатнашчилари тўпларнинг жойлашганини эсда сақлаб қолган ҳолда, унинг бирортасига тегмасдан орқа билан юриб ўтиши керак. Ўйинчилар фақат тўғри йўналиш бўйлаб, тўпларнинг тагида чўққайиб ўтириб, ҳаракат қилишлари мумкин.

Бу вазифани хатосиз бажарган ўйинчи ютган ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа турлари**.

1. Кўзни боғлаган ҳолда олдинга қараб ҳаракат қилиш.

2. Боғлаб қўйилган тўплар орасидан илон изи бўлиб ўтиш.

## АҒАНАТИБ ЮБОРМА

Ўйинчи гимнастика таёқчасини полга тикка қўйиб, учидан ушлаб туради ва уни йиқитиб юбормасдан устидан оёқни тўғри чўзиб ошириб ўтказади. Оёқни ўтказаётган вақтда қўлини қўйиб юборади.

Бу машқни кетма-кет кўп марта бажарган ўйинчи ютган ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа турлари.**

1. Машқ чап ва ўнг оёқда бажарилиши мумкин.

2. Оёқни ёнма-ён қўйилган 2-3 таёқча устидан ўтказиш мумкин.

## МИТТИЛАР ВА НОРҒУЛЛАР

Болалар доира ҳосил қилиб турадилар (ўйинчилар сони чекланмайди). Ўқитувчи ўйинчилар билан қуйидагича келишиб олади: агар у норғуллар деса, ҳамма ўйинчилар оёқ учида туриб, бўйларини чўзишлари ва қўлларини юқорига кўтаришлари керак, агар у миттилар деса, ҳаммалари чўққайиб, тиззаларини қучоқлаб ўтиришлари лозим. Ўқитувчи бу ўйинни аввал болалар билан бир неча марта такрорлаб машқ қилади. Норғуллар деганда қандай ҳаракатларни бажариш, миттилар деганда қандай ҳаракатларни қилиш кераклигини ўйинчилар эсда тутиб қолишлари лозим. Янглишган ўйинчи ютқизган ҳисобланади. Ютқизган ўйинчи бирор топшириқни бажариши керак бўлади (масалан: топишмоқ топиш, ашула айтиб бериш, ўйинга тушиш ва ҳ.к.). Ўйинда ўқитувчининг ўзи онабоши бўлиши керак.

## СЕМИР, ПУФАГИМ

Ҳамма ўйинчилар ёнма-ён қўл ушлашиб, доира ҳосил қилиб турадилар. Болалар: «Семир пуфагим, каттароқ семир, ёрилмасдан шундай тур», деб доирани кенгайтира бошлайдилар. Доира етарлича кенгайганидан кейин ўқитувчи: «Пуфак ёрилди», дейди. Болалар қарсак уриб, ўтириб оладилар.

Ўқитувчи ўйинчилардан бирини – ямоқчини пуфакни ямаш учун юборади. У доира бўйлаб югуриб, ҳар бир ўйинчига қўл теккизади. Ямоқчининг қўли теккан бола ўрнидан туради. Ямоқчи ҳамма ўйинчиларга қўл теккизиб бўлгандан кейин болалар яна қўл ушлашиб турадилар.

Ўқитувчи: «Пуфак ҳаво чиқаряпти», дейди. Болалар «п-с-с-с» деган товуш чиқариб, олд томонга

қараб юрадилар ва шу билан доирани (пуфакни) торайтирадилар.

Бунда аввал сўзларни ўрганиш, сўнг баробар айтиш ва баробар қарсак чалиш зарурлиги тушунтирилади.

## ЭПЧИЛ БОЛАЛАР

3-4 кишидан иборат бўлган бир нечта гуруҳ галма-галдан мусобақалашади. Ўйинни бошлайдиган гуруҳ бир кишидан бўлиб қаторда туради. Олдинда, 5 м нарида узунасига тўшак солиб қўйилади. Тўшакдан 3 м масофада раҳбар туради.

Раҳбар болаларга галма-галдан тўп отади, бу пайтда бола тўшакда кетма-кет ўмбалоқ ошиб, ўрнидан туриб, юқорига сакраб тўпни илиб олиши керак. Агар ўйинчи тўпни яхши илиб олса, унинг гуруҳига бир очко берилади. Гуруҳдаги ҳар бир ўйинчи кўрсатилган машқни уч марта бажаргандан кейин ўйин тугайди. Рақиб гуруҳлар ҳам шундай вазифани бажарадилар. Кўп очко тўплаган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади.

## ТЎП ДОИРАДА

Ўйиндан мақсад болаларга тўпни бир-бирларига юмалатишни ўргатишдир.

Болалар полда доира бўлиб ўтирадилар ва коптокни бир-бирларига юмалатадилар.

Тарбиячи доирадан ташқарида туриб, ўйинни кузатади, тўпни икки қўллаб итариш кераклигини тушунтиради, буни қандай бажариш зарурлигини кўрсатиб беради; агар тўп доирадан чиқиб кетса, уни олиб бериб туради ва ҳоказо.

## ТЎПНИ ИЛИБ ОЛ

Бу ўйинда болаларга тўпни икки қўллаб пастдан ирғитиш ва уни ерга туширмасдан илиб олиш ўргатилади. Масофани кўз билан чамалаш машқ қилдирилади.

Болалар давра қуриб турадилар. Тарбиячи ўртада туриб олади. У кичикроқ тўпни қўлида пастлатиб ушлаб туради. Тарбиячи: «Юсуф, тўпни илиб ол», дейди ва болага тўпни отади. Бола тўпни илиб олиб, уни тарбиячига ирғитади.

Тарбиячи болалар тўпни икки қўллаб паст томондан шаҳд билан ирғитишларини, илаётганда қўлларини сал олдинга узатиб, тўпни кўкракларига босмай, бармоқлари билан илишларини кузатиб туради.

## ТЎПНИ ЮМАЛАТ

Бу ўйинда болаларга тўпни юмалатиш ва илиб олиш ўргатилади, уларда ҳаракатчанлик хусусиятлари тарбияланади.

Болалар полда доира бўлиб ўтирадилар (оёқларни ёйиб, олдинга узатадилар ёки чордана қуриб ўтириб оладилар). У тўпни навбат билан ҳар бир болага қараб юмалатади. Болалар тўпни илиб олиб, уни яна тарбиячига юмалатадилар.

Болалар мана шу ҳаракатларни ўзлаштириб олганларидан сўнг доира марказида тарбиячининг ўрнига болалардан биронтаси ўтириши мумкин.

## МЕРГАНЧАСИГА ЮРИШ

Майдонча марказига нишон – 5 та доира чизилади. Ҳар бир доиранинг ораси 25 см бўлади. Доира марказидан ташқарига 5, 4, 3, 2, 1 рақамлари

белги қилиб ёзиб қўйилади. Булар очколар сонини кўрсатади. Нишон марказидан 10 м масофада старт чизиғи бўлади. Болалар кўзларини юмиб, галма-галдан нишон ўртасига киришга ҳаракат қиладилар. Ўйинчи тўхтагач, кўзини очиши мумкин. Тўхташ жойи – аниқ нишонга тушишдир. Ўйин 3 марта ўйналади. Ким кўп балл тўпласа, ўша ютган ҳисобланади.

Ўйинни мураккаблаштириш учун болалар сонига қараб нишон тайёрланади, болалар гуруҳларга бўлинади. Бир вақтнинг ўзида бир неча гуруҳлар билан ўйнаш мумкин. Нишонга кўзни юмиб борилади, фақат тўхтагандагина кўзни очиш мумкин.

## ИГНА ВА ИП

Болалар икки кишидан бўлиб, биттадан қўлларини ушлаб, занжир ҳосил қиладилар. Онабоши бу болаларни майдон атрофидан айлантириб чиқиб, қўлларини юқорига кўтариб, қатор дарвоза ҳосил қилишларини таклиф қилади. Болалар қарама-қарши томонга навбатма-навбат дарвоза ичидан ўтадилар. Дарвозадан ўтган болалар яна қўлларини кўтариб ушлаб дарвоза ҳосил қилишади. Ўйин шу тахлитда давом эттирилади.

Болалар кўрсатилган қоида бўйича сафланадилар, юришда бир-бирлари орасидаги масофаларни сақлаб қоладилар.

## БАЛИҚЧАЛАР

Бир вақтнинг ўзида 2-3 та гуруҳ мусобақалашади, уларда болалар сони тенг бўлади. Ҳар бир болага биттадан узунлиги 25 см, эни 6-7 см келадиган «балиқ» берилади. «Балиқ» думига 1 м чамасида ип

боғланади. Болалар ипнинг бир учини белбоғига боғлаб қўйишади. «Балиқ» бемалол полга тегиб, эркин сузиб юрадиган бўлсин. Ҳар бир гуруҳ ўйинчилари аниқ белгиланган рангда бўлади. Тарбиячининг ишорасидан кейин гуруҳлар рақибининг балиғини оёғи билан босиб олишга ҳаракат қиладилар (балиқни қўл билан ушлаш мумкин эмас), бироқ рақибга тутқич бермаслик керак. Балиқчаси узиб олинган бола ўйиндан чиқади.

Маълум вақт ўтгандан кейин тарбиячи ҳар бир гуруҳдан чиқиб кетган ўйинчилар сонини ҳисоблайди. Қайси гуруҳда кўпроқ тутилмаган балиқчалар қолса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади. Балиқчасини йўқотган бола ўйиндан чиқади.

## МАШИНАЛАР

Ҳар бир бола биттадан чамбарак олади ва улар майдонча бўйлаб югуриб, чамбаракни гоҳ ўнг, гоҳ чап томонга буриб, бир-бирларига халақит бермасдан машина ҳайдайдилар.

## ҚЎНҒИЗЛАР

Тарбиячининг «қўнғизлар учди» деган ишораси бўйича болалар хона бўйлаб ҳар хил йўналишда югурадилар. Тарбиячининг: «Қўнғизлар йиқилиб тушди», деган ишораси бўйича болалар полга чалқанча ётиб ва қўл-оёқларини бетартиб ҳаракатлантирадилар.

## ТЕЗ ОЛИБ, ТЕЗ ҚЎЙ

Хонанинг бир томонидаги саватчада байроқчалар бўлади, хонанинг қарама-қарши томонига эса бўш саватча қўйилади. Болалар бир-бирларини ушламасдан югуриб бориб саватчадан байроқчани тез оладилар ва орқага тез қайтиб, байроқчани бўш саватчага элтиб қўядилар.

## НАРСАНИ ЎЗГАРТИРИБ ҚЎЙ

Майдончанинг бир томонида 5-6 та бола қўлида шиқилдоқ ушлаб туради. Майдончанинг бошқа томонидаги қатор стуллар устига биттадан кубик қўйиб қўйилади. Тарбиячи: «Югуринг!» дейиши билан болалар югуриб бориб қўлларидаги шиқилдоқларни стулга қўйиб, кубикни олиб, тезда яна ўз жойларига қайтадилар. Тарбиячи биринчи бўлиб югуриб келган болани рағбатлантиради. Сўнгра кейинги 5-6 та бола югуради ва ўйин шу тариқа давом эттирилади.

## ЛЕНТАНИ ОЛ

Болалар доира бўйлаб саф тортиб турадилар. Ҳар бир боланинг белига рангли лентадан боғлаб, осилтириб қўйилади. Доира ўртасида тарбиячи сайлаган «тутувчи» туради. Тарбиячининг «Югуринг!» деган ишораси бўйича болалар ҳар томонга югуриб кетадилар. «Тутувчи» эса уларнинг орқасидан югуриб, бирортасининг лентасини тортиб олишга ҳаракат қилади. Лентасини олдириб қўйган болалар вақтинча четга чиқиб турадилар. Тарбиячининг «Бир, икки, уч – доирага тез туринг!» ишорасидан кейин ҳамма болалар доирага сафланадилар. «Тутувчи»

олган ленталари сонини ҳисоблаб чиққандан сўнг, уларни болаларга қайтаради. Энди янги «тутувчи» сайланади ва ўйин яна давом эттирилади.

## КЎЗИ БОЙЛОҚ БОЛА ВА ШИҚИЛДОҚ

Болалар доира бўлиб қўлларини ушлаб турадилар. Доиранинг марказида иккита ўйинчи туради. Биттасининг кўзи боғланади (бу онабоши ёки ўйинбоши бўлади), иккинчисига эса шиқилдоқ берилади. Тарбиячининг ишораси бўйича иккинчи бола доира бўйлаб шиқилдоқни шиқиллатиб югура бошлайди, кўзи боғланган бола эса уни қувлаб тутади. Онабоши шиқилдоқ билан югураётган болани тутгандан кейин янги онабоши сайланади. Ўйин давом эттирилади. Агар онабоши узоқ вақтгача шиқилдоқли болани тута олмаса, унда иккала ўйинчи ҳам алмаштирилади.

**Ўйиннинг бошқа турлари.**

1. Тутувчи ва югуриб кетувчининг кўзи боғланади.

2. Онабоши майдончанинг ўртасида кўзи боғланган ҳолда туради, унинг орқасида ерга шиқилдоқ қўйиб қўйилади. Болалар доира бўйлаб юрадилар ва қуйидаги шеърни айтадилар:

*Югурамиз, еламиз,*
*Шиқилдоқни олмаймиз.*
*Онабоши, сен югур,*
*Шиқилдоқни қувиб кўр.*

Шундан сўнг тарбиячининг кўрсатмаси билан болалардан бири онабошининг олдига аста-секин бориб, шиқилдоқни олади ва уни шиқиллатиб қочади. Онабоши эса уни тутишга ҳаракат қилади.

## ЎЗ ШЕРИГИНГГА ЕТИБ ОЛ

Болалар жуфт-жуфт бўлиб, бири иккинчисининг орқасидан 3-4 метр масофада туради. Тарбиячининг ишораси билан олдинги қаторда турган болалар тез югуриб, майдончанинг нариги томонига ўтадилар, орқада турган болалар эса майдончанинг нариги томонига тез югурадилар ва ўз шерикларини тутадилар. Ўйин такрорланган пайтда болалар ўз ролларини алмашадилар, ўйин тамом бўлгач, ким ўз шеригини неча марталаб тутиб олишга муваффақ бўлганлиги ҳисоблаб чиқилади.

## ДОИРА ИЧИДАГИ ТУТУВЧИ

Болалар қўлларини ушлашиб, доира бўйлаб турадилар. Тарбиячи тайинлаган тутувчи доира ўртасида туради. Болалар тарбиячининг кўрсатмаси бўйича доира бўйлаб ўнг ёки чап томонга ҳаракат қиладилар ва қуйидаги сўзларни айтадилар:

*Биз қувноқ болалармиз,*
*Югуришни севамиз.*
*Қани, бизни қувиб кўр!*
*Бир, икки, уч – тутиб кўр! –*

дейдилар. Охирги сўзни айтиб бўлишлари билан ҳамма югура бошлайди. Тутувчи уларни қувлаб, бирортасини ушлаб олади. Тутилганлар вақтинча четга чиқиб турадилар. 2-3 та бола тутилмагунча ўйин давом эттирилади.

Тарбиячи: «Доирага!» дейиши билан ҳамма болалар яна доирага турадилар. Ўйин янги тутувчи сайлаш билан давом этади. Тарбиячи: «Тут!» дегандан кейингина югуриш мумкин.

## ҚЎЛИНГНИ БЕРКИТ

Тарбиячи болаларнинг ичидан биттасини тутувчи қилиб тайинлайди. У майдонча ўртасида тураді. Қолган ўйновчилар майдончанинг турли жойларида қўлларини орқаларига қўйиб турадилар.

Тарбиячининг: «Бошла!» деган сўзидан кейин болалар қўлларини туширадилар ва тутувчидан қочиб кетадилар. Тутувчининг вазифаси болалардан бирортасига қўлини теккизишдир. Лекин фақат қўлини тушириб турган болага қўл теккизиш мумкин. Агар бола қўлини орқасига қўйишга улгуриб ва мен «қўрқмайман» деб айтса, тутувчи унга қўл теккизиши мумкин эмас. Агар тутувчи 30–40 сония давомида бирорта ҳам болани тута олмаса, унда тарбиячи унинг ўрнига янгисини сайлайди. Ўйин яна давом эттирилади.

Қўлини орқасига қўйиб турган болани тутиш мумкин эмас.

**Ўйиннинг бошқа тури.** Тутувчи қандай ҳолатда туришни болалар билан аввалдан келишиб олиши мумкин. Масалан, бир оёқда, оёқни ён томонга кўтариб турган, қўлни белга қўйиб, чўққайиб ўтирган болаларга тегиш мумкин эмас.

## ҚУШЛАР ПАРВОЗИ

Қушлар (болалар) қанотларини ёзиб, бутун майдонча бўйлаб учиб юрадилар. «Бўрон бошланди!» деган ишораси берилиши билан улар дарахтларга чиқиб, яширинадилар (яъни, гимнастика деворчасига тирмашиб чиқадилар). Тарбиячи: «Бўрон босилди», дейиши билан қушлар шохлардан пастга учиб тушадилар (яъни, гимнастика деворчасидан поғонама-поғона пастга тушадилар) ва учишни давом эттирадилар.

Агар гимнастика деворчаси, минора бўлмаса, ўриндиқлар, қутилар ва бошқа буюмлардан фойдаланилади. Болалар шу буюмлар устига чиқиб ўйнайдилар.

## КИМНИНГ НОМИ АЙТИЛДИ

Болалар майдонча бўйлаб юрадилар, югурадилар, сакрайдилар ва шунга ўхшаш ҳаракатларни бажарадилар. Тарбиячи катта тўпни қўлида ушлаб туради. У болалардан бирининг номини айтиб чақиради ва тўпни юқорига ирғитади. Номи айтилган бола югуриб келиб тўпни илиб олади ва уни яна юқорига отиб, бошқа боланинг номини айтади.

Ўйинда қатнашувчи бола тўпни қаерда илиб олган бўлса, ўша ерда туриб уни юқорига ирғитади. Номи айтилган бола югуриб келиб, тўпни илиб олишга улгуриши учун уни баландроқ ирғитади. Тўп юқоридан пастга тушиб келаётганда ҳавонинг ўзида ёки ерга бир тушиб чиққандан кейин уни тутиб олишга ҳаракат қилиш керак.

## ҚЎЛИНГНИ БЕР

Болалар майдончада ёки залда ёйилиб турадилар. Тарбиячи онабоши сайлайди. У залниниг ўртасига чиқиб: «Мен тутувчиман!» дейди ва болаларни қувлай бошлайди. Агар ўйновчилардан бирортаси қўлини узатса, унда қочиб кетаётганга қўл теккизиши мумкин эмас. Фақат кимда-ким тутувчидан қочиб кетмаётган бўлса, қўлини узатиши мумкин (жуфт-жуфт бўлиб югуриш мумкин эмас). Онабоши кимга қўлини тегизса, ўша онабоши бўлади. У дарров жойида тўхтаб, қўлини юқорига кўтариб:

«Мен тутувчиман!» дейди. Янги тутувчи олдинги тутувчига бирданига қўл теккизиши мумкин эмас.

## ЧУҒУРЧУҚ УЯСИ

Болалар майдончанинг турли жойларига айлана чизадилар. Бу чуғурчуқ уяси бўлади. Ҳар бир чуғурчуқ ёнида эса бир жуфт қуш туради. Ўйнайдиган болалар сони тоқ бўлади. Битта қуш инсиз қолади. Болалар чуғурчуқларни акс эттириб, майдонча бўйлаб ҳар хил йўналишда югурадилар (яъни, учадилар). Тарбиячи: «Чуғурчуқлар учиб келдилар!» дейиши билан улар инга қараб югуришади.

Болалар хоҳлаган айланани эгаллаши мумкин. Битта ўйинчи кечикиб қолса, у жойсиз қолади ва ютқизган ҳисобланади. Ҳамма чуғурчуқлар айланага (ҳар бир доирага икки кишидан) жойлашиб олганларидан кейин тарбиячи: «Чуғурчуқлар учиб кетади!» дейди. Шунда ҳамма ўйинчилар доирадан югуриб чиқиб ва яна майдон бўйлаб югуришади. Ўйин яна давом эттирилади.

Ўйиннинг қоидасига кўра, тарбиячи: «Чуғурчуқлар учиб келдилар!» деганидан кейин болалар фақат чуғурчуқ инидан жой эгаллаши мумкин. Индан фақатгина тарбиячи: «Чуғурчуқлар учиб кетяпти!» деганидан кейин учиб чиқиш мумкин. Битта инда фақатгина иккита ўйинчи туриши мумкин.

## КАЛИТ

Болалар майдончада хоҳлаган тартибда чизилган доирачаларда, бири иккинчисидан 2-3 м масофада туришади. Болаларнинг бири онабоши бўлади. Онабоши ўйинчилардан бирининг олдига келиб: «Қани калит?» деб сўрайди. У бирор бола-

нинг исмини айтади. Масалан, қуйидагича жавоб беради: «Анвардан сўра». Иккала бола гаплашиб турган вақтда бошқа болалар жойларини алмаштиришга ҳаракат қиладилар. Шу пайтда у: «Калитни топдим», деб қичқиради. Шу сўздан кейин ҳамма болалар жойларини алмаштиришлари шарт. Бу вақтда онабоши бирор кишининг жойига туриб олади. Жойсиз қолган бола эса онабоши бўлади.

## КАПАЛАК ТУТИШ

Тарбиячи тўртта ўйинчини танлаб олади, бу болалар капалак тутқични ушлаб турадилар. Қолган ўйинчилар капалаклар бўлади. Болалар қўлларида капалак тутқич билан четда туради. Тарбиячи уларнинг ёнига тутилган капалаклар учун жой, яъни чизиқ тортади. Тарбиячи: «Учинглар!» дейиши билан ҳамма капалаклар майдон бўйлаб югуриб кетадилар. «Тут!» деган ишорадан кейин болалар қўлларидаги ҳашарот тутқич билан капалакни тутади, яъни иккита бола қўлларини капалак атрофида бирлаштириб, сўнгра уни келишиб олинган жойга олиб боради. Улар тутилган капалакни олиб бораётган вақтда тарбиячи: «Капалаклар, гулларга қўнинг», дейди. Капалаклар тезда чўққайиб ўтирадилар. «Учиб кетинг!" ишораси бўйича капалаклар қайтадан учиб кетадилар. 3–5 та капалак тутилгандан сўнг кўп капалак тутган болалар рағбатлантирилади. Кейин эса бошқа болаларга капалак тутқич берилади. Ўйин яна давом эттирилади.

## КИМНИНГ ТЎПИ УЗОҚРОҚ ТУШАДИ

Девордан 3-4 м масофа нарига чизиқ чизилади, сўнгра ҳар бир метрдан кейин чизиқ чизиб борилаверади. Тарбиячининг ишорасидан кейин ўйинчилардан бири чиқиб, тўпни қўлига олиб, деворга куч билан уради. Девордан сапчиб чиққан тўпнинг ерга тушган жойи аниқланади. Кейин иккинчи, учинчи марта урилган тўпнинг тушган жойи аниқланади ва ҳоказо. Ниҳоят, кимнинг урган тўпи узоққа бориб тушса, ўша ўйинчи ютган ҳисобланади. Ўйинни гуруҳларга бўлиб ўтказиш ҳам мумкин.

## БАЙРОҚЧАГА ҚАРАБ ТУР

Болалар 2 кишидан бир қаторга сафланадилар. Майдончанинг ўртасига, 10–15 қадам нарига байроқчалар қўйилади. Уларнинг ўртасида эса узунлиги 1-1,5 м келадиган арқон ётади. Иккала томондан биттадан ўйинчи арқон учлари ёнида туриб, ўзларининг байроқчаларига қараб турадилар. Ўқитувчининг «Диққат, марш!» деган буйруғидан кейин ҳалиги иккала бола тезда ўз байроқчалари томон югуриб борадилар, унинг атрофидан айланиб, орқага югуриб қайтиб келиб, арқончанинг учидан ушлаб ўз томонига қараб тортиб оладилар. Биринчи бўлиб тортиб олган ўйинчига бир балл берилади. Ўйин охирида энг кўп балл тўплаган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## КАПАЛАКЧА

Болаларнинг (онабошидан ташқари) қўлларида елимдан, картондан ёки қоғоздан ясалган капалаклар бўлади. Онабошининг қўлида эса капалак

туткич бўлади. Тарбиячининг ишорасидан кейин капалаклар майдон бўйлаб қоча бошлайдилар. Онабоши эса уларни орқасидан қувлаб, капалакларни ушлаш учун қўлидаги капалак туткични уларнинг бошига кийгизади. Тутилган капалак онабоши билан жой алмашади. Ўйин шу тариқа давом этади.

## ТЎП ЧИЗИҚ ОРҚАСИДА

Майдончага тўғри чизиқ чизилади, болалар эса чизиқнинг орқасида турадилар. Улар орасидан битта онабоши сайланади. Онабоши қўлида тўп бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг онабоши тўпни олдинга қараб отади. Ҳамма болалар чизиқдан чиқиб тўпнинг ортидан югурадилар-да, тўпни ушлаб олиб, чизиқ томон қайтиб югуриб келадилар. Югуриб кетаётган бола қўлидаги тўпга ўйинчилардан бирортаси қўлини теккизса, унда дарҳол тўпни орқага ташлаш керак бўлади. Бунда тўпни бирор ўйинчи олиб, уни чизиқнинг орқа томонига ўтказади. Чизиқнинг орқасига тўпни олиб ўтган ўйинчи онабоши бўлиб қолади ва тўпни ўйинга киритиш ҳуқуқига эга бўлади. Қайси бола кўпроқ онабоши бўлган бўлса, ўша ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ТЕЗЛИК ВА ЧАҚҚОНЛИК

Иштирокчилар тенг икки гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар бир қаторга сафланиб турадилар, саф бошида турган ўйинчиларнинг қўлларида волейбол тўпи бўлади. Ўқитувчи ишораси билан биринчи ўйинчилар 6–8 метр узунликдаги йўлакча орқали тўпни бир қўл билан ерга уриб олдинга тез ҳаракат қилади. Сўнг тўпни юқорига отиб, тўшакда олдинга ўмбалоқ ошади ва туриб, тўпни ерга туширмас-

дан илиб олади. Улар тўпни илиб олиб, тўпни орқага – иккинчи ўйинчиларга узатадилар-да, ўзлари югуриб қатор охирига бориб турадилар. Иккинчи турган ўйинчилар, сўнгра учинчи турган болалар худди шу жараённи такрорлайдилар. Вазифани кам хато билан ва тез бажарган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ТЕЗЛИК ВА МЕРГАНЛИК

Иштирокчилар икки гуруҳга бўлинадилар. Гуруҳлар бир кишилик қаторда старт чизиғи олдида турадилар. Майдончанинг қарама-қарши томонида эса нишон қўйилган бўлади. Нишондан 6–8 метр нарига отиш чизиғи чизилади; чизиқ ёнида кичкина қутичада теннис тўпи бўлади. Ўқитувчи ишорасидан кейин биринчи ўйинчи тезда олдидаги тўсиқдан ўтиб ёки юриш вақтида ҳар хил ҳаракатларни бажаради. Сўнгра қутичадан олдиндан келишиб олинган миқдорда тўпни олади (1–3 та), уларни нишонга отади ва югуриб орқага кайтиб, эстафетани иккинчи ўйинчига беради. Ўзи эса тезда қатор охирига бориб туради. Иккинчи ўйинчи шунинг ўзини қайтаради, сўнгра учинчи ўйинчи давом эттиради ва ҳоказо. Тўпни нишонга кўпроқ теккизган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади. Тўсиқ ва вазифалар турларини (кетма-кетликни) қуйидагича алмаштириш мумкин:

1. Гимнастика ўриндиғига юзни ерга қаратиб, қоринда ётган ҳолда икки қўллаб тортилиб, ўриндиқнинг охиригача миниб ўтилади. Югуриб келиб гимнастика отидан ён томон билан сакралади.

2. Тўшакдан ён томонга икки марта ўмбалоқ ошиб, югуриб келиб гимнастика отидан ошиб ўтилади.

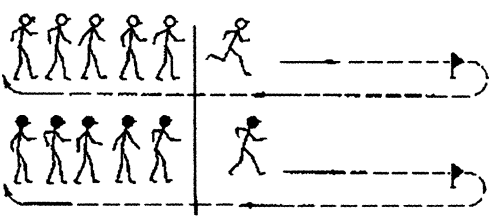
3. Кетма-кет турган иккита устунчадан айланиб ўтилади. Гимнастика отининг тагидан ўтилади.

4. Қўлларга таяниб ётган ҳолда 2-3 метргача эмаклаб ўтилади.

5. Югуриб келиб тўсиқ (ўриндиқ)дан сакраб ўтиб, полдан чамбаракни олиб, унинг ичидан ўтилади.

## КИМ БИР ОЁҚДА ТЕЗ ЮГУРАДИ

Ўқувчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар ва бир қатордан старт чизиғи орқасида саф тортиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ қаршисига 5-6 м масофада тўлдирма тўп қўйилади. Ўқитувчининг ишорасидан кейин гуруҳларнинг биринчи турган ўйинчилари бир оёқда (чап ёки ўнг оёқда) тўлдирма тўпгача югуриб бориб, унинг ўнг томонидан айланиб ўтадилар ва орқага қайтиб келиб, кейинги ўйинчининг қўлларига қўлларини теккизиб, қаторнинг охирига бориб турадилар (58-расм). Навбатдаги ўйинчи ҳам шунинг ўзини бажарадилар. Берилган вазифани биринчи бўлиб бажарган гуруҳ ютган ҳисобланади. Ўйинни қайтаришда энди бошқа оёқ билан сакралади.



58-расм

## ЧАҚҚОН ЮГУРИБ ЎТУВЧИЛАР

Болалар диаметри 8–12 м келадиган доира атрофида турадилар. Иккита онабоши доира марказида туради. Ўқитувчи ишорасидан сўнг иштирокчилар доиранинг ҳар хил йўналишида югуриб ўта бошлайдилар. Онабоши эса югуриб ўтаётган болаларга қўл теккизишга ҳаракат қилади. Ўйинбоши қўли теккан бола ўша жойда қотиб туради, бошқа бирор ўйинчи унга қўлини теккизиб қутқарганидан сўнг у яна ўйинда қатнаша бошлайди. Бирорта ҳам қўл теккизилмаган болалар ўйин ғолиби ҳисобланадилар.

## САКРОВЧИЛАР

Болалар 2–4 та гуруҳга бўлинадилар ва бир қатордан бўлиб старт чизиғи орқасида турадилар. Старт чизиғидан 3 м нарида 20 см оралиқда бир неча чизиқ чизилади. Бу чизиқлар 1, 2, 3, 4 ва ҳоказо рақамлар билан белгиланади. Айни пайтда шу чизиқлар очколар сонини билдиради, яъни болалар қайси чизиққа сакрасалар, шунча очко оладилар. Ўйин пайтида 3–4 та ҳакам сайланади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг биринчи ўйинчилар старт чизиғидан иложи борича узоқроққа сакрашга ҳаракат қиладилар. Кейин иккинчи, учинчи ва ҳоказо болалар сакрайди. Ҳакамлар очколар сонини ҳисоблаб чиқиб, ҳар бир гуруҳ қанчадан очко тўплаганини аниқлайдилар ва ютган гуруҳни эълон қиладилар.

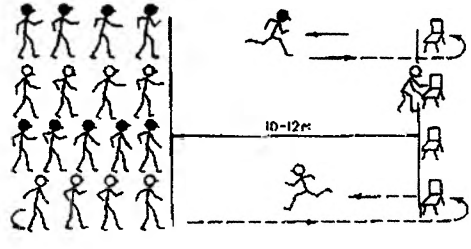
## БУЛАВАЛАР БИЛАН ЭСТАФЕТА

Ўқувчилар тенг икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғи орқасида бир қатордан саф тортиб турадилар. Иккала гуруҳнинг биринчи ўйинчиларида тўрттадан булава, старт чизиғидан 15–20 м масофада ҳар бир гуруҳ қаршисида тўртта доира чизилган бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг гуруҳларнинг биринчи ўйинчилари қўлларидаги булавалар билан доира томон югуриб бориб, ҳар бир доирага биттадан булава қўйиб чиқадилар. Сўнгра орқага қайтиб келиб, иккинчи ўйинчи қўлига тегадилар, иккинчи ўйинчилар эса булаваларни териб олишга югурадилар ва олган булаваларни ўз навбатида учинчи ўйинчига берадилар ва ҳоказо.

Вазифани биринчи бўлиб тамомлаган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади.

## СТУЛ КЎТАРУВЧИ

Ўқувчилар 3–4 гуруҳга бўлинадилар ва старт чизиғи орқасида бир қаторда саф тортиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ қаршисига 8–10 м масофада стулчалар қўйиб қўйилади. Ўқитувчи ишорасидан сўнг биринчи ўқувчилар стулчалар томон югуриб бориб, унинг иккала оёқчасини ушлаб, юқорига кўтариб,




59-расм

аста-секин пастга туширадилар (59-расм). Ким кўп кўтаришга мусобақалашадилар. Сўнгра орқага қайтиб келиб, иккинчи ўйинчиларнинг қўлларига қўл теккизадилар.

Қайси гуруҳ ўйинчилари стул-чаларни кўпроқ кўтарган бўлса, ўша гуруҳ ғолиб ҳисобланади. Ўйин шу йўсинда давом этади.

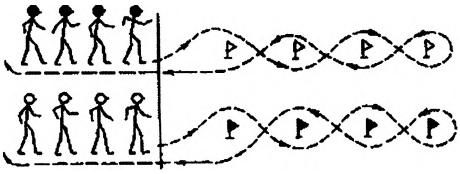
## ДОИРАНИ ТОП

Иштирокчилар икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғида бир қатордан саф тортиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ қаршисида, 3-4 м масофада арғамчидан диаметри 1 м доира ҳосил қилинади.

Ўқитувчининг ишорасидан сўнг биринчи ўйинчилар кўзларини рўмолча билан боғлаб, доира ўртасида турадилар. Ўқитувчи иккинчи бор ишора берганидан кейин улар доирадан 5–8 қадам олдинга чиқиб, яна доира ичига қайтадилар. Доира ичига аниқ қайтиб келган ўйинчига 1 очко берилади.

## ИЛОН ИЗИ БЎЛИБ ЮРИШ

Ўқувчилар икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғининг орқасида бир қатордан саф тортиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ қаршисида бир-биридан 0,5 м масофада 6–8 та тўлдирма тўп туради, гуруҳлар-



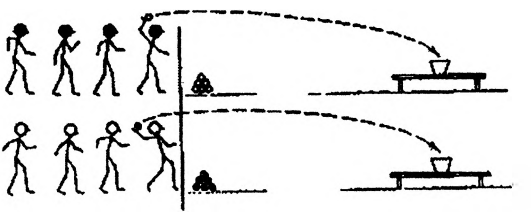
60-расм

нинг биринчи ўйинчилари кўзларини боғлаган ҳолда тўлдирма тўп олдида турадилар (60-расм).

Ўқитувчининг буйруғидан кейин кўзи боғланган ўқувчилар илон изи бўлиб тўп орасидан гоҳ чап, гоҳ ўнг томондан ўтишлари керак. Сўнгра кўзларини очиб, эстафетани иккинчи ўйинчиларга берадилар, сўнгра учинчи ўйинчиларга гал келади ва ҳоказо. Тўпларга тегмасдан ўтган ўйинчиларга 2 очко берилади. Ўйинда кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## УЙ БАСКЕТБОЛИ

Болалар икки гуруҳга бўлиниб, бир қатордан саф тортиб турадилар. Улардан 5-6 м нарида, стул устида челак ёки саватча қўйилган бўлади. Ўқитувчи буйруғидан кейин гуруҳларнинг биринчи ўйинчилари 5 тадан теннис тўпини саватчага ташлайдилар (61-расм). Сўнгра иккинчи, учинчи ўйинчилар ташлайдилар. 5 имкониятдан саватчага кўпроқ тўп туширган гуруҳ ўйинда ютган бўлади. Тўпни отишда чизиқдан чиқмаслик керак. Тўпни пастдан юқорига ташлаш лозим.



61-расм

## КАЛХАТ ҲУЖУМИ

Ўқувчилар бир нечта тенг гуруҳларга бўлинадилар, уларга «жўжа»лар номи берилади. Уларнинг ҳаммаси майдонча четларида чизилган доира ичида турадилар. Ўйинбоши калхат эса майдонча ўртасидаги доира марказида туради (ўқитувчининг ўзи олдин калхат вазифасини бажаради). У битта ёки бир нечта жўжанинг номини қичқириб айтади, номи айтилган болалар эса калхат атрофида югура бошлайдилар.

Ўқитувчининг ишорасидан кейин калхат жўжаларга ҳужум қилади. Калхат қўли теккан ўйинчининг ўзи калхатга айланади ва ўйинчиларни тутишга ёрдамлашади.

Ўйин ҳамма ўйинчилар калхатга айланиб бўлгунча давом этади.

## ЭСДА САҚЛАБ ҚОЛ

Ўйновчиларнинг ҳаммаси бир қатор бўлиб саф тортиб турадилар. Онабоши уларга 15–20 сония давомида яхшилаб тикилиб туради-да, сўнгра орқасига ўгирилиб кимдан кейин ким турганлигини айтади. Ўйин давомида ҳамма галма-галдан онабоши бўлади. Қаторда кимдан кейин ким турганини тўғри айтган ўйинчи ютган ҳисобланади.

## КИМ ЗИЙРАК

5–7 та турли нарсалар ихтиёрий тартибда жойлаштирилади ва улар ўйинчиларга 10 сония давомида кўрсатилади. Шундан кейин бу нарсалар беркитиб қўйилади. Ўқитувчининг ишорасидан кейин нарсаларнинг қандай кетма-кетликда жойлашган-

лигини болалар айтиб берадилар. Ҳар бир қўйилган камчиликка биттадан жарима очко берилади. Ҳаммасини тўғри айтиб берган бола ўйин ғолиби ҳисобланади.

## ЧОЙ-ЧОЙ

Ўйинда 12–15 дан ортиқ бола қатнашиши мумкин эмас. Ўйновчилар орасидан бир бола бошлиқ қилиб сайланади ва унга «чой» деган ном берилади. Раҳбар маълум бир ишора берганидан кейин ўша ўйинчи баланд овоз билан чой сўзини айтади. Қолганлар эса унинг орқасидан эргашиб, тутиб олишга ҳаракат қиладилар. Агар ўйинчилардан бирортаси уни ушлаб олса ёки қўлини теккизса, улар ўз жойларини алмашадилар ва энди бу бола «чой» номини олади ва баланд овоз билан «чой» дейди. Қолган ўйинчилар энди уни ушлашга ёки унга қўл теккизишга ҳаракат қиладилар.

Энг эпчил, чаққон, тезкор ҳамда чой ролида кўпроқ вақт бўлган ўйинчи ғолиб ҳисобланади. Ўйин вақтида болалар олдиндан келишиб олинган чегарадан чиқиб кетмасликлари керак.

## ЙЎЛБОШЧИ БЎЛ

Иштирокчилар жуфт-жуфт бўлиб иккита гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир жуфт болага тартиб рақами берилади. Гуруҳ ўйинчилари спорт майдончасининг югуриш йўлакчалари бўйлаб жуфт-жуфт бўлиб, ёнма-ён югурадилар. Раҳбар вақти-вақти билан бирор рақамдаги болани бошқариб борувчи деб айтади. Шу сўзни эшитган ўша жуфт ўйинчи қатордан югуриб чиқиб, турли томонга зўр бериб югуради, иложи борича тезроқ қатор бошига бориб туришга

ҳаракат қилади. Биринчи бўлиб келиб турган ўйинчига битта очко берилади. Сўнгра югуриш секин суръатда давом эттирилади. Сўнгра бошқа жуфт бола чақирилади ва ҳоказо. Кўпроқ йўлбошчи бўлиб турган гуруҳ ўйинчилари ютган ҳисобланади.

## БАЙРОҚЧАЛАРНИ ЙИҒИБ ОЛ

Югуриш йўлакчада ёки майдончада ўтказилади. Бунда бир неча ўн метр масофага бир тўда байроқчалар қўйилади. Биринчи қаторга ўйин бошловчилар сонига нисбатан иккита кам байроқча, иккинчи қаторга (масалан, 30 м дан кейин) яна иккита кам байроқча қўйилади ва ҳоказо. Шундай қилиб, агар стартда 10 та ўйинчи турса, унда байроқчалар 8 та, 6 та, 4 та, 2 та ва 1 та қўйилиши керак. Ишора берилиши билан югуриш бошланади. Ҳар бир ўйинчи биринчи қатордаги байроқчани эгаллашга ҳаракат қилади. Бунда улгурмаган иккита бола ўйиндан чиқади. Иккинчи босқичдан кейин 6 ўйинчи қолади, сўнгра тўртта ва ниҳоят охирида қолган иккита ўйинчи мусобақалашади ва ғолиб аниқланади.

## ЖУФТ-ЖУФТ БЎЛИБ САКРАШ

Иккита гуруҳ ўйинчилари жуфт-жуфт бўлиб, старт чизиғи олдида қатор бўлиб турадилар. Ҳар бир қаторда иккитадан ўйинчи бир-бирига орқаси билан тақалиб туради. Старт чизиғидан 10–15 м олдинда бурилиш учун белги қўйилади. Олдинда турган ўйинчилар қўлларига сакроғич оладилар, орқада турган ўйинчилар эса қўлларини уларнинг белига ёки елкасига қўядилар. Раҳбар ишора бериши билан жуфтлар биринчи ўйинчи томонидан ай-

лантирган арғамчи устидан сакраб, олдинга қараб ҳаракат қиладилар. Бурилиш жойида жуфт ўйинчилар ўрин алмашадилар ва орқага қайтиб келадилар. Қолган ҳамма жуфтлар ҳам ўйинни шундай кетма-кетликда бажарадилар.

## РЎМОЛЧАНИ ОЛМОҚ

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Қия қилиб тортилган арқоннинг маълум жойларига ҳар хил рангли рўмолча ёки ленталар осиб қўйилади. Ҳар бир рўмолча ёки лентага тартиб рақами берилади. Рўмолчалар қанчалик кўп бўлса, улар шунчалик баландгача осилади. Ишора берилиши билан ҳар бир гуруҳ ўйинчиси юқорига сакраб, рўмолчани ечиб олишга ҳаракат қилади. Ўйинчи сакраб тартиб рақамидаги рўмолчани олса, унга тартиб рақамига қараб очко берилади. Илинган рўмолчалар сони камайгандан кейин арқон аста-секин баландга кўтариб борилади. Энг кўп рўмолча олган гуруҳ ғолиб чиқади.

## КИМ БАЛАНД САКРАЙДИ

Тўсиқлар ўйин қатнашчилари чиқиши мумкин бўлган баландликда ўрнатилади. Олдин битта гуруҳ ўйинчилари, кейин бошқа гуруҳ қатнашчилари кетма-кет сакрайдилар. Тўсиқ ҳар гал ҳамма сакраб бўлгандан кейин 5 см га кўтарилади. Кейин тўсиқни янги баландликка кўтарганда ўйин қатнашчиларига иккитадан имконият берилади. Ўйин қатнашчилари икки имкониятдан ҳам фойдалана олмаса, у мусобақадан чиқади. Сўнгги ва ундан олдинги баландликдан ўтгандан сўнг кўпроқ ўйин қатнашчилари қолган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## ЧЎҚҚАЙИБ ЎТИРИБ САКРАШ

Икки гуруҳ ўйинчилари майдончанинг қарама-қарши томонида бир-бирларига юзма-юз турадилар. Ишора берилиши билан чўққайиб ўтирган ҳолатдан, яъни оёқни охиригача ёзмасдан қарама-қарши гуруҳ чизиғигача олдинга сакраб борадилар.

Сўнгра орқага буриладилар ва дам олмасдан яна орқага сакраб келадилар, кейин яна олдинга ва ҳоказо. Чизиққа охирида етиб келган ўйинчи ўйиндан чиқади. Келишилган муддатда қоидани бузмаган ўйинчилар гуруҳи ютиб чиққан ҳисобланади.

## БАҚАНИ ТУТИБ ОЛ

Кичикроқ майдончада болалар чўққайиб ўтириб, олдинга қўллари билан таянган ҳолда бақага ўхшаб сакрайдилар. Майдон ташқарисида худди шундай ҳолатда икки ўйинчи туради. Улар галма-галдан оёққа ва қўлга таяниб, майдон ичига сакраб киради ва бирорта ўйинчига яқинлашиб, уларга қўл теккизади. Бақа яна шу усулда қочиб кетади.

**Ўйин қоидаси.** Майдон бўйлаб икки оёқ-қўлда депсиниб юриш мумкин, қўлни полдан кўтарган ҳолда ўтириш мумкин эмас.

Ушланган бақалар онабошиларга қўшилиб, бақаларни тута бошлайдилар. Қўлга тушмаган энг охирги ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ОҚСОҚ ҚАРҒА

Иккита гуруҳ 10–15 м масофада бир-бирига қарама-қарши томондаги қаторда туради. Қатор олдидаги ўйинчиларга рангли белбоғ ёки қайиш

берилади. Ишора берилиши билан ҳар бири чап ёки ўнг оёқларини букиб, болдирни сонга белбоғ билан тез боғлаб, шу заҳоти бўш оёқда сакраб, олдинга ҳаракат қила бошлайди. Бола старт чизиғидан ўтиши билан белбоғни тезда ечиб олиб, қаторни орқадан айланиб ўтади ва уни олдинда турган ўйинчига узатади. Ҳамма ўйинчилар жойларини алмашиб бўлмагунларича ўйин давом этади.

## ҲИМОЯЧИ

Болалар доира бўлиб турадилар. Доира ўртасида тўп ёки учта булава, унинг ёнида ҳимоячи бўлади. Ишора берилиши билан ўйновчилар тўпни бир-бирларига ошириб, ҳимоячини чалғитиб, доиранинг ўртасида турган нарсаларга тўпни теккизишга ҳаракат қиладилар. Ҳимоячи эса тўпни қайтаришга уринади. Нишонга тўп теккизган бола ҳимоячи билан жой алмашади.

## ЮҚОРИГА ВА УЗОҚҚА САКРАШ

«Г» ҳарфи шаклидаги 4 та ёғоч тутқич тўртта устунчага ўрнатилади. Шундан иккитаси сакраш ҳандағи четига қоқилади, қолган иккитаси ундан 50 см нарига ўрнатилади. Биринчи иккита устунчадаги тутқичларга 50–60 см баландликда, кейинги иккита устунча тутқичга 1-1,5 м баландликда резина горизонтал ҳолатда тортилади. Шундай қилиб, иккита тўсиқ ҳосил бўлади. Ўйиндан мақсад иккала тўсиқдан баландга ва узоққа сакраб, ҳандаққа юмшоқ қўнишдир. Ўқитувчининг ишорасидан кейин ўқувчилар бирин-кетин сакрай бошлайдилар. Ўқувчилар ҳар гал сакраб бўлганлари-

дан кейин иккинчи устунчалар орасидаги масофа аста-секин узайтириб борилади. Резинага иккинчи марта сакраганда боланинг оёқлари илиниб қолса, у ўйиндан чиқади. Шунинг учун резинани 30, 40, 50, 60, 70 см баландликда кўтариб борган ўйинчи ўйинда яхши иштирок этган ҳисобланади. Бирорта хатога йўл қўймаган ўйинчилар ғолиб чиқадилар.

## ТЎРТТА ТЎП

Иккита гуруҳ волейбол майдончасида тўрнинг турли томонида жойлашадилар. Ҳар бир гуруҳда иккитадан волейбол тўпи бўлади. Раҳбар ишорасидан кейин майдончанинг турли бурчакларидан (орқа чизиқдан) ўйинчилар тўпни рақиб томонга ташлайдилар. Иложи борича тўпни рақиб томонга тез ўтказиш керак бўлади. Агар у томонда учта тўп бўлиб қолса, унда ўша гуруҳ битта очко йўқотади. Отилган тўп тўр тагидан ўтса ёки майдон ташқарисига чиқиб кетса, тўп отган гуруҳ битта очко ютқазган бўлади. Ўйин 2-3 қисмдан иборат бўлиб, 10 очкогача ўйналади. Ҳар бир ўйналган очкодан кейин тўпни ўйинга янги жуфтлар киритади. Ўйин давомида болалар майдончада жойларини соат мили бўйича (волейбол ўйинига ўхшаб) алмашадилар.

## СТАКАНДА СУВ БИЛАН

Иккита ўйин қатнашчисига стакан тўла сув берилади. Улар стаканни бошга қўйиб, белгиланган жойгача тўкмасдан олиб боришлари керак. Стакандаги сувни тўкмасдан тез олиб ўтган бола ютиб чиқади. Агар иккинчи бўлиб келган ўйинчи стака-

нида биринчи боланикидан кўпроқ сув қолган бўлса, унда ўйин дуранг билан тугайди.

## ТАЁҚЧАДАН ҚАДАМЛАБ ЎТИШ

Иштирокчилар гимнастика таёқчасини полга тикка қўйиб, уни кўрсаткич бармоқ билан ушлаб турадилар. Сўнгра таёқчани қўйиб юбориб, тезда унинг устидан оёқни кўтариб ўтиб, таёқчани қўлларига оладилар.

## СУВ ТЎКИЛМАСИН

Иштирокчилар иккала қўлларига биттадан пиёла ушлаб турадилар. Пиёлаларга сув тўлдирилади. Икки қўлни ва бир оёқни олдинга узатиб, иккинчи оёқ билан чўнқайиб ўтирадилар. Шундан сўнг сувни тўкмасдан, ўринларидан турадилар.

## МУВОЗАНАТНИ САҚЛАБ ЮРИШ

Иккита бола бармоқ учига ёки кафтига гимнастика таёқчасини қўйиб, гимнастика ўриндиғи ёғочи устида турадилар. Ишора берилиши билан улар бирбирига қарама-қарши мувозанатни сақлаган ҳолда юриб борадилар. Ўйиннинг вазифаси – таёқчани тикка ушлаб, шерикка тегмай ўтиб кетишдир.

## ЧАМБАРАК ИЧИДАН САКРАШ

Ўйновчилар бир қўлига чамбарак олади ва уни полдан 50 см баландликда тикка ушлаб туради. Хоҳлаган ўйинчи югуриб келиб, чамбарак ичидан сакраб ўтади.

## ТЎП УСТИДА ЎТИРИБ

Ўйин қатнашчиларидан иккитаси старт чизиғида, баскетбол тўпи устида унинг чеккасидан ушлаб, чўққайиб ўтирадилар. Ишора берилиши билан улар шу ҳолатда финиш томон, қўлларни ёзмасдан тўп билан сакраб-сакраб олдинга ҳаракат қиладилар. Финишга биринчи бўлиб келган ўйинчи ютган ҳисобланади.

## АРҚОНГА ТЕГМАСДАН ЎТ

Болалар жуфт-жуфт бўлиб, қўлларида 1,5-2 м келадиган арқонни ушлаб, унинг учларидан ҳар хил баландликда кўтариб турадилар. Ўйин қатнашчиларидан бирининг кўзи боғланади ёки у кўзини юмиб туради. Ўйин шарти шундаки, иштирокчиларнинг арқон тагидан бошини эгмасдан, бирортасига тегмасдан ўтади.

## ЧЎЛОҚ ЖЎЖА

Ўйинчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ узунлиги 20–25 см келадиган 10 тадан таёқчани бир-биридан 40 см масофада нарвончага ўхшатиб қўйиб чиқади. Ҳар бир ўйинчи, яъни чўлоқ жўжа ҳамма таёқча устидан бир оёқлаб (оёқни ўзгартирмасдан), уларнинг бирортасига тегмасдан сакраб боради ва ўнинчи таёқчани олиб, бошланғич чизиққа сакраб келади. Яна шу оёқнинг ўзида ҳамма таёқча устидан сакраб бориб, тўққизинчи таёқчани олиб, орқага олиб келади ва ҳоказо. Агар ўйинчи тасодифан таёқчага тегиб кетса ёки бошқа оёғини қўйса, унда ўйин қайтадан бошланади.

## КИМ ЯҚИНЛАШАДИ

Ўйинчилар айланаларда сафланиб турадилар. Ҳар бир айлана марказида онабоши туради. У кўзини рўмолча билан боғлаб туриши лозим. Айлана ҳосил қилиб турганлар чалиштирма қадам ташлаб туради. Ўқитувчи улардан бирига имо-ишора қилиб чақиради. Бу бола онабошининг ёнига келади ва унинг елкасига қўлини теккизиб, овозини ўзгартирган ҳолда онабошининг исмини айтади. Кейин ўз жойига бориб, одатдаги ҳаракатини давом эттиради. Ўқитувчи онабошига кўзини очишни ва ёнига ким келиб кетганлигини айтиб беришини таклиф қилади. Агар онабоши ким келганлигини топа олса, ўша ўйинчи ўз ўрнини онабошига бўшатиб беради. Топа олмаса, онабоши ўз ўрнида қолаверади. Шу тариқа онабоши уч мартагача ким яқинлашганини топа олмаса, ўрнига янги онабоши сайланади ва ўйин шу тариқа давом этади.

## КИМ ЧАҚҚОН

Ўқувчилар ораси очиқ тўртта қаторга сафланадилар. Қаторлардаги ўқувчилар сони бир хил бўлади. Ҳар бир ўқувчи ўз рақамига эга бўлади (масалан, биринчи, иккинчи, ва ҳоказо). Қаторлар олдидан чизиқ ўтказилиб, улардан 10–12 м нарида кичик-кичик тўртта доирачалар чизилади, ўртасига ракетачалар қўйилади.

Ўқитувчи ўйинчиларнинг рақамларини, масалан, олтинчи рақамни чақиради. Тўрттала қатордаги олтинчи рақамли ўйинчилар ўнг томонга бир қадам ташлайди ва олдинга югуриб бориб, доирача атрофидан ўнгдан чапга қараб айланиб, ўз жойига қайтиб келиб туради. Биринчи келган ўйинчи бир,

иккинчиси эса икки очко олади ва ҳоказо. Сўнг бошқа рақамлар чақирилади. Энг кам очко тўплаган қатор ғолиб чиқади.

Бир оёқда сакраб югуриш шарти қўйилса, ўйин яна ҳам қизиқарли чиқади. Ракетачалар билан қаторлар орасидаги масофани қисқартириш ҳам мумкин.

## ҲУЖУМ

Ўйинчилар кучлари баробар тенг икки гуруҳга бўлиниб, майдончанинг қарама-қарши томонидан чизиқ бўйлаб бир-бирларига қараб турадилар. Чизиқлар ўртасидаги масофа 25–30 м. Тарбиячининг буйруғидан кейин биринчи гуруҳ ўйинчилари қўл ушлашиб, сафни бузмасдан олдинга қараб юра бошлайдилар. Бу гуруҳ ҳужумчилар бўлади. Қарама-қарши томондаги гуруҳга 2-3 қадам қолганда тарбиячи ишора беради. Ҳужумчилар қўлларини қўйиб юбориб, орқага, ўз чизиқлари томон югурадилар. Иккинчи гуруҳнинг ўйинчилари эса уларнинг орқасидан қувиб, қўлларини уларга теккизсалар, улар тутилган ҳисобланадилар.

Тутилган ўйинчилар ҳисоблаб чиқилгандан кейин иккинчи гуруҳ ҳужумчилар ролини ўтайди. Қайси гуруҳ кўп ўйинчиларни ушласалар, ўша гуруҳ ғолиб чиқади. Ўйинни 4–6 марта такрорлаш мумкин.

## КИМ УЗОҚҚА ОТАДИ

Ўқувчилар ҳар бирида 6–8 та ўйинчиси бўлган тўртта гуруҳга бўлинадилар. Девордан 2–3 м узоқликда старт чизиғи чизилади. Шунга параллел қилиб 10 м узоқликда, кейинчалик кетма-кет ҳар

1 м оралиқда 4-5 та чизиқ чизилади. Шунга параллел қилиб 10 м узоқликда, кейинчалик кетма-кет ҳар 1 м оралиқда 4-5 та чизиқ чизилади. Ҳар бирида тўп бўлган ўйинчилар (4 киши) старт чизиғи олдига келиб, тўп отишга шайланиб турадилар. Ўқитувчининг ишорасидан кейин ҳар бир ўйинчи тўпни узоқроқ чизиққа туширишга ҳаракат қилиб отади. Тўпни энг охирги – олтинчи чизиққа туширгган ўйинчига 6 очко, бешинчи чизиққа 5 очко, тўртинчи чизиққа 4 очко берилади ва ҳоказо. Ўқитувчи: «Тўп олиб келинсин», деганидан сўнг тўпни отган ўйинчилар уни олиб келадилар.

Ўйин 3-4 марта такрорланади. Кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб чиқади.

## БАЙРОҚЧАНИ ОЛ

Синф ўқувчилари икки гуруҳга бўлиниб, ҳар бири ўзларига гуруҳ сардори сайлайдилар. Гуруҳлар старт чизиғи орқасида бир-бирларига қараб турадилар. Гуруҳлар ўртасидаги масофа 20–30 м. Иккита старт чизиғи ўртасида 2-3 м кенгликда йўлакча чизилиб, ичига шахмат усулида байроқчалар қўйилади. Тарбиячи ишорасидан кейин гуруҳлардан биттадан ўйинчи югуриб бориб иложи борича кўпроқ байроқчалар олиб, белгиланган вақт ичида қайтиб келади ва ўз қаторига туриб олади. Сардорлар байроқчаларни санайдилар. Ҳар бир олиб келинган байроқчага битта очко берилади. Кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб чиқади.

Ўйинчиларга хоҳлаган байроқча олиш учун рухсат берилади. Байроқчаларни бир-бирларидан юлиб олиш ман этилади. Байроқчалар қўйилган жойдаги чизиқни босиб кириш мумкин эмас. Гуруҳ сардорлари ҳам бошқа ўйинчилар билан тенг ҳуқуқда ўйнайдилар.

## БЎРИДАН ҚОЧ

Бўри ёки бошловчи дарахт ёки ўтлар орқасига бекиниб туради. Болалар майдонча бўйлаб югуриб, баланд овоз билан қуйидаги сўзни айтади: «Бўри, сендан қўрқмаймиз». Бўри қулай вақтни пойлаб бекиниб ётган жойидан сакраб чиқади ва болаларни қувлаб, улардан бирортасини ушлашга ҳаракат қилади. Ҳар бир ўйинчининг қўлида бир қисм ўт бўлади. Бўри ўйинчини ушлаб олиш хавфи туғилган пайтда у қўлидаги ўтини ерга ташлаб: «Бу сенинг ўтинг», дейди. Бўри ўтларни тера бошлайди, ўйинчи эса бу пайтда ундан нарига қочади.

Ўт бир марта ташланади. Бўри ушлаган ўйинчи ўйиндан чиқади. Охирида ушлаган ўйинчи кейинги ўйинда бўри бўлади. Ўйинчиларнинг сони кўп бўлса, у ҳолда иккита бўри бўлиши мумкин. Ўйин давомида бир марта ҳам қўлга тушмаган ўйинчи ғолиб чиқади.

## БАЙРОҚЧАГА ҚАРАБ ТУР

Ўқувчилар 2 қаторга бўлиниб, саф тортиб турадилар. Майдончанинг ўртасида бир-биридан 10–15 қадам нарига байроқчалар қўйиб қўйилади. Уларнинг ўртасида эса узунлиги 1-1,5 м арқонча ташлаб қўйилади. Иккала гуруҳдан биттадан ўйинчи арқонча учлари ёнида ўз байроқчалари томон қараб турадилар. Тарбиячининг: «Диққат, марш!» буйруғидан кейин ўз байроқчалари атрофидан тезлик билан айланиб келиб, арқонча учидан ушлаб, ўз томонларига тортиб оладилар. Арқонни биринчи бўлиб тортиб олган ўйинчига балл берилади. Ўйин охирида энг кўп балл тўплаган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## КИМ БАЛАНДГА ОТАДИ

Ўйинчилар икки гуруҳга бўлинадилар. Улар майдонда турадилар, биринчи гуруҳ ўйинчиси тўпни баландга отади, қолганлар уни илиб олади. Тўпни илиб олган бола уни юқорига отади. Борди-ю, тўпни ҳеч ким илиб ололмаса, тўп отган ўйинчи тўпни яна ўзи отади. Кам хатога йўл қўйган гуруҳ ғолиб чиқади.

## КИМНИНГ ТЎПИ УЗОҚҚА БОРИБ ТУШАДИ

Девордан 3-4 м нарида битта чизиқ чизилиб, сўнг ҳар бир метрдан кейин яна биттадан чизиқ чизилади. Тарбиячининг ишорасидан кейин ўйинчилардан бири тўпни деворга куч билан уради, девордан сапчиб чиққан тўпнинг тушган жойи аниқланади. Кейин иккинчи, учинчи ўйинчи отади ва ҳоказо. Ниҳоят, кимнинг урган тўпи сапчиб узоққа бориб тушса, ўша ўйинчи ғолиб чиқади.

Ўйиннинг иккинчи турини болаларни гуруҳларга бўлган ҳолда ўтказиш ҳам мумкин.

## ДОИРАДА ТУРИБ

Майдончанинг ўртасига иккита устунча қўйиб, тизимча тортилади. Ўйинчилар икки гуруҳга бўлиниб, қўлларида теннис тўпи ушлаб турадилар. Биринчи ўйинчилар доира ўртасида туради. Улар тарбиячининг ишорасидан кейин тўпни тизимча устидан отиб, ерга туширмасдан илиб олади. Сўнг тўпни иккинчи ўйинчига беради, иккинчи ўйинчи учинчисига беради ва ҳоказо.

Ўйин шартларини хатосиз ва тез бажарган гуруҳ ғолиб чиқади.

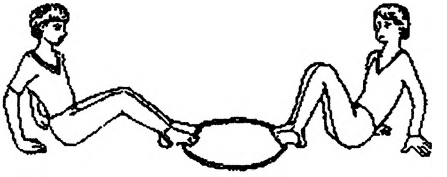
## МУВОЗАНАТНИ САҚЛА

Ўйинчи икки оёғини бирга тўғри қўйиб, қўлларини орқага қўяди, қўлларида кубик ёки кегли бўлади. У шу ҳолатда оёқларини тўғри қўйган ҳолда, секин-аста пастга ўтиришга ҳаракат қилади (62-расм). Қўлидаги буюмни ерга қўйиб, кейин туришга ҳаракат қилади. Бунда у оёқларини бир-биридан узмаслиги керак.

62-расм

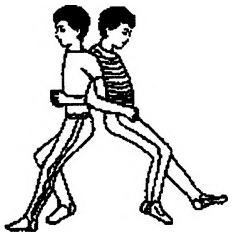
## АЙЛАНТИРГИЧ (ОБРУЧ) УЧУН ЖАНГ

Полга айлантиргич (обруч) қўйилади. Икки иштирокчи бир-бирига қараб яланг оёқ ўтиришади. Айлантиргични оёқ панжалари билан маҳкам ушлаб, ўйинбоши буйруғига биноан, ҳар бири уни ўз томонига торта бошлайди (63-расм). Табиийки, ким кучли бўлса, ўша ғолиб чиқади.



63-расм

## ЧИЗИҚ ТАШҚАРИСИГА



64-расм

Икки иштирокчи бир-бирига елкаси (орқачаси) билан турган ҳолда қўлларини маҳкам ушлаб олишади. Ҳар биридан масофада чизиқ чизилган ёки арқонча тортилган. Уларнинг вазифаси оёқлари билан ерга тиралган ҳолда, рақибини чизиқ ташқарисига итариши керак (64-расм).

## КАРТОШКА БИЛАН РАҚС

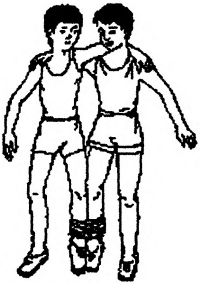
65-расм

Ўйинда бир нечта иштирокчи қатнашиши мумкин. Улар икки кишидан бўлиб, жуфтлик ҳосил қилишади. Ҳар бир жуфтликка биттадан ўртача катталикдаги картошка берилади. Ўйинчилар картошкани пешоналари билан сиқишади ва ўйинбоши буйруғи билан ўйинга тушишни бошлашади. Ўйинчилар бир хил бўлмаган турли-туман ҳаракатлар қилишлари керак (65-расм). Бунда, албатта, картошкани тушириб юбормасликлари керак бўлади. Ким кўпроқ шу ҳолатида турольса, ўша жуфтлик ғолиб саналади.

## УЧ ОЁҚДА ҲАРАКАТЛАНИШ

Бу ўйинда ҳам бир нечта иштирокчилар икки кишидан бир нечта жуфтлик ҳосил қилишлари мумкин. Жуфтликдаги болаларнинг чап ва ўнг оёқлари бир-бирига боғланган бўлади ва қўллари-

ни ҳам ушлаб туришади. Барча жуфтликлар старт чизиғида туришади (66-расм).



66-расм

Ўйинбоши ишорасига биноан жуфтликлар финиш чизиғи томон чопишади ва финишни айланиб ўтиб, яна ўз жойларига қайтишади. Ким биринчи бўлиб дастлабки жойига етиб келса, ўша жуфтлик ғолиб чиқади. Оёқдаги арқон ёки мато ечилиб кетса, қайтадан боғланиб яна ўша жойдан югуришни давом эттириш мумкин.

## РАҚАМИНГНИ ЭСЛАБ ҚОЛ

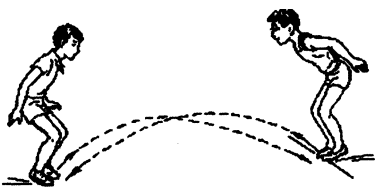
Бир нечта ўйновчилар катта айлана ҳосил қилиб туришади. Ўйинбоши уларни сонма-сон айтиб чиқади, яъни 3-4 та рақамга бўлади (1-, 2-, 3-, 4-). Ҳамма ўз рақамини эслаб қолиши керак. Шу йўсинда бир хил рақамли бир нечта жамоа ажралиб чиқади. Ўйинбоши бирданига қайсидир рақамни айтади. Ўша заҳоти шу рақамли ўйинчилар айланадан чиқиб, майдоннинг бошида турган байроқча томон югуриб, байроқчани айланиб ўтишади ҳамда ўз жойларига қайтиб туриб олишади. Ким биринчи бўлиб етиб келса, ўша ўйинчи жамоасига очко олиб беради.

Кейин ўйинбоши бошқа сонни айтади. Ўйин шу алфозда давом этади. Қайси жамоа кўп очко йиға олса, ўша ғолиб бўлади.

**Ўйин қоидалари.** Ўйинбоши ишорасидан сўнггина югуриш мумкин. Ўйинчи ўз жойига етиб келиши билан қўлини юқорига кўтариши керак.

## МОКИ

Иккита бир хил қатор бир-бирига қарама-қарши туради. Улар ўртасидан сакраш учун перпендикуляр чизиқ тортилган. Қуръага кўра биринчи жамоа аъзоси чизиққа келиб, иложи борича узоқроққа сакрашга ҳаракат қилади. Иккинчи жамоа аъзоси тушган жойдан қарама-қарши томонга сакрайди, бунда у иложи борича чизиқдан узоқроққа тушишга ҳаракат қилиши керак. Кейин биринчи жамоанинг иккинчи аъзоси рақиб тушган жойдан яна у томонга қараб сакрайди ва ҳ.к. (67-расм).



67-расм

Қайси жамоа аъзоларининг сўнгги ўйинчиси рақиб томонга ўтолса, ўша жамоа ғолиб саналади.

**Ўйин қоидалари.** Ўйинчилар фақат турган жойларидан сакрашлари шарт. Ўйинбоши иштирокчининг оёқ товони тушган жойдан белгилаб ҳисоблайди.

## КИМ КЎП ОТАДИ

Ўйновчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ ўйинчилари ўз ўйинбошчиларини сайлаб ўртага чиқадилар. Майдон ўртасида турган тўпга биринчи бўлиб етиб келган ўйинчи тўпни олган заҳоти ўйинбошига ташлайди. Тўпни олган гуруҳ доира ҳосил қилиб туради, иккинчилари эса ўртага туради.

Ўқитувчи кўрсатма берганидан кейин тўпни ўйинчилар бир-бирларига ошириб, ўртада юрган ўйновчиларни уришга ҳаракат қиладилар. Тўп тўғри бориб ўйинчига тегса, отувчи гуруҳга бир балл берилади. Ўйин 5-6 дақиқа ўйналганидан кейин, гуруҳлар ўз ўринларини алмаштирадилар. Белгиланган вақт ичида кўпроқ балл тўплаган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ҚЎРҒОН ҲИМОЯСИ

Кенг майдонда катта, ўрта ва кичик – учта доира чизилади. Болалар икки гуруҳга бўлиниб, ўзларига сардор тайинлашади. Кичик доира қўрғон ҳисобланиб, унга қумтупроқдан биронта шакл ясаб қўйилади. Бир гуруҳ қўрғонни ҳимоя қилиб, ўрта доира чизиғи устида ҳужумчиларни кутиб туради. Ҳужумчилар катта доира чизиғидан қўрғонга қараб ҳужум қилиши, ҳимоячиларни алдаб, қўрғон устидаги шаклдан сакраб ўтишлари керак бўлади.

Қўрғон ҳимоячилари ҳужумчилар йўлини тўсиб, уларга қўл теккизиб, асир олишга ҳаракат қиладилар. Қўл теккизолмай ҳужумчини ўтказиб юборган ҳимоячи ўзи асир бўлиб, ўйиндан чиқиб қолади. Қўрғон мудофаачилари фақат ўнг томондан ўтган ҳужумчинигина қўл билан уриб асир олиши мумкин (68-расм). Ҳужумчига фақат қўл теккизилади, ушлаб қолиш эса мумкин эмас.

68-расм

Бир қўриқчи олдидан фақат битта ҳужумчи ўтади. Кўпчилик бўлиб ўтиш ҳисобга кирмайди.

Ўйинда бир бола ҳакамлик қилиб, қўрғондан сакраб ўтган-

ларни ва асир тушганларни ҳисоблаб туради. Сакраб ўтиш ҳам, асир олиш ҳам биттадан очко ҳисобланади. Қайси томон кўп очко олса, шу гуруҳ ғолиб бўлади. Ғолиб гуруҳ болалари саф туриб, уч марта «Ура, ура, ура!» дейишади.

## ЭНГ ЧАҚҚОН

69-расм

Ўйинда 6–8 та бола қатнашади. Текис жойга тўнка, курси ёки яшик қўйилади. У «тўнка» дейилади. Ким биринчи, ким иккинчи эканлиги қуръа ташлаб белгилаб олинади. Болалар «тўнка» устига ўз буюмларини қатор қилиб қўядилар. Сакрашга рухсат берилганда биринчи бола югуриб келиб сакраётган пайтда ўз буюмини олиб, ўтиб кетишга ҳаракат қилади (69-расм). Олиб кетса бир очкога эга бўлади, ололмаса ноль (0) очко билан чегараланади. Агар сакраётиб бошқа боланинг буюмини тушириб юборса, олдин олган бир очкосидан маҳрум бўлади.

Болалар бир неча марта сакрашлари мумкин. Энг кўп очко олган бола ғолиб бўлади ва уни «энг чаққон» деб аташади.

## ЭҲТИЁТ БЎЛ

Очиқ майдон ёки спорт залида ўйновчи болалар икки гуруҳга бўлиниб, бир-бирларидан 20–30 метр масофада юзма-юз саф тортиб турадилар.

Ўйин қуръа ташлаш йўли билан бошланади. Бир гуруҳ ўз жойида туради. Раҳбар (ёки ўйинбоши) ишора бергач, ўйин бошловчи гуруҳ аъзолари рақиб гуруҳ болаларининг елкаларига қўл билан уриб, ўз жойларига қочишади, улар маррага етгунча, рақиб гуруҳ қочганларни тутиб олишга уринади. Тутилганлар тутиб олганларнинг орқасидан турадилар. Кейин гуруҳлар жой алмашадилар. Қайси гуруҳ кўп қочоқ тутса, ўйинда ютган ҳисобланади.

## ИНОҚ

Бешта бола қатнашадиган бу ўйин учун битта кичкина копток ва тўртта таёқча керак бўлади. Таёқчанинг узунлиги 50 см, эни эса 7 см. Ўйин майдони квадрат шаклида бўлиб, томонлари 2 метрдан бўлади. Унинг ҳар бир бурчагида «инлар» бўлади. Инларнинг чуқурлиги 5 см, квадратнинг маркази ҳам 5 см чуқурликда бўлади.

Ўйинда қатнашадиганлар бир қаторга тизилиб туришади. Ўйинбоши 21 гача санайди. Ким 21-бўлиб чиқса, шу бола коптокчани олиб, ўйин майдонидан 10 метр нарироқдаги чизиққа бориб туради. У коптокни квадрат ичига ирғитиши керак. Квадрат ичида турган болалар эса бу коптокчани квадрат ичига киритмасликка ҳаракат қилишлари керак. Болалар коптокчани фақат ҳалиги таёқча билан уриши мумкин. Агар коптокча майдонча ичига кирса, уриш ман қилинади. Коптокча майдончадаги чуқурчага тушиб қолса, ўйинда қатнашувчилар ўз инларини алмаштиришлари керак. Инларни алмаштираётганда коптокчани ирғитган бола очиқ турган инга кириб олиши керак. Шу вақтда инсиз қолган бола коптокни олиб, бояги сингари бошқа томондаги чизиқдан ирғитади.

Агар коптокча ўйинчилардан бирининг чуқурчасида тўхтаб қолса, шу ўйинчи ўз ўрнини копток ирғитувчига бўшатиб беради. Коптокчани таёқча билан ураётганда болаларнинг таёқчалари бир-бирига тегиб кетмаслиги керак. Акс ҳолда ўйин тўхтатилади. Таёқчаси тегиб кетган ўйинчи ўрнини копток ирғитувчига бўшатиб беради. Агар у коптокчани ушлаб олса, коптокни урган ўйинчи ўз ўрнини бўшатиб беради. Коптокни ҳаводан илиб олган ўйинчи эса 2 марта ўз ўрнини ҳеч кимга бўшатиб бермай туриш ҳуқуқига эга бўлади.

## КИЧИК ВОЛЕЙБОЛ

Бу ўйинда 4–8 та бола қатнашиши мумкин. Шунча болалар сиғадиган айлана чизилади. Болалар айлананинг ҳар томонидан туриб, коптокни ерга туширмай бир-бирларига отиб ўйнайдилар. Шунда копток айлана ичига тушиб қолса, уни туширган бола чизиқ ичига кириб ўтиради. Ўйин давомида коптокни туширган болалар чизиқ ичида ўтиравердилар. Айлана орасига тушиб қолганлардан бири ўйин давомида коптокни ушлаб олса, чизиқнинг ташқарисига чиқади, коптокни олдирган бола эса чизиқ ичида ўтиради (70-расм).

70-расм

Чизиқнинг ташқарисида ўйнайдиган болалар айлана ичкарисидаги болаларни копток билан уриши мумкин. Лекин отилган копток тегмаса, коптокни отган бола ҳам чизиқ ичида ўтиради. Ўйин иштирокчиларининг ҳаммаси чизиқ ичида ўтириб, бир боланинг ўзи қолса, у

тўп отиб болаларни урадн. Коптокни чизиқ ичидагилардан бири илиб олса ё копток чизиқ ичига тушса, ҳамма болалар ўринларидан турадилар, ўйин яна қайтадан бошланади.

## ЕТТИ ТОШ

71-расм

Болалар бу ўйинни бошлашдан олдин икки гуруҳга бўлинишади. Гуруҳ сардорлари бир танганинг томонларини белгилаб юқорига отганда қайси гуруҳ танлаган томон билан ерга тушса, ўйинни ўша гуруҳ бошлайди. Ўйинда еттита тош ва бир копток бўлади. Ўйин бошлаш ҳуқуқини олган томон белгиланган жойдан уст-ма-уст қўйилган тошга тўп ташлайди Агар тўп тошнинг биттасини йиқитса, шу гуруҳ аъзолари яна бир марта тўп ташлайди, 2 тасини туширса – 2 марта, 3 тасини туширса – 3 марта, 4 тасини туширса – 4 марта ва ниҳоят 5 тасини туширса шу заҳоти ҳаммаси қочади. Иккинчи гуруҳ аъзолари уларга тўп отадилар (71-расм). Тўп теккан бола ўйиндан чиққан ҳисобланади. Гуруҳ аъзолари тўпга ўзларини теккизмай тошларни тиклаб олсалар, ғолиб чиққан бўладилар. Кейин тўпни мағлуб томон ташлайди, ўйин шундай давом этаверади.

## ЧУРР-КЕС

Бу ўйинда 12–14 ёшли болалар қатнашади, бунда болалар икки гуруҳга бўлиниб ўйнайдилар. Ўйиннинг ким томонидан бошланиши қуръа ташлаш

йўли билан аниқланади. Қуръада ютқазган гуруҳ доира ичида – пиллада қолади.

Пилланинг радиуси бир метр бўлади. Бошқа гуруҳ майдоннинг турли тарафига қараб узоқлашади. Пиллага бир кишини қолдириб, бошқалари уларни қидириб кетадилар. Қочган гуруҳ пиллани босишга, қувишга, уларни уришга ҳаракат қиладилар. Бола урилса ўйиндан чиқиб туради. Қолган гуруҳ ўйинчиларидан бирортаси рақибини орқасидан қувиб пилладан узоқлашса, чиққан гуруҳ аъзоларидан бири унинг орқасидаги очиқ жойдан «Чурр-р-кес-кес», деб ўтиб кетади. Шунда пилладан узоқлашган ўйиндан чиқиб қолади. Шунинг учун пилладаги гуруҳ бир-биридан узоқлашмаслиги керак. Кесиб ўтаётган болани дурра билан уриб ўйиндан чиқариш мумкин.

Ўйиндан чиққан гуруҳ болаларидан бири пиллани босиб қўйса, ўйин қайта бошланади.

## БИЛАҒОН

Дарс жадвалини яхшилаб кўриб олиш зарур. Асосан иккита гуруҳ бўлиб, битта гуруҳнинг одами камида 2 та болани ташкил қилади. Ўйинбоши қўлларини орқага қилиб бир кафтини нимагадир яширади. Яширган нарсанинг қайси қўлидалигини топган бола савол беради. Ўйин учун ўйинбоши 15 дақиқа вақт ажратади. Шу вақт ичида дарс жадвалини иккала гуруҳ ҳам ёдлаб бўлиши керак. Сўнг ўйинбоши савол беради:

«Учинчи ўқиш кунида-чи?», «Биринчи ўқиш кунининг учинчи соатида қандай дарс бўлади?» ва ҳоказо. 30 дақиқа ўтгандан сўнг ўйинбоши, вақтингиз тугади, деб эълон қилади. Саволга тўғри жавоб берган бола билаҒон номини олади.

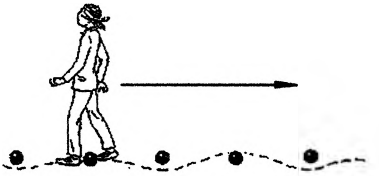
## *АТТРАКЦИОН ЎЙИНЛАР*
*(ТОМОШАБОП ЎЙИНЛАР)*

## *ТЎП БИЛАН ЎЙИНЛАР*

---

### ТЎПЛАРДАН ЎТИБ КЎР

5-6 та тўпчалар бир чизиқ бўйлаб қатор қилиб қўйиб чиқилади. Тўплар орасидаги масофа тахминан 1-1,5 м. Ўйинчи тўплар жойлашишини яхшилаб ёдлаб олади, кейин орқаси билан ўгирилиб олиб, орқага қараб юради. Вазифа – тўпларга тегиб кетмасдан манзилга етиб бориш. Бунда тез ёки секин юриш ўйинчининг ўзига ҳавола.



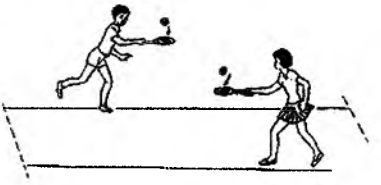
72-расм

**Вариантлар:**

1. Тўплар сонини ошириш мумкин.
2. Тўплар устидан оёқни ошириб ўтиш ҳам мумкин.
3. Кўзни бойлағич билан боғлаб қўйган ҳолда ўйинни мураккаблаштириш мумкин (72-расм).

### ПИНГ-ПОНГ

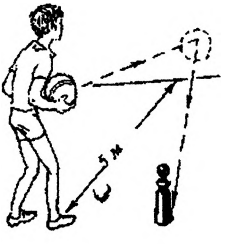
Майдоннинг бир бошига старт чизиғи ва бошқа томонига финиш чизиғи чизилади. Ўйинчилар бирбирига қарама-қарши томонларда ёнма-ён туришади уларнинг қўлида ракетка ва стол тенниси



73-расм

тўпи бўлади. Ишорага кўра ўйинчилар финиш чизиғи томон тўпни уриб кетган ҳолда югуришади (73-расм). Сафларига қайтгач, тезда навбатда турган шерикларига ракеткани узатишади. Мабодо тўп йўлда тушириб юборилса, айнан ўша жойга қайтиб, яна давом эттириш лозим бўлади. Қайси жамоа биринчи бўлиб ўйинни якунласа, табиийки, ўша жамоа ғолиб саналади.

## ҚАЙТИШ БИЛАН УР

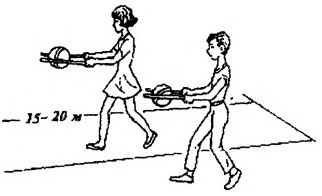



74-расм

Девордан тахминан 3–5 м узоқроқ масофада кегли ёки қандайдир ўйинчоқ қўйилади. Мақсад – тўпни деворга отиб ёки думалатиб, ўша девордан қайтган тўп ерда турган нишонга бориб тегиши керак (74-расм). Ҳар бир ўйинчига бештадан имконият берилади. Энг кўп нишонга олган бола ғолиб бўлади.

**Бошқа вариант:** полдаги кегли ёки ўйинчоқ ўрнига, оғзи очиқ яшик, қутича ёки саватча қўйилиб, ўша нишонларга тўпни киргизиш мумкин.

## ТУШИРИБ ЮБОРМА




75-расм

Ўйинда икки жамоадан бир нечта киши қатнашади. Старт чизиғидан жамоаларнинг биттадан ўйинчисига иккита таёқ ва битта тўп берилади. Ўйинбоши ишорасидан сўнг тўпни шу таёқчаларда сиқиб олиб (тўп тушиб кетмаслиги учун маҳкамроқ сиқиб олиш керак), финишгача тўпни тушириб юбормасдан югуриб ўтишлари керак (75-расм). Тўп тушиб кетган жойдан яна таёқча билан сиқиб югуришни давом эттириш мумкин. Югуриш масофаси тахминан 20 метрни ташкил этади.

## РАКЕТКА БИЛАН ҲАЛҚА ОРАСИДАН

Жамоалар биттадан ўйинчини танлашади. Уларнинг ҳар бири ўнг қўлида ракетка бўлиб, ракетка устига тўп қўйилади. Ўйинчилар қўлларидаги ракетка билан майдоннинг старт чизиғидан то финишгача югуриб ўтишади, бунда албатта тўп ерга тушиб кетмаслиги шарт. Ўйинчилар майдоннинг ярмига етганларида ерда ётган ҳалқани бўш турган қўллари билан кўтариб, кейин унинг орасидан ракетка билан бирга ўтадилар. Бу ерда ҳам тўпни ракетка устидан тушириб юбормаслик керак (76-расм). Ўйин иштирокчилари финиш чизиғига бориб, яна ўша йўналишда ортларига қайтишлари керак бўлади. Ким биринчи бошланғич жойга етиб келса, ўша ғолиб чиқади.

**Ўйин қоидалари.** Агар ўйинчи тўпни тушириб юборса, ўша жойдан яна югуришни давом эттири-

76-расм

ши керак. Бундай ҳолларда ўйинчининг шерикларидан бири ердан тўпни ракетка устига қўйиб кўмаклашишига ҳам рухсат берилади.

## САКРАБ ТУРИБ ИРҒИТИШ

77-расм

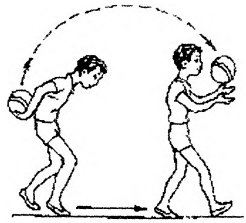
Иштирокчилар бир чизиқ бўйлаб бир-биридан 3 қадам оралиқда туришади. Оёқлари орасида тўп туради ва улар шу тўпни сакраб туриб икки оёқлари билан ирғитишади (77-расм). Ким узоқроқ масофага тўпни юборса, ўша ўйинчи ғолиб саналади.

**Вариант.** Ўйинчилардан 2-3 м масофада турган пастроқ тортилган ип ёки арқонча устидан ошириб ўтишлари ҳам мумкин.

## ОРҚАДАН ОТ ВА ИЛИБ ОЛ

Ўйинчи орқасида икки қўли билан тўпни ушлаб туради. Олдинга бир оз эгилиб, икки қўли билан тўпни боши устидан олдинга отади. Кейин тўғирланиб олиб, ҳаводан тушаётган тўпни илиб олиши керак (78-расм). Ҳар бир иштирокчига 7-8 тадан имконият берилади. Ким энг кам хатога йўл қўйган бўлса, ўша иштирокчи ўйинда ғолиб чиқади.

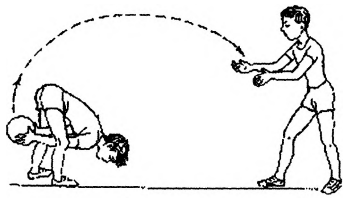
**Вариантлар.** Ўйинга мураккабликлар ҳам киритиш мумкин. Масалан, тўпни отиб бўлгач, бир-икки марта чапак чалиб илиш ёки бўлмаса тўлиқ айлана қилиб илиш ёки деворга отиб илиб олиш ва ҳ.к.



78-расм

## 5 МАРТА КЕТМА-КЕТ

Икки иштирокчи бир-биридан 3 м масофа оралиғида туришади. Шериклардан бири олдинга эгилиб, қўлидаги тўлдирма тўпни оёқ орасидан шундай отиши керакки, у ярим доира айланиб шеригининг қўлига тушиши керак (79-расм). У тўпни

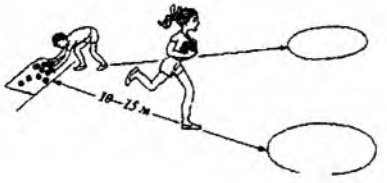


79-расм

ушлаб худди шеригига ўхшатиб қайтаради. 5 марта шундай усул билан тўпни хатосиз бажарган жуфт шериклар ғолиб ҳисобланади.

## ТЕЗРОҚ ОЛИБ ЎТ

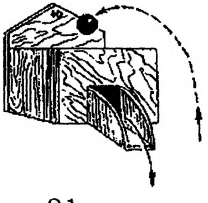
Барча теннис, тўлдирма ва резина тўплари майдоннинг бир чеккасига тўплаб қўйилади ва чизиқ чизилади. Ундан 10–15 м нарида 1 метрли диаметрда иккита доирача чизилади ва уларга биттадан ўйинчилар туриб олишади. Ўйинбошининг буйруғига кўра иккала ўйинчи тўпларга қараб югуради




80-расм

ва ҳар қайсиси иложи борича тўпларни олишиб, ўз доирачасига ташиб олиб боради (80-расм). Сўнг қўшимча буйруқ берилмасдан тўпларни олиб ўтадилар. Кимки тўпларни кўпроқ олиб ўтса ўша ғолиб ҳисобланади.

## ТУШИР ВА ИЛИБ ОЛ



81-расм

Деворга ўрнатиб қўйилган қутига 3-4 м масофали жойдан кичик копток ташланади. Сўнгра қутининг тарновидан қайтиб тушаётган коптокчани тутиб олишга улгуриш керак (81-расм).

## ИЛИБ ОЛ

82-расм

Тик турган ҳолатда оёқ учлари ва товонлар бирга, қўллар орқага чўзилган ҳолатда (бир қўл кафти иккинчисини ушлаган ҳолатда) ярим ўтириб, жойдан қўзғалмасдан, ерга тиралмасдан копток, кубикнинг ўрнини алмаштириш керак (82-расм). Уч, тўрт галдан сўнг ким уддалай олса, ўша ғолиб ҳисобланади (бешдан уч).

## ТАХТА УСТИДАГИ КОПТОК

83-расм

Копток қўйилган тахтачани бош устига кўтариб, коптокни туширмасдан ўтириб-туриш керак (83-расм).

Агар бу машқни бажариш қийинчилик туғдирса, уни енгиллаштириш мумкин, яъни картондан ясалган кичик доирача копток тагига қўйилса, коптокни ушлашга имконият яратилади.

## ЎРГАТИЛГАН КОПТОК

84-расм

Полга чалқанча ётиб, бош томонга 20–30 см масофада тўп ўрнатилади. Полга қўлларни таянч қилиб олиб, оёқларни кўтариб, бош томонга эгиб, коптокни оёқ панжалари билан илиб олиб ростланилади (84-расм).

## ДОИРАЧАНИНГ ИЧИГА САКРАБ ТУШ

Ўйинбоши баландлиги 10–12 см келадиган ўриндиқ олдида ерга диаметри 30–35 см ли доирачалар чизади. Доирачалар нечта бўлса, шунча бола ўриндиқ устига чиқиши ва у ердан доира ичига сакраб тушиши таклиф қилинади. Бу болалар сакраб бўлгач, бошқа болалар чиқади, унинг кубигини ҳимоя қилишга улгура олмаса (онабоши қўлини кубикка теккизса), у доирадан чиқади ва ўйинда вақтинча қатнашмайди.

Онабоши 2-3 та кубикни олганидан кейин янги онабоши тайинланади. Ўйин ҳамма болалар билан яна давом эттирилади.

## ПИНГВИН ТЎП БИЛАН

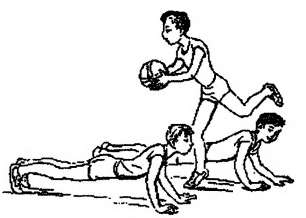
Икки гуруҳ биттадан колоннага тизилиб турадилар.

Улардан 10 қадам узоқликда байроқ қўйиб чиқилади. Гуруҳнинг биринчи рақамли иштирокчилари волейбол тўпини олишади. Тўпни тиззалари билан сиқиб олиб, сакраб-сакраб финиш байроқчаси томон ҳаракатланишади, байроқчани айланиб ўтиб, худди шу тарзда ортга шериклари томон қайтишади. Ўйинчи етиб келиши билан дарров бошқа шериги навбатни олади. Биринчи бўлиб ўйинни якунлаган жамоа ғолиб чиқади.

Ўйинни бир оз мураккаблаштириш ҳам мумкин. Масалан, ўйинчилар тиззалари орасига бир тўпни ва яна бир тўпни қўллари билан олиб юришлари мумкин.

## ТУННЕЛ БЎЙЛАБ

Майдоннинг масофаси 15-16 м. 10 та иштирокчи бир-биридан 1,5 м ораликда ёнма-ён жойлашади. Ҳуштакдан сўнг барча иштирокчилар қўлларига таянган ҳолда ётишади, худди туннел ҳосил қилгандай. Биринчи ўйинчи эса туннел тагидан ўнинчи ўйинчига тўпни узатади. У эса ўз навбатида, тўпни ушлаб олиб, тезда ўрнидан туради ва иштирокчилар устидан ўтиб, биринчи ўйинчи ёнига қўлларига таянган ҳолда ётади ва тўпни охирида турган ўйинчига узатади (85-расм). Қайси ўйинчи хатоларсиз ўйинни якунласа, ўша ғолиб ҳисобланади.

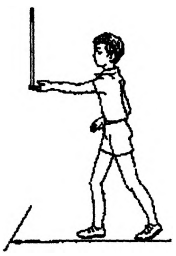


85-расм

# ГИМНАСТИК ТАЁҚЧАЛАР БИЛАН АТТРАКЦИОНЛАР

## ЖОНГЛЁРЛАР

Бир-биридан тахминан 10–12 қадам оралиқда старт чизиғидан то финишгача бўлган иккита параллел чизиқ чизилади. Иккита иштирокчи стартга туриб, ўйинбоши буйруғини кутишади. Иштирокчилар қўлида гимнастик таёқча ушлаб туришади.



86-расм

Буйруқ берилиши билан иштирокчилар финишга қараб ҳаракатланишади. Таёқчани бармоқ учида олиб бориши керак (86-расм). Ким биринчи бўлиб таёқни туширмасдан финишга етиб келса, ўша ғолиб бўлади.

Мабодо таёқча тушиб кетса, ўша жойдан яна қайта бошлаш учун буйруқ берилади.

## ЎРДАК СУВДА

Ўйин кичкина кўл ёки ҳовузда ўйналади. Ўйин бошланишидан олдин сув жойларининг тозалиги текшириб кўрилади. Ўйинда 6–12 бола қатнашиши мумкин. Онабоши ҳовуз ўртасида, бошқалари қирғоқда турадилар. Бошлиқ: «Ўрдак сувда!» дейиши билан барча болалар сакраб ҳовузга тушадилар (87-расм). Онабоши уларни тутиши, яъни уларга қўл теккизиши керак. Тутилган бола онабоши би-

87-расм

лан ўрин алмашади. Маълум муддатда бирор марта тутилмаган бола чаққонликда биринчиликни олган ҳисобланади.

## ШАҲАР-ШАҲАР ЎЙИНИ

Бу ўйинни 10–13 ёшдаги болалар ўйнайди. Болалар ерни доира шаклида чизишади, сўнгра доиранинг ичига чизиқ чизиб, ўзларига «уйча» қуриб олишади. Ҳар бир бола ўзига от қўяди. Масалан, Фарғона, Қарши, Тошкент ва ҳоказо. Доиранинг ичида ҳам бир уйча бўлади. Болалар ўз уйчаларига киришади. Болалардан бири ўртадаги уйчага кириб туриб бирор шаҳарнинг номини айтиб қочади. Унга қўшилиб бошқалар ҳам қочадилар. Номи айтилган «шаҳар» тезда ўртадаги уйчага кириб: «Тўхта!» дейди. Қочиб бораётган болалар бирдан тўхташади. «Тўхта», деган бола бирорта болага қараб уч қадам санаб боради, агарда у боланинг олдига етиб борса, унинг уйчасини эгаллайди. Уйсиз қолган бола эса ўртага тушади. Агар етмаса, уйида қолади ва ўйин яна бошидан бошланади.

## ЎРТА БАРМОҒИМНИ ТОП

Болалар бўш вақтларида бармоқ топиш ўйнайдилар. Бир бола қўлининг бармоқларини иккинчи қўли орасига олиб, фақат бармоқларининг учларинигина кўрсатиб туради. Бармоқ яширган бола усталик билан ўрта бармоғини шундай яширадики, топмоқчи бўлган бола янглишиб, бошқа бармоғини кўрсатиб қўяди ва алданиб қолади. Кейин алданган бола ўз бармоқларини яширади. Ўйин шу тарзда давом этади.

## ҲУЖУМЧИЛАР

Ўйинда иккита ҳужумчи жарима майдончасидан 10–12 қадам нарида турадилар ва ишора берилиши билан тўпни бир-бирларига узатиб, олдинга ҳаракат қила бошлайдилар. Уларнинг вазифаси – жарима майдончасида турган ҳимоячиларни алдаб ўтиш ва дарвозага тўп киритиш. Ҳужумчилар тўпга икки мартадан ортиқ тегиш ҳуқуқига эга эмас. Ҳимоячилар фақатгина жарима майдончасида, дарвозабонлар эса дарвоза майдончасида ҳаракат қиладилар. Рақиблар вақти-вақти билан ўз жойларини алмаштириб турадилар.

**Ўйиннинг бошқа тури.** Худди шунинг ўзи, лекин ёш футболчилар тайёргарлигини ҳисобга олган ҳолда тўпга тегиш сонини 3-4 тагача ошириш мумкин.

## ФУТБОЛГА ОИД АТТРАКЦИОН

Ўйинчи қўлида тўп билан дарвозадан 35 м масофадаги чизиқда туради. Ишора берилиши билан у тўпни юқорига ирғитиб, бошида тўп билан жонглёрлик қилади. Тўпни бош билан 10 марта ургандан кейин, яна 10 марта сон ёрдамида (оёғида) тўпни уриб жонглёрлик қилишга ўтади. Сўнгра оёқ юзаси билан жонглёрлик қила бошлайди. Ўйин якунида эса у тўпни зарб билан тепиб, дарвозага йўналтиради. Жонглёрлик қилиш вақтида ерга тушган ҳар бир тўп учун ўйинчига 3 та жарима очкоси берилади, дарвозага уриш вақтида янглишгани ёки хатога йўл қўйгани учун 5 та жарима очкоси, жонглёрлик қилиш вақтида тўпни ҳар бир ортиқча ургани учун 1 та жарима очкоси берилади. Жарима очкони кам олган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа тури.** Шуғулланувчиларнинг жисмоний тайёргарлигини ҳисобга олган ҳолда ҳар бир жонглёрлик қилиш турларида тўпнинг ерга 2-3 мартадан тушишига рухсат этилади; тўпни фақат ерга тушганда ва тўхтагандан кейин дарвозага йўналтириш мумкин.

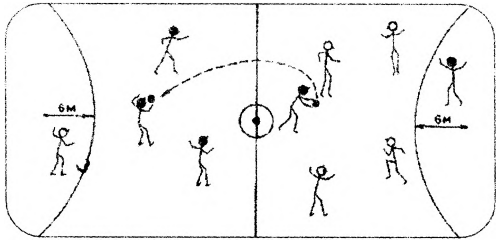
## ХОҲЛАГАН НУҚТАДАН

Ўйин катталиги 20х20 м келадиган майдончанинг текис бир қисмида ўтказилади. Унинг марказида эни 80–120 см келадиган дарвоза ўрнатилади (дарвоза ўрнига устунча, байроқчадан фойдаланиш мумкин). Ўйинда 10–12 ўйинчи қатнашади. Улар тартиб билан санайдилар ва ўз рақамларини эсда сақлаб қоладилар.

Биринчи ўйинчи хоҳлаган нуқтасидан тўпни дарвоза томон тепади. Агар тўп дарвозага тушса, иккинчи ўйинчи бориб тўпни ўша жойдан тепади. Иккинчи рақамли ўйинчи ҳам ўйинни шу жойдан бошлаши керак. Учинчи рақамли ўйинчи тепган тўп нишонга тегмаса, у битта жарима очко олади. Тўртинчи рақамли ўйинчига эса майдончанинг хоҳлаган нуқтасидан тепишга рухсат берилади. Учта жарима очко олган ўқувчи ўйиндан чиқиб кетади. Ўйин майдонда 2-3 ўйинчи қолгунча давом этади, улар ғолиблар деб ҳисобланади.

## ТЎП КАПИТАНГА

Ўйин қўл тўпи майдончасида иккита гуруҳ ўртасида ўтказилади. Иккала гуруҳ (ҳар бирида 6–8 тадан ўйинчи бўлади) ўзларининг сардорларини сайлайдилар, улар ўз навбатида рақиб гуруҳининг 6 м ли ҳудудида турадилар.

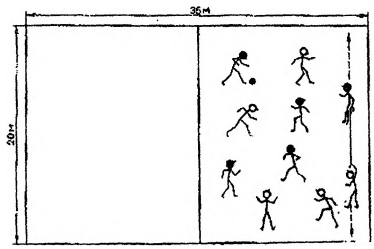



88-расм

Ўйин майдончанинг марказидан бошланади ва футбол ўйини бўйича олиб борилади. Иккала гуруҳ ўйинчилари рақибларини алдаб ўтишга ҳаракат қилиб, тўпни ўзларининг сардорларига узатадилар (88-расм). Бунинг уддасидан чиқа олган ўйинчи ўз гуруҳига битта балл келтиради. Сардорларга 6 м ли ҳудуддан чиқишга, майдон ўйинчиларига эса ҳудудга киришга рухсат берилмайди. Ўз сардорига кўпроқ тўп узатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ҲАРАКАТДАГИ ДАРВОЗА

Ўйин футбол майдонида ёки қўл тўпи майдонида иккита гуруҳ ўртасида ўтказилади. Ҳар бир гуруҳда 6–10 тадан ўйинчи бўлади. Гуруҳда иккитадан онабоши тайинланади, улар қўлларини ушлашиб рақибнинг жарима майдончасида турадилар (89-расм). Бу ҳаракатдаги дарвоза бўлади. Ўйин майдон марказидан бошланади. Жамоалар футбол қоидаси бўйича ўйнайдилар, рақибларини алдашга ҳаракат қиладилар. Тўпни рақибнинг жарима майдончасига олиб бориб, уни шундай тепиш керакки, тўп иккита онабоши ўртасидан учиб ўтсин. Агар онабоши тўпнинг дарвозаси ёнидан ўтаётганини кўрса, у қўлини қўйиб юбормасдан, жарима майдончаси бўйлаб силжийди ва шундай ҳолатни эгаллайдики, тўп «ҳаракатдаги дарвоза»га тушади.




89-расм

Майдон ўйинчиларига жарима майдончасида имкон борича тўп тепишига рухсат берилмайди.

## ТЎП БИЛАН ТОМОША

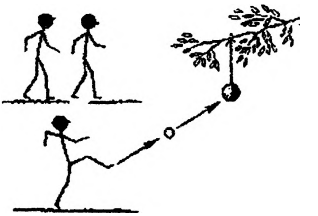
Девордан 8–10 метр масофада старт – финиш чизиғи тортилади, 1-1,5 м ораликқа 3–5 та тўп қўйилади (баскетбол, волейбол, футбол). Ҳар бир тўп ёнида ўйинчилар туради.

Ўқитувчи ишора бериши билан мусобақалашувчилар ўнг (чап) қўл кафти билан тўпни уриб, уни ердан кўтарадилар, баскетбол усули билан уриб, девор томон йўл оладилар. Деворга қўлларини теккизганларидан кейин ўйин қатнашчилари орқага қайтадилар. Финишдан ўтишлари билан улар тўпни илиб олиб, юқорига кўтарадилар.

Вазифани биринчи бўлиб тугатган ўйинчи ютган ҳисобланади. Агар томошада кўп ўқувчи (15–20 та) қатнашса, мусобақа ғолиблари учун мусобақа ташкил қилиш мумкин.

## ТЎПГА ТЕККИЗ

Ердан 15–20 см баландликка бир неча тўп осиб қўйилади. Тўплар орасидаги масофа кичик ёшдагилар учун 3–5 метр, катта ёшдагилар учун эса



90-расм

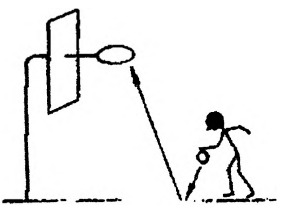
11 метргача бўлади. Ўйинчи ерда ётган тўпни ўнг ёки чап оёғи билан тепиб, арқончага осиб қўйилган тўпга теккизиши керак (90-расм). Ўйинда 2–5 мартадан кўп тўп теккизган ўйинчи ғолиб саналади.

**Ўйиннинг бошқа тури.** Ерда ётган тўпни оёқ билан тепиб, ён томонда турган қутига ёки саватчага тушириш мумкин.

## ЕРГА УРИЛИБ ҚАЙТГАН ТЎПНИ ҲАЛҚАГА ТЕККИЗ

Ўйин спорт залида ёки майдончада ўтказилади. Ўйинчилар баскетбол тахтасига, устунга ёки дарахтга осиб қўйилган чамбарак, саватча ва бошқалар қаршисида турадилар.

Ўйин қатнашчилари тўпни ерга ёки полга шундай сарҳисоб билан уришлари керакки, тўп урилиб қайтгандан кейин баскетбол ҳалқасига (чамбаракка, саватчага) тегсин (91-расм). Тўпни қанча масофадан ташлаш кераклигини ўқитувчи белгилайди. Каттароқ ёшдаги ўқувчилар баскетбол ёки волейбол тўпидан, кичик ёшда-



91-расм

ги ўқувчилар эса теннис тўпи ёки резина тўпдан фойдаланишлари мумкин.

Тўпни кўпроқ теккизган ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ЎНГ ҚЎЛДА ОТИБ, ЧАП ҚЎЛДА ИЛИШ

Ўйин қатнашчиларининг ҳар бири қўлларига биттадан тўп оладилар (улар ҳар хил рангда бўлгани яхши). Қўлларни ён томонларига узатиб, оёқларини елка кенглигида қўйиб турадилар. Улар жойларидан қўзғалмасдан тўпни ерга уриб, илиб олишлари керак бўлади. Бунда ўнг қўл билан отилган тўп чап қўл билан, чап қўл билан отилгани эса ўнг қўл билан илиб олинади.

Бу ишни янглишмасдан кўпроқ бажарган ўйинчи ўйинда ютган ҳисобланади.

## КИМ КЎП ЙИҒАДИ

Турникка, дарахт шохига ёки бутоғига, футбол дарвозасига тўп осиб қўйилади (волейбол, футбол тўпи ёки резина тўп бўлади). Тўп деярли ерга тегиб туриши керак. Унинг тагига 3–5 та теннис тўпи ёки 5–10 та кубик қўйилади (юқори синф ўқувчилари учун осиб қўйилган тўпни бир неча сантиметрга суриб қўйиш мумкин).

Ўйновчи тўпни олади-да, уни боши баландлигида кўтариб, қўйиб юборади. Ўзи эса тебранаётган копток орқасидан бориб, ердаги теннис тўпини ёки кубикни олади ва дастлабки ҳолатга қайтиб келади. Сўнгра кейинги ўйинчиларга гал келади.

Тебратилган тўпдан чаққонлик билан қочиб ва ҳамма коптокларни йиғиб, ўз жойига келиб турган ўйинчи ғолиб чиқади.

## ТЎПНИ АЙЛАНИБ ЎТ

5-6 та тўлдирма тўп битта чизиқда 0,5-1,5 м оралиқда жойлаштирилади. Ўйинчилар чизиқ орқасида турадилар.

Ўйин қатнашчиси тўпнинг турган жойини эсда сақлаб қолади, ўгирилиб, орқаси билан тўпга томон юради ва тўпга тегмасдан уни айланиб ўтади (92-расм).

Берилган вазифани бехато бажарган ўйинчи ютган ҳисобланади. Тўп ўрнини ҳар бир ўйинчидан кейин алмаштириш мумкин.

92-расм

**Ўйиннинг бошқа турлари:**

1. Юқори синф ўқувчилари учун тўплар сонини ошириш мумкин.
2. Тўпнинг устидан қадамлаб ўтиб, орқа билан олдинга юрилади.
3. Кўзни боғлаб, олдинга қараб юрилади.

## КЕЧ ҚОЛМА

Ўйин қатнашчиси қўлида тўп билан диаметри 3–8 м бўлган доира марказида туради (ёшига қараб).

Ўйинчи тўпни юқорига отиб, доирадан югуриб чиқиб ва яна доира ичига тез қайтиб келиб, хоҳлаган нуқтасида тўпни илиб олишга улгуриши шарт. Ҳар бир ўйинчига 2-3 мартадан имконият берила-

ди. Бу машқни ким кўп марта бажарса, ўша ўйинчи ютган ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа тури.** Доирадан 2-3 қадам нарида кичкина тўп (ёки кубик) туради ёки бу ерга байроқча қадаб қўйилади. Тўпни юқорига отган вақтда ўйинчи тўпни (байроқчани) ердан олишга улгуриши, доирага қайтиб келиб, тўпни илиб олиши керак. Ўйиннинг бу тури асосан каттароқ ёшдаги болаларга мўлжалланади.

## ТЕЗ ОЛИБ ЎТ

Хоккей, теннис тўпи ёки резина тўплардан бир қанчаси бир жойга қўйилади. Ундан 10–15 м масофада диаметри 1 метрли иккита доира чизилади, унинг ҳар бирида биттадан ўйин қатнашчиси туради.

Ўйинбоши гуруҳидан кейин иккала ўйинчи тўп томон югуриб боради ва иложи борича кўпроқ тўпни олиб, ўз доирасига қайтиб келади. Кейин улар яна қолган тўпни олиб келишга борадилар, ҳамма тўпни ўз доираларига ташиб бўлгунча бориб келаверадилар. Агар тўп қўлдан тушиб кетса, уни ердан олиш мумкин. Энг кўп тўп олиб ўтган ўйинчи ютиб чиқади.

## КИМ ЎЗИНИ ТУТИБ ТУРАДИ

Бир-бирига параллел ҳолда жойлашган иккита гимнастик ўриндиқ устида биттадан ўйин қатнашчиси туради. Улар гимнастика таёқчасининг қарама-қарши учларини ушлаб турадилар.

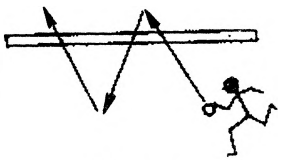
Раҳбар буйруғидан кейин мусобақалашувчилар бир-бирларини туртиб, полга туширишга ҳаракат қиладилар. Бу ишнинг уддасидан чиққан ўйинчи

ғолиб ҳисобланади. Агар иккала ўйинчи ҳам ўриндиқ устидан тушиб кетса, уларнинг иккови ҳам ўйиндан чиқарилади.

Ўйин вақтида ўриндиқ қимирлаб кетмаслиги учун уларнинг ҳар бирини иккитадан ўйинчи ушлаб туриши керак.

## ТЎПНИ ЎТКАЗИШ

Бу ўйинда болалар баскетбол тўпини гимнастик ўриндиқ устидан гоҳ у томонга, гоҳ бу томонга уриб олиб юрадилар (93-расм). Бу вазифани хатосиз бажарган ўйинчи ютган ҳисобланади.

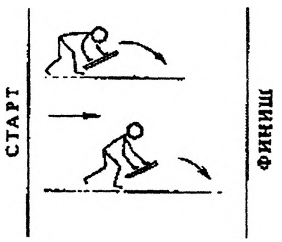


93-расм

**Ўйиннинг бошқа тури.** Шунинг ўзи, лекин ўйинчи гимнастика ўриндиғи ёғочи бўйлаб тўпни полга уради.

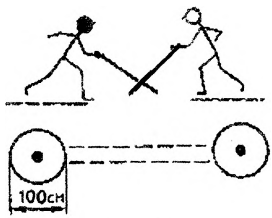
## ЕР ЎЛЧОВЧИЛАР

Старт ва финиш орасидаги масофа 10–15 м . Ўйин қатнашчилари стартда гимнастика таёқчаси билан турадилар (ораларидаги масофа 1,5-2 м). Раҳбар ишорасидан кейин улар масофани таёқча билан ўлчаб, финишга қараб интиладилар (ҳар бир ўлчанганда таёқча ерга қўйилади), ким масофани тез ва аниқ ўлчаса, ўша ютган ҳисобланади (94-расм).




94-расм

## ШАЙБАНИ УРИБ ЧИҚАР




95-расм

Полга ёки ерга диаметри 100 см келадиган иккита доира чизилади. Улар орасидаги масофа гимнастика таёқчаси узунлигига тенг бўлиши керак. Ҳар бир доира ўртасига шайба ёки тўп қўйиб қўйилади. Ўйинчилар гимнастика таёқчасини ушлаб, доира ташқарисида турадилар.

Раҳбар ишорасидан сўнг улар рақиб шайбасини ёки тўпини уриб, доирадан чиқаришга ҳаракат қиладилар, айни вақтда ўзлариникини ҳимоя қилиб турадилар (95-расм). Доира ичига кириш ман этилади. Ютқазганлар ўйиндан чиқиб кетади.

Кетма-кет 3–5 марта ютган ўйинчи ғолиб чиқади.

## СТУЛНИ КЎТАРИШ

Бу ўйин юқори синф ўқувчиларига мўлжалланган. Уни ўтказиш учун суянчиғи қия стул керак бўлади.

Ўйин қатнашчиси стулни орқа суянчиғидан ушлаб, аста-секин боши устида кўтариб, сўнг туширади.

Стулни полга теккизмасдан тепага кўпроқ кўтариб-туширган ўқувчи ўйин ғолиб ҳисобланади.

Стулни олдинги оёғидан бир қўллаб (ўнг ёки чап қўл билан) ушлаб, кўтариб тушириш мумкин.

## ИП ЎРАШ

Ўйинчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Ўйнаш учун иккита эстафета таёқчаси, қум тўлдирилган иккита халтача ва 7-8 метрли тизимча бўли-

ши керак. Арқончанинг бир учига эстафета таёқчаси, иккинчи учига тўлдирилган халтача боғлаб, ёнма-ён қўйилади.

Икки ўйинчи ёнма-ён ўтириб, эстафета таёқчасини қўлга олади. Тарбиячининг ишорасидан кейин арқончани чиллакка ўрайди. Арқончани биринчи бўлиб чиллакка ўраб олган бола кўпроқ балл олади ва шу гуруҳ якунда ғолиб ҳисобланади.

## БАЙРОҚЧАЛАР ОРҚАСИДАН

Барча ўйинчилар тенг икки гуруҳга бўлиниб, майдончада бир-бирига қарама-қарши томонларда саф тортиб турадилар. Шу чизиқларга параллел равишда майдонча ўртасидан 1,5-2 м кенгликда йўлка чизилиб, ўнг томонга байроқчалар қўйиб қўйилади.

Тарбиячи ишорасидан кейин иккала гуруҳ ўйинчилари майдонча ўртасидаги йўлкалардан иложи борича кўпроқ байроқча йиғиб олиб, ўз қаторига келиб туради. Гуруҳ сардорлари ўз ўйинчилари олиб келган байроқчаларни санайдилар. Олиб келинган ҳар бир байроқчага биттадан очко берилади. Энг кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

Байроқчаларни олаётган пайтда бир-бирларининг қўлларидан тортиб юлиб олиш мумкин эмас. Бу қоидани бузиб, байроқчани бошқа боладан олган гуруҳга битта жарима очко берилади.

## ТЎПНИ ҚЎЙИБ ЮБОРМА

Икки ўйинчи ёнма-ён туради. Улардан бирининг қўлида тўп бўлади. У кафти билан тўпни ерга кетма-кет 10 марта уриб, иккинчи ўйинчига узатади. У ҳам 10 марта ерга уриб, биринчи ўйинчига

қайтаради. Тўп тушиб кетмагунча ўйин давом этаверади. Тўпни тушириб юборган иштирокчи ўйиндан чиқади, ўрнига бошқа ўйинчи туради, ўйин шу тариқа давом этаверади. Тўпни ҳаммадан кўп ушлаб турган ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

**Ўйиннинг бошқа турлари.** Олдиндан келишган шартга кўра ўйинчи бир жойда турмасдан бирор нарса ёки стул атрофида тўпни олиб юриб иккинчи ўйинчига узатиши ҳам мумкин. Бундан ташқари, ўйин давомида бир вақтнинг ичида бир неча жуфт ўйинчилар тўпни узоқ ушлаб турсалар, ўша ғолиб ҳисобланади.

## ЎЗ ВАҚТИДА ҚАЙТ

Ўқувчилар майдонча бўйлаб турли ҳаракатни бажариб юрадилар. Шунда ўқитувчи: «Дам олиш учун тўхтанг», дейди. Болалар тўхтаганларидан сўнг тарбиячи уларга қаторга сафланишни буюради. Ва бир оздан сўнг «тарқалинг», дейди. Ҳамма тарқалади, 3 дақиқа ўтгандан сўнг «жойингизга туринг", дейди ва соатига қараб ҳар бир ўйинчи қанча вақтда жойидан туриб олганини ҳисоблаб чиқиб буни эълон қилади. Ўз вақтида жойига келиб турган ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ДОИМ ТАЙЁР БЎЛИБ ТУР

Бир вақтнинг ўзида бир неча гуруҳ мусобақалашади. Улар умумий старт чизиғи орқасида бир кишилик қаторда турадилар. Ҳар бир қатор қаршисида 3 м масофада диаметри 1 метрли доира чизилади. Биринчи доирадан 12 м нарига иккинчи доира чизилади. Гуруҳларга яқин доираларга волейбол тўпи қўйилади. Гуруҳ ўйинчилари тартиб

билан санайдилар. Ўйин раҳбари эса баланд овоз билан ўйинчиларнинг рақамини айтиб чақиради (бир, икки ва ҳоказо). Гуруҳларнинг ўша айтилган рақамли ўйинчилар олдига югуриб чиқиб тўпни олиб, иккинчи доирага олиб боради ва уни ўша жойда қолдиради. Сўнгра тезда орқага қайтиб келади. Финиш чизиғидан биринчи бўлиб ўтган гуруҳ бир балл олади. Ўйин вақтида хоҳлаган ўйинчини рақами билан чақириш мумкин. Ҳар бир ўйинчи икки марта югуриш имкониятига эга. Кўп балл тўплаган гуруҳ ўйинда ютган ҳисобланади.

## АЙЛАНИБ ЎТИШ

Умумий старт чизиғи орқасида бир неча гуруҳ бир кишидан бўлиб саф тортиб туради. Ҳар бир гуруҳ олдига старт чизиғидан 6 м нарида битта устунча ўрнатилади, кейин эса ҳар 2-3 м дан кейин яна биттадан 5 та устунча қўйилади. Ўйинбоши ишорасидан кейин гуруҳларнинг биринчи турган ўйинчилари тўпни олдинга суриб, устунчаларни айланиб ўтади, кейин эса худди шу усул билан орқага суриб, финиш – старт чизиғига олиб келиб, иккинчи ўйинчиларга узатади ва ҳоказо. Эстафетада энг яхши натижа кўрсатган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## ТЎСИҚЛАР ОША КВАДРАТГА ТЕП

Устунчалар ўртасида 1 м баландликда арқон тортилади. Арқоннинг бир томонига 6 м масофада ерга 2х2 м квадрат чизиқ чизилади, бошқа томонидан эса 8–10 м масофадан тепиш чизиғи ўтказилади. Ўйин қатнашчилари югуриб келиб, ҳаракатсиз тўпни гоҳ ўнг, гоҳ чап оёқ билан галма-галдан те-

пиб, квадратга туширишга ҳаракат қиладилар. Арқон устидан ошиб ўтган тўп квадратга тушган ҳисобланади. Тўпни кўпроқ аниқ туширган ўйинчи ғолиб бўлади.

## БОШҚА ЖОЙГА ЎТИБ ОЛИШ

Ўйинда бир вақтнинг ўзида бир нечта гуруҳ мусобақалашади. Уларнинг ҳар бири иккита қарамақарши қаторда, чизиқлар орқасида тизилиб турадилар, ораларидаги масофа 30 метр бўлади. Гуруҳлар қатори ўртасида «слалом чизиғи» қурилади (2 метр оралиққа 5 та байроқча ёки устунча ўрнатилади). Гуруҳнинг чизиқ орқасида турган биринчи ўйинчиларида биттадан футбол тўпи бўлади. Ишора берилиши билан улар тўпни олдинга суриб, галма-галдан ҳамма байроқчадан илон изи бўлиб айланиб ўтадилар ва ўз гуруҳлари қаршисидаги қаторнинг биринчи ўйинчисига тўпни пастдан узатадилар, ўзлари эса ўша қатор охирига бориб турадилар ва ҳоказо. Ҳамма ўйинчилар қаторда ўз ўринларини эгаллаганларидан кейин рақиблар ўйинни тугатадилар. Ўз жойига энг қисқа вақт ичида ўтиб олишга улгурган гуруҳ ўйинда ғолиб ҳисобланади.

## ДОИРА БЎЙЛАБ УЗАТИШ

Ўйинда бир нечта гуруҳ галма-галдан беллашадилар. Ўйинни бошловчилар диаметри 9-10 м доирада турадилар. Доира марказида сардор туради. Ишора берилиши билан у галма-галдан ўзининг ўйинчиларига боши билан тўпни уриб узатади, улар ўз навбатида тўпни бош билан уриб унга қайтарадилар. Ўйин вақти тугагандан сўнг ўйинни энди

бошқа гуруҳ бошлайди. Тўпни ерга кам туширган гуруҳ ўйинда ғолиб чиқади.

## ЧАҚҚОН МЕРГАН

Ўйинда аввало ҳар бир гуруҳдан битта қиз, сўнгра битта ўғил бола қатнашади. Олд чизиқдан 10 м масофага тўшак солиб қўйилади. Ўйинбоши ишора бериши билан стартга чақирилган ўйинчи тўпни тўшаккача олиб бориб, тўпни унинг устидан юқорига ирғитади. Олдинга ўмбалоқ ошиб, тезда ўрнидан туриб, тўпни ҳавода илиб олади. Сўнг қарама-қарши томондаги тахтага югуриб бориб, тўпни ундаги ҳалқага ташлайди. Тўп ҳалқага тушиши билан ўйин тугайди. Энг яхши ўйин кўрсатган ўйинчи ғолиб ҳисобланади. Олдинга ўмбалоқ ошиб тушгандан кейин тўпни илиб ололмаса, тўпни ҳалқага ташлай олмаса унга 3 сония жарима берилади.

## САКРАБ, ИЛИБ ОЛ

Ҳар бир гуруҳда 5 тадан ўғил бола бўлади. Майдоннинг олд чизиғидан 10–12 м нарида гимнастика трамполин ўрнатилган бўлади. Трамполиндан 6 м узоқликда диаметри 1 м келадиган доира чизилади. Доирада ўйинни бошловчи гуруҳнинг биринчи ўйинчиси туради. Ишора берилиши билан иккинчи турган ўйинчи югуриб чиқиб, трамполиндан депсиниб доира ичида турган шериги томондан унга ташлаган тўпни ҳавода илиб олиб ерга тушади. Тўпни олиб доира ичига киради ва уни юқорига кўтаради. Бу кейинги ўйинчининг югуриб чиқиши учун ишора бўлади. Тўпни узатган бола энди қаторнинг охирига бориб туради. Биринчи

турган ўйинчилар яна ўз жойларига қайтиб келганда гуруҳ эстафетани тамомлаган бўлади. Энг яхши ўйин кўрсатган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## ШТАНГАЧИЛАР

Иштирокчилар тенг 3-4 гуруҳга бўлиниб, бир қатордан бўлиб майдондаги чизиқда турадилар. Ҳар бир гуруҳ ўзига ўйин бошини – штангачини танлайди, улар ўз навбатида қўлларида гимнастика таёқчасини (штангани) кўкрак олдида ушлаб, 15–20 м масофада гуруҳлари қаршисида турадилар. Қаторда турган қолган ўйинчиларнинг ҳаммаси эса қўлларида биттадан ҳалқача штанга дискасини ушлаб турадилар.

Ўқитувчи ишорасидан сўнг биринчи турган ўйинчилар штангачилар томон югуриб бориб, унинг учига ҳалқачани кийгизиб, орқага қайтиб келадилар ва иккинчи турган ўйинчиларга эстафетани берадилар ва ҳоказо. Ҳамма ўйинчилар штангага ҳалқани илиб бўлганларидан кейин, штангачи уни юқорига кўтаради. Штангани биринчи бўлиб юқорига кўтарган ўйинчи якунда ютган ҳисобланади.

**Ўйин қоидаси.** Иккала гуруҳда ҳалқалар сони тенг бўлиши керак. Эстафетани қабул қилиш пайтида чизиқни босиб туриш ман этилади.

## ЧАМБАРАККА ҚУВЛАБ ЕТ

Ўқувчилар доира ҳосил қилиб турадилар, уларнинг биттаси қўлида чамбарак ушлаб туради. Доира ташқарисида ўйинбоши бўлади. Ўқитувчи ишорасидан кейин ўқувчилар чамбаракни соат милига қарши бир-бирларига узата бошлайди, ўйинбо-

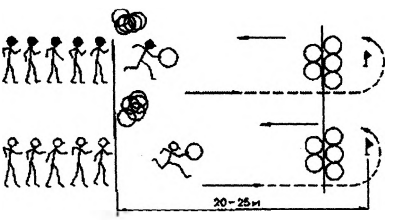
ши доира ташқарисидан югуриб бориб, чамбарак узатаётган ўқувчининг елкасига қўлини теккизишга ҳаракат қилади.

Ўйинбоши қўлини ўша ўқувчига теккизса, улар ўзаро жойларини алмашадилар, яъни қўли теккан ўқувчи ўйинбоши бўлади. Ўйинбошига ўйинда ютиб чиқиш учун икки марта имкон берилади. Агар у икки марта ҳам ўзига берилган имкониятдан фойдалана олмаса унинг ўрнига янгиси тайинланади.

## САЛОМ, ОЛИМПИАДА

Бу ўйинда ўқувчилар тенг 2-3 гуруҳга бўлиниб, бир қатордан бўлиб, старт чизиғи орқасида саф тортиб турадилар. Ҳар бир гуруҳнинг биринчи беш ўйинчиси қўлида чамбарак бўлади. Старт чизиғидан 20–25 м масофада чамбаракдан эмблемаларни қўйиш учун чизиқ ўтказилади. Бу чизиқдан 3–5 м нарига айланиб ўтиш учун байроқ қўйилади (97-расм).

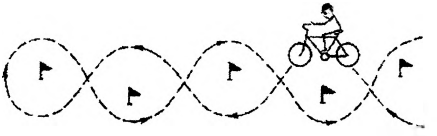
Ўқитувчи ишорасидан сўнг гуруҳларнинг биринчи беш ўйинчиси чамбаракдаги эмблемаларни чизиқларга жойлаштириб, сўнгра байроқчани айланиб ўтиб, орқага қайтадилар, сўнг гуруҳлардан кейинги беш ўйинчига топширадилар. Улар эса ўз навбатида чамбаракни учинчи беш ўйинчига олиб келиб берадилар. Навбатдаги эса тўртинчига ва ҳ.к.




97-расм

## БАЙРОҚЧАНИ АЙЛАНИБ ЎТИШ

Баландлиги 10 см келадиган 6–8 та байроқча битта чизиқда 1,5-2 см ораликда ўрнатилади. Велосипед миниб олган бола байроқчаларни айланиб ўтади. Бунда велосипед ғилдираги байроқчаларга тегмаслиги керак (масалан, олдинги ғилдирак байроқчанинг чап томонидан, орқа ғилдирак ўнг то-



98-расм

монидан ўтиши лозим). Агар велосипед ғилдираги байроқчага тегса ёки байроқчанинг бирортаси қолиб кетса, 1 та жарима очко берилади. Жарима очко 6 тага етса, ўйинчи ўйиндан четлатилади (98-расм).

## НИМА ЎЗГАРИБ ҚОЛДИ

Бу ўйинни синфда ёки спорт залида ўтказиш мумкин. Ўқитувчи болаларга: «Залга ёки синфга диққат билан қаранг», дейди. Сўнгра болалар орқаларини ўгириб, кўзларини юмиб турадилар.

Ўқитувчи залда ёки синфда нарсаларнинг ўрнини товуш чиқармасдан секингина ўзгартириб қўяди. Сўнгра болаларга қараб, «Қаранг-чи, нималарнинг ўрни ўзгариб қолди?» деб сўрайди. Болалар дарров ўгирилиб, кўзларини очиб қарайдилар ва қайси нарсанинг жойи алмашиб қолганини айтадилар. Буни топган ўқувчига маълум очко берилади. Ўйин охирида энг кўп очко тўплаган ўқувчи ютиб чиқади. Бирор марта ҳам тополмаган ўқувчи эса ўйинда ютқазган ҳисобланади.

## ПОЛДА ҚОЛМА

Ўйинда авваламбор онабоши тайинланади. Ўйновчилар майдонча ёки спорт залининг ҳар ерида турадилар.

Ўқитувчининг топшириғига биноан онабоши билан биргаликда келишиб олинган мусиқа жўрлигида: чилдирма, чапак овози остида маълум тезликда ва маромда юрадилар, югурадилар, сакрайдилар.

Ўқитувчининг «Ушла!» деган буйруғи берилиши билан ҳамма ўйинчилар онабошидан қочиб, майдонга қўйиб қўйилган хоҳлаган нарсанинг устига чиқиб олишлари мумкин. Онабоши эса қочувчиларни тутишга ҳаракат қилади. Унинг қўли теккан ўйинчи шу заҳотиёқ четга чиқади. Ўйин 3-4 марта қайтарилгач, тутилган болалар саналади ва янги онабоши сайланади. Ўйин яна қайтадан бошланади. Ўқувчиларнинг ҳаммаси бирор нарсанинг устига чиқиб олишлари шарт, акс ҳолда улар тутилган ҳисобланишади. Иштирокчиларнинг баландроқ жойдан икки оёқлаб сакраб тушишларига қараб туриш керак.

## БУРИЛИШ

Ўйинда икки жамоа ўйнайди. Диаметри 5-6 метр ярим доирага диаметри 30 см ли кичик доира чизилади.

Ўйин қатнашчилари велосипедда ярим доирага кириб, ҳеч қайси доира чизиғига тегмасдан чиқиб кетишлари керак бўлади.

Агар кичик доирага велосипеднинг фақат битта ғилдираги тегса, 2 та жарима очкоси берилади. Агар велосипед ғилдираги катта доира чизиғини

босса ёки унинг устидан ўтса, 3 та жарима очкоси, бола оёғини ерга босса 2 та жарима очкоси берилади. Жарима очколари сони 6 тадан ошмаслиги керак.

## ЧЎЛОҚ ЖЎЖА

Ўйин иштирокчилари тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ узунлиги 20–25 см келадиган 10 тадан таёқчани бир-биридан 40 см масофада нарвончага ўхшатиб қўйиб чиқади. Ҳар бир ўйинчи, яъни чўлоқ жўжа ҳамма таёқча устидан бир оёқлаб (оёқни ўзгартирмасдан), уларнинг бирортасига тегмасдан сакраб боради ва ўнинчи таёқчани олиб, бошланғич чизиққа сакраб келади. Яна шу оёқнинг ўзида ҳамма таёқча устидан сакраб бориб, тўққизинчи таёқчани олиб, орқага олиб келади ва ҳоказо. Агар шу ўйинчи тасодифан таёқчага тегиб кетса ёки бошқа оёғини қўйса, унда ўйин қайтадан бошланади.

## ҒИШТЛАР УСТИДАН ЮРИШ

Ўйинда икки гуруҳ ташкил этилиб, улар бир кишилик қаторларда старт чизиғи рўпарасида сафланадилар. Биринчи турган иккала ўйинчига 3 тадан тахтача (ғишт) берилади. Уларнинг эни ва қалинлиги 10 см, бўйи 20 см бўлади. Ўйинчилар иккита тахтачани чизиқ олдига бирин-кетин қўядилар, учинчиси эса қўлларида бўлади.

Ишора берилиши билан улар иккала тахтача устига (бир тахтачага бир оёқ қўйилади) чиқадилар, учинчи тахтачани бир қадам ташлаб орқадаги оёқларини унга қўйиб энгашган ҳолда бўш қолган тахтачани олиб яна бир қадам олдинга ташлайди-

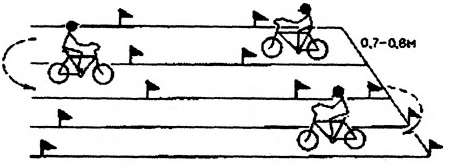
лар, унинг устига чиқадилар ва ҳоказо. Иккала ўйинчи стартдан 5–7 м наридаги финиш чизиғигача ана шундай ҳолатда юриб борадилар.

Финишга биринчи бўлиб етиб борган ҳамда хатога йўл қўймаган ўйинчилар гуруҳига бир очко берилади.

Ўйиннинг бошқа турида ўйинчиларга тўрттадан ғишт бериш ва финишгача бўлган масофани 10–15 м гача узайтириш мумкин.

## ЙЎЛАКЧА

Ўйин қатнашчилари ҳар хил кенгликдаги учта параллел йўлакчадан велосипедда ўтадилар. Йўлакчаларнинг биринчиси 40 см, иккинчиси 30 см, учинчиси эса 20 см кенгликда бўлади. Йўлакчалар оралиғидаги масофа 4 метр. Ҳар бир йўлакчанинг бошланиш ва тамом бўлиш жойи иккита байроқча билан белгиланади (99-расм).




99-расм

Ҳар бир чизиқни велосипедда босиб ўтган ёки оёғини ерга қўйган болага 2 та жарима очкоси берилади. Жарима очколари сони 6 тадан ошмаслиги керак.

## МЕНГА ЕТИБ ОЛИНГЛАР

Ўйиндан мақсад болаларни қоидага амал қилишга ўргатиш, уларда югуриш каби ҳаракатларни мустаҳкамлаш ва чидамлиликни оширишдан иборатдир.

Болалар майдонча ёки хонанинг бир томонидаги стулларда ёки ўриндиқларда ўтирадилар. «Менга етиб олинглар», дейди тарбиячи ва майдончанинг иккинчи томонига қараб югуради. Болалар тарбиячининг кетидан уни тутмоқчи бўлиб югурадилар ва тарбиячига яқинлашиб қолганларида тарбиячи тўхтайди-да: «Қочиб кетинглар, энди мен сизларга етиб оламан», дейди. Болалар ўз жойларига қараб югурадилар.

Бу ўйинни дастлаб болаларнинг кичик бир гуруҳи билан ўтказган маъқул. Сўнг болалар сонини 10–12 кишигача кўпайтириш мумкин. Тарбиячи болалардан қочиб, жуда тез югурмаслиги керак. Болалар тарбиячига етиб олганларидан кейин: «Яхши югурар экансизлар», деб уларни мақтаб қўйиши керак.

## ШИҚИЛДОҚҚАЧА ЭМАКЛАБ КЕЛ

Бу ўйинда болалар диққатини ривожлантириш, айтилган сўзларга мос равишда эмаклаб юриш ҳаракатини ривожлантириш мақсад қилинган.

Болалар хонанинг бир томонига қўйилган стулларда ўтиришади. Тўрт метр нарига байроқча ёки шиқилдоқлар териб қўйилади. Тарбиячи бирор боланинг номини айтиб чақиради ва унга шиқилдоққача эмаклаб боришни, уни олиб ўрнидан туришни ва шиқилдоқни (ёки байроқчани) бошдан юқори кўтаришни (байроқчани ҳилпиратишни) таклиф

қилади. Шиқилдоқни (ёки байроқчани) полга, ўз жойига қўйиб қайтиб келади. Болалар топшириқни навбат билан бажарадилар.

Ўйин-машқда бир вақтнинг ўзида бир неча бола (3–5 та) ёки бирдан ҳамма баравар иштирок этиши мумкин. Унда болаларнинг ҳар бирига алоҳида-алоҳида ўйинчоқлар топиб қўйиш керак. Бундай топшириқнинг ташкил этилиши болаларда мўлжалга тезроқ бориб келиш истагини уйғотади. Ўйин жуда жонли ўтади. Бироқ бунда эмаклаш сифати пасайиб кетади. Болалар шошилиб, ҳаракат уйғунлиги қоидасини бузади. Шунинг учун тарбиячи болалар эътиборини тезроқ ҳаракат қилишга атайин қаратмаслиги керак. Машқда банд бўлмаган бошқа ҳамма болалар бараварига: «Бир, икки, уч – эмакла!» деб қичқириб шодланишади. Ўйин тамом бўлганида эса қувончдан чапак чалишади. Шундай қилиб, ўйинда болаларнинг ҳаммаси фаол қатнашади.

## ДАРВОЗА

Бу ўйинда болаларда эмаклаб бориш малакаси такомиллаштирилади.

Болалар хонанинг бир томонига териб қўйилган стулларда ўтирадилар, 4-5 метр нарида боланинг бўйига тенг келадиган тўр осилган устун туради. Устуннинг тагида, полда копток ётади. Болалар билан устун орасида – тахминан масофанинг ўртасида ёй-дарвоза бўлади. Тарбиячи болалардан бирининг исмини айтиб чақиради ва унга дарвозага қадар эмаклаб боришни, кейин унинг остидан эмаклаб ўтиб, коптокни олишни, олдинга эмаклаб ўрнидан туриб, коптокни икки қўллаб кўтаришни ва уни тўрга ташлашни таклиф қилади.

Дарвоза ўрнида стул, ўриндиқларда (оёқлари орасидан эмаклаб ўтиш учун), чамбараклардан фойдаланиш мумкин. 3 ёшли болаларга нарсалар тагидан эмаклаб ўтиш ва нарсаларга тирмашиб чиқишнинг турли усулларини, тўсиқлар остидан энгашиб ўтишни ўргатиш керак. Тўсиқлар остидан энгашиб ўтганда қўлларни ерга теккизмаслик керак. Бунда болалар эмаклаш ва энгашиб ўтиш деган тушунчаларни бир-биридан фарқлашга ўрганадилар.

## ЧИЗИҚНИ БОСМА

Ўйиндан мақсад болаларни қоидага амал қилган ҳолда ҳаракатларни мустақил бажаришга ва мувозанатни сақлашга ўргатишдир.

Тарбиячи полга иккита ёнма-ён чизиқ чизади. Уларнинг узунлиги 3–4 метр бўлиб, бир-бирларидан 40–50 см узоқликда бўлади. Ўйинда қатнашувчилар навбат билан чизиқни босиб олмасликка ҳаракат қиладилар. «Йўлак«нинг охирида бола ўрнидан туради, иккала қўлларини юқори кўтариб келишади, кейин дастлабки ҳолатга, ўз жойига қайтиб келади.

Бу ўйинда полга қўйилган тахтадан фойдаланиш ҳам мумкин.

## ЭҲТИЁТ БЎЛ

Ўйиннинг мақсади болаларни мувозанатни сақлаб юришга ўргатиш, уларни мард, ўзига ишонувчан қилиб тарбиялашдан иборат бўлади.

Болалар гимнастика ўриндиғи ёни бўйлаб териб қўйилган стулларда ўтирадилар ва битта-биттадан ўриндиқнинг охирига келиб, тиззаларига таянган

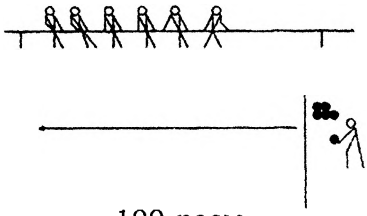
ҳолда ўриндиқ четидан қўллари билан ушлаб устидан эмаклаганча унинг нариги бошигача борадилар. Ўриндиқнинг охирига етгач, бола ўрнидан туради ва ундан тушади.

Тарбиячи болага ёрдам беради, уни ушлаб боради. Машқни қия қилиб қўйилган тахта устида ўтказиш ҳам мумкин, бунда юқорига ҳам, пастга ҳам эмакласа бўлади.

## НИШОНГА ТУШИР

Ўйиндан мақсад болаларга коптокни юмалатишни ва дарвозага туширишни ўргатиш, чаққонликни машқ қилдиришдир.

Болалар ўриндиқда ўтиришади, улардан нарироқда чизиқдан икки-уч қадам узоқликда дарвоза (ёй)лар туради. Бола ўрнидан туриб яқинлашиб келади, энгашиб, ерда ётган тўплардан бирини қўлига олади (100-расм). Уни дарвозага туширишни мўлжаллаб, юмалатади. Уч-тўртта тўпни дарвозага туширгач, тўпларни қайтадан териб келади. Кейин топшириқни навбатдаги бола бажаради.



100-расм

Тўпни бир қўли билан ҳам, икки қўл билан ҳам итариш мумкин. Болалар бу вазифани ўрганиб олганларидан кейин, уларга кеглини уриб йиқитиш сингари мураккаброқ топшириқлар бериш мумкин.

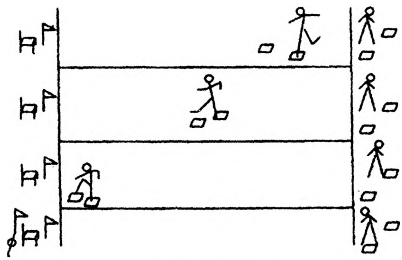
## ТУТУВЧИ, ЛЕНТАНИ ОЛ

Ўйновчилар доира ясаб турадилар. Ҳар бири орқаларига, белбоғига ёки ёқасига рангли матодан қилинган лентани қистириб оладилар. Тарбиячининг «Югуринг», деган ишораси билан болалар югуриб кетадилар. Тутувчи уларни қувлаб ленталарини олишга ҳаракат қилади. Лентадан маҳрум бўлган бола четда туради.

Тарбиячининг «1, 2, 3 – ҳаммангиз доира бўлиб йиғилинг», деган ишораси билан болалар доира бўлиб турадилар. Тутувчи тутган ленталарини санайди ва уни болаларга қайтариб беради. Ўйин бошқатдан бошланади.

## ОЁҒИНГНИ ҲЎЛ ҚИЛМА

Майдончанинг бир тарафида болалар ўтирадилар. Улардан 3-4 қадам масофада чизиқ чизилади. Унинг олдига 4-5 ўйновчилар турадилар. Майдончанинг бошқа тарафида ҳар бир ўйновчи тўғрисига байроқча билан стуллар қўйилади. Чизиқдан 4-5 метр масофада ботқоқлик (ариқча) чизилади, 3-4 метр кенгликда. Ўйновчилар 2 тадан кичкина тахтача (30х20 см) оладилар. Болаларга оёқларини ҳўл қилмасдан тахтачалар устидан (полни бос-



101-расм

масдан) юриб байроқчаларга етиб бориш топширилади (101-расм). Тарбиячининг ишораси билан болалар ботқоқликка етиб бориб, тахтачанинг биттасини қўйиб унинг устида турадилар, орқада ётган аввалги тахтачани олиб яна олдиларига қўядилар, ботқоқликдан ўтиб олгунларича шундай давом этади. Сўнгра ўзларининг байроқчалари олдига бориб, уни кўтарадилар. Ким биринчи бўлиб байроқчани кўтарса, шу ғолиб ҳисобланади. Сўнгра болалар байроқчаларни жойига қўйиб, жойларига қайтадилар ва тахтачаларни бошқа болаларга беради. Ўйин қайтадан давом этади, ўйинда ҳамма қатнашиши шарт.

## ТОВУШ ЧИҚАРМАСДАН ЎТ

Бир неча боланинг кўзи боғланади. Улар жуфт-жуфт бўлиб бир-бирларидан қўлларини узатганда етмайдиган масофада турадилар. Иккита бола қўлини кўтариб ушлаб, дарвоза ҳосил қилиб турадилар. Кўзи боғланган болалар биттадан бўлиб овозларини чиқармасдан, эҳтиётлик билан, энгашиб ёки эмаклаб дарвоза орқали ўтадилар. Ўтаётган вақтда бирор шитирлаган овоз чиқиб қолса, уларни ушлаш учун дарвозада турганлар қўлларини кўтарадилар. Дарвозадан билинтирмай ўтган бола ютган ҳисобланади.

## ДОИРАДА ТЕЗРОҚ САФ ТОРТИБ ТУР

Болалар майдонда ҳар хил йўналишда эркин юрадилар. Тарбиячининг ишорасига биноан тезда доирага бориб, саф тортиб турадилар. Бунинг учун тарбиячи аввал уларнинг қаторда саф тортиб туришини олдиндан кўрсатади. Доирани иложи бо-

рича бирорта белгили жойда (тепалик, тўнка, дарахт атрофида ва ҳоказо жойда) қуриш мумкин.

Болалар доирани ўз жойларини топиб, бир-бирларини туртмасдан тезда ҳосил қиладилар. Улар қаторда саф тортиб туриш қоидасига риоя қилишлари керак.

Ўйинни мураккаблаштириш учун болалар 3-4 та гуруҳларга бўлинадилар. Ишора бўйича қайси гуруҳ, яхши саф тортса, ўша гуруҳ болалари ютган ҳисобланади.

## УЧЛИК

Болалар қўлларини ушлашиб, учтадан бўлиб турадилар. Ҳар бир учлик орасидаги масофа камида 1 м бўлади. Шу учта боланинг ўртадагиси ҳаракат йўналиши томон қараб туради, қолган иккита бола орқа томонга қараб туради. Тарбиячининг ишораси билан учала бола майдон бўйлаб ҳаракат қилади. «Тўхта», деган ишора берилиши билан жойларида тўхтайдилар ва болалар тезда жой алмашадилар.

Болалар ҳаракатларни келишилган ҳолда, бир-бирларига ёрдам бериб, уч кишилашиб амалга оширишади: ораларидаги масофага риоя қилишлари керак.

## ШАР (СОҚҚА)НИ ТУШИРМА

2-3 та бола бир вақтнинг ўзида тартиб билан қошиқдаги соққа (шар)ни 8–10 м масофага тушириб юбормасдан олиб бориши керак. Соққани қўл билан ушлаш мумкин эмас. Агар бола соққани тушириб юборса, уни қошиққа қайтадан солиб, юришда давом этади.

## ЧАМБАРАКНИ ДУМАЛАТ

Майдончага маълум масофада иккита чизиқ чизилади. Битта чизиқда болалар чамбарак ушлаб турадилар. Қарши томондаги иккинчи чизиққа эса орасини камида 50 см қилиб байроқчалар териб қўйилади. Тарбиячи ишора бериши билан болалар чамбаракни байроқчаларга томон думалатиб борадилар. Биринчи бўлиб байроқчага етган бола тақдирланади.

**Ўйиннинг бошқа турлари.** Болалар 3-4 та гуруҳга бўлинадилар. Старт чизиғига ҳар бир гуруҳда чамбарак билан биттадан бола чиқади. Чамбаракни биринчи бўлиб думалатиб келган бола байроқча ёки нишон олади. Сўнгра кейинги болалар биттадан чиқадилар. Байроқча ёки нишонни кўп олган гуруҳ ўйинда ғолиб ҳисобланади.

## КЎЗБОЙЛАҒИЧ

Тарбиячи битта болани кўзбойлағич қилиб тайинлайди. У хона ёки майдончанинг ўртасида туради, кўзи эса бирор газлама билан боғлаб қўйилади. Сўнгра атрофга бир неча марта ўгирилиб қараш таклиф қилинади. Шундан сўнг ҳамма болалар хона ёки майдонча бўйлаб югурадилар, кўзи боғланган бола эса бирор ўртоғини тутишга ҳаракат қилади. Болалар бирор хавф туғилиб қолганда «Аланга!» деб кўзи боғланган болани огоҳлантириб қўйишлари шарт.

Агар ўйин очиқ ҳавода ўтказиладиган бўлса, бунинг учун албатта текис майдонча танлаб олинади ва чегара чизиғи чизилади. Ўйин пайтида болалар шу чегарадан чиқишлари мумкин эмас.

Кўзи боғланган бола бирорта ўртоғини тутиб олса, унда улар жойларини алмашадилар. Ўйин

иштирокчиси белгиланган чегарадан чиқиб кетмаслиги учун чизиққа яқинлашганда болалар «Аланга!» деб уни огоҳлантирадилар.

## КЎЗИ БОЙЛОҚ УШЛАНДИ

Ҳар бир ўйинчи (онабошидан ташқари) бирорта нарса танлаб, ўшанинг ёнига туриб олади. Шундан кейин тарбиячи онабошининг кўзини боғлаб, уни хона ёки майдончанинг ўртасига олиб бориб қўяди ва атрофга бир неча марта қарагин, дейди унга (бу ерга ўйин чегараси чизиб қўйилган бўлади). Шундан сўнг кўзи боғланган бола ўйинчиларни қидира бошлайди. Болалар эса стол-стул ёнида (майдончада бўлса ўриндиқ, дарахтлар ёнида) турадилар. Онабошига чап бериш учун болалар ҳолатларини ўзгартиришлари мумкин, улар энгашишлари, чўққайиб ўтиришлари ва ётишлари ҳам мумкин, лекин ўзлари танлаб олган ўша нарсага оёқлари тегиб туриши шарт. Агарда онабоши майдон чегарасидан чиқиб кетса ёки хавфли жойга яқинлашиб қолса (масалан, деворга), болалар бараварига «Аланга» деб уни огоҳлантирадилар.

Болалар ўз жойларини алмаштиришлари мумкин. Ўз жойини онабошига бериб қўйган бола ютқазган ҳисобланади ва онабоши бўлади.

## ГУЛХАНИМ

Ўйинда иштирок этувчилар жуфт-жуфт бўлиб 1 қаторга сафланадилар. Қатордан 2-3 м масофада чизиқ ўтказадилар. Ўйинчилардан бири – тутувчи шу чизиқда туради. Ҳамма болалар бараварига қуйидаги шеърни ўқийдилар:

*Ён, гурилла, гулханим,*
*Ўчма сира гулханим!*
*Кўкдаги қушларга боқ,*
*Тинмай чалар қўнғироқ,*
*Бир, икки, уч – югур!*

«Югур», деган сўздан кейин қатор охиридаги болалардан бошлаб ҳамма қўлларини қўйиб юборади ва оратор бўйлаб югуриб кетади. Уларнинг бири чап томондан, иккинчиси ўнг томондан югуради. Улар қатор олдига югуриб чиқадилар ва яна қўл ушлашиб олишга ҳамда тутувчининг олдида туришга ҳаракат қиладилар. Тутувчи бўлиб югуриб келган болалар ҳали қўл ушлашиб олмасларидан илгари улардан бирини тутиб олишга ҳаракат қилади. Агарда тутувчи бола бунинг уддасидан чиқса, ўзи тутган бола билан қўл ушлашиб, жуфт бўлиб, оратор олдида туришади. Шериксиз қолган бола тутувчи бўлади. Ўйин барча болалар бир мартадан югуриб чиққанларидан сўнг тугайди. Шундан кейин янги тутувчи сайланади. Ўйин яна давом эттирилади.

## ТУТУВЧИ ДАВРАДА

Ерга диаметри 3–5 м доира чизилади. Ўйинда қатнашувчилар саноқ ёрдамида тутувчи болани тайинлайдилар. Тутувчи доиранинг марказида, қолган болалар эса унинг ташқарисида турадилар. Тарбиячининг «Бир икки, уч – тут», деган сўзларидан кейин болалар доирани кесиб ўтмоқчи бўлиб югурадилар, тутувчи уларни тутади. Фақат доира ичидагина тутиш мумкин. Нечта бола тутиш кераклиги белгилаб қўйилади. Белгиланган миқдорда болалар тутилгандан кейин янги тутувчи сайланади.

## МАЙНА ҚУШ ВА ЧУМЧУҚЛАР

Майна яшайдиган ин хонанинг бир бурчагида бўлади, майна ини доира шаклида чизиб қўйилади. Тарбиячи болалардан биттасини майна қилиб сайлайди, у инида туради, қолган болалар эса чумчуқ бўладилар. Тарбиячи ишораси бўйича болалар чумчуқнинг учишига тақлид қилган ҳолда гувиллаб югуриб, қўлларини силкитадилар. Тарбиячи: «Майна», дейиши билан чумчуқлар ўз жойларида қимирламай қотиб қоладилар, ўргимчак ўз инидан чиқади, агар бирор бола қимирласа, уни ўз инига олиб киради.

Майна тарбиячининг ишораси бўйича инидан 2-3 марта чиқади. Шундан кейин тутилганлар сонини аниқлагач, тарбиячи янги ўргимчакни сайлайди. Ўйин яна давом эттирилади. Чумчуқлар фақат тарбиячининг ишорасидан кейин учишлари мумкин. «Майна!» ишорасидан кейин чумчуқлар қимирлаши мумкин эмас.

**Ўйин қондаси.** Майнанинг ҳар бир чиқиши 10 сониядан ошмаслиги керак, чунки болалар узоқ вақт бундай ҳаракатсиз туришлари қийин. Майна ҳамма ўйинчиларга эътибор бериши керак. Ўйинни якунлашда бирор марта ҳам майна инига тушмаган болаларни рағбатлантириш керак.

## ЧАМБАРАКНИ КИМ УЗОҚҚА ДУМАЛАТАДИ

Тарбиячи болаларни 4-5 гуруҳга бўлади. Ҳар бир гуруҳ биттадан чамбарак билан старт чизиғи олдида туради. Ҳар бир гуруҳдаги биттадан бола чамбаракни иложи борича узоққа юмалатади, чамбарак йиқилай деган пайтда уни ушлаб қолади. Агар бола чамбаракни орқасидан қувиб етолмаса, яъни

чамбарак йиқилса, уни ердан кўтармаслиги керак. Чизиқдан ҳаммадан узоқда қўлида чамбарак билан турган ўйинчи ютган ҳисобланади. Кейин бола чамбаракни ўз гуруҳидаги кейинги ўйинчига узатади. Ўйин шу тарзда давом этади.

## КИМ БУЮМНИ ТЕЗ ОЛИБ ЎТАДИ

Тарбиячи болаларни 3-4 та гуруҳга бўлади. Болалар хонада узунасига қўйилган ўриндиқларда, гуруҳларга бўлинган ҳолда ўтирадилар. Хонанинг ёки майдончанинг бир томонига (гуруҳлар сонига қараб) 3-4 та стул қўйилади, уларда 5-6 тадан бирор нарса: копток, кубиклар, қум тўлдирилган халтачалар, байроқчалар ва ҳоказолар бўлади. Бу нарсалар турган стулларнинг қарама-қарши томонига 6–8 м нарига ўшанча бўш стуллар қўйилади.

Тарбиячи ҳар бир гуруҳдан биттадан болани чақиради. Болалар нарсалар қўйилган стуллар ёнида турадилар ва «Бир, икки, уч – ол!» деган ишорадан кейин бўш стулларга ўша нарсаларни олиб ўтадилар. Ҳамма нарсаларни биринчи бўлиб олиб ўтган болалар ютган бўлади, уларга нишон берилади. Сўнгра гуруҳдаги бошқа болалар мусобақалашадилар. Қайси гуруҳ кўпроқ нишон олган бўлса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади. «Бир, икки, уч – ол!» сўзини ҳамма ўйновчилар бараварига айтишлари мумкин.

## ЧАМБАРАКНИ БАЙРОҚЧАГАЧА

Ўйинда иштирок этувчилар гуруҳларга бўлиниб, чизиқнинг нариги томонида бир-бирларининг кетида туришади. Қаторда биринчи бўлиб турган болаларнинг қўлида чамбарак ва таёқча бўлади, ол-

динда улардан 10–15 м нарига байроқчалар ва кеглилар қўйилган бўлади. Тарбиячининг «Юмалат», деган ишораси билан қаторда биринчи бўлиб турган болалар чамбаракни байроқчалар томон юмалатиб бориб, таёқчалар ёрдамида чамбаракни байроқчаларга теккизмасдан унинг атрофидан айланиб ўтиб, ўз қаторларига қайтиб келадилар. Шундан кейин чамбарак билан таёқчаларни навбатдаги ўртоқларига берадилар ва ўйин давом этади. Қатор охирида турган бола топшириқни бажаргандан кейин ўйин тамом бўлади. Ўйинни олдинроқ тугатган гуруҳ ютиб чиқади.

## ПОЛИЗДА

Тарбиячи болаларни 4–5 та жамоага бўлади. Майдончанинг бир томонига старт чизиғи чизилади. Старт чизиғининг қарама-қарши томонида унга параллел ҳолда жамоалар сонига қараб каттароқ чуқурча қазилади. Чуқурчалар орасидаги масофа 50–60 см бўлади. Тарбиячи ҳар бир жамоадан биттадан болани старт чизиғига чақириб, уларнинг қўлларига дастали саватча тутқизади (саватчада сабзавот – лавлаги, сабзи, турп бўлиши мумкин). Тарбиячи: «Югур!» дейиши билан саватчали болалар чуқурча томон югурадилар. Тарбиячи югуриш вақтида болаларга чуқурчага саватчадаги бирорта сабзавотни, масалан, лавлагини солишни таклиф қилади. Ким вазифани тўғри бажариб, ўз жойига биринчи бўлиб қайтиб келса, ўша ютган бўлади. Ўйин янги ўйинчилар билан давом эттирилади. Ўйин тамом бўлиши билан ҳар бир жамоадаги ютган болалар сони ҳисоблаб чиқилади. Қайси жамоада ютганлар кўп бўлса, ўша жамоа ғолиб бўлади.

**Ўйин турлари.** Сабзавотлар чуқурчада ётади (полизда ўсади). Болалар чуқурчага қараб бўш саватча билан югурадилар ва полиздан сабзи, лавлаги ёки турпни юлиб олиб саватчага солиб, ўз жойларига қайтиб келадилар. Болалар полиз томонга саватчадаги сабзавотлар (сабзи, картошка ва бошқалар) билан югуриб борадилар. Чуқурчага сабзавотни чиройли қилиб қўядилар (экадилар) ва уйга – старт чизиғига қайтиб келадилар. Кейин бошқа болалар ҳосилни йиғиб олиш учун югуриб борадилар ва саватчани тўлдириб, старт чизиғига қайтиб келадилар.

## ТЎП КЎТАРГАН ТУТУВЧИ

Болалар давра қуриб турадилар. Тутувчи доиранинг марказида туради. Унинг оёқлари остида иккита тўп туради. Тутувчи ирғишлаб сакраш, энгашиш, чўққайиб ўтириш, чапак чалиш сингари бир қанча ҳаракатларни бажаради. Ўйинда қатнашаётган бошқа болалар унинг кетидан бу ҳаракатларни такрорлайдилар. Тарбиячи: «Даврадан қоч!» дейиши билан болалар турли томонга югуриб кетадилар, тутувчи эса тезлик билан ердаги тўпларни олади ва уларни қочиб кетаётган болаларга тегизишга ҳаракат қилиб, улоқтиради. Тарбиячининг: «Бир, икки, уч – тезроқ даврага югур!» деган ишорасидан кейин болалар яна давра қуриб турадилар, янги тутувчи сайланади ва ўйин давом эттирилади. Тарбиячи ўйиннинг охирида якун ясаб, тутувчилардан ким аниқроқ ҳаракат қилганини айтади.

Тутувчи югуриб кетаётган болаларга ҳар иккала тўпни ҳам теккиза олса, у ҳолда тутувчи ўз вазифасида қолади.

## ТЎПНИ ИЛИБ ОЛ

Ўйинда уч бола қатнашади. Уларнинг иккитаси бир-биридан камида 3 м узоқликда туриб олиб, бир-бирларига тўп ирғитишади. Учинчи бола ўртада туриб, ирғитилган тўпни тутиб олишга ҳаракат қилади. Агар у тўпни илиб ололса, тўпни отган боланинг ўрнига туради. У эса онабошининг ўрнини эгаллайди.

## ОЁҚНИ ПОЛДАН КЎТАР

Болалар давра қуриб турадилар. Доиранинг ўртасида тарбиячи тайинлаган тутувчи туради. Тарбиячи: «Югур», дейиши билан болалар хона бўйлаб югурадилар. Тутувчи болаларнинг орқасидан югуриб, уларнинг бирортасига қўл теккизишга ҳаракат қилади. Қочиб бориб гимнастика ўриндиғида туриб олган ёки оёғини кўтариб, полга ўтириб олган бўлса, унга қўл теккизиш мумкин эмас. Тутувчи кимга қўлини теккизса, у тутувчи бўлади. У тезда жойида тўхтаб, қўлини юқорига кўтариб: «Мен тутувчиман», дейди. Янги тутувчи олдинги тутувчига бирданига қўлини теккизиши мумкин эмас. Агар тутувчи узоқ вақтгача бирорта болага қўл теккиза олмаса, унда тарбиячи: «Бир, икки, уч – тезроқ доирага югур!» дейди. Болалар доирага турадилар, тарбиячи янги тутувчини тайинлайди. Ўйин яна давом эттирилади.

## БАҚАЛАР ВА ҚАРҚАРАЛАР

Қурбақалар яшайдиган ботқоқлик чегараси (тўғри бурчак, квадрат ёки доира) 20 см ли кубиклар билан белгилаб қўйилади, улар орасига арқон-

лар тортилади. Арқонларнинг учларига ичига қум солинган халтачалар қўйилади. Четроқда қарқара (онабоши)нинг уяси бўлади. Бақалар ботқоқликда ирғишлаб сакраб, қуриллаб юрадилар. Қарқара ўз уйида туради.

Тарбиячининг ишораси билан у оёғини баланд-баланд кўтариб, ботқоқлик томон боради ва арқонлардан ҳатлаб ўтиб, бақаларни тутади. Бақалар қарқарадан қочадилар, ундан қутулиш учун ботқоқликдан сакраб чиқадилар. Тутилган бақаларни қарқара ўз уйига олиб кетади (улар янги қарқара сайланмагунча ўша ерда қолаверадилар). Агар барча қурбақалар ботқоқликдан сакраб чиқишга улгурсалар ва қарқара уларнинг ҳеч бирини тута олмаса, қарқара уйига бир ўзи қайтиб келади. Ўйин 2-3 марта такрорлангандан кейин янги қарқара сайланади.

**Ўйин қоидаси.** Қарқара қурбақани фақатгина ботқоқликда ушлаши мумкин. Қурбақалар арқон устидан қадамлаб эмас, балки сакраб ўтишлари шарт. Агар қурбақа арқон устидан қадамлаб ўтса, тутилган ҳисобланади.

Ўйинни мураккаблаштириш учун унда иккита қарқара бўлиши мумкин.

## АРҒАМЧИ БИЛАН ЮГУРИШ

Болалар икки гуруҳга бўлинган ҳолда старт чизиғи олдида турадилар. Ўйинчиларнинг ҳар бирида биттадан арғамчи бўлади. Тарбиячининг ишорасидан сўнг болалар 30 м масофага арғамчини айлантириб югуриб бориб, қайтиб келадилар. Берилган вазифани хатосиз, аниқ бажарган гуруҳ ғолиб ҳисобланади. Болалар бу ўйинни яхши ўзлаштириб олганларидан кейин икки кишилаб югуриш мумкин.

## ДОИРАДА ТУР

Майдончанинг ўртасига иккита устунча қўйилиб, тизимча тортилади. Ўйинчилар теппа-тенг икки гуруҳга бўлинадилар, уларнинг қўлларида теннис тўпи бўлади. Биринчи турган болалар доира ўртасида бўладилар. Тарбиячининг ишорасидан сўнг тўпни тизимча устидан отиб, ерга туширмасдан илиб олиш керак. Сўнгра тўп иккинчи, учинчи ўйинчига ва ҳоказога отилади. Шартларни хатосиз, тез бажарган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## БЎРИ ЎЙИНИ

«Бўри» ёки «Бошловчи» дарахт ёки ўтларнинг орқасига бекиниши шарт. Болалар майдонча бўйлаб: «Бўри, сендан қўрқмаймиз!» деб қичқиришади. Бўри эса қулай вақтни пойлаб, бекиниб ётган жойидан сакраб чиқади-да, болаларни қувлаб, ушлаб олишга ҳаракат қилади. Ҳар бир боланинг қўлида бир қисм ўт бўлади. Бўрини ушлаб олиш хавфи туғилган пайтда болалар қўлидаги ўтни ерга ташлаб: «Бу сенинг ўтинг», дейди. Шундан сўнг бўри ўтларни ердан териб олиши керак. Бўри ўтни тераётиб болалардан узоқлашиб кетади.

**Ўйин қоидаси.** Ўтни бир марта ташлаш мумкин. Бўри тутиб олган ўйинчи ўйиндан чиқади. Охирида қайси бола тутиб олинган бўлса, ўша бола кейинги ўйинда бўри бўлади. Ўйинда қатнашадиган болаларнинг сони кўп бўлса, унда иккита бўри бўлиши мумкин. Ўйин давомида бирор марта ҳам қўлга тушмаган ўйинчи ғолиб ҳисобланади.

## ЙЎЛАКЧАЛАР БЎЙЛАБ САКРАШ

Майдончага бир неча йўлакчалар чизилади. Старт чизиғи билан биринчи йўлакча орасидаги масофа 30 см, иккинчиси 60 см, учинчиси 80 см, тўртинчиси 90 см, бешинчиси 100–110 см ва ҳоказогача узоқлашиб боради. Ўқитувчининг ишорасидан кейин болалар йўллар устидан кетма-кет сакраб ўта бошлайди. Биринчи йўлакчадан сакраб ўтса – 1 очко, иккинчисидан ўтса – 2 очко ва ҳоказо олади. Кимда-ким олтита йўлакчадан сакраб ўтса, 6 очкога эга бўлади. Кўп очко тўплаган ўйинчи ютган ҳисобланади.

## АҲИЛ БЎЛИБ НИШОНГА УРИШ

Болалар бир-биридан бир қадам оралиқда доира бўйлаб турадилар. Улар оёқ учлари билан чизиқ чизиб, доира ҳосил қиладилар, унинг ичида эса онабоши туради. Доира ўртасига булава (предмет) қўйилади. Болалар тўпни бир-бирларига ошира бошлайдилар. Тўпни олган ўйинчи онабошининг ўз вақтида етиб келиб, булаванинг олдини тўса олмаганлигидан фойдаланиб, уни аниқ мўлжалга олади ва уриб йиқитади. Энди у онабоши билан жой алмашади. Агарда 2-3 дақиқа давомида булава уриб туширилмаса, унда янги онабоши сайланади. Доирада турган ўйинчилар чизиқни босмасликлари керак. Агар тўп ўртада қолса, онабоши уни хоҳлаган ўйинчига узатиши мумкин. Тўпни қўлда уч секунддан ортиқ ушлаб туриш мумкин эмас: болалар сони кўп бўлса, ўйинни 2-3 доирада ўтказиш мумкин.

## ҚИШ ВА БАҲОР ТОРТИШУВИ

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Биринчиси қиш ва иккинчиси баҳор бўладилар. Ўйин учун олдиндан шарлар тайёрлаб қўйилади. Ҳар бир гуруҳга шарлар бўлиб берилади. Майдонча ўртасига баландлиги 2 метрли арқонча тортилган бўлади. Ўйин ўқитувчининг ишорасидан сўнг бошланади. Қўлларидаги шарни қиш баҳор томонга, баҳор эса қиш томонга ота бошлайдилар. Ўйинчилар шарларни ерга туширмасдан, илиб олиб қайтариб отиши керак. Ўқитувчи иккинчи марта ишора берганидан кейин ўйин тўхтатилади. Қайси гуруҳ томонига камроқ шар тушган бўлса, ўша ютган ҳисобланади.

## МЕРГАН ВА ЧАҚҚОН

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинишади: бири мерганлар, иккинчиси чаққонлар. Майдонча ўртасида кичик ва катта доира чизилади. Кичик доира ичида мерганлар, катта доира ташқарисида чаққонлар туришади. Катта доирага тўплар қўйилган бўлади. Ўқитувчи ишора бериши билан чаққонлар тўпни олишга ҳаракат қиладилар. Мерганлар эса кичик доира ичидан чиқмасдан, уларни тўп билан уриб ўйиндан чиқадилар. Ҳамма чаққонларга тўп теккизилсагина ўйин тугайди. Ушандагина гуруҳлар жойларини алмашадилар.

## БАЙРОҚЧАНИ ОЛ

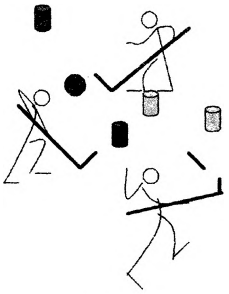
Ўқувчилар иккита гуруҳга бўлинади, ҳар бир гуруҳ ўзича сардор тайинлайди. Гуруҳлар старт чизиғи орқасида бир-бирларига қараб турадилар.

Улар ўртасидаги масофа 20–30 м. Иккала старт чизиғи ўртасида 2-3 м кенгликда йўлакча чизилиб, унинг ичига байроқчалар шахмат усулида қўйилади. Тарбиячи ишорасидан кейин гуруҳлардан биттадан ўйинчи тез югуриб бориб, белгиланган вақт ичида кўпроқ байроқчаларни йиғиштириб олиб, ўз сафига келиб турадилар. Сардорлар эса бу байроқчаларни олиб санайдилар. Ҳар бир олиб келинган байроқчага очко берилади. Кўп очко тўплаган гуруҳ ютган ҳисобланади. Гуруҳ ўйинчиси югуриб бориб, ерда ётган байроқчадан хоҳлаганча олишига рухсат берилади. Байроқчаларни бир-бирларининг қўлларидан тортиб олиш ман қилинади. Байроқчалар қўйилган жойдаги чизиқни босиб кириш мумкин эмас. Сардорлар гуруҳлар билан тенг ҳуқуқда ўйнайдилар.

## «ҚАРАМА-ҚАРШИ ЮГУРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар 3–4 гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар 10–15 м масофада бир-бирларига қараб турадилар. Бир гуруҳ бошқарувчиси майдончанинг бошқа томонидаги ўйинчиларнинг бирига эстафета таёқчаси ёки теннис тўпни беради. Тарбиячининг «Марш» гуруҳидан сўнг югуриш бошланади. Югурувчилар қарши гуруҳнинг биринчи турган ўйинчисига эстафета таёқчасини бериб, ўзи орқага бориб туради. Эстафета таёқчасини олган ўйинчи эса югуриб бориб қаршисида турган ўйинчига, кейингиси бошқасига таёқчани беради ва ҳоказо. Гуруҳлар майдончада турган ўринларини алмашиб бўлганларидан сўнг ўйин тугайди. Эстафетани биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ўйинда ғолиб деб топилади.

# ЧЎПОН



102-расм

Ўйинни ўтказиш учун қуйидаги жиҳозлар тайёрланиши керак: ўйин иштирокчилари сонига қараб 1 м 30 см узунлигида катта дастак, 4–5 та узунлиги 15 см, айланаси 5 см кичик дастаклар (кегли ёки булавалар) тайёрланиши ҳамда матодан 1-2 та копток бўлиши лозим. Агар ушбу дастаклар бўлмаса, чим хоккейининг клюшкасини ишлатса ҳам бўлади.

Ўйин майдончасида 2,5 метр диаметрли доира ҳосил қилинади, унинг ўртасига, кичик дастаклар (кегли булавалар) тиккасига қўйиб чиқилади.

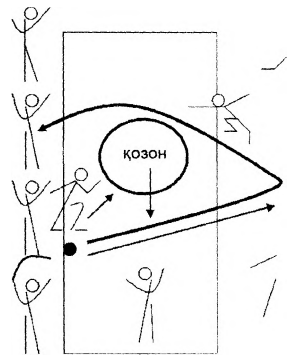
Ўйинчилар гуруҳларга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ 4-5 кишидан иборат бўлиб, 1 ёки 2 ҳимоячи ва 3 та ҳужумчи иштирок этади. Ўйин боришининг турли пайтларида ҳужумчилар ёки ҳимоячилар ролини хоҳлаган ўйинчилар бажариши мумкин. Ҳимоячи марказда туриб олиб дастакларни (кеглилар) копток билан бошқа гуруҳ ҳужумчилари уриб туширмаслигини қўриқлайди. Шунингдек, ҳужумчиларга доира ичига киришга рухсат берилмайди (102-расм). Ўйинни оддий равишда ўтказилиши вақтга мўлжалланган: ким тезроқ дастакларни уриб туширса ўша ютади. Неча марта гал келиши олдиндан келишиб олинади. Биринчи навбатда ўйиннинг сифатига эътибор берилади, ўйин болалардаги чаққонлик ва тезлик сифатларини ривожлантиради.

## ОТИБ ҚОЧАР

Бу ҳаракатли ўйин «лапта» ёки америкаликларнинг «бейсбол» ўйинларига ўхшайди. Ўйин учун теннис тўпидан бир оз каттароқ ва матодан битилган тўлдирма тўп керак. Ўйинни хоҳлаган спорт майдонида (футбол майдонининг ярмисида) ташкил этиш мумкин. Бу ўйинни мактабнинг IV синф ўқувчиларидан бошлаб ўйнатса ҳам бўлади. Ўйинда бирданига ўғил ва қизлар ҳам иштирок этиши мумкин. Масалан, синфни икки гуруҳга ажратиб, барчани ўйинга жалб этиш мумкин.

Қуръа ташлаш усулига кўра гуруҳлар шундай жойлашадики, бири майдон бўйлаб терилиб туришиб, бошқа гуруҳ ўйинчиларини майдондан қочиб ўтишида енгилгина тўп билан уриб қолиши қулай бўлиши керак. Бошқа гуруҳ ўйинчилари майдоннинг бет чизиғига жойлашиб, навбатма-навбат тўпни ўйин майдонига отишга ва югуриб ўтиб кетишга уринадилар.

Бунинг учун қарама-қарши гуруҳ ўйинчиларидан бири тўпни майдонга чиқувчи ўйинчисига ташлаб узатиб беради. Чиққан ўйинчи тўпни кафти билан майдонга қаттиқ урадиva тезда майдоннинг нариги чеккасига югуради, агар тўпни майдон ўйинчиларидан илиб ёки ушлаб олса, чопиб ўтаётган ўйинчи тезда махсус доира («Қозон»)га кириб олиш керак. Шундагина у ўзини қутқазиб қолади, агар улгурмаса, ўша тўпни илиб олган ўйинчи уриб қолади, тегса ўйинчиларининг роли, яъни жойлари тезда алмашади. Майдон



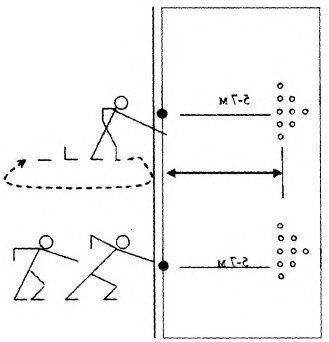
103-расм

бўйлаб югуриб ўтиб, яна қайта ўз жойига югуриб келган ўйинчига 1 очко берилади.

**Ўйин қоидалари:** 1. Тўпни отиб бериш ва уриш фақат ҳакамнинг ҳуштаги чалиниши билан бошланади. 2. Тўпни фақат майдон ичи чегарасига уриш мумкин. Чегарадан чиқса, тўпни уриш қайтарилади. 3. Тўпни майдонга уриб ва тезда югуриб майдон чегарасига бориб қайтилса, 1 очко берилади. 4. Ўйинга 10 дақиқа вақт ажратилади, шунда очколари кўп бўлган гуруҳ ғолиб деб ҳисобланади. 5. Ўйинда тўп билан қайта уриб қолишга бир марта рухсат берилади (103-расм).

## ҚУББА – 1

Бу ўйинни бирга – бир, гуруҳ-гуруҳ ёки гуруҳларга бўлиниб ўтказиш мумкин. Қубба–1 ўйинини белгиланган чизиқлар чизиб, масалан, баскетбол ёки волейбол майдончаларида ўтказиш мумкин. Агар бет чизиқдан бошлаб масофа белгиланса, унда 5, 7, 10 метргача мўлжал аниқланиб, унга теннис тўпидан каттароқ матодан ясалган тўп отилади. Отиладиган нишон – бу қубба, яъни ёнғоқлар, данаклар жуда бўлмаганда, 10–12 та тошлар, аммо спорт зал шароитида тўлдирма (теннис тўпидан каттароқ) тўплар 1 метрли айланасига қўйилади.



104-расм

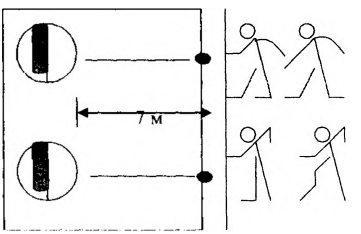
Ўйинбошининг буйруғига кўра, ҳар қайси ўйинчи чизиқдан тўпни қуббага қараб отади, агарда тегса, қанча уриб туширган бўлса, уни йиғиштириб четга чи-

қади. Кейин навбатдаги ўйинчи шунинг ўзини бажаради (104-расм). Ҳар қайси гуруҳ бирдан нечта тўп отиш мўлжалланган бўлса, ўшани бажаради, балки бошқа гуруҳ қуббани батамом уриб туширган бўлса ҳам. Гуруҳ ғолиб деб ҳисобланади, борди-ю, унинг ўйинчиси биринчилардан бўлиб қуббани уриб туширган бўлса ҳам.

Ўйинни умумий уриб туширилган тўплар ҳисоби билан ҳам ўйнаш мумкин.

## ҚУББА – 2

Ўйиннинг бу турида 8 дона булавалар ёки кегли, ёғочдан ясалган узунлиги айланаси 5 см 15 см дастак, биттадан обруч, баскетбол ёки футбол тўпи ҳар бир гуруҳга тайёрланади. Спорт майдончасининг бет чизиғидан бошлаб майдон маркази томон параллел старт чизиқлари белгиланади. Старт чизиғидан эса марказга 5 метр (I-IV синфлар учун) ёки 7 метр (ўрта ва юқори синфлар учун) марра белгиланади (105-расм). Шу белгига обруч ёки доира чизилади, унинг ўртасига булавалар ёки дастаклар терилади (бир қаторга).




105-расм

Ўйинни бошлашда хоҳлаган гуруҳ ўйинчисидан биттадан чиқиб аниқ мўлжалга олиб тўпни булавалар томон юмалатади. Ҳар бир уриб туширилган

булавага 1 очко берилади. Ҳамма гуруҳларга бир хил меъёрда тўп отиш галлари берилади. Энг кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб деб ҳисобланади.

## «УЗУНЛИККА ЮГУРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Учта гуруҳ «П» ҳарфи шаклида саф тортиб турадилар. Гуруҳлар учун умумий старт чизиғи чизилиб, ҳар бир гуруҳ учун алоҳида жой ажратилади. Бу жойларнинг қарама-қаршисига 15–20 м масофада учта тўлдирма ёки резина тўп қўйиб қўйилади. Ҳар бир гуруҳнинг биринчи турган ўйинчилари старт чизиғи олдида турадилар. Ўқитувчининг «Марш!» буйруғидан кейин биринчи турган ўйинчилар олдинга югуриб кетадилар, иккинчи ўйинчилар старт чизиғига келиб турадилар. Биринчи ўйинчилар тўпга етиб бориб, унинг ўнг томонидан айланиб ўтиб, орқага келиб, иккинчи рақамли ўйинчининг қўлига уриб, сафга бориб туради. Кейин иккинчи турган болалар олдинга югурадилар, улар ўрнига учинчи турган болалар старт чизиғига келиб турадилар ва ҳоказо. Ўйин 3–4 марта қайтарилади. Ўйин қоидаларини бузмасдан биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ғолиб ҳисобланади. Ўйинда учта гуруҳ эмас, балки иккита гуруҳ қатнашиши ҳам мумкин.

Бу эстафетани гуруҳда турган ҳолда ўтказса ҳам бўлади.

## КИМ ТЕЗРОҚ

Болалар майдонча ва залнинг бир томонида турадилар. Улар 5 тадан гуруҳларга бўлиниб, бирбирларининг қўлларини ушлаб турадилар. Булар гуруҳлардир. Гуруҳлар турган жойдан 8–10 м на-

рида чизиқ чизилган бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан кейин гуруҳлар бир оёқда чизиққача сакраб борадилар. Биринчи бўлиб борган гуруҳ ютган ҳисобланади. Сўнгра гуруҳлар орқага бурилиб, сакрашни бошқа томонга қараб давом эттирадилар. Ўйин яхши ўзлаштириб олинганидан сўнг уни мураккаблаштириш мумкин. Масалан, болаларга бир оёқни ушлаб, иккинчи оёқда сакраш вазифасини буюриш мумкин. Ўйиннинг бир турини қаторда турганда ўтказиш мумкин, бунда болалар қўлларини бир-бирларининг елкаларига қўйиб турадилар. Агар гуруҳ ўйинчиларидан бири оёғини ерга теккизса ёки қўлларини қўйиб юборса, унда шу гуруҳ ютқазган ҳисобланади.

## «ОТИШ ЭЛЕМЕНТЛАРИ БИЛАН» ЭСТАФЕТАЛАРИ

Болалар 3–4 гуруҳга тенг миқдорда бўлинади. Қатор бошида турган ўйинчиларнинг қўлларида волейбол ёки пуфлаб шиширилган тўп бўлади. Гуруҳлар бир кишидан бўлиб қаторда сафланиб турадилар. Ҳар бир гуруҳ олдида 60–70 см диаметрдаги доира чизилган бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг биринчи турган ўйинчилар тўпни доира ўртасига – полга уриб, тезда қатор охирига бориб турадилар, тўпни эса иккинчи ўйинчилар илиб олиб, вазифани қайтарадилар ва ҳоказо. Навбат яна саф бошида турган ўйинчига етганда, улар иккинчи вазифани бажаришга ўтадилар. Эстафетада кам хато қилган ва биринчи бўлиб ҳамма вазифаларни тугатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

Худди шу ўйиннинг ўзини кетма-кет икки-уч марта қайтариш орқали мураккаблаштириш мумкин.

## «ТЎПНИ ДЕВОРГА УРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар тенг 3-4 гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар девордан 3-4 метр масофада бир қатор бўлиб, девор томонга қараб турадилар. Саф бошида турган ўйинчиларнинг қўлларида резинали оддий ёки волейбол тўпи бўлади. Ўқитувчи ишорасидан кейин биринчи ўйинчилар тўпни икки қўллаб бошдан ошириб деворга отадилар ва тезда қатор охирига бориб турадилар. Тўпни энди иккинчи ўйинчилар илиб оладилар, сўнгра вазифани қайтарадилар ва бошқалар. Қайси гуруҳ кам хато қилган, вазифани биринчи бўлиб тугатган бўлса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади. Мазкур ўйинни қуйидаги тартибларда ҳам ўйнаш мумкин.

**1. Тўпни икки қўллаб пастдан отиш.**

а) тўпни деворга отиб, у полга урилгандан кейин, икки қўллаб илиб олиш;

б) тўп деворга тегиб, сапчиб чиққандан кейин илиб олиш;

в) тўпни полга шундай уриш керакки, у ердан деворга тегиб қайтгандан кейин илиб олинади.

**II. Юқорида 1 рақамда келтирилган вазифанинг ўзи, лекин тўп икки қўллаб юқоридан бошдан ошириб отилади.**

**III. Худди шу вазифанинг ўзи – ўнг қўл билан бажарилади.**

**IV. Худди шу вазифанинг ўзи – чап қўл билан бажарилади.**

Эстафетанинг ҳар бир вазифаси 2-3 мартадан бажарилиши мумкин.

## «УЗАТДИНГМИ – ЎТИР» ЭСТАФЕТАСИ

Ўқувчилар сонига қараб 3–4 гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар бир кишидан бўлиб қаторда саф тортиб турадилар, гуруҳ сардорлари эса саф бошида турган ўйинчиларга қарама-қарши томонда 3–5 метр масофада қўлларида баскетбол ёки волейбол тўпини ушлаб турадилар. Ўқитувчининг ишорасидан кейин сардорлар тўпни биринчи ўйинчиларга отадилар, улар уни илиб олиб, сардорларга қайтарадилар-да, ўзлари чўққайиб ўтирадилар. Сўнгра сардорлар тўпни иккинчи турган ўйинчиларга отадилар ва ҳоказо.

Агар ўйинчи тўпни тушириб юборса, уни олиб келиб, сардорга ошириши керак. Ўйин сардор охирги ўйинчидан тўпни илиб олиши билан тугайди.

**Эстафета турлари:**

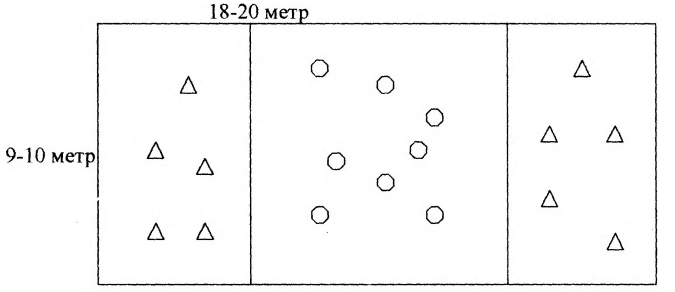
а) ҳар бир гуруҳ икки қаторда, бир-бирига юзма-юз, 4–5 метр масофада, 1–2 метр оралиқда сафланиб турадилар. Тўпни бир қатордан бошқа қаторга узата бошлайдилар.

б) гуруҳ катта доира атрофида сафланиб туради, доира ўртасида сардор тўп билан туради. Ишора берилиши билан у тўпни кетма-кет ҳар бир ўйинчига узатади, улар тўпни илиб, уни орқага сардорга узатадилар ва чўққайиб ўтирадилар.

в) болалар икки гуруҳга бўлиниб, бир кишидан бўлиб қаторда бир-бирларига юзма-юз сафланиб турадилар. Ўқитувчи ишора бериши билан қарши тўп узатишни бажарадилар. Охирги ўйинчи тўпни илиб олиб, биринчи бўлиб полга ўтирса, ўша гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## ТЎП ОРҚАСИДАН ҚУВИШ

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Гуруҳлар старт чизиғи орқасида бир кишидан бўлиб қаторда саф тортиб турадилар. Гуруҳлардан 2-3 м масофада баланд устунчалар ўрнатилган бўлади, устуннинг 2-3 м баландлигида энига қараб арқон ёки резина тортиб қўйилган бўлади. Саф бошида турган ўйинчилар қўлида волейбол ёки оддий тўп бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан кейин биринчи бола тўпни юқорига – олдинга резина устидан ошириб отади, югуриб бориб тўпни ерга туширмасдан илиб олади. Сўнгра тўп билан орқа томонга югуриб боради ва тўпни кейинги ўйинчига беради. Иккинчи ўйинчи ҳам шу вазифани қайтаради, сўнгра учинчиси давом эттиради ва ҳоказо. Тўп отишни биринчи бўлиб тугатган ва саф бошида турган ўйинчига тўп узатган бола ғолиб ҳисобланади.




106-расм

**Эстафета турлари.**

1. Шунинг ўзи, лекин тўп полга урилиб чиқиши билан илиб олинади.

2. Шунинг ўзи, лекин учиб келаётган тўпни илиб олиб, уни кейинги ўйинчига отади, орқа томонга резина устидан ошириб отади ва ўзи эса майдончанинг қарама-қарши томонида қолади.

## МЕРГАНЛАР (КЎЧМА НИШОН)

Бу ўйин волейбол майдонига ўхшаш жойда ўтказилади. Ўйинчилар икки жамоага бўлинадилар. Ҳар қайси жамоа ўзига онабоши сайлайди. Қуръа ташлашга кўра жамоалардан бири майдоннинг ўртасида туради, иккинчи жамоа майдоннинг икки томонига ажралади (106-расм).

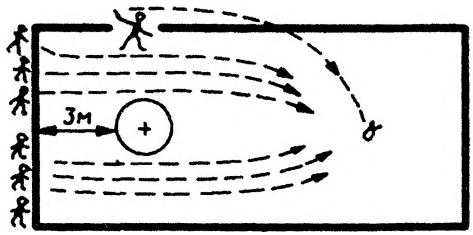
Ўртада турган жамоа ўйинчилари ўз-ўзларини ҳимоя қиладилар, яъни рақиб жамоа томонидан отиладиган тўплардан ўзларини олиб қочишлари керак ёки икки қўллаб илиб олишлари мумкин. Қайси ўйинчига отилган тўп тегса, у ўйиндан чиқади. Ўйин марказидаги ўйинчиларнинг барчаси уриб чиқарилгунча шу тарзда давом этади. Ўйинбоши – ҳакам жамоа ўйинчилари қанча вақт ичида уриб чиқарилганини ҳисоблаб боради.

Ўйин тугагач, ғолибларга 1 очко берилади. Кейин жамоалар ўзаро ўрин алмашиб, энди иккинчи жамоа аъзолари ўртада туришади. Уларни ҳам барчаси уриб чиқарилган вақти ҳисоблаб чиқилади. Ўйин 3–5 марта ўйналади. Умумҳисобда қисқа муддат ичида ва энг кўп очко жамғарган жамоа якунда ғолиб бўлади.

**Ўйин қоидалари.** Отилган тўп ердан келиб тегса ҳисобга олинмайди. Ўйинда фақат волейбол тўпидан фойдаланиш мумкин. Агар отилган тўп икки қўллаб ушлаб қолинса, ўша ўйинчи жойида қолади.

## БЎРОН

Ўйин кенг майсазорда, спорт зали ёки футбол майдонининг ярмига тенг бўлган майдончада ўтказилса ҳам бўлади. Халқимиз орасида азал-азалдан




107-расм

ўйналиб келинаётган бу ўйин иштирокчидан тез ҳаракатланишни, эпчиллик ва зийракликни талаб этади. Ўйиннинг номи «Бўрон» деб аталади.

Ўйинда қатнашувчилар икки гуруҳга ажратилади ва улар майдоннинг бир томонида алоҳида-алоҳида сафланади. «Бўрон» ўйини учун белбоғ ва унинг бир учига 500 гр қум ва қипиқ аралаштириб тўлдирилган тугунча зарур бўлади. Тугунча қўл ушлашга қулай бўлиши лозим. Майдоннинг бир чеккасига 1,5 метр чамаси доира чизилади (107-расм). Ўйин ҳакамнинг қўлидаги тугунчани майдонга қараб, камида 20–25 метрга отишидан бошланади. Шу пайт ҳакамнинг ҳуштаги ҳам чалинади ва ўйинчилар отилиб чиқишиб, тугунчани биринчи бўлиб қўлга киритишга ҳаракат қиладилар. Сўнгра тугунчали белбоғни бир-бирига узатиб, доира ичига – маррага олиб келиб ташлашга интилишади. Қайсидир гуруҳ ўйинчиларидан бири тугунчани маррага биринчи бўлиб ташласа, ўша гуруҳ ғолиб деб эълон қилинади, ғолиб жамоага 1 очко берилади. Ҳар бир ютуқдан кейин очколар сони яна ошиб бораверади. Ўйин ҳакам кўрсатмасига биноан 5–10 дақиқа давом этиши мумкин.

**Ўйин қоидалари.** Бу ўйин АҚШ миллий спорт тури «Регби» га ўхшаб кетганлиги учун ўйинчилар тугунчани бир оз куч ишлатиб бўлса ҳам тортиб

олишлари мумкин. Ўйин пайтида бир-бирини тортиш, силташ, чалиш, кийимидан ушлаш ва ҳоказолар ман этилади.

Ўйинда ҳар бир гуруҳда 6 тадан ўйинчи бўлиши шарт.

## «ТЕЗДА ДОИРА БЎЙЛАБ» ЭСТАФЕТАСИ

Ўйинчилар сонига қараб 3–4 та гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар доира атрофида доирага қараб тизилиб турадилар, улар орасидаги масофа 1-2 қадам, ҳар бир гуруҳ сардорлари қўлида биттадан баскетбол тўпи бўлади. Ўйин қатнашчилари турган жойда диаметри 50–60 см дан катта бўлмаган доира чизилади. Ишора берилиши билан гуруҳ сардорлари тўпни юқорига ирғитадилар, қолган ҳамма ўқувчилар биргаликда ўнг томонга (соат милларига қарши) ёки чап томонга (соат миллари бўйлаб) юра бошлайдилар, қўшнининг доирачасига ўтиб тўхтайдилар, бу вақтда тўпни иккинчи ўйинчилар илиб оладилар ва уни яна юқорига ирғитадилар, бу эса ўйинчиларнинг сурилишига ишора бўлади. Сардор ўз жойига қайтиб келиб, охирги ўйинчи отган тўпни илиб олгандан кейин ўйин тугаган ҳисобланади. Тўпни илиб олиш вақтида доирадан чиқиш мумкин эмас.

## «ТЎПНИ САВАТЧАГА ТАШЛАШ» ЭСТАФЕТАСИ

Ўйинчилар сонига қараб 3–4 гуруҳга бўлинади. Ҳар бир гуруҳда 5–8 та ўйинчи бўлади. Гуруҳ ўйинчилари отиш чизиғи олдида, биттадан баскетбол тўпи ушлаб, қаторда бир кишидан бўлиб саф тортиб турадилар. Отиш чизиғидан 6–8 м масофада саватча ёки чамбарак қўйилган бўлади. Ўқитувчи

ишорасидан сўнг ўйинчилар оёқларини елка кенглигида қўйган ҳолда тўпни икки қўллаб пастдан кетма-кет саватчага ташлашга ҳаракат қиладилар. Тўпни саватчага ташлаган ўйинчилар қатор охирига бориб турадилар. Саватчага кўпроқ тўп туширган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## «ТЕЗ ВА АНИҚ» ЭСТАФЕТАСИ

Ўйин қатнашчилари тенг икки гуруҳга бўлинади. Улар отиш чизиғи олдида, оёқлари орасини очиб, бир кишидан бўлиб қаторда саф тортиб турадилар. Саф бошида турган ўйинчилар қўлларида баскетбол ёки шиширилган тўп бўлади. Гуруҳ қаршисида саватча илиб қўйилади ёки 50–60 см баландликда устунчаларга ҳалқачалар ўрнатилган бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан кейин биринчи ўйинчилар тўпни нишонга отадилар ва тезда тўп орқасидан югуриб бориб тўпни саватчадан ёки полдан оладилар-да, тезда орқага – қатор охирига бориб, тўпни ўйин қатнашчилари оёқлари орасидан олдинга думалатадилар. Тўпни иккинчи турган ўйинчилар ушлаб, ўйинни такрорлайдилар ва ҳоказо. Саватчага тўпни кўп марта тушириган ва эстафетани биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ғолиб деб топилади.

## «ЧАМБАРАККА ТЕККИЗИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар тенг 3–4 гуруҳга бўлинади. Ўзаро гуруҳлар яна иккита гуруҳга бўлиниб, 5–7 м масофада бир-бирларига юзма-юз қараб, бир кишидан бўлиб қаторга тизиладилар. Саф бошида турган ўйинчилар қўлида баскетбол ёки волейбол тўпи бўлади. Ўйинчиларнинг ўртасида эса озод қилинган болалар 1,5-2 метр баландликда чамбаракни тикка

ўйнаб, ушлаб турадилар, ўқитувчи ишора бериши билан саф бошида тўп ушлаб турган ўйинчи қарама-қарши томонда турган гуруҳнинг биринчи ўйинчисига тўпни оширади, ўзи эса қаторнинг охирига бориб туради. Тўпни илиб олган ўйинчи уни орқага узатиб, ўз қаторининг охирига бориб туради ва ҳоказо.

## «АНИҚ НИШОНГА УРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар теппа-тенг 3–4 гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар отиш чизиғи олдида бир кишилик қаторда турадилар. Саф бошида турган ўйинчилар ёнида саватчада теннис ёки ичига қум тўлдирилган ясама тўплар бўлади. 8–10 та ғўлача, булава қўйилган бўлади. Биринчи ғўлача отиш чизиғидан 3 м, иккинчиси 4 м, учинчиси 5 м ва тўртинчиси 6 м ва ҳоказо нарида қўйилган бўлади.

Ўқитувчининг ишорасидан кейин биринчи ўйинчилар тўпни саватчадан олиб, яқиндаги биринчи нишонни уришга ҳаракат қилади, тўп нишонга тегадими ёки йўқми, бундан қатъи назар, улар қаторнинг охирига бориб турадилар. Биринчи нишон уриб туширилгандан сўнг ўйин қатнашчилари тўпни иккинчи нишонга, сўнгра учинчисига ота бошлайдилар ва ҳоказо. Агар тўп охирги нишонга тегиб йиқилса, у яна жойига турғизиб қўйилади. Кетма-кет ўрнатилган нишонларни кетма-кет уриб туширган ёки ҳамма нишонга камроқ тўп сарф қилган гуруҳ ютган ҳисобланади.

**Эстафета турлари.**

1. Ҳар бир ўйинчи тўпни кетма-кет 3-4 мартадан отиши мумкин.

2. Охирги нишондан уриб тушириш вазифа қилиб берилади.

## «МЕРГАНЛАР» ЭСТАФЕТАСИ

Ўқувчилар сонига қараб улар 3–4 гуруҳга бўлинади гуруҳлардаги ўйинчилар сони 6–8 кишидан ошмаслиги керак.

Гуруҳлар отиш чизиғидан 1,5–2 м олдинда саф тортиб турадилар, ўйин қатнашчиларидан ҳар бирининг қўлида иккитадан теннис тўпи бўлади. Отиш чизиғидан 5–8 метр масофада нишонлар қўйилган бўлади. Ўқитувчи ишорасидан кейин ўйинчилар кетма-кет отиш чизиғига чиқиб, икки мартадан аниқ нишонга отадилар. Кўп нишонни уриб туширган ва шунинг ўзида кам миқдорда тўп сарф қилган гуруҳ ютган ҳисобланади (ҳар бир ўйинчи ўзининг рақамидаги нишонни уриши шарт).

## «ТЎПНИ СУРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар 3-4 гуруҳга бўлинишади. Ҳар бир гуруҳда 6–8 та ўйинчи бўлади. Гуруҳлар орасидаги масофа 2-3 м дан ошмаслиги керак. Гуруҳлар отиш чизиғи орасидаги қаторда бир кишидан бўлиб турадилар, ҳар бир ўйинчи қўлида 2 тадан теннис тўпи бўлади. Ҳар бир гуруҳнинг қарама-қарши томонига 2-3 м масофада баскетбол ёки шиширилган тўп қўйиб қўйилади. Ўқитувчи ишора бериши билан болалар кетма-кет икки марта теннис тўпини қаттиқроқ отиб, олдинга қўйилган нишонни (тўпни) узоқроққа суришга ҳаракат қиладилар. Тўпни узоқроқ масофага сурган гуруҳ ўйинда ғолиб чиққан ҳисобланади.

## «АНИҚ ҲИСОБЛАШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар сонига қараб 2-3 та гуруҳга бўлинади. Гуруҳда 8–10 та бола бўлади. Гуруҳлар отиш чизиғи орқасида, бир кишидан бўлиб қаторда саф тортиб турадилар. Ҳар бир ўйинчининг қўлида биттадан қумли халтача бўлади. Ҳар бир гуруҳнинг қаршисига 6–8 м масофада саватчалар ёки челакчалар қўйилган. Ўқитувчи ишорасидан кейин гуруҳнинг ҳар бир ўйинчиси кетма-кетликда халтачани саватча ёки челакча ичига туширишга ҳаракат қиладилар. Саватча ёки челакчанинг ичига энг кўп қумли халтача туширган гуруҳ ютган ҳисобланади.

**Ўйин турлари.**

1. Отиш чизиғидан 8–10 м масофада 40–60 см кенгликда кўндаланг йўлакча чизилади. Болалар қум халтачани йўлакчага ота бошлайдилар. Йўлакча ичига тушган халтачага қараб гуруҳлар ўринлари белгиланади.

2. Отиш чизиғидан 6–10 м масофада 20–30 см оралиқда кўндаланг чизиқлар чизилади ва уларга 5-4-3-2-1 (ёки 3-2-1) сонли белгилар қўйилади. Йиғилган очколар сонига қараб гуруҳлар ўрни аниқланади.

3. Отиш чизиғидан 6–10 м нарида бир-бирига тенг доиралар чизилади, уларга ҳам 5-4-3-2-1 сонли белгилар қўйилади. Ҳар бир гуруҳ ўйинчилари тўплаган очколар сонига қараб уларнинг ўрни аниқланади.

## «СТУЛ УСТИГА ХАЛТАЧА ТАШЛАШ» ЭСТАФЕТАСИ

Ўқувчилар тенг 3-4 гуруҳга бўлинади. Гуруҳдаги болалар сони 6–8 кишидан иборат бўлади. Гуруҳлар отиш чизиғи орқасида саф тортиб туради-

лар, ҳар бир ўйинчи қўлида бештадан қумли халтача бўлади (оғирлиги 150–200 г ). Ҳар бир гуруҳ қаршисида 3–5 м масофада стулча қўйилган бўлади. Ўқитувчи ишора бериши билан ҳар бир гуруҳ ўйинчиси қум халтачани юқоридан стулчага кетма-кет шундай ташлаши керакки, халтача стулдан ерга ёки полга тушмасин. Қайси гуруҳ стулчаси устида кўп халтача бўлса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади.

**Ўйин қоидалари.**

1. Ўйин олдиндан келишиб олинганига кўра 3-4 марта такрорланади.

2. Ютуқлар сонига қараб ғолиб аниқланади.

3. Отиш чизиғини босиш мумкин эмас.

## «ТЎЛДИРМА ТЎПНИ ДУМАЛАТИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Ўқувчилар сонига қараб ўйинчилар 3-4 гуруҳга бўлинади. Ҳар бир гуруҳ ўз навбатида иккита гуруҳга бўлинади. 6–10 м масофада бир кишидан бўлиб саф тортиб юзма-юз туради. Саф бошида турган ўйинчиларнинг қўлида тўлдирма тўп бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг саф бошида турган бола қарама-қарши қатордаги ўйинчисига тўпни икки қўллаб думалатади-да, ўзи ўз қатори охирига югуриб бориб туради. Қарама-қарши томондаги қатор ўйинчиси ҳам тўпни шу усулда орқага думалатади ва ҳоказо. Тўп думалатишни биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

**Эстафета турлари.**

1. Шеригига орқасини ўгириб, бир қўли билан тўпни отиб узатиш, оёқни ён томонга кериб ёки икки қўли билан оёқлар орқасидан орқага отиш.

2. Иккита тўлдирма тўпни икки қўллаб бир вақтнинг ўзида думалатиш ва ҳоказо.

## «ТЎПНИ ТУШИРИБ ЮБОРМА» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар тенг 3-4 гуруҳга бўлинишади. Ҳар бир гуруҳда 6–8 тадан ўйинчи бўлади. Гуруҳлар 1-1,5 м масофада бирин-кетин ўтирадилар. Тўпни саф бошидаги ўйинчи оёғининг тагида сиқиб ушлаб туради. Ишора берилиши билан саф бошида турган ўйинчи полга ётиб, оёғини кўтариб, тўпни бошидан ошириб, кейинги ўйинчининг оёғига узатади, у ҳам шу усул билан тўпни учинчи ўйинчига узатади ва ҳоказо. Охирги ўйинчи тўпни оёқ билан қабул қилиб олиб, қўлга олиб, юқорига кўтариб, ўйин тамом бўлганлигини билдиради. Тўп узатишни биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

**Эстафета турлари.** Охирги ўйинчи учинчи тўпни олиб, олдинга югуриб бориб дастлабки ҳолатда туради ва тўпни оёқ билан қатор бўйлаб узатади. Қатор бошида турган ўйинчи яна ўз жойига келиб туриши билан ўйин тугайди.

## ТЎЛДИРМА ТЎПНИ ТАШИШ ЁКИ КЎЧИРИШ

Ўйинчиларнинг ҳаммаси тенг 3-4 гуруҳга бўлинадилар ва бир қаторда саф тортиб турадилар. Саф бошида турганлар олдида полда гимнастика чамбараги ётади. Майдончанинг қарама-қарши томонида, ҳар бир гуруҳ қаршисида биттадан чамбарак бўлиб, уларнинг ўртасига 3 тадан тўлдирма тўп қўйилади (тўлдирма тўп болалар ёшига қараб оғирлиги 1 кг дан 3 кг гача бўлади). Ўқитувчининг ишорасидан сўнг биринчи ўйинчилар тўпни қўлдан-қўлга узатадилар ва шу усулда яна орқага қайтадилар. Ўйинни биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

I–IV синф ўқувчилари билан ўтказиладиган ўйинда оддий тўп, баскетбол, волейбол, футбол тўпларидан фойдаланиш мумкин.

## «ТЎПНИ УЗАТИБ ЮГУРИШ» ЭСТАФЕТАСИ

Болалар бир неча тенг гуруҳга бўлинади. Гуруҳлар бир қатордан сафланиб турадилар, ўйинчилар орасидаги масофа эса 1 м ни ташкил қилади. Қатор бошида турган биринчи ўйинчиларнинг қўлларида тўп бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг олдиндан келишиб олинган усулда биринчи ўйинчилар тўпни иккинчи ўйинчиларга, улар учинчи ўйинчиларга ва ҳоказо қўлдан-қўлга узатадилар. Охирги ўйинчи тўпни олгандан кейин чап (ўнг) томондан югуриб бориб олдинга туриб, тўпни узатишни давом эттиради. Биринчи ўйинчи тўпни олиб, яна ўз жойига келиб турса, шундагина ўйин тамом бўлган ҳисобланади.

**Тўпни узатиш усуллари:**

а) тўп икки қўллаб юқоридан узатилади;

б) тўп икки қўллаб пастдан (оёқлар орасидан) узатилади;

в) тўп икки қўллаб чап ва ўнг томондан узатилади.

## ТАРВУЗНИ ОРТИШ

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинишади. Гуруҳлар бир қатор бўлиб саф тортиб турадилар, ўйинчилар орасидаги масофа 2 қадам бўлади. Гуруҳнинг ўнг томонига 8–12 та тўлдирма тўп қўйилади. Ўқитувчи ишора бериши билан биринчи ўйинчилар чап томондан тўпни олиб, иккинчи ўйинчиларга, улар учинчи ўйинчиларга ва ҳоказо узатадилар.

Охирги ўйинчи тўпни олиб, кўрсатилган жойга яхшилаб тахлайди. Эстафетани биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ТЎСИҚЛАР ОША ЮГУРИШ

Ўйинчилар тенг икки гуруҳга бўлинишади ва бир қатордан бўлиб старт чизиғи орқасида саф тортиб турадилар. Ишора берилиши билан ўйинчилар белгиланган масофа бўйлаб қуйидаги тўсиқлардан ошиб югуриб ўта бошлайдилар: ариқ (зовур) устидан узунликка сакраш, ариқ устига қўйилган гимнастика ўриндиғи устидан югуриб ўтиш, тўсиқ устидан сакраш, тўсиқ (девор) устидан оёқни қўйиб сакраш, гимнастика деворидан ошиб тушиш, пастак тўсиқ тагидан ёки тешикдан сиқилиб ўтиш, қияликка югуриб чиқиш, қияликдан пастга қараб сакраш ва бошқалар. Тўсиқлар табиий ёки сунъий бўлиши мумкин. Масалан, залда ёки майдончада зовур ёки ариқ кўндаланг чизилган чизиқ билан, қиялик қия қўйилган гимнастика ўриндиқлари ва бошқалар билан белгиланган бўлиши мумкин. Югуриш масофасини, тўсиқлар сонини, уларнинг туриш жойини ва кетма-кетлигини болалар ёшига ва уларнинг жисмоний тайёргарлигига қараб комбинациялаб ёки ўзгартириб қўйиш мумкин.

**Эстафета турлари.**

1. Ҳар бир ўйинчи ҳамма тўсиқлардан ошиб ўтади.

2. Ҳар бир ўйинчи босқичларга бўлинган бўлиб, ҳар бири ўз босқичидаги (1-2 та) у ёки бу тўсиқни енгиб (ошиб) ўтади.

## ТЎП БИЛАН

Ўйин иштирокчилари тенг ҳисобда 3-4 гуруҳга бўлинадилар. Гуруҳлар бир кишилик қаторда саф тортадилар, саф бошида турган ўйинчиларнинг қўлларида катта тўп бўлади (баскетбол, волейбол, футбол тўпи). Ўқитувчи ишора бергандан кейин ўйин қатнашчилари кетма-кет берилган ҳар хил вазифаларни, кўрсатилган ёки белгиланган масофага (8–12 м) тўп билан олдинга ёки орқага югуриб бажарадилар.

**Тўп билан силжиш усуллари:**

1) тўпни кафтда ушлаб силжиш;

2) тўпни полга уриб икки қўл билан илиб олиш (вазифа 8–10 марта қайтарилади);

3) тўпни юқорига отиб, икки қўл билан илиб олиш;

4) тўпни оёқлар ўртасига қисиб олиб, икки оёқлаб сакраш;

5) тўпни ўнг қўл билан уриб олиб бориш (юриш);

6) тўпни чап қўл билан уриб олиб юриш;

7) тўпни гоҳ ўнг, гоҳ чап қўл билан олиб бориш (юриш);

8) тўпни оёқ билан олиб юриш.

**Эстафета турлари.**

1. Эстафетанинг ҳамма қатнашчилари тўп билан олдинга силжиш усулларидан бирини қайтаради.

2. 3-4 усулдан фойдаланилган ҳолда, уларнинг ҳар бирини 2-3 ўйинчи такрорлайди.

3. Ўйин қатнашчилари тўғри чизиқ билан ҳаракат қилмасдан, балки илон изи, чизиққа қўйилган биринчи устунчаларни айланиб ўтадилар.

4. Жойлари ўзгартирилган ҳолда қарама-қарши эстафета ўтказилади, ҳар бир жуфт бола олд ва

орқа томонга қараб битта вазифани бажаради (гуруҳчалардаги ўйинчилар сонига қараб вазифалар миқдори белгиланади).

## ГИМНАСТИКА ТАЁҚЧАСИНИ БОШДАН ОШИРИШ

Ўқувчилар тенг икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғи орқасида бир қатордан саф тортиб турадилар. Биринчи турган ўқувчиларнинг қўлларида гимнастика таёқчаси бўлади, унинг икки учидан пастда горизонтал ҳолатда ушлаб турадилар. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг болалар қўлларини юқорига кўтариб, таёқчани горизонтал ҳолатда орқада турган ўйинчиларга узатадилар. Таёқча узатишни биринчи бўлиб тугатган гуруҳ ютган ҳисобланади.

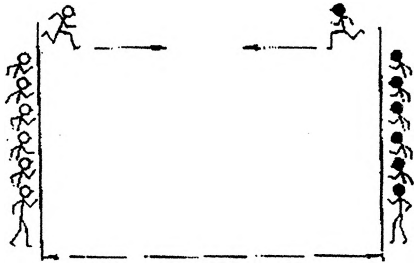
## ГИМНАСТИКА ТАЁҚЧАСИ УСТИДАН ОЁҚНИ ЎТКАЗИШ

Ўқувчилар тенг икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғи орқасида бир қатордан саф тортиб турадилар. Биринчи турган ўқувчилар гимнастика таёқчасининг икки учидан пастда горизонтал ҳолатда ушлаб турадилар.

Ўқитувчи ишорасидан кейин таёқчали болалар уни оёқлари тагидан бирин-кетин ўтказгач, орқада турган ўйинчига узатадилар, у кейингисига узатади ва ҳоказо. Охирги ўйинчи таёқчани олгач, олд томонга югуриб бориб, биринчи бўлиб туриб олади ва таёқчани орқасидаги ўйинчига узатади ва ҳоказо. Ўйинни бошлаб берган гуруҳдан бирор бола биринчи бўлиб қатор олдига келиб турса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ЖОЙНИ ЎЗГАРТИРИШ

Болалар икки гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ ўзининг старт чизиғи орқасида қўлларини ён томонга очган ҳолда саф тортиб туради. Старт чизиқлари майдончанинг қарама-қарши томонида бир-биридан 15–20 м масофада чизилган бўлади



108-расм

(108-расм). Ўқитувчининг «Стартга!» «Диққат, марш!» ишорасидан сўнг иккала гуруҳ бир вақтда ўринларини алмаштириб, қарама-қарши томондаги старт чизиғи орқасидан биринчи бўлиб ўрин олган ва орқага бурилиб, тик турган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ЧИЛЛАККА ИП ЎРАШ

Ўқувчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. 10–12 м канопнинг ҳар бир учи таёқча ўртасига боғланади. Канопнинг ўртасига белги қилиб қизил лента боғлаб қўйилади. Иккала гуруҳнинг биринчи ўйинчилари таёқчани икки томондан тортиб турадилар. Ўқитувчининг гуруҳидан кейин ҳар бир бола ўз томонидан таёқчага канопни ўрай бошлайди. Ким биринчи бўлиб канопни белгиланган жойгача ўраб бўлса, ўша ўйинчига бир очко бери-

лади. Сўнгра иккинчи, учинчи ўйинчилар ўрайди ва ҳоказо. Кўп очко тўплаган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## КИМ КЎП ҚЎЗИҚОРИН ТЕРАДИ

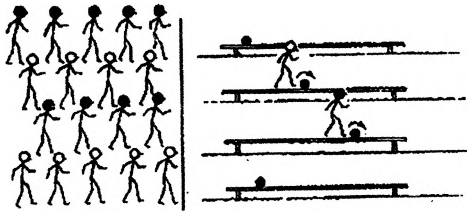
Ўқувчилар икки гуруҳга бўлиниб, 5-6 м масофада юзма-юз саф тортиб турадилар. Ўқитувчи майда ўйинчоқлар ва кубикларни ерга сочиб қўяди. Биринчи гуруҳ болаларининг қўлида халтача бўлади. Ўқитувчи ишорасидан сўнг гуруҳларнинг биринчи ўйинчилари кўзлари боғланган ҳолда халтачаларга қўзиқорин тера бошлайдилар. Кейин жойларида туриб, халтачани иккинчи ўйинчиларга узатадилар ва ҳоказо. Ўйинда энг кўп қўзиқорин терган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ЭНГ СЕЗГИР ЎЙИНЧИ

Ўқитувчи спорт залида ёки синф хонасида 9-10 та предметни қатор қўйиб, 10 сония давомида болаларга кўрсатади ва ўзи хоҳлаган жойга бекитиб қўяди. Ўқитувчи ишора бериши билан ўйин қатнашчилари нарсаларнинг қандай кетма-кетликда турганлигини айтиб (кўрсатиб) бериши керак. Ҳар бир хато учун битта жарима очкоси берилади. Ўйинда ҳеч қандай хатога йўл қўймаган ва уни тўғри бажарган ўқувчи ғолиб ҳисобланади.

## МУВОЗАНАТНИ САҚЛАШ

Иштирокчилар 4-5 гуруҳга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ бир кишилик қаторга сафланиб, старт чизиғи орқасида турадилар (109-расм) ва улар олдига биттадан гимнастика ўриндиғининг тор томони



109-расм

юқорига қаратиб қўйилади. Гуруҳлардан бир кишидан ажратилади, улар қўйилган хатоларни ҳисобга олиб борадилар.

Ўқитувчи ишорасидан кейин гуруҳларнинг биринчи ўйинчилари шошмасдан ўриндиқ олдига келиб, унинг устига чиқадилар. Қўлларини бош орқасига қўйиб, ўриндиқ устидан юриб ўтадилар. Сўнг иккинчи, учинчи ўйинчилар ўтади ва ҳоказо.

Эстафетада энг кам хато қилган гуруҳ ютган ҳисобланади.

**Ўйин қоидаси.** Ўйин бошланганидан кейин қўлни бош орқасидан (биттасини ҳам) тушириш мумкин эмас. Юриш пайтида тўхташ, оёқни ўриндиқнинг кенг томонига ёки полга теккизиш ман этилади. Агар ўйинчи бир қўлини тушириб юборса ёки оёғи полга тегиб кетса, албатта, у хатога йўл қўйган жойидан ўйинни давом эттириши керак бўлади.

## ТЎСИҚЛАРДАН ОШИБ ЎТИБ ЮГУРИШ

Барча иштирокчилар тенг 3–5 гуруҳга бўлинишади. Гуруҳлар бир-биридан 3–4 қадам нарида, майдончанинг бир томонида чизиқ орқасида бир қатордан сафланиб турадилар.

Майдончанинг энига устунчалар қўйилиб, уларга 30–40 см баландликда лента ёки резина торти-

лади. Бундан 5–8 м нарида 80–90 см кенгликда параллел чизиқ (чуқур) чизилади ёки ажратилади.

Майдончанинг қарама-қарши томонидан, девордан ёки бошқа тўсиқлардан 2 м масофага ҳар бир гуруҳнинг қаршисига ғўлача (тўлдирма тўп, чамбарак, булава) ва бошқа нарсалар қўйилади.

Ўқитувчи ишорасидан сўнг ҳар бир гуруҳнинг биринчи ўйинчилари эстафета таёқчасини чап қўлларида ушлаб, олдинга қараб югура бошлайдилар, олдин арқон, резина устидан, сўнг чуқур устидан сакраб ўтиб, ғўлачанинг ўнг томонидан айланиб ўтадилар ва ўз гуруҳларига қайтиб келадилар. Старт чизиғи орқасида турган бола ўз гуруҳидаги кейинги ўйинчининг чап қўлига таёқчани бериб, ўзлари қатор охирига бориб турадилар. Сўнгра эстафета таёқчасини олган иккинчи ўйинчилар югуришни давом эттирадилар ва ҳоказо. Вазифаларни биринчи бўлиб бажарган ва кам хато қилган гуруҳ ютган ҳисобланади.

Эстафета таёқчасини қабул қилаётганда старт чизиғидан чиқиш мумкин эмас. Ғўлача атрофидан тўғри айланиб ўтиш керак (ўнг томондан). Тўсиқлардан ўтишда уларга оёқ тегиши мумкин эмас.

Ўқитувчи иштирокчиларнинг иложи борича камроқ хатога йўл қўйишига эътибор бериши керак.

## УЧИНЧИСИ ОРТИҚЧА

Иштирокчилар иккита онабоши сайлайдилар. Бири тутувчи, иккинчиси қочувчи бўлади. Тутувчидан ташқари ҳамма қолган ўйновчилар икки кишидан бўлиб, катта доира ҳосил қиладилар.

Ўқитувчи ишорасидан кейин тутувчи қочувчини қувлай бошлайди. Қочаётган бола бу пайтда хоҳлаган жуфтликнинг олдига бориб туриши мум-

кин. Агар у тез туриб олишга улгурса, уни ушлаш мумкин бўлмайди. Энди ортиқча бўлиб қолган учинчи ўйинчи тутувчидан қоча бошлайди (яъни, шу вақтда у ортиқча бўлиб қолади). Агар тутувчи қочувчини ушласа, унда улар ўрин алмашадилар.

Ўйин давомида фақат доира атрофида ундан узоқроққа кетиб қолмасдан югуришга рухсат этилади. Қочувчи бирорта жуфтнинг олдига туриб олгандагина доира ичига кира олади.

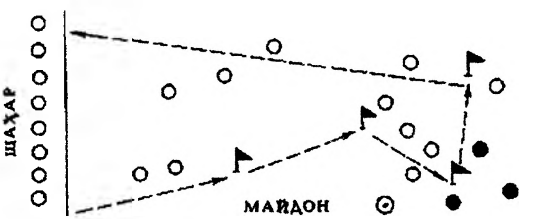
Агар иштирокчилар сони кўп бўлса, унда бир вақтнинг ўзида иккита мустақил гуруҳ тузиш ёки кўпроқ онабошилар сайлаш мумкин.

Қочувчи доира атрофида узоқ вақт югуриб юриши мумкин эмас. Қувловчи қочувчига оҳиста қўл теккизиб қўйиши керак.

Учинчи ортиқча бола тутувчи бўлса, ўйин яна ҳам мураккаблашади ва қизиқарли ўтади.

## ТЎРТТА УСТУНЧА

Иштирокчилар тенг икки гуруҳга бўлинадилар. Улардан бири қуръа ташлаш йўли билан шаҳар ташқарисидаги чизиқ олдига, бошқаси эса майдончада эркин турадилар. Майдончада тўртта устунча байроқча бўлади, уларнинг баландлиги 1,5-2 м, ораларидаги масофа эса 8–10 м (110-расм).




110-расм

Ўйинбошининг ишорасидан сўнг шаҳар ичидаги гуруҳнинг ўнг томонидаги ўйинчиси таёқча – чиллак билан майдончада турган кичик тўпни уриб, ўша томонга югуриб, кетма-кет устунчаларга қўлини теккизиб, тезда шаҳар чизиғидан ўтиб, ўз гуруҳига бориб туради.

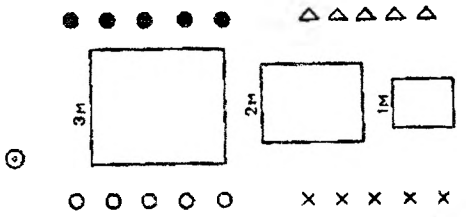
Бошқа гуруҳ ўйинчиси коптокни тезда илиб олиб ёки ердан олиб, шаҳардаги ўйинчиларнинг бирортасига, югуриб ўтаётган ўйинчиларга теккизишга ҳаракат қилади. Агар югуриб ўтиб кетаётган ўйинчига тўп тегса, унда гуруҳлар ўз ўринларини алмашадилар. Ҳар бир гуруҳнинг ўйинчиси копток тегмасдан тез ўтса, унда ўз гуруҳларига бир очко оладилар. Энг кўп очко олган гуруҳ ютган ҳисобланади.

Устунча олдида турган ўйинчига копток отиш мумкин эмас.

Битта устунчанинг ёнида бир нечта ўйинчи туриши мумкин.

## КВАДРАТЛАРДАГИ КУРАШ

Зал ёки майдонча ўртасида учта квадрат чизилади, улардан бирининг катталиги 10х10 м ва иккитасиники эса 5х5 м бўлади. Барча ўйинчилар катта квадрат ичига жойлашадилар (111-расм). Ишора берилиши билан катта квадрат ичида кураш бошланади: ўйинчилар ўзлари квадрат ичида қолишга, шерикларини эса квадратдан чиқариб юборишга ҳаракат қиладилар. Бунда улар бир-бирларини секин-аста туртадилар. Катта квадратдан чиққан ўйинчи биринчи кичик квадратга кириб, у ерда ҳам курашни давом эттирадилар. У ердан ҳам чиқарилган ўйинчилар иккинчи квадратга бориб турадилар. Катта квадрат ичида қолишга эришган ўйинчилар ғолиб чиқадилар.

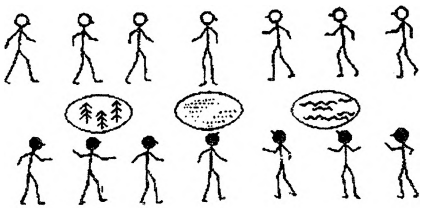



111-расм

Ўйин асосан ўғил болалар учун тавсия этилади ва унинг учун ажратилган вақт 1 дақиқадан кўп бўлмаслиги лозим. Ўйинчилардан ҳаққоний курашни талаб этиш керак, орқа томондан ҳужум қилиш мумкин эмас. Икки ўйинчининг бараварига бир ўйинчига ҳужум қилишига рухсат этилмайди.

## ЎРМОН – БОТҚОҚ – ДЕНГИЗ

Майдончанинг қарама-қарши томонида иккита гуруҳ қатор бўлиб, бир-бирига юзма-юз қараб турадилар. Ҳар бирлари ўз рақамларини эсда сақлаб қолишлари керак. Гуруҳнинг ўртасида майдончага бир қатор қилиб ҳар хил рангдаги учта чамбарак қўйилади (112-расм). Кўк чамбарак – ўрмонни, сариқ чамбарак – ботқоқликни, ҳаворанглиси – денгизни ифодалайди. Тарбиячи ўйинчилардан бирининг рақамига бирорта номни қўшиб чақи-



112-расм

ради. Масалан, «Бешинчи – акула», дейди. Иккала гуруҳнинг биринчи рақамли ўйинчилари ҳаворангли чамбаракдан жой олади. Биринчи бўлиб чамбаракка келиб турган ўйинчи ўз гуруҳига бир очко келтиради. Сўнг бошқа рақамдагини чақиради. Масалан: «Учинчи – ўрдак», дейди. Учинчи рақамлилар эса сариқ чамбаракка қараб югурадилар ва ҳоказо. Энг кўп очко тўплаган гуруҳ ғолиб чиқади.

## ЖИРАФАЛАР ТАНЛОВИ

Гуруҳларда 5 та ўғил бола ва 5 та қиз бола бўлади. Улар бир кишилик қаторда турадилар (битта ўғил ва битта қиз бола бўлиб туришади). Старт чизиғидан 8 м нарида, ҳар бир гуруҳ қаршисида биттадан байроқча ўрнатилган бўлади. Кейин байроқчадан 12 м масофада биттадан булава қўйилади. Биринчи турган болаларда ёғоч оёқ бўлади. Ўқитувчининг ишораси бўйича улар ёғоч оёққа туриб оладилар ва олдинга қараб ҳаракат қиладилар, булаваларни айланиб ўтиб, старт чизиғига қайтиб келадилар ва ёғоч оёқни қизларга берадилар.

## ЭНГ КЎП ТЎП УРГАН ЎЙИНЧИ

Гуруҳларда 5 та ўғил бола ва 5 та қиз бола бўлади. Улоқтириш чизиғидан 9 м нарига параллел тенг оралиқда 8 та булава қўйиб чиқилади. Улоқтириш чизиғига гуруҳда биринчи бўлиб турган иккита ўйинчи чақирилади. Уларнинг ҳар бирида иккитадан қўл тўпи бўлади. Ўқитувчи ишорасидан кейин улар булавага баравар тўп отадилар. Ҳакамлар уриб туширилган булавалар сонини ҳисоблайдилар ва булаваларни яна қайтадан жойига турғизиб қўядилар. Шундан кейин болалар яна бир мартадан тўп

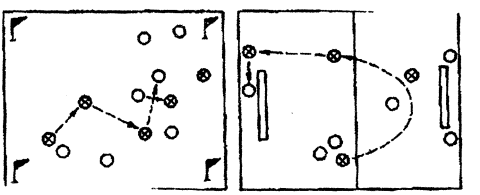
отадилар, бу гуруҳ қизлари ҳам шундай ҳаракат қилишади.

Қайси гуруҳ ўйинчилари булавани кўпроқ уриб туширган бўлса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ҲАРАКАТЛАНУВЧИ ДАРВОЗА

Ўйинда иккита гуруҳ қатнашади. Ўйин 10–12 дақиқа давом этади. Ҳар бир гуруҳда бештадан ўйинчи бўлади. Футбол майдони 35х20 м ни ташкил этиши керак. Ўйинчиларнинг вазифаси дарвозага тўп уришдир. Ҳар бир гуруҳдан биттадан ўйинчи елкасига узун ёғоч (2 м) қўйиб туриб, дарвоза ҳосил қилади (113-расм). Дарвоза доим майдон бўйлаб силжиб боради, яъни тўпнинг нишонга тегиши атайлаб мураккаблаштирилади.

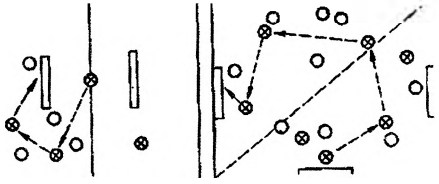
Ўқитувчи ишораси бўйича гуруҳларнинг бири тўпни олиб юради ва уни узатади, тўпни рақибига бермасликка ва ҳаракатланувчи дарвозага киритишга ҳаракат қилади. Тўпни дарвозага икки томондан ҳам уриш мумкин. Агар ўйинчи тўпни олдириб қўйса, гуруҳлар ўрин алмашадилар, биттаси дарвозани ҳимоя қилади, бошқаси эса ҳужум қилади. Агар тўп дарвозага тушса, унда тўп ҳужумчиларга қолади. Ўйин давомида дарвоза вазифасини бажарувчиларни вақти-вақти билан алмаштириб туриши керак. Дарвозага кўп тўп киритган гуруҳ ғолиб чиқади.



113-расм

## ЁНМА-ЁН ТИЗИЛГАН ДАРВОЗА

Ҳар бир гуруҳда тўрттадан ўйинчи бўлган иккита гуруҳ ўйнайди. Майдончанинг катталиги 30х15 м. Майдонча ўртасидаги чизиқдан 10 м (чап ва ўнг) масофада иккита кичкина дарвоза ўрнатилади, қўл тўпи дарвозаси ҳам бўлиши мумкин (114-расм). Раҳбар ишораси бўйича гуруҳлардан бири ўртадаги чизиқдан тўпни тепиш билан ўйинни бошлайди ва рақиб дарвозасига ҳужум қилади. Улар ҳимоя қиладилар, тўпни олишга ҳаракат қиладилар ва ўз навбатида қарама-қарши томондаги дарвозага

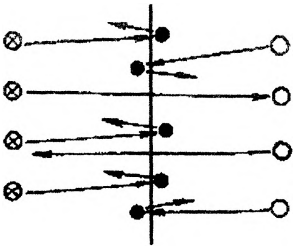


114-расм

ҳужум бошлайдилар. Ўйин дарвозабонларсиз ўтказилади. Бироқ ҳимоя қилувчи гуруҳнинг охирги ўйинчиси дарвоза томон йўналтирилган тўпни қўл билан ушлаши мумкин. Агар гуруҳ ўйин қоидасини бузса, унда тўп рақибга берилади. Ўйин 10–20 дақиқагача давом этади. Табиийки, кўпроқ тўп киритган гуруҳ ютган бўлади.

## ТЎП УЧУН КУРАШ

Бу ўйинда иккита гуруҳ қатнашади. Ҳар бир гуруҳда 5–8 тадан ўйинчи бўлади. 40х20 м катталикдаги майдонча ўртасидан чизиқ билан бўлинади. Иккала гуруҳ ҳам олдинги чизиқ орқасида сафланиб турадилар. Ўртадаги чизиққа бир неча тўп

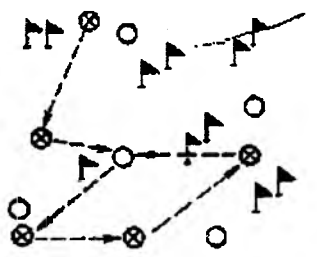


115-расм

қўйилади (115-расм). Уларнинг сони иккала гуруҳда ўйинчилар сонига нисбатан иккита кам бўлади. Ишора берилиши билан гуруҳлар ўрта чизиққа томон шитоб билан интилиб, биттадан тўп оладилар ва ўз жойларига қайтадилар. Ҳар бир олиб келинган тўп учун гуруҳга бир очко берилади. Энг кўп очко тўплаган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ОЛТИТА ДАРВОЗА

Бу ўйинда ҳам иккита гуруҳ иштирок этади. Ҳар бирида бештадан ўйинчи бўлади. Майдоннинг катталиги 40х20 м. Бунда ихтиёрий тартибда олтита дарвоза байроқчалар билан (баландлиги тахминан 1 м) белгиланади, дарвозанинг эни 1 м бўлади (116-расм). Ишора берилиши билан гуруҳлардан бири ўйинни бошлайди. У хоҳлаган дарвозасига тўп киритишга ҳаракат қилади. Бошқа гуруҳ эса ҳимоя вазифасини бажаради. Ҳар бир киритилган тўп учун гуруҳга бир очко берилади. Ҳимоя қилувчи гуруҳ ўйинчилари тўпни тўхтатиб, дарвозанинг бирортасига тўп киритишга ҳаракат қилади. Агар ўйин қоидаси бузилса, тўп бошқа томонга берилади. Агар тўп дарвоза ичига кириб, кейин шу гуруҳнинг бирорта ўйинчисига теккан бўлса, тўп киритилган ҳисобланади. Битта дарвозага икки марта тўп киритишга рухсат берилмайди. Агар тўп

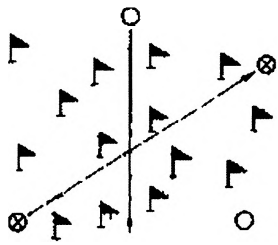


116-расм

байроқчанинг юқорисидан ўтиб кетса, унда тўп ҳисобга олинмайди. Ўйин 10–15 дақиқа давом этади. Кўп тўп киритган гуруҳ ютган бўлади.

## БИР ЖОЙДАН ИККИНЧИ ЖОЙГА ЎТИШ

Ушбу ўйинда бир неча жуфт футболчилар қатнашадилар. Майдончада диаметри 9 метрли доира чизилади ва баландлиги 0,5 м келадиган бир нечта байроқча ўрнатилади (117-расм). Доира ташқарисида гуруҳлардан бирининг иккинчи ўйинчиси тўпни оёқда бир-бирларига узатиб юрадилар...



117-расм

## УЧДИ-УЧДИ

Иштирокчилар ярим доира ҳосил қилиб ўтирадилар. Ўйинга ўқитувчи ёки ўйинчилардан бири раҳбарлик қилади. Ўқитувчи ишорасидан сўнг раҳбар ёки ўйинчилардан бири ҳамма ўйновчиларни айланиб ўтиб, уларнинг ҳар бирига қуйидаги сўзлар билан мурожаат қилади: «Нима учмоқда?» ёки «Ким учмоқда?». Сўнгра ҳар бир ўйинчи: «Самолёт учмоқда, қуш учмоқда» каби сўзлар билан жавоб берадилар. Онабоши гоҳ-гоҳ ўйинчилардан: «Дарахт ҳам учадими?» деб сўрайди. Агар бунда у «ҳа» деган жавоб олса ёки ўйинчи саволга нотўғри жавоб берса, у вақтда онабоши истагини бажариши керак бўлади. Масалан, ўйинга тушиш, ашула айтиб бериш, маълум масофада югуриб ўтиш, машқ бажариш ва ҳоказолар онабоши истаги бўлиши мумкин.

Онабошининг ҳамма саволларига тўлиқ жавоб берган ўйинчи ғолиб чиқади. Онабоши ҳар бир ўйинчининг олдига алоҳида бориб, 10–15 сония давомида аниқ жавоб олиши керак.

## ДУРРАЧА СОЛЛИ

Иштирокчилар доира бўйлаб турадилар. Улар ўртасидан ўйинбоши сайланади. Ўйинбошининг қўлида дуррача бўлади. Раҳбар ишора бериши билан ўйинбоши доира бўйлаб турган ўйинчиларни айланиб ўтиб, уларнинг бирига сездирмасдан дуррачани теккизади ва уни ўша ерда қолдиради.

Ўйинбоши қўли теккан ўйинчи дуррачани тезда ердан олиб, уни қувлаб етишга ҳаракат қилади. Агар ўйинчи ўйинбошига етиб олиб, унга қўлини теккизса, унда улар ўрин алмашадилар.

## 20 ГА ЕТКАЗ

Спорт зали ёки майдончанинг бир томонида диаметри 180 см бўлган доира чизилади. Доира ичига квадрат чизилади, квадрат бурчаклари доирага тегиб туради. Катта квадрат чизиғидан 30 см ораликда кичик квадрат чизилади, сўнгра кичик квардат ичида учбурчак чизилади, унинг ўртасида доирача чизилган бўлади. Катта доира чизиғидан то улоқтириш чизиғигача бўлган масофа 10–12 м ни ташкил этиши керак.

Болалар спорт зали ёки майдончанинг қарама-қарши томонида бир кишилик қаторда турадилар. Ҳар бир қаторга биттадан волейбол ёки теннис коптоги берилади. Ўқитувчи ишорасидан кейин ҳар бир гуруҳ ўйинчилари коптокни галма-галдан нишонга, кичик доирага тушириш учун улоқтиради-

лар. Коптокни улоқтирган бола югуриб бориб уни олади-да, кейинги ўйинчига беради, ўзи эса ўз гуруҳи охирига бориб туради. Ўйин шу тарзда давом этади. Тўп кичик доирага тушса – 5 очко, учбурчакка тушса – 4 очко, кичик квадратга – 3 очко, катта квадратга – 2 очко, катта доирага тушса 1 очко берилади. Тезда 20 очко тўплаган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ЧЎҚҚАЙИБ ЎТИРИБ ТУРТИБ ЧИҚАРИШ

Диаметри 3 м ли доирада иккита ўйинчи чўққайиб, болдирини ушлаб ўтиради. Улар бир-бирларини елка ва кўкрак билан туртиб, мувозанатини йўқотишга, қўллари, тиззалари ёки думбасини гиламга теккизишга мажбур этишга ҳаракат қилади. Доирадан ташқарига чиқиш мумкин эмас. Олишув икки дақиқа давом этади. Шу давр ичида улар бир-бирини енга олмаса, ўйин дуранг билан тугади, деб эълон қилинади.

Ўйин қоидасини ўзгартириш мумкин, бунда рақиблар қўл кафти билан туртиб-туртиб чиқарилади.

## ОРҚА БИЛАН ТУРТИБ ЧИҚАРИШ

Ўйинчилар бир-бирларига орқама-орқа ўгирилиб, бир-бирларининг тирсакларидан ушлаб ўтирадилар. Улар полга оёқ билан таянадилар-да, орқа билан рақибни туртиб, уни доирадан ташқарига чиқаришга уринадилар.

**Ўйиннинг бошқа тури**. Ўйинчиларга тикка туришга рухсат берилади, бунда улар турган ҳолатда оёқларини гиламдан кўтармасдан курашишлари керак.

## ГИЛАМГА (ТЎШАККА) АҒДАРИШ

Ҳар бир гуруҳдан биттадан ўйинчи ёнма-ён, чалқанча ёки қоринда ётадилар.

Ишора берилиши билан улар ирғиб тиззада турадилар ва кураш қоидаси бўйича рухсат этилган кураш усулига кўра бири иккинчисини гиламга йиқитишга ҳаракат қиладилар (қоринга, орқага, ён томонга йиқитиш мумкин). Икки қўл билан туриш мумкин эмас.

## ПИНГВИНЛАР ЮГУРАДИ

Гуруҳлар старт чизиғи олдида бир кишилик қаторда турадилар. Улардан биринчи тўрга ўйинчилар оёқлари ўртасига тўп қистириб қўядилар. Шу ҳолатда устунча ёки тўлдирма тўп устидан айланиб ўтиб, орқага қайтиб келадилар. Тўпни қўл билан ўз гуруҳидан иккинчи бўлиб турган ўйинчига узатадилар ва ўзлари қаторнинг охирига бориб турадилар.

Агар сакраётганда тўп ерга тушиб кетса, уни олиб яна оёқ орасига қисиб, ўйинни давом эттириш мумкин. Эстафетани тез ва хатосиз тамом қилган гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ТЎП ОРҚАСИДАН ЮГУРИШ

Иштирокчилар икки гуруҳга бўлинади, ҳар бир гуруҳ майдончанинг старт чизиғида қатор турадилар ва тартиб билан санайдилар. Ўйин бошловчи қўлида тўп билан гуруҳлар ўртасида туради. Ўйин бошловчиси хоҳлаган рақамни чақириб, тўпни олдинга думалатади. Гуруҳлардаги шу рақамли ўйинчилар тўпни қувлаб кетадилар. Ким биринчи бўлиб

тўпга қўл теккизса, унга бир очко берилади. Кейин ўйин бошловчиси бошқа рақамдагиларни чақиради ва ҳоказо. Кўп очко тўплаган гуруҳ ўйинда ғолиб чиқади.

## ОРҚАДА ҚОЛГАН ЧИҚИБ КЕТАДИ

Волейбол майдончаси атрофида югуриш мусобақаси ўтказилади (юқори синф ўқитувчилари узунлиги 200 м дан кўп бўлмаган мактаб спорт майдончасининг югуриш йўлакчасида югурадилар).

Доирани ёки майдончани айланиб, старт чизиғига етиб келганда охирги бола ўйиндан чиқади, энг чидамли югурувчи ўйинда ғолиб ҳисобланади.

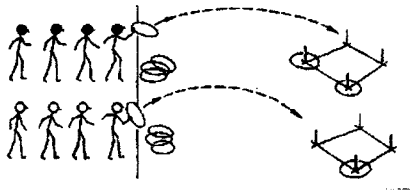
## АЙЛАНМА КЕТИДАН АЙЛАНМА

Ўйин қатнашчилари бир неча гуруҳларга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ қаршисида 50 м ли доира чизилади. Ҳар бир гуруҳда қанча ўйинчи бўлса, улар доирани шунча марта айланиб ўтиши керак.

Гуруҳларнинг биринчи турган ўйинчилари доирада, старт чизиғи олдида турадилар. Раҳбар ишорасидан сўнг биринчи ўйинчилар доирани айланиб ўтадилар, сўнгра иккинчи, учинчи, тўртинчилар айланадилар ва ҳоказо. Қайси гуруҳ ўйинчилари эстафетани биринчи бўлиб тамом қилса, ўша гуруҳ ғолиб ҳисобланади.

## ҲАЛҚАЧАНИ КИЙГИЗИШ

Болалар тенг икки гуруҳга бўлинади ва улар бир қатордан саф тортиб туради. Симдан ёки картон қоғоздан диаметри 10–15 см ли 8–6 та ҳалқача яса-



118-расм

лади. Гуруҳларнинг қарама-қарши томонида 5-6 м масофада оёқлари юқорига кўтарилган стулча бўлади (118-расм). Ўқитувчи гуруҳидан кейин гуруҳларнинг биринчи ўйинчилари стулчанинг ҳар бир оёқчасига 2 тадан ҳалқача кийгизиши керак. Қайси гуруҳ кўп ва аниқ туширган бўлса, ўша гуруҳ ютган ҳисобланади.

## ТЎСИНЛАРДАН ОШИБ ЎТИШ

Ўқувчилар бир қатор бўлиб икки сафга тизиладилар. Қаторларда биринчи турган ўйинчиларнинг оёқлари олдидан старт чизиғи чизилади. Ҳар бир қатор қаршисида 20–25 м масофагача арқон, гимнастика тўшаклари ҳамда тўплар қўйилган бўлади.

Ўқитувчи ишора бериши билан қаторларда биринчи бўлиб турган ўйинчилар югурадилар. Улар гимнастика ўриндиғидан оёқ қўйиб ошиб ўтадилар, тўпни олиб арқончадан ошириб отадилар ва ўзлари уни илиб олиб ўз ўрнига қўядилар. Сўнг югуриб бориб гимнастика тўшаги устида ўмбалоқ ошадилар ва орқага югуриб келиб, қаторда ўзларидан кейин турган ўйинчилар кафтига кафтларини теккизадилар. Кафтига урилган ўйинчилар югуриб кетадилар, кафт теккизган ўйинчилар эса қаторнинг охирига бориб турадилар.

Қаторлардаги энг кейинги ўйинчилар машқни бажариб, қайтиб келганларидан сўнг чапак чалингач, эстафетани биринчи бошлаганлар қўлларини кўтарадилар. Югуришни биринчи бўлиб тугатган қатор ғолиб чиқади. Агар ўйинчи машқлардан бирини бажармаса, орқага қайтиб қайтадан бошлаши лозим.

## АНИҚ НИШОНГА ОТИШ

Деворга 1,5 м баландликда, 2 м ораликда чизиқ чизилади, Ундан кейин ҳар 1 м да 3–4 та чизиқ чизилади. Чизиқларга 2 м, 3 м, 4 м деб оралиқ масофа ёзиб қўйилади. Ўқувчилар сўнгги чизиқ орқасида 6 қатор бўлиб нишонлар рўпарасида турадилар. Қаторда биринчи турган ўйинчиларга учтадан тўп берилади. Улар девордан 2 м нарида чизилган биринчи чизиқ орқасида турадилар. Ишора берилгач, ўйинчилар нишонни мўлжалга олиб, тўп отадилар. Агар биринчи тўп нишонга тегса, иккинчи чизиқ орқасида туриб отилади, бу ҳам тегса, учинчи чизиқ орқасида туриб отилади, бу ҳам тегса, тўртинчи чизиқ орқасида туриб отилади ва ўйин шу тариқа давом эттирилаверади. Ўйинчилардан бирортаси учала тўпни нишонга теккиза олса, унга ўйиннинг иккинчи турида тўртта тўп берилади. Агар ўйинчи биринчи тўпни нишонга теккиза олмаса, кейинги тўпларни ҳам биринчи чизиқ орқасида туриб отади. Тўплар отиб бўлингандан сўнг уларни йиғиб олиб, ўзидан кейин турган қаторга берилади. Бу ўйинда фақат нишоннинг неча марта аниқ мўлжалга олинганлиги ҳисобланади, вақт эса ҳисобга олинмайди. Шунинг учун нишонни шошилмасдан мўлжалга олиш лозим.

## ТЎПНИ АЙЛАНА БЎЙЛАБ ОШИРИШ

Ўқувчилар 3-4 та айланага сафланиб турадилар. Улар орасидаги масофа 2 м. Айланалардаги ўқувчилар сони бир-бирига тенг бўлади. Ҳар қандай айланада биттадан сардор бўлиб, уларга биттадан волейбол тўпи бериб қўйилади.

Ўқитувчининг ишораси билан сардорлар тўпни ўнг томонларидаги шерикларига оширадилар. Улар эса тўпни илиб олиб, кейингиларига оширадилар ва ҳоказо. Тўп сардорларга яна қайтиб келгандан сўнг улар тўпни юқорига кўтариб турадилар.

Ўйинни биринчи бўлиб тугатган айланадаги гуруҳ 20 очко, иккинчи бўлиб тугатган гуруҳ 15 очко, учинчи тугатгани 10 очко олади. Янги сардорлар сайланиб, ўйин шу тариқа давом эттирилади. Энг кўп очко тўплаган айланадаги гуруҳ ғолиб чиқади. Ўйин вақтида тўп қўлдан тушиб кетса, гуруҳга жарима очкоси берилади.

## ТЕГИБ КЕТМА

Ўйинчилар икки гуруҳга бўлиниб, старт чизиғи олдида турадилар. Старт чизиғидан 10–15 қадам нарида 2 та байроқча қўйилган. Ўқитувчи ишорасидан кейин биринчи турган ўйинчи югуриб бориб байроқчани айланиб, шеригининг қўлига уради ва ўнг томондан ўтиб орқага бориб туради. Иккита онабоши сайланган бўлади. Улар старт чизиғи билан байроқча ўртасида у ёқдан-бу ёққа бир-бирларига қараб аста-секин юра бошлайдилар. Югураётган ўйинчилар уларга тегиб кетмасдан, чап бериб ўтадилар. Биринчи бўлиб эстафетани тугатган гуруҳ ғолиб чиқади. Югуриб кетаётган ўйинчилардан бирортаси онабошига тегиб кетса, унда

ўша гуруҳнинг ўйинчисига 1 та жарима очкоси берилади. Қайси гуруҳ 3 та жарима очко олса, биринчи бўлиб эстафетани тугатган бўлса ҳам ютқизган ҳисобланади.

## ҚУМ ТЎЛДИРИЛГАН ХАЛТАЧА ОТИШ

Майдончага бир-биридан 30–40 м масофада иккита чизиқ чизилади. Ўйинчиларнинг ҳаммаси биринчи чизиқ олдида туради. Ўқитувчининг ишорасидан кейин болалар қўлларида ушлаб турган қумли халтачани иложи борича узоққа отадилар. Сўнг халтачаларни ўзлари олиб келадилар. «Марш» деган буйруқ берилгандан кейин ҳамма иккинчи чизиқ томонга югуриб кетади. Чизиқни ким биринчи бўлиб босиб ўтса, ўша ўйинчи ғолиб чиқади. Халтачани узоққа отган ўйинчини аниқлаш осонроқ бўлади.

## АРҒАМЧИ БИЛАН ЮГУРИШ

Ўйинчилар икки гуруҳга бўлинган ҳолда старт чизиғи олдида турадилар. Уларнинг ҳар бирида арғамчи-сакроғич бўлади. Ўқитувчининг ишорасидан сўнг 30 м масофага арғамчи билан югуриб бориб қайтиб келадилар. Шу вазифани аниқ, хатосиз бажарган гуруҳ ғолиб чиқади. Буни яхши ўзлаштириб олгандан кейин икки кишилашиб югуриш ҳам мумкин.

## ПАКАНА ВА НОВЧАЛАР

Ўйинчилар доира бўлиб туришади. Ўқитувчи болалар билан келишиб олиб, нимани гапирса, ўшани бажариши керак. У «Новча» деса, ҳамма оёқ

учида туриб, қўлини юқорига кўтариши керак. «Пакана» деса, ҳамма болалар чўққайиб ўтириб, қўлларини олдинга узатган ҳолда юрадилар. Шу тариқа ўқитувчи ўйинни олдинига бир неча марта такрорлайди. Ўйинда хатога йўл қўйган ўйинчи жарима очкосини олади.

**Ўйиннинг иккинчи тури**. Болалар ўйинни ўтирган ҳолда ўтказадиган бўлсалар, бу пайтда ҳаракатни ўзгартириш мумкин. Масалан, «Пакана» сўзи айтилганда кафтларини бир-бирига бирлаштирадилар, «Новча» сўзи айтилганда, қўлларини ён томонга ёзадилар.

## УЧ ҲАРАКАТ

Битта ўйинбоши тайинланади. «Ҳар бирингиз мен кўрсатган учта ҳаракатни эсда сақлаб қолинг», дейди ўйинбоши. Биринчиси – қўлларни тирсаклардан букиб, бармоқлар елкага теккизиб турилади; иккинчиси – қўллар олдинга елка баландлигида узатилади; учинчиси – қўллар юқорига кўтарилади.

Тарбиячи ҳаракатларни кўрсатади, болалар унинг орқасидан айнан шу ҳаракатларни 2-3 марта такрорлайдилар. Шундан сўнг ўйин бошланади. Тарбиячи биринчи ҳаракатни бажаради-ю, лекин иккинчисини айтади. Шунда ўйинчилар кўрсатилган ҳаракатни эмас, балки айтилган иккинчи ҳаракатни бажаришлари керак. Хатога йўл қўйган ўйинчи бир қадам олдинга чиқади. Ўйин шундай давом этади.

# АССАЛОМ, ТОНГ

## 1-ҲАРАКАТ

1-2. Ўнг қўл кўкракда, олдинга эгилиш.
3-4. Гавдани ростлаш.

## 2-ҲАРАКАТ

1-2. Ярим чўққайиб, ўнг оёқ билан олдинга ташланиш, чап оёқ учи таянчда, гавдани бир оз ўнгга буриб, қўлларни ўнг томондан чап томонга ҳаракатлантириш.

3-4. Оёқлар ярим чўққайган, ўнг қўл кўкракда, чап қўл бел орқасида.

## 3-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёқ билан олдинга ташланиш, ўнг оёқ учи таянчда, гавдани бир оз чапга букиб, қўлларни чапдан ўнгга ҳаракатлантириш.

3-4. Оёқлар ярим чўққайган, чап қўл кўкракда, ўнг қўл эса бел орқасида.

## 4-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб ортга бурилиш, чап оёқни олдинга ташлаб ўнг оёқ учи таянчда гавдани ўнгга бир оз букиб, қўлларни ўнгдан чапга ҳаракатлантириш.

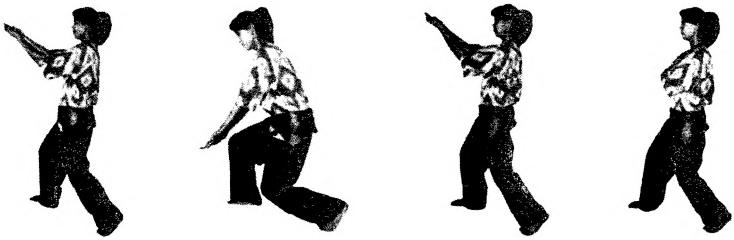
3-4. Ярим чўққайиш, ўнг қўл кўкракда, чап қўл бел орқасида.

## 5-ҲАРАКАТ

1-2. Ўнг оёқни олдинга ташлаш, чап оёқ учи таянчда гавдани чапга буриб, қўлларни чапдан ўнгга ҳаракатлантириш.

3-4. Ярим чўққайиш, чап қўл кўкракда, ўнг қўл бел орқасида.

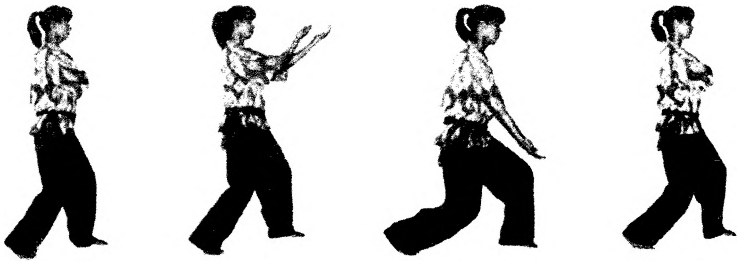
## 6-ҲАРАКАТ



1-2. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб чапга бурилиш, чап оёқни орқага ташлаш ва оёқ учи таянчда, қўллар олдинда кесишган, чалиштирилган. Оёқлар ярим чўққайган ҳолатда, қўллар олдинда пастда, кафтлар юқорига қаратилган.

3-4. Гавдани ростлаш, қўлларни пастдан юқорига доира ҳосил қилиб керишиб кўтариш. Ярим чўққайиш, қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

## 7-ҲАРАКАТ



1. Ўнг оёққа таяниб, чап оёқни ўнг оёққа тортиб ортга бурилиш.

2. Чап оёқ билан олдинга ташланиб ярим чўққайиш, қўллар олдинда пастда чалиштирилган, кафтлар юқорига қаратилган.

3. Гавдани ростлаш, қўлларни пастдан юқорига доира ҳосил қилиб (керишиб) кўтариш.

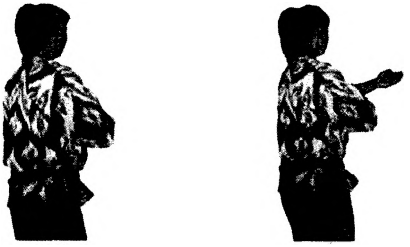
4. Ярим чўққайиш, қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

## 8-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёққа таяниб, ўнг оёқни чап оёққа яқинлаштириб ўнгга бурилиш, қўлларни олд томонда айлантириш.

3-4. Ўнг оёқ билан олдинга ташланиш, чап оёқ учи таянчда, чап қўл кўкракда, ўнг қўл олдинда, кафт юқорига қаратилган.

## 9-ҲАРАКАТ



1-2. Ярим чўққайиб ортга бурилиш, қўлларни ўз олдида айлантириш.

3-4. Чап оёқ билан олдинга ташланиш, ўнг қўл кўкракда, чап қўл олдинда, кафт юқорига қаратилган.

## 10-ҲАРАКАТ

1. Ярим чўққайиб ўнгга бурилиш ва қўллар олдинда.

2. Қўлларни олдиндан юқорига ҳаракатлантириш.

3. Чап оёқни олдинга ташлаш, қўллар чалиштирилган (кесишган), кўкрак устида.

4. Орқага эгилиш.

## 11-ҲАРАКАТ

1-2. Ўнг оёқ учига таяниб, чап оёққа ярим чўққайиш, олдинга чўзилиб, қўллар олдинда.

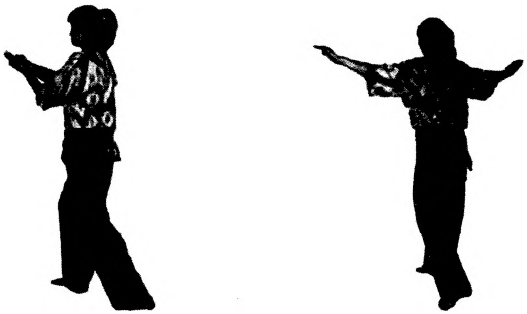
3-4. Гавдани ростлаш, қўллар ёнда, кафтлар ёнга қаратилган.

## 12-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёққа таяниб, ўнг оёқни чап оёққа яқинлаштириб ортга бурилиш, қўлларни юқоридан пастга доира ҳосил қилиб ҳаракатлантириш.

3-4. Орқага эгилиш, қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

## 13-ҲАРАКАТ



1-2. Ўнг оёқни олдинга ташлаб ярим чўққайиш, чап оёқ учи таянчда. Олдинга чўзилиш, қўллар олдинда.

3-4. Гавдани ростлаб чап оёққа ярим чўққайиш, қўллар ёнда, кафтлар ёнга қаратилган.

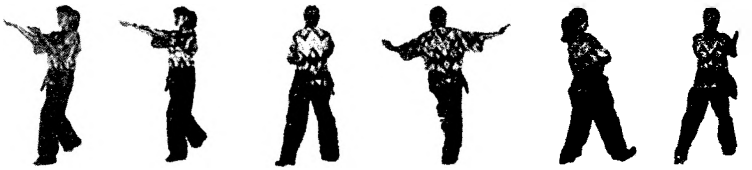
## 14-ҲАРАКАТ

1-2. Ўнг оёққа таяниб, чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб чапга бурилиш ва чап оёқ учида ярим чўққайиш, қўллар юқорида.

3-4. Қўлларни юқ оридан пастга доира ҳосил қилиб ҳаракатлантириш.

5-6. Орқага эгилиш. Қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

## 15-ҲАРАКАТ



1. Чап оёқни олдинга ташлаб ярим чўққайиш, ўнг оёқ учи таянчда олдинга чўзилиш, қўллар олдинда ва кафтлар юқорига қаратилган.

2. Орқага эгилиш.

3. Ортга бурилиш, ўнг оёқ учида ярим чўққайиш, қўллар юқорида, кафтлар пастга қаратилган.

4. Қўлларни юқоридан пастга доира ҳосил қилиб ҳаракатлантириш.

5. Қўллар кўкрак устида чалиштирилган, орқага эгилиш.

6. Ўнг оёқни олдинга ташлаб ярим чўққайиш, чап оёқ учи таянчда, қўллар юқорида, кафт ҳам юқорига қаратилган.

## 16-ҲАРАКАТ

1. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб чапга бурилиш, қўллар ёнда.

2. Чап оёқни бир оз олдинга ташлаш, ўнг оёқ учида оёқларга ярим чўққайиш, қўллар олдинда пастда.

3. Гавдани ростлаш, ўнг оёқни тиззадан букиб кўтариш, қўллар икки томонга кўтарилган.

## 17-ҲАРАКАТ

1. Ортга бурилиш, қўллар ёнда.

2. Ўнг оёқни бир оз олдинга ташлаш ва чап оёқ учида оёқларга ярим чўққайиш, қўллар олдинда пастда.

3. Гавдани ростлаш, чап оёқни тиззадан букиб кўтариш, қўллар икки ёнда.

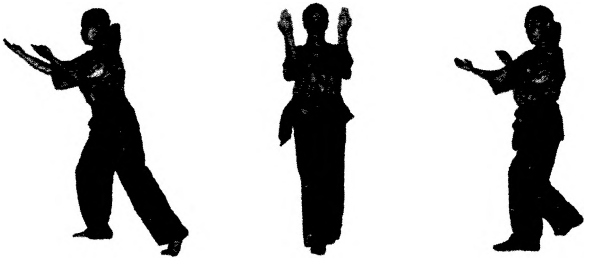
4. Оёқлар шу ҳолатда, қўллар ёнда, кафтлар ёнга қаратилган.

## 18-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёқни ёнга ташлаб, гавдани чапга буриш, қўлларни ўнг томон пастдан юқорига ҳаракатлантириш.

3-4. Ўнг оёқ товонда таянчда, чап оёқ ярим чўққайган, қўлни юқоридан чап томонга пастга ҳаракатлантириш.

## 19-ҲАРАКАТ



1-2. Чап оёқ товонида ўнгга бурилиш, қўлларни чап томондан олдинга ва юқорига ҳаракатлантириш.

3-4. Ўнг оёқ товонда таянчда, чап оёқ ярим чўққайган, қўллар олд томонга чўзилган, ўнг томондан пастга ҳаракатлантириш.

## 20-ҲАРАКАТ

1-2. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб чап томонга ташлаш, ўнг оёқ учи таянчда, гавдани чапга буриш. Қўлларни ўнг томондан пастга ва юқорига ҳаракатлантириш.

3-4. Чап оёқ товонда таянчда, ўнг оёқ ярим чўққайган, қўллар олдинда, юқоридан чап томон пастга ҳаракатлантириш.

## 21-ҲАРАКАТ

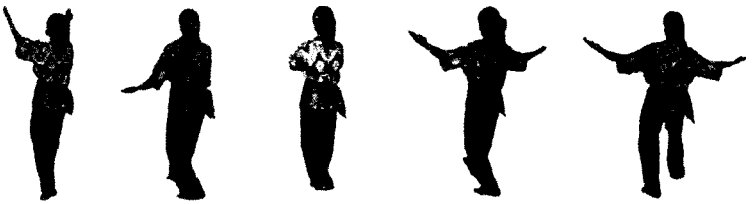
1-2. Чап оёқ таянчда ортга бурилиш, қўлларни чап томондан юқорига ҳаракатлантириш.

3-4. Ўнг оёқ учи таянчда, чап оёқ ярим чўққайган, қўлларни юқоридан ўнг томон пастга ҳаракатлантириш.

## 22-ҲАРАКАТ

1-2. Ўнг оёқ ярим чўққайган, чап оёқ учи таянчда, гавда ўнгга бир оз бурилган, ўнг қўл юқорида, кафт чапга қаратилган, чап қўл ҳам тирсакдан букилган, юқорида, кафт пастга қаратилган.

## 23-ҲАРАКАТ



1. Ўнг оёқни чап оёққа яқинлаштириб ўнгга бурилиш, қўллар олдинга кўтарилган.

2. Ўнг оёқ учи таянчда, чап оёқ бир оз букилган, қўлларни юқоридан пастга доира ҳосил қилиб ҳаракатлантириш.

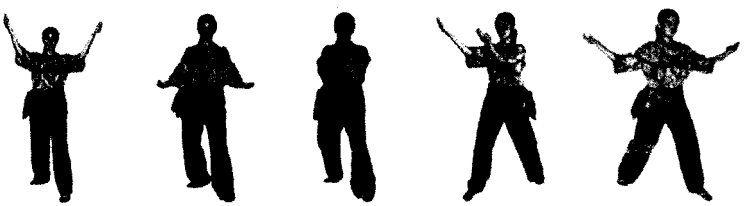
3. Қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

4. Орқага эгилиш.

5. Ўнг оёқни олдинга ташлаб ярим чўққайиш, чап оёқ учи таянчда. Қўллар олдинда, кафтлар юқорига қаратилган.

6. Чап оёқда ярим чўққайиш, ўнг оёқ таянчда, қўллар ёнда.

## 24-ҲАРАКАТ



1. Ортга бурилиш, чап оёқ учи таянчда, ўнг оёқ бир оз букилган. Қўллар олдинда юқорида.

2. Оёқ шу ҳолатда, қўлларни юқоридан пастга доира ҳосил қилиб ҳаракатлантириш.

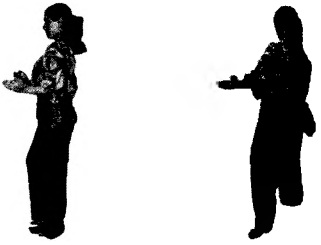
3. Қўллар чалиштирилган, кўкрак устида.

4. Орқага эгилиш.

5. Чап оёқни олдинга ташлаб ярим чўққайиш, ўнг оёқ учида таянчда, қўллар олдинда, кафт юқорига қаратилган.

6. Ўнг оёққа ярим чўққайиш, чап оёқ таянчда, қўллар ёнда.

## 25-ҲАРАКАТ

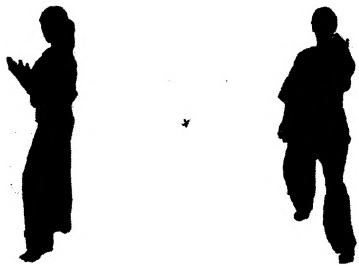


1. Ўнг оёқни чап оёққа яқинлаштириб ўнгга бурилиш, қўллар чалиштирилган ҳолда ўз олдида, кафтлар ўзига қаратилган.

2-3. Ўнг оёқни ёнга ташлаш, чап оёқ учи таянчда, гавдани бир оз ўнгга буриш, ўнг қўл олдинда, кафт юқорига қаратилган, чап қўл орқада пастда, кафт пастга қаратилган.

4. Чап оёқ ярим чўққайган, ўнг оёқ таянчда.

## 26-ҲАРАКАТ



1. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб чапга бурилиш, қўллар чалиштирилган ҳолда ўз олдида, кафтлар ўзига қаратилган.

2-3. Чап оёқни ёнга ташлаш, ўнг оёқ учи таянчда, гавдани бир оз чапга буриш, чап қўл олдинда, кафт юқорига қаратилган ўнг қўл орқада пастда, кафт пастга қаратилган.

4. Ўнг оёқ ярим чўққайган, чап оёқ таянчда.

## 27-ҲАРАКАТ

1. Ўнг оёқни чап оёққа яқинлаштириб ортга буриш.

2. Ўнг оёқ учида, чап оёқ таянчда тиззалар бир оз букилган, қўл бармоқлари устма-уст кўкрак устида.

3. Ўнг оёқни олдинга ташлаш, чап оёқ учи таянчда, қўллар олдинда, кафтлар юқорига қаратилган

4. Чап оёқ ярим чўққайган, ўнг оёқ таянчда.

## 28-ҲАРАКАТ

1. Чап оёқни ўнг оёққа яқинлаштириб ортга буриш.

2. Чап оёқ учида, ўнг оёқ таянчда, тиззалар бир оз букилган, қўл бармоқлари устма-уст кўкрак устида.

3. Чап оёқни олдинга ташлаш, ўнг оёқ учи таянчда, қўллар олдинда, кафтлар юқорига қаратилган.

4. Ўнг оёқ ярим чўққайган, чап оёқ таянчда.

## 29-ҲАРАКАТ

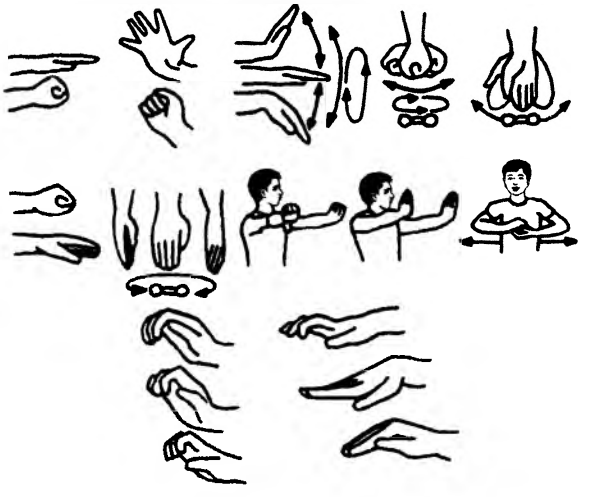
1. Ўнг оёқни чап оёқ олдига яқинлаштириб оёқларни жуфтлаш.

2. Оёқлар жуфт, ўнг қўл кўкракда, чап қўл пастда, ён томонда.

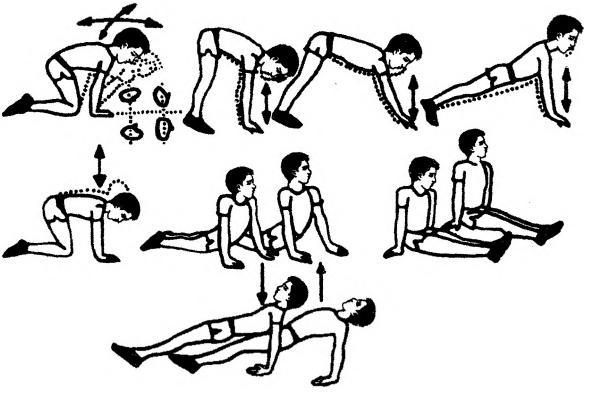
3. Олдинга эгилиш (таъзим).

4. Гавдани ростлаш (д.х.).

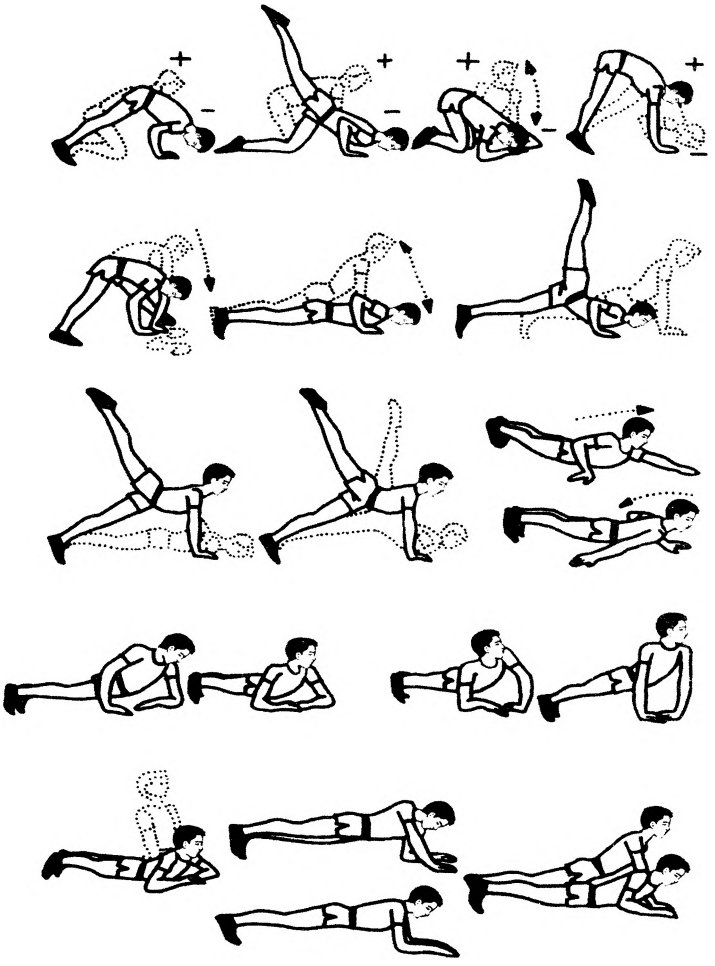
# ЖИСМОНИЙ ҚОБИЛИЯТ, СИФАТЛАР, КЎНИКМА ВА МАЛАКАЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРУВЧИ КОМПЛЕКС МАШҚЛАР



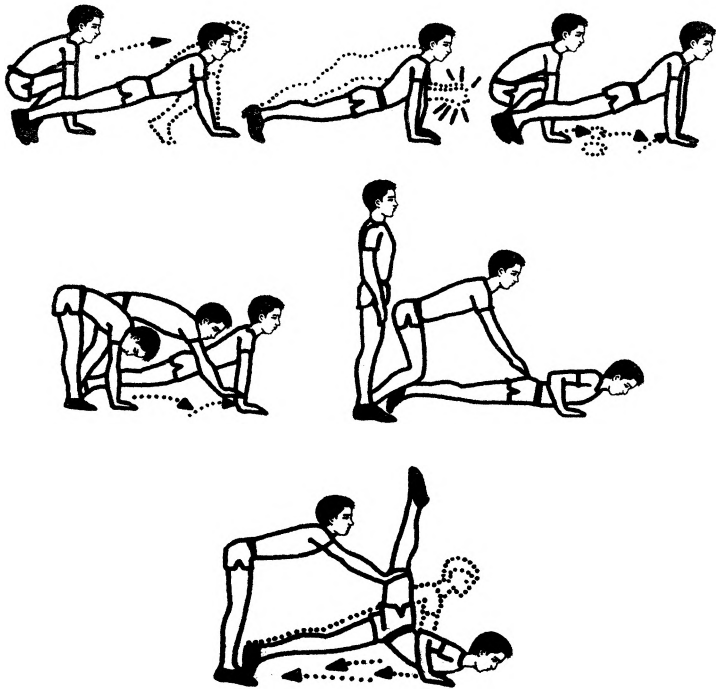
**1-расм.** Қўл кафтларининг эгилувчанлигини ривожлантирувчи машқлар



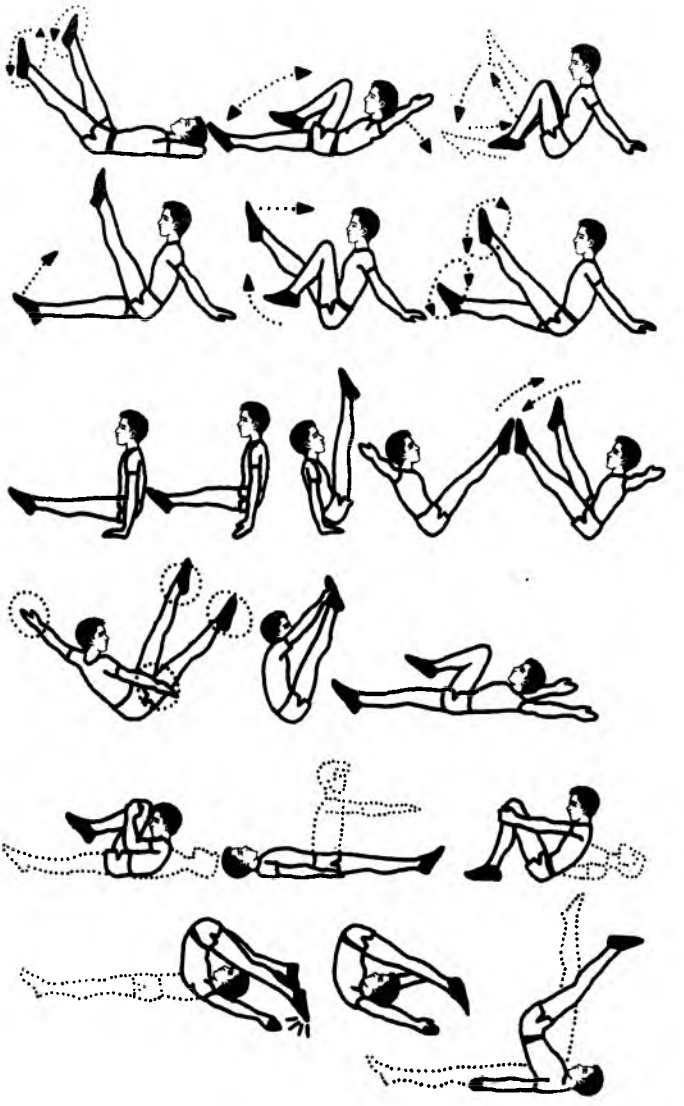
**2-расм.** Кучни ривожлантирувчи машқлар



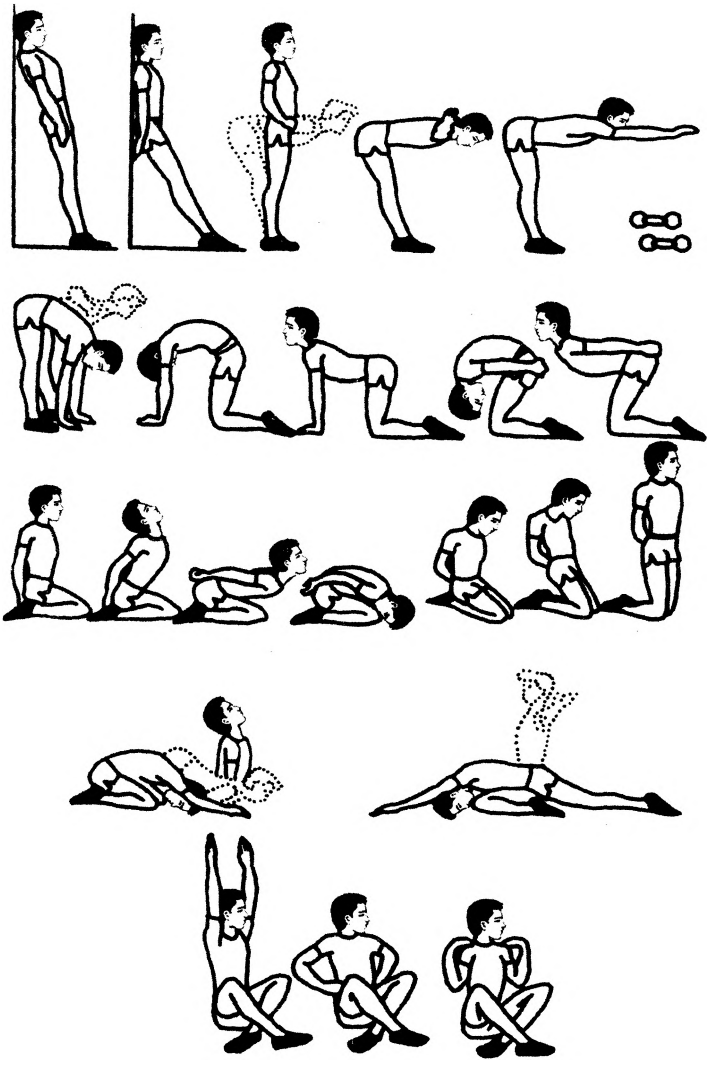
**3-расм.** Кучни ривожлантирувчи машқлар



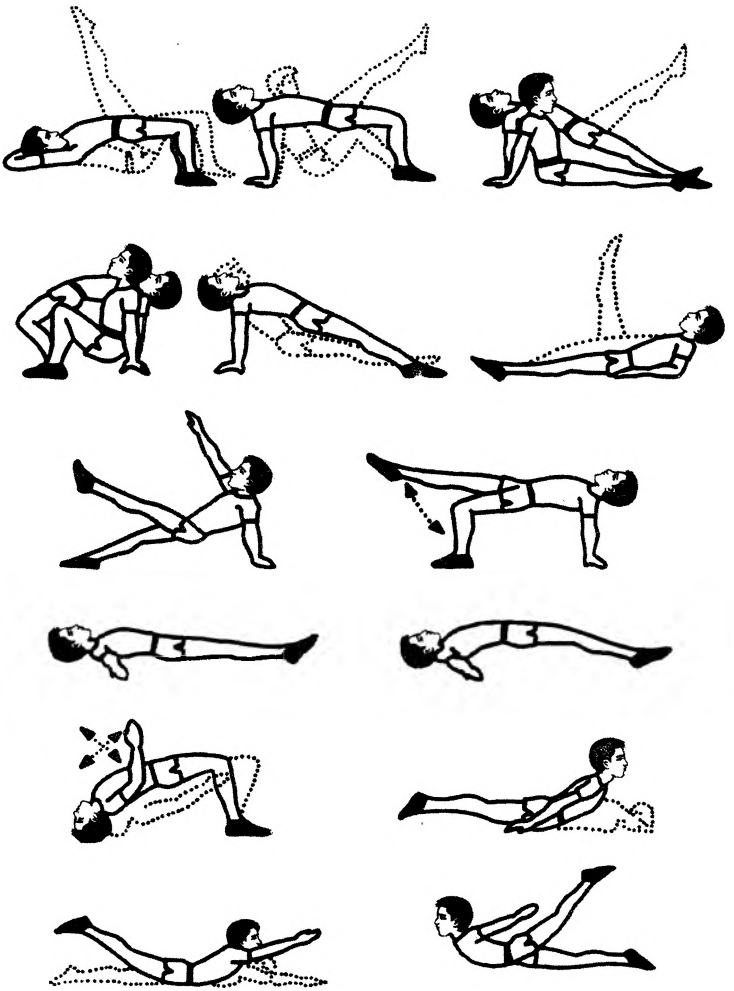
**4-расм.** Қўллар ва елка камарини ривожлантирувчи қўшимча машқлар



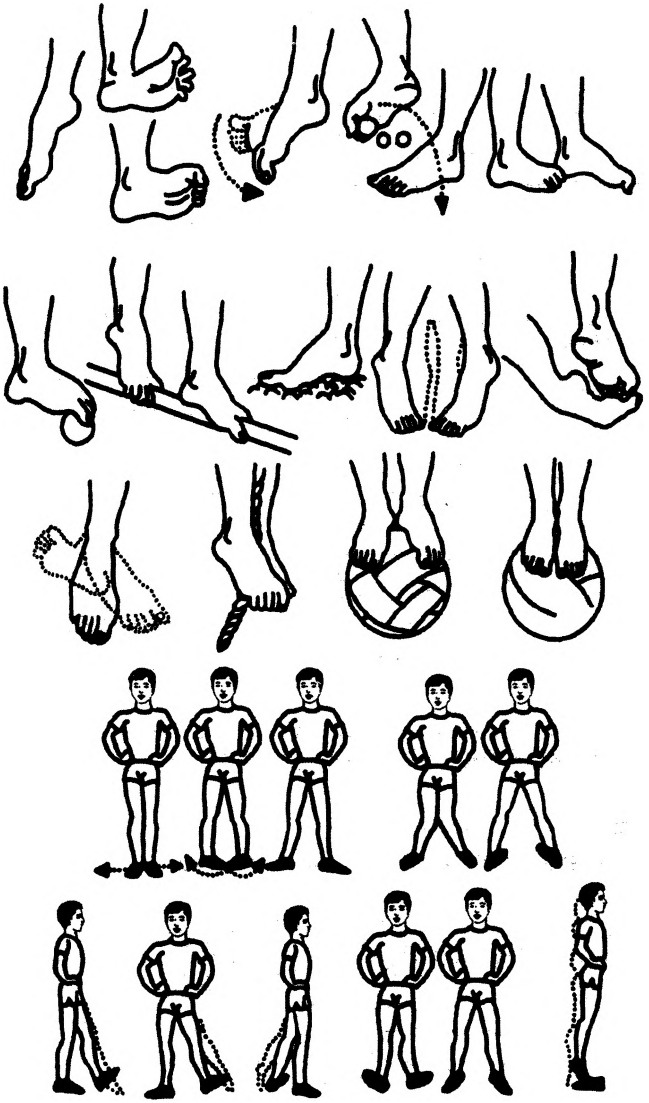
**5-расм.** Қорин мушакларини ривожлантирувчи қўшимча машқлар



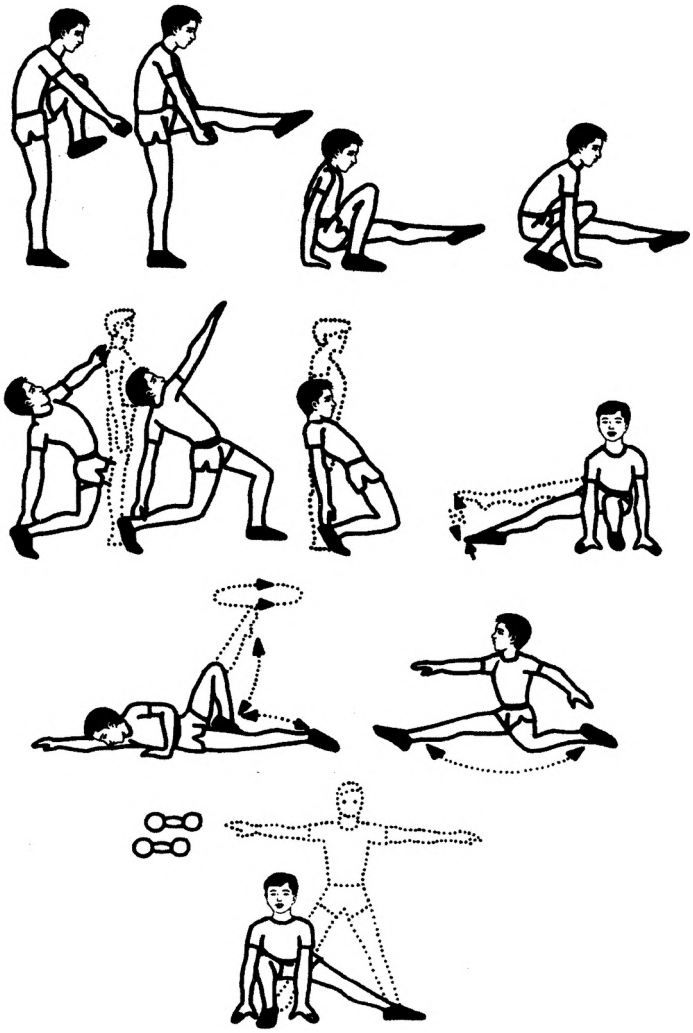
**6-расм.** Бел мушакларини ривожлантирувчи машқлар



**7-расм.** Бел мушакларини ривожлантирувчи машқлар

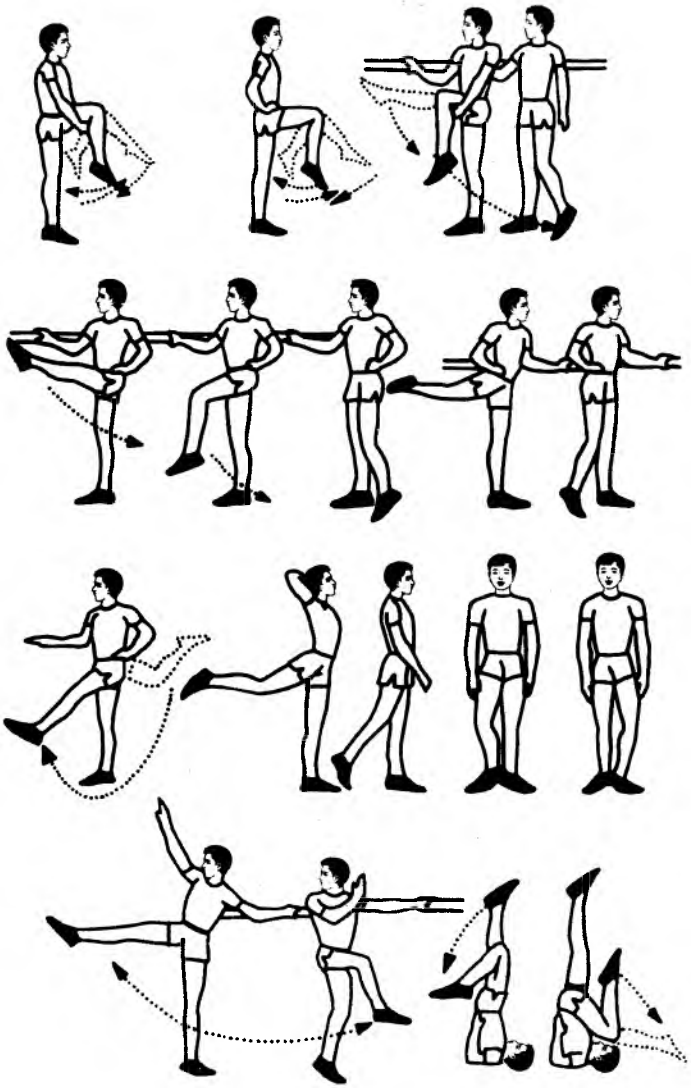


**8-расм.** Оёқ мушакларини ривожлантирувчи машқлар



**9-расм.** Оёқ мушакларини ривожлантирувчи машқлар

**10-расм.** Эгилувчанликни ривожлантирувчи машқлар



**11-расм.** Мушакларни бўш қўйиш учун машқлар

## МУНДАРИЖА

Ҳаракатли ўйинлар болалар дунёсида ..... 3
Ҳаракатли ўйинларни ташкил этиш ва ўтказиш ..... 6
Ҳаракатли ўйинларни болалар ёшига мос ҳолда ўтказиш ..... 10

МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАР УЧУН

Чумчуқлар ва автомобиль ..... 15
Поезд ..... 16
Самолётлар ..... 17
Пуфак ..... 18
Коптокни қувиб ет ..... 19
Сўқмоқ бўйлаб ..... 19
Ким секинроқ ..... 20
Таёқчадан ҳатлаб ўт ..... 21
Қалдирғоч ва асаларилар ..... 22
Отма таёқ ..... 22
Таёқча атрофидан ..... 23
Кийикни овлаш ..... 24
Ҳайвонлар қироли ..... 24
Тўпни ҳайда ..... 25
Мерган бола ..... 26
Кийикни ур ..... 27
Балиқлар ва наҳанг ..... 27
Доирадан чиқар ..... 28
Ўрмончи ..... 29
Тегирмонда тўп ..... 30
Оқсоқ турна ..... 30
Думини ушла ..... 31
Оқлар ва қоралар ..... 31
Тошларни йиғ ..... 32
Таёқни отиш ..... 32
Ригу-рагу ..... 33
Гуллар ..... 33
Қуён тонги ..... 34
Балиқ ови ..... 35
Қўлингни кўтар ..... 35
Болалар ва хўроз ..... 36

Қовоқни уриш ..... 37
Рўмолчани бер ..... 38
Тангани қўтар ..... 38
Аёз ..... 39
Саёҳатчи ..... 40
Шолғом тортиш ..... 40
Ниманинг пати ..... 41
Эпчил қуён ..... 41
Ялт этди ..... 41
Тош қўйди ..... 42
Солой-солой ..... 43
Шўх коптокчам ..... 43
Оқ қуёним аломат ..... 44
Узун илон изи бўйлаб ..... 46
Қуш ва унинг болалари ..... 47
Қуёш ва ёмғир ..... 47
Сичқонлар ва мушук ..... 48
Пахмоқ кучук ..... 49
Текис йўл бўйлаб ..... 50
Чивинни тут ..... 51
Чумчуқлар ва мушук ..... 51
Курк товуқ ва жўжалар ..... 52
Маймунчалар ..... 52
Доирага тушир ..... 53
Рангли автомобиллар ..... 54
Қушлар ва мушук ..... 54
Ўрмондаги айиқ ..... 55
Тулки товуқхонада ..... 56
Кулранг қуён ювиняпти ..... 57
Подачи билан пода ..... 57
Қушлар учиб ўтади ..... 58
Булавани уриб йиқит ..... 59
Топ, лекин айтма ..... 60
Кетган ким ..... 60
Дўнгдан-дўнгга ..... 61
Копток онабошига ..... 61
Серсо ..... 62
Ким учади ..... 63
Бадминтон ..... 63

Қарқара ..... 63
Ўтинчи сувда ..... 64
Чархпалак ..... 64
Қўрқма ..... 64
Фаввора ..... 64
Дарё тўлқинланмоқда ..... 65
Арғимчоқ ..... 65
Ботир болалар ..... 65
Қурбақа ..... 66
Индаги қушчалар ..... 66
Овоз қаердан келяпти ..... 67
Байроқчани топ ..... 68
Кўприкча устидан ..... 68
Доирага тушир ..... 69
Баландроқ ирғит ..... 69
Коптокни илиб ол ..... 70
Учувчилар ..... 70
Ўз жуфтингни топ ..... 71
Тойчалар ..... 72
Қуёнлар билан бўри ..... 73
Кегли ..... 74
Қопқон ..... 75
Тутувчилар ..... 76
Карусел ..... 76
Ғозлар ..... 77
Қизиқчилар ..... 78
Товонбалиқлар ва чўртанбалиқ ..... 79
Овоз чиқармай югуриб ўт ..... 80
Жуфт-жуфт бўлиб югуриш ..... 80
Қарама-қарши томонга югуриб ўтиш ..... 81
Полда қолма ..... 81
Қармоқ ..... 82
Айёр тулки ..... 82
Нарсани алмаштириш ..... 83
Лентани ол ..... 84
Бойқуш ..... 84
Бизни тут ..... 85
Ўрадаги бўри ..... 85
Қўлга тушиб қолма ..... 86
Чархпалак ..... 87

Мароқли ўйин ..... 87
Коптокнинг кетидан югур ..... 87
Арғимчоқ ..... 88
Метро ..... 88
Сувни тутиб ол ..... 89
Денгиздаги тўлқинлар ..... 89
Ботир болалар ..... 89
Қурбақа ..... 90
Медуза ..... 90
Пўкак ..... 90
Тюленлар ..... 91
Тўпни узат ..... 91
Кечув ..... 91
Тойча ..... 92
Отлиқ аскарлар ..... 92
Чамбаракни қувиб ет ..... 92
Пирпирак билан югуриш ..... 92
Капалакни тут ..... 93
Ариқча орқали ..... 93
Товуқлар полизда ..... 94
Кегли ..... 94
Тўпни думалат ..... 94
Чамбаракни думалат ..... 95
Қуёнчага сабзи бер ..... 95
Отни суғор ..... 95
Кеч қолма ..... 96
Юринглар, ўйнаб келамиз ..... 96
Сайрга чиқамиз ..... 96
Босиб олма ..... 97
Сайрга чиқиш ..... 97
Ўйинчоқларни олиб кел ..... 98
Тойча ..... 98
Тегиб кетма ..... 98
Тошларни тезроқ йиғиб ол ..... 99
Боғ ҳовлига саёҳат ..... 99
Қатъий тартиб ..... 99
Меҳмонга бориш ..... 100
Биринчи бўлиб тур ..... 100
Сигнални эшит ..... 101

Катталар ва кичиклар ..... 101
Ўз жойингга қайтиб кел ..... 101
Дарвоза ..... 101
Совға ..... 102
Иссиқ-совуқ ..... 102
Копток – тош ..... 103
Тўхтовсиз ҳаракатда ..... 103
Қоровул ..... 103
Ким кучлироқ ..... 104
Кубикни кўтар ..... 104
Учлик ..... 105
Дискни улоқтириш ..... 106
Халтачаларни улоқтириш ..... 106
Танга кўтариш ..... 106
Тўппонча ..... 107
Ракеткаларда баҳслашиш ..... 107
Ким кеглини олади ..... 107
Балиқ кетидан балиқ ..... 108
Қулоқсиз қалпоқча ..... 108
Бир оёқда жанг ..... 108
Юқорида кураш ..... 109
Ҳалқа айлантириш ..... 110
Тойчалар ..... 110
Арқонни топ ..... 111
Тўп айланадан ташқарида ..... 111
Арқонга тегиб кетма ..... 112

МИЛЛИЙ ЎЙИНЛАР

Данак ..... 113
Ким кўп ёнғоқ йиғиш ..... 113
Чамалаш ..... 114
Ўрта бармоқни топ ..... 114
Жамбил ..... 115
Қолади-кетади ..... 115
Қорбобо ..... 116
Бўёқ сотувчи ..... 116
Зовурдаги бўри ..... 117
Қуёнлар, қоровул ва овчи ..... 117
Бойқушча ..... 118

Мушук уйқуда ..... 119
Бўш жой ..... 119
Капалакча ..... 119
Қумли халтачани отиш ..... 120
Тўп чизиқ орқасида ..... 120
Шимол ва жануб шамоллари ..... 121
Юлдуз ..... 121
Ҳамма ўз байроғига ..... 122
Менинг жойим қани ..... 122
Тўртта бурчак ..... 122
Қуён инга киролмади ..... 123
Ҳушёрлик ўйини ..... 123
Тўхта, илдим ..... 123
Хурма таёқ ..... 124
Лаппар ..... 125
Чуқурчани тозалаш ..... 125
Парол ..... 125
Лайли – майли ..... 126
Оқ суяк ..... 126
Зина, мина, стоп ..... 127
Зим-зиё ..... 128
«Кўза» ўйини ..... 128
Қувноқ жавоб ..... 128
Ғолиб ..... 129
Бўл тайёр ..... 129

КОПТОК БИЛАН ЎЙИНЛАР

Коптокка қўл билан ..... 131
Коптокка оёқ билан ..... 131
Тўпни улоқтириш ..... 131
Буюмни сақла ..... 132
Шарларни узатиш ..... 132
Дарвозага тушир ..... 133
Тепаликдан думалат ..... 133
Кафтгача ирғишлаб сакраш ..... 133
Эҳтиёт бўл ..... 133
Йўлакча бўйлаб ..... 134
Тўпга қўлингни теккиз ..... 134
Арқон устидан ..... 134
Бир оёқда йўлакча бўйлаб сакраш ..... 135

ГИМНАСТИК ТАЁҚЧАЛАР БИЛАН ЎЙИНЛАР

Чумчуқлар жанги ..... 136
Қани, ким, топ-чи? ..... 136
Очко ..... 137
Бирга бир ..... 137
Учлик мусобақаси ..... 137
Дарвозабонлар баҳслашуви ..... 138
Ҳамма ўйнайди ..... 138
Мерган ..... 139
Саватчага ташла ..... 139
Тўпга тегиб кетма ..... 140
Ағанатиб юборма ..... 140
Миттилар ва норғуллар ..... 141
Семир, пуфагим ..... 141
Эпчил болалар ..... 142
Тўп доирада ..... 142
Тўпни илиб ол ..... 143
Тўпни юмалат ..... 143
Мерганчасига юриш ..... 143
Игна ва ип ..... 144
Балиқчалар ..... 144
Машиналар ..... 145
Қўнғизлар ..... 145
Тез олиб, тез қўй ..... 146
Нарсани ўзгартириб қўй ..... 146
Лентани ол ..... 146
Кўзи бойлоқ бола ва шиқилдоқ ..... 147
Ўз шеригингга етиб ол ..... 148
Доира ичидаги тутувчи ..... 148
Қўлингни беркит ..... 149
Қушлар парвози ..... 149
Кимнинг номи айтилди ..... 150
Қўлингни бер ..... 150
Чуғурчуқ уяси ..... 151
Калит ..... 151
Капалак тутиш ..... 152
Кимнинг тўпи узоқроқ тушади ..... 153
Байроқчага қараб тур ..... 153
Капалакча ..... 153

Тўп чизиқ орқасида ..... 154
Тезлик ва чаққонлик ..... 154
Тезлик ва мерганлик ..... 155
Ким бир оёқда тез югуради ..... 156
Чаққон югуриб ўтувчилар ..... 157
Сакровчилар ..... 157
Булавалар билан эстафета ..... 158
Стул кўтарувчи ..... 158
Доирани топ ..... 159
Илон изи бўлиб юриш ..... 159
Уй баскетболи ..... 160
Калхат ҳужуми ..... 161
Эсда сақлаб қол ..... 161
Ким зийрак ..... 161
Чой-чой ..... 162
Йўлбошчи бўл ..... 162
Байроқчаларни йиғиб ол ..... 163
Жуфт-жуфт бўлиб сакраш ..... 163
Рўмолчани олмоқ ..... 164
Ким баланд сакрайди ..... 164
Чўққайиб ўтириб сакраш ..... 165
Бақани тутиб ол ..... 165
Оқсоқ қарға ..... 165
Ҳимоячи ..... 166
Юқорига ва узоққа сакраш ..... 166
Тўртта тўп ..... 167
Стаканда сув билан ..... 167
Таёқчадан қадамлаб ўтиш ..... 168
Сув тўкилмасин ..... 168
Мувозанатни сақлаб юриш ..... 168
Чамбарак ичидан сакраш ..... 168
Тўп устида ўтириб ..... 169
Арқонга тегмасдан ўт ..... 169
Чўлоқ жўжа ..... 169
Ким яқинлашади ..... 170
Ким чаққон ..... 170
Ҳужум ..... 171
Ким узоққа отади ..... 171
Байроқчани ол ..... 172

Бўридан қоч ..... 173
Байроқчага қараб тур ..... 173
Ким баландга отади ..... 174
Кимнинг тўпи узоққа бориб тушади ..... 174
Доирада туриб ..... 174

## КАТТА ЁШДАГИ МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИ УЧУН ЎЙИНЛАР

Мувозанатни сақла ..... 175
Айлантиргич (обруч) учун жанг ..... 175
Чизиқ ташқарисига ..... 176
Картошка билан рақс ..... 176
Уч оёқда ҳаракатланиш ..... 176
Рақамингни эслаб қол ..... 177
Моки ..... 178
Ким кўп отади ..... 178
Қўрғон ҳимояси ..... 179
Энг чаққон ..... 180
Эҳтиёт бўл ..... 180
Иноқ ..... 181
Кичик волейбол ..... 182
Етти тош ..... 183
Чурр-кес ..... 183

## АТТРАКЦИОН ЎЙИНЛАР
## (томошабоп ўйинлар)
## ТЎП БИЛАН ЎЙИНЛАР

Тўплардан ўтиб кўр ..... 185
Пинг-понг ..... 185
Қайтиш билан ур ..... 186
Тушириб юборма ..... 187
Ракетка билан ҳалқа орасидан ..... 187
Сакраб туриб ирғитиш ..... 188
Орқадан от ва илиб ол ..... 188
5 марта кетма-кет ..... 189
Тезроқ олиб ўт ..... 189
Тушир ва илиб ол ..... 190
Илиб ол ..... 190

Тахта устидаги копток ..... 191
Ўргатилган копток ..... 191
Доирачанинг ичига сакраб туш ..... 191
Пингвин тўп билан ..... 192
Туннел бўйлаб ..... 192

ГИМНАСТИК ТАЁҚЧАЛАР БИЛАН АТТРАКЦИОНЛАР

Жонглёрлар ..... 193
Ўрдак сувда ..... 193
Шаҳар-шаҳар ўйини ..... 194
Ўрта бармоғимни топ ..... 194
Ҳужумчилар ..... 195
Футболга оид аттракцион ..... 195
Хоҳлаган нуқтадан ..... 196
Тўп капитанга ..... 196
Ҳаракатдаги дарвоза ..... 197
Тўп билан томоша ..... 198
Тўпга теккиз ..... 198
Ерга урилиб қайтган тўпни ҳалқага теккиз ..... 199
Ўнг қўлда отиб, чап қўлда илиш ..... 200
Ким кўп йиғади ..... 200
Тўпни айланиб ўт ..... 201
Кеч қолма ..... 201
Тез олиб ўт ..... 202
Ким ўзини тутиб туради ..... 202
Тўпни ўтказиш ..... 203
Ер ўлчовчилар ..... 203
Шайбани уриб чиқар ..... 204
Стулни кўтариш ..... 204
Ип ўраш ..... 204
Байроқчалар орқасидан ..... 205
Тўпни қўйиб юборма ..... 205
Ўз вақтида қайт ..... 206
Доим тайёр бўлиб тур ..... 206
Айланиб ўтиш ..... 207
Тўсиқлар оша квадратга теп ..... 207
Бошқа жойга ўтиб олиш ..... 208
Доира бўйлаб узатиш ..... 208
Чаққон мерган ..... 209

Сакраб, илиб ол ..... 209
Штангачилар ..... 210
Чамбаракка қувлаб ет ..... 210
Салом, олимпиада ..... 211
Байроқчани айланиб ўтиш ..... 212
Нима ўзгариб қолди ..... 212
Полда қолма ..... 213
Бурилиш ..... 213
Чўлоқ жўжа ..... 214
Ғиштлар устидан юриш ..... 214
Йўлакча ..... 215
Менга етиб олинглар ..... 216
Шиқилдоққача эмаклаб кел ..... 216
Дарвоза ..... 217
Чизиқни босма ..... 218
Эҳтиёт бўл ..... 218
Нишонга тушир ..... 219
Тутувчи, лентани ол ..... 220
Оёғингни ҳўл қилма ..... 220
Товуш чиқармасдан ўт ..... 221
Доирада тезроқ саф тортиб тур ..... 221
Учлик ..... 222
Шар (соққа)ни туширма ..... 222
Чамбаракни думалат ..... 223
Кўзбойлағич ..... 223
Кўзи бойлоқ ушланди ..... 224
Гулханим ..... 224
Тутувчи даврада ..... 225
Майна қуш ва чумчуқлар ..... 226
Чамбаракни ким узоққа думалатади ..... 226
Ким буюмни тез олиб ўтади ..... 227
Чамбаракни байроқчагача ..... 227
Полизда ..... 228
Тўп кўтарган тутувчи ..... 229
Тўпни илиб ол ..... 230
Оёқни полдан кўтар ..... 230
Бақалар ва қарқаралар ..... 230
Арғамчи билан югуриш ..... 231
Доирада тур ..... 232

Бўри ўйини ..... 232
Йўлакчалар бўйлаб сакраш ..... 233
Аҳил бўлиб нишонга уриш ..... 233
Қиш ва баҳор тортишуви ..... 234
Мерган ва чаққон ..... 234
Байроқчани ол ..... 234
«Қарама-қарши югуриш» эстафетаси ..... 235
Чўпон ..... 236
Отиб қочар ..... 237
Қубба – 1 ..... 238
Қубба – 2 ..... 239
«Узунликка югуриш» эстафетаси ..... 240
Ким тезроқ ..... 240
«Отиш элементлари билан» эстафеталари ..... 241
«Тўпни деворга уриш» эстафетаси ..... 242
«Узатдингми – ўтир» эстафетаси ..... 243
Тўп орқасидан қувиш ..... 244
Мерганлар (кўчма нишон) ..... 245
Бўрон ..... 245
«Тезда доира бўйлаб» эстафетаси ..... 247
«Тўпни саватчага ташлаш» эстафетаси ..... 247
«Тез ва аниқ» эстафетаси ..... 248
«Чамбаракка теккизиш» эстафетаси ..... 248
«Аниқ нишонга уриш» эстафетаси ..... 249
«Мерганлар» эстафетаси ..... 250
«Тўпни суриш» эстафетаси ..... 250
«Аниқ ҳисоблаш» эстафетаси ..... 251
«Стул устига халтача ташлаш» эстафетаси ..... 251
«Тўлдирма тўпни думалатиш» эстафетаси ..... 252
«Тўпни тушириб юборма» эстафетаси ..... 253
Тўлдирма тўпни ташиш ёки кўчириш ..... 253
«Тўпни узатиб югуриш» эстафетаси ..... 254
Тарвузни ортиш ..... 254
Тўсиқлар оша югуриш ..... 255
Тўп билан ..... 256
Гимнастика таёқчасини бошдан ошириш ..... 257
Гимнастика таёқчаси устидан оёқни ўтказиш ..... 257
Жойни ўзгартириш ..... 258
Чиллакка ип ўраш ..... 258

Ким кўп қўзиқорин теради? ..... 259
Энг сезгир ўйинчи ..... 259
Мувозанатни сақлаш ..... 259
Тўсиқлардан ошиб ўтиб югуриш ..... 260
Учинчиси ортиқча ..... 261
Тўртта устунча ..... 262
Квадратлардаги кураш ..... 263
Ўрмон – ботқоқ – денгиз ..... 264
Жирафалар танлови ..... 265
Энг кўп тўп урган ўйинчи ..... 265
Ҳаракатланувчи дарвоза ..... 266
Ёнма-ён тизилган дарвоза ..... 267
Тўп учун кураш ..... 267
Олтита дарвоза ..... 268
Бир жойдан иккинчи жойга ўтиш ..... 269
Учди-учди ..... 269
Дуррача солли ..... 270
20 га етказ ..... 270
Чўққайиб ўтириб туртиб чиқариш ..... 271
Орқа билан туртиб чиқариш ..... 271
Гиламга (тўшакка) ағдариш ..... 272
Пингвинлар югуради ..... 272
Тўп орқасидан югуриш ..... 272
Орқада қолган чиқиб кетади ..... 273
Айланма кетидан айланма ..... 273
Ҳалқачани кийгизиш ..... 273
Тўсинлардан ошиб ўтиш ..... 274
Аниқ нишонга отиш ..... 275
Тўпни айлана бўйлаб ошириш ..... 276
Тегиб кетма ..... 276
Қум тўлдирилган халтача отиш ..... 277
Арғамчи билан югуриш ..... 277
Пакана ва новчалар ..... 277
Уч ҳаракат ..... 278

Ассалом, тонг ..... 279
Жисмоний қобилият, сифатлар, кўникма ва малакаларни ривожлантирувчи комплекс машқлар ..... 294

*Услубий нашр*

ТАЛЪАТ УСМОНХЎЖАЕВ, АСҚАР ТОЛИПЖОНОВ,
ҲАМИДУЛЛА МЕЛИЕВ, НУРБЕК ҲОТАМОВ

**500 ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАР**
*Методик қўлланма*

Муҳаррир:
Маъмура ҚУТЛИЕВА

Мусаҳҳиҳ:
Суннат МУСАМЕДОВ

Бадиий муҳаррир
Уйғун СОЛИҲОВ

Техник муҳаррир
Сурайё АҲМЕДОВА

Компьютерда саҳифаловчи:
Феруза БОТИРОВА

Лицензия рақами: Al № 252. 2014 йил 02.10 да берилган.
Босишга 2014 йил 17 ноябрда рухсат этилди.
Бичими 84x108 1\32.
Босма тобоғи 10,0 Шартли босма тобоғи 16,8
Адади 2000 нусха. Буюртма № 106.
Баҳоси келишилган нархда.

100113. Тошкент, Чилонзор-8, Қатортол кўчаси, 60.
Мурожаат учун телефонлар:
Нашр бўлими – 405-50-19; Маркетинг бўлими – 273-62-71
факс — 273-00-14;

**«ЯНГИ АСР АВЛОДИ» НММ**
**«КАМОЛОТ КУТУБХОНАСИ» РУКНИДА**
**ҚУЙИДАГИ КИТОБЛАРНИ ТАҚДИМ ЭТАДИ:**

**Абдулла Қодирий**
**«ЎТКАН КУНЛАР»**
**84x108 1/32, 442 бет, қаттиқ муқова**
**Кирилл ва лотин ёзувларида**

Севги кимларни йиғлатиб, кимларни кулдирмаган дейсиз. Шарқ адабиётининг нодир асарларидан бири ҳисобланмиш мазкур асарда муҳаббат ўзгача, такрорланмас бадиий талқин қилинади. Шунингдек, ватанпарварлик, чақимчилик, андиша, хотинбозлик, муомала, беҳаёлик сингари мавзулар ҳам қаламга олинади. Мутолаага шошилинг.

**Алишер Навоий**
**«ХАМСА»**
**84x108 1/32. 432 бет, қаттиқ муқова**

Мазкур китобда Алишер Навоий «Хамса»сидаги барча достонларнинг мазмуни баён қилинган. Уларда шоир томонидан тасвирланган турли воқеа-ҳодисалар акс эттирилган, фақат кириш қисмлари, меъёридан чўзилиб кетган манзаралар, монологлар бир оз қисқартирилган. Ушбу Навоий достонларининг насрий талқинини ўқиб чиқиб аллома шоиримизнинг туркий шеъриятнинг гултожи ҳисобланмиш «Хамса» шеърий достонларини англаб олишингизга ёрдам беради, деб ўйлаймиз.

**Чўлпон**
**«КЕЧА ВА КУНДУЗ»**
**84x108 1/32, 332 бет, қаттиқ муқова**
**Кирилл ва лотин ёзувларида**

Абдулҳамид Сулаймон Чўлпоннинг «Кеча ва кундуз» романи яратилганига қарийб 80 йил бўлса-да, у ҳамон қўлдан-қўлга ўтиб келмоқда.

Китобда ўзбекларга хос андиша, ҳиммат, иффат ва соддалик каби фазилатлар билан бирга хотинбозлик, худбинлик ва мол-мулк орттириш йўлидаги иллатлар ҳам ўз инъикосини топган. Бу каби сифатлар ва иллатлар китобхонни чуқур мушоҳада юритишга ундайди.

**Мирзакалон Исмоилий.**
**«ҚИЗЛАР ДАФТАРИГА»**
**84х108 1/32, 172 бет, юмшоқ муқова**

Ушбу китоб ўз даврида қўлма-қўл бўлиб кетган. Унда бувининг набира-қизига, шу орқали унинг дугоналарига ҳаёт сабоқлари – муҳаббат, вафо, бурч ва садоқат, ҳалоллик, тўғрилик хусусидаги ўгитлари ўз аксини топган. Шу билан бирга эгриликнинг оқибатлари, оиладаги келинлик вазифалари, фарзанд тарбиясидаги нозик жиҳатлар баён этилади. Китоб мутолааси балоғат ёшидаги ҳар қандай қиз қалбидаги яширин сўроқларга, юрак тубида асраган, кимдандир сўрашга ийманаётган саволларига жавоб бўлади.

**Миркарим Осим**
**«ТЎМАРИС»**
**84х108 1/32 140 бет, юмшоқ муқова**

Аждодларимизнинг босқинчиларга қарши мардонавор курашлари бир неча минг йиллар олдин Мағриб ва Машриқда афсоналарга айланган, улар ҳақида кўплаб асарлар ёзилган. Ушбу китобда Миркарим Осимнинг мазкур мавзуга оид энг сара асарлари жамланди.

**Ғафур Ғулом**
**«ШУМ БОЛА»**
**84х108 1/32, 164 бет, юмшоқ муқова**
**Кирилл ва лотин ёзувларида**

«Дандон сопли пичоқ»дан бошланиб, чувалашиб кетган гапни бойнинг қизи – Адолнинг «ўғил туғиб бергани»га бориб улаб «иннанкейин»чи, ўлгудек инжиқ, зиқна, эзма Сарибойни мот қилган Шум боланинг бир-биридан қизиқ саргузаштларидан хабардор бўлишни хоҳласангиз китоб мутолаасига шошилинг.

**Шукур Холмирзаев**
**«ЎН САККИЗГА КИРМАГАН КИМ БОР»**
**84х108 1/32, 284 бет, қаттиқ муқова**

Мазкур китобга Ўзбекистон халқ ёзувчиси, иқтидорли адиб Шукур Холмирзаевнинг энг сара қиссалари ва ҳикоялари киритилди. Уларда севги-муҳаббатнинг ўзгача талқини, ошиқлик ва ожизлик, матонат ва разолат, инсон маънавияти билан боғлиқ бўлган ижтимоий ва ахлоқий масалалар баён этилади.

**Шукрулло**
**«КАФАНСИЗ КЎМИЛГАНЛАР»**
**84x108 1/32, 444 бет, қаттиқ муқова**

Кишининг ўз бошидан ўтказган қийинчиликларини, тўғрироғи, хўрликларини эслашидек оғир азоб бўлмайди. Уни ёзиш эса... Қатағонлик даври тасвири, янада оғири – ўзининг «халқ душмани» деб айбланиши ҳақида ёзиш, маҳбуслигини эслаш, қамоқ воқеалари, лагерь ҳаёти, сўзсизлик... Буларнинг ҳаққоний тасвири Шукруллонинг «Кафансиз кўмилганлар»ида яққол ифодаланган.

**А.Дюма**
**«ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО - 1, 2»**
**84x108 1/32, 752, 756 бет, қаттиқ муқова**

Икки китобдан иборат асарнинг бош қаҳрамони Эдмон Дантес – Монте Кристо «Иф» қалъасидан халос бўлгач, разолат ботқоғига ботган инсонларни зўр матонат, ақл-идрок билан фош этади. Жазо ҳам, мукофот ҳам Аллоҳнинг иродаси билан инсон тириклигидаёқ уни бенасиб қолдирмаслиги асар ниҳоясида акс этади, фақат, Граф таъкидлаганидек, «кутмоқ ва умид қилмоқ керак».

**Артур Конан Дойл**
**«ШЕРЛОК ХОЛМС ВА ДОКТОР УОТСОННИНГ САРГУЗАШТЛАРИ»**
**84x108 1/32 528 бет, қаттиқ муқова**

Бу тўпламда ёзувчининг детектив, илмий-фантастика, саргузашт асарларидан саралаб олинган ҳаётий далилларга бой ҳикоя ва қиссалари жой олган.

1990 йилда «Баскервиллар ити» номи билан нашр этилган мазкур асар китобхонлар илтимосига кўра қайта чоп этилмоқда.

**Андерсен**
**«ҚОР ОДАМ»**
**84x108 1/32 382 бет, юмшоқ муқова**

Андерсеннинг эртаклари бугун ҳам энг кўп ўқилаётган асарлар сирасига киради. Уларда болаларга хос бўлган беғубор кечинмалар, эзгуликнинг ғалабаси, орзу-умидларнинг ушалиши, ёруғ оламда ҳар биримиз ҳар қадамда дуч келиб, кундалик ҳаётимизда юз бераётган оддий воқеа-ҳодисаларнинг ўзгача талқини тилга олинади.

**Усмонхўжаев Талъат Саидович**
Педагогика фанлари доктори, профессор, биринчи даражали "Соғлом авлод учун" ордени сохиби. Ўрта махсус ва Халқ таълими аълочиси.

**Толипжонов Асқар Имомжонович**
Профессор, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган мураббий, Ўзбекистон Футбол федерацияси вице-президенти, Футбол бўйича терма жамоалар маркази директори.

**Мелиев Хамидулла Абдуллаевич**
Жиззах Давлат Педагогика институтининг мактабгача ва бошланғич таълим кафедраси профессори, педагогика фанлари номзоди

**Хотамов Нурбек Болиевич**
Тошкент ахборот технологиялари Университетининг Самарқанд филиали жисмоний тарбия кафедраси катта ўқитувчиси

ЯНГИ АСР АВЛОДИ

ISBN 978-9943-27-310-8
9 789943 273108