

Research Article

THE ROLE OF NATIONAL FOLK GAMES IN TRAINING A HEALTHY GENERATION

L.L. Nurulloev¹

¹Lecturer, special preparation cycle, military faculty, Bukhara state University, Uzbekistan.

DOI: http://doi.org/10.15350/UK_6/11.25

Abstract

This article deals with the use of national folk games, which are a kind of samples of culture, national values of our people, education through them of a harmoniously developed young generation.

Key words: physical culture, fitness, national folk games, mentality, tolerance, teamwork, cohesion, mobility.

Ҳозирда жисмоний тарбия ва спорт жараёнига илғор усул ва технологияларнинг жорий этилаётганлиги, ёшларга амалий ва назарий жиҳатдан пухта билим берилаётганлиги сабабли ёшларимиз орасидан спорт усталари, чемпионлар етишиб чиқмоқда. Шиддат билан ривожланиб бораётган бугунги давр барча мамлакатлардан, хусусан, жисмоний тарбия ва спорт соҳасида ҳам ўзига хос самарадорликка эришишда мақсадга мувофиқ усул ҳамда чоралар қўллашни тақозо этмоқда. Соғломлаштириш жараёнларида халқимиз маданияти, миллий қадриятларининг ўзига хос намуналаридан саналган миллий халқ ўйинларидан фойдаланиш, улар орқали ёш авлодни ҳар жиҳатдан баркамол этиб тарбиялаш ана шундай изчил воситалардан десак, хато бўлмайди.

Соғлом авлодни тарбиялаш жараёнига миллий халқ ўйинларини фаол татбиқ этиш лозим. Негаки, миллий халқ ўйинлари асрлардан асрларга ўтиб келган, халқнинг доно тажрибасини ўзида жамлаган, руҳият, танани чиниқтириш чоралари сифатида асрий синовлардан ўтган, қанчалаб саркардалар-у, халқ қаҳрамонларининг камолга етишувида асос вазифасини ўтаган. Ҳозирда жисмоний тарбия фанидан таълим стандарти талаблари асосида ишлаб чиқилган дастурларда миллий халқ ўйинларига ҳам спорт машғулотлари қаторида жой ажратилган. Бироқ бу билан чекланиб қолмаслик, таълим-тарбия жараёнига халқ ўйинларининг турли усулларини фаол татбиқ этиш зарур. Нафақат дарсларга, балки синфдан ташқари тадбирларга ҳам ушбу ўйинларни изчил жорий этиш мақсадга мувофиқ ҳисобланади. Негаки, халқ ўйинлари:

- ўқувчиларни жисмонан, руҳан соғлом этиб тарбиялайди;
- ўқувчилар жамоаларида халқимизга хос бағрикенглик, жамоавийлик, жипслик тамойилларини қарор топтиради;
- таълим олувчиларда ҳаракатчанлик, юқори кайфият, машғулотларни изчил ўзлаштиришга нисбатан иштиёқ уйғотади;
- ўқувчиларнинг халқимиз тарихи, маданияти ва кўҳна қадриятларига оид билим-малакаларини янада оширади, бу орқали уларнинг қалбларида ифтихор туйғуларини уйғотади ва ҳ.к.

Миллий халқ ўйинлари – кураш, кўпкари, мерганлик, чавандозлик, от устидаги чавгон ва шунга ўхшаш машғулотлар халқимиз ҳаётига сингиб кетган бўлиб, бу ҳатто адабиётларда акс этади. Масалан, «Алпомиш» достонида Барчинининг қўйган шартлари – чавандозлик пойгаси, ёй тортиш, мерганлик, яъни минг қадамдан танга пулни уриш, кураш мусобақаси каби баҳслар халқимизнинг асрий анъаналари бўлиб, уларда ёш авлодни баркамол қилиб тарбиялашдек улуғвор ғоялар акс этган.

Миллий халқ ўйинларининг ҳар бирида халқимиз маданияти, урф-одатлари ҳамда қадриятларига хос бўлган фазилатлар ўз тажассумини топади. Масалан, «арқон тортиш»

ўйинида ўзаро жамоавийлик, аҳиллик; кураш баҳсида ҳалоллик, мардлик; чавандозлик мусобақасида эпчиллик, чапдастлик; «бекинмачоқ» ўйинида топқирлик, хушёрлик каби хислатлар тарбияланади. Шунинг учун ҳам ўқитувчи ҳамда мураббийлар машғулотларда халқ ўйинларини тўғри танлаши, уларни таълим-тарбиявий жиҳатдан самарали ташкил қилиши зарур.

Халқ ўйинлари ўқувчиларни жисмонан чиниқтириб қолмай, аввало, уларга юксак ахлоқий тарбия бериш хусусияти билан характерланади. Айниқса, жамоавий ўйинларда иштирокчиларнинг «бир киши ҳамма учун» тамойили асосида ғалабага интилиши, бир-бирининг камчилигини тўлдириши, қийин вазиятда ўзаро бир-бирига ёрдам кўрсатиши ўқувчиларда бағрикенглик, аҳиллик ва жипслилик мезонларини қарор топтиради. «Оқ теракми, кўк терак», «Ғозлар ва оққушлар», «Кучлилар ва чаққонлар», «Арқон тортиш», «Қувлашмачоқ» каби ўйинларни ана шундай ўйинлар сирасига киритиш мумкин. «Дурра», «Отиб қочар», «Учталик тўптош», «Хаккалакам шарти», «Отамбақала-Қоқбош», «Икки тош», «Ёнғоқ уриш», «Бештош» ўйинлари эса ўқувчилар ўртасида ўзаро мураса, келишувчанлик, эзгу мақсад атрофида бирлашиш хислатларини тарбиялайди.

«Мерганлик»ни ҳам ана шундай ўйинлардан дейиш мумкин. Бунинг ўзига хос хусусияти – уни кўпроқ ўғил болалар ўйнайдилар ва улар мўлжални аниқ олиш малакаларини ўзлаштириб, келгусида Ватан ҳимоясига тайёрланиб борадилар. Ушбу ўйиннинг ҳар хил воситалар билан ўйналадиган турлари бор. Тўп билан, тош билан, турли таёқчалар ёки бошқа ашёлар билан ташкил этиладиган кўринишлари мавжуд. Ушбу қизиқарли ўйинни мактабдаги машғулотларга татбиқ қилиш мумкин. Бунинг учун момиқ тўп ва пластмассадан шакллар ясаш керак, холос. Ушбу ўйинни ҳар қайси фан таркибида ўтказиш мумкин. Бу билан ўқувчиларда: руҳий ва ақлий толиқишлар бартараф этилади; машғулотларга қизиқиш ортади; юқори кайфият ва хушчақчақлик пайдо бўлади; ижодкорлик, ташаббускорлик, изланувчанлик сифатлари шакллантирилади; бир жамоа бўлиб ишлаш тамойили қарор топтиради ва ҳ.к.

Умуман олганда, машғулотларда халқ ўйинларидан фойдаланиш қуйидаги натижаларни кўрсатмоқда:

1. Ўқувчиларнинг ҳаётга бўлган қизиқишлари ошмоқда.
2. Уларда ижодкорлик, яратишга нисбатан рағбат кучаймоқда.
3. Тенгқурлари, дўстларини ҳурмат қилиш, уларга қийин вақтда ёрдам беришга истақ-ҳавас уйғонмоқда.
4. Ўқувчилар адолатли, ростгўй, ҳалол инсонлар бўлишга одатланмоқда.
5. Мунтазам равишда спорт билан шуғулланиш нафақат дарс машғулотларида, балки оилада ҳам халқ ўйинларидан фойдаланишни кундалик машғулотга айлантирмоқда.
6. Ўқувчилар орасида ўзаро аҳил, иноқ муносабат муҳити юзага келиб, катталарга нисбатан ҳурмат, кичикларга нисбатан иззат билан муносабатда бўлиш кўникмалари шаклланмоқда.
7. Ўз ота-боболари, миллий қадриятлари, халқимизнинг буюк ўтмиши ва жасорати билан фахрланиш туйғулари шаклланмоқда.

Яхши танланган ўйин таълим ва тарбия муваффақиятининг муҳим шартидир. Ўйинни ўтказишга тайёрланишда ўйинда қатнашувчиларнинг таркиби, ёш хусусиятлари, шунингдек, жисмоний тайёргарликларини ҳисобга олиб, дарснинг асосий вазифаларини белгилаб олиш зарур. Зеро, соғлом авлод тарбияси – юртимиз келажакининг ишончли қафолатидир.

References:

Аслонова М. Таълим жараёнида ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш. Педагогика фанлари бўйича номзодлик диссертацияси. – Навоий, 2008.