

О‘ЗBEK MILLIY O‘YINLARINING BOLA PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI

Ergasheva Dilnoza Almasovna

Farg'ona viloyati Oltiariq tumani

Toshobod MFY hududidagi 38-maktab psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada o'zbek milliy o'yinlarining bolalar psixologik rivojlanishidagi o'rni va ahamiyati yoritilgan. Milliy o'yinlar bolalarning jismoniy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, maqolada milliy o'yinlar orqali bolalarda muloqot madaniyati, hamkorlik, jasorat va mustaqil fikrlash kabi fazilatlarni shakllantirish masalalari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: *milliy o'yinlar, bola psixologiyasi, tarbiya, jismoniy rivojlanish, ijtimoiy munosabat, milliy qadriyatlar.*

KIRISH

Har bir xalqning o'ziga xos milliy qadriyatlari va an'analari mavjud bo'lib, ular avloddan-avlodga o'tib keladi. Ana shunday qadriyatlar qatoriga milliy o'yinlar ham kiradi. O'zbek milliy o'yinlari bolalar tarbiyasida muhim o'rin tutadi va ularning psixologik rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Bolalik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda bolaning xarakteri, dunyoqarashi va ijtimoiy munosabatlari shakllana boshlaydi. Milliy o'yinlar esa bolalarning har tomonlama rivojlanishiga yordam beradi. O'yin jarayonida bola atrof-muhitni o'rganadi, tengdoshlari bilan muloqot qiladi va turli hayotiy ko'nikmalarni egallaydi.

O'zbek milliy o'yinlari bolalarda jismoniy faollikni oshiradi. Masalan, "Chillak", "Oq terakmi, ko'k terak", "Arqon tortish", "Uloq-ko'pkari" kabi o'yinlar

bolalarning harakatchanligini, chaqqonligini va jismoniy bardoshini rivojlantiradi. Jismoniy faollik esa bolaning ruhiy holatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Milliy o'yinlar bolalarda ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishda ham muhim ahamiyatga ega. O'yin jarayonida bolalar bir-biri bilan hamkorlik qiladi, o'zaro kelishadi va jamoada ishlashni o'rganadi. Bu esa ularda do'stlik, hurmat va hamjihatlik kabi fazilatlarni rivojlantiradi. Bundan tashqari, milliy o'yinlar bolalarning fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi. O'yin davomida bola turli vaziyatlarga moslashishni, tez qaror qabul qilishni va muammolarni hal qilishni o'rganadi. Bu esa bolaning aqliy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Milliy o'yinlar bolalarda milliy qadriyatlarga hurmat tuyg'usini ham shakllantiradi. O'yinlar orqali bolalar xalq an'analari, urf-odatlari va madaniy merosi bilan tanishadi. Bu esa ularda milliy o'zlikni anglash va vatanparvarlik tuyg'ularining rivojlanishiga yordam beradi. Shuningdek, o'yin jarayoni bolalarning emotsional holatini barqarorlashtirishga yordam beradi. O'yin davomida bola quvonch, hayajon va muvaffaqiyat hissini boshdan kechiradi. Bu esa uning ruhiy salomatligini mustahkamlaydi. O'zbek milliy o'yinlari bolalarning jismoniy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Shu sababli maktab va maktabgacha ta'lim muassasalarida milliy o'yinlardan keng foydalanish bolalar tarbiyasida katta ahamiyat kasb etadi. Milliy o'yinlar orqali bolalarda sog'lom turmush tarzi, ijobiy munosabatlar va milliy qadriyatlarga hurmat shakllanadi.

Rivojlanishining xarakter xususiyatlari, urf-odatlari, an'analari jamlangandir. Azal-azaldan xalq o'yinlari va milliy sport turlari bo'yicha o'tkazilgan musobaqalar xalqimiz qiziqishiga va hurmatiga sazovor bo'lib kelgan. Tarixdan ma'lumki, o'tmishdagi avlodlarimiz chavandozlik, ot ustida kurash, merganlik, qilichbozlik, chavgon o'yini, ot ustida qilichbozlik, uloq, kurash, tosh ko'tarish, shaxmat, narda va boshqa o'yinlarni mahorat bilan o'ynabgina qolmasdan balki ular sirlarini yoshlarga va farzandlarga o'rgatib borganlar. Xalq milliy o'yinlari orqali bolalarni ma'naviy, aqliy, jismoniy, estetik jihatdan tarbiyalab borish jarayonida bolalarda o'z vatanini sevish, uning boyliklari qadriga etish, buyuk ajdodlarimiz meroslarini hurmat qilish,

milliy kuy va qo'shiqlardan zavqlanish tuyg'ulari, shuningdek o'sib kelayotgan yosh avlodda chidamlilik, sabr-toqatlilik, tezkorlik, ildamlilik, botirlik kabi shaxsiy sifatlar shakllanib boradi.

Milliy o'yinlar tarixini o'rganishda Mahmud Koshg'ariyning "Devoni lug'otit turk" asarining o'rni beqiyos. Asarda xalq o'yinlarining bir yuz ellikdan ziyod turi tilga olingan. Jumladan, "qorang'uni" (qorong'ida qo'rg'on olish), "bandol" (asir olish), "o'tish-o'tish" (davra o'yini), "chavgon" (to'p o'yini), "o't bandal" (tayoq o'yini), qilichbozlik, nayzadorlik va boshqa o'yinlar haqida ham ma'lumot beriladi. Lug'atda izoh berilgan o'yinlarning bir nechtasi hozirgi kunda ham bolalar uchun qiziqarli mashg'ulot sanaladi. "Alpomish" dostoni xalq o'yinlarini o'rganishda muhim manba hisoblanadi. Unda kurash, ot, poyga, uloq, nayza sanchish, kamondan o'q otish, qilichbozlik, merganlik kabi o'yinlar negizida mardlik, jangovarlik, oriyat, matonat, ma'naviy va jismoniy komillik kabi fazilatlar o'z ifodasini topgan. Doimiy o'tkaziladigan o'yinlar bilan birga har bir faslga xos o'yinlar ham mavjud. Masalan, bahorda daraxtlar uyg'onib, tollar kurtak chiqarganda - "tol bargak", dala gullari ochilganda - "gul o'yini", pishiqchilik paytida danak, yong'oq o'yinlari, arg'imchoq uchishlar sevib o'ynalgan. Kech kuz, qishda yog'ingarchilik boshlanib, yer yumshaganda qoziq, oshiq, tosh o'yinlar odat tusiga kirgan. Qor yoqqanda "qorxat", "qorbo'ron", yomg'ir yoqqanda "yomg'ir yog'aloq", kuchli shamol esganda "bo'ron-bo'ron", sovuq o'z kuchini ko'rsatganda barcha sandal atrofida yig'ilib, "topishmoqtop", "tez aytish", "kim aytdi" kabilar o'ynalgan. Kech kuzdan to bahorgacha "uloq-ko'pkari" musobaqalari o'tkazilgan. Qadimdan yurtimizda to'ytomoshalar, bayramlar xalq o'yinlari bilan yanada fayzli, ko'tarinki ruhda o'tgan. Xalq milliy harakatli o'yinlari, raqslari va sport turlari singari o'zining bitmas-tugalmas bilim va tajriba sarchashmasiga ega. Shu boisdan milliy harakatli o'yinlarni o'rganish, keng jamoatchilik asosida tadqiq qilish, ularni o'quvchilarning jismoniy madaniyati jarayoniga tadqiq etish, ayni muddaodir.

Milliy harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishning o'ziga xos tomonlari mavjud. Shuning uchun ham, o'yinning nozik tomonlarini bilishning ahamiyati kattadir.

O'yinning bolalarni o'yinga chaqirish va to'plash, o'yinni boshlash uchun qur'a tashlash, o'yinni tamomlash kabi o'yin mazmunini to'liq ochib beradigan o'ziga xos xususiyatlarini bilmasdan turib sog'lomlashtirish, ta'lim-tarbiyaviy vazifalarni, jismoniy sifatlarni (tezkorlik, chidamlilik, kuch, chaqqonlik va boshqalarni) tarbiyalab bo'lmaydi. Xalqning mehr qo'ri bilan yaratilgan har bir o'yini, o'yinning umrboqiyligi, unga qanday munosabatda bo'lishiga ham bog'liq. Binobarin, o'yin har bir xalqning qalb ohanglari, hayol tashvishlar va quvonchlarni, turmush tarzini, xususiyatlarini belgilaydi. Uni saqlab, e'zozlab, me'yoriga etkazib o'ynay bilish faqat shu xalq vakiligagina xosdir. Birorta millat o'zgalar o'yinini, ularchalik zavq-shavq bilan, ko'tarinki ruh bilan o'ynay olmaydi. Sababi har bir millat o'ziga xos uslubga, xususiyatga ega. Bu esa shu millatga ona tabiat tomonidan berilgan in'omdir, ne'matdir. Uni ko'r-ko'rona o'zgartirish mumkin emas, o'zgartirishlarni turmushning o'zi taraqqiyot, rivojlanish, turmush tarzidan kelib chiqib kiritib boradi. O'zbek milliy o'yinlari bola psixik taraqqiyotiga, jismoniy va aqliy rivojlanishiga, shuningdek, ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi muhim vosita hisoblanadi. Ushbu o'yinlar nafaqat harakat faolligini oshiradi, balki bolaning ruhiyati va xulq-atvoriga ham chuqur ta'sir qiladi.

O'zbek milliy o'yinlarining bola psixologiyasiga ta'siri:

Ijtimoiy-hissiy rivojlanish: Milliy o'yinlar bolalarni jamoa bo'lib ishlashga, do'stlik, hamjihatlik va bir-birini tushunishga o'rgatadi. "Oq terakmi, ko'k terak", "Chillak", "Besh tosh" kabi o'yinlar bolalarda mas'uliyat va intizom tuyg'usini shakllantiradi.

Aqliy va bilish jarayonlari: O'yinlar bolaning diqqat, xotira, tafakkur va tasavvur qobiliyatlarini rivojlantiradi. O'yin qoidalarini yodda saqlash va strategiya tuzish (masalan, "To'p-to'p" o'yini) aqliy faoliyatni faollashtiradi.

Iroda va xarakter tarbiyasi: Milliy o'yinlar bolalarda matonat, jasurlik, g'alabaga bo'lgan intilish va mag'lubiyatni to'g'ri qabul qilish kabi irodaviy sifatlarni shakllantiradi.

Nutq va muloqot: O'yin jarayonidagi she'rlar, qo'shiqlar va qoidalar bolaning nutqini o'stiradi va muloqot ko'nikmalarini yaxshilaydi.

Jismoniy va ruhiy bog'liqlik: Harakatli o'yinlar (masalan, "Chavgan", "Yugurish") bolaning jismoniy sog'lig'ini mustahkamlash bilan birga, ularni ruhiy jihatdan tetik va quvnoq qiladi.

Asosiy turlari va ahamiyati: O'zbek xalqining milliy-harakatli o'yinlari (masalan, "Oqsoq qarg'a", "Quvlashmachoq") bolalarning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda tuzilgan bo'lib, ularning pedagogik va fiziologik rivojlanishiga xizmat qiladi. Bu o'yinlar bolani milliy qadriyatlar ruhida tarbiyalashda ham muhim ahamiyatga ega.

Ularni doimiy va muntazam qo'llash yaxshi natija bermoqda, o'quvchilarni sog'lom, baquvvat chaqqon, kuchli qilib tarbiyalashda muhim omil bo'lib xizmat qilib kelmoqda. Ilgarilari keng omma ishtirok etgan Navro'z bayramlari, sayillar, to'ylarda xalq o'yinlari, jismoniy mashqlar, umuman milliy sport turlarisiz o'tkazilmagan. Afsuski, mamlakatda ular butunlay esdan chiqib, unutilayozdi, shuning uchun ularni izlash va tiklash o'z xalqini va millatini e'zozlagan har bir kishining burchi bo'lib kelmog'i kerak.

Jismoniy tarbiya nuqtai nazaridan ularni o'rganish, tadbiq etish shu kunning va kelajak avlodni tarbiyalashda eng dolzarb muammolardan biriga aylanib bormoqda. Ushbu jarayonda tariximizdan me'ros bo'lib qolgan o'zbek xalq milliy o'yinlarini hayotga tadbiq etishga kengroq yo'l ochib berilishi, uni ommaviy tus oldirilish, oilada maktabgacha tarbiya muassasalarida, maktablarda, dam olish joylarida, har xil marosim va bayramlarda uni tashkillashtirish; o'sib kelayotgan yoshlar tarbiyasiga ijobiy ta'sir etishi muqarrardir. Milliy xalq o'yinlari qadim-qadim zamonlardan boshlab, xalq marosimlarida, rasm-rusumlarida va odatlarida mustaqil bir sohasi sifatida musobaqalarda, bahslarda keng qo'llanilgan. Milliy harakatli o'yinlarning sport

ko'rinishidagi turlaridan "Kurash", "Chavandozlar" bolalarda kuchli va chaqqon, halol harakat qilish malakalarini orttiradi. O'zbek xalqining ermak va ovutmachiq o'yinlaridan asosan bolaning ilk yosh davridan boshlab shug'ullanib boriladi. Bu o'yinlar asosan kattalarning bevosita rahbarligida harakat va so'zlarning uyg'unlashuvi bilan o'ynatiladi. Masalan, "Barmoqlar", "Sichqon-sichqon" o'yinlari orqali bolalarda xushchaqchaqlik kayfiyatlari hosil qilinib tasavvurlari o'sib boradi. Xalqimizda "Bolaning ilonni changallaydigan davri" degan ibora bor. Bu hikmat bola hali qo'rqish hissini bilmaydigan davrida, ya'ni yaxshi-yomonni ajrata olmaydigan vaqtida qo'llaniladi. Xuddi shu davrda "Sichqon-sichqon" o'yini qo'l keladi. Bolalarning nutq faolligini o'stirish maqsadida aytishma o'yinlaridan keng foydalaniladi. Bunday o'yinlarga "Boylandi", "Xolam keldi", "Mundi-mundi", "Bulbulim-bulbulim", "Ko'z boylog'ich", "Oq sholi, ko'k sholi", "Ada xormang" lar kiradi. Yana, xalqimizda azal-azaldan o'ynab kelinadigan so'z o'yinlaridan "Yarashtirgich"lar hali-hanuzgacha bolalar orasida "tinchlik – yarashuv" timsoli sifatida qo'llaniladi. Bolalarning matematik tasavvurlarini o'stirishga yordam beradigan o'yin turiga "Sanamalar" kiradi. Bu o'yin jarayonida bolalar she'riy satrlar orqali son-sanog'dan topishmoq tarzida foydalanib qatnashadilar. Bunda bolalarning tasavvurlari, fikrlash doiralari kengayib, she'riy ohangda to'g'ri javob qaytarishga o'rgatilib boriladi.

O'yinlarda teran hissiyotni, o'rtoqlik va mehr-muhabbatning dastlabki nishonlari paydo bo'ladi. Kichik guruhlarda foydaliroq bolalar tomonidan o'yin rivojlanishi davomida yuzaga keladigan majburiy javob harakati sifatida idrok qilinadi. (Quyunchalar ayiq paydo bo'lishi bilan butalar orasiga qochib ketadilar, chumchuqlar avtomobil ko'rishlari bilan yo'ldan uchib ketadilar) Bolalar o'yin qoidalari bilan hali qoidalarni yaxshi anglamasdan, tushunmasdan turib hozirjavoblikka o'rganadilar. Bir tomondan o'yin syujetiga ko'ra (quyunchalar ayiqdan qo'rqadilar) ikkinchi tomondan signalga nisbatan hosil qilingan shartli refleksga ko'ra harakat qiladilar. Dastlab bolalar ayrim vazifalarni tezroq bajarish paydo bo'lib qoidalarni unutib qo'yadilar. Bundan tashqari yutuqqa va bunga eng oson yo'l bilan erishishga intilish ham qoidani

buzishga sabab bo'ladi. Bu o'z navbatida o'yinchilarda norozilik uyg'otadi, ziddiyat tug'diradi va bolalar o'rtasidagi munosabatni yomonlashtiradi.

XULOSA

Har bolaning o'yin qoidasini tushunib yetishi va unga rioya qilishda o'qituvchining talabi ham katta ahamiyatga ega bo'ladi. Asta-sekin tarbiyaviy ta'sir qilish tufaylli bolalarning o'yin jarayonidagi munosabati o'zgara boshlaydi. O'yin harakatlari va o'yin qoidalarini bir muncha aniq bajarishga intilish paydo bo'ladi. O'yin qoidalarini bajarmaslik sabablari ham o'zgaradi, endi bolalar ularni atayin emas, tasodifan buzadilar va shu zahoti yo'l qoyilagan xatolarni tuzatishga harakat qiladigan bo'ladilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Vygotskiy L.S. Bola psixologiyasi va rivojlanish nazariyasi. – Moskva, 1984.
3. Mavlonova R., Rahmonqulova N. Pedagogika nazariyasi va tarixi. – Toshkent: O'qituvchi, 2010.
4. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2002.
5. Hasanboyeva O., To'raqulov X. Pedagogika. – Toshkent: Fan, 2012.
6. Abdullayeva Q. Bolalar psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2016.
7. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2015.