

BOSHLANG`ICH SINIF O`QUVCHILARIDA QO`LLANILADIGAN HARAKATLI O`YINLAR TASNIFI

Xabibillayeva Iroda Jaloldin qizi

Namangan shaxar 9-umumta`lim maktabi o`qituvchisi

Xodjayeva Naimaxon Umirzaqovna

NamDU tibbiyot fakulteti o`qituvchisi

Annotatsiya. Ma`lumki bolalarda darsni ko`p vaqtini turli harakatli o`yinlar orqali o`tilsa bolalarda nafaqat jismoniy tomondan , balki psixologik va ruhiy tomondan ham estetik zavq oladi va o`sha darsni juda samarali o`zlashtira oladi. Bunday harakatli o`yinlarni ayniqsa jichik yoshdagi yani boshlang`ich sinf o`quvchilariga o`tilsa ular bu o`yinlarga berilib, darsni qiziqarli va unumli o`zlashtira oladilar.

Kalit so`zlar. “To`p ushlovchiga” o`yini, “Merganlar”o`yini “Bo`ron o`yini, jismoniy sifatlar

O`yin jarayoniga rahbarlik qilish metodikasini egallagan yahshi egallagan trener yoki ustoz haraktli o`yinlarni tanlashi va ularni maxus sport turiga oidligiga va bolani yoshiga, qiziqishlariga ko`ra tanlay oladi. Harakatli o`yinlarni tanlashda yana bolaning sog`ligi, antropometriyasi, bolalarning induvudial xusiyatlari, kun tartibiga ko`ra tanlanadiki, bunda o`yinlar mavsumga, bola ongining o`sishi, ko`nikma malakaning paydo bo`lishiga ko`ra yanada murakkablashtirib borilaveradi. Bu kabi harakatli o`yinlarni juda ko`plab yozish mumkin. Quyida eng ko`p qo`llaniladigan o`yinlar keltirib o`tiladi.

“Merganlar”o`yini

O`tkazilish joyi.Voleybol maydoni

O`yinchilar soni.10-20dan ortiq

Vositalar.To`p, bo`r

Jismoniy sifatlardan Epchilik, chaqqonlik sifatlari rivojlanadi.

Jarayon: Bu o`yinda bolalar ikki guruhga ajratiladi. Guruhdan biri maydonni,biri esa to`pni tanlaydi. O`rtadan chiziq tortilib, qarama qarshi turadilar. Guruh sardori chiziqdan tashqarida o`z jamoasi qarshida turadi. Guruh o`yinchilari raqib o`yinchilarni to`p bilan urishga xarakat qiladi.To`p tekkani jarima chizig`iga borib turadi.To`p tegib qolgan jarimadagi o`yinchi ham raqibga to`pni tekizolsa, u yana o`yinga qaytadi.O`yin toki raqib jamoada o`yinchi qolmaguncha davom ettiriladi. 3-5 martagacha davom etiriladi.O`yinchi to`pni faqat bir qo`lida otishi mumkin xalos.

“Bo`ron” o`yini.

O`tkazilish joyi. Voleybol maydoni

O`yinchilar soni. 10-20dan ortiq

Vositalar.qum va qipiq to`ldirilgan ro`molcha, bo`r

Jismoniy sifatlardan :Tezkorlik, kuch sifatlarini oshiradi

Jarayon: O`yinda qatnashchilar ikki guruhga ajratiladi. Maydonning ikki tomoniga saflanadilar.O`yin uchun ichiga biroz qum va qipiq aralashtirilgan ro`molchani uchi tugib qo`yiladi. Maydonning bir chekkasiga 1,5 metr doira chiziladi.O`qituvchi qo`lidagi ro`molchani imkon boricha uzoqqa otadi va o`quvchilarga signal beradi. Guruhdagilar esa uni birinchi bo`lib qo`lga kiritishga xarakat qiladilar. Ro`molchani olgandan keyin guruhdagilar bir-birlariga uzatishib, belgilangan joyga olib borishga xarakat qilishadi. Qaysi guruh birinchi bo`lib belgilangan joyga ro`molchani olib borsa o`sha guruh g`olib bo`ladi.O`yin 3-4marta davom etadi.

“To`p ushlovchiga” o`yini

O`tkazilish joyi.Basketbol maydoni

O`yinchilar soni. 10-20dan ortiq

Vositalar.qum va qipiq to`ldirilgan ro`molcha, bo`r

Jismoniy sifatlardan:Tezkorlik, chaqqonlik sifatlarini oshiradi

Zalda qarama qarshi burchaklarida yo`lak va uchburchak chiziladi. 1-1,5 metr bo`ladi. O`yinchilar ikki guruhga ajratiladi.Sardor tayinlanadi.Ular o`z guruhida bittadan to`p ushlovchi va ikkitadan himoyachi bo`ladi.To`p ushlovchi uchburchak ichida turadi, himoyachi esa o`z raqibining oldidagi yo`lak ichida, ikki chegara ichida turadilar.Qolgan o`yinchilar ikkitadan bo`lib maydonda tarqaladilar. O`yinchilar to`pni bir biriga oshirib, har bir guruh o`yinchisi to`pni o`zining to`p ushlovchisiga uzatishga xarakat qiladi.5-10 minut vaqt davomida o`ynashadi va ochkolar bo`yicha g`olib aniqlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. R.Rasulov ,M.Qalandarov .”Boshlang`ich sinflarda harakatli o`yinlar”.O`quv qo`llanma –T.2006-yil
2. Qurbonova M.A. Qosimova M.U “Milliy va harakatli o`yinlar” O`quv –uslubiy qo`llanma.
3. Nasriddinov F.N, Qosimov.A.Sh O`zbek milliy o`yinlari.
4. Usmonxo`jayev T.S, Tursunov .O. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti.”O`qituvchi”,2004