HARAKATLI O'YINLAR ORQALI BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARIDA ASOSIY HARAKAT KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

Ruzikulov Obidjon Muxidinovich
Buxoro xalqaro universiteti mustaqil tadqiqotchisi, Buxoro, O'zbekiston

Annotatsiya. Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida asosiy harakat ko'nikmalarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish masalasi nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Tahlil ikki o'lchovda olib boriladi: ko'nikmaning harakat tarkibi va uning o'yin sharoitida qo'llanilishi. Harakat rivojlanishi, ko'nikma va faollik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik hamda ko'nikmaga yo'naltirilgan aralashuvlar bo'yicha xorijiy tadqiqotlar rus tilidagi harakatli o'yinlar metodikasi bilan qiyosiy umumlashtirildi. Ko'nikma avvalo o'zgaruvchan sharoitda qo'llanganda mustahkamlanadi, ya'ni o'yin mashqdan ustunlikka ega, degan qarash asoslanadi. Maqola so'ngida ko'nikma rivojlanishining pedagogik indikatorlari va empirik tekshiruv uchun gipotezalar taklif etiladi.

Kalit so'zlar: asosiy harakat ko'nikmalari, harakatli o'yinlar, lokomotor harakatlar, manipulyativ harakatlar, harakat kompetentligi, o'zgaruvchan mashq, boshlang'ich sinf, pedagogik indikatorlar.

РАЗВИТИЕ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Аннотация. В статье теоретически анализируется развитие основных двигательных навыков учащихся начальных классов посредством подвижных игр. Анализ ведётся в двух измерениях: двигательный состав навыка и его применение в игровых условиях. Зарубежные исследования двигательного развития, взаимосвязи навыка и активности, а также навыко-ориентированных вмешательств сопоставлены с русскоязычной методикой подвижных игр. Обосновывается положение о том, что навык закрепляется прежде всего при применении в изменяющихся условиях, то есть игра имеет преимущество перед изолированным упражнением. В заключение предлагаются педагогические индикаторы развития навыка и гипотезы для эмпирической проверки.

Ключевые слова: основные двигательные навыки, подвижные игры, локомоторные движения, манипулятивные движения, двигательная компетентность, вариативное упражнение, начальные классы, педагогические индикаторы.

DEVELOPING THE FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILLS OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN THROUGH ACTIVE GAMES

Abstract. The article analyses theoretically how the fundamental movement skills of primary school children can be developed through active games. Two dimensions are examined: the movement composition of the skill and its application under game conditions. Foreign research on motor development, on the relationship between skill and activity, and on skill-focused interventions is compared with the Russian-language methodology of active games. The article argues that a skill is consolidated above all when applied under varying conditions, so that games hold an advantage over

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

isolated drills. It concludes with pedagogical indicators of skill development and with hypotheses for empirical testing.

Keywords: fundamental movement skills, active games, locomotor movements, manipulative movements, motor competence, variable practice, primary school, pedagogical indicators.

Kirish

Boshlang'ich sinf o'quvchisining harakat tajribasi asosan yurish, yugurish, sakrash, sirpanish kabi lokomotor hamda uloqtirish, ushlash, tepish va zarba berish kabi manipulyativ harakatlardan tashkil topadi. Bu harakatlar keyinchalik murakkabroq sport va mehnat harakatlarining negizi bo'lib qoladi, shu sababli ularning yetarli darajada o'zlashtirilmasligi uzoq muddatli oqibatga olib keladi: ko'nikmasi past bola harakatdan qochadi, qochgani uchun ko'nikmasi yana ortda qoladi. Mahalliy tadqiqotlarda harakatli o'yinlarning jismoniy sifatlarga ta'siri qayd etilmoqda (Arzieva, 2025; Mirjamolov, 2026), biroq ko'nikmaning o'zi alohida pedagogik nishon sifatida kam ko'rib chiqiladi.

Maqolaning maqsadi – asosiy harakat ko'nikmalarini harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish masalasini ikki o'lchov kesimida tahlil qilish va bog'lovchi mexanizm sifatida o'zgaruvchan sharoitda mashq qilishni asoslashdir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

Harakat rivojlanishi nazariyasida asosiy harakat ko'nikmalari bosqichli shakllanadi: boshlang'ich, oraliq va yetuk bosqichlar harakat texnikasining aniq belgilari bilan farqlanadi (Gallahue va boshq., 2012). Stodden va hammualliflari ko'nikma va faollik o'rtasidagi bog'liqlikni yoshga qarab o'zgaradigan o'zaro kuchayuvchi aylanish sifatida tasvirlaydi: boshlang'ich yoshda ko'nikma faollikni, keyingi yoshlarda faollik ko'nikmani kuchaytiradi (Stodden va boshq., 2008). Barnett va hammualliflari bolalikdagi ko'nikma darajasining o'smirlik faolligini oldindan aytishini bo'ylama ma'lumot bilan ko'rsatgan (Barnett va boshq., 2009), ko'nikmalarning sog'liq ko'rsatkichlari bilan aloqasi esa tizimli sharhda umumlashtirilgan (Lubans va boshq., 2010). Logan va hammualliflarining meta-tahlili ko'nikmaga yo'naltirilgan aralashuvlar samarali ekanini tasdiqlaydi (Logan va boshq., 2012).

Rus tilidagi metodik an'anada harakatli o'yinlar aynan harakat mazmuni bo'yicha tizimlashtirilgan va dars tuzilishiga joylashtirilgan (Жуков, 2004; Степаненкова, 2006); koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishning mezonlari va o'zgaruvchan mashq g'oyasi batafsil ishlab chiqilgan (Лях, 2006; Холодов va Кузнецов, 2003). O'yinning psixologik asosi esa o'yinni bola rivojlanishidagi yetakchi faoliyat sifatida talqin qiluvchi an'anaga tayanadi (Выготский, 1966; Эльконин, 1978); jismoniy faol o'yinning o'ziga xosligi xorijiy adabiyotda ham ta'kidlangan (Pellegrini va Smith, 1998). Mahalliy tajribani o'rganish ishlari mavjud (Musurmonov va boshq., 2024), jamoaviy o'yinlarni tashkil etish mezonlari taklif etilgan (Karimova, 2026).

Maqola nazariy-tahliliy: empirik ma'lumot to'planmagan, sonli ko'rsatkichlar havola qilingan tadqiqotlarga tegishli. Qiyosiy-tahliliy usulda rus tilidagi o'yin metodikasi harakat rivojlanishi tadqiqotlari bilan solishtirildi; tahlil birligi – ko'nikmaning harakat tarkibi va uning o'yin sharoitidagi qo'llanilishi.

Tahlil va natijalar

Ko'nikmaning harakat tarkibi

Har bir ko'nikma harakat tarkibi bo'yicha ajralib turadi va o'yin shu tarkibga ko'ra tanlanishi kerak. Lokomotor ko'nikmalar yo'nalish va tezlikni boshqarishni talab qiladi: yugurib to'xtash, keskin yo'nalish o'zgartirish, yon tomonga sirpanish. Bu harakatlar quvlashmachoq turlarida va chegaralangan maydonli o'yinlarda tabiiy ravishda ko'p marta takrorlanadi. Manipulyativ ko'nikmalar nishon va obyekt

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

bilan ishlashni talab qiladi: uloqtirish aniqligi, ushlashda qo'l va ko'z muvofiqligi, tepishda zarb kuchini boshqarish. Bu harakatlar to'pli o'yinlarda va nishonga otish elementli o'yinlarda mashq qilinadi. Muvozanat va statik ko'nikmalar to'siqdan o'tish, tor yo'lda yurish, bir oyoqda turish elementlari bilan rivojlanadi (Gallahue va boshq., 2012; Жуков, 2004).

Pedagogik jihatdan muhim xulosa shu: o'yin nomi emas, uning harakat tarkibi natijani belgilaydi. Bir xil nom bilan o'tkazilgan ikki o'yin, agar birida bola o'n marta, ikkinchisida ikki marta uloqtirsa, ko'nikma rivojlanishi uchun teng emas. Shu sababli o'yinni kodlashda asosiy indikator – harakatning takrorlanish soni va bolaning harakatda bo'lgan vaqti.

Ko'nikmaning o'yin sharoitida qo'llanilishi

Ikkinchi o'lchov – ko'nikmaning o'zgaruvchan sharoitda qo'llanilishi. Alohida mashqda harakat bir xil sharoitda, bir xil masofada va bir xil tezlikda takrorlanadi; o'yinda esa har bir takrorlanish yangi sharoitda yuz beradi, chunki sherik va raqibning joylashuvi, masofa va vaqt tanqisligi doimo o'zgarib turadi. Koordinatsion tayyorgarlik nazariyasida aynan shu o'zgaruvchanlik harakatni moslashuvchan boshqarish qobiliyatini shakllantiradigan omil sifatida ajratiladi (Лях, 2006). Shu sababli o'yin mashqdan ustunlikka ega: u ko'nikmani faqat takrorlamaydi, balki uni turli sharoitlarga moslashtiradi.

Biroq bu ustunlik shartli. Harakat texnikasi hali boshlang'ich bosqichda bo'lsa, o'yinning yuqori tezligi va vaqt tanqisligi noto'g'ri andozani mustahkamlashi mumkin. Shu bois metodik ketma-ketlik ikki qadamli bo'lishi lozim: avval harakatning asosiy andozasi sodda sharoitda ko'rsatiladi va bir necha marta bajariladi, so'ngra o'yin orqali o'zgaruvchan sharoitga o'tkaziladi. Bu ketma-ketlik ko'nikmaga yo'naltirilgan aralashuvlarning samaradorligi haqidagi xulosalarga ham mos keladi (Logan va boshq., 2012).

Bog'lovchi mexanizm: o'zgaruvchan sharoitda mashq

Ikki o'lchov o'rtasidagi umumiy mexanizm – o'zgaruvchan sharoitda mashq qilish. Uning uchta pedagogik sharti ajratildi. Birinchisi – takrorlanish soni yetarli bo'lishi, ya'ni o'yin tashkili bolani navbatda uzoq ushlab turmasligi; bu shart tashkiliy shakl bilan hal qilinadi, chunki frontal va stansiyali tashkil navbatni qisqartiradi, estafeta esa uzaytiradi. Ikkinchisi – qiyinlik darajasining bolaning hozirgi bosqichiga mos bo'lishi: juda oson o'yin rivojlantirmaydi, juda qiyin o'yin muvaffaqiyatsizlik tajribasini beradi va kompetentlik hissini pasaytiradi (Harter, 1978). Uchinchisi – o'yindan chetlatish qoidasining yo'qligi: chetlatish ko'nikmasi eng past bolani birinchi navbatda harakatdan chiqaradi, ya'ni eng ko'p mashq kerak bo'lgan bola eng kam mashq oladi. Jamoaviy o'yinlarni tashkil etishda barcha o'quvchining qatnashuvi mezoni aynan shu sababdan muhimdir (Karimova, 2026).

Ko'nikma rivojlanishining pedagogik indikatorlari

Tahlil asosida o'qituvchi uchun kuzatiladigan to'rtta indikator ajratildi. Birinchisi – harakat andozasining to'liqligi: masalan, uloqtirishda tananing burilishi va qadam qo'yish bor-yo'qligi. Ikkinchisi – harakatning o'zgaruvchan sharoitda saqlanishi: tezlik oshganda yoki raqib yaqin bo'lganda texnika buzilmasligi. Uchinchisi – harakatning iqtisodiyligi: ortiqcha harakatlarning kamayishi, muvozanatning tiklanish tezligi. To'rtinchisi – harakatni o'yin vaziyatiga moslashtirish: bola sherikni ko'rib uzatish yo'nalishini o'zgartira olishi. Bu indikatorlar standartlashtirilgan test o'rnini bosmaydi, ular darsda kuzatish uchun mo'ljallangan ishchi belgilardir; miqdoriy baholash uchun maxsus test batareyalaridan foydalanish lozim.

Muhokama

Ko'nikmani faqat jismoniy sifat sifatida talqin qilish to'ldirilishi kerak: ko'nikma harakat texnikasining darajasi, jismoniy sifat esa funksional imkoniyatdir va ular turli metodika bilan rivojlanadi.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Shu sababli harakatli o‘yinlarning foydasi haqida xulosa chiqarishda qaysi ko‘rsatkich o‘lchangani aniq ko‘rsatilishi kerak: jismoniy tayyorgarlik testi natijasining o‘zgarishi ko‘nikma rivojlangani haqida bevosita dalil bermaydi.

Tahlilning chegaralari mavjud: xorijiy tadqiqotlar boshqa ta’lim tashkiloti sharoitida o‘tkazilgani uchun ularning xulosalarini to‘g‘ridan to‘g‘ri ko‘chirib bo‘lmaydi; ajratilgan indikatorlar esa empirik tekshirilmagan. Shu bois keyingi tadqiqotlar uchun gipotezalar shakllantirildi: o‘zgaruvchan sharoitli o‘yinlar ustun bo‘lgan sinflarda ko‘nikma ko‘rsatkichlari alohida mashq ustun bo‘lgan sinflarga nisbatan yuqori bo‘ladi; chetlatish qoidasidan voz kechilgan sinflarda ko‘nikmasi past o‘quvchilarning takrorlanish soni va natijasi sezilarli ortadi; ko‘nikma darajasi yuqori o‘quvchilarda harakat faolligi hajmi ham yuqori bo‘ladi (Stodden va boshq., 2008; Barnett va boshq., 2009). Tekshirishda standart test batareyasi, kuzatuv varaqasi va faollik o‘lchovi birga qo‘llanishi lozim.

Xulosa

Maqolada asosiy harakat ko‘nikmalarini harakatli o‘yinlar orqali rivojlantirish ikki o‘lchov kesimida tahlil qilindi. Birinchi o‘lchovda o‘yin harakat tarkibi bo‘yicha tanlanishi, ikkinchi o‘lchovda esa ko‘nikma o‘zgaruvchan sharoitga o‘tkazilishi zarurligi ko‘rsatildi; ikki o‘lchovni o‘zgaruvchan sharoitda mashq qilish mexanizmi birlashtiradi. Metodik ish takrorlanish sonini ta’minlash, qiyinlikni moslashtirish va chetlatishdan voz kechish shartlariga tayanishi kerak; taklif etilgan indikatorlar va gipotezalar keyingi empirik tadqiqotlar uchun tayanch bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Arzieva, G. (2025). Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining jismoniy sifatlarini rivojlantirishda harakatli o‘yinlar va quvnoq startlarning samaradorligi. Yosh olimlar, 3(58), 107–108. https://doi.org/10.5281/zenodo.18066021
2. Barnett, L. M., van Beurden, E., Morgan, P. J., Brooks, L. O., & Beard, J. R. (2009). Childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. Journal of Adolescent Health, 44(3), 252–259. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2008.07.004
3. Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (7th ed.). McGraw-Hill.
4. Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental model. Human Development, 21(1), 34–64. https://doi.org/10.1159/000271574
5. Karimova, S. M. (2026). Boshlang‘ich sinf jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida jamoaviy harakatli o‘yinlarni tashkil etish mezonlari. Zamin ilmiy tadqiqotlar jurnali, 2(9). https://phoenixpublication.net/index.php/ZAM/article/view/13828
6. Logan, S. W., Robinson, L. E., Wilson, A. E., & Lucas, W. A. (2012). Getting the fundamentals of movement: A meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children. Child: Care, Health and Development, 38(3), 305–315. https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2011.01307.x
7. Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental movement skills in children and adolescents: Review of associated health benefits. Sports Medicine, 40(12), 1019–1035. https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000
8. Mirjamolov, S. (2026). Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida harakatli o‘yinlar orqali jismoniy sifatlarni rivojlantirish samaradorligi. Maktabgacha va maktab ta’limi, 4(2), 15–19. https://doi.org/10.5281/zenodo.18821100

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

9. Musurmonov, H. T., Nizomov, B. R., & Eshmurodov, A. H. (2024). Boshlang'ich sinflarda harakatli o'yinlardan foydalanish tajribasini o'rganish. Golden Brain, 2(11), 151–155. https://doi.org/10.5281/zenodo.11180652
10. Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. Child Development, 69(3), 577–598. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1998.tb06226.x
11. Rustamov, A. A. (2026a). Elektron ta'lim platformalarida sun'iy intellektni integratsiyalash usullari. Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi, 7(2), 321–326. https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.d3c4b35e
12. Rustamov, A. A. (2026b). Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak o'qituvchilarning axborot-kommunikativ kompetentligini rivojlantirish metodikasi. Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi, 9(1), 448–453. https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.35b7c947
13. Rustamov, A. A., & Jumayev, D. J. (2026). Oliy ta'limda adaptiv ta'lim tizimini sun'iy intellekt asosida ishlab chiqish. Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi, 8(1), 106–111. https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.3aabfaa4
14. Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. Quest, 60(2), 290–306. https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582
15. Выготский, Л. С. (1966). Игра и её роль в психическом развитии ребёнка. Вопросы психологии, (6), 62–76.
16. Жуков, М. Н. (2004). Подвижные игры: учебник для студентов педагогических вузов. Академия.
17. Лях, В. И. (2006). Координационные способности: диагностика и развитие. ТВТ Дивизион.
18. Степаненкова, Э. Я. (2006). Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. Академия.
19. Холодов, Ж. К., & Кузнецов, В. С. (2003). Теория и методика физического воспитания и спорта. Академия.
20. Эльконин, Д. Б. (1978). Психология игры. Педагогика.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.