

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ
ВАЗИРЛИГИ

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ

**МАГИСТРЛИК
ДИССЕРТАЦИЯСИ**

**Мавзу: Маҳаллада миллий спорт ўйинларини ташкил
этишнинг ижтимоий психологик хусусиятлари**

Илмий раҳбар: А.Р.БАҲРИЕВ, пс.ф.н., доцент

**Бажарди: Ихтиёр Раҳматов, 5А 310215 - спорт психологияси
ихтисослиги магистранти**

Бухоро – 2012

МУНДАРИЖА

К И Р И Ш	4
I. МАҲАЛЛАДА МИЛЛИЙ СПОРТ ҶИЙНЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ИЖТИМОИЙ ПСИХОЛОГИК МУАММО СИФАТИДА	13
1.1. Миллий спорт ҶиЙнларини ташкил этиш муаммоси бЎйича илмий адабиётлар таҳлили.....	13
1.2. Шарқ алломаларининг миллий спорт ҶиЙнлари тўғрисидаги илмий фикр ва қарашлари.....	23
1.3. Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А.Каримовнинг миллий спорт ҶиЙнларини ривожлантириш тўғрисидаги фармон ва қарорлари моҳияти	32
<i>1-боб бЎйича хулоса</i>	38
II БОБ. МАҲАЛЛАДА МИЛЛИЙ СПОРТ ҶИЙНЛАРИНИНГ ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ	39
2.1. Маҳаллада миллий спорт ҶиЙнларининг ташкил этилиши аҳволи	39
1.1. Маҳаллада миллий спорт ҶиЙнларини кенг тарғиб этиш бЎйича амалга оширилиши лозим бўлган тадбирлар.....	45
<i>2-боб бЎйича хулоса</i>	50
III. АМАЛГА ОШИРИЛГАН ТАДҚИҚОТ НАТИЖАЛАРИ ВА ҚИЁСИЙ ТАҲЛИЛЛАР	53
3.1. Тадқиқотда қўлланилган методикалар тавсифи	53
3.2. Тажриба ва назорат гуруҳларида эришилган натижалар динамикаси .	60
<i>3-боб бЎйича хулоса</i>	65
ЯКУНИЙ ХУЛОСА	66
ТАВСИЯЛАР	69
АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ	72
ИЛОВАЛАР	79

К И Р И Ш

Мавзунинг долзарблиги. Мустақиллик йилларида мамлакатимизда ижтимоий ҳаётнинг турли жабҳаларида, хусусан, спорт соҳасида ҳам кескин ижобий ўзгаришлар содир бўла бошлади. Айниқса, юртбошимиз томонидан спорт соҳасини ривожлантиришга алоҳида аҳамият қаратилди. Бу бежиз эмас, албатта.

Спорт - соғлом муҳитни яратишда, баркамол шахс, ёш авлодни ҳар томонлама жисмонан, руҳан ва маънан камол топтиришда ҳал қилувчи кучга эга. Сабаби, биз тараққиёт сари бораётган эканмиз, ҳали йўлимизда ечилиши керак бўлган турли психологик ва ижтимоий-психологик муаммолар талайгина. Масалан, шу кунларда ҳаёт талаби ва тарбия услублари ўртасида қандайдир заифлик, психологик бўшлиқ мавжуд. Бинобарин, мана шу бўшлиқни тўлдириш учун халқимизнинг бебаҳо анъаналари, менталитети, этнопсихологияси, ноёб қадриятларидан ҳисобланмиш халқ ҳаракатли ўйинлари жисмоний тарбия машғулотларида муҳим ўрин тутаяди.

Ушбу халқ ўйинларининг ижобий тарбиявий имкониятларидан маҳаллаларда ёшлар билан амалга ошириладиган турли тадбирларда қай даражада фойдаланаяпмиз? Халқ ҳаракатли ўйинларининг асосий ривожлантирувчи мақсади нималардан иборат?

Бу зукко халқимизнинг асрлар мобайнида жамланган маънавий - руҳий жавоҳирлари мажмуасидир. Ҳар бир ўйин, аввало содда, психологик жиҳатдан қизиқарли тузилган бўлиб, унинг моҳияти, маъзига халқона оҳанг, миллийлик, меҳр-оқибат, жасурлик, мардлик, ватанпарварлик, толерантлик, фидойилик каби юксак инсоний туйғулар сингдирилган. Жисмоний ва интеллектуал тарбиянинг бундай уйғунлиги етук инсонни тарбиялаш учун албатта дастуриламал вазифасини ўтайди.

Тарихга мурожаат қиладиган бўлсак, ибтидоий жамоа давридаёқ халқ ҳаракатли ўйинларининг дастлабки намуналари пайдо бўла бошлаган. Бу ҳақда кейинроқ алоҳида тўхталамиз.

Фидойи халқимиз неча юз йиллар давомида ҳар бир ўйинни қалб кўри билан яратди, сайқаллади, мукаммаллаштирди ва миллий психология хусусиятларини унда ифодалади. Сараланган ўйин турларини келгуси авлодлар учун кўз қорачиғидай асраб-авайлаб келди.

Тараққиётнинг турли босқичларида катта авлод вакиллари ўз тўплаган билим ва тажрибаларини, сеvimли машғулотига бўлган муносабатини ёшларга тинмай ўргатиб, тадрижий боғланишни вужудга келтирди. Натижада ёшларда жисмоний тарбияга бўлган мотивация, эҳтиёж, интилиш кучайиб, бу ҳол одатий бўлиб борган. Агар халқ ҳаракатли ўйинларини синчиклаб ўрганадиган ва уларнинг ҳар бирини кўриб, танишадиган бўлсак, ёш авлод вакиллари ҳар томонлама жисмонан ва руҳан бақувват, соғлом этиб тарбиялашда нақадар катта маънавий-психологик кучга эга эканлигини кузатамиз.

Демак, ёшларни жисмоний тарбиялаш жараёнида халқ ҳаракатли ўйинларининг кенг имкониятлари мавжуд бўлиб, улардан ўз ўрнида, самарали фойдаланилса, ўйинларнинг ижобий психологик таъсирчанлиги ҳам ошади. Шундай қилиб, халқ яратган ҳаракатли ўйинлар меҳнат, миллий психология, турмуш тарзи, атроф-муҳит табиати, экологияси, халқнинг маданий мероси, анъаналари, урф-одатлари, этнопсихологик хусусиятлари, умуминсоний қадриятлари билан бирикиб, ажойиб мутаносибликни ҳосил қилади.

Ёшларни жисмоний тарбиялашда миллий, халқ ўйинлари, рақслари, жисмоний машқлари ва миллий спорт турларини саралаб олиш, уларнинг ҳажми, йўналиши ва таъсирчанлигини белгилаб олишда А.Навоийнинг “Маҳбуб ул-қулуб”, “Фарҳод ва Ширин”, Умар Ҳайёмнинг “Наврўзнома”, Ибн Синонинг “Ал-Қонуни фит-тиб”, Кайковуснинг “Қобуснома”, Маҳмуд Қошғарийнинг “Девони луғотит турк” каби маърифий асарлари ажойиб манба бўлиб хизмат қилади.

Ўзбек халқ ўйинларининг ижтимоий-психологик жиҳатларини ўрганиш, тадқиқ қилиш ва ёшларни тарбиялаш амалиётига жорий қилиш ўз

кадриятларимиз, маданиятимиз ва маънавий бойликларимизнинг юксакликка кўтарилишида асосий воситалардан бири ҳисобланади. Халқ яратган буюк хазинани эҳтиётлаб сақлашимиз, шу орқали миллийликни асрашимиз ҳамда уни келажак авлод учун бекаму-кўст етказишимиз зиммамиздаги асосий вазифадир.

Бугунги кунда миллий спорт ўйинлари амалиётида янги замонавий талқин усуллари пайдо бўлиши, техник жиҳозланиш (турли тренажёрлар) нинг янги сифат босқичига кўтарилиши орқали ушбу фаолиятга нисбатан мотивация шаклланишининг ўзига хос ижтимоий-психологик хусусият ва талаблари намоён бўлаётир.

2008 йил - мамлакатимизда **“Ёшлар йили”** деб эълон қилинганлиги ўсиб келаётган ёш авлоднинг жисмоний баркамоллиги, саломатлигини мустаҳкамлашда кенг имкониятлар очиб бермоқда. “Ёшлар йили” давлат дастури тўғрисидаги Ўзбекистон Республикаси Президентининг Қарорида¹ - “ёшларнинг бўш вақтини мазмунли ташкил этиш, ёшлар спортини оммавий ривожлантириш учун шарт-шароитлар яратиш” – алоҳида уқтирилган. Айниқса, маҳаллаларда ташкил этиладиган миллий спорт ўйинларининг таъсирчанлигини ошириш, ушбу фаолиятга кенг жамоатчилик эътиборини қаратиш, унинг сифатини яхшилаш орқали ёшларда юксак маънавиятни тарбиялаш ишига салмоқли ҳисса қўшиш имконияти яратилмоқда.

Маҳаллаларда миллий спорт ўйинларини ривожлантиришнинг психологик жиҳатларини махсус тадқиқот предмети сифатида ўрганиш ҳозирги даврнинг долзарб муаммоларидан бири бўлганлиги боис, ушбу ижтимоий-психологик муаммо мазкур магистрлик диссертациясининг мавзуси сифатида танланди.

Республикамизда таълим тизимини янги сифат даражасига, жаҳон андозалари даражасига олиб чиқиш, ўқитиш жараёнига илғор психологик-педагогик методикаларни татбиқ этиш, жисмоний тарбиянинг психологик ва

¹ “Халқ сўзи” газетаси, 29 февраль 2008 йил.

ижтимоий-психологик хусусиятлари ҳамда имкониятлари, замонавий педагогик ва ахборот технологияларидан изчил фойдаланган ҳолда ўқувчиларнинг жисмоний тарбияга, миллий спорт ўйинларига бўлган қизиқишини ошириш муаммолари юзасидан Ш.Р.Баротов, Р.З.Гайнутдинов, М.Г.Давлетшин, А.М.Жабборов, В.М.Каримова, М.М.Маматов, Н.А.Соғинов, Р.И.Суннатова, В.А.Токарева, Ғ.Б.Шоумаров, Б.Р.Қодиров, Э.Ғ.Ғозиев сингари психологлар маълум тадқиқот ишларини олиб бордилар.

Айниқса, россиялик олимлар В.С.Агеев, Б.Г.Ананьев, Г.М.Андреева, А.Ж.Донцов, Т.М.Емельянова, И.Д.Артамонов, А.А.Бодалёв, Л.М.Веккер, А.Запорожец, В.П.Зинченко, И.А.Зимняя, А.Н.Леонтьев, Б.Ф.Ломов, А.Р.Лурия, Ш.А.Надирашвили, С.Л.Рубинштейн ва бошқалар ўз тадқиқотлари орқали жисмоний ҳаракатлар психологияси, спорт фаолияти психологияси, жисмоний фаолиятга психологик тайёргарлик, психомоторика, спорт мусобақаларида ҳаяжонни енгишга ўрганиш усуллари, стресслардан ҳимояланиш технологиялари, спорт психофизиологияси йўналишларида муҳим тадқиқотларни амалга оширдилар. Ҳаракат идроки ва табиати, унинг психологик фаоллашувига дахлдор бўлган анатомио-физиологик, биологик ва ижтимоий-психологик омиллар хусусиятларини ўргандилар.

Шунингдек, жисмоний тарбия ва жисмоний маданиятнинг улкан тарбиявий салоҳияти, миллий спорт ўйинлари орқали ёшларда шахс ахлоқий сифатларини, маънавият ва маданиятни тарбиялаш муаммоси ҳам кўпгина тадқиқотчиларнинг (М.Аллаярова, С.М.Йўлдошева, О.Мусурмонова, С.С.Отамуродов, Ш.А.Отажонова, К.Х.Раҳимова, Д.Н.Рўзметова, Ш.С.Шодмонова ва бошқ.) психологик, ижтимоий-психологик, фалсафий ва педагогик тадқиқотлари объектига айланди.

Шунга қарамасдан, миллий маданий муҳит шароитида, маҳаллада миллий спорт ўйинлари орқали ёшларни тарбиялашнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари ва уларнинг фаоллашувига сабаб бўлувчи психологик омиллар масаласи ҳозиргача ўзининг тўла ечимини топган эмас.

Бу ҳолат мазкур тадқиқот предметининг долзарблигини кучайтиради ва унинг тарбиявий аҳамиятини янада оширади.

Илмий тадқиқотнинг мақсади: маҳаллаларда миллий спорт ўйинларини ташкил этишнинг ижтимоий-психологик хусусиятларини ўрганиш ва таҳлил этиш.

Илмий тадқиқотнинг фарази: а) маҳаллада миллий спорт ўйинларини ташкил этиш орқали ёшларда ватанпарварлик туйғусини шакллантириш учун кенг ижтимоий-психологик имкониятлар мавжуд;

б) миллий спорт ўйинларининг ижтимоий-психологик таъсир имкониятлари динамикаси ёш, индивидуал ва ҳудудий хусусиятлар орқали спорт фаолиятига маълум муносабат мотивлари негизида намоён бўлиши ва бу жараён шахснинг ижтимоий-психологик тараққиётида муҳим аҳамият касб этиши мумкин;

б) маҳаллада ташкил этиладиган миллий спорт ўйинлари болалар ва ўсмирларнинг темпераментал хусусиятлари негизида намоён бўлиши эҳтимол. Яъни, флегматик ва сангвиник темпераментга эга бўлган ёшлар асосан реактивлик кучли талаб этиладиган спорт ўйинлари билан шуғулланишга мойиллик билдирадилар;

в) холерик темперамент типи вакиллари куч талаб этадиган, меланхолик темперамент типи вакиллари эса зийраклик ва ҳаракатлар аниқлиги талаб этиладиган миллий спорт турлари билан шуғулланиш учун кенг имкониятларга эга.

в) Илмий тадқиқотнинг вазифалари:

1. Маҳаллада миллий спорт ўйинларини (МСЎ) ташкил этишнинг ижтимоий-психологик хусусиятларини махсус тадқиқот предмети сифатида ўрганиш ва талқин этиш;

2. МСЎ тушунчасининг ижтимоий-психологик моҳиятини талқин қилиш.

3. МСЎларни талқин қилишнинг ижтимоий-психологик мезонларини ишлаб чиқиш.

4. Болалар ва ўсмирларнинг МСЎга нисбатан муносабатлари тизимини аниқлаш ҳамда таҳлил қилиш.

5. Ёшларда МСЎ ҳақидаги тасаввурларнинг мавжуд даражасини уларни шакллантириш объекти сифатида ўрганиш ва таҳлил қилиш.

6. Турли ёш ва ҳудудий хусусиятларнинг ёшлардаги МСЎлар шаклланишига таъсири динамикаси кўрсаткичларини аниқлаш ва амалий тавсиялар ишлаб чиқиш.

Илмий тадқиқотнинг предмети - ёшларда МСЎга нисбатан қизиқиш ва муносабатлар шаклланиши жараёни.

Илмий тадқиқотнинг объекти - маҳаллаларда яшовчи турли ёш гуруҳига мансуб аъзолар, яъни, болалар ва ўсмирлар (10-14 ёш) ва ўспирин (15 ёшдан юқори) лар.

Илмий тадқиқотнинг методологик ва назарий асосларини Шарқ мутафаккирларининг миллий спорт ва жисмоний тарбияга оид қараш ҳамда фикрлари, онг ва фаолият бирлиги назарияси (С.Л.Рубинштейн), шахсни ўрганишга тизимли ёндашув (Б.Ф.Ломов) каби тамойиллар ташкил қилади. Шунингдек, Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А.Каримов асарларида миллий спортни ривожлантириш тўғрисида баён этилган ғоялар, "Таълим тўғрисида қонун", "Кадрлар тайёрлаш миллий дастури", "Жисмоний маданият" фани бўйича ишлаб чиқилган ДТС, "Мақтаб таълимини ривожлантиришнинг 2004-2009 йилларга мўлжалланган давлат умуммиллий Дастури", "Ёшлар йили" давлат Дастури, ҳукуматимизнинг жисмоний тарбия ва миллий спортни ривожлантиришга йўналтирилган расмий меъёрий ҳужжатлари методологик манба бўлиб хизмат қилди.

Илмий тадқиқотнинг методлари

1. МСЎларни аниқлаш юзасидан суҳбат-интервью.
2. МСЎларни ўрганиш бўйича тузилган комплекс ижтимоий-психологик сўровнома.
3. Миллий спорт турларига нисбатан мавжуд муносабатларни ўрганишга қаратилган методика.

4. Кондашнинг “Хавотирланиш шкаласи” методикаси.

5. Эмпирик материалларнинг ишончлилик даражасини аниқловчи математик статистика методлари.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги:

- Маҳаллада миллий спорт ўйинларини ташкил этишнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари илк бор махсус тадқиқот предмети сифатида ижтимоий-психологик жиҳатдан ўрганилди;

- МСЎларни талқин қилишнинг ўзига хос ижтимоий-психологик мезонлари ишлаб чиқилди ва амалиётда қўлланилди;

- Ёшлардаги МСЎларнинг ўртача умумий-қиёсий кўрсаткичлари маҳалла ёшлари мисолида ижтимоий психология фани талаблари асосида таҳлил қилинди;

- МСЎлар шаклланишининг ёш ҳамда ҳудудий хусусиятлари билан боғлиқ ижтимоий-психологик жиҳатлари ўрганилди ва шу асосда тегишли амалий тавсиялар ишлаб чиқилди.

Тадқиқотнинг назарий аҳамияти. Тадқиқот натижалари ижтимоий психология, педагогик ва ёш психологиясида "маҳаллада миллий спорт ўйинлари фаолияти" тушунчасига маълум ижтимоий-психологик талаблар бўйича илмий аниқликлар киритишга хизмат қилади. Тадқиқотда илгари сурилган назарий фикрлар умумтаълим мактаблари, касб-хунар коллежлари ва академик лицейлар ўқувчилари учун маҳаллаларда жисмоний тарбия ва миллий спорт ўйинларини ташкил этиш учун турли услубий қўлланмалар яратишнинг назарий жиҳатларини бойитишга хизмат қилади.

Тадқиқотнинг амалий аҳамияти. Диссертация натижаларидан ёшлардаги МСЎларига нисбатан қизиқиш ва муносабатлар кўламини ташхис қилиш ҳамда маҳаллаларда миллий спорт ўйинларини ташкил этиш самарадорлигини оширишда фойдаланиш мумкин. Шунингдек, педагог ходимлар малакасини ошириш курсларида, ота-оналар билан олиб бориладиган маънавий-маърифий ишларни ташкил этишда қўллаш имконияти мавжуд.

Ҳимояга тавсия этиладиган ҳолатлар:

1. Ёшларнинг МСЎларига нисбатан қизиқиш ва ижобий муносабатларини шакллантиришга таъсир этувчи айрим ижтимоий-психологик омилларнинг ўзига хос психологик таъсир кўлами ва хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда маҳаллаларда МСЎни ташкил этиш ёшларнинг жисмоний чиниқиши сифатини оширишга имкон яратиши тадқиқот натижаларида мужассамланган бўлиб, уларнинг психологик моҳияти янги талқинга эгадир.

2. Жумладан, маҳаллада ташкил этиладиган миллий спорт ўйинлари болалар ва ўсмирларнинг темпераментал хусусиятлари негизда намоён бўлади. Масалан, флегматик ва сангвиник темпераментга эга бўлган ёшлар асосан кучли реактивлик талаб этиладиган спорт ўйинлари билан шуғулланишга мойиллик билдирадilar.

3. Холерик темперамент вакиллари куч талаб этадиган, меланхолик темперамент типини вакиллари эса зийраклик ва ҳаракатлар аниқлиги талаб этиладиган миллий спорт турлари билан шуғулланишда ижобий натижалар кўрсатишлари имконияти кенгдир.

4. МСЎларга нисбатан қизиқиш ва эҳтиёжлар шаклланишида ушбу ўйинларнинг маҳаллалардаги тарғиботи даражаси миллий спорт ўйинларига нисбатан ёшларда ижобий муносабат шаклланиши учун муҳим аҳамият касб этади.

5. Маҳаллаларда индивидуал ва гуруҳий таркибда миллий спорт ўйинлари билан шуғулланиш натижасида жисмоний фаолиятга нисбатан шаклланиувчи қизиқиш ва муносабатлар бир-биридан фарқ қилади. Гуруҳий таркибда миллий спорт ўйинлари билан маҳаллаларда шуғулланиш ушбу фаолиятга нисбатан кучли эҳтиёж, мусобақа кайфияти, ижтимоий перцепция орқали ўзига хос ижобий эмоционал-психологик муҳит яратилиши натижасида спорт фаолиятига нисбатан қизиқиш ва муносабатлар кўлами нисбатан кенг бўлади.

Илмий тадқиқот натижаларининг ишончлилиги математик статистик методлар орқали таъминланди.

Тадқиқот натижаларининг жорий этилиши.

Диссертация материаллари ва амалий тавсиялар Бухоро шаҳридаги “Афшор” ва “Шергирон - 21”, “Чорминор”, шунингдек, Жондор тумани Навоий ва И.Каримов номли маҳаллалар спорт жамоаларида жорий этилди ва ижобий баҳоланди.

Илмий тадқиқотнинг синов ва муҳокамалардан ўтказилиши.

Тадқиқот ишининг натижалари Бухоро давлат университети психология кафедрасида муҳокама этилди ва ижобий баҳоланди.

Иш натижаларининг эълон қилинганлиги. Диссертация мавзуси бўйича 2 та мақола чоп этиш учун топширилган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми: Диссертация кириш, 3 боб, 7 параграф, хотима, тавсиялар, 52 номдаги адабиётлар рўйхати, 4 та жадвал, 1 та чизма, 1 та диаграммадан иборат. Ишнинг умумий ҳажми **74** бет.

I. МАҲАЛЛАДА МИЛЛИЙ СПОРТ ҲЙИНЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК МУАММО СИФАТИДА.

1.1. Миллий спорт Ҳйинларини ташкил этиш муаммоси бҲйича илмий адабиётлар таҳлили

Ўзбек миллий маданиятининг таркибий қисми ҳисобланган халқ жисмоний маданияти жисмонан бақувват янги авлодни шакллантириш, ёшлар ўртасида соғлом турмуш тарзини яратишда алоҳида ижтимоий-психологик ўрин тутади.

Ўрганилган илмий-услубий ва махсус манбаларнинг тасдиқлашича, аждодларимизнинг маданий тараққиёти ижтимоий, иқтисодий, сиёсий ва маиший ривожланиш билан чамбарчас боғлиқ бўлган. Бу эса МСЎлар халқимизнинг этник маданий турмуш тарзи, жисмоний маданияти билан уйғунликда тараққий этиб келганлигидан далолат беради. Шу билан бирга, аждодларимиз МСЎларининг тарихий тараққиётини, спорт Ҳйинларига нисбатан шаклланган миллий психологияни турли ижтимоий тузумлар давридаги маданият, миллий психология, маърифат, тарихий воқеалар ҳамда анъаналардан алоҳида ажратиб ўрганиб бўлмайди.

Ўзбек халқ Ҳйинларининг пайдо бўлиш тарихи ва тараққиётини тадқиқ қилишда шу кунгача сақланиб келган қадимий меъморчилик (юнон, рим, араб, форс муаллифларининг кўлёмалари, туркий битиклар) обидалари ва амалга оширилган археологик қазилмалар, шунингдек, халқ оғзаки ижоди (эпос, достон, ривоят, афсона, топишмоқ, Ҳйин, рақс, мусиқа ва бошқ.) намуналарининг натижаларини контент-таҳлилга жалб этиш ғоят муҳимдир.

Психолог Д.Б.Эльконин ўз илмий-психологик асарларида болалар Ҳйинларининг келиб чиқишини психологик жиҳатдан ўрганиб, - "...ибтидоий кишилар ов, уруш воқеаларини ва бошқа жиддий фаолият турларини Ҳйинларда ифодалаганлар. Овдаги муваффақиятсизликни Ҳйнаш - улар йўл кўйган ҳолатларни ҳамда муваффақиятсизликнинг сабабларини аниқлашда ёрдам берган", - деб хулоса чиқаради.

Элементар тарбиянинг бош масаласи болани жисмоний жиҳатдан тарбиялашдир. Швейцариялик машҳур педагог И.П.Песталоццининг айтишича: “Ҳаёт ... етилган жисмоний ниҳолларнинг уйғонишидан бошқа нарса эмас, бу ниҳоллар энди ўзининг бутун кучи билан, ўзининг ҳамма новдалари билан ўсишга ва камолотга етишга интилади ҳамда инсонга айланиши лозим бўлган жониворнинг уйғонишидан бошқа нарса эмас. Шунинг учун боланинг кундалик жисмоний кучларини машқ қилдириш ва ривожлантириш муҳимдир”.

Песталоцци жисмоний тарбия орқали боланинг жисмоний кучларини ривожлантириш учун уни турли ҳаракатларга йўналтиришга алоҳида эътибор берган. Жисмоний тарбияни ақлий, ахлоқий ва меҳнат тарбияси билан чамбарчас боғлаб олиб бориш зарурлигини уқтирган, ўзи эса жисмоний баркамолликнинг асоси меҳнат тарбияси, деб тушунган. Шунинг учун: “Тўғри ташкил қилинган жисмоний меҳнат болаларнинг ақлий ва ахлоқий кучларини ўстиради”, - деб ёзган.

Ўзбек халқ ўйинларининг пайдо бўлиши бизнинг эра мизгача бўлган даврга, аниқроғи, ибтидоий жамоа тузуми даврига тўғри келади. Буни тарихий, археологик, этнографик, фольклористик ва бошқа манбалар тўлатўкис исботлайди. Қадимги рим ёзувчиси Элианнинг гувоҳлик беришича, аждодларимиз бўлган саклар қабиласида МСЎлари мусобақалари жуда кенг тарқалган ва улар халқнинг севимли машғулоти саналган. Унинг таъкидлашича, саклар қабиласининг йигитлари ана шу ўйинлар мусобақасида ўзлари енгган қизларга уйланиш ҳуқуқини олганлар.

Юнон тарихчилари қолдирган маълумотларга қараганда, бир вақтлар Ўрта Осиё ҳудудларида яшаган қадимги қабилалар муштлашишни яхши биладиган моҳир жангчилар, яъни, ҳарбий салоҳиятга эга бўлган кишилар бўлгани қайд қилинади. Ўзбек халқ ўйинлари ижтимоий эҳтиёж туфайли қадимда вужудга келган. Ўзбек халқ ўйинлари мазмунан ғоятда бой, шаклан хилма-хил бўлиб, муайян ижтимоий - тарихий тавсифга эгадир.

Тадқиқотчи Р.Йўлдошева қайд қилганидек, - “Ўйинлар халқ тантаналари ва томошаларининг энг яхши анъаналарини ўзида жамлади, бетакрор ўзига хослиги ва психологик хусусиятлари билан миллий маданиятни ниҳоятда бойитди, авлодлар ворислигини, халқ анъаналарини ўзида мужассамлаштирди”.

Ўйинларнинг ибтидоий жамоа даврида мавжудлиги тан олинган бўлсада, бироқ, халқ ўйинларининг пайдо бўлиши ва унинг тараққиёти масалалари ханузгача тўлақонли тадқиқ қилинмаган. Шунга қарамасдан, мавжуд манбаларга таянган ҳолда, халқ ўйинларининг илк пайдо бўлиши тарихи ҳақида мантиқий фикр юритиш ва улар тўғрисида муайян тасаввур ҳосил қилиш мумкин.

Баъзи манбаларда археолог олимлар Ўрта Осиёда ибтидоий одамлар Африка қитъасидан Шарқий Осиё орқали келган, деган фикрни билдирган бўлсалар (Д.А.Ранов), бошқа бир гуруҳ олимлар Ўрта Осиёни инсоният бешиги деб ҳисоблайдилар. Ўзбекистон ҳудудида энг қадимги одамлар манзилгоҳи Фарғона водийсидаги Селенғур ғор макони бўлиб, бу *илк палеолит* даврига мансубдир.

Ўрта тош асри - ибтидоий одамлар тасаввурлари ва эътиқодларида кескин ўзгариш юз берган давр бўлиб ҳисобланади. Бу жараённи Ўрта Осиёнинг энг қадимги рангтасвирларидан бўлмиш Кўҳитангдаги Зараутсой суратларида кузатиш мумкин. Бу лавҳаларда ов манзараси, ҳайвонот олами ва ибтидоий давр одамлари тасвири ўз ифодасини топган. Баъзи бир олимларнинг (жумладан А.А.Формозов) таъкидлашича, бу лавҳаларда ов маросими акс эттирилган.

“Зараутсой - 98” халқаро симпозиуми қатнашчиларининг хулосасига кўра, Зарауткамар илк ибтидоий мактаблардан бири деб тан олинган. Чунки, аждодларимиз қолдирган қадимий суратлар ва ёзувлар бу ҳақда гувоҳлик беради. Тарихий маълумотларга қараганда, ибтидоий одамлар ҳаётида *овчилик ўйинлари* салмоқли ўрин тутган. Баъзи манбаларда ўйинлар овдан

олдин ўтказилиши ёзилган бўлса, бошқаларида овдан сўнгги ўйинлар ҳақида фикрлар баён қилинган.

Агар, бу маълумотларни чуқурроқ психологик таҳлил қиладиган бўлсак, унда овчилик ўйинлари овдан олдин ҳам, овдан кейин ҳам ўтказилган, дейиш мумкин. Овдан олдинги ўйинлар ов олди машқлари (овга тайёргарликни текшириш, овга психологик ва жисмоний шайланиш) вазифасини ўтаган ҳамда жиддий, ўзига хос кичик маросим шаклида уюштирилган. Бу ўйин жараёнида ибтидоий одамлар ўлжага яқинлашишни, сўнгра уни осонгина қўлга туширишни ўрганишган, бунинг учун ниқоб кийиб, ҳайвон қиёфасига киришган. Унинг юриш-туришлари, хатти-ҳаракатлари машқ қилинган, уларнинг товуш чиқаришлари ўрганилган.

Айнан ана шундай ўйинлар жараёнида ёшларни ҳам ов қилишга ўргатишган. Шу боис, у ўзига хос мактаб вазифасини ўтаб, овчилик маҳоратини ўстиришга ёрдам берган бўлса, иккинчи томондан уларда тақлид қилиш санъатини ва ушбу фаолиятга нисбатан барқарор мотивацияни шакллантирган ҳамда ривожлантирган. Овдан сўнгги ўйинлар - ов муваффақиятли тугагандан кейин уюштирилган, деб тахмин қилиш мумкин.

Машҳур қомусий олим Маҳмуд Қошғарийнинг “Девони луғотит турк” асарида овчилик билан боғлиқ бўлган қўшиқлар ўзига хос ўрин тутган. Уларда ов қилишнинг дастлабки намуналари, ит ва қуш ёрдамида ўқ ёй билан ов қилиш тажрибалари мадҳ этилган. Мамлакатимиз ҳудудидаги энг қадимги даврлар ҳақида кўплаб илмий тадқиқот ишлари олиб борилган бўлиб, уларнинг натижалари халқ ўйинларининг пайдо бўлиши тарихи ҳамда ижтимоий-психологик жиҳатлари ҳақида айрим хулосалар чиқариш имконини беради.

Тарихий, археологик ва этнографик манбаларда халқ ўйинларининг келиб чиқиши ҳамда ривожланишига доир қизиқарли маълумотларни учратамиз. Маҳмуд Қошғарийнинг “Девони луғотит турк”, Абу Али Ибн Синонинг “Тиб қонунлари”, Кайковуснинг “Қобуснома”, Умар Ҳайёмнинг “Наврўзнома”, Юсуф Хос Ҳожибнинг “Қутадғу билиг”, Ҳусайн Воиз

Кошифийнинг “Футувватномаи Султоний ёхуд жавонмардлик тариқати”, Алишер Навоийнинг “Хамса”, “Лисонут-тайр”, “Махбуб ул-қулуб”, Зайниддин Восифийнинг “Нодир воқеалар”, Амир Темурнинг “Темур тузуклари”, “Темурнома”, Заҳириддин Бобурнинг “Бобурнома” ва бошқалар, шунингдек, Ойбекнинг “Алишер Навоий” тарихий романи, “Болалик киссаси”, Пиримкул Қодировнинг “Юлдузли тунлар”, Мирмуҳсиннинг “Темурмалик”, Радий Фишнинг “Жалолиддин Румий” ва шу каби тарихий-илмий, бадиий асарларда МСЎнинг пайдо бўлиш тарихи ва ривож тўғрисида асосли илмий маълумотлар келтирилган.

Ундан ташқари, ўзбек халқ ўйинларини излаш, тадқиқ қилиш ва халқ орасида тарғиб қилишда шу соҳанинг олимлари Т.С.Усмонхўжаев, Ф.Насриддинов, Г.Жаҳонгиров, Абдурахим Абдурахмон Раҳим ўғли ўзларининг муносиб улушларини қўшганлар.

Грек тарихчиси Геродот хоразмийлар билан ёнма-ён яшаган саклар қабиласидаги моҳир мерганлар психологиясини бундай акс эттирган: - “Саклар дунёдаги мерганлар орасида ўқни зое кетказмайдиган жуда моҳир мерганлар сифатида шуҳрат қозонган эди”.

Халқимизнинг ажойиб достони “Алпомиш”да тирандозлик ҳақида сўз боради. Чунончи, - “Ҳақимбек 7 ёшга кирган эди. Олтинбой бобосидан қолган 14 ботмон биринчдан бўлган парли ёйи бор эди. Ана шу етти яшар бола Ҳақимбек 14 ботмон ёйни қўлига ушлаб, кўтариб тортиди, тортиб қўйиб юборди. Ёйнинг ўқи яшиндай бўлиб кетди. Аскар тоғининг катта чўққисини юлиб ўтди...”. Достоннинг асосий қаҳрамонларидан бўлган Барчин эрга тегиш учун 4 та шарт қўяди. Шартларнинг иккитаси ўқ-ёй отиш билан боғлиқ. Масалан, иккинчи шарт: ёй тортишса ёй синмай қолганга мен тегаман, шу ёй андоз полвонга - дейди. Учинчи шарт: минг қадамдан танга пулни урганга, мен тегаман шул қарчиғай мерганга.

Зайниддин Восифийнинг ҳикоя қилишича, - “Наврўз Аҳмад камандорликда шу даражага етдики, биронта паҳлавон унингдек камон тортолмасди. Унинг ёй-ўқи душман кўзига бориб етмай, тинчимасди; камон

тортган вақтида фалак қавс чиллахонасидан туриб таҳсинга оғиз очарди. Ўқи тортилган вақтда бурчаклардан “Офарин!” овози кўтариларди.

Захириддин Бобурнинг ижодий мероси “Бобурнома”да тийрандозликка доир воқеалар берилган: - “...ўқни ўрта чоғлиқ отар эди, бисёр зарб мушти бор эди, анинг муштиндин йиқилмаган йўқтур... Ҳасан Яқуббек мардона киши эди. Ўқни яхши отар эди... яна бир Фариддин Ҳусайн Мирзо эди. Ёйни кучлук тортиб, ўқи қирқ ботмон экандир...”. “Яна Ислон Барлос эди... ўттиз-қирқ ботмон ёй куч бирла отиб, тахтадин ўтказур эди. Қабоқ майдонида майдон бошидан чопиб, ёйни тушириб, кўриб, отиб қабоқни урар эди.

Холчаёнтепа ва Болаликтепадаги археологик қазилмалар пайтида топилган камон ўқларининг учлари аждодларимизнинг азалда тийрандозлик билан машҳур бўлганликларига далилдир. Холчаён отлари енгил қуролланган суворийлар учун мўлжалланган бўлиб, суворийлар махсус кийимда юришган ва ўқ-ёй билан қуролланишган. Топилган суворийлар ҳайкалчалари шуни кўрсатадики, улар отда елиб бораётиб, нишонга аниқ урганлар. Термиз яқинидаги Айритом, Хоразмдаги Тупроққалъа ва бошқа жойлардан топилган буюмлар, суяк, тош, сополга туширилган расмларда қадимги маданият, кураш, чавандозлик, тийрандозлик, ов жараёнлари акс эттирилган. Бу даврда яшаган халқлар ўртасида жанговарликни ошириш, ўз худудларида осойишталикни таъминлаш ва ўз ватанини ҳимоя қилиш, халқ фаровонлигини оширишга хизмат қиладиган маданий маросимлар, расм-русумлар, тўйлар ва халқ сайлларида камондан ўқ отиш, қиличбозлик, қалқонбозлик, найзабозлик, кураш, от ўйинлари тантанали равишда ўтказилган.

Халқимиз орасида от билан боғлиқ “Кўпкари улоқ”, “Пойга”, “Қиз қувмоқ”, “Ағдариш”, “От устида қиличбозлик”, “Қовоқ ўйини”, “Чавгон” каби халқ ўйинлари кўплаб ўтказилган. Абулқосим Фирдавсий “Шоҳнома” асаарида *улоқ* сўзини кўп ишлатган. Ал-Мақсудий қурбон ҳайити ҳақида ёзганда: - “Байрам кунлари Журжонлик билан Бедротликлар ўртасида туя

калласини кўлга киритиш учун тортишув бўлади”, сингари маълумотлар қолдирган.

Таниқли ёзувчи Ойбек “Болалик” қиссасида халқ миллий спорт турларидан бўлган улоқ ўйинини жуда усталик билан баён қилади. Зеро, улоқ халқимизнинг қадимий ўйинидир. Сурхондарё ҳудудида қадимда ҳам халқ ўйинларининг муайян жисмоний, психологик ва физиологик тизими мавжуд бўлган.

Таниқли қадимшунос олима Г.Пугаченкова шахмат тарихи ҳақида шундай ёзади: - “фил суягидан ясалган, баландлиги ва эни 2 см бўлган иккита шахмат донасининг топилганлиги катта кашфиётдир. Улардан бири фил, иккинчиси эса хўкиз тимсолидир. Уларни эрамиздан олдинги 1-2 асрларга, яъни Кушон империяси даврига мансуб, дейиш мумкин. Далварзинтепадан топилган шахмат доначалари чатуранг ўйинининг шатранж шаклига оид бўлиши керак.

Юсуф Хос Ҳожиб бегона давлатга борадиган элчининг ўзига хос бўлган фазилатлари: билимдонлик, гапга чечанлик ва тадбиркорликдир - дейди”. Шахмат ва нард ўйинлари элчининг фазилатларини шу даражада акс эттириши лозимки, токи ҳарифлари ундан устун бўлмасин”.

Эркин Воҳидовнинг “Буюк ҳаёт тонги” достонида шахмат мусобақаси тасвири орқали қаҳрамонларнинг руҳий ҳолати очиб берилган. Унда “кишт”, “Рух”, “Шоҳга ҳужум” каби миллий спорт атамалари қаҳрамонларнинг ҳаётга муносабатини, психологиясини очиб кўрсатган, яъни, чиройли сўз ўйинлари амалга оширилган.

Машҳур ҳаким Абу Али Ибн Сино “Тиб қонунлари” китобида курашнинг икки турини тавсифлаб, уларнинг моҳияти ва қўлланиши қоидаларини муфассал ёзиб қолдирган. Унинг таърифича, курашнинг бир турида белидан ушлашга рухсат берилиб, оёқ ишлатмасдан курашиш бўлса, иккинчиси, қайси жойдан ушлаб олса, шу ердан маҳкам тутиш ва оёқлар ёрдамида ҳаракат қилишдир. Аммо курашнинг иккала турида ҳам қўллар билан оёқдан олиш қатъиян ман қилинган.

Ҳозирги пайтда бу хил мусобақаларни ўзбеклар *кураш*, тожиклар *гуштингари*, козоқ ва қирғизлар *курес*, туркманлар *гуреш* деб атайдилар. Навоий, Бобур, Восифий даврида *куштигир*, *гуштигир* иборалари билан бир вақтда “кураш” атамаси ҳам фаол қўлланган. Шунингдек, *миёнгир*, *миёнгирлик* (кураш, курашиш, олишиш) ва *буқа* (курашчи, полвон) атамалари ҳам ўз даврининг маҳсули ҳисобланган.

“XVI аср Хоразм ёдномалари”да - бир паҳлавон уч юз олтмиш хил турли кураш илмини билур, - дейилади. Ҳусайн Воиз Кошифий ҳам курашнинг икки тури ҳақида тўхталади: -...икки хил тури бор, биринчиси - *қабз*, яъни, қўл билан ушлаш, иккинчиси, *истирор*, яъни, ихтиёрсиз ҳолда олишиш. У кураш тушиш санъат эканлигини эътироф этиб, ...кураш тушиш санъатнинг илмики, бу илмнинг машҳур усуллари жуда кўп, улар уч юз тугун ва бандлар (усул ва тадбирлар) дан иборатдир ва уларнинг ҳар бири тағин бир неча усулга ажралади. Агар буларнинг барчаси йиғилса, бир минг саккиз юз усул келиб чиқади.

Республикамиз полвонлари азалдан қўшни мамлакат полвонлари билан беллашиб, халқимизнинг шарафини ҳимоя қилганлар. “Бундан анча илгари, 1895 йили машҳур немис полвони Риппел Тошкентга келиб циркда ўз кучи, имкониятлари билан томошабинларни қойил қолдирган. Оғирлиги саккиз ярим пуд (136 кг) бўлган чўянни икки қўли билан, 16 пудли чўянни кифти билан кўтариб томоша кўрсатган.

Ўша вақтларда Тошкентнинг Бешёғоч даҳаси, Чақар маҳалласида яшаган Аҳмад полвон Толиббой ўғлининг Ўрта Осиёда курашиб, йиқитмаган полвони қолмаган эди. Меҳмон Аҳмад полвоннинг доврўғини эшитиб қолиб у билан курашмоққа жазм қилибди. Ўша куни, яъни 1895 йил 25 июнда цирк биносига одам сиғмай кетган экан.

Шундай қилиб, табиат ва ҳаёт ҳақида юзага келган ибтидоий тушунча ва эътиқодлар анимистик ҳамда тотемистик тасаввурлар, қарашлар билан вужудга келган. Ўйинларнинг табиий - тарихий пайдо бўлиш асоси ва тараққиёти меҳнат жараёни билан боғлиқлигини кўриш мумкин. Ўйиннинг

илк бошланғич кўриниши ибтидоий жамиятда синкретик (қоришиқ) санъат саналиб, инсоннинг меҳнат ва кундалик фаолиятини ифодалаган. Уларнинг қайсидир тури билан шуғулланиш инсонларнинг характер сифатлари, темперамент хусусиятлари орқали акс этган. Бу ўйинлар жисмоний фаолиятнинг мустақил тури сифатида муайян даражада жамиятнинг соғлом ижтимоий ҳаёт тарзини белгилаган десак, муболаға бўлмайди.

Кўпгина мамлакатлар олим ва педагоглари ўйинлар моҳиятини, уларнинг келиб чиқиши, тараққиёти ва аҳамиятини психологик ҳамда ижтимоий-психологик жиҳатдан ўрганмоқдалар. Шунга кўра, ўйинларнинг моҳияти ва келиб чиқишини ифодаловчи турли хил назариялар, фикр ва қарашлар ишлаб чиқилган.

Кишилиқ тараққиёти тарихи (филогенез) да меҳнат ўйинлари катта ўрин тутган, аммо алоҳида олинган инсон ҳаётида (онтогенезда) ўйин, унинг келажагидаги меҳнат фаолиятдан олдин туради. Масалан, бола *ролли ўйинлар* ўйнаб ривожланади, ундаги шартли рефлекслар биринчи ва иккинчи сигналлар тизими, организми доимий равишда атроф-муҳит билан ўзаро фаолият ва тарбиянинг ҳал қилувчи таъсири орқали ташкил этилган педагогик жараён натижасида шаклланади. Шахснинг шаклланиши ва ривожланиш жараёни - унинг ижтимоий тажрибани ўзлаштириш жараёни ҳамдир.

Тарбия олдиндан маълум мақсадга йўналтирилган бўлиб, боланинг улғайишида муҳим аҳамият касб этади. Шунинг учун ўйин - бу ижодий фаолликни импровизацион ҳолатда эркин намоён қилишдир.

Халқ ўйинларининг дастлабки намуналари инсониятнинг онги, тафаккури ривожини билан боғлиқ бўлган. Уларнинг пайдо бўлишида ўша давр шарт-шароитлари, одамларнинг ов ва турмуш тажрибалари, дунёқарашини, урф-одат ва маросимлари алоҳида аҳамиятга молик бўлган.

Энг қадимий халқ ўйинлари намуналари ёзув юзага келмасдан анча илгари пайдо бўлган. Шу сабабдан, айрим ўйинларда сўз етакчи бўлса, бошқаларида ўйиннинг айрим унсурлари устун туради. Ана шу тариқа

меҳнат ва жисмоний машқларнинг юзага келиши ижтимоий тараққиёт туфайли турли ўйинларнинг келиб чиқишига сабаб бўлди.

Анъана - шахслараро муносабатларни ташкил этишнинг, жамоа ижодкорлигининг маҳсули, шу билан бирга, ўйинларни жамоа ҳолида ўйнашни сақлаб қолишнинг ҳам ўзига хос шакли ҳисобланади. Халқнинг асрлар давомида шаклланган бадиий завқи, эстетик диди бор экан, ўйин ҳамиша шу халқона эстетик тамойилга амал қилиб яшайди. Бу ўйин учун объектив қонуниятдир.

Кейинги даврларда яратилган ўйинларда гарчи анъанавий халқ ўйинларига хос эпикликка, мавзуларга асосий урғу берилсада, бироқ, бу энди анъанавий халқ ўйинларидагидек ғайритабиийлик асосида эмас, балки, объективликка асосланган ҳолда ифодаланадиган бўлди. Анъанавий халқ ўйинларининг идеал қаҳрамонлари ғайритабиий кучлар мададкорлигида ҳаракат қилиб ғалаба қозонса, янги, замонавий ўйинларнинг қаҳрамонлари мавжуд тарихий шахслар бўлиб, улар ҳозирги воқеликка суяниб, ҳаракат қилади ва кўзланган мақсадларга эришади.

Хулоса қилиб шуни таъкидлаш лозимки, МСЎлари халқимиз маданияти ва этнопсихологиясини ёрқин намоён этувчи миллий қадриятлар сифатида алоҳида, муҳим аҳамиятга эга. Ушбу миллий анъана ва қадриятлар намунасидан маҳаллаларда ёшлар билан миллий спорт ўйинларини ташкил этиш ва шу орқали уларни маънавийтли, жисмонан бақувват ҳамда соғлом этиш тарбиялаш соҳа мутахассисларининг асосий мақсади бўлиб қолади.

Шарқ алломаларининг МСЎлари тўғрисидаги илмий фикр ва қарашлари борасида кейинги параграфда тўхталамиз.

1.2. Шарқ алломаларининг миллий спорт ўйинлари тўғрисидаги илмий фикр ва қарашлари

Ўзбек халқ ўйинларининг пайдо бўлиши ва тараққиётини ўрганишда шарқнинг буюк мутафаккирлари Абу Али ибн Сино, Маҳмуд Қошғарий, Кайковус, Умар Хайём, Амир Темур, Алишер Навоий, Хусайн Воиз Кошифий, Зайниддин Маҳмуд Восифий ва бошқа табаррук зотлар қолдирган маънавий меросни тадқиқ қилиш ҳамда амалиётга татбиқ этиш ўз ечимини кутаётган долзарб муаммолардан биридир.

Ўзбек халқ ўйинлари тарихида биринчи марта миллий ўйин намуналарининг баён этилиши, уларнинг таърифи – тасвири қомусий алломалардан бири Маҳмуд Қошғарий қаламига мансубдир. У бундан 1000 йил бурун 6 йил мобайнида Туркистондан Термизгача, Хазар ва Орол соҳилларидан Танғирот этақларича бўлган ҳудудда яшаган туркман, ўғиз, чигил, яғмо, қирғиз ва бошқа бошқа туркийзабон халқларнинг тарихи, миллий психологияси, ўлкалар жўғрофияси, уруғ, қабила, элатларининг тил хусусиятлари, ёзма ва оғзаки адабиёти, кўчманчи туякашлар, йилқичилар, чўпонлар, ўтроқ деҳқонлар, боғбон ва косибларнинг тирикчилик усуллари, сўз талаффузлари ва турли сўз атамаларини теран ўрганиб, “Девон-у луғатит турк”, яъни “Туркий сўзлар девони”ни тузиб чиқди.

Маҳмуд Қошғарийнинг ушбу девонида 150 га яқин халқ ўйинлари тилга олиниб, шулардан 20 тага яқин ўйин турига батафсил таъриф берилган. Олим катталар ва болаларнинг ёш жиҳатларига нисбатан мос бўлган ўйин турларига алоҳида тўхталиб ва мусобақа турларини баён қилади. У ўйинларни диққат билан ўрганиб, ҳам жисмоний, ҳам ақлий машғулотларга ажратган. Шундан билса бўладики, ҳозирги замонавий спорт ўйинларининг деярли жуда кўпчилиги ўша даврлардаёқ, яъни XI асрда ҳам мавжуд бўлган экан.

Маълумки, чавгон Ўрта Осиё халқларининг жуда қадимги ҳамда сеvimли от спорти ўйинларидан бири ҳисобланади. Айниқса, чавгон ўйини

эл-юрт муодофааси учун зарурий жисмоний машқлардан бири бўлганлиги учун ҳам, ўйин ғолибига бериладиган совринларнинг даражасига алоҳида тўхталиб ўтади. Шунингдек, девонда ўша даврда отда пойга чопиш, қувланиш, тез йўртиб туриш, тоққа чиқиш, пастликка тушиш каби “баҳс”лар баёни ҳам келтирилган.

Сувда ўтказиладиган мусобақалар ҳам алоҳида диққатга сазовордир. Сув машқларидан бири бўлган *заввослик* жуда қадимий касблардан бири бўлиб, девонда сув баҳсларининг икки тури учрайди. Биринчиси, сувда чўмилиш, шўнғиш, сувдан сузиб ўтиш, сув кечиш, сувда қувлашмоқ, сувга бирон нарсани, масалан, сувда чўкмайдиган ёғоч, бирор ашёни ташламоқ; иккинчиси – эрмак, кўнгил очиш машғулотлари маъносидаги ўйинлардир.

Булар: сув ёки сут симирмоқ, сув устида, ялпоқ тошни ким ўзарга отмоқ, яъни баҳслашмоқ. Ҳозирги пайтда болалар буни “қаймоқ” ўйини деб ўйнашади. Ўйинда тошнинг сувда неча марта тегиб сакраб “қаймоқ” ҳосил қилишини эътиборга олинади ва ким “қаймоқ” ҳосил қилса, ўша ғолиб саналади.

Девонда болалар ўйинларининг тури кўп учрайди. Уларнинг баъзилари йўл-йўлакай санаб ўтилган бўлса, баъзи бир ўйинлар тафсилоти билан келтирилган. Ошиқ ўйини, тўп ўйини, чўпон болалар ўйинлари, чиллак ўйинлари, қизларнинг арғимчоқ ўйинлари ҳам бирма-бир санаб ўтилган.

Ўша даврдаги кўпгина ўйинлар болаларнинг ҳозирги даврдаги ўйинларини эслатади. Масалан, “Ўтиш-ўтиш” деб аталган ўйин “Кесак куйди”, “Дарра солди”, “Мушт кетди” ўйинларига ўхшаб кетади. Амударё ва Сирдарё соҳилларида, орол этакларида, шунингдек, яқин жойлардаги сойлар, анҳорлар, ҳовузлар ва кўллар бўйларида болаларнинг “Мугуз-мугуз” номли қадимий ўйини ўйналган.

Алишер Навоий ўзининг “Маҳбуб-ул-қулуб” асарида “Оқсуяк” ўйини таърифини беради. Маҳмуд Қошғарий девони XI асрда битилган бўлса, Алишер Навоийнинг “Маҳбуб-ул-қулуб” асари XV асрда ёзилган. Ҳозирги пайтда ҳам болалар “Оқсуяк” ўйинини худди ўша қоида асосида ўйнайдилар.

“Оқсуяк” ўйини нафақат Ўрта Осиёда, балки ер куррасининг кўп жойларида кенг тарқалган. Бу ўйинни Европанинг Скандинавия мамлакатлари халқлари этнографиясига оид адабиётларда ўқиш мумкин. Ҳаттоки, ушбу ўйин Австралияда ҳам учрайди. Аслида, халқ ўйинлари ҳеч қачон чегара билмайди. Аксинча, ўйинлар халқлар, элатлар орасидаги ўзаро дўстлик, қон-қардошлик ришталарини мустаҳкамлаш учун хизмат қилади.

Буюк аллома Абу Али ибн Сино нафақат машҳур шифокор, файласуф, шоиргина бўлиб қолмасдан, балки халқ ўйинларига доир ғоят ранг-баранг нодир мерос қолдирган алломadır. У халқ ўйинлари ҳақида фикр юритар экан, айниқса бадантарбиянинг киши учун нақадар катта аҳамиятга эга эканлигини ҳам назарий, ҳам амалий жиҳатдан исботлаб берди.

Ибн Сино инсон организмни соғломлаштириш ва касалликни даволаш нуқтаи назаридан қараб, халқ ўйинларидан бири бўлган бадантарбияни бешта асосий қисмга ажратади. Жумладан:

1. Тез ҳаракатлар;
2. Нозик ва енгил ҳаракатлар;
3. Кучлироқ ҳаракатлар;
4. Ўрта кучли ҳаракатлар;
5. Гавда учун махсус ҳаракатлар.

У бадантарбияни тез ҳаракатлар турига киритади, улар асосан, миллий халқ ўйинлари ёки уларнинг айрим унсурларидан иборат. Масалан:

- Ўзаро тортилиш;
- Мушт билан туртишиш;
- Ёйдан ўқ отиш;
- Тез юриш;
- Найза отиш;
- Юқоридаги бир нарсага ирғиб осилиш;
- Бир оёқда сакраш;
- Қиличбозлик;
- Найзабозлик;

- Отда юриш; икки кўлни силкитиш, бу вақтда одам оёқ учида туриб, кўллари олдга ва орқага чўзиб, тез ҳаракат қилади.

Олим ўйин турлари ва унсурларини шунчаки санаб ўтмасдан, балки халқ донишмандлиги асосида ўзининг кучли билими билан уларни бойитиб, инсон камолоти учун қайси тарзда фойдали эканлигини тушунтиради.

Улуғ ҳаким иситмадан ҳолсизланган, кўкрак ва қорин тўсиғи касаллигидан заифлашган кишиларга, асаб тизимининг чарчашидан келиб чиққан паришонхотирлик, иштаҳа бўғилиши каби касаллардан қийналаётганларга ўйинларнинг қуйидаги нозик ва енгил турлари:

- Арғимчоқларда учиш;
- Беланчакларда тил ҳолда ўтириб ёки ётиб учиш;
- Қайиқ ёки кемаларда сайр қилиш,

Кучлироқ ўйинлардан эса:

- От ва туяга миниш,
- Кажава ва араваларга тушишни тавсия қилади.

Халқ ўйинларининг кучли турларига майдонда бажариладиган қуйидаги ҳаракатларни киритади:

- Кишининг ўз сояси билан олишиши;
- Чапак чалиш;
- Сакраш;
- Найза учи билан санчиш;
- Катта ва кичик курралар билан чавгон ўйини;
- Коптоқларни ўйнаш;
- Кураш;
- Тош кўтариш;
- Қувлашиш;
- Чопаётган отни жиловидан тортиб тўхтатиш.

Халқ ўйинларининг ажойиб билимдони бўлган Ибн Сино халқимизнинг миллий спорт тури бўлган миллий курашимиз (Бухороча ва Фарғонача кураш тури) ҳақида ҳам етарлича маълумот қолдирган.

Курашнинг турлари ҳам бир нечадир, - дейди у. Улардан бири икки курашувчининг ҳар бири ўз рақибининг белбоғидан ушлаб ўзига тортади, шу билан бирга курашувчи ўз рақибидан қутулишнинг чорасини қилади. Иккинчиси эса уни қўйиб юбормасликка ҳаракат қилади.

Бошқа тури: икки курашувчидан бири иккала қўли билан иккинчисини маҳкам қучоқлаб ўзига тортади ва ерга ағдаради, бу вақтда биринчи курашувчининг ўнг қўли остидан ўтказилиши керак, курашувчилар гоҳ гавдаларини тиклаб, гоҳ эгиладилар.

Бадантарбиянинг биринчи тури “Тавда учун махсус ҳаракатлар” ҳисобланиб, уларнинг ҳар бирида маълум даражада ўйин унсурлари мавжуд, яъни: 1) қўл ва оёқ ҳаракатлари; 2) кўкрак ва нафас аъзоларининг ҳаракатлари; 3) бутун танага оид ҳаракатлардир.

Кайковуснинг “Қобуснома” асари мўъжаз ривоятлар, ихчам латифалар, кичик-кичик ҳикоятлардан иборатдир. Унинг “ҳунар афзаллиги ва кадри баланд, олий табиатли бўлиш ҳақида”, “Мазах қилмоқ, шатранж ва нард ўйнамоқ одобин баёни зикрида”, “Чаҳорпой (от) сотиб олмоқнинг зикрида”, “Фарзанд парвариш қилмоқ зикрида” деган бобларида халқ ўйинларига тегишли бўлган маълумотлар берилган.

Кайковус “...Хунар ўрганмоқда меҳнат қилмоқ, баданни ялқовлик, яъни, бекорчиликдин кутқармоқ фойдалидур, нединким, бекорчилик баданнинг фасад ва беморлигига сабаб бўлур. Агар баданга ранж бериб, уни ўзингга қаҳр билан муте қилмасанг, мартабали бўла олмассан. Нединким, бадан роҳатни дўст тутғони жиҳатидан ҳам ўз ихтиёри била сенга фармонбардор бўлмас. Ул сабаб била ким, баданда асли ҳаракат йўқдур. У ҳаракатни армон билан қилур, ўз муроди билан қилмас ва то сен буюрмагунча баданнинг ҳеч ишга рағбати бўлмас. Бас, эй фарзанд, баданни ўзингга муте қил ва уни қаҳр била итоатга буюргил”- дейди.

Бундан шундай ижтимоий-психологик хулоса чиқади: - Ҳар киши ўз баданин ўзига муте қилса, ўзгаларнинг баданини ҳам муте қила олар, чунки

хар киши ўз баданин ўзига фармонбардор қилса, фозил ва ҳунар ўрганмоқ била икки жаҳоннинг саломат ва шарофатин ҳосил қилур.

Кайковус ёшларга хилма-хил касб эгаллашни, турли хил ҳунар ўрганишни тавсия қилади, яъни ўша пайтда жисмоний тарбия ҳарбий амалий тавсифга эга бўлгани учун ҳарбий кишига ҳарбий илмларни – сувда сузишни, от минишни, чавгон уришни, буйруқ беришни ўрганишни тавсия қилади. Ўша давр тақозосига кўра, бундай ҳарбий илмларни ўрганиш замоннинг талаби бўлган.

Кайковус чавгон ўйинининг тартиби, қоидалари ҳақида ўринли маслаҳат беради. “Эй фарзанд, агар томоша учун бир-икки маротаба чавгон ўйнасанг раводур ва лекин кўп отлиғ била чиқиб оломон қилмагилким, саккиз отлиғидин зиёда бўлишга ҳожат йўқ. Сен майдоннинг бир бошида тургил, яна бир киши майдоннинг охирида турсин. Олти киши майдонда тўп урсин, ҳар вақт тўп сенинг тарафинга келса, тўпни ургил ва майдоннинг охирига сургил, аммо оломоннинг ичига етмагил, чавгон ўйинининг йўли шудир. Шу билан бирга, маррага етказишга муваффақ бўл.

Гиёсиддин Абдулфатх Умар ибн Иброҳим Ҳайёмий-Нишопурий 1048-1132 йилларда яшаб ижод қилган. Умар Ҳайёмнинг “Наврўзнома” асари узоқ тарихимиз, наврўз байрамининг келиб чиқиши, шунга боғлиқ аждодларимиз урф-одатлари, расм-русумлари, анъаналари ва халқ ўйинлари ҳақида батафсил маълумот беради. У “Наврўз”да ўтказиладиган халқ ўйинларидан қиличбозлик, тийрандозлик, чавандозлик каби одатлар ҳақида қимматли маълумотлар қолдирган.

Алишер Навоий (1441-1501) ўзининг “Хамса”, “Лисон ут-тайр”, “Маҳбуб ул-қулуб” ва бошқа қатор асарларида халқ ўйинларига меҳр билан қараб, уларга бирма-бир таъриф-тавсиф берган. Қадимдан пиёда юриш, югуриш, тийрандозлик, чавандозлик, қиличбозлик, кураш каби миллий ўйинлар кўпчилик подшоҳларни, хусусан, лашкарбошилар эътиборини жалб этган. Навоий куч синашиш билан боғлиқ бўлган ўйин турларига “зори”

атамасини қўллаган. Масалан, Фарҳод болалигидан кўпгина ҳарбий машқлар билан қизиққан ва шуғулланган.

Фарҳод нишонга аниқ теккизиш, яъни, тийрандозлик, найзабозлик қалқонбозлик каби машқ турларида ҳаммани ҳайратга солди. Навоий ундаги шиддаткорлик, кучлилик, аниқ мўлжалга олиш, ҳарбий қурол-аслаҳаларни ишлатишдаги тадбиркорлик ва эпчиллик хусусиятларини ажойиб муболағалар билан ифодаланган. У миллий жисмоний машқ турларини тарғиб этиш билан бирга, шуғулланувчиларнинг ахлоқий тарбиясига ҳам катта эътибор берган.

Шундай қилиб, Алишер Навоий халқ жисмоний маданияти турларининг беназир билимдони эканлигининг гувоҳи бўламиз. Айниқса, унинг бадантарбияни “*илми бадан*” ёки “*бадан илми*” ёхуд “*кўнғил тарбияси*” миллий спорт турларини ифодалаш учун “*зўри*”, “*диловарлиғ*”, “*гўй*”, “*силаҳшуурлик*” атамаларини қўллаши жисмоний тарбия фани учун очилган ёрқин бир саҳифалардир. Шунингдек, у “шатранж”, “тийрандозлик”, “чавандозлик”, “найзабозлик”, “чавгон”, “қовоқ”, “кураш”, “қиличбозлик” каби қадимий халқ ўйинларини ўзининг лирик ва эпик асарларида юксак маҳорат билан тасвирлаган. Ушбу илмий мерос халқимиз миллий тарихида МСЎларига қадимда катта аҳамият берилганлигини кўрсатади.

Ҳусайн Воиз Кошифий халқ ўйинларининг ўн бешга яқин тури ҳақида маълумот қолдирган. Унинг ““Футувватномаи Султония ёхуд жавонмардлик тариқати” рисоласида ўз замонидаги томоша кўрсатувчи паҳлавонлар, кураш тушувчилар, тош отарлар, нова тортувчилар, ҳаммоллар, дорбозлар, кучни намойиш қилувчилар, томоша кўрсатувчи ўйин аҳли (коса ўйновчилар, кўғирчоқбозлар) ва соққабозлар, кабза маъносида ва кабза турлари (қилич, қалқон), гурзи уриши, камон ёйи, тўқмоқ (ёғоч болта) пичоқ, болтача (қассоблик пичоғи) ва болта ҳақида батафсил тўхталади.

Ҳусайн Кошифий томоша кўрсатувчи паҳлавонларни саккиз тоифага ажратади: яъни, кураш тушувчилар, тош ўйновчилар, лой ташувчилар, замбил кўтарувчилар, дорбозлар, гурзи кўтарувчилар ва зўрлар. У кураш

оммабоп миллий спорт тури бўлиб, барча учун манзурлигини бу иш билан шуғулланувчи кишилар ҳар қандай вазиятда тўғрилиқ ва поклик, адолат қонуниятини билан яшаши кераклигини уқтиради.

Кошифий - “тошотарлар, пок ва тақводор кишилардир, уларнинг вазифаси тош билан душманга аниқ зарба етказишдир, - дейди. Уларнинг одоби олтига, деб айтади:

1) Бутун чораларни ишга солиб, куч ва малака тўплаш ва буни душманга қарши сарфлай билиш;

2) Тошга қўл теккизишдан олдин ўтган азизлар ва пирларни эсга олиш;

3) Қўлни тошга ургандан кейин жасорат ва мардлик кўрсатишга интилиш;

4) Мажлис аҳлидан мадад ва ҳиммат тилаш;

5) Кўз билан тилни ва қўл билан кўнгилни ношоиста ишлар ва нарсалардан сақлаш;

6) Маърака, ҳунардан фориг бўлгандан кейин такбир ва саловат айтиш.

Асарда дорбозлар ташқи кўринишдан ўйин, томоша аҳлидан бўлсаларда, аммо ишларининг асоси журъат ва қувват бўлганидан, улар аҳли зўр (пахлавон) жумласига киритилади. Бу манзара ўша давр спортчиларининг индивидуал-психологик хусусиятларини кенг тасаввур этишга имкон яратади.

Шуни эътиқод билан англаб етиш керакки, - зўргарлик (куч-қувватни намоён этиш) нинг ҳақиқати нафс душманлигини поймол этишдир, бўлмаса кўп ҳайвон ва паррандаларнинг қуввати одамзодникидан ортиқ. Пир ва устоздан таълим, дуо олмай қилич тақиш нораводир - дейди.

Қалқон сипоҳийларнинг қалъаси ва жангчиларнинг ҳимоячисидир, - дейди Ҳусайн Кошифий. Қалқоннинг 4 та тури таърифланади, яъни: 1) ҳазр (тўсиш) қалқони; 2) қадр қалқони; 3) сабр қалқони; 4) ҳилм (ҳалимлик) қалқони.

Кошифий камон отиш отиш ҳақида гапириб, камон кабзасининг ўн иккита одобини таърифлайди. Камон кабзасини тутишнинг энг кўп тарқалган

4 хили мавжуд бўлиб, улар: 1) аввал пичоқ кабзаси; 2) ов камони кабзаси; 3) карчиғай чангали (уни “хандон” ҳам дейдилар); 4) мудаввар (чамбарак). Ёй тортишнинг икки хили бор, бинобарин, биринчиси мўйловсимон тортиш; иккинчиси сурмакаш (сурма тортишга ўхшаб) тортишдир.

Амир Темур шон-шуҳрат қозонишининг сири, моҳир саркардалиги, одил ва зукколик билан иш юритиши, донишмандлиги ва шу билан бир қаторда ёшлик пайтиданок кураш, чавандозлик, найзабозлик, қалқонбозлик, тийрандозлик, қиличбозлик ва ов қилиш илмини мукаммал эгаллаганлигидир. Бу эса унинг болалигиданок кўплаб ҳарбий амалий тавсифга эга бўлган халқ ўйинларини ўйнаганлигидан далолат беради. Чунки болаликда ўйналган ўйинлар уни ҳаётга жанглarda, узок сафарларга тайёрлашда ўзига хос мактаб вазифасини ўтаган.

“...Амир Темур 14 ёшга келиб эрди, ...хон сўрдиким, Туруғ отлик кимдир” анда биров туриб айтди: “Бу Тарағай Баҳодир ўғлидир. Амир Темур хоннинг назарида ёш бола кўриниб, буюрдиким: “Тарағай Баҳодирнинг ўғли жангга бормасин”. Анда Амир Темур ўқ-ёй олиб, тоблаб юборди. Отилиб эллик қадам ерга бориб тушди. Мирзо Сайфиддин анда тақлид қилиб, ани ўрнига юборилмади. Андин кейин Соҳибқирон дастури Чиғатой бирла жонга келиб, тиззасин букиб, хонга таъзим қилди. Айтди: “Илтимос қилиб сиздин хоҳлаюрмен, давлат хумоюннингизда ушбу кўшин мен бирла талош қилсалар. Анда уч кун талош қилдилар. Барчалари ақалли анинг кўлидан яроғин тортиб ололмадилар. Бу журъатни Соҳибқирондан кўра баъзилари эсхурун зўр қилдилар, кучлари етмади, тортиб ололмадилар”.

Амир темур шиддаткор найзабоз бўлганлиги, “Темурнома”да шундай ёзилган: - “Фил ҳол қилич арслон аслаҳа-яроғларини, найзасини кўлига олиб, Амир ҳам мусаллиғ бўлиб, отларга миниб, икки тарафдин шовқин солиб, бирдан найзабозлик қилиб, Амирга найза солди. Амир чап берди, найза солиб эрди, орқасидин яна солди... ҳозир бўл, деб Амир отин ёлига ёпушди. Найза бориб тошга тегиб, икки қарич ботти, яна тортиб олиб найза солди. Амир найзани ўтказиб, қилич солди...”.

Шарофиддин Али Яздий қайд этишича, Амир Темурнинг ўзига хос хусусиятларидан бири давлат, мамлакат ва фуқарога ғамхўрлик эди. Унинг коидаси - “*Рости-русти*” эди. Ҳақиқат - сихат саломатлик, ҳақиқат-тартиб, ҳақиқат-адолат демакдир, деб тушунтирар эди. У инсонпарварлик ва мардликни Оллоҳ ҳам, халқ ҳам улуғлайди, деган гапни кўп такрорлаган.

Шундай қилиб, Шарқ алломалари, маънавий хазинамиз эгалари бўлмиш зукко шахслар МСЎларнинг ёш авлод тарбиясида бениҳоя катта аҳамиятга эга эканлигини, миллий спорт ўйинларининг ижтимоий-психологик аҳамиятини ўз илмий асарларида қайта-қайта уқтириб ўтганлар. Мамлакатимиз Президенти И.Каримовнинг кейинги йилларда МСЎларни ривожлантириш борасида эълон қилган фармон ва қарорлари моҳияти тўғрисида кейинги параграфда тўхталамиз.

1.3. Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А.Каримовнинг миллий спорт ўйинларини ривожлантириш тўғрисидаги фармон ва қарорлари моҳияти

Республикаимизда жисмоний тарбия ва спортнинг оммавийлашувини янада юқори поғонага кўтариш, жисмоний маданият ҳаракатини ривожлантириш, халқ миллий ўйинларини қайта тиклаш, соғлом турмуш тарзини шакллантириш, замонавий спорт турлари бўйича иқтидорли спортчиларни тайёрлаш ва уларнинг спорт маҳоратларини ошириш мақсадида ҳукуватимиз, хусусан мамлакатимиз Президентининг қабул қилган фармон ва қарорлари МСЎларни кенг оммалаштириш ишида муҳим омил бўлмоқда.

Жумладан, “Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси фаолиятини ташкил этиш тўғрисида” Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг ҚАРОРИ (31 октябрь 2002 йил), “Болалар ва ўсмирлар спорт мактабларини кадрлар билан таъминлашни яхшилаш тўғрисида” ЎЗР

ХТВнинг БУЙРУҒИ (13 май 2005 йил), ЎзР Халқ таълими вазирлиги ҳузуридаги Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси тўғрисида НИЗОМ (6 июль 2005 йил), Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси Ҳомийлик кенгашининг Таркиби (Вазирлар Маҳкамасининг 2002 йил 31 октябрдаги 374-сонли қарорига 2-илова), 2007 йилда Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси бюджетини ва болалар спорт объектлари қурилишининг манзилли дастурини тасдиқлаш тўғрисида Ўзбекистон Республикаси Президентининг ҚАРОРИ (26 декабрь 2006 йил) каби расмий меъёрий ҳужжатлар маҳаллаларда ёшларни миллий спорт ўйинлари орқали тарбиялашнинг ҳуқуқий асосларини яратиб берди.

Агар ушбу тадбирлар хронологиясига эътибор қаратиладиган бўлса, кейинги йилларда МСЎларни ривожлантириш ва ёшлар орасида кенг ёйишга йўналтирилган кўпгина илмий-назарий ва амалий анжуманлар ўтказилганлигини ҳам алоҳида таъкидлаш лозим. Жумладан, 1991 йили Жиззах вилоятининг Фориш туманида *Миллий спорт ўйинларининг биринчи фестивали* ўтказилди. Шу муносабат билан ҳар йили МСЎ ларни ўтказиш анъанага айланди.

“Ўзбекистон Республикасида спортчи ўринбосарлар тайёрлашнинг оқилона йўллари” (Тошкент, 1992), “Жисмоний тарбия ва спортда кўлланиладиган ўзбек тилидаги атамалар” (Термиз, 1993), “Ўзбекистон Республикаси олий ва ўрта махсус ўқув юртларида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш масалалари” (Тошкент, 1993) каби тадбирлар МСЎларнинг илмий-назарий асосларини ривожлантириш ва унинг ёшлар орасида оммавийлашувига кенг йўл очди.

Бундан ташқари, 1994 йили Жиззах вилоятининг Фориш туманида ўтказилган Миллий спорт турлари ва ҳаракатли ўйинлари фестивали - олимпиада мақомига эга бўлди. 1998 йил Термиз шаҳрида “Алпомиш” достонининг 1000 йиллигига бағишланган халқ ўйинлари республика фестивали ҳамда илмий-назарий анжумани ўтказилди. 1999 йили Жиззах шаҳрида “Аёллар йили”га бағишлаб “Тўмарис” фестивали ўтказилди. 2000

йили эса Фарғонада “Алпомиш” ўйинлари 2-республика фестивали ўтказилди.

Давлатимизнинг жисмоний тарбия ва спортга оид қатор ҳужжатларида халқимиз миллий қадрияти бўлмиш миллий спорт турлари ва халқ ўйинларини ривожлантиришга алоҳида эътибор берилмоқда. Масалан, аҳолининг жисмоний тайёргарлигини баҳолаш бўйича жисмоний тарбия ва спорт мажмуи “Алпомиш ва Барчиной” деб номланди.

Бундан ташқари, Тошкент шаҳрида Миллий спорт турларини ривожлантириш маркази, Қарши шаҳрида Республика курашини ривожлантириш маркази, Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институтида “Миллий спорт турлари” кафедраси, барча вилоятларда болалар ва ўсмирлар ихтисослаштирилган спорт мактаблари ҳамда секциялари ташкил этилган. Шунингдек, ҳар йили спортнинг миллий турлари ва халқ ўйинлари бўйича туман мусобақалари, икки йилда бир марта Республика фестиваллари ўтказилиб келинмоқда.

1999 йилнинг 1 феврилида миллий қадриятларни, мардлик, жасурлик, ватанпарварлик ғояларини ўзида мужассам этган ўзбек кураши - дунё спорти оламида янги спорт тури сифатида тан олинishi муносабати билан “Халқаро кураш” ассоциациясини қўллаб-қувватлаш тўғрисида фармон қабул қилинди. Бу фармон нафақат Ўзбекистонда, балки бутун жаҳонда курашнинг кенг қанот ёйишига, оммалашувиغا хизмат қилмоқда.

Ўзбек миллий курашини ривожлантириш ва дунёга ёйишдаги юксак хизматлари учун мамлакатимиз Президенти Ислам Каримов “Халқаро кураш” ассоциациясининг доимий фахрий Президенти этиб сайланди.

Президент И.Каримов кураш бўйича биринчи жаҳон чемпионатининг тантанали очилиши маросимидаги табрик сўзида: - “Мен ишонаман, дунёга машҳур полвонларнинг бебаҳо хизматлари туфайли халқимиз маънавий турмуш тарзининг ажралмас қисмига айланган кураш бугундан эътиборан янги ҳаётини бошлайди, янада юксалади, жаҳон узра кенг

тарқалиб, турли миллатларга мансуб миллионлаб кишиларнинг сеvimли машғулотига айланади”, - деб ҳақ гапни айтган эди.

Ватанимиз мустақилликка эришгандан кейин жисмоний маданият ва спортни ривожлантиришга катта эътибор қаратилди. Ўзбекистоннинг жаҳон саҳнасига чиқишида, уни дунёга танитишда спорт асосий воситалардан бири бўлиб хизмат қилмоқда. Ўтказилаётган турли халқаро мусобақалардан спортчиларимиз эришаётган муваффақиятлар кўпчилик нигоҳини Ўзбекистонга қаратмоқда. Албатта, бу салоҳиятни сақлаш, қолаверса, имкон қадар ошириш лозимлигини ҳисобга оладиган бўлсак, спортчиларни тайёрлайдиган моддий-техник базани жаҳон талаблари даражасига кўтариш ва кенгайтириш, тиббий-педагогик назоратни йўлга қўйиш, миллий спорт турларини ривожлантириш, йирик спорт иншоотларини бунёд этиш ниҳоятда долзарб бўлиб қолди.

Ўзбекистон спорти тарихида Миллий Олимпия қўмитасининг ташкил топиши муҳим аҳамиятга эга бўлди. 1992 йил 21 январда Ўзбекистон Республикасининг “Миллий Олимпия қўмитаси” тузилиб, Обид Назиров унинг президенти этиб сайланди. “Миллий Олимпия қўмитаси” 1992 йил 3 мартда Халқаро Олимпия қўмитаси таркибига расман аъзо бўлиб кирди. У Ўзбекистонда олимпия спорт турларини тарғиб қилиш, олимпия ўйинларида республика вакиллари иштирокини таъминлаш, жаҳон спортчилари билан дўстона алоқалар ўрнатиш ва уларни ривожлантиришдек шарафли вазифаларни амалга оширмоқда. Миллий Олимпия қўмитасининг 127 аъзоси ва 11 фахрий аъзоси бор.

Ўзбекистон “Миллий Олимпия қўмитаси”нинг тузилиши Ўзбекистон спортчилари учун Олимпия ўйинлари, Осиё ва жаҳон биринчиликлари мусобақаларида иштирок этиш имкониятини яратди. 1993 йилдан бошлаб, миллий кураш бўйича Амир Темур, Ат-Термизий, Баҳоуддин Нақшбанд, Паҳлавон Маҳмуд, Мирзо Бобур хотирасига бағишлаб халқаро турнирлар ўтказилди. 1994 йили Лиллихаммердаги қишки олимпиадада фристайл-чанғида акробатик сакраш бўйича ватандошимиз Лина Черязова олтин

медаль соҳибаси бўлди. Муз устидаги спорт рақсида эса Алика Сергиаду ва Й.Разгуляевлар иштирок этишди.

1994 йил теннис бўйича Президент кубоги, “*Буюк инак йўли - сателлит*” халқаро турнири бўлиб ўтди. Унда Гералд Менди (Австрия) турнир ғолиби бўлди.

1994 йили Хиросима (Япония) XX1 Осиё ўйинлари бўлиб ўтди. Унда Ўзбекистон Республикаси спортчилари 10 та олтин, 11 та кумуш ва 19 та бронза, жами 40 та медални қўлга киритдилар. Байдаркачи Иван Киреев 3 та олтин медаль; Шухрат Аҳмедов, Николай Рипичев, Энвер Осмонов (ўкотиш), Оксана Яригина (найза улоқтириш), Рамил Ғаниев (ўзбек кураши), Светлана Мункова (баландликка сакраш) лар мусобақа ғолиблари бўлдилар. Шунингдек, футбол жамоаси ҳам олтин медаль олишга сазовор бўлди.

1995 йил Тошкентдаги “Юнусобод” теннис кортида Ўзбекистон Республикаси кубоги учун иккинчи халқаро турнир бўлиб ўтди, унда 14 мамлакатдан вакиллар ташриф буюрдилар.

1995-1997 йилларни Ўзбекистон жисмоний тарбия ва спорт тарихида ўзига хос бурилиш даври деб ҳисоблаш мумкин. Чунки, Марказий Осиё республикаларининг биринчи спорт ўйинлари (1995, сентябрь), Президент кубоги учун бокс бўйича навбатдаги халқаро турнир (1996, апрель-май), бокс бўйича Осиё чемпионати (1996, сентябрь) каби йирик мусобақалар Тошкентда ўтказилди.

1996 йил Халқаро Олимпия Қўмитасининг қарорига мувофиқ жаҳон спортини ривожлантиришдаги хизматлари ва олимпия ғояларига садоқати учун Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А.Каримов Олтин Олимпия ордени билан мукофотланди.

Тошкентда 1996 йилда Олимпия музейи ташкил этилди. Уни Халқаро Олимпия Қўмитасининг Президенти Х.А.Самаранч мамлакатимиз Президенти И.А.Каримов билан бирга тантанали равишда очиб берди.

1996 йил Атланта (АҚШ) шаҳрида XXVI ёзги олимпияда ўйинлари бўлиб ўтди. Унда жаҳоннинг 197 мамлакатидан 10700 та спортчи қатнашди. Ўзбекистондан 72 киши Олимпия ўйинларида иштирок этдилар, унда Армен Багдасаров (дзюдо) кумуш ва Карим Тўлаганов (бокс) бронза медали соҳиби бўлишди.

1999 йил Ўзбекистон боксчилари учун унутилмас, ажойиб ғалабалар йили бўлди. Август ойида АҚШ нинг Хьюстон (Техас штати) шаҳрида ўтказилган бокс бўйича жаҳон чемпионатида бир йўла икки ўзбек йигити Муҳаммадқодир Абдуллаев ва Ўткирбек Ҳайдаров жаҳон чемпиони бўлишди. Яна бир боксчимиз Тўлқинбой Турғунов эса кумуш медални қўлга киритди. Октябрь ойида Тошкентда ўтказилган Осиё чемпионатида тўққиз боксчимиз шохсупанинг юқори поғонасидан жой олдилар. Ўзбекистон бокси бугунги кунда Осиёда биринчи, дунёда эса учинчи ўринда турибди.

Иқтидорли теннисчи Ирода Тўлаганованинг жаҳон кортларида қўлга киритган ютуқлари ва профессионал теннис таснифидаги ўрни тобора юксалиб бораётганлиги барчамизни қувонтиради. Ирода Тўлаганова Англияда “Уимблдон” турнири, норасмий жаҳон чемпионатида ишончли ўйин кўрсатиб, барча рақибларидан устун келди ва бош мукофот эгаси бўлди. Бундан ташқари у Америка, Япония, Австралия, Венгрия ва бошқа мамлакатлардаги йирик халқаро турнирларда юқори натижаларга эришди. Ана шу муваффақиятлар унинг республикада 1999 йил якунлари бўйича “йилнинг энг яхши спортчиси” деб тан олиншига асос бўлди. Бокс бўйича жаҳон ва Осиё чемпиони Муҳаммадқодир Абдуллаев ҳам шундай шарафли номга созовор бўлди.

2000 йил 13-17 июль кунлари Анталияда (Туркия) миллий кураш бўйича 2-жаҳон чемпионати бўлиб ўтди. Жаҳон биринчилиги спорт турлари орасида дунёда илк бор ўзбек кураши бўйича Туркияда беш қитъадан 50 га яқин полвонлар ташриф буюрдилар. Айниқса, 2007 йилда ҳамюртимиз Руслан Чагаев бокс бўйича жаҳон чемпиони бўлганлиги бутун мамлакатимиз ёшлари учун чексиз ватанпарварлик намунаси бўлди.

2008 йил эса мамлакатимизда “Ёшлар йили” деб эълон қилинди. Бу борада ишлаб чиқилган давлат дастурида, -“ёшларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш..., ёшларнинг бўш вақтини мазмунли ташкил этиш, ёшлар спортини оммавий ривожлантириш учун шарт-шароитлар яратиш” – алоҳида уқтириб ўтилган.

Юқорида келтирилган фактлар асосида шуни таъкидлаш лозимки, мамлакатимиз Президентининг раҳбарлиги ва бевосита ҳомийлигида ёшлар саломатлигини мустаҳкамлаш, уларни соғлом, бақувват, Амир Темур, Паҳлавон Маҳмуд каби боболаримизнинг ворислари этиб тарбиялаш учун барча саъй-ҳаракатлар амалга оширилмоқда. Натижада бугун жаҳон чемпионлари, спорт усталари, хизмат кўрсатган спортчилар, ёшлар мураббийлари етишиб чиқмоқда. Бу эса ёшларда МСЎ ларга нисбатан фаол ижобий муносабат, ушбу фаолиятга нисбатан мотивацияни шакллантиришда муҳим омил бўлмоқда.

1-боб бўйича хулоса

1. Мамлакатимиз Президенти И.Каримов томонидан республикаимизда жисмоний тарбия ва спортнинг оммавийлашувини янада юқори поғонага кўтариш, жисмоний маданият ҳаракатини ривожлантириш, халқ миллий ўйинларини қайта тиклаш, соғлом турмуш тарзини шакллантириш, замонавий спорт турлари бўйича иқтидорли спортчиларни тайёрлаш ва уларнинг спорт маҳоратларини ошириш мақсадида қабул қилган фармон ва қарорлари бугунги кунда миллий спорт ўйинларини кенг оммалаштириш ишида дастуриламал вазифасини бажармоқда.

2. Ҳукуматимизнинг жисмоний тарбия ва спортга оид қатор ҳужжатларида халқимиз миллий қадрияти бўлмиш миллий спорт турлари ва халқ ўйинларини ривожлантиришга алоҳида эътибор берилаётганлиги ёш авлодда миллий анъаналаримиз, жумладан, миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқиш, фаол ижобий муносабат, жисмоний фаолиятга нисбатан

мотивацияни шакллантиришга шароит яратади. Айниқса, маҳаллаларда МСЎ билан шуғулланиш фаолиятини жадал олиб кириш - кун тартибидаги муҳим масалага айланмоқда.

3. Машҳур табиб Ибн Сино инсон организмни соғломлаштириш ва касалликни даволаш нуктаи назаридан қараб, халқ ўйинларидан бири бўлган бадантарбияни беш асосий қисмга ажратади. Улар: а) тез ҳаракатлар; б) нозик ва енгил ҳаракатлар; в) кучлироқ ҳаракатлар; г) ўрта кучли ҳаракатлар ва; д) гавда учун махсус ҳаракатлардир. Ушбу классификация бугунги кунда ниҳоятда долзарб бўлиб, ёшлар фаолиятида мунтазам жорий этиш зарурати мавжуд.

4. Мамлакатимиз спортчиларининг жаҳон кортлари, ринглари ва стадионларида қўлга киритган ва киритаётган ютуқлари тобора юксалиб бораётганлиги ёшларда МСЎларга нисбатан қизиқишни тарбиялашда муҳим омил бўлмоқда. Бу эса уларда миллий спорт ўйинларига нисбатан ижобий муносабатлар шаклланиб бораётганлигидан далолатдир.

II БОБ. МАҲАЛЛАДА МИЛЛИЙ СПОРТ ЎЙИНЛАРИНИНГ ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ.

2.1. Маҳаллада миллий спорт ўйинларининг ташкил этилиши аҳволи

Маҳаллаларда МСЎ ларни самарали ташкил этиш орқали ёшларни жисмонан соғлом этиб тарбиялаш масаласи кун тартибидаги энг долзарб масалалардан бири бўлиб қолмоқда. Бу муҳим ва устувор вазифани талаб даражасида адо этиш учун ушбу масаланинг ижтимоий-психологик жиҳатларини ўрганишга эҳтиёж сезилади.

Вилоятимизда 3300 дан ортиқ маҳалла кенгашлари бўлиб, уларда жами 1 570 000 киши қамраб олинган. Турар-жой билан боғлиқ масалалар,

ижтимоий ҳимоя масаласи, нафақалар тўлаш, ёш оилаларга ёрдам бериш, оилаларнинг тинч-осудалигини таъминлаш, ёшларнинг тарбияси масаласига жиддий эътибор қаратиш - маҳалланинг тўғридан-тўғри функцияси шулардан иборат. Айниқса, ёшларнинг жисмоний баркамоллигини таъминлаш, уларнинг шўх-шаддодлиги, ёшлик шижоати ва ғайратини тўғри йўналтириш, бу масалада болалар ва ёшларнинг миллий спорт ўйинлари билан жиддий шуғулланишига эришиш маҳаллаларимизнинг муҳим вазифалари сирасига киради.

Бугунги кунда Бухоро шаҳрида жойлашган маҳаллаларда миллий спорт ўйинларига таянган ҳолда ёшларнинг бўш вақтини камраб олиш борасида маълум ишлар амалга оширилмоқда.

- 1) Жумладан, “Афшор” маҳалласининг футбол командаси бир неча йиллардан бери вилоят ва республика босқичларида чиқиш қилиб, ўзининг алоҳида ўрнини эгаллаб келмоқда. Бундай ижобий натижага эришишда маҳалла фаоллари, ота-оналар ва спорт инструкторининг бениҳоя катта хизматлари бор, албатта.
- 2) Шунингдек, “Шергирон - 21” маҳалласининг футбол командаси 31-мактаб агроучасткасида жойлашган бўлиб, асосан ушбу мактабнинг ўқувчиларидан команда ташкил этилган. Ушбу маҳалла футбол командаси бугунги кунда вилоят ва республика ўйинларида юқори кўрсаткичларни намоён этиб келмоқда. Маҳалланинг раҳбарияти ёшларнинг миллий спорт ўйинлари билан жиддий шуғулланишлари учун барча шарт-шароитларни яратиб, катта стадион ташкил этиб берган.

Айниқса, маҳаллаларда ёшларга МСЎлари орқали тарбия бериш самарадорлигини таъминлашда ушбу маҳаллалардан чиққан спорт усталари, чемпионлар ҳақида кенг маълумот берилса, бу ёшларга кучли эмоционал психологик таъсир этади. Бу борада вилоятимиз ҳудудида жойлашган маҳаллалар, жумладан Жондор тумани мисолида қуйидаги фактларни келтириш мумкин:

- 3) Жондор тумани, Навоий маҳалласидан чиққан Ақобир Туробов Миллий кураш бўйича жаҳон чемпиони бўлган.
- 4) Яна ушбу маҳалладан чиққан Музаффар Муродов БухДУ жисмоний маданият мутахассислиги 1-курсида таҳсил олади. У Дзю-до ва миллий кураш бўйича мамлакатимиз терма командасига аъзо этилди ва яқин кунларда Туркияда бўлиб ўтадиган чемпионатга боради.
- 5) Жондор тумани, Ислон Каримов номли маҳалладан чиққан енгил атлетикачилар ва узок масофага югурувчилар (“стайерлар”) жамоаси аъзоси, БухДУ жисмоний маданият мутахассислиги 4-курс талабаси Давронов Нутфулло ёшлар ўртасида жаҳон чемпиони бўлиб ҳисобланади. У ушбу спорт тури бўйича Франция ва Швейцария мамлакатларида ўтказилган жаҳон турнирларида иштирок этиб, совринли ўринларни қўлга киритган.
- 6) Вобкент тумани, Зарбдор маҳалласидан етишиб чиққан Аббос Атоев 28 октябрь 2007 йилда АҚШнинг Чикаго шаҳрида бўлиб ўтган чемпионатда жаҳон чемпиони бўлиб қайтди. Ушбу спортчи ҳозирги кунда БухДУ жисмоний маданият факультетининг 4-курсида таҳсил олмоқда.
- 7) Қоракўл туманининг Раҳимберди маҳалласидан етишиб чиққан Мэлс Адизов ва Нўъмон Юсуповлар Миллий кураш бўйича Ал-ҳаким Термизий хотирасига бағишланган мусобақада иштирок этиб ғолибликни қўлга киритишди (бу мусобақа ғолиби жаҳон чемпиони даражаси билан тенглаштирилган).
- 8) Олот туманининг Мустақиллик маҳалласидан етишиб чиққан Муҳиддин Очилов Россиянинг Тверь шаҳрида бўлиб ўтган Халқаро мусобақада ғолибликни қўлга киритди.
- 9) Олот туманининг Чорбоғ маҳалласидан чиққан полвон Рамзиддин Саидов Ҳиндистонда бўлиб ўтган Халқаро кураш мусобақасида ғолибликни қўлга киритди.

Бироқ, бундай шароит барча маҳаллаларда муҳайё этилган десак, бирмунча хато бўлади. Ушбу масаланинг ижтимоий-психологик жиҳатини

эътиборга олиб қаралганда, ҳали кўпгина маҳаллаларда МСЎлардан болалар ва ёшларнинг спорт-соғломлаштириш фаолиятида ҳамда уларнинг бўш вақтларини ташкил этиш масалаларида фойдаланиш қониқарли аҳволда эмас.

Айрим маҳаллаларда спорт майдончалари ташкил этилмаган, маҳаллалар спорт мураббийлари билан таъминланмаган. Баъзи маҳаллалар фаоллари болаларнинг бўш вақтини ташкил этиш масаласи билан етарли даражада шуғулланишмаяпти. Маҳаллаларда айрим ота-оналар ўз фарзандларининг миллий спорт ўйинлари билан шуғулланишининг ижобий аҳамиятини тўла тушуниб етмаяптилар.

Маҳаллаларда сервис хизмати ташкил этиш: сартарошхона, оёқ кийим таъмирлаш, турли ассортиментдаги моллар билан савдо қилувчи шохобчалар бекаму-кўст ташкил этилганлигига қарамасдан, ёшларнинг жисмоний чиникишини таъминлаш, уларни миллий спорт ўйинларига қизиқтириш ва саломатлигини мустаҳкамлаш ишига нисбатан паст эътибор билан қаралмоқда. Бунга ёшларни спорт майдончалари, стадион, спорт жиҳозлари билан таъминлашни мисол қилиб келтириш мумкин.

Юқорида келтирилган ижтимоий-психологик омиллар яхлит ҳолда ёшларнинг жисмоний фаолият, миллий спорт ўйинлари билан шуғулланишлари борасида ижтимоий муносабатнинг манзарасини яққол кўрсатиб турибди. Бироқ, бу манзарага томошабин бўлиб туриш учун ҳеч кимнинг, айниқса мутахассисларнинг маънавий ҳаққи йўқ. Чунки, мустақиллик ўз имкониятлари ва талабларини тобора кенгроқ намоён этмоқда. Шунинг учун барча жабҳаларда маданий мерос, маънавият, миллий маданиятни янада ривожлантириш ва такомиллаштиришни ўз олдимизда турган асосий ижтимоий вазифалардан бири, деб қарашимиз зарур.

Бугунги кунда маҳалланинг - ижтимоий ҳаётни ташкил этиш, жамиятда устувор саналган вазифаларни ҳар бир шахс онгига сингдириш, ёшларни миллий анъана ва қадриятлар руҳида тарбиялаш борасидаги ижтимоий-психологик имкониятлари ва масъулияти ортиб бормоқда. Чунки, ўзбек оиласида ҳар бир ёш аввало маҳалла муҳитида тарбия топади, унда

шаклланган психологик меъёрлар, ўлчамларни, анъаналарни ижобий тарзда қабул қилади.

Собиқ Шўролар даврида ўзбек халқ миллий ҳаракатли ўйинларига етарли эътибор қаратилмади, ижтимоий ҳаётда миллий спорт ўйинларининг аҳамияти етарли даражада кенг тарғиб этилмади. Ўйинлардаги кўплаб қоида ва мезонлар, жумладан ўйин бошлаш учун болаларни чақириш ва тўплаш, қуръа ташлаш, ўйинни тамомлаш, рағбатлантириш, тақдирлаш, жазолаш сингари ижтимоий-психологик жиҳатлари кўпгина ўзгаришларга учради.

Бунинг ҳам ижобий, ҳам салбий томонлари бўлган, албатта. Ижобий томонлари ҳаракатли ўйинлар терминологияси турли миллий ва байналмилал сўзлар ҳисобига бойиди. Салбий томони, халқ яратган ўйинлардаги миллийлик хусусияти, бўёғи ўзгарди, оҳори тўкилди, яъни кўпгина ўйинлар байналмилаллик сифатини касб этди. Бу шу халқ урф-одати, удумлари, маданиятининг табиийлигига путур етказди. Ёки буни халқнинг миллий психологияси, маънавияти, қадриятини йўқотишдаги қадамлардан бири, деб тушунса ҳам бўлади.

Халқнинг миллий маданияти - миллий ҳаракатли ўйинлар, рақслар ва ранг-баранг спорт турлари сингари битмас-туганмас билим ва тажриба сарчашмасига эга. Шу боисдан миллий ҳаракатли ўйинларни ўрганиш, уларни кенг жамоатчилик, айниқса ёшлар орасида тарғиб этиш, ушбу фаолиятнинг ижтимоий-психологик жиҳатларини тадқиқ қилиш, уларни ўқувчиларнинг жисмоний маданияти жараёнига кенг ва фаол жорий этиш айти муддаодир.

Миллий спорт ўйинларини ташкил этиш ва ўтказишнинг ўзига хос ижтимоий-психологик хусусиятлари мавжуд. Шунинг учун ҳам ушбу ўйинларнинг нозик, ўзига хос жиҳатларини, амалга оширилиши технологиясини билишнинг аҳамияти катта. Ўйиннинг болаларни ўйинга чақириш ва тўплаш, ўйинни бошлаш учун қуръа ташлаш, ўйинни тамомлаш каби унинг мазмунини тўлиқ очиб берадиган ўзига хос хусусиятларини билмасдан туриб соғломлаштириш, таълимий ва тарбиявий вазифаларни,

жисмоний сифатларни (тезкорлик, чидамлик, куч, чаққонлик ва бошқаларни) тарбиялаш қийин.

Шуни алоҳида таъкидлаш зарурки, кўпгина ота-оналар маҳаллада МСЎлари бораётган пайтда болаларини уйдан чиқаришга турли хил муносабатда бўладилар. Кўпинча, ота-она болага жавоб бермасликка ҳаракат қилади. Болалар буни жуда яхши билишади, шунинг учун ўртоғини уйдан чақириб олиш йўллари кидирадилар. Бу ҳақда Г.Жаҳонгиров ўзининг “Ўзбек болалар фольклори” рисоласида батафсил тўхталган: - “Улар уч-тўртта бўлиб, ўртоғининг ҳовлисига борадилар, кўчада туриб чақира бошлайдилар. Ўғил болалар ўртоғининг талабини айтиб чақирishi мумкин. Дангасалик қилиб кўчага чиқаришга эринганлар эса дарҳол танқидга учраганлар, болалар уларни мустақилликка, дадил бўлишга, мурасага ундаганлар.

Агар чақирилувчи қиз бола бўлса, у бирмунча мулойим, ўзига хос оҳангда чақирилган. Чорловдан кейин ҳам қиз чиқмаса, унинг номига кесатиқ сўзлар айtilган, ўйинёқмас қизлар эса кампирга ўхшатишган.

Болалар бир-бирларини кўшиқ айтиб ўйнагани чақирганлар. Бундай ўйинлар халқ ичида *чорламалар* деб юритилади. Бу ўйин чорлов кечинмаларини айни бир вазиятга боғлиқ ҳолда ифодалайди ва ўйинга даъват этиш, чақирish, тўплаш вазифасини бажаради. Чорламалар асосан, ҳайқирib айтилади, бу эса болалардаги ўйнаш иштиёқини оширувчи, таъсирчан воситадир. Ўйинда чақирish ва ташкил қилишнинг турлари, шакллари жуда кўп. Уларнинг асосий вазифаси болаларни ўйинга даъват қилиш, қалбларини қитиқлаш, ундаш, эсга тушириш ва уларнинг қизиқишларни кучайтиришдан иборатдир.

Санок термаларидаги ҳар бир сўз битта рақамни ифода этади, яна уч мисрадан тортиб, йигирма тўрт мисрагача, ҳаттоки ундан ҳам катта ҳажмда бўлиши аниқланган. Бу ҳар бир мисрада 2-4 тагача сўзлар бор, демакдир. Санокларнинг вазн тузилиши эркин, бинобарин, тўрт бўғиндан саккиз

бўғингача бўлиши кузатилган. Саноклардаги рақамлар шунчаки тилга олинмайди, балки ритмик асосни ташкил қилиш мақсадида вазнга солинади.

Санокдаги ҳар қандай сўз синиқ ҳам ҳажмлидир, мабодо кўп бўғинли сўзлар бўлган тақдирда ҳам бўғинларга осон бўлиниши зарур. Гарчи бу сўзлар қандайдир маъно англатиб, ўйновчиларга бирор тушунча етказса ҳам, шу ўйин жараёнида амалий моҳият жиҳатидан санок сонларнинг вазифасини ифода этади.

Келтирилган ушбу жиҳатлар МСЎларининг ижтимоий-психологик қирраларини маълум даражада тасаввур қилишга имкон яратади. Зеро, ушбу миллий ўйинлар халқимиз маданияти ва маънавиятининг ажралмас қисми сифатида алоҳида эътиборга лойиқдир.

Хулоса қилиб, бугунги кунда маҳаллаларда МСЎларини ташкил этиш ва ундан маънавий тарбия воситаси сифатида фойдаланиш борасида амалга оширилаётган тадбирларни етарли эмас, деб ҳисоблаймиз. Маҳаллада МСЎларинининг ижтимоий-психологик жиҳатларини назарда тутган ҳолда маҳалла фаолларидан бошлаб, спорт мураббийлари, ота-оналар, кенг жамоатчилик бу масалани кун тартибига қўйиб, яқдил ҳаракат қилишсагина, ёшлар тарбиясида МСЎларидан кенг фойдаланишга имкон яратилади. Маҳаллада МСЎларини кенг тарғиб этиш борасида амалга оширилиши лозим бўлган тадбирлар хусусида кейинги параграфда батафсил тўхталамиз.

1.1. Маҳаллада миллий спорт ўйинларини кенг тарғиб этиш бўйича амалга оширилиши лозим бўлган тадбирлар

Мамлакатимизда ёшлар тарбияси, оиланинг мустаҳкамлигини таъминлашда маҳалланинг роли тобора ошиб бормоқда. Чунки, бошқа бирон мамлакатда ушбу ижтимоий институт учрамаслиги барчамизга аён.

Жамоат ёки нодавлат ташкилотлар сирасига кирадиган маҳалланинг ушбу ҳудудда яшовчи аҳоли турмуши, унинг ижтимоий-психологик муҳитига таъсири масаласи ҳукуматимизнинг доимий диққат марказида турганлиги ижобий ҳолдир. Бинобарин, ушбу ижтимоий тузилманинг барча ижобий хусусиятларидан фойдаланиб, ёшларда МСЎларига нисбатан кизиқишни ошириш муҳим. Айниқса, маҳаллада МСЎларига бўлган кизиқиш, эҳтиёж, шунингдек, ушбу фаолиятга нисбатан ёшларда мавжуд муносабат даражаси қай аҳволда эканлиги бугунги кун ижтимоий психологиясининг долзарб муаммоларидан бири сифатида эътироф этилаётганлигини кузатиш мумкин.

2003 йил - мамлакатимизда **Обод маҳалла йили** сифатида белгиланганлиги барчамизнинг ёдимизда. Ушбу йилда айниқса анча хайрли тадбирлар амалга оширилди. Маҳаллалар ободонлаштирилди, уларда болалар спорт майдончалари, спорт-соғломлаштириш муассасалари, турли аҳоли пунктларида эса махсус спорт мактаблари ташкил этилди. Маҳаллаларда раис, фаоллар мунтазам иш олиб борадиган бўлдилар.

2006 йил эса – **Ҳомийлар ва шифокорлар йили** деб аталди. Бу йилда ажратилган ҳомийлик маблағлари асосан маҳаллаларнинг инфратузилмасини мустаҳкамлаш, болалар спортини ривожлантириш, спорт жиҳозлари олишга сарфланди.

Ушбу **2008 йил** – мамлакатимизда **Ёшлар йили** деб эълон қилинганлиги маҳаллаларда ёшлар билан ташкил этиладиган спорт тадбирларининг савиясини янада юқори поғонага кўтариш учун муҳим омил бўлмоқда.

Шунга қарамасдан, бугунги кунда маҳаллаларда ёшлар билан ташкил этилаётган спорт тадбирларини талаб даражасида, дейиш қийин. Бу масалага агар ҳудудий нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, айрим қишлоқ ва шаҳар жойларда бу масала анча ижобий ҳал қилинган. Бу ерда ёшларнинг бўш вақти ижтимоий фойдали меҳнат, турли спорт тадбирларида иштирок этиш ҳисобига маълум даражада изга солинганлигини кузатиш мумкин.

Бирок, айрим қишлоқ ва шаҳар ҳудудларида ёшларнинг бўш вақтини ташкил этиш масаласи ҳали ўзининг тўла ечимини топган эмас. Бу эса тўғридан-тўғри ҳар бир маҳаллада ташкил этиладиган спорт тадбирлари ва уларнинг савиясига бориб тақалади. Бугунги кунда маҳаллаларда жамоатчилик асосида фаолият кўрсатадиган маҳалла фаоллари: маслаҳатчилар, мураббийлар, психологлар ва бошқа фаоллар ўзларининг иш услубларини асосан ёшлар жисмоний тарбиясини биринчи ўринга қўйган ҳолда ташкил этишлари зарур.

Маҳаллада ёшларни МСЎларига қизиқтиришда қуйидаги усуллардан фойдаланиш мақсадга мувофиқ (1- чизмага қаралсин):

1-чизма.



Миллий спорт ўйинлари - миллий анъаналаримиз, урф-одатларимиз, миллий менталитетимиз, қолаверса, миллий психологиямизни акс эттирувчи хусусиятга эга эканлигини, ёшларни Ватаннинг муносиб посбонлари этиб

тарбиялашда муҳим ўрин тутишини назарда тутганда, ушбу масалага янада жиддий қараш зарурлиги тақозо этилади.

Саноат ва ишлаб чиқариш корхоналари айрим маҳаллаларни ўз ҳомийлигига олган ҳолда улардаги спорт майдончаларини, шунингдек болаларни спорт кийими, турли спорт жиҳозлари билан таъминлашни йўлга қўйса мақсадга мувофиқ бўлади.

Айниқса, мамлакатимизда кенг авж олиб, ривожланиб бораётган - ҳомийлик анъанасини кенг тарғиб этиш мақсадга мувофиқ. Ушбу анъанага содиқ қолган ҳолда маҳалла ҳудудида яшовчи, турли ташкилотларда меҳнат фаолиятини олиб бораётган шахслар болалар ва ёшлар учун турли спорт анжомлари, махсус кийим-бошлар олиб беришни, спорт майдончаларини жиҳозлашни ташкил этишса, мақсадга мувофиқ хайрли иш бўлади, албатта.

Республикамиз асосан аграр мамлакат бўлганлиги учун қишлоқ хўжалиги билан шуғулланувчилар кўпчиликини ташкил этади. Қишлоқда фермерлик ҳаракати кенг авж олмоқда. Шу муносабат билан ҳар бир фермер хўжалиги мутасаддиси ўз агроучасткаси ҳудудида жойлашган маҳаллада болаларнинг МСЎлари билан шуғулланиши учун зарур жиҳозлар олиб беришда ҳомийлик қилса хайрли иш бўлади.

Жисмоний тарбия ва спортнинг ижтимоий тараққиётдаги роли ошиб боргани сайин, маҳаллада ёшларни МСЎларига йўналтириш фаолиятининг умумий аҳамияти ортиб боради. Юқорида баён этилган илмий-психологик ҳолатлар асосида ёшларни маҳаллада МСЎларига йўналтиришнинг асосий мақсадлари сифатида қуйидагиларни кўрсатиш мумкин (1-диаграммага қаралсин).

Юқорида келтирилган ижтимоий-психологик омиллар асосида ишни ташкил этиш мумкин. Бироқ, энг асосийси, ота-оналар, яъни катталар ёшларнинг МСЎ билан шуғулланишлари, ушбу фаолиятнинг ёшлар жисмоний соғломлиги ва маънавияти юксалишида муҳим аҳамиятга эга эканлигини тушунишлари устувор аҳамиятга эгадир. Бу эса мазкур муаммонинг ижтимоий-психологик жиҳатлари марказида туради.

1-диаграмма.



Шунингдек, юқоридаги муаммоларни ечишда маҳаллада яшовчи фаоллар, ўқитувчи ва мураббийлар маҳалла спорт инструктори билан биргаликда МСЎларининг ижтимоий-психологик хусусиятларини назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан иш юритишлари тақозо этилади.

Ёшларни МСЎларига қизиқтиришнинг асосий ижтимоий-психологик хусусиятларига:

1. Ёшларда жисмоний фаолият, спортга нисбатан қизиқишни тарбиялашни;
2. Маҳалла ёшларида уларнинг ёш хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда миллий спорт ўйинларига нисбатан тасаввурларни шакллантиришни;
3. Ота-оналар ўртасида спорт фаолияти, миллий ифтихоримиз бўлган миллий спорт турларига нисбатан ижобий мотивацияни шакллантиришни;
4. Ҳудудий хусусиятлардан келиб чиққан ҳолда ўша ҳудуд учун мақбул бўлган спорт турларини тарғиб этишни;
5. Мамлакатимиздан етишиб чиққан жаҳон чемпионлари фаолиятини кенг тарғиб этиш, уларни ибрат қилиб кўрсатишни;
6. Ёшларни маҳаллий спорт усталари фаолияти билан яқиндан таништиришни;

7. Мактабгача таълим масканларидан бошлаб миллий спорт турларига кизиқишни тарбиялашни;

8. Мактаб, маҳалла ва оила ҳамкорлигини айнан МСЎларига кизиқишни тарбиялаш асосида ташкил этишни киритиш мумкин.

Ушбу ижтимоий-психологик хусусиятларни назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан МСЎларига нисбатан ижобий мотивацияни шакллантириш йўлга қўйилса:

- 1) Ёшларни жисмонан бақувват, соғлом этиб тарбиялаш имкони кенгаяди;
- 2) Уларнинг бўш вақти кўнгилли ташкил этилади;
- 3) Ёшлар ўртасида тартиб бузиш ҳолатлари камаяди;
- 4) МСЎларига нисбатан ижобий тасаввурлар кенгаяди;
- 5) Ёшлар орасида спорт билан шуғулланувчилар сони кўпаяди;
- 6) Вилоят, мамлакат ва жаҳон чемпионатларида иштирок этувчи ёшларимиз сони кўпаяди.

Хулоса қилиб шуни айтиш мумкинки, маҳаллаларда миллий спорт ўйинлари орқали ёшларни тарбиялаш учун кенг имкониятлар мавжуд. Айниқса ушбу имкониятларнинг ижтимоий-психологик жиҳатларини назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан иш ташкил этилса, уларни жисмонан бақувват, соғлом, чиниққан, Ватан учун посбон этиб тайёрлаш вазифаси бажарилади. Бу эса биринчи навбатда маҳаллада иш олиб борувчи спорт мураббийси фаолиятига кўп жиҳатдан боғлиқдир.

2-боб бўйича хулоса

1. Маҳалланинг ушбу ҳудудда яшовчи аҳоли турмуши, унинг ижтимоий-психологик муҳитига таъсири масаласи ҳукуматимизнинг доимий диққат марказида турганлиги ижобий ҳолдир. Бинобарин, ушбу ижтимоий институтнинг барча ижобий хусусиятларидан фойдаланиб, ёшларда

миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқишни ошириш муҳим аҳамият касб этади.

2. Бугунги кунда маҳаллаларда ёшлар билан ташкил этилаётган спорт тадбирларини талаб даражасида, дейиш мушкул. Бу масалага агар ҳудудий нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, айрим қишлоқ ва шаҳар жойларда бу масала анча ижобий ҳал қилинган. Бу ерда ёшларнинг бўш вақти ижтимоий фойдали меҳнат, турли спорт тадбирларида иштирок этиш ҳисобига маълум даражада изга солинганлигини кузатиш мумкин.
3. Бугунги кунда маҳаллаларда жамоатчилик асосида фаолият кўрсатадиган маҳалла фаоллари: маслаҳатчилар, мураббийлар, психологлар ва бошқа фаоллар ўзларининг иш услубларини асосан ёшлар жисмоний тарбиясини биринчи ўринга қўйган ҳолда ташкил этишлари зарур.
4. Мамлакатимизда кенг авж олиб, ривожланиб бораётган ҳомийлик анъанасини кенг тарғиб этиш мақсадга мувофиқ. Саноат ва ишлаб чиқариш корхоналари ҳамда маҳалла ҳудудида яшовчи шахслар болалар ва ёшлар учун турли спорт анжомлари, махсус кийим-бошлар олиб беришни, спорт майдончаларини жиҳозлашни ташкил этишса, мақсадга мувофиқ хайрли иш бўлади.
5. Республикаимизда фермерлик ҳаракати эса кенг авж олмоқда. Шу муносабат билан ҳар бир фермер хўжалиги ўз агроучасткаси ҳудудида жойлашган маҳаллада болаларнинг миллий спорт ўйинлари билан шуғулланиши учун зарур жиҳозлар олиб беришда ҳомийлик қилса хайрли иш бўлади.
6. Ота-оналар ёшларнинг миллий спорт ўйинлари билан шуғулланишлари, ушбу фаолиятнинг ёшлар жисмоний соғломлиги ва маънавияти юксалишида муҳим аҳамиятга эга эканлигини тушунишлари устувор аҳамиятга эгадир. Бу эса мазкур муаммонинг ижтимоий-психологик жиҳатлари марказида туради.
7. Юқоридаги муаммоларни ечишда маҳаллада яшовчи фаоллар, ўқитувчи ва мураббийлар маҳалла спорт инструктори билан биргаликда миллий спорт

ўйинларининг ижтимоий-психологик хусусиятларини назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан иш юритишлари тақозо этилади.

Юқорида келтирилган ижтимоий-психологик жиҳатлар маҳаллада ёшларни МСЎлари орқали тарбиялашнинг устувор йўналишларини аниқлаб олиш ҳамда маҳаллада жисмоний тарбияни кенг йўлга қўйишда муҳим аҳамият касб этади. Тадқиқотда қўлланилган методикалар ва ижтимоий-психологик экспериментлар натижалари ҳақида кейинги бобда тўхталамиз.

III. АМАЛГА ОШИРИЛГАН ТАДҚИҚОТ НАТИЖАЛАРИ ВА ҚИЁСИЙ ТАҲЛИЛЛАР.

3.1. Тадқиқотда қўлланилган методикалар тавсифи

Ушбу магистрлик диссертацияси доирасида амалга оширилган тадқиқотимизнинг асосида маҳаллада МСЎларини ташкил этишнинг ижтимоий-психологик жиҳатларини ўрганиш, уни янада жонлантиришнинг самарали йўллари излаб топиш, ёшларнинг МСЎларига бўлган қизиқишларини ошириш муаммоси туради.

Шу муносабат билан илмий тадқиқот бўйича экспериментларни амалга ошириш мақсадида Бухоро шаҳридаги №14-сонли “Афшор” маҳалласи, №21-сонли “Шергирон” маҳалласи, №4-сонли “Чор минор” маҳаллаларини танлаб, уларда истиқомат қилувчи ёшлар билан экспериментал гуруҳлар (n_1 -240) ташкил этиб, махсус дастур асосида машғулотларни амалга оширдик. Амалга ошириладиган экспериментал машғулотларнинг ижтимоий-психологик натижаларини таққослаш ва тегишли хулосаларга келиш мақсадида ушбу маҳаллалар ёшларидан назорат гуруҳларини ҳам (n_2 -240) танладик.

Дастурда назарий жиҳатдан - миллий спорт ўйинлари турлари, уларнинг мамлакатимиз жисмоний спорт ҳаракатидаги ўрни, маҳаллаларда оммавий спортни ривожлантиришнинг ижобий жиҳатлари, шунингдек, амалий томондан – маҳалла ёшлари ўртасида турли спорт мусобақалари ташкил этиш, “маҳалла ёшларининг қизиқишлари”, “ёш хусусиятлари” ва “турли кўчаларда яшовчи ёшлар” номинациялари бўйича миллий спорт ўйинлари бўйича мусобақаларни ташкил этишга ҳаракат қилдик. Бундан ташқари, шаҳримизга ташриф буюрган турли спорт жамоалари билан ўтказилган мусобақаларда маҳалла ёшларининг фаол иштирок этиши ва бу спорт ўйинларини муҳокама қилишига эришдик.

Жумладан, маҳаллалардаги ёшларни айнан ёш хусусиятлари бўйича икки гуруҳга бўлдик. Биринчи гуруҳга 10-14 ёшдаги болалар ва ўсмирлар, иккинчи гуруҳга 15-ёшдан юқори бўлган ўспиринларни жалб этдик. Ҳар бир

ёш категорияси учун уларнинг ёш хусусиятлари, жисмоний имкониятларига мос талабларни қўйиб, экспериментал машғулотларни ташкил этдик. Машғулотлар икки ўқув йили мобайнида (2006-2007 ва 2007-2008) олиб борилди.

**Маҳалла ёшлари билан ташкил этилган машғулотлар
ДАСТУРИ**

№	Тадбирлар	санаси
1	Мамлакатимизда миллий спорт ўйинларига берилаётган эътибор хусусида суҳбат	мунтазам
2	Маҳаллаларда қайси миллий спорт ўйинларини кенг ривожлантириш мумкин? (Баҳс-мунозара)	ҳар ойда
3	Маҳалла болаларини шаҳарда ўтказиладиган спорт анжуманлари ва мусобақаларига олиб бориш. Ташриф тафсилотларини муҳокама қилиш	доимий
4	Бир маҳаллада яшовчи, лекин турли мактабларда ўқийдиган болалар билан миллий спорт ўйинлари бўйича мусобақалар ташкил этиш	ҳар ойда
5	Турли маҳаллаларда яшовчи, лекин бир мактабда ўқийдиган ёшлар билан миллий спорт ўйинлари бўйича мусобақалар уюштириш	ҳар ойда
6	Маҳалладан чиққан спорт усталари, чемпионлар фаолияти бўйича тарғибот суҳбати ташкил этиш	ҳар икки ойда
7	Шаҳар стадионида ўтказилаётган республика миқёсидаги спорт мусобақаларига маҳалла ёшларини олиб бориш. Ташриф тафсилотларни муҳокама қилиш	мунтазам
8	Маҳалла ҳудудида жойлашган мактабдан чиққан спорт усталари ва чемпионлар фаолияти бўйича тарғибот суҳбати ташкил этиш	ҳар ҳафтада
9	Маҳалла ёшлари билан миллий спорт ўйинлари ташкил	доимий

	этиш ва мусобақа натижаларини таҳлил қилиш	
10	Маҳаллада миллий спорт ўйинлари бўйича мусобақалар ташкил этиш. Натижаларни кенг муҳокама этиш	доимий

Назорат гуруҳлари сифатида Бухоро шаҳридаги “Ёшлик”, “Мустақиллик” ва “Замондош” маҳаллаларидан ёшлар (n-240) танланди.

Машғулотлар якунида экспериментал ва назорат гуруҳларида МСЎларига нисбатан намоён этилган қизиқишлар меъёри (1-мезон) ва муносабатлар даражасини (2-мезон) ижтимоий-психологик жиҳатдан таҳлил қилдик. Маҳалла ёшларидаги МСЎларига нисбатан қизиқишлар даражасини ўрганиш учун махсус саволнома ишлаб чиқдик.

Маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан қизиқишлар даражасини ўрганишга қаратилган саволнома

1. Ҳурматли _____
 Фамилиянги, исминги _____
 Ёшинги? _____
 Қайси маҳаллада яшайсиз? _____
2. Маҳаллада МСЎлари ташкил этиладими?
3. Ушбу тадбирларда сиз ҳам иштирок этасизми?
4. Маҳаллада турли спорт мусобақалари ташкил этилса, сиз ўз вақтингини ушбу тадбирларни томоша қилишга сарфлайсизми?
5. Маҳаллада қайси спорт турлари бўйича машқларда иштирок этасиз?

Шунингдек, маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан муносабатлар даражасини ўрганиш мақсадида саволнома ишлаб чиқдик.

Маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан муносабатлар меъёрини ўрганишга қаратилган саволнома

1. Ҳурматли _____
 Фамилиянги, исминги _____

Ёшингиз? _____

Қайси маҳаллада яшайсиз? _____

2. МСЎлари ҳақида нималарни биласиз?
3. Маҳаллада ташкил этиладиган МСЎлари ташкилотчилари кимлар?
4. Маҳалладаги МСЎлари ташкил этилиши борасида вақтли матбуотга мақола тайёрлаш топширилса, уни удалайсизми?
5. Сизнингча, маҳаллада МСЎлари бўйича мунтазам машқлар ташкил этиш зарурми?

Юқорида келтирилган саволномалар асосида маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан намоён этиладиган қизиқишлар даражаси ва муносабат меъёрини ўрганиш имкони яратилди. Экспериментал тадқиқот натижаларини таққослаш ва асосли ижтимоий-психологик натижаларга эга бўлиш мақсадида назорат гуруҳлари ҳам танланди.

Бундан ташқари, маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан муносабатлар шаклланишида уларнинг хавотирланиши даражасини ўрганиш мақсадида Кондашнинг “Хавотирланиш шкаласи” методикасидан фойдаландик.

Бу шкала шахсдаги у ёки бу кечинма, хавотирланиш симптомини эмас, балки, хавотирланишга олиб келиши мумкин бўлган вазиятни баҳолайди. Ушбу шкаланинг афзаллиги шундаки, биринчидан, у ёшларнинг хавотирланиш манбаларини аниқлайди, иккинчидан, бошқа типдаги саволномалардан кўра, ёшларда интроспекциянинг (ўз-ўзини кузатиш) ривожланиши даражасига боғлиқ бўлмайди.

Методика бланки вазифалар ва у бўйича кўрсатмани ўз ичига олган бўлиб, тадқиқотни гуруҳ шароитида ўтказишга имкон яратади. Бланкнинг биринчи бетида фамилияси, исми, синфи, ёши ва тадқиқотни ўтказиш вақти кўрсатилади (қуйида келтирилмоқда).

Кўрсатма. “Кейинги бетларда турли вазиятлар ифодаланган, улар сизнинг ҳаётингизда тез-тез учраб туради. Улардан айримлари сиз учун ёқимсиз бўлиши, ҳаяжонга солиши, хавотирланиш - қўрқув ҳиссини

кўзғатиши мумкин. Диққат билан ҳар бир гапни ўқиб, ўнг томонда келтирилган **0, 1, 2, 3, 4** рақамларидан бирини белгиланг.

- Агар вазият сизга умуман ёқимсиз бўлса - **0** рақами билан белгиланг.
- Агар у сизни озгина ҳаяжонлантирса - **1** рақами билан белгиланг.
- Агар вазият етарли даражада ёқимсиз бўлса ва сиз ушбу вазиятда қолишни истамасангиз - **2** рақами билан белгиланг.
- Агар у сиз учун жуда ёқимсиз бўлса ва хавотирланиш уйғотса - **3** рақами билан белгиланг.
- Агар вазият сиз учун жуда ҳам ёқимсиз бўлса ва сизда кучли хавотирланиш, кўрқувни уйғотса - **4** рақами билан белгиланг.

Сизнинг вазифангиз – ҳар бир вазиятни чуқур тасаввур қилиб, айнан сизда хавотирланиш, эҳтиёткорлик ёки кўрқувни келтириб чиқариши мумкин бўлган вазиятларни ифодаловчи рақамларни белгилашдан иборат.

Ўсмирларда хавотирланиш даражасини аниқлашга йўналтирилган Кондашнинг “Ижтимоий, вазият билан боғлиқ хавотирланиш шкаласи”

№	Саволлар	балл
1	Бегона кишилар уйига бориш	0 1 2 3 4
2	Доска олдида жавоб бериш	0 1 2 3 4
3	Танловлар, олимпиадалар, мусобақаларда иштирок этиш	0 1 2 3 4
4	Мактаб директори билан суҳбатлашиш	0 1 2 3 4
5	Ўз келажаги ҳақида ўйлаш	0 1 2 3 4
6	Ўқитувчи кимдан сўрасам экан, деб журналга қарайди	0 1 2 3 4
7	Сизни танқид қилишади, нимагадир таъна қилишади	0 1 2 3 4
8	Бирон иш бажараётганингизда, сизга қарашади (иш фаолиятингиз, масала ечаётган пайтингизда кузатишади)	0 1 2 3 4
9	Назорат иши ёзасиз	0 1 2 3 4
10	Назорат ишини тугатганингизда ўқитувчи баҳоларни эълон қилади	0 1 2 3 4
11	Сизга эътибор беришмайди	0 1 2 3 4
12	Ниманидир уддалай олмайсиз	0 1 2 3 4
13	Ота-оналар йиғилишидан ота-онангиз қайтишини кутасиз	0 1 2 3 4
14	Сизни омадсизлик кутади	0 1 2 3 4
15	Орқангиздан кулги товушларини эшитасиз	0 1 2 3 4

16	Мактабда имтиҳон топширасиз	0 1 2 3 4
17	Сиздан хафа бўлишади	0 1 2 3 4
18	Кўп кишилар тўпланган омма олдида чиқиш қилиш	0 1 2 3 4
19	Мухим, ҳал қилувчи ишни бажариш вазифаси турибди	0 1 2 3 4
20	Ўқитувчининг тушунтиришларини тушунмайсиз	0 1 2 3 4
21	Сизнинг фикрингизга қўшилишмайди, қарши фикр билдиришади	0 1 2 3 4
22	Ўзингизни бошқалар билан таққослайсиз	0 1 2 3 4
23	Сизнинг қобилиятларингиз текширилади	0 1 2 3 4
24	Сизга худди ёш болага қарагандек қарашади	0 1 2 3 4
25	Дарсда ўқитувчи сизга тўсатдан савол беради	0 1 2 3 4
26	Сиз келганингизда ҳамма жимиб қолди	0 1 2 3 4
27	Сизнинг ишингиз баҳоланади	0 1 2 3 4
28	Ўз ишларингиз ҳақида ўйлайсиз	0 1 2 3 4
29	Сиз ўз ҳақингизда қарор қабул қилишингиз керак	0 1 2 3 4
30	Уй вазифасини бажара олмайсиз	0 1 2 3 4

Ушбу методика асосан уч типдаги: а) ўқиш билан боғлиқ, ўқитувчилар билан мулоқотга оид вазиятлар; б) ўзи ҳақидаги тасаввурларни кучайтирувчи вазиятлар; в) мулоқот вазиятларини акс эттиради.

Бу шкала орқали ўқиш, ўз-ўзини баҳолаш ва шахслараро муносабатда намоён бўладиган хавотирланиш кўринишлари аниқланади. Шкала пунктларининг тақсимланиши жадвалда акс эттирилди.

1 - жадвал. Хавотирланиш кўринишлари

Хавотирланиш кўриниши	Шкала пунктларининг номери
Мактаб	1 4 6 9 10 13 16 20 25 30
Ўз-ўзини баҳолаш	3 5 12 14 19 22 23 27 28 29
Шахслараро	2 7 8 11 15 17 18 21 24 26

Шкаланинг ҳар бир бўлими ва умумий шкала бўйича алоҳида балларнинг умумий суммаси (Σ) ҳисобланади. Эришилган натижалар – тегишли бўлим бўйича хавотирланиш даражаси, умумий шкала бўйича

кўрсаткичлар эса – хавотирланишнинг умумий даражаси кўрсаткичлари сифатида талқин этилади. Эришилган кўрсаткичларни таққослаш мақсадида 2-жадвалда стандарт кўрсаткичлар келтирилди.

2-жадвал. Хавотирланиш даражаси
(стандарт кўрсаткичлар)

Хавотирланиш даражаси	Ўқувчилар гуруҳи		Хавотирланишнинг турли кўринишлари даражаси (балларда)			
	синф	жинс	Умумий	Мактаб	Ўз-ўзини баҳолаш	Шахслар-аро
1. Нормал	8	қиз	30-62	7-19	11-21	7-20
		ўғил	17-54	4-17	4-18	5-17
	9	қиз	17-54	2-14	6-19	4-19
		ўғил	10-48	1-13	1-17	3-17
2. Бирмунча баланд	8	қиз	63-78	20-25	22-26	21-27
		ўғил	55-73	18-23	19-25	18-24
	9	қиз	55-72	15-20	20-26	20-26
		ўғил	49-67	14-19	18-26	18-25
3. Баланд	8	қиз	79-94	26-31	27-31	28-33
		ўғил	74-91	24-30	26-32	25-30
	9	қиз	73-90	21-26	27-32	27-33
		ўғил	68-86	20-25	27-34	26-32
4. Жуда баланд	8	қиз	94 дан юқори	31дан юқори	31 дан юқори	33 дан юқори
		ўғил	91 -----	30 -----	32-----	30 -----
	9	қиз	90 -----	26 -----	32 -----	33 -----
		ўғил	86 -----	25 -----	34 -----	32 -----
5. “Ҳаддан зиёд хотиржамлик”	8	қиз	30 дан паст	7 дан паст	11дан паст	7 дан паст
		ўғил	17 дан паст	4 дан паст	4 дан паст	5 дан паст
	9	қиз	17 -----	2 дан паст	6 дан паст	4 дан паст
		ўғил	10 -----	-----	-----	3 дан паст

Ҳар бир ёш босқичи гуруҳи учун хавотирланиш даражаси ўша гуруҳ эришган ўрта арифметик қиймат асосида ҳисобланди; интервал кўрсаткичи сифатида эса гуруҳ натижаларидан келиб чиққан ўртача квадрат оғиш олинди. Шунингдек, эришилган рақамли кўрсаткичлар ишончилиги ва асосланганлигини аниқлаш, текшириш мақсадида математик-статистик методлардан фойдаландик.

Тадқиқот вазифаларини амалга ошириш мақсадида юқорида келтирилган методикалардан комплекс тарзда фойдаланишни режалаштирдик. Бу методикалар маҳаллада ёшларни миллий спорт фаолиятига қизиқтириш, уларда жисмоний фаолият билан шуғулланиш мотивациясини шакллантириш, истиқболда маҳаллаларда МСЎлари билан шуғулланувчи ёшлар сафини кенгайтириш ишига муҳим ҳисса бўлиб қўшилиши кутилади.

3.2. Тажриба ва назорат гуруҳларида эришилган натижалар динамикаси

Экспериментал гуруҳларда олиб борилган экспериментал машғулотлар мунтазам характер касб этиб, магистрант томонидан юқорида номлари зикр этилган маҳаллаларда, ёшларнинг бўш вақтларида ташкил этилди. Унда иштирокчиларнинг ёш хусусиятлари, жисмоний тайёргарлиги даражаси, спорт фаолиятига нисбатан уларда мавжуд мотивация ва қизиқиш кўлами, уларнинг МСЎлари борасидаги умумий билим даражаси назарда тутилган ҳолда машғулотлар интерактив усулларда, ёшларнинг қизиқишларини ҳисобга олган ҳолда амалга оширилди. Машғулотлар якунида маҳалла ёшларининг МСЎларига нисбатан қизиқишлари ортганлиги, муносабати ижобий томонга ўсганлиги кузатилди (1-жадвалга қаралсин).

Экспериментал машғулотларни ташкил этишда асосан маҳалла фаоллари, маҳалла маъмурияти, маҳаллада хизмат қилувчи бошқа расмий шахсларни ушбу ташкил этилаётган спорт-соғломлаштириш мақсадидаги тадбирдан воқиф этиб, ҳамкорликда ишни ташкил этиш келишиб олинди. Бунинг учун маҳаллалардаги спорт майдончаларини яна бир бор текшириб, уларнинг спорт фаолияти учун тайёрлиги даражасини назоратдан ўтказдик.

1-жадвал. Маҳаллалар ёшлари тажриба гуруҳларида экспериментлар бошланишидан олдин миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган қизиқишлар даражаси ва муносабатлар меъёри²

%

n ₁ -240						
Синалувчи-лар	Мезонлар				Жами (ўртача)	
	Миллий спорт ўйинларига қизиқиш даражаси		Миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган муносабатлар			
	n-120	%	n-120	%	n-	%
10-14 ёшдаги болалар ва ўсмирлар	67	56	74	62	141	59
15 ёшдан юқори ўспиринлар	73	61	72	60	145	60,5
Жами (ум.)	140	117	146	61	286	59,7

Шундан сўнг маҳаллалардаги барча спорт фаолияти билан шуғулланишга қизиқиш билдирган, ушбу тадқиқот режасига кирган ёшлар жамланиб, улар билан машғулот шарт-шароитлари келишиб олинди ва асосий фаолият бошлаб юборилди.

Бунда болалар ва ўсмирлар, шунингдек ўспиринларнинг спорт фаолиятига қизиқиши, уларнинг ёш хусусиятлари, жисмоний имкониятлари, ота-оналарининг ушбу фаолиятга нисбатан муносабати ва ёшларнинг саломатлиги даражаси каби ижтимоий-психологик омиллар хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда машғулотларни олиб бордик.

Махсус тузилган дастур асосида ташкил этилган машғулотлар охирида ўтказилган сўровномалар яқунларини ижтимоий-психологик ўрганиш, уларни статистик таҳлил этиш натижасида тажриба гуруҳларида кўрсаткичлар ошганлиги кузатилди (3-жадвалга қаралсин).

² Жадвалларда фақатгина ижобий (юқори) натижалар қайд этилди (паст кўрсаткичлар келтирилмади). Шунинг учун фоизлар умумий йиғиндиси 100 ни ташкил этмаган.

2-жадвал. Маҳаллалар ёшлари назорат гуруҳларида экспериментлар бошида миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган қизиқишлар даражаси ва муносабатлар меъёри

%

n ₂ -240						
Синалувчилар	Мезонлар				Жами (ўртача)	
	Миллий спорт ўйинларига қизиқиш даражаси		Миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган муносабатлар			
	n-120	%	n-120	%	n-	%
10-14 ёшдаги болалар ва ўсмирлар	65	78	106	88,3	171	83,1
15 ёшдан юқори ўспиринлар	74	88,8	104	86	178	87,4
Жами (ум.)	139	83,4	210	87,1	349	85,2

Тажриба кичик гуруҳларидаги (10-14 ёш) ёшларнинг МСЎларига қизиқиш даражаси 56% дан 87% га, МСЎларига нисбатан намоён этилган муносабатлар меъёри эса 62% дан 91% га ошган. Ёки экспериментлар бошида биринчи мезон (ёшларнинг МСЎларига қизиқиш даражаси) бўйича 67 респондент ижобий жавоб берган бўлса, экспериментлар охирида ижобий натижа кўрсатган респондентлар сони 104 тага етганлигини кузатилди.

Иккинчи мезон (МСЎларига нисбатан намоён этилган муносабатлар меъёри) бўйича кичик гуруҳлар натижалари экспериментлар бошида 62% ни ташкил этган бўлса, экспериментлар охирида натижалар 91% га чиққанлиги кузатилди.

Ўспиринлар тажриба гуруҳида биринчи мезон бўйича натижалар экспериментлар бошида 61% ни ташкил этди. Экспериментлар охирида эса ушбу мезон бўйича кўрсаткичлар 88% га етганлиги кузатилди. Иккинчи мезон бўйича эса ўспиринлар гуруҳида ижобий натижалар 60%ни ташкил этган бўлса, экспериментлар охирида ижобий натижалар ушбу гуруҳда 90% ни ташкил этганлиги намоён бўлди.

3-жадвал. Маҳаллалар ёшлари тажриба гуруҳларида экспериментлар охирида миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган қизиқишлар даражаси ва муносабатлар меъёри

%

n ₁ -240						
Сина лувчи лар	Мезонлар				Жами (ўртача)	
	Миллий спорт ўйинларига қизиқиш даражаси		Миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган муносабатлар			
	n-120	%	n-120	%	n-	%
10-14 ёшдаги болалар ва ўсмирлар	104	87	109	91	213	89
15 ёшдан юқори ўспиринлар	106	88	108	90	214	89
Жами (ум.)	210	175	217	181	427	89

Ҳар иккала мезон бўйича ўсмирлар ва ўспиринлар гуруҳларида намоён этилган кўрсаткичлар олиб борилган экспериментал машғулотларнинг самарадорлиги юқори бўлганлигини кўрсатди. Айниқса, иккинчи мезон бўйича эришилган натижалар юқорилиги билан ажралиб турди.

Шунингдек, маҳалла ёшларида МСЎларига нисбатан муносабатлар шаклланишида уларнинг хавотирланиши даражасини ўрганиш мақсадида Кондашнинг “хавотирланиш шкаласи” методикасидан фойдаландик.

Бу шкала орқали ёшларнинг хавотирланиш манбаларини аниқлашга ҳаракат қилдик. Унинг муҳим хусусиятларидан бири, эришиладиган кўрсаткичлар ёшларда интроспекциянинг (ўз-ўзини кузатиш) ривожланиши даражасига боғлиқ бўлмайди. Бу шкала бўйича тажриба ва назорат гуруҳларидаги барча респондентлар экспериментга жалб этилди.

Экспериментлар натижаларига қараганда, тажриба гуруҳида маълум машғулотлар серияси олиб борилгандан сўнг ушбу методика ўтказилганда, айнан тажриба гуруҳи респондентларида хавотирланишнинг нисбатан паст даражада ифодаланганлиги кузатилди. Биринчи мезон (мактаб билан боғлиқ

хавотирланиш) бўйича назорат гуруҳларидаги кўрсаткичлар 27% ни ташкил этган бўлса, тажриба гуруҳида бу мезон бўйича натижалар 35% ни ташкил этди.

Эришилган ижтимоий-психологик натижаларга кўра паст хавотирланиш даражасига эга бўлган ёшларда МСЎлари билан шуғулланишга бўлган қизиқиш даражаси юқори ифодаланди (4-жадвалга қаралсин). Иккинчи мезон (ўз-ўзини баҳолаш билан боғлиқ хавотирланиш) бўйича назорат гуруҳи респондентлари 26% натижа кўрсатишган бўлса, тажриба гуруҳида бу натижалар 36% ни ташкил этди. Ушбу ижтимоий-психологик натижа шундан далолат берадики, маҳаллада МСЎлари билан шуғулланишга нисбатан айрим ёшларда хавотирланиш даражаси юқорилиги уларнинг ўз-ўзини адекват баҳолашда қийналиши, ўз имкониятларини тўла билмаслиги, уларнинг спорт фаолияти катталар томонидан кўп ҳолларда етарли даражада рағбатлантирилмаслиги билан изоҳланади.

4-жадвал. Маҳаллалар ёшларида хавотирланиш даражаси кўрсаткичлари

n-480						
Респондентлар	Мезонлар					
	Мактаб билан боғлиқ хавотирланиш		Ўз-ўзини баҳолаш билан боғлиқ хавотирланиш		Шахслараро муносабатлар билан боғлиқ хавотирланиш	
	n-	%	n-	%	n-	%
Назорат гуруҳи n-240	65	27	62	26	113	47
Тажриба гуруҳи n-240	84	35	86	36	70	29
Жами	149	31	148	31	183	38

Учинчи мезон (шахслараро муносабатлар билан боғлиқ хавотирланиш) бўйича натижалар назорат гуруҳларида 47% дан иборат бўлди, тажриба гуруҳларида эса ушбу натижалар 29% ни ташкил этди. Ушбу ижтимоий-

психологик манзара шундан далолат берадики, шахслараро муносабатлар масаласи муҳим ижтимоий-психологик муаммо бўлиб, бу шкала бўйича хавотирланишнинг юқорилиги назорат гуруҳларида маҳаллада ўтказиладиган МСЎларининг аҳамияти, унинг ижтимоий қиммати, бу борада маҳаллада ижтимоий фикрнинг мавжуд даражаси нисбатан талаб даражасидан пастлигини кўрсатади. Таҷриба гуруҳида эса МСЎлари борасида етарли тарғибот фаолияти амалга оширилиши натижасида ёшлар бу шкала бўйича ижобий натижа кўрсатишган.

Юқорида келтирилган барча ижтимоий-психологик натижалар, амалга оширилган тадқиқот методикалари хулосаларидан келиб чиққан ҳолда шуни таъкидлаш лозимки, бугунги кунда маҳаллаларда МСЎлари тарғиботини янги сифат даражасига олиб чиқиш зарурати мавжуд. Ҳар бир маҳаллада спорт мураббийлари, ота-оналар, маҳалла фаоллари ёшларнинг жисмоний фаолият билан, МСЎлари билан шуғулланишлари учун барча имкониятларни яратишларини давр тақозо этмоқда.

3-боб бўйича хулоса

1. Маҳаллада миллий спорт ўйинларини ташкил этишнинг ижтимоий-психологик хусусиятларини ўрганиш муҳим илмий психологик муаммо бўлиб, уни ўрганиш натижасида маҳаллалардаги ёшлар фаолиятини маълум даражада ижобий томонга йўналтириш, болалар ва ўсмирлар, ўспиринларнинг жисмоний соғлом, бақувват ва эпчил бўлиб вояга етишларини таъминлашда маълум даражада ҳисса қўшиш имконияти яратилади.

2. Юқорида келтирилган саволномалар асосида маҳалла ёшларида миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этиладиган қизиқишлар даражаси ва муносабат меъёрини ўрганиш имкони яратилди. Экспериментал тадқиқот

натижаларини таққослаш ва асосли ижтимоий-психологик натижаларга эга бўлиш мақсадида назорат гуруҳлари ҳам танланди.

3. Маҳалла ёшларида миллий спорт ўйинларига нисбатан муносабатлар шаклланишида уларнинг хавотирланиши даражасини ўрганиш учун Кондашнинг “хавотирланиш шкаласи” методикасидан фойдаландик. Бу шкала шахсдаги у ёки бу кечинма, хавотирланиш симптомини эмас, балки, хавотирланишга олиб келиши мумкин бўлган вазиятни баҳолайди. У ёшларнинг хавотирланиш манбаларини аниқлашда муҳим аҳамиятга эга.

4. Экспериментал машғулотлар давомида тажриба кичик гуруҳларидаги (10-14 ёш) ўсмирларнинг миллий спорт ўйинларига қизиқиш даражаси 56% дан 87% га, миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган муносабатлар меъёри эса 62% дан 91% га ошганлиги кузатилди.

ЯКУНИЙ ХУЛОСА

1. Ҳукуматимизнинг жисмоний тарбия ва спортга оид қатор ҳужжатларида миллий спорт турлари ва халқ ўйинларини ривожлантиришга алоҳида эътибор қаратилаётганлиги ёш авлодда миллий анъаналаримиз, жумладан, миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқишларни шакллантиришга шароит яратади. Айниқса, маҳаллаларда миллий спорт ўйинлари билан шуғулланиш фаолиятини жадал олиб кириш кун тартибидаги муҳим масалага айланмоқда.

2. Мамлакатимиз спортчиларининг жаҳон кортлари, ринглари ва стадионларида қўлга киритаётган ютуқларининг тобора юксалиб бораётганлиги ёшларда миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқиш ва ижобий муносабатни тарбиялашда муҳим аҳамиятга эга.

3. Хулоса қилиб шуни айтиш мумкинки, маҳаллаларда миллий спорт ўйинлари орқали ёшларни тарбиялаш учун кенг имкониятлар мавжуд. Айниқса ушбу имкониятларнинг ижтимолий-психологик жиҳатларини назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан иш ташкил этилса, уларни

жисмонан бақувват, соғлом, чиниққан, Ватан учун посбон этиб тайёрлаш вазифаси бажарилади. Бу эса биринчи навбатда маҳаллада иш олиб борувчи спорт мураббийси фаолиятига кўп жиҳатдан боғлиқдир.

4. Маҳалланинг ушбу ҳудудда яшовчи аҳоли турмуши, унинг ижтимоий-психологик муҳитига таъсири масаласи ҳукуматимизнинг доимий диққат марказида турганлиги ижобий ҳолдир. Бинобарин, ушбу ижтимоий институтнинг барча ижобий хусусиятларидан фойдаланиб, ёшларда миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқишни ошириш муҳим аҳамият касб этади.

5. Бугунги кунда маҳаллаларда ёшлар билан ташкил этилаётган спорт тадбирларини талаб даражасида, дейиш мушкул. Бу масалага агар ҳудудий нуқтаи назардан қарайдиган бўлсак, айрим қишлоқ ва шаҳар жойларда бу масала анча ижобий ҳал қилинган. Бу ерда ёшларнинг бўш вақти ижтимоий фойдали меҳнат, турли спорт тадбирларида иштирок этиш ҳисобига маълум даражада изга солинганлигини кузатиш мумкин.

6. Бугунги кунда маҳаллаларда жамоатчилик асосида фаолият кўрсатадиган маҳалла фаоллари: маслаҳатчилар, мураббийлар, психологлар ва бошқа фаоллар ўзларининг иш услубларини асосан ёшлар жисмоний тарбиясини биринчи ўринга қўйган ҳолда ташкил этишлари зарур.

7. Мамлакатимизда кенг авж олиб, ривожланиб бораётган ҳомийлик анъанасини кенг тарғиб этиш мақсадга мувофиқ. Саноат ва ишлаб чиқариш корхоналари ҳамда маҳалла ҳудудида яшовчи шахслар болалар ва ёшлар учун турли спорт анжомлари, махсус кийим-бошлар олиб беришни, спорт майдончаларини жиҳозлашни ташкил этишса, мақсадга мувофиқ хайрли иш бўлади.

8. Республикамизда фермерлик ҳаракати эса кенг авж олмоқда. Шу муносабат билан ҳар бир фермер хўжалиги ўз агроучасткаси ҳудудида жойлашган маҳаллада болаларнинг миллий спорт ўйинлари билан шуғулланиши учун зарур жиҳозлар олиб беришда ҳомийлик қилса хайрли иш бўлади.

9. Ота-оналар ёшларнинг миллий спорт ўйинлари билан шуғулланишлари, ушбу фаолиятнинг ёшлар жисмоний соғломлиги ва маънавияти юксалишида муҳим аҳамиятга эга эканлигини тушунишлари устувор аҳамиятга эгадир. Бу эса мазкур муаммонинг ижтимоий-психологик жиҳатлари марказида туради.

10. Юқоридаги муаммоларни ечишда маҳалла фаоллари, ўқитувчи ва мураббийлар маҳалла спорт инструктори билан биргаликда миллий спорт ўйинларининг ижтимоий-психологик хусусиятларини назарда тутган ҳолда маҳалла ёшлари билан иш юритишлари тақозо этилади.

11. Ушбу ижтимоий-психологик жиҳатлар маҳаллада ёшларни миллий спорт ўйинлари воситасида тарбиялашнинг устувор йўналишларини аниқлаб олиш ҳамда маҳаллада жисмоний тарбияни илмий асосланган ҳолда йўлга қўйишда муҳим аҳамият касб этади.

12. Экспериментал машғулотлар мунтазам ташкил этилиб маҳаллаларда иштирокчиларнинг ёш хусусиятлари, жисмоний тайёргарлиги даражаси, спорт фаолиятига нисбатан мавжуд мотивация ва қизиқиши кўлами, уларнинг миллий спорт ўйинлари борасидаги умумий билим даражаси назарда тутилган ҳолда интерактив усулларда амалга оширилди. Машғулотлар якунида маҳалла ёшларининг миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқишлари ортганлиги, муносабати ижобий томонга ўсганлиги кузатилди.

13. Жумладан, тажриба гуруҳларидаги (10-14 ёш) болалар ва ўсмирларнинг миллий спорт ўйинларига қизиқиш даражаси 56% дан 87% га, миллий спорт ўйинларига нисбатан намоён этилган муносабатлар меъёри эса 62% дан 91% га ошди. Экспериментлар бошида биринчи мезон бўйича 67 респондент ижобий жавоб берган бўлса, экспериментлар охирида ижобий натижа кўрсатган респондентлар сони 104 тага етганлигини кузатилди.

14. Иккинчи мезон бўйича кичик гуруҳлар натижалари экспериментлар бошида 62% ни ташкил этган бўлса, экспериментлар охирида натижалар 91% га чиққанлиги кузатилди.

15. Ўспиринлар тажриба гуруҳида биринчи мезон бўйича натижалар экспериментлар бошида 61% ни ташкил этди. Экспериментлар охирида эса ушбу мезон бўйича кўрсаткичлар 88% га етганлиги кузатилди. Иккинчи мезон бўйича эса ўспиринлар гуруҳида ижобий натижалар 60% дан 90% га кўтарилганлиги намоён бўлди.

16. Ҳар иккала мезон бўйича ўсмирлар ва ўспиринлар гуруҳларида намоён этилган кўрсаткичлар олиб борилган экспериментал машғулотларнинг самарадорлиги юқори бўлганлигини кўрсатди.

ТАВСИЯЛАР

Амалга оширилган магистрлик диссертацияси асосида, кузатиш ва олиб борилган илмий тадқиқот фаолиятимиз натижаларидан келиб чиқиб, маҳаллаларда миллий спорт ўйинларини ташкил этиш, маҳалла ёшларининг спорт-соғломлаштириш фаолияти учун масъул шахсларга, спорт мураббийларига қуйидаги тавсияларни таклиф этмоқчимиз:

- Маҳаллаларда ёшларнинг МСЎлари билан шуғулланиш фаолиятини жадал олиб кириш - кун тартибидаги муҳим масалага айланмоқда. Шунга биноан, маҳалла спорт мураббийлари ёшлар билан маҳаллаларда миллий спорт турлари ва халқ ўйинларини ривожлантиришга алоҳида эътибор қаратишлари лозим.

- Турли ёшга мансуб маҳалла ўсмир ва ўспиринлари билан МСЎлари бўйича мунтазам машғулотларни ташкил этиш уларда миллий анъаналаримиз, жумладан, миллий спорт ўйинларига нисбатан қизиқиш, фаол ижобий муносабат, жисмоний фаолиятга нисбатан мотивацияни шакллантиришга шароит яратади.

- Ёшлар билан спорт фаолиятини ташкил этганда, Ибн Синонинг инсон организмни соғломлаштириш ва касалликни даволаш нуқтаи назаридан қараб, халқ ўйинларидан бири бўлган бадантарбияни беш асосий қисмга бўлганлигини назарда тутиш зарур. Булар: а) тез ҳаракатлар; б) нозик ва енгил ҳаракатлар; в) кучлироқ ҳаракатлар; г) ўрта кучли ҳаракатлар ва; д) гавда учун махсус ҳаракатлардир. Ушбу классификация бугунги кунда долзарб бўлиб, уни ёшлар спорт фаолиятида мунтазам жорий этиш мақсадга мувофиқ.

- Маҳаллаларда ёшларни МСЎларига қизиқтиришда юртимиз спортчиларининг жаҳон стадионлари, кортлари ва рингларида қўлга киритаётган ютуқлари муҳим ибрат намунаси бўлиб хизмат қилади.

- Маҳалла ёшларида МСЎларига, ўз жисмоний имкониятларини рўёбга чиқаришга нисбатан ишончни мунтазам тарзда шакллантириб бориш;

- Ёшларга МСЎлари орқали маънавий тарбия беришда Ўрта Осиё мутафаккирларининг миллий спорт ўйинларига доир ғоя, фикр ва қарашларини сингдиришни босқичма-босқич амалга ошириб бориш;

- Маҳалла ёшларининг МСЎларига нисбатан руҳий иродавий тайёргарлик даражасини ошириб бориш;

- Маҳалла ёшларида иродавий - ғоявий сифатларни тарбиялаш;

- Маҳалла миқёсида ўтказиладиган мусобақалар жараёнида учрайдиган объектив ва субъектив қийинчиликларни бартараф этиш;

- Мунтазам амалга ошириладиган машқлар жараёнида иродавий зўр бериш ва бошқа жисмоний хислатларни тарбиялаш;

- Олий ўқув юртлирининг жисмоний тарбия йўналишида маҳаллада миллий спорт ўйинларини ташкил этиш бўйича махсус маълумотлар берилишини, спорт турларидан дарс соатларининг камлигини инобатга олиб, уларни кўпайтиришга эришиш йўлларини излаш;

- Маҳалла спорт инструкторларининг касбий масъулиятини ошириш;

- Маҳаллаларда жисмоний фаолиятни ташкил этувчи мутахассисларнинг малакасини ошириш тизимини кўриб чиқиш;

- Маҳаллаларда спорт фаолиятини олиб боровчи жисмоний тарбия мураббийлари томонидан ўқувчи - қизлар орасида касбга йўналтириш ва МСЎларига қизиқтириш ишларини янгича талаблар асосида олиб бориш;
- Маҳаллаларда ўтказиладиган турли спорт мусобақалари сонини кўпайтириш ва уларнинг сифатига эътибор бериш;
- Умумтаълим мактаблари, касб - ҳунар коллежлари ва академик лицейларда маҳалла ёшлари ўртасида МСЎлари бўйича мусобақалар ташкил этиш бўйича тарғибот ва ташвиқот ишларини мунтазам олиб бориш, бунда фахрий спортчилар, халқаро мусобақалар ғолиблари, жаҳон ва республика чемпионлари, етакчи спортчилар билан суҳбат ва кечалар ташкил этиш;
- БухДУ Спорт кафедралари профессор - ўқитувчилари томонидан маҳаллаларда, ёшлар, ота-оналар ва ўқувчи талабалар ўртасида МСЎларига оид суҳбат ва диспутлар ташкил қилиш;
- Халқ таълими бошқармаси томонидан август ойида ташкил этиладиган илмий анжуман (конференция) да жисмоний тарбия ўқитувчилари ва спорт мураббийлари учун БухДУ Спорт кафедралари профессор - ўқитувчилари томонидан маҳаллаларда МСЎларини тарғиб этиш мавзусида маъруза ва тренинглар ташкил этилиши мақсадга мувофиқ.

Юқоридаги илмий-услубий ва ташкилий тадбирлар мунтазам, мавжуд талаблар доирасида бажарилса, маҳаллаларда ёшларни МСЎлари орқали соғлом, жисмонан бақувват, иродали этиб тарбиялашнинг ижтимоий-психологик имкониятлари янада кенгаяди.

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Каримов И.А. Баркамол авлод - Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори. - Т.: Ўзбекистон, 1998. - 64 б.
2. Каримов И.А. Биздан озод ва обод ватан қолсин. - Т.: Ўзбекистон, 1996. - 300 б.
3. Авлоний А. Танланган асарлар. 1 жилд. // Тўпловчи, нашрга тайёрл. ва сўз боши муаллифи Б.Қосимов. - Т.: Маънавият, 1997. - 272 б.
4. Актуальные проблемы возрастной и педагогической психологии. Под общ. Ред. И.Ивашенко и др. Мн.: Выс. школа, 1980. - 176 с.
5. Беруний Абу Райҳон. Қадимги халқлардан қолган ёдгорликлар. Т., 1986, 63-б.
6. Баротов Ш.Р. Таълимда психологик хизмат асослари (Монография). Т., 1999. - 88 б.
7. Баротов Ш.Р. Психологические особенности воспитания активно положительного отношения младших школьников к труду. Автореф... канд. психол. наук. М., 1990. -21 с.
8. Баротов Ш.Р. Таълимда ўқувчи шахсини ўрганиш муаммоси. Республика илмий амалий конференция материаллари. Бухоро-2002., 104 -б.
9. Баротов Ш.Р. Таълимда педагогик технология ва психологик хизмат уйғунлиги / "Илғор педагогик технологиялар" мавзусида халқаро илмий-амалий конференция матнлари / Қарши - 2002, 311-312 бетлар.
10. Баротов Ш.Р. Ўқувчи шахсини ўрганиш усуллари. Т.: Ўқитувчи, 1995. - 56 б.
11. Ботиров Ҳ.А. Ўзбекистонда жисмоний тарбия тарихи. –Т.: Ибн Сино номидаги нашриёт - матбаа бирлашмаси. 1993. -128 б.
12. Брайсент Дж. Кретти. Психология в современном спорте. - Москва: Физкультура и спорт. 1978.
13. Воҳидов М. Болалар психологияси. (Дарслик). - Т.: Ўқитувчи, 1982. - 366 с.

14. Виготский Л.С. Педагогическая психология /Под. ред. В.В.Давыдова - М.: Педагогика. 1991. - 480 с.
15. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информ. – метод материалы по курсу "Общ. психология", М.: Просв., 1986. –272 с.
16. Дастлабки одимлар, режалар, натижалар. Масъул мухаррир А.Ачилов. – Т.: А.Навоий номли Ўзб.мил.кут. нашриёти, 2007.
17. Джамгарова Т. Т. Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта. – М.: Физкультура и спорт. 1979.
18. Ибн-Сина.Канон врачебной науки. Т., 1985, С.112.
19. Ибн-Сина. Книга о думе / Изб. филос. произведение. С.111.
20. Имомназаров М.С., Эшмухамедов М. Миллий маънавиятимиз асослари: (Олий ўқ. юрт. учун маъруза матнлари) - Т.: ТошИУ, 2001. – 432 б.
21. Кошифий Ҳусайн Воиз. Футувватномаи Султоний ёхуд жавонмардлик тариқати /Форс - тожик тилидан Н.Комилов таржимаси. – Тошкент, 1994, 3-бет.
22. Кайковус. Қобуснома. - Т.: Мерос, 1992. - 176 б.
23. Каримова В.М., Акрамова Ф.А. Психология. (Маърузалар матни) Т., 2000.
24. Кон И.С. Психология старшеклассника. - М.: Просв., 1982.- 207 с.
25. Краткий психологический словарь (Сост. Л.А.Карпенко; Под. общ. ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского) - М.: Политиздат., 1985. - 431 с.
26. Курс общей, возрастной и педагогической психологии. Под. ред. М.В.Гамезо. - М.: Просвещение, 1982. - 176 с.
27. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. 4-е изд. Изд-во МГУ, 1981. - 584 с.
28. Мельников В.М. Психология физического воспитания и спорта. - М.: Физкультура и спорт. 1987.
29. Миллий истиқлол ғояси: асосий тушунча ва тамойиллар (Ўзбекистон файласуфлар жамяти). - Т.: Ўзбекистон, 2001. - 80 б.103.

30. Мухина В.С. Детская психология: Учеб. для ст-тов пед. ин-тов. / 2 е-изд., - М.: Просвещение, 1985. -272 с.
31. Общая психология: Учеб. пособие для ст-тов пед ин-тов. /Под ред. В.В.Богословского и др. - М.: Просвещение, 1981. -383 с.
32. Отажонова Ш.А. Оилада ўспирин-ёшларни ватанпарварлик рухида тарбиялашда миллий кадриятлардан фойдаланишнинг педагогик асослари. Пед. ф. н. дисс-я. - Т., 2001.-125 б.
33. Педагогика тарихи. Ҳасанбоева О. ва бошқ. (Ўқув қўлланма). - Т.: Ўқитувчи, 1997. - 248 б.
34. 126. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. - М.: Просвещение, 1969. - 659 с.
35. Практикум по общей психологии: /Под ред. А.И. Щербакова/. - М.: Просвещение, 1979. - 302 с.
36. Психология. Словарь. / Под общ. ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского, 2-е изд. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с.
37. Психологический словарь. Под ред. В.В.Давыдова, А.В.Запорожца, Б.Ф.Ломова и др. /НИИ общ. и пед. психологии АПН СССР/, - М.: Педагогика, 1983. - 448 с.
38. Пуни А.Ц. Вопросы психологической подготовки в современном спорте. Л., 1972.
39. Рахимов С.Р. Психолого-педагогические взгляды Абу Али ибн Сины. - Т.: Ўқитувчи, 1979. С.168.
40. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384с. // С.183-188.
41. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - М.: Учпедгиз, 1940. - 596с.
42. Рудик П.А. Психология. – М.: Физкультура и спорт. 1974.

43. Саломатлик: оммабоп медицина энциклопедияси. - Т.: ЎСЭ Бош редакцияси, 1985. - 560 б.
44. Соғинов Н.А. Кадрлар тайёрлаш иккинчи босқичини амалга оширишда психодиагностика имкониятларидан фойдаланиш // Республика илмий-амалий конференцияси материаллари. - Т. 2002., 26-30 б.
45. Умумтаълим мактабларида ўқувчилар билан ўзбек миллий ҳаракатли ўйинларни ўтказишда маънавий тарбиянинг ўрни. Методик қўлланма / К.Зарипов таҳрири остида. Тошкент- 2003.
46. Умумий психология А.В.Петровский таҳрири остида. 3-қайта ишл. русча нашридан таржима. - Т.: Ўқитувчи, 1992. -512 б.
47. Форобий А.Н. Фозил одамлар шахри. - Т.: А.Қодирий номидаги халқ мероси нашриёти, 1993. - 223 б.
48. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. - М.: Просвещение, 1991. - 288 с.
49. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. - М.: Педагогика, 1989. - 555 с.
50. “Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида” Ўзбекистон Республикаси Президентининг фармони. «Маърифат» газетаси, 2002 йил 26 октябрь.
51. Ғозиев Э.Ғ., Тўлаганова Г. Педагогик психология асослари. Ўқув қўлланма. - Т.: Университет, 1997. - 80 б.
52. Ғозиев Э.Ғ. Ўзбек халқининг этнопсихологияси ва бола тарбиясида ўзбек оиласининг этнопсихологик муаммолари // Респ. амалий анж. маъруз. қисқача баёни. - Т., 1993, 8-9 б.

ИЛОВАЛАР