

## МИЛЛИЙ ЎЙИНЛАРДАН ВА САЁҲАТЛАРДАН ХОТИН-ҚИЗЛАР ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА ФОЙДАЛАНИШ.

*Намазов З.А. Жиззах ДПИ*

**Аннотация:** ушбу мақолада хотин-қизлар жисмоний тарбиясида миллий ўйинлардан фойдаланиш, миллий ўйинларнинг миллий қадриятларидаги ўрни, оилавий саёҳатларни ташкил қилиш ва ўтказишга оид бир нечта маслаҳатлар берилган. Шунингдек, илмий тадқиқот натижалари кўрсатилган ва шу асосда тавсия этилган.

**Калит сўзлар:** миллий ўйин, оқ суяк, чиллик, пода тўп, саёҳат, пиёда юриш саёҳати.

Миллий ўйинлари (курашлар, от ўйинлари, ҳаракатли ўйинлар ва ҳ.к) ҳақида илмий-назарий, педагогик-услубий қўлланмалар, услубий тавсияномалар, илмий-назарий мақолалар кўп. Шундай бўлсада, уларга чуқурроқ, мантиқий-маъно жиҳатдан қаралса муаммолар кўплиги билинади.

Чунки, халқ миллий ўйинлари шакл жиҳатдан кўп қиррали ва мазмун жиҳатидан ижтимоий тарбияга боғлиқ бўлган илмий-педагогик жараёнга бой.

Миллий ўйинларнинг миллий қадриятларидаги ўрни ва маънавий-маърифий тарбияда қўлланилиши лозим бўлган жиҳатларини янада чуқурроқ ўрганиш, олинган натижаларни ҳаётга сингдириш тўғрисида махсус қарорлар чиқарилди.

Алпомиш достонининг яратилишига 1000 йил ва Авестонинг 3 минг йиллигини нишонлаш ҳақидаги қарорлар (1998, 2000) ҳамда “Ўзбек миллий курашини ривожлантириш тўғрисида”ги ҳукумат қарорлари бунинг далилидир.

1991-1994 йиллар давомида халқ миллий ўйинлари Республика мусобақалари (Фориш, Жиззах вилояти), 1996 й. Халқ миллий ўйинлари олимпиадаси ва 1998 йилдан бошлаб Алпомиш ўйинлари Республика фестиваллари (Термиз-1998 й.), Тўмарис ўйинлари Республика хотин-қизлар

фестивали (1999-Жиззах) миллий кадриятлар маҳсули сифатида кенг тарқалди.

Наврўз, Мустақиллик куни байрамлари, Ҳосил (йиғим-терим) байрами, қишлоқлардаги катта тўйларда кураш, кўпқари-улоқ, пойга, арқон тортиш, биллак кучини синаш, турли ҳаракатли ўйинлар тантанали ўтказиб келинмоқда.

Жисмоний тарбия дарслари ва оммавий соғломлаштириш спорт мусобақалари дастуридаги миллий ҳаракатли ўйинлардан мақсадли фойдаланилмоқда. Буларни илмий-педагогик жиҳатдан ўрганиш ва ўқув жараёнлари, оммавий-маданий тадбирларнинг дастурларига киритилиши-да М.Мурадов, У.Қорабоев, Т.С.Усмонхўжаев, Ф.Хўжаев, Ҳ.А.Мелиев, Т.Х.Холдаров, Ж.М.Тошпўлатов каби атоқли олимлар ва ташкилотчиларнинг хизматлари эътиборга сазовордир.

Мазкур тадбирлар ва жараёнлар амалда бўлаётган ижтимоий-тарбиявий тадбирлардир. Келажакда амалга оширилиши лозим бўлган баъзи тадбирларни ҳам эслатиш мақсадга мувофиқдир, яъни:

- ўқув юртларининг жисмоний тарбия дастурига “халқ миллий ўйинлари” бўлимини киритиш ва талабаларга назарий ҳамда амалий билим-кўникмалар бериш;
- кўп босқичли спорт мусобақалари дастурига спортга хос бўлган миллий ҳаракатли ўйинларни (оқ суяк, чиллик, пода тўп ва ҳ.к.) киритиш;
- қишлоқ ва сув хўжалиги, уларнинг техник воситалари билан боғлиқ бўлган ўқув юртлари таркибида от спорти клубини ташкил қилиш;
- қишлоқ фермерлари ҳузурида от спорти (кўпқари-улоқ) тўгаракларини ташкил қилиш.

Ҳозирги шароитида Ўзбекистонда саёҳат (туризм) ва халқаро туризмни ривожлантириш имкониятлари жуда катта. Аслида саёҳат-юриш, томоша қилиш, соғлиқни мустаҳкамлаш, чиниқиш, ўлкани ўрганиш, кузатиш,

изланиш каби бир қатор ташкилий, ижтимоий-тарбиявий фаолиятлардан иборатдир.

“Туризм” тушунчаси сайр-саёҳат, томоша ва тарихий маданият обидалари билан танишишга қаратилмоқда. Бу эса халқаро туризмнинг асосий мазмунидан ўрин эгаллаган.

Тарихий-маданий шаҳарлар, архитектура қурилишлари, улардаги бўёқ, ўйма ҳошияларнинг бетакрор безалишлари жаҳон халқларининг қизиқишлари, эътиборларини узоқ даврлардан буён жалб этиб келмоқда.

Самарқанд, Бухоро, Хива, Шаҳрисабз шаҳарларидаги томошабоп тарихий-маданий обидалар, мустақиллик йилларида Тошкент, Наманган, Андижон, Гулистон, Жиззах каби шаҳарларда янги қурилган замонавий кошоналар, қайта таъмирланган масжидлар, мадрасалар, зиёратгоҳ–қадамжолар фақат хорижий меҳмонлар, сайёҳларнигина эмас, балки юртимиз кишиларини ҳам ўзига жалб этмоқда.

Республикамызда туризмнинг бу йўналиши бўйича мутахассис кадрлар тайёрлаш йўлга қўйилди. Уларга саёҳат (туризм) билан боғлиқ бўлган маданий, моддий-техник, хўжалик, транспорт ва бошқа хизматлар бўйича ихтисослик билимлари берилди. Бу хорижий мамлакатлар билан маданий алоқаларни кенгайтириш, тижорат (бизнес), савдо-сотик, ўз-ўзини молиявий таъминлаш каби ҳозирги давр бозор иқтисодиёти жараёнларини ривожлантиришда муҳим аҳамиятга эгадир.

Вазирлар Маҳкамасининг махсус қарорлари асосида Алпомиш ва Барчиной махсус тестлари (2000 й. 1 март) амалда қўлланилмоқда. Унинг меъёрий (норматив) талабларида сайр-саёҳатлар барча ёшдаги кишилар учун берилган. Қолаверса, аҳолининг, айниқса ўқувчи ва талаба-ёшларнинг жисмоний баркамоллигини тарбиялаш, дунёқарашларини кенгайтириш, ўлкани ўрганиш, экологик мувозанатлар-ни сақлаш ва бошқа кўп

соҳалардаги назарий билим ҳамда амалий кўникмаларни эгаллашда пиёда юриш саёҳати (асосий туризм) муҳим омиллардан биридир.

Олий таълим муассасаларининг “Жисмоний тарбия” дастурларида ҳам пиёда юриш саёҳатларини уюштириш кўзда тутилган. Аммо у ёки бу сабаблар билан пиёда юриш саёҳатлари кун сайин сусайиб, ҳатто йўқолиб бормоқда

Пиёда юриш саёҳатларини барча жамоаларда уюштириш, мақсадли ўтказишни қайта тиклаш мақсадга мувофиқдир. Бунда Абдумаликов Р., Холдаров Т. (1988 й.), Қосимова Р. (2008 й.), Дауренов Э. (2009 й.) ва бошқа муаллифларнинг ўқув қўлланмаларидан самарали фойдаланиш лозим бўлади.

#### Адабиётлар руйхати.

1. Ўзбекистон Республикасининг «Туризм тўғрисидаги» қонуни 1999 й.
2. Қудратов Р.К. Абдумаликов Р. Холдаров Т. Х. Соғлом авлод тарбиясида жисмоний тарбия ва спорт, ўқув қўл. Т. ЎзДЖТИ.2003
3. Қорабоев У. Ўзбекистон халқ ўйинлари, моног., Т. “Санъат” 2001