

# **PEDAGOGIK MAHORAT**

**MS**  
**2021**



ISSN 2181-6883

# **PEDAGOGIK MAHORAT**

**Ilmiy-nazariy va metodik jurnal**

**MAXSUS SON (2021-yil, MAY)**

**Jurnal 2001-yildan chiqa boshlagan**

**Buxoro – 2021**

Обиджон Хамидов. Демократик тараккиётнинг инсон манфаатлари устуворлигини таъминлаш асоси .....	5
Баходир МАЪМУРОВ. Акмеологик ёндашув тизимида ўқув машғулотларини лойихалаш .....	9
Alisher IBRAGIMOV, Harakatli o'yinlarga qo'yiladigan pedagogik talablar .....	12
Mehridin ABDULLAYEV, Obid BERDIYEV. Jismoniy madaniyat va sport fanini o'qitishdagi ilg'or xorijiy tajribalar .....	14
Mehridin ABDULLAYEV, Zarina TURAYEVA. Turli yoshdagi sportchilarga sog'lomlashtiruvchi aerobika mashqlariga o'rgatish uslubiyati .....	19
Alisher IBRAGIMOV, Feruz MO'MINOV. Yosh futbolchilar o'quv mashg'ulotlarini optimallashtirish metodikasi .....	24
Алишер ИБРАГИМОВ, Фаррух ЭСАНОВ. Боксда машғулотнинг ташкил этилиши ва методикаси асослари .....	29
Алишер ИБРАГИМОВ, Абдулатиф ЛАТИПОВ. Ёш гандболчиларни мусобакаларга бошланғич саралаш мезонларини аниқлаш технологиялари .....	34
Alisher IBRAGIMOV, Shohruh USMONOV. 19-21 yoshli voleybolchilarda sakrovchanlikni rivojlantirish dinamikasi .....	39
Мехриддин АБДУЛЛАЕВ, Зарифа ЖЎРАЕВА. Турли ёшдаги енгил атлетикачиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлиги кўрсаткичлари ўртасидаги боғлиқлик .....	43
Мехриддин АБДУЛЛАЕВ, Ҳаким ҚУРБОНОВ. Ўсмир енгил атлетикачилар организмга иклим омилларининг таъсири .....	49
Анвар САТТОРОВ, А. РУСТАМОВ. Ўзбекистонда уч босқичли спорт мусобақаларини ташкил этиш ижтимоий-педагогик зарурият сифатида .....	54
Komiljon NORBOYEV. Sport maktablariga qabul qilishda sport va xalq harakatli o'yinlari orqali dastlabki tanlovni o'tkazish metodikasi .....	57
Бахтиёр ДЎСТОВ, Муроджон РЎЗИМБОЕВ. Мактаб ўқувчиларининг шахсини ривожлантиришда халқ ўйинларининг ўрни .....	61
Baxtiyor DO'STOV. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida bolalarni harakat faoliyatiga o'rgatishning metodik usullari .....	64
O'tkir FARMONOV. Talaba-yoshlar uchun sport va sog'lomlashtirish basketboli .....	68
Farrux NARZULLAYEV. Qizlar sporti yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan qizlarning yengil atletika darslarida kuch sifatlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari .....	71
Абдуҳамид НУРУЛЛАЕВ. Жисмоний тарбия дарсларида ўқувчиларнинг чидамлик сифатларини ривожлантиришнинг назарий асослари .....	76
Rustam HASANOV. Qisqa masofaga yuguruvchi yengil atletikachilarning jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlash va og'ir atletika mashqlari orqali kuch sifatini oshirish metodikasi .....	80
Рауф РАХМОНОВ. Ўрта масофаларга югуришда мусобақа олди тайёргарлигининг тузилиши ва асосий жиҳатлари .....	84
Яхши ФАЙЗИЕВ. Мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний сифатларни тарбиялаш хусусиятлари .....	89
Muazzam FATULLAYEVA, Alisher USMONOV, Marjona ZUBAYDULLAYEVA. Voleybolchilarda sakrovchanlik sifatini baholash texnologiyasi va uni rivojlantirish metodikasi .....	93
Abdurashid NURULLAYEV, Murodjon RO'ZIMBOYEV. Jismoniy sifatlarni tarbiyalovchi milliy harakatli o'yinlar tasnifi va metodikasi .....	97
Shuhrat QURBONOV. Yosh basketbolchilarni jismoniy tayyorlash va uning mohiyati .....	100
Sitorabonu ABDUYEVA. Jismoniy madaniyat sohasida innovatsion metodlarni qo'llashning psixologik jihatlari .....	103
Sitorabonu ABDUYEVA. Xotin-qizlarning milliy madaniyati va hozirgi davr jismoniy tarbiya va sportning ta'siri .....	107
Nasiba SABIROVA. Yosh futbol o'yinchilarning jismoniy sifatlarni rivojlantirishning pedagogik asoslari .....	111
Nasiba SABIROVA. Yosh futbol o'yinchilarning jismoniy sifatlarni rivojlantirishning pedagogik asoslari .....	115
Жонибек ШОХИМОВ. Халқ миллий ўйинлари миллий-маънавий кадриятининг узвий қисми .....	118
Husen NEKOV. The main directions of training young athletes .....	122
Алишер ЮЛДАШЕВ. Мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланиш динамикасига хос хусусиятлар .....	125
Moxira GAFUROVA, Murodjon RO'ZIMBOYEV. Jismoniy tarbiya va ta'lim jarayoniga harakatli (milliy) o'yin vositasining pedagogik ta'sir xususiyatlari .....	128
Muazzam FATULLAYEVA, Marjona ZUBAYDULLAYEVA. Voleybol mashg'ulotlarini o'rgatish bosqichlari va uslublarining pedagogik ahamiyati .....	131
Манучехр ИБРАГИМОВ. Юқори малакали футболчи аёлларнинг тайёргарлик даврида машғулот юкламаларини режалаштириш ва асослаш .....	136
Sherzod MANSUROV. Maktab o'quvchilarida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga qiziqish va ko'nikmalarni tarbiyalash .....	140
Мурод ТОШЕВ. Мактаб ўқувчиларининг интеллектуал қобилиятларини шахматни ўқитиш жараёнида .....	141
ривожлантиришнинг баъзи хусусиятлари (компьютер технологиялари асосида) .....	141
Фарход ФАЗЛИДДИНОВ. Педагогическая технология скоростно-силовой по подготовки юных футболистов .....	141
Шухрат ХИДОЯТОВ. Соғлом турмуш тарзи параметрлари ва ижтимоий адаптацияни боғлиқлиги .....	141

**Abdurashid NURULLAYEV**  
Buxoro davlat universiteti  
jismaniy madaniyat nazariyasi  
va uslubiyoti kafedrası o‘qituvchisi

**Murodjon RO‘ZIMBOYEV**  
Buxoro davlat universiteti  
tabiiy fanlar fakulteti 1 bosqich talabasi

## JISMONIY SIFATLARNI TARBİYALOVCHI MILLIY HARAKATLI O‘YINLAR TASNIFI VA METODIKASI

*Maqolada jismoniy sifatlarni tarbiyalovchi milliy harakatli o‘yinlar va jismoniy sifatlarni tarbiyalovchi har xil o‘yin turlari to‘g‘risida fikr yuritilgan.*

**Kalit so‘zlar:** jismoniy tarbiya, harakatli o‘yinlar, jismoniy sifat, tezkorlik kuch, chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilik.

*В статье рассматриваются оздоровительные направления физических нагрузок и меры по их реализации, влияние оздоровительных факторов на организм, оздоровительных факторов в процессе физического воспитания.*

**Ключевые слова:** физическое воспитание, упражнения, движение, медицина, наука.  
*The article discusses the health-improving direction of physical activity and measures for their implementation, the impact of health-improving factors on the body of health-promoting factors in the process of physical education.*

**Key words:** physical education, exercise, movement, medicine, science.

**Kirish.** Bolaning o‘shish va rivojlanishi bilan o‘yinlarning mazmuni o‘zgarib boradi: o‘yin faoliyati dastlabki bosqichlarda oddiy xarakterda bo‘lsa, keyinchalik u boyib boradi. P. F. Lesgoft o‘zining jismoniy mashqlar tizimida o‘yinlarni jismoniy tarbiya vositasi sifatida ifodalaydi. U o‘yin yordamida bolaning hayotiga tayyorlanishga e‘tibor qaratadi. Uning harakatli o‘yinlarni o‘tkazish uchun qo‘ygan talablari bugungacha o‘z qiymatini yo‘qatgani yo‘q. Masalan, u har bir o‘yin oldiga aniq maqsadlar qo‘yishi, o‘tkazilayotgan o‘yin qatnashchilarining kuch va qobiliyatlariga mos kelishi, o‘yin shug‘ullanuvchilariga ijobiy ta‘sir ko‘rsatishi lozimligi, ularni tizimli tarzida hamda muntazam o‘tkazishi, o‘quvchilarning faolligi, mustaqilligini oshirishga harakat qilish zarurligini uqtirgan edi.

**Asosiy qism.** Maktab bolalari yoshiga mos o‘yinlarni jismoniy sifatlarni rivojlantirishiga ko‘ra quydagi guruhlariga ajratish mumkin:

- tezkorlikni rivojlantiruvchi o‘yinlar;
- kuchni oshiruvchi o‘yinlar;
- chaqqonlikni rivojlantiruvchi o‘yinlar;
- chidamlilikni rivojlantiruvchi o‘yinlar;
- egiluvchanlikni tarbiyalovchi o‘yinlar.

Ayrim o‘yin turlari bolalarning barcha bo‘g‘inlariga mos kelishi mumkin, ya‘ni jismoniy sifatlarni yaxlit holda tarbiyalashga qaratilgan o‘yinlar ko‘pni tashkil etadi, ularda turli jismoniy sifatlar ketma-ket rivojlanishi mumkin. O‘yinlardagi bunday izchillik bolaning bilim saviyasi, turmush tarbiyasi kengayishi, katta yoshdagi odamlar turmushiga chuqurroq kirib borishi bilan bog‘liqdir. Darhaqiqat, o‘yinlarning oddiydan murakkabga tomon o‘shishi turmushning tobora yangi qirralarini aks ettirish bilan cheklanib qolmay, muayyan o‘yinning o‘ziga xos boshqa ko‘rinishlari bilan boyishi sababli amalga oshadi.

### **1. Tezlikni rivojlantiruvchi o‘yinlar.**

Tezlikni rivojlantirish uchun mashqlar bajarilishi maksimal sur‘atda bo‘lishi lozim. Signalga binoan tezlikka javob berilishini muayyan vaqt birligi ichida ko‘p harakatlar bajarilishini hamda butun tana yoki uning biror qismini fazoda tezlik bilan harakat qilishini talab qiladigan o‘yinlar o‘quvchilarda tezkorlik sifatini rivojlantiradi. Bunda ko‘proq ikki guruhning faol musobaqalashishiga olib keladigan o‘yinlar o‘tkazilishiga e‘tibor qaratiladi. Harakatdagi obyektga nisbatan bo‘lgan reaksiyani tarbiyalovchi o‘yinlar bu o‘rinda yaxshi natija beradi. Bunday o‘yinlarga “Mushuk va sichqon”, “Uchinchisi ortiqcha”, “Bo‘sh joy”, “Kim tez o‘ynaydi” kabilarni kiritish mumkin.

Masalan, “Uchinchisi ortiqcha” o‘yini harakatli o‘yinlardan biri hisoblanib, bolani tezkorlik, chaqqonlikka o‘rgatadi. O‘yinda o‘quvchilar doira shaklida ikkitadan turishadi, ikki o‘yinchi o‘yinni boshlab berishadi biri ushlovchi ikkinchisi undan qochishi kerak bo‘ladi. Agar ushlovchi ushlamasdan doira bo‘ylab

qochayotgan o'yinchi juft turgan o'yinchilar oldiga borib tursa uchinchi turgan o'yinchi o'z joyini tark qilib qochadi, agarda ushlovchi o'yinchi ushlasa joylar almashadi va o'yin shu tarzda davom etadi.

## 2. *Kuchni rivojlantiruvchi o'yinlar.*

Bunda o'qituvchi kerakli mushak guruhlarining rivojlantirishga kerakli ta'sir ko'rsatadigan o'yinlarni tanlashi lozim. Kuchni rivojlantiruvchi o'yinlarda o'quvchi o'z tana og'irligini, bironta tashqi og'irlikni yoki raqib og'irligini (qarshiligini) yengadi. Kuchni rivojlantirishda quyidagi o'yinlar tafsifiya etiladi: “Xo'roz - xo'roz”, “Uloq”, “Otdan ag'darish”, “Oqsoq bo'ri va qo'ylar”, “Chuqurga tushir” kabilar. Chunonchi, “Xo'roz - xo'roz” o'yinida bolalar soni qancha ko'p bo'lsa, o'yin shuncha qiziqarli bo'ladi. Bu o'yinda asosiy o'g'il bolalar qatnashadi. Bolalar ikkiga bo'linib o'ynaydilar. Ikki tomonda guruh sardorlari saylanadi. O'qituvchi sinf o'quvchilarini ikki jamoaga bo'ladi. Ular bir-birlariga yuzma-yuz qarab turishadi. O'rtaga ikki jamoadan bittadan ishtirokchi chiqadi. Ular qo'llarini orqaga tutib bir oyoqda sakrashib, yelkalar bilan bir-birlarini itara boshlaydilar. Bunda birorta bola oldin oyog'ini yerga qo'yishi yoki orqasidagi qo'lini bo'shatib, o'ynashi mumkin emas. O'yinning asosiy maqsadi, o'quvchilar kuchini sinash, chidamlilikni oshirishdan iborat.

Bu o'yinning yana boshqa ko'rinishi ham bor. Bunda ikkita o'g'il bola qatnashadi. Dastlab yerga doira shakli tiziladi. Shu doira ichida har ikkala bola ham qo'llari orqasida, bir oyog'ini ko'tarib, ikkinchi oyog'ida sakrab-sakrab bir-birini yelkasi bilan turtadi, doira ichidan chiqarib ketgan yoki ko'tarilgan oyog'ini yerga qo'ygan bola yutqazgan bo'ladi. Tezkorlik va kuchli rivojlantiruvchi o'yinlar ma'lum bir vazifani hal etishda katta yordam beradi.

## 3. *Chaqqonlikni tarbiyalovchi o'yinlar.*

Aniq harakat qilish zarur bo'lgan, bajarish shartlari o'zgaruvchan milliy o'yinlarda chaqqonlik yaxshi rivojlangan bo'lishi kerak. Shunga tayangan holda chaqqonlikni tarbiyalash uchun “Almash qadamlar”, “Tiriltirishmi”, “Urdu-qochdi”, “Olacha tovuq”, “Kim chaqqon” kabi o'yinlar tavsiya etilishi mumkin.

Misol uchun “Almash qadamlar” o'yinini ko'rib o'tish mumkin. O'yinni butun sinf ikkiga bo'linib o'ynashi mumkin. O'yinning qoidasi: bolalar uzunasiga saflanadilar, so'ngra tartib bilan chiziq ustidan qadamlarini chimak qilib (ketma-ket) qo'yib o'tadilar. O'yinning uch xilidan foydalanish mumkin:

1. Chiziq ustidan qo'llarini yon tomonga uzatgan holda;
2. Qo'llarini orqaga qilgan holda;
3. Qo'llari bilan boshining orqasini ushlagan holda.

Kim shu o'yinni chaqqon va xatosiz bajarsa, o'sha g'olib sanaladi. Chiziq ustidan yurishda harakatda kim muozanatni buzsa xato qilgan bo'ladi va o'yindan chiqadi. O'yin shu zaylda davom etadi. O'yinning dars vaqtida ham tanaffusda ham bajarish mumkin, bu o'yinning tarbiyaviy ahamiyati: jismoniy jihatdan chaqqonlikni (o'yin ma'lum bir muddatda bajarilishi, ya'ni qaysi guruh chiziqni tezda birinchi bo'lib bosib o'tishi kerakligi, bunda bolalar o'yinlarining ruhi, tabiati, xarakteri ishtirokchilarning xatti-harakatlari va hokazo kabi tamoyillariga e'tibor berishi kerakligi nazarda tutilyapdi) tarbiyalaydi, qomatni tik, to'g'ri tutishga o'rgatadi. Bu o'yinni guruhlarga bo'lib o'ynash bolada jismoniy tarbiyaga bo'lgan qiziqishni oshiradi. Bu o'yindan qadimdan ota-bobolarimiz juda ko'p foydalanishgan.

## 4. *Chidamlilikni tarbiyalovchi o'yinlar.*

Ko'pchilik milliy xalq harakatli o'yinlarida nihoyatda jadal bajariladigan mashqlar tufayli tezkorlik va chidamlilik kabi jismoniy sifatlar tarbiyalanadi. Bunday o'yinlarda jismoniy yuk (nagruzka) ham asta-sekin oshirib boriladi. Masalan, maydonni kattalashtirish, maydonni kichaytirmay turib o'yinchilarning sonini kamaytirish, o'yin jihozlari sonini ko'paytirish (tayoqcha, ro'molcha, do'ppi, cho'pon, to'p va h.k) yugurish masofasini uzaytirish; to'siqlar sonini oshirish; murakkab mashg'ulotlarni qo'llash va ularning sonini ko'paytirish va h.k.

Ko'rsatilgan bu usullar izchillik bilan qo'llanilganda maqsadga tezroq erishiladi. Maskur jismoniy sifatni tarbiyalovchi o'yinlarga “Oqsoq qarg'a”, “Lanka”, “Podachi”, kabilarni misol qilib ko'rsatish mumkin. Misol, “Oqsoq qarg'a” estafeta tarzidagi o'yin. O'yinchilarning miqdori teng bo'ladi, ikkita jamoada bir-biriga ro'para turib, saf tortadi. O'yinchilardan har biri navbat bilan o'zining oyog'i bog'ich (ro'molcha yoki tasma) bilan boldiridan sonigacha bog'laydi. Har ikkala komandaning o'yinchilari “Tayyorlan - Bajar!” buyrug'i berilishini bilan qarshi jamoaning chizig'iga qadar bir oyoqlab irg'ishlab boradilar, undan keyin esa o'yinchiga beradilar. O'yin bog'ichiga keltirib beradigan so'ngi o'yinchiga qadar shu tariqa davom ettiriladi. Bog'ichni birinchi bo'lib o'qituvchiga keltirib bergan jamoa g'olib bo'ladi.

## 5. *Egiluvchanlikni tarbiyalovchi o'yinlar.*

Maktab o'quvchilarida egiluvchanlikni tarbiyalashga alohida e'tibor qaratish lozim, chunki yuqorida aytganimizdek, bu yoshdagi bolalarning egiluvchanlik sifatining o'sishi sekinlashadi. Egiluvchanlikni tarbiyalash maqsadida ayrim mushak guruh va bo'g'inlariga ia'sir ko'rsatuvchi o'yinlar tanlab olinadi. Bu

o'yinlar, asosan, maxsus sport jihozlari yordamida o'tkaziladi. Og'irliklar o'rnida shug'ullanuvchilarning o'zlari ham qatnashishlari mumkin.

Faol egiluchanlik mushaklarning kuchiga bog'liq. Mushaklarning cho'ziluvchanlik jihatlari esa markaziy nerv tizimining ta'sirida o'zgaradi. Shuning uchun bu o'yinlarga o'quvchilarga zavq-shavq bilan qatnashishganda egiluchanlik yuqori bo'ladi. Egiluchanlikni talab qiladigan o'yinlardan oldin tegishli yengil jismoniy mashg'ulotlar bajarilishi lozim.

Egiluchanlikni tarbiyalash uchun “Tizza ostida ro'molcha”, “Tayoqni davraga uloqtirish”, “To'siqdan sakrab o'tish”, “Tosh o'yin” kabi o'yinlar tafsiiya etiladi. Masalan, biz o'quvchilar uchun qiziqarli va egiluchanlik sifatini oshiradigan “Tosh o'yin”ni tafsiiya etamiz. O'yinda ishtirok etuvchilar doira bo'lib turadilar, ularning har biri, bir o'yinchidan tashqari, ko'plariga beshtadan toshcha ushlab oladilar.

*O'yinning qoidasi:* O'quvchilarning birinchi sinoviga binoan o'z toshlarini oldilariga tashlaydilar va doira markaziga orqa o'girib turadilar. Ikkinchi sinovga muvofiq keskin ravishda dastlabki holatga buriladilar va har bir o'yinchi o'z tomoni oldiga harakat qiladi. Toshni olib ulgurmagan o'yinchi yutqazgan hisoblanadi va o'yin boshqatdan boshlanadi. Eng yengil, chaqqon va tez harakat qiladigan o'yinchi g'olib sanaladi. O'yinchilarning toshni bекitishga yoki ularni bosib olishlariga ruxsat etilmaydi. O'yinni boshlanishida sanash yo'li bilan tosh berilmaydigan o'quvchi aniqlaniladi. O'yin boshlangandan keyin toshni olishga urunmaydigan va toshsiz qolgan o'yinchi paydo bo'ladi. O'yin bolalarda egiluchanlik sifatini rivojlantiribgina qolmay, ularni uyushib harakat qilishiga da'vat etadi, demakki, uyushqoqlik va hamjihatlik ruhida tarbiyalashga ham xizmat qiladi.

**Muhokamalar va natijalar.** Xalq milliy o'yinlarining bolalar jinsiga qarab tasnif etishning o'ziga xos sabablari mavjud, chunki kichik maktab yoshidagi o'g'il va qiz bolalar jismoniy rivojlanishida ba'zi farqlar kuzatiladi. O'g'il bolalarning bo'yi va og'irligi o'rtacha olganda ortiqroq, ko'krak qafasi kengroq va o'pkaning faoliyati hajmi kattaroq bo'ladi. O'g'il bolalarda mustaqil kuchi yaxshiroq rivojlanadi. Unga bog'liq ravishda harakat qobilyatlari farqlanadi. O'g'il bolalar tezroq yugurishadi, uzoqroq va balandroqqa sakrashadi. Yaqinroq uloqtirishadi, ular kuchliroq va chidamliroq bo'lishadi. Jismoniy rivojlanishning qonuniy xususiyatlari 1- va 2-sinflardagi o'g'il va qiz bolalarni jismoniy tarbiyalash vositalarini tanlashda aks etmaydi, 3-sinfdan boshlab, o'g'il bolaga qiz bolalarga nisbatan ko'proq mashqlar berish mumkin. Ularga yukni ko'tarish va bir joydan ikkinchi joyga ko'tarish, qarshilikni yengishi, uzoqroq muddatga yugurish, sakrash balandligini oshirish, shuningdek, uloqtirishidan nishon orasidagi masofani uzoqlashtirishdan iborat. Qizlarga mayin, ritmik raqs harakatlariga asosan xalq harakatli o'yilarini o'g'il bolalarga qaraganda ko'proq o'rgatish kerak. Xalq harakatli o'yinlarni mana shu xususiyatlarga qarab tanlash lozim. Shu jihatdan qaraganda milliy xalq harakatli o'yinlarini ikki guruhga bo'lib o'rganishlari mumkin:

- o'g'il bolalarga mo'ljallangan o'yinlar - o'g'illar o'yini;
- qiz bolalarga mo'ljallangan o'yinlar - qizlar o'yini;
- ham o'g'il bolalar, ham qizlar o'ynaydigan o'yinlar - qo'shma o'yinlar.

O'g'il bolalarning fiziologik va jismoniy xususiyatlaridan kelib chiqib, ularga “Xo'roz-xo'roz”, “Cho'pon qo'l”, “Otdan ag'darish”, “Tayoqni davraga irg'itish”, “Lanka”, “Qilichbozlar” kabi o'yinlarni tafsiiya etish mumkin.

Qiz bolalarning o'yini nisbatan kamchilikni tashkil etadi, shunday bo'lsada, ularga “Tosh-terish”, “Chumchuqqa”, “Doira ichida raqs” va boshqalarni kiritish mumkin.

Qo'shma o'yinlarga “Almash qadamlar”, “Do'ppi kiyishda kim g'olib?”, “To'rt muyum”, “Yulduz”, “Kunduz – kecha”, “Olomon poyga”, “Tizza ostida ro'molcha”, “Uloq”, “Oqsoq qarg'a”, “Oqsoq bo'ri va qo'ylar”, “Qarmoqcha”, “Podachi” kabi juda ko'p o'yinlarni tafsiiya etish mumkin.

**Xulosa.** Milliy harakatli o'yinlar tasnifidan ko'rinadiki, ko'pchilik o'yinlar qo'shma o'yinlar hisoblanadi. Shuning uchun ularni o'g'il va qiz bolalar birgalikda bajaradilar. Kurash elementini o'z ichiga olgan mashq bajarilayotganda, qizlar sherigi - dugonalari bilan birgalikda bir muncha osonroq o'yinlarni bajaradilar yoki o'qituvchining topshirig'iga binoan boshqa guruhda shug'ullanadilar. Yuqoridagilarni inobatga olib, xalq harakatli o'yinlarni mana shu xususiyatlarga qarab tanlash lozim.

#### Adabiyotlar

1. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва усулияти. –Тошкент, 2000 й.
2. Ахматов М.С. Узлуксиз таълим тизимида оммавий спорт-соғломлаштириш ишларини самарали бошқариш. –Тошкент, 2001 й.
3. Саломов Р.С., Керимов Ф.А. Жисмоний тарбияда педагогик технологиялар. –Тошкент, 2002 й.
4. Шарипов Т.Ю., Усмонходжаев Т.С. Жисмоний тарбия. Дарс ишланмалари ва ҳаракатли ўйинлар. 2005 й.