

Date: 29th May-2026

**JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA O'YIN VA MUSEBOQA METODLARINI
QO'LLASH USULLARI**

Odilova Moxinur Bahodirjon qizi

Farg'ona davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti talabasi

Annotatsiya: Mazkur tezis jismoniy tarbiya darslarida o'yin va musobaqa metodlarini qo'llashning nazariy va amaliy asoslarini yoritadi. O'yin usuli — mashqlarni o'yin shaklida bajarish, musobaqa usuli esa mashqlarni raqobat sharoitida amalga oshirishdir. Ikkala metod darsning qiziqarliligi va samaradorligini oshirishga, o'quvchilarning harakat faolligi, jamoaviy hamkorlik va sportga qiziqishini rivojlantirishga xizmat qiladi. Adabiyotlar va pedagogik kuzatuvlar asosida metodlarning mazmuni, tasnifi, qo'llanilish bosqichlari, afzalliklari va cheklovlari tahlil qilinadi, shuningdek zamonaviy integrativ modellar tavsiya etiladi.

Kalit so'zlar: O'yin usuli, musobaqa usuli, jismoniy tarbiya darsi, o'quvchilar faolligi, kompetensiyaviy yondashuv, jamoaviy hamkorlik, tayyorgarlik guruhlari.

Kirish

O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish dolzarb masalalardan biridir. Yangi avlodning sog'lom, harakatchan, jamoaviy ruhda tarbiyalanishi uchun darslarning mazmuni va metodlari doimiy takomillashtirishni talab qiladi. O'yin va musobaqa metodlari esa jismoniy tarbiya jarayonining eng qadimiy va ayni paytda zamonaviy vositalaridan hisoblanadi.

Respublikamiz maktablarida jismoniy tarbiya an'anaviy ravishda «me'yorlarni bajarish» tamoyili asosida olib borilgan bo'lsa, hozirgi bosqichda bu modeldan ichki motivatsiyani shakllantirish, zarur harakat ko'nikmalarini rivojlantirish va sog'liqqa ongli munosabatni tarbiyalashga yo'naltirilgan modelga o'tish amalga oshirilmoqda. Mazkur tezisdan ushbu metodlarni maktab amaliyotiga to'g'ri va samarali integratsiyalashning yo'llari tahlil qilinadi.

Adabiyotlar sharhi

Jismoniy tarbiya nazariyasida metodlar ikki katta guruhga — umumiy pedagogik va xos jismoniy tarbiya metodlariga ajratiladi. Xos metodlar qatoriga **o'yin usuli** (mashqlarni o'yin shaklida bajarish) va **musobaqa usuli** (mashqlarni raqobat sharoitida bajarish) kiradi.

O'yin usuli: bu metod maktab yoshidagi o'quvchilarning psixofiziologik xususiyatlariga eng mos keladi. O'yinlar o'quvchilarda ijobiy hissiy kayfiyat yaratadi, qiziqish va ijodiy yondashuvni uyg'otadi. Har bir o'yinning o'ziga xos syujeti, qoidalari va harakat vazifalari mavjud.

Musobaqa usuli: bu metod o'quvchilarning harakat qobiliyatlarini chegaraviy zo'riqish sharoitida amalga oshirishga yo'naltirilgan. Musobaqalar raqobat muhitini yaratib, iroda va maqsadga erishish sifatlarini tarbiyalaydi.



Date: 29th May-2026

O'yin va musobaqa metodlari qayta ko'rib chiqilib, ularning bir-biriga o'xshash va farqli tomonlari aniqlangan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, o'yin usuli maktabda keng qo'llaniladi, ammo aksariyat o'qituvchilar ularning mohiyatini aralashtirib yuborishadi. O'yin va musobaqalarni to'g'ri farqlash o'qituvchiga darsni samarali boshqarish imkonini beradi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, ushbu metodlarni qo'llagan tajriba guruhlar o'z harakat salohiyatini 25-40% gacha oshirgan va darsga qiziqish darajasi sezilarli darajada yuqori bo'lgan.

Jo'raqulova Feruza (2025) o'z maqolasida voleybol tayyorgarlik mashg'ulotlarida talabalarni jamoaviy hamkorlikka o'rgatishda o'yinli uslublar, juftlik va guruhli mashqlar, muammoli vaziyatlar asosida ishlash metodlarining yuqori samaradorligini isbotlagan.

Azizova va Kostikova (2018) o'z maqolalarida jismoniy tarbiya darslarining zamonaviy ustuvor yo'nalishlarini tahlil qilib, darslarni takomillashtirishda o'yin va musobaqa elementlari, topshiriqlarni tabaqalashtirish, vositalarning variativligi va emotsional boylik kabi omillarning muhimligini ta'kidlagan..

Metodologiya

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi:

1. **Nazariy tahlil** pedagogik va metodik adabiyotlarni (40 dan ortiq manba) o'rganish va tizimlashtirish.
2. **Pedagogik kuzatuv** umumta'lim maktablarining 5-9-sinflarida jami **120 ta jismoniy tarbiya darsi** kuzatildi. Kuzatuv davomida o'yin va musobaqa metodlarining qo'llanilish chastotasi, tashkil etish shakllari va o'quvchilar reaksiyasi baholandi.
3. **So'rov va intervyu:** 12 nafar jismoniy tarbiya o'qituvchisi va 250 nafar o'quvchidan so'rovnoma orqali metodlarning samaradorligi haqida ma'lumot olindi.
4. **Tajriba-sinov** 2025-yil oktyabr—2026-yil fevral oylarida Farg'ona shahridagi 5-son va 10-son umumta'lim maktablarida o'tkazildi:
 - o **Tajriba guruhi (n = 60):** darslarda maxsus o'yin va musobaqa metodlari tizimli qo'llanildi.
 - o **Nazorat guruhi (n = 60):** an'anaviy metodlar bilan dars o'tildi.

O'tkazilgan o'yin turlari: «Arqon tortish», «To'pni uzat», «Topganingni top», «Tez yugur», «Voleybol elementlari» (soddalashtirilgan qoidalar asosida), «Mini-futbol».
5. **Statistik ishlov:** Student t-mezone yordamida natijalar taqqoslandi.

Natija

Tajriba va kuzatuv davomida quyidagi natijalarga erishildi:

T/R	Ko'rsatkichlar	Tajriba guruhi (o'yin+musobaqa)	Nazorat guruhi (an'anaviy)	Farq
	Darsga qiziqish darajasi	4,8 ball	3,6 ball	1,2 ball



Date: 29th May-2026

T/R	Ko'rsatkichlar	Tajriba guruhi (o'yin+musobaqa)	Nazorat guruhi (an'anaviy)	Farq
	(5 ballik tizimda)			
	Harakat faolligi (o'rtacha yurak urishi)	138 zarb/daqqa	118 zarb/daqqa	20 zarb/daqqa
	Jamoaviy ishlash qobiliyati (test)	92%	74%	18%
	O'zlashtirish darajasi (5 ballik)	4,6 ball	4,2 ball	0,4 ball

Tajriba guruhidagi o'quvchilarning 85% dars yakunida ijobiy emotsional holatga ega ekanligi qayd etildi.

- O'yin metodlari qo'llanilgan darslarda qatnashmaganlik darajasi 5% gacha tushdi (nazorat guruhida 12%).
- Musobaqa metodlari eng muhim samarani **o'quvchilarning maqsad sari intilishi va irodaviy sifatlarini rivojlantirishda** ko'rsatdi.

Xulosa

1. O'yin va musobaqa metodlari jismoniy tarbiya darslarining ajralmas qismidir. Ular darsning qiziqarliligini oshirish, o'quvchilarning harakat faolligini rag'batlantirish va jamoaviy ruhni tarbiyalashda muhim rol o'ynaydi.

2. Ikkala metodni **qo'llash bosqichlari** quyidagicha bo'lishi kerak:

Tayyorgarlik bosqichi — o'yin/musobaqa qoidalarini tushuntirish va maketda ko'rsatish;

Amaliy bosqich — guruhlarini tuzish va o'yin/musobaqani o'tkazish;

Tahlil bosqichi — xatolarni tahlil qilish, g'oliblarni taqdirlash, mutloq xulosa chiqarish.

3. Metodlarni samarali qo'llash uchun quyidagi shartlar bajarilishi lozim:

dars maqsadi va o'quv materialiga mos keladigan o'yin/musobaqa turlarini tanlas ;

tayyorgarligi turlicha bo'lgan guruhlarini farqlash va ularga mos variantlarni belgilash (kuchsizroq o'quvchilar uchun soddalashtirilgan qoidalar bilan o'yinl;

qoidalarga qat'iy rioya qilishni talab qilish, biroq ayni paytda ijodkorlik va tashabbusni rag'batlantirish;

o'yin/musobaqa natijalarini ob'ektiv baholash va ijobiy jihatlarini alohida ta'kidlash

4. Kelgusida o'yin va musobaqa metodlarini **raqamli texnologiyalar bilan kombinatsiyalash** (masalan, «tezkor javob» o'yinlari orqali harakat faolligini kuzatish) va **xalqaro tajribalarni (masalan, TGFU modeli)** o'rganish dolzarb vazifa hisoblanadi.



Date: 29th May-2026

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Azizova R.I., Kostikova O.V. Jismoniy tarbiya darslarining zamonaviy ustuvor yo'nalishlari va ularni tashkil etish usullarining transformatsiyasi. *NamDPI Ilmiy maqolalar jurnali*, 2018.
2. Jo'raqulova F. Voleybolga tayyorgarlik mashg'ulotlarida talabalarni jamoa bilan muvaffaqiyatli ishlay olishga o'rgatish usullari. *IQRO jurnali*, 2025.
3. Umumta'lim maktab o'quvchilarining sportga qiziqishni oshirishda milliy harakatli o'yinlaridan foydalanishning xususiyatlari. *Zenodo*, 2022.
4. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari. Toshkent, 1999.
5. Usmonxo'jayev T.S., Xodjayev F. Harakatli o'yinlar. Toshkent, 1992.
6. Xodjayev F., Rahimqulov K.D., Nigmonov B.B. Sport-harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi. 2008.

