



KATTA YOSHDAGI BOLALAR UCHUN SPORT O‘YINLARI VA ESTAFETA POYGALARINI TASHKIL ETISH METODIKASI

Z.X.Tangirov

*Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash
va malakasini oshirish instituti Samarqand filiali v/b dotsenti
mustaqil tadqiqotchi*

Annotation: Ushbu maqolada sport o‘yinlari va estafeta poygalar katta yoshdagi bolalar uchun, mamlakatimizda mazkur sport turlari elementlaridan tashkil topgan harakatli o‘yinlarni rivojlanish bilan bog‘liq jarayonlar yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Sport o‘yinlari, estafeta, poyga, sholg‘m, o‘yin, sport, tur, rivojlanish, to‘plar, jim, ov, Gamsterlar, mushuklar, quyonlar, mushuk va sichqon.

ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ ИГР И ЭСТАФЕТ

Аннотация: В данной статье рассматриваются спортивные игры и эстафетные гонки для детей старшего возраста, процессы, связанные с развитием в нашей стране подвижных игр, состоящих из элементов этих видов спорта.

Ключевые слова: Спортивные игры, эстафета, гонки, репа, игра, спорт, вид, развитие, мячи, Джим, охота, хомяки, кошки, кролики, кошки и мыши.

METHODOLOGY FOR ORGANIZING SPORTS GAMES AND RELAY RACE FOR OLDER CHILDREN

Annotation: This article discusses the processes associated with the development of sports games and relay races for older children, active games consisting of elements of these sports in our country.

Keywords: Sports games, relay, race, turnip, game, sport, tour, development, balls, quiet, hunting, Hamsters, cats, rabbits, cat and mouse.

Kirish. Xalqimizda: “Sog‘lom tanda - sog‘ aql”, - degan naql bor. Bu insonning jismi salomat bo‘lsa, uning ilm olish, ma’naviyatini yuksaltirish imkoniyatlari ham shunchalik yaxshi bo‘ladi, degani. Necha ming yillardan beri o‘ynalib kelinayotgan milliy harakatli o‘yinlarimiz timsolida bu masalaga ota-bobolarimiz naqadar e’tibor bilan qaraganlariga amin bo‘lamiz.

Asosiy qism

“Sholg‘om” estafeta o‘yini. Maqsad: bolalarning motor va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish. Xususiyatlari: jamoa uchun ertak qahramoni shlyapalari.

Jarayon: Har biri 6 boladan iborat ikkita jamoa ishtirok etadi. Bu bobo, buvi, nabira, it, mushuk va sichqon. Zalning qarama-qarshi devorida 2 ta stul bor. Har bir stulda sholg‘om bor - sholg‘omning surati bilan shlyapa kiygan bola. O‘yinni bobo boshlaydi. Signal bilan u sholg‘omga yuguradi, uning atrofida yuguradi va qaytib keladi, buvisi unga yopishadi (belidan ushlab oladi) va ular birgalikda yugurishni davom ettiradilar, yana sholg‘omni aylanib, orqaga yugurishadi, keyin nevara ularga qo‘shiladi, va hokazo. O‘yin oxirida sichqonchani sholg‘om ushlaydi. Sholg‘omni eng tez tortib olgan jamoa g‘alaba qozonadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Tarvuzlarni siljiting”. Ushbu estafeta uchun sizga turli o‘lchamdagi oltita to‘p kerak bo‘ladi (har bir jamoa uchun uchadan). Har bir ishtirokchiga vazifa beriladi: uchta "tarvuz" ni aylanuvchi stolga olib borish va orqaga qaytish. "Tarvuzlar" ni tashlagan kishi ularni to‘playdi va boshlang‘ich chiziqqa qarab harakat qilishni davom ettiradi. Qo‘lingizda uchta to‘pni ushlab turish va bir vaqtning o‘zida yugurish - qiyin ish. Shuning uchun o‘yinchilar sekin va ehtiyotkorlik bilan harakat qilishadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“To‘plar musobaqasi” estafetasi. Maqsad: tezlik va chaqqonlikni rivojlantirish. Xususiyatlari: jamoalar soni bo‘yicha to‘plar.

Harakat: Bolalar birin-ketin ustunda turishadi (bir qadam masofada) va to‘pni boshlari ustidagi qo‘shniga orqalaridagi qo‘shniga uzatadilar. To‘p ustunni to‘ldirayotgan o‘yinchining qo‘liga tushganda, u oldinga yuguradi va guruh rahbari bo‘ladi, qolganlari bir qadam orqaga chekinadilar. O‘yin barcha ishtirokchilar o‘zlarini ustun yyetakchi si sifatida sinab ko‘rmaguncha davom etadi. Bu o‘yinining yana bir o‘zgarishi bor: to‘pni boshdan emas, balki o‘yinchilarning oyoqlari orasidan uzating. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Jim ov” o‘yini. Maqsadlar: fikrlashni, eshitish e‘tiborini rivojlantirish; matematik hisoblash va tasavvurni mustahkamlash; muvofiqlashtirish va tezlik qobiliyatini yaxshilash. Materiallar: qo‘ziqorin va rezavorlar qo‘ziqorinlari, 2 savat. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

O‘yinning borishi. O‘yinchilar bir-biriga qaragan holda ikki qatorda turishadi. Ularning oldida bolalarga tanish bo‘lgan, shu jumladan zaharli mevalar va qo‘ziqorinlar tasvirlangan maketlar yoki rasmlar joylashtirilgan. Jamoalarning yon tomonida 5-6 metr masofada savatlar bor.

O‘qituvchi buyruq beradi: "Bolalar, qo‘ziqorinlarni oling!" Ikkala jamoaning ishtirokchilari tegishli rasmlarni yoki qo‘g‘irchoqlarni tanlaydilar. "To‘xtating!" Buyrug‘i bilan qo‘ziqorinlarni yig‘ish to‘xtaydi. O‘g‘il bolalar savatga yugurib, hosilini qo‘yishadi. O‘qituvchining buyrug‘i bilan "Qizlar, rezavorlarni oling!" Bolalarning harakatlari tasvirlangan ketma-ketlikda takrorlanadi. O‘yin savatlarda "jim ov" hosili yig‘ilguncha davom etadi.

O‘qituvchi o‘yin shartlariga rioya qilishni nazorat qiladi. Natija har bir jamoa tomonidan hisoblab chiqiladi. Zaharli qo‘ziqorin va rezavorlar hosildan chiqariladi.

Eng ko‘p qo‘ziqorin va rezavorlar to‘plagan jamoa g‘alaba qozonadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Hayvonlar qirol” o‘yini. O‘yinining maqsadi: vosita, aloqa va ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish, yaxshi xotirani rivojlantirish. Xususiyatlari: o‘rta o‘lchamdagi to‘p.

O‘yinining borishi: barcha o‘yinchilar "hayvonlar". Ulardan biri “hayvonlar shohi”. Har bir o‘yinchi boshqa hayvonlar (quyon, ayiq, bo‘ri, tulki, yo‘lbars va boshqalar) eshitmasligi uchun “qirol” ga o‘z ismini aytadi. “Hayvonlar” “qirol” qarshisida bir qatorda, undan bir necha qadam narida joylashgan. “Hayvonlar shohi” ning oyoqlarida to‘p bor va yaqin atrofda chiziq chizilgan. “Qirol” baland ovozda qandaydir “yirtqich hayvon” deb chaqiradi va u yugurishi kerak va “qirol” uni to‘p bilan urishga harakat qiladi.

Agar to‘p yuguruvchiga tegsa, u “qirol” ga boradi va unga yordam beradi (to‘pni olib keladi).

“Qirol” 3 ta hayvonni tutgandan so‘ng: “Hamma yuguring!” - va kimnidir to‘p bilan urishga harakat qiladi.

Maxsus eslatmalar: “hayvonlar shohi” chiziqdan tashqariga chiqmasdan to‘pni tashlaydi. 4 yoki 5 ta “hayvon” qo‘lga olingandan keyin yangi “qirol” tanlanadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Gamsterlar va mushuklar” o‘yini. O‘yinining maqsadi: vosita va aloqa qobiliyatlarini rivojlantirish, reaksiya tezligi.

O‘yinining borishi: o‘yinchilardan 2 ta haydovchi tanlanadi – “mushuklar”. Qolgan o‘yinchilar “hamster” dir. Ular aylana bo‘ylab juft bo‘lib, aylana markaziga qaragan holda, xuddi qo‘sh doira hosil qiladi. Juftlar o‘rtasida 1 m masofa bo‘lishi kerak “mushuklar” aylana orqasida turishadi.

“Mushuklardan” biri qochib ketadi, ikkinchisi esa uni yomon ko‘rsatishga harakat qiladi. Yugurgan “mushuk” “hamster” juftlaridan birining oldida turadi. Keyin orqada turgan o‘yinchi “mushuk” dan qochishi kerak. Agar yyetib kelgan kishi qochib ketayotganni haqorat qilsa, ushlangan kishi yyetib boradi va “mushuk” undan qochib, juft “hamster”lar oldida turishga harakat qiladi.

Maxsus eslatmalar: yuguruvchi aylana bo‘ylab yugura olmaydi. Siz faqat qochib ketgan yoki juftlik ortida uchinchi o‘rinda turadigan odamni o‘ldirishingiz mumkin. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Pinni yiqitish” o‘yini. Uskunalar: Skittles va ular uchun to‘plar. O‘yinining borishi: Bolalar ikkita kichik guruhga bo‘lingan va birin-ketin turishadi. Har bir kichik guruh oldidan chiziq chiziladi. Undan 2-3 metr masofada bir-biridan 10-15 sm masofada 5-6 pin o‘rnatiladi. Har bir guruhning bolalari navbatma-navbat chiziqqa yaqinlashadilar va to‘pni (to‘pni) shiddat bilan aylantiradilar, pinni yiqitishga harakat qilishadi. Barcha bolalar mashqni

bajarib bo‘lgach, qaysi guruh eng ko‘p pinlarni urganini hisoblang. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Bog‘dagi quyonlar” o‘yini. Uskunalar: chizish uchun bo‘r. Yoshi: 5-6 yil.

O‘yinning borishi: saytning o‘rtasiga ikkita doira chizilgan: ichki diametri 3 m, tashqisi 7 m va bolalar guruhidan quyonlar tayinlangan. Quyonlar katta doiradan tashqarida joylashgan maydonda, qo‘riqchi esa kichik doira markazida - bog‘da. O‘qituvchining signaliga ko‘ra, quyonlar katta aylana bo‘ylab ikki oyog‘iga sakrashadi. Bog‘ bo‘ylab yugurib yurgan qorovul ularni tutishga harakat qiladi. Qo‘riqchi bir tosh bilan 3-4 qushni tutib olsa, o‘yin to‘xtaydi va yangi qo‘riqchi tanlanadi. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Mushuk va sichqon” o‘yini. O‘yinning maqsadi: vosita qobiliyatlarini, muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish.

O‘yinning borishi. 1-variant. O‘yinchilar “mushuk” va “sichqonchani” tanlaydilar, keyin aylanada turishadi. “Mushuk” aylana orqasida, “sichqoncha” esa doira ichida. “Mushuk” doira ichiga kirib, “sichqonchani” ushlashi kerak, lekin o‘yinchilar uning oldidagi kirishlarni yopadilar. “Mushuk” orqali o‘tishga harakat qiladi, lekin bolalar egilib, “sichqonchani” tutishga yo‘l qo‘ymaydilar. “Mushuk” baribir aylanaga kirganda, bolalar tezda “sichqonchani” qo‘yib yuborishadi, lekin “mushuk” ni tashqariga chiqarmaslikka harakat qilishadi. “Mushuk” “sichqonchani” ushlaganida, yangi o‘yinchilar tanlanadi.

2-variant. O‘yin xuddi shu tarzda o‘ynaydi, lekin “sichqonchani” bir emas, balki ikkita “mushuk” tomonidan ovlanadi. “Mushuklar” aylanaga faqat ochiq darvoza orqali kirishlari mumkin - aylanada turgan bolalarning ko‘tarilgan qo‘llari. Agar “mushuk” dan biri “sichqonchani” ushlasa, ular aylanada turishadi, ikkinchi “mushuk” esa o‘ynash uchun boshqa sheriklarni tanlaydi.

Maxsus eslatmalar: agar “mushuk” uzoq vaqt davomida “sichqonchani” ushlay olmasa, boshqa juftlikni tanlashingiz kerak. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Baba Yaga” o‘yin-estafetasi. Maqsad: bolalarning motor va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish.

Atributlar: paqir va mop yoki buyruqlar soniga ko‘ra tayoq.

Ish tartibi: stupa sifatida oddiy chelak, supurgi sifatida esa shvav ishlatiladi. Ishtirokchi bir oyog‘i bilan chelakda turadi, ikkinchisi yerda qoladi. Bir qo‘li bilan chelakning tutqichidan, ikkinchi qo‘lida shvavchani ushlab turadi. Bu holatda siz butun masofani bosib o‘tishingiz va ohak va supurgini keyingisiga o‘tishingiz kerak.

2-variant:

Xususiyatlari: 2 ta supurgi yoki mop, bir nechta rangli skittles.

O‘yinning borishi: o‘yinchilar 2 jamoaga bo‘lingan. Boshlanish va tugatish chiziqlari chiziladi. Pinlar o‘yin maydoni bo‘ylab bir-biridan 0,3 m masofada joylashtiriladi. O‘yinchilar boshlang‘ich chiziqdan butun masofani supurgida pinlarga tegmasdan o‘tishlari kerak.

Vazifani boshqalarga qaraganda tezroq va yaxshiroq bajargan jamoa g‘alaba qozonadi. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Juft yugurish”. Uskunalar: Pinlar kublar - havolalar soniga ko‘ra

O‘yinning borishi:

Bolalar chiziqdan tashqarida saytning bir tomonida juft bo‘lib ustunlarda turishadi. Saytning boshqa tomonida ob‘ektlar (pinlar, kublar ...) havolalar soniga ko‘ra joylashtiriladi. O‘qituvchining signaliga ko‘ra, ustunlardagi bolalarning birinchi juftlari qo‘llarini ushlab, oldilaridagi narsalarga yugurishadi, ularning atrofida aylanib, ustunlarining oxiriga qaytadilar. Keyingi signalda ikkinchi juftlar ishlaydi va hokazo. Qo‘llarini ajratib turadigan juftlik mag‘lub hisoblanadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Qarshi chiziqchalar”. Uskunalar: Bolalar soniga ko‘ra ikki rangdagi lentalar, bo‘r.

O‘yinning borishi:

O‘yinchilar soni teng bo‘lgan ikki guruh bolalar maydonning qarama-qarshi tomonida, chiziqlar orqasida, saflarda turishadi. Har bir guruh bolalarning qo‘llarida o‘z rangidagi lentalar bor - ko‘k, sariq va boshqalar. O‘qituvchining signalida: "Ko‘k!" - ko‘k lentali bolalar zalning qarama-qarshi tomoniga yugurishadi. Qarama-qarshi turganlar kaftlarini oldinga cho‘zadilar va yugurayotganlar qo‘llari bilan ularga tegishini kutadilar. Tegilgan kishi boshqa tomonga yuguradi va qo‘lini yuqoriga ko‘taradi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Knyazlik otish” o‘yini. O‘yinning maqsadi: vosita qobiliyatlari va aniqligini rivojlantirish.

Atributlar: 10 ta pin yoki klub, o‘rta o‘lchamdagi rezina to‘plar (ishtirokchilar soni bo‘yicha).

O‘yin tartibi: O‘yin maydonida 2 ta otish chizig‘i mavjud. Markazda o‘rta chiziq chizilgan, unga 10 ta pin qo‘yilgan. Barcha o‘yinchilar nishonga otish bo‘yicha mashq qilishga qaror qilgan “shahzodalar”. Har birining qo‘lida to‘p bo‘lgan o‘yinchilar 2 ta jamoaga bo‘lingan va har biri o‘z otish chizig‘i orqasida joylashgan. O‘yin boshlovchisi Ivan Tsarevich: “Ot!” Buyruqni beradi va jamoalardan biridagi barcha o‘yinchilar to‘pni tashlab, pinlarni yiqitishga harakat qilishadi. Urrib tushirilgan pinlar yana joylashtiriladi, lekin boshqa jamoaga 1 m yaqinroq. Keyin boshqa jamoa to‘plarni tashlaydi. Bu “shahzodalar” jamoasi tomonidan yiqitilgan pinlar ham boshqa jamoa tomon 1 m harakatlanadi. O‘yinchilar to‘plarini yig‘adilar va o‘yin davom etadi. 5 ta o‘yindan keyin eng ko‘p ochko to‘plagan jamoa g‘olib hisoblanadi.

O‘rta chiziqdan boshqa jamoaga qarab 1 m masofada turgan har bir pin uchun “knyazlar” 1 ball, 2 m - 2 ball va boshqalarni oladilar.

Maxsus eslatmalar: otish paytida o‘yinchilar chiziqdan oshib ketish huquqiga ega emaslar. Bitta jamoaning barcha “shahzodalari” bir vaqtning o‘zida to‘p tashlashlari kerak. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Tezkor uchlik” o‘yini. Maqsad: bolalarning motor va aloqa qobiliyatini, reaksiyasini va e‘tiborini rivojlantirish.

Harakat: O‘yinchilar aylana bo‘ylab uchdan - birin-ketin turishadi. Har uchtasining birinchi raqamlari qo‘llarni birlashtiradi va ichki doira hosil qiladi. Ikkinchi va uchinchi raqamlar, qo‘llarni ushlab, katta tashqi doira hosil qiladi. Signalda ichki aylanada turgan yigitlar

yon qadamlar bilan o‘ngga, tashqi doirada turganlar esa chapga yugurishadi. Ikkinchi signalda o‘yinchilar qo‘llarini bo‘shatib, uchlikda turishadi. Har safar aylanalar boshqa yo‘nalishda harakatlanadi. Eng tez yig‘ilgan uchta o‘yinchi g‘alaba qozonadi. O‘yin 4-5 daqiqa davom etadi. O‘yinchilar eng ko‘p ball to‘plagan uchlik g‘alaba qozonadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Hosilni yig‘ib olish” estafeta o‘yini. Maqsad: bolalarning motor va ijodiy qobiliyatlarini, epchillik va tezlikni rivojlantirish.

Atributlar: har bir jamoada 4-5 sabzavotli mashina, 4-5 aylana teshiklari.

Rivojlanish: Bolalardan “ekish va yig‘ish” so‘raladi. Avtomobillar boshlang‘ich chiziqqa joylashtiriladi va “teshiklar” bir-biridan 50 sm masofada ularga qarama-qarshi tekis chiziqda yotqiziladi. Jamoaning birinchisi mashinani boshqaradi, “ilon”dagi “teshik” ni aylanib o‘tadi, unga bitta sabzavot qo‘yadi, to‘g‘ri chiziqqa qaytib, mashinani ikkinchisiga topshiradi. Keyin boshqa ishtirokchilar “hosil” va yuklangan mashinani keyingisiga o‘tkazadilar. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Botqoqdan o‘tish” estafeta o‘yini. Maqsad: bolalarning vosita va aloqa qobiliyatlarini rivojlantirish.

Xususiyatlar: jamoalar soni bo‘yicha halqalar.

Rivojlanish: Bolalar jamoalarda “uchlik” ga bo‘linadi. Har bir jamoaga 2 ta halqa beriladi. Ularning yordami bilan 3 kishilik guruh “botqoqlik” ni engib o‘tishlari kerak. Signalda birinchi guruh ishtirokchilaridan biri halqani yerga tashlaydi, uchta o‘yinchi ham unga sakrab tushadi. Ular ikkinchi halqani birinchisidan shunday masofaga tashlashadiki, ular ichiga sakrab tushishadi, so‘ngra ikkinchi halqaning bo‘sh joyini qoldirmasdan, qo‘llarini birinchisiga uzatadilar. Shunday qilib, sakrash va halqa uloqtirish orqali guruh burilish nuqtasiga yetib boradi. Siz “ko‘prik” orqali boshlang‘ich chiziqqa qaytishingiz mumkin, ya‘ni. faqat halqalarni yerga aylantiring. Va boshlang‘ich chiziqda halqalar keyingi uchtaga o‘tadi. Oyog‘ingizni halqadan tashqariga chiqarish qat‘iyan man etiladi - siz “cho‘kishingiz” mumkin. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

Estafeta o‘yini “Ko‘tarib ko‘ring – tashlamang”. Maqsad: bolalarning motor qobiliyatini, tezligini, epchilligini va e‘tiborini rivojlantirish.

Atributlar: buyruqlar soniga ko‘ra qoshiq va dumaloq ob‘ekt.

Ishning borishi: O‘ynash uchun sizga 2 ta qoshiq va 2 dumaloq narsa kerak bo‘ladi (bo‘yalgan yog‘och tuxumlar, stol tennisi to‘plari). 7 - 8 m masofada bayroq o‘rnatiladi. O‘yinchilarga tuxum (yoki to‘p) solingan qoshiq beriladi. Rahbarning signalidan so‘ng, o‘yinchilar imkon qadar tezroq bayroqqa yugurishlari va orqaga qaytishlari kerak. Agar to‘p tushib qolsa, ishtirokchi uni tezda poldan olib, qoshiqqa solib, yo‘lida davom etishi kerak. To‘pni boshqa qo‘l bilan ushlab bo‘lmaydi. Marraga tezroq yetib kelgan kishi g‘olib hisoblanadi. Shu tarizda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Chiziqdan tortib o‘tkazish” estafeta o‘yini. Maqsad: bolalarning motor qobiliyatini, kuchini va chidamliligini rivojlantirish.

Harakat: 2 ta jamoa bir-biriga qarama-qarshi qatorda turishadi, ular orasida chiziq chizish. Qarama-qarshi turgan o‘yinchilar bir-birlariga o‘ng qo‘llarini taklif qilishadi va o‘ng oyoqlarini chiziqqa qo‘yishadi. Rahbarning signaliga ko‘ra, har bir o‘yinchi ikkinchisini chegara chizig‘idan sudrab o‘tishga harakat qiladi. Agar o‘yinchi chap oyog‘i chegara chizig‘ining orqasida bo‘lsa, u yutqazadi va raqibi ochko oladi. Eng ko‘p ochko to‘plagan jamoa g‘alaba qozonadi. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“Qoplarda yugurish” estafetasi. Maqsad: bolalarning motor qobiliyatini, harakat tezligini va sakrash qobiliyatini rivojlantirish.

Atributlar: jamoalar soni bo‘yicha sumkalar.

Ishning borishi: Bolalar ikki ustunda saf tortadilar, ustunlar orasidagi masofa 3 qadam. Qo‘llarini belbog‘lari yonida ushlab, yigitlar navbat bilan belgilangan joyga (bayroq, tayoq yoki boshqa narsa) sakrab o‘tishadi. Uning atrofida yugurib, bolalar o‘z ustunlariga qaytib, sumkalardan chiqib, keyingilariga o‘tishadi. Bu barcha bolalar sumkalardan o‘tib ketguncha davom etadi. O‘yinchilar vazifani tezroq bajargan jamoa g‘alaba qozonadi. Shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

“O‘t o‘chiruvchilar mashg‘ulotlarda” estafeta o‘yini. Maqsad: bolalarning motor qobiliyatini rivojlantirish, vertikal zinapoyaga ko‘tarilish qobiliyati.

Xususiyatlari: jamoalardan bir nechtasi bo‘lgan devor panjaralari.

Rivojlanish: bolalar buyruqlardan biriga rioya qilib, devorga ko‘tarilishlari, qo‘ng‘iroqni chalishlari, devorning keyingi qismiga yon tomonga o‘tishlari va pastga tushishlari kerak. Qo‘lingiz bilan yelkasiga tegib, tayoqchani keyingi odamga uzating.

Xulosa: Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari va Maktabgacha ta‘lim muassasasi bolalar bog‘chasi hamda tashkilotlar sport mutaxassislari shu tarzda sport musobaqa estafetasi o‘tkazsa bo‘ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi “O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5924-son Farmoni.
2. M.A.Qurbonova va M.U.Qosimova. Milliy va harakatli o‘yinlar. -T.: O‘zDJTI nashriyoti, 2009. -100 b.
3. J.Eshnazarov. Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish. -T.: Fan va texnologiya nashriyoti, 2008.- 388 b
4. T.Uzmanxodjayev va boshq. Sport va harakatli o‘yinlar (Milliy va harakatli o‘yinlar darslik).- T.:
5. Cho‘lpon, 2018. - 328 b.

6. <https://news.sportbox.ru/O‘zbekiston> Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-3031-sonli 2017 yil.
7. Umumiy o‘rta ta’limning “DAVLAT TA’LIM STANDARTI” Vazirlar Mahkamasining 2017 yil 6 apreldagi 187-son qarori
8. O‘zbekiston Respublikasining Xalq a’limi vazirligi Nizomni tasdiqlash to‘g‘risida” gi 25 fevral 52 sonli buyrug‘i, T., 2020 yil
9. Грецов А. Игры для детей среднего и старшего о возраста.[Текст] / ил. Бедаревой Т.- СПб,: Питер, 2009. – 210с,(Серия«Книги Грецова»)
- 10 .Загумёнова Л.Л. Внеклассные мероприятия:7класс .[Текст] / М.:ВАКО, » 2008. -176с. (Мозайка детского отдыха)
- 11.Литвинова М.Ф. Спортивные конкурсы для детей младшего школьного возраста: Практическое пособие. .[Текст] / М.: Айрис – пресс, 2009. – 192с.
- 12.Семёнова В.Ю. Как оттянуться со вкусом: игры, конкурсы, развлечения. .[Текст] / Вологда книга М, 2008. – 215с.ил.: