

XOREOGRAFIYA – BOLALARGA NIMA UCHUN KERAK

*O‘zbekiston Davlat Xoreografiya akademiyasi
Urganch filiali “O‘zbek raqsini o‘rganish uslubiyati” fani
o‘qituvchisi*

Pirmagambetova Mariya Turganbayevna

Annotatsiya: *Ushbu maqolada xoreografiya mashg‘ulotining yosh bolalar sog‘ligi va tarbiyasiga ta’siri hamda har tamonlama sog‘lom avlodning rivojlanishi uchun xoreografiya mashqlarining ahamiyati to‘g‘risida so‘z yuritiladi.*

Kalit so‘zlar: *ta’lim, tarbiya, yosh avlod, Xoreografiya, mashg‘ulotlar turi*

XОРЕОГРАФИЯ – ЗАЧЕМ ОНА НУЖНА ДЕТЯМ

*Узбекская государственная академия хореографии
Ургенчский филиал “методика изучения узбекского танца”
учитель*

Пирмагамбетова Мария Турганбаевна

Аннотация: *В этой статье рассказывается о влиянии хореографических упражнений на здоровье и воспитание маленьких детей, а также о важности хореографических упражнений для развития всесторонне здорового поколения.*

Ключевые слова: *образование, воспитание, подрастающее поколение, хореография, вид деятельности*

CHOREOGRAPHY – WHY CHILDREN NEED IT

*Uzbek State Academy of Choreography
Urgench branch “methods of studying Uzbek dance”
teacher*

Pirmagambetova Maria Turganbayevna

Abstract: *This article describes the impact of choreographic exercises on the health and upbringing of young children, as well as the importance of choreographic exercises for the development of a comprehensively healthy generation.*

Keywords: *education, upbringing, the younger generation, choreography, type of activity*

Bolalar xoreografiyasi - bolaning ham jismonan, ham ruhiy jihatdan sog'lom bo'lib ulg'ayishiga yordam beradi. Xoreografiya mashg'ulotlari bolalarda ritm tuyg'usini, o'ziga ishonchni rivojlantiradi. Amaliy mashg'ulotlarni muntazam ravishda bajarish natijasida bola sahnada o'zini tutishni, musiqiy tasvirlarga muvofiq harakat qilishni o'rganishga, shuningdek, chidamlilik, gavnani to'g'ri tutish, qattiq mehnat va intizomni o'rganadi. Bolalar raqsga tushishdan zavqlanishadi. Yoqimli musiqa, raqsga tushish uchun kiyim, raqs harakatlarini bajarish, tengdoshlar bilan muloqot qilish - bularning barchasi bolaning diqqatini jamlaydi, e'tiborini tortadi va unga ijobiy his-tuyg'ularni beradi va shu bilan uning aqliy rivojlanishiga foydali ta'sir ko'rsatadi.

Xoreografiya yosh bolalarga o'z tanasini boshqarishni o'rganishga yordam beradi. Dars mashg'ulotlarida bolalar musiqa ritmini his qilishni, oddiy raqs harakatlarini bajarishni o'rganadilar. Xoreografiya mashg'ulotlari bolaning tanasi uchun xavfsizdir. Bunday mashg'ulotlar bolalarning sog'ligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan bir qator muhim afzalliklarga ham egadir. Qolaversa, Xoreografiya mashg'ulotlari chiroyli, to'g'ri holatni rivojlantirishga, umurtqa pog'onasini tekislash va mustahkamlashga ham yordam beradi. Bundan tashqari, xoreografiya darslari o'quvchilarning mushaklari va bo'g'imlariga sezilarli ta'sir qiladi.

Bolalarning qobiliyatlarini bolalikdan rivojlantirishni boshlash orqali hayot uchun moslashuvchanlik va plastiklikni saqlab qolish mumkin. Shu o'rinda bolalar uchun xoreografiya bolaning sog'lig'iga qanday ta'sir qiladi? degan savol tug'iladi. Bolalar uchun xoreografiya darslari bolaning sog'lig'iga eng ijobiy tarzda ta'sir qilishi bugungi kunda fanda isbotlangan. Ko'pgina ota-onalar farzandlarini bizga ortoped yo'nalishi bo'yicha olib kelishadi. Bolasining umurtqa pag'onasi qiyshayganligini yoki oyog'ida muamma borligini aytadi. Biz bunday bolalar bilan shug'ullanish jarayonida boladagi o'zgarishni sezamiz. Bolaning kayfiyati ko'tariladi, o'z ustida ishlay boshlaydi, o'ziga ishonchi ortadi, atrofdagilariga munosabati ijobiy tomonga o'zgaradi.

O'quvchi qizlarimizdan biri dargohimizga kelganda ko'zoynak taqib yurardi. Mashg'ulotlar paytida ham ko'zoynagini taqib shug'ullanardi. Faqat tadbirlarda yoki konsert dasturlarda ko'zoynagini yechib qo'yar edi. Ammo oftalmolog tekshiruvi natijalaridan keyin shifokorlar uning ko'zoynak taqib yurishini bekor qilgan. Shifokor juda hayron bo'lib so'ragan ekan, - "Balki siz raqsga borasizmi?". Oftalmolog shifokori o'zining tibbiy tushuntirishlarini berib, raqs turli mushak guruhlarining qon aylanishini va tananing umumiy holatini yaxshilaganini aytgan ekan. Raqs harakatlarini bajarish orqali bolalarda to'g'ri turish, ritm hissi, musiqiylik, figura yaxshilanadi, umumiy ohang va kayfiyat ko'tariladi. Jamiyatda o'zini tutishni o'rganadi, bola jismonan kuchliroq va chidamli bo'ladi. Qiyinchiliklarni engish, chidamlilik qobiliyati rivojlantiradi. Raqs maktabida tahsil oladigan o'quvchilar orasida qo'pol bolalar deyarli uchramaydi.

Yoshlarni badiiy va jismoniy tarbiyalashning ko'plab shakllari orasida xoreografiya mashg'ulotlari alohida o'ringa egadir. Xoreografik pedagogika nazariyotchilari raqs san'ati

bolaning jismoniy rivojlanishi, ma'naviy shakllanishida muhim ahamiyatga ega ekanligini tasdiqlaydi. Raqs faoliyati jismoniy rivojlanishni yaxshilashga yordam beribgina qolmay, bolalarda aqliy rivojlanishni ham faollashtiradi. Bolalarning shaxs sifatida yetuk, barkamol avlod bo'lib ulg'ayishi uchun xizmat qiladi.

N.A.Bernshteyn va V.M.Bexterevlarning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, bolalarning musiqaga, raqsga bo'lgan intilishlari, harakatlari bola asablarining harakatchanligiga sezilarli ta'sir qiladi, ya'ni ular bola miyasining rivojlanishiga, fikrlash qobiliyatining kengayishiga juda katta ta'sir qiladi. Xoreografiya mashg'ulotlari bolalarga foyda keltirishi uchun o'qituvchilar dars mashg'ulotlariga aniq maqsadlar qo'yishi kerak. Hatto klassik raqs turlari ham o'quvchining o'zini namoyon qilishi uchun keng imkoniyatlar yaratishini o'quvchiga tushuntira olishi kerak deb o'ylayman.

Bolalar kattalar bilan birga yangi harakatlar, kombinatsiyalarni bajarib chiqishadi, raqamlar haqida o'zlarining tasavvurlarini taklif qilishadi. Raqsga tushish orqali o'quvchilar sahna qo'rquvini engishni, ko'p odamlar oldiga chiqishni o'rganadi. Raqs bolalarda nafislikni, go'zallakni, ifodali harakatlarni qaror toptirib, ijodiy qobiliyatini oshiradi.

Muhtaram Prezidentimizning tashabbuslari bilan 2020-yil 4-fevralda "Raqs san'ati sohasida yuqori malakali kadrlar tayyorlash tizimini tubdan takomillashtirish va ilmiy salohiyatni yana-da rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" (PQ-4585-sonli) qarorining qabul qilinishi malakatimizda raqs san'atiga alohida e'tibor qaratilayotganining yorqin belgisi bo'ldi. Shuningdek, Toshkent davlat milliy raqs va xoreografiya oliy maktabi tizimidagi Respublika xoreografiyaga ixtisoslashtirilgan maktabi yuridik shaxs maqomiga ega bo'lgan Respublika xoreografiyaga ixtisoslashtirilgan maktab-internatiga aylantirildi. Qarorga ko'ra, 2021/2022 o'quv yilidan boshlab Buxoro, Qarshi, Namangan va Urganch shaharlarida akademiya huzurida ixtisoslashtirilgan boshlang'ich raqs san'ati maktab-internatlari tashkil etildi.

Davlatimiz rahbarining bu sohaga e'tubori biz o'qituvchilarni juda xursand qildi. Kelajagimiz poydevori bo'lgan yosh avlodni tarbiyalashda biz bilim va tajribamizni, kuchimizni, mahoratimizni ayamasdan yanada shijoat bilan xizmat qilamiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Muqimjanovna, Mohira Muydinova, va Karimjonova Gulshanoy Sherali qizi. 2023. «JAMIYATDA BO'LAYOTGAN O'ZGARISHLARNING OILAGA TASIRI». *Новости образования: исследование в XXI веке* 1 (6):1068-72. <http://nauchniyimpuls.ru/index.php/noiv/article/view/3826>.
2. Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risidagi qonun – T.: 2019.
3. L.Abdeeva. "O'zbek raqs san'ati". O'zSSR davlat badiiy adabiyot nashryoti. Toshkent - 1960. 184 bet.
4. F.Xo'jaev, K.D Raximqulov, B.B.Nigmanov. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" o'quv qo'llanma "Cho'lpon" nashryoti Toshkent 2011.

Salijanovna, I. S., Sherbabayevna, H. Q., Rahmanova, M. Y., Nabibullayevich, X. F., & O'G'Li, A. I. N. (2022). O'SIB KELAYOTGAN YOSH AVLODGA TA'LIMIY VA DIDAKTIK O'YINLAR ORQALI TA'LIM BERISHDA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR. *Science and innovation*, 1(B3), 18-22.

Mirzakhililovich, Y. M., Nabibullaevich, K. F., & Abdulazizovna, K. B. (2021). Ecological-geographical distribution of aphids (homoptera aphidinea, aphididae) in the Fergana valley.

Юнусов, М. М., & Хабибуллаев, Ф. Н. (2021). Қаттиққанотлиларни йиғиш ва улардан коллекциялар тайёрлаш. *Scientific progress*, 1(4), 103-107.

Хабибуллаев, Ф., Осбаев, М. У., & Маматкулова, М. Т. (2017). Особенности иммунной системы слизистой оболочки тонкой кишки. *Актуальные научные исследования в современном мире*, (4-6), 137-141.

Xabibullayev, F. (2022, December). THE HISTORY OF THE ORIGIN OF THE ART OF STATUS AND TODAY. In " ONLINE-CONFERENCES" PLATFORM (pp. 157-158).

Хабибуллаев, Ф. Н. (2019). Охрана и использование полезных насекомых. *Молодой ученый*, (21), 55-58.

Хабибуллаев, Ф. Н. ҚАШАРОТЛАРНИ ОДАМ ВА ТАБИАТ ҲАЁТИДАГИ РОЛИ. ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ Заҳириддин Муҳаммад Бобур номидаги Андижон давлат университети, 197.