

BOSHLANG‘ICH SINFLARDA MILLIY RAQS ELEMENTLARI ORQALI RITMIK HARAKATLARNI O‘RGATISH TEXNOLOGIYALARI

Odilova Gulmira Odilovna

NamDPI ART pedagogika kafedrası o‘qituvchisi

Turdialiyeva Shodiyaxon Yaxyoxon qizi

NamDPI Musiqa ta'limi yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Annotation: Ushbu maqola boshlang‘ich sinflarda milliy raqs elementlari orqali ritmik harakatlarni o‘rgatish texnologiyalarini tahlil qiladi. Maqola, o‘quv jarayonida milliy raqslarning ahamiyatini va ularning bolalarga ta'sirini ko‘rsatadi.

Keywords: milliy raqs, ritmik harakat, o‘qitish texnologiyalari, boshlang‘ich sinflar.

Kirish

Milliy raqslar har bir xalqning madaniy merosining ajralmas qismi bo‘lib, ularning tarixi va ahamiyati o‘ziga xos va chuqur. O‘zbekistonning milliy raqs san‘ati asrlar davomida shakllanib, xalqning urf-odatlarini, an‘analari va hayot tarzi bilan bog‘liq ravishda rivojlangan. Har bir raqs o‘zining ritmi, harakatlari va ifodasi orqali o‘zbek xalqining ruhiyatini, his-tuyg‘ularini va tarixi bilan bog‘liq voqealarni aks ettiradi. Milliy raqslar nafaqat o‘zbek madaniyatining qadrini oshiradi, balki yosh avlodni ma‘naviy jihatdan tarbiyalashda ham muhim rol o‘ynaydi. Boshlang‘ich sinflarda ritmik harakatlarni o‘rganishning maqsadi, bolalarning jismoniy rivojlanishini ta‘minlash, ularni musiqaga bo‘lgan qiziqishini oshirish va ijodiy fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishdan iborat. Ushbu jarayon davomida bolalar raqs orqali o‘z his-tuyg‘ularini ifoda etishni, bir-biriga moslashishni va guruhda ishlashni o‘rganadilar. Shuningdek, raqs o‘rgatish jarayoni bolalarda o‘z-o‘zini nazorat qilish, diqqatni jamlash va estetik qobiliyatlarni rivojlantirishga ham yordam beradi. Milliy raqslar orqali bolalar o‘z tarixiy va madaniy meroslarini anglab, uning ahamiyatini chuqurroq tushunadilar. Milliy raqslar, har bir xalqning madaniyati va tarixi bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, ularning shakllanishi va rivojlanishi ko‘plab omillarga tayanadi. Boshlang‘ich sinflarda ritmik harakatlarni o‘rganish bolalarda jismoniy rivojlanishni, ko‘nikmalarni shakllantirishni va ijtimoiy muhitda o‘zaro aloqalarni mustahkamlashni maqsad qiladi. Ushbu jarayon, shuningdek, bolalarga o‘z xalqining madaniy merosini tanitish, uning tarixiy ahamiyatini tushunishga yordam beradi.

Milliy raqslarning o‘quv jarayonidagi roli

Milliy raqslar bolalar rivojida muhim rol o‘ynaydi, chunki ular nafaqat jismoniy ko‘nikmalarni rivojlantirishga, balki psixologik holatni mustahkamlashga ham xizmat qiladi. Raqs orqali bolalar o‘z his-tuyg‘ularini ifoda etish, muvozanat

va koordinatsiyani rivojlantirish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Milliy raqslarning o'ziga xos xususiyatlari bolalarning ijodiy fikrlashini rag'batlantiradi, bu esa ularning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Raqs jarayonida bolalar o'zaro hamkorlik qilish, guruhda ishlash va bir-birini tushunish ko'nikmalarini o'rganadilar. Shuningdek, milliy raqslar orqali bolalar o'z xalqining madaniyati, an'analari va qadriyatlari bilan tanishadilar, bu esa ularning madaniy identifikatsiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Psixologik jihatdan, raqs bolalarda ishonch hissini oshiradi, o'z-o'zini baholashni yaxshilaydi va stressni kamaytiradi. Jismoniy jihatdan esa, raqslar muskul tonusini oshiradi, yurak-qon tomir tizimini yaxshilaydi va umumiy jismoniy sog'liqni mustahkamlashga yordam beradi. Shunday qilib, milliy raqslar bolalar o'rganish jarayonida muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Milliy raqslar bolalar rivojida muhim o'rin egallaydi, chunki ular nafaqat madaniyatni o'zlashtirishga yordam beradi, balki bolalarning psixologik rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Raqs jarayoni bolalarning o'z-o'zini ifoda etish qobiliyatini oshiradi, hissiy tajribalarni rivojlantiradi va ijtimoiy aloqalarni mustahkamlaydi. Raqs orqali o'rganish jarayonida bolalar o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradi, jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi va ijodiy fikrlashni rag'batlantiradi. Shunday qilib, milliy raqslar bolalar uchun o'quv jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi.

Ritmik harakatlarni o'rgatish metodlari

Boshlang'ich sinflarda ritmik harakatlarni o'rgatish jarayoni o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi va ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu jarayonda asosiy metodlar sifatida o'yinlar, raqslar, va musiqa bilan bog'liq faoliyatlar qo'llaniladi. O'qituvchilar bolalarga ritmni va harakatni o'rganishda qiziqarli va interaktiv usullarni tanlashlari kerak. Masalan, musiqa ritmini his qilish uchun o'yinlar o'tkazish, bolalarga turli xil harakatlarni bajarishni taklif etish, ular orasida raqobat va hamkorlikni rivojlantirish maqsadida guruhlarda ishlashni tashkil etish muhimdir. Shuningdek, o'qituvchilar bolalarning individual xususiyatlarini inobatga olib, har bir bolaga mos ravishda yondashishi lozim. O'qituvchilarga tavsiya etiladigan yana bir muhim jihat, o'quv jarayonida ijobiy muhitni yaratishdir, bu bolalarda ishtiyoq va qiziqishni oshiradi. O'quvchilarni rag'batlantirish, ularga muvaffaqiyatlaridan xursand bo'lish imkoniyatini berish, o'qituvchilarning asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi. Shu tariqa, ritmik harakatlarni o'rgatish jarayoni samarali va qiziqarli bo'ladi. Boshlang'ich sinflarda ritmik harakatlarni o'rgatishda o'qituvchilar turli metodlar va usullardan foydalanishlari zarur. O'quvchilarning e'tiborini tortish uchun interaktiv o'yinlar va musiqiy faoliyatlar qo'llanilishi muhimdir. Shuningdek, harakatlarni o'rganishda vizual materiallar va amaliy mashg'ulotlar yordamida o'quvchilarni faol ishtirok etishga jalb etish kerak. O'qituvchilar o'zlari

o‘rganayotgan mavzuni qiziqarli va tushunarli qilib taqdim etishlari, shuningdek, o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olishlari lozim.

O‘quv dasturlari va rejalari

Milliy raqs elementlari asosida o‘quv dasturlari va rejalari ishlab chiqishda, o‘quv jarayonining samaradorligini oshirish uchun bir qator innovatsion yondashuvlar qo‘llanilishi zarur. Avvalo, milliy raqslarning tarixi va madaniy merosini o‘rganish orqali o‘quvchilarda qiziqish uyg‘otish muhimdir. Bunda interaktiv darslar, seminarlar va ma‘ruzalar orqali o‘quvchilarga milliy raqslarning ahamiyati va ularning madaniy kontekstdagi o‘rni haqida tushuncha berish lozim. Shuningdek, raqs elementlarini o‘rganish jarayonida amaliy mashg‘ulotlarga ko‘proq e‘tibor berish, o‘quvchilarning ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. O‘quv dasturlarida raqsni o‘qitish metodologiyasini yangilash va zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish, masalan, raqsni o‘rganishga oid video darsliklar va onlayn platformalarni qo‘llash, ta‘lim jarayonini yanada qiziqarli va samarali qiladi. O‘quvchilarni guruhviy va jamoaviy ishlarga jalb etish, ularning ijodiy fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Umuman olganda, milliy raqs elementlari asosida o‘quv dasturlari va rejalari, madaniy merosni saqlash va rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Milliy raqs elementlari asosida o‘quv dasturlari va rejalari, o‘quv jarayonida an‘anaviy va zamonaviy yondashuvlarni birlashtirish orqali samaradorligini oshirishi mumkin. O‘quvchilarga milliy raqs san‘atining tarixiy va madaniy ahamiyatini tushuntirish, ularni amaliy mashg‘ulotlar orqali faol ishtirok etishga undaydi. Shuningdek, raqsni o‘rganish jarayonida zamonaviy texnologiyalarni qo‘llash, o‘quvchilarni qiziqtirish va motivatsiyasini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Amaliy tajribalar va natijalar

O‘quv jarayonida milliy raqs elementlarini qo‘llash bo‘yicha o‘tkazilgan amaliy tadqiqotlar natijalari, o‘quvchilarning madaniy o‘zligini rivojlantirishda muhim rol o‘ynayotganini ko‘rsatdi. Tadqiqotlar davomida o‘quvchilar o‘zlarini milliy raqs orqali ifoda etish imkoniyatiga ega bo‘lishdi, bu esa ularning ijodiy qobiliyatlarini yanada oshirdi. Amaliy mashg‘ulotlar o‘tkazish jarayonida, o‘quvchilar raqsning harakatlari va ritmlarini o‘rganish orqali jamoaviy ish ko‘nikmalarini ham rivojlantirdilar. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, milliy raqs elementlarini o‘rganish o‘quvchilarning o‘zaro aloqalarini mustahkamlashga yordam beradi va ularning ijtimoiy ko‘nikmalarini yaxshilaydi. Bunga qo‘shimcha ravishda, raqs orqali o‘quvchilarda tarixiy va madaniy bilimlarni shakllantirishga erishildi. O‘quv jarayonida milliy raqs elementlarini muvaffaqiyatli qo‘llash, o‘quvchilarning o‘zlarini ifoda etishiga, shuningdek, milliy qadriyatlarni anglashlariga xizmat qiladi. Shu tariqa, tadqiqotlar natijalari milliy raqsni ta‘lim jarayonida qo‘llashning nafaqat badiiy, balki ta‘limiy ahamiyatini ham tasdiqlaydi.

Bu esa kelajakda o'quv dasturlarini takomillashtirishga yordam berishi mumkin. O'quv jarayonida milliy raqs elementlarini qo'llash bo'yicha o'tkazilgan amaliy tadqiqotlar, o'quvchilarning madaniy qadriyatlarni anglashlari va jismoniy faoliyatlarini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqotlar natijalari, shuningdek, o'quvchilarning ijodkorlik qobiliyatlarini rivojlantirishga, ularning jamoaviy ishlash ko'nikmalarini oshirishga yordam beradi. Milliy raqs, o'quv jarayonining innovatsion jihatlarini kiritishda samarali vosita sifatida namoyon bo'lmoqda.

Muammolar va yechimlar

Boshlang'ich sinflarda milliy raqslarni o'rgatishda bir qator muammolar mavjud. Birinchidan, o'quvchilarning madaniy qiziqishlari va milliy raqslar haqidagi bilimlari cheklangan bo'lishi mumkin. Bu holat, o'qituvchilarning raqslarni taqdim etishda yetarlicha ma'lumot bermasligi natijasida yuzaga keladi. Ikkinchidan, darslarda vaqtni samarali boshqarish masalasi ham muhimdir. Raqslarni o'rganish jarayoni ko'pincha vaqt talab qiladi, shuning uchun o'qituvchilar darslarni rejalashtirishda raqslarni o'rganishga yetarli vaqt ajratmasligi mumkin. Shuningdek, o'quvchilarning fizik tayyorgarlik darajasi ham muammolarni keltirib chiqarishi mumkin, chunki har bir bolada raqsga bo'lgan qobiliyat bir xil emas. Bu holatda, o'qituvchilar individual yondashuvni qo'llash orqali har bir o'quvchining qobiliyatini hisobga olishlari zarur. Muammolarni hal qilish uchun, o'qituvchilar milliy raqslar haqida ko'proq ma'lumot va resurslar taqdim etishlari, shuningdek, darslarni interaktiv shaklda o'tkazish orqali o'quvchilarning qiziqishini oshirishlari kerak. Bunday yondashuv, shuningdek, o'quvchilarning jamoaviy ruhini rivojlantirishga ham yordam beradi. Boshlang'ich sinflarda milliy raqslarni o'rgatishda ko'plab muammolar mavjud. O'quvchilar o'zi qiziqmaydigan yoki tushunmaydigan raqslarni o'rganishga majbur bo'lishi, ularning motivatsiyasini pasaytirishi mumkin. Shuningdek, o'qituvchilarning malakasi va tajribasi ham ahamiyatga ega. Bunday vaziyatlarni bartaraf etish uchun, o'qituvchilarni maxsus treninglar bilan ta'minlash, milliy raqslarni o'rganish jarayonini qiziqarli va interaktiv qilish zarur. Bu, o'quvchilarning ijodiy yondashuvini rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa

Milliy raqs elementlari orqali ritmik harakatlarni o'rgatish kelajagi, o'quv jarayonining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada ta'kidlanganidek, milliy raqslar nafaqat madaniy meros sifatida, balki pedagogik vosita sifatida ham qimmatli hisoblanadi. Ular orqali o'quvchilar nafaqat jismoniy rivojlanish, balki estetik va hissiy tajribalarni ham oshirish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Milliy raqslarni o'rganish, o'quvchilarning jamoaviy ish ko'nikmalarini rivojlantirishga, shuningdek, ularning muloqot qobiliyatlarini mustahkamlashga yordam beradi. Shuningdek, bunday faoliyatlar yoshlarning o'z madaniyatiga

bo‘lgan qiziqishini oshiradi va ularni o‘z ildizlariga bog‘laydi. O‘qituvchilarning professional rivojlanishiga e’tibor qaratish, milliy raqslarni o‘rganish jarayonini yanada samarali qilish uchun zarurdir. O‘qituvchilarni innovatsion metodologiyalar va zamonaviy pedagogik yondashuvlar bilan ta’minlash, o‘quvchilarning qiziqishini oshirish va ularni faol ishtirok etishga undaydi. Natijada, milliy raqs elementlari orqali ritmik harakatlarni o‘rgatish jarayoni, kelajakda o‘quvchilarning umumiy rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Milliy raqs elementlari orqali ritmik harakatlarni o‘rgatishning kelajagi, o‘quv jarayonida madaniyat va san’atni birlashtirish imkonini beradi. Bu usul, nafaqat jismoniy faollikni oshirishga, balki o‘quvchilarning ijodiy fikrlashini rivojlantirishga ham xizmat qiladi. O‘qituvchilar uchun yangi yondashuvlar va metodlarni qo‘llash, o‘quvchilarning qiziqishini yanada kuchaytiradi. Shunday qilib, milliy raqs orqali ritmik harakatlarni o‘rganish, kelajakda yosh avlodning madaniy va jismoniy rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Botirkhanovich, S. B. (2024). The Structure of Kashkar Rubab, And Methods of Their Execution. *CENTRAL ASIAN JOURNAL OF ARTS AND DESIGN*, 5(1), 19-22.
2. Shokirkhonov, B. (2026, February). DEVELOPMENT OF STUDENTS’PERFORMING AND MUSICAL ABILITIES THROUGH INSTRUMENTS. In *International Conference on Social Sciences & Humanities* (Vol. 2, No. 2, pp. 77-79).
3. Botirxonovich, S. B. (2025). MUSIQA NAZARIYASI FANIDAN TALABALARNING MUSTAQIL TA’LIMINI TASHKIL ETISH METODIKASI. *FARS International Journal of Education, Social Science & Humanities.*, 13(7), 139-150.
4. Toshmatov, G. U. O. (2026). Musiqa ta’limi jarayonida sun’iy intellekt texnologiyalarini joriy etishning ilmiy-nazariy asoslari. *Science and Education*, 7(2), 195-201.
5. Тошматов, Ф., & Турдалиева, О. (2023). ТАЛАБАЛАРНИ МУСТАҚИЛ ИШЛАШГА ҚИЗИҚТИРИШ ОМИЛЛАРИ. Универсальная индексная библиотека Евразийского журнала академических исследований, 3(6), 162-166.
6. Olimjonovich, T. G., & Komiljanovna, D. G. (2022). The Importance of the Festival “East Songs” in the Introduction and Development of National Classical Music of the Peoples of the East. *Central Asian Journal of Theoretical and Applied Science*, 3(6), 195-199.
7. Abduraimov, S. (2024). METHODS OF USING PRACTICAL METHODS IN MUSIC CULTURE LESSONS IN HIGH SCHOOLS. *Решение социальных проблем в управлении и экономике*, 3(6), 22-25.
8. Abduraimov, S. Z. (2024). MUSIQA TO ‘GARAKLARI ASOSIDA O ‘QUVCHILARDA MILLIY RUHIYAT TUSHUNCHALARINI SHAKLLANTIRISH USULLARI. *Inter education & global study*, (5 (1)), 44-51.
9. Erdonov, S. B., Maxmudov, A. V., Abduraimov, O. S., Allamurotov, A. L., Mavlanov, B. J., & Mamatkasimov, O. T. (2023). On Reserves of *Hippophae rhamnoides* L. Fruit on the Territory of the Zarafshan National Nature Park of Uzbekistan. *American Journal of Plant Sciences*, 14, 946-954.

10. Asrakulova, A. (2025). ECONOMIC VIEWS OF ABU NASR FORABI. *Инновационные исследования в науке*, 4(2), 65-68.
11. Nabieva, A. A. (2025). ECONOMIC THOUGHTS OF YUSUF KHOS KHOJIB. *Web of Humanities: Journal of Social Science and Humanitarian Research*, 3(2), 212-214.
12. Asrakulova, A. (2025, February). HISTORICAL-PHILOSOPHICAL AND PUBLIC ADMINISTRATION ISSUES IN NIZAMULMULK'S "SIYOSATNOMA". In *Международная конференция академических наук* (Vol. 4, No. 2, pp. 85-88).
13. Jurayeva, G. (2025). TALABALARNING O'ZBEK XALQ CHOLG'ULARIDA IROCHILIK MAHORATLARINI OSHIRISHDA USTOZ-SHOGIRD AN'ALARINING O'RNI. *Universal xalqaro ilmiy jurnal*, 2(4.3), 535538.
14. Jurayeva, G. (2024). MUSIQA FANIDA XALQ CHOLG'ULARINI O'RGATISHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISH. *Universal Science Perspectives International Scientific Practical Journal*, 1(1).
15. Jo'Rayeva, G. Z. Q. (2026). STEM yondashuvi asosida musiqa nazariyasi ta'limini rivojlantirish yo'llari. *Science and Education*, 7(2), 169-174.
16. Akhmedov, B. (2026, February). THE ROLE OF MUSIC IN THE FORMATION OF PERSONALITY. In *International Conference on Social Sciences & Humanities* (Vol. 2, No. 2, pp. 72-76).
17. Akhmedov, B. (2026, February). TECHNICAL AND EXPRESSIVE ASPECTS OF THE CONDUCTING APPARATUS. In *International Conference on Social Sciences & Humanities* (Vol. 2, No. 2, pp. 68-71).
18. Ahmedov, B. S. (2026). Umumta'lim maktablari musiqa darslarida musiqa tinglash jarayonining metodik asoslari. *Science and Education*, 7(2), 182-187.
19. Tajiboyev, E. (2025). O 'ZBEK MILLIY QADRIYATLARINING TARIXIY MEROSI VA ZAMONAVIY JAMIYATDAGI O 'RNI. *Universal xalqaro ilmiy jurnal*, 2(4.3).
20. Tajiboev, E. (2025). ORGANIZATION OF AN OUT-OF-CLASS MUSIC CLUB IN COMPREHENSIVE SECONDARY SCHOOLS. *Развитие и инновации в науке*, 4(2), 13-16
21. Tajiboyev, E. M. (2026). Scientific and pedagogical foundations of developing the skills of listening to national music in higher education system. *Science and Education*, 7(1), 1038-1043.
22. Usmonjanova, G. A. Q. (2026). O 'quvchilarning STEAM ta'lim texnologiyalarini qo'llash asosida muammolarni yechish ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasi. *Science and Education*, 7(2), 157-161.
23. Usmonjanova, G. A. Q. (2026). Musiqiy mashg'ulotlar orqali talabalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasi. *Science and Education*, 7(3), 388-391.
24. Usmonjanova, G. A. Q. (2026). Musiqa ta'limida STEM texnologiyalari va milliy musiqa integratsiyasi. *Science and Education*, 7(3), 392-395.
25. Odilova, G. O. (2026). Musiqa ta'limi yo'nalishi talabalarida ritmik kompetensiyani rivojlantirishning metodik asoslari. *Science and Education*, 7(1), 960-965.
26. Odilova, G. (2025). MUSIQA MADANIYATI DARSLARIDA BOLALAR BILAN ISHLASHDA MULOQOT TEXNOLOGIYASIDA. *Universal xalqaro ilmiy jurnal*, 2(4.3), 367-370.
27. Odilova, G. O. (2026). Musiqa ta'limi orqali bolaga emotsional yondashish tendensiyalari. *Science and Education*, 7(2), 162-168.

28. Gaziyeu, J. J. (2021). STYLISTIC FEATURES OF THE WORK OF FRANZ JOSEPH HAYDN. In *АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ* (pp. 215-217).

29. JURAKHONOVICH, G. J., & KARIMBERDIEVICH, R. K. Renewing the System of the Country and the Role and Significance of Art and Culture in Today's New Level of Modernization in Our Life. *JournalNX*, 6(05), 7-9.

30. Joraxanovich, G. J. (2025). XIX ASR OHIRI XX ASR BOSHLARIDA YEVROPADA MUSIQA PSIXOLOGIYASI RIVOJLANISHI. *Научный Импульс*, 4(37), 157-161.

31. Muhammadjon o'g, O. R. A. (2025, December). RAQAMLI TRANSFORMATSIYA SHAROITIDA PEDAGOGIKA YO 'NALISHI TALABALARI KREATIV FIKRLASH KOMPETENSIYASINI SHAKLLANTIRISHNING INNOVATION METODIKASI. In Partner conferences of the International Scientific Journal Research Focus (Vol. 1, No. 1, pp. 1156-1159).

32. Muhammadjon o'g, O. R. A. (2025). MUSIQA TA'LIMINI BARCHA TALABALAR UCHUN INKLYUZIV TARTIBDA TASHKIL ETISH. “Iqtidorli talabalar ilmiy xabarlar” ilmiy-uslubiy jurnali, 1(2), 3-9.