

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA‘LIM FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

**“JISMONIY MADANIYAT VA SPORT: TA‘LIM
DASTURLARINI TAKOMILLASHTIRISH, MUAMMOLAR VA
YECHIMLAR”**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ПРОГРАММ, ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORT: IMPROVING
EDUCATIONAL PROGRAMS, PROBLEMS AND SOLUTIONS**

Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman

2023 yil 1-2 may

Buxoro – 2023

“INSONGA E’TIBOR VA SIFATLI TA’LIM” yiliga bag‘ishlangan, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 7 martdagi 101- son farmoyishiga asosan Buxoro davlat universitetida xalqaro hamkorlar ishtirokida 2023 yil 1-2 may kunlari “jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar” mavzusida Respublika ilmiy retsenziyalangan onlayn-konferensiya o‘tkaziladi.

Anjumanning maqsadi: Yosh avlodning harakat faolligini optimallashtirish muammolarini hal etishning yangi yo‘llarini izlash, ularning jismoniy tayyorgarligi hamda jismoniy tarbiyasi jarayoniga yangi shakllar va metodlarni joriy qilish bobida metodologik va uslubiy sharoitlarini o‘rganish.

Anjumanning tashkiliy qo‘mitasi:
DASTURIY QO‘MITA

1	O.X.Xamidov	BuxDU rektori, rais
2	R.T.Rasulov	BuxDU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, rais muovini
3	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
4	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
5	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
6	R.X.Kadirov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
7	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
8	X.N.Xakimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
9	N.I.Davronov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
10	A.Sh.Inoyatov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
11	F.B.Muzaffarova	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
12	Q.Q.Qobiljonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini o‘qituvchisi, a‘zo
13	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), kotib

II TASHKILY QO‘MITA

1	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
2	B.B.Qobilov	BuxDU xodimlar va talabalar kasaba uyushmasini raisi, a‘zo
3	U.U.Rashidov	BuxDU moliya va iqtisodiyot ishlari bo‘yicha prorektori, a‘zo
4	G.T.Zaripov	BuxDU I va IPKT bo‘limi boshlig‘i, a‘zo
5	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
6	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
7	Q.P.Arslonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
8	G‘.M.Salimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
9	Sh.Dj.Abdullayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
10	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
11	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
12	A.T.Toshev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
13	R.S.Baymuradov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
14	M.B.Ibragimov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
15	D.I.Kurbanov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
16	H.H.Qurbonov	Sport faoliyati kafedrasini o‘qituvchisi, a‘zo

Barcha ma‘ruza tezislari (maqolalar) tahririyat tomonidan anonimlashtirilgan holatda tekshiriladi va tekshiruvdan ijobiy o‘tgan ma‘ruza tezislari nashr etiladi hamda har bir muallifga elektron SERTIFIKAT beriladi. Ma‘ruza tezislari berilgan ma‘lumot uchun mualliflarning o‘zlari javobgar hisoblanishadi.

Mazkur ilmiy amaliy-anjuman konferensiyada professor-o‘qituvchilar va ilmiy tadqiqotchilar jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishida o‘z ilmiy izlanishlari natijasida tayyorlangan ma‘ruza tezislari (maqolalar) bilan qatnashadi

**6-SHO'BA: MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTI
TARBIYALANUVCHILARINI SPORT TURLARIGA QIZIQTIRISH
ORQALI MUSOBAQALARGA HISSIY-IRODAVIY TAYYORLASH
MUAMMOLARI.**

Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasi o'qituvchisi

A.A.Afraimov

**BOLALAR MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA HARAKATLI
O'YINLARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH**

Annotatsiya Harakatli o'yinlar orqali sog'lom avlodni kamolga etkazish va tarbiyalashning turli yo'l-yo'riqlari, o'ziga xos usullari mavjud bo'lib ayniqsa bolalarning bo'sh vaqtini to'g'ri tashkil qilish, badan tarbiyasi va sport bilan shug'ullantirish, turli milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish, yo'riqchilar va murabbiylar oldida muhim vazifa hisoblanadi. o'quvchilarning bo'sh vaqtini to'g'ri tashkil etishning, shu jumladan ommaviy sport va jismoniy tarbiya milliy sport o'yinlarini boyitish va shular asosida yoshlarimiz o'rtasida keng tashviqot olib borishni kun tartibidagi dolzarb masalalar biridir.

Kalit so'zlar: Tarbiya, ijodiy faollik, harakat, jismoniy harakat, salomatlik, jismoniy mashqlar

Аннотация Существуют различные рекомендации и уникальные методики воспитания и воспитания здорового поколения через активные игры, особенности правильной организации досуга детей, занятия физической культурой и спортом, обучение, обучение различным национальным подвижным играм, считается важной задачей тренеров и инструкторов. одним из актуальных вопросов повестки дня является правильная организация свободного времени студентов, в том числе массово-спортивная и физкультурная, обогащение национальных спортивных игр и проведение на их основе широкой пропаганды среди нашей молодежи.

Ключевые слова: образование, творческая деятельность, движение, физическое движение, здоровье,

Annotation There are various recommendations and unique methods of educating and educating a healthy generation through active games, especially the proper organization of children's leisure, physical education and sports, training, teaching various national outdoor games, is considered an important task for coaches and instructors. one of the topical issues on the agenda is the proper organization of students' free time, including mass sports and physical culture, enrichment of national sports games and the conduct of wide propaganda among our youth on their basis.

Tarbiyachilar, yo'riqchilar harakatli o'yinlarni tashkilotchisi va rahbarlaridir. Biz quyida ular uchun harakatli o'yinlarni tashkil etish va o'tkazish qoidalari xususida batafsil ma'lumot berib o'tamiz. Yuqorida ta'kidlaganimizdek, harakatli o'yinlar bolalarni jismoniy jihatdan o'qib-o'sishlariga, chiniqishlariga organizm va umumiy ish qobiliyatlarining yanada mustahkamlanishni yordam beradi. Bolalarga harakat faoliyatining xilma-xil sharoitlarida erkin harakat qila olish imkonini bera oladigan zarur bilimlarni berish va ulardan kerakli xarakat malakalarini hosil qilish lozim. Ularda turmush faoliyatiga yordam beradigan aqliy va irodaviy hislatlarni tarbiyalash zarur. Bundan tashqari, bolalarda turli o'yinlarga, jismoniy mashqlarga, shuningdek, kun tartibiga rioya qilishga qiziqish uyg'otish, harakatli o'yinlarni mustaqil ravishda tashkil qilish va o'tkazish uchun zarur bilim va malakalar hosil qilish shart. Ularni o'tkazishdan tarbiyachi yoki yo'riqchi tashkilotchilik va tarbiyaviy roli juda ma'suliyatlidir. O'yinni to'g'ri tanlash va bolalar bilim to'g'ri o'tkazish juda muhim ahamiyatga ega. Ammo o'yin turini tanlashning o'zi hamma vaqt xam tarbiyaviy vazifani bajaravermaydi. Bunday harakatli o'yinlar tashkil qilish va o'tkazish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lishi juda muhim. O'yin rahbari bolalarni yaxshi bilgan, har bir o'tkaziladigan o'yinining mazmun va qoidasi bilan mufassal tanishgan, o'qitish jarayonida esa yuksak pedagogik mahoratini namoyish qila olgan taqdiridagina har bir o'yinni ta'lim-tarbiya nuqtai nazardan to'g'ri yo'lga qo'yish mumkin. Tarbiyachi-yo'riqchi o'yinlarni o'rgatish jarayonida pedagogikani didaktik tamoyillaridan foydalanishi va ularning doimo amalga oshirilishiga erishish lozim. Yo'riqchi tarbiyalanuvichlarga yoki bolalarga o'yinni o'rganish jarayonida, uning mazmuni, vazifalarga va qoidalarini tushuntirib beradi. O'yinga ongli munosabatda bo'lish, uni to'g'ri o'rgatish o'z hatolari va muvafaqiyatlarini to'g'ri tushinishi, harakatlarini o'rtoqlarining harakatlariga taqqoslab tahlil qilish imkoni beradi. O'yinning o'tkazish uchun bolalardan hakamlar va hakamlarning yordamchilarini tayinlamoq lozim. Yo'riqchi o'rgatadigan va bolalar tushunib qiladigan harakatlar ularda tashkilotchilik ko'nikmalarini tarbiyalashga yordam berishi kerak.

Yo’riqchi boalar o’ynini qiyinchiliklarini engish bilan bog’langan holda, uni sekin-asta murakkablashtirib borishi lozim. Bu bolalarning irodasini mustahkamlaydi.

Key words: Education, creative activity, movement, physical movement, health,

Yo’riqchi o’yinni o’tkazishga kirishishdan oldin o’yinga aniq vazifalarini belgilab chiqadi, bu vazifalar bolalarning yoshiga ya’ni ularni bajarishga qurbi etadigan bo’lishi maqsadga muvofiqdir. O’yinni tashkil qilish va o’tkazishda imkon boricha bolalarning tashabbuskor bo’lishiga erishish va o’yinda faol ishtirok etishlari uchun ularni rag’batlantirib turish xam yaxshi samara beradi. Bolalar ijodiy faollik ko’rsatib o’yin uynar ekanlar, tashkilotchilik qobiliyatiga ega bo’lib, tarbiyalanmoqdalar. Bir maqsad yo’lida o’rtog’iga yordam berish, mustaqil ravishda yoki o’rtoqlari bilan birga, biror masala yuzasidan qaror qabul qilishi – ijodiy tashabbuskorlik namunasi hisoblanadi. Agar bolalar o’yinni ilgariroq o’zlashtirib olgan bo’lsalar, o’yin paytida ularning faolligi yana ham ortilishi mumkin. O’yin paytida bolalarning faol bo’lishi tarbiyachining o’yinni o’tkazishga qanchalik tayyorgarligiga bog’liqdir. Ma’lumki, har bir o’yinning o’ziga xos xususiyatlari va qiyinchiliklari bo’ladi. Yo’riqchilarimiz shuni yaxshi bilishlari kerakki, to’siq yoki qiyinchiliklarni engish bilan bog’liq bo’lmagan, ya’ni anchamuncha kuch-quvvat sarflanishni talab qilmaydigan o’yinlar bolalarda qiziqish uyg’otmaydi.

Juda oson yoki aksincha, haddan tashqari og’ir o’yinlar ham qiziqarli o’tmaydi, ular bolalarni zeriktiradi. Yo’riqchi o’yinlarni o’rgatishda dastlab onsonlaridan boshlab, asta-sekin qiyinlariga o’tishi lozim. Oddiy va guruhga bo’linmasdan o’ynaladigan o’yinlar oddiy o’yinlar hisoblanadi. Bunday o’yinlarni o’ynash oson. Guruhlarga teng bo’lishib o’ynaydigan o’yinlar sal murakkab va juda murakkab o’yinlardir. Bunday o’yinlarning qoidalari boshqa o’yinlarning qoidalariga qaraganda qiyinroq bo’ladi. Shu boisdan ham tarbiyachilar yoki yo’riqchilar hamma vaqt engil o’yinlardan murakkab o’yinlarga, tanish o’yinlardan notanish o’yinlarga o’tishi ko’zda tutishlari kerak. Shunda bolalar o’yinga qiziqadilar. Yangi o’rganiladigan o’yinlar turiga ko’ra tanish o’yinlarga o’xshash bo’lishi kerak. Ammo bunday o’yinlarda ham bolalarga noma’lum bo’lgan qoidalar va ba’zi bir harakatlar mavjud bo’ladi. Shunday qilib, o’yinlar asta-sekin murakkablasha boradi. Bu esa bolalarda yangi harakat ko’nikmalarni hosil qilishga va ilgari o’rgatilgan texnika elementlarini takomillashtirishga yordam beradi. Harakat ko’nikmalarining shuningdek, o’yinda ilgari ortirilgan bilimlarning puxta o’zlashtirishga erishish uchun mashqlarni doimo takrorlab va mustahkamlab borish zarur. Ammo xadeb bir xil o’yinlarni takrorlayverish ham maqsadga muvofiq emas. Yo’riqchi bolalar o’yinini doimo tekshirib borishi lozim. Shunda o’yindagi kamchiliklar va xatolarni aniqlash hamda ularni o’z vaqtida to’g’rilash mumkin bo’ladi. Bolalarning o’yinlarni puxta o’zlashtirishlari ularga bu o’yinlardan boshqa joylarda mustaqil ravishda foydalanish imkoniyati beradi.

Adabiyotlar

1. А.А.Афраймов Позитивное влияние плавания на здоровье студента Проблемы педагогики, 2020 (pp 77-78)
2. А.А.Афраймов Способы повышения роли гибридных методов физического воспитания в образовательном процессе Проблемы педагогики НАУЧНОМЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ № 9 (57), 2020 (pp72-74)
3. А.А.Афраймов Место уроков физического воспитания в физическом развитии молодежи У Ч Е Н Ы Й Х Х И В Е К А апрель 2019 г международный научный журнал (pp 89-91)
4. А.А. Афраймов, Владения и готовность к использованию в научной квалификационной работой в системы по физическому воспитанию. Scientific progress 2 (4), 763-768
5. Harakatli o’yinhj va uni o’qitish P Xo’layev K.D.Raximqulov B.B.Negmatov, Toshkent 2010
6. Sport o’yinlari va ularni o’qitish metodikasi. B.Nigmanov, F.Xo’jayev, K..Rahimqulov, Toshkent 2016
7. А.А. Афраймов Виды и компоненты физической культуры основа спорта, спортивной подготовки, тренировки. scientific progress 2 (4), 775-780
8. А.А.Афраймов, Методические основы физического воспитания маятник теоретических знаний. scientific progress 2 (4), 769-774
9. А.А. Афраймов, Универсальный помощник для подготовки к физической культуре по предмету плавание. scientific progress 2 (2), 572-579

“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar”

Xojiev Sherali Suvonovich. O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASINING JISMONIY TARBIYA TIZIMIDA MILLIY KURASH TURLARI VA ULARNING AHAMIYATI.....	316
Zafarjon Yusupov. BOSHLANG‘ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIGA GANDBOLCHILARNI SARALASHDA CHAQQONLIK SIFATINI NAZORAT QILISH USULLARI	320
Zafarjon Yusupov. YOSH GANDBOLCHILARNI TANLAB OLISHDA KARDIORESPERATOR KO‘RSATKICHLARINI TAXLIL QILISH USULLARI	321
Zafarjon Yusupov. GANDBOLCHI QIZLARDA SARALASHDA TEZKORLIK SIFATINI MAJMUAVIY NAZORAT QILISH YO‘LLARI.....	323
Zafarjon Yusupov. YOSH DARVAZABONLARNI SARALASHDA TEXNIK-TAKTIK XARAKATLARINI ANIQLASH USULLARI.....	325
Зафаржон Юсупов. 13-14 ЁШЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ САРАЛАШДА ТЕХНИК УСУЛЛАРИГА ЎРГАТИШ ВОСИТАЛАРИ ВА УЛРНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ	326
Зоир Юсупов. ГАНДБОЛ ИХТИСОСЛИГИ ТАЛАБАЛАРИ СПМО МАШҒУЛОТЛАРИДА ХУЖУМ ТЕХНИК ФАОЛИЯТИНИ СИФАТ ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШ ВА ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ.	329

5-sho‘ba: Jismoniy tarbiya hamda chaqiriqacha yoshlarni harbiy tayyorlash fani o‘qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda deontologiya.....

Черникова Елена Николаевна, Закирова Рената Ренатовна. УКРЕПЛЕНИЮ И ПОДДЕРЖКИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВЕЛОСИПЕДНОЙ ЕЗДЫ	333
Дўстов Бахтиёр Акмалович, Бафоев Шахбоз. ЎЗБЕКИСТОНДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТИЗИМИНИНГ АСОСИЙ ҚОНУНИЯТЛАРИ.....	335
Yoldashov Sh.S., Mamishev O.E., Ibodullayev D.R. OTNI BOSHQARISHNING ASOSIY VOSITALARI VA USULLARI	339
Mamishev O.E., Ibodullayev D.R. OT SPORTIDA LIHOZLAR XUSUSIYATLARI VA TURLARI ...	341
Мамуров Улуғбек Ибрагимович. ЁШ ВАТАНПАРВАРЛАР ТАРБИЯСИДА ИСЛОМИЙ ТАЪЛИМОТНИНГ ЎРНИ.....	342
Nazarov Tohir Toshpo‘lotovich. CHAQIRIQQACHA HARBIY TA’LIM YO‘NALISHIDA FAOLIYAT YURITAYOTGAN OFITSER-O‘QITUVCHILARNING DIDAKTIK JARAYONLARINI LOYIHALASH STRATEGIYALARI.....	344
Rajabova M. JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA YOSHLARNI TARBIYALASH YO‘LLARI	346
H.Safoyev. Chaqiruvga qadar boshlang‘ich tayyorgarlik fanini o‘qitish orqali talabalarni harbiy vatanparvarlik darajasini oshirish yo‘llari.....	349
H.Safoyev. CHAQIRUVGA QADAR BOSHLANG‘ICH TAYYORGARLIK FANINI O‘QITISH ORQALI TALABALARNI HARBIY VATANPARVARLIK DARAJASINI OSHIRISH YO‘LLARI.	351
Abduraxmanov Sherzod Nazarbeyeovich. O‘QUVCHILARDA VATANGA E‘TIQODNI SHAKLLANTIRISHDA XALQ MAQOLLARI VA ERTAKLARINING TARBIYAVIY IMKONIYATLARI.....	353

6-sho‘ba: Maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyalanuvchilarini sport turlariga qiziqtirish orqali musobaqalarga hissiy-irodaviy tayyorlash muammolari.

A.A.Afraimov. BOLALAR MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA HARAKATLI O‘YINLARNI TASHKIL ETISH VA O‘TKAZISH	355
Allamberganova Raushana Duisenbay Qizi. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI ASOSIY GIMNASTIKA VOSITALARI YORDAMIDA SPORT BILAN SHUG‘ULLANISHGA TAYYORLASH	357
Ibotova Marjona Otabek qizi. YOSH GIMNASTIKACHILARNI SPORTGA SARALASH VA YO‘NALTIRISH ASOSLARI	358
Ibragimov Alisher Karomatovich, Ozodov Oxunjon Qobil o‘g‘li. BOLALAR MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA HARAKATLI O‘YINLARNI TASHKIL ETISH VA O‘TKAZISH..	360
Ibragimov Manuchexr Baxtiyorovich, Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi. BOLALARNING KUNDALIK HAYOTIDA JISMONIY TARBIYA BO‘YICHA ISHLARNI TASHKIL ETISH	362
Ibragimov Alisher Karomatovich, Ozodov Oxunjon Qobil o‘g‘li. 5-8 YOSHLI GIMNASTIKACHILARNING MORFOFUNKSION HOLATINING ANIQLASH XUSUSIYATLARI	363
М.Б.Ибрагимов. МАКТАБГАЧА ТАРБИЯ ЁШИДАГИ БОЛАЛАР ИҚТИДОРНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ОМИЛЛАРИ	365