“JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA INNOVATSION YONDASHUVLAR”
XALQARO ILMIY-AMALIY ONLAYN ANJUMANI
2021 yil 24 aprel

МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ
«ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
24 апреля 2021 года

INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL ONLINE CONFERENC
“INNOVATIVE APPROACHES IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT”
April 24, 2021

УДК: 796.011..001

“Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида инновацион ёндашувлар” халқаро илмий-амалий онлайн анжумани тўплами. – Чирчиқ: 2021. – 504 б.

Масъул муҳаррир:
п.ф.н., доцент Д.Х. Умаров

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Услубий Кенгашининг қарорига асосан нашрга тавсия этилди.

Ташкилий қўмита:

М.Р. Болтабаев	Ректор, раис
К.Ф. Баязитов	Илмий ишлар ва инновациялар бўйича прорсктор, раис ўринбосари
И. Ахмедов	Ўқув ишлари бўйича проректор, аъзо
Ш.С. Мирзанов	Ёшлар билан ишлаш бўйича проректор, аъзо
Б.Р. Бобожонов	Молия ва иқтисод ишлари бўйича прорсктор, аъзо
Д.Н. Арзиқулов	Спортни бошқариш ва касбий фанлар факультети декани в.б., аъзо
Х.О. Турсунов	Университет Ёшлар иттифоқи бошланғич ташкилоти етакчиси, аъзо
Ш. Ражабов	Ахборот тсхнологиялари маркази бошлиғи, аъзо
А.Н. Шопулатов	Илмий-педагогик кадрлар тайёрлаш бўлими бошлиғи, аъзо
Д.Х. Умаров	“Жисмоний тарбия, спорт назарияси ва услубияти” кафедраси мудири, аъзо
Р.С. Саломов	“Жисмоний тарбия, спорт назарияси ва услубияти” кафедраси профессори, аъзо
Ф.А. Керимов	“Жисмоний тарбия, спорт назарияси ва услубияти” кафедраси профессори, аъзо
Л.З. Холмуродов	“Жисмоний тарбия, спорт назарияси ва услубияти” кафедраси доценти в.б., котиб

Халқаро илмий-амалий анжумани материаллари тўпламида Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг Ҳаракатлар стратегияси асосида жисмоний ва спорт тайёргарлигининг назарий-методологик асослари; мактабгача ва бошлашғич таълимда жисмоний тарбия ва спортнинг ташкилий-услубий масалалари; болалар ва ўсмирлар спортини ривожлантиришда оммавий спортнинг ўрни; адаптив жисмоний тарбия ва спортининг долзарб муаммолар ва ечимлари муаммоларига бағишланган тадқиқотлар муҳокамаси ўрин олган.

Тўпламда нашр этилган мақолалардаги маълумотларнинг ҳаққонийлигига муаллифлар масъулдирлар.

образа жизни студентов вуза; во-вторых, выделили особенности деятельности вуза по сохранению и укреплению здоровья студентов и формированию у них здорового образа жизни; в-третьих, выявили педагогические условия: формирование здорового образа жизни студентов вуза в условиях аудиторной и внеаудиторной деятельности в процессе физического воспитания; проанализировали использование педагогических технологий в формировании здорового образа жизни. Предложенная логика эксперимента предполагала последовательное и комплексное решение задач на данном этапе исследования. Исследование, проведённое нами, позволило выделить две группы факторов: факторы, укрепляющие здоровье студентов факторы, ухудшающие здоровье. Данные анализа показывают, что проявлениями здорового образа жизни у студентов является физическая культура и занятия. Самыми нераспространёнными факторами здорового образа жизни у всех студентов является утренняя гимнастика и самостоятельные физические упражнения в течение дня, а также занятия физкультурой и спортом постоянно.

Таким образом, проведенное нами исследование показало, что при оценке своего здоровья и своего отношения к здоровому образу жизни у большинства респондентов прослеживается недостаточный уровень знаний и умений по сохранению, развитию здоровья и здорового образа жизни. По ходу исследование студентам предлагалось выполнять индивидуальные задания, выполнять реферативную работу, принять участие в написании научных статей.

В заключение исследование показали формирования здорового образа жизни студентов в целом хорошую скоординированность концептуальных положений организации воспитательно-образовательной деятельности и наличие интереса к ведению здорового образа жизни и потребности в развитии здоровье сберегающей компетентности.

Литература

1.Букреева Н. А. Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов вуза. – Кемерово. образования, 2013. – № 13(11).

2.Григорьева С. А., Мусохранов А. Ю. Ценности физической культуры как фактор формирования общекультурных компетенций // Перспективы науки. – 2014. – № 11 (62). – С. 65–68.

3. Меленкова Н. А. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья, здорового образа жизни студентов вуза Кемерово: Кузбас. регион. ин-т развития проф. образования, 2016. – № 1(21). – С. 161–164.

AXLOQ, MEXNAT VA ESTETIK TARBIYANING JISMONIY TARBIYADA TUTGAN O‘RNI

Afraimov A.A.
Buxoro davlat universiteti
Jismoniy madaniyat nazariyasi va *uslubiyotikafedrasi o'qituvchi*si

***Аннотация**:В статье изложены мнения о важности воспитания в обеспечении преемственности, роли и непрерывности физического воспитания в умственном,нравственном, трудовом и эстетическом воспитании. Изучены вопросы превращения эстетического воспитания в социально-духовную необходимость и его влияние на эффективность качества образования.*

***Ключевые слова:** воспитание, коктейль, мораль, эстетика*

Dolzarblik Jismoniy tarbiya soxasidagi maxsuz bilimlar jismoniy tarbiya jarayonidagi aqliytarbiyaning asosiy vositasi xisoblanadi. O'qituvchi bilimlarga tayangan xoldashug'ullanuvchilarni harakat amallariga o'rgatishda ularning tafakkurinirivojlantiradi.

Tadqiqot maqsadi insonni aqliy, ahloqiy va estetik tarbiyalash.Jismoniy tarbiya jarayonida insoniy fazilatlarini tarbiyalash muhim vazifa xisoblanadi.Do`stlarga munosabat, jamoatchilik ruhi, odillik, mehnatsevarlik, mardlik kabi ahloqiy sifatlar shakllanadi.

Tarbiya – muayyan, aniq maqsad hamda ijtimoiy-tarixiy tajriba asosida shaxsni har tomonlama o‘stirish, uning ongi, xulq-atvori va dunyoqarashini tarkib toptirish jarayoni. Boshqacharoq talqin etilganda, tarbiya yosh avlodni muayyan maqsad yo‘lida har tomonlama voyaga etkazish, unda ijtimoiy ong va xulq-atvorni tarkib toptirishga yo‘naltirilgan faoliyat jarayonidir. Jisman etarli darajadagi rivojlanganlik normal aktuliy rivojlanishga sharoit yaratadi."Har kanday mehnat-bu aqliy, jismoniydir. Agar aqliy va jismoniy mehnat orasidagi farqni ajratsak, bittasida asosiy rolni miya, ikkinchisida muskullar uynaydi. Miyaning faoliyati muskullarning o‘zaro faoliyatiga, muskullar faoliyati esa miyaning boshqarishi orqali amalga oshiriladi",- degan edi CHernishevskiy.Jismoniy bilimlar asoschisi P.F.Lesgaft ko‘rsatganidek, aqliy va jismoniy rivojlanish bir-biri bilan uzviy bog‘liq. Aklning o‘sishi va rivojlanishi o‘z navbatida jismoniy rivojlanishni takazo qiladi.Jismoniy tarbiyaning vazifasi shunda muvaffaqiyatli xal qilinadiki, shug‘ullanuvchilar jismoniy mashqlarni ongli ravishda tushunib bajarsalar yoki ular sport mashg‘ulotlariga qiziqib, tashabbus ko‘rsatib ijodiy yondashsalar, organizmda harakat malakalarini to‘g‘ri shakllanishi, funksional qobiliyatlarini rivojlanishi uchun umumiy maxsus bilimlarga tayanishlari lozim bo‘ladi.

Har qanday jamiyat azal-azaldan o‘zining axloq normalari va ularning talablari bilan biri-biridan ajralib turgan, ayrim holda keskin farqlangan. Bu talablar va normalardan jamiyatning mavkei, o‘rni, darajasini belgilash, baholashda foydalanilgan. Axlokiy tarbiya ularga jamiyat a'zolari rioya qilishidek zarur muammolarni hal qilishda jismoniy mashklar bilan shug‘ullanish mashg‘ulotlari, sport trenirovkalari, turli xil musobaqalar va ko‘ngil ochish tadbirlari axloq normalarini shakllanishi, tarbiyalanishida vosita rolini hozirgi kunda xam o‘ynab kelmoqda. O‘zaro munosabat, muloqot, umuminsoniy qadriyatlar, millati, xalqi, davlati, shon-shuhrati uchun kayg‘urish hissiyoti jismoniy tarbiya jarayonida to‘g‘ridan-to‘g‘ri tarbiyalangan. Mamlakat sportchisining axloqi — bu, millat vakili, mavjud jamiyat kishisining axloqidir. sportchining axloq normalari maxsus, alohida emas. Ular ham mazkur jamiyatning oddiy a'zosining axloqi normatridan farq qilmaydi. «Sportchining axloqi» degan axloqni tuzushga urinish sharq xalqlari axlok normalaridan uzoqlashishga olib keladi.Biz qisqa fikrli, tor o‘ylaydigan faqat sport bilan shug‘ullanadigan baquvat, yaxshi xazm. qilish organlariga ega bo‘lganlarni emas, fikrlar doirasi keng, ma'naviy boy, kirishuvchan, tashkilotchilik qobiliyati yaxshi bo‘lgan individni tarbiyalashni nazarda tutmog‘imiz lozim. Bu sifatlar ko‘proq navqiron mamlakatimiz yoshlari uchun taaluqlidir.

Mehnat tarbiyasi - tarbiyaning muhim turi, shaxsni shakllantirishning zarur shartlaridan biri bo‘lgan pedagogik jarayon. Mehnat tarbiyasi kishidan ijtimoiy foydali mehnatga ichki ehtiyoj, institutizom, batartiblik, tashkilotchilik, tashabbuskorlik, ishchanlik, ishning ko‘zini bilish singari sifatlarni qaror toptirishga xizmat qiladi. Mehnat inson ehtiyojlarini qondirishning birinchi va asosiy vositasi bo‘lganligi uchun ham Mehnat tarbiyasi tarbiyaning boshqa hamma turlaridan oldin paydo bo‘lgan. mehnat tarbiyasi g‘oyat keng falsafiy-pedagogik kategoriya bo‘lib, "mehnat ta’limi", "kasbga yo‘naltirish", "politexnik ta’lim", "kasb ta’limi" singari tu-shunchalarni o‘z ichiga oladi. Mehnat tarbiyasi berish hamma zamonlarda ham jamiyat taraqqiyotining asosi, yoshlarni hayotga tayyorlashning eng muhim vositasi bo‘lib kelgan. Shuning uchun ham barcha ilo-hiy kitoblar va hamma mutafakkirlar tomonidan yaratilgan bitiklarda Mehnat tarbiyasi ga katta e’tibor berilgan. Lekin ularga materialist (moddiyunchi)lardan farqli tarzda Mehnat tarbiyasi deyilganda faqat jismoniy mehnatga doir ko‘nikma va malakalarni shakllantirish ko‘zda tutilmagan. Mehnat tarbiyasi, avvalo, oilada bola o‘zini anglay boshlashi bilanoq amalga oshirila boradi. Jumladan, chaqaloklar go‘daklik bosqichiga o‘tishlari bilanoq, ularga dastlabki Mehnat tarbiyasi berila boshlanadi. Shunday qilinmasa, bola faqat iste’molchiga aylanib qoladi va natijada u noshud va yalqovgina emas, ma’naviyati kemtik shaxs ham bo‘lib shakllanishi mumkin.

Jismoniy tarbiya jarayonida estetik tarbiyaning ham alohida vazifalari xalkilinadi va yo‘lga qo‘yiladi:

- Muomila estetikasini tarbiyalash. Gimnastika, sport, o‘yinlar, turizm, yuqorida bayon etilganidek, insonning barcha xususiy tomonlarini namoyon qiladi. Sportchilarning yurishturishi sport hayotiy jarayoni va undan tashqaridahavas qilgudeqdir. CHunki uning asosida sharq xalqlari axloq normalari yotadi. YOmon muomala estetikaga zid deb baxr beriladi.
- Inson gavdasining ko‘rinishi, shakli-shamoyilini ta'minlanadi. Jismonan garmonik rivojlangan

odam gavdasining chiroyliligi, sog'likning hayotiy qobiliyatlarining yaxshiligi belgisidir. CHernishevskiy: «inson go'zalligi haqida gapirar ekanmiz, uning tarkibiy qismi shuni belgilaydiki, bizda u ajoyib taassurot qoldiradi. Unda hayot namoyon bo'ladi, biz uni tushunamiz», - degan edi.

- Go'zallikni qabul qila bilish qobiliyatini, sport texnikasi, harakatlar nafisligi ifodasida yashirin go'zallikni his qila olishni tarbiyalash yotadi. Harakat texnikasi go'zallik, harakat nafosati, uning mazmunini ifodalashning o'zi ham go'zal.

Jismoniy tarbiya jarayonida foydalanilayotgan harakat faoliyati bir-biriga o'xshash emas. Lekin ularning har biri yugurishning chiroyliligi, balandlikka sakrash, rekord og'irlikni ko'tarishi texnikasi, gimnastika snaryadlarida «ishlash mahorati»-hammasi go'zal.

Futbol maydonidagi o'yinga qarab baxr berish: «chiroyli o'yin bo'ldi», «o'yin juda qiziqarli chiqdi», «jamoa hujum paytida to'p bilan muomala san'atining yuqoriligini chiroyli namoyish qildi» deb va hokazolar.

Sportdagi harakat go'zalligini tushunish tomoshabin yoki shug'llanuvchiga huzur bahsh etadi. Sport kurashida go'zallikni, chiroylilikni ko'ra olsak, bu bizning estetik didimizni, saviyamizni darajasini ko'rsatadi.

Boksga estetik sport turi emas, deb baho beradilar. Bu mulohaza to'g'ri.mi? YUqori texnik tayyorgarlikka ega bo'lgan bokschilar harakati olam-olam zavq beradi. Qolaversa ruhiy, axloqiy, jismoniy sifatlarni rivojlantiradi, namoyon qiladi. YAxshi bokschi mard, prodali, botir bo'lishi amaliyotdan anik. Did bilan tushunib, tomosha qila olishni o'zi estetik zavk beradi, uni tarbiyalaydi. Takomillashgan harakat texnikasi, avtomatizm darajasidagi harakat ko'nikmasiga ega bo'lgan sportchi yoki fizkulturachilar harakat faoliyatini erkin, ravon, keraksiz kuch sarflashlarsiz, keraksiz harakatlarsiz bajaradilar.

Adabiyotlar ro`yxati

1. Abdullaev A Xonkeldiev SH.X.Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti 2005
2. Jismoniy tayyorgarlik asoslari o'quv-uslubiy qo'llanma Toshkent 2010

СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИНИ ТАРҒИБ ҚИЛИШ ҲАМДА ОММАВИЙ СПОРТНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА МАРКЕТИНГ ХИЗМАТЛАРИНИ САМАРАДОРЛИГИ

Бобожонов Бахтиёр Рўзимович

Катта ўқитувчи

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети

Чирчиқ, Ўзбекистон

Аннотация: *Данная статья направлена на развитие массового спорта и укрепление здоровья населения через маркетинговые услуги в учреждениях физкультурно-спортивного образования.*

Ключевые слова: *маркетинговые услуги, массовый спорт, Warkout, общественное здоровье.*

Мавзунинг долзарблиги. Таҳлилларга кўра жисмоний тарбия ва спорт таълим муассасаларида маркстинг хизматлари самарадорлиги бўйича илмий изланишлар олиб борилган бўлсада, Чирчиқ шаҳар аҳолсининг маркетинг хизматларига талабини таҳлил қилиб ўрганишимизда шунга амин бўлдикки, аҳоли саломатлигини яхшилашда бепул шуғилланиш учун спорт базалари мавжуд эмаслиги аниқланди. Эътироф этиш жоизки жисмоний тарбия ва спорт таълим муассасаларида маркетинг хизматлари самарадорлиги юзасидан илмий тадқиқот ишлари кўп бўлишига қарамай, ҳозирги кунга қадар жисмоний тарбия ва спорт таълим муассасаларида маркетинг хизматларини ривожлантирувчи воситалар бўйича илмий асосланган тавсиялар тўлиқ ёритиб берилмаган. Мазкур ҳолат мавзунинг долзарблигини белгилаб беради.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 3 июндаги ПҚ-3031-сонли «Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги

Хасанов А.Х. ЖТСМИМТҚТМОМСФ. Малака ошириш сохасида инновацион ёндашувлар.......... 381

Хасанов А.Т., Жалилов У.Ж., ФарДУ. Ҳарбий таълим факультети талабаларининг касбий жисмоний тайёргарлигини такомилллаштириш омиллари 383

Холиқов У.Қ. ГулДУ. Жуманов Э.М. ЎзДЖТСУ. Бошланғич синф ўқувчиларда шахмат ўйинини оммавийлаштиришда жисмоний тарбия ва спорт 385

Khanturaev N.A. USUPES.The role of action and movemant games in the physical development of preschool-age children.......... 388

Хуррамов Ж. ҚарДУ, Н.Махмудова ҚарДУ талаба. Мактаб ўқувчилари билан туристик сайрлар ўтказиш услублари.......... 391

Хуррамова Н. ЎзДЖТСУ. Курбанова Н. ЎзДЖТСУ. Мактабгача ёшдаги болаларни сузиш спорт турига ўргатиш.......... 393

Ялгошев Р. ЎзДЖТСУ, талаба. Кушбакова С. Мактабгача ёшдаги болаларга сузишни ўйинлар орқали ўргатиш.......... 395

4-ШЎЪБА. ОММАВИЙ СПОРТ ВА СОҒЛОМЛАШТИРИШ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ СОҲАСИДА ИННОВАЦИОН ЁНДАШУВЛАР

Алимжанова С.И. УзГУФКС. Здоровый образ жизни молодёжи в воспитательно-образовательном процессе.......... 399

Афраимов А.А., БухДУ. Ахлоқ, мехнат ва эстетик тарбиянинг жисмоний тарбияда тутган ўрни.......... 401

Бобожонов Б.Р. ЎзДЖТСУ. Соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш ҳамда оммавий спортни ривожлантиришда маркетинг хизматларини самарадорлиги 403

Бобожонов Б.Р. ЎзДЖТСУ. Хизмат кўрсатиш соҳаси сифатида жисмоний тарбия ва спортда маркетинг фаолиятининг асосий йўналишлари ва уларнинг тавсифи.......... 405

Валиева Н.Й. ЎзДЖТСУ. кекса ёшдаги инсонларга соғломлаштирувчи гимнастика машқларини қўллаш.......... 408

Крамской С.И., Амельченко И.А. БГТУ им. В.Г. Шухова, Егоров Д.Е. НИТУ. Развитие электронных образовательных программ в оздоровительной физической культуре.......... 410

Маматова.М.К. ЎзДЖТСУ магистрант. Нодавлат нотижорат спорт ташкилотларида инновацион бошқариш тизимининг ўзига хос хусусиятлари. 414

Набиев Т.Э. НУУз имени Мирзо Улугбека, Таланцева В.К. ФГБОУ ВО «ЧГАУ» Проблемы сохранения и укрепления здоровья гражданского населения независимо от возраста и пола.......... 416