

ISSN 2412-8236
СООТВЕТСТВУЕТ
ГОСТ 7.56-2002

№10(61). ОКТЯБРЬ 2020



ACADEMY

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ



Academy 9 (60)

ШВЕЙЦАРСКАЯ ВЫСШАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ШКОЛА ЦУРИХА (ШВЕЙЦАРИЯ). ВУЗ ОСНОВАН В 1855 ГОДУ



ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ»
WWW.SCIENCEPROBLEMS.RU
ЖУРНАЛ: WWW.ACADEMICJOURNAL.RU



РОСКОМНАДЗОР
СВИДЕТЕЛЬСТВО ПИ № ФС 77-62019



НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ
БИБЛИОТЕКА
LIBRARY.RU

Google™
scholar



ISSN 2412-8236 (Print)
ISSN 2542-0755 (Online)

Academy

№ 10 (61), 2020

Российский импакт-фактор: 0,19

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Главный редактор: Вальцев С.В.

Заместитель главного редактора: Ефимова А.В.

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

Подписано в печать:

12.10.2020

Дата выхода в свет:

14.10.2020

Формат 70x100/16.

Бумага офсетная.

Гарнитура «Гаймс».

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 5,03

Тираж 1 000 экз.

Заказ № 3547

ИЗДАТЕЛЬСТВО

«Проблемы науки»

**Территория
распространения:
зарубежные страны,
Российская Федерация**

Журнал зарегистрирован
Федеральной службой по
надзору в сфере связи,
информационных
технологий и массовых
коммуникаций
(Роскомнадзор)
Свидетельство
ИИ № ФС77 - 62019
Издается с 2015 года

Свободная цена

Абдуллаев К.Н. (д-р филос. по экон., Азербайджанская Республика), *Алиева В.Р.* (канд. филос. наук, Узбекистан), *Акбулаев Н.Н.* (д-р экон. наук, Азербайджанская Республика), *Аликулов С.Р.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Ананьева Е.П.* (д-р филос. наук, Украина), *Асатурова А.В.* (канд. мед. наук, Россия), *Аскарходжаев Н.А.* (канд. биол. наук, Узбекистан), *Байтасов Р.Р.* (канд. с.-х. наук, Белоруссия), *Бакико И.В.* (канд. наук по физ. воспитанию и спорту, Украина), *Бахор Т.А.* (канд. филол. наук, Россия), *Баулина М.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Блейх Н.О.* (д-р ист. наук, канд. пед. наук, Россия), *Боброва Н.А.* (д-р юрид. наук, Россия), *Богомолов А.В.* (канд. техн. наук, Россия), *Бородай В.А.* (д-р социол. наук, Россия), *Волков А.Ю.* (д-р экон. наук, Россия), *Гавриленкова И.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Гарагонич В.В.* (д-р ист. наук, Украина), *Глуценко А.Г.* (д-р физ.-мат. наук, Россия), *Гринченко В.А.* (канд. техн. наук, Россия), *Губарева Т.И.* (канд. юрид. наук, Россия), *Гутникова А.В.* (канд. филол. наук, Украина), *Датий А.В.* (д-р мед. наук, Россия), *Демчук Н.И.* (канд. экон. наук, Украина), *Дивненко О.В.* (канд. пед. наук, Россия), *Дмитриева О.А.* (д-р филол. наук, Россия), *Доленко Г.Н.* (д-р хим. наук, Россия), *Есенова К.У.* (д-р филол. наук, Казахстан), *Жамулинов В.Н.* (канд. юрид. наук, Казахстан), *Жалдошев С.Т.* (д-р мед. наук, Кыргызская Республика), *Зеленков М.Ю.* (д-р.полит.наук, канд. воен. наук, Россия), *Ибадов Р.М.* (д-р физ.-мат. наук, Узбекистан), *Ильинских Н.Н.* (д-р биол. наук, Россия), *Кайрақбаев А.К.* (канд. физ.-мат. наук, Казахстан), *Кафтаева М.В.* (д-р техн. наук, Россия), *Кикидзе И.Д.* (д-р филол. наук, Грузия), *Клинок Г.Т.* (PhD in Pedagogic Sc., Болгария), *Кобланов Ж.Т.* (канд. филол. наук, Казахстан), *Ковалёв М.Н.* (канд. экон. наук, Белоруссия), *Кравцова Т.М.* (канд. психол. наук, Казахстан), *Кузьмин С.Б.* (д-р геогр. наук, Россия), *Куликова Э.Г.* (д-р филол. наук, Россия), *Курманбаева М.С.* (д-р биол. наук, Казахстан), *Курпаянди К.И.* (канд. экон. наук, Узбекистан), *Линькова-Даниельс Н.А.* (канд. пед. наук, Австралия), *Лукиенко Л.В.* (д-р техн. наук, Россия), *Макаров А.Н.* (д-р филол. наук, Россия), *Мацаренко Т.Н.* (канд. пед. наук, Россия), *Мейманов Б.К.* (д-р экон. наук, Кыргызская Республика), *Мурадов Ш.О.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Мусаев Ф.А.* (д-р филос. наук, Узбекистан), *Набиев А.А.* (д-р наук по геонинформ., Азербайджанская Республика), *Назаров Р.Р.* (канд. филос. наук, Узбекистан), *Наумов В. А.* (д-р техн. наук, Россия), *Овчинников Ю.Д.* (канд. техн. наук, Россия), *Петров В.О.* (д-р искусствоведения, Россия), *Радкевич М.В.* (д-р техн. наук, Узбекистан), *Рахимбеков С.М.* (д-р техн. наук, Казахстан), *Розыходжаева Г.А.* (д-р мед. наук, Узбекистан), *Романенкова Ю.В.* (д-р искусствоведения, Украина), *Рубцова М.В.* (д-р социол. наук, Россия), *Румянцев Д.Е.* (д-р биол. наук, Россия), *Самков А. В.* (д-р техн. наук, Россия), *Саньков П.Н.* (канд. техн. наук, Украина), *Селитренникова Т.А.* (д-р пед. наук, Россия), *Сибирцев В.А.* (д-р экон. наук, Россия), *Скрипко Т.А.* (д-р экон. наук, Украина), *Сопов А.В.* (д-р ист. наук, Россия), *Стрекалов В.Н.* (д-р физ.-мат. наук, Россия), *Стукаленко Н.М.* (д-р пед. наук, Казахстан), *Субачев Ю.В.* (канд. техн. наук, Россия), *Сулейманов С.Ф.* (канд. мед. наук, Узбекистан), *Трегуб И.В.* (д-р экон. наук, канд. техн. наук, Россия), *Уноров И.В.* (канд. юрид. наук, д-р ист. наук, Россия), *Федоськина Л.А.* (канд. экон. наук, Россия), *Хитмухина Е.Г.* (д-р филос. наук, Россия), *Цуцулян С.В.* (канд. экон. наук, Республика Армения), *Чиладзе Г.Б.* (д-р юрид. наук, Грузия), *Шаминина И.Г.* (канд. пед. наук, Россия), *Шаритов М.С.* (канд. техн. наук, Узбекистан), *Шевко Д.Г.* (канд. техн. наук, Россия).

© ЖУРНАЛ «ACADEMY»

© ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ»

Содержание

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	3
<i>Кадилова Д.Н., Хамраева С.Б., Рахимходжаев С.С. ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ПОЛУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ЛЕНТ.....</i>	<i>3</i>
<i>Хамраева С.Б., Кадилова Д.Н., Рахимходжаев С.С. ИССЛЕДОВАНИЕ СВОЙСТВ ТЕХНИЧЕСКИХ ЛЕНТ.....</i>	<i>8</i>
<i>Хамраева С.Б., Бекназарова Н.Т., Кадилова Д.Н. ОСОБЕННОСТИ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ОФОРМЛЕНИЯ ТКАНЫХ ПОЛОТЕН.....</i>	<i>11</i>
<i>Кодиров И.Н. РАСЧЕТ ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ИСПОЛЬЗОВАННЫХ СЕРОСОДЕРЖАЩИХ ГОРЮЧИХ БРОСОВЫХ ГАЗОВ НЕФТЕПЕРЕРАБАТЫВАЮЩИХ ЗАВОДОВ, В ЦЕЛЯХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИХ КАК ТОПЛИВА ДЛЯ ГТУ.....</i>	<i>14</i>
ИСТОРИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	16
<i>Копьева А.А. ПРИЧИНЫ ПАДЕНИЯ ПЕРВОГО АФИНСКОГО МОРСКОГО СОЮЗА.....</i>	<i>16</i>
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	18
<i>Патякина Ю.В. ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ СТЕПЕНИ ВЛИЯНИЯ ВОЗМОЖНЫХ УГРОЗ НА КАДРОВУЮ СОСТАВЛЯЮЩУЮ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ.....</i>	<i>18</i>
ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	22
<i>Умурзакова А.У. ЛЕКСИКО-СЕМАНТИЧЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ В ТЕРМИНОСИСТЕМЕ «ТУРИЗМ».....</i>	<i>22</i>
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	25
<i>Zaripova G.K., Sayidova N.S., Norova F.F., Abduakhadov A.A. FEATURES OF THE CREDIT AND MODULAR SYSTEM IN HIGHER EDUCATION.....</i>	<i>25</i>
<i>Рустамов Х.Ш. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИДАКТИЧЕСКОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ МАТЕМАТИКЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ.....</i>	<i>29</i>
<i>Хаятов Х.У., Тахиров Б.Н. ПОСТАНОВКА ОБРАТНОЙ ЗАДАЧИ ДЛЯ УРАВНЕНИЙ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ ФИЗИКИ.....</i>	<i>32</i>
<i>Атамуратов Ж.Ж. РОЛЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В ПРОЕКТИРОВАНИИ ЭТАПОВ ПОСТРОЕНИЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ.....</i>	<i>35</i>
<i>Абитова Ж.Р. ДЕСЯТЬ ПРИЧИН, ПОЧЕМУ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ТАК ВАЖНА В ШКОЛАХ.....</i>	<i>39</i>
<i>Акрамова Г.М. КАК ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛАХ ПРИНОСИТ ПОЛЬЗУ УЧАЩИМСЯ.....</i>	<i>41</i>
<i>Арслонов К.П., Джусраев Ж.Р. РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОДЕЙСТВИИ ЛИЧНОСТНОМУ И СОЦИАЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ УЧАЩИХСЯ.....</i>	<i>44</i>
<i>Джусраева М.З. РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЫХ ПРИВЫЧЕК У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ.....</i>	<i>47</i>
<i>Касимова С.Б. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ К УЧЁБЕ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ.....</i>	<i>49</i>
МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ.....	52
<i>Суворов С.А., Толстокоров С.А. КОМПЛЕКСНАЯ ТЕРАПИЯ БОЛЬНЫХ ХРОНИЧЕСКИМИ ДЕРМАТОЗАМИ.....</i>	<i>52</i>
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	55
<i>Наринская В.Д. КОНФЛИКТ ИНТРОЕКТОВ ЖЕНСКОГО И МУЖСКОГО КАК ДЕТЕРМИНАНТА НАРУШЕНИЯ АДАПТИВНОСТИ ИНДИВИДА.....</i>	<i>55</i>

6. Физическая активность способствует формированию **красивого тела** у подростков, особенно среди девочек. В наш век социальных сетей и социального давления, заставляющего выглядеть определенным образом, это имеет первостепенное значение.

7. Спорт учит детей **развивать самодисциплину**. Они могут применять этот самоконтроль во всех аспектах своей жизни, от хорошего контроля над своими эмоциями до большей мотивации к учебе.

8. Физкультура помогает детям **развить уверенность в себе**. Это может иметь положительный аспект во всех сферах их жизни, таких как их личные отношения и способность быстро интегрироваться и заводить друзей, чтобы думать о своих будущих целях.

9. Спорт помогает детям **развивать моторику** и укреплять мышцы. По мере развития мелкой моторики дети будут лучше писать от руки или играть на музыкальном инструменте.

10. Дети, которые регулярно занимаются спортом, **улучшили свое поведение в школе**.

Известно, что спорт может принести много пользы, и поэтому необходимо уделять занятиям физкультуры приоритет, которого они заслуживают. Вот почему каждый ученик в настоящее время должен участвовать в **ежедневных** спортивных занятиях в рамках своего академического расписания.

Список литературы

1. *Копылов Ю.А.* Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. М.: Арсенал образования, 2018. 393 с.
 2. *Кузнецов В.С.* Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. М.: Просвещение, 2018. 781 с.
 3. *Атаева.Г.И., Турдиева Г.С.* Общие проблемы мировой науки // Наука образование и культура. № 3(27), 2018. С. 68-70.
-

КАК ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛАХ ПРИНОСИТ ПОЛЬЗУ УЧАЩИМСЯ

Акрамова Г.М.

*Акрамова Гулхаё Мехриддин кизи – преподаватель,
кафедра теории и методологии физической культуры,
Бухарский государственный университет, г. Бухара, Республика Узбекистан*

Аннотация: физическая активность детей и подростков позволяет судить о здоровье ребёнка с раннего детства. Взрослея, человек приобретает вредные привычки, которые делают его менее устойчивым к различным заболеваниям, в том числе и психическим. Во избежание таких негативов, следует уделить особое внимание урокам физического воспитания в школах. В статье автор рассуждает о пользе физического воспитания в школах и способах, способствующих продвижению физического воспитания в школах.

Ключевые слова: физическая культура, успеваемость, заболевания, подвижность детей, травмы, вредные привычки.

Дети и молодые люди могут развивать и расширять многие навыки и умения с помощью спорта. Кроме того, они могут снять стресс и напряжение повседневной жизни. Центры дневного ухода за детьми, детские сады и школы также имеют образовательный мандат в дополнение к родителям. Это регулируется каждым федеральным государством отдельно, если только это не предусмотрено федеральным правительством как общепринятое.

Физкультура - это долгожданный баланс в обычной школьной жизни, которая в основном включает спокойное сидение. Занимаясь физическим воспитанием, дети и молодые люди могут преследовать свое желание заниматься спортом и снижать напряжение и стресс.

Кроме того, физическая активность стимулирует использование всех органов чувств, формирование синапсов (Синапс (греч. *σύναψις*, от *συνάπτειν* — соединение, связь) — место контакта между двумя нейронами или между нейроном и получающей сигнал эффекторной клеткой. Служит для передачи нервного импульса между двумя клетками, причём в ходе синаптической передачи амплитуда и частота сигнала могут регулироваться, и нейронов. Он также способствует формированию миелинового слоя вокруг нервных путей, который обеспечивает быструю передачу сенсорной информации в мозг и, таким образом, также увеличивает способность обработки информации.

Польза от физического воспитания в школах очень велика, включая улучшение физического здоровья учащихся и улучшение успеваемости. И наоборот, известно, что недостаток физической активности среди молодежи увеличивает риск ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, высокого кровяного давления и многого другого. Пропагандируя физическое воспитание в школах, преподаватели занимают ведущее положение, помогая учащимся выработать здоровые модели поведения на всю жизнь и повысить успеваемость в учебе.

Преимущества физической активности

Министерство здравоохранения и социальных служб США рекомендует 60 минут ежедневной физической активности для молодежи в возрасте 6–17 лет, в то время как исследования показывают, что привычки поведения, выработанные в детстве, часто преобладают во взрослой жизни. Известно, что регулярная физическая активность в молодости имеет следующие преимущества:

- Строит здоровые кости.
- Повышает силу и выносливость.
- Снижает стресс и беспокойство.

- Помогает контролировать вес / снижает риск ожирения.
- Повышает кровяное давление и уровень холестерина.
- Уменьшает чувство депрессии.
- Повышает самооценку.
- Способствует психологическому благополучию.

Влияние физического воспитания на обучение.

Кроме того, было показано, что физическое воспитание в школах оказывает положительное влияние на обучение, в том числе:

- Повышенная концентрация.
- Повышенная внимательность в классе.
- Лучшие оценки.
- Лучшее поведение.

Тем не менее, несмотря на присущее положительное влияние, Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC) сообщают, что участие учащихся в уроках физического воспитания неуклонно снижается. Это особенно беспокоит, учитывая, что недостаточная физическая активность является одним из наиболее опасных для здоровья форм поведения, способствующих смерти и травмам среди подростков и молодежи, наряду с употреблением табака, наркотиков и алкоголя, нездоровым питанием и агрессивным/пассивным поведением.

Исследования показывают, что всего 20 минут ходьбы влияют на работу мозга, помогая стимулировать умы учащихся и улучшая успеваемость. Была обнаружена не только сильная корреляция между высокими оценками физической подготовки и высокими академическими результатами, но и дети, которые занимаются физкультурой, с большей вероятностью будут оставаться активными во внеклассные часы.

Как способствовать физическому воспитанию детей.

Ниже приведены некоторые из способов, которыми педагоги могут продвигать физическое воспитание как в классе, так и за его пределами:

- Включите физическую активность в классе.
- Поощряйте физические нагрузки во время перемены.
- Обеспечить всем учащимся физическое воспитание под руководством квалифицированного учителя физкультуры.
- Инвестируйте в спортивное и спортивное оборудование.
- Найдите спонсоров школьных спортивных команд.
- Продвигайте межшкольные виды спорта.
- Делитесь общественными спортивными сооружениями.
- Работать с местными сообществами для обеспечения программ физической активности после школы для детей и подростков.

Старая поговорка о том, что «унция профилактики стоит фунта лечения», говорит о том, что необходимо вести спортивную профилактику, чтобы потом получить соответствующие результаты. Прямо на школьные программы здравоохранения должна возлагаться обязанность сократить количество случаев рискованного поведения учащихся и повысить шансы на успех в учебе путем поощрения физического воспитания на всех уровнях обучения. Инвестирование в физическое здоровье учащихся сегодня позволит им пожинать богатые плоды в далеком будущем.

Список литературы

1. *Акрамова Г.М.* Методы воспитания двигательных способностей учеников на уроках физкультуры // Academy. № 11 (50), 2019. С. 33-35.

2. *Атаева Г.И., Турдиева Г.С.* Общие проблемы мировой науки // Наука образование и культура. № 3 (27), 2018. С. 68-70.
 3. *Атаева Г.И.* Технологический подход к образовательному процессу // Academy. №6 (33), 2018. С. 91-92.
 4. *Атаева Г.И., Тураева Г.Х.* Перевод как средство взаимосвязи мировой культуры // Academy, 2019. №12(51)
 5. *Fayzieva D.Kh.* USING SOFTWARE FOR TEACHING FOREIGN LANGUAGES //Academy. № 9 (60), 2020. С. 13-16.
 6. *Ядгарова Л.Д., Эргашева С.Б.* Способы использования интерактивных методов в образовательном процессе //Academy. №9 (60). 2020. С. 11-12.
 7. *Атаева Г.И., Ядгарова Л.Д.* Оценка прикладных свойств обучающей платформы Moodle в Бухарском государственном университете // Universum: технические науки: электрон. научн. журн., 2020. № 6 (75). [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://universum.com/ru/tech/archive/item/9593/> (дата обращения: 03.10.2020).
-