

СООТВЕТСТВУЕТ
ГОСТ 7.56-2002

ISSN (PRINT) 2413-2101 ISSN (ELECTRONIC) 2542-078X

ПРОБЛЕМЫ НАУКИ

РОССИЙСКАЯ
ГОСУДАРСТВЕННАЯ
БИБЛИОТЕКА



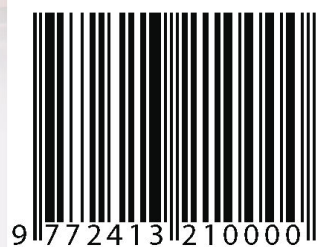
2021
АПРЕЛЬ
4'63

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КАРНАТАКИ



WWW.SCIENCEPROBLEMS.RU

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ ИЗДАТЕЛЬСТВА «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ»



НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ
БИБЛИОТЕКА
LIBRARY.RU

Google
scholar

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ «ПРОБЛЕМЫ НАУКИ» № 4(63) 2021

ISSN 2413-2101 (Print)
ISSN 2542-078X (Online)

Проблемы науки

№ 4 (63), 2021

Москва
2021



Проблемы науки

№ 4 (63), 2021

Российский импакт-фактор: 0,17

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Главный редактор: Вальцев С.В.

Заместитель главного редактора: Ефимова А.В.

Подписано в печать:

23.04.2021

Дата выхода в свет:

26.04.2021

Формат 70x100/16.

Бумага офсетная.

Гарнитура «Таймс».

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 9,58

Тираж 1 000 экз.

Заказ №

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

ПИ № ФС77 - 62929

Издается с 2015 года

Свободная цена

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

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), *Анашьева 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 И.А.* (д-р юрид. наук, Россия), *Богомоллов 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), *Гутшикова 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.С.* (д-р филол. наук, Казахстан), *Жамулдинов В.Н.* (канд. юрид. наук, Казахстан), *Жолдошев 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), *Кайракбаев А.К.* (канд. физ.-мат. наук, Казахстан), *Кафтаева М.В.* (д-р техн. наук, Россия), *Киквидзе И.Д.* (д-р филол. наук, Грузия), *Клинок Г.Т.* (PhD in Pedagogic Sc., Болгария), *Кобланов Ж.Т.* (канд. филол. наук, Казахстан), *Ковалёв М.И.* (канд. экон. наук, Белоруссия), *Кравцова Т.М.* (канд. психол. наук, Казахстан), *Күзьмин С.Б.* (д-р геогр. наук, Россия), *Куликова Э.Г.* (д-р филол. наук, Россия), *Курманбаева М.С.* (д-р биол. наук, Казахстан), *Курпаяниди 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 госинформ., Азербайджанская Республика), *Назаров Р.Р.* (канд. филос. наук, Узбекистан), *Наулов 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), *Сайков 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), *Упоров И.В.* (канд. юрид. наук, д-р ист. наук, Россия), *Федоськина Л.А.* (канд. экон. наук, Россия), *Хилтухина Е.Г.* (д-р филос. наук, Россия), *Цуцулян С.В.* (канд. экон. наук, Республика Армения), *Чиладзе Г.Б.* (д-р юрид. наук, Грузия), *Шалишина И.Г.* (канд. пед. наук, Россия), *Шарипов М.С.* (канд. техн. наук, Узбекистан), *Шевко Д.Г.* (канд. техн. наук, Россия).

Содержание

ФИЗИКО-МАТЕМАТИЧЕСКИЕ НАУКИ	6
<i>Гончаров В.С.</i> О ФОРМИРОВАНИИ ФРОНТОВ ВОЛН ПРИ ЭФФЕКТЕ ДОПЛЕРА.....	6
<i>Расулов Т.Х.</i> ФОРМУЛА ДЛЯ КУБИЧЕСКОЙ ЧИСЛОВОЙ ОБЛАСТИ ЗНАЧЕНИЙ ДЛЯ ОДНОЙ ОПЕРАТОРНОЙ МАТРИЦЫ ПОРЯДКА 3.....	8
<i>Мамуров Б.Ж., Шарипова М.Ш., Сохибов Д.Б.</i> О НЕПОДВИЖНЫХ ТОЧКАХ ОДНОГО КВАДРАТИЧНОГО СТОХАСТИЧЕСКОГО ОПЕРАТОРА В S^2	13
<i>Мухитдинов Р.Т., Абдуллаева М.А.</i> ЭРГОДИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА МЕР, ПОРОЖДЕННЫХ ОДНИМ КЛАССОМ КВАДРАТИЧНЫХ ОПЕРАТОРОВ.....	17
<i>Садуллаева М.З., Юлдашев С.А., Исламов Ё.А.</i> НЕЛИНЕЙНОЕ ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЕ УРАВНЕНИЕ РИККАТИ И ИНТЕГРИРУЕМОСТЬ ЭТОГО УРАВНЕНИЯ.....	21
<i>Тошева Н.А., Шодиев М.У.</i> РЕШЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ УРАВНЕНИЙ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДА ПОДСТАНОВКИ.....	24
<i>Хайитова Х.Г., Рахматова Д.С.</i> ОПРЕДЕЛИТЕЛЬ ФРЕДГОЛЬМА ОПЕРАТОРА БИЛАПЛАСИАН С ТРЕХМЕРНЫМ ВОЗМУЩЕНИЕМ НА РЕШЕТКЕ.....	29
ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ	33
<i>Кучкин В.П.</i> МЕТОДЫ ЗАЩИТЫ БАЗ ДАННЫХ	33
<i>Лузгарев В.Ю.</i> СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ ИНФОРМАЦИИ В СИСТЕМАХ ЭЛЕКТРОННОГО ДОКУМЕНТООБОРОТА	35
СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ НАУКИ	38
<i>Дустназарова С.А., Хаджиева З.Б., Хасанов А.О.</i> ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К ГИДРОМЕЛИОРАТИВНЫМ СИСТЕМАМ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН.....	38
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ.....	40
<i>Михайлова В.М., Постникова К.Ю.</i> УСТОЙЧИВОЕ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СЕЛЬСКИХ ТЕРРИТОРИЙ РС (Я) НА ПРИМЕРЕ ЗАПАДНОЙ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЗОНЫ.....	40
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	43
<i>Пулатова М.И., Хамроева З.Х.</i> ОБУЧЕНИЕ УЧАЩИХСЯ СПОСОБАМ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ С ПРАКТИЧЕСКИМ СОДЕРЖАНИЕМ.....	43
<i>Аслопов К.П.</i> ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНТЕГРАЦИЯ В ПРОГРАММАХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ	45
<i>Zaripova G.K., Norova F.F., To'rayev M.F.</i> EDUCATION OF YOUTH IN THE CONDITIONS OF NATIONAL INDEPENDENCE USING THE WORKS OF OUR GREAT SCIENTISTS.....	47

<i>Камилова Г.А., Тураева О.С.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	50
<i>Кадыров Р.Х., Назарова Н.Э.</i> РАЗВИТИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА	52
<i>Nigmatova M.M., Mirzayeva D.Sh.</i> ART PEDAGOGY IN MODERN EDUCATION	54
<i>Мухитдинова Н.М.</i> ФОРМЫ И МЕТОДЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.....	56
<i>Хайитов У.Х.</i> РОЛЬ ИКТ В ПРОЦЕССЕ ПРЕПОДАВАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ	58
<i>Джаббарова С.З.</i> ЭТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ ЧЕРЕЗ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ.....	61
<i>Джусураева М.З.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И ВЕБ-СЕССИИ НА ОСНОВЕ АКТИВНОЙ ШКОЛЫ - ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ	63
<i>Кузиева Ф.И.</i> СПОСОБЫ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ	65
<i>Курбанов Б.С.</i> ПРОБЛЕМЫ СИСТЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ	67
<i>Эшова Д.Ш.</i> РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	69
<i>Бобоева М.Н.</i> МЕТОД ГРАФИЧЕСКОГО ОРГАНАЙЗЕРА ПРИ ИЗУЧЕНИИ ТЕМЫ «МНОЖЕСТВО НЕОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ЦЕЛЫХ ЧИСЕЛ»	72
<i>Кулиев Е.К.</i> К НЕКОТОРЫМ АСПЕКТАМ ПОВЫШЕНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПЕДАГОГОВ НА ФОНЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ	75
<i>Расулова Ю.Б.</i> МЕТОДИКА МУЗЫКАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	77
<i>Абытова Ж.Р., Эгамбердиева Г.Д.</i> МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ИГРОВЫМИ МЕТОДАМИ	79
<i>Гафурова Д.Х., Курбанова М.Ф.</i> ФОРМИРОВАНИЕ БЕГЛОЙ РЕЧИ У ДОШКОЛЬНИКОВ ПУТЁМ ЧТЕНИЯ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ.....	81
<i>Сайфуллаева Н.Б., Марданова Ф.Я.</i> НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ВЫСШЕЙ МАТЕМАТИКЕ	84
<i>Шарипова И.Ф., Марданова Ф.Я.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСТОРИИ ИЗУЧЕНИЯ ОПРЕДЕЛЕННОГО ИНТЕГРАЛА В ПРЕПОДАВАНИИ МАТЕМАТИКИ.....	87
<i>Хасанова Г.К.</i> ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ УЧЕНИКОВ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ ЛОГИЧЕСКОМУ МЫШЛЕНИЮ С ПОМОЩЬЮ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	90

5. Турдиева Г.С., Сулайманова М.А. Методы организации электронных учебных ресурсов в образовательном процессе через платформу дистанционного обучения moodle // ACADEMY. Научно-методический журнал, 2020. № 5 (56). Стр. 40-43.
6. Gafurova D.K. Formation of fluid speech in preschoolers // International Engineering Journal For Research & Development, 2021. Т. 6. № 1. С. 5-7.
7. Rasulova L.G. Information technology in primary school // ACADEMICIA: AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL, 2021. Т. 11. № 1. С. 1498-1503.
8. Rasulova L.G. Formation Of Abilities And Skills In Measuring Activity In Preschoolers // The American Journal of Social Science and Education Innovations, 2021. Т. 3. № 02. С. 363-369.

ФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И ВЕБ-СЕССИИ НА ОСНОВЕ АКТИВНОЙ ШКОЛЫ - ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Джураева М.З.

*Джураева Махаста Зокир кызы – преподаватель,
кафедра теории и методики физической культуры,
Бухарский государственный университет, г. Бухара, Республика Узбекистан*

Аннотация: в статье анализируется важность физического воспитания и активного школьного интернет-обучения как одного из направлений здорового образа жизни.

Ключевые слова: физическая активность, здоровый образ жизни, технические средства.

В последние десятилетия среди детей и подростков европейских стран участились ожирение и избыточный вес. Чтобы обнаружить такую эпидемию, вредные привычки в еде и бездействие были признаны образом жизни. Школы представляют собой идеальную среду для изменения вредного поведения, а упражнения можно рассматривать как потенциальный способ избежать метаболических рисков, связанных с ожирением. Методы. Был проведен систематический обзор литературы для обобщения данных о школьных мероприятиях, направленных на развитие, улучшение и внедрение физической активности в европейских школах. Он часто направлен на предотвращение ожирения и сердечно-сосудистых заболеваний среди молодых людей.

Оптимальная доза умеренной и интенсивной физической активности, рекомендованная руководящими принципами для обеспечения здорового роста детей и предотвращения риска метаболических и сердечно-сосудистых заболеваний, составляет 60 минут 5 дней в неделю. Кроме того, занятия спортом связаны с психологическими и социальными преимуществами для здоровья молодых людей, такими как самооценка, низкая депрессия и тревожность, и даже защита от суицидального поведения.

Согласно недавнему отчету Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), каждый третий / четвертый ребенок и подросток в Европе имеет избыточный вес или страдает ожирением. В европейских странах потребление нездоровой пищи, снижение физической активности и рост во всем мире малоподвижного образа жизни могут привести к росту эпидемии ожирения среди молодежи. Хотя ни в одной европейской стране детей не кормят в школе, все европейские учащиеся имеют в своей учебной программе в среднем два часа обязательных уроков физического воспитания в неделю. Кроме того, в школах обычно есть тренажерные залы, а также школьные дворы и даже классы, которые можно использовать для упражнений. Таким образом, школы следует рассматривать как идеальное место для изменения вредных привычек и как естественную среду для обучения, поощрения и повышения физической активности.

Всемирная организация здравоохранения призвала государства-члены разработать руководящие принципы, чтобы сделать людей более чувствительными и сосредоточенными на качестве, а также увеличить физическую активность и питание.

Классы для детских и юношеских групп были игрой, игрой, спортом, отдыхом, физическим воспитанием в семье, школе и сообществе. Для достижения здоровья костно-суставного аппарата (профилактика остеопороза) и мышечной ткани (профилактика саркопении) активный образ жизни должен быть направлен на улучшение кардио-дыхательных упражнений и укрепление мышц; увеличить потребление метаболической энергии и поддерживать баланс

между пищей и составом тела и энергией, обеспечиваемой контролем веса; уменьшаются симптомы тревоги и депрессии.

Объем упражнений следует описать следующим образом.

- занимайтесь физическими упражнениями не менее 60 минут в день от умеренной до интенсивной;

- Выполнение упражнений более 60 минут в день даст дополнительные преимущества для профилактики и поддержания здоровья;

- Ежедневные упражнения должны включать аэробные упражнения и упражнения для укрепления мышц не реже трех раз в неделю для тренировки оптимальной осанки и предотвращения разрушения костей и мышц.

Шестьдесят минут упражнений каждый день для подростков могут записать ежедневную и еженедельную повестку дня.

- Умеренная интенсивность для интенсивных упражнений 3-5 раз в неделю (езда на велосипеде со скоростью около 15 километров в час; ходьба со скоростью от 3 до 5 километров в час; плавание, такие виды спорта, как теннис);

- Выполнение определенных силовых упражнений 2-3 раза в неделю (уделяя особое внимание мышцам, которые помогают поддерживать правильное положение таза и устойчивости корпуса - (укрепление живота, ягодиц и мышц), гибкости мышц и подвижности суставов, общей координации;

- Сокращение времени простоя (перескочить между неактивной и активной фазами). Шестьдесят минут упражнений каждый день должны уравновесить сидячий образ жизни в современном обществе. Время, проведенное в статических ситуациях, увеличивается на рабочем месте и в повседневной жизни.

Инновационное цифровое развитие изменило организацию труда от повседневного малоподвижного и малоподвижного образа жизни. Необходимо разработать профилактическую систему здравоохранения, чтобы восстановить баланс между отсутствием физической активности и нарушениями активного времени, которые работают в помещении или на открытом воздухе (игровая площадка или ходьба) или виртуально (спортивные игры).

Использование новых технологий в образовательном процессе призвано обогатить эту школу обучения: обучение на основе мультимедийного компьютера и интеллектуальной системы обучения. Образовательные программы, электронные ресурсы, архивы изображений и видео, обучение в технологической среде родились в научно-технических науках, и сегодня они используются в преподавании гуманитарных наук.

Программа направлена на повышение активности детей посредством занятий спортом, которые обучают навыкам бега (с помощью ряда видов спорта и занятий), выделяя занятия бегом / ходьбой, которые нацелены на их работу, и серию занятий в классе, которые расширяют возможности детей. побудили их узнать и думать об уровне своей активности и делать это более добровольно. Выбор здорового питания был объяснен и поощрен в рамках комплексного подхода к санитарному просвещению детей. Программа многогранна и включает в себя: планы уроков физического воспитания для учителей и домашние задания, а также вопросы, связанные со здоровьем и тренировками, в учебный план. Предложения по включению в уроки грамотности, арифметики, истории, дизайна, естествознания и географии.

Эта систематическая оценка предполагает, что объективно измеряемая физическая активность и состав тела могут быть успешно использованы в начальных школах с относительно небольшими дополнительными ресурсами.

Список литературы

1. *Shukurov R.S.* The development of a healthy culture of living for students-youngsters through physical education and sports as a pedagogical problem // *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal.*, 2020. Т. 10. № 8. С. 629-634.
2. *Шукуров Р.С.* Талаба-ёшларни жисмоний тарбия ва спорт воситасида соғлом турмуш маданиятини ривожлантириш педагогик муаммо сифатида // *Интернаука*, 2020. № 28. С. 85-86.
3. *Кадиров Р.Х.* Современность педагогических исследований в области физической культуры // *Педагогическое образование и наука.* № 1, 2020. С. 79-83.
4. *Кадиров Р.Х.* Sensitive directions of the pedagogical researches in the sphere of the educational curriculum “physical training”// *International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences* 2020; 5(1): 80-82 pp.

5. *Давронов Н.И.* «Авеста» как ценность и источник по физическому воспитанию молодежи // Педагогическое образование и наука, 2020. № 1. С. 87-91
6. *Davronov N.I.* DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF CHILDREN IN THE HERITAGE OF OUR ANCESTORS // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, 2020. Т. 8. № 3.
7. *Давронов Н.И.* Предотвращение вредных привычек у подростков на основе физической культуры и спорта // EUROPEAN RESEARCH, 2018. С. 132-134.
8. *Тураев М.М., Баймурадов Р.С., Файзиев Я.З.* Интерактивные методы физического воспитания в вузах // Педагогическое образование и наука. № 3, 2020. С. 132-135.
9. *Муниров Н.А.* Национальная борьба (Кураш) - одно из средств создания здоровой духовной среды среди молодежи // УЧЁНЫЙ XXI ВЕКА. № 4, 2019. С. 69-70.
10. *Yusupova Z., Rakhimova L.* Methods for determining the degree of physical fitnessUSA // International Conference SCIENTIFIC RESEARCHES FOR DEVELOPMENT FUTURE. March 28, 2020. New York. 76-79 pp.
11. *Зарипова Г.К., Сайидова Н.С., Норова Ф.Ф., Абдуакхатов А.А.* FEATURES OF THE CREDIT AND MODULAR SYSTEM IN HIGHER EDUCATION // Academy. № 10 (61), 2020. С. 25–29.

СПОСОБЫ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Кузиева Ф.И.

*Кузиева Феруза Исмоиловна – преподаватель,
кафедра теории и методики физической культуры,
Бухарский государственный университет, г. Бухара, Республика Узбекистан*

Аннотация: в статье анализируются результаты педагогической науки и педагогической практики в организации самостоятельной работы студентов на современном этапе.

Ключевые слова: проективный метод, кейс-технология, классная работа, методика обучения.

Появление в учебной программе определенного объема самостоятельной работы студентов и распространение теоретической составляющей предмета «Физическая культура» требуют организационно-методического обеспечения этого процесса. В работе исследуются способы организации самостоятельной работы студентов (проективный, «контрактный» метод); отражает особенности их выполнения в рамках предмета «Физическая культура».

Традиционно эта часть работы по теме «Физическая культура» рассматривалась как самостоятельное занятие вне аудитории и была направлена на обеспечение необходимого количества упражнений, приемлемого уровня здоровья студентов, удовлетворения их индивидуальных потребностей в данной области. Объем самостоятельной работы по физическому воспитанию и спорту не определен, равно как и не разработаны критерии оценки ее качества. Самостоятельная работа студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой, была переведена только на теоретическое направление: предлагался достаточно стандартный набор тем, необходимо было выбрать одну из них и подготовить сочинение.

Сегодня меняется подход к обучению физической культуре. В учебной программе появился определенный объем самостоятельной работы студентов; составная часть дисциплины, которая требует иной организации подчеркнутого теоретического учебного процесса. В практике преподавания и обучения учителя накопили богатый многолетний опыт. В то же время технология организации теоретической подготовки студентов недостаточно развита. Необходимо работать самостоятельно как организационное, методическое обеспечение этого процесса и как его обязательный элемент.

Необходимо проанализировать достижения педагогической науки и учебной практики в этой области и определить оптимальные способы организации самостоятельной работы студентов с учетом особенностей предмета «Физическая культура».

Эксперты, описывающие понятие «самостоятельная работа», относятся к ней как к средству обучения, так и к методу, обучая ее как форме организации и определенному виду образовательной деятельности. Таким образом, П.И. Пидкасси рассматривает самостоятельную работу как средство организации и управления самостоятельной деятельностью в образовательном процессе. Особенность самостоятельной работы в том, что