

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ
ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ**

**СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА
ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР**

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ**

**INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORT AND PHYSICAL
EDUCATION OF YOUNG GENERATION**

**Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция
2021 йил 29 сентябрь**

Бухоро - 2021

“Ёшларни қўллаб-қувватлаш ва аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш йили” га бағишланган, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2021 йил 2 мартдаги 78-Ф сон фармойишига асосан Бухоро давлат университетида халқаро ҳамкорлар иштирокида **2021 йил 29 сентябрь** куни **“Спортда ва ёш авлод жисмоний тарбиясида инновацион технологиялар”** мавзусида Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция ўтказилади.

Анжуманнинг мақсади: Ёш авлоднинг ҳаракат фаоллигини оптималлаштириш муаммоларини ҳал этишнинг янги йўллари излаш, уларнинг жисмоний тайёргарлиги ҳамда жисмоний тарбияси жараёнига янги шакллар ва методларни жорий қилиш бобида методологик ва услубий шароитларини ўрганиш.

Анжуманнинг ташкилий қўмитаси:

1	О.Х.Хамидов	БухДУ ректори, раис
2	О.С.Қаҳҳоров	БухДУ инновация ва илмий ишлар бўйича проректори, раис муовини
3	Б.Б.Маъмуров	Жисмоний маданият факультети декани, аъзо
4	С.Қ.Қаҳҳоров	БухДУ ходимлар ва талабалар касаба уюшмаси раиси, аъзо
5	У.У.Рашидов	БухДУ молия ва иқтисодиёт ишлари бўйича проректори, аъзо
6	Г.Т.Зарипов	БухДУ И ва ИПКТ бўлими бошлиғи, аъзо
7	Р.С.Шукуров	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси мудири, аъзо
8	А.Э.Сатторов	Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси мудири, аъзо
9	Қ.П.Арслонов	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси доценти, аъзо
10	Ф.Б.Музаффарова	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси катта ўқитувчиси, р.f.b.f.d.(PhD), аъзо
11	Р.С.Баймурадов	“Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси” катта ўқитувчиси, аъзо
12	Ф.А.Нарзуллаев	“Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси” катта ўқитувчиси, аъзо
13	М.М.Тўраев	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси ўқитувчиси, аъзо

Барча маъруза тезислари (мақолалар) таҳририят томонидан анонимлаштирилган ҳолатда текширилади ва текширувдан ижобий ўтган маъруза тезислари нашр этилади ҳамда ҳар бир муаллифга электрон СЕРТИФИКАТ берилади. Маъруза тезисларида берилган маълумот учун муаллифларнинг ўзлари жавобгар ҳисобланишади. Конференция материаллари тўпламини 2021 йил 15 октябрь кунидан бошлаб <https://interscience.uz> расмий сайтидан юклаб олишингиз мумкин.

Конференция тўламида нашр этилган илмий тезислар (мақолалар) **GOOGLE SCHOLAR, CROSSREF** халқаро базасида индексацияланади, ҳар бирига алоҳида [Crossref DOI](#) рақам берилади.

Мазкур онлайн конференцияда профессор-ўқитувчилар ва илмий тадқиқотчилар жисмоний тарбия ва спорт йўналишида ўз илмий изланишлари натижасида тайёрланган маъруза тезислари (мақолалар) билан қатнашади

РОЛЬ ТВОРЧЕСКОГО ПОДХОДА К ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

10.53885/edinres.2021.52.51.048

Баймурадов Раджаб Сайфитдинович

*Бухарский государственный университет,
Бухара, Узбекистан,*

Тухтамурадова Нодира Абдужаббаровна

*Бухарский инженерно-технологический институт
Бухара, Узбекистан,*

Бобоева Зарифа Жаҳонкуловна

*Бухарский государственный университет,
Бухара, Узбекистан*

Аннотация: В статье изложено что педагогический труд — дело прежде всего творческое. Не секрет, что исследовательское, поисковое начало присуще и повседневной педагогической работе учителя физической культуры. Это он благодаря высокому профессионализму и глубоким знаниям добивается средствами своего учебного предмета, чтобы школьники росли всесторонне развитыми людьми.

Аннотация: Maqolada pedagogik ish birinchi navbatda ijodiy masala ekanligi aytilgan. Hech kimga sir emaski, izlanish, izlanish printsiplari jismoniy madaniyat o'qituvchisining kundalik pedagogik ishiga xosdir. Aynan u o'zining yuqori professionalligi va chuqur bilimi tufayli maktab o'quvchilari har tomonlama rivojlangan insonlar bo'lib voyaga etishlari uchun o'z o'quv fanining vositalariga erishadi.

Аннотация: The article states that pedagogical work is primarily a creative matter. It is no secret that the research, search principle is also inherent in the everyday pedagogical work of a physical education teacher. It is he who, thanks to his high professionalism and deep knowledge, achieves the means of his own academic subject so that schoolchildren grow up as comprehensively developed people.

Ключевые слова: тест-ориентир, дидактический направленность, нестандартные ситуации. урочные и внеклассные формы учебно-воспитательной работы.

Сегодня нет смысла убеждать кого-либо в том, что педагогический труд - дело прежде всего творческое. Не секрет, что исследовательское, поисковое начало присуще и повседневной педагогической работе учителя физической культуры. Это он благодаря высокому профессионализму и глубоким знаниям добивается средствами своего учебного предмета, чтобы школьники росли всесторонне развитыми людьми, двигательная активность которых, по меткому определению выдающегося русского ученого П. Ф. Лесгафта, существенным образом озарялась бы мыслью.

Согласитесь, что не где-нибудь, а именно в школьных спортивных залах, на открытых площадках и пришкольных стадионах начинается все то, что затем не только глубоко заботит и радует всех нас, причастных и укреплению здоровья подрастающего поколения, его физической закалке, но и порой огорчает и тревожит.

Например при проведении занятий по легкой атлетике нужно умело использовать широкий набор подводящих и специальных упражнений, добиваясь от занимающихся четкого освоения двигательных действий в каждой фазе прыжка.

При этом ученики с особым старанием должны выполнять упражнение-тест. Развернутой через всю площадку шеренгой учащиеся с двух шагов разбега осуществляют на размеченном 18-метровом отрезке серию многоскоков. Каждый должен преодолеть отрезок за возможно малое количество прыжков. При этом педагог должен объявит, что тот, кому удастся преодолеть 18 м за 9 прыжков, приступив к прыжкам в длину с разбега способом «согнув ноги», сможет приземлиться за отметкой 3 м 80 см, а у тех, кто выполнит задание за 8 прыжков, появится реальная возможность показать результат в пределах 4 м 20 см, за 7 прыжков - 4 м 50 см, за 6 прыжков - 5 метров и т. д.

И хотя каждый тест-ориентир, как показывает практика, имеет допуск плюс-минус 10 см, выполняя прыжки в длину, как правило, полностью подтверждает «прогнозы». Тестом может быть любое упражнение - эту мысль утверждает наука о физическом воспитании. По всей вероятности, это так. Но учителю физической культуры в первую очередь нужны тесты, которые разрушали бы существующее кое-где мнение о том, что обучающимся, когда они выполняют физические упражнения, не следует вникать в процессы, происходящие в их организме, что стоит во всем положиться на учителя и успех будет обеспечен. Современному педагогу нужны тесты, помогающие не просто проверять уровень физической подготовленности учеников, а тесты - ориентиры, позволяющие обучать занятиям физической культурой, как творческому процессу, в ходе которого формируется мышление учащихся, развивается умение находить нешаблонные решения в нестандартных ситуациях.

Тесты - ориентиры своей четкой дидактической направленностью, которая позволяет открывать перед каждым учащимся перспективу развития своих физических способностей, дает ему возможность быть уверенным, что, выполняя определенные двигательные действия в заданной учителем последовательности, он непременно подготовит себя к успешному овладению другим, более сложным упражнением. Тесты, согласно шкале дидактических оценок, выше тех, что рекомендованы в учебной программе, так как четко ориентируют школьников на поступательное продвижение в своем физическом развитии, показывают то, к чему занимающийся должен стремиться сегодня, завтра, через неделю. И именно такую работу педагога можно, на наш взгляд, назвать творческой.

Нельзя перейти на качественно новый уровень управления физическим воспитанием учащихся, не разрабатывая и не совершенствуя арсенал надежных показателей, помогающих существенным образом контролировать и сопоставлять различные степени формирования двигательных умений и навыков, уровни развития физических качеств.

Практика методики управления учебным процессом на уроке физической культуры при помощи оценки физической подготовленности учащихся (по специально разработанным таблицам), - применения этой методики позволяет трудиться в течение всего учебного года с открытыми глазами, задолго до конца каждой четверти определять готовность каждого учащегося к сдаче учебных нормативов и норм комплекса «Алпомиш», «Барчиной». Тестирование дает возможность педагогу работать на школьников с конкретной физической подготовкой, с конкретной степенью усвоения учебного материала, с конкретной корректировкой своих учебных планов».

Высока ответственность учителя физической культуры перед нашим обществом. В перечне его повседневных забот подготовка крепких, закаленных юношей-старшеклассников к воинской службе по праву занимает одно из ведущих мест. Лучшие школьные педагоги находятся в неустанном поиске наиболее рациональных путей решения данной важнейшей задачи. Эти пути пролегают через самые разнообразные стороны деятельности педагогов. Например, многие творчески работающие учителя физической культуры не мыслят продвижения своих воспитанников вверх по лестнице физического совершенствования без постоянного укрепления учебно - материальной базы. С помощью шефствующих предприятий на территории школы они создают тренажерные комплексы, полосы препятствий, игровые площадки, тир. Несомненно, такие учителя достойны всяческой похвалы за то, что, не дожидаясь того времени, когда центр забот о народном образовании наконец-то переместится в школу, сами привлекают на пользу школы местные организации и их ресурсы. Созданные же общими усилиями добротные школьные спортивные базы помогают не только готовить юношей к службе в Вооруженных Силах Республики Узбекистан, но и

способствуют осуществлению многих других насущных задач школы: укреплению здоровья учащихся, приобщению их к систематическим занятиям физическими упражнениями, повышению качества урочных и внеклассных форм учебно-воспитательной работы.

Однако как бы ни ярок был творческий запал того или иного отдельно взятого учителя физической культуры, каждый работник народного образования должен понимать, что школьная реформа не может успешно продвигаться вперед лишь усилиями одиночек, как бы инициативны и способны они ни были. Перестройка школьного механизма, выработка новых подходов в физическом воспитании подрастающего поколения крайне нуждаются, чтобы также инициативно действовали школьные педагогические советы, родительская общественность, общественные организации. Они обязаны смело брать на себя решение коренных вопросов улучшения физической подготовки выпускников школы к жизни, труду, к службе в рядах Вооруженных Силах Республики Узбекистан. Творческие же импульсы учителей физической культуры должны передаваться коллегам по школе, активистам совета коллектива физической культуры, школьному самоуправлению, родительскому активу, представителям базовых предприятий.

Когда мы говорим, что общеобразовательная школа должна осуществлять единый для всех физкультурно-оздоровительный режим, это, в первую очередь, свидетельствует о нашем твердом намерении сделать предмет «Физическая культура» основой, краеугольным камнем здорового образа жизни школьников. Можно назвать немало имен педагогов Бухарской области, которые своим творческим отношением к делу заслужили всенародную признательность.

Развитию физических способностей подчинена у него кроме учебной внеклассная кружковая и секционная работа, причем каждый школьный физкультурный или спортивный кружок трансформируется во времени с учетом прохождения комплексной программы, текущих учебных тем, а также интересов детей.

Психологи утверждают, что в одно и то же время у большинства школьников младшего, да и среднего возраста может проявиться интерес сразу к нескольким видам спорта. Как здесь быть! Не может же школа, тем более сельская, иметь с учетом быстро меняющихся пожеланий детей сразу 6-8 секций. «А к этому и не следует стремиться». Если ученики из младших классов приходят в школьный спортивный зал, заранее зная, что никто их не упрекнет за то, что им сегодня захотелось вдруг поиграть в мини-баскетбол или пионербол. «Пожалуйста», - должен ответить на их просьбу учитель и после необходимой разминки дать возможность ребятам поиграть с мячом. Школа мяча, - залог успешного развития ручной ловкости, так необходимой детям для овладения школой письма и других важных умений.

-Со стороны можно услышать возражения: а надо ли давать такую свободу детям, стоит ли так раскрепощать учителя! Есть стабильный, утвержденный на год план секционных мероприятий - вот и извольте по нему работать! Ведь в таких условиях проверяющим очень трудно проконтролировать деятельность учителя физической культуры!

Что можно ответить на эти вопросы! Очень нужны нам всем эксперименты, позволяющие педагогическим коллективам вести творческие поиски в разных направлениях и отделах школьных дисциплин, в том числе и в физическом воспитании школьников, по предмету «Физическая культура».

Например нужно провести эксперимент «Два плюс два». Суть его в том, что к двум урокам физической культуры прибавить еще два урока за счет времени продленного дня и так называемых спортивных часов. Эксперимент рассчитан на сравнительно продолжительный период, при проведении данного эксперимента в

школе станут ли больше учителя физической культуры: двое трудятся в учебном дне, двое — после обеда, в продленном. Вчетвером легче решаются многие вопросы преемственности, обмена опытом работы, совместного планирования всего общешкольного физкультурно-оздоровительного режима. Богаче станет содержание внеклассных и внешкольных спортивно-массовых мероприятий. И еще одно существенное преимущество улучшается здоровья школьников.

Все времена наша медицинская общественность все больше и чаще напоминает учителям общеобразовательных школ о негативных процессах, вызванных хроническим дефицитом двигательной активности школьников, прогрессирующей гипокинезией, тормозящей физическое развитие детского организма, грозящей всеобщей бедой — ухудшением здоровья подрастающего поколения. Согласимся, что реакция школы, педагогических коллективов на все эти тревожные сигналы была неоправданно замедленной, с постоянными ссылками на то, что хорошей организации физического воспитания детей необходим весомый материальный стимул, что нужно во всех классах прибавить хотя бы по одному дополнительному уроку физической культуры.

Все правильно, без материального задела, без укрепления школьных баз здоровья многих проблем не решить. Однако учителя физической культуры должны быть инициативными, творчески мыслящими.

О новаторстве, особенно педагогическом, сегодня говорится достаточно много. Новаторство учителя многогранно и многообещающе. Представьте на короткое мгновение, что все школы страны действуют по такой рекомендации. Вот какая из этого вырисовывается картина: где бы ни застал звонок на удлиненную перемену того или иного учителя, воспитателя, членов обслуживающего персонала школы, включая административный, они обязаны выйти вместе со всеми детьми на школьную площадку, стадион и дружно участвовать в оздоровительных мероприятиях. «Таким образом,— мы дарим еще несколько десятков минут общению с учащимися, в том числе с детьми своего класса, да и сами не окажемся в накладе: двигательная активность и у нас, педагогов, тоже низкая, а здесь мы даем себе разрядку».

Сегодня постановка всего дела физического воспитания учащихся нуждается в серьезных коррективах, которые должны определяться в школах, рождаться по инициативе самих педагогических коллективов и ими же утверждаться в школьной жизни. Надо, например, взять за правило установку на то, чтобы учительская молодежь не обходила стороной школьные игровые площадки и чтобы ее отчеты о повышении профессионального мастерства перед старшими коллегами и товарищами завершались сообщениями о личном вкладе в укрепление физкультурных традиций общешкольного спортивного коллектива

И, конечно же, школам, прокладывающим курс к новому, нужно обеспечивать режим наибольшего благоприятствования, давать возможность для проявления творчества.

Творческого переосмысления требуют различные стороны физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, в том числе и организация соревнований среди школьников. Нет нужды скрывать, что здесь у нас еще много показухи, очковтирательства и бюрократизма. Выбрав такую серьезную и злободневную тему, какой является творчество учителя физической культуры, мы стремимся показать не только позитивные начала в его развитии. И коль речь идет о педагогических кадрах, не будем скрывать, что в учительской среде, к сожалению, есть еще немало слабых педагогов, с недостаточной для обучения детей собственной двигательной подготовленностью, не владеющих теми элементами, которые предусмотрены учебной программой для овладения учащимися, не имеющих необходимых теоретических знаний. Гласность позволяет нам по-новому взглянуть на эти факты: не в них ли истоки многих негативных явлений, которые характерны для

современного состояния физического воспитания в школах. Решительное слово здесь принадлежит институтам усовершенствования учителей, кабинетам физического воспитания, призванным обогащать каждого учителя современными знаниями педагогики и психологии, на курсах переподготовки вооружать их передовым опытом, повышать профессиональное мастерство.

Пожалуй, мы еще никогда так настойчиво не ратовали за распространение передового учительского опыта по организации физического воспитания учащихся, как в сегодняшние дни глубокой перестройки общеобразовательных школ. К мастеру-учителю должны идти учиться не только коллеги из близлежащих школ, а также должны к нему идти посоветоваться и издалека, чтобы перенять педагогику общения, позаимствовать методическую новинку, разнообразие и разнвариантность учебных средств и приемов обучения. И в этом обмене опытом нет ничего удивительного, поскольку каждая из общающихся сторон учится в нем большей свободой творческой мысли.

Особая дружба должна связать учителей физической культуры с факультетами физической культуры. Студенты этого учебного заведения должны в течении всего обучения пройти педагогическую практику в одной же школе.

Кроме того профессорско - преподавательский состав и магистры которые ведет научно-исследовательские работы должны провести свои работы в этой же школе, проверят здесь актуальность и правильность своих научно-исследовательских работ, особенно касающихся физического воспитания юношей-старшеклассников.

Всех творчески работающих педагогов отличает любовь к детям, глубокое знание своего предмета, владение методикой его преподавания, аналитический и конструктивный взгляд на решение различных вопросов, связанных с интенсификацией учебного процесса. Их опыт требует своевременного изучения, обобщения и распространения. Ведущее место в расширении поискового содружества учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных школах страны, как мы уже говорили, принадлежит кабинетам физического воспитания городских, областных, краевых и республиканских институтов усовершенствования учителей. Именно они призваны стоять у истоков формирования у учителей физической культуры творческого почерка, исследовательской «жилки».

Широк аспект деятельности сотрудников кабинетов физического воспитания ИУУ. Так, с помощью кабинета должны готовить и выпускать методические пособия для учителей городских и сельских школ. Большое внимание должны уделять сооружению в школах учебно-спортивных баз, оснащению их нестандартным спортивным оборудованием и инвентарем. Под особый контроль надо взять работу начинающих учителей, методику проведения в школах переводных экзаменов по физической культуре. Работники кабинета физического воспитания института усовершенствования учителей повсеместно должны помогать коллегам организовывать и проводить дни здоровья и спорта, единые внутришкольные спартакиады.

Понятию «педагогическое творчество» всегда сопутствуют слова «поиск», «вдохновением», «подвижничество». Именно такими гранями отменен труд современного учителя физической культуры. И мы должны быть уверены, что конечный итог его воспитательных усилий выльется не в количество завоеванных учащимися победных вымпелов и призов, а приведет к выработке у молодежи правильной жизненной позиции, готовности к высокопроизводительному труду и, если потребуется, к защите Отечества.

Использованная литература:

1. «ҲОЗИРГИ ТАРАҚИЁТ БОСҚИЧИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИ : МУАММОЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР», «ЖЕНСКИЙ СПОРТ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ : ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ». Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани

материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Баймурадов Р.С., Бахшуллаева М.«Ўқувчи-ёшларнинг кун тартибида жисмоний машқлар», 121-125 бет.

2. «ҲОЗИРГИ ТАРАҚҚИЁТ БОСҚИЧИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИ : МУАММОЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР», «ЖЕНСКИЙ СПОРТ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ : ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ». Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Жамилова Г., Баймурадов Р.С.«Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия машғулотларини ўзига хослиги», 271-274 бет.

3. «ҲОЗИРГИ ТАРАҚҚИЁТ БОСҚИЧИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИ : МУАММОЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР», «ЖЕНСКИЙ СПОРТ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ : ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ». Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Баймурадов Р.С. «Ёш волейболчиларнинг чидамкорлигини инновацион технологиялар ва ҳаракатли ўйинларни қўллаб ошириш», 607-610 бет.

4. «ҲОЗИРГИ ТАРАҚҚИЁТ БОСҚИЧИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИ : МУАММОЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР», «ЖЕНСКИЙ СПОРТ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ : ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ». Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Файзиев Я.З., Сатторов М.Э.«Адаптив жисмоний маданият усуллари», 690-693бет.

5.INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM, part 1, December 2020, COLLETIONS OF SCIENTIFIC WORKS Washington USA 25th Desember 2020, Баймурадов Раджаб Сайфитдинович, Бахшуллаева Малохат, Жамилова Гульчеҳра «Роль учителя-наставника в становлении молодого специалиста», стр 37-45.

6.SCIENCE AND EDUCATION, SCIENTIFIC, ISSN 2181-0842, VOLUME 1,ISSUE 9, Desember 2020, Раджаб Сайфитдинович Баймурадов, Малохат Бахшуллаева, Гульчеҳра Жамилова «Индивидуальная работа-залог успеха в работе учителя» стр.452-458.

7.AJMR:Asian Journal of Multidimensional Research (A Double Blind Refereed & Peer Reviewed International Journal) ISSN 2278-4853, Vol 9, Issue 11,November, 2020, Impact Factor: SJIF 2020,= 6.882, Baymuradov Radjab Sayfitdinovich «THE ROLE OF A MENTOR IN THE FORMATION OF A YOUNG PHYSICAL TRAINER».

8.«МОЛОДОЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ » Сборник статей по материалам CL XXXVII международной научно-практической конференции № 40 (187) Октябрь 2020г, Бахшуллаева М., Баймурадов Р.С., Попов В.А. «Развитие силы в подготовке метателей копья» стр.30-34.

АДАПТИВ ҲАРАКАТГА КЕЛТИРУВЧИ РЕКРЕАЦИЯ ВА РЕАБИЛИТАЦИЯ ШАКЛЛАРИ

10.53885/edinres.2021.96.29.052

Я.З.Файзиев

“Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт кафедраси” ўқитувчиси

Бухоро давлат университети Бухоро, Ўзбекистон

МЭ.Сатторов

*Бухоро давлат университетининг Педагогика институти
Бухоро, Ўзбекистон*

Аннотация: Адаптив жисмоний маданиятнинг тури бўлиб, у имконияти чекланган кишиларда дунёқарашни, гедонизм фалсафий қарашларини шакллантириш, рекреацион фаолиятнинг асосий приёмлари, йўллари, восита ва методларининг улар томонидан ўзлаштирилиши ҳисобига шахснинг дам олиш, бўш

Арслонов Қаҳрамон Полвонович.Музафарова Феруза Бахридиновна. Жисмоний тарбия ўқитувчисининг таълим –тарбия жараёнида замонавий ёндашувлар ва инновацияларни қўллаш компетенциялари.....	76
---	----

2-ШЎБА. ЎСМИРЛАР ВА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИНИНГ ДОЛЗАРБ

МУАММОЛАРИ.....	81
Г. Дж. Азимов.Б.С. Сафаралиев. К ИЗУЧЕНИЮ ГИГИЕНЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ .81	
F.I.Qo'ziyeva.A.A.Mamanazarov. Mamlakatimizda xotin-qizlar sportini rivojlantirishning o'ziga xos strategik dasturlari	86
С.Т.Неъматов. Хотин-қизларни соғломлаштиришда ва уларни рухий тайерлашда жисмоний тарбия ўқитувчисининг роли.....	88
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович.Бахшуллаева Малохат.Жамилова Гульчехра. Влияние физической культуры и спорта на всестороннее развитие подростка поколения.....	90
Gafurova Moxira Yunusovna. O'quvchilarda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarga qiziqish va ko'nikmalarni tarbiyalash.....	94
Р.Х. Кадиров.М. Тўраев. Спортчининг функционал ҳолатини оптималлаштиришнинг коррекцион ёндашувлари.....	97
Кадиров Рашид Хамидович. Спорт тайёргарлиги амалиётида диагностик тест ишончлигини аниқлаш методикаси	101
G'afurov N.M. Xotin-qizlar sportining rivojida jismoniy tayyorgarlik va uning o'rni.....	105
И.И.Саидов М.Ш.Турсунов Ўқувчилар ўз-ўзини жисмоний тарбиялаб, соғлиғини мустаҳкамлаши уларни ҳар томонлама жисмоний ривожлантиришдаги роли.....	107

3-ШЎБА: ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ТИЗИМИДА СОҒЛОМЛАШТИРУВЧИ

ТЕХНОЛОГИЯЛАР.....	111
С. В. Келлер. Кибербуллинг как явление современной информационной культуры: социально-культурный аспект	111
А.В. Календарь.П.И. Костенок. Регуляция предстартовых состояний юных футболистов в тренировочно - соревновательном процессе на базе международного детского центра «Артек».....	114
Николаева Любовь Александровна. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ТВОРЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	118
Фатуллаева Муаззам Азимовна.Базарова Дилроза Чариевна. Продвигайтесь к здоровому образу жизни!.....	120
A.A.Afraimov. Jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish texnologiyalari	123
Курбонов Х.Х. Кичик ёшдаги болалар билан бадий гимнастика бўйича машғулоти олиб бориш технологияси	125
Raxmonov Rauf Rasulovich. O'rta masofaga yuguruvchilarni yugurish texnikasini takomillashtirish samaradorligi.....	127
Хайдаров Улугбек Рустамович.Кадиров Рашид Хамидович. Экспериментальное обоснование методики развития скоростных способностей спринтеров учебно - тренировочной группы.....	132
Хасанов Р.А. Спортчида куч ва тезкорлик сифатларнинг зарурийлиги	139
Djuraeva Maxasti Zokir qizi.Sayiddinova Latofat Sharofiddin qizi. Jismoniy tarbiya va sport xalqning umumiy madaniyatining ajralmas qismi.....	142
A.T.Gulboyev. Qudratli yurtning farzandlari sog'lom bo'ladi.....	144
Farmonov O'tkir Alimovich. Ta'lim jarayonini tashkil etishda basketbol sportining interaktiv bazaviy ta'lim texnologiyalari	146
Elibaeva L.S. Barkamol shaxs tarbiyasida sportning o'rni.....	150

O'roqova S. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda ta'sir etuvchi omillar	152
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович.Бахшуллаева Малохат.Жамилова Гульчехра. Роль физической культуры и спорта в системе оздоровительных мероприятий ...	155
Qurbonov Shuhrat Qo'ldoshvich.Shoximov Jonibek Jalolovich. Jismoniy tarbiya va sport, sog'lom turmush tarzini shakllantirishda asosiy vosita	161
Murodov F.O.,Husenova S.S. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalar salomatligini muhofaza qiluvchi muhitni shakllantirishning asoslari	164
Ж.Ж.Атамурадов.Ф.Х.Хазратов. Современные образовательные технологии на уроках физической культуры	165

4-ШЎБА: АДАПТИВ ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ 170

Шукуров Раҳим Салимович.Талабалар организмининг адаптив мослашувчанлиги ва саломатлик захираларининг ўзгариш хусусиятлари	170
Yuldashov A.A. Талаба-ёшларнинг соғлом турмуш тарзини ташкил этишда жисмоний маданият ва спортнинг ўрни.....	179
И.И.Саидов.О.Ю.Толибова. Формирование здорового образа жизни в современном образовательном пространстве.....	181
М.М.Тураев. Содержание процесса организации оздоровительных занятий для людей пожилого возраста	185
Usmonov Alisher Sharifovich.Ibodov Dunyo. Yengil atletika – aholi salomatligini mustahkamlash va olimpiya harakatining asosiy bo'g'ini sifatida.....	188
Я.З.Файзиев.Д.Я.Зиёев. Индивидуальные занятия для детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата	191
Р.А.Хасанов.Д.Зиёев. Эстетическое воспитание средствами физической культуры и спорта.....	195
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович.Тухтамурадова Нодира Абдужаббаровна. Бобоева Зарифа Жаҳонқуловна. Роль творческого подхода к педагогической деятельности учителя физической культуры	198
Я.З.Файзиев.М.Э.Сатторов. Адаптив ҳаракатга келтирувчи рекреация ва реабилитация шакллари.....	203
Ж.М.Эргашев. 11-13 ёшли боксчиларнинг спорт мотивацияси	206
Z.Sh.Yusupova.A.T.Temirov. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari	209
Z.Sh.Yusupova.A.Y.Temirov.Boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda ta'lim tarbiya jarayonini tashkil etish	212
Иванков Ч.Т.Сигов М.В. Моделирование экстремальных ситуаций в профессионально - прикладной физической подготовке пожарных на основе специальных упражнений газодымозащитной службы МЧС РФ	215
М.Х.Тошев. Мактаб ўқувчиларини шахматга тайёрлашнинг шакллари.....	219
Иноятлов Абдулло Шодиевич.Хусенов Нодир Нуриддинович. Кекса ёшдаги кишилар функционал ҳолатининг педагогик профилактикаси	220
Келдиёров Шухрат Эргашович. Адаптив жисмоний тарбиянинг асосий компонентлари (турлари)	220
Еримбетов Байрамбой Корлибоевич. Адаптив жисмоний тарбияда машғулотларни тузиш шакл ва усуллари танлаш хусусиятлари	220

5-ШЎБА: ҚАДРИЯТЛИ ЁНДАШУВ АСОСИДА ЎҚУВЧИЛАРДА ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПЕДАГОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ 233

Davronov N.I. Qadriyatli yondashuv-boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy sifatlarni rivojlantirish vositasi sifatida.....	233
Q.Q.Qobiljonov.J.R.Jo`rayev. Ibn-Sino ta'limotida jismoniy tarbiya mazmuni.....	236
Z.Sh.Yusupova. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari	240
Э. Ю. Исломов. Миллий курашни ўқувчининг шахсий сифатларини шаклланишига психологик таъсирларини ўрганиш.....	243
Kurbanov Djurabek Ismatovich.Akramova Gulhayov Mexriddin qizi. Barkamol yoshlar tarbiyasida ko'pkari sport musobaqalarining o'rni.....	247
Қодиров Ш.Н. Ҳаракатли ўйинлар орқали ёш авлодни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш	250
Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич.Курбанов Джурабек Исматович.Турсунов Миршод Шодиевич. Баркамол авлод тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари	252
Нарзуллаев Ф.А. Жисмоний сифатларни тарбиялаш методикаси	256
А.Р.Нуруллаев. Миллий ўйинлар миллий-маънавий қадриятининг узвий қисми.	257
М.А.Тилакова.А.А.Тилакова. Тарихий-маданий ёдгорликларнинг идрок қилишни технологик-конструктив ёндашувли компонентлари.....	260
М.К. Маҳмудов. Акмеологик ёндашув асосида бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчилари педагогик маҳоратини ривожлантириш тузилмаси	265
Sabirova Nasiba Rasulovna. Yosh futbol o'yinchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari	268
Akramov Abdufattoh Shavkatovich. Yosh avlod ongida axloqiy hamda jismoniy tarbiyani shakllantirishning psixologik mexanizmlari	272
Ярашев Жамшид Раззоқович. Эркин курашнинг аксеологик илдизлари	274
Murodov J. Maktabda darsdan tashqari vaqtda harakatli o'yinni o'tkazish metodikasi	277