

One of the following major content components. This component makes the practitioner or a student look different, intellectually.

While physical activity also plays an important role, which includes: listening to the teacher, observing the exercise closely,

c) The teacher's activity is the next component of the lesson content, which manifests itself in the following cases:

- who will assign homework and explain it, be able to describe the specific task of the lesson and explains it;

- organization, constant monitoring of participants, analysis of their activities, as well as directing the activities of the participants in the right direction, focusing on the relationship between them;

- principles that play a positive role in the educational process, such as conduct and leadership, direction, control of activities.

References / Список литературы

1. Тураев М.М. Повышение эффективности физического воспитания студентов с помощью компьютерных технологий // Вестник науки и образования, 2021. № 15 (118). Часть 2.
2. Тураев М.М. Методы преподавания физического образования и их важные аспекты // Проблемы науки. № 2 (61), 2021.
3. Файзиев Я.З., Зиёев Д.Я. Краткий исторический обзор развития физического воспитания и спорта // Academy. № 9 (60), 2020. С. 32-35.
4. Джумаев Ф.Х., Атаева З.А. Выращивание растения «Indigofera tinctoria L» и его роль в повышении плодородия почв в условиях Бухарской области // Вестник науки и образования, 2021. № 3 (106). Часть 2.

ПРЕИМУЩЕСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ВЛИЯНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ ПЕДАГОГИКИ НА РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ

Баймурадов Р.С.¹, Бахшуллаева М.Б.², Бобоева З.Д.³

Email: Baymuradov6122@scientifictext.ru

¹Баймурадов Раджаб Сайфитдинович – доцент,
межфакультетская кафедра физической культуры и спорта;

²Бахишуллаева Малохат Бахтиёр кызы – студент;

³Бобоева Зарифа Джахонкуловна – студент,
факультет физической культуры,

Бухарский государственный университет,
г. Бухара, Республика Узбекистан

Аннотация: в статье анализируются преимущества предмета физического воспитания, возможности педагогов-новаторов в процессе обучения студентов.

Ключевые слова: инновации, методы, управление стрессом, психическое здоровье.

ADVANTAGES OF PHYSICAL EDUCATION: INFLUENCE OF INNOVATIVE PEDAGOGY ON STUDENT DEVELOPMENT

Baymuradov R.S.¹, Bakhshullaeva M.B.², Boboeva Z.J.³

¹Baymuradov Radjab Sayfitdinovich - Assistant Professor,
INTERFACULTY DEPARTMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS;

²Bakhshullaeva Malohat Bakhtiyor qizi – Student;

³Boboeva Zarifa Jahonkulovna - Student,
FACULTY OF PHYSICAL CULTURE,
BUKHARA STATE UNIVERSITY,
BUKHARA, REPUBLIC OF UZBEKISTAN

Abstract: the article analyzes the advantages of the subject of physical education, the opportunities of innovative teachers in the learning process of students.

Keywords: innovation, methods, stress management, mental health.

Долгосрочные преимущества уроков физкультуры для учащихся начальных, средних и старших классов не всегда очевидны, но сильные учителя с инновационными идеями меняют это. Эти преподаватели находят творческие и основанные на фактических данных способы помочь учащимся адаптироваться к своему телу, разуму и отношениям.

Здесь мы рассмотрим преимущества программ физического воспитания, то, как учителя разрабатывают свои уроки, чтобы показать своим ученикам лучшее, и что будущее может принести в эту область.

Преимущества физкультуры

Преимущества программы физического воспитания намного перевешивают преимущества тренажерного зала. Когда учащиеся имеют возможность отойти от своих столов и двигать своим телом на уроке физкультуры, они получают преимущества поддержки психического здоровья, снятия стресса, здоровья сердца и многого другого.

Институт медицины сообщает, что физически активные студенты более сосредоточены, чем их менее активные сверстники, лучше запоминают информацию и успешнее решают проблемы. Хотя преимущества физического воспитания очевидны, обеспечение того, чтобы учащиеся максимально использовали физкультуру осуществляют инновационные и хорошо подготовленные учителя.

Когда большинство людей думают о физическом воспитании, они думают о беге посреди школьного спортзала и лазании по канату. Однако самые эффективные учителя физкультуры знают, что для физкультуры есть много чего, а не только бегать и карабкаться. Цель состоит в том, чтобы помочь учащимся расти и давать положительные отзывы и рекомендации, чтобы они могли комфортно участвовать во внеклассных физических занятиях. Один из способов, с помощью которого учителя могут сделать это, состоит в том, чтобы сделать его трудным для каждого ученика, но доступным с помощью индивидуальных уроков.

Давайте рассмотрим разминочный бег в начале урока. Классический подход требовал, чтобы все ученики ходили по дорожке. В зависимости от уровня способностей некоторые учащиеся справились примерно за две минуты, а последние учащиеся ждали до конца дольше. Во время этого перерыва более медленные ученики были смущены, узнав, что остальная часть класса ждет их. Используя подход UDL, преподаватель физкультуры создает зону разминки с гораздо меньшим радиусом. Вместо того чтобы просить учеников пробежать одинаковое расстояние, он просит их пробежать столько же кругов по меньшему кругу за определенный период времени, побуждая каждого ученика выполнить серию раундов, которые кажутся им трудными для каждого. Например, по истечении четырех минут все перестают бежать. Более

быстрые ученики были протестированы на своем уровне, а более медленные ученики были протестированы на своем уровне. Ни один ученик не подвергается стигматизации. У учителя теперь есть дополнительные минуты обучения для обучения на основе навыков.

Учитывая способности и силы учащихся, преподаватели физкультуры могут делать больше, чем просто обучать спорту. «Программы физического воспитания должны быть основаны не только на спорте, но и на возможностях позитивных действий, которые повышают самооценку, достоинство, самооценку и самодисциплину», — сказал Санчес. «Когда ребенок понимает, как работать с другими в разных ситуациях, он может использовать свои личные сильные стороны и изучать свои слабые стороны. Это достойный поступок, и на этом все должно закончиться».

Лучшие программы физического воспитания дают учащимся пространство для развития тела и ума. Поскольку учителя стремятся создавать планы уроков, которые укрепляют учащихся изнутри, дни страшных занятий гимнастикой могут закончиться. В последние годы с внедрением новых идей в физическое воспитание появилось много новых методов обучения. Мультимедийные, сетевые и другие технологии могут быть использованы для улучшения методов и инструментов обучения. Они не только обогащают форму физического воспитания, но и играют вспомогательную роль в изучении технических движений. Опыт студентов в области физического воспитания, изучение вопросов, результаты самостоятельной работы показывают тот же вывод. На этой основе будут выдвинуты соответствующие предложения по модернизации методики обучения физической культуре.

С развитием компьютерных сетевых технологий и их преимуществ сетевые исследования стали одним из основных методов статистических исследований в Китае и важным инструментом для реализации маркетинговых стратегий во всех аспектах жизни [1]. Исследования инновационных методов обучения не только продвигают концепцию обновления роли спортивных педагогов, изменения их ролей, повышения качества и эффективности обучения, но и побуждают учащихся к самостоятельному мышлению, исследовательской смелости, постоянной помощи в формировании собственного знания. Вносить новшества в учебную среду, помогать учащимся овладеть стилем обучения, формировать правильное отношение и спортивные ценности. Цель состоит в том, чтобы способствовать изучению теории школьного спорта, обогатить современное спортивное обучение и предоставить справочники.

Инновации в методах обучения физическому воспитанию.

В последние годы, с внедрением новых идей в физическое воспитание появилось много новых методов обучения. Помимо обогащения спортивного образования, оно также находится в центре внимания педагогов. Действовать как движущая сила человеческого образования, реформ и инноваций, повышать качество, внедрять качественное образование во всех его аспектах, ориентированная на ученика, возглавляемая учителем полномасштабная студенческая инициатива; продолжать реформирование содержания и методов обучения, повышать качество обучения, укреплять физическое и психическое здоровье обучающихся; способность к обучению и способность к инновациям. Обучать студентов знаниям и умениям, трудовым навыкам, жизни, поведению; продвигать инновации в методах обучения физическому воспитанию, таких как эвристическое обучение, обучение по вопросам и обсуждение, чтобы помочь учащимся приобретать знания и навыки; пробуждать у учащихся интерес к знаниям, повышать интерес учащихся к учебе, создавать благоприятные условия для самостоятельного мышления учащихся, свободного поиска, новаторства в физическом воспитании.

Список литературы / References

1. 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.
2. Давронов Н.И. Предотвращение вредных привычек у подростков на основе физической культуры и спорта // European Research, 2018. С. 132-134.
3. Maturov B. et al. Acmeological Approach to the Formation of Healthy Lifestyle Among University Students // III International Scientific Congress Society of Ambient Intelligence 2020 (ISC-SAI 2020). Atlantis Press, 2020. С. 347-353.
4. Давронов Н.И., Эргашев А.У., Ходжиев М.Х. Организационно-педагогические условия раннего занятия настольным теннисом в детско-юношеских спортивных школах // Проблемы науки, 2021. С. 60.
5. Файзиев Я.З., Зиёев Д.Я. Краткий исторический обзор развития физического воспитания и спорта // Academy. № 9 (60), 2020. С. 32-35.
6. Тураев М.М., Баймурадов Р.С., Файзиев Я.З. Интерактивные методы физического воспитания в вузах // Педагогическое образование и наука. № 3, 2020.
7. Арслонов К.П., Джураев Ж.Р. Роль физкультуры и спорта в содействии личностному и социальному развитию учащихся // Academy. № 10 (61), 2020.
8. Абытова Ж.Р. Механизмы интеллектуального развития дошкольников с помощью физических занятий // Проблемы педагогики. № 3 (48), 2020.
9. Джумаев Ф.Х., Атаева З.А. Выращивание растения «Indigofera tinctoria L» и его роль в повышении плодородия почв в условиях Бухарской области // Вестник науки и образования, 2021. № 3(106). Часть 2.

METHODOLOGY AND THEORY OF TYPES OF KURASH

Hasanov R.A.¹, Razhabova M.U.²

Email: Hasanov6122@scientifictext.ru

¹Hasanov Rustam Adizovich - Senior Lecturer,
DEPARTMENT OF INTERFACULTY PHYSICAL CULTURE AND SPORTS;

²Razhabova Mehrangiz Ulugbekovna – Student,
FACULTY OF PHYSICAL CULTURE,
BUKHARA STATE UNIVERSITY,
BUKHARA, REPUBLIC OF UZBEKISTAN

Abstract: kurash is one of the oldest types of wrestling. At the same time, it is the youngest sport on the world stage. Despite its long history, wrestling left its mark on the world sports arena only in 1998. Today kurash is an international sport.

Keywords: courage, sport, antiquity, sporting achievements.

МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕОРИЯ ВИДОВ КУРАША

Хасанов Р.А.¹, Ражабова М.У.²

¹Хасанов Рустам Адизович – старший преподаватель,
кафедра межфакультетской физической культуры и спорта;

²Ражабова Мехрангиз Улугбековна – студент,
факультет физической культуры,
Бухарский государственный университет,
г. Бухара, Республика Узбекистан