

**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 | Факультетлараро 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 | “Факультетлараро жисмоний тарбия ва спорт кафедраси” катта ўқитувчиси, аъзо |
| 12 | Ф.А.Нарзуллаев | “Факультетлараро 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 тўпламида 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

Выводы

Совокупность разнообразных форм физического воспитания в дошкольных учреждениях создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

Одной из таких форм являются физкультурно-оздоровительные мероприятия, включающие утреннюю гимнастику, физкультурные минутки и закаливающие процедуры. Ежедневные проведения утренней гимнастики обстановке, правильно подобранные комплексы физических упражнений растормаживают нервную систему детей после сна, активизируют деятельность всех внутренних органов и систем, повышают физиологические процессы обмена, увеличивают возбудимость коры головного мозга, а также реактивность всей центральной нервной системы. Поток импульсов, идущих в головной мозг от всех рецепторов - зрительного, слухового, опорно-двигательного, кожного, повышает жизнедеятельность организма в целом.

Регулярные проведения физических упражнений на свежем воздухе с последующими водными процедурами способствуют закаливанию детского организма, вырабатывает стойкость к различным неблагоприятным воздействиям окружающей среды (перегревание, ветер, дождь и др.), а также введение в комплексы упражнений корригирующего характера способствует формированию свода стопы и правильной осанки.

Список литературы

1. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод. Пособие.- М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2004.- 144 с.
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 272 с.
3. Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: метод. Пособие. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 415 с.
4. Наш «взрослый» детский сад: Кн. Для воспитателя дет. Сада: Из опыта работы / К.П. Изергина, Л.С.Преснякова и др. – М.: Просвещение, 1991. – 192 с.
5. Правосудов В.П. Учебник инструктора по лечебной физической культуре. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 415 с.
6. Спок Б. Ребенок и уход за ним. – М.: Знание, 1990. – 192 с.
7. Профилактика и коррекция плоскостопия у детей. // Дошкольное воспитание. – 2003.-№8.- С.59-62.
8. Тихомирова Л.Ф. Уроки здоровья для детей 5-8 лет. / Художник Е.А.Афоничева. – Ярославль.: Академия развития, Академия Холдинг, 2003. – 144 с.
9. Физическое воспитание дошкольников с функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата. // Дошкольное воспитание. – 2003.- №4. – С.28-33.
10. Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://referat.ru/>

ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

10.53885/edinres.2021.73.60.046

Р.А.Хасанов

*Старший преподаватель
Бухарский государственный университет
Бухара, Узбекистан*

Д.Зиёев

*Студент 3 го курса Бухарский медицинский институт
Бухара, Узбекистан*

Аннотация. В данной статье рассмотрено целенаправленный процесс формирования у человека эстетического отношения к действительности.

Ключевые слова: эстетика, восприятие, физическая подготовленность, духовной культуры человечества.

Актуальность. На сегодняшний день одним из популярных средств, используемых с целью оздоровления, является физическая подготовленность человека. Прекрасное в жизни — и средство и результат эстетического воспитания. Оно концентрируется в искусстве, художественной литературе, неразрывно связано с природой, общественной и трудовой деятельностью, бытом людей, их взаимоотношениями. Система эстетического воспитания в целом использует все эстетические явления действительности. Особое значение при этом придается восприятию и пониманию прекрасного в трудовой деятельности, развитию у человека способности вносить красоту в процесс и результаты труда.

Эстетическое воспитание – целенаправленный процесс формирования у человека эстетического отношения к действительности. Это отношение с возникновением человеческого общества развивалось вместе с ним, воплощаясь в сфере материальной и духовной деятельности людей. Оно связано с восприятием и пониманием ими [прекрасного](#) в действительности, наслаждением им, эстетическим творчеством человека.

В системе общего воспитания, являясь ее составной частью, эстетическое воспитание подчинено всестороннему развитию личности. Учения об [искусстве](#) как форме проявления духовной культуры человечества эстетическое воспитание утверждает в людях эстетический идеал, понимание прекрасного, развивает эстетический вкус, творческие способности вносить прекрасное в жизнь.

Цель исследования. Подготовка человека к восприятию прекрасного в искусстве, литературе, в жизни, наслаждению им, правильная его оценка — одна из важнейших задач эстетического воспитания.

Методы и организация исследования. В обществе создаются необходимые условия для ее решения, т. к. здесь успешно идут процессы обогащения искусства знанием жизни и дальнейшего приобщения к ценностям культуры. Важнейшей частью эстетического воспитания является спортивное воспитание и воспитание средствами физической культуры.

Известные деятели искусства - артист Чирков и кинодраматург Полонский заметили однажды, что современный спорт "взял на себя часть огромной ответственности за воспитание человека, "конструирование" личности, нравственности, доброты, честности, товарищества". "И здесь у спорта, - по их мнению, - может быть не меньше возможностей, чем у просвещения и искусства".

Эта оценка спорта в полной мере относится и к возможности его влияния на эстетическую культуру.

Спорт - сфера, в которой в различных формах выступают основные эстетические ценности.

К их числу, прежде всего, относится красота.

Чаще всего красоту связывают с гармонией, под которой понимается стройное сочетание, согласованность, слаженность, взаимное соответствие разных качеств, предметов, явлений, частей целого.

Красота, в том числе и в области спорта, – это прежде всего совершенная форма, которая наилучшим способом выражает содержание, способствует эффективному выполнению определенных функций, имеющих позитивное личностное и социальное значение.

В этом плане, например, высокое техническое мастерство спортсмена является важным, но не единственным условием эстетической оценки его действий. Для того, чтобы можно было говорить о красоте этих действий, их обязательно необходимо сопоставить с теми задачами, для решения которых они предпринимались. Техническое мастерство в действиях спортсмена должно быть неразрывно связано с их целесообразностью. В противном случае нарушается важный эстетический принцип единства формы и содержания и получается не "красивая игра", а "игра на красоту".

Еще Ф. Бэкон писал: "В деле красоты отдают предпочтение красивым формам перед красивым цветом и красоте движений лица и всего тела - даже перед красотой форм". Этот взгляд, безусловно, справедлив, прежде всего, по отношению к таким видам спорта, как легкая атлетика, плавание и т.п. Применительно к игровым видам спорта он нуждается в определенной коррекции.

Главным содержанием игровых видов спорта является борьба двух команд, имеющих в своем составе по несколько спортсменов. Характерной чертой этой борьбы для большинства игровых видов спорта является непосредственное физическое противостояние соперников. В связи с этим здесь можно рассматривать красоту действий отдельных спортсменов, той или другой команды, а также красоту игры в целом. Эти объекты рассмотрения, в свою очередь, могут быть разделены на составляющие элементы. Так, в действиях спортсмена может быть выделена физическая и интеллектуальная активность, которые находят свое проявление в техническом и тактическом мастерстве. Весьма односторонне было бы связывать красоту спорта только с действиями спортсменов и потому, что она проявляется во всей совокупности спортивных отношений: в деятельности тренера, спортивных организаций, когда содержание их деятельности направлено на действительное обеспечение оптимальных условий для раскрытия в спорте творческих потенций человека.

Результаты исследования. Таким образом, спорт действительно предоставляет огромные возможности самим спортсменам и зрителям для созерцания разнообразных эстетических ценностей, для наслаждения ими. В этом отношении спорт не только не уступает другим сферам жизнедеятельности, но порой и превосходит их.

Занятия отдельными видами спорта, системами физических упражнений могут способствовать развитию определенных органов и систем организма. С помощью подобранных физических упражнений можно улучшить многие показатели физического развития (массу тела, окружности грудной клетки, жизненную емкость легких и т.д.).

Литература:

1. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: Учеб.для вузов физ. культуры. - Ростов н/Д: Феникс, 2002, С. 95-106.
2. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры. – М., ТВТ Дивизион, 2009. – 192с.
3. Умаров Д.Х., Умаров М.Н., Эштаев А.К. Оздоровительно-развивающие виды основной гимнастики». Учебное пособие. Ташкент, 2006. -204 с.
4. Чебураев В.С. Изучение изменений двигательных показателей девушек под влиянием занятий аэробикой //Теория и практика физической культуры, 2002, № 6, С. 15-17.

О'роқова С. 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
Инояттов Абдулло Шодиевич.Хусенов Нодир Нуриддинович. Кекса ёшдаги кишилар функционал ҳолатининг педагогик профилактикаси	220
Келдиёров Шухрат Эргашевич. 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