

**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

6. Лубышева Л. И. Концепция модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту / Л. И. Лубышева, В. А. Магин // Теория и практика физической культуры. 2003. - № 12. - С. 13-16.

List of references

1. Sh. M. Mirziyoev. Decree of the President of the Republic of Uzbekistan No. PF-6099 of October 30, 2020

2. Abdullaev Sh. Dj. Influence of interdependence on the motivation of young sportsmen // Psychology of the XXI century. Sb. on the materials of the annual Congress "Psychology of the XXI century" (Yaroslavl, 15 - 17 May 2020) / Ed. Kozlova V.V. Yaroslavl, 2020. p. 26-32.

3. Abdullaev Sh. J. Using the web-based electronic platform for conducting physical education lessons. Scientific-methodical journal "Problems of Science" Publishing House of the Russian Federation, Ivanova, 2020.- pp. 66-68

4. Kurbanov J.I., Abdullaev Sh.J. Metodological approaches to the study of the rules of physical activity in women's sports Scientific-methodical journal. "Problems of Science" Publishing House of the Russian Federation, Ivanova, 2019.- pp. 88-89.

5. Ilyinsky I. Educational revolution / I. Ilyinsky. - M.: Publishing house of the Moscow Social and Humanitarian Academy, 2002.592 p.

6. Lubysheva LI The concept of modernization of the process of professional training of specialists in physical culture and sports / LI Lubysheva, VA Magin // Theory and practice of physical culture. 2003. - N ° 12. - S. 13-16.

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТДА УЗЛУКСИЗЛИК ВА УЗВИЙЛИК

10.53885/edinres.2021.93.44.027

Файзиев Я.З.

Бухоро давлат университети

Бозорова С.З.

3-курс Бухоро давлат университети

Ҳар бир педогогик жараённинг асосини узвийлик ва узлуксизлик ташкил этади. Ўқитиш ёки тарбиялаш жараёнлари мазкур тамойиллар негизида ўз мазмунини янада мукамал бойитиб боради. Жумладан, педагогиканинг бир қисми ҳисобланган жисмоний тарбия ва спорт ҳам узлуксизлик, узвийлик ва изчиллик каби тамойиллар негизида амалга оширишни тақозо этади.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳаси амалий ва назарий жиҳатлари билан ажралиб туради. Бу эса соҳани амалга оширишда юқорида айтиб ўтилган узлуксизлик ва узвийлик тамойиллари қўлланилишини кўрсатади. Жисмоний тарбия ва спортда амалий билимлар, кўникма ва малакаларнинг шаклланиши узлуксизлик ва узвийликни талаб этади.

Ўзбекистон Республикасининг «Таълим тўғрисида»ги ҳамда «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги қонунларида мазкур тушунчалар – узвийлик ва узлуксизлик тушунчаларининг мазмуни, уни қўллаш соҳалари, амалга ошириш механизмлари атрофлича ёритиб берилган. Унга кўра, таълим тизими, жисмоний тарбия ва спорт соҳаларини ўзаро уйғунлаштириш, мослаштириш, улар ўртасидаги узлуксизлик ва узвийликни таъминлаш алоҳида белгилаб қўйилган. Ушбу ҳуқуқий асосларга кўра таълим тизими босқичларида жисмоний тарбия ва спорт мустаҳкам ўринга эга.

Республикада 2000 йилдан буён ўтказиб келинаётган ва дунёда ягона ҳисобланган уч босқичли спорт мусобақалари тизими – «Умид ниҳоллари», «Баркамол авлод» ва Универсиада спорт мусобақалари айнан таълим тизим ҳамда жисмоний тарбия ва спорт соҳаларининг уйғунлаштирилган, бир-бирига йўғрилган шакли

ҳисобланади. «Миллий модель» номини олган мазкур спорт мусобақалари тизими таълим тизимининг учта асосий босқичини қамраб олади, яъни умумий ўрта таълим, ўрта махсус касб-хунар таълими ва олий таълим босқичларини. Ўқувчи ва талабалар ўқишдан бўш вақтларида мазкур спорт мусобақаларига тайёрланадилар. Спорт билимлари ошиши, кўникма ва малакаларнинг шаклланиши асносида ўқувчи ва талаб ёшларнинг саломатлик даражаси ҳам яхшиланиб боради. Улар орасида соғлом турмуш тарзи шаклланади.

Республикамизда аҳоли саломатлик даражасини аниқлаш ва ошириш масаласи ҳукуматимизнинг доимий диққат эътиборида бўлиб келмоқда. Бу ўринда аҳолининг барча қатламлари, хусусан, таълим тизимини ҳам қамраб олувчи «Алпомиш» ва «Барчиной» тест меъёрлари алоҳида аҳамиятга эга. Ушбу тест меъёрлари Ўзбекистон Республикаси аҳолисининг 7 ёшдан 70 ёшгача бўлган қатламини ўз ичига олади. Мазкур тест меъёрлари ҳам таълим тизимидаги узвийлик ва узлуксизликни таъминлашда катта аҳамиятга эгаллиги билан ажралиб туради.

Юқорида айтилган спорт мусобақалари ва тест меъёрларидан ташқари жисмоний тарбия дарслари ва дарсдан ташқари спорт тўғараклари ҳам ўзига хос ўринга эга. Умумтаълим мактаблари, Академик лицей ва касб-хунар коллежлари ҳамда олий таълим муассасаларида жисмоний тарбия дарслари ДТС асосида ўқитилиб келинаётганлиги, дарсдан ташқари спорт тўғаракларининг ташкил қилинганлиги жисмоний тарбия ва спортдаги узлуксизлик ҳамда узвийликнинг амалий ифодасидир.

Ёшларнинг спортга қизиқишлари ортиши, саломатлик даражаси яхшиланиб боришида таълим тизимида жисмоний тарбия ва спорт чуқур кириб борганлигининг натижаси, деб тушуниш мумкин. Таълим тизимида жисмоний тарбия ва спорт ҳаракатини аниқ тасаввур қилиш учун қуйидаги расмни мисол тариқасида келтириш мумкин.

Умуман, жисмоний тарбия ва спорт соҳаси амалий характерда эканлиги, доимий машғулотлар ва шуғулланишлар натижасида ривожланиши билан ажралиб туради. Шу сабабли соҳани ривожлантириш, уни янада юқори босқичларга олиб чиқиш юқорида айтилганидек узвийлик ва узлуксизлик асосида амалга ошади.

Ҳозирда кўпгина мутахассислар, етакчи олимлар жисмоний тарбия дарсларини, хусусан, умумтаълим мактабларида ташкил қилинаётган жисмоний тарбия дарсларини янада такомиллаштириш масаласи устида тадқиқотлар олиб бормоқдалар. Маълумотларга кўра жисмоний тарбия дарслари ўқувчиларнинг ҳаракатга эҳтиёжининг 10 – 11 %ини қондирар экан. Шунга кўра айтиб ўтиш керакки, ўқувчиларнинг ҳаракатга эҳтиёжини тўла қондириш мактаб ва синфдан ташқари жисмоний тарбия ишлари орқали амалга оширилади.

Ўқувчи ҳамда талаба ёшларни жисмоний тарбия ва спортга янада қизиқтириш, уларни спорт машғулотларига кенг жалб этиш мазкур соҳада узлуксизлик ва узвийликнинг мазмунини ташкил этади. Ушбу жараёнларни тизимли ёндашувлар асосида, мақсадли тарзда амалга ошириш самардорлиги юқори ҳисобланади.

УМУМИЙ ВА МАХСУС ЧИДАМЛИЛИК ТУРЛАРИНИ БАҲОЛАШ УСУЛЛАРИ

10.53885/edinres.2021.73.35.038

А.Р.Нуруллаев

Бухоро давлат университети

“Факултетьлараро жисмоний маданият ва спорт” кафедраси доценти

Мақолада умумий ва махсус чидамлилик турларини баҳолаш усуллари жисмоний сифатларнинг ривожланиш қонуниятлари ва унинг назарий-амалий асослари мазмуни эпчиллик, эгилувчанлик, чидамлилик, тезкорлик ва мушаклар кучи асосий

МУНДАРИЖА

Xamidov O.X. YANGI O'ZBEKISTON SHAROITIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI	3
Қаҳҳоров О.С. Ёш авлод жисмоний тарбиясида инновацион технологияларни жорий этишда давлат сиёсатининг устивор йўналишлари	4
Р.Г.Жумаев. Ўзбекистон республикасида жисмоний тарбия ва спортни ривожланиш истиқболларида жисмоний тарбия ва спортнинг ўрни.....	6
Маъмуров Б.Б.Маъмуров Б.Б. 9. Замонавий шароитда жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларини тайёрлашнинг ўзига хос хусусиятлари.....	9

1-ШЎБА: ЎЗБЕКISTON RESPUBLKASIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING ZAMONAVIY ҲОЛАТИ ВА RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI.....

16

Маъмуров Б.Б.Михайлов А.Г. Физическая активность и развитие интеллекта человека.....	16
N.M.Muxitdinova. Xorij davlatlarida maktabgacha ta'lim tizimining rivojlanishi (buyuk britaniya hamda germaniya misolida)	19
Madaminov Azimbek Egamberganovich. Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi talabalarining ilmiy tadqiqot olib borish jarayonining kontseptual asosi	22
Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич.Абытова Жасмин Руслановна. Научно-педагогические основы начального обучения плаванию в школьном возрасте	24
Дустов Б.А. Волейбол ўйининг вужудга келиш тарихи	27
Mansurov Sherzod Shuxratovich. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida bolalarni harakat faoliyatiga o'rgatish	28
Арслонов Қаҳрамон Полвонович.Музафарова Феруза Бахридиновна. Ўқувчиларнинг таянч ва фанга доир компетенцияларини ривожлантириш орқали дунё таълим тизимида рақобатбардош кадрларни тайёрлаш.	31
Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich. Jismoniy tarbiya jarayonida komponentli motivatsiyalar	35
Файзиев Я.З.Бозорова С.З. Жисмоний тарбия ва спортда узлуксизлик ва узвийлик...38	
А.Р.Нуруллаев. Умумий ва махсус чидамлик турларини баҳолаш усуллари	39
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович. Актуальность методов обучения в формировании двигательных навыков и умений	42
Х.Х.Атамуратов. Ўзбекистонда футбол ривожланишининг муаммолари ва истиқболлари.	46
С.И.Иноятлов. Забота о молодежи – неопределяемая ценность народа: история и современность.....	49
Atayeva Gulsina Isroilovna. Jismoniy tarbiya va raqamli texnologiyalar	54
Ф.А. Керимов.А.У. Хамиджонов. Белбоғли курашга болаларни саралашда мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичлар самарадорлигини баҳолаш ва назорат қилиш методикаси.....	56
Исмоилова М.Н. Актуальность использования информационно-коммуникационных технологий в области физической культуры и спорта	60
Ф.А. Керимов.А.У. Хамиджонов. Белбоғли кураш спорт турига 9-14 ёшли болаларни саралашда махсус жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўрни ва аҳамияти ..	61
Mo'minov F.I. Futbol sportida mashg'ulot jarayonlarini boshqarish asoslari	66
Керимов Ф. А.Азизов М.М. Скандинавча юриш билан шуғулланувчи болаларнинг жисмоний тайёргарлигини мониторинг қилувчи компьютер дастури "SKAN.XOD"	68
Н.М.Мухитдинова.Важные задачи физического воспитания детей дошкольного образования посредством игр	73

Арслонов Қаҳрамон Полвонович.Музафарова Феруза Бахридиновна. Жисмоний тарбия ўқитувчисининг таълим –тарбия жараёнида замонавий ёндашувлар ва инновацияларни қўллаш компитенциялари..... 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 подросткающего 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 мустақкамлаши 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
Rahmonov 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

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
Иноятлов 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