

**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**

кряхтит, трудно дышит и часто останавливается передохнуть. Хотам подошел к старику и ласково сказал: «О, друг, разве ты не знаешь, что Хотам Той здесь устраивает пир для всех?! Сбрось ношу колючек и иди туда».

Старик гордо ответил:

Поверь: мой тяжкий труд не тяжелей,  
Чем иго благодности твоей.

И лучше мне трудом дирхем добыть,  
Чем от Хотамы стадо получить!

Нам, представителям старшего поколения, необходимо от молодежи забота, ласковое, доброе слово. Совершенно верно подчеркивал Алишер Навои:

Ҳам сўз ила элга ўлимдан нажот,  
Ҳам сўз ила топиб ўлик тан ҳаёт.

Словами можно смерть предотвратить,  
Словами можно мертвых оживить.

И пусть каждодневным правилом для всех станут слова Президента Шавката Мирзиёева о том, что долгом каждого из нас является проявление постоянного почтения и заботы о наших отцах, дедах, матерях, своим богатым жизненным опытом, собственным примером вносящих неоценимый вклад в формирование атмосферы мира, согласия и счастья в каждой семье и стабильности в обществе, активно участвующих в преобразованиях во всех сферах, в первую очередь в воспитании здорового поколения в духе нашего исторического наследия, культурных ценностей и добрых традиций.

Использованная литература:

1. Конституция Республики Узбекистан. Т.: «Узбекистан», 2020
2. Постановление Президента Республики Узбекистан «О широком праздновании 580-летия со дня рождения великого поэта, мыслителя Алишера Навои». Правда Востока, 20 октября 2020 года.
3. Послание Президента Республики Узбекистан Ш.Мирзиёева Олий Мажлису. Правда Востока, 30 декабря 2020 года
4. Навоий, Алишер. Тўла асарлар тўплами: 10 жилдлик/ А.Навоий; ЎзРФА, А.Навоий номидаги тил ва адабиёт институти. – Т.:Ғафур Ғулом номидаги нашриёт матбаа ижодий уйи, 2011.
5. Алишер Навои. Афоризмы.-Т.: «Шарк», 2014
6. Уложения Темура.-Т.: «Узбекистан», 1999
7. Алишер Навои. Лирика. Москва. Издательство «Человек», оформление, издание, 2008. Издание изготовлено к печати Музеем литературы им.Алишера Навои АНРУз под руководством доктора филологических наук, проф.С.Хасанова. Отв.редактор академик А.Каюмов

**JISMONIY TARBIYA VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR**  
**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**  
**PHYSICAL EDUCATION AND DIGITAL TECHNOLOGIES**

10.53885/edinres.2021.34.76.068

*Atayeva Gulsina Isroilovna*

**Buxoro davlat universiteti, Axborot texnologiyalari kafedrasida katta o'qituvchisi**  
**Атаева Гульсина Исроиловна - старший преподаватель кафедры**  
**информационных технологий Бухарского государственного университета**

**Atayeva Gulsina Isroilovna - Senior Lecturer, Department of Information Technology, Bukhara State University**

[g.i.ataeva@buxdu.uz](mailto:g.i.ataeva@buxdu.uz)

tel: +998934543142

**Tahirov Behzod Nasriddinovich - Buxoro davlat universiteti, Axborot texnologiyalari kafedrası o'qituvchisi**

**Тахиров Бехзод Насриддинович - преподаватель кафедры информационных технологий Бухарского государственного университета**

**Takhirov Behzod Nasriddinovich - Lecturer of the Department of Information Technologies, Bukhara State University**

[tahirovbehzod2@gmail.com](mailto:tahirovbehzod2@gmail.com)

tel: +998936889365

**Annotatsiya:** Barcha ijtimoiy va iqtisodiy sohalarda raqamlashtirishning rivojlanishi – bu juda tez jarayon deb hisoblanadi. Jismoniy tarbiya va sport sohasidagi olimlar va mutaxassislar jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida yangi yondashuvlarni qo'llashga, shu jumladan, turli ta'lim dasturlariga yangi texnologiyalarni kiritishga katta e'tibor berishadi. Maqolada sport mashg'ulotlarida raqamli texnologiyalardan foydalanishi tahlil qilinadi.

**Аннотация:** Развитие цифровизации всех социальных и экономических сфер – это очень быстрый процесс. Ученые и специалисты в области физической культуры и спорта уделяют значительное внимание применению новых подходов в физической и спортивной подготовке, в том числе внедрению новых технологий в различные образовательные программы. В статье проанализировано применение цифровых технологий при спортивной подготовке.

**Abstract:** The development of digitalization in all social and economic spheres is a very fast process. Scientists and specialists in the field of physical culture and sports pay considerable attention to the application of new approaches in physical and sports training, including the introduction of new technologies into various educational programs. The article analyzes the use of digital technologies in sports training.

**Kalit so'zlar:** jismoniy madaniyat va sport ta'limi; raqamli texnologiyalar; jismoniy ta'lim-tarbiya; sport mashg'ulotlari, agregat platformalari.

**Ключевые слова:** физическая культура и спортивное воспитание; цифровые технологии; физическая культура; спортивная подготовка, платформы-агрегаторы.

**Key words:** physical culture and sports education; digital technologies; physical education; sports training, aggregator platforms.

Сегодня все регионы, университеты и школы с компьютерными классами, интерактивными досками и другим мультимедийным оборудованием имеют возможность использовать цифровые технологии и инструменты в образовательных целях. В системе образования разработано и успешно используется большое количество электронных образовательных ресурсов, интерактивных сред, сборников видео, аудио ресурсов, платформ-агрегаторов, автоматизированных информационных систем и др.

Формирование информационного общества обуславливает необходимость реформирования всех социальных сфер, а сфера «физическая культура и спорт» требует новых подходов, особенно в сфере реализации новых технологий в рамках отраслевых образовательных программ [1]. Мониторинг цифровых технологий в физкультурно-спортивном образовании, проведенный в 2014-2019 годах, показал, что, несмотря на большое количество программных и программных решений, в них отсутствует методическая и педагогическая потребность. Анализ научных работ

показал, что с точки зрения очевидной актуальности рассматриваемой темы для массовых образовательных программ физической культуры и спорта на основе цифровых технологий существуют лишь отдельные научно-исследовательские работы и педагогические продукты. Проведенные нами исследования показали, что цифровые технологии частично используются в физкультурно-спортивном образовании, однако этот процесс носит стихийный характер и не обеспечивается нормативно-правовыми актами.

Анализ внедрения IT-инструментов в общеобразовательных учреждениях можно разделить на две части. В первом случае IT-инструменты используются непосредственно при реализации учебного процесса, а при организационно-техническом и административном обеспечении.

Как показал проведенный анализ, практически везде есть система автоматизации управления образованием. Используются следующие сервисы: агрегаторы информационных ресурсов, новостных лент, каталогов полезных ресурсов (ссылок); сервис дистанционного обучения для общего, профессионального и дополнительного образования; библиотеки электронных учебников и учебных пособий.

Возможность формирования и сопровождения цифрового образовательного профиля в части дальнейшей реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта на сегодняшний день не представлена ни одной платформой.

Цифровые технологии в общем и дальнейшем физкультурно-спортивном образовании могут быть использованы в следующих целях:

- динамические показатели реакции функциональных систем на нагрузку (переносные гаджеты и специализированные программы);
- улучшение психоэмоционального состояния обучающихся (технологии «умный пол» и «умная стена»);
- организация соревнований по двигательной активности с помощью технологий сенсорного контроллера (аналог компьютерной игры Just Dance [2] и др.);
- создание и размещение дидактических материалов на открытых ресурсах.

Соревнования по двигательной активности с помощью технологии сенсорного контроллера (аналог компьютерной игры Just Dance [2]) показали, что использование интерактивных цифровых технологий на уроках физической культуры способствует не только повышению интереса к предмету, но и снижению непродуктивного нервно-психического напряжения среди учащихся.

В настоящее время созданы программы для определения спортивных способностей, задатков и ориентаций детей 6-14 лет при занятиях определенным видом спорта на основе тестирования морфологического статуса, психофизиологических и функциональных возможностей ребенка [3]. Программа помогает родителям узнать текущий уровень психофизического развития ребенка и спрогнозировать его развитие, а детям выбрать тот вид спорта, который больше всего развивает его способности.

Формирование современной цифровой образовательной среды позволило бы реализовать модель непрерывного физического образования в Узбекистане, что положительно повлияло бы на образовательную эмиграцию лучших студентов за счет сетевого обучения и взаимодействия, помогло бы предотвратить отток наиболее талантливой молодежи в другие регионы.

Непосредственно во время спортивной тренировки спектр цифровых технологий может быть обусловлен целями конкретного этапа спортивной тренировки. На этапе спортивного совершенствования рекомендуется безостановочно пользоваться переносными гаджетами, в том числе программами с

учетом режима питания и сна. Этап высшего спортивного мастерства по большинству видов спорта связан с цифровыми технологиями. Индивидуальные траектории спортивной подготовки корректируются с учетом обратной связи. Можно констатировать, что этот процесс улучшится и при анализе повышенных показателей будут использоваться технологии искусственного интеллекта.

#### **Список использованной литературы**

1. Кодолова И.А., Фаткуллов И.Р., Галяутдинова Л.Р., Никонова Т.В., Мифтахов Р.Ф. Информационные технологии в подготовке специалистов по физическому и спортивному направлению// Проблемы современного педагогического образования. 2017, 57-5, с. 127-134.
2. Левитов А.В. Симулятор киберспортивных танцев JustDance - инструмент физического воспитания и спорта //Сборник материалов научных конференций бакалавров и магистрантов, аспирантов и соискателей Минспорта РФ. Московская областная олимпийская академия. 2018. С. 79-81.
3. Нопин С.В. Информационные технологии в научно-методическом обеспечении спортивной тренировки //Вопросы функциональной тренировки в профессиональном спорте. 2014, т. 2, 1. С. 245-252.

## МУНДАРИЖА

Xamidov O.X. Yangi O'zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya va sportning rivojlanish istiqbollari .....	2
Қаҳҳоров О.С. Ёш авлод жисмоний тарбиясида инновацион технологияларни жорий этишда давлат сиёсатининг устивор йўналишлари .....	4
Маъмуров Б.Б. Замонавий шароитда жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларини тайёрлашнинг ўзига хос хусусиятлари .....	6

### **1-ШЎБА: ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИНГ ЗАМОНАВИЙ ҲОЛАТИ ВА РИВОЖЛАНИШ ИСТИҚБОЛЛАРИ..... 13**

Маъмуров Б.Б., Михайлов А.Г. Физическая активность и развитие интеллекта человека .....	13
N.M.Muxitdinova. Xorij davlatlarida maktabgacha ta'lim tizimining rivojlanishi (Buyuk Britaniya hamda Germaniya misolida) .....	16
Madaminov Azimbek Egamberganovich. Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi talabalarining ilmiy tadqiqot olib borish jarayonining kontseptual asosi .....	19
Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич, Абытова Жасмин Руслановна. Научно-педагогические основы начального обучения плаванию в школьном возрасте .....	21
Дустов Б.А. Волейбол ўйининг вужудга келиш тарихи .....	24
Mansurov Sherzod Shuxratovich. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida bolalarni harakat faoliyatiga o'rgatish.....	26
Арслонов Қаҳрамон Полвонович, Музафарова Феруза Бахридиновна. Ўқувчиларнинг таянч ва фанга доир компетенцияларини ривожлантириш орқали дунё таълим тизимида рақобатбардош кадрларни тайёрлаш. ....	28
Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich. Jismoniy tarbiya jarayonida komponentli motivatsiyalar .....	32
Файзиев Я.З., Бозорова С.З. Жисмоний тарбия ва спортда узлуксизлик ва узвийлик .....	36
А.Р.Нуруллаев. Умумий ва махсус чидамлилиқ турларини баҳолаш усуллари .....	37
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович. Актуальность методов обучения в формировании двигательных навыков и умений .....	40
Х.Х.Атамуратов. Ўзбекистонда футбол ривожланишининг муаммолари ва истиқболлари.....	44
С.И.Иноятов. Забота о молодежи – неценная ценность народа: история и современность .....	47
Atayeva Gulsina Isroilovna. Jismoniy tarbiya va raqamli texnologiyalar.....	51

### **2-ШЎБА. ЎСМИРЛАР ВА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИНИНГ ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ..... 55**

Сафаралиев Б.С., Файзиев Я.З. Половозрастные народные игры и развлечения как составная часть досуга у таджиков .....	55
F.I.Qo'ziyeva, A.A.Mamanazarov. Mamlakatimizda xotin-qizlar sportini rivojlantirishning o'ziga xos strategik dasturlari.....	60
С.Т.Неъматов. Хотин-қизларни соғломлаштиришда ва уларни рухий тайерлашда жисмоний тарбия ўқитувчисининг роли .....	62
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович, Бахшуллаева Малохат, Жамилова Гульчехра. Влияние физической культуры и спорта на всестороннее развитие подросткового поколения .....	64
Gafurova Moxira Yunusovna. O'quvchilarda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarga qiziqish va ko'nikmalarni tarbiyalash .....	68
Р.Х. Кадиров, М. Тўраев. Спортчининг функционал ҳолатини оптималлаштиришнинг коррекцион ёндашувлари .....	71