

ISSN:2181-1458

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLY VA O‘RTA MAXSUS
TA‘LIM VAZIRLIGI**

**NAMANGAN DAVLAT UNIVERSITETI
ILMIY AXBOROTNOMASI**

**НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК НАМАНГАНСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА**

**SCIENTIFIC BULLETIN OF
NAMANGAN STATE UNIVERSITY**



namdu.uz ilmiy@inbox.uz

[Namdu_ilmiybolim](#)

ISSN:2181-0427

2022

5



Бош муҳаррир: Наманган давлат университети ректори С.Т.Тургунов

Масъул муҳаррир: Илмий ишлар ва инновациялар бўйича проректор М.Р.Кодирхонов

Масъул муҳаррир ўринбосари: Илмий тадқиқот ва илмий педагогик кадрлар тайёрлаш бўлими бошлиги Д.Дехқонов

ТАҲРИРҲАЙЪАТИ

Физика-математика фанлари: акад. С.Зайнобиддинов, акад. А.Аъзамов, ф-м.ф.д., доц. М.Тўхтасинов, ф-м.ф.д., проф. Б.Саматов, ф-м.ф.д., доц. Р.Хакимов, ф-м.ф.д. М.Рахматуллаев.

Кимё фанлари: акад.С.Рашидова, акад. А.Тўраев, акад. С.Нигматов, к.ф.д., проф.Ш.Абдуллаев, к.ф.д., проф. Т.Азизов.

Биология фанлари: акад. К.Тожибаев, акад. Р.Собиров, б.ф.д. доц.А.Баташов, б.ф.д. Н.Абдурахмонов.

Техника фанлари: - т.ф.д., проф. А.Умаров, т.ф.д., проф. С.Юнусов.

Қишлоқ хўжалиги фанлари: – г.ф.д., доц. Б.Камалов, қ-х.ф.н., доц. А.Қазақов.

Тарих фанлари: – акад. А.Асқаров, с.ф.д., проф. Т.Файзуллаев, тар.ф.д. проф. А.Расулов, тар.ф.д., проф. У.Абдуллаев.

Иқтисодиёт фанлари: – и.ф.д., проф.Н.Махмудов, и.ф.д., проф.О.Одилов.

Фалсафа фанлари: –ф.ф.д., проф. М.Исмоилов, ф.ф.н., О.Маматов, PhD Р.Замилова.

Филология фанлари: – акад. Н.Каримов, фил.ф.д., проф.С.Аширбоев, фил.ф.д., проф. Н.Улуқов, фил.ф.д., проф. Х.Усманова, фил.ф.д., проф. Б.Тухлиев, фил.ф.н, доц.М. Сулаймонов.

География фанлари: - г.ф.д., доц. Б.Камалов, г.ф.д., проф.А.Нигматов.

Педагогика фанлари: - п.ф.д., проф. У.Иноятов, п.ф.д., проф. Б.Ходжаев, п.ф.д., п.ф.д., проф. Н.Эркабоева, п.ф.д., проф.Ш.Хонкелдиев, п.ф.д., проф Ў.Асқарова, п.ф.н., доц. М.Нишонов, PhD П.Лутфуллаев.

Тиббиёт фанлари: – б.ф.д. Ғ.Абдуллаев, тиб.ф.н., доц. С.Болтабоев.

Психология фанлари – п.ф.д., проф З.Нишанова, п.ф.н., доц. М.Махсудова

Техник муҳаррир: *Н.Юсутов*

Таҳририят манзили: Наманган шаҳри, Уйчи кўчаси, 316-уй.

Тел: (0369)227-01-44, 227-06-12 **Факс:** (0369)227-07-61 **e-mail:** ilmiy@inbox.uz

Ушбу журнал 2019 йилдан бошлаб Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссияси Раёсати қарори билан физика-математика, кимё, биология, фалсафа, филология ва педагогика фанлари бўйича Олий аттестация комиссиясининг диссертациялар асосий илмий натижаларини чоп этиши тавсия этилган илмий нашрлар рўйхатида киритилган.

“НамДУ илмий ахборотномаси–Научный вестник НамГУ” журнали Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигининг 17.05.2016 йилдаги 08-0075 рақамли гувоҳномаси ҳамда Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги (АОКА) томонидан 2020 йил 29 август куни 1106-сонли гувоҳнома га биноан чоп этилади. “НамДУ Илмий Ахборотномаси” электрон нашр сифатида халқаро стандарт туркум рақами (ISSN-2181-1458)га эга НамДУ Илмий-техникавий Кенгашининг 11.05.2022 йилдаги кенгайтирилган йигилишида муҳокама қилиниб, илмий тўпلام сифатида чоп этишига рухсат этилган (**Баённома № 5**). Мақолаларнинг илмий савияси ва келтирилган маълумотлар учун муаллифлар жавобгар ҳисобланади.



51	Кора саксовул ўсимлиги экстремофил эндофит бактерияларининг хилма-хиллиги ва уларнинг истиқболли штаммларини шўрланиш шароитида бодринг етиштиришда қўллаш имкониятлари Б.С.Аликулов, З.Ф.Исмаилов	293
52	Барқарорликка эришиш мақсадида амалга оширилаётган экологик чора-тадбирлар ва экологик таълимнинг ўрни Н.Ш. Базарова, Н.Р. Жумаева, М.Б. Шокирова	299
53	Nurota tog'lari qorinoyoqli quruqlik mollyuskalarining xilma-xilligi va mintaqalar bo'yicha tarqalishi J.A.Kudratov, D.B.Turakulova, A.Pazilov.....	306
54	Денгизқўл зовурининг географик ўрни ва экологик таҳлили С.Б.Бўриев, Ф.Ходжаева	312
55	Кольматажланган оч тусли бўз тупроқларнинг агрокимёвий хоссалари Г.Т.Сотиболдиева, Г.Юлдашев	316
56	Минерал ўғитларга боғлиқ ҳолда иддизмевали сабзавотларнинг униб чиқиши ва кўчат қалинлиги О.Т.Усманов	321
57	Сунъий усулда она асалари етиштиришда озиклантириш биотехнологияси Н.А.Азизова	325
58	Роль национальных спортивных игр в физиологическом развитии школьников З.Т.Сафарова, О.С.Фармонова, С. С.Фармонов	330
59	Mahalliy dorivor o'simliklardan ajratib olingan preparatlarni antiradikallik faolligini aniqlash N.Mo'ydinova, F.To'xtaboyeva, D.Tuychiyeva, L.Yunusova	333

ТЕХНИКА ФАНЛАРИ

05.00.00

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

TECHNICAL SCIENCES

60	Особенности применение дополнительные полосы для обеспечения безопасности движения на горных дорогах А.А.Эшанбабаев	338
61	Ёнғин майдони ва унинг тарқалиш шаклини аниқлаш ҳамда ёнғинларни сув билан ўчиришда куч ва воситаларни ҳисоблаш услуги Ғ.Қ.Муталов	342



РОЛЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР В ФИЗИОЛОГИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ШКОЛЬНИКОВ

Сафарова Закия Тешаевна
преподаватель кафедры Биология БухГУ
Тел: +99891-448-31-76, zakia.safarova@yandex.com
Фармонова Олиябегим Солижоновна
студентка 2 курса БухГУ
Фармонов Содикжон Солижонович
студент 1 курса БухГУ

Аннотация: во вступительной части статьи приведены данные о роли физического воспитания в здоровом развитии будущего поколения, описывается древние национальные подвижные игры предков, их ценность, национальная норма прошлого. Приведены данные воздействия физических движений улучшающие физиологические процессы растущего поколения. Использование национальных подвижных игр в классных занятиях для улучшения качества урока.

Ключевые слова: ценности, национальный стандарт, образование, религиозность, вера, физическое воспитание, спортивные игры, физиология, учащиеся.

THE ROLE OF NATIONAL SPORTS GAMES IN THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN

Safarova Zakiya Teshaeвна
Bukhara State University teacher
Tel: +99891-448-31-76, zakia.safarova@yandex.com
Farmonova Oliyabegim Solijonovna
2nd year student Bukhara State University
Farmonov Sodikjon Solijonovich
1st year student Bukhara State University

Abstract: the introductory part of the article provides data on the role of physical education in the healthy development of the future generation, describes the ancient national outdoor games of the ancestors, their value, the national norm of the past. Information on the effects of physical movements improving the physiological processes of the growing generation is given. The use of national outdoor games in the classroom to improve the quality of the lesson.

Keywords: values, national standard, education, religiosity, faith, physical education, sports games, physiology, students.

Наш народ имеет великую историю и богатое наследие культуры. Труды наших предков Абу Али ибн Сины, Беруни, аль-Хорезми, Захиддина Мухаммеда Бабура сами по себе являются историей. На ряду с их великими делами обязательно стоят наши народные традиции и великая культура. В древности и до XXI века не одно национальное мероприятие и гуляние нашего народа не проходили без наших национальных спортивных игр. В примере можно назвать борьба, чиллак (скалки), ок терак-кук терак (белая и зелёная берёза), тянуть канат, прятки но и обязательно Купкари (ездовая спортивная игра).



В настоящее время точнее после независимости на национальных праздниках используются эти игры, но к сожалению не все. Но мы педагоги можем вернуть наше наследия используя эти игры на занятиях, не только дошкольных но и на высших, средних и средне-специальных учреждениях.

Национальные спортивные игры в первую очередь побуждают учащихся знать национальные традиции, уважать их.

Подвижные игры оказывают большое влияние на физиологическое развитие школьников, обеспечивают их активную подвижность, улучшают кровообращение, имитируют движения, помогают дышать в норме [1].

Нами был проведён опыт в средне образовательной школе №11 города Бухара. Мы в период педагогической практике наших студентов в ряде классов использовали подвижные национальные игры, как «Верни мяч ведущими», «не давай мяч лидеру». методика проведения игры очень проста, её можно использовать во всех занятиях и в любое время, то есть когда идёт монотонность и преподаватель не использует что-то новое ученику становится скучно, естественно занятие не будет его интересовать. Метод который мы предложили учителям школы очень понравился, так как не требует лишнего усилия и затрат [1]. Надо только купить мяч от большого тенниса, или любой мяч который помещается на ладонях учеников, дети должны его ловить во время игры.

Методика проведения, это можно провести в части урока где укрепляется тема, новая или прошлая, также по середине занятия как, физкультминутка. Для этого учитель объявляет имя ученика, задаёт ему вопрос, ученик должен ловить и отвечая вернуть мяч учителю. Это игра называется «Верни мяч ведущему», ведущем может стать любой активный ученик, который ответил на много вопросов, это своего рода стимул и поощрения ученика. Ученики учитывая такое состояния стремятся стать ведущем, главное здесь требуется бдительность и внимание. Вторая игра «не давай мяч лидеру», ученики во время игры не должны возвращать мяч ведущему «лидеру». это можно проводить образуя круг у доски, или стоя на месте у парты [3].

На наших исследованиях было обнаружено, что используя этот метод мы достигли свободного общения ученика с учителем, любовь к предмету и учителю, активное участие во всех занятиях по этому предмету, но это не единственный метод который мы использовали во время девяти недельной практики.

С физиологической точки зрения подвижные национальные игры очень хорошо влияют на физическое развитие учащихся, активизирует дыхание, улучшает кровообращение, развивает активное внимание, мышление [8]. Так как, 45 минут статички это очень трудно для школьник, но если учитель не использует современные технологии и методы преподавания это очень тяжело для ученика, в таком случае ученик не интересуется темой и в итоге предметом, играется в телефон если преподаватель его не замечает.

Называя имя ученика и кидая на него мяч учитель достигает того, что бы ученик был внимателен, задавая вопрос и прося, что бы он вставая ответил достигается динамика ученика. Тут развивается активное внимание, слух, мышцы плюсны, улучшается дыхание. Если второй метод где не надо кидать мяч лидеру, развивается активное внимание, что бы ученик помнил до конца игры, «не бросать мяч лидеру», одновременно помня об этом он должен размышлять вопрос к теме и направить мяч с вопросом на другого ученика. Это в свою очередь развивает кору больших полушарий, средний мозг, центры дыхания,



осязания, движения, улучшается дыхание и кровообращение. Национальные подвижные спортивные игры помогают сконцентрировать внимание, быть более сосредоточенным на поставленных задачах, сигналах, работать в группе, ориентироваться, уважать друг -друга, развивают терпеливость и развивать перечисленные выше качества.

Adabiyotlar

1. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o'quv-mashg'ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. O'quv qo'llanma.T.: O'zDJTI, 2011 y. 37 b.
2. Sergeev G.M., Nurimov R.I., Sarkisyan R.S. Futbol bo'yicha bolalar va o'smirlar sport maktabi, olimpiya o'rinbosarlari, bolalar va o'smirlar maxsus maktablari, olimpiya o'rinbosarlari bilim yurti o'quv mashq qilish uchun dastur. T., 1997.
3. Nurimov R.I. Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O'quv qo'llanma. T.: O'zDJTI, 2005 y. 104 b.
4. Акрамов Р.А. Игровые и тренировочные нагрузки в футболе. Учебное пособие. Т., 2002.
5. Акрамов Р.А. Особенности управления тренировочным процессом футболистов в условиях жаркого климата. «Футбол», Ежегодник, М., 1983.
6. Курбанов З.А. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов в условиях Узбекистана. Учебное пособие. Т., 2000.
7. Нуримов Р.И. Ловкость футболистов и ее совершенствование. Совершенствование тренировочного процесса и его научное обоснование (сборник научных трудов). Т., -1983.
8. Нуримов Р.И. Педагогический контроль в процессе соревновательной деятельности футболистов. Совершенствование учебно-тренировочного процесса футболистов (сборник научных статей). Т., -2001.
9. Нуримов Р.И. Психофизиологические особенности деятельности футболиста. Журнал «Педагогик таълим», 2003 г., № 5.
10. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. Учебное пособие для профессиональных колледжей. Под общей редакцией Л.Р Айрапетьянца.-Т.: «ILM ZIYO», 2012. 296 с.