
**NATIONAL UNIVERSITY OF UZBEKISTAN
NAMED AFTER MIRZO ULUGBEK
FACULTY OF TAEKWONDO AND SPORT
ACTIVITIES**



PART- II



COLLECTION OF ARTICLES

**II-INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE “EDUCATION,
PERSONNEL TRAINING-APPLICATION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE
FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT: PROBLEMS AND SOLUTIONS”**

TASHKENT

**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И ИННОВАЦИЙ
НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ УЗБЕКИСТАНА
ИМЕНИ МИРЗО УЛУГБЕКА
ФАКУЛЬТЕТ ТАЭКВОНДО И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**СБОРНИК
МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
«ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА:
ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ»**

ЧАСТЬ II

**2023 год
3-4 ноября**

ТАШКЕНТ – 2023

Количество журналов и книг в библиотеках (на конец года; тыс. экземпляров)

	1940-г.	1950-г.	1960-г.	1970-г.	1971-г.	1975-г.	1976-г.
По области	293	418	2015	3984	4241	5072	5342
Фрунзенский район	10	22	94	269	290	307	313

Количество киноустановок (на конец года)

	1940-г.	1950-г.	1960-г.	1970-г.	1971-г.	1975-г.	1976-г.
Фрунзенский район	4	9	18	26	26	29	31
По области	58	153	283	434	434	468	474

На сегодняшний день в районе функционируют 82 общеобразовательные школы, в том числе 71 средняя, 6 неполных, 3 начальные и детские школы-интернаты, 2 гимназии, 2 лицея. Количество дошкольных образовательных учреждений 27, в том числе 4 частных. Также есть 2 профессионально-технических училища, где учащиеся получают специальности тракториста, швейника, мастера сельского строительства. В районе, особенно в поселках, есть дома культуры, детские музыкальные и спортивные школы, библиотеки.

Адабияттар

1. Журнал Наука и новые технологии №5. 2013 г. Стр. 69-70
2. Журнал “Известия вузов” № 7 2014 г.
3. Сводный план существующих образовательных учреждений по Соцопросу в 25/26 году и намеченных к открытию на 25/27 год. По национальном [Текст]. ЦГА. ф. 647, оп. № 1, № 98, л.149.
4. Малабаев, Ж.М. Кыргыз мамлекетинин тарыхы [Текст] / Ж.М. Малабаев. – Бишкек: 1999. – 219 б.

**TA'LIM METODLARI HAMDA RIVOJLANTIRUVCHI TA'LIM
TEKNOLOGIYALARINING O'QUV-MASHG'ULOTLARDAGI O'RNI**

To'ychiyev X.E.

*Toshkent iqtisodiyot va texnologiyalar universiteti
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent*

Usmanova N.O.

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti

Annotatsiya: Maqolada interfaol metodlar mazmuni va ularning qo'llanishi, ta'lim metodlari turlari va ularni ta'lim jarayonida qo'llash metodikasi masalalari to'g'risida so'z yoritiladi.

Аннотация: В статье освещено содержание интерактивных методов и их использование, виды образовательных методов и вопросы их применения в образовательном процессе.

Калит so'zlari: interfaol metodlar, o'quv-mashg'ulotlar, innovasion texnologiyalar, rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyalari, o'quv-jarayoni.

Ключевые слова: интерактивные методы, обучение, инновационные технологии, развивающие образовательные технологии, образовательный процесс.

Zamonaviy ta'limga xos muhim jihatlardan biri – pedagog faoliyatining innovatsion xarakter kasb etishiga erishish sanaladi. Rivojlangan xorijiy mamlakatlarda pedagog faoliyatining innovatsion xarakter kasb etishiga erishish masalasi o'tgan asrning 60-yillaridan boshlab jiddiy o'rganila boshlagan. Xususan, X.Barnet, J.Basset, D.Gamilton, N.Gross, R.Karlson, M.Maylz, A.Xeyvlok, D.Chen, R.Edem, F.N.Gonobolin, S.M.Godnin, V.I.Zagvyazinskiy, N.V.Kuzmina hamda V.A.Slastenin kabi tadqiqotchilar tomonidan olib borilgan ishlarda innovatsion faoliyat, pedagogik faoliyatga innovatsion yondashish, innovatsion g'oyalarni asoslash va ularni amaliyotga samarali tadbiiq etish, xorijiy mamlakatlar hamda respublikada yaratilgan pedagogik innovatsiyalardan habaror bo'lish orqali pedagog faoliyatida ulardan faol foydalanish borasidagi amaliy harakatlar mazmuni yoritilgan.

V.A.Slastenin innovatsiyani yangilik yaratish, keng yoyish va foydalanishga qaratilgan maqsadga muvofiq, yo'naltirilgan jarayoni majmui deb biladi. Muallifning fikriga ko'ra har qanday innovatsiya yangi vositalar yordamida ijtimoiy sub'yektlarning ehtiyojini qondirish va intilishlarini rag'batlantirish maqsadini ko'zlaydi. Har qanday innovatsiyada “yangi”, “yangilik” tushunchalari muhim ahamiyatga ega. Turli munosabat va jarayonlarga kiritilayotgan yangilik mazmunan xususiy, sub'yektiv, mahalliy va shartli g'oyalar tarzida namoyon bo'ladi.

Oliy ta'lim muassasalari talabalari doimo faol va o'z ustida izlanuvchan mustaqil ilmiy izlanishlarga qadam qo'yayotgan bo'lishini inobatga olib dars jarayonlarini tashkil etishda interfaol metodlardan foydalanish maqsadga muvofiq bo'ladi. Interfaol metodlar deganda – ta'lim oluvchilarni faollashtiruvchi va mustaqil fikrlashga undovchi, ta'lim jarayonining markazida ta'lim oluvchi bo'lgan metodlar tushuniladi. Bu metodlar qo'llanilganda ta'lim beruvchi ta'lim oluvchini faol ishtirok etishga chorlaydi. Ta'lim oluvchi butun jarayon davomida ishtirok etadi.

Interfaol tushunchasi ingliz tilida “interact” (rus tilida “interaktiv”) tarzida ifodalanib, lug'aviy nuqtai nazardan “inter” – o'zaro, “act” – harakat qilmoq kabi ma'nolarni anglatadi. Interfaol ta'lim talabalarning bilim, ko'nikma, malaka va

muayyan axloqiy sifatlarni o'zlashtirish yo'lidagi o'zaro harakatini tashkil etishga asoslanuvchi ta'limdir.

Ta'lim sohasida faoliyat yuritayotgan har bir mutaxassis yaxshi biladiki, an'anaviy ta'lim ham suhbat (dialog)ga asoslangan va bu suhbat quyidagi o'zaro munosabatlar shakllarida tashkil etiladi:

- ❖ O'qituvchi – ta'lim oluvchi
- ❖ An'anaviy ta'limdagi suhbat ishtirokchilari
- ❖ O'qituvchi – innovatsion texnologiyalar

Zamonaviy ta'limda innovatsiya, yanada aniqrog'i, pedagogik hamda ta'lim innovatsiyalaridan foydalanish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Binobarin, globallashuv hamda jamiyatning axborotlashuvi ta'lim jarayonini noan'anaviy shakllarda samarali metod va vositalarni qo'llashni taqozo etish bilan birga, o'quv materiallarini shakllantirish va ulardan amalda foydalanishga nisbatan ham innovatsion yondoshishni taqozo etmoqda. Pedagogik innovatsiyalar pedagogik tizimning ichki tuzilishini o'zgartiradi.

Oliy ta'lim muassasalari pedagoglarining pedagogik yoki ta'lim innovatsiyalaridan samarali, faol foydalana olishlari muayyan jarayonda kechadi. Pedagoglarning kasbiy faoliyatga innovatsion yondasha olishlari ko'zlangan maqsadga erishishni kafolatlash bilan birga ta'lim sifati va samaradorligini oshirishga, talabalarda bilish faolligini kuchaytirishga yordam beradi. A.I.Prigojinning fikriga ko'ra, innovatsiya maqsadga muvofiq ravishda muayyan ijtimoiy birlik – tashkilot, aholi, jamiyat, guruhga nisbatan munosabatga yangicha yondashish, bu munosabatni bir qadar turg'un elementlar bilan boytib borish tushunilishi lozim. Bu o'rinda muallifning qarashlari bevosita ijtimoiy munosabatlar, ularga nisbatan inovatsion yondashish mohiyatini ifodalaydi. Shundan kelib chiqqan holda har bir shaxs fuqaro, mutaxassis, rahbar, xodim, qolaversa, turli ijtimoiy munosabatlar jarayonining ishtirokchisi sifatida o'ziga xos innovator faoliyatni tashkil etadi. Amerikalik psixolog E.Rodjers o'z tadqiqotlarida innovatsion xarakterga ega ijtimoiy munosabatlarning ijtimoiy-psixologik jihatlari, ijtimoiy munosabatlarga yangilik kiritish, bu jarayonda ishtirok etuvchi shaxslarning toifalari, ularning yangilikka bo'lgan munosabatlari, yangilikni qabul qilish, mohiyatini anglashga bo'lgan tayyorlik darajasi hamda muayyan shaxslar toifalari o'rtasidagi innovatsion xarakterga ega ijtimoiy munosabatlarning tasnifi masalalarini o'rgangan.

Mohiyatiga ko'ra interfaollik talabalarning bilim, ko'nikma, malaka va muayyan axloqiy sifatlarni o'zlashtirish yo'lida birgalikda, o'zaro hamkorlikka asoslangan harakatni tashkil etish layoqatiga egaliklarini anglatadi. Mantiqiy nuqtai nazardan esa interfaollik, eng avvalo, ijtimoiy sub'yektlarning suhbat (dialog), o'zaro hamkorlikka asoslangan harakat, faoliyatni olib borishlarini ifodalaydi.

Amerikalik psixolog olimlar R.Karnikau va F.Makelrouning o'rganishlariga ko'ra, shaxsning tabiiy fiziologik-psixologik imkoniyatlari muayyan shakllarda o'zlashtirilgan bilimlarni turli darajada saqlab qolish imkonini beradi.

- Ya'ni shaxs:
 - manbani o'zi o'qiganida 10 %;
 - ma'lumotni eshitganida 20 %;
 - sodir bo'lgan voqea, hodisa yoki jarayonni ko'rganida 30 %;
 - sodir bo'lgan voqea, hodisa yoki jarayonni ko'rib, ular to'g'risidagi ma'lumotlarni eshitganida 50 %;
 - ma'lumot (axborot)larni o'zi uzatganida (so'zlaganida, bilimlarini namoyish etganida) 80 %;
 - o'zlashtirilgan bilim (ma'lumot, axborot)larni o'z faoliyatiga tatbiq etganida 90 % hajmdagi ma'lumotlarni yodda saqlash imkoniyatiga ega ekan.

Odatda interfaol metodlarga asoslangan ta'limiy harakatlar quyidagi shakllarda tashkil etiladi:

- individual;
- juftlik;
- guruh;
- jamoa bilan ishlash.

Interfaol metodlarga “Kyeys-stadi” (yoki “O'quv keyslari”), “Blits-so'rov”, “Modellashtirish”, “Ijodiy ish”, “Muammoli ta'lim” va shu kabi bir nechta metodlar kiradi. Ushbu metodlardan foydalib o'quv-mashg'ulotlari tashkil etilsa maqsadga muvofiq bo'ladi hamda dars jarayonlariga qo'yilgan maqsadlar to'laqonli amalga oshiriladi.

Interfaol ta'lim o'qitish jarayonining asosiy ishtirokchilari – o'qituvchi, talaba va talabalar guruhi o'rtasida yuzaga keladigan hamkorlik, qizg'in bahs-munozalar, o'zaro fikr almashish imkoniyatiga egalik asosida tashkil etiladi, ularda erkin fikrlash, shaxsiy qarashlarini ikkilanmay bayon etish, muammoli vaziyatlarda yechimlarni birgalikda izlash, o'quv materiallarini o'zlashtirishda talabalarning o'zaro yaqinliklarini yuzaga keltirish, “o'qituvchi – talaba – talabalar guruhi”ning o'zaro bir-birlarini hurmat qilishlari, tushunishlari va qo'llab-quvvatlashlari, samimiy munosabatda bo'lishlari, ruhiy birlikka erishishlari kabilar bilan tavsiflanadi.

Interfaol ta'lim strategiyalariga “Aqliy xujum”, “Bumerang”, “Galereya”, “Zigzag”, “Zinama-zina”, “Muzyorar”, “Rotatsiya”, “Yumaloqlangan qor” va boshqalar kiradi. Interfaol ta'lim metodlari tarkibidan interfaol ta'lim strategiyalarini ajratishda guruh ishini tashkil qilishga yondashuv ma'lum ma'noda strategik yondashuvga qiyoslanishiga asoslaniladi. Aslida bu strategiyalar ham ko'proq jihatdan interfaol ta'lim metodlariga tegishli bo'lib, ularning orasida boshqa farqlar yo'q.

Interfaol grafiq organeyzerlar: “Baliq skleti”, “BBB”, “Konseptual jadval”, “Venn diagrammasi”, “T-jadval”, “Insert”, “Klaster”, “Nima uchun?”, “Qanday?”.

Interfaol grafik organayzerlarni ajratishda bunday mashg‘ulotlarda asosiy fikrlar turli grafik shakllarda yozma ko‘rinishda ifodalanishiga asoslaniladi. Aslida bu grafik organayzerlar bilan ishlash ham ko‘proq jihatdan interfaol ta‘lim metodlariga tegishli bo‘lib, ularning orasida boshqa farqlar yo‘q.

“*Aqliy hujum*” metodi biror muammo bo‘yicha talabalar tomonidan bildirilgan erkin fikr va mulohazalarni to‘plab, ular orqali ma‘lum bir yechimga kelinadigan metoddir.

“AQLIY HUJUM” metodining tuzilmasi

- Muammoli savol beriladi
- Fikr va g‘oyalar bildiriladi va jamlab boriladi
- Fikr va g‘oyalar guruhlanadi
- Aniq va to‘g‘ri javoblar tanlab olinadi

“KICHIK GURUHLARDA ISHLASH” metodi

- ta‘lim oluvchilarni faollashtirish maqsadida ularni kichik guruhlariga ajratgan holda o‘quv materialini o‘rganish yoki topshiriqni bajarishga qaratilgan darsdagi ijodiy ish.

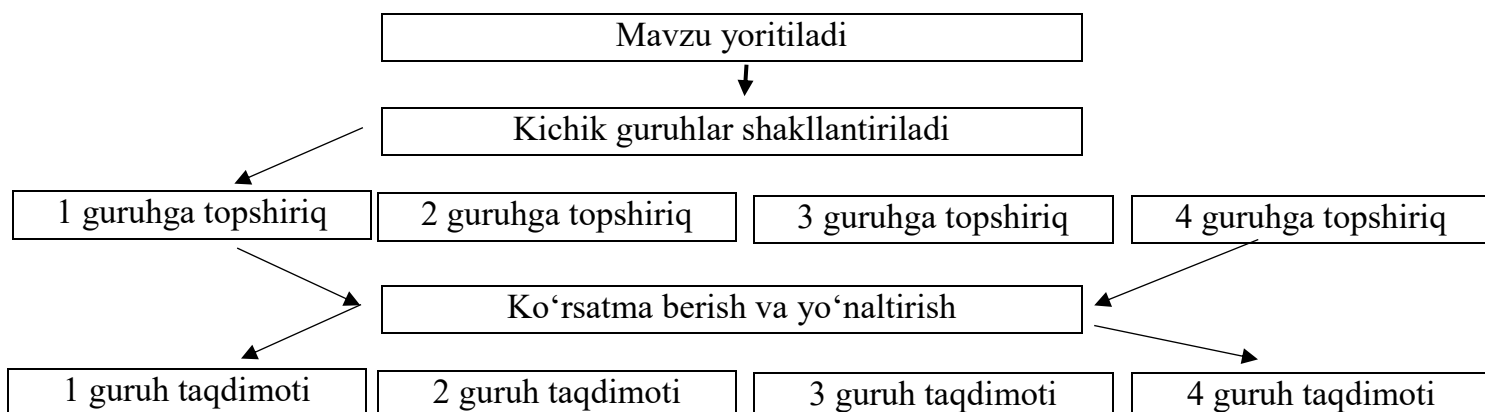
“MUAMMOLI VAZIYAT” metodi

- ta‘lim oluvchilarda muammoli vaziyatlarning sabab va oqibatlarini tahlil qilish hamda ularning yechimini topish bo‘yicha ko‘nikmalarini shakllantirishga qaratilgan metoddir.

“KICHIK GURUHLARDA ISHLASH” metodi

- ta‘lim oluvchilarni faollashtirish maqsadida ularni kichik guruhlariga ajratgan holda o‘quv materialini o‘rganish yoki topshiriqni bajarishga qaratilgan darsdagi ijodiy ish.

“KICHIK GURUHLARDA ISHLASH” metodining tuzilmasi



Muhokama tahlil va baholash

“MUAMMOLI VAZIYAT” metodi

- ta'lim oluvchilarda muammoli vaziyatlarning sabab va oqibatlarini tahlil qilish hamda ularning yechimini topish bo'yicha ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan metoddir.

“MUAMMOLI VAZIYAT” metodining tuzilmasi

Muammoli vaziyat tavsifi beriladi

Guruhlar muammoli vaziyatning kelib chiqish sabablarini aniqlaydilar

Guruhlar muammoli vaziyatning oqibatlari to'g'risida fikr yuritadilar

Guruhlar muammoli vaziyatni yechish yo'llarini ishlab chiqadilar

To'g'ri yechimlar tanlab olinadi

Rivojlantiruvchi ta'lim talabani ta'limiy, tarbiyaviy, ma'naviy, ruhiy va jismoniy rivojlantirish hamda uni tez o'zgaruvchan dunyoda jamiyatga, hayotga moslashuvini ta'minlovchi ta'lim nazariyasidir. O'z kelajagini o'ylagan har bir davlat jamiyat hayotidagi shaxsga taalluqli barcha ijtimoiy ta'sirlarni insonning rivojlanishi uchun, uning o'zligini anglashi va namoyon qila olishi uchun maqsadli ravishda yo'naltira olgan bo'lishi kerak. Rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyalar talabalar qiziqishining ortishiga, bilimlarning ko'nikma hamda malakaga aylanishiga, bilim sifat-samaradorligining oshishiga sabab bo'lmoqda.

Rivojlantiruvchi ta'limning maqsadi talabalarda mantiqiy, tanqidiy, tahliliy, ijodiy fikrlashni rivojlantirish orqali barkamol shaxsni shakllantirishdan iboratdir.

Rivojlantiruvchi ta'limning vazifasi shaxsning individual kamol topishi uchun zarur bo'ladigan hayotiy ko'nikma va malakalarini rivojlantirish sanaladi.

Rivojlantiruvchi ta'lim shaxsning individual xususiyatlarini rivojlantirishga yo'naltiriladi, ularni rag'batlantiradi va tezlashtiradi. Ushbu ta'lim texnologiyalarini qo'llashda o'quvchi (talaba) faoliyatning barcha bosqichlarida to'laqonli sub'yekt sanaladi. Ta'limning har bir bosqichi shaxsning rivojlanishiga muayyan hissa qo'shadi. Rivojlantiruvchi ta'limni maqsadga muvofiq qo'llash orqali talabada mustaqillik, shaxs sifatida rivojlanishi uchun javobgarlik, sabr-toqat, qat'iyatlilik,

tartiblilik, bosiqlik, tashabbuskorlik, ijodkorlik, tashkilotchilik, mustaqillik, iroda kabi sifatlar shakllantiriladi. Natijada u o'z maqsadini amalga oshirishda mehnatsevar, intizomli, faol va mahoratli ekanligini namoèn qila oladi. O'z faoliyati natijalarini tahlil qilishga ijobiy yondashsa, o'z-o'zini baholashga nisbatan talabchan, qat'iyatli bo'ladi.

Rivojlantiruvchi ta'limda ko'proq treninglardan foydalaniladi. Treninglar ta'lim oluvchilarda muayyan bilimlarni puxta o'zlashtirish, ularni amaliyotda samarali qo'llay olish ko'nikma, malakalarini shakllantirishga, bu jarayonda ularning mavjud imkoniyatlarini to'la ro'yobga chiqarishga yordam beradi. Bugungi kunda uzluksiz ta'lim tizimida rivojlantiruvchi ta'limni qo'llashda taqdimotlardan ham samarali foydalanish tajribasi samarali amalga oshirilmoqda. Taqdimotlar ham ta'lim oluvchilarda o'quv faoliyatini tashkil etishga ijodiy yondashish, o'z ustida ishlash, mustaqil ta'lim olish ko'nikmalarini ham rivojlantirishga yordam beradi.

Rivojlantiruvchi ta'limning o'ziga xos xususiyatlari talabalarda topshiriqlarni yechishga oid nazariy tushuncha va amaliy ko'nikma, malakalarni shakllantiradi. Talabalarning ijodiy qobiliyatlarini ro'yobga chiqarishga xizmat qiladi.

Rivojlantiruvchi ta'limning asosiy yo'nalishlari:

1. Muammoli ta'lim.
2. Evristik ta'lim.
3. Tadqiqotchilik ta'limi.
4. IMEN (ixtirochilik masalalarini yechish nazariyasi)

Rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyasining yetakchi tamoyillari:

- Inkorporatsiya (tizimli faoliyat ko'rsatish) turli fanlarga oid bilimlarni umumlashtirish;
- Moslanuvchanlik – ta'lim shakli, usuli va usullarining turli ta'lim muassasalarida qo'llanuvchanligi;
- Uyg'unlik – muayan o'quv predmetiga oid o'quv materiali mazmunining shaxsini rivojlantirish shakl, usuli va usullar bilan uyg'unligi;
- Yaratuvchanlik – turli ta'lim muassasalari pedagoglarining pedagogik texnologiyalarini yaratish imkoniyatlari;
- Tabiiylikka asoslanish genetik va ijtimoiy jihatlariga muvofiq talabalarning o'ziga xos shaxsiy xususiyatlarini hisobga olishdan iboratdir.

O'quv-mashg'ulotlarini bu metodlardan foydalanib tashkil etish talabalarning oliy ta'lim muassasasiga moslashishini takomillashtiriga hamda mustaqil ilmiy tadqiqotchi sifatida pedagogik texnologiyalarga oid bilim, ko'nikma va malakalar bilan qurollantirishga xizmat qiladi. Yuqorida ko'rsatilgan interfaol metodlar bilan birgalikda o'quv-mashg'ulotlarini rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyalari va usullaridan

foydalanilsa talabalar mustaqil fikrlashga, teran dunyoqarashga va eng muhimi fuqarolik pozitsiyasini mustahkamlashga qaratilgan sa'y-harakatlar o'z samarasini ko'rsatgan bo'ladi.

Xulosa. Interfaol ta'limning eng muhim tarkibiy elementi bo'lgan interfaol metodlar o'z mohiyatiga ko'ra ta'lim maqsadlarni amalga oshirishda ma'lum darajada samaradorlikka erishishni ta'minlaydi. Eng muhimi o'qituvchilar interfaol metodlarni tanlashda o'rganilayotgan mavzu, muammo yoki hal qilinishi lozim bo'lgan masalaga e'tibor qaratishlari lozim. Qolaversa, interfaol metodlarni qo'llashda talabalarning yosh, psixologik xususiyatlari, dunyoqarash darajasi, hayotiy tajribalari inobatga olinsa, dars samaradorligi yanada oshadi. Bu esa o'qituvchilardan kasbiy mahorat, malaka, bilimdonlik, sezgirlik va intuisiyaga ega bo'lishni taqozo etadi. Bu metodlar va rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyalardan foydalangan pedagog har tomonlama talabalar bilan muloqotda ochiq va hamdard, ijodkor, shu bilan bir qatorda mustaqil fikrlovchi va barkamol shaxsni shakllantiruvchi ma'naviy-ma'rifiy, tarbiyaviy ishlarni rejalashtirish va amalga oshirishda faol va targ'ibotchi bo'ladi. Mohiyatiga ko'ra innovasion, modul, hamkorlik, interfaol, muammoli, modul, masofaviy, kompyuter, loyiha, innovasion, individual, dasturiy, rivojlantiruvchi, tabaqalashtirilgan va mustaqil ta'lim, shuningdek, o'yin texnologiyalari ta'lim tizimida o'qitish jarayonining bir xil, zerikarli bo'lishining oldini olish, aksincha, uning qiziqarli, faol, jo'shqin bo'lishi uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish uchun xizmat qiladi. Pedagoglarining ushbu ta'lim texnologiyalari mohiyatidan xabar bo'lishlari, ularni o'z faoliyatlaridan samarali qo'llay olishlari ta'lim jarayonida har bir ta'lim oluvchining ichki imkoniyatlarini to'la ro'yobga chiqarishga yordam beradi. Shu sababli pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish kurslarida tinglovchilarni ushbu texnologiyalar bilan yaqindan tanishtirish maqsadga muvofiqdir. Individual, shaxsiy va yoshga oid o'ziga xosliklarni hisobga olgan holda auditoriya bilan psixologik asosli muloqot va o'zaro harakatni tashkil etish malakalariga ega bo'ladi. Shuning uchun o'quv-mashg'ulotlarida interfaol usullar hamda innovasion ta'lim texnologiyalaridan foydalanish, ularni talab darajasida yetkazib beraolish doimo dolzarb ekanligini belgilab beradi.

Adabiyotlar

1. Ismailova Z., Maqsudov P., Usmanov A., Tuychiev X., Designing the Processes of Education and Training of Future Teachers on the Basis of Individual Principles. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, Vol. 24, Issue 04, 2020, P. 6653-6659.

2. Ismailova Z.K., Ximmataliyev D.O., Роль педагогической технологии разноуровневого обучения в современном профессиональном образовании// The Seventh International Congress on Social Sciences and Humanities, 2nd April, 2016

3. Kosirev V.P., Методическая подготовка инженеров-педагогов V.P.Kosyrev. – М.: MGAU im. V.P.Goryachkina, 2003. – 144 s., Vienna 2016, В. 76-79.

4. To‘ychiyev X.E., Ta‘limga zamonaviy yondashuv Oliy ta‘lim: Muammo va yechimlar. Respublika ilmiy–amaliy konferensiya tuplami – Toshkent. 2020. 202 b.

5. Tolipov O‘.Q. Oliy pedagogik ta‘lim tizimida umummehnat va kasbiy ko‘nikma va malakalarni rivojlantirishning pedagogik texnologiyalari: Dissertasiya. ped. fan. dokt. – Toshkent: 2004. – 314 b.

6. Choriyev R. X.To‘ychiev Mechanisms of professional competence development for future teachers. Solid State Technology Volume: 63 Issue: 2 Publication Year: 2020, P 268-278

КОРРЕКТИРОВКА МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В УСЛОВИЯХ ВУЗА

*Файзиева О.Л., ст. преподаватель
Национальный Университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека*

Краткая аннотация: Данная статья о коррекции методики подготовки студентов, занимающихся легкой атлетикой, а в частности бегом на длинные дистанции.

Brief abstract. This article is about the correction of methods of preparing students involved in athletics and, in particular, long-distance race.

Ключевые слова: Силовая подготовка, эксперимент, сердечнососудистая система, опорно-двигательный аппарат.

Keywords: Strength training, experiment, cardiovascular system, musculoskeletal system. Одной из важнейших задач современного образования является воспитание здорового человека, всесторонне развитой личности.

Спорт признан одним из ключевых инструментов в поддержке социальной интеграции и реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья. Возможность участвовать в процессе регулярных тренировок, посещать спортивные секции стали средством их активного включения не только в студенческую жизнь, но и общественные процессы в целом. Одним из важнейших условий решения этой задачи является развитие студенческого спорта. Эту сферу социальной деятельности можно разделить на три важнейших направления. Во-первых, студенческий спорт-это источник для спорта высших достижений, во-вторых, он является способом продвижения культуры спорта в массы, а в-третьих, это также способ продвижения основ здорового образа

ОГЛАВЛЕНИЕ

Авторы	Название статьи	Стр
<i>Маджидов И.У.</i>	ВВЕДЕНИЕ	3
СЕКЦИЯ 1: ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЕ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ, ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ КАДРОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА		
<i>Raximov V.Sh.</i>	YOSH SPORTCHILARNI MAQSADLI TAYYORLASHDA KO'NIKALARINI RIVOJLANTIRISH	5
<i>Arzibayev Q.O.</i>	SPORT FAOLIYATI MOTIVATSIYASI SPORT NATIJALARIGA TA'SIR ETUVCHI ASOSIY OMILLARNING BIRI SIFATIDA	9
<i>Begimqulov Z.A.</i>	MALAKA OSHIRISH JARAYONIDA MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARI JISMONIY TARBIYA YO'RIQCHILARINING IJTIMOIIY-MADANIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK MAZMUNI	19
<i>Ismoilov T., Tursunova D., Ismoilova G.</i>	YOSH AVLOD TARBIYASIDA HARAKATLI O'YINLARNING PEDAGOGIK AHAMIYATI	24
<i>Ismoilov T., Ismoilov G', Ismoilova G.</i>	BOLALAR TARBIYASIDA O'ZBEK BOLALARINING FOLKLOR O'YINLARINING AHAMIYATI	28
<i>Latipov R.I.</i>	JISMONIY MADANIYAT TA'LIM YO'NALISHI TALABALARIDA KASBIY MADANIYATNI SHAKLLANTIRISH MAZMUNI VA SHAKLLARI	31
<i>Latipov R.I.</i>	MUSTAQIL TA'LIM ISHLARINI TASHKIL ETISH ORQALI JISMONIY MADANIYAT TA'LIM YO'NALISHI TALABALARINI KASBIY MADANIYATINI SHAKLLASHTIRISH	35
<i>Nigmanov B.B., Quldoshev A.</i>	XXI ASRDA ZAMONAVIY PEDOGOGIKANING AHAMIYATI	38
<i>Нурматов Ф.А</i>	ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТАЪЛИМИ ЖАРАЁНИДА ТАЛАБАЛАРДА ЭКОЛОГИК МАДАНИЯТНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ИЖТИМОИЙ-ПЕДАГОГИК ЗАРУРИЯТ	42
<i>Omarov Bakhytzhan., Kenjayeva Balnur., Omarov Nurlan.</i>	APPLYING AUGMENTED REALITY TECHNOLOGY FOR PHYSICAL EDUCATION IN UNIVERSITIES	46
<i>Omarov Bakhytzhan., Kenjayeva Balnur.</i>	FORMATION OF PROFESSIONAL COMMUNICATION SKILLS AMONG STUDENTS OF SPORTS TOURISM	51
<i>Рахматиллаев М.С.</i>	АНАЛИТИКА В СПОРТЕ. ЧТО ЭТО СПОРТИВНЫЙ АНАЛИТИК И ЧЕМ ЗАНИМАЕТСЯ СПОРТИВНЫЙ АНАЛИТИК?	56
<i>Тауров Х.Р.</i>	ИЗМЕНЕНИЯ В ОБРАЗОВАНИИ, СОЦИАЛЬНОЙ И КУЛЬТУРНОЙ ЖИЗНИ КАДАМЖАЙСКОГО РАЙОНА КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ	62
<i>To'uchiyev X.E., Usmanova N.O.</i>	TA'LIM METODLARI HAMDA RIVOJLANTIRUVCHI TA'LIM TEXNOLOGIYALARINING O'QUV-MASHG'ULOTLARDAGI O'RNI	71

<i>Файзиева О.Л.</i>	КОРРЕКТИРОВКА МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В УСЛОВИЯХ ВУЗА	79
<i>Хаитмуродова Н.А.</i>	СТРУКТУРА И МНОГОЛЕТНЯЯ ДИНАМИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ	82
<i>Хаитмуродова Н.А.</i>	УЛУЧШЕНИЕ ЭКОНОМИЧНОСТИ БЕГА У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНОВ НА ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ В ДОЛГОСРОЧНОМ ПЕРИОДЕ ПОД ДЕЙСТВИЕМ СИЛОВЫХ НАГРУЗОК	85
СЕКЦИЯ 2: ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ И ВОПРОСЫ МЕЖДИССИПЛИНАРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ		
<i>Abdullayev I.X., Abdullayev T.X.</i>	YUNON-RUM KURASHIDA SPORTCHILARNING MUSOBOQA FAOLIYATINI TAHLIL QILISH	91
<i>Adilov S.Q., Abdullayev I.X.</i>	YUNON-RUM KURASHCHILARNING MAXSUS JISMONIY TAYYORGARLIGINI MAXSUS TRENAJERLAR YORDAMIDA RIVOJLANTIRISH	95
<i>Boyboboyev B.G., Matajonov D.A.</i>	INTERAKTIV 3 D YONDASHUV ASOSIDA STATIK MASHQLARNI O'RGATISH TEXNOLOGIYASI VA MODEL I	101
<i>Joldasbayeva R.A.</i>	YOSH BASKETBOLCHILARNING JISMONIY SIFATLARI RIVOJLANISHINING YOSHGA BOG'LIQ XUSUSIYATLARI	106
<i>Eshmanova U.A.</i>	BASKETBOL O'YINI MASHG'ULOTLARNI O'TKAZISH DAVRIDA MAYDON O'LCHAMLARIGA MUVOFIQ HOLATDA SHUG'ILLANISHNING AHAMIYATI	111
<i>Имомов Д.</i>	УРОВЕНЬ ТАКТИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БОКСЕРОВ	115
<i>Nigmanov B.B., Kuyliboyev I.</i>	YOSH GIMNASTIKACHILARDA MUVOZANAT SAQLASH TURG'UNLIGI VA HARAKAT ANIQLIGINI VESTIBULASOMATIK MASHQLAR YORDAMIDA RIVOJLANTIRISH SAMARADORLIGI	118
<i>Ochilov R.Q.</i>	YOSH FUTBOLCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING YANGICHA METODLARI	122
<i>Ochilov R.Q.</i>	YOSH FUTBOLCHILARNING CHIDAMLILIK SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH USULLARI	126
<i>Рахматова Д.Н., Мамажонов И.И.</i>	РЕГБИЧИЛАРНИ ЧИДАМЛИЛИКЛАРИНИ ЎҚУВ-МАШҒУЛОТ ЖАРАЁНИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ	131
<i>Umrkulova D.</i>	PROPER REST SYSTEM OF THE ATHLETE	134
<i>Халмухамедов Р.Д.</i>	ДАСТЛАБКИ ТАЙЁРГАРЛИК БОСКИЧИДА ЁШ БОКСЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИ	138
<i>Халмухамедов Р.Д., Алимова Д.А.</i>	ЎСМИР БОКСЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ВА ФУНКЦИОНАЛ ТАЙЁРГАРЛИКЛАРИНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ	141
<i>Xudoyberganov T.K.</i>	PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK YURIST MADANIYATI	144