

PEDAGOGIK MAHORAT

4
2020



PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

4-son (2020-yil, avgust)

Jurnal 2001-yildan chiqa boshlagan

Buxoro – 2020

PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 2020, № 4

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK Rayosatining 2016-yil 29-dekabrda qarori bilan **pedagogika** va **psixologiya** fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan zaruriy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

Jurnal 2001-yilda tashkil etilgan.

Jurnal 1 yilda 6 marta chiqadi.

Jurnal O'zbekiston matbuot va axborot agentligi Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2016-yil 22-fevral № 05-072-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Muassis: Buxoro davlat universiteti

Tahririyat manzili: O'zbekiston Respublikasi, Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy

Elektron manzil: ped_mahorat@umail.uz

TAHRIR HAY'ATI:

Bosh muharrir: Adizov Baxtiyor Rahmonovich – pedagogika fanlari doktori, professor

Bosh muharrir o'rinbosari: Navro'z-zoda Baxtiyor Nigmatovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Mas'ul kotib: Hamroyev Alijon Ro'ziqulovich – pedagogika fanlari doktori, dotsent

Xamidov Obidjon Xafizovich, iqtisodiyot fanlari doktori

Begimqulov Uzoqboy Shoyimqulovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Mahmudov Mels Hasanovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Ibragimov Xolboy Ibragimovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Choriyev Abdushukur Choriyevich, pedagogika fanlari doktori, professor

Yanakiyeva Yelka Kirilova, pedagogika fanlari doktori, professor (N. Rilski nomidagi Janubiy-G'arbiy Universitet, Bolgariya)

Qahhorov Siddiq Qahhorovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Mahmudova Muyassar, pedagogika fanlari doktori, professor

Barotov Sharif Ramazonovich, psixologiya fanlari doktori, professor

Jabborov Azim Meyliqulovich, psixologiya fanlari doktori, professor

Sunnatova Ra'no Izzatovna, psixologiya fanlari doktori, professor

Kozlov Vladimir Vasilyevich, psixologiya fanlari doktori, professor (Yaroslavl davlat universiteti, Rossiya)

Morogin Vladimir Grigoryevich, psixologiya fanlari doktori, professor (Xakassiya davlat universiteti, Rossiya)

Belobrikina Olga Alfonsasovna, psixologiya fanlari nomzodi, professor (Novosibirsk davlat pedagogika universiteti, Rossiya)

Chudakova Vera Petrovna, psixologiya fanlari nomzodi (Ukraina pedagogika fanlari milliy akademiyasi, Ukraina)

Tadjixodjayev Zokirxo'ja Abdusattorovich, texnika fanlari doktori, professor

Amonov Muxtor Raxmatovich, texnika fanlari doktori, professor

O'rayeva Darmonoy Saidjonovna, filologiya fanlari doktori, professor

Axmedova Shoiri Ne'matovna, filologiya fanlari doktori, professor

Durdiyev Durdimurod Qalandarovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

Hayitov Shodmon Axmadovich, tarix fanlari doktori, professor

To'rayev Halim Hojiyevich, tarix fanlari doktori, professor

Mirzayev Shavkat Mustaqimovich, texnika fanlari doktori, professor

Mahmudov Nosir Mahmudovich, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Bo'taboyev Muhammadjon To'ychiyevich, iqtisod fanlari doktori, professor

Bo'riyev Sulaymon Bo'riyevich, biologiya fanlari doktori, professor

Olimov Shirinboy Sharopovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Qahhorov Otabek Siddiqovich, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Qosimov Fayzullo Muhammedovich, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent

Jumayev Ulug'bek Sattorovich, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent

MUNDARIJA

Отабек ҚАҲҲОРОВ, Асрор НОРОВ. Миллий иктисодиёт ривожланишида олий таълим муассасаларида инновацияларни тижоратлаштиришнинг босқичлари	7
--	---

PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA	10
Gennadiy OLEYNIK, Alla VOLOSHINA, Lyudmila SYCHEVSKAYA, Leonid OLIYNYK. Kiev academy of cossacks as the organizer of the experimental field for the study of psychological aspects of perception of cossack ethno-cultural heritage	10
Меҳринисо ПАРДАЕВА. Масофавий таълим натижаларини баҳолашда интернет технологияларидан фойдаланиш аҳамияти.....	15
Бахтиёр СОБИРОВ. Педагог кадрлар умуммаданий компетентлигини ривожлантириш механизми ..	19
Васила КАРИМОВА, Дилхумор МИРЗАБДУЛЛАЕВА. Ўсмирлар ва ота-оналар ўртасидаги низоларнинг сабаблари ва олдини олиш йўллари.....	25
Феруза МУЗАФФАРОВА. Ҳамкорликдаги педагогик жараённинг дидактик мақсадига эришиш технологияси.....	28
Асқар ИБРАЙМОВ. Масофавий ўқитишга замонавий ёндашув ва тамойиллари	32
Бозорбой САФРАЛИЕВ, Кобилжон АБДУЛЛАЕВ. Баня как объект рационального досуговремяпровождения в Бухарском эмирате	37
Розанна АБДУЛЛАЕВА. Принципы обучения русской медицинской терминологии посредством сетевых технологий.....	42
Мўмин ҚОДИРОВ, Гулноза БАХОДИРОВА, Шерзод УРАКОВ. Олий таълим сифати ва ўқитувчиси фаолиятига таъсир этувчи омиллар тўғрисида.....	48
Абдували БУРХАНОВ, Фотима ЖУМАНОВА. Научные основы педагогических и инновационных технологий	53
Nargiza MULLABOYEVA. Ta'lim muassasalari o'quvchilarida kasbiy ko'nikma va malakalarni shakllantirish tasavvurlari.....	56
Аъзамжон ДАДАХОНОВ. Журналистик таълим тизимига методологик ёндашув.....	61
Умида ГИЯСОВА. Аралаш таълим (blended learning)дан малака ошириш таълим жараёнида фойдаланишнинг психологик ва педагогик асослари.....	69
Durdona AXATOVA. O'quvchilarda mustaqillik va tashkilotchilik sifatlarini shakllantirishda pedagogik mahoratning o'rni	72
Дилмурод САФАРОВ. “Сотувчи-харидор” муносабатлари самарадорлигининг назарий ва амалий модели.....	75
Шокир РАДЖАБОВ, Ўринпошша ҚАЛАНДАРОВА. Таълим беришда ёшларнинг интеллектуал қобилиятларини ривожлантириш омиллари.....	79
Акмал НАЗАРОВ. Спортчилар фаолиятида психологик муҳофазанинг ўрни ва аҳамияти	84
Иван КРУПНИК. Психологическое сопровождение школьников для повышения эффективности обучения и воспитания	88
Sabohat MAZDONOVA. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini oilada kitobxonlikka o'rgatish texnologiyasi...	91
Умида АБДУРАСУЛОВА. Ўқувчиларда морфологик компетентликни шакллантириш ва ривожлантириш технологиялари	95
Зулфия БОЛТАЕВА. Педагогическое проектирование как инновационный компонент деятельности преподавателя	98
Санобар АКБАРОВА. Ўзбекистон ўсмирларида визуаллаштириш қобилиятининг ўзига хос хусусиятлари.....	101
Мухтор АБДУРАХМАНОВ. Ёшлар ва ахборот хавфсизлиги ҳамда уни таъминлаш йўллари.....	107
Анвар ЖАЛИЛОВ. Умумий ўрта таълимда ўқув жараёнини ташкил қилиш йўллари	111
Рухшона ИСРОИЛОВА. Бошлангич синф она тили дарсларини лойиҳалашнинг концептуал асослари.....	115
Гулнора САТТАРОВА. Илк ўспиринлар иродавий сифатларини психокоррекциялаш имкониятлари.....	119
Акрам СУЛТОНОВ. Ўқувчиларда миллий ғояни шакллантириш ижтимоий зарурият сифатида.....	123
Наргиза МИРАШИРОВА. Боланинг мактабда етуклик даражасини таъминлашда ота-оналар муҳим шахсий хусусиятларининг таъсири	128
Азимжон ҚАЛАНДАРОВ. Абу Али ибн Синонинг “Донишнома” асари ҳақида	132

4, 2020 PEDAGOGIK MAHORAT*ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО*PEDAGOGICAL SKILL

Камола НОРОВА. Олий таълим муассасаларида “таълим менежменти” ўқув курсини ўқитишда педагогик жараёнларни бошқаришга оид ёндашувлар	135
Феруза ШЕРМАНОВА. Мактабгача таълим тизимида тарбиячи-педагоглар медиа ахборот саводхонлигини ошириш долзарб муаммо сифатида	140
Юсупбай Пурханов. Мустақиллик йилларида Қорақалпоғистонда дидактика ва ўқитиш технологияларининг такомиллашиши.....	143
Уйғун ЎРИНОВ. Олий таълим муассасаси ва ишлаб чиқариш корхонаси ўртасидаги ҳамкорлик доирасида таълим жараёнини ташкил этиш методикаси.....	146
Dilfuza ORIFBOYEVA. Ijtimoiy boxabarlik ijtimoiy kompetentlikning tarkibiy qismi sifatida.....	151
Бахринисо ТЎРАҚУЛОВА. Инновацион таълим муҳитида интегратив ҳамкорликни таъминлаш ижтимоий муаммо сифатида	155
Муталиб МИРЗАЕВ. Китобхонлик – маънавий тарбияни шакллантирувчи омил сифатида	158
XORIJIY TILLARNI O‘QITISH.....	162
Ug'iljon AHMEDOVA. Oliy ta'lim tizimida talabalarga ingliz tilini o'qitishda kreativlikning asosiy yettita ustunidan foydalanishning samarali jihatlari	162
Нозима МАМАДЖАНОВА. Бошланғич синф инглиз тили дарсларида ўқувчиларда танқидий фикрлашни ривожлантиришнинг ўзига хос хусусиятлари.....	168
ANIQ VA TABIIY FANLARNI O‘QITISH.....	171
Durdimurod DURDIYEV, S. Xoliqov. Birinchi tartibli oddiy differensial tenglamalarni innovatsion texnologiyalar asosida o'qitish	171
Тўлқин РАСУЛОВ, Зикрулло ҲАМДАМОВ. Арифметик ва геометрик прогрессиялар учрайдиган баъзи ҳаётий масалалар.....	177
Мавлон БЕКМИРЗАЕВ. Биологик таълим ўқув материалларининг хилма-хиллиги	182
Мамалакат МУСТАФАЕВА, Саида ГАФАРОВА, Феруза ХАЛИЛОВА. “Сувўтларнинг экологик гуруҳлари ва аҳамияти” мавзусини ўқитишда хусусий методлар	186
Шароф РАХИМОВ, Шокир УМЕДОВ. Особенности спектров люминесценции и магнитной циркулярной поляризации люминесценции редкоземельного иона Tb^{3+} в $Tb_3Ga_5O_{12}$	192
Акбар ШЕРНАЕВ, Ойбек АБДИМУРАТОВ, Азиза ОЛИМОВА. География дарсларида хариталар билан ишлаш тизими.....	195
TASVIRIY SAN'AT VA MUSIQA.....	199
Жўра ШУКУРОВ. “Бухоро шашмақоми тарихидан...” тазкираси хусусида	199
О‘ринпoшша QALANDAROVA, Dilrabo SHOKIROVA. Umumiy o‘rta ta’lim maktablarida xalq hunarmandchiligiga oid bilim va ko‘nikmalarni shakllantirish metodikasi	202
Гулбахар Абылова. Музыкально – компьютерные технологии и тенденции её дальнейшего развития в образовании.....	206
JISMONIY MADANIYAT VA SPORT.....	211
Меҳриддин АБДУЛЛАЕВ. Ёш енгил атлетикачиларни тайёрлашда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикаси	211
Ольга АНДРИЕВСКАЯ, Комилжон НОРБОЕВ. Анализ контроля физической подготовки в спортивных играх и лёгкой атлетике.....	217
Фаррух АХМЕДОВ. Дзюдочилар мусобақа фаолиятини баҳолаш бўйича илғор тажрибалар таҳлили	222
Otabek TOSHTEMIROV. The modern socio-pedagogical need to improve the communicative components of future physical education teachers	228
Руслан МЕЛЬЗИДДИНОВ. Педагогическое тестирование уровня специальной физической подготовленности футболистов	231

Меҳриддин АБДУЛЛАЕВ

Бухоро давлат университети профессори,
педагогика фанлари бўйича
фалсафа доктори (PhD)ЁШ ЕНГИЛ АТЛЕТИКАЧИЛАРНИ ТАЙЁРЛАШДА ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРНИ
Қўллаш методикаси

Мазкур мақолада бошланғич тайёргарлик гуруҳида шуғулланувчи 10-12 ёшли енгил атлетикачиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлигини ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикаси илмий жиҳатдан таҳлил қилинган ва асосланган.

Калим сўзлар: бошланғич тайёргарлик босқичи, куч, тезкор-чидамлилиқ, чидамлилиқ, чаққонлик, жисмоний тайёргарлик, психологик тайёргарлик, мулоқотга кириши олиш қобилияти.

В данной статье научно проанализирована и обоснована методика применения подвижных игр в развитии физической и психологической подготовки 10-12-летних легкоатлетов, занимающихся в начальной подготовительной группе.

Ключевые слова: начальная подготовительная стадия, сила, быстрая выносливость, выносливость, ловкость, физическая подготовка, психологическая подготовка, умение вступать в общение.

This article scientifically analyzes and justifies the method of using outdoor games in the development of physical and psychological training of 10-12-year-old athletes engaged in the initial preparatory group.

Keywords: initial preparatory stage, strength, fast endurance, endurance, dexterity, physical training, psychological training, ability to communicate.

Долзарблиги. Бугунги кунда жисмоний тарбия ва спортни оммавийлаштириш ҳамда ривожлантириш жаҳон ҳамжамиятининг муҳим йўналишларидан бирига айланди. Шу ўринда болалар ва ўсмирлар спортининг ўрни алоҳида аҳамият касб этади [1]. Танланган спорт тури бўйича иктидорли болаларни спортга жалб этиш, уларнинг спорт маҳоратини ўстиришда жисмоний, техник-тактик, психофизиологик, интеллектуал тайёргарликнинг ўрни бекиёсдир. Спорт турларининг шиддатли ривожланиши мазкур соҳада замонавий илмий-тадқиқотларни ўтказиш ва уларнинг натижаларига таянган ҳолда ўқув-машғулотларини илмий асосда ташкил қилиш бугунги кунда болалар ва ўсмирлар спортини ривожлантиришнинг муҳим жиҳатларидан бири ҳисобланади. Болалар спортини ривожлантиришнинг энг асосий воситаларидан бири бу ҳаракатли ўйинлардир.

Дунёда олиб борилган илмий-тадқиқот ишларида ёш енгил атлетикачиларнинг спорт машғулотларига бўлган мотивациясини шакллантириш ва ривожлантириш, уларнинг анатомик-физиологик, психофизиологик ҳамда ёш хусусиятларини эътиборга олган ҳолда машғулот юкламаларини оптималлаштириш масалалари тадқиқ қилинган. Бошланғич тайёргарлик босқичида танланган спорт тури бўйича ҳаракат тайёргарлигини рационал шакллантиришнинг восита ва усуллари, болаларнинг сенситив даврларини эътиборга олган ҳолда уларнинг ҳаракат сифатларини ривожлантириш методикаси ишлаб чиқилган. Спорт турларига саралаш, уларнинг спорт тўғрақларидаги контингентини сақлаб қолишда ҳаракатли ўйинларнинг аҳамияти ва самарадорлигини аниқлаш муаммоларига бағишланган кўплаб тадқиқотлар ўтказилган [3,4,5,6,7,8,9]. Ҳозирги вақтда ёш енгил атлетикачиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлигида ҳаракатли ўйинларни қўллаш тизимини такомиллаштириш дастлабки босқич вазифаларини ҳал этишнинг ечими саналади.

Албатта, бугунги кунда болалар ва ўсмирлар спортини назарияси ва услубияти соҳасида ўсмир спортчиларни тайёрлаш тизимининг замон талабларига мослаштириш юзасидан кўплаб илмий тадқиқот ишлари ўтказилган.

В.Г.Никитушкин, К.Т.Шакиржанова, Э.Р.Андрис, Р.Қ.Қудратов, А.Н.Нормуродов, М.С.Олимов, Т.С.Усмонходжаев, В.П.Филин, С.С.Тажибаев ва бошқаларнинг ўз тадқиқот ишлари, манбаларида таъкидлашича, бошланғич тайёргарлик босқичида шуғулланувчи ўсмир ёшдаги спортчиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлигини мақсадли ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларнинг алоҳида аҳамиятга эга эканлигини таъкидлаб ўтганлар [3,4,5,6,7,8,9].

Илмий-услубий адабиётларни таҳлил қилиш натижасида ёш енгил атлетикачиларнинг ўқув машғулотлари самарадорлигини оширишда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини такомиллаштириш, шуғулланувчиларнинг жисмоний сифатларини ривожлантириш ва психологик

тайёргарлигини илмий-методик таъминлаш ишлари бўйича услубий тавсиялар етарли даражада ишлаб чиқилмаган.

Тадқиқотнинг мақсади ёш енгил атлетикачиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлигини оширишда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини такомиллаштириш.

Тадқиқотнинг вазифалари:

- енгил атлетикачиларнинг жисмоний ва психологик тайёргарлигининг ёшга хос динамикасини ўрганиб, кўрсаткичлар ўртасидаги корреляцион боғлиқликларни аниқлаш;
- ёш енгил атлетикачиларнинг ўқув-машғулотлари жараёнида ҳаракатли ўйинларни табақалаштириш ва қўллаш методикаси мазмуни ҳамда йўналишини аниқлаш;
- 10-12 ёшли енгил атлетикачиларда жисмоний тайёргарлик даражасининг психологик тайёргарликка таъсирини аниқлаш;
- бошланғич тайёргарлик босқичида шуғулланувчи 10-12 ёшли енгил атлетикачиларнинг ўқув-машғулотлари жараёнида ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини такомиллаштириш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида ёш енгил атлетикачиларнинг ўқув-машғулотлар жараёни олинган.

Тадқиқотнинг предмети ёш енгил атлетикачиларнинг ўқув машғулотлари самарадорлигини оширишда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш.

Тадқиқотнинг усуллари. Ишда илмий-услубий адабиётлар таҳлили, педагогик кузатув, педагогик тестлаш, инструментал метод, психологик тестлаш, педагогик тажриба ва математик-статистик таҳлил методларидан фойдаланилди.

10-12 ёшли болаларнинг жисмоний ва психологик қобилиятини ривожлантиришга йўналтириб таъсир кўрсатувчи ишлаб чиқилган муаллифлик услубининг самарадорлигини текшириш учун педагогик тажриба амалга оширилди.

Бошланғич тайёргарлик босқичида шуғулланувчи 10-12 ёшли болаларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш юзасидан ўтказилган тажриба натижалари 1-жадвалда келтирилган.

Ўсмир енгил атлетикачиларнинг умумий жисмоний тайёргарлик даражаси қуйидагича: 10 ёшли ўғил болаларда 30 м га югуриш бўйича ўртача натижа $6,8 \pm 0,2$ с ни, 11 ёшлиларда $6,7 \pm 0,2$ с ни ташкил қилди, мазкур ёшдаги спортчиларнинг тезлик сифати ривожланиши солиштирилганда, кўрсаткичлар орасида статистик фарқлар ишончилиги $p > 0,05$.

10 ёшли енгил атлетикачи ўғил болаларнинг жисмоний тайёргарлиги динамикаси натижалар таҳлили қуйидагича:

- тадқиқот бошида 30 м га югуришда (с) назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $6,8 \pm 0,2$ га тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $6,7 \pm 0,3$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги $p > 0,05$;

- тадқиқот охирида 30 м га югуришда (с) назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $6,5 \pm 0,7$ га, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $6,1 \pm 0,4$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги $p < 0,05$ тенг.

Чакқонлик сифати ривожланганлик даражасини аниқлаш учун 3×10 м моксимон югуриш назорат тестлари олинганда, тадқиқот бошида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $9,0 \pm 0,4$ га тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $8,8 \pm 0,3$ тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги $p > 0,05$.

Тадқиқот охирида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $8,7 \pm 0,6$ га, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $8,3 \pm 0,5$ га тенг. Натижалардан кўриниб турибдики тажриба гуруҳи шуғулланувчиларида чакқонлик сифатининг ўсиш суръати 0,4 сонияга яхшиланган, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги $p < 0,05$.

60 м га югуриш назорат тестида тадқиқот бошида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $9,6 \pm 0,3$ га тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $9,4 \pm 0,7$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончилик йўқ – $p > 0,05$.

1-жадвал

10 ёшли енгил атлетикачи ўғил болаларнинг жисмоний тайёргарлиги динамикаси

Т/р	Кўрсаткичлар	НГ	ТГ	t	p
		$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$		
1	30 м га югуриш (с)	$6,8 \pm 0,2$	$6,7 \pm 0,3$	0,45	$> 0,05$
		$6,5 \pm 0,7$	$6,1 \pm 0,4$	2,41	$< 0,05$

4, 2020 PEDAGOGİK MAHORAT*ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО*PEDAGOGICAL SKILL

2	3×10 м моқисимон Югуриш (с)	$\frac{9,0 \pm 0,4}{8,7 \pm 0,6}$	$\frac{8,8 \pm 0,3}{8,3 \pm 0,5}$	$\frac{0,48}{3,21}$	$\frac{>0,05}{<0,05}$
3	60 м га югуриш (с)	$\frac{9,6 \pm 0,3}{9,4 \pm 0,8}$	$\frac{9,4 \pm 0,7}{9,1 \pm 0,9}$	$\frac{0,48}{2,32}$	$\frac{>0,05}{<0,05}$
4	Тўлдирма тўпни (1 кг) улоқтириш (метр)	$\frac{5,2 \pm 0,3}{5,6 \pm 0,9}$	$\frac{5,3 \pm 0,4}{6,1 \pm 0,7}$	$\frac{0,87}{2,39}$	$\frac{>0,05}{<0,05}$
5	Турган жойдан узунликка сакраш (см)	$\frac{157,2 \pm 2,2}{162,1 \pm 2,4}$	$\frac{158,4 \pm 4,1}{168,4 \pm 1,3}$	$\frac{0,94}{3,39}$	$\frac{>0,05}{<0,001}$
6	Тик турган холда олдинга эгилиш (см)	$\frac{5,7 \pm 1,2}{6,8 \pm 1,4}$	$\frac{5,9 \pm 1,1}{7,9 \pm 0,45}$	$\frac{0,94}{3,39}$	$\frac{>0,05}{<0,05}$
7	Турникда тортилиш (марта)	$\frac{3,5 \pm 0,6}{4,0 \pm 0,7}$	$\frac{3,2 \pm 0,8}{4,4 \pm 0,7}$	$\frac{1,15}{1,89}$	$\frac{>0,05}{>0,05}$
8	6 дақиқалик югуриш (м)	$\frac{855,5 \pm 10,3}{865,5 \pm 10,3}$	$\frac{845,8 \pm 4,5}{900,4 \pm 7,2}$	$\frac{1,12}{3,21}$	$\frac{>0,05}{<0,001}$

Тадқиқот охирида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $9,4 \pm 0,8$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $9,1 \pm 0,5$ тенг, натижалардан кўриниб турибдики, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларида чакқонлик сифатининг ўсиш суръати 0,3 сонияга яхшиланган, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончлиликлари бор – $p < 0,05$.

Шуғулланувчиларнинг куч жисмоний сифати ривожланган даражасини аниқлаш учун тўлдирма тўпни улоқтириш (1 кг), (метр) назорат тестлари олинган. Тадқиқот бошида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $5,2 \pm 0,3$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $5,3 \pm 0,4$ тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончилиги йўқ – $p > 0,05$.

Тадқиқот охирида назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $5,6 \pm 0,9$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $6,1 \pm 0,7$ тенг. Натижалардан кўриниб турибдики, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларида кучлиликлари сифатининг ўсиш суръати 0,5 м га ўсган, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги бор – $p < 0,05$.

Турган жойдан узунликка сакраш (см) назорат тест натижаларига кўра назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг тадқиқот бошидаги ўртача кўрсаткичи $157,2 \pm 2,2$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $158,4 \pm 4,1$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончиликлари йўқ – $p > 0,05$.

Назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг тадқиқот охиридаги ўртача кўрсаткичи $162,1 \pm 2,4$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $168,4 \pm 1,3$ га тенг. Натижалардан кўриниб турибдики, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларида турган жойдан узунликка сакраш назорат тести бўйича ўсиш суръати 0,6 м га ўсган, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончиликлари бор – $p < 0,05$.

Эгулувчанлик сифатининг ривожланганлигини аниқлаш бўйича қабул қилинган тик турган холда олдинга эгилиш (см) назорат тести натижаларига кўра назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг тадқиқот бошидаги ўртача кўрсаткичи $5,7 \pm 1,2$ га тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $5,9 \pm 1,1$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқлар ишончилиги $p > 0,05$.

Чидамлиликлари сифати ривожланганлигини аниқлаш бўйича олинган 6-дақиқалик югуриш (м) назорат тести натижаларига кўра назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи тадқиқот бошида $855,5 \pm 10,3$ га тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $845,8 \pm 4,5$ га тенг, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончиликлари йўқ – $p > 0,05$.

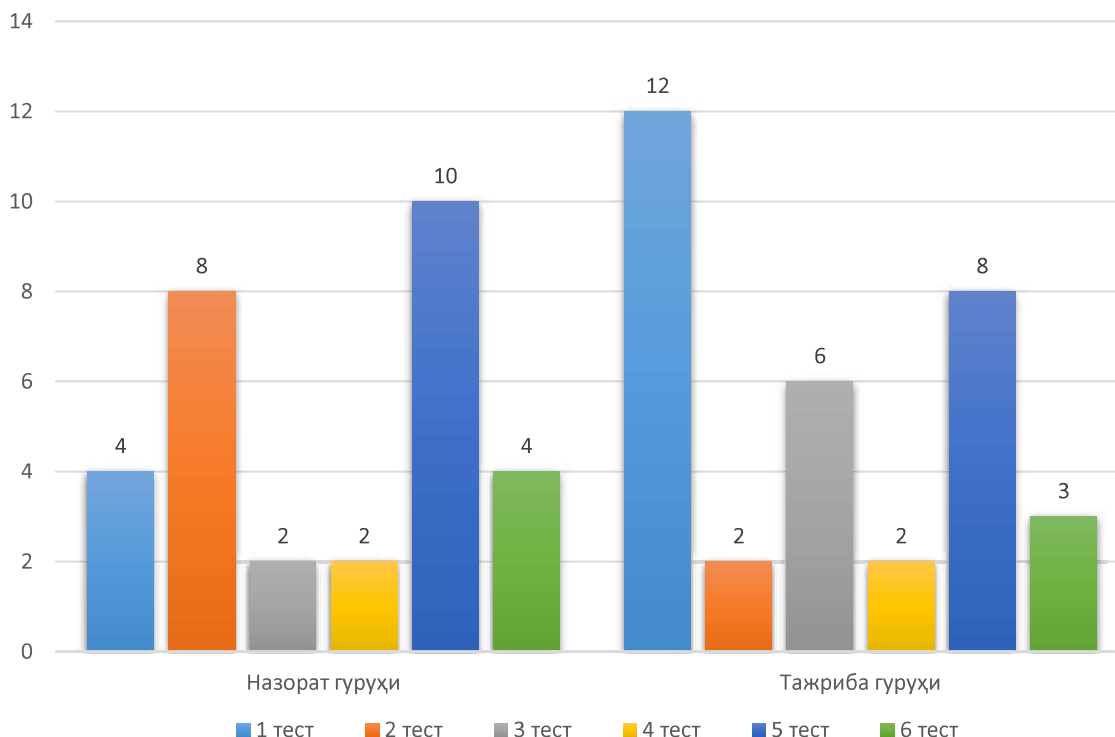
Назорат гуруҳи шуғулланувчиларининг тадқиқот охиридаги ўртача кўрсаткичи $865,5 \pm 10,3$ тенг бўлса, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларининг ўртача кўрсаткичи $900,4 \pm 7,2$ га тенг. Натижалардан кўриниб турибдики, тажриба гуруҳи шуғулланувчиларида ўсиш суръати 0,35 м га ўсган, кўрсаткичлар орасидаги статистик фарқларда ишончиликлари бор – $p < 0,05$ тенг.

Шунингдек, тадқиқот давомида ҳаракатли ўйинларнинг ёш енгил атлетикачилар психологик тайёргарлигига таъсири ҳам ўрганилди.

Таъкидлаб ўтиш керакки, ёш спортчиларда мулоқотга кириша олиш қобилияти мураккаб жараён бўлиб, болаларда турли хилдаги ўзаро муносабатларда намоён бўлади ва хулқ–атворнинг оддий ижтимоий мотивларида шакллана бошлайди. Тажрибаларни амалга ошириш давомида (учта босқичдан ҳар бирининг якунланиши вақтида) болаларда мулоқотга кириша олиш қобилиятининг

намоён бўлиш даражасига аниқлик киритилди ва ўйин материалларининг танлаб олиниши бўйича ўз вақтида тузатишлар киритиш амалга оширилди.

Тест ўтказиш давомида назорат ва тажриба гуруҳларида педагогик тажриба натижаларини таҳлил қилиш болаларнинг мулоқотга киришиш қобилиятида маълум даражада ўзгаришлар юзага келганлигини кўрсатди. Болалар боғчасида болалар устида амалга оширилган кузатишлар педагоглар томонидан тўлдириб бориловчи тест хариталари бўйича бажарилди. Бунда педагоглар бир-бири билан маслаҳатлашиш асосида болаларнинг бошқа болалар ва ёши катталар билан мулоқотга кириша олиш даражаси, уларда ирода сифатининг ривожланиш даражаси, турли хил фаолият турларини муваффақиятли тарзда бажариш кўникма ва малакаларининг намоён бўлиши каби кўрсаткичларни баҳолашни амалга оширишди. Бошланғич, оралик ва якуний олинган натижаларни ўзаро солиштириш асосида болалардаги мулоқотга кириша олиш қобилиятининг ривожланиш даражаси ҳақида якуний хулоса чиқариш имконини берувчи маълумотлар олинди.



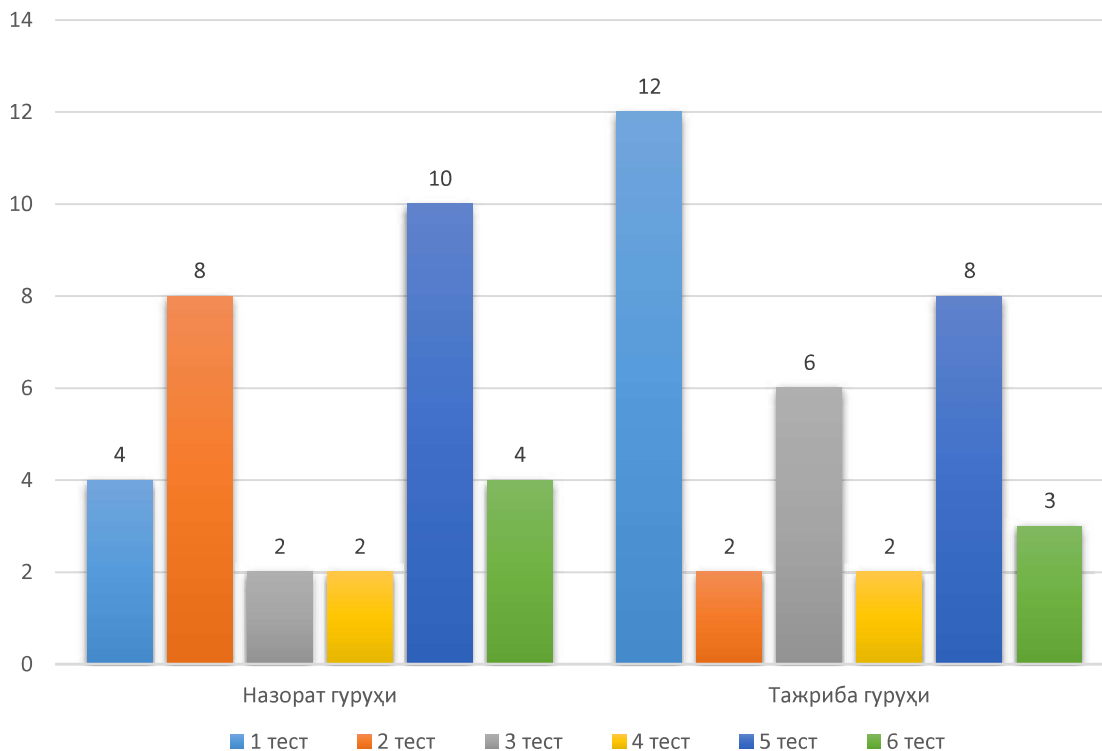
1-расм. Педагогик тажриба давомида 10 ёшли енгил атлетикачиларнинг мулоқотга кириша олиш қобилияти ривожланиш кўрсаткичлари (%)

Педагогик тажрибаларни амалга оширишгача ўтган давр давомида тажриба гуруҳида болаларда мулоқотга кириша олиш қобилиятининг ташқи намоён бўлиши кўрсаткичларининг ўртача қиймати 3,29 балл билан баҳоланди, назорат гуруҳида эса бу кўрсаткич қиймати 3,33 баллни ташкил этиши қайд қилинди. Бу натижалар таҳлил қилинаётган кўрсаткич қиймати бўйича “ўртача” даража ҳисобланади. Тажрибаларни амалга ошириш давомида ҳар иккала гуруҳда ушбу кўрсаткич қийматининг ортиб бориш йўналишида равоён ўсиши қайд қилинди (1-расм).

Шундай қилиб, педагогик тажрибаларнинг биринчи босқичида тажриба гуруҳидаги 70% болаларда ўз тенгдошлари билан ўзаро барқарор дўстона муносабатлар шаклланганлиги қайд қилинди. Агар бунда тажрибаларнинг бошланиши давридаги ўзаро муносабатларда қисқа вақт давомидаги даврийлик кузатилган бўлса, 25% болаларда ушбу кўрсаткичнинг салбий томонга ўзгариши қайд қилинди, тажрибаларнинг якунида эса бу салбий кўрсаткич қийматининг 16% гача камайганлиги аниқланди. Ўзаро муносабатларда салбий ҳолатлар қисқа вақт давомида намоён бўлиш тавсифига эга бўлиб, бунда болаларнинг биргаликдаги ўйин ҳаракатларида иштирок этиш хоҳиш-истагининг ортиши кузатилади.

Тажрибалар давомида болаларнинг мулоқотга кириша олиш қобилияти ривожланишини [8] аниқлаш учун ўтказилган тест натижаларига кўра “Мулоқотга кириша олиш билан боғлиқ фаолиятни кузатиш” психологик тести бўйича назорат гуруҳи ўғил болаларининг кўрсаткичлари педагогик тажрибадан сўнг 4% га, тажриба гуруҳида шуғулланувчи спортчиларда мазкур тест бўйича олинган натижалар 12% га тенг (1-расмга қаранг). Ушбу тест натижаларига кўра назорат гуруҳи қиз

болаларининг кўрсаткичлари 4% га, тажриба гуруҳи спортчиларидан олинган натижалар 12% га тенг (2-расмга қаранг).



2-расм. Педагогик тажриба давомида 10 ёшли енгил атлетикачиларнинг мулоқотга кириша олиш қобилияти ривожланиш кўрсаткичлари (%)

Бошланғич тайёргарлик босқичида шуғулланувчи 10 ёшли ўғил болаларда “Ўз тенгдошини тушуна олиш” тести бўйича назорат гуруҳининг кўрсаткичлари 8% га, тажриба гуруҳининг кўрсаткичлари 15% га тенг бўлса (1-расмга қаранг), назорат гуруҳида шуғулланувчи қиз болаларнинг кўрсаткичлари 4% га, тажриба гуруҳидан олинган натижалар 12% га тенг (2-расмга қаранг). ТГда шуғулланувчи ўғил ва қиз болаларнинг ўз тенгдошини тушуна олиши юқори даражада бўлишига сабаб биз томонимиздан табақалаштирилиб, ўқув-машғулотлар жараёнига татбиқ этилган ҳаракатли ўйинлар ҳисобланади. Мазкур ҳолат енгил атлетика спорт тури билан шуғулланувчи болаларнинг психологик хусусиятларига мос бўлган ҳаракатли ўйинлар тўғри ва мақсадли табақалаштирилганлигини яна бир бор тасдиқлайди.

Спортда энг асосийси бу – шуғулланувчиларнинг мураббий томонидан берилган вазифаларни ўз вақтида тўғри бажаришдир. Биз тадқиқотларимиз давомида қўллаган ҳаракатли ўйинлар туфайли “Бажарилиши белгиланган фаолиятнинг вазифаларини тушуна олиш” қобилияти ривожланганлигини аниқлаш тести бўйича ўғил болаларнинг назорат гуруҳида 2 %, тажриба гуруҳида 6 % натижа қайд этилган бўлса (1-расмга қаранг), ушбу назорат тести бўйича қиз болаларнинг назорат гуруҳида 4 %, тажриба гуруҳида 6 % натижа қайд этилди (2-расмга қаранг).

Шуғулланувчиларнинг ўзаро дўстона муносабати машғулотлар давомида муҳим аҳамият касб этади. Биз шуғулланувчилар муҳим деб ҳисоблаган “Боланинг ўз тенгдоши муносабатларини ифодалаш тўғрисидаги тасаввурлари” тести бўйича ўғил болалар назорат гуруҳида 10 %, тажриба гуруҳида 13% натижа қайд этилганининг гувоҳи бўлдик (1-расмга қаранг). Шунингдек, ушбу тест натижалари қиз болаларнинг назорат гуруҳида 4 % га, тажриба гуруҳида 6 % га тенг экани аниқланди (2-расмга қаранг).

10 ёшли енгил атлетикачиларда “Боланинг катталарга муносабатларини ифодалаш тўғрисидаги тасаввурлари” психологик назорат тести бўйича кўрсаткичларни аниқлаш юзасидан ўтказилган тадқиқот натижаларига кўра назорат гуруҳи ўғил болалари 4%, тажриба гуруҳи 7% натижа кўрсатган бўлса (1-расмга қаранг), назорат гуруҳи қиз болалари 5%, тажриба гуруҳи 7% натижа қайд этди (2-расмга қаранг). Бунинг сабаби ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш ва ёш енгил атлетикачилар машғулоти жараёнида қўлланиладиган ҳаракатли ўйинларнинг тўғри танланганлиги ҳамда уларни қўллаш меъёр ва шиддатларининг биз томонимиздан тўғри ишлаб чиқилганлигидадир. Шунингдек,

машғулотлар жараёнида ҳаракатли ўйинларни ўтказишга бевосита мураббийнинг раҳбарлик қилиши ҳам маълум даражада 10 ёшли енгил атлетикачиларда “Боланинг катталарга муносабатларини ифодалаш тўғрисидаги тасаввурлари” психологик назорат тести бўйича кўрсаткичларининг яхши натижагача ўсишига туртки бўлди.

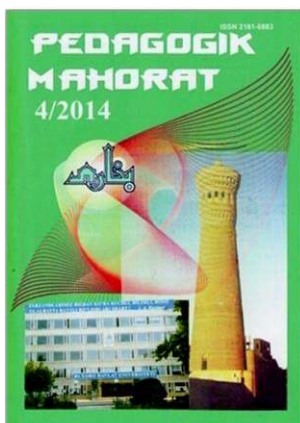
Хулоса: Амалга оширилган тажрибаларнинг натижалари бир қатор умумий хулосалар ва яқуний тўхтамларга келиш имконини беради.

Ҳаракатли ўйинларда жисмоний ва руҳий таркибий қисмлар ўзаро чамбарчас алоқадорликка эга бўлиб, бунда болаларда фақатгина жамоа бўлиб фаолият олиб бориш кўникмаларини шакллантириш, жамоа таркибида бошқа болалар билан ягона манфаат учун кураш олиб бориш кўникмаларини қарор топтириш эътиборга олинибгина қолмай, балки фаол ҳаракатларни амалга ошириш орқали организмнинг ички энергия заҳираларини мақсадга йўналтира олиш, жисмоний ҳаракатлар фаоллиги кўникма ва малакаларини шакллантириш ва ривожлантириш ҳам назарда тутилади.

Ушбу тақдим этилган тажриба услуги ҳозирги вақтда амалиётда фойдаланилувчи бошқа услубларга солиштирилганда, унинг юқори самарадорлиги, спорт таълим муассасаларида педагогик жараёнга татбиқ этилганда болаларда жисмоний ривожланиши билан биргаликда муносабатларга кириша олиш қобилиятларининг уйғунликда ривожланишини таъминлаши тасдиқланди.

Адабиётлар

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М.Мирзиёевнинг 2017 йил 3 июнь ПҚ–3031-сон “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори Тошкент. 2017 йил 4 июнь. <https://lex.uz/docs/3226019>
2. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2018 йил 25 октябрдаги 864-сон “Ўқувчи ва талаба ёшлар ўртасида ўтказиладиган республика спорт мусобақалари тизимини янада такомиллаштириш” тўғрисидаги Қарори. Lex.uz. <https://lex.uz/docs/4018752>
3. Анисимова М.В. Занимаясь оздоровительной аэробикой, Физическая культура в школе. 2004, №6 29 с. <https://www.dissercat.com/content/metodika-provedeniya-urokov-fizicheskoi-kultury-s-mladshimi-shkolnikami-podgotovitelnoi-medi>
4. Абдуллаев М.Ж., Олимов М.С., Тўхтабоев Н.Т. Енгил атлетика ва уни ўқитиш методикаси. Дарслик. – Т.: “Баркамол файз медиа”, 2017. -620 бет
5. S.Tajibaev The effectiveness of the use of movement games in the training of young athletes, Pedagogical skills. Bukhara, 2018, issue 2 [13.00.00№23] Pp. 303-306.
6. S.Tajibaev A comparative analysis of the biokinematic chain of action games in the technical training of adolescent boxers.Scientific Bulletin, AnSU, Issue 1, 2018. [13.00.00№12] [https://xabarnoma.adu.uz/arxiv/2018/2018-1Pages 97-100](https://xabarnoma.adu.uz/arxiv/2018/2018-1Pages%2097-100)
7. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев Олимпийская литература. 2002. – 290 с.;
8. Губа В.П., Квашук П.В., Никитушкин В.Г. Индивидуализация подготовки юных спортсменов. - Москва: ФиС, 2009. - 76 с.; <https://www.dissercat.com/content/sovershenstvovanie-sistemy-upravleniya-podgotovkoi-sportivnykh-rezervov-v-edinoborstvakh>
9. Система подготовки спортивного резерва/ Под общ. Ред. В.Г. Никитушкина - М., 1994. -319 с.; <https://studfile.net/preview/2899059/page:12/>



Buxoro davlat universiteti muassisligidagi
 “PEDAGOGIK MAHORAT”
 ilmiy-nazariy va metodik jurnali
 barcha ta’lim muassasalarini
 hamkorlikka chorlaydi.

Pedagoglarning sevimli nashriga aylanib ulgurgan “Pedagogik mahorat” jurnali maktab, kollej, institut va universitet pedagogik jamoasiga muhim qo’llanma sifatida xizmat qilishi shubhasiz.

Mualliflar uchun eslatib o’tamiz, maqola qo’lyozmalari universitet tahririy-nashriyot bo’limida qabul qilinadi.

Manzilimiz: Buxoro shahri, M.Iqbol ko’chasi 11-uy
 Buxoro davlat universiteti, 1-bino 2-qavat, 208-xona

Tahririyat rekvizitlari:

Moliya vazirligi g’aznachiligi

23402000000100001010

MB BB XKKM Toshkent sh. MFO 00014 INN 201504275

BuxDU 400110860064017950100079002

Pedagogik mahorat: rivojlanamiz va rivojlantiramiz!

PEDAGOGIK MAHORAT Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 2020-yil 4-son (74) 2001-yil iyul oyidan chiqa boshlagan. OBUNA INDEKSI: 3070	Buxoro davlat universiteti nashri Jurnal oliy o’quv yurtlarining professor-o’qituvchilari, ilmiy tadqiqotchilar, ilmiy xodimlar, magistrantlar, talabalar, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari hamda maktab o’qituvchilari, shuningdek, keng ommaga mo’ljallangan. Jurnalda nazariy, ilmiy-metodik, muammoli maqolalar, fan va texnikaga oid yangiliklar, turli xabarlar chop etiladi. Maqolada keltirilgan faktlarning to’g’riligi uchun mualliflar mas’uldir. Nashr uchun mas’ul: Alijon HAMROYEV. Musahhih: Muhiddin BAFAYEV. Muharrir: Gulchehra Cho’liiyeva	Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Chop etish sifati uchun bosmaxona javobgar. Bosishga ruxsat etildi 25.08.2020 Bosmaxonaga topshirish vaqti 05.09.2020 Qog’oz bichimi: 60x84. 1/8 Tezkor bosma usulda bosildi. Shartli bosma tabog’i – 20,6 Adadi – 100 nusxa Buyurtma № 134 Bahosi kelishilgan narxda. “Sadrididdin Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Bosmaxona manzili: Buxoro shahri M.Iqbol ko’chasi 11-uy.
---	--	---