

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI**



**“JISMONIY MADANIYAT SOHASIDA TA’LIM VA
O‘QITISH SIFATINI TAKOMILLASHTIRISH:
MUAMMO VA YECHIMLAR”**

Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari

**«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КАЧЕСТВА
ОБРАЗОВАНИЯ И ПРЕПОДАВАНИЯ В
СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ»**

Материалы международной научно-практической конференции

**“IMPROVING THE QUALITY OF EDUCATION
AND TEACHING IN THE FIELD OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS: PROBLEMS AND SOLUTIONS”**

Materials of the International scientific and practical conferences

Urganch, 24-25 may 2024 yil



Urganch-2024

Chidamlilikni tarbiyalash uchun o'rtacha tezlik bilan yugurish, sakrash, irg'tishlar mashqlarini davomli tarzda bajarish maqsadga muvofiqdir. Ochiq havoda muntazam mashg'ulot o'tkazish, ikki uch xil harakatli o'yinlar tashkil etish chidamlilikni tarbiyalashning asosiy shakli hisoblanadi.

Egiluvchanlikni rivojlantirishga qaratilgan mashqlarning hajmi va intensivligi (ayniqsa umurtqa pag'onasining bukiluvchanligini rivojlantirishga qaratilgan mashqlar) asta-sekinlik bilan oshirib borilishi kerak.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, harakatli o'yinlardan ko'zda tutiladigan asosiy maqsad o'quvchilarni sport o'yinlariga tayyorlash va ularni jismoniy sifatlarini rivojlantirishdan iboratdir. Bunday o'yinlarda birorta sport o'yini texnikasi va taktikasining elementlari ham takomillashtiriladi.

Foydalangan adabiyotlar tahlili:

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni (2020-yil 23-sentyabr №O'PQ-637)\Xalq so'zi.g.-2020. -24 sentyabr.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Sog'lam turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi formani (2020-yil 30-oktyabr)\Xalq so'zi g. 2020 -3 noyabr

3. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati I jild. Toshkent ITA-PRESS nashriyoti 2018-296 b.

4. Usmonxo'jaev T.S., Normurodov A.N. O'quvchilarni jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish ko'nikmalariga o'rgatish (uslubiy qo'llanma) T.: TDSHI, 1999-25b.

5. Soliyev X. "Jismoniy tarbiya va sport" Andijon 2001y.

6. Goncharova.O.B. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivjilantirish. O'quv uslubiy qo'llanma Toshkent. O'zDJTI, 2005 yil. 171 bet.

7. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М.: Наука, 1982. - С. 42-168.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Х.Ш.Бекманова (УрГПИ)

Аннотация. Статья актуализирует поиск эффективных организационных форм физкультурно-оздоровительной направленности, позволяющих сформировать устойчивые двигательные навыки и умения детей без ущерба их естественному росту и развитию. Рассматриваются особенности реализации физкультурно-оздоровительных мероприятий при решении оздоровительных, воспитательных и образовательных задач в условиях школьного образовательного учреждения.

Ключевые слова: школьники, физкультурно-оздоровительные мероприятия, эффективность, движение,

Раннее выявление легких и умеренных двигательных нарушений у детей важно по разным причинам. Наиболее часто используемой оценкой в клинической практике в Европе для выявления легких двигательных

нарушений является Батарея оценки движений для детей (МАВС). MAVC - это стандартный тест, в котором ребенок должен выполнить ряд двигательных задач, следуя определенным рекомендациям. Текущая версия Батареи оценки движений детей является вторым изданием (МАВС-2).

Батарея оценки движений для детей состоит из контрольного списка и моторного теста, которые предназначены для оценки двигательных навыков ребенка в повседневной деятельности. Эта оценка измеряет три ключевых аспекта двигательных навыков: ловкость рук, навыки игры с мячом и баланс.

Целевая аудитория: Дети (в возрасте от 3 до 16 лет) с потенциальными отклонениями двигательных навыков.

Цель: MAVC-2 предназначен для выявления нарушений двигательного развития на ранней стадии, оценки уровня двигательных навыков и планирования целенаправленных терапевтических вмешательств.

МАВС эффективен и не отнимает много времени, что позволяет детям охотно участвовать в тесте.

У детей с трудностями в выполнении крупных (Geuze, 2005, Missiuna et al., 2006) и мелкой моторики (Summers, Larkin & Dewey, 2008) и отсутствием постурального контроля (Summers et al., 2008) диагностируется Расстройство координации развития (DCD). Исследования показали, что DCD оказывает неблагоприятное воздействие на повседневную жизнь детей, и зарегистрированная распространенность варьируется в разных странах, включая США – 6% (APA, 2000), Великобританию – 2% (Lingam, Hunt, Golding, Jongmans и Emond, 2009), и Греция – 19% (Циотра и др., 2006). Повышенное внимание уделяется диагностике и оценке этого расстройства, поскольку эти трудности не связаны с идентифицируемой неврологической или сенсорной проблемой (APA, 2000).

Для выявления детей с DCD используется несколько инструментов оценки, включая тест на моторику Брюининка-Озеретески (Bruininks, 1978), индекс моторной дисфункции (Gillberg, Carlstrom, Rasmussen & Waldenstrom, 1983) и первое издание теста двигательной оценки. Батарея для детей – MAVC-1 (Henderson & Sugden, 1992). В целом, MAVC-1 является наиболее распространенным инструментом оценки, используемым для оценки детей с двигательными нарушениями (Geuze, Jongmans, Schoemaker & Smith-Engelsman, 2001). MAVC-2 (Henderson, Sugden & Barnett, 2007) получил широкое распространение среди клиницистов и исследователей в нескольких странах (Chow и Henderson, 2003, Croce et al., 2001, Ellinoudis et al., 2011, Engel-Yeger et al., 2001, Engel-Yeger et al., 2011). др., 2010).

Одним из препятствий, с которыми сталкиваются практики и исследователи, является отсутствие переведенных и проверенных версий MAVC-1 и MAVC-2 для разных географических, социально-экономических и культурных слоев (Engel-Yeger et al., 2010). Насколько нам известно, хотя MAVC-2 часто применяется в Бразилии, он не был должным образом проверен для этой группы населения. Это критическая проблема, поскольку диагностика DCD, как и других двигательных расстройств, зависит от использования надежных и действенных инструментов (Netelenbos, 2005,

Wiart и Darrah, 2001, Yun и Ulrich, 2002). Хотя МАВС-2 еще не прошел валидацию в Бразилии, исследования по валидации МАВС-2 проводились в других странах. Например, исследование, проведенное в Греции, выявило адекватные коэффициенты надежности повторного тестирования для детей I возрастной группы ($ICC = 0,85$) (Ellinoudis et al., 2011). Кроме того, надежность повторного тестирования была также подтверждена для группы тайваньских детей с DCD ($ICC = 0,97$; Wuang et al., 2012a, Wuang et al., 2012b). Эти исследования подтвердили надежность МАВС-2; однако они были ограничены определенным возрастом и группами детей. Более того, хотя в литературе сообщается о факторной валидности МАВС-2 (Ellinoudis et al., 2011, Wagner et al., 2011), исследований, в которых сообщается о дискриминантной валидности (Brown and Lalor, 2009, Венецану и др., 2011, Вагнер и др., 2011).

Точные и достоверные методы оценки необходимы для содействия глобальному пониманию и мультикультурным отношениям DCD. Поскольку исследователи предполагают сотрудничество и разработку больших наборов данных (больших данных) для изучения нарушений развития, необходимо установить общие стандарты. В настоящее время исследователи, исследующие DCD, используют различные инструменты оценки и поведенческие меры, что приводит к дифференциальной диагностике. Во многих случаях инструменты оценки выбираются в соответствии с доступом, доступностью и психометрическими свойствами и используются исходя из предположения об их универсальном применении. Однако, как ранее подчеркивали исследователи, редко можно найти переведенные и проверенные инструменты оценки, в которых процедуры адекватно описаны и стандартизированные корректировки опубликованы (Bhui et al., 2003, Vallerand, 1989). Тем не менее, валидность содержания должна быть усилена в разных культурах, чтобы доверять результатам тестов (Bhui et al., 2003). Кроме того, исследования культурной ясности, актуальности, надежности и обоснованности имеют решающее значение перед использованием инструментов для людей с различным культурным прошлым (Cicchetti and Rourke, 2004, Cronbach, 1989, Vallerand, 1989). Ненадежная оценка неизбежно приведет к неправильному диагнозу (Yun & Ulrich, 2002), что приведет к возникновению ложных тревог или неспособности обнаружить расстройство (Henderson et al., 2007).

Надежные и действенные инструменты оценки позволяют проводить международные сравнительные исследования заболеваемости, распространенности и индивидуальных профилей. Эти конкретные исследования способствуют познанию эпидемиологии различных расстройств (Bhui et al., 2003). Тем не менее, поскольку надежность и достоверность одной оценки не являются постоянными для разных групп людей, необходимо исследовать психометрические свойства оценки, чтобы составить подходящий объем знаний (Yun & Ulrich, 2002). Таким образом, целями данного исследования были: (1) перевести МАВС-2 на бразильско-

португальский язык; и (2) изучить надежность и достоверность переведенного МАВС-2.

Батарея оценки движений для детей, второе издание (М-АВС-2) — это стандартизированный инструмент, используемый для проверки мелкой и крупной моторики с целью выявления людей с нарушениями двигательных функций. Детям предлагалось выполнить восемь заданий, сгруппированных в три раздела (ловкость рук; прицеливание и хватание; баланс), за которые им выставлялись баллы и оценки. Тест производительности М-АВС-2 охватывает три возрастные группы: 3;00–4;11 лет, 5;00–10;11 лет и 11;00–16;11. Настоящее исследование включало только использование шкалы ловкости рук, которая включала следующие три задачи: вложение монет в копилку; нанизывание бусинок на проволоку; и прослеживаем путь внутри полей с помощью пера. М-АВС-2 предоставляет общий балл и стандартизированный балл, скорректированный с учетом возраста и процентиля двигательного функционирования оцениваемого человека. Батарея М-АВС-2 представляет собой систему «светофора», которая позволяет интерпретировать показатели производительности в соответствии с категоризацией риска. Любой ребенок, чья оценка находится на уровне 5-го процентиля или ниже, считается имеющим значительные трудности с движением (красная зона), между 6-м и 15-м процентилем, с риском развития двигательных нарушений, которые необходимо контролировать с течением времени (желтая зона), и выше. 16-й процентиль вряд ли будет иметь трудности с движением (зеленая зона).

Тест М-АВС-2 требует индивидуальной настройки. Идеальная комната для проведения оценки должна иметь размеры 6х4 м и иметь хотя бы одну гладкую белую стену (желательно без окон). Кроме того, оно должно быть хорошо освещено и проветриваемо. В наличии должен быть стол и два стула. Даны рекомендации, чтобы высота стола и стульев была отрегулирована в соответствии с ростом оцениваемого ребенка. Поверхность стола должна находиться примерно на уровне локтя ребенка, когда он сидит. Наконец, ребенок должен иметь возможность твердо стоять ногами на земле или на возвышении.

Есть три возрастные группы (от 3;0 до 6;11 лет, от 7;0 до 10;11 лет и от 11;0 до 16;11 лет). Для каждой возрастной группы доступна отдельная батарея тестов, уровень сложности которой увеличивается в зависимости от возраста:

Возрастная группа субтеста 1 (от 3;0 до 6;11 лет):

➤ Ловкость рук 1: Вставка монеты – Задача – взять со стола 6 или 12 пластиковых монет и вставить их через узкую щель в пластиковую коробку.

➤ Ловкость рук 2: Нанизывание бусинок. Задача состоит в том, чтобы нанизать на нить 6 или 12 пластиковых бусинок.

➤ Ловкость рук 3: Отслеживание пути. Задача — проследить маршрут между двумя линиями, не выходя за границы.

➤ Навыки игры с мячом 1: Поймать мешочек с фасолью. Ребенку поручено поймать мешочек с фасолью.

➤ Навыки работы с мячом 2: Подбрасывание погремушки. Задача - бросить погремушку на коврик.

➤ Навыки равновесия 1: Баланс на одной ноге. Задача состоит в том, чтобы сохранять равновесие на одной ноге.

➤ Навыки равновесия 2: Ходьба на носочках. Ребенок должен идти вдоль линии, не позволяя поднятой пятке касаться земли.

➤ Навыки равновесия 3: Прыжки на ковриках. Ребенок должен прыгать из положения стоя, сведя ноги вместе, с коврика на коврик.

Баллы выводятся с использованием определенных форм, а совокупные баллы по каждому аспекту составляют общий балл. Нормы предусмотрены для трех возрастных групп. МАВС включает в себя средство интерпретации результатов, известное как трехцветная система «Светофор»:

Ребенок, получивший оценку 5-го перцентиля или ниже, классифицируется как имеющий значительные трудности с движением (красная зона).

Ребенок, набравший балл между 6 и 15 перцентилем, считается находящимся в группе риска (желтая зона).

У ребенка, набравшего балл выше 16-го перцентиля, вряд ли возникнут трудности с движением (зеленая зона).

Доказательство

МАВС продемонстрировал параллельную эффективность с другими педиатрическими оценками моторики и широко используется во всем мире. МАВС используется в различных странах Европы, Азиатско-Тихоокеанского региона и Южной Америки, включая Японию, Китай, Бельгию, Хорватию, Нидерланды, Бразилию и Таиланд.

МАВС превосходит других в выявлении детей с двигательными нарушениями по сравнению с тестом на моторику Брюининка-Осерецкого (BOTMP).

МАВС использовался в исследованиях, связанных с рядом различных состояний развития, таких как:

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)

Расстройства аутистического спектра (РАС)

Языковые нарушения

Нарушение координации развития (DCD)

Когнитивные нарушения/трудности в обучении

Врожденный гипотиреоз, Энцефалит, Эпилепсия, Нейрофиброматоз

Гемиплегия.

Литературы

1. Быстрицкая Елена Витальевна, Григорьева Елена Львовна, Доронин Кирилл Николаевич Кризис 6-7 лет и пути его преодоления средствами здоровьесформирующих технологий // АНИ: педагогика и психология. 2020. №1 (30).

SPORT O'YINLARI BILAN SHUG'ULLANISH JARAYONIDA O'QUVCHILARDA IRODAVIY SIFATLARNING SHAKLLANISH XUSUSIYATLARI

D.Y.Turdimurodov (TerDU)

Annotatsiya: Maqolada jismoniy tarbiya vositalari yordamida o'quvchilarda irodaviy sifatlarni shakllantirishning dolzarb muammolari ko'rib chiqiladi. Ushbu mavjud bo'lgan masalani hal etishning amaldagi uslublaridan biri sport o'yinlari hisoblanadi. Sport o'yinlari jismoniy tarbiya darsi jarayonida o'quvchilarning harakat faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, o'smirlik davrida aktual hisoblangan bardoshlilik, qat'iyyatlilik, matonat, maqsadga intiluvchanlik kabi irodaviy sifatlarni yuzaga chiqaradi.

Kalit so'zlar: sport o'yinlari, jismoniy tarbiya vositalari, o'smirlik yoshi, irodaviy sifatlari, shakllantirish.

Kirish. Hozirgi davr o'sib kelayotgan yosh avlodning yildan-yilga ijtimoiy faoliyati keng qamrovli bo'lishini taqazo etib, ularning kundalik hayotida oddiy masalalarni hal qilish uchun duch keladigan turli qiyinchilik va to'siqlarni yengishda u yoki bu darajada shakllangan irodaviy sifatlarini namoyon etishiga to'g'ri keladi. Tobora murakkablashib borayotgan o'quv faoliyati sharoitlari va boshqa omillar o'smirlarning hali oxirigacha shakllanib ulgurmagan, juda nozik va sezuvchan bo'lgan shaxsiyatida sezilarli darajada iz qoldiradi. Irodaviy sifatlarni shakllantirish turli yoshga bog'liq bo'lgan bosqichlarda o'rganilishini taqazo etib, hozirda nafaqat psixologiya, balki pedagogika sohasida ham dolzarb muammo hisoblanadi. Bola o'zining rivojlanish davridagi barcha yangi pog'onasida, hayot faoliyatining deyarli barcha jabhalarida ko'pgina omillarning bosimini his etib boradi. Bola shaxsiyati o'zining yashayotgan muhitidagi ma'naviy me'yorlar, qiziqishlar, zaruratlar, g'oyalar va urf-odatlariga tayanadi [1, 2].

O'smirlar irodasini o'rganish va uning ayrim ko'rinishdagi shakllanish muammolari haqida ko'pgina xorijiy tadqiqotchilar: L.I.Bojovich, V.A.Ivannikov, Ye.P.Ilin, A.N.Leontev, K.Makgonigal, A.X.Maslou, A.S.Puni, V.I.Selivanov, I.V.Straxov va boshqalar ilmiy izlanishlar olib borishgan.

O'smirlik davri inson hayotning eng qiyin davrlaridan biri hisoblanib, uning kelajakdagi taqdiri va irodaviy, ma'naviy dunyoqarashiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik yoshi davridagi irodaviy sifatlarni shakllantirishni amalga oshirish murakkabligi, ularning erkin faoliyatida bevosita ishtirok etuvchi psixikasining ayrim taraflari tekis rivojlanmasligi bilan bog'liqdir.

O'smirlik yoshidagi bolalarda o'z emotsional hissiyotlarini jilovlay olmasligi, doimiy ravishda o'z maqsadiga erishish istagi sustligi, murakkab vaziyatlarda qaror qabul qila olmaslik kabi omillar ularda sabr-toqat, matonat, qat'iyyatlilik, maqsad sari intilish kabi irodaviy sifatlarning oson shakllanishiga to'sqinlik qiladi.

17.	T.K.Salayev. Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyati	67
18.	R.N.Ro'zmetov. Bolalarni jismoniy sog'lomlashtirish va sport bayramlarini tashkil qilish shakllari	69
19.	U.Q.Xoligov. Umumiy o'rta ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslarida shaxmat sport mashg'ulotlarini ilmiy tashkil qilishning pedagogik asoslari	71
20.	B.B.Yusupov. Jismoniy tarbiya darslarida bilim, ko'nikma va malakalarni integratsiyalanishi	78
21.	N.N.Do'schanova. Maktab o'quvchilarining harakat ko'nikmalarini hosil qilish va jismoniy sifatlarini tarbiyalash	81
22.	X.III.Bekmanova. Оздоровительной направленности в системе физического воспитания школьников	84
23.	D.Y.Turdimurodov. Sport o'yinlari bilan shug'ullanish jarayonida o'quvchilarda irodaviy sifatlarining shakllanish xususiyatlari	89
24.	D.E.Xaitbayeva. Boshlang'ich sinflarda gimnastika mashqlarining o'rni va ahamiyati	91
25.	D.M.Sherboyev. U.A.Berdaliyeva. Bolalarning egiluvchanlik sifatlarini rivojlantirishda gimnastikaning ahamiyati	97
26.	Y.M.Abdulloyev. Noan'anaviy milliy harakatli o'yinlar vositasida shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	99
27.	X.A.Mengliqulov. Мактаб ёшидаги болаларни сузишга ўргатишдаги босқичининг ташкилий-методик хусусиятлари	102
28.	F.X.Xolmurodov. Jismoniy tarbiya jarayonida sport-sog'lomlashtirish ishlarini tashkil etishning nazariy asoslari	109
II SHO'BA. OLIY TA'LIM TIZIMIDA JISMONIY MADANIYAT TA'LIMI, O'QITISH SIFATINI TAKOMILLASHTIRISHNING ZAMONAVIY INNOVATSION TEXNOLOGIYALARI VA O'QITISH METODLARI СЕКЦИЯ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, СОВРЕМЕННЫЕ ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ПРЕПОДАВАНИЯ SECTION 2: PHYSICAL CULTURE IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM, MODERN INNOVATIVE TECHNOLOGIES AND TEACHING METHODS TO IMPROVE THE QUALITY OF TEACHING		
31.	Koval Vadym, Shizhko Yuliia, Tkhereva Inna, Husieva Iryna, Derliuk Oleksandr, Tymochko Oleksandr, Kizilova Alina, Wang Xianyu. Modern problems of optimization of loads in the process of the neuromuscular system readaptation of students with hypokinesia.	113
32.	Kholidin Bekturganovna. Osmanbekova Nurjamol Maxsithanovna, Alimboeva Roziya Dauylbaevna. Pedagogical valeology as a basis for improving students' health	117
33.	F.T.Masharipov. The use of stratified control technology in physical fitness training for students	121
34.	B.J.Yadgarov. Talabalarning valeologik madaniyatini shakllantirishni pedagogik mexanizmini mustahkamlash	125
35.	A.I.Olimov. Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat ta'lim yonalishi bo'yicha bakalavrlarni kasbiy faoliyatlar turlariga tayyorlash	128
36.	A.K.Masharipov. Talaba yoshlarni sog'lig'ni saqlash va mustahkamlashda sport-sog'lomlashtirish turizmini samaradorligi	134