



№3/2024

ANDIJON DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

ADPI
Ilmiy xabarnomasi

MUNDARIJA

PEDAGOGIKA

Yulbarsova X.A. Bo'lajak sotsiologlarda ijtimoiy kompetentlikni rivojlantirish tuzilmasi va tavsifi	4
Xushnazarova M.N. Bo'lajak o'qituvchilarni ijtimoiy pedagogik amaliyotga tayyorlashda pedagogika fanining samarali usullaridan foydalanish	10
Raxmedova M.A. Mahmud az-Zamaxshariyning ma'naviy merosidan yoshlarni axloqiy tarbiyalashda foydalanish imkoniyatlari	13
Ismoilov Y.Q. Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilarini ma'naviy-axloqiy tarbiyalashning texnologik masalalari	17
Iminova H.M. Ta'lim tizimiga konsentrlangan ta'limni integratsiya qilishning zamonaviy pedagogik tendensiyalari	20
Muladjanova G.A., Mullajonova M.D. Oliy ta'lim talabalarining sun'iy intellekt tizimlaridan foydalanish kompetentligini takomillashtirish	25
Wang Ping. Exploration of ethnic music elements in chinese piano works	29
Kadirov A.M., Ergasheva Sh.Q. The role of fine arts in installing the values of human dignity in general education pupils	32
Nadirxanova N.A. Enhancing creative competence in students through the steam educational methodology: integrating visual arts and engineering graphics	38
Axmedova D.X. Interfaol usulda rag'batlantirishning o'quvchilar ta'lim-tarbiyasiga ijobiy ta'siri	44
O'rinboyev M. I. Fizika o'qitish amaliyotida metakognitiv faoliyatlarni takomillashtirish	48
Burxonova M.M., Sirojiddinov B.A. Amaliy mashq va masalalarning kontekstual asoslari hamda umumta'lim maktablarda qo'llanilishi bo'yicha pedagogik-metodik aspektlar	51
To'raxonova B.T. Bo'lajak pedagog-psixologlarni tarbiyaviy faoliyatini tashkil etishga tayyorlashning pedagogik imkoniyatlari	54
O'smanova D.Z. Zamonaviy dars jarayonida adabiy-nutqiy kompetensiyani shakllantirish, ilg'or pedagogik texnologiyalar orqali rivojlantirish	57
Xudoyberganova M.A. Talabalarga adabiyotni o'qitishda ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning samarali texnologiyalari	61
Iminova D.N. Innovativ loyihalar vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'qish motivatsiyasini rivojlantirishning mazmuni	65
Abdulmadjidova M.D. Ilk o'spirinlik davrida mehnatga munosabatning shakllanishi	68
Dushabayeva G.M. Mustaqil ta'limda chizmachilik fanidan kompyuter dasturlarda foydalanishning ahamiyati	71
Utanova V.M. Diskurs tahlili: umumiy ta'rif, metodologiya va misol	75
Qoraboyev J.B., Qoraboyeva N.N. Ingliz va o'zbek tillarida frazeologik ma'no tuzilishi	78
Umarov A.V. Ilmiy-ma'rifiy media loyihalar – talabalarining mediasavodxonligi va axborot madaniyatini rivojlantiruvchi didaktik vosita sifatida	81
Qodirova O.S. Maktabgacha ta'lim yoshida bolalarning ta'lim faoliyatiga faol tashabbuskorlik munosabatini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	86
Aslonov X.Sh. Dasturlangan laboratoriya ishlarida yarimo'tkazgichlarning ta'qiqlangan zona kengligi tushunchasi	89
Bakirov I.H. Boks sport turida musobaqalarning o'tkazish turlari va musobaqa faoliyati	94
Saidg'aniyev S.O. Bolalar uchun sport gimnastikasi	98
Tojiboyeva N.T. Ta'lim muhitida o'zini-o'zi boshqarishda qiyin bo'lgan o'smirlarning hissiy qulayligining psixologik jihatlari	100
Dushabayev D.Sh. Umum ta'lim maktablarda jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy ta'lim texnologiyalaridan foydalanish	103
Abdullaev G'A. The method of determination of aerobic and anaerobic treshhold by heart rate of athletes in the development of endurance qualities in athletics training (In the case of middle and long distance runners)	106
Qurbonova F.M. Talabalarining jamoada ishlash qobiliyatlarini kollobratsiya asosida shakllantirishning psixologik xususiyatlari	110
Shobduraximova U.T. Tavakallchilikka asoslangan virtual o'yinlar va ularning jamiyatga salbiy ta'siri	113
Hasanova S.K. Development of creative thinking of primary class students based on pirls' flows	115
No'monova A.N. O'zbekiston ta'lim tizimiga tasviriy san'atning rang tasvir yo'nalishini tadqiq etishning dolzarb masalalari	119
Toshtemirov Q.Q. Umumiy o'rta ta'lim maktablari musiqa madaniyati darslarida milliy musiqa merosi "shashmaqom"ni o'rganishning ahamiyati	122
Gofurjanova N.K. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini xalqaro baholash dasturlaridagi ishtirokning ta'lim sifatini oshirishdagi o'rni	126
IJTIMOIY GUMANITAR FANLAR	
Yusupova S.N., Bakhronov B. Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muamolari	129
Olimova Z.I. Abdulla Avloniyning Turkiston o'lkasidagi jadidchilik harakatiga qo'shgan hissasi	132
Mirzayeva B. Maishiy zo'ravonlikning ijtimoiy-falsafiy mohiyati	134

- turli xil masofalarda turishlar holatlarini tahlil qilish ko'rsatishicha, bokschilar «jangovar vaqt»ning yarmisidan ko'prog'ini uzoq masofada o'tkazishni maqsadga muvofiq deb bilishadi;

- turli xil masofalarda turib hujumga o'tish samaradorligi koeffitsiyenti ko'rsatkichlari bokschilarning raqibga faol tarzda yaqinlashishga intilishini oldindan bashorat qilish imkonini beradi, bu holat jangning faol tarzidagi hujumga o'tish tavsiflarini belgilab beradi;

- zamonaviy jangning makon-vaqt tavsiflarini tahlil qilish natijalari ko'rsatishicha, jangning to'xtatilishi soni birinchi raunddan so'nggi raundgacha ortib borishi qayd qilinadi.

Havaskorlik boksiga elektron hakamlikning joriy qilinishi jang shiddatini pasaytirishi kuzatilib, ayniqsa, uzoq davomiylikdagi zarbalar seriyalari chastotasi kamayishi hisobiga ushbu vaziyat yuzaga kelishi qayd qilinadi. Jumladan, bunda qo'llaniluvchi texnika va himoya elementlarining soni deyarli o'zgarishsiz qoladi. Biroq umumiy holatda sportchilar jang davomida faqat «elektron hakamlik» tizimi hisobga olishi mumkin bo'lgan jang elementlaridangina foydalanishlari qaror topishi kuzatiladi.

Foydalangan adabiyotlar:

1. Горстков Е.Н. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности боксеров тяжелых весовых категорий. Бокс: Ежегодник.- М.: ФиС, 1983.-С. 43-46.
2. Xalmuxamedov R.D., Anashov V.D., Adilshaev P.M., Allanazarov I.G. Boks teoriyasi ham metodikasi. Buxoro. Kamolot 2023. 557 b
3. Karimov M.A., Xalmuxamedov R.D., Quyashematov I.Yu., Tajibaev S.S. Bokshilarning sport - pedagogikalik sheberligin asiriv. T.: «Noshir», 2011. 478 b.
4. Шербаков С.И. Исследование соревновательной деятельности в боксе. Сб. молодых ученых и студентов РГАФК. - М.: ФОН, 2000.- С. 61-65.

UO'K 796.46(075,8)

BOLALAR UCHUN SPORT GIMNASTIKASI

<https://zenodo.org/records/13292460>

Saidg'aniyev Saidaxmad Oybek o'g'li

Andijon davlat pedagogika instituti

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o'sib kelayotgan yosh avlodni jismonan barkamol yetilishi, sport gimnastikasi bilan professional shug'ullanish talablari qisqacha yoritilgan. Shuningdek, sport gimnastikasi turining tananing mukammal moslashuvchanligini, kuchini va chidamliligini rivojlantirishga imkon berishi, gimnastika sport klublari, to'g'arklarining vazifalari aynan nimadan iborat ekanligi, ushbu sport turi bilan shug'ullanmoqchi bo'lgan bolalarning ota-onalari nimalarga e'tibor qaratishi zarurligi xususida so'z yuritilgan.*

Kalit so'zlar: *sport gimnastikasi, rivojlantirish, jismoniy fazilatlar, mashqlar, olimpiya, natija, snaryad, shug'ullanish.*

Аннотация. *В данной статье кратко освещены требования к физическому развитию подрастающего молодого поколения и профессиональной деятельности спортивной гимнастики. Также обсуждалось, что вид гимнастики позволяет развивать совершенную гибкость, силу и выносливость тела, каковы задачи спортивных секций и кружков гимнастики и на что следует обратить внимание родителям детей, желающих заниматься этим видом спорта.*

Ключевые слова: *спортивная гимнастика, развитие, физические качества, упражнения, Олимпиада, результат, снаряд, взаимодействие.*

Abstract. *This article briefly highlights the requirements for the physical development of the younger generation and the professional activities of artistic gymnastics. It also discusses the type of gymnastics which allows you to develop perfect flexibility, strength and endurance of the body, what are the tasks of sports sections and gymnastics clubs, and what parents of children who want to engage in this sport should pay attention to.*

Key words: *artistic gymnastics, development, physical qualities, exercises, Olympics, result, apparatus, interaction.*

Bolalar uchun gimnastika barcha mushak guruhlarini rivojlantiradigan universal sport turidir. Ko'pgina murabbiylarning ta'kidlashicha, bu sportda ajoyib

Gimnastikaning barcha turlari singari, sport gimnastikasi ham erta yoshdan boshlanishi kerak bo'lgan sport turidir. Gimnastikachining kar'yerasi 18-20 yoshda tugaydi va shuning uchun bola bu yo'nalishda qanchalik erta shug'ullansa, uning yuqori natijalarga erishish imkoniyati shunchalik yuqori bo'ladi.

Murabbiylar va psixologlarning fikriga ko'ra, sport bilan shug'ullanishni boshlash uchun eng yaxshi yosh 5-6 yoshdir. Ammo ba'zi bo'limlar 3 yoshgacha bo'lgan bolalarni qabul qiladi. Bu yoshda mashg'ulotlar ota-onalar ishtirokida va faqat o'yin tarzda o'tkaziladi.

4 yoshdan boshlab mashg'ulotlar ota-onalarsiz amalga oshirilish boshlanadi. Bu yoshda bolalar eng oddiy elementlarni o'zlashtira boshlaydilar, cho'zish va jismoniy ish faoliyatini yaxshilash ustida ishlashadi [1]. 2 yoshdan boshlab bolalarni qabul qiladigan klublarni topishingiz mumkin. Ammo, psixologlarning fikriga ko'ra, bu yoshda darslar foydali bo'lmaydi, chunki chaqaloq hali undan nima talab qilinishini tushunmaydi va hatto asosiy mashqlarni ham to'g'ri takrorlay olmaydi. Sport gimnastikasiga 7 yoshdan maktab yoshidagi bolalar ham qabul qilinadi, ammo bu holda bolaning chempion bo'lish ehtimoli ancha past bo'ladi [2].

Sport gimnastikasi nafaqat qizlar, shuningdek, o'g'il bolalar uchun ham mavjud. Ammo, badiiy gimnastika singari, bu sport turi qizlar orasida o'g'il bolalardan ko'ra ko'proq mashhur. Uning o'g'il bolalar orasida mashhur emasligi, mashg'ulotlar o'smirlik davridagi o'sishga ta'sir qiladi, degan fikr bilan bog'liq, chunki barcha gimnastikachilar past bo'yli. Bu fikr noto'g'ri, albatta, sport gimnastikasida sportchilarning ko'pchiligi past bo'yli, bu sportda ko'p xollarda past bo'yli yigitlar qolishi bilan bog'liq, chunki ular uchun akrobatik elementlarni bajarish osonroq.

Sport gimnastikasi gimnastika snaryadlarida muayyan elementlarni bajarishni o'z ichiga oladi. Badiiy gimnastikadan farqli o'laroq, bu tur juda universaldir. Qizlar ham, o'g'il bolalar ham bu yo'nalishda shug'ullanishdi yoqtiradilar. Mashqlarni bajarish uchun turnik, parallel brusyalar, halqalar, yakka cho'p, tayanib sakrash uchun gimnastik otlar va boshqalar qo'llaniladi, sportchining asosiy vazifasi - chaqqonlik va yuqori darajadagi tayyorgarlik. Qiyosiy murakkablikni hisobga olgan holda, biz birinchi navbatda rivojlanish gimnastikasi kursini olishni taklif qilamiz. Shuningdek, boshlang'ich bosqichda bola murabbiyning ko'rsatmalarini tinglashni va jamoada muloqot qilishni o'rganadi [3].

Har qanday sport turi, xoh u gimnastika, xoh u bolalar uchun yengil atletika, bo'lsin ular bolaning tanasi jismoniy fazilatlarini rivojlanishi uchun katta foyda keltiradi. Sport bilan shug'ullanayotgan bolalar o'z tengdoshlaridan mustahkam immunitet, barkamol jismoniy rivojlanish, xarakterning mustahkamligi, matonat va qat'iyatliligi bilan ajralib turadi. Bu fazilatlar nafaqat sportda yuksak natijalarga erishish, balki yaxshi o'qish va kattalar hayotida muvaffaqiyatga erishish uchun ham muhimdir. Bundan tashqari, tadqiqot natijalariga ko'ra, yosh sportchilar o'smirlik davrini sezilarli darajada gormonal rivojlanganligi, kayfiyat o'zgarishlari va zararli odatlarsiz osonroq engishadi.

Sport gimnastikasi – bu murakkab elementlar, mashaqqatli mehnat va natija uchun ishlash, shuning uchun bu sport turi juda ko'p qarshi ko'rsatmalarga ega. Sport turiga og'ir xastaliklari, ortiqcha vazni va ruhiy holati buzilgan bolalar qabul qilinmaydi.

Sport gimnastikasi bilan shug'ullanish uchun qat'iy man etiladi:

- Mushak-skelet tizimining har qanday kasalliklari;
- Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari;
- Nafas olish tizimining kasalliklari;

Qandli diabet.

Agar bu patologiyalar mavjud bo'lsa, bola boshqa sport turini tanlashi mumkin, masalan, bolalar uchun suzish, ushu yoki yoga [4].

Gimnastika mashqlari tananing to'g'ri rivojlanishiga yordam beradi va umumiy mustahkamlovchi ta'sir ko'rsatadi. Immunitetni yaxshilash orqali shamollash va boshqa kasalliklar ehtimoli kamayadi. Malakali murabbiy bilan muntazam mashg'ulotlar bolani yanada tartibli, mustaqil va mas'uliyatli qiladi. Kichkina sportchilar yanada mehnatsevar, qat'iyatli va og'ir-bosiq bo'lishadi.

Bolalarni sport gimnastikaga jalb etish har yili bahor va kuzda amalga oshiriladi. Tanlashda murabbiylar birinchi navbatda jismoniy xususiyatlarga e'tibor berishadi. Jismoniy rivojlangan, nozik, past bo'lyi bolalarga ustunlik beriladi.

Professional bo'limga qabul qilishda bola bir qator mashqlarni bajarishi kerak. Tanlov dasturi umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mashqlarni o'z ichiga oladi. Bo'limga yozilishdan oldin, ushbu sport sizning farzandingiz uchun mos ekanligiga ishonch hosil qilish uchun maxsus testlardan o'tish yaxshiroqdir. Sinov ixtisoslashtirilgan markazlarda amalga oshiriladi, lekin u mustaqil ravishda ham amalga oshirilishi mumkin. Bolaning psixologik turini aniqlash ham muhimdir. Ushbu sport balandlikdan qo'rqmaydigan va bir xil mashqni ko'p marta takrorlay oladigan qat'iyatli, maqsadli bolalar uchun mos keladi [5].

Xulosa qilib aytganda, farzandni sport gimnastikaga jo'natish to'g'risida qaror qabul qilishdan oldin, ota-onalar bu jarohatlar xavfi yuqori bo'lgan va qat'iy mashg'ulotlar jadvaliga ega bo'lgan Olimpiya sport turlaridan biri ekanligini tushunishlari kerak. Ushbu sport turi hamma bolalar uchun mos emas, chunki bu yerda siz har kuni ko'p mehnat qilishingiz va mahoratingizni oshirishingiz kerak. Ammo agar bola qat'iyatli va o'z rejalaridan voz kechmaydigan bo'lsa, gimnastika uning hayotining mazmuniga aylanib, o'zini shaxs sifatida anglashga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Т.М.Лебедихина “Гимнастика: теория и методика преподавания” Екатеринбург. Изд.: Уральского университета 2017
2. М.Н.Умаров, А.К.Ештайев, Д.Р.Иштаев “Гимнastika nazariyasi va uslubiyoti” Toshkent – 2017
3. С.Х.Камчиев. Гимнастика и методика её преподавания. Андижан – 2022.
4. А.Т.Брайкин Гимнастика: учебник для техникумов физ.культуры М.: ФиС, 1985.
5. I.Sultonov. Gimnastika sog'lomlashtiruvchi va rivojlantiruvchi vosita. Toshkent. 2007

UO'K 371.015

TA'LIM MUHITIDA O'ZINI-O'ZI BOSHQARISHDA QIYIN BO'LGAN O'SMIRLARNING HISSIY QULAYLIGINING PSIXOLOGIK JIHLARI

<https://zenodo.org/records/13292462>

Tojiboyeva Nodira Tursunaliyevna
Andijon davlat pedagogika instituti

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o'spirinlik davrining psixik xususiyatlari, bu davrda o'z-o'zini boshqarish, shaxsning hissiy xususiyatlari yoritiladi. Ularning ong va dunyoqarashining shakllanishi,*

