ISSN 2181-7138

МУҒАЛЛИМ ҲӘМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИЎ

Илимий-методикалық журнал

2023

1/1-сан

Өзбекстан Республикасы Министрлер Кабинети жанындағы
Жоқарғы Аттестация Комиссиясы Президиумының
25.10.2007 жыл (№138) қарары менен дизимге алынды

Қарақалпақстан Баспа сөз ҳәм хабар агентлиги тәрепинен
2007-жылы 14-февральдан дизимге алынды.
№01-044-санлы гуўалық берилген.

Нөкис

МАЗМУНЫ

ТИЛ ҲӘМ ӘДЕБИЯТ

Nusratova H. Ch. Ilmiy-ommabop matn va maqolalarning janriy xususiyati hamda ifoda usullari 6
Rustamova Z. Dialektal korpus korpus lingvistikasining o'rganish ob'ekti sifatida 16
Bakiyeva H. S. Ona tili ta'limida o'quvchilarning matn ustida ishlash va matn yararish ko'nikmalarini shakllantirish 21
Рамазанова Р. А. Технология критического мышления на уроках русского языка и литературы 27

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Ibadullayev Q. M. O'rta talimga innovatsiyalarni joriy etishning mamlakatimiz ijtimoiy taraqqiyotidagi ahamiyati 34
Xolmatova S. K. Jismoniy imkoniyati cheklangan o'quvchilar organizmining funksional holatini baholash uslubiyati 38
Narimbaeva L. K. Talabalarni intellektual-ijodiy qobiliyatini pivojlantipishning muhim xususiyatlari va komponentlari 44
Rustamov L. X. Uzluksiz pedagogik amaliyotni tizimlashtirish jihatlari 51
Tursaotov A. E. Uzluksiz pedagogik amaliyotni tizimlashtirishning pedagogik shartlari 55
Mirzakarimova M. M. O'quvchilarning tadbirkorlik ko'nikmalarini rivojlantirishda clil texnologiyalari 60
Jumanova F. U. Dars- ta'limni tashkil etishning asosiy shakli 64
Обидов А. Э., Джураев А. С. "Адаптив таълим" ҳодисаси ва унинг ўзига хослиги 69
Бозорова М. Қ. Ўқувчи-ёшларнинг миллий-маънавий тарбияси ривожланишида этнопедагогик ғоялардан фойдаланиш 82
Yarashev A. N. Xalq og'zaki ijodi namunalari vositasida o'quvchilarda ijtimoiy faollik ko'nikmalarini rivojlantirishning didaktik ta'limoti 86
Otamurodova Sh.Q. Diversifikatsiya tamoyilining talabalar kreativ potensialini yuzaga chiqarishdagi o'rni 92
Mamanazarova N. K. Xalq ta'limi tizimi boshqaruvida marketing xizmatlarini tashkil etish mexanizmi 100
Egamberdiyeva M. Maktabgacha talim tashkiloti tarbiyalanuvchilarining ijtimoiy rivojlanish kompetentsiyasini shakllantirish usullari 107
Шерматов Б. Б. Педагогические условия реализации модели социально-профессиональной адаптации курсантов 112
Нигманов Б. Б. Формирование здоровьесберегающей модели поведения студентов в период дистанционного обучения 117
Мухамеджанов Ш. М. Педагогические основы формирования ценностного отношения школьников к здоровому образу жизни 122
Нурманова Н. Қ. Применение интегративного модульного обучения как метода повышения качества образования 129

МИЛЛИЙ ИДЕЯ ҲӘМ РУЎХЫЙЛЫҚ ТИЙКАРЛАРЫ, ТАРИЙХ, ФИЛОСОФИЯ

Алтинов И. И. Ўзбекистонлик тиббиёт ходимларининг иккинчи жаҳон уруши йилларида кўрсатган жасорати (Қорақалпоғистон фарзанди, ҳарбий врач, заҳирадаги подполковник, профессор, Заиров Қаюм Сабирович хақида) 135
Давлетбоев Д. Е. Қорақалпоқ халқининг лочини 141

Abdullayeva F. Sh. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida kichik guruh bolalarida ijtimoiy-hissiy ko'nikmalarni shakllantirishda oila va maktabgacha ta'lim tashkilotining vazifalari 272
Izbosarova Z. A. Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish tizimni takomillashtirishning shart-sharoitlari 277
Муталова Д. А. Педагогические возможности образовательного кластера в процессе дошкольного образования 284
Марипова Н. Х. Подготовка будущих педагогов воспитателей к экспериментальной деятельности в инновационной среде 287
Насырова З. Х. Грамматический строй речи у детей дошкольного возраста 292
Nurmanova N. K. Improving integrative modular teaching of future primary school teachers in modern conditions 296

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲӘМ СПОРТ

Maxmudov B. A. Jismoniy madaniyat mutaxassislarini tayyorlash jarayonida referat va mustaqil ta'lim ishlarining mazmuni va mohiyati 305
Abdullayev A. A. Boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya darslarida innovatsion ta'lim texnologiyalarini qo'llash xususiyatlari 310
G`anixo`jayev A. Sh. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining uzluksiz pedagogik amaliyotini tashkil etish muammosi holatini tahlili 313
Matmurodov A. K. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil etishda tibbiy pedagogik nazoratning o'rni va ahamiyati 317
Sanakulova A. R. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining uzluksiz pedagogik amaliyotini tashkil etish muammosi holatini tahlili 320
Jo'raboyev A. B. Jismoniy tarbiya jarayonida harakatli o'yinlardan foydalanish mexanizmini takomillashtirish 324
Karimov A. K. Gandbol darvozabonining mashg'ulotlarini optimallashtirish 327
Madaminova M. B., Bekmanova H. Sh. O'rta maktav yoshidagi o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi va uni baholashning umumiy asoslari 332
Karimboyev O. Q., Jammatov J. Sh. Gandbolchilarda kuch qobiliyatlarini takomillashtirish 337
Saparboyev O'. R., Salayev T. K. Yosh gandbolchilarni tayyorlashda harakatli o'yinlar 344
Yuldashev N. Q. Jismoniy tarbiyning shaxs xususiyatlari va sifatlarini shakllanishiga ta'siri 350
Ikramov I. M. Jismoniy madaniyatning shaxs hayotidagi o'rni 355
Yuldashev N. Q. O'z-o'zini baholash tizimida jismoniy tarbiya o'qituvchisining faolligi 360
Hayitmurodova N. A. Jismoniy tarbiya bo'yicha integratsiya amaliyotlarini tizimli ko'rib chiqish 364
Shaalimov M. A. Jismoniy tarbiyning shaxs xususiyatlari va sifatlarini shakllanishiga ta'siri 369
Kuchkarov U. L. Jismoniy mashg'ulotlarni tashkil qilish shakillari 374
Muxamedjanov Sh. M. Jismoniy tarbiyaning jamiyatimiz hayotidagi o'rni 379
Kuchkarov U. L. Jismoniy tarbiyaning bola rivojlanishiga ta'siri 384
Ortiqov B. B. Yuqori malakali voleybolchilarni musobaqa oldi tayyorgarlik yo'llari 389
Soatov E. M. Talabalarda kurash sporti bo'yicha amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish 392
Davurbayeva M. J. Gimnastika darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining funksional tayyorgarligini rivojlantirish yo'llari 397
Mamadiyev Y. U. Basketbol to'pini uzatish texnikasini takomillashtirish 402
Исламов И. З. Современный урок физической культуры. каким он должен быть? 410
Рахимкулов К. Д. Влияние физической культуры на сохранение и укрепление здоровья обучающихся студентов 414
Икромов И. М. Формирование здоровьесберегающих компетенций у студентов на занятиях физической культурой 419
Рахимкулов К. Д. Физическое воспитание дошкольников как основа здоровья современного общества 423
Набижанов Ш. М. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности 428
Рахматова Н. А. Художественная гимнастика в физическом развитии дошкольника 432

JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG‘ULOTLARINI TASHKIL ETISHDA TIBBIY PEDAGOGIK NAZORATNING O‘RNI VA AHAMIYATI

Matmurodov A . K.
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Bolalar sporti kafedrasi katta o‘qituvchisi

Tayanch so‘zlar: sport tibbiyoti, jismoniy tarbiya, sport, murabbiy, o‘qituvchi, shifokor, mashg‘ulot, yosh, jins, salomatlik.

Ключевые слова: спортивная медицина, физическая культура, спорт, коучинг, педагог, врач, род занятий, возраст, пол, здоровье.

Key words: sports medicine, physical education, sports, coaching, teacher, doctor, occupation, age, gender, health.

Bugungi kunda dunyo hamjamiyatida jismoniy tarbiya va sport asosida inson salomatligini ta’minlash hamda uning madaniyatini shakllantirish masalasiga alohida ahamiyat qaratilmoqda. Chunki inson salomatligi negizida ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotni ta’minlash masalasi tobora muhim ahamiyat kasb etib bormoqda. Jumladan, “Jamiyatimizda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug‘ullanishi uchun zamon talabalariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o‘z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg‘ularini kamol toptirish, shuningdek, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish ishlarini tizimli tashkillashtirish hamda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga yo‘naltirilgan keng ko‘lamli ishlar amalga oshirilmoqda”[1].

Jismoniy tarbiya va sport mashqlari - pedagoglarning bosh vazifalarini belgilovchi, birinchi navbatdagi sotsial-pedagogik jarayondir.

Ammo mazkur jarayonning bosh nuqtasi bo‘lib, faoliyati murakkab, o‘ziga xos talabli, tashqi muhit bilan bog‘langan inson hisoblanadi. Shunga binoan, jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanuvchilarning faoliyatining samaradorligi ko‘p jihatdan har bir shug‘ullanuvchining faol imkoniyatlari darajasiga mos keladigan vositalar va usullar hamda uning shaxsiy xususiyatlariga bog‘liq. Aynan shunday

monandlikdagina mashqlarning sog‘lomlashtirish samaradorligiga, sport natijalarining yuqori va turg‘un bo‘lishiga erishish mumkin.

Mazkur masala, jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlariga yoshi, jinsi, salomatlik holati va tayyorlanganligining darajasi, kasb-kori turlicha bo‘lgan keng doiradagi kishilarni jalb qilinishi munosabati bilan ham ayniqsa muhim. Bunday jarayonlarda shug‘ullanuvchilarning mashqlari katta jismoniy va nerv zo‘riqishlari bilan kechadi hamda sportning ma’lum turi bo‘yicha mutaxassislanish yuz beradi.

Murabbiy va jismoniy tarbiya o‘qituvchisiga inson salomatligi topshiriladi. Shuning uchun ular doimo, mashg‘ulotlari noto‘g‘ri tashkil etish va mashqlar uslubi, yuklamalar darajasi hamda mashg‘ulotlar tartibini belgilashdagi har qanday hatolik, kamchiliklar, nafaqat yuqori sport natijalarini pasayishiga, balki sportchining tanasida noxush holatlari keltirib chiqishiga olib kelishini unutmasliklari lozim.

Jismoniy tarbiya pedagogi - bu alohida mazmunli pedagog. Uning mutaxassisligi mazmunan ham, mohiyati jihatdan ham majmuaviy bo‘lib, uning ma’naviy-axloqiy, sport-pedagogik, psixologik va tibbiy-biologik jihatlari uzviy bog‘langan bo‘lib, uzluksiz hayotiy jarayonni o‘zida aks ettiradi.

Tibbiy-biologik bilimlar, kelajakdagi murabbiyning tibbiy-ilmiy poydevorini tashkil etadi va uni sidqidillik bilan o‘zlashtirmay turib, jismoniy tarbiya jarayonini savodli tashkil etib bo‘lmaydi. Bunday hollarda sport mashg‘ulotlarining yuqori darajadagi yutuqlariga bo‘lgan ishonch amalga oshmay keladi.

Yosh avlod sihat-salomatlikni o‘zgacha tushunadi: ular bunday iborani hayotda deyarli qoMlashmaydi, uning o6miga zo‘r, mixtay, epchil, polvon kabi jismoniy sifatlarning alomatlarini tushunadi.

Aytilganlarga qo‘shimcha holda nasliy-konstitutsional asosda shakllanadigan shaxsning maksimal imkoniyatlar darajasida moslashuv ko‘lamini chiniqish, muntazam ravishda jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish va boshqa ta’surotlar tufayli kengaytirish mumkin.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining ma’lumotlari va akademik Yu.P.Litsisinning o‘tkazgan tadqiqotlariga binoan inson sihat-salomatligi, ya’ni sog‘ligi quyidagi omillarga bog‘liq:

1) turmush tarzi - 55 foiz;
2) nasl-nasab-irsiy - 18 foiz;
3) atrof-muhit sharoitlari - 17 foiz;
4) sog‘liqni saqlash ishlarining axvoli - 10 foiz[3].

Butunlay sihat-salomatlikda tirik tananing turli a’zo va tizimlari faoliyatlarini o‘zgarib turishi kuzatiladi.

Shunday qilib, yuqorida aytib oʻtilgan fikr va mulohazalar shuni koʻrsatdiki, malakali murabbiy yoki oʻqituvchi boʻlish uchun sport tibbiyoti asoslarini chuqur oʻrganish, kerakli nazariyalarni bilish, zarur boʻlgan koʻnikmalarni nafaqat faoliyat jarayonida oʻzlashtirish, balki ularni amalda mohirona qoʻllashni bilish darkor. Shundagina, yetishib kelayotgan yosh avlodni barkamol avlod darajasigacha rivoj topish jarayoni yetarli darajada osonlik bilan kechadi va jismoniy madaniyat va sport bilan shugʻiillanish jarayonida bolalar, oʻsmirlar hamda yoshlar uchun zarur boʻlgan maqsad sari intilish, tashabbuskorlik kabi irodaviy sifatlar, shuningdek, oʻzaro doʻstlik va jamoa mehnatini qadrlash kabi tuygʻular shakllantiriladi[2].

Jismoniy tarbiya va sportda oʻz vaqtida amalga oshiriladigan mashqlar, ya'ni tanada mashqlarni bajarish vaqtida va eng yaqin qayta tiklanish davrida boʻladigan oʻzgarishlarning samarasini aniqlashni koʻzda tutadi. Bu jarayonda oʻqituvchi, murabbiy nazoratning quyidagi shakllaridan foydalanilanishlari zarurdir:

1) jismoniy tarbiya va sport bilan shugʻullanuvchilar organizmiga jismoniy mashqlarning ta'sirini oʻrganish, ularning jismoniy tayoyrgarlik darajasiga berilgan mashqlar mosligini aniqlash;

2) shugʻullanuvchilarning funksional tayyorgarligini baholash maqsadida ularning salomatligini va funksional holatini aniqlash;

3) jismoniy tarbiya va sport mashgʻulotlari jarayonini rejalashtirishni takomillashtirish uchun qoʻllanilayotgan mashgʻulot vositalarini maqsadga muvofiqligini tartibga solish;

4) shugʻullanuvchilar mashgʻulotlaridan keyingi tiklanish jarayonini yaxshilashga qaratilgan pedagogik, psixologik va gigienik vositalarini va metodlarini toʻgʻri tanlash;

5) jismoniy tarbiya va sport mashgʻulotlarini tashkil qilish sharoitlarini takomillashtirish.

Adabiyotlar:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 мартдаги "Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги ПФ-5368-сон Фармони.

2. Дубровсклй В.И. Спортивная медицина (учебник). -Владос., 2002, 480 с.

3. Макарова Г.А. Спортивная медицина. -Москва: «Советский спорт», 2003, 480 с.

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya va sport mashgʻulotlarini olib borishda tibbiy pedagogik nazoratni oʻrni va uning ahamiyati yuzasidan oʻqituvchi va murabbiylarga metodik tavsiyalar berilgan.

РЕЗЮМЕ

В данной статье приводятся методические рекомендации для учителей и наставников о роли и значении медико-педагогического контроля в физическом воспитании и спорте.

SUMMARY

This article provides guidelines for teachers and mentors about the role and importance of medical and pedagogical control in physical education and sport.

ISSN 2181-7138

Т. Н. Қары Ниязий атындағы Өзбекстан педагогикалық
илим-изертлеў институтының Ж. Орынбаев атындағы Қарақалпақстан филиалы

«МУҒАЛЛИМ ҲӘМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИЎ»

№ 1/1
Нөкис — 2023

Басып шығыўға жуўапкер:
А. Тилегенов

Баспаға таярлаған:
А. Тилегенов, Р. Утепов

Компьютерде таярлаған:
П. Реймбаев

Мәнзил: Нөкис қаласы, Ерназар Алакөз көшеси №54
Тел.: 224-23-00
e-mail: uzniipnkkf@umail.uz,
mugallim-pednauk@umail.uz
www.mugallim-uzliksiz-bilim.uz

Журналға келген мақалаларға жуўап қайтарылмайды, журналда жәрияланған мақалалардан алынған үзиндилер «Муғаллим ҳәм үзликсиз билимлендириў» журналынан алынды, деп көрсетилиўи шәрт. Журналға 5-6 бет көлеминдеги материаллар еки интервалда TIMES NEW ROMAN шрифтинде электрон версиясы менен бирге қабыл етиледи. Мақалада келтирилген мағлыўматларға автор жуўапкер.

Оригинал-макеттен басыўға рухсат етилди 18.01.2023. Форматы 70x100$^{1}/_{8}$
«Таймс» гарнитурасында офсет усылында басылды.
Шәртли б.т. 52,5 . Нашр. т. Нусқасы _____ Буйыртпа №