

МУАЛЛИМ ХАМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИҲ



Илимий-методикалық журнал

2023

1/1-сан

*Ўзбекистан Республикасы Министрлер Кабинети жанындагы
Жоғарғы Аттестация Комиссиясы Президиумының
25.10.2007 жыл (№138) қарары менен дизимге алынды*

*Қарақалпақстан Баспа сөз хам хабар агентлиги тәрәпинен
2007-жылы 14-февральдан дизимге алынды.
№01-044-санлы ғууалық берилген.*

Нөкис

МАЗМУНЫ

ТИЛ ХАМ АДЕБИЯТ

Nusratova H. Ch. Ilmiy-omtabop 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 yazarish 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 uslubi	38
Narimbaeva L. K. Talabalarni intellektual-ijodiy qobiliyatini pivojlantirishning 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” ходисаси 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 ХАМ РУЎХЫЙЛЫҚ ТИЙКАРЛАРЫ, ТАРИЙХ, ФИЛОСОФИЯ

Алтинов И. И. Ўзбекистонлик тиббиёт ходимларининг иккинчи жаҳон уруши йилларида кўрсатган жасорати (Қорақалпоғистон фарзанди, ҳарбий врач, захирадаги подполковник, профессор, Заиров Қаюм Сабинович хакида)	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 ХӘМ 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 maktab 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 tarbiyaning 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 tarbiyaning 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



TALABALARDA KURASH SPORTI BO‘YICHA AMALIY KO‘NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH

Soatov E. M.

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Bolalar sporti kafedrası katta o‘qituvchisi*

Tayanch so‘zlar: kurash, jismoniy tarbiya va sport, amaliy faoliyat, amaliy ko‘nikma rivojlantirish, mustaxkamlash, takomillashtirish, mashg‘ulot jarayoni.

Ключевые слова: кураш, физическая культура и спорт, практическая деятельность, развитие практических навыков, закрепление, совершенствование, тренировочный процесс.

Key words: kurash, physical culture and sports, practical activity, development of practical skills, consolidation, improvement, training process.

Kirish. O‘zbek halqining qadimiy qadriyatlari, mardlik, jasurlik, vatanparvarlik, gumanizm g‘oyalarini o‘zida mujassam etgan milliy sportimiz bo‘lgan kurashni ommalashtirish, dunyoga tanitish hamda ushbu qadriyatimizni umumjahon durdonasiga aylantirish bo‘yicha qator ishlar amalga oshirilmoqda.

Xususan, prezidentimizning «Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi PQ-4881-son qarorida buyuk ajdodlarimizdan meros qolgan kurash sportining boy an‘analari va qadriyatlarini kelajak avlodlarga yetkazish, o‘zbek sporti brendi nomi bilan kurashning jahon arenasidagi rolini oshirish, yoshlarning milliy sportga bo‘lgan qiziqishlarini qo‘llab-quvvatlash orqali yoshlarning, shuningdek, jahon xalqlarining mazkur sport turi bilan shug‘ullanishi uchun zarur shart-sharoitlar yaratishni maqsad qilgan[1].

Bugungi kunda Kurash sportini yanada rivojlantirish va ommalashtirish mamlakatimiz aholisining barcha qatlamlarini yoshidan qat‘iy nazar sog‘lom turmush tarziga jalb qilish, yoshlarni Vatanga sadoqatli etib tarbiyalash, kurashni jahon xalqlarining sevimli sport turlaridan biriga aylantirish, uning halollik, adolatlilik, bag‘rikenglik kabi insonparvar g‘oyalarini dunyo ahliga yanada keng targ‘ib qilish, ushbu sohaga investitsiyalarni faol jalb etish orqali uni tijoratlashtirish hamda chinakam o‘zbek kurashi brendini ommalashtirish davr talabiga aylanib bormoqda.



Materiallar va metodlar. Kurash texnikasi - etnopsixologik omillarni o'z ichiga olgan holda sportchining individual xususiyatlarini namoyon etishi, kam energiya sarfi raqibni mag'lub etishga yo'naltirilgan bo'lib, tezkor-taktik harakatlar tizimi shuningdek, sportchining texnik tayyorgarligi kurash texnikasini o'rganish jarayoni sifatida keng ko'lamli ixtisoslashgan texnikalarni o'z ichiga oladi[2].

Kurash sporti texnikasi o'ziga xosligi bilan boshqa kurash turlaridan ajralib turadi. Bunda birinchi o'rinda belgilangan qoidaga muvofiq kurashish talab etilsa, ikkinchi o'rinda kurashchidan kuchli jismoniy tayyorgarlik va psixologik barqarorlik, hamda psixofiziologik muvofiqlashgan harakat faoliyatlarini boshqarish talab etiladi[3;4]. Shuningdek, raqibga nisbatan nohurmatlik qilmaslik, diqqatni yo'nalganligini ta'minlash, or va nomus, har bir faoliyatga ratsional yondashish, emotsional jihatlardan qochish, kerak bo'lganda raqibni chalg'itish taktikalarini o'zlashtirish lozim.

Ushbu sport turida harakatlarga maqsadli o'rgatish o'qituvchidan o'qitish uslublari tavsiflarini bilishni talab etadi. Barcha uslublar shartli ravishda uchta asosiy guruhga bo'linadi. So'zdan foydalanish (so'z) uslublari, ko'rgazmali qabul qilish uslublari (ko'rgazmali) va amaliy uslublar. O'z navbatida, uchta guruhning har biri, bir nechta uslublardan tashkil topgan[5;6].

O'qituvchi tomonidan qo'llaniladigan so'zdan foydalanish uslublari butun o'quv jarayonini faollashtiradi, harakatlanishlar to'g'risida yanada to'liq hamda aniq tasavvurlarni shakllantirishga yordam beradi. Ushbu uslublar yordamida o'qituvchi o'quv materialining o'zlashtirilishini tahlil qiladi va baholaydi.

Ko'rgazmali qabul qilish uslublari o'rganilayotgan harakatlarning ko'z bilan ko'rish va eshitish orqali qabul qilinishini ta'minlaydi. Ko'rgazmali qabul qilish harakatlarni yanada tez, chuqur va mustahkam egallab olishga yordam beradi, o'rganilayotgan harakatlarga qiziqish uyg'otadi[7].

Amaliy uslublar talabalarning harakat faoliyatiga asoslangan. Ular shartli ravishda quyidagilarga tarmoqlanadi, qat'iy va qisman tartiblashtirilgan mashqlar uslublari, harakat shakllari, yuklama o'lchamlari, uning o'sib borishi, dam olish bilan almashlab turilishi va boshqalarni qat'iy tartiblashtirgan holda harakatlarni ko'p marta takrorlash bilan tavsiflanadi. Buning natijasida kerakli harakatlarni asta-sekin shakllantirib, alohida harakatlarni tanlab o'zlashtirish imkoniyati tug'iladi[8;9].

Qismlarga bo'lib o'rganish uslubi dastlab harakatning alohida qismlarini o'rganishni, keyinchalik esa kerakli darajada butun holiga birlashtirishni nazarda tutadi. Shunday qilib, o'quv-trenirovka mashg'ulotlarida barcha uslublar



turlicha birikkan holda, andozali shakllarda emas, balki sport tayyorgarligining muayyan talablarini hisobga olib, o'zgartirilgan shakllarda qo'llaniladi.

Qo'llanilgan uslublar va ularning muhokamasi. O'qitish bosqichlari harakatga o'rgatish jarayoni ma'lum bir vaqt davomida amalga oshiriladi. Bunday vaqt davri shartli uchta bosqichga bo'lingan: dastlabki o'rganish, qismlarga bo'lib o'rganish, mustahkamlash va keyingi takomillashtirish bosqichlaridir.

Dastlabki o'rganish bosqichida eng asosiy vazifa talabalarda kurashining o'rganilayotgan harakatini to'g'ri bajarish uchun zarur bo'lgan tasavvurlarni yaratishdan iborat. Ushbu bosqichning xususiyatlari quyidagilardir. Vaqtning to'g'ri taqsimlanmasligi, harakatlarning yetarli darajada aniq bo'lmasligi, mushak kuchlanishlarining noaniqligi, ortiqcha harakatlarning mavjudligi, kurash texnik harakatlarini bajarishda fazalar yaxlitligining buzilishidir.

Bunda talabalar ko'pgina ortiqcha kuch sarflaydilar va usullarni ko'pgina gavda mushaklarini zo'riqtirish bilan bajaradilar. Tez toliqib qolish va ayniqsa ish qobiliyatining yetarli darajada bo'lmasligi ana shularga bog'liq.

1-jadval

Dastlabki o'rganish bosqichlari		
O'rganilayotgan texnik harakat to'g'risida yaxlit tasavvurni shakllantirish va ulardan kurashda foydalanish to'g'risida talabalarga ma'lumot berish	Talabalarning harakat malakalari zahirasini yangi kurash usulini egallash uchun kerak bo'lgan elementlar bilan boyitish	Kerak bo'lmagan harakatlarni, ortiqcha mushak kuchlanishlarini bartaraf etish

Qismlarga bo'lib o'rganish bosqichi. Qismlarga bo'lib o'rganish bosqichining asosiy vazifasi harakat malakasini shakllantirish hamda uni ko'nikmaga o'tgunga qadar takomillashtirishdan iborat. Bu bosqichda alohida kurash usullarining vaqt va kuch tavsiflari aniqlanadi. Agar oldingi bosqichda harakat malakasini shakllantirish uchun zarur bo'lgan shart-sharoitlar yaratilgan bo'lsa, ikkinchi bosqichda uning hosil bo'lishi yuzaga keladi. Maqsadga erishish uchun quyidagi vazifalar hal qilinadi.

Mustahkamlash va keyingi takomillashtirish bosqichi. Kurashchining texnik-taktik harakatlarini mustahkamlashda quyidagi xususiy vazifalarini bajarish zarur:



2-jadval

Qismlarga bo'lib o'rganish bosqichi			
O'rganilayotgan usul texnikasini egallash va qismlarini aniqlab olish	O'rganilayotgan harakatlarning qonuniyatlarini tushunishni chuqurlashtirish	Bajarilishi zarur bo'lgan amallarning ketma-ketligini batafsil gapirib turish bilan o'rganilayotgan harakatni bajarish	O'quv-mashg'ulot bellashuvlaridagi o'rganilayotgan usullarning aniq, erkin va butunligicha bajarilishiga erishish

- shug'ullanuvchilarni egallangan texnik harakatlarni turli sharoitlarda va parterda kabi tik turishdagi boshqa usullar bilan birga qo'shib bajarishga o'rgatish;
- kurashchini o'rganilgan harakatni har xil tayyorgarlikka (jismoniy, texnik, taktik va h.k.) ega bo'lgan raqiblar bilan bajarishga o'rgatish;
- shug'ullanuvchilarning alohida xususiyatlariga muvofik va ularning jismoniy tayyorgarligi oshishini hisobga olgan holda o'rganilgan texnik harakatlarni yangi elementlar (taktik tayyorgarlik usullari, ushlab olishlar, yakunlovchi fazalar) bilan boyitish;
- musobaqa bellashuvlarida o'rganilgan texnik harakatning yetarli darajada barqarorligi va variantliligi, ishonchliligini ta'minlashdan iboratdir.

Bu bosqichlarda o'qitishning asosiy vazifasi, ya'ni harakat ko'nikmasini shakllantirish va musobaqa bellashuvlarida egallab olingan kurash usullarini qo'llay olish malakasini hosil qilish vazifasi hal etilishi lozim.

Xulosa. Kurash sportini samaradorligini oshirish texnik harakatlarini tartibga solish, belgilangan qoidaga muvofiq kurashish uchun kurashchidan kuchli jismoniy tayyorgarlik va psixologik barqarorlik, hamda psixofiziologik muvofiqlashgan harakat faoliyatlarini boshqarish talab etiladi. Shunday qilib, o'quv-trenirovka mashg'ulotlarida barcha uslublar turlicha birikkan holda, andozali shakllarda emas, balki sport tayyorgarligining muayyan talablarini hisobga olib, o'zgartirilgan shakllarda qo'llaniladi. Uslublarni tanlashda quyidagilarga e'tibor berish zarurdir. Sport mashg'ulotining maxsus tamoyillari, shug'ullanuvchilarning yosh xususiyatlari, ularning malakasi hamda tayyorgarlik darajasiga qat'iy muvofiq bo'lishi shart.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi prezidentining «Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi 2020 yil 4 noyabrda PQ-4881-son qarori.



2. Usmonxodjayev T., X. Isroilov Sh., Pulatov A., Pulatov Sh. “Milliy va harakatli o‘yinlar” Darslik. Toshkent -2015. -300 b.
3. Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va uslubiyoti. T.: O‘zDJTI 2009.
4. O.E.Toshmurodov, B.B.Kipchakov, A.T.Umarov. Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi (milliy kurash). O‘quv qo‘llanma. – Samarqand: Sam DU nashri, 2021. – 232 bet.
5. Моисеев, Н.М. Структура процесса обучения двигательным действиям / Н.М. Моисеев // Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. М.:, 2003. -С. 98-101.
6. Подливаев Б. А., Миндияшвили Д. Г., Грузных Г. М., Куп-цов А. П. волная борьба, программа. – М.: Советский спорт, 2003. – 216 с.
7. Тенденция развития спортивной борьбы в начале третьего тысячелетия / Под ред. левицкий А.Г., Тараканов Б.и. – СПб.: СПбГ АФК им. П.Ф. Лесгафта, 2003. – 174 с.
8. Тотоонти и.Х. 100 лет волной борьбе. – владикавказ: олимп, 2005. – 200 с.
9. Тюннеман Х. Международный семинар тренеров Фил. Анализ олимпийских игр 2008 г. Стамбул: 2008. – 20 с.

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqolada muallif tomonidan sportning kurash turi bo‘yicha talabalarga o‘rgatishda o‘quv mashq jarayonida texnika va taktikani o‘rganish, kurashdagi musobaqa faoliyatining o‘ziga xosligi va xususiyatlari, o‘qitish usullarida amalga oshiriladigan uslubiy tamoyillar, musobaqa faoliyatining zamonaviy talablari bilan bog‘liq holda kurashchilarni texnik-taktik tayyorlashning amaliy metodologiyasi bosqichlarini, kurash sporti misolida, ta‘lim tizimida amaliy ko‘nikmalar rolini oshirish, nazariy-amaliy faoliyatdagi muvofiqligini ta‘minlash, Oliy ta‘limi muassasalari va boshqa shu tizimdagi talabalarda kurash sportini o‘rgatish bosqichlari xususida fikr yuritiladi.

РЕЗЮМЕ

В данной статье автор описывает изучение приемов и тактик в процессе обучения студентов борьбе, своеобразие и особенности борцовских соревнований, методические принципы, реализованные в методике обучения, современной соревновательной деятельности в связи с требованиями этапы практической методики технико-тактической подготовки борцов, на примере спортивной борьбы, повышение роли практических навыков в системе образования, обеспечение совместимости теоретической и практической деятельности, борьба в высших учебных заведениях и других обучающихся этой системы обсуждаются этапы обучения спорту.

SUMMARY

In this article, the author describes the study of techniques and tactics in the process of teaching students to wrestle, the originality and features of wrestling competitions, the methodological principles implemented in the teaching methodology, modern competitive activity in connection with the requirements of the stages of practical methods of technical and tactical training of wrestlers, on the example of sports wrestling, increasing the role of practical skills in the education system, ensuring the compatibility of theoretical and practical activities, wrestling in higher educational institutions and other students of this system, the stages of learning sports are discussed.



Т. Н. Қары Ниязий атындағы Ўзбекистон педагогикалық
илим-изертлеу институтының Ж. Орынбаев атындағы Қарақалпақстан филиалы

«МУҒАЛЛИМ ҲАМ 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 көшесі №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 жарияланған мақалалардан алынған үзіндилер «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 етиледі. Мақалада келтирилген мағлұматларға 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 №