

ISSN 2181-7138

МУҒАЛЛИМ ҲАМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИЎ



Илимий-методикалық журнал

2023

6/3-сан

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

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

Нөкис

6/3-сан 2023

декабрь

Шөлкемлестіріушілер:

*Қарақалпақстан Республикасы Халық билимлендируі Министрлиги,
ӨЗПІИИ Қарақалпақстан филиалы*

Редактор:

А. Тилегенов

Редколлегия ағзалары:

Мақсет АЙЫМБЕТОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ
Адхамжон АБДУРАШИТОВ
Байрамбай ОТЕМУРАТОВ
Ерполат АЛЛАМБЕРГЕНОВ
Алишер АЛЛАМУРАТОВ
Дилшодхўжа АЙТБАЕВ
Интизар АБДИРИМОВА
Мавлюда АЧИЛОВА
Нуриддин АЧИЛОВ
Тўлқин АЛЛАЁРОВ
Марифжон АХМЕДОВ
Умида БАҲАДИРОВА
Фархад БАБАШЕВ
Ботир БОЙМЕТОВ
Гулзода БОЙМУРОДОВА
Шахло БОТИРОВА
Маманазар ДЖУМАЕВ
Асқар ДЖУМАШЕВ
Алишер ЖУМАНОВ
Гүлнара ЖУМАШЕВА
Холбой ИБРАГИМОВ
Умида ИБРАГИМОВА
Лола ИСРОИЛОВА
Меруерт ПАЗЫЛОВА
Асқарбай НИЯЗОВ
Сабит НУРЖАНОВ
Захия НАРИМБЕТОВА
Мехри НАРБАШЕВА
Улфат МАҲКАМОВ
Уролбой МИРСАНОВ
Нуржан МАТЧАНОВ
Сафо МАТЧОН
Шукурилло МАРДОНОВ
Шахсанам МАТУПАЕВА

Лобар МУХТОРОВА
Камаладин МАТЯКУБОВ
Раъно ОРИПОВА
Бахтиёр РАХИМОВ
Фурқат РАЖАБОВ
Сайёра РАХМОНОВА
Арзы ПАЗЫЛОВ
Барлықбай ПРЕНОВ
Дилшода САПАРБАЕВА
Феруза САПАЕВА
Зайниддин САНАҚУЛОВ
Қаххор ТУРСУНОВ
Амина ТЕМИРБЕКОВА
Нурзода ТОШЕВА
Куанишбек ТУРЕКЕЕВ
Гулноз ТУРАЕВА
Гулмира ТОЖИБОЕВА
Тажибай УТЕБАЕВ
Мамбеткерим ҚУДАЙБЕРГЕНОВ
Амангелди КАМАЛОВ
Дилбар ҚАРШИЕВА
Вохид КАРАЕВ
Дилбар ҚОДИРОВА
Ризамат ШОДИЕВ
Абдушукур ШОҒҚОРОВ
Дилфуза ШАББАЗОВА
Зафар ЧОРШАНБИЕВ
Рустам ФАЙЗУЛЛАЕВ
Дўстназар ХИММАТАЛИЕВ
Тармиза ХУРВАЛИЕВА
Умид ХОДЖАМҚУЛОВ
Жавлонбек ХУДОЙБЕРГЕНОВ
Гулрухсор ЭРҒАШЕВА
Гавхар ЭШЧАНОВА
Қонысбай ЮСУПОВ



МАЗМУНЫ

ТИЛ ҲАМ ӘДЕБИЯТ

Raximova N. Xorijiy tilni o'qitish sharoitida bo'lajak tibbiyot mutaxassislarining umummadaniy kompetensiyasini rivojlantirishning ahamiyati	7
Atamuratov R. Raqamli transformatsiya - ta'lim samaradorligining asosi	14
Norov N. Husayn Voiz Koshifiyning axloqiy qarashlarida adolat kategoriyasi	21
No'monxonova M. Axborot texnologiyalari va bo'lajak tilshunoslarning kommunikativ kompetensiyalari metodikasini rivojlantirishi va hozirgi holati	26
Суюнов Б.Т. Тезаурус – лингвистик тараққиёт омили	33
Shofqorov A.M. Hamid Olimjonning takrordan foydalanish mahoratiga doir	39
Fayzimatova N. Kinship terms and teknonymy	44
Nazarova R. Effectiveness of teaching through riddle	51
Nishonova Sh. The role of gestures in effective communication	56

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Tilegenov A.T. Yoshlarda milliy g'oyani shakllantirishda xalq og'zaki ijodidan foydalanishning metod va vositalari	61
Xalikov F. Ta'lim tizimida testologik texnologiyalardan foydalanishning pedagogik mazmuni	66
Rasulova G. Adabiy ta'limida o'quv topshiriqlarini ishlab chiqishning ilmiy-nazariy asoslarini takomillashtirish	76
Baisov A. Umumta'lim maktablarida ingliz tilini o'qitish muammolari	82
Mirsultonov I.M., Xasanov A.R. O'qituvchilik kasbida barqarorlikni shakllantirish muammosining mavjud holati	86
Jo'raev Yu.K. Pedagogik oliy ta'lim muassasalarida elektrotexnika fanini o'qitishda ta'lim usullaridan amaliy foydalanish yo'llari	90
Yo'ldosheva D. Kreativlikni rivojlantirish muammosiga doir xorijiy tadqiqotlarning retrospektiv tahlili	94
Tojiboyev J. Kreativ yondashuv asosida talabalarning badiiy-estetik kompetentligini rivojlantirish mazmunini belgilashning pedagogik talablari	102
Siddiqov B. O'quvchilarning aksiologik kompetentligini rivojlantirish tushunchasi va tahlili	108
Mexmonaliyev Sh.N. Husayn Voiz Koshifiy ijodida axloqiy tarbiya masalalarining yoritilishi	113
Muminova D. Oliy ta'lim muassasalarida ta'limni tashkil etishda shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarining pedagogik imkoniyatlari	120
Axmedov B.A. Muammoli ta'limda suqrotona yondashuv metodikasi	126
Bobomurodova L.E. Talabalarning kasbiy-metodik ijodkorligini rivojlantirish	131
Abdusattorov A., O'rinova N. O'zbek xalq cholg'ulari orkestiri vositasida bo'lajak musiqa fani o'qituvchisining ijodiy kompetentligini rivojlantirish metodlari	136
Aliyeva M. Pedagogik amaliyot jarayonida bo'lajak biologiya o'qituvchilarining kasbiy-metodik tayyorgarligini takomillashtirish	146
Ражабов Х. Рақамли таълим муҳитида бўлажак кимё ўқитувчилари ахборот-методик компетентлигини такомиллаштириш муаммоси	151
Saydullayeva A. Ta'limda gender madaniyatni rivojlantirishda ijtimoiylashuv jarayonining pedagogik-psixologik ahamiyati	157
Mamayusupov J. Analitik tafakkurni rivojlantirishda pedagogning intellektual faolligi va uning o'ziga xos xususiyatlari	164
Toshaliyev D. Milliy musiqiy meros va unga o'quvchilarda aksiologik munosabatni shakllantirishning ijtimoiy ahamiyati va tarbiyaviy xususiyatlari	169
Shermatova Y.S. Biologiya fanini o'qitishda zamonaviy metodlar	177
Yuldosheva D.T., Maxammadaminova D.A. Aqli zaif o'quvchilar nutqining fonetik tomondan buzilishi va ularni bartaraf etish yuzasidan logopedik ishlar	181
Оппоқхо'jayev X.A. Inklyuziv ta'lim sharoitida o'quvchilarni o'zini -o'zi rivojlantirish kompetentsiyalarini rivojlantirish	189



Чаброва Т.Л. Роль родителей в формировании духовно - эстетических качеств детей дошкольного возраста при обучении их навыкам рисования	541
Муталова Д.А. Обучение детей дошкольного возраста в STEAM технологии	548

ТАСВИРИЙ САЪНАТ

Gulyamov K.M., Sarsenbaev T.T. Tasviriy va amaliy bezak san'ati vositasida talabalarning badiiy-ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari	551
Ko'kiyev B. Talabalarga loyihalashtirish va proyeksiyalash usullarini o'qitishning ba'zi usullari	560
Mardov S.X. Muhandis-quruvchilarning dizayn fikrlashini rivojlantirishda grafik dasturlardan foydalanish metodikasi	566
Mirsoatova L. Kompyuter grafikasi vositalarini mustaqil ta'lim ko'nikmalarida rivojlantirish kurslariga integratsiyalash	574
Bozorov F. Tasviriy san'at orqali yoshlardagi intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish	579

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲАМ СПОРТ

Arabboyev H. O'quvchilarni ommaviy sport sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlashning pedagogik mazmuni	584
To'xtayev J. Talabalarni kasbiy ko'nikmalari va shaxsiy sifatlarini voleybol vositalari yordamida rivojlantirish	592
Muxametov A. Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rehabilitatsiya qilish darslarida yuklamalarni standartlashtirishning asosiy prinsip va komponentlari	599
Karimov F. Sog'lomlashtirish mashqlarining inson hayotidagi o'rni	604
Yuldashev M. Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilarida valeologik madaniyatni rivojlantirish mazmuni	609
Quvatov E. Xalqaro kurash turlari vositalarining integratsiyasi asosida kurashchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishning nazariy asoslari	616
Tursunov A. Chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik fani bo'yicha o'quv jarayonini tashkil qilish	621
Ataxanov H.K. Jismoniy tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlari	624
Hurmatov F.A. Voleybolchilarda jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda jismoniy sifatlardan foydalaniish	630
Davronov N.K. Talabalarni fitness-yoga vositasida sog'lom turmush tarzini rivojlantirish darajalari va mezonlari	633
Rajabova M.I. Aholi orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiyaning tutgan o'rni	639
Karabev B. III. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining ijodiy salohiyatini rivojlantirish amaliy ta'lim sifati oshirishning sharti sifati	644
Nurmatov E. Talabalarni ommaviy jismoniy tarbiyaga va sportga qamrab olishning innovatsion mexanizmlarini takomillashtirish	651
To'libayeva N. D. Jismoniy tarbiyaning shaxs xususiyatlari va sifatlarini shakllanishiga ta'siri	657
Salaydinova D.D. Gandbol darvozabonining mashg'ulotlarini optimallashtirish	662
Раджапов У.Р., Хакимджанова К. Б. Методика обучения особенности занятий легкой атлетикой с детьми, подростками, юношами	667



ВОЛЕЙБОЛЧИЛАРДА ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ

Нурматов Ф.А.

*Чирчиқ давлат педагогика университети
“Жисмоний маданият” кафедраси мудири, доцент*

Таянч сўзлар: волейбол, тезлик, чакқонлик, ҳаракатли ўйинлар, ҳаракатга ўргатиш.

Ключевые слова: волейбол, скорость, ловкость, подвижные игры, тренировки в движении.

Key words: volleyball, speed, agility, moving Games, training in motion.

Замонавий волейбол тўп тезлигини ошириш туфайли техник-тактик ҳаракатларни тез амалга оширишни талаб қилади, бу еса уларни амалга оширишга тайёргарлик кўриш учун вақт етишмаслигига сабаб бўлади. Шунинг учун, жисмоний тайёргарлик, волейболчилар тезлигини тарбиялашга еътибор бериш керак.

Волейболда тезлик учта асосий шаклда намоён бўлади: motor реакция тезлиги; ҳаракат тезлиги; якка ҳаракат тезлиги.

Тезликнинг юқорида кўрсатилган барча кўринишларининг комбинацияси ушбу сифатнинг намоён бўлишининг барча ҳолатларини белгилайди. Волейболда юқори тезлик фазилатларини намоён қилишнинг мураккаб шакллари жуда кенг тарқалган.

Юқори тезликдаги қобилиятларнинг мураккаб восита ҳаракатларида намоён бўлишининг мураккаб шакллари волейболдаги машғулотлар турли комбинацияларда ва бошқа мотор қобилиятлари ва техник кўникмалар билан биргаликда юқори тезлик қобилиятларини намоён қилишнинг элементар шакллари билан таъминланади.

10-12 ёшли болаларда тезлик ривожланишининг енг катта ўсиши кузатилади. Бундан ташқари, бу ёш жисмоний куч намоён нисбатан тананинг ўсиб



бораётган барқарорлик билан тавсифланади, ҳаракат ортиқча сарфлашга талаб ортиқча ҳаракатлар йўқолади, болалар катта ҳаракат интенсивлиги ва ҳаракатлар нисбий давомийлиги билан ўйинларда иштирок етиш учун имкон беради. Шунинг учун ўқув жараёнида унинг намоён бўлишининг турли шакллариға қаратилган машқлардан фойдаланиш лозим.

Ҳаракатли ўйинларнинг қатъий меъёрланган машқлардан афзаллиги шундаки, ўйин ҳар доим ташаббус, тасаввур, ижодкорлик билан боғлиқ, хиссий жиҳатдан давом этади, восита фаолиятини рағбатлантиради. Ўйин туфайли бола ўйин майдониға яхшироқ йўналтирилади, ҳар қандай восита ҳаракатларини еслайди ва тактик фикрлашни ўрганади.

10 – 12 ёшли волейболчиларнинг махсус тезликни ривожлантириш кўрсаткичларини ўзгаришини ҳаракатли ўйинлардан режали фойдаланиш билан аниқлаш.

Илмий ва услубий адабиётларни таҳлил қилиш. Педагогик тест. Педагогик эксперимент. Математик ва статистик маълумотларни қайта ишлаш усули ҳамда Манна-Уитни критерияси.

Илмий ва услубий адабиётларни таҳлил қилиш асосида волейбол спорт туриға ихтисослаштирилган ҳаракатли ўйинлар танланган, улар экспериментал мураккаб даражада тузилган. Ҳаракатли ўйинларнинг тузилган мажмуаси умумий ўрта таълим мактабларининг 5-6 синф ўқувчи қизлар жамоасининг 3 ҳафталик машғулот жараёниға киритилди.

Волейболчилардан тадқиқотларни олишда 2 та гуруҳға яъни назорат ва тажриба гуруҳларига ажратилиб тадқиқотлар ташкил этилди.

Ҳар бир жисмоний тарбия дарсида тажриба гуруҳи волейболчилари билан дарснинг асосий қисмида ҳаракатли ўйинлар учун 10-14 дақиқа вақт ажратилди, назорат гуруҳи волейболчилари эса машқларни ананавий шаклда бажардилар. Ўқув дастурининг режасига мувофиқ волейболчиларнинг махсус тезлигини ривожлантиришға қаратилган тадқиқотда 16 нафар ёш волейболчи иштирок етди. Махсус тезлик кўрсаткичларини аниқлашда қуйидаги ҳаракатли ўйинлар ишлатилди, улар қуйидагилар овчи ва ўрдаклар, жамбил, қувлашмачоқ ва бошқа ўйинлар.

Тажриба давомида олинган маълумотларни қайта ишлаш учун ва натижаларни ҳисоблашда «Microsoft Excel» компьютер дастуридан фойдаланилди. Ўрта арифметик қиймат ва ўрта арифметик қиймат хатоси, ўрта арифметик қиймат оғиши, дисперсия ва вариация коэффициенти ҳисобланди.

Юқори тезлик қобилиятини ривожлантиришға қаратилган ҳаракатли ўйинлари комплексидан фойдаланилганда, у иштирок етганларнинг чарчоқ белгилари намоён этилиши муҳим аҳамиятға ега бўлади. Ўқитувчилар ва



мураббийлар томонидан ҳаракатли ўйинларни бажартиришда ҳаракатли ўйинларнинг юкламасига ҳам эътибор бериш керак бўлади.

Хулоса қилиб ўтказилган тадқиқотларда олинган натижаларни ҳисобга олган ҳолда 10-12 ёшли умумий ўрта таълим мактаби волейболчи қизларнинг жисмоний тайёргарлигини ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларнинг жисмоний (ҳаракат) сифатларини куч, тезлик, чидамлилик, чакқонлик, эгилувчанликни тарбиялаш бўйича алоҳида янги инновацион усулда ишлаб чиқилган ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш муҳим аҳамият касб этади. Ҳаракатли ўйинларни қўллашда ҳаракатли ўйинларни бажариш мобайнида ҳаракат фаолиятини ўрганишда яъни жисмоний тарбия дарсларини ўргатиш босқичида (таништириш, ўзлаштириш, мустаҳкамлаш ва такомиллаштириш) га бўлиб ўргатиш яхши натижа беради. Жисмоний тарбия методларидан ҳаракатли ўйинларни бажаришда ҳаракат фаолиятини бўлакларга бўлиб ёки ҳаракат фаолиятини бутунлигича ўргатишда умумий ўрта таълим мактаби 10-12 ёшли ўқувчилари осонлик билан машғулотларни ўзлаштиради. Умумий ўрта таълим мактаби 10-12 ёшли волейболчи қизларнинг ҳаракат фаолиятини бажаришда ҳамда жисмоний машқларнинг педагогик классификацияларига кўра бажаришлари уларнинг жисмоний тайёргарликларини ривожланишида асосий восита бўлиб хизмат қилади. Жисмоний маданиятнинг онглилик ва фаоллилик услубий тамойилларига асосланиб ёш волейболчиларга назарий билим ва амалий кўникма, малака берилса юқори натижаларга эришишларига имконият берилган бўлади.

Адабиётлар:

1. Усмонхўжаев Т.С., Хўжаев Ф. Ҳаракатли ўйинлар. — Тошкент: Ўқитувчи. 1992 й. 184 б.
2. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студ. Выс. проф. образования /Ж.К.Холодов, В.С.Кўзнецов. — 12-е изд., испр.-М.:Издательский центр “Академия”, 2014.- 480 с.
3. Назаренко Л.Д. Средства и методы развития двигательных координаций: монография. М.: Теория и практика физической культуры, 2003. 258 с.
4. Маматкулов Р. С. Важность применения на уроках ободряющих физических упражнений общих средних школах. // Вестник КГУ им. Бердаха. № 4 (49) 2020
5. T.U.Zufarov, D.Anarbayev “Shaxsning sog‘lom o‘sishi rivojlantirishda jismoniy tarbiyaning ahamiyati” Uzluksiz ta‘lim // Ilmiy - uslubiy jurnal 6 – son 86-89 bet. Ilmiy maqola T.: 2018-yil.

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақолада. волейболчиларда жисмоний тайёргарлигини ривожлантиришда жисмоний сифатлардан фойдаланиш ҳақида қисқача мазмун и ёритиб берилган.

РЕЗЮМЕ

В этой статье, краткое изложение использования физических качеств в развитии физической подготовки волейболистов

SUMMARY

In this article, a summary of the use of physical qualities in the development of physical fitness of volleyball players is given.