

МУГАЛЛИМ ХАМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИҶ



ISSN 2181-7138

№ 1 / I 2021 жыл

Илимий-методикалық журнал

Редактор:

А. Тилегенов

Редколлегия ағзалары:

Мақсет АЙЫМБЕТОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ
Кеңесбай АЛЛАМБЕРГЕНОВ
Дилшодхўжа АЙТБАЕВ
Өсербай ӨЛЕҰОВ
Асқар ДЖУМАШЕВ
Кеңесбай ДАУЛЕТЯРОВ
Гүлнара ЖУМАШЕВА
Батырбек КАИПБЕРГЕНОВ
Амангелди КАМАЛОВ
Сарсен КАЗАХБАЕВ
Гулмира КАРЛЫБАЕВА
Сабит НУРЖАНОВ
Уролбой МИРСАНОВ
Арзы ПАЗЫЛОВ
Зухра СЕИТОВА
Айдын СУЛТАНОВА
Тажибай УТЕБАЕВ
Ризамат ШОДИЕВ
Ойбахор ШАМИЕВА
Бекзод ХОДЖАЕВ
Дўстназар ХИММАТАЛИЕВ
Гулрухсор ЭРТАШЕВА

Шөлкемлестириўшилер:

**Қарақалпақстан Республикасы
Халық билимлендириў
Министрлиги, ӨЗПИИИ
Қарақалпақстан филиалы**

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

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

**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 жууан қайтарылмайды, журналда жарияланған мақалалардан алынған үзиндилер «Мугаллим хәм 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 мағлұматларға автор жууапкер.

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Atabekov F.O. Talabalarni kasbiy – pedagogik ta’lim jarayonida ma’naviy-ma’rifiy ishlarni tashkil etishga tayyorlashning ilmiy-nazariy asoslari	98
Абдуллаев А.А. Талаба қизларни жисмонан тўғри ривожланишида халқ ўйинларининг аҳамияти	102
Мардонов Ш.К., Мустафакулова Д. О роли и значении биологического образования в Узбекистане	107
Mutalova D.A. The role of independent work for students in educational process	113

МИЛЛИЙ ИДЕЯ ҲАМ РУЎХИЙЛИК ТИЙКАРЛАРИ, ТАРИЙҲ, ФИЛОСОФИЯ

Мардонов Ш.К., Зокирова У. Восточное миниатюрно-иллюстративное искусство	116
---	-----

ФИЗИКА, МАТЕМАТИКА, ИНФОРМАТИКА

Seytov A.J., Alimov B.N., Quzmanova G.B. Matematikadan matnli masalalarni yechish jarayonining asosiy bosqichlari	120
Musurmonova M., Ismoilova M. Maktab ta’limida yasashga oid geometrik masalalarni yechishni amalga oshirish bosqichlari	124

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲАМ СПОРТ

Soatov E.M. Sogʻlom avlod tarbiyalashda suzishning ahamiyati	128
Хуррамов Э.Э. Жисмоний тарбия ўқитувчиларини инновацион фаолиятга тайёрлашда хориж тажрибаларидан фойдаланиш	131
Мардонов Ш.К., Исаков Дж. Особенности общего и физического развития младших школьников	136
Gimazutdinov R.G. Место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста	140

jarayonida ma'naviy-ma'rifiy ishlarni tashkil etishga tayyorlashning ilmiy-nazariy asoslari tahlil qilingan.

РЕЗЮМЕ

В статье анализируются научно-теоретические основы подготовки студентов к организации духовно-воспитательной работы в процессе профессионально-педагогического образования, что является актуальной проблемой сегодня.

SUMMARY

The article analyzes the scientific and theoretical basis of preparing students for the organization of spiritual and educational work in the process of professional and pedagogical education, which is a topical issue today.

ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИ ЖИСМОНАН ТЎҒРИ РИВОЖЛАНИШИДА ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИНИНГ АҲАМИЯТИ

Абдуллаев А.А.

ТВЧДПИ Мактабгача таълим кафедраси мудири доценти

Таянч сўзлар: халқ ўйинлари, тезкорлик, чаққонлик, эгиливчанлик, куч, чидамлилиқ, жисмоний сифатлар.

Ключевые слово: национальное игра быстрость, ловкость, гибкость, выносливость физические свойства

Key words: national games, quichness, dexterih, adroit, pouner, durabilits, physical qualities.

Маданий меросимизнинг узвий ва ажралмас қисми бўлган, авлод-аждодларимизга асрлар мобайнида рух, жон ва соғлиқ ато этиб келган халқ ўйинларини тиклаш ва улардан самарали фойдаланиш-миллий қиёфамиз, маънавиятимиз ва қадриятимизни юксалтириш демакдир. Халқ ўйинлари янги соғлом авлодни шакллантиришда ҳам ўта муҳим ўрин тутгани учун биз уларни кўз қорачигидек асрашимиз, эъзозлашимиз ва улардан оқилона фойдаланишимиз зарур.

Мустақиллик туфайли миллий қадриятлар-миллий онг, тарихий хотира, азалий анъаналар, диний эътиқодлар, халқ ижоди қаторида миллий ўйинлар ҳам жадал равишда тиклана бошлади. Ҳар бир тарихий давр ўз ўйинларини яратади ва бу ўйинлар ўз даври кишисини тарбиялашда муҳим ўрин тутади. Ўйинлар одамларда яшаш учун энг зарур бўлган сифатларни шакллантирибгина қолмай, балки уларни ҳар томонлама маънавий, ақлий, жисмоний ривожлантиришда аҳамиятли ҳам ҳисобланган [1].

Тарихий ўйинларни ўрганишда Маҳмуд Қошғарийнинг “Девону лугати турк” асари муҳим ўрин тутади. Бу лугатда халқ ўйинларининг 150 дан ортиқ турлари тилга олинади ва уларнинг 20 тасига таъриф берилади. Буюк Хоразм шоири Муҳаммад Ризо Оғахий ўзининг ижодий фаолиятида халқ ўйинларига алоҳида аҳамият беради. Ўйинлардаги ақлий, рухий, нафосат, маънавият имкониятларини фаҳмлаган ҳолда, ўйин вақтида боланинг феъл-атворини тезроқ билиб олиш, унинг салбий ва ижобий сифатларини осонроқ аниқлаш, бемаъни қилиқларини бартараф этиш мумкин деган дидактик хулосага келади.

Ўйинлар халқ ҳаётининг муҳим қисми бўлганлигини Шарқ алломалари Фирдавсий, Беруний, Ибн Сино, Маҳмуд Қошғарий, Кайковус, Алишер Навоий, Бобур Мирзонинг асарларидан ҳам билса бўлади. Чунки Фирдавсий шохларга хос ўйинларни, Беруний қадимги халқлар ўйинларини, Ибн Сино - ўйиннинг шифобахш хусусиятларини, Маҳмуд Қошғарий - туркий халқларга оид кўплаб ўйин турларининг баённи,

Кайковус - ўйинларда қатнашиш одоби тўғрисида, Алишер Навоий - пахловонлик каби ўйинларнинг бадиий ифодасини, Бобур ўйинлар завқи - шавқи ҳақида жиддий фикрларни изҳор этганлар.

Шарқ халқининг маънавияти, маданияти, урф-одатлари ва турли удумлари дostonларда, тасвирий санъат буюмлари, халқ оғзаки ижодиётининг турли жанрларида миллий қадриятлар сифатида ифода топган. “Алпомиш”, “Қирқ киз”, “Тўрўғли” туркумидаги ўнлаб дostonларда, “Манас”, “Шохнома” каби йирик асарларда қадимги аجدод ва авлодларимизнинг тўй-томошалар жангаворлик ҳолатлари, ёшларни тарбиялаш, меҳнат, касб-ҳунарлар, ақл-заковати тараннум этилган. Бу миллий қадриятлар маънавий-маърифий мерос бўлиб, авлоддан-авлодга ўтиб ўзининг мазмун ва шакллари тобора бойитиб, бизгача етиб келган [2].

Шуни келтириш лозимки, миллий маънавиятимиз мазмунида жисмоний тарбия асосий ўринлардан бирини эгаллаган, шундай экан, миллий спорт турларига ҳам эътиборни янада қўчайтиришимиз даркор. Миллий истиқлол ғояси ва мафкураси халқнинг асрий максadларини ифодаладиган, ўтмиш ва келажакни бир-бири билан узвий боғладиган, унинг эзгу-истакларини амалга оширишга хизмат қиладиган ғоялар тизими бўлиб, асосан халқимизнинг асрлар давомида шаклланган юксак маънавияти. Анъана, удумлари ва аждодларимизнинг ўлмас меросидан озиқланади [3].

Спортнинг тарихи нечоғлик ўтмишга бой бўлмасин, бизгача етиб келган қўлэмалар, нодир асарлар ва обидалардан маълумки ҳаёт муҳим қадар бўлган ушбу, ижтимоий соҳанинг умри балки, ўша асарларнинг умридан зиёдрокдир. Европа халқлари спорт мусобақалари тарихини бевосита юнон мифологияси билан боғласа, Осиё халқлари ўзларининг эртагу-ривоятлари, афсоналари замирида яшаб келган мардлик, ижтимоий, қаҳрамонлик ғайрат каби хислатлар, пахлавонлик, азаматлик ва баҳодирлик сингари фазилатларда мужассам этган. Бежиз эмаски, “Уч оғайни ботирлар”, “Маликаи Хуснибод” каби юзлаб эртакларда, “Алпомиш”, “Ойсулв” дostonида мадҳ этилган қаҳрамонларни ўзида жо этмокқа шайланган не-не юрт ўғлонлари ва кизларнинг номи абадул-абад боқийдур.

Мамлакатимиз этно-психологиясига бир назар ташлайдиган бўлсак, халқ ҳаракатли ўйинлари ўзининг хилма-хиллига қарамасдан, умумий қонуниятларга бўйсинади. Шу билан бирга, мамлакатимиз мавжуд анъаналари, ишлаб чиқариш усуллари, халқнинг характери ва иқлим жараёнларига боғлиқдир. Ушбу ўйинлар болаларда ирода сифатларини шакллантиради, маънавий сифатларни, айниқса катталарга ҳурмат, жисмоний бақувватлик, соғлиқ, одиллик, мардлик, бир-бирига ўзаро ёрдам каби фазилатларни тарбиялашда муҳим восита бўлиб хизмат қилади. Ҳозирга қадар ўйналадиган халқ ҳаракатли ўйинлардан “Арғимчок”, “Арқон тортиш”, “Қирқ тош”, “Отиб қочар”, “Октеракми - кўк терак”, “Кўп тош”, “Ок суяк”, “Бобил така”, “Эшак минди”, “Дўлки”, “Чиллик”, “Кес-кес” каби ўйинлар ўзбек халқ қадриятларининг ажралмас қисмидир [4].

Халқ ҳаракатли ўйинларда ҳар бир халқнинг азалий қадриятлари, миллий анъана урф-одатлари ўз аксини топган бўлади. Шу жумладан, ўзбекона ўйинларда халқимизнинг кўп йиллар давомида тўплаган бой маданий мероси, болаларни жисмоний бақувват ва ақдан баркамол қилиб тарбиялашдек фақат ўзбекларгагина хос бўлган тарбиявий тамойилларимиз ўз аксини топган.

Халқ ҳаракатли ўйинларининг соғлом авлодни тарбиялашдаги аҳамияти ката экан ёшларни соғломлаштириш, умуминсоний қадриятларни ўрганиш ва сақлаш, ватанпарварлик, ўртоқлик ва дўстлиқни тарбиялаш, миллий урф-одатларимизни қадрлашга ўргатиб борар экан, мутахассисларимиз, тарбиячиларимиз қанча изланса оз [5].

Абдулла Авлонийнинг фикрича, соғлом фикр, яхши ахлоқ, илм-маърифатга эга бўлиш учун баданини ҳар томонлама тарбия қилиш зарур.

Қизларни жисмоний тарбиялашда халқ ҳаракатли ўйинлари ва миллий жисмоний тарбиямизни яна чуқурроқ тадбиқ қилиш шу куннинг долзарб муаммоси ҳисобланади. Таълим тизимида жисмоний тарбия жараёнларини ташкил этиш ва бошқаришда, хусусан, жисмоний тарбия дарсларини ташкил этишда таълимнинг ноанъанавий усулларида фойдаланиш давр талаби бўлиб келмоқда.

Халқ педагогикасида қизларни ватанпарварлик, она юртга меҳр, садоқатлилик, меҳнатсеварлик, катталарни ҳурмат қилиш руҳида тарбиялашга катта аҳамият берилади. Халқ педагогикасида халқнинг улугворлиги, кадр-қиммати меҳнатсеварлиги, эрксеварлиги ва дўстликка садоқати ҳам ифодаланган. Халқнинг энг яхши анъаналари инсонпарварликни, камтарликни меҳмондўстликни ва катталарга ҳурматни, асрлар давомида меҳнаткаш халқ орасида расм-русумга айланган ажойиб ҳислатларни ўзида гавдалантиради [6].

Мактабгача ёш даври қизларнинг ривожланишида муҳим босқич бўлиб ҳисобланади. Мана шу даврда қизларнинг саломатлигига, жисмоний ривожланишига ва ҳаракат маданиятига замин яратилади. Жисмоний машқларни танлаб олишда умуман боғча қизлари учун эмас, боғча ёшидаги қизларнинг аниқ гуруҳларини ҳисобга олиш лозим. Халқ ҳаракатли ўйинларини ташкил этган катта ёшдаги кишилар ҳам ўйинларнинг тартиб қоидаларига илк кундан эътибор бериши лозим. Бу қизларнинг тўғри, ростгўй, мард, жасур бўлиб тарбияланишларига ёрдамлашади. Халқ ҳаракатли ўйинлар ўсиб келаётган ёш авлоднинг тарбиясига ҳар томонлама таъсир этади.

Шунинг учун ҳам ўйин давомида уларга ростгўйликни, ўртоқларга, дўстона ўйин қилишни, рақибни енгish ҳақидаги фикрларни тўғри тушунтириш керак. Қизларнинг жисмоний ҳаракатларга бўлган талабини халқ ҳаракатли ўйинлар қондириши мумкин, шунинг учун жисмоний тарбия дарслари билан бир қаторда жисмоний тарбия тадбирларида ҳам халқ ҳаракатли ўйинларидан самарали фойдаланиш мумкин. Бизга маълумки, халқ ҳаракатли ўйинларининг барчаси қизларни соғломлаштириш, жисмоний, маънавий ва ақлий ривожлантиришга қаратилган. Жисмоний тарбия дарсларида қизлар организмга ҳар тарафлама ижобий таъсир этувчи турли машқ ва халқ ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиб бориш лозим. Ўқитувчи ҳар бир дарснинг аниқ вазифасини назарда тутиб, ана шу вазифани амалга оширишга ёрдам берадиган ўйинларни танлаши керак.

Қизларда жисмоний тарбия жараёни таъсирини ҳамда самарасини орттиришда халқ ҳаракатли ўйинларининг вазифаси бикиёсдир. Халқ ҳаракатли ўйинларимиз қизларнинг миллий қадриятларимизга маданий ва маънавий меросимизга муносабатларини шаклланишига ёрдам беради.

Замонавий ота-оналар оилада қизларни жисмоний тарбиялаш ва уларни спортга йўналтириш юзасидан кенг педагогик билимларга, тажрибаларга эга бўлиши керак. Бугунги қизларни ўз ҳолига ёки мактаб ихтиёрига ташлаб қўйиш оилада носоғлом қизларнинг ўсишига замин яратади ва бу ўз навбатида оила иқтисодида катта зарар келтиради. Ҳар бир ота-она қизларнинг келажагини аниқ тасаввур қилиши, уларни маълум касб ахлоқ қоидалари ва кишиликнинг бошқа умумий маданият малакаларига ўргатиб бориши зарур.

Талаба қизларнинг жисмоний ҳаракатларига бўлган талабини халқ ҳаракатли ўйинлар қондириши мумкин. Шунинг учун жисмоний тарбия дарсларида халқ ҳаракатли ўйинларидан самарали фойдаланиш керак. Бизга маълумки, халқ ҳаракатли ўйинларининг барчаси фарзандларимизни соғломлаштириш, жисмоний, маънавий ва ақлий ривожлантиришга қаратилган.

Миллий халқ ўйинларидан дарс ва машғулотларда, тўгарак машғулотларида фойдаланиш, дарс жараёнида ўйинларнинг самарадорлигини ошириш, талаба-қизларимизни комил инсон ва жисмоний соғлом кадрлар бўлиб тарбияланишида муҳим аҳамиятга эга [7].

Буни куйидаги жадвалда келтирилган халқ ҳаракатли ўйинлар ёрдамида амалга ошириш мумкин.

Жисмоний сифатларни тарбиялашда қўлланиладиган халқ ҳаракатли ўйинлар

№	Жисмоний сифатлар	Халқ ҳаракатли ўйинлари
1	Тезкорлик	“Рўмолчани олмоқ”, “Отиб қочар”, “Хужум”, “Ким тезроқ”, “Тўпни ким олдин олади”, “Икки совуқ”, “Ким биринчи”, “Аргамчи билан югуриш”, “Тез югурувчилар”, “Мак-мак”, “Сичкон ва мушук”.
2	Чакконлик	“Копток ўйини”, “Қармоқча”, “Ким узокқа сакрайди”, “Отиб қочар”, “Хужум”, “Тўпни ким олдин олади”, “Тун ва кун”, “Дўнгдан – дўнгга сакраш”, “Аргамчи билан югуриш”, “Туткич бермайдиган аркон” “Мак-мак”, “Сичкон ва мушук”.
3	Эгилувчанлик	“Тўсиқ тагидан ўтиш”, “Картошкани экиш”, “Туткич бермайдиган аркон”
4	Куч	“Аркон тортиш”, “Ким узокқа сакрайди”, “Бўрон”, “Аргамчи билан югуриш”.
5	Чидамлилиқ	“Тош ўйини”, “Мак-мак”, “Тўсиқ тагидан ўтиш”, “Отиб қочар”.

Талаба қизларнинг имкониятларини ва жисмоний тайёргарлик даражасини ҳисобга олиб, ҳар хил халқ ҳаракатли ўйинларидан фойдаланиш ёки ўйинларни ўзгартириш ва уларга қўшимчалар киритиш мумкин. Халқ ҳаракатли ўйинларнинг аҳамияти талаба қизларда муайян жисмоний сифатларни ҳосил қилиш ва уларни такомиллаштириш билан чекланмайди.

Ҳаракатли ўйинлар талабаларда интизомлилиқ, жамоада ўзини тута билиш ва ўз обрўси учун курашиш, ўртоқларига беғараз ёрдам бериш каби фазилатларни ҳам шакллантиради.

Халқ ҳаракатли ўйинларни ўтказиш жараёнида уларнинг бир хил бўлиб қолишига йўл қўймаслик керак. Акс ҳолда талабаларнинг ўйинга бўлган қизиқиши камайиб боради. Ўйин ўтказилгандан сўнг уларни талабалар билан биргаликда муҳокама қилиш кейинчалик шу ўйинлар тақдорланаётган вақтда бошқарувчилик вазифасини энг фаол талабага топишириш мақсадга мувофиқдир.

Ўйинларни ўтказиш давомида ўқитувчи талаба қизларнинг хатоларини таъкидлаб туриши керак. Халқ ҳаракатли ўйинларининг кўпчилигини очик ҳхавода ўтказишга ҳаракат қилиш лозимдир. Зеро, халқ ҳаракатли ўйинларидан дарс ва ўқув тўгарак машғулотларида самарали фойдаланиш талаба қизларини комил инсон ва жисмонан соғлом кадрлар бўлиб тарбияланишида муҳим аҳамиятга эга.

Ҳар хил ихтисосликдаги спортчиларнинг ҳаракат қобилиятларини ривожлантиришнинг шарт-шароити бўлиб, уларнинг анатомик-физиологик хусусиятлари ҳисобланади. Индивидлар орасидаги фарқларга кўпгина омилар таъсир кўрсатади. Уларнинг кўпчилиги индивиднинг табиати, унинг конституциясига, аниқроғи унинг генотипига боғлиқ. Талаба қизларда мазкур жиҳатлар истикболни баҳолашда индивиднинг морфофункционал ва конституцион хусусиятларини аниқлашга маълум бир

аҳамият қаратилади. Халқ ҳаракатли ўйинлар давомида скелетнинг шаклланиши, мушак тизимининг ривожланиши, асосий жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражаси хусусиятларини ҳисобга олиш зарур.

Халқ ҳаракатли ўйинларда турли-туман машғулот услублари ишлаб чиқилган. Бир вақтнинг ўзида ҳар томонлама (комплекс) тадқиқотларни олиб боришга жиддий зарурият мавжуд. Улар асосида жисмоний тайёргарлигига эришишга ёрдам берадиган энг самарали ва оқилона услублар ажратиб олинади.

Талаба қизлар жисмоний тарбия машғулооти жараёнида уларнинг маҳорати ўсишини белгилаб берувчи сифатлар комплексига суяниш мақсадга мувофиқ. Уни қуйидагилар ташкил этади [8]:

- ▶ морфологик хусусиятлар (гавданинг тотал ўлчамлари, жисмоний ривожланиши ва функционал конституциянинг типологик хусусиятлари);
- ▶ организмнинг функционал тизимлари ҳолати;
- ▶ махсус жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражаси ва махсус машғулот таъсирида уларнинг ўсиш суръатлари;
- ▶ олий асаб тизими ҳоссалари ва психологик хусусиятлари.

Қизларнинг гавда узунлиги туғилган пайтда ўғил болаларникидан кичикроқ, йиллик ўсиш шиддати ҳам бир мунча кам бўлади, бироқ қизлар ўғил болаларга қараганда туғилган пайтидан бошлаб, ўзларининг дефинитив ўлчамлари ва пропорцияларига кўпроқ жавоб берадилар. Кўпчилик олимларнинг фикрича гавданинг узунасига ўлчамлари ва унинг алоҳида сегментлари туғилган пайтдан бошлаб ҳамда кейинчалик нотекис ўзгариб боради [9]. Бу белгиларнинг тез ўсиши ва нисбатан секинлашиши даврлари мавжуд, бунинг устига, ўғил болаларда ва қизларда сенситив даврлар, улар нисбатан бир вақтда бошланишига қарамасдан бир-биридан фарқ қилади. Қизлар деярли 10 ёшгача гавда узунлигида ўғил болалардан бир мунча орқада қолади, кейин қизлар 3 йил давомида гавда узунлиги бўйича ўғил болалардан ўтиб кетадилар.

Гавда оғирлиги таркибий даражада ўсиш жараёнлари хусусиятларини акс эттиради, у ирсий жиҳатдан устун, лекин биоижтимоий муҳитдаги ўзгаришларга тез таъсир қилувчи мобил кўрсаткич ҳисобланади. Бироқ бу ўзгаришлар (тебранишлар) “организмлар таъсири меъёрининг” индивидуал чегарасидан ташқари чиқмайди. Педагог жараёни олиб бориш пайтида фақат гавда оғирлигини кузатиш гавда оғирлиги катталигида таркибнинг қайси қисми ҳисобига ўзгаришлар содир бўлаётганлиги тўғрисида тўлиқ тасаввур бера олмайдиган ёндашув ҳисобланади.

Қизлар организми ривожланишининг ўзига хос хусусияти – бу морфологик ва функционал тизимларнинг гетерехрон тарзда ривожланишидир. Бирон бир ўсиш даврларида кўпроқ унинг тузилишлари, бошқасида унинг функционал намоён бўлиши кўпроқ ривожланади. Гавда тузилишининг ривожланиши функционал имкониятлар ривожланиши билан мос келмайди.

Демак, таҳлил натижасида шуни хулоса қилиш мумкин. Талаба қизларнинг машғулот жараёни жисмоний юкламаларни ўз ичига олади. Уларга мослашиш – жуда мураккаб ҳодиса. Организмнинг шиддатли машғулот ва мусобақа фаолиятига мослашиш жараёнида функционал захираларни сафарбар эта олиш қобилияти етакчи омил ҳисобланади. Ҳозирги пайтда аёллар тайёргарлиги муаммоси асосан учта ўзаро боғлиқ бўлган йўналишни ўз ичига олади; ижтимоий – психологик (рухий), тиббий, биологик ва педагогик. Физиологлар жисмоний тайёргарлик жараёнини оптималлаштириш мақсадида аёллар организмнинг мослашиш механизмларини тадқиқ қилаётган катта жисмоний юкламаларда организмнинг функционал имкониятларини белгилаб берувчи кўрсаткичларини ўрганадилар.

Педагогика нуқтаи назаридан талаба кизлар фақат қадимий халқ ҳаракатли ўйинларини эмас, балки ҳозирги босқичга мос халқ ҳаракатли ўйинларининг хусусиятларини ҳам билиши зарурлигини кўрсатиш мумкин.

Адабиётлар:

1. Йўлдошова Р. Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий аҳамияти. Т.: “Ўқитувчи” 1992. .
2. Насриддинов Ф.Н., Шатерников Э.Х. Инсон омилини шакллантиришда жисмоний тарбия ва спорт. – Т.: 1999.
3. Нормуродов А.Н. Жисмоний тарбия. – Тошкент: Ўзбекистон, 1996.
4. Солиев Х. Маънавий меросимизнинг халқимиз равнақидаги аҳамияти. Республика илмий анжуман. – Бухоро: 2002.
5. Усмонхўжаев Т., Мелиев Х. Миллий ҳаракатли ўйинлари. – Тошкент: 2000.
6. Усмонхўжаев Т., Ходжаев Ф. 1001 ўйин. Ибн сино. – Тошкент: 1990.
7. Усмонхўжаев, Ходжаев Ф. Ҳаракатли ўйинлар. - Тошкент: 1992.
8. Қорабоев У. Ўзбек халқ ўйинлари. – Тошкент: 2001.
9. Қосимов А.Ш. Ҳаракатли ўйинлар (методик қўлланма) - Т.: 1983.

РЕЗЮМЕ

Мақолада талаба кизларни жисмонан тўғри ривожланишида халқ ўйинларининг аҳамияти масаласи таҳлил қилинади. Зеро, халқ ўйинларга шарқ олимларининг берган фикрларида айтиладики рухий, маънавий, биологик ва педагогик мослашиш механизмларини жисмоний юкламаларда аёллар организмнинг функционал имкониятларини белгилаб берувчи сифатлар шаклланади.

РЕЗЮМЕ

В этой статье описывается важность национальных игр в физической подготовка девушек. Поскольку, в взглядах учёных говорится о влияние физических упражнения на социальную медицинский биологический и педагогический уровни организма.

SUMMARY

In this article deals with the importance of national games in preparation of physical training of girl students and the opinions of east scientists according to this point and the analysis of functional opportunities of woman's organism in social medical biological and pedagogical fitness mechanisms in physical training.

О РОЛИ И ЗНАЧЕНИИ БИОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ

Мардонов Ш.К.

д.п.н., профессор ЧГПИ Ташкентской области

Мустафакулова Д.

соискатель Джиззакского ГПИ

Таянч сўзлар: биология, биологик таълим, умумтаълим мактаблари, кадрлар тайёрлаш, таълимни лойиҳалаш, таълимни диагностикалаш.

Ключевые слова: биология, биологическое образование, общеобразовательные школы, подготовка кадров, проектное обучение, диагностика обучения.

Key words: biology, biological education, general education schools, personnel training, project-based teaching, teaching diagnostics.

С обретением в Узбекистане независимости система образования изменилась существенным образом: была проведена полномасштабная реформа, в которой во