Мугаллим хәм үзликсиз билимлендириў

ISSN 2181-7138

№ 3 2021 жыл

Илимий-методикалық журнал

Редактор:
А. Тилеулес

Редакция агзалары:
Мақсет АЙЫМБЕТОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ
Кенесбай АЛЛАМБЕРГЕНОВ
Дилмурат АЙТБАЕВ
Оскербай АЛЕУОВ
Умида БАХОДИРОВА
Аскар ДЖУМАШЕВ
Гулнара ДЖУМАШЕВА
Дәстмурат ДЖУРАЕВ
Комалхан ГУЛЯМОВ
Батырбек КАНШЕРГЕНОВ
Амангелди КАМАЛОВ
Сарсен КАЗАХБАЕВ
Гулнара КАРЛЫБАЕВА
Сабит НУРЖАНОВ
Уралбой МИРСАНОВ
Арыс ПАЗЫЛОВ
Айдын СУЛТАНОВА
Тәжибай УТЕБАЕВ
Рәшит ШОДИЕВ
Өбілхан ШАМИЕВА
Тафар ЧОРШАНБИЕВ
Бекжод ХОДЖАЕВ
Дәстемир ХИММАТАЛИЕВ
Гүлрухсар ЭРГАШЕВА

Шөлкемлестириўшилер:
Қарақалпақстан Республикасы Халық билимлендириў Министрлиги, ОППИИИ Қарақалпақстан филиалы

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

Қарақалпақстан Басма сөз хәм хабар агентлиги тәрепинен 2007-жылы 14-февральдан дизимге алынды №01-044-санлы гүўалық берилген.
Мәкан: Нөкис қаласы, Ерназар Алаков көшеси №54
Тел.: 224-23-00
e-mail: uzilipukk@umail.uz, mugallim-pedsaak@umail.uz
www.mugallim-uzliksiz-bilim.uz

Журнал илимий мақалалар жүйесе қәлиплестирилген, мәселени шешиўдиң мақсетлерине жетиўге ийелеўге ҳәм усыныс болып табылатын мәселелер ашылады, ҳәм шешиўдиң жоллары, нәтийжелери ашылады. Журналдың 3-бет ҳәм соңғы беттеги материаллар сол материалдың TIMES NEW ROMAN шрифтинде тексттиң орнына сонын менен бирге қабыл етиледи. Мақалада келтирилген мәлиметлердиң автор жуўапкер.

МАЗМУНЫ

ТИЛ ХӘМ ӘДЕБИЯТ

Baymuratov S. Qazaqlıq tildi kommentirler 4
Кабулов С.Т. Методика использования нов-технологий на уроках русского языка как народного в школах Каракалпакстана 7
Уринова Ш.М. Невербальная коммуникация в диалоге и коммуникация в диалоге языков культур 12

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Muratov X.X. Elektron dərsliklər – talabalar mustaqil ta'lim olishlarining muhim omili 19
Пардаев Б. Нетрадиционные инструменты пяти элементов на занятиях тарелкой в группах Ирия 25
Гулянов К. М., Орифова Н.С. Талабаларга кулочкалик санаатини ўргатишда бадиий лойиҳаларнинг ўрни 28
Киргизова Д.С. Оммий академик мактаб талабаларига касбий тасвирни бирлаштириш технологик профилактик воситаларини такомиллаштириш имкониятлари 33
Нуртаев Х.Н. Бўлажак таянчий санаат ўқитувчиларини касбий компетентлигини ривожлантириш муаммолари 38
Абдуллаева Б.Ж. Мақсус фанларни ўқитишда жараённи бўлажак нутқ - рақобатларнинг касбий компетентлигини шакллантириш 42
Сидиқова К.Б. Кулочкачилик маҳсулотларида талабалар томонидан материалшунослик воситаларни ўзлаштиришнинг методик таҳлили 46
Ярматова Р.Б., Алиева М.Х. Бўлажак инглиз тили ўқитувчиларининг методик тайёрлигида инновацион ёндашув 49
Гулянов К. М., Сохиева Д. Б. Бадиий кулочкачилик ўргатишда устоз-шогирд анъаналари: талабаларнинг касбий компетентлигини ривожлантиришнинг муҳим омили сифатида 54
Мурзаев Ф.М. Ўрта осиёлик комуҳий олимлар таълимоти мазмунидан математик қараашларни олий педагогик таълим жараёнида фойдаланиш долзарб педагогик муаммо сифатида 57
Ярматова Р.Б., Алиева М.Х. Бўлажак инглиз тили ўқитувчиларининг касбий педагогик тайёргарлигини такомиллаштириш 62
Рахматуллаев А., Сатторова Д. Таълим жараёнида тарқоқ методларнинг дидактик аҳамияти 67
Абдуллаева Д.А. Глобаллашув шароитида қарийб ўсмирларнинг касбий компетентлигини такомиллаштириш имкониятлари 69
Халбаев А.М. Талабаларда илмий дунёқараш асосларни тарбиялаш 72
Қурбанова М.З. Академик лицейларда илмий фанлни ўқитишда инновацион технологиялари қўллаш йўллари 74

МИЛЛИЙ ҒОЯ ҲӘМ РУҲИЙЛИК ТИЙКАРЛАРЫ, ТАРИЙХ, ФИЛОСОФИЯ

Бекмебетова Д.Ю. Ўзбекистонда қарор топаётган эркин фуқаролик жамияти 77
Усмонова С.С. Қўшмачалари диалектида антиномия – сийёсий барқарорликни таъминлашнинг мафкуравий омиллари 80

ФИЗИКА, МАТЕМАТИКА, ИНФОРМАТИКА

Турсунов Қ. Ш., Бекжанов М. Ж. Оммавий физик мактаблар-рақамлаштириш методи сифатида 84
Кўзиев Н.М., Шобарова У. Техника йўналиши талабаларидаги тенгсизликни ечишларини баъзи бир методлар орқали сифатлар 91
Qo'ziyev O.Ch. Analogiya va umumlashtirish metodini qo'llashga yo'naltirilgan masalalar sistemasiga qo'yiladigan talablar 95

БАСЛАЎЫШ СЫНЫФ, МЕКТЕПКЕ ШЕКЕМГИ ТӘРБИЯ

Jumaboeva G.X., Karibaeva J. Tufajrech joq etiwge qatnılıqan oqıwlar 100
Alimboeva D. M. Ekskursiya - oqitiwdin' ashwlı ta'rı 103
Нешимова Н. Мустақиллик йылларда Қарақалпақстан Республикасында физикат олиб борилаётган мектебгача таълим тизимини такомиллаштириш 105
Джаниметова Г.Ж., Маттиева М.Н. Математическое моделирование в диагностике готовности детей к школьному обучению 108

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲӘМ СПОРТ

Hamroqulov R.A., Rahilova Sh.M. O'quvchilarda jismoniy chidamlilikni aniqlashda kardiorespirator indeksning ahamiyati 112
Хамроқулов Р.А., Абдуғаффоров Д.Е. Акробатика спорт машғуларида 6-7 йлик қизларнинг жисмоний ҳолатини сифатларини ривожлантириш методикаси 115
Narmatov F.A. Maktab o'quvchilari jismoniy madaniyatining maqsad va vazifalari 120
Алиев Б.Р., Абдуғаппаров А.Р. Қўриқ фасафаси ва илмини таълим тизимида ўргатиш хусусиятлари 124
Xaldayberganov J. S. Karatbilarning sport mahoratini oshirishda texnik harakatlarini va jismoniy sifatlarning o'rni 127
Жўмаев А.Т., Турдиев Ф.А. Ёшлар – ўсмирларга мувофиқ тавсия этиладиган жисмоний маданият турлари 130
Saitbaev A. I. Özbekistonda bilbo'g'i karate sportining rivojlanishi 133
Абдулаганов А.Р., Хушнибергенов Ж. С., Сеитов Э.М. Қурал фанн ўқитувчилари ва мерген-ойлар фаолиятига қўйиладиган талаблар 135
Жураев А. Ж., Хушнибергенов Ж. С., Юсупбанова А.С. Спорт машғуларида спортчиларни тайёрлаш омили спорт машғуларининг тайёрлаш даври 139
Нурмонов Д.Е. Тўпларида экология маданиятини тарбиялаш жараёни 143
Mamatqabir R.S. Значение воспитания взаимопомощи студентов средствами кластерного метода с помощью физических упражнений 147
Karaev B.Ili. Педагогическая модель совершенствования профессиональной компетентности учителей физической культуры 151
Умарханова Д.Ў. Спортчиларни подготовка в легкой атлетике студентлар-спортчилар 156

РЕЗЮМЕ

Система борцовской подготовки представляет собой набор взаимосвязанных элементов, образующих единое целое и направленных на достижение цели, то есть на подготовку спортсменов, которые могут своей интенсивной тренировкой перевыполнить сильнейших борцов мира и показать лучшие результаты, дают направленной деятельность.

SUMMARY

The system of wrestling training is a set of interrelated elements that form a single whole and are aimed at achieving the goal, that is, at training athletes who can correspond to the model characteristics of the world's strongest wrestlers and show the best results, purposeful activity.

ЁШЛАР – ЎСМИРЛАРГА МУВОФИҚ ТАВСИЯ ЭТИЛАДИГАН ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ТУРЛАРИ

Жўмаев А.Т.

ҚДПИ Физикаўқитилиши жисмоний тарбия кафедрасы доцентлиги.

Турдиев Ф.А.

Жисмоний маданият бўлимини мудири

Таянч сўзлар: жисмоний маданият, спорт, ёшлар, ўсмирлар, моторика кўрсаткичлари, предикатлар, саломатлик.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, молодёж, подростки, двигательные показатели, предикаты, здоровье.

Key words: physical Culture, Sports, Youth, Adolescents, Motor Performance Indicators, Predicates, Health.

Мамлекетимизга эмалга оширилаётган ислоҳотлар ва ёшларга қаратилган давлат дастурлари бугунги кун ёш авлоднинг ҳар томонлама соғлом ва баркамол бўлиб ҳаёт синовларидан ўтиши учун муҳим аҳамиятга эга эканлиги. Шундай экан, ўсиб келаётган ёш авлодни жисмоний такомиллаштиришда энг таъсирли восита сифатида жисмоний маданият ва унинг муҳим атрибутлари ҳисобланади. Жисмоний маданият машғулотларини 5-7 ёшдан бошлаш мумкинлиги айтилади. Лекин умумий қилма (жисмоний машқлар) талаб қилганлиги туфайли, ҳеч ўқувчига спорт турларитаклифларини берилган ва ёшини кўрсатиш ярамаслиги шарт. Кичик бисорт сифатида, у яқтулиқа бошланиши имконият бўлишини айтилади. Жисмоний маданият турлари тўғри танлаш касалликларни профилактика қилувчи омил ҳисобланади. Бу ишда ижоқ натижаларга эришиш воситаси сифатида ҳам муҳим саналади. Бу даврда танлагансиз ва унинг турига бардарор қилинаётган ривожланиш ушбу мактаб жисмоний маданиятни такомиллаштирик имкони беради. Ҳар бир ўсмир учун спорт турини танлаш спорт(бўлаклаштирилиш) вазифаси саналади. Талаб этиладиган муҳим хусусиятлар – бу морфо-функционал хусусиятлар, физик-логик(ўрсатиш)ар, жисмоний сифатлар, олий асаб фаолиятининг индивидуал хусусиятлари билан бирга бола ҳамда ўсмирнинг шахсий хусусиятларини ҳисобга олиб, педагогик, тиббий-биологик, шунингдек, психологик услубларни фойдаланиш шарт. Ўсмир ёшдаги ёшларнинг индивидуал хусусиятлари танлаган спорт турига мос келиши керак.

Ёшларнинг жисмоний маданиятга бўлган қобилиятини аниқлашда ноқонуннинг вазифаси муҳим саналади. Жисмоний маданият ярим ёш спортчиларнинг қобилиятини баҳолаш мумкин бўлган кўрсаткичлар мажмуи -

"предикатлар" ўз ичига турли морфологик ва физиологик таснифларни олиши, матқуп1моторика ва анализаторлар ёш спорчиларнинг олий асабий

фаолиятга ҳамда шахсиятдиги хусусиятларга довр индивидуал ўзига хослик ҳисобланилади муҳим аҳамиятга эга. Бунда морфологик кўрсаткичлар бўйи - тана узунлиги, оғирлик, тананинг қўлланилишлари, тананинг фаол оғирлиги, скелет мушаклари тоталларнинг таркиби ("тезлик" ёки"секинлашувчи"мушаклитоталлар) саналади. Шу билан бирга физиологик кўрсаткичлар: ўпкаларнинг ҳаётий сиғими, нафас олишнинг даврийлиги, кислород етишмовчилигига турғунлик (гипоксия) ва СО2 концентрациясига сезгирлик, нотекислик пайтидаги юрак қисқаришларнинг сони, қўрсаклардан сўғтмасимал даражадаги кислород истеъмолидир.

Жисмоний маданиятнинг моторика кўрсаткичлари: ҳаракатларнинг тезкорлиги, эпчилиги, вестибулярлиги, бўғилиқдан йўқолиши тез ошиш, нисбатан мушак кучлари ҳаракда аҳамиятга эга.

Жисмоний маданиятнинг психофизиологик кўрсаткичлар: марказий асаб тизимини ўзига хослиги,темперамент ва шахс сифатидаги хусусиятларнинг ўзига хослиги билан ифодаланади.

Жисмоний маданиятнинг муҳим босқичи бу спорт тиббиёти соҳасидаги етакчи олимлар ва мутахассислар томонидан спортмашғулотларини ёшга оид болаларга мослаштирилган, спортга тайёрлаш группалари аниқланилганлиги.Жисмоний маданият амалиётига маълум бир тизимга киритилган ва тавсия этилади.Бунга мувофиқ ҳозда болалар мактабгача ёшдаги пайтидан бошлаб, спорт билан шуғулланиш бошлайди. Шунинг учун мактабгача ёшда айрим жисмоний сифатларни ривожлантириш анча самаралилигига аниқланган исботланган. Биринчи навбатда бу - чидамлик, эпчиллик,

ҳаракатларнинг тезкорлигини тарбиялаша таллуқли деб қаралади. Бунда танлаган маълум бир спорт турн билан(ушлаш ранинда шуғулланиш таъ тушлиши, болаларнинг функционал ва жисмонийриволланишига катта таъсир кўрсатишлигини ҳам инобатга олиш лозим. Айни вақтда спортда юқори натижаларгинда мувофақиятли эришиш учун «ярқ»ислиннинг тўғри аниқлаб олиш муҳим аҳамиятлиқ эмас, ундан кўзланган мақсад - шундай спорт турн танлаб олишни лозимки, бўлажакнинг жисмоний функционал ва руҳий хусусиятларга кўпроқ мос келишлиги шарт.

Ёшларнинг спорт тайёрлаштирин боскаш, биринчидан, саломатлик қолати ва ривожланишнинг умумий даражаси, ҳамда иккинчидан у ёки бу спорт турининг физиологик таъсирф ва ёшдаги ёшларнинг ҳаш унутмаслик керак. Жисмоний маданият машғулотларини самарали танлаб олиш, болаларнинг хусусиятлари асосидаги қанча омиллар ҳисобга олинишини талаб қилишлиги ҳам мумкин.

Жисмоний маданиятда асосий(ишлаб)чиқаришмаҳсулот қўйдиганлар деб қараладиг

- Ёшларнинг ақлини (буларни қўйда кетирилдиганларнинг бирортаси ҳамаларнинга малик эмас; болага, фақат ана ану ҳоҳишини инобатга олган ҳолда, ушистиратнинг ҳар хил турлари билан таништирсан ҳолда, маъқулини танлада ёрдам берилмумкин);
- Ёшларнинг темперамент - хususиятлари: бир турдаги спорт турларидан кочтан яхши (бола уларнисоғлиги танлаб кетиши мумкин), унинг учун аниқ рақибнр мавжуд бўлган спортларини танлаш лозим, бунда мулоқот ҳам бўлади, характчилик ва ўзининг бутунқобилиятини намойиш қилиш имкониятн ҳам мавжуд бўлади; сантиномс: бунда мардлик,чидамлик талаб қилинадиган спорт турларини танлаш ўринли бўлади, унда каттагинадўсглар даврси ва ўз ғайратини ишлатиш таъмирга чиқариш имкониятлари (рақиблр,футбол) мавжуд бўлади; меланхолик: бу вазиида болаинг ички дунёсига ва унинг

ноқонуқилигига яқин танлаш муҳим ҳисобланади, демак спортнинг жамоавий турлари,масалан, рақслар, гимнастика, бадиий гимнастикани эмас, балки бекаксини танлаш лозимбўлади; флегматик: катта сабр-бардошни талаб қиладиган спорт турларини танлашмумкин, масалан, сузиш, чанғида юришлари;

- Ёшлардаги даражалик даражаси (болаинг ҳуқ-ентирига диқат-эътибор қаратиш лозим; ушистиран бошқа болалар орасида ўтказилиши іістирада, бу ҳозда унга спортнинг жамоавий4турлари - баскетбол, волейбол, футболни таклиф қилиқ, агар ёшгилнда қолиниш афзалбўрса, бу ҳозда сузиш, гимнастика, теннис, велосипетни тавсия қилиштаилиш);
- бола - бўбриндамлумбирлачеталарларидантаниқари, харбирсоҳадиқа мавзулотларинбошлашлучунболаниннрвоқ-ланиқхусусиятларинҳамҳисобгаолиниқмуҳим: ҳозиқ 8 ёшгачлигиқ ҳаш мезон - болаинг конкоиқлсеклилиқдиқий оритбўлиқлиқруқ; ёдан 10 ёшгача - агар бола таниқмасеқдиқбирнеча спорт турларни алмаштирса, бунмаўрнидаҳосилбаҳадиқ; 11-12 ёшда – мусобақаларга бўлган интилиқ, айниқ бу чиқиқам ялтдарни кўрсатиш учун яхши ёш саналадиқ;
  - Ёшинг жисмоний маданит билан шуғулланишдан мақсад (маълум бир спорт секциясини танлаб олиниқ спортнинг таъсиниқ мақсади ҳам таъсир кўрсатишлиқи; саломатлик учун ёки катта ютуқларга эришиш учун, балки шунчаки фаолиятининг ҳар тури бўлиши билан боғлиқлиқ);
  - Жисмоний маданиятнинг саломатлиқнинг ўзига хос хусусиятлари (болаинг саломатлик ҳолати хусусида на рекалаштирилйтган спорт турининг мослиқи ҳақида шифокор билан маслаҳатлашиб олиш, унинг таъсиларга қулоқ тутиш, шу жумладан мумкин бўлган ҳосламалар даражасини ҳам ҳисобга олиш яхши натижалар бериладиқ).

2016 йил 14 сентябрда ёшларга оид давлат сиёсатининг янги таҳ ридаги матнини эълон қилишишига бугунги кунда ёшларга (давлат томонида) қаратилган юксак эътиборни ҳеч бир мезон билан ўлчаб бўлмайди.

Адабиётлар:

1. Гошаев О.Ш. Бокиев Ш. Олий ўқув юртлари учунай ҳуқ тайёлларнинг ҳаракатлилиги ва ўқитилиши кўлланма. ТҲДЎТП нашриёти бўлими, 2000ж.1-бет
2. Н.А.Каримов «Ватанимиз ва ҳафсизлигимиз, ўз ҳуқуқларимиз, қонунларимизни ва ҳаётий принципларимиз билмиз 12+Т "Ўзбекистон" 2004.
3. Дубинина Л.И. Социальная среда и развитие общества и социализация личности/Педагогика, 2008.с.3.

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақолада жисмоний маданиятнинг бугунги кундаги долзарб аҳамияти ва бўлиши бармоқ мақоли тарбиялашнинг муҳим босқичларда амалга оширилиши режалаштирилган мақсадлар (болалар ва ўсмирлар учун) тавсия қилинадиган жисмоний (спорт) машқларни ҳамда сўз юритилади. Жисмоний (спорт) машқларнинг 5-7 йилларда бошланиши ҳамда сўз боради.

RESUME

В статье рассматривается рекомендуемые физические (спортивные) занятия (для детей и подростков), которые планируется проводить на важных этапах воспитания гармонично развитого поколения, что актуально сегодня в физической культуре. Речь идет о начале физических (спортивных) занятий в возрасте 5-7 лет.

SUMMARY

This article highlights the recommended physical (sports) activities that are planned to be implemented at key stages in the upbringing of a physically fit generation today. It is about starting physical activity from 5-7 years.