



<https://interscience.uz/>

ISSN 2181-1709 (P)

ISSN 2181-1717 (E)

SJIF: 3.805 (2021)

2023/7

**TA'LIM VA
INNOVATION
TADQIQOTLAR**

**ОБРАЗОВАНИЕ И
ИННОВАЦИОННЫЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ**

**EDUCATION AND
INNOVATIVE
RESEARCH**

Gafurova M.Yu. Azimova A.Sh. Kreativ yondashuv asosida maktabgacha yoshdagi bolalar tafakkurini rivojlantirish metodikasi	96
G'ofurov A. U. Bo'lajak jismoniy tarbiya fani o'qituvchilarining sport turizmiga oid bilimlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari	100
Hoshimov I. Tarixiy-madaniy milliy merosdan foydalanish – umumiy o'rta maktab ta'limi tizimidagi ta'lim omili sifatida	107
Ibragimova Sh. O. Sinergetik yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining darsga nisbatan masuliyatli munosabatini rivojlantirish	112
Islamov S. M. Issues of education of work on yourself and independent activity	118
Izbullayeva G. V. Didaktik asarlarda ma'naviyatli shaxsni tarbiyalash mohiyati	122
Jo'rayev V. Ijtimoiy-madaniy tadbirlar maydonida boshqaruv xodimlarning yetakchiligini shakllantirishning konseptual tahlili	135
Kaxarova G. S. Xalq qo'shiqlari vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijodiy qobiliyatlarni shakllantirish texnologiyalari	143
Mahmudova Ch. I. Talabalarda geografik obyekt va joy nomlarini to'g'ri qo'llay olish kompetensiyasini rivojlantirishda ajdodlar ilmiy merosidan foydalanishning zarurati	147
Маманазарова Н. К. Таълим муассаса рақобатбардошлигини оширишда таълим хизматлари сифатининг аҳамияти	152
Mo'minov F. I. Blokli-modul asosida yosh futbolchilar mashg'ulot jarayonlarini rejalashtirish	160
Muratova S.A. O'quvchilarning musiqiy-adabiy didini rivojlantirishda tadbirlarning o'rni	166
Musayeva U. R. O'quvchilarning kasbiy kompetentligini baholashni tadqiq qilishning nazariy asoslari	172
Мирзаева Ш. Р. Исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта с копинг-стратегиями у студентов-медиков	177
Norqulova D. U. Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarida kasbiy kompetensiyani rivojlantirishning pedagogik-psixologik jihatlari	188
Nuradilova A. D. Didaktik o'yinlarning boshlang'ich sinf o'quvchilari bilimini mustahkamlashga ta'sirini	193
Nurullayev A.R., Azimova A.Sh. Maktabgacha yoshdagi bolalar tafakkurini rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari	198
Nurulloyev L. L. 3- sinf qiz bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlari dinamikasi	203
Nazarov T. T. Talabalarning didaktik jarayonlarini loyihalash qonuniyatlari	210
Nazarov T.T., Uzoqov A. M. Chaqiriqqacha harbiy ta'lim yo'nalishi subektlarining didaktik jarayonlarini loyihalashda pedagogik texnologiyalarning ahamiyati	218
Pirnazarov S. M., Urazbaev D. S. Qoraqalpoq teatrining shakllanib rivojlanishida chet va milliy dramaturgiyamizning sintezlashuvi	227
Qosimova N. S. Talim tizimida talabalarning intellektual va shaxs sifatida rivojlanishini aniqlashda tizimlashtirilgan psixologik testlar	233
Qurbonov J. A. Ijtimoiy-gumanitar yo'nalish bo'lajak o'qituvchilarining intellektual madaniyatini rivojlantirishning pedagogik jihatlari	240
Rajabov T. I. O'zbek musiqa folklorini o'rgatish jarayonini takomillashtirish imkoniyatlari	247
Raximova M. N. Fortepiano asarlarida ijrochilik mahoratini oshirishda texnik uslublardan foydalanish	256

3- SINF QIZ BOLALARNING UMUMIY JISMONIY TAYYORGARLIGI KO'RSATKICHLARI DINAMIKASI

Nurulloyev Laziz Latipovich

*Buxoro davlat pedagogika instituti harbiy ta'lim fakulteti maxsus
tayyorgarlik sikli dotsenti*

Annotatsiya: Mazkur maqolada umumta'lim maktablarida yengil atletika sport turi bilan shug'ullanuchi sportchilarda yoshga xos baholash mezonlariga muvofiq, umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aniqlash bo'yicha sinov mashqlari qatoriga kiritilgan barcha mashqlar natijalari olindi va mezonda belgilangan tartibda ko'rsatilgan natijalariga mos ravishda baholanganligi ko'rsatilgan.

Kalit so'zlar: umumiy jismoniy tayyorgarlik, yengil atletika, tezlik, kuch, chaqonlik, chidamlilik, egluvchanlik, jismoniy sifatlar.

3 КЛАСС ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЕВОЧЕК ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ

Нуруллоев Лазиз Латипович

*Бухарский государственный педагогический институт, факультет
военного образования, спец.доцент подготовительного Цикла*

Аннотация: В данной статье легкая атлетика вид спорта в общеобразовательных школах. в соответствии с возрастными критериями оценки у спортсменов, занимающихся показатели общей физической подготовленности маты для испытаний на отжим. Результаты всех упражнений, включенных в серию, были получены и в порядке, указанном в критериях. показана оценка в соответствии с указанными результатами.

Ключевые слова: общая физическая подготовленность, легкая атлетика, скорость, сила, ловкость, выносливость, гибкость, физические качества.

DYNAMICS OF GENERAL PHYSICAL FITNESS INDICATORS OF 3rd CLASS GIRLS

Nurulloyev Laziz Latipovich

*Bukhara State Pedagogical Institute, Faculty of Military Education,
Associate Professor of the Special Training Cycle*

Abstract: In this article, the results of all the exercises included in the series of test exercises for determining general physical fitness indicators in accordance with the age-specific evaluation criteria of athletes engaged in athletics in general education schools were obtained, and they correspond to the results specified in the criteria it is indicated that it is evaluated.

Key words: general fitness, athletics, speed, strength, agility, endurance, flexibility, physical qualities.

Kirish. Yer sharining turli qismlarida joylashgan rivojlangan davlatlari qatorida O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish maqsadida hukumat tomonidan qaror farmon qonunlar ishlab chiqarilmoqda. Bu esa o'z navbatida jismoniy tarbiya va sport sohasiga aloqador bo'lgan har bir insonlar uchun (tadqiqotchi olimlar yosh izlanuvchilar murabbiylar va albatta katta va kichik yoshdagi sportchi)lar uchun keng imkoniyatlar eshigini

ochmoqda.

Ishning maqsadi 3-sinf (qizlar bolalar) o'quvchilarining umumiy jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlarini aniqlash.

Tadqiqotning vazifalari:

- mavzuga doir adabiyotlarni tahlil qilish orqali muammoning o'rganilganlik darajasini aniqlash;

- 3-sinf umumta'lim maktab o'quvchilarining umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aniqlash;

- o'tkazilgan tadqiqotlar natijasida aniqlangan muammolar yuzasidan kerakli xulosa va tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotni tashkillashtirish: tadqiqotlarda Buxoro shahar xalq ta'limi bo'limiga qarashli 19- ixtisoslashtirilgan davlat umumta'limi maktabi, Buxoro shahar xalq ta'limi bo'limiga qarashli 23-umumiy o'rta ta'limi maktabi, Buxoro shahar xalq ta'limi bo'limiga qarashli 6-ixtisoslashtirilgan davlat umumta'limi maktabi, Buxoro shahar xalq ta'limi bo'limiga qarashli 29-umumiy o'rta ta'limi maktabi, Buxoro shahar xalq ta'limi bo'limiga qarashli 11-umumiy o'rta ta'limi maktablarida yengil atletika sport turida shug'ullanuvchi 83 nafar 2 sinf o'quvchilari

O'tkazilgan tadqiqot natijalari tahlili:

Mamlakatimiz qolaversa xorij olimlari tamonidan o'tkazilgan tadqiqot ishlari va mavzuga doir ilmiy-uslubiy adabiyotlarini tahlil qilish natijalari shundan dalolat beradiki, umumta'lim maktablarida tahsil oluvchi o'quvchilarning jismoniy tarbiya bo'yicha qator ilmiy izlanishlar olib borilgan. Jumladan, T.S.Usmanxodjayev, V.K.Balsevich, V.A.Bogdanova va boshqalarning ilmiy ishlarini misol tariqasida keltirish mumkin.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligida yosh xususiyatlarining tahlili hamda ularga, jismoniy tarbiya darslarida va mashg'ulotlari jarayonlaridagi yuklamalarni me'yorlashtirish borasida A.A.Gujalovskiy, V.I.Lyax, A.G.Suxarev, V.P.Guba, O.V.Goncharova va boshqalar o'zlarining ilimiy tadqiqotlari orqali o'rganilgan.

Umum o'rta ta'lim maktablari 3 sinf qizlarining jismoniy tayyorgarligining rivojlanish dinamikasini aniqlash maqsadida tashkillashtirilgan pedagogik tajribalarda bir qator sinov mashqlari bo'yicha o'quvchilarning o'rtacha ko'rsatkichlari umumlashtirilgan bo'lib. Arg'amchida bir daqiqa sakrash sinov mashqi bo'yicha 3 sinf qizlaridan tashkil topgan tajriba guruhi o'quvchilari o'rtacha $36 \pm 1,4$ marotabaga teng natijani. Nazorat guruhi o'quvchilarining natijalari esa o'rtacha $37 \pm 5,4$ marotabaga teng natijani ko'rsatgan edilar. Pedagogik tajriba so'ngiga kelib tajriba guruhining o'rtacha ko'rsatkichi $41 \pm 3,9$ marotabaga, nazorat guruhining o'rtacha ko'rsatkichi esa $39 \pm 8,9$ marotabaga yetganligini ko'rish mumkin (1 jadvalga qarang).

Gardishni belda bir daqiqa aylantirish mashqi bo'yicha esa nazorat guruhi 3 sinf qizlari $22 \pm 2,1$ marotabaga teng natijani, tadqiqot avvalida qayt etgan bo'lsalar, ushbu ko'rsatkich tajriba so'ngiga kelib $25 \pm 4,2$ marotabaga yetganligini ko'rish mumkin. Tajriba guruhi o'quvchi qizlarining ushbu mashq bo'yicha pedagogik tajriba avvalida va yakunida ko'rsatgan natijalari esa quyidagicha. Pedagogik tajriba avvalida o'rtacha $23 \pm 6,3$ marotabaga, tajriba so'ngiga kelib esa o'rtacha $28 \pm 2,1$ marotabaga teng ko'rsatkichni qayt etdilar.

Umum o'rta ta'lim maktabining 3 qizlaridan tashkil topgan nazorat guruhi o'quvchi qizlari pedagogik tajriba avvalida 30 m ga yugurish mashqi bo'yicha o'rtacha $7,2 \pm 1,02$ sekundga hamda 60 m ga yugurish mashqi bo'yicha esa $11,9 \pm 2,5$ o'rtacha sekundga teng natijalarni ko'rsatgan ko'rsatdilar.

Pedagogik tajriba so'ngiga kelib ushbu mashqlar bo'yicha quyidagicha natijalarni ko'rsatdilar. Demak, 30 m ga yugurish mashqi bo'yicha $6,8 \pm 2,2$ sekundga, 60 m ga yugurish mashqi bo'yicha esa $11,4 \pm 3,5$ sekundga teng natijani qayt etdilar.

3 sinf qizlaridan shakllantirilgan tajriba guruh o'quvchilarining pedagogik tajriba avvalidagi, 30 m ga yugurish mashqi bo'yicha $7,1 \pm 9,02$ sekundga tajriba so'ngiga kelib esa o'rtacha $6,2 \pm 3,02$ sekundga teng ko'rsatkichni qayt etdilar. Tajriba guruhi o'quvchilarining, 60 m ga yugurish mashqi bo'yicha tajriba avvalida $12,0 \pm 1,5$ sekundga, pedagogik tajriba so'ngida esa o'rtacha $11,1 \pm 3,5$ sekundga teng natijani qayt etdilar. Tajriba va nazorat guruhi o'quvchilarining pedagogik tajriba avvalidagi hamda yakunidagi natijalarga asoslanib shularni xulosa qilish mumkinki tajriba guruhi o'quvchilari nazorat guruhi o'quvchi qizlariga nisbatan yaxshiroq rivojlanish dinamikasiga egalar.

Turgan joydan uzunlikka sakrash mashqi bo'yicha 3 sinf qizlarining tadqiqot avvalidagi va yakunidagi natijalari matematik statistik tahlil qilinganida ko'rsatkichlar quyidagicha ekanligi ma'lum bo'ldi. Demak, 3 qizlaridan shakllantirilgan tajriba guruhi o'quvchi qizlari pedagogik tajriba avvalida o'rtacha, $88 \pm 4,7$ smga teng natijani ko'rsatdilar. Ushbu natija tadqiqot so'ngiga kelib esa tajriba guruhi o'quvchilarining ko'rsatkichi $112 \pm 2,9$ smga teng bo'lganligini ko'rish mumkin.

Nazorat guruhi 3 sinf o'quvchi qizlarining natijalari tajriba avvalida o'rtacha $85 \pm 7,4$ smga pedagogik tajriba so'ngiga kelib esa ushbu ko'rsatkich $96 \pm 8,3$ smga yetganligini ko'rish mumkin. Tajriba va nazorat guruhi o'quvchilarining natijalaridan ma'lumki, tajriba guruhi o'quvchilari nazorat guruhi o'quvchilaridan yaxshiroq rivojlanish dinamikasiga egalar.

1-jadval.

O'rta ta'lim maktabi 3 sinf qizlarining jismoniy tayyorgarlik dinamikasi ko'rsatkichlari

1-jadval.

O'rta ta'lim maktabi 3 sinf qizlarining jismoniy tayyorgarlik dinamikasi ko'rsatkichlari

№	Sinov mashqlari	NG		TG	
		X±a	V%	X±a	V%
1	Arg'amchida 1 daqiqa sakrash (marta)	$\frac{37 \pm 5,4}{41 \pm 8,9}$	$\frac{14,59}{21,70}$	$\frac{36 \pm 1,4}{45 \pm 3,9}$	$\frac{3,8}{6,88}$
2	Gardishni belda 1 daqiqa aylantirish (marotaba)	$\frac{22 \pm 2,1}{28 \pm 4,2}$	$\frac{9,5}{15,0}$	$\frac{23 \pm 6,3}{42 \pm 3,1}$	$\frac{27,39}{7,38}$
3	30 m ga yugurish (s)	$\frac{7,2 \pm 1,02}{6,8 \pm 2,2}$	$\frac{14,1}{32,35}$	$\frac{7,1 \pm 9,02}{6,2 \pm 3,02}$	$\frac{127,04}{48,70}$
4	60 m ga yugurish (s)	$\frac{11,9 \pm 2,5}{11,4 \pm 3,5}$	$\frac{21,00}{30,70}$	$\frac{12,0 \pm 1,5}{11,1 \pm 3,5}$	$\frac{12,5}{31,53}$
5	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm)	$\frac{85 \pm 7,4}{96 \pm 8,3}$	$\frac{8,70}{8,64}$	$\frac{88 \pm 4,7}{112 \pm 2,9}$	$\frac{5,3}{2,58}$
6	Yugurib kelib uzunlikka sakrash (sm)	$\frac{182 \pm 15,4}{193 \pm 10,2}$	$\frac{8,46}{5,28}$	$\frac{184 \pm 10,1}{201 \pm 18,4}$	$\frac{5,48}{9,15}$
7	1000 m ga yugurish (daqiqa)	$\frac{7,40 \pm 1,6}{7,04 \pm 6,1}$	$\frac{21,62}{86,64}$	$\frac{7,55 \pm 3,6}{6,45 \pm 1,8}$	$\frac{47,68}{27,90}$
8	To'pni uzoqqa uloqtirish (metr)	$\frac{9 \pm 2,4}{13,5 \pm 5,4}$	$\frac{26,66}{51,42}$	$\frac{9,3 \pm 1,4}{15,2 \pm 9,4}$	$\frac{15,05}{77,04}$
9	4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10) (s)	$\frac{13,0 \pm 1,9}{12,6 \pm 6,5}$	$\frac{14,6}{5,0}$	$\frac{13,2 \pm 4,7}{12,1 \pm 2,3}$	$\frac{34,55}{19,00}$
10	Tik turgan holda (oldinga) pastga egilish (sm)	$\frac{12 \pm 3,01}{10 \pm 3,01}$	$\frac{25,08}{30,1}$	$\frac{12,02 \pm 5,07}{7,5 \pm 1,03}$	$\frac{47,42}{13,73}$

Izox: NG – Nazorat guruhi. TG – Tajriba guruhi.

Umum o'rta ta'lim maktablari 3 qizlarining umumiy jismoniy ko'rsatkichlarining rivojlanish dinamikasini aniqlash maqsadida o'tkazilgan pedagogik tajribalarning boshida va oxirida "Yugurib kelib uzunlikka sakrash" mashqi bo'yicha quyidagicha ko'rsatkichlarni qayt etdilar. Nazorat guruhi o'quvchi qizlarining pedagogik tajriba avvalidagi natijalari o'rtacha 182±15,4 smni tajriba so'ngiga kelib ushu ko'rsatkich 193±10,2 smni tashkil qildi. Ayni shu mashq bo'yicha tajriba guruhining pedagogik tajriba avvalidagi ko'rsatkichi 184±10,1 smni, tajriba yakuniga kelib esa ushbu ko'rsatkich 201±18,4 smga teng ekanligi aniqlandi. Tajriba guruhi 9,2 % li, nazorat guruhi o'quvchilari esa

6,0 %li rivojlanish dinamikasiga erishganlar.

1000 metr masofaga yugurtirish orqali 3 sinf qizlarining chidamlilik jismoniy sifatining rivojlanish dinamikasini aniqlash maqsadida o'tkazilgan tajribalarda nazorat guruhi o'quvchi qizlari $7,40 \pm 1,6$ daqiqaga teng natijani pedagogik tajriba so'ngiga kelib esa ushbu ko'rsatkich $7,04 \pm 6,1$ daqiqaga yetganligini ko'rish mumkin rivojlanish dinamikasi 5,11 ga teng. Tajriba guruhida ushbu sinov mashqi bo'yicha pedagogik tajriba avvalida o'rtacha ko'rsatkichi $7,55 \pm 3,6$ daqiqaga tajriba so'ngiga kelib ushbu ko'rsatkich $6,45 \pm 1,8$ daqiqaga teng. Rivojlanish dinamikasi esa 17,05 % ga tengdir.

To'pni uzoqqa uloqtirish sinov mashqi bo'yicha 3 sinf qizlaridan shakllantirilgan nazorat va tajriba guruhi o'quvchilarining pedagogik tajriba avvalidagi natijalari quyidagicha ko'rinishga ega. Demak tajriba guruhining pedagogik tajriba avvalidagi o'rtacha ko'rsatkichi $9,3 \pm 1,4$ metrga, nazorat guruhining natijalari esa o'rtacha $9 \pm 2,4$ metrga teng bo'lgan ko'rsatkichni qayt etdilar.

Pedagogik tajribalarning so'ngida nazorat hamda tajriba guruhi sportchilaridan ushbu sinov mashqi bo'yicha nazorat o'tkazilib natijalar matematik statistik tahlil qilinganidan nazorat guruhining o'rtacha ko'rsatkichi $13,5 \pm 5,4$ metrga, tajriba guruhi o'quvchilarining natijalari esa $15,2 \pm 9,4$ metrga teng ekanligi aniqlandi. Natijalardan ko'rish mumkinki tajriba guruhi o'quvchi qizlari nazorat guruhi o'quvchi qizlarida yaxshiroq rivojlanish dinamikasiga ega.

4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10), hamda Tik turgan holda oldinga egilish sinov mashqlari bo'yicha umum o'rta ta'lim maktabi 3 sinf qizlari-ning natijalarining ilmiy uslubiy tahlili quyidagicha. Nazorat guruhi tarkibiga kiruvchi 3 sinf qizlarining, 4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10) mashqi bo'yicha pedagogik tajriba avvalidagi natijalari $13,0 \pm 1,9$ sekundga, tik turgan holda oldinga egilish mashqi bo'yicha esa $12 \pm 3,01$ smga teng ko'rsatkichni qayt etgan bo'lsalar, pedagogik tajriba so'ngiga kelib, ushbu ko'rsatkichlar 4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10) mashqi bo'yicha $12,6 \pm 6,5$ sekundga, Tik turgan holda (oldinga) pastga egilish (sm) mashqi bo'yicha esa $10 \pm 3,01$ smga yetganligini ko'rish mumkin.

Ayni shu yoshdagi o'quvchilardan tashkil topgan tajriba guruhi qizlarining pedagogik tajriba boshidagi o'rtacha ko'rsatkichi 4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10) mashqi bo'yicha $13,2 \pm 4,7$ sekundga, Tik turgan holda (oldinga) pastga egilish (sm) mashqi bo'yicha esa $12,02 \pm 5,07$ smga teng edi.

Ushbu ko'rsatkichlar pedagogik tajriba so'ngiga kelib, 4 x 10 mokisimon yugurish (boshlang'ich 3 x 10) mashqi bo'yicha, $12,1 \pm 2,3$ sekundga. Tik turgan holda (oldinga) pastga egilish (sm) mashqi bo'yicha esa o'rtacha $7,5 \pm 1,03$ smga teng ko'rsatkichni qayt etdilar.

Xulosa qilib aytganda yuqorida, umum o'rta ta'lim maktabida tahsil oluvchi 3 sinf qizlarining umumiy jismoniy tayyorgarligining rivojlanish dinamikasini aniqlash maqsadida tanlangan barcha mashqlar bo'yicha, tajriba guruhi o'quvchi qizlari nazorat guruhi o'quvchi qizlariga nisbatan yaxshiroq rivojlanish dinamikasiga ega ekanliklari aniqlandi.

X U L O S A. Umumta'lim maktablarda tashkil etilgan yengil atletika to'garaklarida shug'ullanuvchi 3 sinf o'quvchilarining mashg'ulot dastunini tubdan islox qilish zarurati barligi ma'lum bo'ldi;

Umumta'lim maktablarida tashkil etilgan yengil atletika to'garaklarining mashg'ulot rejasi dasturlariga, umumiy jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga yordamlashuvchi yangi metod va metodikalarni rivojlangan davlatlar tajribasini o'rganib chiqib, yangicha yondashuv dasturini ishlab chiqish va amalyotga tatbiq qilish zarur;

Kelgusida yengil atletika bo'yicha milliy terma jamoa tarkibiga kiritiladigan sportchilar zaxirasini baytish maqsadida, boshlang'ich sinf o'quvchilari yoshidagi yengil atletikachi sportsilar ishtirokida, sport musobaqalari sonini oshirish va yuqori saviyli musobaqalarni tashkillashtirish zarurati bor.

Umumta'lim maktablarida tashkil etilgan yengil atletika to'garaklarining moddiy texnik bazasini yaxshilash orqali, shug'ullanuvchi sportchilarning, umumiy jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga erishish;

Yoshga xos baholash mezonlariga muvofiq, umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aniqlash bo'yicha sinov mashqlari qatoriga kiritilgan barcha mashqlar natijalari olindi va mezonda belgilangan tartibda ko'rsatilgan natijalariga mos ravishda baholandi.

Qo'lga kiritilgan natijalar asosida umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasini yaxshilash bo'yicha kerakli taklif va tavsiyalar ishlab chiqilib xulosalar ishlab chiqildi.

Umumta'lim maktablarda tashkil etilgan yengil atletika to'garaklarida shug'ullanuvchi 3 sinf o'quvchilarining umumiy jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga yordamlashuvchi yaangi metod va metodikalarni ishlab chiqish va amaliyotga tadbiiq qilish zarur;

Rivojlangan davlatlartajribasini o'rganib yengil atletika bilan shug'ullanuvchi 3 sinf o'quvchilarining mashg'ulot dasturiga, kerakli o'zgarish va tuzatishlar kiritish kerakligi aniqlandi;

Umumta'lim maktablarida tashkil etilgan yengil atletika to'garaklarning moddiy texnik bazasini yaxshilash orqali, shug'ullanuvchi sportsilarning, umumiy jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga erishishni taminlash zarurati borligi ma'lum bo'ldi;

Kelgusida yengil atletika bo'yicha milliy terma jamoa tarkibiga kiritiladigan sportchilar safini kengaytirish maqsadida, boshlang'ich sinf o'quvchilari yoshidagi yengil atletikachi sportsilar ishtirokida, sport musobaqalari sonini oshirish va yuqori saviyyali musobaqalarni tashkillashtirish zarurati bor.

ADABIYOTLAR

1. Abdullayev A., Xankeldiyev Sh.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati: Jismoniy tarbiya instituti va oliy ta'lim muassasalari jismoniy tarbiya fakultetlari uchun darslik. Toshkent, 2005. 232 bet; Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Darslik. 1-tom T., "ITA-Press" nashr., 2014. 278 b.

2. Abdullaev M. J. Methodology of application games in the training of young athletes //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. – 2020. – T. 8. – №. 11.

3. 24. Samijonovich, T. S., Abdullaev Molecular & Clinical Medicine, 7(6), 2907-2914.

4. Abdullayev, M. J., Berdiyev, O. I., & Omonova, N. R. (2021). Methodology Of Organization Of» Physical Education And Sports» Lessons In Higher Educational Institutions. The American journal of social science and education innovations (TAJSSEI) SJIF-5.857 DOI-10.37547/TAJSSEI, 3(02), 312-320.

5. Junayduloevich, Abdullaev Mehridin. «METHODOLOGY OF APPLICATION OF MOVING GAMES IN THE TRAINING OF YOUNG ATHLETES.» Конференции. 2020.

6. Abdullaev M. J. Characteristics, forms and methods of extracurricular activities with athletes of different ages //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. – 2020. – T. 8. – №. 11.

7. Abdullayev, M. J. (2021). Teaching 18-20 Year Old Girls For Healthy Aerobic Exercises. The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research (ISSN-2689-1026) Published: February, 28, 77-85.

8. Abdullaev, M. (2018). Zh. the Relationship of physical and mental development of children in the process of physical education. Journal. Bulletin of integrative psychology. Yaroslavl, 17, 10-13.

9. Агарков, В.И. Гигиеническая оценка функционального состояния младших школьников в условиях интенсифицированного обучения [Текст] / В.И. Агарков, Н.П. Селиванов, Е.Н. Полунин // Гигиена и санитария. - 1981. - №2. - С. 30-32.

10. Агарков, В.И. Гигиенические основы нормирования умственной нагрузки младших школьников [Текст]: дис. ... докт. биол. наук / В. И. Агарков. - Донецк, 1996. - 548 с.

11. Андريس Э.Р., Кудратов Р.Қ. Енгил атлетика. – Тошкент. ЎзДЖТИ, 1998. - 126 б.,

12. Антонюс Д. Влияние дифференцированных режимов двигательной активности на физическую подготовленность и физическое развитие подростков, обучающихся в школах различного типа. Дис. канд. пед. наук. – М., 1991. – 246 с.

13. Антропова, М.В. Здоровье школьников: результаты лонгитюдного исследования [Текст] / М.В. Антропова, Г.Г. Манке, Г.В. Бородкина, Л.М. Кузнецова // Педагогика. - 1995. - №2. - С. 26-31.

14. Антропова, М.В. Реакция основных физиологических систем организма детей 6-12 лет в процессе адаптации к учебным нагрузкам [Текст] / М.В. Антропова // Физиология человека - 1983. - Т.9, № 12. - С.18-24.

15. Антропова, М.В. Умственная работоспособность и состояние здоровья младших школьников, обучающихся по различным педагогическим системам [Текст] / М.В. Антропова, Г.В. Бородкина, Л.М. Кузнецова, Г.Г. Манке, Т.М. Параничева, В.В. Злотина И Физиология человека. - 1998. - Т.24. - С. 80- 84.

16. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальные аспекты. // Теория и практика физической культуры. М.: 2003.-№11.-С. 19-22;

17. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теор. и практ. физ. культ, - Т., 1995.-2-7 б;

18. Богданова В.А. Дифференцированный подход в физкультурном образовании младших школьников. Автореф. дис. кан. пед. наук. Тюмень, 2001. - 22 с;

19. Boyboboyev B.G. Jismoniy tarbiya darslarida 9-11 yoshli o'g'il bolalar uchun nagruzkani me'yorlash. 1999 y. 162-bet.,

20. O.V.Goncharova Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash. O'quv qo'llanma. Toshkent – 2015, 204 – bet.



Журнал Оммавий ахборот воситаси давлат рўйхатидан 2020 йил 6 октябрда ўтган.

Журнал ҳар ойда бир марта ўзбек, рус ва инглиз тилларида нашр этилади.

Журналнинг ҳажми 60x84, 1/8, А-4;

«Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar» халқаро илмий-методик журнали 2020 йил октябрдан нашр этилмоқда.

Педагогика, психология, филология ва тилшунослик, математика, физика ва механика, техника фанлари, табиатшунослик, тарих ва фалсафа, туризм ва иқтисодиёт, ахборот коммуникацион технологиялари, география соҳалардаги илмий ва илмий-услубий материалларни ўз ичига олади. Нашр қилинган материаллар муаллифлари Ўзбекистон Республикаси ҳамда яқин ва узоқ хорижнинг етакчи олимлари, тадқиқотчи-изланувчилари.

Журналнинг калит сўзлари:

Олий педагогик таълим назарияси ва амалиёти; умумий ва махсус педагогика ва психология, педагогика ва инновация, интеграция, Ўзбекистон, Россия ва хорижий мамлакатларнинг таълим тизими; таълим жараёни; кўп маданиятли ва минтақавий таълим; III Ренессанс, XXI асрдаги таълим; таълим ва тарбия соҳасидаги миллий ва кадрият устуворликлари; таълим сифатини мониторинг қилиш; узлуксиз педагогик таълим тизими; таълим дастурлари; умумий ўрта ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълимининг давлат таълим стандартлари; ўқитувчиларни тайёрлаш тизимидаги таълим технологиялари.

Гувоҳнома рақами № 8882
Бош муҳаррир: Б.Б.МАЪМУРОВ

Босишга рухсат этилди 20.12.2023. Буюртма №7347.
«Бухоро вилоят босмахонаси» МЧЖда чоп этилди.

ISSN 2181-1717 (E)



ISSN 2181-1709 (P)



