

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
FARG'ONA DAVLAT UNIVERSITETI

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR**

1995-yildan nashr etiladi
Yilda 6 marta chiqadi

1-2024

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

| | |
|--|----|
| B.Sh.Shermuhammadov Ilmsizlarni tarix haqiqatlari fosh etadi..... | 8 |
| PEDAGOGIKA | |
| B.Sh.Shermuhammadov, O.R.Raxmatov Mediasavodxonlik vositasida bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarining informatsion madaniyatini rivojlantirish mazmuni..... | 10 |
| Ким Владимир Эффективность внедрения акцентированной методики по развитию физического статуса юных баскетболистов | 15 |
| А.Н.Амонов Научное обоснование актуальности проблемы развития скорости перемещения и точности ударов в настольном теннисе с самого раннего возраста..... | 20 |
| N.O.Saidova, D.M.Axmadjonova Maktabgacha ta'lim tashkilotlari tayyorlov guruhlarida bolalarning matematik tasavvurlarini rivojlantirishning hozirgi holati..... | 25 |
| O.Q.Xasanova Bo'lajak nemis tili o'qituvchilarida xatolarni tahlil qilish ko'nikmasini shakllantirishning ahamiyati | 28 |
| M.E.Abdullayev O'quvchilarda milliy g'urur tuyg'usini rivojlantirishda etnopedagogik qadriyatlarining tarbiyaviy imkoniyatlari | 34 |
| B.Sh.Turg'unboyev Bo'lajak o'qituvchilarning media kompetentsiyasini shakllantirishga nazariy va uslubiy yondashuvlar | 37 |
| X.A.Kadirova Tibbiyot oliygohlarida tibbiy biologiya va umumiy genetika fanlarini o'qitishda foydalaniladigan interfaol ta'lim metodlari..... | 43 |
| S.T.Xakimov, S.Q.Xudoyqulov Maktab o'quvchilarining kun davomidagi harakat faolligining me'yori | 49 |
| D.K.Karimov Jismoniy madaniyat yo'nalishi talabalarida egiluvchanlikni rivojlantirish usullari samaraliligini o'rganish..... | 53 |
| K.F.Nazarova Boshlang'ich sinf o'quvchilarida nutqiy kompetensiyani rivojlantirish jarayonini loyihalashning pedagogik-psixologiya xususiyatlari..... | 57 |
| J.Dj.Sultanov Harbiy-siyosiy sohada axborot tahdidlarining oldini olish masalalari..... | 61 |
| X.X.Xasanbayev Mudofaa tizimida harbiy pedagog kadrlarni tayyorlash va ularni malakasini oshirish mexanizmi..... | 64 |
| O'.R.Maxmudov O'zbekiston harbiy ta'lim muassasalari harbiy pedagoglarining professional harbiy pedagog bo'lib shakllanishidagi muammolar va ularning yechimi..... | 68 |
| I.Y.Masharipov Bo'lajak harbiy pedagoglarni harbiy-kasbiy kompetentligini shakllantirishning pedagogik omili..... | 71 |
| F.O.Qo'ysinova Mafkuraviy va ma'naviy tahdidlar bilan bog'liq jarayonlarda radikalizm muammosi | 75 |
| R.X.Ibragimov Kasb-hunar maktablarida fizika fanini o'rganishda o'quvchilar o'rtasida eksperimental ko'nikmalarni shakllantirish | 78 |
| A.Tuychiyev Ta'lim tizimida xorijiy tajribadan foydalanish va ta'lim texnologiyalarining o'ziga xos jihatlari..... | 82 |

**YOSH BASKETBOLCHILARNING JISMONIY STATUSINI RIVOJLANTIRISHNING
AKSENTLI USULLAR ORQALI SAMARADORLIGINI OSHIRISH****ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ АКЦЕНТИРОВАННОЙ МЕТОДИКИ ПО РАЗВИТИЮ
ФИЗИЧЕСКОГО СТАТУСА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ****THE EFFECTIVENESS OF THE IMPLEMENTATION OF AN ACCENTUATED
METHODOLOGY FOR THE DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL STATUS OF YOUNG
BASKETBALL PLAYERS****Ким Владимир Григорьевич¹**¹Ферганский государственный университет, кандидат педагогических наук, доцент**Annotatsiya**

Maqolada sportni takomillashtirishning dastlabki bosqichida yosh basketbolchilarning jismoniy holatini rivojlantirishning urg'ulangan metodologiyasining samaradorligini aniqlashga qaratilgan pedagogik eksperiment natijalari keltirilgan.

Аннотация

В статье представлены результаты педагогического эксперимента направленных на выявление эффективности акцентированной методики по развитию физического статуса юных баскетболистов на начальном этапе спортивного совершенствования.

Abstract

The article presents the results of a pedagogical experiment aimed at identifying the effectiveness of an accented methodology for developing the physical status of young basketball players at the initial stage of sports improvement.

Kalit so'zlar: jismoniy holat, monitoring, effekt, urg'ulangan metodologiya, yosh basketbolchilar, takomillashtirish, texnik va taktik tayyorgarlik, sezgir davr.

Ключевые слова: физический статус, мониторинг, эффект, акцентированная методика, юные баскетболисты, совершенствование, технико-тактическая подготовка, чувствительный период.

Key words: physical status, monitoring, effect, accentuated methodology, young basketball players, improvement, technical and tactical training, sensitive period.

ВВЕДЕНИЕ

Одно из приоритетных направлений в системе школьного физического воспитания занимает спортивная игра баскетбол как базовый предмет воспитательной, оздоровительной и образовательной направленности. Мониторинговый анализ литературных источников за последние годы выявил, что занятия баскетболом в системе школьного образования имеет большое здоровьесформирующее значение, обеспечивает эффективное физическое развитие и способствует в доступной форме реализации физической активности школьной учащейся молодежи.

Решение этой важной педагогической проблемы заключается в разрешении противоречий между степенью разработанности теоретических и методических основ профессионального образования и отстающим от нее уровнем программно-методического обеспечения в системе подготовки квалифицированных специалистов физической культуры и детского спорта, что вызывает необходимость проведения углубленного комплексного научного исследования в данном направлении.

АНАЛИЗ НАУЧНОЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Анализ научной и научно-методической литературы ведущих отечественных и зарубежных ученых данного направления исследований В.М.Зациорского, Л.П.Матвеева, В.П.Филина, М.А.Годика, Т.С.Усманходжаева (2), Ф.А.Керимова, Ш.Х.Ханкельдиева (3,4,5,6), Л.П.Югай и др. выявил, что в системе высшего специализированного звена образования, физическое воспитание является важной частью педагогического процесса подготовки специалистов высокой профессиональной компетентности направленного на оздоровление подрастающего поколения.

Исследование антропометрических характеристик юных баскетболистов, занимает важное место в школьном педагогическом процессе, где особое предпочтение уделяется росту-весовым параметрам как специфический фактор присущий данному виду спорта.

Предметом исследования явилось изучение уровня физического развития детей в 11 -12 летнего возраста и занимающихся баскетболом во внеурочное время на начальном подготовительном этапе в школьной системе образования.

В этой связи, с целью изучения динамики физического статуса учащейся молодежи 11–12 лет был проведен педагогический эксперимент на группе юных баскетболистов разделенных на экспериментальную и контрольную группы, где по педагогическим тестам определяющих исходный уровень физического статуса юных баскетболистов и по результатам мониторингового анализа достоверных различий не выявлено. (1,2)

Анализ научных публикаций за последние годы по данному направлению исследований выявил, что вопросы внедрения в тренировочный процесс инновационных технологий с учетом возрастно-половых и региональных факторов у занимающихся баскетболом учащейся молодежи на начальном этапе их спортивного совершенствования во вне учебное время в системе школьного образования не выявлено. Статистически значимых различий в тестах физического развития по длине тела, массе тела, окружности грудной клетки, частоте дыхания и жизненной емкости легких между экспериментальной и контрольной группами не обнаружено.

В конце эксперимента наблюдались статистические различия в тестах физического развития по длине тела, массе тела, окружности грудной клетки, частоте дыхания и жизненной емкости легких между экспериментальной и контрольной группами [$P < 0,01$]. У 11-летних мальчиков к концу проведения педагогического эксперимента наблюдались достоверные положительные изменения по сравнению с исходными данными. В частности, различия между экспериментальной и контрольной группами оказались статистически значимыми по тестам длина тела, масса тела, окружности грудной клетки, частоты дыхания и жизненной емкости легких [$P < 0,01$].

Целью проведения экспериментальных педагогических исследований направленных на совершенствование школьного физического воспитания во вне урочное время представлялось изучить показатели физического развития юных баскетболистов 11-12 летнего возраста и проследить их динамику изменений по годам обучения.

В последние годы, в связи с распространившимся явлением акселерации проблема физического развития учащейся молодежи стала актуальной проблемой, охватившей самые различные этнические группы и не зависит от наследственных и региональных факторов. (4,5)

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ результатов проведенных исследований соматометрических показателей у юных баскетболистов в возрасте 11 лет длина тела составляла $143 \pm 5,0$ см, учащиеся достигшие 12 летнего возраста опережали в ростовых показателях сверстников в среднем на 5 см (6,64%), ($t=7,14$) имея в среднем результат высокой степени достоверности равный $148 \pm 6,0$ см., при этом было выявлено, что наиболее существенный прирост ростовых показателей наблюдается в данном возрастном диапазоне от 11 до 12 лет, с последующим его замедлением в предпубертатный период их развития. (Таблица 1)

Аналогичное прогрессивное нарастание наблюдалось при тестировании весовых показателей по годам обучения. Так, юные баскетболисты имели массу тела, равной в среднем $36,4 \pm 4,5$ кг, а увеличение данного показателя у юношей исследуемого контингента на один год выявил фактор нарастания массы тела в среднем на 2.7 кг (6,91%), ($t=3,48$), что подтверждается мнением многих авторов проводивших экспериментальные исследования на аналогичном возрастном контингенте юных спортсменов.

Таблица 1

Показатели физического развития юных баскетболистов членов сборной команды общеобразовательной школы

| Показатели | 11 лет n =14 | | 12лет n=16 | | Разница % | t |
|----------------------|--------------|----------|------------|----------|--------------|-----|
| | X | σ | X | σ | | |
| Длина тела ,см | 143 | 5.0 | 148 | 6.0 | 6,64 | 7,1 |
| Масса тела, кг | 36.4 | 4.5 | 39.1 | 3.5 | 6,91 | 3,4 |
| ОГК , см | 70.8 | 5.7 | 73.7 | 4.2 | 5,94 | 2,4 |
| ЖЕЛ (мл) | 1800 | 30 | 1900 | 30 | 5,27 | 2,0 |
| Динамометрия,кг | 22.5 | 4.4 | 25.3 | 4.5 | 8,07 | 2,3 |
| Становая сила, кг | 37.2 | 4.2 | 39.4 | 3.7 | 5,59 | 2,2 |

Оценка респираторных показателей юных представителей спортивного баскетбола по данным теста окружность грудной клетки (ОГК) было выявлено, что средний результат составил $70,8 \pm 5,7$ см, у баскетболистов 12 летнего возраста данный показатель составил $73,7 \pm 4,2$ см, при разнице в 2,9 см (5,94%) ($t=2,41$). (3)

Оценивая уровень жизненной емкости легких было выявлено, что у 11 летних баскетболистов данные респираторные возможности в среднем составили результат 1800 ± 30 мл, а у юношей достигших 12 летнего возраста данный показатель соответствовал в среднем 1900 ± 30 мл и недостоверно опережали их на 100 мл, составляя разницу в 5,27% ($t=2,00$), что указывает на недостаточный уровень тренированности исследуемого показателя и требует внесения корректив в тренировочный процесс для совершенствования двигательного качества выносливость.

Исследование силовых возможностей юных баскетболистов по данным кистевой динамометрии выявили, что их уровень составляет в среднем $22,5 \pm 4,4$ кг., а юноши в возрасте 12 лет имели в среднем результат равный $25,3 \pm 4,5$ кг., достоверно опережая сверстников на 11,07%, при $t=2,33$. Данный факт достоверного прогрессирования силовых возможностей юношей в предпубертатный период дает основание к увеличению силовых упражнений как по объему, так и по интенсивности в процессе проведения тренировочных занятий.

Становая сила, как фактор имеющий важное значение при выполнении физических упражнений силового характера у юных баскетболистов в среднем составлял $37,2 \pm 4,2$ кг., а 12 летние юноши достоверно превышали их результат на 2,2 кг (5,59%) и в среднем составляли $39,4 \pm 3,7$ кг. при $t=2,20$

Мониторинговый анализ антропометрических показателей у юных баскетболистов выявил, недостоверное нарастание показателей ($p > 0,001$) по всем изучаемым параметрам в процессе макроцикла юношеского спорта, что дает основание полагать о отдельных недостатках традиционной системы тренировочного процесса с учетом региональных климатических особенностей и материально технического состояния спортивной базы общеобразовательных школ для проведения тренировочного цикла с юными баскетболистами на начальном этапе спортивного совершенствования с высокой эффективностью.

Комплексные исследования преследовали цель определить взаимосвязь физического развития с уровнем двигательной подготовленности юных баскетболистов на этапе подготовки к ответственным соревнованиям. В этой связи, в процессе формирующего педагогического эксперимента определялась эффективность отобранных средств и методов физического воспитания, способствующих физической подготовленности юных баскетболистов. Мониторинговые исследования в процессе педагогического тестирования физических способностей юношей специализирующихся в игровых видах спорта на основе специально отобранных физических упражнений характеризующие уровень развития базовых двигательных качеств направленных на оценку их физического статуса. В батарею тестирования были включены комплекс контрольных упражнений позволивший

определить уровень развития физической подготовленности и динамику показателей быстроты, силы, выносливости и скоростно-силовых способностей, с учетом специфики игровых действий в баскетболе. Так, при оценке уровня скоростно-силовых способностей в тренировочном процессе предлагались прыжки в длину и вверх; быстрота и координация определялась по результатам челночного бега.

Проведенный, в ходе эксперимента анализ результатов повторного тестирования юных баскетболистов 11-12 лет, свидетельствует о достоверном повышении показателей общей и специальной физической подготовленности. Положительная тенденция сдвигов закономерна, и связана с предпубертатным возрастным периодом развития двигательных способностей происходящих под воздействием специально разработанных акцентированных средств и методов в ходе естественного роста и развития организма.

Эффективность разработанной авторской методики преимущественного использования скоростно-силовых упражнений выявили факторы достоверных различий в уровне подготовленности юных баскетболистов, где по окончании педагогического эксперимента они имели достоверно более высокий уровень силовых способностей, оцениваемых по результатам в тесте сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с ($p < 0,05$), уровень скоростно-силовых способностей ($p < 0,05$) и координации ($p < 0,05$), подтверждаемых снижением показателей вариативности по сравнению с баскетболистами занимающимися по традиционной методике. Мониторинг статистического материала по данным тестирования двигательных качеств в тесе сгибание и разгибание рук в упоре лежа, коэффициент вариации снизился с 15% до 9%, а в тесте по прыжкам в высоту - с 13% до 8%, что указывает на увеличение плотности изучаемых параметров, в то время как в контрольной группе диапазон варьирования тестовых показателей расширился практически по всем исследуемым тестам.

Основным показателем спортивного мастерства юных баскетболистов является уровень технической подготовленности и объективные показатели, на которые следует ориентироваться при планировании учебно-тренировочного процесса. Установление критериев по уровню двигательной подготовленности на этапе начального спортивного совершенствования в количественном выражении позволяет успешно управлять процессом подготовки юных баскетболистов.

Методологическую основу комплексного контроля составляют:

- правильный выбор тестов и их соответствие статистическим критериям надежности, объективности и информативности;
- определение оптимального объема показателей для оценки функционального состояния и уровня подготовленности спортсменов, его достаточность, стандартизация условий и истоков получения информации;
- соответствие методов контроля задачам тестирования.

Анализ результатов педагогического тестирования выявил, что динамика технической подготовленности юных баскетболистов существенно прогрессировала при ведении мяча «змейкой» и перемещения 6х5 м, что указывает на развитие быстроты и координации. Статистически значимых различий в количестве успешных штрафных бросков и экспертной оценке игровой деятельности у игроков экспериментальной группы не выявлено.

Информативным критерием, свидетельствующим о степени эффективности применяемой авторской методики являются темпы прироста показателей быстроты и координации, определяемые по результатам в челночном беге на 90 м, что составило 20,2% при диапазоне варьирования от 21% до 38%.

С целью проверки эффективности комплексной оценки перспективности юных баскетболистов, был использован метод экспертных оценок, позволивший исследовать динамику показателей технико-тактического мастерства и игровой деятельности. У юных баскетболистов в условиях соревновательной деятельности эксперты оценивали показатели, характеризующие техническую подготовку игроков: игра без мяча; техника передач; техника ведения; техника бросков; реакция на игровую ситуацию.

ВЫВОДЫ

Мониторинговый анализ позволил скорректировать содержание и направленность отдельных занятий и промежуточным сопоставлением с исходными результатами. По

PEDAGOGIKA

окончании эксперимента выявлено, что экспертная оценка игровой деятельности юных баскетболистов увеличилась на 23,8%.

Экспертами установлено преимущество юных баскетболистов, проявляющееся в тактическом мышлении, способности точно выполнять относительно сложные двигательные задания и быстро перестраивать свои действия с изменением игровой ситуации.

Резюмируя итоги проведенного педагогического эксперимента по результатам исследуемых показателей было выявлено, что при рациональной организации двигательного режима юных баскетболистов в предпубертатный возрастной период с 11 до 12 лет происходит прогрессивное развитие общих и специальных физических качеств с овладением новыми двигательными навыками способствующими достижению высоких спортивных достижений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ханкельдиев Ш.Х. Физический статус учащейся молодежи. Монография. Ташкент 2018- 432с.
2. Ханкельдиев Ш.Х Теоретические основы физического статуса Монография. Фергана 2021 – 132 с .
3. Ханкельдиев Ш.Х .Факторная структура моторики учащейся молодежи. Монография Нижневартовск Россия 2021- 127с.
4. Khankeldiev Sh.KH. Regional features of the physical status of youth syudents. Fergana 2023-151p.
5. Yuldasheva N.E .Jismoniy tarbiyada pedagogik nazoratning metrologik asoslari. Monografiya. Fergana 2022-147 s.