

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

ФАРҒОНА ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR-**

1995 йилдан нашр этилади
Йилда 6 марта чиқади

— 2-2020 —

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

Ш.Норов	
Ўзбекистонда ёшларга оид давлат сиёсати қонунчилигининг тарихий шаклланиши.....	79
К.Тошов	
Иккинчи жаҳон уруши йилларида сурхон воҳаси меҳнаткашларининг фронт ортидаги фаолияти	84
Г.Эгамбердиева	
Ўзбекистонда туризм соҳасини ислоҳ қилиш босқичлари (XX асрнинг иккинчи ярми – XXI асрнинг биринчи чораги)	89
И.Ғуломов	
1926 йили Ўзбекистон ССР аҳолисини рўйхатга олиш тадбирининг яқунлари айрим рақамларда	94

АДАБИЁТШУНОСЛИК

О.Туйчиева	
«Жавоҳир ул-ажойиб» аёлларга аталган илк тазкира сифатида	99
З.Яхшиева	
Тетралогияда тарихий ҳақиқат ва пафоснинг уйғунлиги.....	103
Ф.Икромхонова	
АҚШ адабиётида тарихий асарнинг шаклланиши	107
О.Дадажонов	
Жадид драмасида таълим-тарбия масаласи ва қаҳрамон талқини	111

ТИЛШУНОСЛИК

С.Хашимова	
Хитой тилида редупликатив феълларнинг маъноси ва қўлланилиш хусусиятлари.....	114
О.Бегимов	
Жанубий Ўзбекистон орообъектларининг номланишида диний тушунча ва тасаввурларнинг мотивланиши.....	119
З.Акбарова	
Олам лисоний манзарасига доир қарашлар таҳлили	124
Г.Ҳакимова	
Инглиз ва ўзбек тилларидаги зоонимик компонентли фразеологик бирликларнинг семантик таҳлили ва уларнинг миллий-маданий хусусиятлари	129
У.Раҳмонов	
Инглиз тилида ҳақоратни ифодаловчи эмоционал сўзлар таҳлили.....	133
А.Уралов	
Морфемалар тизимида аффиксоидлар масаласи	138

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Л.Аҳмедова	
Олий таълим жараёнида инглиз тилини ўқитишда ўйин методлари: назария ва амалиёт	143
С.Сидиков, Г.Сидикова, А.Қосимов	
Кичик ёшдаги мактаб ўқувчиларининг моторли хусусиятларини ривожлантиришда акцентланган дарсларининг самарадорлиги	150

ИЛМИЙ АХБОРОТ

Г.Тиллабаева	
Юкланган Бернулли тенгламаси учун интеграл шартли масала.....	155
О.Ахмаджонова	
Бессел-Клиффорд функцияларининг баъзи умумлашмалари ва уларнинг хоссалари	160
К.Ражапов, И.Хомидов	
Муаммоли геометрик масалаларни алгебраик тенгламалардан фойдаланиб ечиш	163

УДК: 79+796+004.69

КИЧИК ЁШДАГИ МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ МОТОРЛИ ХУСУСИЯТЛАРИНИ
РИВОЖЛАНТИРИШДА АКЦЕНТЛАНГАН ДАРСЛАРНИНГ САМАРАДОРЛИГИ

ЭФФЕКТИВНОСТЬ АКЦЕНТИРОВАННЫХ ЗАНЯТИЙ ПРИ РАЗВИТИИ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

THE EFFECTIVENESS OF ACCENTED CLASSES IN THE DEVELOPMENT OF MOTOR
QUALITIES OF YOUNGER STUDENTS

С.Сидиков, Г.Сидикова, А.Косимов

Аннотация

Мақолада ёш ўқувчиларнинг жисмоний тарбияси учун ўқув жараёнига инновацион усулларни жорий этишга қаратилган экспериментал тадқиқотлар натижалари келтирилган.

Аннотация

В статье изложены результаты экспериментальных исследований, направленных на внедрение инновационных методик в учебный процесс по физическому воспитанию младших школьников.

Аннотация

The article presents the results of experimental studies aimed at the introduction of innovative methods in the educational process for the physical education of younger students.

Таянч сўз ва иборалар: корреляцион муносабатлар, жисмоний тарбия, модернизация, соматометрия.

Ключевые слова и выражения: корреляционные отношения, физическая культура, модернизация, соматометрия.

Keywords and expressions: correlation relationship, physical education, modernization, self-measurement.

Важным направлением совершенствования преподавания предмета “Физическая культура” в программе общеобразовательной школы является усиление его статуса как равноправной учебной дисциплины. Различные схемы модернизации физического воспитания, направленные на здоровье сбережения, предлагают в своих научных работах В.К.Бальсевич, М.Я.Виленский, Л.И.Лубышева. Каждый учащийся сможет на научно-методической основе, с использованием технологий осуществлять мониторинг важнейших показателей здоровья.

Независимость Республики Узбекистан выдвинула одну из актуальных проблем в системе образования – разработку и внедрение в практику собственных государственных образовательных стандартов, модернизацию и оптимизацию педагогических технологий в системе организации образовательного процесса по физическому воспитанию.

Процесс физического воспитания в

направлением преподавания общеобразовательных школах предусматривает создание основы базовой физической подготовки школьников, формирование фонда двигательных умений и навыков с целью экспериментального обоснования эффективных средств, форм и методов воспитания физических качеств.

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным периодом для целенаправленного воздействия на развитие физического статуса детей, в котором предлагается использовать избирательно-направленные физические нагрузки для развития у них двигательных способностей.

Многие авторы также утверждают, что младший школьный возраст является наиболее благоприятным периодом для целенаправленного воздействия на развитие физического статуса детей.

Ежегодный мониторинг детей, поступивших в школу, выявил у них низкий уровень физического развития и двигательной подготовленности, что и определило актуальность проведения исследований по

С.Сидиков – ФерГУ, кандидат биологических наук, доцент.

Г.Сидикова – ФерГУ, преподаватель кафедры физической культуры.

А.Косимов – ФерГУ, преподаватель кафедры физической культуры.

экспериментальному обоснованию методики акцентированных занятий, направленных на

развитие отстающих двигательных качеств.

С целью решения поставленных задач было проведено тестирование физического развития и двигательной подготовленности учеников первого класса

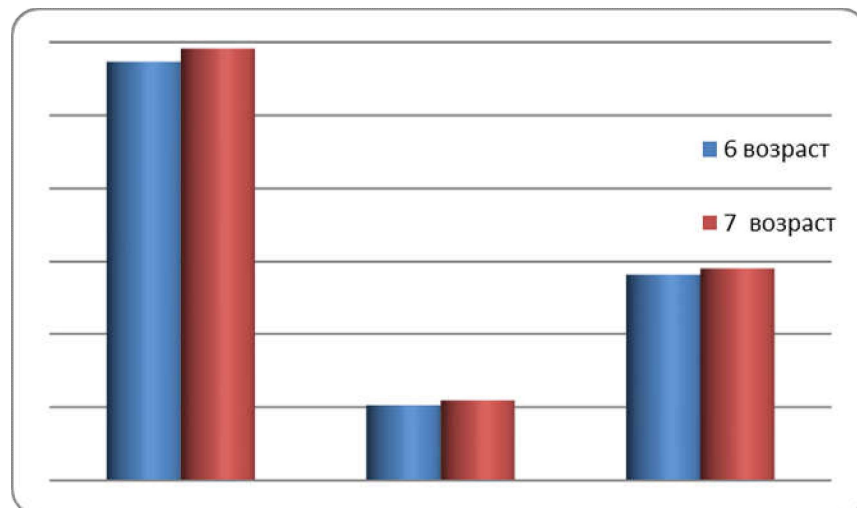
двух общеобразовательных школ, при этом организация эксперимента строилась по схеме сравнительных педагогических исследований с участием контрольных и экспериментальных групп.

Таблица 1.

Показатели физического развития детей первого года обучения в школе

Возраст (лет)	n	Длина тела (см)	Масса тела (кг)	ОГК (см)
Девочки				
6	26	111,5±4,6	19,8±1,9	56,8±3,9
7	32	117,8±4,9	22,7±1,7	62,1±3,3
Мальчики				
6	24	114,6±5,6	20,6±2,8	56,4±3,9
7	27	118,2±4,7	21,9±2,4	58,1±2,8

Мальчики



Анализ экспериментального материала выявил, что уровень соматометрических характеристик детей экспериментальной группы существенно повысился на статистически значимый уровень. Так, длина тела детей, отражающая характер формирования детского организма, имеет тенденцию к ежегодному достоверному возрастанию. Так, у девочек выявлено увеличение на 6,3% ($P < 0,01$), у мальчиков на 5,6% ($P < 0,01$).

Сопоставительный анализ с данными, полученными М.С.Хазиахметовой, показал, что длина тела у девочек в 6 лет меньше на 4,7 см, но к 7 годам этот показатель снижается до 3,2 см., у мальчиков в 6 лет эта разница составляла 0,4 см., к 7 годам - 0,6 см.

Масса тела у девочек к 7 годам нарастает по отношению к 6-летним в среднем на 2,5 кг ($P < 0,01$), у мальчиков на 1,3 кг ($P < 0,01$).

Окружность грудной клетки увеличивалась у девочек от 56,8 см до 62,1 см. и составила разницу в 5,3 см, ($P < 0,01$), у мальчиков она достоверно увеличилась на 1,7 см ($P < 0,01$).

Известно, что в основе всех условий, стимулирующих развитие ребенка, лежит выраженная мускульная активность и движение.

Повышение уровня двигательной подготовленности подрастающего поколения является одним из актуальных задач физического воспитания. Без знания исходных уровней развития двигательных возможностей растущего организма

невозможно оценить результаты целенаправленных педагогических воздействий и планировать процесс совершенствования двигательных качеств детей.

Для определения двигательной подготовленности детей первого года обучения в школе, осуществлялся их мониторинг по четвертям в процессе учебного года, где батарею тестов заимствовали из государственных стандартов по физическому воспитанию и проведено педагогическое тестирование основных показателей двигательной подготовленности, результаты которых представлены в таблицах 2, 3.

Анализ исходных результатов показал, что дистанцию в 30 м мальчики в среднем преодолевали за $6.6 \pm 0,6$ сек,

девочки за $7.2 \pm 0,5$ сек., Следует указать, что уроки физической культуры проводили студенты выпускного курса, находившиеся на педагогической практике в данной школе и осуществлявшие внедрение в учебный процесс разработанную авторскую программу акцентированных занятий, направленную на повышение двигательных качеств у детей.

При анализе физического качества – ловкости, оцениваемой по данным теста, челночный бег 3 x 10 м., исходный результат у мальчиков составил $9,9 \pm 1,3$ сек., у девочек $10,9 \pm 0,6$ сек. Проведенные акцентированные мероприятия позволили значительно повысить результаты у мальчиков на 5,1% , у девочек на 6,3%

Таблица 2

Двигательная подготовленность мальчиков 6-7 лет

№	Тесты	ЧЕТВЕРТИ										
		I		II		%	III		%	IV		%
		\bar{X}	σ	\bar{X}	Σ		\bar{X}	σ		\bar{X}	σ	
1.	Бег 30 м,с	6,6	0,6	6,5	0,4	1,6	6,4	0,2	3,1	6,3	0,3	4,6
2.	Прыжок в длину с/м, с	105,1	26,7	107,4	26,3	2,2	118,2	26,6	2,7	120,8	26,1	5,2
3.	Подтягивание в в висе, лежа, кол. раз	11,7	2,3	12,3	2,2	4,9	13,8	1,9	15,3	15,2	3,2	22,1
4.	Метание теннисного мяча, м	14,1	4,0	14,7	4,2	4,1	15,9	4,3	11,4	16,8	6,1	16,1
5.	Сгибание и разгибание рук, кол. раз	6,9	1,9	7,1	1,6	2,9	8,4	1,4	17,9	8,5	1,9	18,9
6.	Челночный бег 3x10 м. с	9,9	1,3	9,8	1,4	1,1	9,6	1,8	3,1	9,4	1,8	5,1

Таблица 3

Двигательная подготовленность девочек 6-7 лет

№	Тесты	ЧЕТВЕРТИ										
		I		II		%	III		%	IV		%
		\bar{X}	Σ	\bar{X}	Σ		\bar{X}	σ		\bar{X}	Σ	
1.	Бег 30 м.с.	7.2	0.5	7.1	0.6	1.4	6.8	0.7	5.6	6.7	0.6	7.1
2.	Прыжок в длину с/м ,с	99.2	11.0	102.1	10.9	2.9	112.4	11.7	11.8	114.6	11.9	13.5
3.	Метание теннисного Мяча, м.	10.4	3.4	11.6	3.2	10.4	12.8	3.9	18.8	13.6	3.5	23.6
4.	Сгибание, разгибание рук, кол.раз	4.0	1.1	4.3	0.9	7.0	5.1	1.2	21.6	5.2	1.1	23.1
5.	Челночный бег 3x10 м., с.	10.9	0.6	10.8	0.7	1.0	10.4	0.6	4.6	10.2	0.7	6.5
6.	Поднимание туловища, кол. раз	7.3	3.1	7,6	2,8	4,0	9,1	3,2	19,8	9,2	3,2	20,7

После окончания второй четверти в группе мальчиков скоростные качества имели тенденцию к незначительному улучшению на 0,1 сек.(1,6%)($p > 0,05$)., у девочек улучшение составило 1,4%

На протяжении всей третьей четверти, где в основном преобладали уроки по легкой атлетике и играм, показатели скоростных возможностей у детей существенно возросли, у мальчиков

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

в среднем до $6,4 \pm 0,2$ сек. (3,2%), а в группе девочек до $6,8 \pm 0,7$ сек. (5,6%).

Повторные исследования в конце учебного года выявили, что скоростные возможности у детей достоверно улучшились у мальчиков на - 4,6% и девочек на - 7,1%.

При оценке скоростно-силовых возможностей детей по результатам в прыжках в длину с места, мальчики имели результат $105,1 \pm 26,7$ см., девочки прыгали на $99,2 \pm 11,0$ см.

По окончании второй четверти результат у мальчиков улучшился на 2,2%, а у девочек на 2,9%. Если учесть, что двигательная активность детей во многом сопряжена с прыжками, то становится очевидным, что скоростно-силовым качествам детей необходимо уделять пристальное внимание в учебном процессе. Комплекс разработанных мероприятий, направленных на совершенствование изучаемого двигательного качества, позволил достоверно улучшить их у мальчиков на 11,1%, девочек на 11,8%, с последующим прогрессивным нарастанием результатов у детей к концу учебного года соответственно на 13,0% и 13,5%.

К силовым возможностям мальчиков данной возрастной группы, уже на первых этапах обучения в школе было уделено значительное количество времени, где на занятиях физической культуры предлагались комплексы простейших физических упражнений, направленных на силовую подготовку детей.

Анализ тестовых показателей в подтягивании лежа на перекладине и сгибание и разгибание рук в упоре лежа, результат составил соответственно $11,7 \pm 2,3$ раза и $6,9 \pm 1,9$ раза. Положительная динамика нарастания силовых способностей отчетливо видна по четвертям, где к концу второй четверти выросла на - 4,9% и 2,9%, в третьей на - 15,3% и 17,9% и, к концу учебного года, улучшение составило 22,1% и 18,9%. У девочек выявлено достоверное нарастание до 23,1%. Аналогичная картина у девочек наблюдается и в показателях теста поднимания туловища из положения лежа на спине, где увеличение составило 20,7%.

Сложно-координированные двигательные действия как тест метание теннисного мяча для сравнения с данными литературных источников не выявлено и составили у мальчиков $14,1 \pm 4,0$ м., превышая результат девочек на 3,7 м.

Во второй четверти отмечалось недостоверное улучшение на - 0,6 м у мальчиков и на 1,2 м у девочек.

Внедрение на занятиях по физической культуре акцентированных двигательных заданий с тренирующей направленностью и проводимых специалистами по физической культуре, позволили значительно повысить показатели у мальчиков до $15,9 \pm 4,3$ м., у девочек до $12,8 \pm 3,9$ м., прирост составил у мальчиков -11,4%, у девочек - 18,8%.

Результаты повторных исследований по завершении первого года обучения, подтвердили ранее выдвинутую нами гипотезу о том, что занятия физическими упражнениями, акцентированных на развитие необходимых двигательных качеств с тренирующей направленностью, дают существенный прирост показателей, что подтверждается результатами улучшения у мальчиков на 16,1%, а у девочек - на 23,6%.

Статистическая обработка научного материала выявила у девочек наибольший коэффициент вариации в тесте гибкости (54,2%), подтягивании в висе лежа (49,6%), сгибании и разгибании рук в упоре лежа (42,8%) и поднимании туловища из положения лежа на спине (42,1%).

Наибольший ранг влияния по данным физического развития у девочек имеют масса тела (27%) и длина тела (22%). У мальчиков окружность грудной клетки (24%) и длина тела (21%).

Это определило необходимость проведения корреляционного анализа показателей физического развития и двигательной подготовленности детей, обеспечивающий научно-обоснованный подход к комплексу средств, при выявлении валидных контрольных нормативов.

Проведенный корреляционный анализ физического развития и двигательной подготовленности детей (таблица 4), выявил отрицательную связь у девочек между показателями в беге на 30 м и прыжками в длину с места, ($r = -0,61$; $-0,62$) и у мальчиков ($r = -0,52$) в сгибании и

разгибании рук в упоре лежа и челночного бега. Слабая связь определена между массой тела и подниманием туловища из

положения лежа на спине ($r=0,34$), сгибание и разгибание рук в упоре лежа ($r=0,49$).

Таблица 4

Коэффициенты корреляций между показателями физического развития и двигательной подготовленностью детей первого года обучения

№	Показатели	Наименование тестов	Коэффициент корреляции	
1.	6-7	Бег 30 м – челночный бег	0,62	0,62
2.	6-8	Бег 30 м – прыжки в длину	0,61	0,61
3.	10-13	Метание мяча – сгибание и разгибание рук в упоре лежа	0,44	0,44
4.	10-16	Метание мяча – общая гибкость	0,43	0,42
5.	13-7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа – челночный бег	-0,52	-0,52
6.	13-6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа – бег 30 м	-0,47	-0,47
7.	7-16	Челночный бег – общая гибкость	-0,38	-0,39
8.	6-16	Бег 30 м – общая гибкость	-0,48	-0,45
9.	7-5	Челночный бег – бег 10 м	0,41	0,41

Проведенный эксперимент позволил выявить недостаточный уровень физического статуса детей первого года обучения в школе и требует:

-учета индивидуальных особенностей и по результатам педагогического тестирования двигательных способностей, позволяющих методически грамотно распределить их по подгруппам;

-оптимального дозирования физических нагрузок с учетом морфо-функциональных особенностей растущего организма;

- регулярного осуществления мониторинга врачебно-педагогических наблюдений за здоровьем детей.

Выше изложенное позволяет сделать заключение о том, что педагогическому коллектив, ведущему занятия физкультурно-оздоровительной направленности с детьми данной возрастной группы, опираясь на постоянный мониторинг их состояния здоровья, рекомендуется осуществлять поиск эффективных путей для реализации поставленных задач и внесения соответствующих коррективов в учебный процесс.

Литература:

1. Кареева И., Поляков С., Хруев С. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников: метод.пособие. – М., 2016.
2. Вершинин М.А. Эффективность включения элементов спортивных игр в содержание занятий по физической культуре в дошкольном возрасте / Вершинин М.А., Финогенова Н.В., Сабуркина О.А. // № 2, 2015.
3. Кузнецов В. С. Физические качества / В. С. Кузнецов. – М., 2016.
4. Андрюхина Т. В. Организация и проведение мониторинга физического здоровья школьников / Т. В. Андрюхина. – УрГППУ, 2014.
5. Хазиахметова М.С. Особенности методики физического воспитания дошкольников, проживающих в условиях жаркого климата. Автореф. дисс...канд.пед.наук. –М. 2016.

(Рецензент: Ш.Ханкелдиев – доктор педагогических наук, профессор)