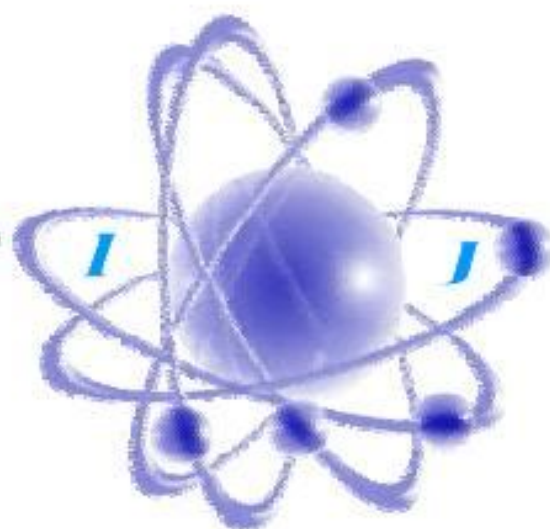


ISSN 2010-720X



ILIM HĀM JĀMIYET



2017 (№4)

FAN VA JAMIYAT

Саитова З.К. Поэтическое в жанре сказки (На материале сопоставительного исследования каракалпакских и европейских народных сказок)	56
PEDAGOGIKA. PSIXOLOGIYA. METODIKA. PEDTEKNOLOGIYA	
Абдимуратова Н. Факторы развития социально-культурной компетенции у будущих учителей английского языка: к вопросу исследования проблемы	59
Атаев Ш.А. Креатив ёзувни шакллантиришда лингвокультурологик ёндашув технологиясидан фойдаланиш	61
Аймухаммедова Т. Алты жасар балалардың оқыў искерлигине бейимлесий ёзгешеликлери	63
Байниязова Г.М. Баркамол авлод шаклланишида ватан туйғусининг ўрни	65
Еримбетов Б., Махмудов А. Жамоани бошқариш: рахбарнинг умумий функционал ва бошқарув кўникмалари (ижтимоий психологик аспект)	67
Ибрагимов А.А. Халқ таълими ходимлари малакасини ошириш тизимини кўп векторли ёндашув асосида такомиллаштиришнинг ўзига хос хусусиятлари	69
Ихласов У., Ихласов И. Баслаўыш класс оқыўшыларын эдеп-икрамлылықка тәрбиялаўда халық аўызеки дөретпелериниң тутқан орны	72
Karhbaeva G., Matjanov N. Fizika pánine qızıǵıwshılıqtı qalıplestiriw	74
Kurbanbaeva A.J., Genjemuratova G.P. Ammiakni sintez qilish mavzusini o'qitishda axborot texnologiyalaridan foydalanish metodikasi	75
Koyshekenova T., Yakupova K. The use of graphic organizers in teaching english vocabulary ...	77
Моянов И.Ж. Умумтаълим мактабларида қорақалпоқ халқ мусиқа санъатини ўргатиш ва унинг миллий кадриятларини такомиллаштириш йўллари	79
Нажимова А.Д. Об организации речевых упражнений на уроках родного языка в начальных классах	80
Нишанова З.Т., Алимова Г.К. Ўқувчиларнинг касбий қизиқишлари: муаммо ва ечимлар ..	82
Nurmuratova D.K. Needs assessment and teaching English for specific purposes	84
Сулётбаева Э. Умумтаълим мактабларида психологик хизматнинг самарадорлигини ошириш масалалари	87
Утебаев Т.Т., Қдырбаева Х.М. Оқыўшы жасларды кәсипке дурыс бағдарлаўдың бүгинги күндеги әҳмийети	88
Шеримбетова З.Ш. Имканияты шекленген балалар менен психокоррекцион жумысларды шөлкемлестириў	90
Dene mádeniyatı hám sport	
Ешбаев А.Ж., Акимов Н.Т. Витамины в питании гимнастов	92
Мамбетов Б.Ж., Зарипова Ф.А. Енгил атлетика спорт турини ривожлантиришнинг илмий-назарий асослари	94
Нурышов Д. Талабаларда тезкорлик сифатини ривожлантириш услубиятини такомиллаштириш масалалари	97
Тойлибаев С.М., Кеңесбаева Д.Б. Өспиримлер хәм балалардың хәр тәреплеме раўажланыўында дене тәрбиясының максети хәм ўазыйпалары	99
SÁNELER. YADNAMALAR	
Berdaq - 190	
Оразымбетов Қ.К. Бердақтың поэтикалық дуньясы	101
Алламбергенов К. Бердактаныўдың айырым әҳмийетли мәселелери	102
Бекбергенова М.Д. Бердақ дөретиўшилигиниң салыстырмалы-типологиялық усылда изертлеў мәселелери	109
Давлетов Б.А. Өтештиң «Бердақ бақсыға жуўап» қосығында тарийхий дереклер	111
Abdiev A.T., Allamuratova Z.M. - Berdaq shıǵarmalarında troplar	113
Rzaeva R.K., Eshimbetova N.M., Jienbaeva A. The great heritage of the poet-classic berdakh ..	114
USTAZLAR SHEJIRESI	
K.Berdimuratov - 100	
Айымбетов М.К. Устаздың машақатлы жолы	116
Пирниязова А. Доцент К.Бердимуратовтың сабақлық хәм сөзлик дүзиўдеги хызметлери ...	117

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для ИФК. -М.: «ФитС», 1991. –С. 544.
3. Годик М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры. -М.: ФитС, 1988. –С.192.
4. Керимов Ф.А. «Курашга тушаман». –Тошкент: 1990.

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақолада ёш курашчиларнинг тежорлик сифатларини такомиллаштириш йўллари кўрилган. Чарчаш, жисмоний юклама, тикланиш, шахсий гигиена ва бошқаларнинг айрим параметрлари алоҳида кўрсатилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматривается характеристика совершенствования качества быстроты юных курашистов. Выделяются отдельные значения таких параметров, как утомляемость, физическая нагрузка и разгрузка, восстановление, личная гигиена и другие.

SUMMARY

The article deals with the pedagogical characteristics of the development of physical abilities of young fighters. There have been distinguished the meanings of such parameters as tiredness, physical loading and unloading, personal hygiene and others.

ЎСПИРИМЛЕР ҲАМ БАЛАЛАРДЫҢ ХӘР ТӘРӘПЛЕМЕ РАҶАЖЛАНЫҰЫНДА ДЕНЕ ТӘРБИЯСЫНЫҢ МАҚСЕТИ ҲӘМ ҰАЗЫЙПАЛАРЫ

С.М.Тойлибаев – ассистент оқытушы

Д.Б. Кеңесбаева – Дене мәденияты факультетиниң 2-курс студенти

Әжминов атындағы Ноксис мәмлкетлик педагогикалык институты

Танич сўзлар: ўспиримлар ва балаларнинг хар томонлама ривожланиши, маънавий-ахлоқий тарбия, жисмоний ривожланиш, жисмоний тарбиянинг вазибалари, кучни ривожлантириши, теликни ривожлантириши, чидамликни ривожлантириши.

Ключевые слова: всестороннее развитие детей и подростков, духовное воспитание, физическое развитие, задачи физического воспитания, развитие силы, развитие скорости, развитие выносливости.

Key words: all-round development of children and teenagers, spiritual education, physical development, problems of physical training, development of force, development of speed, endurance development.

Ўспиримлер ҳам балалардың хәр тәрәплеме раҶажланыуында дене тәрбиясының атқаратуғын хызмети социаллық система сыпатында балалардың физикалык раҶажланыуын жетилистириуди тәмийинлеуде жәмийеттиң мақсетин иске асыруу болып табылады. Бунда тийкаргы мақсети улыўма тәрбияның мақсетине муўапық денеси хәр тәрәплеме жетилескен, руўхый жақтан бай, ўатанын сүйиўши келешек әуладларды тәрбиялау болып есапланады. Усындай хәр тәрәплеме раҶажланған кәмил жаслар елимиздиң экономикасы ҳам мәдениятын, қала берсе, жәмийеттиң барлық кубылыслары ушын хызмет етеди. Усының нәтижесинде, балалардың денсаулығы, дене таярлығы, дәретиўшилиқ искерлиги раҶажланады.

Физикалык жетилистириу деп, денсаулығы, хәр тәрәплеме дене таярлығы күшли, жәмийетте мийнет ҳам әскерий хызметтиң талапларына толық жуўап беретугын, хәр тәрәплеме раҶажланған балаларға айтылады.

Дене тәрбиясы ҳам спорт процесинде балалардың дене тәрбиясын шөлкемлестириудеги хәр тәрәплеме раҶажландыруда дене тәрбиясының мақсети улыўма Ұазыйпаның ишинен анықланады. Ұазыйпа – бул белгиленген бағдарламалық мақсетти иске асыруу [1]. Дене тәрбиясының мақсетиниң мазмуны хәр қыйлы Ұазыйпаларға ажыралған түрде иске асырылады. Дене тәрбияның өзгешелиги ҳам басқа тәрбиялар менен байланысын есапқа алып, тийкарынан үш Ұазыйпаны анықлайды. Бул Ұазыйпа-дене сапасының хәр тәрәплеме раҶажланыуын тәмийинлеу, дене уқыбын тәрбиялау, дене дүзилисин жетилистириу, ден саулықты беккемлеу ҳам көп жыллық мийнет искерлигин сақлау. Дене тәрбия системасы өзиниң Ұазыйпасын төмендегише иске асырады: жеке адамның өзгешелиги сәйкес турмысқа зәрүр дене сапасын раҶажландыруу, әсиресе күш, телик, координациялық уқыбын, шыдамлылығын жетилистириу. Бул сапалар балалардың дене мүмкиншилигин анықлайды.

Физикалык сапасын тәрбиялау тийкарында балалардың дене дүзилисин жетилистириу Ұазыйпасы шешиледи. Дене дүзилисиниң жетилисиўи белгилн

мугдарда денениң функциясының жетилисиўин анықлайды [2]. Демек, дене функциясының раҶажланыуы денсаулықтың тийкары болып есапланады.

Арнаулы билим бериу Ұазыйпасы. Бул Ұазыйпаға турмыста зәрүрли уқып ҳам көнлигиўдиң қалипlesiўи, соның менен бирге спорт тарауы бойынша арнаулы билимлер киреди. Дене таярлығына ийе болыу ушын дене сапасын раҶажландыруу жеткиликсиз, соның ушын саналы түрде уқып ҳам көнлигиўди раҶажландыруу талап етиледи. Хәркет искерлигин ислеу нәтижесинде көнлигиўдиң қурамалы түрлери жетилистириледди. Дене тәрбиясы ҳам спорт процесинде балалардың дене тәрбиясын шөлкемлестириудеги хәр тәрәплеме раҶажландыруда дене тәрбиясының барлық басқисларда билим бериу Ұазыйпасы хәркет тәжирийбесиниң артыуы нәтижесинде көнлигиўдиң қурамалы түрлерин саналы ислеу арқалы шешиледи.

Хәр қыйлы, көп мугдарда уқып ҳам көнлигиўдиң топланыуы жаңа уқып ҳам көнлигиўдиң қалипlesiўине жәрдемни тийгизеди. Дене тәрбиясы бойынша билим бериу нәтижесинде өзиниң дене мүмкиншилигин турмыста пайдаланыуға үйретеди. Соның менен бирге, дене тәрбиясының жеке бала ушын ҳам жәмийет ушын әҳмийетин түсиндиреди ҳам дене мәдениятының өзин таярлау ушын пайдаланыуға үйретеди. Жеке баланың қалипlesiўи Ұазыйпасы:

дене тәрбиясы баланың әдеп-иқрамлық сапасын, минез-қулқын таярлауда үлкен әҳмийетке ийе [3]. Баланың дене таярлығы дене тәрбиясы арқалы иске асырылады ҳам жәмийет ушын хызмет етиуге таярлайды. Хәр бир сабақ даўамында денсаулықты беккемлеу, билим бериу ҳам улыўма тәрбиялық Ұазыйпалары иске асырылады. Дене шынығыуларын орынлау арқалы баланың дене раҶажланыуына тәсир жасалады. Дене тәрбияның хәр қыйлы илажларын пайдаланыу арқалы балалардың ақыл, мийнет уқыбы қалипlesiеди.

Спорт таярлығының мақсети, хәр бир баланың техника-тактикалык, дене ҳам психологиялык таярлық дәрежесиниң максимал мүмкиншилиқлерге

жетилисиўи болып есапланады. Хәр бир спорт түриниң қиғигелигине дерекли, жарыс бабындағы жоқары нәтиҗеликке ерисиў болып табылады [4]. Спорт таярлығының мақсети, демократиялық тәрбияның улыўма мақсетлеринен келип шығады хәм органикалық жақтан байланыста болады.

Таярлық процесинде шешилетуғын тийкаргы ўазыйпалар төмендегитше:

- таңлап алынған спорт түриниң техника хәм тактикасын өзлиестирип алыў;
 - қозғалыс ис-хәрекети санасын организмниң функционал системасы мүмкиншиликлериниң раўажланыўын керекли дәрежеде жеткерип берилу;
 - руўхый хәм жигерлик саналарын тәрбиялаў;
 - жигерли дәрежеде арнаулы психикалық таярлық пенен тәмийинлеу;
 - таярлық хәм жарыс искерлигиниң нәтиҗели болыўы ушын теориялық билимлерди хәм әмелий тәҗирибелерди өзлиестириу;
 - жарыс искерлигинде спортшыларды хәр тәрплеме таярлау хәм комплексли түрде жетилистириу. Бул көрсетилген ўазыйпалардың улыўма көриниси, спорт таярлығының тийкаргы бағытын анықлайды хәм хәр бир анық ўазыйпа таярлық бөлими менен байланыслы.
- Дене тәрбиясы хәм спорт процесинде балалардың дене тәрбиясын шөлкемлестириуедеги хәр тәрплеме раўажландырыўда дене тәрбиясында техниканы жетилистириу ўазыйпаларына [5]:
- спорт техникасы ҳаққындағы түсиникти пайда етилу;
 - жетерли дәрежеде укып хәм тәҗирибеге ийе болыу;
 - спорт техникасының динамикалық хәм кинематикалық параметрлерин өзгертилу жолы менен жетилистириу;
 - таза әмеллерди хәм элементлерди үйрениу.
 - Техникалық жетилистириу ўазыйпасына:

Енди болатуғын жарыстың әҳмиетлигин болжап анализлеу, қарсыластардың қурамын хәм болажақ жарыстың оптимал техникасын ислеп шығыу, соның менен бирге хәмме ўақытта анық бир спортшы ушын ең қолайлы техникалық схемаларды жетилистирип берилу керек. Болажақ жарыстың әҳмиетлигинде, спортшылардың функционал жағдайына, жарыс искерлигиниң барысына қарап, моделлестириу жолы менен оптимал вариантларды ислеп шығыу керек.

Соның менен бирге, ситуациялық жағдайларға байланыслы техникалық шешимлердиң варианттылығы (орын алмасыу) менен тәмийинлеу керек. Дене тәрбиясы хәм спорт процесинде спорттың техникасы хәм тактикасы бойынша арнаулы билимлерди ийелеу керек. Дене таярлық процесинде балаларда, функционал системаның мүмкиншилик дәрежесин жоқарылатыу керек. Қозғалыс ис-хәрекетин сапаларын раўажландырыу, күшти, шаққанлықты, ийкемликти, координациялық укыпшылықты хәм жарыс пайытында усы дене сапаларды шығарып хәм жетилистирип билиу керек.

Психологиялық таярлау процесинде жигерликти хәм балалардың арнаулы психикалық хызметин тәрбиялап жетилистириу керек, таярлық хәм жарыс пайытында өзиниң психикалық жағдайларын басқарып билиу тийис ўазыйпалардың бөлек топарлары интеграция менен байланыслы.

Дене тәрбиясы хәм спорт процесинде балалардың дене тәрбиясын шөлкемлестириуедеги хәр тәрплеме раўажландырыўда укыпларды жыйналған билим хәм тәҗирибелерди таярлықтың хәр түрли байланысларын биргеликте толық бир жерге жәмлеп билиу керек.

Көп жыллық таярлықтың нәтиҗесине, ўазыйпаның түрине, спорт шеберлигиниң дәрежесине, денсаулығының жағдайына байланыслы балалардың ўазыйпалары бир жерге жәмленип тутасады хәм анықлықлар киргизиледи.

Әдебиятлар

1. Евсеев Ю.И. Физическая культура. -М.: Академия, 2003.
2. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учеб пособие для студ. пед. вузов и универ.- М.: 2001.
3. Ноткина Н.А. Физическая культура. – Санкт-Петербург: «Питер», 2004.
4. Осокина Т. И. Физическая культура.- М.: Академия, 2005.
5. Романенко М.И. Физкультура. – Киев: 2008.

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақлада балалар ва ўсмирларнинг ҳар томонлама ривожланишида жисмоний тарбиянинг мақсади ва вазифалари тўғрисида айтилган. Шунинг билан жисмоний тарбия ва спорт билан шугулланишида барча тарбиявий ва таълим беришдаги ютуқ ва камчиликлар ҳисобга олинган.

РЕЗЮМЕ

В статье говорится о целях и задачах физического воспитания для всестороннего развития детей и подростков. При этом указаны все необходимые воспитательные и образовательные составляющие при занятиях физическим воспитанием и спортом.

SUMMARY

In the article it is told about the purposes and problems of physical training for all-round development of children and teenagers. At the same time all necessary upbringing and educational components at occupations by physical training and sport have been distinguished.