ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ DSc.03/30.04.2021.Ped.82.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ

АБДУЛЛАЕВ АБДУҚАЮМ АБДУЛХАЕВИЧ

ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИ ВОСИТАСИДА ЎҚУВЧИЛАРДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ КЎНИКМАЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ МЕХАНИЗМЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ

13.00.01 - Педагогика назарияси. Педагогик таълимотлар тарихи

ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD) ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ

Чирчиқ - 2022

УДК:371(796/799)

Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси автореферати мундарижаси

Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам

Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD) on pedagogical sciences

Абдуллаев Абдуқаюм Абдулхаевич
Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш **...**

Абдуллаев Абдукаюм Абдулхаевич
Совершенствование механизмов формирования навыков здорового образа жизни у учащихся посредством народных игр ……

Abdullaev Abduqayum Abdulxaevich
Improving the mechanisms for the formation of healthy lifestyle skills among pupils through folk games**.....**……

Эълон қилинган ишлар рўйхати
Список опубликованных работ
List of published works …….

ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ DSc.03/30.04.2021.Ped.82.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ

АБДУЛЛАЕВ АБДУҚАЮМ АБДУЛХАЕВИЧ

ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИ ВОСИТАСИДА ЎҚУВЧИЛАРДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ КЎНИКМАЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ МЕХАНИЗМЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ

13.00.01 - Педагогика назарияси. Педагогик таълимотлар тарихи

ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD) ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ

Чирчиқ - 2022

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида B2018.3.PhD/Ped532 рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Чирчиқ давлат педагогика университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус ва инглиз (резюме)) Илмий кенгашнинг веб-саҳифасида (www.cspi.uz.ilmiy-kengash) ва «ZiyoNet» Ахборот-таълим портали www.ziyonet.uz манзилларига жойлаштирилган.

Илмий раҳбар	**Мардонов Шукурулло Қўлдошевич** педагогика фанлари доктори, профессор
Расмий оппонентлар	**Нурманов Абдуназар Ташбаевич** педагогика фанлари доктори, профессор
	Шарипова Дилара Джуманиязовна педагогика фанлари доктори, профессор
Етакчи ташкилот	**Қўқон давлат педагогика институти**

Диссертация ҳимояси Чирчиқ давлат педагогика университети ҳузуридаги илмий даража берувчи DSc.03/30.04.2021.Ped.82.01 рақамли Илмий кенгашнинг 2022 йил «___» _____ куни соат _____даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил:111700,Ўзбекистон,Тошкент вилояти,Чирчиқ шаҳар, Амир.Темур кўчаси, 104-уй. Тел.: (99870) 712-27-55; факс: (99870) 712-45-41; e-mail: chdpi-kengash @umail.uz.

Диссертация билан Чирчиқ давлат педагогика университетининг Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (_____ рақам билан рўйхатга олинган). (Манзил: 111700, Ўзбекистон, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳар, Амир.Темур кўчаси, 104-уй. Тел.: (99870) 712-27-55; факс: (99870) 712-45-41.

Диссертация автореферати 2022 йил «___ » _____куни тарқатилди.

(2022 йил «___»_____даги _____ рақамли реестр баённомаси).

У.Н. Ходжамқулов
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш раиси, педагогика фанлари доктори, доцент

Ф.Т.Ражапов
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш илмий котиби, г.ф.ф.д. (PhD), доцент

Ш.И.Ботирова
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш қошидаги илмий семинар раиси, п.ф.д., (DSc) доцент

КИРИШ (фалсафа доктори PhD диссертацияси аннотацияси)

Мавзунинг долзарблиги ва зарурати. Жаҳон таълим тажрибаси ўқувчиларнинг таянч компетенцияларини ривожлантириш орқали таълимнинг амалий аҳамиятини ошириш, назарий билимларни амалиётда қўллашнинг энг мақбул тамойилларини ишлаб чиқиш зарурлигини кўрсатмоқда. Аксиологик ёндашув воситасида таълим муассасаларида ўқувчиларнинг миллий ва умуминсоний қадриятларга нисбатан барқарор ва тўғри муносабатини қарор топтириш педагогик таълимнинг қадриятли умуминсоний парадигмасига мос келади. Бинобарин, барча халқларда мавжуд миллий ўйинлар ўзи мансуб бўлган халқнинг ўтмиш дунёқараши, менталитети, тафаккури тадрижи ва яшаш тарзи ҳақида муайян хулосалар чиқаришга асос бўлади. Хусусан, бугунги таълим шароитида халқ ўйинларини таълимнинг гуманистик ва аксиологик тамойилларига интеграциялаш орқали унинг ҳаётий аҳамиятини ошириш, хусусан, ҳаракатли ўйинлар воситасида таълим олувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини қарор топтириш, жисмоний тарбия таълими мазмунида халқ ўйинларининг уйғунлашган мундарижасига эришишнинг амалий механизмларини ишлаб чиқиш муҳим аҳамият касб этмоқда.

Дунёнинг бир қатор ривожланган мамлакатлари олий таълим муассасаларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини қарор топтиришнинг педагогик-психологик омилларини аниқлаштириш, инновацион ёндашув ва интеграцион муносабатлар асосида турли ҳаракатли ўйинларнинг фалсафий ва амалий жиҳатларини таълим мазмунига сингдириш, шу орқали ўқувчиларда жисмоний компетенцияларни қарор топтиришга доир қатор илмий изланишлар амалга оширилмоқда. Айниқса, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларининг рефлексив механизмларини такомиллаштириш, соғлом турмуш тарзини фаоллаштириш орқали уларнинг ижтимоий фаолиятга тайёргарлик даражасини ошириш, SMSC (Spritual – маънавий, Moral – ахлоқий, Social – ижтимоий, Cultural – маданий) стратегияси[1] асосида маънан кучли ва жисмонан бақувват ўқувчи шахсини тарбиялашнинг самарали технологияларини ишлаб чиқишга катта эътибор қаратилмоқда.

Мамлакатимизнинг таълим тизимида амалга оширилаётган ислоҳотлар умумий ўрта таълим сифатини яхшилаш, ёш авлод тафаккурини миллий ва умуминсоний ғоялар асосида шакллантириш, уларда жамиятнинг ўзгарувчан талабларига мос билим, кўникма ва малакаларни қарор топтириш учун таълим шароитларини яхшилаш ва юксак маънавий-ахлоқий қадриятлар руҳида тарбиялашга қаратилмоқда. Жумладан, “болаларнинг ҳар томонлама соғлом турмуш тарзига риоя этиши ва жисмоний ривожланиши учун шарт-шароитларни тубдан яхшилаш”[2], илғор хорижий тажрибалар асосида умумий ўрта таълим сифатини бўйича кўтариш салмоқли ишлар амалга

[1] John Viner. Providing for Pupils’ SMSC Development: Identify opportunities and implement a whole school strategy. – UK, Optimus education. – 2013.

[2] Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январдаги ПФ-60-сон “2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида”ги Фармони. // www. google.uz.

оширилмоқда. Ўзбек халқининг асрлар давомида шаклланган ва авлоддан-авлодга ўтиб келаётган миллий халқ ўйинларини таълим мазмуни билан интеграциялаш, унинг фалсафий ва маърифий аҳамиятини таълим ва тарбия дастурлари мазмунига сингдириш, ёш авлодда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини қарор топтиришда халқ ўйинларидан фойдаланишнинг амалий механизми ва рефлексив технологияларини ишлаб чиқиш долзарб аҳамият касб этмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 15 февралдаги ПФ-4956-сон "Маданият ва спорт соҳасида бошқарув тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида", 2022 йил 11 майдаги ПФ-134-сон "2022-2026 йилларда халқ таълимини ривожлантириш бўйича Миллий дастурни тасдиқлаш тўғрисида"ги фармонлари, 2017 йил 3 июндаги ПҚ-3031-сон "Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида", 2022 йил 21 июндаги ПҚ-286-сон "Педагогик таълим сифатини ошириш ва педагог кадрлар тайёрловчи олий таълим муассасалари фаолиятини ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарорлари ҳамда мазкур соҳага тааллуқли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифалар ижросини таъминлашда ушбу диссертация тадқиқоти муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги. Мазкур тадқиқот республика фан ва технологиялар ривожланишининг I "Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий, маданий, маънавий-маърифий ривожлантиришда инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари" устувор йўналиши доирасида бажарилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Мамлакатимизда соғлом турмуш тарзини қарор топтиришнинг таълимий омиллари, ўқувчиларнинг жисмоний имкониятларини оширишнинг маърифий воситалари, жисмоний ҳолатнинг инсон маънавиятига таъсири масалалари Д.Д.Шарипова, И.Д.Матчонов, И.Р.Абдурахмонов, А.К.Атоев, Х.Х.Аллақулов, Ш.Ахмедов, Б.А.Махмудов, К.Х.Раҳимова, Ф.Ў.Ўринова, И.Қудратов, А.Д.Ҳожимирзаев; фанлараро интеграция аспектида жисмоний тарбия фанини таҳлил қилиш, миллий ҳаракатли ўйинлар, анъаналар ва қадриятлар асосида ёшларни жисмонан ривожлантириш, халқ ўйинлари замиридаги миллий менталитетга хос фалсафий қарашлар воситасида ёшларда аксиологик компетенцияларни қарор топтириш муаммолари М.Асланова, Ш.Галиев, Р.Йулдошева, Ф.Насриддинов, М.Раҳимов, К.Раҳимқулов, Х.Суяров, Ғ.Салимов, О.Сафаров, Т.Усмонхўжаев, У.Қорабоев, А.Ш.Қосимов, Ф.Хўжаев каби олимларнинг илмий изланишларида муайян даражада ёритилган.

Мустақил давлатлар ҳамдўстлиги (МДҲ) мамлакатларида жисмоний тарбия дарсларининг амалий аҳамиятини тарғиб қилиш, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини қарор топтиришнинг назарий жиҳатлари ва амалий механизмларини такомиллаштириш муаммолари Б.А.Ашмарин, Л.И.Лубышева, А.П.Стрижак, Е.А.Дубровская, В.В.Ким, В.М.Димов,

Ж.К.Холодовларнинг тадқиқотларида умумметодологик асосда таҳлил қилинган.

Хорижий олимлардан J.P.Bennett, D.Mastad, H.Noack, D.Carless, J.Cornell, A.Cutter-Mackenzieларнинг тадқиқотларида инсон маънавий ва жисмоний ривожланишининг уйғунлиги, жисмоний тарбия фанининг ижтимоий аҳамияти, ҳаракатли ўйинлар воситасида ўқувчилар орасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилишнинг илмий асослари ва уни таълим амалиётига татбиқ этишнинг оқилона усул ва йўлларини ишлаб чиқиш билан боғлиқ масалалар ўрганилган.

Диссертация тадқиқотининг диссертация бажарилаётган таълим муассасаси илмий тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Диссертация тадқиқоти Чирчик давлат педагогика университетининг “Педагогик таълим инновацион кластерининг илмий-назарий асослари ва амалий механизмлари” (2017-2021йй.)мавзусидаги илмий-амалий лойҳаси доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш бўйича таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари ишлар жараёнида халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг педагогик хусусиятларини очиб бериш ва етакчи омилларини аниқлаштириш;

рефлексив ёндашув асосида халқ ўйинлари орқали ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг функционал моделини ишлаб чиқиш;

халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг педагогик имкониятларини ёритиб бериш;

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг рефлексив технологияларини ишлаб чиқиш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш жараёни белгиланиб, педагогик тажриба-синов ишларида Тошкент вилояти Паркент туманидаги 13-сон, Оққўрғон туманидаги 42-сон, Жиззах вилояти Шароф Рашидов туманидаги 2-сон ва Андижон вилояти Андижон туманидаги 25-,27-сон умумий ўрта таълим мактабларининг 867 нафар ўқувчилари иштирок этди.

Тадқиқотнинг предметини халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштиришнинг мазмуни, педагогик шарт-шароитлари, дидактик принциплари, методлари ва воситалари ташкил этади.

Тадқиқотнинг усуллари. Тадқиқотда муаммога доир адабиётларни қиёсий-танқидий ўрганиш ва таҳлил қилиш; социометрик методлар (сўровнома, тест, семинар-тренинг, суҳбат, интервью); педагогик-психологик методикалар; моделлаштириш, педагогик эксперимент; натижаларни

математик ва статистик таҳлил этиш каби илмий-тадқиқот усулларидан фойдаланилган.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш жараёнининг когнитив, тайёрлов ҳамда натижавий фазаларига устуворлик бериш асосида жисмоний тарбияланишнинг операцион, рефлексив ва мотивацион кўникмалари ҳамда йўналтирувчи, мазмунли ва жараёнли соғлом хулқ-атворга оид компонентлари аниқлаштирилган;

халқ ўйинлари орқали ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг функционал модели педагогик фаолиятнинг когнитив, аксиологик ва рефлексив компонентлари таксономиясини мавжуд таълим шароитига имплементация қилиш асосида такомиллаштирилган;

халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг педагогик механизмлари ўқувчиларнинг индивидуал таълим траекторияси ва жисмоний фаолиятга оид махсус курс методикасини кейс, ассисмент ва интерфаол машқларга мослаштириш асосида такомиллаштирилган;

жисмоний тарбия ва синфдан ташқари машғулотларни аниқ мақсадга йўналтирилган ва мотивацион-диагностик, ахборотли-когнитив, операцион-фаолиятли, натижавий-рефлексив компонентлари ўртасида ўзаро ички интеграцияни таъминлаш асосида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг рефлексив технологиялари такомиллаштирилган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари:

жисмоний тарбия ва синфдан ташқари машғулотлар жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларининг шаклланганлик даражасини белгилашга доир диагностик воситалар ишлаб чиқилган;

ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришга йўналтирилган интерфаол тўгарак машғулотларининг дидактик тамойиллари ва амалий машғулот ишланмалари яратилган;

халқ ўйинларидан фойдаланиш воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг рефлексив техникаси ва усуллари мажмуи ишлаб чиқилган;

“Harakatli o‘yinlarni o‘rgatish metodikasi” номли дарслик нашр эттирилган.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги муаммони ўрганишда фалсафий, методологик, педагогик ёндашувларга ҳамда мавзу юзасидан олиб борилган республикамиз ва хорижий олимларнинг тадқиқот ишлари натижаларига таянилганлиги; тадқиқотда қўлланилган ёндашув ва усуллар, фойдаланилган назарий ва амалий таҳлиллар асосланганлиги; ўқувчиларда халқ ўйинлари воситасида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш мазмуни, методлари ва тамойиллари ишлаб чиқилганлиги; тажриба-синов ишлари натижаларининг математик-статистик таҳлил методлари ёрдамида қайта ишланганлиги, хулоса, таклиф ва тавсияларнинг амалиётга жорий этилганлиги ҳамда

олинган натижаларнинг ваколатли ташкилотлар тамонидан тасдиқланганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари ишлар жараёнида халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларининг назарий асослари такомиллаштирилганлиги, ишлаб чиқилган дастур, модел, механизм ва тавсиялардан соҳага оид илмий тадқиқот ишларини олиб боришда фойдаланиш мумкинлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларининг дидактик тамойиллари, метод ва воситаларини такомиллаштириш бўйича тавсиялардан умумтаълим мактабларида жисмоний тарбия дарслари мазмунини такомиллаштиришда, жамоатчилик орасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилишда фойдаланиш мумкинлиги билан белгиланади.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш бўйича олинган натижалар:

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш жараёни, жисмоний тарбияланишнинг операцион, рефлексив ва мотивацион кўникмалари ҳамда йўналтирувчи, мазмунли ва жараёнли соғлом хулқ-атворга оид компонентлари, халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг асослари бўйича таклиф ва тавсиялар “Ҳаракатли ўйинларни ўргатиш методикаси” номли дарслик мазмунига сингдирилган (Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2021 йил 18 августдаги 356-сонли буйруғига асосан нашрга тавсия этилган. Рўйхатга олиш рақами 356/7-128). Натижада, умумий ўрта ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълимининг жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари ишлари жараёни дастурлари мазмуни такомиллашган;

халқ ўйинлари орқали ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг функционал модели, халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш, соғлом турмуш тарзини такомиллаштиришга қаратилган рефлексив технологиялар бўйича таклиф ва тавсиялар Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университетининг ЁА-1-6 рақамли “Жисмоний маданиятни ўқитишда инновацион педагогик технологияларнинг модернизациялашган тизимини ишлаб чиқиш” амалий лойиҳасида (2016-2017 йй) ва Т.Н.Қори Ниёзий номидаги ЎзПФИТИнинг ИТД-1-19 рақамли “Бадиий эстетик таълимнинг янги мазмунини шакллантиришнинг дидактик асослари (олий мусиқий ва мактабдан ташқари таълим мисолида)” илмий лойиҳаси (2017-2018 йй.)ни бажаришда фойдаланилган (Ўзбекистон Республикаси Жисмоний тарбия ва спорт вазирлигининг 2018 йил 10 декабрдаги 01-07-06-3139-сон маълумотномаси). Натижада, халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи

кўникмаларини шакллантиришда инновацион педагогик технологиялар ва дидактик асослардан фойдаланиш жараёни кучайтирилган;

жисмоний тарбия ва синфдан ташқари машғулотларни аниқ мақсадга йўналтирилган ва мотивацион-диагностик, ахборотли-когнитив, операцион-фаолиятли, натижавий-рефлексив компонентлари, халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш бўйича илмий хулоса, амалий таклиф ва тавсиялар "Ҳаракатли ўйинларни ўргатиш методикаси" номли дарслик мазмунига сингдирилган (Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2021 йил 18 августдаги 356-сонли буйруғига асосан нашрга тавсия этилган. Рўйхатга олиш рақами 356/7-128). Натижада, дарсликнинг назарий ва методологик асослари халқ ўйинларини жисмоний тарбия таълими мазмунига сингдириш орқали такомиллашган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Мазкур тадқиқот натижалари 4 та халқаро ва 4 та республика илмий-амалий анжуманларида муҳокамадан ўтказилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Диссертация мавзуси бўйича жами 19 та илмий иш, шу жумладан, Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг докторлик диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрларда 8 та мақола, жумладан, 6 таси республика ва 2 таси хорижий журналларда нашр қилинган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Диссертация кириш, уч боб, 130 саҳифа матн, хулоса, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ҳамда иловалардан иборат.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Кириш қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги асосланган, муаммонинг ўрганилганлик даражаси баён қилинган, тадқиқотнинг мақсади, вазифалари, объекти, предмети, методлари аниқланган, тадқиқот ишининг фан ва технологияларни ривожлантиришнинг устувор йўналишларига мослиги кўрсатилган, илмий янгилиги, натижаларнинг ишончлилиги, илмий ва амалий аҳамияти, натижаларнинг амалиётга жорий қилиниши, эълон қилинганлиги ва тузилишига доир маълумотлар келтирилган.

Диссертациянинг **"Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштиришнинг назарий асослари"** деб номланган биринчи бобида халқ ўйинлари тавсифи ва улардан ўқув жараёнида фойдаланиш хусусиятлари, халқ ўйинлари - ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш воситаси, жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари машғулотлар жараёнида халқ ўйинларидан фойдаланиш воситасида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш мазмуни ёритилган. Ушбу бобда халқ ўйинларининг умумий тавсифи, хилма-хиллиги ва уларнинг ўқув ҳамда дарсдан ташқари машғулотлар жараёнида қўлланилиши, ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзини шакллантириш воситаси масалалари педагогик таҳлил ва талқин қилинган.

Тадқиқотда жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари ишлар жараёнида халқ ўйинларидан фойдаланишнинг педагогик шарт-шароитларини очиб беришга алоҳида эътибор қаратилган халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини такомиллаштириш механизмлари аниқлаштирилган. Бу жараёнлар амалиёт ва назариянинг муҳим қисми бўлиб, айнан жисмоний тарбия таълимида жисмоний сифатларни ўстирувчи ҳамда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини ёшлар онгига сингдирувчи ижтимоий-маданий объект сифатларини оширишга қаратилган ҳаракат тизими эканлиги баён этилган.

Халқ ҳаракатли ўйинлари тушунчаси ўзига кўпгина ҳархил этнографик ўйин шаклини қамраб олиб, шулардан ҳар қайсиси нииҳоятда болаларнинг ҳар томонлама ривожлантиришига жисмоний психологик ва ақлий-ахлоқий, соғлом турмуш тарзига амал қилувчи сифатида ўсишига ёрдам беради. Фольклор ўйинлари халқ ўйинларининг бир бўлаги бўлиб асосий мазмуни кўпроқ ҳаракат фаолиятинииг самарадорлигини оширишга йуналтирилган. Бу ўз навбатида, ўқувчиларни соғлом турмуш тарзига йўналтиришнинг асосий воситаларидан бири сифатида тавсифланади. Шунингдек, диссертациянинг мазкур бобида халқ ҳаракатли ўйинларининг таълим амалиётида қўлланилиши юзасидан (синфлар кесимида, ўқувчиларнинг гендер хусусиятларини ҳисобга олиш, ўйинларнинг ҳаракат динамикаси ва соғлом турмуш тарзига йўналганлиги ва бошқалар) назарий жиҳатдан туркумланган.

М.Аслонова ўз тадқиқотларида жисмоний ўйинларни икки катта гуруҳга бўлиб ўрганишни тавсия этади: улар ижодий ўйинлар ва қоидали ўйинларга ажратган.[1]

Алис Гомм эса халқ ўйинларини драматик, чаққонлик ва мувафаққият асосида вужудга келган ўйинлар сифатида таснифлайди. Шунингдек, у ўйинларни вертикал, яъни тик ва горизонтал, яъни тўғри чизиқ йўналиши бўйича ҳам кичик гуруҳларга ажратади.[2]

Ўзбекистонда хизмат кўрсатган ёшлар мураббийси У.Қорабоев воҳа аҳолиси анъанавий ўйинларига тўхталар экан, тунда ўйналадиган ўйинлар (“Қопқон”, “Чўнқа шувоқ”, “Елкада курашиш”, “Бўрон”, “Қирқ тош” ва бошқалар) ўз хусусияти билан кундузги ўйналадиган ўйинлардан (“Чўпон ёки подачи”, “Арқон талашиш”, “Нина, ип ва тугунча”, “Чавандоз”, “Извошчилар”, “Жуфтми-тоқ”, “Чиллак”, “Дурра”, “Чертки” кабилар) фарқланишини қайд этади.[3] Шу боис, халқ ўйинларидан фойдаланишда ўқитувчининг касбий компетенцияси муҳим ўрин эгаллайди.

Жисмоний тарбия ўқитувчисининг ҳар қандай вазиятдаги муаммоларни ечиш учун мотивацион тайёргарликка эга бўлиши, ўқув жараёнини самарали ташкил этиши унинг касбий педагогик фаолияти унсурларидан биридир. Бу эса ўқувчиларда халқ ўйинлари воситасида соғлом турмуш тарзи

---

[1] Аслонова.М. Таълим жараёнида ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш. (Бошланғич синфларнинг жисмоний тарбия дарслари мисолида). Пед.ф.н.Дис. – Навоий: 2009.-153 б.

[2] Ашмарина Б.А. Теория и методика физического воспитания. Под.ред. М.: Просвещение, – 1990.

[3] Қорабоев У. Ўзбек халқ ўйинлари. Тошкент: “NISIM” – 2001. – 56 б..

кўникмаларини такомиллаштиришнинг асосларидан бири сифатида қаралади.

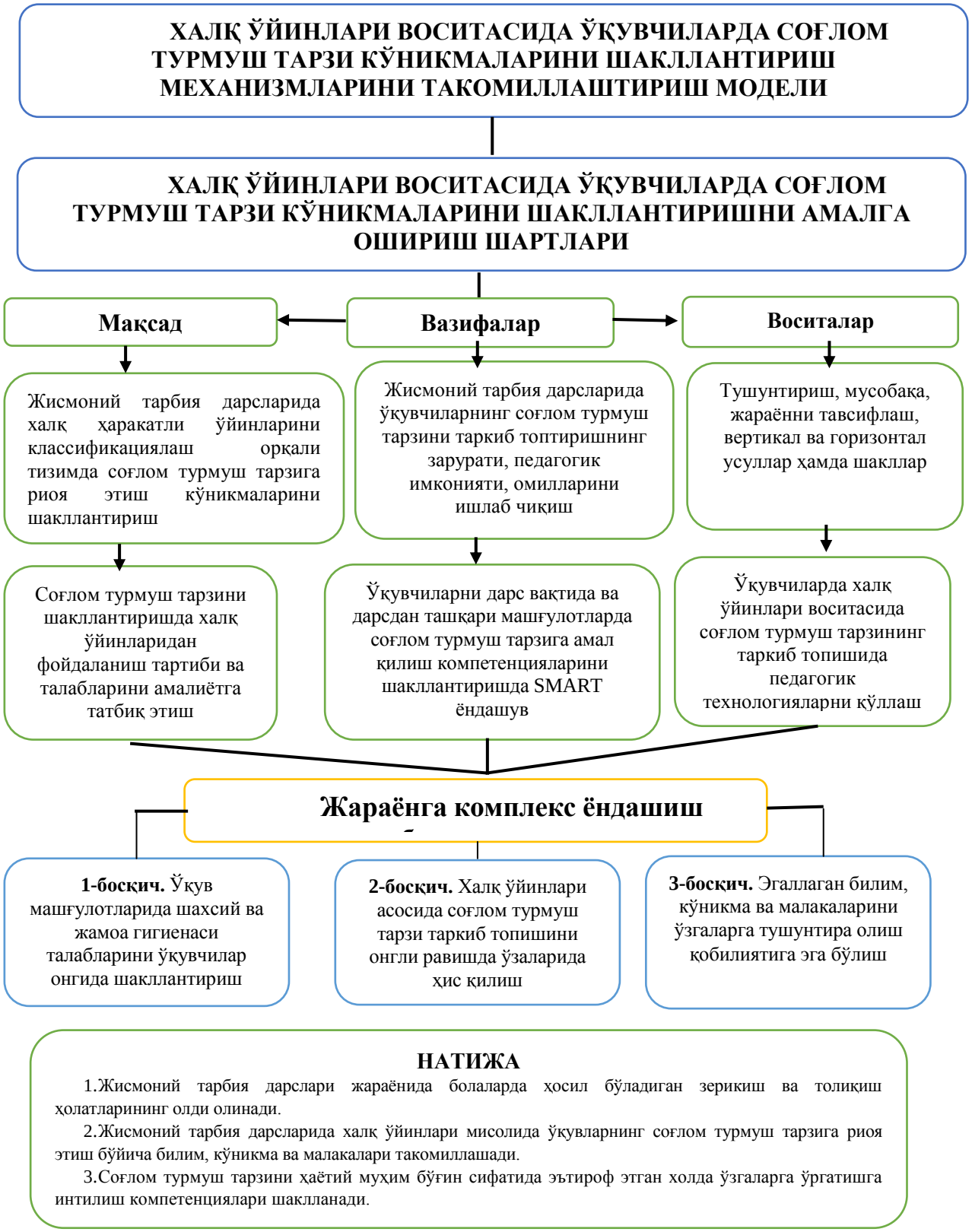
Диссертациянинг **“Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш”** деб номланган иккинчи бобида жисмоний тарбия дарслари ва синфдан ташқари машғулотлар жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришда халқ ўйинларидан фойдаланишнинг педагогик шарт-шароитлари, дидактик принциплари, методлари ва воситалари аниқлаштирилган, тадқиқотнинг назарий-педагогик ва назарий-амалий асослари ишлаб чиқилган.

Умумий ўрта таълимда ўқитиладиган жисмоний тарбиядан ДТС барча синфларда ўқувчиларнинг жисмоний жиҳатдан чиниқишлари учун ташкиллаштириладиган машғулотларни уларнинг ёши, қизиқиши, жисмоний ривожланиш даражаси ва характерларига асосланган ҳолда амалга оширишни назарда тутади. Шу маънода, жисмоний тарбия жараёнида халқ ўйинларидан фойдаланиш орқали ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришни тадқиқот доирасида такомиллаштириш мақсадга мувофиқ.

Дарҳақиқат, ўйин бола учун яшаш тарзи, асосий фаолият жараёнидир. Ўйинлар жараёнида боланинг дунёқараши шаклланади, у ўзини ўйин жараёнида кашф қилиб боради. Халқ ўйинларининг аҳамияти ҳақида тўхталар эканмиз, уларнинг болага кўрсатадиган таълим-тарбиявий ва соғлом турмуш тарзига риоя этишларини қуйидагича ифодаладик:

- халқ ўйинлари орқали ўқувчилар миллий қадриятлар билан яқиндан танишиб борадилар;
- халқ ўйинлари орқали ўқувчиларнинг сўз бойлиги янада ошади;
- халқ ўйинлари орқали жисмоний соғлом, ҳақиқий Ватанга эътиқодли инсонлар етишиб чиқади;
- халқ ўйинлари орқали ўқувчиларда чаққонлик, топқирлик, мардлик, эпчиллик каби ижобий сифатлар шаклланади;
- халқ ўйинлари ёрдамида болаларда соғлом турмуш тарзига риоя этиш кўникмалари ривожланади.

Маълумки, халқ ўйинлари ўқувчиларни спорт ўйинларига тайёрловчи, йўналтирувчи ва соғлом турмуш тарзига риоя этишига кўмаклашувчи асосий воситалардан ҳисобланади. Бу эса қуйидаги мезонлар асосида белгиланади (1-расм).



1-расм. Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш модели

Дарсда ёки синфдан ташқари машғулотларда табиат қўйнида ёки озода, шинам спорт залида ўқувчиларнинг халқ ўйинлари воситасида амалий машқлар билан шуғулланиши уларда нафосат ҳис-туйғусини, ақлий

тушунчаси ва дидини тарбиялайди. Иштирокчидан у ёки бу даражадаги ақлий ва жисмоний қобилиятни талаб қилувчи хилма-хил халқ ўйинлари, табиийки, ўқувчиларда соғлом гигиеник кечинма, ҳисларни юзага келтиради.

Жисмоний тарбия дарслари мазмун ва шакл жиҳатдан ўзаро мос келгандагина кутилган натижаларни беради. Айниқса, амалий ҳаракатларни ташкил этиш мазмуни унинг сифати, шакли ва хусусиятлари билан чамбарчас боғланган бўлиши зарур. Бунда ўқувчиларни жисмоний чиниқтириш устувор омил ҳисобланади. Уни чизмада қуйидагича акс эттириш мумкин (2-расм):

2-расм: Соғлом турмуш тарзининг ривожланиш кўрсаткичлари

Ўқувчининг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантирувчи омилларни аниқлаштириш муҳим бўлиб, тадқиқотда уларнинг қўйидаги таснифи амалга оширилди:

1. Ташқи омиллар:

масъул шахс: ота-оналар, ўқитувчи ва ўқувчи;

шарт-шароит: машғулотлар ташкил этиладиган жой, уларга қўйиладиган санитар-эпидемиологик ҳолат.

2. Ички омиллар:

ўқувчиларнинг ақлий-руҳий, жисмоний ривожланиш даражаси;

ўқувчиларнинг характер хусусиятлари;

ўқувчиларнинг ёши ва жинс хусусиятлари;

ўқувчиларнинг саломатлик ҳолати;

ўқувчиларнинг ахлоқи, тарбияси, интеллектуал ва жисмоний қобилияти.

Бунда ўқитувчи томонидан ушбу омиллар эътиборга олиниши ва шуларга асосан машғулотлар ўтказилиши мақсадга мувофиқ ҳисобланади.

Халқ ўйинларидан фойдаланишдан асосий мақсад ўқувчиларни соғлом турмуш тарзига ўргатиш, кундалик ҳаётга мослаштириш экан, халқ ҳаракатли ўйинларини бошқа фанларга алоқадор, узвий боғлаган шаклда ташкил этиш керак. Бу эса ўзларида шахсий жамоа гигиенаси, бир сўз билан айтганда, ўз саломатлигини мустаҳкамлашда муҳим жиҳатлардан саналади. Шунингдек,

ўқувчи ҳар қайси шароитда: мактабдаги дарс жараёнларида ҳам, уйдаги дам олиш соатларида ҳам ушбу халқ ўйинлари билан самарали тарзда машғул бўлиши лозим. Дарс вақтидаги ва дарсдан ташқари машғулотларда ўрганган ўйинлар ўқувчи учун уйдаги машғулотларга мустаҳкам асос бўлиши даркор. Бунда ўқитувчидан ўқувчига мажбуран эмас, балки халқ ўйинларини уларнинг ичидан қизиқарлиларини танлаб олган ҳолда қизғин ташкил этиш ва ўқувчининг ўз уйида қизиққан ҳолда мустақил такрорлаши, машқ қилишига эришиши талаб этилади.

Ўқувчи томонидан бажарилиши зарур бўлган вазифалар сирасига қуйидагилар киради:

- ўрганилган ўйинлар бўйича билимларни пухта ўзлаштириш;
- ўқитувчилар томонидан берилаётган топшириқларни белгиланган муддатда пухта бажариш.

Бунда педагогик ва психологик қонуниятларни ҳисобга олиш лозим. Айни қонуниятлар қуйидагиларни назарда тутади:

- ўқув машғулотларини тартибли бошлаш;
-қулай вазият, ишчи кайфият ва халқ ўйинлари билан шуғулланиш истаги;
- олдинда турган машғулот уларнинг соғлом турмуш тарзига йўналганлик тўғрисида аниқ тасаввурга эга бўлиш;
- соғлом турмуш тарзини шакллантиришга қаратилган таълим-тарбия методи ва тамойилларига риоя қилиш.

Ҳаракатга бўлган эҳтиёжлардан тортиб то ижтимоий эҳтиёжларга (муносабатда бўлиш, ўз мавқеини эгаллаш, ўзини ўзи камолотга етказиш) бўлинган талабларни амалга оширишга имкон беради, фаолият натижаларига уларнинг тез баҳо бериши ижобий ҳаяжонларни келтириб чиқаради ва болаларнинг халқ ўйинларига бўлган барқарор қизиқишининг шаклланишига ёрдам бериб, уларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини такомиллаштиради. Буни амалга оширишда қуйидагича уч гуруҳга бўлиган методларга таяниш мумкин:

а) оғзаки (тушунтириш, ҳикоя, суҳбат, буйруқ, кўрсатма);

б) кўргазмали (кўрсатиш, кўрсатма қуроллардан фойдаланиш);

в) амалий (машқлар, мусобақалар).

Жисмоний тарбия дарсларида ва синфдан ташқари машғулотларда халқ ўйинларидан фойдаланиш орқали соғлом турмуш тарзини яратишда турли методларни қўллаш назарда тутилар экан, аввало, уларни таснифлаш мақсадга мувофиқдир.

Ўқувчиларга халқ ўйинлари воситасида соғлом турмуш тарзини ўргатишда:

а) кўргазмалилик услубиятида бажарилиши керак бўлган ҳаракат кўргазмали қурол орқали кўрсатилади, тақлид қилинади ва нарсалар турган томонларга қараб бажариш учун мўлжал берилади;

б) сўз ёрдамида кўрсатиб тушунтиради, буйруқ ёрдамидан, айтиб бериш, сўраш ва бошқа усуллардан фойдаланилади;

в) машқ қилиш услубияти – ҳаракатни бажариш шартини ўзгартирмасдан ва ўзгартириб бажаришдан фойдаланилади;

д) ўйин ва мусобақа услубиятидан фойдаланилади.

Ўйин ҳаракатларини намойиш этиш ва тушунтиришни қуйидаги вариантларда олиб бориш мақсадга мувофиқ:

1) дастлаб ўйин намойиш қилиниб, сўнг тушунтирилиши;

2) дастлаб ўйин тушунтирилиб, сўнг намойиш қилиниши;

3) намойиш қилишни тушунтириш билан бир вақтда олиб бориш.

Халқ ўйинларининг соғлом турмуш тарзидаги аҳамиятли томони алоҳида эътиборга эга бўлиб, ўйинни ташкил этиш жараёнида қуйидаги услубий жиҳатларни эътиборга олиш лозим:

- ўйиннинг мазмуни болаларнинг ёшига мос бўлиши;
- ўйинни ўтказишда фаслни эътиборга олиш;
- болаларнинг соғлигини ҳисобга олиш;
- ўйин ўтказиладиган жой транспорт йўлига яқин бўлмаслиги, йўллар тескари ва хавфсиз бўлиши зарур.

Ўқитувчи ўйинни танлашда машғулот қандай шаклда ўтказилишини (дарс тарзида ўтказилса, ўйин унинг биринчи, иккинчи ёки якунловчи қисмида, танаффус вақтида ва ҳоказо, ўтказилишини билиши керак. Ўйин ўтказиладиган жой (спорт зали ёки майдонча, коридор ва ҳоказо), об-ҳаво ва ҳарорат ҳисобга олиниши керак. Бу ўқувчиларнинг халқ ўйинлари воситасида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини такомиллаштиришда муҳим аҳамиятга эга.

Диссертациянинг **“Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш самарадорлиги”** деб номланган учинчи бобида халқ ўйинларидан фойдаланиш орқали ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг экспериментал тадқиқи натижалари ва уларнинг самарадорлик даражаси ўрганилиб, тавсифланган ва тажриба-синов якунидаги сифати сезиларли даражада ўсиши кўрсатилган ҳамда холис баҳоланиб, таҳлил қилинган.

Тажриба-синов ишларига 867 нафар ўқувчи жалб этилди, яъни тажриба синфларидаги ўқувчилар сони 443 нафарни, назорат синфларида эса 424 нафарни ташкил этди. Тажриба ўқувчилар билан оғзаки ва тест саволлари асосида ўтказилди. Олинган натижалар қуйидаги жадвалда акс этган (1-жадвал).

1-жадвал

Ўқувчиларнинг умумий савиясини бошланғич аниқлаш кўрсаткичи

№	Мактаблар	Тажриба	Назорат
Жиззах вилояти Ш.Рашидов туманидаги 2 та умумий ўрта таълим мактаблари			
1.	2-сонли умумий ўрта таълим мактаби	67	59
2	6-сонли умумий ўрта таълим мактаби	71	74
Андижон вилояти Андижон туманидаги 2 та умумий ўрта таълим мактаблари			
1.	25- сонли умумий ўрта таълим мактаби	73	72
2.	27- сонли умумий ўрта таълим мактаби	69	73

Тошкент вилояти Паркент туманидаги 1 та умумий ўрта таълим мактаби			
1.	13- сонли умумий ўрта таълим мактаб	85	84
Тошкент вилояти Оққўрғон туманидаги 1 та умумий ўрта таълим мактаби			
1	42- сонли умумий ўрта таълим мактаб	78	62
	Жами:	443	424

2-жадвал

Тажриба бошида ва охиридаги натижалар тафовути

№	Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш даражаси	Тажриба гуруҳлари $н_1$=443		Назорат гуруҳлари $н_1$=424	
		Тажриба бошида	Тажриба охирида	Тажриба бошида	Тажриба охирида
1.	Юқори	32	63	29	31
2.	Ўрта	56	229	61	77
3.	Қуйи	355	151	334	316
	Жами:	443	443	424	424

Жадвал натижаларига асосланган ҳолда халқ ўйинларидан фойдаланиш воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш самарадорлиги даражасини аниқлаш юзасидан тажриба боши ва якунидаги натижаларни аниқлаш бўйича тажриба ва назорат синфларидаги ўзлаштиришлари Стьюдент ва Пирсон мезонлари асосида математик-статистик таҳлил этилди. Тажриба-синовда 867 нафар ўқувчи қатнашди. Шундан 443 нафар ўқувчи тажриба синфида ва 424 нафар ўқувчи назорат синфида қатнашишди.

Масаланинг қисқача моҳияти қуйидагилардан иборат: иккита бош тўплам берилган бўлсин. Бири ўқувчиларнинг тажрибагача билимининг ўртача баллари, иккинчиси эса тажриба охиридаги билимининг ўртача баллари. Баҳолар нормал тақсимотга эга деб ҳисобланади. Бундай фараз ўринлидир, чунки нормал тақсимотга яқинлашиш шартлари содда бўлиб, улар бажарилади.

Тажрибава назорат синфи ўзлаштиришлари самарадорлигини кўрсатувчи H_1 гипотеза ва унга зид бўлган H_0 гипотезани танлаймиз.

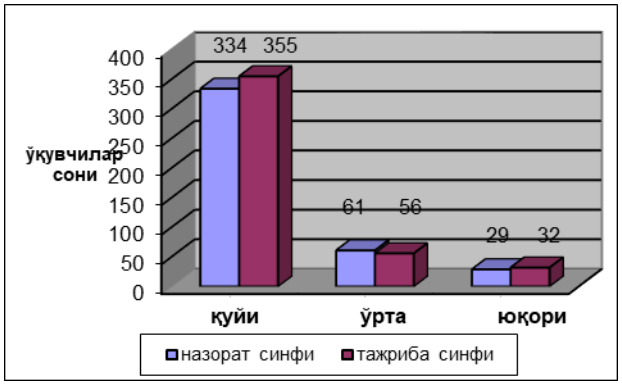
Юқоридаги жадвалдан тажриба бошидаги тажриба ва назорат синфларидаги натижаларни умумлаштирган ҳолда қуйидаги жадвалда акс эттирамиз:

3-жадвал

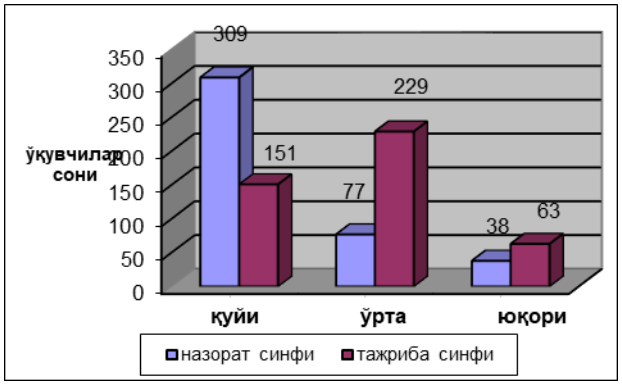
Самарадорлиги кўрсаткичлари

Вақти	Синфлар	Ўқувчилар сони	Ўзлаштириш даражалари		
			Юқори	Ўрта	Қуйи
Тажриба бошида	**Тажриба**	443	32	56	355
	Назорат	424	29	61	334
Тажриба якунида	**Тажриба**	443	63	229	151
	Назорат	424	31	77	316

Бу танланмаларга мос келган диаграмма қуйидагича кўринишни олади:



3- расм. Тажриба бошида



4-расм. Тажриба якунида

Олинган натижаларга асосланган ҳолда математик статистик таҳлил қилиниб, тажриба якунидаги ҳолат учун топилган натижалардан ўртача квадратик четланиш, танланма дисперсия, вариация кўрсатгичлари, Стьюдентнинг танланма мезони, Стьюдент мезони асосида эркинлик даражаси, Пирсоннинг мувофиқлик критерийси ва ишончли четланишлари топилди. Булар қуйидаги жадвалда акс этган:

$\overline{X}$	$\overline{Y}$	S_x^2	S_y^2	C_x	C_y	$T_{x,y}$	K	$X_{n,m}^2$	Δ_x	Δ_y
1,27	1,28	Тажриба бошида ҳеч қандай самарадорликка эришилмаган								
1,8	1,36	0,44	0,4104	2	2	10	873,09	144,69	0,06	0,06

Булардан тажриба синфидаги ўртача ўзлаштириш 14,7%га юқори эканлиги аниқланди.

Юқоридаги натижаларга асосланиб тажриба-синов ишларининг сифат кўрсаткичларини ҳисоблаймиз.

Бизга маълум $\overline{X}=1{,}8$; $\overline{Y}=1{,}36$; $\Delta_x=0{,}06$; $\Delta_y=0{,}06$ га тенг.

Бундан сифат кўрсатгичлари:

$$K_{усб}=\frac{(\overline{X}-\Delta_x)}{(\overline{Y}+\Delta_y)}=\frac{1{,}8-0{,}06}{1{,}36+0{,}06}=\frac{1{,}74}{1{,}42}=1{,}23>1;$$

$$K_{бдб}=(\overline{X}-\Delta_x)-(\overline{Y}-\Delta_y)=(1{,}8-0{,}06)-(1{,}36-0{,}06)=1{,}7-1{,}30=0{,}40>0;$$

Олинган натижалардан ўқитиш самарадорлигини баҳолаш мезони бирдан катталиги ва билиш даражасини баҳолаш мезони нолдан катталигини кўриш мумкин. Бундан маълумки, тажриба синфидаги ўзлаштириш назорат синфидаги ўзлаштиришдан юқори экан. Демак, ўқув-тарбия жараёнида халқ ўйинларидан фойдаланиш орқали ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришлик даражасини аниқлаш юзасидан ўтказилган тажриба-синов ишлари самарадор экан.

Юқоридаги ҳисоблашлардан тажриба гуруҳининг кўрсаткичи назорат гуруҳиникига нисбатан 14,7% га ошганлигини кўриш мумкин.

Демак, халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш даражасини аниқлаш юзасидан ўтказилган тажриба-синов ишлари самарадор экан.

ХУЛОСА

“Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш”

мавзусида олиб борилган тадқиқот натижалари асосида қуйидаги хулосаларга келинди:

1. Халқ ўйинлари асрлар давомида ҳаётий ва педагогик тажрибадан ўтиб келган эстетик ҳамда педагогик хусусиятга эга ҳаракатлар бўлиб, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг муҳим асосларидан биридир.

2. Умумий ўрта таълим мактаблари ўқувчиларининг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштириш халқ ўйинлари воситасида янада самаралироқ мазмун касб этади ва таълимда шахсга йўналтирилган янгича ёндашувларга асосланишни тақозо қилади.

3. Халқ ўйинларининг афзалликлари уларда жисмоний тарбия, спорт ва соғломлаштириш хусусиятларига эгалигида кўзга ташланади ва уларда жисмоний чиниққанлик, соғломлик, интеллект ва ахлоқий фазилатлар уйғунлиги ўз ифодасини топган.

4. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш жараёнининг когнитив, тайёрлов ҳамда натижавий фазаларига устуворлик бериш асосида аниқлаштирилган жисмоний тарбияланишнинг операцион, рефлексив ва мотивацион кўникмалари ҳамда йўналтирувчи, мазмунли ва жараёнли соғлом хулқ-атворга оид компонентлари халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини такомиллаштиришда муҳим восита ҳисобланади.

5. Тадқиқотда педагогик фаолиятнинг когнитив, аксиологик ва рефлексив компонентлари таксономиясини мавжуд таълим шароитига имплиментация қилиш асосида ишлаб чиқилган рефлексив ёндашув асосида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг функционал модели халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш механизмларини ғоявий, педагогик ва методологик асослар билан бойитади.

6. Жисмоний тарбия дарсларини ўқувчиларнинг индивидуал таълим траекторияси ва жисмоний фаолиятга оид махсус курс методикасини кейс, ассисмент ва интерфаол машқларга мослаштириш асосида халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг педагогик механизмларини такомиллаштириш мумкин.

7. Дарс жараёнини жисмоний тарбия ва синфдан ташқари машғулотларни аниқ мақсадга йўналтирилган ва мотивацион-диагностик, ахборотли-когнитив, операцион-фаолиятли, натижавий-рефлексив компонентлари ўртасида ўзаро ички интеграцияни таъминлаш асосида ишлаб чиқилган соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг рефлексив технологиялари асосида ташкил қилиш машғулотларнинг таълимий ва ривожлантирувчи мақсадларига эришиш имкониятини оширади.

Тадқиқот натижалари асосида қуйидаги таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқилди:

халқ ўйинларини ўқувчиларнинг ёш хусусиятлари, жисмоний тайёргарлиги, физиологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда муайян мезонлар ёрдами билан амалга ошириш мақсадга мувофиқ:

ўқувчиларга ўйин қоидаси ва тартибини тўғри тушунтириб бориш, уларнинг ҳар бир ҳаракат ёки образ тўғрисида тўла тасаввур ҳосил қила олиши учун ўйиннинг уюшқоқлик билан ўтилишини таъминлаш зарур;

умумтаълим мактаблари жисмоний тарбия фани дастурларида халқ ўйинларига асосланган мавзулар миқдорини кўпайтириш лозим;

жисмоний тарбия фанидан давлат таълим стандартларида кўрсатилган халқ ўйинларига асосланувчи мавзулар мазмунини халқ ўйинларининг миллий менталитет ва ахлоқий-интеллекал аҳамияти борасидаги фикрлар билан бойитиш талаб этилади.

НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc. 03/30.04.2021.Ped.82.01 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ ЧИРЧИКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

ЧИРЧИКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

АБДУЛЛАЕВ АБДУКАЮМ АБДУЛХАЕВИЧ

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕХАНИЗМОВ ФОРМИРОВАНИЯ У УЧАЩИХСЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОСРЕДСТВОМ НАРОДНЫХ ИГР

13.00.01 - Теория педагогики. История педагогических учений

АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ
ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПЕДАГОГИЧЕСКИМ НАУКАМ

Чирчик -2022

Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики под номером B2018.3.PhD/Ped532.

Диссертация выполнена в Чирчикском государственном педагогическом университете.

Автореферат диссертации размещен на трёх языках (узбекский, русский, английский (резюме)) на веб-странице Научного совета (cspi.uz.ilmiy-kengash) и на Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyonet.uz).

Научный руководитель: **Мардонов Шукурулло Кулдашевич**
доктор педагогических наук, профессор

Официальные оппоненты: **Нурманов Абдуназар Ташбаевич**
доктор педагогических наук профессор.

Шарипова Дилара Джуманиязовна
доктор педагогических наук, профессор.

Ведущая организация: **Кокандский государственый педагогический институт**

Защита диссертации состоится «___» _____ 2022 года в ____часов на заседании Научного совета DSc.03/30.04.2021.Ped.82.01 при Чирчикском государственном педагогическом университете (адрес: 111720,Узбекистан, Ташкентская область, город Чирчик, улица Амира Темура, дом 104). Тел.: (+99870) 712-27-55; факс: (99870) 712-45-41; e-mail: cspi_kengash@umail.uz.

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Чирчикского государственного педагогического университета (зарегистрировано под №_____). (Адрес: 111720,Узбекистан, Ташкентская область, город Чирчик, улица Амира Темура, дом 104. Тел.: (+99870) 712-27-55; факс: (99870) 712-45-41.

Автореферат диссертации разослан «___» _____2022 года.

(Протокол реестра под номером _____ от «___» _____ 2022 года).

У.Н. Ходжамкулов
председатель научного совета по присуждению ученых степеней, доктор педагогических наук, профессор

Ф.Т.Раджапов
научный секретарь научного совета по присуждению ученых степеней, д.ф.г.н.(PhD), доцент

Ш.И.Ботирова
председатель научного семинара при научном совете по присуждению ученых степеней, д.п.н., (DSc) доцент

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и необходимость темы диссертации. Мировой образовательный опыт показывает необходимость повышения практической значимости образования за счет развития базовых компетенций учащихся, выработки наиболее оптимальных принципов применения теоретических знаний на практике. Определение устойчивого и правильного отношения учащихся к национальным и общечеловеческим ценностям в общеобразовательных учреждениях посредством аксиологического подхода соответствует ценностной общечеловеческой парадигме педагогического образования. Следовательно, национальные игры у всех народов являются основанием для определенных выводов о прошлом мировоззрении, менталитете, развтии мышления и образе жизни нации, к которой они принадлежат. В частности, в современных условиях образования важное значение имеет повышение жизненной значимости народных игр за счет интеграции их в гуманистические и аксиологические принципы воспитания, в частности, формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни посредством подвижных игр, развитие практических механизмов достижения гармонизированного содержания народных игр в контексте физического воспитания.

В высших учебных заведениях ряда развитых стран мира проводится ряд научных исследований по уточнению педагогических и психологических факторов выявления навыков здорового образа жизни, внедрению в содержание образования философско-практических аспектов различных подвижных игр на основе инновационного подхода и интегративных отношений и определению посредством этого физических компетенций обучающихся. В особенности, уделяется большое внимание совершенствованию рефлексивных механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни, повышению уровень их подготовки к общественной деятельности за счет активизации здорового образа жизни, разработке эффективных технологий воспитания духовно сильной и физически здоровой личности учащегося на основе стратегии SMSC (Spritual – духовный, Moral – нравственный, Social – социальный, Cultural – культурный)[1].

Реформы, осуществляемые в республике в области образования, способствуют улучшению качества общего среднего образования, формированию мышления подрастающего поколения на основе национальных и общечеловеческих идей, улучшению условий обучения для вооружения их знаниями, навыками и компетенциями, отвечающими меняющимся запросам общества и воспитанию в духе высоких духовно-нравственных ценностей. В частности, осуществляется значительная работа по “коренному улучшению условий для соблюдения детьми здоровому

[1] John Viner. Providing for Pupils’ SMSC Development: Identify opportunities and implement a whole school strategy. – UK, Optimus education. - 2013

образу жизни и всестороннего физического развития”[1], повышению качества общего среднего образования на основе передового зарубежного опыта. Разработка практического механизма и рефлексивных технологий использования народных игр имеет актуальное значение в интеграции формировавшихся веками и передававшихся из поколения в поколение национальных народных игр узбекского народа с содержанием образования, внедрении их философско-просветительского значения в содержание образовательных и воспитательных программ, привитии навыков здорового образа жизни подрастающему поколению.

Настоящее диссертационное исследование в определенной степени служит выполнению задач, намеченных в указах Президента Республики Узбекистан ПУ-4956 от 15 февраля 2017 года “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы управления в области культуры и спорта”, ПУ-№ 134 от 11 мая 2022 года «Об утверждении Национальной программы развития народного образования на 2022-2026 годы», постановлениях ПП-3031 от 3 июня 2017 года “О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и массового спорта”, ПП-286 от 21 июня 2022 года “О мерах по повышению качества педагогического образования и дальнейшему развитию деятельности высших образовательных учреждений по подготовке педагогических кадров” и других нормативно-правовых актах, относящихся к этой сфере.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологии республики. Диссертационное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики I. “Пути формирования и реализации системы инновационных идей в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства”.

Степень изученности проблемы. В нашей стране в научных исследованиях Д.Д.Шариповой, И.Д.Матчонова, И.Р.Абдурахмонова, А.К.Атоева, Х.Х.Аллакулова, Ш.Ахмедова, Б.А.Махмудова, К.Х.Рахимовой, Ф.У.Уриновой, И.Кудратова, А.Д.Хожимирзаева в определенной степени освещены образовательные факторы реализации здорового образа жизни, воспитательные средства повышения физических возможностей учащихся, вопросы влияния физического состояния на духовность человека; таких ученых, как М.Асланова, Ш.Галиев, Р.Юлдошева, Ф.Насриддинов, М.Рахимов, К.Рахимкулов, Х.Суяров, Г.Салимов, О.Сафаров, Т.Усмонхуджаев, У.Корабоев, А.Ш.Косимов, Ф.Худжаев - проблемы анализа науки о физическом воспитании в аспекте междисциплинарной интеграции, физического развития молодежи на основе национальных подвижных игр, традиций и ценностей, определения аксиологических компетенций у молодежи посредством философских воззрений, характерных для национального менталитета на базе народных игр.

[1]Указ Президента Республики Узбекистан от 28 января 2022 года “О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022 — 2026 годы”. - https://lex.uz/ru/docs/5841077

В странах Содружества независимых государств (СНГ) проблемы пропаганды практической значимости уроков физической культуры, теоретические аспекты и практические механизмы выявления навыков здорового образа жизни проанализированы на общеметодологической основе в исследованиях Б.А.Ашмарина, Л.И.Лубышевой, А.П.Стрижака, Е.А.Дубровской, В.В.Кима, В.М.Димова, Ж.К.Холодова.

Среди зарубежных ученых в исследованиях J.P.Bennett, D.Mastad, H.Noack, D.Carless, J.Cornell, A.Cutter-Mackenzie изучены вопросы, связанные с гармонией духовного и физического развития человека, социальной значимостью науки о физическом воспитании, научными основами пропаганды здорового образа жизни среди ученической молодежи посредством подвижных игр, разработкой рациональных методов и способов ее применения в образовательной практике.

Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ образовательного учреждения, где была выполнена диссертация. Диссертация выполнена в рамках научно-практического проекта «Научно-теоретические основы и практические механизмы инновационного кластера педагогического образования» (2017-2021 гг.) согласно плану научно-исследовательских работ Чирчикского государственного педагогического университета.

Цель исследования состоит в разработке предложений и рекомендаций по совершенствованию механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр.

Задачи исследования:

раскрыть педагогические особенности и уточнить ведущие факторы формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры в процессе физического воспитания и внеклассных работ;

разработка функциональной модели формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры на основе рефлексивного подхода;

раскрыть педагогические возможности формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр;

разработать рефлексивные технологии формирования у учащихся навыков здорового образа жизни.

Объектом исследования является процесс совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр, в педагогические экспериментальные работы были привлечены 867 учащихся средних общеобразовательных школ № 13 Паркентского района, № 42 Аккурганского района Ташкентской области, № 2 района Шарафа Рашидова Джизакской области, № 25 и № 27 Андижанского района Андижанской области.

Предмет исследования составляют содержание, педагогические условия, дидактические принципы, методы и средства совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр.

Методы исследования. В диссертации использованы такие научно-исследовательские методы, как сравнительно-сопоставительное изучение и анализ; социометрические методы (анкетирование, тест, семинар-тренинг, беседа, интервью), педагогико-психологические методики, моделирование, педагогический эксперимент; математико-статистический анализ результатов.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

выявлены операционные, рефлексивные и мотивационные навыки физического воспитания, а также компоненты по направляющему, смысловому и процессуальному здоровому поведению на основе приоритета познавательной, подготовительной и результативной фаз процесса формирования у учащихся навыков здорового образа жизни;

усовершенствована функциональная модель формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры на основе имплементации в существующую образовательную среду таксономии познавательного, аксиологического и рефлексивного компонентов педагогической деятельности.;

усовершенствованы педагогические механизмы формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры на основе адаптации индивидуальной образовательной траектории учащихся и методики спецкурса по физической деятельности к кейсам, ассисментам и интерактивным упражнениям;

усовершенствованы рефлексивные технологии формирования навыков здорового образа жизни на основе обеспечения взаимной внутренней интеграции между направленными на определенную цель и мотивационно-диагностическими, информационно-когнитивными, операционно-деятельностными, результативно-рефлексивными компонентами физического воспитания и внеклассных занятий.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

разработаны диагностические средства по определению уровня сформированности у учащихся навыков здорового образа жизни в процессе занятий физического воспитания и внеурочной деятельности;

созданы дидактические принципы интерактивных групповых занятий и планы практических занятий, направленных на формирование у учащихся навыков здорового образа жизни;

разработан комплекс рефлексивных приемов и методов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни с использованием народных игр;

издан учебник под названием “Harakatli o‘yinlarni o‘rgatish metodikasi” (“Методика обучения подвижным играм”).

Достоверность результатов исследования определяется основанностью на философские, методологические, педагогические подходы при изучении проблемы и результаты научно-исследовательских работ наших республиканских и зарубежных ученых по данной теме; обоснованностью использованных в исследовании подходов и методов, теоретических и практических анализов; разработкой содержания, методов и средств совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков

здорового образа жизни посредством народных игр, обработкой результатов экспериментальных работ с помощью методов математико-статистического анализа, внедрением предложений и рекомендаций в практику, также подтверждением полученных результатов уполномоченными организациями.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования объясняется усовершенствованием теоретических основ механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры на уроках физического воспитания и внеурочной деятельности, возможностью использования разработанной программы, модели, механизма и рекомендаций в научно-исследовательских работах в этой области.

Практическая значимость результатов исследования определяется возможностью использования рекомендаций по совершенствованию дидактических принципов, методов и средств механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр в совершенствовании содержания занятий физического воспитания в общеобразовательных школах, пропаганде здорового образа жизни среди населения.

Внедрение результатов исследования. На основе результатов, полученных по совершенствованию механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр:

предложения и рекомендации по процессу формирования у учащихся навыков здорового образа жизни, операционным, рефлексивным и мотивационным умениям физического воспитания, также компонентам по направляющему, смысловому и процессуальному здоровому поведению, основам формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр, внедрены в содержание учебника под названием “Harakatli o‘yinlarni o‘rgatish metodikasi” (“Методика обучения подвижным играм”) (Рекомендовано к публикации на основании приказа Министерства высшего и среднего специального образования № 356 от 18 августа 2021 года. Регистрационный номер 356/7-128). В результате, улучшилось содержание занятий физического воспитания и внеурочной деятельности по программам общего среднего и среднего специального профессионального образования;

предложения и рекомендации по функциональной модели формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры, совершенствованию механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр, рефлексивным технологиям, направленным на улучшение здорового образа жизни, применены при реализации практического проекта Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами ЁА-№1-6 «Разработка модернизированной системы инновационных педагогических технологий в обучении физической культуре» (2016-2017 гг.) и научного проекта НИИПНУз имени Т.Н. Кори Ниязи ИТД-№1-19 «Дидактические основы формирования нового содержания художественно-эстетического

образования (на примере высшего музыкального и внешкольного образования)» (2017-2018 гг.) (Справка Министерства физической культуры и спорта Республики Узбекистан № 01-07-06-3139 от 10 декабря 2018 года). В результате усилен процесс использования инновационных педагогических технологий и дидактических принципов в формировании у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры.

научные выводы, практические предложения и рекомендации по совершенствованию направленных на определенную цель и мотивационно-диагностических, информационно-когнитивных, операционно-деятельностных, результативно-рефлексивных компонентов физического воспитания и внеклассных занятий, механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры, внедрены в содержание учебника под названием “Harakatli o‘yinlarni o‘rgatish metodikasi” (“Методика обучения подвижным играм”) (Рекомендовано к публикации на основании приказа Министерства высшего и среднего специального образования № 356 от 18 августа 2021 года. Регистрационный номер 356/7-128). В результате, были усовершенствованы теоретико-методические основы учебника за счет внедрения народных игр в содержание физического воспитания.

Апробация результатов исследования. Результаты настоящего исследования обсуждены на 4 международных и 4 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации издано всего 19 научных работ, в том числе, 8 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций, в частности, 6 - в республиканских и 2 - в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, 130 страниц текста, вывода, списка использованной литературы и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** обоснована актуальности темы диссертации, изложена степень изученности проблемы, определены цель, задачи, объект, предмет, методы исследования, показано соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, приведены сведения о научной новизне работы, достоверности полученных результатов, научной и практической значимости, внедрении результатов в практику, публикации, структуре работы.

В первой главе диссертации, озаглавленной **“Теоретические основы совершенствования механизмов формирования у учащихся здорового образа жизни посредством народных игр”**, исследованы характеристика народных игр и особенности их использования в учебном процессе, народыне игры как средство совершенствования механизмов формирования навыков здорового образа жизни у учащихся, содержание формирования у

учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр на занятиях по физическому воспитанию и в процессе внеклассных занятий. В данной главе педагогически интерпретированы и анализированы вопросы по общей характеристике народных игр, рассмотрению их разнообразия и применения в процессе учебных и внеклассных занятий, а также средствам формирования здорового образа жизни учащихся.

В исследовании уделено особое внимание раскрытию педагогических условий использования народных игр на занятиях по физическому воспитанию и в процессе внеклассной работы, определены механизмы, направленные на совершенствование здорового образа жизни учащихся посредством народных игр. Изложено о том, что эти процессы, будучи важной частью практики и теории, именно в обучении физическому воспитанию являются системой действий, направленной на повышение качеств социокультурного объекта, развивающего физические качества и внедряющего в сознание молодежи здоровый образ жизни.

Понятие народные подвижные игры охватывает множество форм разнообразных этнографических игр, каждая из которых способствует всестороннему развитию детей, воспитанию их как личностей, следующих здоровому в физическом, психологическом, интеллектуальном, нравственном аспектах образу жизни. Фольклорные игры являются частью народных игр, основное содержание которых направлено, в основном, на повышение эффективности двигательной деятельности. Это, в свою очередь, характеризуется как одно из основных средств ориентации учащихся к здоровому образу жизни. Наряду с этим в данной главе диссертации применение народных подвижных игр в образовательной практике сгруппировано в теоретическом аспекте (в разрезе классов, учет гендерных особенностей учащихся, направленность игр на динамику движений и здоровый образ жизни и др.).

В своих исследованиях М.Аслонова рекомендует разделение игр на две большие группы: творческие игры и игры с правилами.[1]

Алис Гомм классифицирует народные игры в качестве игр, появившихся на драматической основе, ловкости и достижении успеха. Вместе с тем он также делит игры на вертикальные и горизонтальные подгруппы.[2]

Заслуженный молодежный тренер Узбекистана У.Корабоев , говоря о традиционных играх долины, отмечает, что ночые игры (“Қопқон”, “Чўнқа шувоқ”, “Елкада курашиш”, “Бўрон”, “Қирқ тош” и другие), отличались по своим особенностям от дневных игр (такие как “Чўпон ёки подачи”, “Арқон талашиш”, “Нина, ип ва тугунча”, “Чавандоз”, “Извошчилар”, “Жуфтми-тоқ”, “Чиллак”, “Дурра”, “Чертки”).[3] Поэтому важное место в применении народных игр занимает профессиональная

[1] Аслонова.М. Таълим жараёнида ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш. (Бошланғич синфларнинг жисмоний тарбия дарслари мисолида). Пед.ф.н.Дис. – Навоий: 2009-153 б.
[2] Ашмарина Б.А. Теория и методика физического воспитания. Под.ред. М.: Просвещение, – 1990.
[3] Қорабоев У. Ўзбек халқ ўйинлари. Тошкент: “NISIM” – 2001. – 56 б..

компетенция преподавателя.

Обладание преподавателем физической культуры мотивационной подготовкой для решения проблем в любой ситуации, эффективная организация им учебного процесса является составной частью его профессиональной педагогической деятельности. Это выполняет фундаментальную задачу в совершенствовании у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **“Совершенствование механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр”**, определены педагогические условия, дидактические принципы, методы и средства использования народных игр в формировании навыков здорового образа жизни у учащихся на уроках по физическому вопитанию и в процессе внеклассных занятий, разработаны теоретико-педагогические и теоретико-практические основы исследования.

ГОС по дисциплине Физическое воспитание, преподаваемой в среднем общем образовании, предусматривают учет возраста, интересов, уровня физического развития и характеров детей при проведений занятий, организуемых с целью физического закаливания учащихся всех классов. В этом смысле целесообразно совершенствовать формирование у учащихся здорового образа жизни посредством использования народных игр в процессе физического воспитания в рамках исследования.

В действительности, игра - это образ жизни для ребенка, основной процесс деятельности. В процессе игр формируется мировоззрение ребенка, он открывает себя в процессе игры. Говоря о значении народных игр, мы следующим образом выразили их образовательно-воспитательное влияние на ребенка и следование здоровому образу жизни:

- с помощью народных игр учащиеся близко знакомятся с национальными ценностями;
- посредством народных игр увеличивается словарный запас учащихся;
- посредством народных игр вырастают физически здоровые, по настоящему преданные Родине люди;
- народные игры способствуют формированию у учащихся таких положительных качеств, как ловкость, находчивость, смелость, проворство;
- с помощью народных игр у детей формируются навыки следования здоровому образу жизни.

Известно, что народные игры являются одним из основных средств в подготовке, ориентации учащихся к спортивным играм, и поддержке в следовании здоровому образу жизни. Это определяется на основе следующих критериев (рис. 1).

Рис. 1.

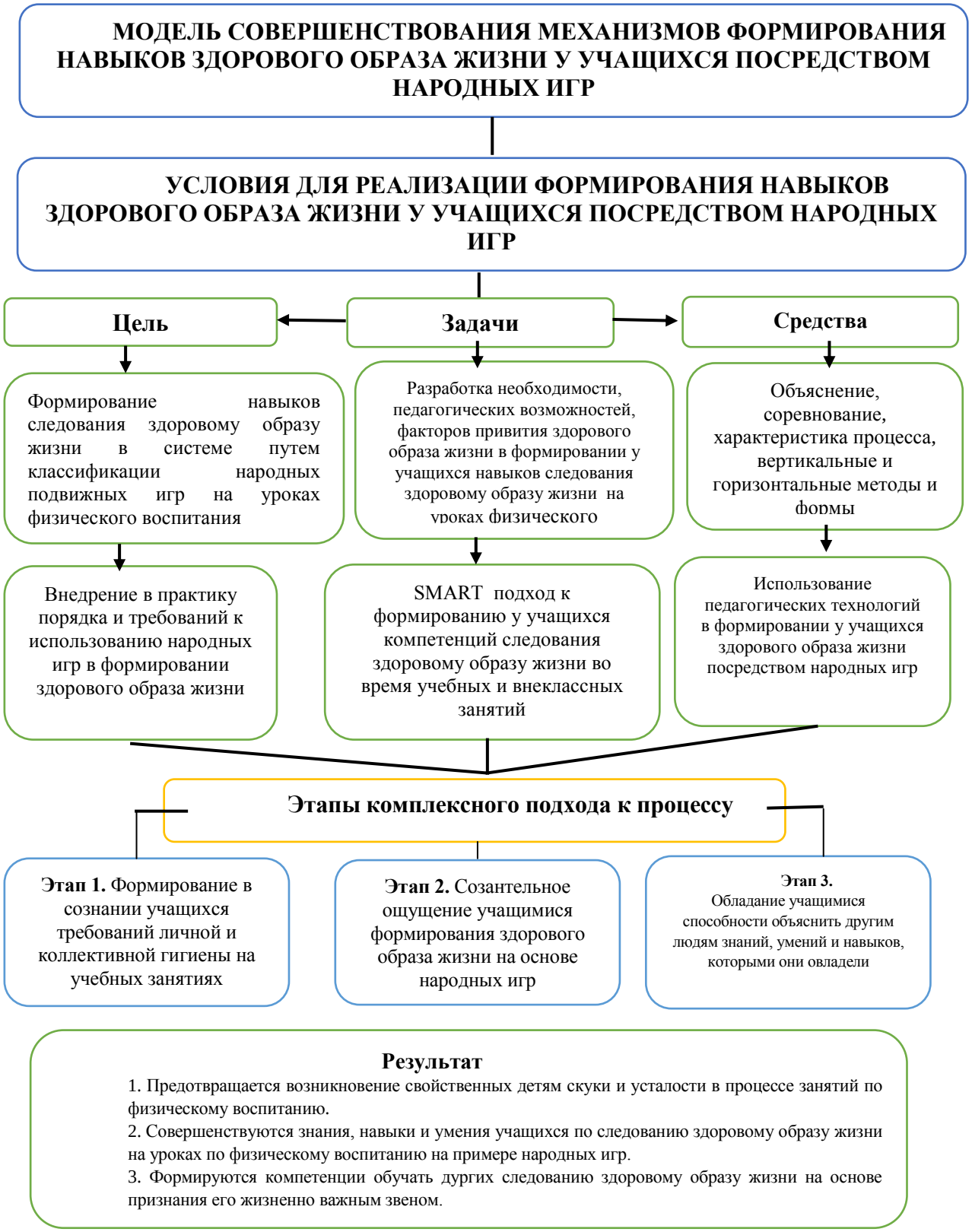


Рисунок 1. Модель совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр

Посредством народных игр на учебных или внеклассных занятиях, проводимых на природе или в чистом и уютном спортивном зале, у учащихся воспитываются эстетические чувства, умственное представление и вкус.

Разнообразные народные игры, требующие от участника той или иной степени умственных и физических способностей, естественным образом порождают у учащихся здоровые гигиенические переживания, ощущения.

Занятия по физическому воспитанию дают ожидаемые результаты только тогда, когда они взаимно соответствуют по содержанию и форме. Особенно необходимо, чтобы содержание организации практических действий было неразрывно связано с их качеством, формой и особенностями. При этом физическая закалка учащихся является приоритетным фактором. Это можно отразить в нижеприведенной схеме:

Рисунок 2: Показатели развития здорового образа жизни

Важно уточнить факторы, формирующие у учащихся навыки здорового образа жизни, и в исследовании проведена их классификация:

1. Внешние факторы:

ответственное лицо: родители, учитель и ученик;

условие: место проведения занятий, предъявляемые к ним санитарно-эпидемиологические условия.

2. Внутренние факторы:

уровень умственно-духовного и физического развития учащихся;

особенности характеров учеников;

возрастные и половые особенности учащихся;

состояние здоровья учащихся;

нравственность, воспитание, интеллектуальные и физические способности учащихся.

При этом учителю целесообразно учитывать эти факторы и проводить обучение на их основе.

Поскольку основной целью использования народных игр является приучение учащихся к здоровому образу жизни, приспособление его к повседневной жизни, необходимо организовывать народные подвижные игры в непосредственной взаимосвязи с другими дисциплинами. Это является

важным аспектом укрепления личной, коллективной гигиены, одним словом, собственного здоровья. Наряду с этим, учащийся в любых условиях: как в процессе школьных занятий, так и в часы отдыха дома должен эффективно заниматься этими народными играми. Игры разученные на учебных и внеклассных занятиях для учащегося должны стать прочной основой для занятий дома. При этом необходимо добиться того, чтобы народные игры передавались преподавателем учащемуся не в вынужденной форме, а организовалось изучение отобранных интересных народных игр в увлекательной форме для того, чтобы учащийся дома с интересом мог их самостоятельно повторять, упражняться.

К задачам, которые учащийся должен выполнять, относятся следующие:

- тщательное усвоение знаний по разученным играм;
- тщательное выполнение в указанный срок заданий, порученных преподавателями.

При этом необходимо учитывать педагогические и психологические закономерности. Эти закономерности предусматривают следующее:

- регулярное проведение учебных занятий;
- благоприятная обстановка, рабочее настроение и желание заниматься народными играми;
- иметь четкое представление о том, что предстоящая тренировка направлена на их здоровый образ жизни;
- соблюдение методов и принципов обучения и воспитания, направленных на формирование здорового образа жизни.

Это позволяет выполнять требования, разделенные от потребности в движениях, до социальных потребностей (иметь отношение, занять собственную позицию, самосовершенствование), быстрая их оценка результатов деятельности вызывает положительное возбуждение и способствует формированию у детей устойчивого интереса к народным играм, совершенствует у них навыки здорового образа жизни. Для реализации всего этого можно опираться на методы, выделенные ниже классическим образом в три группы:

а) устные (объяснение, рассказ, беседа, приказ или команда, указание);

б) наглядные (демонстрация, использование наглядных средств, пособий);

в) практические (упражнения, соревнования).

Поскольку предусматривается использование различных методов в создании здорового образа жизни посредством использования народных игр на уроках по физическому воспитанию и внеклассных занятиях, целесообразно их классифицировать.

При обучении учащихся здоровому образу жизни посредством народных игр:

а) движения, которые должны быть выполнены наглядным методом, демонстрируются с помощью наглядных пособий, повторяются и дается ориентация на выполнение их в ту сторону, где располагаются вещи;

б) объясняются с помощью слов, используются команды, подсказки, опросы и другие методы;

в) используется метод упражнений – как движения без изменения условий их выполнения, так и с изменением условий их выполнения;

г) используются методы игр и соревнований.

Демонстрация и объяснение движений игры осуществляется в следующих вариантах, а именно:

1) сначала игра демонстрируется, затем объясняется;

2) сначала игра объясняется, а затем демонстрируется;

3) проводится демонстрацию одновременно с объяснением.

Особого внимания заслуживает значимый аспект народных игр в здоровом образе жизни, в процессе организации игры необходимо уделить внимание следующим методическим аспектам:

- содержание игры должно соответствовать возрасту детей;
- принимать во внимание сезон года при проведении игры;
- учитывать здоровье детей;
- необходимо, чтобы место проведения игры, не находилось близко к проезжей части дороги, дороги доджны быть безопасными.

При выборе игры преподаватель должен знать, в какой форме будет проводиться занятие (если в форме урока, то игра будет проводиться в его первой, второй или заключительной части, во время перерыва и так далее). Следует учитывать место проведения игры (спортивный зал или площадка, коридор и др.), погоду и температуру воздуха. Это имеет важное значение при совершенствовании у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр.

В третьей главе диссертации, озаглавленной **"Эффективность совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр"**, изучены и охарактеризованы результаты экспериментального исследования формирования у учащихся здорового образа жизни посредством использования народных игр и уровень его эффективности, показан значительный рост его качества в конце эксперимента, который объективно оценен и проанализирован.

К экспериментальной работе было привлечено 867 учащихся, то есть количество учащихся в экспериментальных классах составило 443 человека, а в контрольных классах – 424 человека. Эксперимент проводился на основе устных и тестовых опросов учащихся. Полученные результаты отражены в следующей таблице (таблица 1).

Таблица 1

Показатель исходного определения общего уровня обучающихся

№	Школы	Экспериментальные группы	Контрольные группы
2 средние общеобразовательные школы в Ш. Рашидовском районе Джизакской области			
1.	Средняя общеобразовательная школа № 2	67	59
2	Средняя общеобразовательная школа № 6	71	74

2 средние общеобразовательные школы в Андижанском районе Андижанской области			
1.	Средняя общеобразовательная школа № 25	73	72
2.	Средняя общеобразовательная школа № 27	69	73
1 средняя общеобразовательная школа в Паркентском районе Ташкентской области			
1.	Средняя общеобразовательная школа №13	85	84
1 средняя общеобразовательная школа в Аккурганском районе Ташкентской области			
1	Средняя общеобразовательная школа № 42	78	62
	Всего:	443	424

2-таблица

Разница между результатами в начале и в конце эксперимента

№	Уровень сформированности здорового образа жизни учеников	Экспериментальные группы $н_1$=443		Контрольные группы $н_1$=424	
		В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
1.	Высокий	32	63	29	31
2.	Средний	56	229	61	77
3.	Низкий	355	151	334	316
	Всего:	443	443	424	424

На основании результатов таблицы был проведен математико-статистический анализ успеваемости в экспериментальных и контрольных классах по результатам в конце и начале эксперимента, проведенного для определения степени эффективности совершенствования механизмов формирования навыков здорового образа жизни у учащихся посредством использования народных игры, на основе критериев Стьюдента и Пирсона. В эксперименте приняли участие 867 учащихся. Из них 443 учащиеся приняли участие в экспериментальном классе и 424 учащиеся - в контрольном классе.

Краткая суть вопроса заключается в следующем: пусть будут даны два набора. Один - это средний балл знаний учащихся до эксперимента, а другой - средний балл знаний учащихся в конце эксперимента. Считается, что оценки имеют нормальное распределение. Такая гипотеза уместна, поскольку условия приближения к нормальному распределению просты и выполнимы.

Выбираем гипотезу H_1 , показывающую эффективность успеваемости эскпериментального и контрольного классов, и гипотезу H_0, которая ей противоречит.

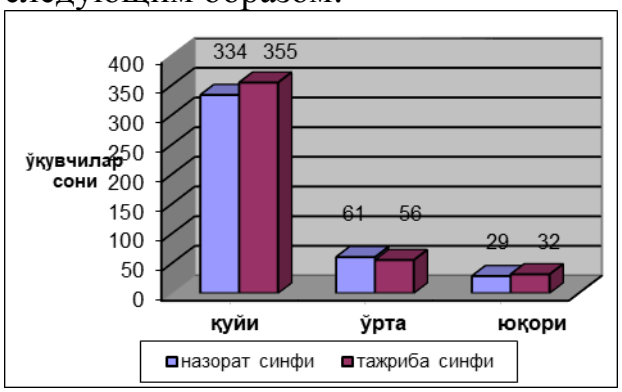
Из приведенной выше таблицы мы, обобщая результаты в экспериментальном и контрольном классах в начале эксперимента, отражаем их в таблице ниже:

3-таблица

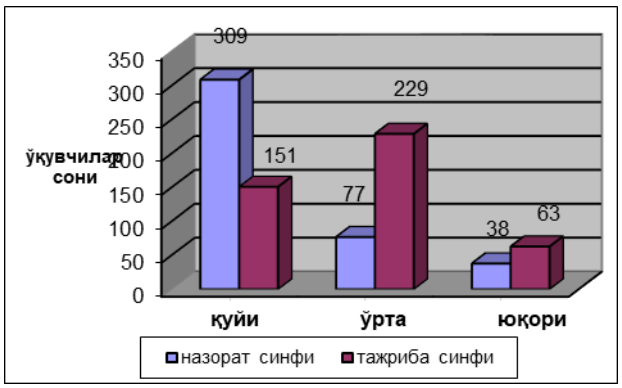
Показатели эффективности

Время	Классы	Число учащихся	Уровни успеваемости		
			Высокий	Средний	Низкий
В начале эксперимента	**Экспериментальный**	443	32	56	355
	Контрольный	424	29	61	334
В конце эксперимента	**Экспериментальный**	443	63	229	151
	Контрольный	424	31	77	316

Диаграмма, соответствующая этим выборкам, будет выглядеть следующим образом:



1- рисунок. В начале эксперимента



2-рисунок. В конце эксперимента

На основании полученных результатов был проведен математико-статистический анализ, из результатов по окончании эксперимента найдены среднее квадратичное отклонение, дисперсия выборки, показатели вариации, критерий выбора Стьюдента, степень свободы на основе критерия Стьюдента, критерий соответствия Пирсона и достоверные отклонения. найден. Они отражены в таблице ниже:

$\overline{X}$	$\overline{Y}$	S_x^2	S_y^2	C_x	C_y	$T_{x,y}$	K	$X_{n,m}^2$	Δ_x	Δ_y
1,27	1,28	В начале эксперимента не было достигнуто никакой эффективности								
1,8	1,36	0,44	0,4104	2	2	10	873,09	144,69	0,06	0,06

Из этого было установлено, что средний уровень усвоения в экспериментальном классе на 14,7 выше.

Основываясь на приведенные выше результаты, мы рассчитываем качественные показатели экспериментальных работ.

Нам известно, что $\overline{X}$ =1,8; $\overline{Y}$ =1,36; $\Delta_x = 0{,}06$; $\Delta_y = 0{,}06$

Качественные показатели от этого:

$$K_{усб} = \frac{(\overline{X} - \Delta_x)}{(\overline{Y} + \Delta_y)} = \frac{1{,}8 - 0{,}06}{1{,}36 + 0{,}06} = \frac{1{,}74}{1{,}42} = 1{,}23 > 1;$$

$$K_{бдб} = (\overline{X} - \Delta_x) - (\overline{Y} - \Delta_y) = (1{,}8 - 0{,}06) - (1{,}36 - 0{,}06) = 1{,}7 - 1{,}30 = 0{,}40 > 0;$$

Из полученных результатов видно, что критерий оценки эффективности обучения больше единицы, критерий оценки уровня знания выше нуля. Также известно, что успеваемость в экспериментальном классе выше, чем успеваемость в контрольном классе. Итак, экспериментальная работа, проведенная с целью определения уровня формирования здорового образа жизни у учащихся посредством использования народных игр в образовательном процессе, является эффективной.

Из приведенных выше расчетов видно, что показатель экспериментальной группы увеличился на 14,7% по сравнению с показателем контрольной группы.

Следовательно, экспериментальные работы по определению уровня совершенствования механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр являются эффективными.

ВЫВОД

На основе результатов исследования на тему «Совершенствование механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр» сделаны следующие выводы:

1. Народные игры являются действиями, которые на протяжении веков прошли жизненные и педагогические испытания и обладают эстетическими и педагогическими свойствами, считаются важной основой для формирования у учащихся навыков здорового образа жизни.

2. Совершенствование механизмов формирования навыков здорового образа жизни учащихся общеобразовательных школ приобретает более эффективное содержание через народные игры и требует основанности на новых подходах в обучении.

3. Достоинства народных игр проявляются в их физкультурно-спортивной и оздоровительной пользе, они воплощают в себе сочетание физической подготовленности, здоровья, интеллекта и нравственных качеств.

4. Операционные, рефлексивные и мотивационные навыки физического воспитания, а также компоненты по направленческому, содержательному и процессуальному здоровому поведению, определяемые на основе приоритетности когнитивной, подготовительной и результативной фаз процесса формирования у учащихся навыков здорового образа жизни, считаются важным инструментом в совершенствовании механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни через народные игры.

5. Функциональная модель формирования у учащихся навыков здорового образа жизни на основе рефлексивного подхода, разработанной в исследовании на основе имплементации таксономии когнитивных, аксиологических и рефлексивных компонентов педагогической деятельности в существующие образовательные условия, обогащает механизмы формирования у учащихся навыков здорового образа жизни идейными, педагогическими и методическими основаниями через народные игры

6. Совершенствование педагогических механизмов формирования у учащихся навыков здорового образа жизни посредством народных игр возможно на основе адаптации уроков физического воспитания к индивидуальной образовательной траектории учащихся и методики спецкурсов по физической деятельности к кейсам, ассисментам и интерактивным упражнениям.

7. Организация учебного процесса на основе рефлексивных технологий формирования навыков здорового образа жизни, разработанных на основе обеспечения взаимной внутренней интеграции между направленным на определенную цель и мотивационно-диагностическим, информационно-когнитивным, операционно-деятельностным, результативно-рефлексивным компонентами занятий по физическому воспитанию и внеурочной деятельности, повышает возможность достижения воспитательных и развивающих целей обучения.

По результатам исследования были разработаны следующие предложения и рекомендации:

народные игры целесообразно реализовывать с помощью определенных критериев, учитывающих возрастные особенности, физическую подготовленность, физиологические особенности учащихся;

необходимо правильно объяснять учащимся правила и порядок игры, следить за тем, чтобы игра была организована таким образом, чтобы они могли составить полное представление о каждом действии или образе;

необходимо увеличить количество тем на основе народных игр в программах физического воспитания общеобразовательных школ;

необходимо обогатить содержание тем на основе народных игр по предмету физического воспитания, указанных в государственных образовательных стандартах, идеями о национальном менталитете и нравственно-интеллектуальном значении народных игр.

SCIENTIFIC COUNCIL DSc. 03/30.04.2021.Ped.82.01 FOR AWARDING SCIENTIFIC DEGREES AT CHIRCHIK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

CHIRCHIK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

ABDULLAEV ABDUQAYUM ABDULXAEVICH

IMPROVING THE MECHANISMS FOR THE FORMATION OF HEALTHY LIFESTYLE SKILLS AMONG PUPILS THROUGH FOLK GAMES

13.00.01 – Theory of pedagogy. History of pedagogical studies

ABSTRACT OF THE DISSERTATION OF PHILOSOPHY DOCTOR (PhD) ON PEDAGOGICAL SCIENCES

CHIRCHIK – 2022

The topic of the dissertation of Philosophy doctor (PhD) on pedagogical sciences is registered under the number B2018.3.PhD/Ped532 in the Higher Attestation Commission at the Cabinet of the Ministers of the Republic of Uzbekistan.

The dissertation has been prepared at Chirchik State Pedagogical University.

The abstract of the dissertation is posted in three (Uzbek, Russian, English (resume)) languages on the website of Scientific Council (www.cspi.uz) and on information and educational portal «Ziyonet» (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor: **Mardonov Shukurillo Kuldashevich**
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Official opponents: **Nurmanov Abdunazar Tashbayevich**
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.

Sharipova Dilara Djumaniyazovna
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.

Leading organization: **Kokand State Pedagogical Institute**

The defence of the dissertation will be held on "___" _____ 2022 at ____ hours at the meeting of Scientific Council DSc. 03/30.04.2021.Ped.82.01 at Chirchik state pedagogical university. (Address: 104 Amir Temur street, Chirchik town, Tashkent region, 111720. Phone.: (99870) 712-27-55; fax: (99870) 712-45-41; e-mail:cspi-kengash@umail.uz.).

The dissertation can be found in the Informational Resource Centre of Chirchik state pedagogical university (registered under №.____). (Address: 104 Amir Temur street, Chirchik town, Tashkent region, 111720. Phone: (99870) 712-27-55; fax: (99870) 712-45-41.

The abstract of the dissertation was distributed on "____" _____ 2022.
(Registry protocol №. ___ dated _____ 2022)

U.N. Xodjamqulov
Chairman of the Scientific Council for awarding academic degrees, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

F.T.Radjapov
Scientific secretary of the scientific council for awarding scientific degrees, p.d.g.s. (PhD), associate professor

Sh.I.Botirova
Chairman of the Scientific Seminar at the Scientific Council for Awarding Academic Degrees, Doctor of Pedagogical Sciences, (DSc) Associate Professor

INTRODUCTION (PhD dissertation abstract)

The purpose of the study is to develop proposals and recommendations for improving the mechanisms for the formation of students' healthy lifestyle skills through folk games.

The object of the study is the process of improving the mechanisms for the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games, 867 students of secondary schools No. 13 of Parkent district, No. 42 of Akkurgan district of Tashkent region, No. 2 of Sharaf Rashidov district of Jizzakh region, No. 25 and No. 27 of the Andijan district of the Andijan region were involved in pedagogical experimental work.

Scientific novelty of the research is as follows:

operational, reflexive and motivational skills of physical education, as well as components for guiding, semantic and procedural healthy behavior have been identified based on the priority of the cognitive, preparatory and productive phases of the process of forming pupils' healthy lifestyle skills;

the functional model of the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games has been improved based on the implementation of the taxonomy of cognitive, axiological and reflexive components of pedagogical activity into the existing educational environment;

pedagogical mechanisms for the formation of pupils' healthy lifestyle skills through folk games have been improved based on the adaptation of the individual educational trajectory of pupils and the methodology of the special course on physical activity to cases, assistance and interactive exercises;

reflexive technologies of healthy lifestyle skills formation have been improved on the basis of mutual internal integration between goal-oriented and motivational-diagnostic, informational-cognitive, operational-activity, productive-reflexive components of physical education and extracurricular activities.

Implementation of the results of the research. Based on the results obtained to improve the mechanisms for the formation of pupils' healthy lifestyle skills through folk games:

suggestions and recommendations on the process of forming pupils' healthy lifestyle skills, operational, reflexive and motivational skills of physical education, as well as components on guiding, semantic and procedural healthy behavior, the basics of developing healthy lifestyle skills in pupils through folk games, are embedded in the content of the textbook under the title “Harakatli o'yinlarni o'rgatish metodikasi” (“Methods of teaching outdoor games”) (Recommended for publication based on the order of the Ministry of Higher and Secondary Specialized Education No. 356 of August 18, 2021. Registration number 356/7-128). As a result, the content of physical education classes and extracurricular activities under the programs of general secondary and secondary specialized vocational education has been improved;

proposals and recommendations on the functional model of the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games, the improvement of

mechanisms for the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games, reflective technologies aimed at improving a healthy lifestyle, have been applied in the implementation of a practical project of Tashkent State Pedagogical University named after Nizami YA-No. 1-6 "Development of a modernized system of innovative pedagogical technologies in teaching physical culture" (2016-2017) and a scientific project of SRCPS named after T.N. Cory Niyazi ITD-No.1-19 "Didactic foundations for the formation of a new content of artistic and aesthetic education (on the example of higher musical and out-of-school education)" (2017-2018) (Certificate of the Ministry of Physical Culture and Sports of the Republic of Uzbekistan No. 01-07-06 -3139 on December 10, 2018). As a result, the process of using innovative pedagogical technologies and didactic principles in the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games has been strengthened.

scientific conclusions, practical proposals and recommendations for improving goal-oriented and motivational-diagnostic, informational-cognitive, operational-activity, resultative-reflexive components of physical education and extracurricular activities, mechanisms for the formation of healthy lifestyle skills in pupils through folk games, are implemented in the content of the textbook entitled “Harakatli o'yinlarni o'rgatish metodikasi” (“Teaching Methods for Outdoor Games”) (Recommended for publication based on the order of the Ministry of Higher and Secondary Specialized Education No. 356 of August 18, 2021. Registration number 356/7-128). As a result, the theoretical and methodological foundations of the textbook have been improved by introducing folk games into the content of physical education.

Structure and volume of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, 130 pages of text, a conclusion, a list of references and applications.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (I часть: I part)

1. Абдуллаев А.А. Синфдан ташқари ишлар жараёнида халқ ўйинларини ўтказиш. Халқ таълими журнали. Тошкент – 2012 йил 6-сон 127-129 бет (13.00.01 №17).
2. Абдуллаев А.А. Халқ ўйинлари воситасида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш. ЎзМУ хабарлари. Тошкент – 2013 йил 1-сон 106-108 б (13.00.00; №15)
3. Абдуллаев А.А. Қадимий халқ ўйинлари-тарбиянинг бир воситаси сифатида. Bola va Zamon 2014-yil 2-son 52-55 bet (13.00.01 №1)
4. Abdullaev A.A. O'zbek xalq sport o'yinlarning amaliy ahamiyati Pedagogika (Pedagogik ta'lim) jurnali – 2014. 5-son 89-92 bet (13.00.01 №6).
5. Абдуллаев А.А. Teaching students a healthy lifestyle through national folk games. British View Multidisciplinary Journal Volume 7 Issue 4 2022(Impact Factor: SJIF 8.528).
6. Abdullaev A.A. Xalq o'yinlaridan foydalanish o'quvchilarni barkamol qilib tarbiyalash yo'llari. Muallim xam uzluksiz bilimdandir. Ilmiy metodik jurnal №1/1 Nukus – 2020 yil. 10-13 b (13.00.00; №20).
7. Abdullaev A.A. Uzliksiz ta`limda o`yinlardan foydalanish orqali o`quvchilarda so`glom turmush tarzini shakllanishtirish. Uzluksiz ta`lim ilmiy-uslubiy jurnal. Toshkent – 2022 yil 3 son 77-81 b (13.00.00; №9).
8. Abdullaev A.A. O'quvchilarni barkamol e'tib tarbiyalashda xalq o'yinlaridan foydalanish yo'llari. Nizomi nomida Toshkent davlat pedagogika universiteti «Boshlang'ich ta'limga xalqaro baholash dasturlarini joriy etishning istiqbollari» XV xalqaro ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari to'plami Toshkent,15 aprel, 2021 y. 278-281 b.
9. Abdullaev A.A. Jismoniy tarbiya darsi sinfdan tashqari ishlar jarayonida xalq o'yinlarini o'tkazish mazmuni. Buxoro davlat universiteti "Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar" Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman 2022 yil 28-29 aprel 95-98 b.
10. Абдуллаев А.А. Халқ ўйинлари боланинг ўйинга ундайди. ТДПУ Бошланғич таълим ва жисмоний маданият йўналишида сифат ва самарадорликни ошириш: муаммо ва ечимлари. Республика илмий-амалий анжуман. Тошкент, 29 апрель 2016 йил 11-12 б
11. Абдуллаев А.А. Ўқувчиларнинг бўш вақтини мазмунили ўтказишда халқ ўйинларида фойдаланиш. Термиз давлат университети Иқтидосий ислоҳотларнинг ҳозирги босқичида аҳоли турмуш даражаси ва сифатини ошириш йўллари. Республика илмий-амалий анжуман. Термиз, 21-22 апрель 2016 йил 387-389 б.

12. Abdullaev A.A. Boshlang‘ich ta’limda jismoniy tarbiya darslarini sog‘lomlashtirishga yo‘naltirish metodikasi Халq таълими 2021 йил махсус 2-сон 9-11 бет (13.00.01 №17).

13. Абдуллаев А.А. Обот турмуш тарзини яратишда халқ ўйинларидан фойдаланиш. Қарақалпақ мамлакатлик университети Мустақиллик йилларида спортнинг ривожланиш тарихи Республика илмий-амалий анжуман материаллари. Нукус – 2013 145-147 б.

14. Abdullaev A.A. Uzliksiz ta’limda xalq o‘yinlari. Ta’lim muammolari jurnali. Toshkent – 2014 yil, 3-son 64-67 b.

15. Абдуллаев А.А. Соғлом турмуш тарзини яратишда халқ ўйинларининг аҳамияти. ТДПУ Педагогик кадрлар тайёрлаш: тарихийлик, замонавийлик, истиқбол Республика илмий-амалий анжуман. Тошкент, 29 сетябрь 2015 йил 293-294 б.

16. Абдуллаев А.А. Таълим муассасаларида жисмоний тарбия жараёнида ўқитувчи-ўқувчи ҳамкорлиги (халқ ўйинлари мисолида). Бухоро давлат университети Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти: муаммолар ва истиқболлар Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари. Бухоро – 2020 йил 6 май 286-287 б

17. Abdullaev A.A. Oilada farzand tarbiyasida xalq o‘yinlaridan foydalanish. Maktabgacha ta’lim xalqaro tajriba va rivojlanish istiqbollari xalqaro ilmiy-amaliy konferesiya materallari Toshkent, 20.11. 2021 y. 373-374 b.

18. Abdullaev A.A., Boliyeva L. Teaching elementary school pupils a healthy lifestyle through national games. Ilkogretim Online - Elementary Education Online, Year; Vol 20 (Issue 4): pp. 1945-1948. Csopus. https://ilkogretim-online.org/?mno=68206 .

19. Абдуллаев А.А. Жисмонан тўғри ривожланишида халқ ўйинларининг аҳамияти. "Экономика и социум" №9(88) Россия, г. Саратов – 2021. 229-232 с (11.00.00; №11).