

7. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе: книга для учителя. –М.: «Просвещение», 2007. –С.127.

РЕЗЮМЕ

Мазкур маколада умумтаълим мактабларидаги педагогик жамоа ўртасидаги зиддиятларни самарали бартараф этишнинг стратегияларига тўхталиб ўтилган. Шунингдек, педагогик жамоада вужудга келадиган зиддиятларни бартараф этиш учун раҳбарларда керак бўлган билим ва кўникмалар тизими баён қилинган.

РЕЗЮМЕ

В данной статье рассматриваются стратегии эффективного устранения конфликтов между педагогическим коллективом в общеобразовательных школах. Также описывается система знаний и навыков, необходимых руководителям для преодоления конфликтов, возникающих в педагогическом коллективе.

SUMMARY

This article discusses strategies for the effective elimination of conflicts between the teaching staff in secondary schools. It also describes the system of knowledge and skills necessary for leaders to overcome conflicts that arise in the teaching community.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПОДГОТОВКИ И ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ – ФУТБОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ СДАЧИ ПРОГРАММЫ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ

Т.Ш.Сейтмуратов – ассистент преподаватель

Каракалпакский государственный университет имени Бердаха

Таянч сўзлар: тренировка-машгулоти жараёни, талабалар тайёргарлиги, спорт-тренировка машгулотлари, тана оғирлиги, жисмоний ривожланиш.

Ключевые слова: тренировочный процесс, подготовка студентов, спортивные тренировки, масса тела, физическое развитие.

Key words: training process, preparation of students, sports training, body weight, physical development.

Футбол является основным спортивным направлением в физической культуре и в спорте. Потому, подготовка и планирование подготовки молодых спортсменов и студентов футболистов является основной направленностью кафедры физической культуры высших учебных заведений.

Известно, что планирование – одно из важнейших условий, обеспечивающих непрерывный рост достижений в процессе тренировки. Базируется оно на общих привычках и методах принятых в системе спортивной тренировки и является интегрированной функцией управления, определяющей не только содержание подготовки, но и систему управления этим процессом [1:113].

Основная задача планирования – определение целей, задач и программы подготовки команды по футболу студентов группы спортивного совершенствования, особенно в условиях неблагоприятных факторов внешней среды.

В нашей исследований определены благоприятные месяцы для использования средств предельно к высокой интенсивности (сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь, январь, февраль, март, апрель, май) и условия высокой эффективности. А внешней среды в летнее время (июнь, июль, август), где рекомендуется проводить подготовку в условиях спортивно-оздоровительного лагеря.

К тому же нами были проведены множество методик в исследований нашего объекта. Например: в среднем масса тела составляет $x=66,7 \pm 10$ кг. Разброс $V=60\%$, а значимость высокие $R=20$, больше среднего значения по данным массы тела имеет 22 студента (55%). В длине тело среднее значение составляет $x=175 \pm 3,5$ см, наибольшее значение имеет один сантиметр – 182 см., наименьшее – 168 см. Являясь высокий ранг влияние $R=22$ в одной из характеристик телосложение ИМТ выявлен в среднем показатель $x=21,7 \pm 1,1$ кг/м², что соответствует норме.

В общей физической подготовленности студенты показывают следующие результаты. В беге на 100 м., в среднем показатель $x=12,82 \pm 26$ см. К высоким ранее влияние $R=21$ из них 55% пробегают эту дистанцию по времени больше среднего результата. В беге на 300 м.

равно $R=22$. Один из студентов показал результат - 12 минут 0,2 сек, а слабый – 13 минут 0,9 сек, в среднем $x=12,4$ сек (таблица 4.).

Если сравнить с тестами утверждённые федерацией футбола 12 студентов показали слабые результаты.

В тоже время следует отметить, что параметры футболистам разработаны для футболистов высокой квалификации, а для студентов отделения спортивного совершенствования по футболу они не разработаны.

Оценками параметров физического развития студентов были выявлены следующие результаты:

Одним из направлений по улучшению здоровья студенческой молодёжи является оценка её показателя.

В течении 2018 -2019 учебного года проведены антропологические измерения (длина и масса тела, окружность грудной клетки и др.). 17 юношей, которые относятся к основной группе здоровья (ОМГ). Юноши были отобраны среди юношей в возрасте 17-20-лет каракалпакской национальности родившихся и проживающих постоянно в регионе, обучающиеся в Каракалпакском государственном университете.

Рассчитаны показатели, характеризующие физическое развитие; индекс массы тела (ИМТ) $= 0,74 \times \text{ОЖ} - 1,241 \times \text{ОШ} + 0,528$. Среднее и значение индекса массы тела у студентов составил $21,7 \pm 1,1$ кг/м² с колебаниями $21 \text{ кг/м}^2 - 27 \text{ кг/м}^2$. С индексом 26 и более выявлено 5 студентов с оценкой ожирение, что составляет 31,3%, а 58,7% имеют (18,5 – 25 норма) нормальное телосложение. Требуется совершенствование учебно- тренировочного процесса с учётом – дифференциального подхода. В показателях жировой массы 1%, в среднем определено 14,7%, что говорит о недостатке её количества, что в свою очередь говорит о недостаточном количестве запаса энергии.

Необходимо отметить, что по окончании педагогического эксперимента данные физического развития был для того, чтобы можно было изучить влияние элементов футбола на здоровье футболистов.

Увеличилась масса тела в среднем ($x=70,8$) и индекс массы тела составил $x=23,9$ (норма), тем не менее выявился недостаток в жировой массе тела (14.7) в то время остальная масса тела составили $x=72,0$ кг (норма). (таблица 3.2).

Таблица 3.1.

Результаты оценки интегральной подготовленности студентов
экспериментальной группы до эксперимента

№	Ф.И.О.	7х50	Бег 3000м	Удар с даль- ней дистанции	Бег 30м	Бег 100м	Масса тела	Длина тела	ИМТ
1	А.А.	1,04	12,8	42	4,44	12,38	67	1,80	20,6
2	М.М.	1,05	12,9	48	4,24	12,50	72	1,72	24,9
3	М.Б.	1,01	12,6	40	4,34	13,02	70	1,80	21,64
4	У.М.	1,07	12,15	36	4,38	13,06	68	1,78	22,8
5	А.Р.	1,06	12,10	34	4,50	12,25	66	1,77	22,8
6	К.Ж.	1,02	12,20	42	4,36	12,45	72	1,82	22,2
7	У.А.	1,06	13,01	46	4,29	13,09	64	1,76	22,1
8	С.И.	1,08	13,05	50	4,45	12,06	75	1,78	25,9
9	Н.К.	1,05	12,45	43	4,36	13,06	63	1,72	21,8
10	И.С.	1,06	12,38	39	4,45	12,23	60	1,81	18,5
11	М.Н.	1,04	12,55	44	4,45	12,45	63	1,74	21,8
12	У.А.	1,05	12,28	47	4,56	12,14	60	1,70	20,7
13	О.Н.	1,04	13,09	37	4,67	12,34	62	1,71	24,2
14	Ю.С.	1,03	12,15	39	4,45	12,25	68	1,68	26,5
15	К.П.	1,08	12,06	43	4,76	12,54	60	1,72	20,7
16	К.Ш.	1,02	12,02	48	4,76	12,04	68	1,74	23,5
17	А.А.	1,01	12,14	52	4,54	12,02	66	1,76	22,8
18	Т.Т.	1,04	12,23	49	4,76	12,06	70	1,78	21,9
19	А.М.	1,01	12,13	45	4,32	12,10	64	1,74	28,9
20	А.К.	1,04	12,25	42	4,65	12,12	67	1,75	23,1
X	Средне-ариф.	1,07	12,72	43,35	4,5	12,82	66,7	1,8	22,8
δ	Средне-квад	0,0	40,7	9,3	0,2	0,6	4,0	0,0	21,7
V %	Коэф.вариации	2,1	2,9	26,3	3,5	3,0	6	2	1,1
tст	Распр студента	24,4%	2,6%	0,7%	6,7%	2,6%	0,5%	16,5%	1,9
R	Ранг влияния	10	11	10	5	21	20	9,2	9

Таблица 4.1.

Результаты и оценка физического развития студентов группы спортивного
совершенствования по футболу по окончании эксперимента

№	Ф.И.О.	Игровая функция	Длина тела (см)	Масса тела (кг)	Индекс массы тела (кг/м ²)		Жировая масса тела		Активная масса тела
					кг	оценка	кг	оценка	
1	А-Ам	вратарь	188	74	23	норма	15,4	норма	93,5
2	А-Д.р.	защитник	182	85	26	ожирение	29,6	Превы- шение	72,9
3	А-Ру	защитник	174	65	23	норма	13	недост	93,8
4	Ж-Аз	защитник	172	62	21	норма	8,9	недост	32,2
5	М-Рул	защитник	182	74	23	норма	18,6	норма	35,6
6	Ш-Нн	защитник	174	78	24	норма	22,1	недост	47,4
7	К-Шер	Полуза- щитник	181	70	22	норма	10	недост	63,7
8	Р-Ок	Полуза- щитник	167	69	27	ожирение	14,1	недост	49,9
9	Р-Аск	Полуза- щитник	182	83	26	ожирение	14,2	недост	93,3
10	Я-Сож	Полуза- щитник	170	70	24	норма	14,1	недост	87,6
11	Ж-Дон	Полуза- щитник	171	65	22	норма	10,9	недост	82,7
12	С-Ат	Полуза- щитник	169	58	23	норма	9,1	недост	86,6
13	С-Аяр	Полуза- щитник	167	67	26	ожирение	4,5	недост	80,5
14	Ж-Аск	Полуза- щитник	169	59	23	норма	19,2	недост	55,9
15	Ур-Пат	Нападаю- щий	182	77	24	норма	10,4	недост	87,3
16	Ру-Аск	Нападаю- щий	173	76	26	ожирение	22,6	Превы- шение	84,6
X			175,8	70,8	23,9	норма	14,7	недост	72,0
δ			7,0	8,0	1,8		5,1		21,8
V%			0,3	0,2	0,4		5,0		5,0

В исследованиях были проанализированы и акцентированы внимание на подготовку студентов-футболистов с учетом их возраста и нами были выявлены следующие выводы:

1. Для повышения оздоровительного эффекта и улучшения параметров соревновательной деятельности студентов занимающихся футболом во внеучебное время использовать средства подготовки годичного образовательного цикла разделённые на этапы (в подготовительном этапе к правления общей физической подготовки низкой и средней интенсивности до 150 уд/мин; в соревновательном этапе – упражнения общей и специальной физическо й подготовки средней и высокой интенсивности (55-180уд/мин);(в переходном этапе упражнения оздоровительной направленности – упражнения низкой интенсивности до 150 уд/мин в условиях спортивно-оздоровительного лагеря.

2. Рациональная планирование тренировочного процесса футболистов групп спортивного совершенствования в условиях неблагоприятных факторов внешней среды и придерживаться следующих рекомендаций: в благоприятные месяцы (сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь, январь, март, апрель, май) использовать средства от и, а феврале-марте-апреле участвовать в соревнованиях и летний периоды (июнь, июль, август) проводить учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздорови-

тельном лагере.

3. Эффективность упражнения спортивной тренировки футболистов связанной как с факторами внешней среды, влияющие на физическое состояние, так и с использованием методов и величин нагрузки соответственно интегральной подготовленности

4. Корректировать программу подготовленности футболистов учитывая состояние организма и работоспособность на основе применения надёжных тестов определяющих: массу тела, индекс массы тела, время бега на 100 м., удар на дальность,

5. Наряду с применением эффективных средств, использованы ведущие факторы интегральной подготовки (прыжок в длину с места, общее количество выполненных технико-тактических действий и их эффективность, бег на дальность, время бег 7х50 м. на основе применения методов сопряжения.

6. На этом этапе спортивного совершенствования важным моментом является обеспечение условий при которых период максимальной расположенности футболиста и достижению высоких результатов в процессе интегральной подготовленности. Всё это даёт возможности повысить эффективность тренировочного процесса и благодаря этому поддержать уровень спортивных результатов.

Литература

1. Исеев Ш.Т., Каипов Ж.Н. Планирование подготовки футболистов в годичном цикле (методическое пособие). –Ташкент: 2016. –С. 2018.

2. Лопатина З.Ф., Бадрутдинов Р.Ф., Хамитова О.Ю. Адаптивные возможности организма. Мат.Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 29-30-ноября 2012. Т.1. –Мурманск: 2013. -С. 208-210.

3. Петр Навретия, Ральф Повемия, ХансВильне, Александр Логинский (русская версия). Катастрофа Аральско-го моря. Kyintupoint. –Ташкент: 2010. –С.43.

Футболчи-талабаларнинг машғулот жараёни тайёрлаш ва режалаштириш жисмоний тарбия мутахассислиги ўқув жараёнининг асосий йўналиши ҳисобланади. Мақолада муаллиф футболчи-талабаларнинг машғулотларини турли параметрлар ва хусусиятлар бўйича таҳлил қилган. Талабаларнинг интеграл тайёргарлигининг асосий баҳолари жадвалларда кўрсатилган.

Подготовка и планирование тренировочного процесса студентов-футболистов является основным направлением учебного процесса специальности физического воспитания. В статье автор проанализировал подготовку студентов-футболистов по множествам параметров и характеристик. Основные оценки интегральной подготовки студентов были показаны в таблицах.

Preparation and planning of the training process of football-students is the main direction of the educational process of the specialty of physical training. In the article, the author analyzed the training of football students by a variety of parameters and characteristics. The main assessments of the integral training of students were shown in the tables.

PEDAGOGIKALIQ PROCESSTI NÁTIYJELI BASQARÍWDA OQÍTÍWSHÍNÍN ORNÍ HÁM ÁHMIYETI

S.Tajbenova – *pedagogika ilimleri boyınsha filosofiya doktori*

E.Bazarbaev - *magistrant*

Ájiniyaz atındaǵı Nókis mámleketlik pedagogikalıq instituti

Tayanch sózlar: boshqaruv mahorati, menejment, boshqaruv, rahbar, salohiyat.

Ключевые слова: навыки управления, менеджмент, руководство, лидерство, потенциал.

Key words: management skills, management, manage, leadership, potential.

Mámleketimizde hárbir insan bársheni oylawı hám gamxorlıq qılıwı ózbek milletiniń turmıshlıq nızamı bolıp esaplanadı. Pedagogikalıq basqarıw sheberligi social tárbiya sistemasınıń eń zárúrli principlerinen biri bolıp tabıladı. Bul principi ámelge asırıw ushın mámleketimizde barlıq sharayatlar jaratılǵan. Eń dáslep jámiyet aǵzalarınıń birgelikte miynet etiwı, birgelikte iskerlik alıp barıwı sebepli birlesken jámáátler kórinisine iye bolıwı támiyinlendi. Bizin mámleketimizde mámleket hám jámáát jumsların talqılaw hám sheshiwde pedagogikalıq basqarıw sheberliginiń roli artıp barmaqda. Jámiyetimizdin turawlı rawajlanıwı ushın ol joqarı potencialǵa iye bolıwı kerek. Usınıń sebebinen jámiyetimiz aǵzalarınıń sanası, ruwxıy mádeniyatı, qanshelli joqarı bolsa, Respublikamızda rawajlanıw sonshelli jetiskenlik penen ámelge asırıladı. Social tárbiyanı, ilim hám bilim beriwdi, xalıqqa mádeniy, kúndelikli xızmet kórsetiwdi ilimiy tiykarda basqarıw zárurligi usınnan kelip shıǵadı. Jámiyettin hám onıń hár bir aǵzasınıń ruwxıy rawajlanıwın basqarıw - ulıwma tálim

xalıq tálimi shólkemleri, kásip-óner, texnika bilim orınları, orta arnawlı hám joqarı oqıw orınları, pedagogikalıq kadrlar mamalıǵın asırıw institutların basqarıwdı, pán, ádebiyat, kórkem óner, mádeniyat, densawlıqtı saqlaw sıyaqlı tarawlardı basqarıwdı óz ishine aladı. Soǵan kóre, tálim sistemasın basqarıw, atap aytqanda, pedagogikalıq processdı basqarıw social basqarıwdın ajıralmaytuǵın bir bólegi bolıp tabıladı.

Jámiyettin ruwxıy turmısın basqarıwda aldına qoyılǵan maqset bolsa ilim-bilimdi, mádeniyattı, hár tárepleme kámal tapqan joqarı intellektuallıq, joqarı dárejedeǵı pák hám etikalıq sıpatlarǵa iye insandı tárbiyalap jetilistiriwden ibarat bolıp esaplanadı. Hár qanday kólemdegi tikkeley social yamasa birge islenetuǵın miynet - basqarıwshıǵa belgili dárejede mıtáj bolıp tabıladı. Bul basqarıwshı individual islerdi bir-birine muwapıqlastıradı hám islep shıǵarıw organizminiń gárezsiz shólkemleri háreketinen parq qılıp, pútkil organizm háreketinen kelip shıǵatuǵın ulıwma wazıypalardı atqaradı. Jalǵız skripkashı ózinen-ózi