

2. Ураимов С. Молодежи на основе внедрения в учебный процесс блочно-модульной системы обучения. 2020.

3. Эрнзаров Ф. талабалари жисмоний сифатларини кўрсаткичи. евразийский журнал академических исследований. Т. 3 № 1 Part 5 (2023): Eurasian Journal of Academic Research. 2023-01-24.

4. Ernazarov G.N. (2023). The level of preparation of players depends on maximum oxygen consumption. *American Journal of Pedagogical and Educational Research*, 8, 68–75. Retrieved from <https://www.americanjournal.org/index.php/ajper/article/view/322>.

REZYUME. 1-2-sinf o'quvchilarda sezgir davrlar va harakat qobiliyatlari o'rtaidagi bog'liqlik o'rganilib, organizmning rivojlanishida moslashish qobiliyatining o'rni ko'rsatilgan. Yillik ta'lim siklida boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda harakat sifatleri dinamikasini kuzatish uchun "Salomatlik" sog'liqni saqlash testlaridan foydalangan holda pedagogik eksperiment o'tkazildi.

РЕЗЮМЕ. Изучена взаимосвязь между чувствительными периодами и двигательными навыками у учащихся 1-2 классов, показана роль адаптивности в развитии организма. В течение годового образовательного цикла был проведен педагогический эксперимент с использованием тестов здоровья «Здоровье» для наблюдения за динамикой двигательных качеств у детей младшего школьного возраста.

SUMMARY. The relationship between sensitive periods and motor skills was studied in 1-2 graders, and the role of adaptability in the development of the organism was shown. During the annual educational cycle, a pedagogical experiment was conducted using "Health" health tests to monitor the dynamics of movement qualities in children of primary school age.

FIZIKALÍQ TAYARLÍQ PROCESINDE AKMEOLOGICALÍQ QATNAS JASAWDÍŃ DIDAKTICALÍQ TIYKARLARI

A.Q.Utepbergenov – biologiya ilimleriniń kandidati, docent

M.A.Turganbaev – student

Ajiniyaz atındaǵı Nókis mámleketlik pedagogikalıq instituti

Tayanch so'zlar: ta'lim, tarbiya, akmeologiya, didaktika, jismoniy tayyorgarlik, sport, texnologiya, harakat, faoliyat, pedagog.

Ключевые слова: воспитание, обучение, акмеология, дидактика, физическая культура, спорт, технология, движение, активность, педагог.

Key words: education, training, acmeology, didactics, physical culture, sport, technology, movement, active, teacher.

Búgingi dáwirde tálim-tarbiya jumsların jáne de kúsheytiwge kúnnen-künge talap artıp barmaqta. Sonıń ushın keleshegimiz iyeleri bolǵan jas áwladtı hár tárepleme jetik dárejede tárbiyalaw tiykarǵı aktual máselelerden birine aylanbaqta. Solay eken, jas áwladtı salamat pikirlew, medicinalıq mádeniyat, salamat turmıs tárzi kónlikpelerin ideal dárejede qalıptestirip barıwı, milliy, ulıwma insaniylik hám manawiy qadıriyatlar tiykarında zamanagóy bilimge iye bolǵan sıpatlı kadr etip tárbiyalaw eń baslı jónelislerden bolıp esaplanadı. Ózbekstan Respublikası Ministrler Kabinetiniń Qararı 1997-jıl 31-dekabr 586-sanlı Ózbekstan Balalar sporttı rawajlandırıw fondın dúziw haqqında, Ózbekstan Respublikası Prezidentiniń Pármanı, ásirese pedagogikalıq bilim innovaciyalıq klaster tálim türlerin ilimiy, metodikalıq hám bilim iskerligin rawajlandırıw jumsların ámelge asıradı. Bul bolsa professor oqıtıwshılardıń innovatorlıq hám dóretiwshilik iskerligine baylanıslı bolıp, innovaciyalıq tálim texnologiyaların bilimlendiriw orınların oqıw-tarbiyalıq jumslarında jańa imkaniyatların jedel ǵalabalastırıw múmkinshiligin payda etedi. Akmeologiya bolsa rawajlanıwdıń eń joqarı shoqqıǵa shıǵıw dárejelerin kórsetedi.

Insaniyattıń aqıl-oyı, sanasınıń jemisi sıpatında joqarı texnologiyalar tiykarında ónimler islep shıǵarıw hám turmıslıq abadanlıqtı támiyinlewde olardan paydalanıwǵa qaratılǵan iskerliktiń ámelge asırılıwı hár túrli táliymatlar, ideyalar, kózqaraslar hám qatnaslardıń úylesimin talap etedi.

Ásirimizdiń texnologiyalıq rawajlanıwı jedellik penen keship atırǵan bir dáwirde hár bir kásiplik iyesi, áyne waqıtta, jámiyettiń belsendi aǵzası óz kásiplik hám jeke sıpatların joqarı dárejede qalıptestiriw hám jarqın kórsete alıw ózgesheligine iye bolıw lazım. Búgingi künde social-ekonomikalıq rawajlanıw sonı talap etpekte. Solay eken, Ózbekstan Respublikası Prezidentiniń 2017-jılı 20-aprelde daǵazalanǵan «Joqarı bilimlendiriw sistemasın jáne de rawajlandırıw is-ilajları haqqında»ǵı Qararında: «...pedagog kadrlardıń kásiplik sheberligi, sıpatı hám dárejesin úziksiz joqarılatıw, ...qanıgeligin asırıw» lazımlıǵı, bunıń ushın bolsa «...joqarı bilimlendiriwdiń ruwxıy-ádep-ikramlıq mazmunın asırıw, talaba-jaslarǵa ǵárezsizlik ideyalarına, joqarı ruwxıy hám insaniylyqtıń milliy dástúrlerge sadıqlıq ruwxın tereń sińdiriw, olarda jat ideya ideologiyaǵa qarsı immunitet hám sın pikirdi bekkemlew boyınsha keń kólemli ruwxıy hám tarbiyalıq jumslardı alıp barıw» zárurlıǵı biykarǵa atap ótilmegen.

Pedagogika páninde oqıtıwshını pedagogikalıq iskerlikke tayarlaw hám onıń sheberligi, sóylew texnikası,

qarım-qatnası sıyaqlı máseleler óz aldına úyreniliwine qaramastan, oqıtıwshınıń óz uqıbı, bilimi hám imkaniyatların eń joqarı dárejede kórsetiwge qaratılǵan izertlewlerge zárúrlık tuwıldı. Birinshi náwbette, usı máselege itibar qaratqan psixologlar shaxstıń psixofiziologiyalıq ózgesheliklerin inabatqa alǵan türde onıń joqarı shıǵıwǵa erisiw imkaniyatların esaplap shıǵadı. Biraq bolajaq pedagog-tarbiyashın úziksiz bilimlendiriw sistemasınıń hár túrli oqıw orınlarında óziniń joqarı professional ózgesheliklerin kórsetip, tek onı pedagogikalıq iskerlik dawamında jetilistirip barmastan, bálkim hár tárepleme jetik, bárkamal áwladtı kamalǵa keltiriw xızmetinde jeke juwapkershilikti seziniw talap etiledi. Soǵan muwapıq, kóplegen pedagog-psixolog ilimpazlardıń unamlı-háreketine baylanıslı kásiplik iskerliginde eń joqarı shoqqıǵa erisiw hám ol arqalı jámiyettiń rawajlanıwınıń xronologiyalıq jılıwı negizinde joqarı nátiyjelerdi qolǵa kiritiwdi ańlatatıwın akmeologiya túsiniǵı júzege keldi.

Akmeologiya qanıgelerdıń joqarı professionalizmi hám dóretiwshilik sheberligi mashqalaların aqlıǵa say sheshiwde zárúr insaniy resurslardan biri ekenligin ilimiy tiykarlawshı jańa integrativ-kompleks pán sıpatında qalıptesedi. Bul pán insan kásiplik iskerligi sheńberindegi professionalıq hám dóretiwshiliktiń akme dárejede rawajlanıwı ushın zárúrlı nızamlılıqlardı úyrengenligi sebepli «akmeologiya» atamasınıń mazmun-mánisi ilimpazlardıń hár túrli báseki hám tartıslarına sebep boldı.

Pedagogikalıq teoriyada atap ótiliwinshe, akmeologiya «insannıń sociallıq rawajlanıw barısı» haqqındaǵı pánleraralıq jańa oqıw predmetiniń bolıp esaplanıp, ol shaxstıń dóretiwshilik imkaniyatların joqarılatıw hám kásiplik sheberliginiń joqarı shoqqısına kóteriliw nızamlılıqların izertleydi.

Akmeologiya grekshe akme – shoqqı, joqarı dáreje, eń joqarı noqat, kámillik, jetiklik, eń ózgeshe dáwir, logos – táliymat mánislerin ańlatıp, insannıń kásiplik jetiklik dárejesi basqıshında (30-35 jas) onıń bahalı, ózine tán aqlılı, ruwxıy, fiziologiyalıq ózgeshelikleriniń akme tiykarındaǵı rawajlanıw nızamlılıqların úyrenetuǵın pán.

Akmeologiyanın áhmiyetli wazıypası insannıń rawajlanıwınıń túrli jas dáwirlerinde óz imkaniyatların tolıq kórsete alıw qábiletin anıqlaw hám ilimiy jaqtan tiykarlawdan ibarat.

Sonnan, pedagogikalıq akmeologiya, áskeriy akmeologiya, basqarıw akmeologiyası, medicina akmeologiyası, iskerlik akmeologiyası, ekonomikalıq akmeologiya, huqıq akmeologiyası sıyaqlı bir qatar baǵdarlar jedel rawajlandı hám rawajlanbaqta.

Shaxstnīn ōz-ōziniīn dōretiwhiligin kōrsetiwdi aīlatatūgin akmeologiyalīq tūsīnik āyyemgi filosof hām oyshillar Platon, Leonardo do Vinci, Al Xorazmiy, Ibn Sino, Jaloliddin Rumiy, Bahouddin Naqshband, V.S.Solovev, N.O.Losskoy, N.I.Pirogov, V.M.Bexterevtīn iskerlikleri menen tūgiz baylanislī.

Oqitw āmeliyatında “hāreket iskerligi tālimi”, “hāreketke ūyretiw”, “hāreket uqibī”, “hāreket kōnlikpesi”, “teoriyalīq bilim” siyaqlī atamalardan paydalaniladi hām joqarida atap ōtilgenindey, fizikalīq maqlīwmat beriw siyaqlī maqsetti āmelge asiradi.

Xalīqtī fizikalīq tārbīya hām sportqa tartiw hām sport tūrleri arqalī salamatlastiriw āzel-āzelden tān alinip kelmekte. Bul bolsa salamat ortalīqtī jaratip gāna qalmay, hār bir jas āwladtī unamlī hām dōretiwhilik tārepke baḡdarlawḡa xīzmet etedi. Bul boyınsha soīḡi jillarda māmleketimiz tārepinen ayırıqsha itibar qaratilip atırḡanı hām memizge belgili. Asirese, bul baḡdarda shīḡip atırḡan hār bir qarar hām pārman fizikalīq tārbīya hām va sporttūn rawajlanıwına jaḡday jaratip kelmekte.

Sport hām bilimlendiriw tarawının zaman talabına sāykes halda rawajlanip barıwı būgingi künde konkurent dārejesiniīn keskin joqarılavına alıp kelmekte. Tālim hām tārbīyanı rawajlanıwında jaslar qatlamının bilim hām sheberliginiīn joqarı dārejege shīḡıwın tāmiyinlewde būgingi künde zamanāḡoy qatnas jasawḡa zārūrlik seziledi. Asirese, sporttūn pūtīk dūnya jāmiyeti turmısındaḡı roli oḡada asıp, tereñlesip barıwı hār qashan innovaciyalīq hām ilimiy baylanısqa tiykarlanıp qatnas jasawdı talap etedi. Būgingi künde pedagogikalīq tālim innovaciyalīq klasteri hām akmeologiyaniīn sport tarawında āmeliyatqa engiziliwı zamanāḡoy mexanizm bolıp sanaladi.

Akmeologiya insanniīn jetikligi haqqındaḡı ōz pikirlerin bildiriwden tısqari, jāmiyet ushın hār bir individual barınsha uzaq waqt dawamında akme dāwirine iye bolıwı oḡada āhmiyetli.

Akmeologiya baḡdarları: bōlek-bōlek, kōrip shīḡıla-tūgin tāliymat sheñberinde professional akmeologiya bar. Ōz nāwbetinde, ol ōziniīn tōmendegi kōrsetpelerine iye:

- pedagogikalīq akmeologiya;
- mektep;
- fizikalīq mādeniyat akmeologiyası;
- sociallıq;
- āskeriy;
- medicinalıq.

Ādebiyatlar

1. Кипчаков Б.Б., Утепбергенов А.К. Интенсив физикалык юктамаларнинг юқори тоифали спортчиларнинг физиологик ҳолатига таъсири. // “Илим ҳам ҷамийет”. №1. 2021.
2. Утепбергенов А.К., Шукруллаев Ж.М. Особенности акмеологического подхода и системы дидактического обоснования развития физических качеств у школьников средствами волейбольного. Экономика и социум №3(82) 2021.
3. Almatov K. T., Allamuratov Sh. I. Human and animal physiology. — T.: University. 2004.
4. Утепбергенов А.К., Шукруллаев Ж.М. MUSCLE POWER AND SPEED-POWER PHYSIOLOGICAL BASIC OF QUALITIES. Turkish journal of Physiotherapy and Rehabilitation.(Turkish Scopus).
5. Утепбергенов А.К., Шукруллаев Ж.М. preliminary stages of didaktiks in the process of akmeologikal approach to volleyball sports. Innovative technologica methodical research journal
6. Xudoyberganov J.S. Asian Research Journals <http://www.tarj.in> Scientific And Pedagogical Ways To Instill In Students The National And Universal Values Through “Kurash” Issn: 2278-4853 Vol 9, Issue 1, January, 2020 Impact Factor: SJIF 2020 = 6.882 0.5958/2278-4853.2020.00007.5
7. Қутлимуратов М.А., Утепбергенов А.К. Физикалык тарбия дарсида мустақил малакаларини шакллантириш. «Жедел ишбилерменлик, инновациялык идеялар ҳам технологияларды қоллап-қуўатлаў жылы»на бағышланған «Илим ҳам тәлим-тәрбияның әҳмийетли мәселелери» атамасындағы Республикалық илимий теориялық ҳам әмелий конференция материаллары. 2018/6/19
8. Утепбергенов А.К., Бегдullaева Г., Рзаев Р. Исследование жизненного индекса (ЖИ) у спортсменов проживающих в различных районах Каракалпаки.«Дене тәрбиясы ҳам ғалабалық спортты раўажландырыўдың илимий-теориялық тийкарлары» атамасындағы республикалық илимий-теориялық конференция. 2018/4/20.
9. Утепбергенов А.К., Абдуллаева Д. Спортшылардың ҳәрәкет көнликпелериниң қәлипlesiўинде физикалык сапа көрсеткишиниң жетилисиўи.«Дене тәрбиясы ҳам ғалабалық спортты раўажландырыўдың илимий-теориялық тийкарлары» атамасындағы республикалық илимий-теориялық конференция. 2018/4/20.
10. Утепбергенов А.К., Матчанов А. Исследование антропометрических и физиологических параметров у спортсменов в условиях Южного Приаралья - // Вестник ККОАН Руз, 2007. 15-17

Shiniḡıwlarıdn tiykarḡı baḡdarı – jaḡdayḡa sāykes tūrde hāreket usılın tañlawdan ibarat. Māselen: toptı qabil etiwde sheriginiīn ōz ara hāreketin ōziniīn hāreketi menen baylanıstırıp, joqarıdaḡı atap ōtilgen shiniḡıwlarıdn orinlawdan ibarat boladi.

Bunday shiniḡıwlarıdn maqseti – anıq top uzatıw, qabil etiw, hāreketleniwler ideallıḡın tāmiyinlewden ibarat bolıp, sonıīn menen birge fizikalīq sıpatlar kōrsetkishlerin de joqarı dārejede rawajlandırıp baradi.

Bunday shiniḡıwlarıdn mānisi sonnan ibarat, shuḡıllanıwshılardıḡa taktikalīq hāreket usılın tañlaw hām onıīn nātiyjeliligin bahalaw sharayati jaratıladi.

Fizikalīq tayarlıq ulıwma hām arnawlı fizikalīq tayarlıqqa bōlinedi. Ulıwma fizikalīq tayarlıq sport trenirovkasin belgili wazıypalardan biri sıpatında shuḡıllanıwshılardıdn tolıq tūrde fizikalīq rawajlanıwı hām hār tārepleme fizikalīq tayarlıḡın tāmiyinlewge qaratiladi. Ulıwma fizikalīq tayarlıq zārūr turmıslıq bilimin jetilistiriwge hām tiykarḡı fizikalīq sıpatlardı rawajlandırıwḡa baḡdarlangan process bolıp sanaladi. Maqsetli arnawlı fizikalīq tayarlıqtı tırnaqtası bolḡan ulıwma fizikalīq tayarlıq bazasın jaratıw.

Ulıwma fizikalīq tayarlıqtı wazıypaları - tiykarḡı fizikalīq sıpatlardı rawajlandırıw, organizmniīn funktsional imkaniyatların asırıw hāreket uqıplarının kōlemi hām orınlanıw shegarasın keñeytiw hām densawlıqtı bekkemlew, tikleniw procesin jedellestiriw, organizmniīn sırtqı hām ishki unamsız tāsirlerge bolḡan shıdamlılıḡın asırıwdan ibarat.

Arnawlı fizikalīq tayarlıq - tañlangan sport tūrinde joqarı nātiyjelerge erisiw maqsetinde usı sport tūrinde tiykarḡı sheshiwshi āhmiyetke iye bolḡan fizikalīq sıpatlardı rawajlandırıwḡa baḡdarlangan process.

Arnawlı fizikalīq tayarlıq sport trenirovkasının barlıq basqısh hām dāwirlerinde kōlemi hām tezligi jaḡınan mūnāsıp ōlshemde qollanıladi.

Teoriyalīq hām psixologiyalīq tayarlıq.

“Psixologiya” – ruwxıyat hām qāsiyetlerin ūyreniwshi pāndı aīlatadi. Demek, “psixologiyalīq tayarlıq” dizbeginiīn ornına “psixikalīq tayarlıq” sōz dizbegin qollanıw anıḡıraq boladi dew mūmkin.

Akmeologiyalīq juwmaqlar nātiyjeleriniīn ūlken āmeliy āhmiyeti sonda, olar insandı qanday sharayatlarda intellektual, fizikalīq hām ruwxıy belsendilik shoqqısına alıp shıqqanlıḡı haqqında maḡlıwmattı bildiredi.

REZYUME. Maqolada akmeologik yondashuvning didaktik asoslari, akmeologiyaning jihatlari, jismoniy tarbiyadagi nazariy va psixologik tayyorgarlik haqida qisqacha so'z yuritiladi.

РЕЗЮМЕ. В статье кратко рассматриваются дидактические основы акмеологического подхода, аспекты акмеологии, теоретико-психологическая подготовка в физическом воспитании.

SUMMARY. The article briefly discusses the didactic foundations of the acmeological approach, aspects of acmeology, theoretical and psychological training in physical education.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЛАЧНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УПРАВЛЕНИИ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

М.Р.Закирова – доктор философии педагогических наук, доцент

Ташкентский университет информационных технологий имени Мухаммада аль-Хоразмий

Таянч сўзлар: инновацион ахборот ва бошқарув муҳити, булутли технологиялар, мактаб бошқаруви, рақамлаштириш, рақамли технологиялар.

Ключевые слова: инновационная информационно-управленческая среда, облачные технологии, управление школой, цифровизация, цифровые технологии.

Key words. innovative information and management environment, cloud technologies, school management, digitalization, digital technologies.

Введение. Сегодня цифровизация выступает как фактор мирового развития, она охватывает все сферы деятельности общества, в частности образование. Цифровизация основана на преобразовании информации в цифровую форму, что приводит к повышению эффективности экономики, улучшению качества жизни человека (мобильность, доступность, комфортность). Процесс цифровизации вносит изменения в то, как человек действует, в способы взаимодействия людей с внешней средой и друг с другом.

Цифровые технологии, в частности облачные технологии обеспечивают непрерывную коммуникацию, обеспечивают постоянный сетевой доступ к информационным ресурсам.

Современная школа – это открытая социально – педагогическая система, включающая в себя взаимодействие педагогического, ученического и родительского коллективов как равноправных партнеров, которые стремятся к диалогу, межличностному общению, широкому социальному партнерству, цель которого, повышение качества образования как процесса и качества образования как его результата [1].

Цифровая школа — это такое образовательное учреждение, которое оснащено современным цифровым оборудованием, программным обеспечением и эффективно использующим его в управленческом и образовательном процессе с учетом своих особенностей (материального положения, готовности учителей и управленческого персонала).

Исследование посвящено актуальной проблеме использованию облачных технологий в управлении средней общеобразовательной школы, вызванной запросами цифровизации образования.

1. Концепция и характеристики облачных вычислений

Облачные вычисления — это революционная веха в современных ИТ-технологиях. Многие люди каждый день пользуются облачными технологиями в повседневной жизни.

Облачные вычисления с их супервычислительными мощностями и огромным объемом информации позволяют различным отраслям пользоваться обильными ресурсами и становятся наиболее эффективным инструментом развития информатизации.

В документе IEEE [6] дается следующее определение облачных вычислений - «... парадигма, в рамках которой информация постоянно хранится на серверах в интернете и временно кэшируется на клиентской стороне» [6].

Главной функцией облачных вычислений является удовлетворение потребностей пользователей, которые нуждаются в отдаленной обработке данных. Суть концепции облачных вычислений заключается в предоставлении конечным пользователям удаленного динамического доступа к услугам, вычислительным ресурсам и приложениям (включая операционные системы и инфраструктуру) через Интернет.

Применение облачных вычислений обеспечивает удобство для социального развития, а его собственные характеристики востребованы во всех сферах жизни. Характеристики облачных вычислений включают низкие эксплуатационные расходы, хорошую стабильность и надежность, аналитические вычислительные мощности и возможности хранения больших данных, а также лучшую масштабируемость. Многие характеристики заставляют пользователей чувствовать себя лучше, доступ к службам ресурсов более удобен, может максимально использовать ресурсы.

2. Преимущества использования облачных технологий в управлении образовательной организацией

Множество организаций специально создают сети построены на облачных вычислениях, так как проще иметь один мощный сервер, чем обеспечить каждого сотрудника мощным компьютером. С использованием облачных технологий независимо от трудоспособности компьютера данные не страдают. Также облачные технологии позволяют работать совместно, даже находясь за много тысяч километров.

Раскроем преимущества использования облачных технологий в управлении образовательной организацией:

2.1. Организаторскую, управленческую деятельность можно проводить в любое время и в любом месте;

Пока вы можете использовать устройство, имеющее доступ к Интернету, любой пользователь может брать определенные задачи домой; Пользователи могут использовать информационные ресурсы в любое время и в любом месте, поскольку все данные хранятся в облаке.

2.2. Использование облачных технологий в управлении школой может значительно снизить стоимость программного и аппаратного обеспечения;

Наверное, основным преимуществом является возможность сэкономить на дорогом программном обеспечении. Ведь не нужно на каждый ПК школьного со-