shaklida ko‘rsatiladi. Agar foydalanuvchi to‘rtburchakka tegsa, videoni ijro etish /to‘xtatish, oldinga o‘tish va orqaga o‘tish uchun boshqaruv elementlari paydo bo‘ladi. Ilova shuningdek, Start, Pause va Seek To usullarini chaqirish orqali xatti-harakatlarni boshqarishi mumkin. Video fayllar 3GPP (.3gp) yoki MPEG-4 (.mp4) formatlaridabo‘lishikerak. Huquqiy formatlar haqida batafsil ma’lumot olish uchun Android tomonidan qo‘llab-quvvatlanadigan media formatlariga qarang. Android uchun App Inventor faqat 1 MB dankichik video fayllarga ruxsat beradi va ilovaning umumiy hajmini 5 MB bilan cheklaydi. Agar sizning media fayllaringiz juda katta bo‘lsa, ilovangizni tayyorlash yoki o‘rnatish da xatoliklarga duch kelishingiz mumkin, buholdasiz media fayllar sonini yoki ularnin go‘lchamlarini kamaytirishingiz kerak. Windows Movie Maker va Apple iMovie kabiko‘pgina video tahrirlash dasturlari videolarni qisqartirish yoki videoni yana daixc ham formatga qayta kodlash orqali ularning hajmini kamaytirishga yordam beradi. Siz shuningdek, media manbasini oqimli videoga ishoraqiluvchi URL manziliga o‘rnatishingiz mumkin, lekin URL videoni ijro qiladigan dasturga emas, balki video faylningo‘zigaish oraqilishi kerak.

10.4-ekran (Screen4)ga esa **User Interface** palitrasidan **Image** komponentini o‘rnating. Tasvirlarni qo‘yish uchun zaruriy komponent bo‘lib, belgilangan rasm va tasvir ko'rinishining boshqa jihatlari **Designer** rejimida yoki **Blocks** muharririda belgilanishi mumkin. Qo‘yilgan rasmni ham video singari bir qancha o‘zgartirilishi mumkin bo‘lgan xususiyatlari mavjud. Masalan,AlternateText, Clickable, Height, Width, Picture, RotationAngle, ScalePictureToFitshularjumlasidandir.

11. Platforma asosiy menyusining **Build**bandidan **AndroidApp**(.apk formatida kompyuterga saqlash imkonini beradi)buyrug‘ini beramiz.

12.Bu faylni mobil qurilmaga ko‘chirib o‘rnatgandan keyin undan foydalanish mumkin bo‘ladi.

Bu kabi yo‘llar bilan o‘quv maqsadlardagi mobil ilovalarni yaratish ta’lim muassasasi o‘quvchi, talaba va turli tehsil oluvchilarining katta auditoriyasini qamrab oladi. Talabalarga zaruriy bilim va ko‘rsatmalarni berish, ularning mustaqil ta’limlarini samarali tashkil qilish da yaxshi samara beradi. Chunki mobil qurilmalar kun davomida talaba qayerda (uyda, transportda, ko‘chada, kutishjoylaridavaboshqayerlarda) bo‘lishidan qat’iynazarhar doim uning yonida bo‘lib o‘quv kontentlarini matn, tasvir, audio, video ko‘rinishlarda taqdim etish bilan birga o‘zida talabalar bilan muloqotga kirishish funktsional imkoniyatlarini beradiganin terfaollikni taqdimetadi. Eng asosiysi talabada o‘qishga qiziqish va xohish bo‘lsa bo‘ldi.

Adabiyotlar

1. Петрова Н.П., Бондарева Г.А. Цифровизация и цифровые технологии в образовании. Мир науки, культуры, образования. ISSN 1991-5497. № 5 (78) 2019. -С. 353-355.

2.Жўраев В.Т. Электрон таълим муҳитида педагогик дастурий воситалардан фойдаланиш методикасини такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) дис. – Тошкент: ТДПУ, 2021 й. 178-б.

3. West M., Vosloo S. UNESCO policy guidelines for mobile learning //United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. 2013. -P. 42.

REZYUME. Maqolada muallif akademik litseylar ta’lim jarayonida mobil texnologiyalardan foydalanib samaradorlikka erishishning ba’zi masalalarini ochib bergan.

РЕЗЮМЕ. В статье автор раскрыл некоторые вопросы достижения эффективности использования мобильных технологий в образовательном процессе академических лицеев.

SUMMARY. In the article, the author revealed some issues of achieving efficiency using mobile technologies in the educational process of academic lyceums.

ЁШ БАДИИЙ ГИМНАСТИКАЧИЛАРДА УМУМИЙ ЧИДАМЛИЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ УСЛУБИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ

З.Ў.Тўйчиев – *катта ўқитувчи*

Д.Т.Тўйчиева – *ўқитувчи*

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети

Таянч сўзлар: махсус-ҳаракат тайёргарлик, жисмоний ва техник тайёргарлик, амалий гимнастика машқлари, координацион ва куч чидамлилик асосий гимнастика воситалари, амалий кўникма ва назарий билимлар.

Ключевые слова: специально-двигательная подготовка, физическая и техническая подготовка, упражнения прикладной гимнастики, основные гимнастические средства координации и силовой выносливости, практические навыки и теоретические знания.

Key words: special motion training, physical and technical training, applied gymnastic exercises, basic gymnastic means of coordination and strength endurance, practical skills and theoretical knowledge.

Тадқиқотнинг долзарблиги: Мавзу доирасида ўрганилган адабиётлар, илмий тадқиқотлардан аниқландики, бадиий гимнастикасида хос жисмоний ва махсус ҳаракат тайёргарлигини таъминловчи илмий асосланган машқлар мажмуаси ҳамда шу жараён самарадорлигини баҳоловчи меъёрий талаблар поёнига етмаган, ёш бадиий гимнастикачиларни тайёрлаш амалиётида эса ушбу муаммолар назардан четда қолган. Бадиий гимнастика машқларининг борган сари мураккаблашиб бориши дастлабки тайёргарлик босқичида шуғулланаётган қизларнинг ҳаракат сифатлари ва малакаларини шакллантириш масаласини янада долзарб поғонага кўтармоқда. Мураккаблашиб бораётган машқлар мазмунида кўпгина бир-бирига ўхшаш ва узвий боғлиқ бўлган ҳаракат элементлари мавжуддир.

Бинобарин, жисмоний сифатларни ривожлантириш жараёни шундай ташкил этилиши лозимки, олдиндан ўзлаштирилган бир гуруҳ машқлар нафақат бошқа турдош машқлар элементларига ўргатиш масаласини енгиллаштириши даркор, балки дастлабки ўзлаштирилган машқлар қайд этилган турдош машқларга ўргатишда асосий манба бўлиб хизмат қилиши мақсадга мувофиқдир. Бунга етакчи техник хусусиятларга эга кенг гимнастик машқлар мажмуасига асосан ишлаб чиқилган мувофиқ жисмоний ва махсус ҳаракат тайёргарлиги ҳамоҳанг бўлиши мумкин. Ташкилий ва услубий жиҳатдан бундай ихтисослаштирилган тайёргарлик нафақат таснифий (классификацион) асосда уюштирилиши керак, балки махсус танланган ўқув-машғулот машқлари ёрдамида олиб борилиши муҳим аҳамият касб этади.

Тадқиқотнинг мақсади: Жисмоний ва амалий машқлар воситаларидан фойдаланиб ёш бадиий гимнастикачиларни чидамлилигини ривожлантириш.

Тадқиқотнинг вазифалари: Ёш бадиий гимнастикачиларни чидамлилигини ошириш учун қуйидаги вазифаларни олдимизга қўйдик:

1. Бадиий гимнастикада бажариладиган машқлар кетма-кетлигини ўргатиш усулларини адабиётлардан ўрганиб чиқиш.

2. Амалиётда бажариладиган машқларни ўргатиш кетма-кетлигини ўрганиш.

3. Ишлаб чиқилган мажмуаларни тадқиқот орқали асослаб бериш ва самарадорлигини кўриб чиқиш.

Тадқиқотнинг ташкиллаштириш: Тадқиқотлар 2021 йил сентябрь ойидан 2022 йилнинг сентябрь ойигача Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек туманидаги 1-БЎСМ бир йил давомида олиб борилди. Педагогик тажриба икки босқичда олиб борилди. Биринчи босқичи ёш бадиий гимнастикачиларнинг жисмоний сифатларини текшириш учун ўтказилди. (2021 йил сентябрида). Тажрибада 30 нафар қизлар иштирок этди.

Тадқиқотнинг натижалари: Махсус жисмоний тайёргарлик – жисмоний сифатларни тарбиялашга ва мукаммаллаштиришга хизмат қилади ҳамда бадиий гимнастика машқларини техникасини муваффақиятли бажаришга ва уни такомиллаштиришга имконият яратади.

Махсус жисмоний тайёргарликда чидамлиликни, тезкорликни, эгилувчанликни, кучни ва координацион ҳаракатларни тарбиялаш назарда тутилган. Бадиий гимнастикачи қизларни жисмоний сифатлари даражасини оптимал ривожлантиришни ҳисобга олиш лозим.

Мисол, агарда спорт гимнастикачиларда акробатика машқларини бажаришда тезкор куч қобилиятини максимал даражада талаб қилса, бадиий гимнастикада эса сакраш машқларини бажаришда, фақатгина сакраганда унинг баландлиги эмас ифодали бажариши ҳам жуда муҳим.

Махсус жисмоний тайёргарлик машқларининг асосий воситалари машқларнинг техникаси тизимига, асосий ҳаракат кўникмаларига яқин машқларни ва ҳаракат сифатларини тарбиялашни эҳтиёж бўлган даражагача талаб қилади.

Тажрибадан олдин қизларнинг махсус жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш ўлчаш учун берилган тест натижаларидан кўриниб турибдики тажриба ва назорат гуруҳида ҳам деярлик бир хил натижа. Эгилувчанлик ўртача ҳисобда тажриба гуруҳида 55,0 см бўлса, назорат гуруҳида 55,3 см кўрсатмоқда. Мувозанат ушлаб туриш вақти эса тажриба гуруҳида 3,9 секунд бўлса, назорат гуруҳида эса 3,8 секунд, куч учун берилган гимнастика деворида оёқларни тўғри бурчак остида кўтариш сони тажриба гуруҳида 5,4 марта, назорат гуруҳида ҳам 5,4 мартани кўриш мумкин. Сакраш баландлиги эса тажриба гуруҳида 14,2 см, назорат гуруҳида 13,9 см ташкил этди. Тезкорлик учун энгашиб оёқларни ушлаш ҳолатидан, кўлларга таяниб ётиш ва қайтиш ҳаракатини 10 секунд ичида тажриба гуруҳидаги қизлар 2 марта, назорат гуруҳидаги қизлар эса 1,5 марта бажаришди.

Демак, кўриниб турибдики тажриба ва назорат гуруҳларининг тажрибадан олдинги кўрсаткичлари бир биридан унчалик фарқ қилмайди. Иккала гуруҳнинг қизлари бир хил махсус жисмоний тайёргарлик даражасига эга.

Маълумки, бадиий гимнастика машқлари кундан кунга мураккаблашиб бормоқда. Шунинг учун ҳам шуғулланаётган ёш қизларнинг махсус жисмоний тайёргарлик даражасини тезроқ ва енгил усуллар билан ривожлантириш мақсадга мувофиқдир.

Спорчи қизлардаги махсус жисмоний тайёргарлик даражасини ошириб ана ундан кейин ушбу ҳаракатларни бажариш мақсадга мувофиқдир. Айнан шунинг учун ҳам эътиборимизни энг аввало махсус жисмоний тайёргарликка қаратдик.

Биз ҳам тажриба гуруҳи учун махсус жисмоний тайёргарлик даражасини ривожлантиришга қаратилган машқларни ўргатиш кетма-кетлигидаги мажмуалар ишлаб чиқдик. Бу мажмуалар машғулот вазифаларига қараб машғулотнинг тайёргарлик қисмида, асосий қисмда ва якуний қисмда берилди.

1-жадвал. Тажриба гуруҳида шуғулланувчи қизларнинг тадқиқотдан кейинги махсус жисмоний тайёргарлик даражасини ўлчаш натижалари (тадқиқотдан кейин)

№	И.О.Ф	Эгилувчанлик	Мувозанат	Куч	Сакровчанлик	Тезкорлик
1	Каримова Л	42	9	15	19,5	3
2	Бахромова Г	45	9	14	17,3	4
3	Вахобова Ж	43	7	16	19,5	3
4	Исломова М	42	8	16	22,2	4
5	Давидова О	45	7	11	23,7	3
6	Довулова М	39	8	12	24,2	5
7	Эргашева Л	47	8	11	17,5	3
8	Юсупова Ж	46	7	12	18,0	4
9	Жавлонова М	43	8	15	19,3	5
10	Икромова М	42	9	11	19,8	3
11	Бердиева К	40	9	13	17,7	5
12	Шарипова С	42	8	15	18,7	6
13	Турғунова М	44	6	14	15,8	7
14	Эргашева З	46	8	14	17,1	4
15	Эгамова Ф	48	9	15	16,1	5
	Жами X хисобида	**43,6**	**8**	**13,6**	**19,0**	**4,2**

2-жадвал. Назорат гуруҳида шуғулланувчи қизларнинг тадқиқотдан кейинги махсус жисмоний тайёргарлик даражасини ўлчаш натижалари (тадқиқотдан кейин)

№	И.О.Ф	Эгилувчанлик	Мувозанат	Куч	Сакровчанлик	Тезкорлик
1	Абдужабборова Л	50	5	10	17,5	3
2	Вохидова Н	51	6	8	14,9	2
3	Тохирова Р	52	5	10	15,1	3
4	Косимова М	49	6	9	15,7	3
5	Давриддинова Г	51	6	8	16,2	2
6	Қодирова И	48	5	10	17,0	3
7	Эшмахматова О	54	6	8	13,8	2
8	Юлдашева М	53	5	10	14,9	2
9	Жалолова М	49	6	10	16,5	3
10	Ўктамова А	55	6	8	14,6	2
11	Тошева Ш	50	6	6	12,5	2
12	Карисмова С	48	5	7	11,7	4
13	Ражабова Г	49	6	8	10,7	3
14	Бозорова М	51	4	9	13,2	2
15	Деҳқонова М	50	6	10	11,2	4
	Жами X хисобида	**50,6**	**5,5**	**9,0**	**14,3**	**2,6**

Тадқиқот якунида тажриба ва назорат гуруҳида шуғулланувчи қизларнинг махсус жисмоний тайёргарлик даражаси текшириб кўрилди (1-2-жадвал).

Кўриб турганимиздек, тадқиқот гуруҳида ўсиш сони анча юқори. Эгилувчанлик ўртача ҳисобда назорат гуруҳида 50,6 см бўлса, тажриба гуруҳида 43,6 смни кўрсатмоқда. Мувозанат ушлаб туриш вақти эса назорат гуруҳида 5,5 секунд бўлса, тажриба гуруҳида 8 секунд давом этмоқда, куч учун берилган гимнастика деворида оёқларни тўғри бурчак остида кўтариш сони назорат гуруҳида ўртача ҳисобда 9 марта, тажриба гуруҳида эса 13,6 мартани кўриш мумкин. Сакраш баландлиги эса назорат гуруҳида 14,3 см, тажриба гуруҳида 19,0 см ташкил этди. Тезкорлик учун энгашиб оёқларни ушлаш ҳолатидан, қўлларга таяниб ётиш ва қайтиш ҳаракатини 10 секунд ичида назорат гуруҳидаги қизлар 2,5 марта, тажриба гуруҳидаги қизлар эса 3,7 марта бажаришди.

Демак, олинган натижаларда кўриниб турибдики назорат гуруҳидан кўра тажриба гуруҳида маҳсус жисмоний тайёргарлик даражаси анча юқори бўлган. Айтиш мумкинки, ишлаб чиқилган машқлар кетма-кетлига мажмуаси тажриба гуруҳининг махсус жисмоний тайёргарлик даражасини ўсишига олиб келди.

Хулоса. Тадқиқот жараёнида олиб борилган тест талаб меъёрлари бадиий гимнастикачилар томонидан дастлабки натижалари билан икки ойдан кейин жисмоний тайёргарлик кўрсатгич натижаларини таққослаб кўрганимиздан кейин шундай хулосага келишимиз мумкин.

1. Бадиий гимнастика билан шуғулланувчи қизларни чидамлилигини ошириш учун жисмоний тайёргарликларликларини ошириш учун машқларни кўпроқ қўллаш мақсадга мувофиқ бўлади.
2. Чидамлиликни оширишда махсус жисмоний тайёргарликни ошириш учун, машқлар мажмуасини ишлаб чиқиш мақсадга мувофиқ.
3. Чидамлиликни сифатини оширишда қизларни ёшига ва жисмоний имкониятига қараб ошириб бориш яхши натижа беради.
4. Чидамлилик ривожлантириш учун ишлаб чиқилган машқлар мажмуасини машғулотларнинг охирида қўлланилса шуғуланувчиларни чидамлилигини оширишга хизмат қилади.

Адабиётлар

7. Eshtayev A.K., Xasanova N.R., Eshtayeva V.B. Badiiy gimnastika. Darslik. –T.: “O‘zkitob savdo nashriyoti” 2020, 577-b.
8. Umarov M.N., Fetxullova N.X. Badiiy gimnastika nazariyasi va uslubiyati. O'quv qo‘llanma. "O‘zbekiston Davlat Jismoniy Tarbiya va Sport Universiteti" - Ch.: 2020, 251-b.
9. Eshtayev A.K. Sport gimnastikasi mashg‘ulotining nasariy asoslari (uslubiy qo’llanma). O`DJTI nashriyot-matbaa bo`limi. -T.: 2009. 113-b.
10. Ulezko I.V. «Teoriya metodika xudojestvennoy gimnastiki». Uchebnoe posobie. «Tashkent o‘zkitob savdo nashriyot matbaa ijodiy uy». 2021, -P. 105.
11. Xaytmetov I.S. “Sport pedagogik mahoratini oshirish” (Badiiy gimnastika) Xoreografik mashqlarini o‘tkazish uslubiyoti. O‘quv-qo’llanma –T.: «Davr matbuot savdo», 2020, 176 -b.

РЕЗЮМЕ. Ишда бадиий гимнастика бўйича дастур машқлари мураккаблашгани муносабати билан ёш гимнастикачиларнинг таёргарликнинг дастлабки босқичида ҳаракат сифатлари ва малакаларини шакллантириш масалалари кўриб чиқилган.

РЕЗЮМЕ. Основными вопросами рассматриваемыми в данной работе является формирование двигательных качеств и навыков юных гимнасток на начальном этапе подготовки, в связи с усложнением программных упражнений художественной гимнастики.

SUMMARY. The main issues considered in this work is the formation of motor qualities and skills of young gymnasts at the initial stage of training, due to the complication of program exercises in rhythmic gymnastics.

БОЛАЖАҚ СҮЎРЕТЛЕЎ ӨНЕРИ ОҚЫТЫЎШЫСЫНЫҢ КӘСИПЛИК КОМПЕТЕНЛИЛИГИН ҚӘЛИПЛЕСТИРИЎ МӘСЕЛЕЛЕРИ

Т.В.Уразимова – *көркем-өнер таныў илимлери кандидаты, доцент*
С.Даулетов – *магистрант*
Әжинияз атындағы Нөкис мәмлекетлик педагогикалық институт

Таянч сўзлар: педагогика, таълим жараёни, касбий компетенциялар, тасвирий санъат, ижодкорлик.
Ключевые слова: педагогика, процесс образования, профессиональные компетенции, изобразительное искусство, творчество.
Key words: pedagogics, education process professional competencies, graphic arts, creativity.

Көркем өнердиң ҳәзирги замандағы жағдайы концептуал авторлық қатнаслар ҳәм бағдарлардың үлкен көлеми менен сыпатланады, сүўретлеў өнериниң ўазыйпаларының өзлери, пәнниң түсиндирилиўи, тийкарланыўы өзгереди, булардың барлығы дөретиўшилик мәселеси бойынша мағлыўматлар көлеминиң көп мәнилилигине ҳәм қарама-қарсылықлылығына алып келди. Сонлықтан болажақ педагогта, оқыўшылардың көркемлик-билим алыўшылық искерлигиниң мазмунын қәлиплестириўде мағлыўмат пенен ислей алыў, заманагөй изертлеўлерден, илимий қатнаслардан пайдалана алыў уқыплылығын қәлиплестириў оғада әҳмийетли.

«Сүўретлеў өнери» пәниниң теориялық ҳәм әмелий тийкарының мазмунын иске асырыўдың шәртли жағдайы, оқытыўшының таярлығы, қатнасық қура алыў уқыбы, оқыўшылардың дөретиўшилик искерлигин қәлиплестириўди иске асыра алыў уқыбы болып табылады. Талабаға сүўретлеў өнериниң теориясын жеткерип бериў ҳәм сүўрет үстинде жумыс ислеўдиң уқыплылықларын ҳәм көнликпелерин қәлиплестириў – болажақ оқытыўшының көркемлик-педагогикалық искерлигиниң тек ғана азғантай бөлеги. Бүгинги күни көркем өнердиң ўазыйпалары, күнделикли турмыста оғада күшли физикалық ҳәм ақыл менен ислеўдеги зорлығыўларды басынан кеширетуғын адамның кеўил көтериўшилиги ҳәм күшли сезимли тәсирлениўшиликти босаңластырыўы менен байланыстырлады. Көркем өнердиң теориялық тийкарғы базасын билмей турып көркем өнердиң бул бағдарын түсиниў мүмкин емес. Талабаны оқыўшылар менен қатнасық дүзиўге коммуникацияға таярлаў керек, қатнасық қурыў усылы искерликтиң аўызша емес нәтийжеси болады.

Әдебиятларды теориялық изертлеў көркемлик-педагогикалық искерликтиң, барлық пәнлерге ҳәр тәреплеме универсал ылайықлы, сүўретлеў өнери оқытыўшысының кәсиплик таярлығын баҳалаў ушын белгилер бола алатуғын, улыўмаластырылған, дүзилисли блокларын табыўға жәрдем етти.

Сүўртлеў өнери оқытыўшысын кәсипке таярлаў, тек ғана оны сүўретлеў өнери бойынша саўатлылыққа үйретиўге емес, ал инсанның көркем-дөретиўшилик раўажланыў процесин басқарыўға да мүмкиншилик беретуғын, оның кәсиплик компетенлилигиниң психологиялық-педагогикалық ҳәм көркем-дөретиўшилик бағдарлардың бириктирилиўи тийкарында қәлиплестирилиўи процеси сыпатында қаралады.