

## Полнодоступного включения линий эксперимента методики и приёмы педагогики по физической культуре

Жавохир Кувондик ўғли Куватов  
Шухрат Джуматурдиевич Абдуллаев  
Туркестанский инновационный университет

**Аннотация:** В статье раскрывается эксперимент - метод исследования, предполагающий выделение существенных факторов, влияющих на результаты педагогической деятельности, и позволяющий варьировать эти факторы с целью достижения оптимальных результатов. Система спортивной деятельности, направленная на гармоничное развитие духовных и физических сил человека. Занимаясь спортом, можно укрепить здоровье, получить хорошее физическое развитие, стать более сильным, быстрым, ловким, выносливым. Спорт приучает к правильному режиму, закаливает организм, но он еще и влияет на развитие морально-волевых качеств, психологическую подготовленность спортсмена.

**Ключевые слова:** система спортивной деятельности, физическое развитие, физическая культура, спорт, укрепления здоровья, эксперимент

## Fully accessible inclusion of experimental technique lines and methods of pedagogy in physical education

Javoxir Kuvondik o'g'li Kuvatov  
Shuxrat Dzhumaturdievich Abdullaev  
Turkestan Innovation University

**Abstract:** The article reveals an experiment - a research method that involves identifying significant factors that influence the results of teaching activities and allows you to vary these factors in order to achieve optimal results. A system of sports activities aimed at the harmonious development of a person's spiritual and physical strength. By playing sports, you can improve your health, get good physical development, become stronger, faster, more agile, and more resilient. Sport accustoms you to the correct regime, hardens the body, but it also affects the development of moral and volitional qualities and the psychological preparedness of the athlete.

**Keywords:** sports activity system, physical development, physical culture, ports, health promotion, experiment

Физическая культура - система спортивной деятельности, направленная на гармоничное развитие духовных и физических сил человека. Занимаясь спортом, можно укрепить здоровье, получить хорошее физическое развитие, стать более сильным, быстрым, ловким, выносливым. Спорт приучает к правильному режиму, закаливает организм, но он еще и влияет на развитие морально-волевых качеств, психологическую подготовленность спортсмена.

В настоящее время на крупных соревнованиях в сложных условиях спортивной борьбы с исключительно высокой конкуренцией, где спортсмены имеют равную техническую и физическую подготовленность, придерживаются одинаковой тактики, чаще побеждают те из них, кто имеет более высокий уровень развития моральных, волевых и специальных психических качеств. В спортивной практике есть множество примеров, когда бесспорные лидеры сезона в силу срывов психологического характера не попадали в финалы, а спортсмены, не входившие в число фаворитов, во многом благодаря предельной волевой мобилизации часто добивались побед на чемпионатах Европы и мира, на Олимпийских играх.

Высокий уровень моральной, волевой и специальной психологической подготовленности предполагает комплексное проявление самых различных качеств. Недостаточное развитие даже одного из них часто является причиной поражения высококвалифицированных спортсменов.

Поэтому психологическая подготовка должна занимать значительное место в воспитании спортсмена на всех этапах его совершенствования.

Психологическую подготовку спортсмена можно разделить на общую психологическую подготовку и психологическую подготовку к конкретным соревнованиям. Такое деление условно, так как в реальной жизни учебно-тренировочный процесс все время чередуется с состязаниями и задачи общей психологической подготовки решаются в условиях соревновательной деятельности. Общая психологическая подготовка, повседневно проводимая в ходе тренировочных занятий и соревнований, направлена на развитие у спортсмена таких психических качеств, которые в большей степени способствуют успешному и прочному овладению спортивным мастерством.

Эксперимент - метод исследования, предполагающий выделение существенных факторов, влияющих на результаты педагогической деятельности, и позволяющий варьировать эти факторы с целью достижения оптимальных результатов.

Гармоничное развитие личности характеризуется сложностью и многосторонностью отношений и функций, оно отражает такое развитие, при котором возможно полное проявление заложенных в нём природой способностей, их постоянное обогащение в ходе всей деятельности.

Гармоничное и разностороннее развитие личности - процесс формирования различных интересов и способностей, которые соответствуют различным сферам жизнедеятельности человека, с выделением наиболее значимых личностных сфер жизнедеятельности.

Методика педагогического исследования по спорту это - упорядоченная совокупность приемов, способов организации и регуляции педагогического исследования спорта и физической культуре, порядок их применения и интерпретации полученных результатов при достижении определенной научной цели. Педагогический эксперимент является методом комплексного характера, так как предполагает совместное использование методов наблюдений, бесед, интервью, анкетных опросов, диагностирующих работ, создания специальных ситуаций и др.

Среди общепедагогических методов научного исследования физической культуры и спорта можно выделить 4 основные группы: организации и проведения исследований в опытных группах; сбора и анализа текущей информации; получения и анализа ретроспективной информации; математической обработки результатов исследования.

Виды педагогического эксперимента: естественный, лабораторный, констатирующий и формирующий. В педагогике различают естественный и лабораторный эксперименты. Естественный эксперимент проводится в обычных, естественных условиях обучения и воспитания.

Общая последовательность проведения эксперимента:

Формулирование цели;

Выдвижение гипотезы об исследуемом объекте;

Планирование эксперимента;

Проведение эксперимента;

Обработка и анализ результатов эксперимента;

Проверка правильности выдвинутой гипотезы;

Окончание эксперимента.

Эксперимент - проба, опыт, метод познания, при помощи которого в контролируемых и управляемых условиях исследуются явления действительности. Отличаясь от наблюдения активным оперированием изучаемым объектом, Эксперимент осуществляется на основе теории, определяющей постановку задач и интерпретацию его результатов.

Проведение педагогического эксперимента включает в себя следующие основные этапы: определение цели и задач эксперимента, подготовка к проведению эксперимента, проведение эксперимента, выводы по эксперименту должны быть соотнесены с выдвинутой научной гипотезой, т. е. должны утверждать или опровергать гипотезу. Педагогический эксперимент – это

исследовательская деятельность, осуществляемая с целью изучения причинно-следственных связей в педагогических явлениях. Исследователь выполняет эксперименты, испытания, наблюдения и т.п. под руководством ответственного исполнителя темы исследований. Реализует техническое обеспечение исследований, разрабатывает предложения по его улучшению. Выполняет другие поручения руководителя подразделения по организации и проведению научных исследований. Должен иметь высшее образование.

### **Использованная литература**

1. Ш Д Абдуллаев. Научно-педагогические основы начального обучения плаванию в школьном возрасте: Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан ... Научно-практическая конференция

2. Ш Д Абдуллаев. Физкультурно-оздоровительная работа с студентами вуза. XI Международная научно-практическая конференция «актуальные проблемы ...

3. Ш Д Абдуллаев, Д Садриддинова. Применение инновационных технологий в спорте. Инновации и традиции в современном физкультурном образовании, 8-11

4. Ш Д Абдуллаев. Шукуров Х.С. Психологическая подготовка спортсменов как условие успешной соревновательной деятельности. Вестник интегративной психологии 2023 Выпуск 30 часть 30 (30), 27-30

5. Ш Д Абдуллаев. Мейлиев Б.Б. Психологическая подготовка легкоатлета. Вестник интегративной психологии 2023 Выпуск 30 часть 30 (30), 22-26

6. Ш Д Абдуллаев. Признаки и факторы познавательной активности студентов факультета физической культуры в учебной деятельности. Вестник интегративной психологии 28 (№ 25 от 5.04.2023г), 8-12

7. Ш Д Абдуллаев. AS Dzhumaturdievich. Zamonaviy maktab shartotlarida ta'lim va jismoniy tarbiya muammolari. Научно-практическая конференция, 115-118

8. Ш Д Абдуллаев. NS Nasimovich. Talabalar jismoniy tarbiyasida komponentli motivatsiyalar. Научно-практическая конференция, 447-449

9. Ш Д Абдуллаев. Основные технологии повышения уровня здоровья и физической подготовки студентов. Science and Education 3 (5), 1577-1582

10. Ш Д Абдуллаев. Physical education at schools. Вестник науки и образования, 48-51

11. Ш Д Абдуллаев. Jismoniy tarbiya jarayonida komponentli motivatsiyalar. Научно-практическая конференция.

12. Ш Д Абдуллаев. IA Shodievich. Current problems of preschool education in the modern stage. Научно-практическая конференция.
13. Ш Д Абдуллаев. Z Yusupova. Theoretical analysis of the process of recovery of working capacity of Turon wrestlers in the post-competition stage. Центр научных публикаций (buxdu. uz) 4 (4)
14. Ш Д Абдуллаев. Шароф Абдурахмонов. Потенциал развития страхового рынка в Джизакской области. Source: Donald R. Cooper and C. William Emory, Business Research Methods, published by RICHARD D. IRVIN, INC., 1995. Page 2 of 67
15. Ш Д Абдуллаев. D Sadriddinova, F Qurbonov. The role of mass forms of physical culture among students. Редакционная коллегия, 250
16. Ш Д Абдуллаев. Yusupova Zulfizar Sharipovna. Scientific reports of Bukhara state university, 271, Научные доклады Бухарского государственного университета
17. ММ Тураев, М. М. (2022). Оздоровительная физическая культура её основы и инновационные технологии. Science and Education, 3(4), 1102-1108.
18. ММ Тураев, М. М. (2022, November). Организация проектных технологий на уроках физической культуры: 10.53885/ edinres. Научно-практическая конференция (pp. 975-978).
19. ММ Тураев, М. (2021). Important factors for the organization of medical groups in physical education. Центр научных публикаций (buxdu. Uz), 8(8).
20. ММ Тураев. Методы преподавания физического образования и их важные аспекты. Проблемы науки, 35-37
21. ИТ Хамраев, ДИ Курбанов, ММ Тураев. Принципы современной педагогической подготовки. Academic research in educational sciences 2 (2), 899-907
22. ММ Тураев. Повышение эффективности физического воспитания студентов с помощью компьютерных технологий. Вестник науки и образования, 99-102
23. ММ Turayev, BJQ Boltayeva. Og'ma xulq-atvor o'rganish mahsuli sifatida. Science and Education 3 (4), 1694-1701
24. ММ Тураев. Содержание процесса организации оздоровительных занятий для людей пожилого возраста. Центр научных публикаций (buxdu. Uz) 7 (7)
25. ММ Тураев. Организация проектных технологий на уроках физической культуры: 10.53885/edinres. 2022. Научно-практическая конференция, 975-978

26. ММ Тураев. Образование и воспитание в физической культуре—особенности повышения эффективности использования национальных ценностей. Центр научных публикаций (buxdu. uz) 8 (8)

27. ММ Тураев. Повышение эффективности физического воспитания студентов с помощью компьютерных технологий. Вестник науки и образования 15, 118

28. ММ Тураев, ЭЮ Исломов. Организация и проведение оздоровительных занятий для людей пожилого возраста. Физическая культура. Рекреация. Спорт, 470-476

29. ТМ Мухамедович. Actual Problems of Teaching Physical Education at School Vital Annex: International Journal of Novel Research in Advanced Sciences 1 ...

30. ББ Маъмуров, ММ Тураев. Актуальные проблемы подготовки специалистов физического воспитания и спорта в современных условиях. Проблемы и перспективы развития спортивного образования, науки и практики ...