

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ  
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ  
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

---

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ  
УНИВЕРСИТЕТИ**

**НУРИДДИНОВА МУЯССАР МУХИДДИНОВНА**

**МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРДА ҲАРАКАТ КЎНИКМА ВА  
МАЛАКАЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ҲАРАКАТЛИ  
ЎЙИНЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ МЕТОДИКАСИ**

13.00.04 - Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари назарияси ва методикаси  
13.00.01 – Педагогика назарияси. Педагогик таълимлар тарихи

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)  
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

**Чирчиқ–2020**

УДК: 796:338:89:28:078: (1-4)

**Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси  
автореферати мундарижаси**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по  
педагогическим наукам**

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

**Нуриддинова Муяссар Мухиддиновна**

Мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракат кўникма ва малакаларини  
шакллантиришда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш методикаси .....3

**Нуриддинова Муяссар Мухиддиновна**

Методика использования подвижных игр при формировании двигательных  
умений и навыков у детей дошкольного возраста .....29

**Nuriddinova Muyassar Mukhiddinovna**

Methods of using motional games for preschoolers in order to develop movement  
practice and skills.....55

**Эълон қилинган ишлар рўйхати**

Список опубликованных работ

List of published works.....59

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ  
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ  
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

---

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ  
УНИВЕРСИТЕТИ**

**НУРИДДИНОВА МУЯССАР МУҲИДДИНОВНА**

**МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРДА ҲАРАКАТ КЎНИКМА ВА  
МАЛАКАЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ҲАРАКАТЛИ  
ЎЙИНЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ МЕТОДИКАСИ**

**13.00.04 - Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари назарияси ва методикаси  
13.00.01 – Педагогика назарияси. Педагогик таълимлар тарихи**

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)  
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

**Чирчиқ–2020**

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузурдаги Олий аттестация комиссиясида В 2019. 1. PhD/Ped. 839 рақам билан рўйхатга олинган

Докторлик диссертацияси Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университетидида бажарилган

Диссертация автореферати уч тилда [Ўзбек, рус, инглиз (резюме)] Илмий кенгашнинг веб-саҳифасида [www.uz-djtsu.uz](http://www.uz-djtsu.uz) ҳамда "ZiyoNET" ахборот-таълим порталида [www.ziyounet.uz](http://www.ziyounet.uz) жойлаштирилган.

**Илмий раҳбарлар:**

Усмоновжон Талъат Саидович  
педагогика фанлари доктори, профессор

Шопулатов Абдималик Нуриллаевич  
педагогика фанлари буйича фалсафа доктори, доцент

**Расмий оппонентлар:**

Абдиев Абдулла Носирович  
педагогика фанлари доктори, профессор

Эшпазаров Журақул Эшпазарович  
педагогика фанлари доктори, профессор

**Етақчи ташкилот:**

Жиззах давлат педагогика институти

Диссертация ҳимояси Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети ҳузурдаги илмий даражалар берувчи DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 рақамли Илмий кенгашнинг 2020 йил "28" декабрь соат 11<sup>00</sup> даги мажлисида бўлиб ўтади (Манзил: 111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси, 19-уй. Тел.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76, веб-сайт: [www.uz-djti.uz](http://www.uz-djti.uz), email: [uzdjstu@uzdjtsu.uz](mailto:uzdjstu@uzdjtsu.uz). Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети "Б" ўқув биноси, кичик мажлислар зали.

Диссертация билан Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Ахборот-ресурс марказида (211 383 рақам билан рўйхатга олинган) танишиш мумкин. (Манзил: 111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси, 19-уй. Тел.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76.

Диссертация автореферати 2020 йил "15" декабрь да тарқатилди (2020 йил "15" декабрь даги рақамли реестр баенномаси).



М.Р.Болтабаев  
Илмий даражалар берувчи илмий  
кенгаш раиси, и.ф.д., профессор

М.Х.Миржамолов,  
Илмий даражалар берувчи илмий  
кенгаш раиси, и.ф.б.ф.д.

Д.Д.Шарипова,  
Илмий даражалар берувчи илмий  
кенгаш қўшидаги илмий семинар раиси,  
и.ф.д., профессор

## КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурияти. Дунёда ривожланган мамлакатларда таълим соҳасини янада такомиллаштириб бориш энг устувор вазифалардан бири ҳисобланиб, бу йўналишда турли даражада интеграцияланув жараёнлари давом этмоқда. Таълим тизимини ривожлантиришда унинг илк бугини бўлган мактабгача таълим энг биринчи устувор соҳа саналади. Ривожланган давлатларда болани аввало соғломлаштириш, таълим-тарбия жараёнига тайёрлаш, жисмоний ривожлантиришнинг назарий ва амалий масалалари ушбу соҳадаги етакчи олий таълим муассасасалари ва илмий-тадқиқот марказларининг тадқиқот объектига айланган, эришилган натижалар, ижобий тажрибалар халқаро миқёсда оммалаштиришмоқда. Мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбияси бола шахсини соғлом ривожлантиришда пойдевор ҳисобланиб, бу соҳадаги тадқиқотлар, инновациялар ва илмий-амалий лойиҳаларни янада ривожлантиришни тақозо этмоқда.

Жаҳонда мактабгача таълим тизими мунтазам ва изчил ислоҳ қилиб боришга йўналтирилган янги тадқиқот натижаларини тизимли тартибда амалга ошириш, боланинг шахс сифатида шаклланиши, жисмоний, ақлий ва ҳиссий ривожлантириш, жисмоний фаолликни ошириш, турли сенсор ҳаракатларни шакллантириш, мактабгача ёшдаги болаларга эрта таълим бериш тизимини амалиётга қўллаш, спортга барвақт йўналтириш каби масалалар бир қанча хорижий тадқиқотларнинг бош масаласи сифатида эътироф этилмоқда. Бола шахсининг жисмоний тараққий этишига тўсиқ бўлаётган омилларни аниқлаб ўз вақтида бартараф этиш каби муҳим педагогик ва ижтимоий масалалар қаторида фаол ҳаракатланишни тарғиб қилиш, кам ҳаракатлилиكنинг олдини олиш, болаларни соғломлаштириш ушбу йўналишнинг энг асосий ва долзарб талабларидан биридир.

Мамлакатимизда мактабгача ёшдаги болалар тарбиясида энг асосий бугун ҳисобланган мактабгача таълим тизимининг жамиятимиз ҳаётидаги ўрни ва аҳамиятини эътиборга олиб, Мактабгача таълим вазирлиги ташкил этилди. Мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш, хорижий тажрибалардан фойдаланган ҳолда таълим-тарбия сифатини юқори даражага олиб чиқиш, тизимда инновацион фаолиятни қўллаб қувватлаш, соҳада хусусий таълим ташкилотларини ривожланишига имкониятлар яратилди<sup>1</sup>. Мактабгача таълим соҳасида янги меъёрий ҳужжатлар таълим-тарбия жараёнига татбиқ этилди. Жумладан Илк ва мактабгача ёшдаги болалар ривожланишига қўйилган давлат талаблари асосида «Илк қадам» Давлат ўқув дастури, ҳар бир гуруҳ кесимида дастурга мувофиқ марказлар фаолияти тартибга солиниб, фаолият такомиллаштирилди. Мактабгача таълим тўғрисидаги янги қонун билан алоҳида эҳтиёжга эга бўлган болалар учун мўлжалланган таълим фаолияти, ота-оналар билан ҳамкорлик, мактабгача ёшдаги болаларга таълим беришда компетенциявий ёндашувлар асосида таълим-тарбия жараёнларини

<sup>1</sup> Ўзбекистон Республикаси Президентини Ш.М.Мирзиёевнинг Олий Мажлисга муножаоти, Т. 2017 йил 22 декабрь -23 б.

ташқиллаштиришга имконият яратилди. Шу каби долзарб вазифаларни ҳал этиш, жумладан, мактабгача таълим вазирлиги тизимида фаолият юритаётган жисмоний тарбия йуриқчиларининг касбий малакаларини ошириш мақсадида ўқув қўлланма ва дастур ишлаб чиқиш зарурияти билан ушбу мавзунини тадқиқ этиш вазифалари ишлаб чиқилди.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2016 йил 29 декабрдаги 2707-сон «2017-2021 йилларга мўлжалланган мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш чора тadbирлари тўғрисида»ги Қарори, 2017 йил 9 сентябрдаги 3261-сон «Мактабгача таълим тизимини тубдан ислоҳ қилиш чора тadbирлари тўғрисида»ги Қарори, 2017 йил 30 сентябрдаги 5198-сон «Мактабгача таълим тизими бошқарувини тубдан такомиллаштириш чора тadbирлари тўғрисида»ги Фармонлари ҳамда мазкур соҳага тегишли меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишда ушбу диссертацияни тадқиқоти муайян даражада хизмат қилади.

**Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги.** Мазкур тадқиқот республика фан ва технологияларини ривожлантиришнинг: I. «Демократик ва ҳуқуқий жамиятни маънавий-ахлоқий ва маданий ривожлантириш, инновацион иқтисодий шакллантириш» устувор йўналиши бўйича амалга оширилган.

**Муаммонинг ўрганилганлик даражаси.** Республикамиз ва хорижда мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбия масалалари ва ҳаракатли ўйинлар борасида қатор илмий ишлар амалга оширилган. Жумладан, мактабгача ёшдаги болалар жисмоний тарбия назарияси ва методикаси бўйича Т.С.Усманходжаев, Р.С.Саломов, Н.Н.Джамилова, кичик ёшдаги болаларни соғломлаштириш ишлари бўйича Д.Д.Шарипова, Н.А.Виноградова, ҳаракатли ўйинлар ва уларни амалга ошириш бўйича Р.Азизова, Ғ.М.Салимов, Ғ.А.Керимов, С.С.Тажибаев, мактабгача ёшдаги болаларни турли спорт турига ўргатишда ҳаракатли ўйинларни қўллаш бўйича М.М.Машарипова, Т.И.Осокина, М.Ф.Литвинова, Н.Т.Лебедева, В.Г.Яковлев, А.Н.Гриневский, Л.Д.Глазирова, Ф.Г.Фролов, турли таълимий фаолиятлар орқали болаларни жисмоний ривожлантириш масалалари О.Сафаров, Ф.Р.Қодирова, Ш.Қ.Тошпулатова, М.З.Файзуллаева, О.В.Гончарова, Р.А.Йўлдошева, А.В.Кенеман, Д.В.Хухлаева, Л.В. Капилевич, В.И.Андреев, мактабгача ёшдаги болаларнинг руҳий ривожланишида ўйинларнинг таъсири бўйича Д.Б.Эльконин, М.Э.Вайнер, Д.И.Гасанова, ҳаракатланиш фаолияти болаларнинг мулоқатчанлигини ривожлантириш бўйича Е.Н.Тоцкая, Д.В.Менджерияцкая, Л.Д.Глазырина, Л.И.Пензуллаева, Т.А.Семёнова, шунингдек, хорижий олимлардан йирик моториканинг ривожланишига таъсир этиш масалаларини О.П.Бауэр, К.Stanberry, S.Yilmaz, G.L.Lendret, S.L. Crogh томонидан тадқиқ этилган. Мавжуд адабиётлар таҳлили шунини кўрсатдики, айнан мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний кўникма ва малакаларини ҳаракатли ўйинлар орқали ривожлантириш жиҳатидан тадқиқот ишлари кам

льгиборга олинган.<sup>2</sup>

**Диссертация тадқиқотнинг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги.**  
Диссертация Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университетининг 2020-2024 йилларга мўлжалланган илмий-тадқиқот ишлари режасига мувофиқ «Мақтабгача ёшдаги болаларни ҳаракат кўникма ва малакаларини шакллантиришда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш методикаси» мавзуи доирасида бажарилган.

**Тадқиқотнинг мақсади** мақтабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбия жараёнида ҳаракат - кўникма ва малакаларини шакллантиришда қўлланиладиган ҳаракатли ўйинлар методикасини ишлаб чиқишдан иборат.

**Тадқиқотнинг вазифалари:**

мақтабгача ёшдаги болаларни ёш кесимида жисмоний ривожланганлик даражаларини ҳамда кундалик фаол ҳаракатланишларини таҳлил қилиш ва меъърий ҳаракат кўрсаткичларини илмий-амалий асослаш;

мақтабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбия жараёнида кўникма ва минақширини ошириш бўйича дастур ишлаб чиқиш;

мақтабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчиларининг фаолияти ва меъърий ҳужжатларини оптималлаштириш;

мақтабгача ёшдаги болаларда кўникма ва малакаларини шакллантиришга қаратилган машғулот ишланмаларини ишлаб чиқиш;

**Тадқиқотнинг объекти** мақтабгача таълим ташкилотида мақтабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний тарбия жараёни ва ўйин фаолияти.

**Тадқиқотнинг предмети** мақтабгача ёшдаги болаларда жисмоний

<sup>2</sup>Усмоновжасал Т.С. ва бош Мақтабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия.Т.:2019. Саломов Р.С. Жисмоний тарбия тарбияси ва услубиёти.Т.:2015.69-6. Джамилова Н.Н. Мақтабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия.Т.2011 Ширинов Д.Д. Валеология асослари. Т.: 2011. Виноградова, Н. А. Дошкольная педагогика: учеб.-метод. пособие для подготовки студентов к итоговой государственной аттестации / Н. А. Виноградова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: МПН, 2006. 170 с. Азизова Р. Спорт ва ҳаракатли ўйинларни ўқитиш методикаси. Т.: 2010. Салимов Ғ.М. Миний ҳаракатли ўйинлар асосида 7-10 ёшли ўқувчиларни жисмоний сифатларини ривожлантириш самардорлиги. Дисс. Т.2007. Гаджибеков С.С. Ёш боксчиларни тайёрлаш тизимида ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикаси. Дисс. Т.2017. Манаринова М.И. Мақтабгача тарбия муассасалари шароитида болаларнинг ҳаракат потенциалини мақсадли ривожлантириш технологияси. Диссертация.Т.: 2006. Керимов Ф.А. Яқка кураш элементларига эга бўлган ҳаракатли ўйинлар, Оскина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.,2014. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры М.:1985. Лебедева Н.Т. Двигательная активность в процессе обучения младших школьников М., 1999. Не. Яковлев В., Гриппеский А. Игры для детей. М.:1992. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. М. 1999. Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста.М.: 1983. Сафаров О. Качиниловлар учун халқ ҳаракатли ўйинлари.Т.:2014. Қодирова Ф.Р., Тошпулатова Ш.Қ. Мақтабгача тарбия методикаси. Т.: 2015. Файзуллаева М.З. Мақтабгача таълим муассасаларида тақвими режалантириш. Т.2011. Ганчирина О.В. Болалар жисмоний сифатларини тарбиялаш.Т.:2015. 135-6. Иулдошева Р. Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий аҳдиди.Т.:1992. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология» и клин. 2019г. Капливнич Л.В., Андреев В.И. Здоровье и здоровый образ жизни (PDF) Учебное пособие. - Томск: ТПУ, 2008 -102с.Олькович Д.Е. Психология игры. В.2014. Вайнер М.Э. Игровые технологии коррекции поведения дошкольников. ДОС Учебное пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2004. 48 с. Газанова Д.И. Педагогические игры как средство физического воспитания детей старшего дошкольного возраста тема диссертации и автореферата. М.: 2000. Тоцкая Е.Н. Направленное воздействие подвижных игр на развитие коммуникативных способностей детей старшего дошкольного возраста М.: 2011. Менджеричка Д.В. Воспитательно о детской игре. М.: 1984.Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. М.:1999.Пензуллаева Л.И. 5-6 ёшли болалар учун жисмоний тарбия, машғулотлари.Т.:1992. Семёнова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх М.: 2007. Баур О.И. Подвижные и спортивные игры в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре дошкольников. Stanberry K. Understanding Physical Development in Preschoolers. G.:2019. С.: 2005. Yilmaz S. Outdoor Environment and Outdoor Activities in Early Childhood Education. Okul Oncesi Eğitimi Değ Mekanlar ve Değ Mekan Aktiviteler. A.:2018. Лэндпет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М.:1998. Crogh S.L. Educating young children USA.

тарбия жараёнида кўникма ва малакаларини шакллантириш бўйича ҳаракатли ўйинларни қўллаш жараёни.

**Тадқиқотнинг усуллари.** Тадқиқот жараёнида адабиётлар таҳлили, педагогик кузатув, сўровнома, антропометрия, пульсометрия, педагогик тажриба, математик-статистик методлар.

**Тадқиқотнинг илмий янгилиги** куйидагилардан иборат:

мактабгача ёшдаги болаларни ёш кесимида жисмоний ривожланганлик даражалари (антропометрия, динамометрия, спирометрия,) асосида (қадамлар сони, босиб ўтилган масофа) сарфланган киллокалория курсаткичлари бўйича ҳаракат фаоллиги илмий асослаб берилган;

мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантиришда йирик моторика, майда моторика ва сенсомоторика сезгиларини шакллантиришга йўналтирилган дастур асосида болаларнинг кўникма ва малакалари такомиллаштирилган;

мактабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчиларининг фаолиятининг намунавий меъёрий ҳужжатлари асосида (тақвимий режа, барча гуруҳларда асосий ҳаракат турларини режалаштириш, ҳаракатли ўйинлар режаси, жисмоний-соғломлаштирувчи тадбирларни ташкил этиш режаси, йўриқчининг регламенти) шакл ва мазмуни оптималлаштирилган;

мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини ривожлантиришга қаратилган илмий-методик тавсиялар асосида ҳаракатли ўйинлар билан янги машғулот ишланмалари ишлаб чиқилган;

**Тадқиқотнинг амалий натижалари** куйидагилардан иборат:

Педагогик кузатув, сўровнома, жорий тадқиқотлар ва педагогик тажриба давомида олинган натижалар асосида мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний кўникма ва малакаларни ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикаси ҳамда «Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия», «Жисмоний тарбия методикаси»дан мактабгача таълим ташкилотлари, қўшимча таълим муассасалари таълим-тарбия жараёнида ҳамда педагогика олий ва ўрта махсус таълим муассасаларининг жисмоний тарбия йўналишида таълим олувчилари учун махсус курслар ўтишда, мактабгача таълим муассасалари педагогик ходимларининг малакасини ошириш ва қайта тайёрлаш курсларида, оммавий мактабгача ва оилавий таълим амалиётида, мавзуга доир илмий, методик адабиётлар яратишда фойдаланиш мумкин.

**Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги.** Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги олинган натижалар назарий-услубий жиҳатдан асосланган, илмий тадқиқотнинг изчил бажарилганлиги, мантиқий ёндашувга эга эканлиги, услубларнинг тадқиқот мақсади ва вазифаларига тўлиқ мос келиши, илмий-услубий адабиётлардаги маълумотларга ва уларнинг муаллифлари бўлган республикамизнинг ҳамда хорижий олимларнинг илмий хулосалари ва тавсияларига асосланганлиги, тажриба-синов ишларида олинган маълумотлар ва натижаларнинг компьютер техникасининг маълум дастурларидан фойдаланиб математик-статистик таҳлил усулларида қайта ишлов



берилганлиги, диссертацияда келтирилган амалий тавсиялар мактабгача таълим методикаси ва жисмоний тарбиянинг концептуал муаммоларининг ечимига йўналтирилганлиги, натижаларнинг тегишли ваколатли тузилмалар томонидан тасдиқланганлиги билан асосланади.

#### **Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти.**

Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракат кўникмалари ва малакаларини шакллантириш ва мустаҳкамлаш бўйича болаларнинг йирик (юриш, югуриш, сакраш, эмаклаш ва ш.к.) ва майда (кўз, қўл бармоқлари) ҳаракатларини мувофиқлигини ҳамда сенсомоторика (сезги) сини ривожлантиришни давлат талаблари асосида амалга оширишга йўналтирилган ҳаракатли ўйинлар тизими ва улардан амалда фойдаланиш методикаси жисмоний тарбиянинг ҳамда мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантиришнинг илмий-назарий асосларига ҳамда амалда қўлланиш методикаси жисмоний тарбия методикаси талабларига мувофиқ интилаб чиқилганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти шундан иборатки, улар мактабгача таълим ташкилотлари раҳбар ва мутахассисларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш институтида мактабгача таълим йўналиши бўйича тилловчиларнинг барча тоифаларига ўқув-услубий мажмуалар, маъруза матнлари ва ушбу институтда мактабгача таълим бўйича педагоглар учун ўқув-услубий адабиётлар, методик тавсиялар ва рисолалар тайёрлашда қўлланилган.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Мактабгача ёшдаги болаларни ҳаракат кўникма ва малакаларини ошириш юзасида ўтказилган тажрибалар асосида:

мактабгача ёшдаги болаларни ёш кесимида жисмоний ривожланганлик даражаси (антропометрия, динометрия, спирометрия,) асосида (қадамлар сони, босиб ўтилган масофа) сарфланган килокалория кўрсаткичлари бўйича ҳаракат фаолияти «Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия» ўқув қўлланмасида илмий асослаб берилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2019 йил 27 декабрдаги 1186-сон буйруғига асосан 1186-044 рақамли гувоҳнома). Натижада 3-5 ёшли болаларда функционал кўрсаткичлар - 6,23% га ривожланганлиги кузатилган;

мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш ва ҳаракатларини бажаришда йирик моторика, майда моторика ва сенсомоторика сезиларини ривожлантириш бўйича тактиф ва тавсиялар асосида яратилган «Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия» ўқув қўлланмасида келтирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2019 йил 27 декабрдаги 1186-сон буйруғига асосан 1186-044 рақамли гувоҳнома). Натижада 3-7 ёшли болаларда жисмоний кўникма ва малакалари 13,17% га такомиллашган;

мактабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчиларининг филология ва меъерий ҳужжатлари (тақвимий режа, барча гуруҳларда асосий ҳаракат турларини режалаштириш, спорт мусобақалари режаси, жисмоний-

соғломлаштирувчи тадбирларни ташкил этиш режаси, йўриқчининг регламенти) республика мактабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчилари учун меъёрий ҳужжатлар мажмун, электрон иш журнали амалиётга татбиқ этилган (Ўзбекистон Республикаси Мактабгача таълим вазирлигининг 2020 йил 23 июндаги 03-01-10-1564-сон маълумотномаси). Натижада жисмоний тарбия йўриқчилари иш ҳужжатлари самарадорлиги 60%га оптималлаштирилган;

мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини ривожлантиришга қаратилган илмий-методик тавсиялар «Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия» номли ўқув қўлланма мазмунига сингдирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2019 йил 27 декабрдаги 1186-сон буйруғига асосан 1186-044 рақамли гувоҳнома). Натижада 5-7 ёшли болаларда ҳаракат фаоллиги - 10,79%га ортишига эришилган.

**Тадқиқот натижаларининг апробацияси.** Мазкур тадқиқот натижалари асосида муаллифлик дастури, ўқув-услубий мажмуа, йўриқнома, машғулотлар тўплами, ўқув-методик тавсия ва мажмуалар, жами 10 дан ортиқ иш республика ва халқаро анжуманларда муҳокамадан ўтказилган.

**Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги.** Диссертация мавзуси бўйича жами 22 та илмий-услубий ишлар, жумладан, Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг докторлик диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этишга тавсия қилинган илмий нашрларида 3 та (2 та республика ва 1 та хорижий илмий журналларда) мақолалар чоп этилган.

**Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми.** Диссертация иши кириш, тўртта бобдан иборат бўлиб, 121 саҳифа матн, 10 та расм, 11 та жадвал, хулоса, амалий тавсиялар, адабиётлар рўйхатидан ташкил топган.

## **ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ**

**Кириш** қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурияти, тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларга мослиги, муаммонинг ўрганилганлик даражаси, тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари, объекти ва предмети аниқланган, шунингдек, тадқиқотнинг илмий янгиллиги, натижаларнинг ишончлилиги, амалий аҳамияти, амалиётга жорий этилиши, эълон қилинганлиги, ишнинг тузилиши борасидаги маълумотлар келтирилган.

**Диссертациянинг «Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларнинг аҳамияти»** деб номланган биринчи бобида мактабгача ёшдаги болаларнинг ҳаракатли ўйинлари мавзу сифатида маҳаллий ва хорижий олимлар ва педагоглар томонидан ўрганилганлиги, уларнинг қарашлари ва ғоялари, ҳаракатли ўйинларнинг даврлар оша тараққий этиши, уларнинг таснифи, мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш масалалари, айни даврда тизимдаги амалий ҳолат

ва таҳлили келтирилган.

Мактабгача тарбия таълим тизимининг бирламчи ва энг муҳим бўғини ҳисобланади. Соғлом генофондни, етук кадрларни тарбиялаш, аввало, шу тизимдан бошланади. Бироқ шу пайтгача бу тизим ривожланишдан ортда қолган эди. Охирги 20 йил давомида давлат тасарруфидаги мактабгача таълим муассасалари сони 45 фоизга камайган. Оқибатда мактабгача ёшдаги болаларнинг 33 фоизи боғчаларга қамраб олинган, холос. Бу кўрсаткич Данияда 99 фоиз, Японияда 97 фоиз, Жанубий Кореяда 95 фоизни ташкил этади. Мактабгача таълим муассасаларида болаларни ижтимоий, шахсий, ҳиссий, нутқий, математик, физио-психологик, жисмоний ва ижодий ривожлантириш бўйича таълим дастурлари жорий этилмаган. Умуман, боғчалар «Ота-она ишда бўлган вақтда болага қараб турадиган муассаса»га айланиб қолган<sup>3</sup>.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев бу соҳани ривожлантириш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Мактабгача таълим вазирлигини ташкил этиш бўйича 3303-сонли Президент Қарори асосида янги тузилган ташкилот зиммасига мактабгача таълим муассасалари давлат ва нодавлат тармоғини кенгайтириш, инфратузилмасини ва моддий-техник базасини мустақамлаш, уларни малакали педагог кадрлар билан таъминлаш, муассасаларга болаларни қамраб олишни кескин ошириш, таълим-тарбия жараёнларига замонавий таълим дастурлари ва технологияларини тадбиқ этиш орқали болаларни мактабга тайёрлаш сифатини тубдан яхшилаш вазифалари юқланди.

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим вазирлиги томонидан 2019 йил ҳолатига 30 дан ортиқ меъёрий ҳужжатлар қабул қилиниб, улар орасида «Илк ва мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланишига қўйиладиган давлат талаблари», «Илк қадам» ўқув дастури ва унга мувофиқ ишлаб чиқилган гуруҳлар кесимида мавзуйи режалаштириш, жисмоний тарбиядан назарий ва амалий мажмуа, мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия йўриқчиларининг иш журнали шулар жамласидандир. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2017 йил 19 июлдаги «Мактабгача таълим муассасаларининг фаолиятини такомиллаштириш тўғрисида»ги 528-сонли Қарорида Давлат мактабгача таълим муассасалари тўғрисидаги низомга кўра мактабгача таълим ташкилотига 3 ёшдан 7 ёшгача бўлган болалар қабул қилиниши белгилаб қўйилган.

Мактабгача таълим муассасаларида кун тартиби аниқ белгиланган фаолиятлар орқали қуйидаги ёш гуруҳларида: кичик (3-4 ёш), ўрта (4-5 ёш), катта (5-6 ёш), мактабга тайёрлов гуруҳлари (6-7 ёш) ташкиллаштирилади. Таълим муассасасида 5 йўналиш бўйича таълим тарбия берилиб, илк бўғини бу жисмоний тарбия ва соғлом турмуш тарзини ташкил этишдир.

Ўзбекистон Республикасида бола қамрови бугунги кун ҳолатига 39 фоиздан ошганлиги, 5-7 ёшдаги болаларни мактабгача тайёрлаш ишлари сифатли кечаётганлиги ҳам мамлакатимизда мактабгача таълим ривожланиб

<sup>3</sup>Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М. Мирзиёев раислигида 2017 йил 19 декабрь куни мактабгача таълим тизимида амалга оширилаётган ислохотларни таҳлил қилиш ва истиқболдаги вазифаларни белгилаб олишга бағишланган видеоселектор йиғилишидаги маъруза.

борастганлигидан дарак беради. Республикада бугун 6 000 га яқин давлат ва нодавлат мактабгача таълим ташкилотлари фаолият юритиб, уларда 5 300 000 дан ортиқ мактабгача ёшдаги болалар тарбияланмоқда.

Ўзбекистон Республикаси илк ва мактабгача ёшдаги болалар ривожланишига қўйиладиган давлат талаблари асосида тузилган ҳар бир ёш кесимида боланинг ривожланиш харитаси тузилган бўлиб, унга кўра турли йўналишларда 3 ёшдан 7 ёшгача бўлган боланинг ёшини ҳисобга олган ҳолда ривожланиш жараёнлари ўқув йилининг бошида, оралиғида ва якунда кузатилиб, хусусий қайд дафтарига белгилаб борилади.

Кузатув асосида педагог, жисмоний тарбия йуриқчиси боланинг жисмоний ривожланишини ёритиб беради, таълим соҳаларини ўзлаштиришдаги сушт томонларини аниқлайди. Шунга мос равишда таълим жараёни йўналишини белгилайди, тарбияланувчи билан якка тартибда ишлаш режалаштирилади ва белгиланган вазифалар амалга оширилади.

Давлат талаблари асосида болаларнинг йирик (юриш, югуриш, сакраш, эмаклаш ва ҳ.к.), майда (кўз ва қўл ҳаракатларини мувофиқ ишлатиш) ва сенсомоторика (сезги) нинг ривожланиши таълим муассасасидаги педагоглар томонидан кузатилиб, тегишли ишоралар билан белгилаб борилиши лозим. Шу тартибда болаларнинг жисмоний ривожланганлик даражаси аниқланади.

Диссертациянинг «Тадқиқотнинг услублари ва уни ташкил қилиш» деб номланган иккинчи бобида илмий-услубий адабиётлар ва манбалар маълумотларининг таҳлили, педагогик кузатув, сўровнома, антропометрия, педагогик тажриба, функционал кўрсаткичларни аниқлаш, кузатиш ҳамда математик-статистик таҳлил қилиш каби усуллардан фойдаланганлиги бўйича маълумотлар келтирилган.

Диссертациянинг «Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш масалалари» деб номланган учинчи бобида мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини ривожлантириш ҳамда мактабгача таълим муассасасида жисмоний тарбия машғулотини ташкиллаштириш ва амалга ошириш ёритилган.

Бола ҳаётининг ҳар бир даври, ривожланиш хусусиятлари ва эҳтиёжларига кўра ўзига хос босқичларга эга. Боланинг ўсиб, улғайишида жисмоний фаолилик, асосий ҳаракатлар тартиби муҳим ҳисобланиб, айнан шу жараёнлар методик жиҳатдан тўғри ва тизимли равишда ташкиллаштирилса, бола шахсининг жисмоний тараққий этишига хизмат қилади. Мактабгача таълим муассасаларида ушбу вазифалар тизимли амалга оширилиб, унинг дастлабки бўғини бу ўйин шаклидаги жисмоний тарбия машғулотларидир.

Жисмоний тарбия машғулоти кириш, асосий ва якуний қисмлардан иборат бўлиб, уларнинг ҳар бири ўзига хос вазифа ва мазмунга эга. Машғулотнинг мақсад ва вазифаларига кўра уюштирилади. Уни ташкил этишда, болалар кийимлари ва махсус жой, жиҳоз ва инвентарлар яроқчилиги назорати, бола ҳаёти хавфсизлигини таъминлашда техник қондаларга риоя этилиши назарда тутилади. Машғулотнинг кириш қисми вазифаси болаларда унга нисбатан қизиқиш уйғотишдан тортиб то диққатни жамлаш, айрим ҳаракат

қўникмаларини шакллантириш ва кейинги фаолиятга тайёрлашни ҳам ўз ичига олади. Шунингдек, бу қисмда сафланиш машқлари - турлича сафланишлар, қайта сафланишлар; турли топшириқлар билан бажариладиган (йўналиши кўрсатилган бурилишлар) юриш ва югуриш; енгил югуриш ҳамда кейинчалик кичик давра бўлиб сафланиш; турли кўринишдаги ва ясситовонликнинг олдини олишдаги юришлар - товонда, оёқ учида, белгиланган чизиқда, нарвонда юриш ва бошқа машқлар танлаб олинади. Кириш қисми болаларнинг қаторларга бўлиниб, доира бўлиб сафланиши, тарқалиши билан якунланади. Бу болаларни машғулотнинг асосий қисми бошланишидаги умумривожлантирувчи машқларни ўргатишга хизмат қилади. Машғулотнинг асосий қисмида бир ҳолатда дастлаб болаларни умумривожлантирувчи машқларга, сўнг асосий ҳаракатларга ўргатиш (2-3 тагача) ва жисмоний сифатлар (куч, чаққонлик, элчиллик ва б.)ни тарбиялаш вазифалари белгиланади. Сўнг асосий ҳаракатларни мустаҳкамлайдиган ҳаракатли ўйинлар ўтказилади. Умумривожлантирувчи машқларни болалар буюмлар - байроқчалар, таёқчалар, чамбараклар, ленталар, арқонлар билан бажаришлари мумкин. Машғулотнинг якуновчи қисми тинч ҳолдаги ҳаракатли ўйиндан сўнг тобора секиллашадиган суръатдаги юришлар билан амалга оширилади.

Демак, жисмоний тарбия машғулотлари мунтазам ташкил этилганда болаларда ҳаракат қўникмаларининг ривожланиши ва малакаларни ортишига сабаб бўлади. Айрим машғулотларда асосий эътибор болаларни янги жисмоний машқларни аввал ўрганилгани билан бирга ўргатишга; иккинчи хил машғулотларда ҳаракат материалининг болалар томонидан ўзлаштириш даражасига эътибор қаратилади. Жисмоний тарбия машғулотида қўйилган мақсад ва вазифаларнинг амалга оширилиши, эришилаётган натижалар машғулотнинг қисмлари ва ундаги фаолиятларни тўғри тақсимлай олишга ҳам боғлиқдир (1-расмга қarang).



**1-расм. М.Нуриддинова маълумотлари бўйича янги билим берувчи ва мустаҳкамловчи машғулотни қисмларга ажратилиши**

Мактабгача ёшдаги болаларнинг ҳаракат ва қўникмаларини бажаришда йирик, сенсор ва майда моториканинг ривожланиши жисмоний тарбия дастури асосида тавсифлаб берилган. Бола юриш, югуриш, сакраш, юмалатиш, ирғитиш, ялиб олиш, эмаслаш, тирмашиш, мувозанат сақлаш каби асосий ҳаракат машқларини бажара олиши, турли баландликлардан сакраш,

коптокларни бир-бирига қаратиб юмалатиш, икки қўллаб пастдан, кўкрак олдида, бошидан олдинга ошириб иргитишни ривожлантириш зарурий ҳаракатларни мустаҳкамлашда ҳаракатли ўйинлар мувофиқ танлаб олинади. Сенсомоторикани ривожлантиришда болаларнинг сезги органларини ривожлантириш учун турли усуллардан фойдаланиш, жумладан, буйинини бурмасдан туриб, кўзлар билан буюмни кузатиш, кўзларини чап ва ўнг томонга ҳаракатлантириш, тўпни икки қўли билан олдинга ёки юқорига отиш, қум тўлдирилган қончани горизонтал ёки вертикал нишонга отиш каби аниқ машқларни қамраб олган ҳаракатли ўйинлар орқали шакллантириб борилади (1-жадвалга қаранг).

1-жадвал

**5 ёшдан 7 ёшгача бўлган болаларнинг ҳаракат кўникма ва малакаларини ривожлантиришда тавсия этиладиган ҳаракатли ўйинлар**

т/р	Йирик моторика	Ҳаракат кўникма ва малакаларини шакллантирувчи ўйинлар номи	Майда моторика	Ҳаракат кўникма ва малакаларини шакллантирувчи ўйинлар номи	Сенсомоторика	Ҳаракат кўникма ва малакаларини шакллантирувчи ўйинлар номи
1.	Сафда кетма-кетликда юриш	“Поезд”	Кийимларининг тугмаларини мустақил тақиш ва ечиш	“Ораста болажон”	Тўпни икки қўли билан олдинга ёки юқорига отиш	“Баландга от”
2.	Илонизи (zig-zag) бўлиб юриш	“Илон изи”	Майда ҳажмдаги ўйинчоқларни қутига йиғади	“Боғични бойла”	Қум тўлдирилган қончани улоқтириш	“Улоқтир”
3.	Колоннада бир ёки ихкита бўлиб қўл ушламасдан юриш	“Эстафета”	Ипга катта ҳажм-даги мунчоқлар теради	“Ижодий ўйин”	Отилган тўпни илиб олиш	“Тўпни ол!”
4.	Қагга қадам билан предметларни айланиб ўтиш	“Эччилар”	Қалам ва мўйқаламни бармоқлари билан тўғри ушлаш	“Расм чизиш”	Тўпни икки қўллари билан думалатиш	“Тўпни узат!”
5.	Йўналишни узгартириб югуриш	“Марра бизники!”	Шаклларни мос жойларга жойлаш	“Шакллар”	Тўпни икки қўли билан олдинга отиш	“Тўп билан ижодий ўйинлар”

1-жадвалда 5 ёшдан 7 ёшгача бўлган болаларнинг ҳаракат кўникма ва малакаларини ривожлантиришда тавсия этиладиган ҳаракатли ўйинлар

Ўзбекистон Республикаси Илк ва мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланишига қўйиладиган Давлат талаблари асосида ёш кесимида асосий ҳаракатлар, йирик, майда ва сенсомоторика ҳамда кўникма ва малакаларини шакллантирувчи ўйинлар намуна сифатида келтирилган.

Диссертациянинг «Жисмоний тарбия методикасини қўллаш самарадорлигини аниқлаш бўйича педагогик тажриба натижалари ва уларнинг таҳлили» деб номланган тўртинчи бобида респондентлар билан ўтказилган анкета сўровлари натижалари ва уларнинг таҳлили ёритилган бўлиб, мактабгача таълим муассасаси мутахассисларидан (жами 97 нафар) иборат респондентларнинг фикр-мулоҳазаларини аниқлаш учун таклиф қилинган анкета саволларига жавоблари қуйидагича: «Мактабгача таълим муассасасида неча йилдан бери фаолият юритасиз?» деган саволга мутахассис респондентлар умумий сонининг ярмидан кўпроғи, яъни 52% и стаж 5 йил ва ундан кам, 19% и 5 йилдан 10 йилгача, 16% и 10 йилдан 20-йилгача ва фақатгина 10% и 30-40 йилдан буён ишлаб келаётганлигини маълум қилганлар. Сўровномага жавоб берган МТТ мутахассислари умумий сонининг 20 % и кичик (50 тагача ўринли), 41%и ўртача (100-200 ўринли), 31%и катта (200-350 ўринли) ва 5%и жуда катта (350дан кўп ўринли) МТТларида фаолият олиб боришларини билдирганлар.

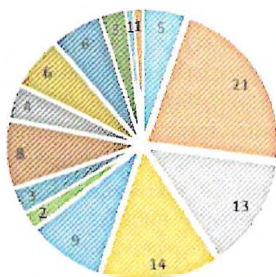
«Мактабгача таълим муассасангизда жисмоний тарбия йўриқчиси лавозими борми? Қанча штат бирлигида фаолият юритади?» деган саволга респондентлар умумий сонининг 36%и тўлиқмас (0.25-0.5 ставка), 7%и - 0.75-1.0, 34%и - 1-1,75 ставка иш мавжудлигини, қолган 20%и эса ставка мавжуд эмаслигини маълум қилганлар. «Иш фаолиятингиз жараёнида жисмоний тарбия машғулотини ўтказасизми?» деган саволига респондентлар умумий сонининг 50 таси «Ҳа», 5 таси «Йўқ», 30 таси «Қисман» деб жавоб берганлар ва 12 таси таклиф киритганлар. «Муассасасида эрталабки бадантарбия ва ҳаракатли ўйинларни кузатганмисиз?» саволига респондентларнинг 45 таси «Ҳа», 27 таси «Йўқ», 20 таси «Қисман» деб жавоб берганлар ва қолган 5 таси таклиф киритган.

«Муассасида жисмоний тарбия машғулоти, ҳаракатли ўйинлар ва бадантарбия бўйича аниқ текширув ёки таҳлил қилиш учун мезонлар борми?» деган саволга 47та респондент тасдиқ, 33таси инкор, 10 таси қисман тасдиқ ва 7 таси таклиф киритиб жавоб берган.

Навбатдаги 5та саволларга: «МТТда жисмоний тарбия ҳужжатларини биласизми?», «Тарбияланувчиларнинг жисмоний кўникмалари ва малакаларини орттиришга эътибор берасизми?», «Мактабгача таълим тизимида жисмоний тарбия назарияси ва методикаси бўйича қайси манбаларни биласиз?», «Ёзги мавсум учун ҳар йили тайёрланадиган методик тавсиялардан фойдаланасизми?», «Ўзингиз спорт тури билан шуғулланасизми?» каби саволларга мос равишда 83, 73, 45, 86 ва 67 киши «Ҳа»; 14, 12, 52, 11 ва 30 киши «Йўқ» жавобини берганлар. Шуниси қизиқки, бу 5 та савол орасидан фақат «Тарбияланувчиларнинг жисмоний кўникмалари ва малакаларини орттиришга эътибор берасизми?» деган саволга 7 киши қисман жавоб берган

ва 5 киши таклиф киритган. Бошқа тўртта саволда қисман жавоб ва таклиф йўқ. Сўровномада иштирок этган респондентлар - мактабгача таълим муассасаси мутахассисларининг вилоятлар кесимида таҳлили 2-расмда келтирилган.

- |                   |              |                |             |             |
|-------------------|--------------|----------------|-------------|-------------|
| ■ Қорақалпоғистон | ■ Тошкент ш. | ■ Фарғона      | ■ Самарқанд | ■ Қашқадарё |
| ■ Сурхондарё      | ■ Сирдарё    | ■ Тошкент вил. | ■ Бухоро    | ■ Наманган  |
| ■ Андижон         | ■ Хоразм     | ■ Навоий       | ■ Жиззах    |             |



## 2-расм. Сўровномада иштирок этган респондентларнинг вилоятлар кесимидаги таҳлили

Таҳлил натижаларига кўра, сўровномада иштирок этган респондентлар Қорақалпоғистон Республикасидан - 5%, Тошкент шаҳридан - 21%, Фарғонадан - 13%, Самарқандан - 14%, Қашқадарёдан - 9%, Сурхондарёдан - 2%, Сирдарёдан - 3%, Тошкент вилоятидан - 8%, Бухородан - 4%, Намангандан - 6%, Андижондан - 6%, Хоразмдан - 3%, Навоийдан - 1%, Жиззахдан - 1%ни ташкил этди.

Мактабга тайёрлов назорат ва тажриба гуруҳлар кўрсатган натижаларнинг педагогик тажриба давомида ўсиши назорат гуруҳида тажриба гуруҳидаги мос кўрсаткичларнинг ўсишидан пастлиги аниқланди. Уларга кўра, ушбу мактабга тайёрлов назорат гуруҳида энг катта ўсиш (10,51%) синалувчиларнинг вазнида ва (8,17%) синалувчиларнинг 10 метр масофага югуриш машқини бажаришида, энг кам ўсиш (4,85%) турган жойида узунликка сакрашга тааллуқли бўлиб, назорат гуруҳи бўйича ўртача ўсиш 7,49% ни ташкил қилган. Тажриба гуруҳи синалувчилари эса энг катта (20,71%) (электрон) сакрағичда сакраш ва (18,66%) 150 грамм қумли халтачани улоқтириш машқларини бажаришда, энг кам (9,44%) синалувчиларнинг 10 метр масофага югуриши вақтида кўрсатган бўлиб, гуруҳ бўйича ўртача 16,44% ўсишга эришганлар. Шунинг билан бирга, тажриба гуруҳи синалувчилари барча кўрсаткичлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик кийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли: уларни статистик ишончилиги энг паст ( $p < 0,05$  ва  $t = 2,65$ ) синалувчиларни турган жойида узунликка сакраш машқида; ундан яхшироғи ( $p < 0,01$ ;  $t_{\text{ст}} = 3,04$ ) синалувчиларнинг вазнида ва қолганларида жуда ишончли ( $t$  кийматлари 3,81 ва 4,20 оралиғида тебраниб;  $p < 0,001$ ) ўзгариларни кўрсатди (2-жадвалга қаранг)

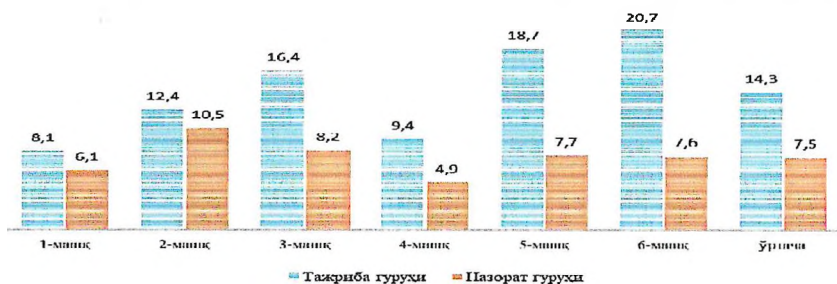


Мақтабга тайёрлов гуруҳ (6-7) ёш назорат (Аънанвий дастур) ва тажриба (Жисмоний тарбия дастури бўйича) гуруҳларида педагогик тадқиқот давомида ўзгаришлар динамикаси (n=24)

№/р	Тест-машқлар	гуруҳ	тажриба боши			тажриба охири			Усиш, %	t	p
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %			
1.	Синалувчиларнинг тана узунлиги (см)	НГ	114,58	9,61	8,39	121,67	9,18	7,54	6,18	2,57	<0,05
		ТГ	114,92	7,80	6,79	123,33	7,52	6,10	7,32	3,81	<0,001
2.	Синалувчиларнинг вазни (кг)	НГ	20,86	2,83	13,56	23,05	2,94	12,77	10,51	2,63	<0,05
		ТГ	21,83	3,07	14,06	24,53	3,09	12,61	12,37	3,04	<0,01
3.	10 м масофага югуриш (сек.)	НГ	2,55	0,39	15,46	2,34	0,39	16,54	8,17	1,85	>0,05
		ТГ	2,48	0,37	14,85	2,08	0,30	14,55	16,44	4,20	<0,001
4.	Турган жойда узунликка сакраш (см) натижалари	НГ	101,42	10,06	9,92	106,33	9,70	9,12	4,85	1,72	>0,05
		ТГ	107,75	12,39	11,50	117,92	14,11	11,97	9,44	2,65	<0,05
5.	150 грамм кумли халтачани улоктирип натижалари (м)	НГ	4,89	0,50	10,15	5,27	0,52	9,93	7,67	2,55	<0,05
		ТГ	5,23	0,82	15,66	6,20	0,79	12,76	18,66	4,20	<0,001
6.	Арқончада сакраш (сек.)	НГ	14,33	2,15	14,97	15,42	1,93	12,51	7,56	1,84	>0,05
		ТГ	14,08	2,31	16,43	17,00	2,70	15,86	20,71	4,02	<0,001

Мактабгача ёшдаги тажриба гуруҳлари болаларининг ёш кесимида жисмоний ривожланганлик кўрсаткичи (антропометрия) ва танланган тестлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли ўзгарганлиги яққол кўринди.

Назорат гуруҳида sinalувчилар бўйлари ( $t=2,63$ ) ва 150 грамм қумли халтачани улоқтириш ( $t=2,55$ ) натижалари педагогик тажриба давомида ( $p<0,05$  аҳамиятлилиқ даражасида) статистик ишончли ўзгарганлиги аниқланди. Қолган учта кўрсаткичлар бўйича ( $t$  қийматлари 1,72 ва 1,85 оралиғида ўзгаради) педагогик тажриба давомидаги ўзгаришлар статистик ишончсиз ( $p>0,05$ ) эканлиги намойён бўлди. Мактабгача (6-7 ёш) тайёрлов тажриба ва назорат гуруҳлари sinalувчиларининг тана узунлиги, sinalувчиларнинг вазни, 10 м масофага югуриш, турган жойида узунликка сакраш, 150 грамм қумли халтачани улоқтириш, арқонда сакраш каби танланган машқлар бўйича педагогик тажриба давомида ўсиш динамикаси фойизларда кўрсатилган. (3-расмга қаранг).



**3-расм. 6-7 ёшли мактабга тайёрлов тажриба ва назорат гуруҳлари sinalувчиларининг танланган машқлар бўйича педагогик тажриба давомида ўсиш динамикаси %**

Расмда 6-7 ёшли мактабга тайёрлов sinalувчилар гуруҳларининг тажриба гуруҳи натижаларини назорат гуруҳига нисбатан устунлиги тажриба ва назорат гуруҳларидаги кўрсаткичларнинг ўртача арифметик қийматларини педагогик тажриба давомида ўзгаришини белгиланган эркинлик даражаси, Стъудент критик қийматлари асосида статистик ишончлилигини аниқлашда ҳам кузатилади. Назорат ва тажриба гуруҳлари кўрсатган натижаларининг педагогик тажриба давомида ўсиши назорат гуруҳида тажриба гуруҳидаги мос кўрсаткичларни ўсишидан пастлиги аниқланди. Мактабга тайёрлов назорат гуруҳида энг катта ўсиш (10,51%) sinalувчиларнинг вазнида ва (8,17%) sinalувчиларни 10 метр масофага югуриш машқни бажаришда, энг кам ўсиш (4,85%) турган жойида узунликка сакрашга тааллуқли бўлиб, назорат гуруҳи бўйича ўртача ўсиш 7,49% ни ташкил қилган. Мактабгача тажриба гуруҳида ҳам ҳамма машқлар натижаларининг педагогик тажриба давомида ўсиши назорат гуруҳларига нисбатан анча юқори бўлган. Жумладан, 6-7 ёшли катта назорат гуруҳида ўрганилган 4 та машқ бўйича нисбий ўсишнинг ўртача арифметик қиймати 13,32% ни ташкил этган бўлиб, ушбу гуруҳдаги энг кичик нисбий ўсиш sinalувчининг бир минутдаги юрак қисқаришлари частотасида аниқланиб, у 4,66 % ни ташкил этган бўлса, энг катта ўсиш ўнг қўл панжалари динамометрияси учун ва у 9,33% ни ташкил этди (3-жадвалга қаранг).

Мақтабгача (6-7 ёш) тайёрлов назорат ва тажриба гурҳининг функционал кўрсаткичларини тажриба довомида ўзгариш динамикаси (n=24)

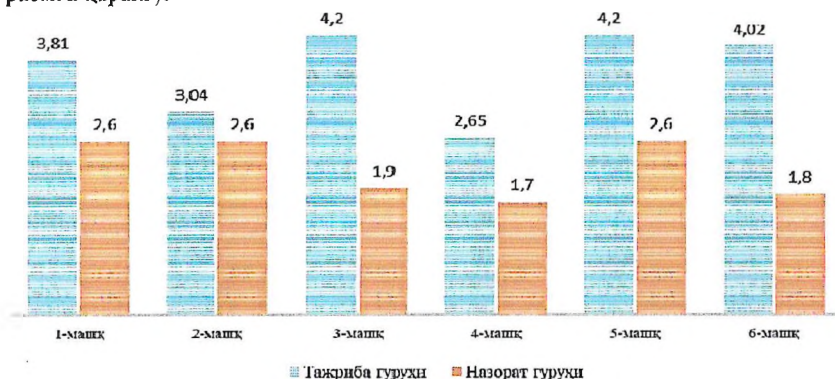
№	Кўрсаткичлар	гурҳ	тажриба боши			тажриба охири			t	p
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %		
1.	Ўпканинг тириклик сизини (см <sup>3</sup> )	НГ	1208,33	104,95	8,69	1264,58	103,71	8,20	1,87	>0,05
		ТГ	1204,17	98,82	8,21	1302,08	87,82	6,74	3,63	<0,001
2.	Бир минутдаги юрак қисқартишлари частотаси (зарба/миң)	НГ	90,58	6,37	7,03	87,33	6,38	7,30	1,77	>0,05
		ТГ	90,88	9,76	10,74	85,33	8,91	10,45	2,05	<0,05
3.	Ўнг қўл панжалари динамометриyasi (кг)	НГ	7,15	0,89	12,46	7,81	0,88	11,29	2,61	<0,05
		ТГ	7,13	1,30	18,31	8,71	1,33	15,32	4,16	<0,001
4.	Чап қўл панжалари динамометриyasi (кг)	НГ	6,79	0,90	13,19	7,29	0,92	12,61	1,91	>0,05
		ТГ	6,71	1,24	18,51	7,96	1,08	13,60	3,72	<0,001

Тажриба гуруҳи синалувчилари функционал кўрсаткичларини педагогик тажриба давомида ҳам айнан шу икки машқлар, яъни бир минутдаги юрак қисқаришлари частотаси энг кам – 6,10% ва синалувчининг ўнг қўл панжалари динамометрияси энг кўп – 2,61% ўзгариб, бошқалардан ажралиб турган.

Мактабгача ёшдаги барча кўрсаткичлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли: уларни статистик ишончилиги энг паст кўрсаткич ( $p < 0,05$  ва  $t = 2,65$ ) синалувчиларни турган жойида узунликка сакраш машқида; ундан яхши кўрсаткич ( $p < 0,01$ ;  $t = 3,04$ ) синалувчиларнинг вазнида ва қолганларида жуда ишончли ( $t$  қийматлари 3,81 ва 4,20 оралиғида тебраниб;  $p < 0,001$ ) ўзгаришлар кузатилган.

Мактабгача ёшдаги тажриба гуруҳлари болаларининг ёш кесимида жисмоний ривожланганлик кўрсаткичи (антропометрия) ва танланган тестлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли ўзгарганлиги биз ишлаб чиққан ҳамда тажриба гуруҳида қўлланган Жисмоний тарбия методикаси назорат гуруҳида қўлланилган Илк қадам дастурига нисбатан юқори самарадорлигини кўрсатди.

Мактабга тайёрлов (6-7 ёшдаги синалувчилар) гуруҳларининг тажриба гуруҳи натижаларини назорат гуруҳига нисбатан устунлиги тажриба ва назорат гуруҳларидаги функционал кўрсаткичларнинг ўртача арифметик қийматларини педагогик тажриба давомида нисбий ўсишида ва бу абсолют ўзгаришларни белгиланган эркинлик даражаси асосида Стьюdent критик қийматлари асосида статистик ишончилигини аниқлашда ҳам кузатилди. Жумладан, назорат гуруҳида энг катта нисбий ўсиш (9,33%) - синалувчининг ўнг қўл панжалари динамометрияси машқида ва энг кам нисбий ўсиш (4-расмга қаранг).



**4-расм. Мактабгача таълим муассасаси тарбияланувчилари 6-7 ёшли мактабга тайёрлов тажриба ва назорат гуруҳи функционал кўрсаткичларини тажриба давомида ўзгариш динамикаси %**

Расмда 3,59 % - бир минутдаги ЮҚЧ – юрак қисқаришлари частотасида кузатишган бўлиб, бу гуруҳда машқлар бўйича нисбий ўсишларнинг ўртача арифметик қиймати 6,23% ни ташкил этди.

Таъриба гуруҳидаги ўзгаришлар анча сезиларли бўлиб, машқлар бўйича нисбий ўсишларнинг ўртача арифметик қиймати 13,7% ни ташкил этди. Бу гуруҳда, назорат гуруҳидагига ўхшаш бўлиб, энг кам нисбий ўсиш (6,10%) - бир минутдаги ЮҚЧ – юрак қисқаришлари частотаси машқда ва энг кўп нисбий ўсиш (22,2%) - синалувчининг ўнг қўл панжалари (динамометрия) машқда кузатилди (5-расмга қarang).



### 5-расм. Мактабгача таълим муассасаси тарбияланувчилари 6-7 ёшли мактабга тайёрлов таъриба ва назорат гуруҳи функционал кўрсаткичларини таъриба давомида ўзгариш динамикаси %

Мактабгача таълим муассасаси тарбияланувчилари 6-7 ёшли мактабгача тайёрлов таъриба ва назорат гуруҳи функционал кўрсаткичларини таъриба давомида ўзгариш динамикасига кўра машқларнинг ҳар бири бўйича абсолют ўсишлар, мос стандарт оғишлар ва белгиланган эркинлик даражаси сони асосида ҳисоблаб топилган Стъудент тақсимооти критик нуқталари қийматлари учун таъриба гуруҳида назорат гуруҳига нисбатан юқори кўрсаткичлар аниқланган.

Жумладан, назорат гуруҳида фақат - синалувчининг ўнг қўл панжалари динамометрияси машқдаги педагогик таъриба давомидаги ўзгариш ( $p < 0,05$  аҳамиятлилик даражасида) статистик ишончли ўсиши аниқланди ( $t = 2,61$ ). Бу гуруҳдаги қолган учта кўрсаткичлар бўйича натижалар педагогик таъриба давомида ( $t$  қийматлари 1,77 ва 1,91 оралигида ўзгарди) статистик ишончсиз ( $p > 0,05$ ) ўзгарганлиги кузатилди.

Таъриба гуруҳи синалувчиларининг барча кўрсаткичлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик таъриба давомида ўзгариши статистик ишончли: уларнинг статистик ишончилиги энг пасти ( $p < 0,05$  ва  $t = 2,05$ ) синалувчиларининг бир минутдаги ЮҚЧ – юрак қисқаришлари частотаси машқда; қолган учта кўрсаткичлар бўйича жуда

ишончли ( $t$  қийматлари  $t=3,63$  ва  $t=4,16$  оралиғида бўлди;  $p<0,001$ ) ўзгаришлар кузатилган. Бу эса тажриба гуруҳида қўлланилган дастур ва методиканинг устуңлиғидан далолат беради. Шундай қилиб, юқорида келтирилган тажрибада олинган маълумотлар, улар асосидаги фикр-мулоҳазалар ва ҳисоблаб топилган статистик ҳарактеристикаларни ўзаро солиштириш натижалари мактабгача ёшдаги тажриба гуруҳлари болаларининг ёш кесимида танланган тестлар бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли ўзгарганлиги биз ишлаб чиққан ҳамда тажриба гуруҳида қўлланган Жисмоний тарбия методикаси назорат гуруҳида қўлланган анъанавий дастурига нисбатан юқори самарадорлигини кўрсатди.

Ўрганилаётган барча ёшдаги тажриба гуруҳларида ҳамма машқлар натижаларининг педагогик тажриба давомида ўсиши мос назорат гуруҳларига нисбатан анча юқори бўлган. Жумладан, 3-4 ёшли кичик назорат гуруҳида ўрганилган 3 та машқ бўйича нисбий ўсишнинг ўртача арифметик қиймати 6,35% ни ташкил этган бўлиб, ушбу гуруҳдаги энг кичик нисбий ўсиш синалувчи 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофасида аниқланиб, у 5,43% ни ташкил этган бўлса, энг катта ўсиш синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони учун ва у 7,21% ни ташкил этди. Тажриба гуруҳи синалувчилари ҳаракат фаоллиги кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида синалувчи 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофаси энг кам – 12,12% ва синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлари энг кўп – 14,82% ўзгариб, уч машқ натижаларининг тажриба гуруҳи бўйича ўртача ўсиши 13,35% ни ташкил этган.

Мактабгача (3-4 ёш) кичик тажриба ва назорат гуруҳлардаги машқларнинг ҳар бири бўйича абсолют ўсишлар, мос стандарт оғишлар ва белгиланган эркинлик даражаси сони асосида ҳисоблаб топилган Стъюдент тақсимоти критик нуқталари қийматлари учун ҳам тажриба гуруҳида назорат гуруҳига нисбатан юқори кўрсаткичлар аниқланган. Жумладан, назорат гуруҳида бу критик нуқталарнинг қийматлари  $t=1,72$  ва  $t=1,88$  оралиғида тебранади ва шу асосда назорат гуруҳида ўрганилган учта машқни ҳам педагогик тажриба давомида ўзгариши статистик ишончсиз ( $p>0,05$ ) эканлиги келиб чиқади.

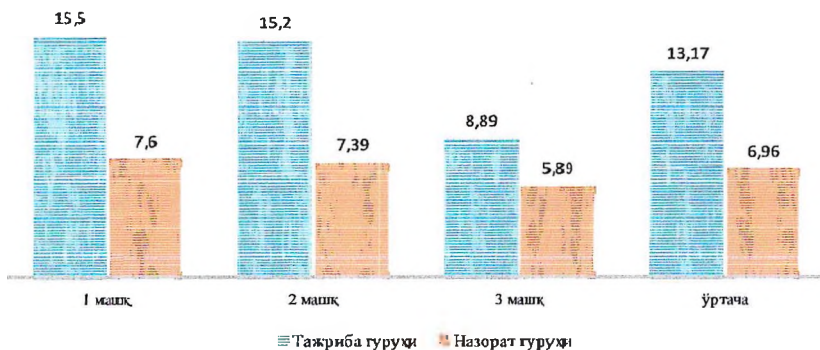
Айнан шу машқлар бўйича тажриба гуруҳи синалувчилари кўрсатган натижаларининг ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида сатистик ишончли ўзгарганлиги аниқланди. Улар орасидан энг яхшиси - бу синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони бўлиб, бу машқда  $t=4,10$  ва  $p<0,001$ ; ундан пастроғи – қолган иккита машқда ( $t=2,64$  ва  $2,63$ )  $p<0,05$  ишончилилик билан ўзгарган. 4-5 ёшли ўрта назорат гуруҳида ўрганилган 3 та машқ бўйича нисбий ўсишнинг ўртача арифметик қиймати 6,74% ни ташкил этади ҳамда ушбу гуруҳдаги энг кичик нисбий ўсиш 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофа давомида сарфланган энергияда аниқланиб, у 5,70% ни ташкил этган бўлса, энг катта ўсиш синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони учун ва у 7,56 % ни ташкил этди (4- жадвалга қаранг).

4 -жадвал  
Мақтабгача (3-4 ёш) назорат ва тажриба гуруҳи болаларининг 20 минут давомида фаол ҳаракатлар натижалари (n=24)

т/р	Кўрсаткичлар	гуруҳ	тажриба боши			тажриба охири			t	p
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %		
1.	Синалувчининг ташлаган қадамлар сони	НГ	257,75	33,96	13,18	276,33	34,65	12,54	1,88	> 0,05
		ТГ	257,46	31,03	12,05	295,63	33,46	11,32	4,10	< 0,001
2.	Босиб ўтилган масофа (м)	НГ	82,08	9,02	10,98	86,54	8,91	10,29	1,72	> 0,05
		ТГ	81,50	12,64	15,50	91,38	13,40	14,66	2,63	< 0,05
3.	Ҳаракат давомида сарфлаган энергия (ккал)	НГ	19,21	2,44	12,68	20,44	2,49	12,19	1,73	> 0,05
		ТГ	19,40	3,09	15,95	21,94	3,55	15,75	2,64	< 0,05

Мактабгача (3-4 ёш) кичик назорат гуруҳида ўрганилган 3 та машқ бўйича нисбий ўсишнинг ўртача арифметик қиймати 6,35 % ни ташкил этган бўлиб, ушбу гуруҳдаги энг кичик нисбий ўсиш синалувчи 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофасида аниқланиб, у 5,43% ни ташкил этган бўлса, энг катта ўсиш синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони учун ва у 7,21% ни ташкил этди. Тажриба ва назорат гуруҳлардаги машқларнинг ҳар бири бўйича абсолют ўсишлар, мос стандарт оғишлар ва белгиланган эркинлик даражаси сони асосида ҳисоблаб топилган Стьюдент тақсимоги критик нуқталари қийматлари учун ҳам тажриба гуруҳида назорат гуруҳига нисбатан юқори кўрсаткичлар аниқланган. Жумладан, назорат гуруҳида бу критик нуқталарнинг қийматлари  $t=1,72$  ва  $t=1,88$  оралиғида тебранади ва шу асосда назорат гуруҳида ўрганилган учта машқни ҳам педагогик тажриба давомида ўзгариши статистик ишончсиз ( $p > 0,05$ ) эканлиги келиб чиқади. Айнан шу машқлар бўйича тажриба гуруҳи синалувчилари кўрсатган натижаларининг ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида сатистик ишончли ўзгарганлиги аниқланди. Улар орасидан энг яхшиси - бу синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони бўлиб, бу машқда  $t_{ст}=4,10$  ва  $p<0,001$ ; ундан пастроги – қолган иккита машқда ( $t_{ст}=2,64$  ва  $2,63$ )  $p<0,05$  ишончлилик билан ўзгарган.

Мактабга тайёрлов (6-7 ёш) тажриба ва назорат гуруҳлардаги машқларнинг ҳар бири бўйича абсолют ўсишлар, мос стандарт оғишлар ва белгиланган эркинлик даражаси сони асосида ҳисоблаб топилган Стьюдент тақсимоги критик нуқталари қийматлари учун ҳам тажриба гуруҳида назорат гуруҳига нисбатан юқори ҳаракатланиш фаоллиги кўрсаткичлари аниқланган (6-расмга қаранг).



**6-расм. 6-7 ёшли мактабга тайёрлов тажриба ва назорат гуруҳлари синалувчилари ҳаракат фаоллиги бўйича кўрсатган натижаларининг ўзгариш динамикаси %**



Мактабгача (6-7 ёш) тайёрлов тажриба гуруҳи синалувчилари ҳаракат фаоллиги кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида синалувчи 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофасида сарфланган энергия энг кам – 8,89% ва синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлари сони энг кўп – 15,50% ўзгариб, уч машқ натижаларининг тажриба гуруҳи бўйича ўртача ўсиши 13,17% ни ташкил этди.

Жумладан, назорат гуруҳида фақатгина синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлари сони учун  $t=2,06$  ва бу ҳол учун  $p<0,05$  статистик ишонччилик билан ўзгарган қолган икки кўрсаткич бўйича бу критик нуқталарнинг қийматлари  $t=1,87$  ва  $t=1,95$  оралиғида тебранади ва шу асосда назорат гуруҳида ўрганилган бу икки кўрсаткичнинг ҳам педагогик тажриба давомида ўзгариши статистик ишончсиз ( $p>0,05$ ) эканлиги келиб чиқади. Айнан шу машқлар бўйича тажриба гуруҳи синалувчилари кўрсатган натижаларнинг ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида сатистик ишончли ўзгарганлиги аниқланди. Улар орасидан энг яхшиси - бу синалувчи 20 дақиқа давомида ташлаган қадамлар сони бўлиб, бу ҳаракатланиш фаоллиги машқларида  $t=3,81$  ва  $p<0,001$ ; ундан пастроги синалувчи 20 дақиқа давомида босиб ўтган масофаси учун ( $t=3,33$ )  $p<0,01$  ва сарфланган энергия бўйича ( $t=2,28$ )  $p<0,05$  статистик ишончли ўзгарган.

Хулоса қилиб айтганда, ушбу бобда келтирилган ва ҳаракат фаоллигини аниқлаш мақсадида ўтказилган тажрибада олинган маълумотлар, улар асосидаги фикр-мулоҳазалар ва ҳисоблаб топилган статистик ҳарактеристикаларни ўзаро солиштириш натижалари мактабгача ёшдаги тажриба гуруҳлари болаларининг ёш кесимида кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида статистик ишончли ўзгарганлиги биз ишлаб чиққан ҳамда тажриба гуруҳида қўлланган Жисмоний тарбия методикаси назорат гуруҳида қўлланган анъанавий дастурга нисбатан юқори самарадорлигини яна бир бор исботлаб берди.

## ХУЛОСАЛАР

Мавзу йўналиши бўйича тўпланган манбалар маълумотларини ўрганиш, олиб борилган кузатув, ўтказилган сўровнома, жорий тадқиқотлар ва педагогик тажриба натижаларининг қиёсий таҳлилига асосан қуйидаги хулосаларни эътироф этиш мумкин:

1. Мактабгача таълим-тарбия ташкилотларида турли ёш гуруҳларига (3-4, 4-5, 5-6, 6-7 ёш) мансуб болалар билан ўтказиладиган жисмоний тарбия тадбирлари (эрталабки бадантарбия, жисмоний тарбия машғулоти, ҳаракатли ўйинлар)да қўлланилиб келинаётган машқлар ҳаётий зарур ҳаракат кўникмалари ва малакаларини шакллантириш қўшлаб мутахассис-олимлар томонидан очиб берилган. Лекин, бундай машқларни табақалаштирилган принципда қўллаш, уларни қўллаш натижасида морфофункционал ва

жисмоний кўрсаткичларнинг гетерохрон йўналишда ўзгариши динамикаси, жисмоний ривожланишининг сезитив даврлари старлича ўрганилмаганлиги аниқланди. Тадқиқот объектида олиб борилган жорий тадқиқотларимиз натижаларидан ҳам маълум бўлдики, болалар билан ўтказиляётган машғулотларда қўлланиляётган жисмоний машқлар морфофункционал ва жисмоний имкониятларга нисбатан сустр таъсир этган.

2. Тажириба натижаларидан аниқландики, анъанавий дастур асосида тарбияланиб келган 3-4 ёшли НГда тана узунлиги ва вазни тажириба муддати якунига келиб мувофиқ равишда 4,96% ва 10,59%га ўсган бўлса, оптималлаштирилган экспериментал дастур асосида тарбияланиб келган ТГда эса ушбу кўрсаткичлар 6,36% ва 12,02% ни ташкил этди. Жисмоний имкониятлар (10 м.га югуриш, жойдан узунликка сакраш ва 150 гр. оғирликни улоқтириш) ҳам ТГ даги болаларда НГга нисбатан жадал ўсанлиги билан фарқланди, яъни тезкор-куч қобилиятларининг ўсиш суръати ушбу гуруҳда 9,72-16,58% ( $P < 0,001$ ) гача кўтарилди. НГ да эса мазкур кўрсаткичлар 5,68-6,56% ( $P > 0,05$ ) билан ифодаланди. Бошқача қилиб айтганда, ТГда тарбияланган болаларда антропометрик ва жисмоний кўрсаткичлар бўйича кузатилган функционал кўрсаткичлар (ЎТС, ЮҚЧ, динометрия)нинг статистик ишончли ўзгаришлари НГ да кузатилмади.

3. Тадқиқот давомида мактабгача ёшдаги кичик (3-4 ёшли), ўрта (4-5 ёшли), катта (5-6 ёшли) ва мактабга тайёрлов (6-7 ёшли) тажириба гуруҳларига мансуб болаларининг ёш кесимида жисмоний ривожланганлик кўрсаткичи (антропометрия) ва тезкор-куч сифатларини ўрганиш учун танланган тест-машқлари бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажириба давомида назорат гуруҳлари натижаларига нисбатан тажириба гуруҳи кўрсаткичлари (3-4 ёшли болаларда НГда 6,35%, ТГда 13,35%; 4-5 ёшлиларда НГда 6,74%, ТГда 14,92%; 5-6 ёшлиларда НГда 7,22%, ТГда 14,30%; 6-7 ёшлиларда НГда 6,96% ва ТГда 13,17%) юқори ва статистик ишончли ўсанлиги биз ишлаб чиққан ҳамда тажириба гуруҳида қўлланилган жисмоний тарбия методикасини назорат гуруҳида қўлланган Анъанавий дастурга нисбатан юқори самарадорлигидан далолат беради.

4. Педагогик тажирибада олинган натижалар, улар қиёсий ва статистик кўрсаткичларининг ўзаро таққослаш орқали мактабгача ёшдаги катта ва мактабга тайёрлов тажириба гуруҳларига мансуб болаларнинг ёш жиҳатларига хос функционал кўрсаткичларни ўрганиш учун танланган тестлар натижалари (5-6 ёшли болаларда - НГда 7,32%, ТГда 13,17%; 6-7 ёшлиларда НГда - 6,23%; ТГда - 13,79%) статистик ишончилиги эканлиги асосланди.

5. Болаларнинг ҳаракат фаоллигини аниқлаш мақсадида ўтказилган педагогик тажириба натижалари, уларнинг таҳлили борасидаги фикр-мулоҳазалар ва қайд этилган статистик кўрсаткичларни ўзаро солиштириш асосида мактабгача ёшдаги тажириба гуруҳлари болаларининг ёш кесимида

кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматлари педагогик тажриба давомида мос ёшлардаги назорат гуруҳлари натижаларига нисбатан юқори (3-4 ёшли болаларда НГда 7,03 № ва ТГда 11,26%; 4-5 ёшлиларда НГда 7,87%, ТГда 12,67%; 5-6 ёшлиларда НГ- 8,15%, ТГ - 13,34%; 6-7 ёшлилар учун ТГ - 7,49%, ТГ учун - 14,16 %) ва статистик ишончли прогрессив ўзгарганлиги аниқланди. Демак, биз ишлаб чиққан ва тажриба гуруҳида қўлланган дастур назорат гуруҳида қўлланган анъанавий дастурга нисбатан юқори самарадорлигидан далолат бермоқда.

### АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

1. Мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини шакллантириш жараёнида уларнинг жисмоний ҳолати ва руҳияти ҳамда мавсумий ўзгаришларни ҳисобга олиб, ҳаракатли ўйинларни гуруҳларга ажратган ҳолда йирик моторика, майдамоторика ва сенсомоторикани ривожлантиришга қаратилган ҳаракатли ўйинларни асосий фаолиятларда, сайрда ва фаоллик марказларида қўллаш тавсия этилади.

2. Мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини шакллантиришида биз таклиф этган дастур ва методик қўлланмани йўналишларига кўра турли хил машқларни қўллаш орқали машғулот ва бошқа тадбирларни ташкил этиш лозим.

3. Жисмоний тарбия машғулотини очиқ ҳавода бажариш ва бунда асосан болаларга йирик моторикани ривожлантиришга қаратилган ҳаракатли ўйинларни гуруҳлаштирган ҳолда, умумтартибдаги машқларни қўллашга мўлжалланган, ҳудудий имкониятлардан фойдаланган ҳолда ҳафтасига 2-3 марта маротаба машғулотдан ташқари 25-40 дақиқагача ҳаракатли ўйинларни қўллаш тавсия этилади.

4. Мактабгача таълим ташкилотида болаларни ҳаракатларни бажариш кўникма ва малакаларини шакллантириш даражаларини аниқлашда, давлат талабларида берилган йўналишларда (5 соҳа) ривожланиш хариталарини кузатувлар асосида тўлдирish ва натижаларни таҳлил қилиш лозим.

5. Ҳар бир гуруҳ кесимида машғулотлардан ташқари 3 марта ҳаракатли ўйинларни ўтказиш, ўйинлар оралиқ вақти 3-5 дақиқа, такрорлашлар сони 2-3 маротабани ташкил этиб, боланинг жисмоний ҳолати ва юкламасига кўра ошириб бориш мумкин.

6. Мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракат кўникмаларини шакллантирувчи ўйинлар: “Кенгуру ва ҳаққалар”, “Овчилар ва ўрдақлар”, “Қирқ тош”, “Қоч болам Сор келди”, “Қармоқча”.

7. Мактабгача ёшдаги болаларда ҳаракат сифатларини шакллантирувчи ўйинлар: “Инсиз қуён”, “Қуёнлар”, “Қоровул ва кучукча”, “Чавандозлар ва тойчоқлар”, “Қалъа ҳимояси”.

8. Мактабгача ёшдаги болаларда кучни ривожлантирувчи ҳаракатли ўйинлар: “Космонавтлар”, “Қирқ тош”, “Овчилар ва ўрдаклар”, “Бўри зовурда”, “Оқ теракми – кўк терак”.

9. Мактабгача ёшдаги болаларда тезкорликни ривожлантирувчи ҳаракатли ўйинлар: “Ҳамма ўз жойига ва бойроқчасига”, “Ҳушёр бўл”.

10. Мактабгача ёшдаги болаларда чаққонликни ривожлантирувчи ҳаракатли ўйинлар: “Тулки ва товуқлар”, “Инсиз кўён”, “Оқ теракми – кўк терак”, “Муסיқага қулоқ сол”, “Кун ва тун”, “Қармоқча”.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.Ped.28. ПО ПРИСВОЕНИЮ  
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ  
УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

---

**УЗБЕКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**НУРИДДИНОВА МУЯССАР МУҲИДДИНОВНА**

**МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР ПРИ  
ФОРМИРОВАНИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**13.00.04 - Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки  
13.00.01 - Теория педагогики. История педагогических учений**

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО  
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

**Чирчик–2020**

Тема диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики Узбекистан за № В 2019.1. PhD/Ped 839.

Диссертация выполнена в Узбекском государственном университете физической культуры и спорта.

Автореферат диссертации на трёх (узбекском, русском, английском (резюме)) языках, размещен на веб-сайте Научного совета по адресу ([www.uzdjtsu.uz](http://www.uzdjtsu.uz)) и информационно-образовательном портале «ZiyoNet» по адресу ([www.ziyo.net](http://www.ziyo.net)).

**Научный руководитель:** Усмоноджаев Тальят Саидович  
доктор педагогических наук, профессор

Шопулатов Абдималик Нурилласович  
доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент

**Официальные оппоненты:** Абдиев Абдулла Носирович  
доктор педагогических наук, профессор

Эшпазаров Журакул Эшназарович  
доктор педагогических наук, профессор

**Ведущая организация:** Джизакский государственный педагогический институт


Защита диссертации состоится "28" "сентября" 2020 г. в 11<sup>00</sup> часов на заседании Научного совета DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. при Узбекском государственном университете физической культуры и спорта по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Спортчилар, дом 19. Тел: (0-370)-717-17 79, 717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76. Веб-сайт: [uzdjtsu@uzdjtsu.uz](mailto:uzdjtsu@uzdjtsu.uz) e-mail [www.uzdjtsu.uz](http://www.uzdjtsu.uz), (Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, корпус «Б», малый конференц-зал.

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Узбекского государственного университета физической культуры и спорта (зарегистрирована за 211383) по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Спортчилар, дом 19. Тел: (0-370)-717-17 79, 717-27-27, факс: (0-370) 717-17-76.

Автореферат диссертации разослан "15" "сентября" 2020 года  
(реестр протокола рассылки № 14 от "18" "сентября" 2020 года)

  
М. Г. Болтабаев,  
Председатель Научного совета  
по присуждению учёных степеней,  
д.ф.п.н., профессор

М.Х. Миржамолов,  
Учёный секретарь Научного совета  
по присуждению учёных степеней,  
д.ф.п.н., доцент

  
Д.Д. Шарипова,  
Председатель научного семинара при  
Научном совете по присуждению учёных степеней,  
д.п.н., профессор

## ВВЕДЕНИЕ [аннотация диссертации доктора философии [PhD]]

**Актуальность и необходимость темы диссертации.** В развитых странах мира одной из самых приоритетных задач считается совершенствование сферы образования, в этом направлении продолжают интегриционные процессы различного уровня. Первой приоритетной сферой при развитии системы образования считается дошкольное образование, являющееся первичным звеном данной системы. В развитых странах процесс подготовки ребенка к учебно-воспитательному процессу, теоретические и практические вопросы его физического развития стали объектом исследования для ведущих высших учебных заведений и научно-исследовательских центров этой области, достигнутые результаты, успешные эксперименты популяризируются на международном уровне. Физическое воспитание детей дошкольного возраста считается фундаментом развития личности ребенка, исследования в этой сфере требуют инноваций, еще большего развития научных и практических проектов.

Систематическое внедрение результатов новейших исследований, направленных на регулярное и последовательное реформирование системы дошкольного образования в мире, личностное формирование ребенка, его физическое, умственное, эмоциональное развитие, физическая активность, формирование различных сенсорных движений, вопросы ранней направленности на спорт признаны главными задачами нескольких зарубежных исследований. Наряду с такими важными педагогическими и социальными задачами, как выявление и своевременное устранение факторов, препятствующих физическому развитию личности ребенка, самыми основными и актуальными требованиями этого направления являются пропаганда двигательной активности, предупреждение малоподвижности, оздоровление детей.

С учетом большого и значительного места, которое в нашем обществе занимает система дошкольного образования, считающаяся самым основным звеном в воспитании детей дошкольного возраста, в нашей стране было образовано Министерство дошкольного образования. Необходимо усовершенствовать систему дошкольного образования, с использованием зарубежного опыта поднять на высокий уровень качество обучения и воспитания, поддерживать инновационную деятельность в системе, создать в сфере возможности для развития частных образовательных организаций<sup>1</sup>. В частности, на основе государственных требований к развитию детей раннего и дошкольного возраста, государственной образовательной программы «Первый шаг», деятельность центров в каждой возрастной группе регламентировалась и совершенствовалась в соответствии с программой. С принятием нового закона «О дошкольном образовании», появилась возможность организации учебно-воспитательного процесса и

<sup>1</sup> Обращение Президента Республики Узбекистан Ш.М.Мирзиёева к Олий Мажлису. -Т: 2017 год 22 декабря -23с.

обучении дошкольников на основе компетентностных подходов в образовательной деятельности, предназначенной для детей с особыми потребностями, а также сотрудничества с родителями. Для решения таких актуальных задач, в том числе повышения квалификации учителей физической культуры, работающих в системе Министерства дошкольного образования, с учетом необходимости разработки учебных пособий и программ, были определены задачи исследований по данной тематике.

Данное диссертационное исследование в определенной мере служит выполнению задач, обозначенных в Постановлениях Президента Республики Узбекистан Ш.М.Мирзиёева №ПП-2707 от 29 декабря 2016 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы дошкольного образования на 2017-2021 годы» и №ПП- 3261 от 9 сентября 2017 года «О мерах по коренному совершенствованию системы дошкольного образования», Указе №УП-5198 от 30 сентября 2017 года «О мерах по коренному совершенствованию управления системой дошкольного образования», а также в нормативно-правовых документах данной сферы.

**Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики.** Данное исследование проведено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики: I. «Духовно-нравственное и культурное развитие демократического и правового общества, формирование инновационной экономики».

**Степень изученности проблемы.** В нашей республике и за рубежом осуществлены ряд научных работ, посвященные вопросам физического воспитания детей дошкольного возраста и подвижных игр. В частности, Т.С.Усманходжаев, Р.С.Саломов, Н.Н.Джамилова исследовали теорию и методику физического воспитания детей дошкольного возраста, Д.Ж.Шарипова, Н.А.Виноградова провели работы по оздоровлению детей младшего возраста; Р.Азизова, Г.М.Салимов, Ф.А.Керимов, С.С.Тажобаев исследовали подвижные игры и их проведение; М.М.Машарипова, Т.И.Осокина, М.Ф.Литвинова, Н.Т.Лебедева, В.Г.Яковлев, А.Н.Гриневский, Л.Д.Глазырина, Ф.Г.Фролов – применение подвижных игр при обучении детей дошкольного возраста различным видам спорта; О.Сафаров, Ф.Р.Кодирова, Ш.К.Тошпулатова, М.З.Файзуллаева, О.В.Гончарова, Р.А.Йуддошева, А.В.Кенеман, Д.В.Хухлаева, Л.В. Капилевич, В.И.Андреев исследовали вопросы физического развития детей через различную обучающую деятельность; Д.Б.Эльконин, М.Э.Вайнер, Д.И.Гасанова исследовали влияние игр на психическое развитие детей дошкольного возраста; Е.Н.Тоцкая, Д.В.Менджерцкая, Л.Д.Глазырина, Л.И.Пензуллаева, Т.А.Семёнова – развитие у детей коммуникативности путем двигательной деятельности; также из зарубежных ученых О.П.Бауэр, К.Stanberry, S.Yilmaz, G.L.Lendret, S.L. Crogh исследовали вопросы влияния крупной моторики на развитие детей. Анализ существующей литературы показал, что осталось без особого внимания именно исследование развития физических умений и



навыков у детей дошкольного возраста путем использования подвижных игр.<sup>2</sup>

**Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего учебного заведения, где была выполнена диссертация.** Диссертация выполнена согласно плана научно-исследовательских работ Узбекского государственного университета физической культуры и спорта на 2020-2024 годы в рамках темы «Методика использования подвижных игр при формировании двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста».

**Целью исследования** является разработка методики подвижных игр, используемых для формирования у детей дошкольного возраста двигательных умений и навыков в процессе физического воспитания.

**Задачи исследования:**

научно-практическое обоснование показателей нормативных движений и анализ ежедневных активных движений, а также уровня физического развития детей дошкольного возраста в возрастном разрезе;

разработка программы по повышению умений и навыков у детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания;

оптимизация нормативных документов и деятельности инструкторов по физическому воспитанию дошкольных образовательных учреждений;

разработка разработок занятий, направленных на формирование умений и навыков у детей дошкольного возраста.

**Объектом исследования** являются процесс физического воспитания и игровая деятельность детей дошкольного возраста в дошкольном

---

<sup>2</sup>Усманходжаев Т.С. Физическое воспитание в учреждениях дошкольного образования. Т.:2006. Саломов Р.С. Теория и методика физического воспитания. Т.:2015.69-6. Джамилова Н.Н. Физическое воспитание в учреждениях дошкольного образования. Т.:2011. Шарипова Д.Ж. Основы валеологии. Т.:2011. Виноградова, Н. А. Дошкольная педагогика: учеб.-метод. пособие для подготовки студентов к итоговой государственной аттестации / Н. А. Виноградова — 2-е изд., испр. и доп. — М.: МГПИ, 2006. 170 с. Азизова Р. Методика обучения спорту и подвижным играм. Т.: 2010. Салимов Ф.М. Эффективность развития физических качеств у 7-10 летних учеников на основе национальных подвижных игр. Дисс... Т.:2007. Таджибаев С.С. Методика использования подвижных игр в системе подготовки юных боксеров. Дисс. Т.:2017. Машарилова М.И. Технология целенаправленного развития двигательного потенциала детей в условиях учреждений дошкольного воспитания. Диссертация. Т.: 2006. Керимов Ф.А. Подвижные игры с элементами единоборств, Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.,2014. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.:1985. Лебедева Н.Т. Двигательная активность в процессе обучения младших школьников М.,1999. Ис. Яковлев В., Гриневский А. Игры для детей. М.:1992. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. М.:1999. Фролов В.Г. Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста М.: 1983. Сафаров О. Народные подвижные игры для малышей. Т.:2014. Қодирова Ф.Р., Тошпулатова Ш.К. Педагогика дошкольного воспитания. Т.: 2015. Файзуллаева М.З. Календарное планирование в учреждениях дошкольного образования. Т.2011. Гончарова О.В. Воспитание физических качеств у детей. Т.:2015. 135-6. Илдошова Р. Воспитательное значение узбекских национальных игр. Т.:1992. Кенеман А.В., Хухлева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». эл.книг. 2019г. Камилевич Л.В., Андреев В.И. Здоровье и здоровый образ жизни (PDF) Учебное пособие. - Томск: ТГУ, 2008. -102с. Элькина Д.В. Психология игры. В.:2014. Вайнер М.Э. Игровые технологии коррекции поведения дошкольников. ДОС Учебное пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2004. 48 с. Гасанова Д.И. Психотехнические игры как средство физического воспитания детей старшего дошкольного возраста тема диссертации и автореферата. М.: 2000. Тоцкая Е.Н. Направленное воздействие подвижных игр на развитие коммуникативных способностей детей старшего дошкольного возраста М.: 2011. Менджерицкая Д.В. Воспитательно-о детской игре. М.: 1984. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. М.:1999. Пензуллаева Л.И. Занятия по физической культуре для детей 5-6 лет. Т.:1992. Семёнова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх. М.: 2007. Бауэр О.П. Подвижные и спортивные игры в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре дошкольников. Stanberry K. Understanding Physical Development in Preschoolers. G. 2019. С.: 2005. Yilmaz S. Outdoor Environment and Outdoor Activities in Early Childhood Education. Okul Oncesi Egitimde Dis Mekanlar ve Dis Mekan Aktiviteler. A.:2018. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М.:1998, Crogh S.L. Educating young children. USA.

образовательном учреждении.

**Предметом исследования** является процесс использования подвижных игр при формировании умений и навыков у детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания.

**Методы исследования.** Анализ литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование, антропометрия, пульсометрия, педагогический эксперимент, математико- статистические методы.

**Научная новизна исследования** состоит из следующих:

научно обоснована двигательная активность на основе уровня физического развития (антропометрия, динамометрия, спирометрия, двигательная активность) детей дошкольного возраста в возрастном разрезе по показателям затраченных килокалорий (количество шагов, пройденная дистанция);

усовершенствованы умения и навыки детей на основе программы, направленной на формирование чувств крупной моторики, мелкой моторики и сенсомоторики при физическом развитии детей дошкольного возраста;

оптимизированы форма и содержание деятельности инструкторов по физическому воспитанию дошкольных образовательных учреждений на основе типовых нормативных документов (календарный план, планирование во всех группах видов основных движений, план подвижных игр, план организации физкультурно-оздоровительных мероприятий, регламент для инструктора);

разработаны новые разработки занятий с подвижными играми на основе научно-методических рекомендаций, направленных на развитие умений и навыков выполнения физических движений у детей дошкольного возраста.

**Практические результаты исследования** состоят из следующих:

Созданная с опорой на результаты педагогического наблюдения, анкетирования, текущих исследований и педагогического эксперимента «Методика использования подвижных игр для развития физических умений и навыков у детей дошкольного возраста», а также методические рекомендации «Физическое воспитание в учреждениях дошкольного образования», «Методика физического воспитания» могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе дошкольных образовательных организаций и учреждений дополнительного образования, а также при проведении специальных курсов для обучающихся по направлению физическая культура высших педагогических и средних специальных образовательных учреждений, курсах повышения квалификации и переподготовки педагогических работников учреждений дошкольного образования, в практике массового дошкольного и семейного образования, а также при создании научной, методической литературы по данной теме.

**Достоверность результатов исследования.** Достоверность результатов исследования обеспечивается теоретико-методической обоснованностью полученных результатов, последовательным выполнением научного

исследования, логическим подходом, полным соответствием методов цели и задачам исследования, обоснованностью данными научно-методической литературы и научными выводами и рекомендациями авторов этой литературы, являющимися учеными нашей республики и зарубежными учеными, переработкой методом математико-статистического анализа данных и результатов экспериментально-испытательных работ с использованием определенных компьютерных программ, направленностью практических рекомендаций диссертации на решение концептуальных проблем физического воспитания и методики дошкольного образования, санкционированием результатов со стороны соответствующих полномочных структур.

#### **Научное и практическое значение результатов исследования.**

Научное значение результатов исследования объясняется тем, что система подвижных игр и методика их практического использования по формированию и укреплению двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, направленная на развитие на основе государственных требований координацию крупных (ходьба, бег, прыжки, ползание) и мелких (глаза, пальцы рук) движений, а также сенсомоторики (осознания) детей, разработана в соответствии с научно-теоретическими основами физического воспитания и физического развития детей дошкольного возраста, и тем, что методика практического использования разработана в соответствии с требованиями методики физического воспитания.

Практическое значение результатов исследования состоит в том, что они использованы при подготовке учебно-методических сборников, текстов лекций для всех категорий слушателей по направлению дошкольное образование института переподготовки и повышения квалификации руководителей и специалистов организаций дошкольного образования, а также при подготовке в этом институте учебно-методической литературы, методических рекомендаций и брошюр для педагогов дошкольного образования.

**Внедрение результатов исследования.** На основе проведенных экспериментов по повышению двигательных умений и навыков детей дошкольного возраста:

в учебном пособии «Физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях» (свидетельство №1186-044 на основе приказа №1186 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 27 декабря 2019 года) научно обоснована двигательная активность по показателям затраченных килокалорий (количество шагов, пройденная дистанция) на основе уровня физического развития (антропометрия, динамометрия, спирометрия, двигательная активность) детей дошкольного возраста в возрастном разрезе. В результате наблюдалось развитие функциональных показателей 3-5 летних детей на 6,23%;

предложения и рекомендации по развитию чувств крупной моторики,

мелкой моторики и сенсомоторики при физическом развитии и выполнении движений детей дошкольного возраста отражены в учебном пособии «Физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях» (свидетельство №1186-044 на основе приказа №1186 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 27 декабря 2019 года). В результате физические умения и навыки 3-7 летних детей усовершенствованы на 13,17%;

внедрены в практику нормативные документы (календарный план, планирование во всех группах видов основных движений, план подвижных игр, план организации физкультурно-оздоровительных мероприятий, регламент инструктора) по деятельности инструкторов по физическому воспитанию дошкольных образовательных учреждений, сборник нормативных документов, электронный рабочий журнал инструкторов по физическому воспитанию дошкольных образовательных организаций республики (справка №03-01-10-1564 Министерства дошкольного образования Республики Узбекистан от 23 июня 2020 года). В результате эффективность рабочих документов инструкторов по физическому воспитанию оптимизировалась на 60%;

научно-методические рекомендации, направленные на развитие умений и навыков выполнения физических движений у детей дошкольного возраста включены в содержание учебного пособия «Физическая культура в дошкольных образовательных учреждениях» (свидетельство №1186-044 на основе приказа №1186 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 27 декабря 2019 года). В результате было достигнуто увеличение двигательной активности у 5-7 летних детей на 10,79%.

**Апробация результатов исследования.** На основе результатов данного исследования, на республиканских и международных конференциях были обсуждены в общей сложности более 10 работ, в том числе авторская программа, учебно-методический сборник, инструкция, сборник занятий, учебно-методические рекомендации и сборники.

**Публикация результатов исследования.** По теме диссертации в общей сложности было опубликовано 22 научно-методических работ, в том числе 3 статьи опубликованы в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций (2 статьи опубликованы в республиканских, 1 статья в иностранном научном журнале).

**Структура и объем диссертации.** Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, 121 страницы текста, 10 рисунков, 11 таблиц, заключения, практических рекомендаций, списка литературы и приложений.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ.

Во введении определены актуальность и необходимость темы диссертации, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, степень изученности проблемы, цель, задачи, объект и предмет исследования, а также предоставлены данные о научной новизне исследования, достоверности его результатов, практическом значении, внедрении в практику, публикациях, структуре работы.

В первой главе диссертации, озаглавленной «Значение подвижных игр в физическом развитии детей дошкольного возраста» говорится о том, что подвижные игры детей дошкольного возраста изучаются в качестве предмета местными и иностранными учеными и педагогами, приводятся их взгляды и идеи, поэтапное развитие подвижных игр, их классификация, задачи физического развития детей дошкольного возраста, сегодняшнее состояние системы и её анализ.

Дошкольное воспитание считается первичным и самым важным звеном системы образования. Воспитание здорового генофонда, полноценных кадров, прежде всего, начинается с этой системы. Однако, до сегодняшнего времени эта система отставала в развитии. За последние 20 лет количество государственных дошкольных образовательных учреждений уменьшилось на 45 процентов. В итоге только 33 процента детей дошкольного возраста охвачены учреждениями дошкольного образования. (Этот показатель в Дании составляет 99 процентов, в Японии 97 процентов, в Южной Корее 95 процентов). В учреждениях дошкольного образования не внедрены образовательные программы по социальному, личностному, эмоциональному, речевому, математическому, физио-психологическому, физическому и творческому развитию детей. В общем, дошкольные учреждения превратились в «Учреждения, присматривающие за детьми, когда родители находятся на работе»<sup>3</sup>.

С целью развития данной сферы, Постановлением Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева ПП №3303 было организовано Министерство дошкольного образования Республики Узбекистан, на основании этого Постановления на вновь созданную организацию были возложены задачи по расширению сети государственных и негосударственных учреждений дошкольного образования, укрепление инфраструктуры и материально-технической базы, обеспечение их квалифицированными педагогическими кадрами, резкое повышение охвата детей учреждениями, коренное улучшение качества подготовки детей к школе путем внедрения в учебно-воспитательный процесс современных образовательных программ и технологий.

На сегодняшний день Министерством дошкольного образования

<sup>3</sup>Выступление на видеоселекторном собрании 19 декабря 2017 года под председательством Президента Республики Узбекистан Ш.М. Мирзиёева, посвященном анализу реформ, осуществляемых в системе дошкольного образования и определения будущих задач.

Республики Узбекистан было принято более 30 нормативных документов, среди них «Государственные требования к развитию детей раннего и дошкольного возраста», учебная программа «Первый шаг» и разработанное в соответствии с ней в разрезе возрастных групп детей тематическое планирование, теоретический и практический комплекс физического воспитания, рабочий журнал инструкторов по физическому воспитанию учреждений дошкольного образования. В Постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан №528 от 19 июля 2017 года «О совершенствовании деятельности учреждений дошкольного образования», согласно «Положению о государственных учреждениях дошкольного образования», в учреждение дошкольного образования принимаются дети от 3 до 7 лет.

В учреждениях дошкольного образования распорядок дня организуется через четко определенную деятельность в следующих возрастных группах: младшей (3-4 года); средней (4-5 лет); старшей (5-6 лет), подготовительной (6-7 лет). В образовательном учреждении проводится учебно-воспитательная работа по 5 направлениям, начальным звеном считается организация физического воспитания и здорового образа жизни.

Тот факт, что на сегодняшний день в Республике Узбекистан охват детей составляет более 39 процентов, свидетельствует о качественном проведении работ по дошкольной подготовке 5-7 летних детей и о том, что в нашей стране идет развитие дошкольного образования. Сегодня в республике действуют около 6000 государственных и негосударственных организаций дошкольного образования, в них воспитываются более 5300000 детей дошкольного возраста.

Исходя из государственных требований к развитию детей раннего и дошкольного возраста в Республике Узбекистан, в каждом возрастном разрезе была составлена карта развития ребенка, по которой в начале, середине и конце учебного года проводилось наблюдение за процессами развития в различных направлениях с учетом возраста детей от 3 до 7 лет, записи производились в индивидуальных журналах.

Исходя из наблюдений, педагог, инструктор по физическому воспитанию описывает физическое развитие ребенка, определяет слабые стороны освоения сфер образования. В соответствии с этим определяет направление образовательного процесса, планирует индивидуальную работу с воспитанником и выполняет намеченные задачи.

Исходя из государственных требований, педагоги образовательного учреждения должны наблюдать за развитием крупных (ходьба, бег, прыжки, ползание и др.), мелких (согласованные движения глазами и руками) движений и сенсомоторики (осознание) детей и производить обозначения соответствующими знаками. Таким образом определяется уровень физического развития детей.

Во второй главе диссертации, озаглавленной «Методы исследования и его организация», приведены сведения по осуществлённому анализу данных

научно-методической литературы и источников, а также по использованию таких методов, как педагогическое наблюдение, анкетирование, антропометрия, педагогический эксперимент, определение функциональных показателей, наблюдение, математико-статистический анализ.

В третьей главе диссертации, озаглавленной «**Вопросы физического развития детей дошкольного возраста**», освещены развитие у детей дошкольного возраста умений и навыков выполнения физических движений и организация и проведение занятий по физической культуре в дошкольном образовательном учреждении.

Каждый период жизни ребенка имеет свои отличительные этапы, исходя из особенностей развития и потребностей. При взрослении ребенка считаются очень важными физическая активность, порядок основных движений, при методически правильной и системной организации именно этих процессов, они служат физическому развитию личности ребенка. В учреждениях дошкольного образования эти задачи выполняются на системной основе, её начальным звеном являются занятия по физической культуре в форме игры.

Занятие по физической культуре состоит из вступительной, основной и заключительной частей, каждая из которых имеет отличительные задачи и содержание. Организовываются в соответствии с целью и задачами занятия. При его организации предусматривается контроль за одеждой детей, специальным местом, годностью оборудования и инвентаря, выполнением технических правил при обеспечении безопасности детской жизни. Задачами вступительной части занятия являются: вызвать интерес у детей, концентрация внимания, формирование некоторых двигательных навыков и подготовка к следующей деятельности. А также, в этой части подбираются выполняемые строем упражнения – различный строй, перестроение; выполняемые с различными заданиями (повороты с определенной направленностью) ходьба и бег; легкий бег и последующее построение в маленький круг; различного вида ходьба и ходьба с целью профилактики плоскостопия – на пятках, на носках, по линии, по лестнице и другие упражнения. Вступительная часть заканчивается тем, что дети разделяются на ряды, строятся в круг, и расходятся. Это служит переходу к обучению детей общеразвивающим упражнениям в начале основной части занятия. Задачами основной части занятия являются: из одного положения сначала обучение детей общеразвивающим упражнениям, в последующем обучение основным движениям (до 2-3) и воспитание физических качеств (сила, ловкость, подвижность и др.). Потом проводятся подвижные игры, закрепляющие основные движения. Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять с помощью предметов – флажков, палочек, лент, обручей, веревок. Заключительная часть занятия осуществляется после спокойной подвижной игры ходьбой во все более замедляющемся темпе.

Значит, при регулярной организации занятий по физическому воспитанию у детей развиваются двигательные умения и улучшаются

навыки. Во время некоторых занятий основное внимание уделяется обучению детей новым физическим упражнениям вместе с ранее изученными; во время других занятий уделяется внимание степени освоения детьми двигательного материала. Осуществление целей и задач, поставленных перед занятием физического воспитания, достигаемые результаты связаны также и с умением правильно распределить занятия на части и деятельности в них (рисунок 1).



**Рисунок 1. Распределение на части занятия, дающее новые знания и закрепляющее их по данным М.М.Нуридиновой.**

На основе программы физического воспитания дана характеристика развития двигательных умений и навыков крупной, сенсорной и мелкой моторики дошкольников при выполнении движений. Соответствующие подвижные игры выбираются для того, чтобы закрепить двигательные навыки ребёнка в выполнении основных двигательных упражнений, таких как ходьба, бег, прыжки, перекатывание, метание, схватывание (приём мяча), ползание, лазание, удержание равновесия, а также прыжки с разных высот, перекатывание мячей друг другу, развитие броска двумя руками снизу, от груди, над головой. С помощью подвижных игр, охватывающих определенные упражнения, в развитии сенсомоторики используются различные методы развития органов чувств детей, в том числе наблюдение за объектом глазами без поворота шеи, перемещение глаз влево и вправо, бросание мяча вперед или вверх двумя руками, горизонтальное и вертикальное метание мешочка с песком в цель (смотрите таблицу 1).

**Таблица 1**  
**Рекомендуемые подвижные игры для развития двигательных умений и навыков детей от 5 до 7 лет**

№ п/п	Крупная моторика	Названия игр, формирующих двигательные навыки и умения	Мелкая моторика	Названия игр, формирующих двигательные навыки и умения	Сенсомоторика	Названия игр, формирующих двигательные навыки и умения
1.	Ходьба друг за другом в строю	Поезд	Самостоятельное застёгивание	Прилежный ребёнок	Бросок мяча двумя руками вперёд или	Бросок вверх



			вание и растёгивание пуговиц		вверх	
2.	Ходьба (зигзагом) змейкой	Змейка	Собирает мелкие игрушки в коробку	Завяжи шнурок	Метание мешочка с песком	Бросай
3.	Ходьба в колонне по одному или по два не держась за руки	Эстафета	Нанизывает крупные бусинки на нить	Творческая игра	Прием брошенного мяча	Поймай мяч
4.	Обход предметов крупными шагами	Ловкие	Правильно держит каран-даш и кисть пальцами	Рисование	Перека-тывание мяча двумя руками	Передай мяч!
5.	Бег с изменением направления движения	Победа за нами	Поместит фигуры в соответствующие места	Геометри-ческая доска	Бросок мяча двумя руками вперед	Творчес-кие игры с мячом

Рекомендуемые подвижные игры для развития двигательных умений и навыков, большой, малой и сенсомоторной моторики детей от 5 до 7 лет, а также игры, формирующие умения и навыки на основе государственных требований к развитию детей раннего и дошкольного возраста представлены в таблице 1 на примере основных движений в возрастном разрезе.

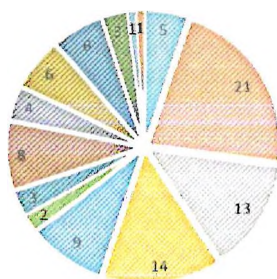
В четвертой главе диссертации, озаглавленной «**Результаты педагогического эксперимента по определению эффективности применения методики физического воспитания и их анализ**», освещены результаты анкетирования, проведенного с респондентами и анализ этих результатов. Ответы на вопросы анкеты, предложенной с целью выяснения мнений респондентов, состоящих из специалистов дошкольного образовательного учреждения (всего 97 человек), оказались следующими:

На вопрос «На протяжении какого времени вы работаете в учреждении дошкольного образования?» больше половины респондентов, т.е. 52 % ответили, что их стаж составляет 5 лет и меньше, 19 % работают от 5 до 10 лет, 16 % от 10 до 20 лет и только 10 % работают в течение 30-40 лет. Из ответивших на вопросы анкеты специалистов УДО, 20 % от общего количества ответили, что работают в небольших (до 50 мест), 41% в средних (100-200 мест), 31% в больших (200-350 мест) и 5% в очень больших (более 350 мест) УДО.

На вопрос «Есть ли в вашем учреждении дошкольного образования должность инструктора по физическому воспитанию? Какая ставка?», 36% респондентов ответили, что неполная (0.25-0.5 ставка), 7% – 0.75-1.0, 34% ответили, что есть работа на 1-1,75 ставки, остальные 20% ответили, что ставки нет. На вопрос «Проводите ли вы в процессе работы занятия по

физическому воспитанию?», 50 респондентов ответили «Да», 5 респондентов ответили «Нет», 30 ответили «Частично» и 12 респондентов вышли с предложениями. На вопрос «Наблюдали ли вы в учреждении утреннюю зарядку и подвижные игры?» 45 респондентов ответили «Да», 27 – «Нет», 20 ответили «Частично», остальные 5 вышли с предложениями.

На вопрос «Существуют ли критерии для точной проверки или анализа по занятиям физического воспитания, подвижным играм и зарядке в учреждении?», 47 респондентов ответили утвердительно, 33 отрицательно, 10 частично утвердительно и 7 вышли с предложениями. На остальные 5 вопросов: «Знаете ли вы документы по физическому воспитанию в УДО?», «Уделяете ли вы внимание улучшению физических умений и навыков воспитанников?», «С какими источниками по теории и методике физического воспитания в системе дошкольного образования вы знакомы?», «Пользуетесь ли вы методическими рекомендациями, подготавливаемыми каждый год к летнему сезону?» и «Вы сами занимаетесь ли спортом?» соответственно 83, 73, 45, 86 и 67 человек ответили «Да»; 14, 12, 52, 11 и 30 человек ответили «Нет». Интересно то, что из этих 5 вопросов только на вопрос «Уделяете ли вы внимание улучшению физических умений и навыков воспитанников?» 7 человек ответили частично и 5 человек вышли с предложениями. На остальные 4 вопроса не было частичных ответов и предложений. Анализ в разрезе областей респондентов, участвовавших в анкетировании – специалистов учреждений дошкольного образования, приведен на рисунке 2.



**Рисунок 2. Анализ принимавших участие в анкетировании респондентов в разрезе областей.**

Из результатов анализа следует, что из принимавших участие в анкетировании респондентов 5% из Республики Каракалпакстан, 21% из города Ташкента, 13% из Ферганы, 14% из Самарканда, 9% из Кашкадарьи, 2% из Сурхандарьи, 3% из Сырдарьи, 8% из Ташкентской области, 4% из Бухары, 6% из Намангана, 6% из Андижана, 3% из Хорезма, 2% из Навои, 1% из Джизака.

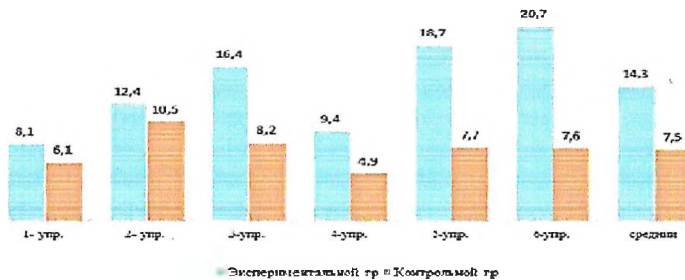
Таблица 2  
 Динамика изменений в течение педагогического исследования в подготовительных к школе (6-7 лет) контрольной (по традиционной программе) и экспериментальной (программа физического воспитания) группах (n=24)

№	Тестовые упражнения	группа	начало эксперимента			конец эксперимента			рост, %	t	p
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %			
1.	Длина тела испытуемых (см)	КГ	114,58	9,61	8,39	121,67	9,18	7,54	6,18	2,57	<0,05
		ЭГ	114,92	7,80	6,79	123,33	7,52	6,10	7,32	3,81	<0,001
2.	Вес испытуемых (кг)	КГ	20,86	2,83	13,56	23,05	2,94	12,77	10,51	2,63	<0,05
		ЭГ	21,83	3,07	14,06	24,53	3,09	12,61	12,37	3,04	<0,01
3.	Бег на 10 м (сек.)	КГ	2,55	0,39	15,46	2,34	0,39	16,54	8,17	1,85	>0,05
		ЭГ	2,48	0,37	14,85	2,08	0,30	14,55	16,44	4,20	<0,001
4.	Результаты прыжков в длину с места (см)	КГ	101,42	10,06	9,92	106,33	9,70	9,12	4,85	1,72	>0,05
		ЭГ	107,75	12,39	11,50	117,92	14,11	11,97	9,44	2,65	<0,05
5.	Результаты метания 150 граммового мешочка с деском (м)	КГ	4,89	0,50	10,15	5,27	0,52	9,93	7,67	2,55	<0,05
		ЭГ	5,23	0,82	15,66	6,20	0,79	12,76	18,66	4,20	<0,001
6.	Прыжки с прыгалкой (сек.)	КГ	14,33	2,15	14,97	15,42	1,93	12,51	7,56	1,84	>0,05
		ЭГ	14,08	2,31	16,43	17,00	2,70	15,86	20,71	4,02	<0,001

Анализ роста результатов подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп в течение педагогического эксперимента показал, что соответствующие показатели контрольной группы ниже показателей экспериментальной группы. Следуя им, в данной подготовительной контрольной группе самый большой рост (10,51 %) произошел в весе испытуемых, а также при выполнении испытуемыми бега на 10 метров (8,17 %), самый маленький рост (4,85 %) был выявлен в прыжках в длину с места, средний показатель роста в контрольной группе был равен 7,49 %. А у испытуемых экспериментальной группы наибольший рост (20,71 %) произошел при прыжках с прыгалкой (электронной) и при выполнении упражнений по метанию 150 граммового мешочка с песком (18,66 %), наименьший рост (9,44 %) произошел при беге на 10 метров, средний рост по группе 16,44 %. В том числе, в течение педагогического эксперимента было выявлено статистически достоверное изменение (при степени значимости  $p < 0,05$ ) в контрольной группе в росте испытуемых ( $t_{cr}=2,57$ ), в весе ( $t_{cr}=2,63$ ) и в результатах метания 150 граммового мешочка с песком ( $t_{cr}=2,55$ ). По остальным трем показателям (значения  $t_{cr}$  изменялись в промежутке между 1,72 и 1,85) в течение педагогического эксперимента наблюдались статистически недостоверные изменения ( $p > 0,05$ ), средние арифметические значения результатов испытуемых экспериментальной группы в течение педагогического эксперимента по всем показателям статистически достоверны: самая низкая статистическая достоверность ( $p < 0,05$  и  $t_{cr}=2,65$ ) в упражнении по прыжкам в длину с места; немного лучше ( $p < 0,01$ ;  $t_{cr}=3,04$ ) в весе испытуемых и в остальных наблюдались очень достоверные изменения (значения  $t_{cr}$  колеблются между 3,81 и 4,20;  $p < 0,001$ ) (Таблица 2).

Было выявлено статистически достоверные изменения в течение педагогического эксперимента показателей физического развития (антропометрия) в возрастном разрезе детей дошкольного возраста экспериментальной группы и средних арифметических значений результатов по отобранным тестам. В течение педагогического эксперимента было выявлено статистически достоверное изменение (при степени значимости  $p < 0,05$ ) в контрольной группе в росте испытуемых ( $t_{cr}=2,57$ ), в весе ( $t_{cr}=2,63$ ) и в результатах метания 150 граммового мешочка с песком ( $t_{cr}=2,55$ ). По остальным трем показателям (значения  $t_{cr}$  изменялись в промежутке между 1,72 и 1,85) в течение педагогического эксперимента наблюдались статистически недостоверные изменения ( $p > 0,05$ ). Рост тела, вес, динамика роста по выбранным упражнениям: бег на 10 метров, прыжки в длину с места, метание 150 граммового мешочка с песком, прыжки с прыгалкой 6-7 летних испытуемых подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп в течение педагогического эксперимента показаны в процентах (рисунок 3).

Превосходство результатов 6-7 летних испытуемых подготовительной к школе экспериментальной группы от результатов контрольной группы, наблюдался также при определении статистической достоверности на основе критических значений Стьюдента на основе определенных степеней свободы изменения в течение педагогического эксперимента средних арифметических значений показателей экспериментальной и контрольной групп. Рост результатов подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп в течение педагогического эксперимента показал, что соответствующие показатели контрольной группы ниже показателей экспериментальной группы.



**Рисунок 3. Динамика роста по выбранным упражнениям 6-летних испытуемых подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп в течение педагогического эксперимента (%).**

В подготовительной к школе контрольной группе самый большой рост (10,51%) произошел в весе испытуемых, а также при выполнении испытуемыми бега на 10 метров (8,17%), самый маленький рост (4,85%) был выявлен в прыжках в длину с места, средний показатель роста в контрольной группе был равен 7,49%. Наблюдалось превосходство результатов в течение педагогического эксперимента по всем упражнениям детей дошкольного возраста экспериментальной группы над результатами контрольной группы. В частности, по изученным в контрольной группе 4 упражнениям среднее арифметическое значение относительного роста составило 13,32%, наименьший относительный рост наблюдался в частоте сердечных сокращений испытуемого (ЧСС) за одну минуту – 4,66%, наибольший относительный рост по динамометрии кисти правой руки составил 9,33% (таблица 3).

Выявлены изменения в функциональных показателях испытуемых экспериментальной группы в течение педагогического эксперимента по этим двум упражнениям, т.е., наименьшее изменение в частоте сердечных сокращений испытуемого (ЧСС) за одну минуту – 6,10%, наибольшее – 2,61% по динамометрии кисти правой руки. Средние арифметические значения результатов в течение педагогического эксперимента по всем показателям дошкольного возраста статистически достоверны: самая низкая статистическая достоверность ( $p < 0,05$  и  $t_{cr} = 2,65$ ) в упражнении по прыжкам в длину с места; немного лучше ( $p < 0,01$ ;  $t_{cr} = 3,04$ ) в весе испытуемых и в остальных наблюдались очень достоверные изменения (значения  $t_{cr}$  колеблются между 3,81 и 4,20;  $p < 0,001$ ). Статистически достоверные изменения в течение педагогического эксперимента показателей физического развития (антропометрия) в возрастном разрезе детей дошкольного возраста экспериментальной группы и средних арифметических значений результатов по отобранным тестам, показали, что разработанная нами и примененная в экспериментальной группе методика физического воспитания более эффективна по сравнению с примененной в контрольной группе программой «Первый шаг».

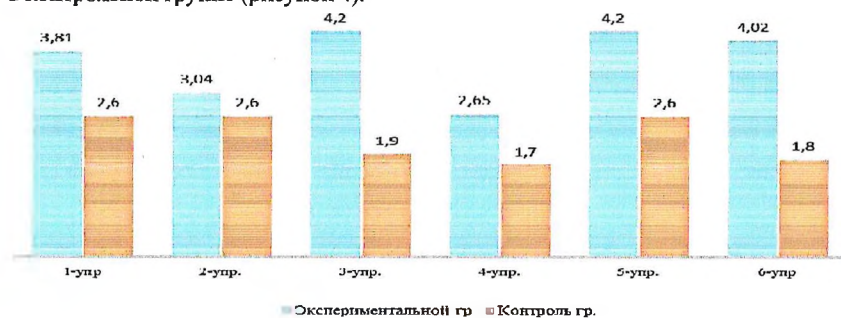
Таблица-3

Динамика изменения функциональных показателей 6-7 летних воспитанников подготовительных к школе контрольной и экспериментальной групп учреждения дошкольного образования в течение эксперимента (n=24)

±

№	Показатели	групп	начало эксперимента			конец эксперимента			рост, %	t	P
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %			
1.	Жизненная ёмкость легких (см <sup>3</sup> )	КГ	1208,33	104,95	8,69	1264,58	103,71	8,20	4,66	1,87	>0,05
		ЭГ	1204,17	98,82	8,21	1302,08	87,82	6,74	8,13	3,63	<0,001
2.	Частота сердечных сокращений за одну минуту (удар/мин)	КГ	90,58	6,37	7,03	87,33	6,38	7,30	3,59	1,77	>0,05
		ЭГ	90,88	9,76	10,74	85,33	8,91	10,45	6,10	2,05	<0,05
3.	Динамометрия кисти правой руки (кг)	КГ	7,15	0,89	12,46	7,81	0,88	11,29	9,33	2,61	<0,05
		ЭГ	7,13	1,30	18,31	8,71	1,33	15,32	22,22	4,16	<0,001
4.	Динамометрия кисти левой руки (кг)	КГ	6,79	0,90	13,19	7,29	0,92	12,61	7,36	1,91	>0,05
		ЭГ	6,71	1,24	18,51	7,96	1,08	13,60	18,63	3,72	<0,001

Превосходство результатов (6-7 летних испытуемых) подготовительной экспериментальной группы над результатами контрольной группы, наблюдалось также в сравнительном росте в течение педагогического эксперимента средних арифметических значений функциональных показателей экспериментальной и контрольной групп и при определении статистической достоверности на основе критических значений Стьюдента на основе определенной степени свободы этих абсолютных изменений. В частности, наибольший относительный рост (2,33 %) в контрольной группе (рисунок 4).



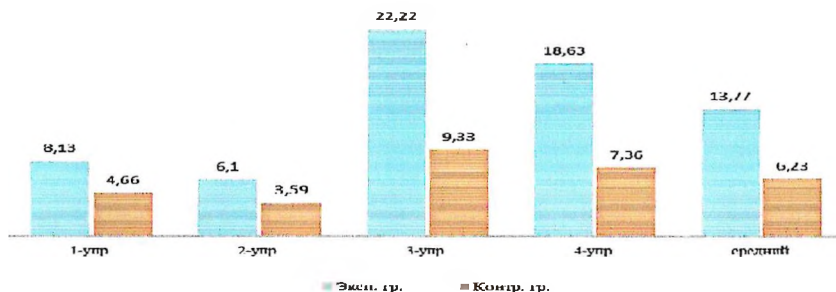
**Рисунок 4. Динамика изменений в течение эксперимента функциональных показателей 6-7 летних воспитанников учреждения дошкольного образования подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп (%).**

В контрольной группе – в упражнении по динамометрии кисти правой руки испытуемого и наименьший относительный рост (3,59 %) – наблюдался в частоте сердечных сокращений (ЧСС) за одну минуту, в этой группе среднее арифметическое значение относительного роста по упражнениям составил 6,23 %.

Изменения в экспериментальной группе были довольно ощутимыми, среднее арифметическое значение относительного роста по упражнениям составил 13,7 %. В этой группе, как и в контрольной группе, наименьший относительный рост (6,10 %) – в упражнении на частоту сердечных сокращений (ЧСС) за одну минуту и наибольший относительный рост (22,2 %) – наблюдался в упражнении по динамометрии кисти правой руки испытуемого (рисунок 5).

По динамике изменений в течение эксперимента функциональных показателей 6-7 летних воспитанников учреждения дошкольного образования подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп, были выявлены более высокие показатели по значениям критических точек распределения Стьюдента, вычисленного на основе абсолютного роста по каждому из упражнений, соответствующих стандартных отклонений и определенного числа степени свободы. В частности, в контрольной группе только в упражнении по динамометрии кисти правой руки испытуемого был выявлен статистически достоверный рост ( $t_{cr}=2,61$ ) изменений (при степени

значимости  $p < 0,05$ ) в течение педагогического эксперимента. Результаты остальных трех показателей этой группы в течение педагогического эксперимента (значения  $t_{cr}$  изменились в промежутке между 1,77 и 1,91) изменились статистически недостоверно ( $p > 0,05$ ).



**Рисунок 5. Динамика изменений в течение эксперимента функциональных показателей 6-7 летних воспитанников учреждения дошкольного образования подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп (%).**

Изменения в течение педагогического эксперимента средних арифметических значений результатов, показанных испытуемыми экспериментальной группы по всем показателям, статистически достоверны: самая низкая статистическая достоверность ( $p < 0,05$  и  $t_{cr} = 2,05$ ) в упражнении на ЧСС – частоту сердечных сокращений испытуемых за одну минуту; по остальным трем показателям наблюдались очень достоверные изменения (значения  $t_{cr}$  в промежутке между  $t_{cr} = 3,63$  и  $t_{cr} = 4,16$ ;  $p < 0,001$ ). Это свидетельствует о превосходстве программы, примененной в экспериментальной группе.

Таким образом, приведенные выше данные по эксперименту, основанные на них выводы, результаты взаимного сравнения вычисленных статистических характеристик, статистически достоверное изменение в течение педагогического эксперимента средних арифметических значений результатов детей дошкольного возраста экспериментальной группы, показанных по отобранному в возрастном разрезе тестам, показывают более высокую эффективность разработанной нами и примененной в экспериментальной группе методики физического воспитания относительно примененной в контрольной группе традиционной программы.

В экспериментальных группах всех исследуемых возрастов прирост результатов всех упражнений в течение педагогического эксперимента был достоверно выше, чем в соответствующих контрольных группах. В частности, у младшей (3-4 летней) дошкольной контрольной группы среднее арифметическое значение роста по 3 разученным упражнениям составил 6,35%, наименьший относительный рост в этой группе был выявлен при прохождении дистанции в



течение 20 минут - 5,43 %, наибольший рост в количестве шагов, пройденных испытуемым в течение 20 минут составил 7,21 %.

Показатели двигательной активности испытуемых экспериментальной группы изменились в ходе педагогического эксперимента, наименьшие изменения произошли при прохождении испытуемым дистанции в течение 20 минут - 12,12% и наибольшие изменения в количестве шагов, сделанных испытуемым в течение 20 минут - 14,82 %, средний рост результатов по трем упражнениям в экспериментальной группе составил 13,35%.

И для значений критических точек распределения Стьюдента, вычисленного на основе определенного числа степеней свободы и соответствующих стандартных отклонений, абсолютного роста по каждому из упражнений в младших (3-4 года) дошкольных экспериментальной и контрольной группах в экспериментальной группе были выявлены высокие показатели по сравнению с контрольной группой.

В том числе, в контрольной группе значения этих критических точек колеблются в промежутке между  $t=1,72$  и  $t=1,88$  и на основании этого изменения изученных в контрольной группе трёх упражнений в течение педагогического эксперимента статистически недостоверны ( $p > 0,05$ ).

Было выявлено, что средние арифметические значения результатов испытуемых экспериментальной группы именно по этим упражнениям изменились статистически достоверно. Лучший из них - количество шагов, сделанных испытуемыми за 20 минут, в этом упражнении  $t=4,10$  в  $p < 0,001$ ; более низкий - в остальных двух упражнениях изменился статистически достоверно ( $t=2,64$  и  $2,63$ )  $p < 0,05$ .

У 4-5 летней контрольной группы среднее арифметическое значение роста по 3 разученным упражнениям составил 6,74%, наименьший относительный рост в этой группе был выявлен в энергии, потраченной при прохождении дистанции в течение 20 минут - 5,70 %, наибольший рост наблюдался в количестве шагов, пройденных испытуемым в течение 20 минут - 7,56 % (таблица 4).

У младшей (3-4 летней) дошкольной контрольной группы среднее арифметическое значение роста по 3 разученным упражнениям составило 6,35%, наименьший относительный рост в этой группе был выявлен при прохождении дистанции в течение 20 минут - 5,43 %, наибольший рост в количестве шагов, пройденных испытуемым в течение 20 минут составил 7,21 %.

И для значений критических точек распределения Стьюдента, вычисленного на основе определенного числа степеней свободы и соответствующих стандартных отклонений, абсолютного роста по каждому из упражнений в экспериментальной и контрольной группах, в экспериментальной группе были выявлены высокие показатели по сравнению с контрольной группой.

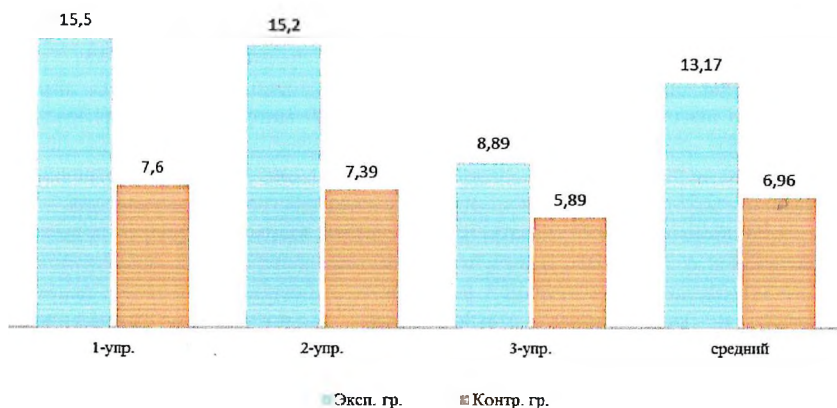
В том числе, в контрольной группе значения этих критических точек колеблются в промежутке между  $t=1,72$  и  $t=1,88$  и на основании этого изменения изученных в контрольной группе трёх упражнений в течение педагогического эксперимента статистически недостоверны ( $p > 0,05$ ).

Таблица 4  
**Результаты активных движений 6-7 летних детей подготовительных к школе контрольной и экспериментальной групп в течение 20 минут (n=24)**

№	Показатели	групп	начало эксперимента			конец эксперимента			рост, %	t	p
			$\bar{x}$	$\sigma$	V, %	$\bar{x}$	$\sigma$	V, %			
1.	Количество сделанных испытуемыми шагов	КТ	257,75	33,96	13,18	276,33	34,65	12,54	7,21	1,88	>0,05
		ЭГ	257,46	31,03	12,05	295,63	33,46	11,32	14,82	4,10	<0,001
2.	Пройденная испытуемыми дистанция (м)	КТ	82,08	9,02	10,98	86,54	8,91	10,29	5,43	1,72	>0,05
		ЭГ	81,50	12,64	15,50	91,38	13,40	14,66	12,12	2,63	<0,05
3.	Энергия, потраченная испытуемым во время этого движения (ккал)	КТ	19,21	2,44	12,68	20,44	2,49	12,19	6,40	1,73	>0,05
		ЭГ	19,40	3,09	15,95	21,94	3,55	15,75	13,10	2,64	<0,05

Было выявлено, что средние арифметические значения результатов испытуемых экспериментальной группы именно по этим упражнениям изменились статистически достоверно. Лучший из них – количество шагов, сделанных испытуемыми за 20 минут, в этом упражнении  $t_{ст}=4,10$  и  $p<0,001$ ; более низкий – в остальных двух упражнениях изменился статистически достоверно ( $t_{ст}=2,64$  и  $2,63$ )  $p<0,05$ .

И для значений критических точек распределения Стьюдента, вычисленного на основе определенного числа степени свободы и соответствующих стандартных отклонений, абсолютного роста по каждому из упражнений в 6-7 летних подготовительных к школе экспериментальной и контрольной группах, в экспериментальной группе были выявлены более высокие показатели двигательной активности по сравнению с контрольной группой (рисунок 6).



**Рисунок 6. Динамика изменений результатов двигательной активности 6-7 летних испытуемых подготовительных к школе экспериментальной и контрольной групп (%).**

У детей старшего дошкольного возраста, т.е. 6-7 летней контрольной группы среднее арифметическое значение роста по 3 разученным упражнениям составил 6,96%, наименьший относительный рост в этой группе был выявлен в энергии, потраченной при прохождении дистанции в течение 20 минут – 5,89 %, наибольший рост наблюдался в количестве шагов, пройденных испытуемым в течение 20 минут – 7,60 %.

Показатели двигательной активности испытуемых экспериментальной группы изменились в ходе педагогического эксперимента, наименьшие изменения произошли в энергии, потраченной испытуемыми при прохождении дистанции в течение 20 минут – 8,89 % и наибольшие изменения в количестве шагов, сделанных испытуемыми в течение 20 минут – 15,50 %, средний рост результатов по трем упражнениям в экспериментальной группе составил 13,17%

(рисунок 6).

И для значений критических точек распределения Стьюдента, вычисленного на основе определенного числа степени свободы и соответствующих стандартных отклонений, абсолютного роста по каждому из упражнений в 6-7 летних подготовительных к школе экспериментальной и контрольной группах, в экспериментальной группе были выявлены более высокие показатели двигательной активности по сравнению с контрольной группой. (Рис. 6).

В том числе, в контрольной группе только для количества шагов, пройденных испытуемыми в течение 20 минут  $t_{cr}=2,06$  и в этом случае  $p<0,05$  изменился статистически достоверно, по оставшимся двум показателям, значения этих критических точек колеблются в промежутке между  $t_{cr}=1,87$  и  $t_{cr}=1,95$  и на основании этого изменения изученных в контрольной группе этих двух показателей в течение педагогического эксперимента статистически недостоверны ( $p > 0,05$ ). Было выявлено, что средние арифметические значения результатов испытуемых экспериментальной группы именно по этим упражнениям изменились статистически достоверно. Лучший из них – количество шагов, сделанных испытуемыми за 20 минут, в этих упражнениях двигательной активности  $t_{cr}=3,81$  и  $p<0,001$ ; более низкий при дистанции, пройденной испытуемыми за 20 минут ( $t_{cr}=3,33$ )  $p< 0,01$  и по потраченной энергии ( $t_{cr}=2,28$ )  $p< 0,05$  произошли статистически достоверные изменения.

В заключение можно сказать, что результаты взаимного сравнения данных, приведенных в этой главе и полученных путем эксперимента, проведенного с целью определения двигательной активности, обоснованных этими данными выводов и вычисленных статистических характеристик, статистически достоверное изменение в течение педагогического эксперимента средних арифметических значений, показанных в возрастном разрезе результатов детей дошкольного возраста экспериментальных групп, ещё раз доказали, что эффективность разработанной нами и использованной в экспериментальной группе Методики физического воспитания выше, чем у использованной в контрольной группе традиционной программы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Опираясь на изучение данных источников, собранных по направлению темы, проведенные наблюдения и анкетирование, текущие исследования и сравнительный анализ результатов педагогического эксперимента, можно сделать следующие выводы:

1. То, что упражнения, используемые в мероприятиях по физическому воспитанию (утренняя зарядка, занятия по физическому воспитанию, подвижные игры), проводимые с детьми различных возрастных групп (3-4, 4-5, 5-6, 6-7 лет) в учреждениях дошкольного образования и воспитания, формируют жизненно необходимые двигательные умения и навыки, были раскрыты многими учеными-специалистами. Однако, оказалось, что применение подобных упражнений по принципу дифференциации, в результате их применения

динамика изменения морфофункциональных и физических показателей в гетерохронном направлении, сензитивные периоды физического развития изучены ещё недостаточно. Из результатов проведенных нами текущих исследований на объекте исследования, также стало известно, что применяемые во время занятий с детьми физические упражнения слабо воздействовали относительно морфофункциональных и физических возможностей.

2. Из результатов эксперимента стало известно, что если у воспитываемой по традиционной программе 3-4 летней КГ длина тела и вес к концу эксперимента увеличились соответственно на 4,96 и 10,59 %, то у воспитанной по оптимизированной экспериментальной программе ЭГ эти показатели составили 6,36 % и 12,02 %. Так же и физические возможности (бег на 10 м, прыжки в длину с места и метание 150 граммового веса) у детей ЭГ отличались более стремительным ростом, нежели у детей КГ, т.е. темп роста скоростно-силовой способности в этой группе поднялся до 9,72-16,58% ( $P < 0,001$ ). А в КГ эти показатели равны 5,68-6,56% ( $P > 0,05$ ). Говоря иначе, наблюдаемые у детей, воспитанных в ЭГ статистически достоверные изменения функциональных показателей по антропометрическим и физическим показателям (ЖЁЛ, ЧСС, динамометрия), в КГ не наблюдались.

3. Средние арифметические значения результатов по тест-упражнениям, отобранном для изучения скоростно-силовых качеств, и показатели физического развития (антропометрия) в возрастном разрезе детей экспериментальных групп дошкольного возраста младших (3-4 года), средних (4-5 лет), старших (5-6 лет) и подготовительных к школе (6-7 лет) групп, высокий и статистически достоверный рост показателей ЭГ по сравнению с результатами КГ в течение педагогического эксперимента (у 3-4 летних детей КГ 6,35%, ЭГ 13,35%; у 4-5 летних КГ 6,74%, ЭГ 14,92%; у 5-6 летних КГ 7,22%, ЭГ 14,30%; у 6-7 летних КГ 6,96% и ЭГ 13,17%), свидетельствуют о том, что разработанная нами и примененная в экспериментальной группе методика физического воспитания более эффективна по сравнению с примененной в контрольной группе традиционной программой.

4. Исходя из результатов педагогического эксперимента, взаимного сравнения их сравнительных и статистических показателей, была обоснована статистическая достоверность результатов тестов (у 5-6 летних детей – в КГ 7,32%, в ЭГ 13,17%; у 6-7 летних – в КГ - 6,23%; в ЭГ - 13,79%), отобранных с целью изучения возрастных функциональных показателей детей дошкольного возраста, старшей и подготовительной к школе экспериментальной групп.

5. На основе результатов педагогического эксперимента, проведенного с целью определения двигательной активности детей, их анализа, выводов и взаимного сопоставления зафиксированных статистических показателей, было выявлено, что средние арифметические значения результатов, показанных в возрастном разрезе детьми экспериментальной группы дошкольного возраста в течение педагогического эксперимента относительно выше результатов контрольных групп соответствующего возраста (у 3-4 летних детей в КГ 7,03% и в ЭГ 11,26%; у 4-5 летних в КГ 7,87%, в ЭГ 12,67%; у 5-6 летних в КГ - 8,15%, в

ЭГ - 13,34%; у 6-7 летних в КГ - 7,49%, для ЭГ - 14,16 %) и они статистически достоверно прогрессивно изменились. Это свидетельствует о более высокой эффективности разработанной нами и примененной в экспериментальной группе программы по сравнению с примененной в контрольной группе традиционной программой.

## ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В процессе формирования двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста рекомендуется с учетом их физического, душевного состояния и сезонных изменений, применять подвижные игры, направленные на развитие крупной моторики, мелкой моторики и сенсомоторики во время основной деятельности, прогулок и в центрах активности, подразделяя подвижные игры на группы.

2. При формировании двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста следует организовать занятия и другие мероприятия посредством применения разных упражнений по направлениям, приведенным в предложенных нами программе и методическом пособии.

3. Помимо проведения в неделю 2-3 занятий по физической культуре на свежем воздухе и применение в них укомплектованных подвижных игр, направленных на развитие крупной моторики детей и универсальных упражнений, рекомендуется применение подвижных игр в течение 25-40 минут.

4. При определении уровня сформированности двигательных умений и навыков у детей в дошкольном образовательном учреждении в направлениях (5 сфер), указанных в государственных требованиях, следует на основе наблюдений заполнять карты развития и анализировать результаты.

5. В разрезе каждой группы проводить подвижные игры вне занятий 3 раза, время в промежутке игр 3-5 минут, количество повторов составляет 2-3 раза, можно увеличивать с учетом физического состояния детей и их нагрузки.

6. Подвижные игры, формирующие двигательные умения детей дошкольного возраста: «Кенгуру и сорока», «Охотники и утки», «Сорок камней», «Беги дитя, пришел Сор», «Удочка».

7. Подвижные игры, формирующие двигательные качества детей дошкольного возраста: «Бездомный заяц», «Зайцы», «Сторож и собака», «Всадник и конёк», «Защита крепости».

8. Подвижные игры, развивающие силу у детей дошкольного возраста: «Космонавты», «Сорок камней», «Охотники и утки», «Волк в жёлобе», «Белый тополь – синий тополь».

9. Подвижные игры, развивающие быстроту у детей дошкольного возраста: «Все по своим местам и к своему флагу», «Будь внимательным».

10. Подвижные игры, развивающие ловкость у детей дошкольного возраста: «Лиса и курь», «Бездомный заяц», «Белый тополь – синий тополь», «Слушай музыку», «День и ночь», «Удочка».

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES  
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. AT THE UZBEK STATE UNIVERSITY  
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

---

**UZBEK STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

**NURIDDINOVA MUYASSAR MUKHIDDINOVA**

**METHODS OF USING MOTIONAL GAMES FOR PRESCHOOLERS IN  
ORDER TO DEVELOP MOVEMENT PRACTICE AND SKILLS**

**13.00.04 - Theory and methods of physical culture and sports training**

**13.00.01 - Theory of pedagogy. History of pedagogical studies**

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

**Chirchik-2020**

The dissertation theme of Doctor of Philosophy (PhD) was registered at the Higher Attestation Commission under the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under No. B2019.1. PhD/Ped 839

The doctoral dissertation was completed at the Uzbek State University of Physical Education and Sports.

The dissertation abstract has been published into three languages (Uzbek, Russian, English), and it has put into the web-site of the Scientific Council which is named after www.uzdjtsu.uz and Ziyonet Information Educational Portal (www.ziyonet.uz).


<b>Scientific advisers:</b>	<b>Usmankhodjayev Talat Saidovich</b> doctor of pedagogical sciences, professor
<b>Official opponents:</b>	<b>Shopulatov Abdimalik Nurillayevich</b> doctor of philosophy, docent <b>Abdiyev Abdulla Nosirovich</b> doctor of pedagogical sciences, professor <b>Eshnazarov Jurakul Eshnazarovich</b> candidate of pedagogical sciences, docent
<b>Leading organization:</b>	<b>Jizzakh State Pedagogical Institute State University</b>

The defense of the dissertation will be held at the meeting of the Scientific Council DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. at 11<sup>00</sup> o'clock, on "28" december in 2020 at the Uzbek State University of Physical Education and Sports. (Address: 111709, Chirchik city, Tashkent region, 19, Sportchilar Street. Tel.: (0-370) -717-17 79,717-27-27, fax: (0-370) 717-17-76, Web Website: www.uzdjtsu.uz, e-mail: uzdjtsu@uzdjtsu.uz The Uzbek State University of Physical Education and Sport, Building A, the 1<sup>st</sup> floor, room # 114.

The dissertation can be found at the Information Resource Center of the Uzbek State University of Physical Education and Sport (registered on 211383). (Address: 111709, Chirchik, Tashkent region, Sportchilar Street, 19. phone number: (0-370)-7171-17-79, 717-27-27, fax: (0-370)717-17-76)

Abstract of the dissertation sent out on « 15.12 » 2020 y.

[Registry record № 14 on « 15.12 » 2020 y]



**M.R. Boltabayev**  
Deputy Chairman of the scientific council  
awarding scientific degrees,  
doctor of economical sciences, professor

**M.X. Mirjamolov**  
Scientific Secretary of the Scientific Council for  
awarding of academic degrees  
doctor of philosophy

**D.D. Sharipova**  
Chairman of the academic seminar under the  
scientific council awarding of scientific degrees,  
doctor of pedagogical sciences, professor



## **INTRODUCTION (the dissertation abstract of (PhD) Doctor of Philosophy)**

**The aim of the research** is to work out a methodology of motional games that are used in the formation of movement - skills and abilities in the process of physical education of preschool children.

**The tasks of the research:**

- analysing the level of physical development of preschool children in the age group and their daily active movements, and scientific and practical substantiation of normative behavior indicators;

-developing a program to improve the skills and abilities of preschool children in the process of physical education;

-optimizing the activities and regulations of physical education instructors of preschool education organizations;

-developing the lesson plans aimed at the formation of skills and abilities in preschool children;

**The object of the research** is the process of physical education and play activities of preschool children in the organization of preschool education.

**The subject of the research** is the process of using actional games in order to develop skills and competencies in the process of physical education in preschool children.

**The methods of research:** literature analysis, pedagogical observation, questionnaire, anthropometry, pulsometry, pedagogical experiment, mathematical and statistical methods.

**Implementation of the research:** Based on the conducted experiments in order to improve the motor skills and abilities of preschool children:

Physical activity of preschool children on the basis of the level of physical development (anthropometry, dynamometry, spirometry) (number of steps, distance traveled) in kilocalories is scientifically substantiated in the textbook «Physical Education in Preschool Education» according to the order of the Ministry of Education No. 1186 of December 27, 2019 (certificate No. 1186-044). As a result, children aged 3-5 years have been developed functional indicators by 6.23%;

It's been reflected in the textbook which is called «Physical Education in Preschool Education», has been created on the basis of suggestions and recommendations for the development of large motor, fine motor and sensomotor skills in the physical development and physical performance of preschool children (The Ministry of Higher and Secondary Specialized Education of the Republic of Uzbekistan dated on December 27, 2019, No 1186 certificate No. 1186-044 in accordance with the order). As a result, physical skills and competencies of 3-7 years children have been improved by 13.17%;

Activities and normative documents of physical education instructors of preschool educational institutions (calendar plan, planning of main types of activity in all groups, plan of sports competitions, plan of organization of physical activity, regulations of the instructor) set of normative documents for physical education instructors of preschool educational institutions, electronic work. The

magazine has been put into practice (reference of the Ministry of Preschool Education of the Republic of Uzbekistan dated on June 23, 2020 No. 03-01-10-1564). As a result, the effectiveness of physical education instructors working papers has been optimized by 60%;

Based on the increased methods of physical education, a new structure of activities with movement games has been developed on the basis of scientific and methodological recommendations that are aimed at raising the effectiveness of training in preschool education, the development of motor skills in preschool children. (The Ministry of Preschool Education of the Republic

Reference No. 03-01-10-1564 dated on June 23, 2020). As a result, motor activity in children at the age of 5-7 have been increased by 10.79%.

**The structure and the volume of the dissertation:** the dissertation consists of an introduction, four chapters, 121 pages of text, 10 figures, 11 tables, conclusions, practical recommendations, bibliography and appendices.

**ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ**  
**СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ**  
**LIST OF PUBLISHED WORKS**

**I бўлим (I часть; I part)**

1. Нуриддинова М.М. Usage of moving games to develop physical skills and abilities of preschool children. // European Journal of Research And Reflection in Education Sciences. 2020-№2 // P.137-140. [13.00.00№3]

2. Нуриддинова.М.М. Ҳаракатли ўйинлар - мактабгача ёшдаги болаларни ривожлантириш омили сифатида. // Халқ таълими, 2019 йил 3-сон. Б.90-94. [13.00.00№17]

3. Нуриддинова.М.М. Мактабгача ёшдаги болаларни ҳаракат кўникма ва малакаларини ривожлантириш. // Халқ таълими, 2020 йил 3-сон. Б.58-64. [13.00.00№17]

4. Нуриддинова М.М. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний кўникма ва малакаларини ривожлантиришда ҳаракатли ўйинларни қўллаш. // Ўлим ҳам Жамият // Ажиниёз номидаги Нукус давлат педагогика институти, фан ва жамият журнали. 2020 йил 1-сон. Б.69-71. [13.00.00 №03]

5. Нуриддинова.М.М. Physical develop of preschool children (5-7age). // Materials of the XV international scientific and practical conference conduct of modern science. November 30 - December 7, Sheffield. 2019.P.88-91.

6. Нуриддинова М.М. Physical education in preschool establishments in Uzbekistan. // I-я Международная российско-белорусская научно-практическая конференция. «Современные векторы прикладных исследований в сфере физической культуры и спорта». Воронеж. 2020.С 466-469.

7. Нуриддинова М.М. Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантиришда машғулотнинг ўрни. // «Ўзбекистонда педагогика фани ва унинг истиқболлари» Республика илмий амалий анжуман материаллари. Б.202-207. Тошкент.2019

8. Нуриддинова М.М. Спорт журналистикаси баркамол ёшларни камол топтиришда муҳим омиллар. // Олий журналистика курсларида ихтисослашув масалалари// II илмий-амалий республика семинари материаллари. Тошкент 2013. 377-381б.

**II бўлим (II часть; II part)**

9. Нуриддинова М.М., Абдуллаева Н.Ш., Рустамова М.Э, Файзуллаева М.З. Жисмоний тарбия методикаси. // ўқув қўлланма. Т.: 2019.120 б.

10. Усманходжаев Т.С., Нуриддинова М.М., Мелиев Х.А., Олимов А.Н. Мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия. // ўқув қўлланма Т.: 2019.159 б.

11. Нуриддинова М.М. Мактабгача таълим муассасаларидаги жисмоний тарбия йўриқчилари учун меъёрий ҳужжатлар мажмуи. // Т.: 2013.79 б.

12. Нуриддинова М.М. Тақомиллаштирилган “Болажон” дастури.//

дастур Т.: 2016.350 б.

13.Нуриддинова М.М. Мактабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчиларининг илмий ва касбий маҳоратини ривожлантириш бўйича ўқув курси ва тренингининг ўқув режа ва дастури. // ўқув режа ва дастур. Т.: 2020. 20 б.

14.Нуриддинова М.М. Мактабгача таълим ташкилотлари жисмоний тарбия йўриқчиларининг илмий ва касбий маҳоратини ривожлантириш бўйича ўқув курси ва тренингининг ўқув модули. // ўқув модули. Т.: 2020. 115 б.

15.Нуриддинова М.М. «Гулзорга сайр» жисмоний тарбиядан машғулот ишланмаси. // Мактабгача таълим методикаси журнали. 2018 йил, 10-сон.13-14 б.

16.Мактабгача таълим муассасаларида ўтказиладиган спорт мусобақаларининг ёшлар спортини ривожлантириш ва соғлом турмуш тарзини шакллантиришдаги ўрни ва аҳамияти. // Мактабгача таълим тизимининг сифат ва самарадорлигини оширишга янгича ёндашув Халқаро илмий-амалий анжуман материаллари тўплами Тошкент. 2014.118-121б.

17.Нуриддинова М.М. Болалар орасида соғлом турмуш тарзини тарғиб этиш. // Мактабгача таълим журнали. 2013 йил, 11-сон.12-13 б.

18.Нуриддинова М.М. Тайёрлов гуруҳи болаларида жисмоний машқларни ривожлантириш. // Мактабгача таълим журнали. 2013 йил, 12-сон.4-15 б.

19.Усманходжаев Т.С., Нуриддинова М.М., Чоршамиев Н.А. Роль подвижных игр в повышении двигательной активности детей. // Физическая культура и спорт в современном мире. К 70-летию факультета физической культуры.Сборник научных статей. Гомель-2019. С.202-205.

20.Нуриддинова М.М. Мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний кўникма ва малакаларини ривожлантиришда ҳаракатли ўйинлар методикасини қўллаш. // Жисмоний тарбия ва спорт назарияси ва услубийтини ривожлантиришнинг замонавий тенденциялари халқаро илмий анжуман материаллари. Чирчиқ. 2019.Б.634-639.

21.Саидмаматов О.А., Нуриддинова М.М. Мактабгача таълим муассасаларида очик ҳавода бажариладиган фаолиятлар. // Замонавий таълим. 2019 йил 6-сон. Б.62-70.

22. Нуриддинова М.М. Актуальные вопросы физического развития детей дошкольного возраста. // «Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения». Международный X научно-практической конференций. Москва 2020. С 256-261.

Автореферат «Фан спортга» журнали таҳририяида таҳрирдан ўтказилиб,  
ўзбек, рус ва инглиз тилларидаги матнлар ўзаро мувофиқлаштирилди.

Бичими: 84x60 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. «Times New Roman» гарнитураси.

Рақамли босма усулда босилди.

Шартли босма табағи: 3. Адади 100. Буюртма № 232.

Гувоҳнома № 10-3719

“Тошкент кимё технология институтини” босмаҳонасида чоп этилган.

Босмаҳона манзили: 100011, Тошкент ш., Навоий кўчаси, 32-уй.