

ISSN : 2782-2613 (ПЕЧАТНЫЙ)
ISSN: 2712-9160 (ЭЛЕКТРОННЫЙ)

ИЗДАТЕЛЬСТВО

SINCE 2021



УМЫ СОВРЕМЕННОСТИ

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ПРОСВЕЩЕНИЕ И ПОЗНАНИЕ

2 (21)
ФЕВРАЛЬ
2023

ПРОСВЕЩЕНИЕ И ПОЗНАНИЕ

2023. № 2 (21)

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Редакционная коллегия:

Авлиякулов А.К. (кандидат педагогических наук, доцент)
Кулматов Б.Г. (доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент)
Мамедова Р.Ф. (PhD - доктор философии по биологии)
Мейлиев О.Р. (доктор философии по экономическим наукам (PhD))
Салиева М.К. (кандидат филологических наук)
Стукаленко Н.М. (доктор педагогических наук, профессор)
Сопов А.В. (доктор исторических наук, профессор, доцент)
Боброва Н.А. (доктор юридических наук, профессор)
Маджидова Р.У. (доктор филологических наук, профессор, доцент)
Аноркулов С.И. (доктор философии по филологическим наукам (PhD))
Каландаров А.А. (PhD по физико-математическим наукам, доцент)

Главный редактор: Крапостин А.А.

Иваново
Умы Современности
2023

Содержание

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ	4
Рахманов А.А. Ухудшения свойств моторных масел и рабочих жидкостей от условий эксплуатации / Rakhmanov A.A. Degradation of properties of engine oils and working fluids due to operating conditions	4
ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ	10
Володченков М.И., Кавинский В.В. Трудные стихи Библии. Римлянам 1:17 / Volodchenkov M.I., Kavinsky V.V. Difficult Biblical verses. Romans 1:17	10
Kavinsky V.V. Logic in the NJKV Scripture. The Gospel According to Mark 16:16 / Кавинский В.В. Логика в Писании NJKV. Евангелие от Марка 16:16	30
Логунов А.А., мл., Логунов М.А., Логунов К.А., Синибабнов А.В., Кавинский В.В., Володченков М.И. Послушание гласу Господа / Logunov A.A., jr., Logunov M.A., Logunov K.A., Sinibabnov A.V., Kavinsky V.V., Volodchenkov M.I. Obedience to the voice of the Lord	41
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	57
Махматкулов Ф.А. Характеристика физической подготовки и физического развития юных футболистов / Mahmatqulov F.A. Characteristics of physical preparation and physical development of young football players	57
Азимхонов Ё.Б. Учитель в системе физического воспитания и спорта — факторы, определяющие молодежь к выбору профессии / Azimkhonov Yo.B. Teacher in the system of physical education and sports — factors guide young people to choose a profession	62
Чориев У.С. Пути развития физической подготовленности молодежи в физическом воспитании и спорте / Choriyev U.S. Ways to develop the physical fitness of youth in physical education and sports	67
Posukhova E.A. Formation of lexical and grammar skills in the process of teaching English / Посухова Е.А. Формирование лексико-грамматических навыков в процессе обучения английскому языку	72
Медянкина Е.М. Реализация мероприятий, направленных на повышение духовно-нравственного воспитания молодежи на уровне муниципальных учреждений / Medyankina E.M. Implementation of measures aimed at improving the spiritual and moral education of young people at the level of municipal institutions	77

Чориев У.С.
преподаватель,
кафедра «Физическое воспитание»,
Каршинский инженерно-экономический институт,
Карши, Республика Узбекистан
Choriyev U.S.
Lecturer,
Department of "Physical Education",
Karshi Institute of Engineering and Economics,
Karshi, Republic of Uzbekistan
E-mail: u.choriyev1982@mail.ru

**Пути развития физической подготовленности молодежи в
физическом воспитании и спорте**
**Ways to develop the physical fitness of youth in physical education and
sports**

***Аннотация:** В статье рассмотрены вопросы, связанные с развитием детско-юношеского спорта, повышением уровня физической подготовки студентов по физической культуре, развитием их таланта.*

Также даны теоретико-методические рекомендации относительно направленности занятий физической культурой в школах на здоровье, и процесса прохождения занятий физической культурой в начальных системах образования.

***Abstract:** The article describes issues related to the development of youth sports, increasing the level of physical training of students in physical training, and developing their talents.*

Also, theoretical and methodical recommendations regarding the orientation of physical training classes in schools to health, and the process of passing physical training classes in the primary systems of education are given.

***Ключевые слова:** физическое воспитание; спорт; физические упражнения; студент; физическая культура; здоровье; традиционный метод; теоретико-методические знания; технология; система физического воспитания; дифференцированный подход; здоровый образ жизни.*

***Keywords:** physical education; sport; exercise; student; physical training; health; traditional method; theoretical and methodical knowledge; technology; physical education system; differential approach; healthy lifestyle.*

Физическое воспитание и спорт имеют большое значение в воспитании подрастающего поколения физически здоровым, нравственно чистым и интеллектуально зрелым. В нашей стране внимание к развитию физической культуры и спорта повышено на уровне государственной политики. Принятые в этой связи Законы и Постановления в результате их реализации служат дальнейшему развитию спорта путем вовлечения молодого поколения в занятия физической культурой и спортом, отбора, сортировки и создания возможностей для наиболее одаренных и талантливых из них. Сегодня ни для кого не секрет, что именно благодаря обретению независимости в развитии этой отрасли в нашей стране произошли изменения на высоком уровне. В целях воспитания подрастающего поколения построены и эффективно работают спортивные комплексы, отвечающие требованиям государственных стандартов. Физкультура и спорт должны быть неотъемлемой частью общей культуры граждан страны.

На современном этапе развития гуманистического общества большое значение приобретают вопросы, связанные с повышением общей физической подготовленности студентов в сфере физической культуры и спорта, развитием их одаренности. Занятия физической культурой в дошкольном образовании и начальном образовании предусматривают формирование у учащихся мотивационных знаний и умений, создание основ физического воспитания, которые послужат их всестороннему достойному развитию. Физическая подготовленность является важнейшим условием здоровья, и ее улучшение зависит от того, что занятия физической культурой в школах направлены на здоровье и проводятся на высоком уровне [1]. Занятия по физической культуре, организованные традиционным способом, направлены на развитие определенных физических возможностей школьников, формирование знаний и умений, характерных для данной возрастной группы, и знаний, отвечающих требованиям физического воспитания. В процессе организации такой подготовки учителя физической культуры

должны реализовывать свои цели с каждым учащимся индивидуально или путем разделения их на уровни, обусловленные различиями в физической подготовленности и подвижности детей. Однако этому вопросу в учебном процессе уделяется мало внимания.

Важным аспектом современной концепции физического воспитания студентов, исходя из требований сегодняшнего дня, является то, что она направлена на повышение роли проблемы здоровья на занятиях по физическому воспитанию. К сожалению, этому направлению в образовательном процессе уделяется недостаточно внимания. Наши наблюдения показывают, что эффективные методы сочетания теоретико-методических знаний с оздоровительными технологиями в процессе физкультурного обучения школьников в системах начального образования до конца не разработаны. Поиск решения этой проблемы крайне важен в укреплении и сохранении здоровья учащихся начальных классов с разным уровнем физической подготовки.

Несовершенство ранее разработанной системы уроков физической культуры состоит в том, что ее основная цель носит не оздоровительный, а воспитательный характер. В школьной системе физического воспитания, а также отсутствие дифференцированного подхода к физическим нагрузкам с учетом физического развития и функциональной подготовки учащихся. Это связано с тем, что диагностическая методика не предусматривает определения уровня физического здоровья. В целях повышения физической подготовленности общества, особенно детей, физическая культура и спорт должны стать неотъемлемой частью повседневной жизни всех слоев населения. Эффективным способом для этого является формирование у занимающихся детей стойкого положительного отношения к системе физкультурно-спортивной подготовки. Решение этой проблемы во многом зависит от заинтересованности и удовлетворенности детей, участвующих в этих мероприятиях. Поэтому изучение отношения к физической культуре и спортивной подготовке является не только

социально-психологической проблемой, но и проблемой, имеющей непосредственное значение для теоретического и практического педагогического образования, служащей формированию отношения, реализующего принцип сознательности и деятельности в ход урока.

Изучение первопричин неудовлетворенности учащихся в отношении к занятиям физической культурой и спортом поможет им научиться осознанному отношению к тренировкам, повысить свою активность в процессе занятий физической культурой. Необходимость комплексной реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании возникла в связи с некоторыми ситуациями в ходе занятий по физическому воспитанию. Необходимость разработки комплексного дифференцированного подхода в обучении физическому воспитанию объясняется некоторыми случаями, имевшими место в сфере физического воспитания [2]. В частности, единое для всех общее образование, определяющее в качестве важного условия развитие сильных сторон, талантов и способностей учащихся, не может гарантировать их интенсивное развитие. В первую очередь это связано с разнообразием и интересами учащихся всех классов.

Первостепенной задачей учителей физической культуры является привлечение детей и подростков к постоянной физкультурно-спортивной деятельности, развитие у них силы, быстроты, выносливости, ловкости и других физических качеств. В связи с этим подвижные игры со школьниками являются прекрасным средством физического воспитания. В зависимости от успеваемости студента он может быть включен в группу студентов с определенной физической подготовкой. Если он продолжает заниматься в сильной группе, показывает результат высокого и выше среднего уровня, то его физическая подготовленность следующая: средний, ниже среднего, низкий показатель в пустой группе. Однако студент может одновременно находиться и в сильной группе, и в низкой группе на разных факультетах. Таким образом, состав групп на разных разделах урока будет разным. В целом

обучающихся следует разделить на группы в зависимости от развития характерного уровня овладения данной двигательной деятельностью [3]. Поэтому с помощью уникальных средств физического воспитания педагоги-тренеры могут еще больше совершенствовать и укреплять воспитание всесторонне развитой личности, воспитывая в ней чувство долга перед своим народом и обществом, правильно применяя способы и приемы формирования характеристик, такие как ловкость, ловкость, сила и терпение подрастающему молодому поколению, в духе трудолюбия, может добиться выполнения такой важной задачи, как образование.

Таким образом, развитие физической культуры, спортивной реабилитации в общеобразовательных учреждениях, повышение интереса к спорту, укрепление знаний, умений и навыков учащихся и студентов становится требованием времени.

Список литературы

1. Абдуллаев А., Ханкельдиев Ш.Х. Теория и методика физического воспитания: Учебник для ин-тов физического воспитания и факультетов физического воспитания вузов. — Т., — 2018. — С. 268.
2. Абдурасулов Р.А. Роль спортивной подготовки в формировании личности студента. Монография. — Ташкент.: “Фан ва технология”. — 2013. — Стр. 12.
3. Рахматходжаев М., Сафаров Б. Пособие для учителей физической культуры, руководителей и тренеров спортивных школ. — Ташкент, — 2009. — Стр. 26.