

**ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА
ИННОВАЦИЯЛАР**

4 ЖИЛД, 3 СОН

**ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И
ПСИХОЛОГИИ**

ТОМ 4, НОМЕР 3

**INNOVATIONS IN PEDAGOGY AND
PSYCHOLOGY**

VOLUME 4, ISSUE 3



**Бош муҳаррир:
Главный редактор:
Chief Editor:**

Аскарлов Абров Давлатмирзаевич
педагогика фанлари бўйича фалсафа
доктори

Педагогика йўналиши

**Бош муҳаррир:
Главный редактор:
Chief Editor:**

Мухамедова Дилбар Гафурджановна
психология фанлари доктори,
профессор

Психология йўналиши

**Педагогика ва психологияда инновациялар журнал таҳририй маслаҳат кенгаши
Editorial Board of the Journal of Innovations in pedagogy and psychology
Международный редакционный совет журнала Инновации в педагогике и психологии**

Муслимов Нарзулла Алиханович
педагогика фанлари доктори, профессор

Джораев Мухамматрасул
педагогика фанлари доктори, профессор

Тўрақулов Олим Холбўтаевич
педагогика фанлари доктори

Уразова Марина Батировна
педагогика фанлари доктори

Шорена Дзамукашвили
педагогика фанлари доктори

Шорена Вахтангишвили
педагогика фанлари доктори

Нурманов Абдиназар Ташбаевич
педагогика фанлари доктори

Халиков Аъзам Абдусаломович
педагогика фанлари доктори

Аюпова Мукаррам
педагогика фанлари номзоди, профессор

Джумаев Маманазар Иргашевич
педагогика фанлари номзоди, профессор

Ҳамидов Жалил Абдурасулович
педагогика фанлари доктори

Асилова Гулшан Асадовна
Педагогика фанлари доктори, доцент

Саипова Малоҳат Латиповна
психология фанлари бўйича фалсафа доктори

Ҳажиева Ирода Адамбаевна
филология фанлари номзоди, доцент

Азимова Насиба Эргашовна
педагогика фанлари номзоди, доценти

Ахмедова Зебинисо Азизовна
фалсафа фанлари номзоди

Page Maker\Верстка\Саҳифаловчи: Хуршид Мирзахмедов

Контакт редакций журналлов. www.tadqiqot.uz
ООО Tadqiqot город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of www.tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC the city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000

МУНДАРИЖА \ СОДЕРЖАНИЕ \ CONTENT


1. Husanov Abbos OILADAGI NIZOLI MASALALARI BO'YICHA SUD-PSIXOLOGIK EKSPERTIZASINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	4
2. Қорабоев Абдулазиз ҲАРБИЙ ОИЛАДАГИ ЭР-ХОТИН МУНОСАБАТИ ВА ОИЛАВИЙ ҚАДРИЯТЛАРНИ АМАЛИЙ ЎРГАНИШ.....	9
3. Гулямова Мавлуда ХОРИЖИЙ ТИЛЛАРНИ ЎҚИТИШДАЛИНГВОДИДАКТИКАНИНГАСОСЛАРИ.....	14
4. Акбарова Шахноза МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРГА ХОРИЖИЙ ТИЛНИ ЎРГАТИШДА ТАЪЛИМИЙ ЎЙИН ТУРЛАРИ ВА УЛАРДАН САМАРАЛИ ФОЙДАЛАНИШ УСУЛЛАРИ.....	18
5. Норова Орифа МИЛЛИЙ ХАЛҚ ҲУНАРМАНДЧИЛИГИ ВА УРФ ОДАТЛАР БИРЛИГИ: ЎТМИШ ВА ҲОЗИРГИ ЗАМОН.....	25
6. Насырова Зарина АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ.....	30
7. Пардаева Мархабо ЎТМИШИ ШАРАФЛИ, КЕЛАЖАГИ БУЮК ХАЛҚ МАЪНАВИЯТИДА ҲАЗРАТ АЛИШЕР НАВОИЙ ҚАРАШЛАРИНИНГ ЎРНИ.....	39
8. Asrorov Igor INDIVIDUAL FEATURES OF VISUALLY IMPAIRED STUDENTS.....	44
9. Narziyeva Mastura BOSHLANG'ICH SINFLARIDA INTERFAOL METODLAR VA DIDAKTIK O'YIN TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH.....	49
10. Sodiqova Yulduz PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL FEATURES OF USING GAMES IN THE PROCESS OF TEACHING YOUNG LEARNERS.....	53
11. Таджибаева Гулхумор ПРИЧИНЫ И ПУТИ РАЗРЕШЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ.....	57
12. Набиева Зарина КИЧКИНТОЙЛАР РУҲИЯТИНИНГ БАДИИЙ ИФОДАСИДА ОБРАЗЛИЛИК.....	62
13. Хуммаматова Камола КРЕДИТ-МОДУЛЬ ТИЗИМИ -ЗАМОНАВИЙ ТАЪЛИМ ПАРАДИГМАСИ СИФАТИДА.....	68
14. Қодирова Мадинабону ОЛИЙ ТАЪЛИМ МУАССАСИ АРАБ ТИЛИ ЎҚИТУВЧИСИ КОМПЕТЕНЦИЯ МУАММОСИНИНГ ИЛМИЙ-НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ.....	76
15. Махсудова Малика, Иброхимова Дилнора, Халилов Эргашвой ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИНГ ТАНА ВАЗНИ ВА ҚЎЛ ДИНАМОМЕТРИЯСИ КЎРСАТКИЧЛАРИ БЎЙИЧА ЖИСМОНИЙ РИВОЖЛАНИШ ДАРАЖАСИНИ ҚИЁСИЙ ТАВСИФЛАШ.....	86
16. Атамухамедова Гузал ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ЯЗЫКОВОЙ ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ....	91

ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА ИННОВАЦИЯЛАР ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ INNOVATIONS IN PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY

Махсудова Малика Холматжановна,
Иброхимова Дилнора Исмоил қизи,
Халилов Эргашвой Халилович
З.М.Бобур номидаги Андижон Давлат университети

ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИНГ ТАНА ВАЗНИ ВА ҚЎЛ ДИНАМОМЕТРИЯСИ КЎРСАТКИЧЛАРИ БЎЙИЧА ЖИСМОНИЙ РИВОЖЛАНИШ ДАРАЖАСИНИ ҚИЁСИЙ ТАВСИФЛАШ

For citation: M.Kh. Makhsudova., D.I. Ibrokhimova, E.Kh. Khalilov. Comparative description of the level of physical development of student girls on the indicators of body weight and hand dynamometry. Journal of innovations in pedagogy and psychology, Vol. 4, Issue 3, 2021, pp.86-90

 <http://dx.doi.org/10.26739/2181-9513-2021-3-15>

АННОТАЦИЯ

Ушбу тадқиқот ишида Андижон давлат университетининг жисмоний маданият йўналиши ҳамда биология таълим йўналишида таҳсил олаётган биринчи ва иккинчи босқич талаба қизларининг жисмоний ривожланиши: тана вазни (кг), ўнг ва чап қўл динамометрияси (кг/м) тиббиёт тарозиси ва динамометр ёрдамида стандарт услублар бўйича амалга оширилган ҳамда олинган натижалар кўрсаткичлари солиштирма тавсифланган. Талаба қизларнинг жисмоний ривожланганлик даражаси уларни мунтазам равишда етарли жисмоний машқлар билан шуғилланишига боғлиқ бўлиши кўрсатилган.

Калит сўзлар: Тана вазни ва қўл динамометрияси, мунтазам жисмоний машқлар, жисмоний юкламаларни хафталик хажми, қўл бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучи.

Махсудова Малика Холматжановна,
Иброхимова Дилнора Исмоиловна,
Халилов Эргашвой Халилович
Андижанский государственный университет имени З.М.Бабура

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОК ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ МАССЫ ТЕЛА И ДИНАМОМЕТРИИ КИСТИ

АННОТАЦИЯ

В данном исследовании первый и второй курсы физического воспитания студентов, обучающихся по специальностям физической культуры и биологии в Андижанском государственном университете: масса тела (кг), динамометрия правой и левой руки (кг/м) проводились стандартными методами с использованием медицинские весы и динамометры и

полученные результаты описаны сравнительно показано, что уровень физического развития студенток зависит от их регулярной физической активности.

Ключавой слова: Вес тела и динамометрия руки, регулярные упражнения, недельный объем физической активности, максимальная сила сокращения мышцгибителей пальцев.

**Makhsudova Malika Kholmatzhanovna,
Ibrokhimova Dilnora Ismoilovna,
Khalilov Ergashvoy Khalilovich**
Andijan state University named after Babur

COMPARATIVE DESCRIPTION OF THE LEVEL OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENT GIRLS ON THE INDICATORS OF BODY WEIGHT AND HAND DYNAMOMETRY

ANNOTATION

In this study, the physical development of first-and second year students majoring in physical culture and biology at Andijan State University: body wigt (kg) dynamometry of the right and left arm (kg/m) using medical scales and dynamometers using standart methods, and the results obtained are compared. It has been shown that the level of physical development of student girls depends on them getting enough exercise on a regular basis.

Keywords: body weight and arm dynamometry, regular exercise, wekly volume of physical loads, maximum contraction force of the flexor muscles of the fingers.

Кириш.

Таълим олиш жараёнида талаба қизларнинг жисмоний ривожланиш даражаси ва саломатлиги ҳолатини доимий равишда мониторинг қилиш мақсадида морфологик ва функционал илмий тадқиқотларни амалга ошириш уларнинг саломатлигини сақлаш ва мустаҳкамлаш чора-тадбирлари комплексини ишлаб чиқиш нуқтаи назаридан, долзарб аҳамиятга эга [9]. Келажак авлодни соғлом ўсиши ва ривожланиши бўлажак оналарнинг саломатлигига боғлиқлигига этибор қаратилса муаммонинг аҳамияти янада яққол кўринади. Жисмоний ривожланиш – бу, одам организми саломатлигининг интеграл кўрсаткичи ҳисобланади ва айнан, олий мактабда таълим олиш даври ўспиринлар организмнинг соғлом жисмоний шаклланиши учун оптимал давр сифатида қайд қилинади [9, 11].

Ҳозирги вақтда соғлиқни сақлаш муаммолари ҳар қандай давлатнинг ижтимоий ва социал ривожланишидаги устувор вазифалардан бири ҳисобланади. Шу сабабли аҳолини ва айниқса ёшларни соғлиғини сақлашга тегишли илмий тадқиқотларни ўтказиш, жисмоний ривожланишни ўрганиш амалий физиологиянинг долзарб масалалари қаторига киради [3, 8, 10].

Ўспиринлик даври – организмнинг функционал ҳолатига таъсир этувчи муҳим ижтимоий жараён ҳисобланиб, ўрта таълимдан кейин аксарият олий таълимда таълим олиш даврига тўғри келади [2, 6]. Талабалар - бу аҳолининг алоҳида контингенти бўлиб, улар саломатлигининг ҳолати олдинги даврлардаги ижтимоий фаровонлик ва тиббий таъминотнинг барометри, шунингдек кейинги йилларда аҳоли саломатлигидаги ўзгаришларнинг кўрсаткичидир.

Бир қатор муаллифларнинг фикрига кўра, сўнгги ўн йилликда талаба ёшлар саломатлигининг пасайиши ва сурункали касалликлар тарқалиши кузатилмоқда[4,8]. Ўртача 20-40% талабаларда турли хил сурункали касалликлар: нерв психик, юрак-қон томир, тана вазнининг етишмаслиги ёки ортиқчалиги, нафас олиш органлари касалликлари кузатилмоқда [9,10].

Бу эса соғлиқни сақлашни баҳолашга йўналтирилган ёндашувларни ишлаб чиқиш ва аҳолининг ушбу контингенти мамлакат халқ хўжалигини келажagini таъминловчи кучининг салоҳиятини сақлашга қаратилган тадқиқотларни олиб боришни талаб этади.

Тадқиқот объектлари ва услублари

Тадқиқотлар 2020–2021 йилларда Андижон давлат университетининг жисмоний маданият йўналиши ва биология таълим йўналишида таҳсил олаётган биринчи ва иккинчи босқич талаба қизларида олиб борилди. Тадқиқотларда талаба қизларнинг тана вазни (кг), ўнг ва чап қўл динамометрияси (кг/м) тиббиёт тарозси ва динамометр ёрдамида стандарт услублар бўйича амалга оширилди. Тадқиқотларда қизларининг морфо–функционал параметрларини қайд қилиш бўйича кузатувлар Халқаро тиббиёт ассоциациясининг (World Medical Association, WMA) Хельсинки декларацияси тамойилларига тўлиқ амал қилинган ҳолатда, талаба қизларнинг оғзаки розилиги асосида амалга оширилди.

Тана вазнини ўлчаш (кг). Тадқиқотларда талаба қизларининг тана вазнини ўлчаш тиббиёт тарозиси (ГУ 9441–004–00226425–2005) ёрдамида стандарт услуб [1,7] бўйича амалга оширилди, яъни синовдан ўтказилувчи талаба қизнинг тана оғирлиги ички кийимидан ташқари кийимларини ечган ҳолатда, тиббиёт тарозисидан тортиш усулида аниқланди (ўлчашнинг аниқлик даражаси ±100 г га тенг).

Қўл кучини ўлчаш (кг/м). Талаба қизларнинг жисмоний ривожланиш даражасини аниқлаш учун қўл кучи қиймати (кг/м) динамометрия услуби ёрдамида аниқланди [1,7].

Тажрибаларда қўл кучи синовдан ўтказилувчи талаба қиз тик турган ҳолатда, кучи ўлчанаётган қўл гавдага нисбатан 90° бурчак остида кўтарилган ва иккинчи қўл пастга туширилган ҳолатда, динамометр асбоби (ДПР–120, «Кодекс», Россия) ёрдамида ўлчанди. Бунда ўлчаш ҳар бир қўлда 2 мартадан такрорланди ва энг катта қиймат қайд қилинди. Олинган натижалар қуйидаги Л.В.Денисова ва бошқалар (2008) томонидан келтирилган услублар ёрдамида математик–статистик қайта ишланди [5].

Натижалар n марта такрорланган ҳолда амалга оширилган тажрибалар натижаларининг $M \pm m$ шаклида келтирилган бўлиб, M – ўртача арифметик қиймат ва m – стандарт хатолик қийматини ифода қилади.

Шунингдек, тажриба натижалари гуруҳлар ўртасидаги қийматларнинг фарқини статистик ишонччилик даражаси Стъюдент t–мезони асосида ҳисобланди ва $p < 0,05$, $p < 0,01$ даражаларда статистик ишонччи деб баҳоланди. Иккита тажриба гуруҳи қийматлари ўртасидаги фарқланиш ишонччилик даражаси Стъюдент мезони бўйича, қуйидаги формула ёрдамида ҳисобланди :

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}}$$

Олинган натижалар ва уларнинг таҳлили

Қуйидаги жадвалда тадқиқотлар олиб борилган талаба қизларнинг тана вазни (кг), ўнг ва чап қўл динамометрия (кг/м) кўрсаткичлари келтирилган (1–жадвал).

Андижон давлат университети жисмоний маданият ва биология таълим йўналиши талаба қизларининг тана вазни (кг), ўнг ва чап қўл динамометрия кўрсаткичлари ($M \pm m$) 1–жадвал

Антропо– метрик кўрсаткич	Жисмоний маданият йўналиши (n=)	Биология йўналиши (n=)
тана вазни (кг)	57,0±1,7*	54,1±1,8
ўнг қўл динамометрия (кг/м)	30,5±1,2*	27,0±1,1
чап қўл динамометрия (кг/м)	29,3±1,2*	26,2±0,9

Изоҳ: * , ** – I тажриба гуруҳига нисбатан назорат гуруҳи қийматлари ўртасидаги фарқланишнинг статистик ишонччилик даражасини ифода қилади (* – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$) [5].

Одамнинг тана вазни унинг саломатлигини асосий кўрсаткичи ҳисобланади. Шу сабабли одамнинг саломатлиги баҳоланганда унинг идеал тана вазни биринчи ўринга қўйилади.

Одам танасининг мускул массаси янги туғилган болада тана вазинини - 20%, 2 – 3 ёшли болаларда - 23%, 7 – 8 ёшда - 27%, 15 ёшли ўсмирларда - 32% ташкил қилади. Одамнинг тана вазни 14 – 15 ёшдан бошлаб жуда тез орта бошлайди, шунга мос равишда юракнинг массаси ҳам тез ортади. Мускул массаси 17 – 18 ёшда - 44% бўлиб деярли катталарникига яқинлашади, катталарда - 45%, жисмоний чиниққан спортчиларда - 50% ташкил қилади [1,7]

Одамнинг айрим жисмоний сифатларини намоён бўлиши мускул массасининг ортиши даврига боғлиқ. Куч сифатини намоён бўлиши 14 – 17 ёш даврига тўғри келади, шу вақтда мускул массасини ортиши ҳам кузатилади.

Кузатувдаги жисмоний тарбия йўналишида тахсил олаётган биринчи босқич талаба қизларининг тана вазнининг ўртача кўрсаткичи $57,0 \pm 1,7$ кг тенглиги аниқланди. Талаба қизларнинг тана вазнининг абсолют кўрсаткичлари 154-175 см спектрда тўлқинланиши қайд қилинди.

Назоратдаги биология факултети 1 босқич талаба қизларнинг тана вазнининг ўртача кўрсаткичи $51,1 \pm 2,1$ кг тенглиги қайд қилинди. Энг катта вазнли талаба қизнинг тана оғирлиги 68 кг, энг кичик вазнли талаба қизнинг оғирлиги 38 кг эканлиги кузатилди.

Кузатувдаги гуруҳларнинг ўртача кўрсаткичлари ўзаро таққосланганда орадаги фарқ 6,9 кг тенглиги қайд қилинди. Бу фарқ статистик жихатдан муқаррардир ($p < 0,05$).

Одам организмнинг тана вазни кўрсаткичини ирсий назорати сустиги сабабли унга жисмоний машқларни таъсири сезиларли даражада эканлиги кузатилди.

Тадқиқот ишларининг кейинги босқичида кузатувлар биринчи босқич талаба қизларида олиб борилди. Функционал кўрсаткич қўл кучи (ўнг қўл, чап қўл) динамометрияси (кг/м) қийматлари асосида жисмоний ривожланиш даражасини солиштирма тавсифлаш амалга оширилди.

Жисмоний маданият факултетида ўқиётган биринчи босқич талаба қизларнинг ўнг қўл бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучини ўртача қиймати $31,5 \pm 1,2$ кг/м ташкил қилди, энг катта кўрсаткич 40 кг/м, энг кичик кўрсаткич эса 20 кг/м тенглиги қайд қилинди.

Биология йўналишида таълим олаётган биринчи босқич талаба қизларнинг ўнг қўл бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучининг ўртача кўрсаткичи $27,0 \pm 1,0$ кг/м тенглиги қайд қилинди. Ўнг қўл бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучи қуйдаги 36-21 кг/м спектрда тебраниб туриши кузатилди.

Кузатилаётган гуруҳларнинг ўнг қўл кучини ўртача кўрсаткичлари ўзаро таққосланганда орадаги фарқ 4,5 кг/м тенг чиқди. Бу фарқ статистик жихатдан муқаррар ($p < 0,05$).

Бир ўқув йили давомида жисмоний маданият факултетида ўқиётган талаба қизларни қўл бармоқларини букувчи мускулларини ривожлантирувчи машқлар билан шуғулланишида (гимнастика, спорт ўйинлари) иштирок этувчи машғулотларда мунтазам қатнашиши, орадаги фарқни келтириб чиқарди. Шундай қилиб, жисмоний машқлар бармоқлар харакатида иштирок этадиган мускулларнинг кучини орттиради.

Жисмоний маданият йўналишининг биринчи босқичида ўқиётган талаба қизларнинг чап қўли бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучини ўртача қиймати $29,9 \pm 1,2$ кг/м ташкил қилди. Абсолют қийматларни энг катта кўрсаткичи 41 кг/м, энг кичик кўрсаткичи эса 20 кг/м тенглиги кузатилди.

Биология факултетининг биринчи босқичида тахсил олаётган талаба қизларнинг чап қўли бармоқларини букувчи мускулларни максимал қисқариш кучининг ўртача кўрсаткичи $26,2 \pm 0,9$ кг/м тенг. Энг катта кўрсаткич қиймати 34 кг/м, энг кичик кўрсаткич қиймати эса 19 кг/м тенглиги қайд қилинди.

Хулосалар:

Кузатув гуруҳларининг ўртача қийматлари ўзаро таққосланганда орадаги фарқ 3,7 кг/м тенглиги аниқланди. бу фарқ статистик жихатдан муқаррардир ($p < 0,05$). Кўпчилик талаба

қизлар ўнақайлиги сабабли чап кўлининг ўртача кўрсаткичи ўнг кўлга нисбатан кичикроқ чикди, шу маълумот ҳам жисмоний машқлар билан кўп шуғилланиш мускуллар кучини ортиришини кўрсатади.

Талаба қизларда ихтиёрий ҳаракатларни бошқариш тўлалигича бош мия катта ярим шарлари пўстлогининг иштирокида амалга ошаётганлиги сабабли скелет мускулларининг нозик фаолияти туфайли нафис ҳаракатлар амалга оширилади. Бу ҳаракатларни тўғри бажарилиши спорт натижаларига бевосита таъсир қилади (спорт гимнастикаси, бадий гимнастика ва бошқалар).

Иқтибослар / Сноски /References:

1. Аулик И. В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте / Москва. – Изд-во «Медицина», 1990. – С.34–56.
2. Ахматалиева М., Каримов Х.А., Ботирова З.Б. Динамика изменения физического развития детей старшего школьного возраста г. Чартак // Проблемы биологии и медицины. – 2008. – №1 (51). – С.10–11.
3. Быков Е.В., Усков Г.В., Белов В.В. Программы тренировочных режим для студентов с различным уровнем функционального состояния // Теория и практика физ. культуры, 2003. - №6, - С. 17-19.
4. Дмитриев Д.А., Дмитриев А.Д., Карпенко Ю.Д. и др. Влияние экзаменационного стресса психоэмоциональных особенностей на уровень артериального давления и регуляцию сердечного ритма у студенток// Физиология человека, 2008. - №5, - С. 89-96.
5. Денисова Л.В., Хмельницкая И.В., Харченко Л.А. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: Учебное пособие для вузов. // Киев. – Изд-во «Олимп. л-ра», 2008. – С.7–127.
6. Ильясов А.С., Шукурбекова Ф.Ф. Сравнительный анализ роста подростков и юношей, проживающих в разных экологических зонах Навоийской области Республики Узбекистан // Морфология (Москва). – 2012. – Т.141. – №3. – С.65.
7. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. Пособие. – 3-е изд., испр. и доп. // Москва. – Изд-во «Советский спорт», 2006. – 208 с. – С.20–42.
8. Негашева М.А. Антропометрические параметры и адаптационные возможности студенческой молодёжи к началу XXI века // Рос. пед. Журн, 2005. - №5, - С. 12-16.
9. Принципы и алгоритмы мониторинга здоровья учащихся и студентов /под ред. Р.И. Айзман // Сиб. мед. обозрение. 2009. - №3, - С. 101-103.
10. Пузырь Ю.П. Управление физическим воспитанием в образовательных учреждениях на основе мониторинга физического состояния // Диссертация к.пед.н. – Москва, 2006. – 193 с.
11. Шилова О.Ю. Современные тенденции физического развития в юношеском периоде онтогенеза (Обзор) // Экология человека. – 2011. – №4. – С.29–36.

ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА ИННОВАЦИЯЛАР

ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ

INNOVATIONS IN PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY

№3 (2021)

Editorial staff of the journals of www.tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000

Контакт редакций журналов. www.tadqiqot.uz
ООО Тадқиқот город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000