



PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal
Научно-теоретический и методический журнал
Scientific theoretical and methodical journal

2025 №1

EDITION 1

ISSN 2992-8966

“PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA”

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

2025-yil, 1-son

Jurnal 2023-yildan chiqq boshlangan

OSIYO XALQARO UNIVERSITETI
UNIVERSITETI TAHRIRIYATI OSTIDA

“KAMOLOT” nashriyoti

BUXORO-2025

Muassis: OSIYO XALQARO UNIVERSITETI

Jurnal O'zbekiston matbuot va axborot agentligi
Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan
2022-yil 16-noyabr № 04-8644-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.



Sattorov Mirshod Erkinovich, Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Jamoatchilik kengashi raisi:

Dexkanov Suxrob Sobirovich, Osiyo xalqaro universiteti rektori

Mas'ul kotib:

Elov Ziyodullo Sattorovich, Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent.

Jurnal 2024-yilda tashkil etilgan, oyda bir marta o'zbek, rus va ingliz tillarida
nashr etiladi.

Tahririyat manzili: 200100, O'zbekiston Respublikasi,
Buxoro shahri Namozgoh ko'chasi 24-uy,
E-mail: sjkamolot@gmail.com
Jurnal sayti: <https://scientificjournal.uz/>

ISSN
ISSN 2992-8966 e

Maqolada keltirilgan faktlarning to'g'riligi uchun muallif mas'uldir.

“PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA”

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

DEKCANOV S.S.	Osiyo xalqaro universiteti rektori
ABDULLAYEVA B.S.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
MAKSIMENKO S.D.	Psixologiya fanlari doktori, professor, (Ukraina fanlar akademiyasi, Kiyev)
QODIROV U.D.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
URAZBAYEVA D.A.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
KARSHIYEVA D.A.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
JABBOROV X.X.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
GANJIYEV F.F.	Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
JUMAYEV U.S.	Psixologiya fanlari nomzodi, dotsent
CHUDAKOVA V.P.	Psixologiya fanlari nomzodi (Ukraina fanlar akademiyasi, Kiyev)
OLIMOV L.Y	Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
BAFAYEV M.M.	Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
SATTOROV M.E.	Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
YANAKIYEVA YE.K.	Pedagogika fanlari doktori, professor (N.Rilski nomidagi Janubiy G'arbiy Universitet, Bolgariya)
ROMM T.A.	Pedagogika fanlari doktori, professor (Novosibirsk davlat universiteti, Rossiya)
OLIMOV Sh.Sh.	Pedagogika fanlari doktori, professor
HAMROYEV A.R.	Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
JO'RAYEV X.O.	Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
IZBULLAYEVA G.V	Pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
KOZUBSOV I.N.	Pedagogika fanlari doktori, dotsent (Kiyev, Ukraina)
DAVRONOVA Sh.F.	Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
KAMILOVA U.K.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
IBODULLAYEV Z.R.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
SALIMOV Sh.T.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
IXTIYAROVA G.A.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
BABADJANOV A.X.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
YUSUPBEKOV A.A.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
YUSUPALIYEVA G.A.	Tibbiyot fanlari doktori, professor
BERNATSKIY G.G.	Yuridik fanlari doktori, professor (A.S.Karmin nomidagi Sankt Peterburg universiteti)
KARIMOV B.Sh.	Sotsiologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
MUSTAFA SAID ARSLON.	Filologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
O'RAYEVA D.S.	Filologiya fanlari doktori, professor
TO'XSANOV Q.R.	Filologiya fanlari doktori, professor
QILICHEV B.E.	Filologiya fanlari doktori, professor
RO'ZIYEVA M.YO.	Filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
TILEUKULOV G.S.	Tarix fanlari doktori, dotsent (M.Avezov nomidagi Janubiy Qozog'iston universiteti)
VOHIDOV Sh.X.	Tarix fanlari doktori, professor (Tojikiston davlat pedagogika instituti, Penjikent)
HAYITOV Sh.A.	Tarix fanlari doktori, professor
TO'RAYEV H.H.	Tarix fanlari doktori, professor
QILICHOV O.A.	Tarix fanlari doktori (DSc), dotsent
ORZIYEV M.Z.	Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
ERGASHEV J.Yu.	Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
SHODIYEVA Sh.S.	Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
ABDURAHMONOV M.A.	Iqtisodiyot fanlari doktori, professor (Qozog'iston davlat universiteti)
NAVRUZZODA B.N	Iqtisodiyot fanlari doktori, professor
MAHMUDOV N.M.	Iqtisodiyot fanlari doktori, professor
BO'TABOYEV M.T.	Iqtisodiyot fanlari doktori, professor
QODIROV A.A	Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), dotsent
URAYEV G.A.	Iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent (A.S.Karmin nomidagi Sankt Peterburg universiteti)
NAVRUZZODA L.B.	Iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

MUNDARIJA

G.K. Saidov, Y.N. Tulaykina - THE SPECIFIC FEATURES OF TEACHING RUGBY TO STUDENTS OUTSIDE OF CLASSROOM ACTIVITIES	5
Кулиев Ёркин Каримович, Маматкулова Дильфуза Тахировна - ВОВЛЕЧЕННОСТЬ КАК ЭЛЕМЕНТ МОТИВАЦИИ В УПРАВЛЕНИИ ПЕРСОНАЛОМ	9
Sidiqova Nozgul Nabiyevna - XORIJIY TILLARINI O'QITISHGA ZAMONAVIY YONDASHUV	16
Xusenov Nodir Nuriddinovich - MAKTABGA TAYYORLOV GURUHI BOLALARINING JISMONIY YUKLAMALARGA MOSLASHUV XUSUSIYATLARI	22
Azimov Laziz Axrorovich - DZYUDACHI TALABALARNING TO'GARAK MASHG'ULOTLARINI TASHKIL QILISH VA BAHOLASH TAJRIBASI	26
Azizaxon Jo'rayeva Erkin qizi - LEXICOGRAPHIC FEATURES OF RETRONYMS IN THE ENGLISH LANGUAGE	31
Nazarov Furkatjon Abdulfayzovich, Xatamova Gulbaxor Abdumo'min qizi - OLIY HARBIY TA'LIM MUASSASALARI PROFESSOR-O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI OSHIRISH USULLARI	36
Раджабова Умида Убайдуллайевна - ДИНАМИКА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У БОЛЬНЫХ СПИДОМ	40
Абдурахмонова Дилбар Уткировна - ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРЕДПРИЯТИЙ	44
Сатторов Миршод Эркинович - КИБЕРСПОРТ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КИБЕРСПОРТСМЕНОВ	49

THE SPECIFIC FEATURES OF TEACHING RUGBY TO STUDENTS OUTSIDE OF CLASSROOM ACTIVITIES

G.K. Saidov

Bukhara State Pedagogical Institute
The Teacher of "The theory of physical
culture and methodology" chair

Y.N. Tulaykina

Bukhara State Pedagogical Institute
Student of group 4JM-24 Faculty of Physical Culture

ABSTRACT: This study emphasizes the importance of integrating theoretical knowledge and practical skills in teaching rugby within school physical education programs. While theoretical concepts should be imparted during organized classes, practical understanding is cultivated through training sessions. The curriculum specifically allocates time for rugby, reflecting its significance. Analysis indicates that effective rugby instruction relies on the coach's strong theoretical foundation and practical expertise, as the sport requires participants to demonstrate quickness, agility, dexterity, and alertness.

KEYWORDS: Rugby, Physical education, Theoretical knowledge, Practical skills, Training, sessions, Curriculum, Coaching methodology, Quickness, Agility, Dexterity, Alertness.

Organizing students' free time meaningfully, promoting public sports, and conducting health-enhancing physical education activities, as well as implementing national types of children's tourism, constructing and renovating sports facilities according to international standards, have become significant issues of state policy. Training healthy, strong-willed, resilient, and skilled athletes who can adequately defend the honor of our homeland, as well as establishing training schools, is one of the primary challenges that need to be addressed today.

To ensure our athletes can participate competitively in international events, sufficient conditions and a creatively healthy environment have been established. Currently, it is essential to seek new effective methods for educating the younger generation based on the achievements of science and culture. One of these methods involves extracurricular activities. Enhancing the effectiveness of these activities is closely related to finding and implementing the most modern and convenient approaches to developing well-rounded individuals. It is necessary to conduct specialized training sessions during the process of extracurricular activities. Organizing students' free time, including public sports and health-promoting physical education activities, improving existing types and forms of sports tourism, and restoring and implementing national sports forms and types are all highlighted as essential tasks.

All age groups, whether young students or older individuals, should engage in some form of physical education. This is because the educational purpose of physical education

is to provide knowledge and skills to members of schools and higher educational institutions, while one of its primary objectives is health promotion. This process is organized through physical exercises, regular training sessions in specific sports, and health-enhancing public events.

It is not possible to achieve physical perfection in a school solely through physical education as a pedagogical process. This alone is insufficient to reach the goal. It is no secret that the essence of sports is competition. Specifically, engaging in a particular type of sport requires children to have certain age, interest, ability, and potential. Rugby as a sport also falls under these regulatory requirements.

The intensification of competition in rugby and the continuous improvement of results highlight the necessity for developing alternative and effective pedagogical technologies for training talented and competitive young rugby players. Ultimately, this requires special attention to the process of preparing highly qualified personnel in rugby, as well as a reevaluation and formation of the mechanisms of these systems based on modern demands.

This situation places a significant responsibility on the coaches and educators working in this field, necessitating a focused effort on the technical and tactical training of players during the preparation process.

In all sports, specific methods or strategies are used to develop skills. In this context, let's define strategy:

Strategy is the art of managing sports competition. Sports strategy encompasses a system of knowledge and principles regarding competitions. It is essential to understand these principles in order to anticipate the conditions and characteristics of upcoming competitions. Strategy is a coach's practical activity, as it involves preparing the team for future competitions and managing the team during the competitive process.

In recent years, many scientific articles, methodological guidelines, and manuals on rugby have extensively covered the issues of teaching rugby and selecting young players. Notably, the research-based ideas of K.A. Shperling are particularly valuable. According to the author, teaching or training in rugby today should be viewed as a single process that governs their preparation.

In rugby, physical qualities such as speed and agility are primarily developed. In the initial stages, students are provided with a brief overview of the history, rules, and equipment of the sport. It is essential to focus on important aspects such as the proper organization of training sessions and the selection of children during this process.

Firstly, we recommend organizing the concepts that should be taught to physical education teachers or coaches as follows:

In selecting and training young rugby players, specialized classes in general education schools that focus on rugby and offer extended training sessions play a significant role. Here, children develop a passion for rugby and learn the intricacies of the game. The establishment of specialized rugby classes in every sports school enhances the content of training sessions, which are conducted twice a day.

Today, the continuous development of rugby demands the selection of physically strong and talented players. Therefore, the most critical issue in training rugby players is identifying promising young talents. As stated in the regulations for sports schools and sports-oriented boarding schools, the selection of talented and promising athletes occurs

throughout the entire educational process. Each year, during the admission period, the selection of students or the transition from one age group to another is determined through comprehensive assessments of their abilities.

Another important point to mention is that the type and format of additional training sessions outside of regular classes affect the organization, workload, and intensity of exercises. Each training session requires systematic and purposeful teaching, which demands the coach's knowledge of educational and pedagogical techniques. These methods can be conditionally divided into three groups:

1. **Use of Verbal Instructions, Visual Aids, and Practical Techniques:** These include a variety of methods that serve as tools for instruction.
2. **Specialized Verbal Instructions:** This method, employed by the coach, enhances the learning process by activating engagement and helping to form a more complete and precise understanding of movements. Through this approach, the coach analyzes and evaluates how well the students grasp the training material.
3. **Visual Perception:** This refers to the understanding of taught movements through seeing and hearing. Visual perception helps athletes acquire movements more quickly, deeply, and firmly while also generating interest in the learned actions.

When studying each method, it is important to consider their stages, as the primary focus should be on the main stage, followed by other components and the athlete's various preparations. When teaching any method, attention must be paid to improving technical and tactical movements while adhering to a sequence:

1. **Introduction to the Essence of the Methods:** Familiarizing athletes with the fundamental concepts.
2. **Simplified Teaching of the Method:** Breaking down the method for easier understanding.
3. **Bringing the Methods Closer to Game Situations:** Improving the techniques in contexts similar to actual play.
4. **Application of Learned Methods in Games:** This forms the basis of rugby training.
5. **Extensive Time for Learning and Improving Each Technical Method:** Significant time is dedicated to each technique taught outside of game situations. Thus, players learn and refine techniques in a simplified manner during the game.

Field positioning of players and their movements must be accurately assessed. In the process of organizing training sessions, the following key concepts should be taught:

1. **Methods for Teaching Attack Techniques in Rugby:** Focusing on strategies and skills for effectively executing offensive plays.
2. **Methods for Teaching Defense Techniques in Rugby:** Emphasizing strategies and skills for successful defensive maneuvers.
3. **Methods for Teaching Goalkeeping Techniques in Rugby:** Concentrating on the specific skills and strategies required for goalkeepers to perform effectively during the game.

Students should receive a significant portion of theoretical knowledge during physical education classes organized at school, while practical concepts are automatically taught

during training and practical lessons. The curriculum for school students also allocates specific hours for rugby.

Experience and analysis have led to the conclusion that the methodology for teaching rugby requires the coach or teacher to possess solid theoretical knowledge and practical skills. This is essential, as this sport demands quickness, agility, dexterity, and alertness from its participants.

REFERENCES:

1. "O'zbekistonda sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risida" gi O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining qarori.// Halq so'zi 1999 yil 27 may.
2. Греко-римская борьба : Пример. прогр. спорт. подгот. для ДЮСШ, СДЮШОР: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Гос. ком. Рос. Федерatsiин по физ. культуре и спорту. — М.: Сов. спорт, 2004. — 270 с.
3. ТРЕНИРОВКА ЮНЫХ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ // Евразийский Союз Ученых — публиkatsiya nauchnykh statey v ezhemesyachnom nauchnom zhurnale. Pedagogicheskie nauki. ;
4. Крикуха Ю.А. Греко-римская борьба: основы подбора и планирования учебного материала в группах подготовки юных борцов : учеб. пособие / Крикуха Ю.А., Грузных Г.М.; СибГАФК. — Омск, 1999. — 71 с.
5. Sattorov A. E., Saidov G. K. Improving the training elements in primary training groups of sports schools //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 05. – С. 737-746.
6. Saidov G. K. Conditions for Effective Improvement of the Level of Physical Fitness of Students //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – T. 1. – №. 6. – С. 40-43.
7. Ma'murov, B., Davronov, N., Qo'ldoshev, R., & Usmonov, Z. (2024). Effectiveness of physical qualities development in elementary school students. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 538, p. 05031). EDP Sciences.
8. Golib, Saidov, Ravshanov Islombek, and Bukaev Madad. "Methods of Determining the Level of Physical Development of Vocational College Students." *Web of Scholars: Multidimensional Research Journal* 1.6 (2022): 137-141.
9. Saidov, G. K., and N. Sh Akhmedov. "PSYCHO-EMOTIONAL STATES AND STRESS TOLERANCE IN SPORTSMEN." *Educational Research in Universal Sciences* 2.13 SPECIAL (2023): 517-520.
10. Саидов Г.К. "Психологические особенности обучения процессам психологической адаптации спортсменов в игровых видах" "Osiyo xalqaro universiteti axborotnomasi" Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 2024-yil, 4-son

ВОВЛЕЧЕННОСТЬ КАК ЭЛЕМЕНТ МОТИВАЦИИ В УПРАВЛЕНИИ ПЕРСОНАЛОМ

Маматкулова Дильфуза Тахировна

Студентка Бухарского Государственного
университета

Кулиев Ёркин Каримович

Доцент кафедры «Психология и социология»
Бухарского Государственного университета

АННОТАЦИЯ. В статье раскрывается понятие вовлеченности персонала, поскольку именно персонал является одним из главных звеньев в структуре организации, от качества выполняемой работы которого зависит успех и прибыль предприятия. Вовлеченность является элементом трудовой мотивации сотрудников, это их эмоциональное состояние, которое рождает трудовые мотивы. Такие составляющие вовлеченности как лояльность, благонадежность и удовлетворенность текущим состоянием играют связующую роль в формировании у сотрудника положительного отношения к своей работе, должностным обязанностям. Также в данной статье разобраны виды трудовой мотивации и факторы вовлеченности, характерные признаки организаций с вовлеченными и не вовлеченными работниками, описана важность роли вовлеченности как для самого сотрудника, так и для компании в целом.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: трудовая мотивация, вовлеченность персонала, признаки вовлеченности, лояльность, благонадежность, ответственность, успех компании, сотрудники.

ANNOTATION. The article reveals the concept of staff involvement, since it is the staff that is one of the main links in the structure of the organization, on the quality of the work performed by which the success and profit of the enterprise depend. Engagement is an element of employees' work motivation, it is their emotional state that gives rise to work motives. Such components of engagement as loyalty, trustworthiness and satisfaction with the current state play a connecting role in forming an employee's positive attitude to their work and official duties. This article also examines the types of work motivation and factors of engagement, the characteristic features of organizations with involved and non-involved employees, describes the importance of the role of engagement for both the employee and the company as a whole.

KEYWORDS: work motivation, employee engagement, signs of engagement, loyalty, trustworthiness, responsibility, company success, employees.

Вовлеченность сотрудников и ее противоположность – выгорание – находятся в центре внимания руководителей организаций и предприятий. Это говорит о том, что поведение сотрудников и их результативность становятся все менее предсказуемыми для менеджеров. В настоящее время все большую популярность в сфере управления и менеджмента набирает утверждение, что работник является одним из главных звеньев в структуре организации, поскольку именно от него и качества выполняемой им работы зависит успех и прибыль предприятия. Перед каждым работодателем стоит задача оптимизации условий труда, создание благоприятной среды для работы, уменьшение текучести кадров, а также вовлечение сотрудников в процессы по

улучшению деятельности организации. Чтобы достичь поставленных компанией целей, работодателю прежде всего необходимо замотивировать своих работников, в следствие чего, удовлетворить их существующие потребности. Мотивационный процесс в организации — это процесс, побуждения к деятельности, направленный на формирование мотивов трудового поведения под воздействием комплекса внешних и внутренних факторов.

Важным условием удовлетворения социально значимых потребностей работников, а в последствии и формирование у них трудовых мотивов, выступает мотивация труда. Она является механизмом, в котором активная трудовая деятельность, полученные, и заранее зафиксированные, от нее результаты, работают как зависимые друг от друга запчастей единого целого.

Изучая имеющиеся литературы и материалы по данной проблематике, можно различать три вида мотивации:

- 1) нормативную - путем убеждений, внушений, информирования, психологического заражения побуждения индивида к определенному поведению;
- 2) принудительную – через использование власти и угрозы ухудшения удовлетворения потребностей работника в случае невыполнения им соответствующих требований;
- 3) мотивацию посредством стимулирования - воздействие происходит не на личность, а на внешние, окружающие ее обстоятельства при помощи стимулов, побуждающих работника к определенному поведению

Следует отметить, что часто недостаточно только внешнего воздействия на личность. Работодателю необходимо создать условия для внутренней мотивации, которая регулирует поведение внутри самой личности. Ключевым понятием в эффективности организации в данном направлении выступает термин «вовлеченность». Вовлеченность персонала – есть осознание работниками себя как части организации, принятие и усвоение ее ценностей, корпоративных принципов и миссии. Это желание и стремление индивида выполнять большее количество поставленных перед ним задач, прилагать максимум усилий и возможностей, для получения эффективного результата. Сотрудники Британского исследовательского института CIPD понимают под «вовлеченностью» концентрацию работника на задаче, удовлетворённость своей ролью, а также приверженность к организации и её целям и ценностям [4].

Различные мнения о вовлеченности естественны, так как данный феномен имеет сложную природу. До сих пор нет единого определения вовлеченности, и это является сегодня важной исследовательской задачей. Проанализировав имеющиеся определения, мы определяем **вовлеченность** как многомерный конструкт, который отражает уровень прилагаемых усилий и затрачиваемой энергии при выполнении деятельности. Также эмоциональные переживания, когнитивные, мотивационные и смысловые процессы, связанные с выполняемой деятельностью. Вовлеченность определяется степенью активности индивида в выполнении деятельности и характеризуется динамичностью.

Понятие «вовлечение» в философии персонализма является ключевым. Немецкий философ П.Л. Ландсберг в своей работе «Размышления о личностном

вовлечении» ввел это понятие, охарактеризовав вовлечение как человеческую историчность. Вовлекаться – значит осознать собственную ответственность за будущее человечества; вовлечение не проявляется как отречение от свободы, оно является основой осуществления свободы человека, основой реализации личностной жизни. Вовлечение является диалектической категорией отчуждения. Исследование взаимосвязи этих категорий позволяет увидеть более целостную картину рассматриваемых феноменов. Отчуждение – философская категория, которая обрисовывает «общественный процесс, в рамках которого происходит превращение результатов и продуктов деятельности людей в независимую силу, становящуюся выше своих творцов и подавляющую их»

Отчуждение активно исследовалось и психологами. В частности, З. Фрейд делает акцент на том, что личность не понимает истинную причину своего отчуждения, которое зарождается под давлением культуры и условностей, вступает в противоречие с первичными влечениями. Конфликт сознательного и бессознательного проявляется в отчуждении. Философский взгляд на проблему вовлечения и вовлеченности позволяет увидеть то, как понимается феномен вовлеченности в философском и историческом ключе. Философский подход рассматривает человека, вовлекающегося в социальную жизнь; вместе с тем подчеркивается, что процесс вовлечения отражает раскрытие творческой природы человека. Таким образом, изучение представлений о вовлеченности в философских учениях позволяет увидеть ее социальную природу и констатировать тот факт, что вовлеченность зарождается в социальном взаимодействии. Кроме того, нам близки идеи Ж.-Ж. Руссо: если вовлеченность не выражена, не сформирована, за этим могут скрываться либо внутри личностные конфликты, либо противоречия в отношениях личности и общества.

Вовлеченность формируется в определенном социальном контексте, в процессе взаимодействия индивида с другими людьми и имеет социально-психологическую природу. Вовлеченность всегда является результатом социального взаимодействия, вне социального взаимодействия она сформироваться не может. (В процессе индивидуальной деятельности у человека формируется увлеченность, например, при взаимодействии человека с природой). Анализируя природу формирования вовлеченности, следует заметить, что вовлеченность связана с потребностями личности, которые могут не сознаваться. Человек вовлекается в деятельность, в ходе которой затрачивает определенное количество усилий, проявляет активность и творческое приспособление, ожидая удовлетворения своих потребностей в ходе выполнения деятельности. Вовлеченность представляет собой внутренний психический процесс, проявляющийся в поведении человека, имеющий внешне наблюдаемые проявления. Внутренние процессы выражаются в эмоциональных переживаниях, мотивах, личностных смыслах. Внешние проявления отражаются в количестве затрачиваемых усилий.

Вовлеченность может иметь разную степень выраженности: от слабой вовлеченности к сильной. Слабая вовлеченность отражает неустойчивую концентрацию внимания на определенной деятельности и низкую степень включенности. Сильная вовлеченность отражает устойчивую концентрацию

внимания на конкретной деятельности и высокую степень включенности, без отвлечения на посторонние раздражители. Также вовлеченность может иметь разную степень устойчивости: проявляться ситуативно либо устойчиво на протяжении длительного времени. Отдельно можно выделить *деструктивную форму вовлеченности*, которая формируется при длительной фиксации человека на одном виде деятельности и может отражать различные проявления зависимости. Рассмотрим вопрос соотношения понятия «вовлеченность» с другими родственными понятиями, а также с понятиями, которые противопоставлены вовлеченности.

Вовлеченность и мотивация. О связи понятий вовлеченности и мотивации до сих пор нет однозначного мнения. Некоторые исследователи отмечают тождественность этих понятий. Нам близка точка зрения А. Астина, который подчеркивает поведенческий аспект вовлеченности и тем самым указывает на различия в этих терминах. *Вовлеченность и увлеченность* во многих зарубежных исследованиях описываются одним и тем же термином «engagement», однако с нашей точки зрения эти понятия необходимо различать, так как вовлеченность и увлеченность имеют разный механизм формирования. Вовлекается человек всегда в контакте с другими людьми (в социальном контексте), и вовлеченность всегда разворачивается в процессе совместной деятельности, в то время как увлеченность может сформироваться вне социального контекста (в ходе индивидуальной деятельности). В словарях также можно увидеть различия в понимании терминов «вовлечь» и «увлечь».

Увлеченность можно сравнить с состоянием потока. Человек, переживающий поток, не нуждается в дополнительном подкреплении, в цели. Он поглощен самим процессом деятельности, забывает о времени, своей рабочей роли, все его внимание сфокусировано на выполняемой деятельности, им проявлена максимально возможная сосредоточенность. Еще одно отличие конструкта вовлеченности и «состояния потока» заключается в том, что вовлеченность подразумевает более долгосрочные отношения с выполняемой деятельностью и может проявляться в различных контекстах.

Включенность отражает ситуативную концентрацию внимания и активность человека в процессе выполнения им деятельности, вовлеченность также может выражаться в концентрации внимания и активности человека, однако это понятие включает также эмоциональную и мотивационную, ценностную составляющие, которые не представлены в понятии «включенность». Вовлеченность и внимание являются взаимосвязанными когнитивными процессами, однако эти понятия не являются тождественными; когнитивная составляющая – только один из компонентов вовлеченности.

Вовлеченность и удовлетворенность находятся в тесной связи: переживание удовлетворенности в процессе выполнения деятельности укрепляет вовлеченность; так же и состояние вовлеченности способствует продуктивности деятельности и переживанию удовлетворения от процесса и результата ее выполнения.

Вовлеченность и лояльность являются разными феноменами, отдельные компоненты которых могут быть взаимосвязаны между собой. Вовлеченность выделяется как эмоциональный компонент лояльности (наряду с идентификацией и эмоциональной привязанностью к организации). Следует отметить, что

вовлеченность сотрудника проявляется в максимальной степени, при этом он имеет низкий уровень лояльности. Это говорит о том, что связь между лояльностью и вовлеченностью неоднозначна и требует отдельных научных исследований.

Вовлеченность и активность имеют иерархическую организацию, в которой проявляются мотивы индивида, его отношение к выполняемой им деятельности. Оба понятия отражают динамичность протекания выполняемой деятельности. Многие зарубежные исследователи определяют вовлеченность через уровень проявляемой активности в поведении человека. Следует отметить, что субъектная активность может быть проявлена в определенных видах жизнедеятельности, в которых человек определяет для себя меру субъектной вовлеченности, меру своего творчества, проявляемого при достижении собственных целей [4]. По нашему мнению, вовлеченность и активность не являются тождественными понятиями: активность отражает поведенческий компонент вовлеченности; вовлеченность также включает мотивационный и ценностный компонент и является более интегральным понятием. Отдельно авторы выделяют «антиподы» вовлеченности: не вовлеченность, выгорание, отчуждение.

Вовлеченность и не вовлеченность. В. Шауфели противопоставляет вовлеченность и не вовлеченность, отмечая, что вовлеченность относится к активному, конструктивному и многозначному отношению студентов к возможностям обучения и практикам, которые их среда обучения обеспечивает. Не вовлеченность, по его мнению, относится к пассивным, дисфункциональным, отчужденным и незначительным связям.

Вовлеченность и выгорание. Вовлеченность рассматривают как позитивную антитезу выгорания. Если вовлеченность в работу представлена как позитивный феномен, характеризующий поведение работника, то его негативный феномен – выгорание. По мнению К. Маслах [3], основными составляющими вовлеченности являются: энергичность, вовлеченность и эффективность которые противоположны выгоранию. Феномен выгорания представлен как источник, разрушающий вовлеченность в работу: превращающий энергичность в истощение, вовлеченность в цинизм, а эффективность в безрезультативность.

В. Шауфели предложил рассматривать вовлеченность работой как самостоятельное явление, а не как полную противоположность выгорания. Он определил вовлеченность как позитивное, приносящее удовлетворение и связанное с работой явление, которое характеризуется энергичностью, энтузиазмом и поглощенностью [4]. Вовлеченность и выгорание являются феноменами, которые, с одной стороны, могут быть противопоставлены друг другу, а с другой – представлены как полюса одного континуума психических явлений.

Вовлеченность и отчуждение противопоставлены в исследованиях французских персоналистов. Отчуждение проявляется в тех процессах, когда деятельность человека и ее результаты противопоставляются самому человеку и являются чем-то более весомым, чем сам человек. Отчуждение отражает процесс разъединения элементов, изначально взаимосвязанных и представляющих единство. Отчуждение часто связывают с ощущением бессилия, отсутствия смысла, изолированности, самоотстранением. Вовлеченность в противопоставление отчуждению скорее

отражает процесс объединения людей в совместной деятельности, сопровождается ощущением причастности, общности.

Вовлеченность и отстраненность противопоставлены в исследованиях У. Кана. Отстраненность, с его точки зрения, является выходом из ролевого поведения, которое основано на стремлении защищать себя во время выполнения роли. Вовлеченность отражает устойчивую идентификацию с ролью и проявляется при высокой психологической значимости и безопасности.

Следует отметить, что организациям и предприятиям нашей страны следует проводить анализ вовлеченности персонала на регулярной основе, достаточно одного два раза в год. Ежегодное проведение данной процедуры поможет предупредить сбои в работе подразделений компании, латентные проблемы коммуникации и взаимопонимания между руководителем и исполнителями, зарождение и развитие различных корпоративных недугов.

Итак, можно выделить несколько признаков организаций с высоким уровнем вовлеченности сотрудников:

- выше прибыль;
- лучше обслуживают клиентов (что приводит к большим продажам, большим средним чекам, большей степени удовлетворенности клиентов и т.п.);
- лучше решают возникающие конфликтные ситуации с клиентами;
- сотрудники прикладывают дополнительные усилия, причем часто без дополнительной платы;
- улучшают бизнес
- процессы за счет большей активности людей;
- снижают себестоимость продукта;
- выше производительность труда;
- сотрудники лучше понимают положение дел компании в кризис и помогают пережить такие периоды с меньшими потерями;
- меньше текучесть кадров;
- меньше болезней и прогулов [5].

Обнаружение низкого индекса вовлеченности свидетельствует о том, что есть упущения в структуре управления персоналом, об ошибках в постановке кадрового распределения, низкой мотивированности сотрудников, обучении и переподготовке кадрового резерва.

Также следует рассмотреть признаки организаций с низким уровнем вовлеченности сотрудников:

- сотрудники имитируют трудовую деятельность, занимаются на работе посторонними делами: пьют чай, сидят в интернете, обсуждают с коллегами личные проблемы;
- в случае возникновения сложностей или нестандартных ситуаций сотрудник не берет на себя ответственность, а ждет указаний руководителя;
- сотрудники часто срывают сроки работ, на предприятии царит «волокита»;
- сотрудники работают «от звонка до звонка»;
- в компании высокий уровень текучести кадров;
- сотрудники часто противодействуют всем нововведениям и инициативам;

- руководители среднего звена не способны мотивировать своих подчиненных;
- сотрудники разных отделов либо не общаются вовсе, либо между ними возникает «холодное» общение;
- сотрудники собираются по неформальным группам и «дружат» друг против друга в рабочее время [5].

В заключение вышеизложенного, хотелось бы отметить, что работодатель при приеме сотрудников на работу должен учитывать не только набор профессиональных качеств, знания и опыт, но и желание работать на благо компании, обучаться и развиваться, быть частью организации, прикладывать максимум усилий ради достижения общих целей. Организация должна всячески вовлекать и мотивировать своих работников, поскольку только вовлеченный сотрудник способен повысить уровень производительности и эффективности компании, от чего зависит ее конкурентоспособность и положение на рынке.

Список используемой литературы:

1. Брюховецкая Н.Е., Черная А.А. Формирование вовлеченности сотрудников в работу предприятий // Стратегия и механизмы регулирования промышленного развития. Киев. 2013. № 5. С. 321.
2. Карсан Р. Компания мечты. Почему в успешных компаниях говорят «мы» / Руди Карсан, Кевин Круз; пер. с англ. Е. Вахраневоy. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. С. 248
3. Егорова А.С. Вовлеченность персонала: 7 шагов к пониманию / А.С. Егорова. М.: ИНФРА - М, 2014 – 314 с.
4. Долженко Р.А. Удовлетворенность, лояльность, вовлеченность персонала: уточнение и конкретизация понятий // Вестник Алтайского Государственного аграрного университета. Барнаул. 2014. №9 (119) С. 157 -162.
5. Царенко С. Увлечение вовлечением: что нужно сделать, чтобы сотрудники работали «с огоньком»? // Кадровик.ру. 2012. № 6.

XORIJIY TILLARINI O'QITISHGA ZAMONAVIY YONDASHUV

Sidiqova Nozgul Nabiyevna

Buxoro muhandislik texnologiya instituti

Kirish: Xorijiy tillarni o'rgatishda zamonaviy uslub va yondashuvlardan foydalanish, ularning o'quv jarayoniga qo'llash davr talabidir. Bugungi talabalar zamonaviy texnologiyalarning rivojlanishi tufayli axborot va ta'lim olishi ancha erkin va rang-barang bo'lib qolgan davrda yashamoqda. Talabalar endi darsliklar va faqat auditoriyadagi ma'ruzalar bilan cheklanib qolmay, chet tilini o'rganishni yanada qulayroq va qiziqarli qiladigan interaktiv onlayn resurslar, mobil ilovalar, video konferentsiya va boshqa vositalardan foydalanishlari mumkin.

Maqsad: Xorijiy tillarni o'qitishdan maqsad chet tilidagi muhitda erkin yo'nalishni va turli vaziyatlarda etarli darajada aloqa qobiliyatini rivojlantirishdir. Chet tilida muloqotni o'rgatish uchun siz materialni o'rganishni rag'batlantiradigan va etarli xulq-atvorni rivojlantiradigan haqiqiy hayotiy vaziyatlarni yaratishingiz kerak. Ushbu yondashuvni o'quv faoliyatining boshqa turlaridan ajratib olishga imkon beradigan asosiy mezon - talabalar o'z fikrlarini shakllantirish uchun mustaqil ravishda lisoniy birliklarni tanlashidir.

Materiallar va uslublar: Chet tili darslarida ilg'or pedagogik texnologiyalar, interfaol, innovatsion usullar, kommunikativ va axborot vositalaridan foydalanish talab etiladi. Chet tili fani to'rt jihatga (o'qish, gapirish, tinglash va gapirish) bo'linadi va ularning har biri uchun alohida tushuncha va malakalar beriladi. Ta'lim texnologiyalari - ta'lim jarayonida zamonaviy axborot texnologiyalaridan samarali foydalanish. Shuningdek, ta'lim jarayoniga zamonaviy innovatsion texnologiyalarni joriy etish orqali ta'lim sifati va samaradorligini oshirish ko'zda tutilgan.

Xulosa. Zamonaviy ijtimoiy talablarni amalga oshirish uchun yangi yondashuvlar ishlab chiqilmoqda. Demak, shaxsga yo'naltirilgan, kompetensiyaga asoslangan, kommunikativ, tabaqalashtirilgan, integratsiyalashgan, leksik, kognitiv va boshqa o'qitish usullaridan foydalanish o'qituvchilarga har bir o'quvchiga individual yondashuvni topish imkonini beradi. Ushbu yondashuvlar o'quv jarayonini tashkil etishda har bir talabaga alohida e'tibor berish va bir vaqtning o'zida butun guruh bilan ishlashga yordam beradi. Bu yondashuvlarning har birining pirovard maqsadi o'quvchilarda mustaqil bilim olish va muammolarni hal qilish ko'nikmasini shakllantirishdan iborat.

Kalit so'zlar: Ingliz tili, zamonaviy, tilni mustaqil o'rganish, ta'lim, yondashuv, texnologiyalari, loyiha, qiziqish, faollik, interaktiv metodlar.

СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ

Сидикова Нозгул Набиевна

Бухарский инженерно-технологический институт

Введение: Использование современных методов и подходов в обучении иностранным языкам и их применение в учебном процессе – требование времени.

Сегодняшние студенты живут в эпоху, когда доступ к информации и образованию стал более свободным и разнообразным благодаря развитию современных технологий. Студенты больше не ограничиваются учебниками и аудиторными лекциями, а могут использовать интерактивные онлайн-ресурсы, мобильные приложения, видеоконференции и другие инструменты, которые делают изучение иностранного языка более удобным и интересным.

Цель: Целью обучения иностранным языкам является развитие свободной ориентации в иноязычной среде и адекватных навыков общения в различных ситуациях. Для обучения общению на иностранном языке необходимо создавать реальные ситуации, которые стимулируют усвоение материала и развивают адекватное поведение. Основным критерием, позволяющим отличить этот подход от других видов учебной деятельности, является то, что учащиеся самостоятельно выбирают языковые единицы для формирования своего мышления.

Материалы и методы: Уроки иностранного языка требуют использования передовых педагогических технологий, интерактивных, инновационных методов, коммуникативных и информационных средств. Наука иностранного языка разделена на четыре аспекта (чтение, говорение, аудирование и говорение), и для каждого из них даются конкретные понятия и навыки. Образовательные технологии – эффективное использование современных информационных технологий в образовательном процессе. Также планируется повысить качество и эффективность образования за счет внедрения в учебный процесс современных инновационных технологий.

Заключение: Разрабатываются новые подходы, отвечающие современным социальным требованиям. Поэтому использование личностно-ориентированных, компетентностных, коммуникативных, дифференцированных, интегрированных, лексических, когнитивных и других методов обучения позволяет преподавателю найти индивидуальный подход к каждому ученику. Эти подходы помогают уделять особое внимание каждому ученику и работать со всей группой одновременно. Конечная цель каждого из этих подходов – формирование у учащихся навыков самостоятельного обучения и решения проблем.

Ключевые слова: Английский язык, современный, самостоятельное изучение языка, образование, подход, технологии, проект, интерес, деятельность, интерактивные методы.

A MODERN APPROACH TO TEACHING FOREIGN LANGUAGES

Sidiqova Nozgul Nabiyeвна

Bukhara Engineering Technological institute

Introduction: Modern method of teaching and application of foreign languages to the educational process is the demand of the times. Today's students live in an age where information and education has become more free and diverse thanks to the development of modern technologies. Students are no longer limited to textbooks and classroom lectures, but can use only interactive online resources, mobile applications, video conferencing and other resources to learn a foreign language more conveniently and usefully.

Aim: The purpose of language training is to develop fluency in a foreign language environment and business communication in various situations. To teach communication in a foreign language, you need to know the real-life support that will stimulate the learning of the material and develop sufficient behavior. The main criterion that allows us to distinguish the teacher from other types of educational activity is the fact that students independently determine their own results.

Materials and methods: Requiring advanced pedagogical technology, interactive, innovative methods, communicative and information technologies or production in foreign language classes. Foreign language science is divided into four aspects (reading, speaking, listening and speaking) and separate values are given for each skill. Educational technologies - effective use of modern information technologies in the educational process. , it is envisaged to increase the quality and load of education by introducing modern innovative technologies into the educational process.

Conclusion: In short, stylish techniques are an integral part of modern education remains. So, modern styles demand for continuous professional development from teachers does. Teachers use technology in classes integration, adaptation of teaching materials and ready to create a stimulating learning environment should be also of students demand and adaptation to a changing environment should be able to stimulate their expectations. Using multimedia allows students to get information from newspapers, television, film and work with rollers, independent interviews such as preparation, use of authentic materials creates the conditions and at the same time contributes to teleconferences. All these modern techniques are innovative meet the needs of students in the learning environment shows that it is important for.

Key words: English, independent language learning, educational technologies, project, interest, activity, interactive methods.

Today, the main focus is on the reader, his personality and his own inner world. Therefore, the main goal of a modern teacher is the choice of methods and forms of Organization of educational activities students, optimally corresponding to the established goal of personal development. In recent ears, the issue of the use of new information technologies in schools has been increasingly raised. This is not only new technical means, but also new forms and methods of teaching, a new approach to the educational process. The main purpose of teaching foreign languages is to form and develop the communicative culture of *schoolchildren*, to teach practical mastery of a foreign language. The use of advanced pedagogical technologies, interactive, innovative methods, and communicative and informational tools is required in the course of foreign language lessons. In our republic, new methods and requirements have been developed in accordance with the European Framework of Reference for Teaching Foreign Languages and the Evaluation of Knowledge and Skills of Foreign Language Teachers (CEFR). According to it, textbooks were created for students of general education schools and vocational colleges. In accordance with these requirements, classrooms were equipped with stands and new information and communication techniques. The demand for learning a foreign language is increasing day by day. Foreign language science is divided into four aspects (reading, speaking, listening and speaking), and separate concepts and skills are given for each of them. Educational technologies are effective use of modern information technologies in the educational

process. It also provides for increasing the quality and efficiency of education by introducing modern innovative technologies into the educational process. In particular, there are several advantages of using such information and communication technologies in learning a foreign language. The role of modern technology in language learning and teaching is incomparable. The use of technological tools is useful in every aspect of learning a foreign language (reading, reading, listening and speaking). For example, in order to listen and understand, of course, this process cannot be carried out without a computer, player, CD discs. Listening comprehension is one of the most important parts of language learning. At the same time, the reader is required to pay attention to the speaker's pronunciation, adherence to grammatical rules, vocabulary and its meanings. An important factor in the use of modern technologies in the educational process is that students know information and communication technologies well and are able to use them. Teaching and learning a foreign language using modern technologies is one of the most fruitful ways. In this process, including: - when using computers, the student can watch and listen to foreign language videos, demonstrations, dialogues, movies or cartoons;

In today's rapidly developing age, science and technology are growing rapidly. Progress is being made in every field. In particular, great changes and significant progress are being made in science. Delivery of each subject to students using new innovative pedagogical technologies is one of the main requirements of today's education. The use of advanced pedagogical technologies, interactive, innovative methods, and communicative and informational tools is required in the course of foreign language lessons. In our republic, new methods and requirements have been developed in accordance with the European Framework of Reference for Teaching Foreign Languages and the Evaluation of Knowledge and Skills of Foreign Language Teachers (CEFR). According to it, textbooks were created for students of general education schools and vocational colleges. In accordance with these requirements, classrooms were equipped with stands and new information and communication techniques. Foreign language science is divided into four aspects (reading, speaking, listening and speaking), and separate concepts and skills are given for each of them. It also provides for increasing the quality and efficiency of education by introducing modern innovative technologies into the educational process. The role of modern technology in language learning and teaching is incomparable. The use of technological tools is useful in every aspect of learning a foreign language (reading, reading, listening and speaking). For example, in order to listen and understand, of course, this process cannot be carried out without a computer, player, CD discs. Listening comprehension is one of the most important parts of language learning. At the same time, the reader is required to pay attention to the speaker's pronunciation, adherence to grammatical rules, vocabulary and its meanings. An important factor in the use of modern technologies in the educational process is that students know information and communication technologies well and are able to use them. Teaching and learning a foreign language using modern technologies is one of the most fruitful ways. In this process, including: - when using computers, the student can watch and listen to foreign language videos, demonstrations, dialogues, movies or cartoons; — it is possible to listen and watch foreign language radio broadcasts and television programs; - use of tape recorders and cassettes, which are considered a more

traditional method; - CD players can be used. The use of these technical tools makes the process of learning a foreign language more interesting and effective for students.

To implement modern social requirements, new approaches are being developed. So the use of personality-oriented, competency-based, communicative, differentiated, integrated, lexical, cognitive, and other teaching approaches enables teachers to find an individual approach to each student. These approaches help in organizing the learning process to pay attention to each student individually and at the same time work with the whole group at the same time. The ultimate goal of each of these approaches is to develop in students the ability to independently acquire knowledge and solve problems. A lesson, as the main form of organization of the teaching process, allows the teacher to put into practice modern approaches. Each of these approaches requires special preparation, both on the part of the teacher and students. Of course, success depends on many factors — on the teacher's knowledge of the subject and general erudition, in other words, on the teacher's personality. But this is not enough — you also need knowledge of methodological skills, moreover, it is necessary for a teacher of a foreign language. In the conclusion, it should be noted that in practice it is necessary to combine different approaches and use those that are most effective in a particular situation. Based on the abovementioned, we can summarize that each approach is very important in the lesson planning system today; each teacher must adhere to one or another approach, but the approaches cannot be used simultaneously, so you need to have a fine feel for each student before choosing the core of their professional activity. Also, the teacher must take into account that the effectiveness of a particular methodology within the framework of a particular approach to teaching depends on its relevance to the stated problem, the teacher's ability to regulate the time of using this approach, and the quality of the organization of preliminary training, which requires careful study of issues for discussion, development of students' skills and communicative abilities.

REFERENCES

- 1.N.N.Sidiqova Basis of formation of pereyonyms in linguistics INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 Том 12 Страницы 126-128 Дата публикации 2023/4/30
- 2.N.N.Sidiqova Using modern technologies in teaching foreign languages. INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429. Том 12 Страницы 8-9
- 3.N.N.Sidiqova Effective methods and techniques for developing foreign language skills using Song and poetry. Дата публикации 2019 Журнал Достижения науки и образования Номер 6 (47) Страницы 44-45 Издатель ООО «Олимп»
4. Халикова, Л. У., & Абдураззаков, Ш. А. У. (2021). ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ НЕЯЗЫКОВЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ ПРИ ИЗУЧЕНИИ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА. Academy, (6 (69)), 43-44. <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-u-studentov-neyazykovyhspecialnostey-pri-izuchenii-angliyskogo-yazyka>
3. Халикова, Л. У., & Мустафаева, К. Н. К. (2021). РАБОТА С АНГЛИЙСКИМ АЛФАВИТОМ И ИЗУЧЕНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ГРАММАТИЧЕСКИХ ЯВЛЕНИЙ. Academy, (6 (69)), 39-40.

<https://cyberleninka.ru/article/n/rabota-s-angliyskim-alfavitom-i-izuchenie-otdelnyhgrammaticeskikh-yavleniy>

5. Uktamovna, X. L. (2021). TEACHINING COMMUNICATION TECHNOLOGIES IN MODERN FOREIGN LANGUAGES. CENTRAL ASIAN JOURNAL OF THEORETICAL & APPLIED SCIENCES, 2(6), 53-56.

<https://cajotas.centralasianstudies.org/index.php/CAJOTAS/article/view/1896..>

Yuldasheva, M. B. (2020). HISTORY OF THE ENGLISH UZBEK TRANSLATION. Theoretical & Applied Science, (3), 11-14.

6. Bakhtiyarovna, Y. M. (2022). RELATION OF COMPARATIVE STYLISTICS WITH TRANSLATION THEORY.

7. Saydivaliyeva, B. S. (2021). ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF PROFESSIONAL SIGNIFICANT QUALITIES. Экономика и социум, (3-1), 273-277. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45770178>

MAKTABGA TAYYORLOV GURUHI BOLALARINING JISMONIY YUKLAMALARGA MOSLASHUV XUSUSIYATLARI

Xusenov Nodir Nuriddinovich

Buxoro Davlat Pedagogika Instituti

Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada maktabgacha ta'lim tashkilotlarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida ijro etish uchun turli xil harakatlar hamda ularni tanlash va o'tkazish metodlari, jismoniy yuklamalarga moslashuv xususiyatlari. jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining samaradorligi haqida yozilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy mashqlarni tanlash, harakatlar, jismoniy mashqlarni o'rgatish, harakatlarni o'zlashtirish, jismoniy rivojlanish, umumiy chidamlilikdagi o'zgarishlar.

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы организации физкультурных занятий дошкольных образовательных организаций, различные действия по выполнению на физкультурных занятиях и способы их отбора и проведения, особенности адаптации к физическим нагрузкам. написано об эффективности занятий физкультурой.

Ключевые слова: выбор упражнений, движения, тренировка упражнений, освоение движений, физическое развитие, изменение общей выносливости.

FEATURES OF ADAPTATION OF CHILDREN OF THE PREPARATORY SCHOOL GROUP TO PHYSICAL EXERTION.

Abstract: The article deals with the organization of physical education classes in preschool educational organizations, various actions to perform in physical education classes and methods of their selection and conduct, features of adaptation to physical exertion. it is written about the effectiveness of physical education.

Keywords: choice of exercises, movements, exercise training, mastering movements, physical development, change in overall endurance.

Kirish. Bugungi kunda mamlakatimizda 30 mingga yaqin maktabgacha ta'lim tashkilotlarida 2 milliondan ziyod o'g'il-qiz tarbiyalanmoqda. So'nggi besh yilda 422 ta davlat bog'chasi qurilishi hamda 21 mingdan ortiq nodavlat muassasalar ochilishi hisobiga 1 million 200 ming o'rin yaratilgan. Tizimga bolalarni qamrab olish ko'rsatkichi 72 foizga etgan (17.05.2023 y).[6]

Maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, moddiy-texnik bazasini mustahkamlash, maktabgacha ta'lim muassasalari tarmog'ini kengaytirish, malakali pedagog kadrlar bilan ta'minlash, bolalarni maktab ta'limiga tayyorlash darajasini tubdan yaxshilash, ta'lim-tarbiya jarayoniga zamonaviy ta'lim dasturlari va texnologiyalarni tatbiq etish, bolalarni har tomonlama intellektual, axloqiy, estetik va jismoniy rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratish maqsadida "2017-2021 yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-2707-sonli qarori (29.12.2016 y.) qabul qilindi. O'zbekiston o'z mustaqilligini qo'lga kiritgan dastlabki kunlardanoq jismoniy

tarbiya va sportni rivojlantirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish ishlariga katta e'tibor berib kelinmoqda. Barkamol yosh avlodni tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilandi. Respublikamizda zamonaviy uzluksiz ta'lim tizimi shakllandi. Ushbu ta'lim tizimining poydevorini maktabgacha ta'lim tashkil etadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy maqsadi yosh avlodni jismonan sog'lom, aqlan etuk, ma'nan boy, har tomonlama barkamol shaxs sifatida tarbiyalash va maktab ta'limiga tayyorlashdan iborat. Maktabgacha ta'lim muassasasi tarbiyachisi maktabgacha yoshdagi bolalarga jismoniy tarbiya berish uchun nazariy va metodik bilimlarni egallashi g'oyat muhimdir.

Asosiy qism. Zamonaviy g'oyalar nuqtai nazaridan, insonning ijtimoiy mavjudot sifatida tarixiy genezisi uni predmet-amaliy faoliyat sub'ekti sifatida shakllantirish jarayonidir. Boshqacha qilib aytganda, sotsializatsiya jarayoni, bolaning shaxsini shakllantirish ong va faoliyatning birligi sharoitida sodir bo'ladi. Insoniyat tarixining dastlabki bosqichlarida faoliyat, birinchi navbatda, jismoniy faoliyatning turli shakllarida namoyish etildi, ularning amaliy amalga oshirilishi (hozirgi kunga qadar) insonning jismoniy fazilatlarining holati va rivojlanishiga sezilarli darajada bog'liq edi. Ma'lumki, har bir insonning ontogenezi ma'lum darajada insoniyatning umumiy fazilatlarini (aqliy, shaxsiy) shakllantirish jarayonining tarixiy mantig'ini takrorlaydi. Aynan shu fikrlar bolaning hayotining dastlabki o'n yilligida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining ustuvor rolini tushuntirishi mumkin. Hayotning ushbu davrida jismoniy faollik bolaning yaxlit shaxsiyatining barcha jihatlarini (psixologik, intellektual, estetik, axloqiy) kompleks rivojlantirish uchun stimulyator sifatida noyob rol o'ynaydi, uni asta-sekin tobora murakkablashib borayotgan ijtimoiy munosabatlar tizimlariga kiritishga tayyorlaydi. Ontogenetik rivojlanishning tabiiy omili bo'lib, bolaning qolgan faoliyatida ustunlik qiladigan vosita faoliyati nafaqat uning mushaklarining rivojlanishini, balki uning aqliy faoliyat bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatadigan va o'sib borayotgan organizm uchun uning motor ehtiyojlarini to'liq qondirishning ahamiyatini tushuntiradigan markaziy regulyator mexanizmlarini ham rag'batlantiradi.

Bola jismoniy madaniyat boyliklari bilan to'g'ridan-to'g'ri tanishish zarurligini qanchalik tez anglasa, uning hayotining jismoniy tomoniga ijobiy munosabat va qiziqishni aks ettiruvchi muhim ehtiyoj shunchalik tez shakllanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalik davrida bolalarning sog'lig'i doimiy ravishda jismoniy tarbiya sharoitida saqlanadi, bu bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlari bilan tasdiqlanadi. 5 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan maktabgacha yoshdagi bolalarda umurtqa pog'onasi ikki baravar ko'payadi: o'g'il bolalarda u 25 dan 52 kilogrammgacha, qizlarda 20,4 dan 43 kilogrammgacha ko'tariladi. Tezlik ko'rsatkichlari yaxshilandi. Harakatdan 10 metrga yugurish vaqti o'g'il bolalar uchun 2,5 dan 2,0 sekundgacha, qizlar uchun 2,6 dan 2,2 sekundgacha qisqartiriladi. Umumiy chidamlilikdagi o'zgarishlar. O'g'il bolalar bosib o'tgan masofa 602,3 metrdan 884,3 metrga, qizlar 454 metrdan 715,3 metrga oshadi. Maktabgacha yoshdagi bolaning sog'lig'ini saqlashga jismoniy tarbiyaning turli vositalari va usullari ta'sir qiladi. Masalan, tezlikni rivojlantirishning samarali vositasi harakatlarni tezda bajarish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan mashqlardir. Bolalar mashqlarni sekin sur'atda yaxshiroq o'rganadilar. O'qituvchi mashqlarning uzoq, monoton bo'lmashligini

ta'minlashi kerak. Ularni har xil sharoitlarda, har xil intensivlikda, asoratlar bilan yoki aksincha, talablar kamaytirilgan holda takrorlash maqsadga muvofiqdir.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda asab markazlari yuqori qo'zg'aluvchanlik jarayonlarining nisbatan zaif rivojlanishi (ayniqsa shartli refleksli ichki inhibitsiyon) bilan ajralib turadi. Bolalar tez charchash, ixtiyoriy e'tiborning etarli darajada rivojlanmaganligi va kuchli yo'naltirilgan reaksiyalar bilan ajralib turadi.

Kam motorli tajriba, jismoniy mashqlar paytida tanadagi funktsional o'zgarishlarning ongidagi zaif aks ettirish charchoqning sub'ektiv sezgilarining etarli darajada rivojlanishiga olib keladi. Bundan tashqari, bolalar nutq hisobotlarida ichki holatidagi o'zgarishlarni kerakli darajada aks ettira olmaydilar. Hatto 8-9 yoshda ham, 41% hollarda, ularda charchoq hissi umuman yo'q va 77% hollarda, bolalar ish to'xtatilgandan keyingina charchoq paydo bo'lishi haqida xabar berishadi.

bu maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda mushaklarning kuchlanishini ehtiyotkorlik bilan dozalashga alohida e'tibor berishni talab qiladi.

Harakatlarni boshqarishning yoshga bog'liq xususiyatlari Markaziy asab tizimining turli qismlarining (orqa miya, subkortikal bo'limlar va nihoyat, miya yarim korteksining) asta-sekin rivojlanishi bilan bog'liq.

5-6 yoshdan boshlab (vosita sezgi tizimi etuklashganda) propioreseptiv fikr-mulohazalarning dominant roliga o'tish amalga oshiriladi. 5 yildan 8 yilgacha bo'lgan davrda antagonist mushaklar o'rtasida aniq muvofiqlashtirish munosabatlari o'rnatiladi, bu vosita harakatlarining sifatini keskin yaxshilaydi.

6 yoshida orqa miya uchinchi darajali maydonlarning (korteksning pastki seminal zonalari) rivojlanishining aniq bosqichi bilan bog'liq bo'lgan tana sxemasi g'oyasi shakllanadi. Dvigatel buyruqlarini tananing turli bo'g'inlariga uzatishning maqsadli aniqligi olinadi va buyruqlarning o'zi yanada nozik va murakkablashadi.

Yurishdagi harakatlarni muvofiqlashtirish asta-sekin yaxshilanmoqda. Yurish paytida harakatlar amplitudasi, oyoqlarning burilish burchagi oshadi, bu tananing barqarorligini oshiradi, qadamlarning fazoviy va vaqt parametrlari barqarorlashadi. 3 yoshli bolada qo'l va oyoq harakatlarini to'g'ri muvofiqlashtirish 10 %, 4 yoshda - 50 %, 6-7 yoshda - 80% hollarda kuzatiladi. 5-6 yoshdan boshlab ikki oyoq bilan birgalikda sakrash qobiliyati paydo bo'ladi, sakrash oralig'i va aniqligi oshadi.

7 yoshida vizual-motor tizimining faoliyati harakatni boshqarishning etakchi mexanizmi qiymatiga ega bo'lgan aniq propioseptiv teskari aloqalar bilan boshqarila boshlaydi. Ushbu davrda qo'llab-quvvatlanmaydigan faza yaxshi ifodalangan. Bu yugurish tezligini sezilarli darajada oshiradi. V. K. Balsevichning so'zlariga ko'ra, 5-6 yoshda o'g'il bolalarda o'rtacha yugurish tezligi 4,07 m/s, 7 yoshda - 4,83 m/s. biroq, qo'llab-quvvatlovchi reaksiyalar hali ham kattalar turidan farq qiladi.

Ular "sust" turdagi - harakatlarning sekin rivojlanishi bilan ajralib turadi. Yurish va yugurish harakatlarini muvofiqlashtirish genetik jihatdan aniqlangan individual xususiyatga ega.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda motor funktsiyalarini rivojlantirish va harakatlarni boshqarishni takomillashtirishning asosiy bosqichlari:

* 3 yoshgacha harakatlarning asosiy fondini yaratish;

* 3-6 yoshda-vizual teskari aloqalarning etakchi roli bilan refleksi tartibga solish mexanizmining etukligi;

* 7 yoshida-propriozeptiv teskari aloqalarning etakchi roli bilan halqa refleksi mexanizmini takomillashtirish.

Bolalarda miyaning chap yarim sharining funktsional etukligi va ularning o'ng yarim sharining funktsiyalarining ustunligi jismoniy tarbiyada asosan vizual o'qitish usullaridan foydalanishni, harakatlarni his qilishni, taqlid reaksiyalaridan foydalanishni va subkortikal ta'sirlarning katta roli (retikulyar shakllanish, limbik tuzilmalar) tufayli bolalarning yuqori hissiyligini talab qiladi. - turli xil o'yin vositalaridan keng foydalanish.

Xulosa. Zamonaviy maktabgacha ta'limda bolalarning jismoniy tarbiyasi va sog'lom turmush tarzi muhim o'rin tutadi. Sog'lom turmush tarzi — insonning kun tartibiga rioya etishi, faol harakat asosida organizmini chiniqtirishi, sport bilan shug'ullanishi, to'la va sifatli ovqatlanishi, gigienik qoidalarga amal qilishi, zararli odatlardan o'zini tuta bilishidir. Serharakatlilik organizmni tabiiy ravishda rag'batlantirib turadi. Shuning uchun serg'ayrat, tinib-tinchimaydigan odamlar doimo tetik, bardam, keksayganlarida ham baquvvat va shijoatli bo'ladi.

Maktabgacha yoshdagi davr jismoniy salomatlik va madaniy ko'nikmalarni shakllantirishda inson hayotining eng muhim davrlaridan biri bo'lib, kelajakda uni takomillashtirish, mustahkamlash va saqlashni ta'minlaydi. Ma'lumki, kattalardagi kasalliklarning 40% bolalik davrida to'g'ri keladi. Shuning uchun maktabgacha ta'limda bolaning aqliy, axloqiy, mehnat va estetik tarbiyasi bilan bir qatorda jismoniy tarbiyaga katta e'tibor berilishi kerak. Bolalarning rivojlanishida, ularning sog'lig'ini mustahkamlashda, ta'lim, o'qitish va bo'sh vaqtni tashkil etishda bolalarning tabiiy evolyutsion rivojlanishiga muvofiq ularning yoshi va individual psixofiziologik va motor qobiliyatlarini hisobga olgan holda ularning qobiliyatlarini har tomonlama rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar ro'yxati.

1. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. - Л.: Медицина, 1983. - С.296 - 330.
2. Коломржцева, Н. С. Методика физкультурно-оздоровительной работы с детьми 3-7 лет на основе оценки и коррекции физического состояния в условиях дошкольного образовательного учреждения. : специальность 13.00.04 «теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры » : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук ; Адыгейский государственный университет . — Майкоп, 2005 . — 247 с.
3. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. - Л.: Медицина, 1983. - С.296 - 330.
4. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека /В.К. Бальсевич. — М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.
5. Xusenov, N. N. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida jismoniy tarbiya nazorati va korreksion usullar /Текст : // «Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar» xalqaro ilmiy-metodik jurnal. — 2024 йил. — № 5. — С. 156-161.

DZYUDACHI TALABALARNING TO'GARAK MASHG'ULOTLARINI TASHKIL QILISH VA BAHOLASH TAJRIBASI

Azimov Laziz Axrorovich

Buxoro davlat pedagogika instituti,
Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrası dosenti,

Annotatsiya: Maqolada sportchi talabalar faoliyatini to'garak mashg'ulotlari orqali tashkil qilish, dzyudochi talabalarning umumiy va maxsus tayyorgarlik, musobaqa faoliyat tomonlarini kompleks baholash va o'quv semestri davomida umumiy sport faoliyati bo'yicha reyting ballari dinamikasining ishonchlilik mezoni asosida xulosa va tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Umumiy jismoniy tayyorgarlik, maxsus jismoniy tayyorgarlik, musobaqa faoliyati, sport faoliyati, baholash mezoni, pedagogik baho, mutloq kattaliklar, natijalar farqining ishonchligi.

ПРАКТИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ОЦЕНЬКИ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ СТУДЕНТОВ ДЗЮДОИСТОВ

Азимов Лазиз Ахрорович

Доцент кафедры Теория и методика физической культуры Бухарский
государственный педагогический институт,

Аннотация: В статье сформулированы выводы по организации секции дзюдо, произведено комплексная оценка общей и специальной подготовленности, соревновательной деятельности, а также обосновано достоверность рейтинговых баллов по общей спортивной деятельности студентов.

Ключевые слова: Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, соревновательная деятельность, спортивная деятельность, критерия оценки, педагогическая оценка, абсолютная величина, достоверность результатов различия.

PRACTICE OF ORGANIZING AND EVALUATING THE SPORTS SECTION OF JUDO STUDENTS

Azimov Laziz Akhrorovich

Associate Professor, Department of Theory and Methods of Physical Culture,
Bukhara State Pedagogical Institute,

Abstract: The article formulates conclusions on the organization of the judo section, makes a comprehensive assessment of general and special preparedness, competitive activity, and also substantiates the reliability of rating points for the general sports activity of students.

Key words: General physical training, special physical training, competitive activity, sports activity, evaluation criteria, pedagogical assessment, absolute value, reliability of the results of the difference.

KIRISH. Respublikamiz oliy ta'lim muassasalarida turli ta'lim yo'nalishli talabalarning bo'sh vaqtlarini samarali tashkil etish orqali sport faoliyati turlarini ommalashtirish bilan faoliyat natijadorligini oshirish masalalari professor o'qituvchilar oldidagi ustivor vazifalardan biri sifatida qaralmoqda [1,4,5]. Dzyudo kurashida raqobatning keskin kuchayishi munosabati bilan sportchilarning UJT, MJT jarayonlarini rejalashtirish, musobaqa faoliyati samaradorligini oshirishga qaratilgan alohida tajribalarni kuzatish mumkin. [2,3].

Axborot texnologiyali muhitda foliyat yuritayotgan oliy ta'lim muassasalarida talabalarni sport faoliyati turlariga yo'naltirish, sport tayyorgarlik tomonlarini kompleks baholash, sportchining umumiy sport faoliyati bo'yicha reytingini shakllantirish mexanizmlarini ishlab chiqish muhim ilmiy metodik masala hisoblanadi va etarlicha o'rganilmagan [4,5,6].

Hozirgi kunda yoshlar hayotida sportning ommalashuvi sababli, sport faoliyat turlari, yoki turli ta'lim yo'nalishlari kesimida sportchi talabalar salmog'ining oshib borish tendentsiyasini kuzatish mumkin. Bir qator mutaxassislar tomonidan sportchi talabalarning sport faoliyatini tashkil etish, boshqarish va nazorat qilishning alohida komponentlari yuzasidan tadqiqotlar olib borilgan [2,3,7].

Sport turlarini ommalashtirishning istiqbolli usullaridan biri bu, ta'lim muassasalarda sport faoliyat turlari, musobaqalar tizimini takomillashtirib borishni taqozo etadi. Sport turlari bo'yicha tayyorgarlik shart-sharoitlari va musobaqalar ko'lamini kengaytirish talab etiladi. Biroq o'tkazilgan tadqiqotlarda aynan oliy ta'lim jarayonida turli ta'lim yo'nalishli sportchilarni, xususan dzyudo sporti vositasida darsdan bo'sh vaqt resurslarini rasional tashkil etish, boshqarish va SF kompleks baholash masalasi etarlicha o'rganilmagan va bu yo'nalishda tajribaviy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqilmagan.

MUHOKAMA VA NATIJALAR.

Tadqiqot doirasida o'rganilgan ilmiy-metodik tajribalarni tahlil qilish asosida dzyudochi talabalarning sport faoliyatini rivojlantirishga qaratilgan to'garak dasturi ishlab chiqildi. Dastur qurilmasi quyidagilardan iborat:

- o'quv materialining mazmuni va uni o'rganish ketma-ketligi;
- texnik-taktik harakatlar va dzyudo mashg'ulotlariga o'rgatish vositalari va usullaridan foydalanish;

- ushbu sportni ommalashtiruvchi muayyan tashkiliy-uslubiy shartlari.

Dzyudochi talabalarning tayyorgarlik jarayonlari va sport faoliyatini tashkil etishning mavjud uslubiy tamoyillari va yondashuvlari nazariy tahlil etildi, dzyudo kurashi vositasida sport faoliyatini amalga oshirishning tashkiliy-uslubiy shartlarini belgilash imkonini berdi. Dzyudo bo'yicha to'garak dasturining o'quv resurslarini ishlab chiqishda quyidagi printsiplial talablar belgilab olindi [8]:

- nazariy bilimlarni o'zlashtirish, dzyudo texnikasini o'rganish va takomillashtirish, shaxsiy fazilatlarini rivojlantirish, jismoniy va ma'naviy barkamollikka erishish, salomatlikni mustahkamlash;

- teskari aloqa tamoyili – oraliq, yakuniy nazorat, umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik va funktsional imkoniyatlarni tekshirish, jismoniy faollik darajasini har tomonlama baholash;

- dzyudochilarning yoshi va tayyorgarlik darajasi va sport kvalifikatsiyasiga qarab mashg'ulot mazmunini individuallashtirish.

Dzyudochi talabalarda SF ni oshirishga qaratilgan dastur samaradorligini eksperimental asoslash uchun maxsus pedagogik tajriba tashkil etildi. Pedagogik tajriba shartiga ko'ra turli ta'lim yo'nalishlarida tahsil olayotgan 20 nafar dzyudochi talabalar Buxoro davlat universitetining dzyudo bo'yicha to'garak mashg'ulotlariga ularning ixtiyoriy tanlovi asosida jalb etildi.

Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlarining paralimpiya sport turlariga o'quvchilarni qabul qilish bo'yicha kasbiy ijodiy imtihon me'yorlari va baholash mezonlari asosida dzyudochi talabalarining UJT va MJT ko'rsatkichlari va musobaqa faoliyatini baholash mezonlarini ishlab chiqildi.

I. Ikkita vazn toifasidan iborat dzyudochi talabalarining UJT ballari oltita test nazoratlari asosida tashkil etiladi va 5 baldan yuqori ko'rsatkichlar uchun rag'batlantirish maqsadida qo'shimcha ballar e'tiborga olinan.

II. Dzyudochi talabalarining MJT darajasini baholash uch qismda amalga oshiriladi:

1. Egiluvchanlik va akrobatik maxsus mashqlarning texnik ijrosi.
2. Dzyudo usullarining texnik ijrosi.
3. To'rt daqiqali bir davra kurashish mahorati.

Dzyudochining MJT tomoni miqdoriy o'lchov hosilasiga ega bo'lmasligi sababli bu pedagogik hodisaning texnik ijrosining sifatiga ko'ra tasvirlashga imkon beradigan 5 ballik baholash mezonlari ishlab chiqildi.

III. Dzyudochining MF ni baholashda quyidagi ko'rsatkichlar hisobga olinadi [3]:

1. MF ga aloqador texnik-taktik ko'rsatkichlar bilvosita dzyudochining umumharakat va funktsional tayyorgarlik darajasini ko'rsatadi va uning bir daqiqada amalga oshirgan hujum harakatlarining hajmi e'tiborga olinadi.

$$MF = N/t \text{ (4 daqiqada hujumlar),}$$

$$\text{bunda } N = n + n_1;$$

N - dzyudochining hujum harakatlarining umumiy soni, n - qayd etilgan hujum harakatlarining umumiy soni, n_1 - baholangan haqiqiy hujumlari soni (Ippon Max 5 ball, Vazari Max 3 ball), t - kurash vaqti.

Buxoroda 2023-yil 23-dekabrda bo'lib o'tgan sportning dzyudo turi bo'yicha yoshlar o'rtasida O'zbekiston kubogi musobaqasida to'garak mashg'ulotlarida qatnashgan 20 nafar talabalarining bellashuvlari tahlil qilindi va MF ko'rsatkichlari aniqlandi.

Oltita test nazoratlaridan iborat UJT (1-jadval), uch qismdan iborat MJT va MF ni baholash mezonlari bo'yicha baholangan talabalarining individual ballari asosida dzyudochilar guruhiga xos o'rtacha ball qiymatlari hisoblandi va bu ko'rsatkich talabaning sport faoliyati (SF) samaradorligini bildiradi (1-jadvalga qarang).

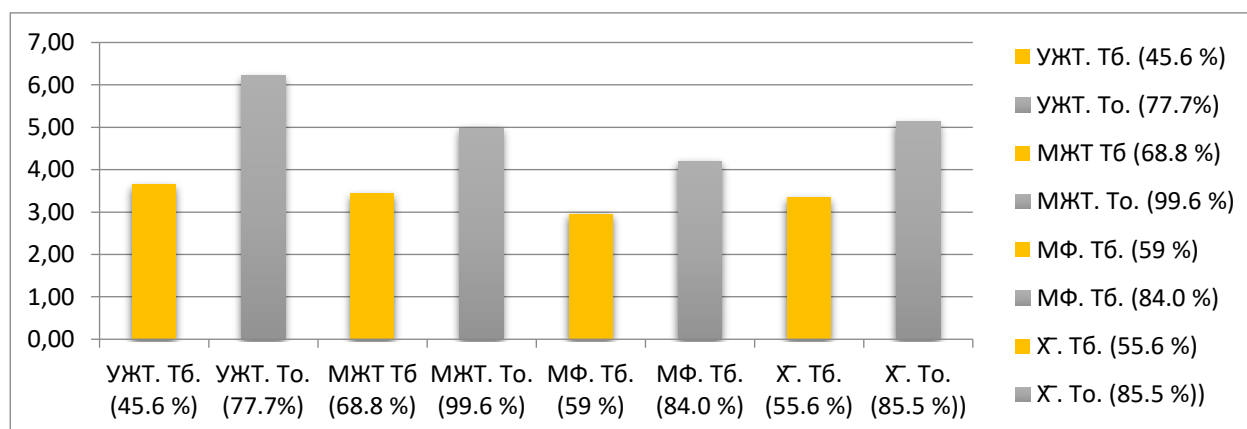
1-jadval

Dzyudochi talabalar guruhida umumiy sport faoliyatining o'rtacha ball ko'rsatkichlari

Sinov vaqti	UJT (Max 8 ball)	MJT (Max 5 ball)	MF (Max 5 ball)
-------------	---------------------	---------------------	--------------------

Tb		3.65	3.44	2.95
To		6.22	4.98	4.2
Umumiy sport faoliyat ballari: $\bar{X}$ (Max 6 ball)	Tb	3,34		
	To	5,13		

Dzyudochi talabalar guruhiga xos SF ko'rsatkichlarining tajriba boshi va oxiri nisbatlarida foiz o'zgarishi hisoblandi (1-rasmga qarang).



1-rasm. Dzyudochi talabalar guruhida umumiy SF ko'rsatkichlarining o'zgarish diagrammasi

Diagrammada dzyudochi talabalar guruhiga xos umumiy sport faoliyat ko'rsatkichlarining foiz qiymatlari aks ettirilgan:

1. Tajriba boshida UJT 45.6 %, tajriba oxirida 77.7 % bilan 32.1 % rivojlanish.
2. Tajriba boshida MJT 68.8 %, tajriba oxirida 99.6 % bilan 30.8 % rivojlanish.
3. Tajriba boshida MF 59.0 %, tajriba oxirida 84.0 % bilan 25.0 % rivojlanish.

Dzyudochi talabalarning UJT, MJT va MF nazoratlari asosida hosil bo'lgan SF ballari - tajriba boshida 55.6 %, tajriba oxirida 85.5 % bilan 29.9 % rivojlantirishga erishildi.

Talabalarning SF ballari bo'yicha semestr boshi va yakuniy ko'rsatkichlar o'rtasidagi farq ishonchliligini aniqlash uchun t – *student* mezonini asosida hisoblandi [3]: Hisoblangan empirik t (5.45) qiymat, qiyoslashtiriladigan jadval k (3.88) qiymatidan katta bo'lganligi, talabalarning o'quv semestri boshida va oxirida natijalar o'rtasida $p < 0.001$ (99% ahamiyat darajasi) ishonchli farq mavjudligini ko'rsatadi. Turli ta'lim yo'nalishlarida tahsil olayotgan dzyudochi talabalarning sport faoliyatini tashkil qilish samaradorligi etarlicha asosga ega ekanligi aniqlandi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori. — Текст: электронный // LexUZ: [сайт]. — URL: <https://lex.uz/docs/6074088> (дата обращения: 24.01.2024).

2. Алиев И.Б. Кураш билан шуғулланувчи талаба спортчиларни машғулот юкламаларининг оптимал нисбатлари : специальность 13.00.04 «Jismoniy tarbiy va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Алиев И.Б. ; TDJTSU. — Toshkent, 2012. — 26 с.

3. Долганов О. В. Организация физкультурно-спортивной деятельности студентов вузов в процессе занятий борьбой Дзюдо: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»: диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Долганов Олег Владиславович; «Уральский государственный технический университет - уни». — Екатеринбург, 2006. — 177 с.
4. Кадилов Р.Х. Jismoniy tarbiya va sport sohasining zamonaviy ilmiy tadqiqot yo'nalishlari hamda dolzarb yo'nalishlari / Р.Х.Кадилов. — Текст: непосредственный // Pedagogik mahorat. — 2019. — № №5. — С. 197-202.
5. Кадилов Р.Х. Спорт тайёргарлиги амалиётда диагностик тест ишончилигини аниқлаш методикаси / Р.Х.Кадилов. — Текст: непосредственный // Материалы конференции инновационные технологии в спорте и физическом воспитании молодого поколения. — 2021. — № №1. — С. 94-98.
6. Кадилов Р.Х. Активизация учебно-познавательной траектории студентов в электронно образовательной среде //Физическая культура. Рекреация. Спорт. — 2022. — С. 222-230.
7. Kadirov R.X. Jismoniy tarbiya jarayonida diagnostik usullar amaliyoti / R.X.Kadirov. — Текст: непосредственный // "Pedagogik akmeologiya" xalqaro ilmiy-metodik jurnali. — 2023. — № №5/7. — С. 103-107.
8. Хамидуллина Г.Ф. Подготовка дзюдоистов на спортивно- оздоровительном этапе на основе модульного обучения: специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Хамидуллина Гузель Фердинантовна ; «Волгоградская государственная академия физической культуры». — Волгоград, 2020. — 24 с.

LEXICOGRAPHIC FEATURES OF RETRONYMS IN THE ENGLISH LANGUAGE

Azizaxon Jo'rayeva Erkin qizi
Bukhara State Pedagogical Institute

Abstract

This study explores the lexicographic characteristics of retronyms in the English language. Retronyms, newly coined phrases for previously unnamed concepts or objects, arise due to linguistic, technological, or cultural shifts. The research examines the creation, usage, and impact of retronyms, offering insights into their integration into dictionaries and lexicons. By analyzing examples such as "analog clock" and "acoustic guitar," this paper highlights the role retronyms play in modern English lexicography.

Introduction

Language evolves to reflect societal changes, and retronyms represent a compelling aspect of this evolution. A retronym is a term created to distinguish an original concept from a newer one that has emerged. For instance, the advent of digital clocks necessitated the term "analog clock." This linguistic phenomenon is more than a mere adaptation; it signifies how language accommodates new realities and provides clarity in an ever-evolving world.

The emergence of retronyms is deeply intertwined with technological and societal advancements. As new inventions and practices are introduced, previously universal terms may require modification to avoid ambiguity. For example, before the proliferation of electric guitars, the term "guitar" was universally understood to mean what we now call an "acoustic guitar." Similarly, "silent film" was simply a "film" until the innovation of synchronized sound in motion pictures gave rise to "talkies." These linguistic adjustments are not just practical but also reflective of the adaptive capacity of human communication.

Retronyms also highlight the role of context in language. Words acquire their meanings within specific cultural and historical settings, and as those settings evolve, so too does the vocabulary used to describe them. The introduction of "landline phone" as a retronym occurred because of the widespread adoption of mobile phones, which reshaped the way people communicate. This evolution underscores the dynamic interplay between language and the world it seeks to describe.

Moreover, retronyms serve as markers of change, preserving a linguistic link to earlier concepts while accommodating contemporary realities. They embody the dual role of language: to reflect the past and adapt to the present. For example, the retronym "natural farming" arose in response to industrialized agricultural methods. Such terms allow speakers to navigate complex societal landscapes, distinguishing between traditional and modern practices without losing sight of their origins.

The study of retronyms offers valuable insights into linguistic creativity and the mechanisms of word formation. Retronyms often emerge organically, driven by necessity rather than deliberate invention. Their formation frequently involves adding qualifiers or adjectives, such as "analog," "manual," or "traditional," to existing nouns. This process illustrates the flexibility of language in generating new terms to meet communicative needs.

From a lexicographic perspective, retronyms present unique challenges and opportunities. Dictionaries must account for these terms' dual nature, capturing both their historical roots and their contemporary relevance. For instance, defining "manual

transmission" requires acknowledging its distinction from "automatic transmission" while situating it within the broader history of automotive technology. Such entries not only enrich the lexicon but also provide users with a nuanced understanding of how language evolves.

This paper investigates the creation, linguistic characteristics, and incorporation of retronyms into lexicographic resources. By examining the triggers for their emergence, their morphological and semantic features, and their representation in dictionaries, the study aims to shed light on a fascinating aspect of language evolution. The following questions guide this inquiry:

1. What triggers the creation of retronyms?
2. How are retronyms represented in English dictionaries?
3. What implications do retronyms have for lexicographic practices?

Through this exploration, the research seeks to contribute to our understanding of the dynamic relationship between language and society, illustrating how retronyms serve as linguistic signposts of change.

Methods

Data Collection

To comprehensively analyze retronyms, the study employed a multi-faceted approach to data collection. The primary sources included dictionaries, linguistic databases, academic publications, and examples from modern media and online platforms. Dictionaries such as the Oxford English Dictionary (OED), Merriam-Webster, and Collins were examined for entries that defined and contextualized retronyms. This was complemented by linguistic studies that explored the semantic and morphological characteristics of retronyms.

Real-world usage examples were collected from news articles, blogs, and social media to understand how retronyms function in everyday communication. For instance, terms like "film camera" and "landline phone" were analyzed for their usage in different contexts, revealing their integration into modern discourse. This corpus provided a robust foundation for identifying patterns and trends in retronym creation and usage.

Qualitative Analysis

The study employed qualitative methods to examine the linguistic properties of retronyms. Semantic analysis focused on the meanings and implications of retronyms, exploring how they clarify distinctions between older and newer concepts. For example, "analog clock" not only differentiates from digital clocks but also evokes a sense of tradition and nostalgia.

Morphological analysis investigated the structural composition of retronyms. Common patterns included the use of adjectives or qualifiers, such as "manual," "natural," and "traditional," paired with base nouns. The study also examined compound structures, such as "film camera" and "acoustic guitar," to understand how these terms are constructed to convey specific distinctions.

Contextual factors were also considered, including technological advancements, cultural shifts, and societal needs that drive the creation of retronyms. For example, the widespread adoption of digital cameras necessitated the term "film camera," while "traditional marriage" emerged in response to changing perceptions of marital structures.

Lexicographic Review

A central aspect of the study involved reviewing the representation of retronyms in major English dictionaries. Entries for retronyms were evaluated for their clarity, comprehensiveness, and historical context. For example, the OED's entry for "manual transmission" highlights its distinction from "automatic transmission" and situates it within the broader history of automotive technology.

The review also focused on the inclusion of usage examples and cross-references. For instance, entries for "landline phone" and "mobile phone" were examined to determine how dictionaries link related terms to enhance user understanding. Additionally, the study assessed how dictionaries address the evolving nature of retronyms, ensuring that definitions remain relevant as language continues to change.

Comparative Analysis

To contextualize retronyms within a broader linguistic framework, the study conducted a comparative analysis of retronym usage across different English-speaking regions. This approach revealed regional variations in the creation and adoption of retronyms. For instance, terms like "manual typewriter" may be more common in regions with a strong historical association with typewriting, whereas "film camera" may have broader recognition due to its association with photography.

Digital Tools and Resources

The study utilized digital tools, such as corpus analysis software and online linguistic databases, to analyze large datasets efficiently. These tools facilitated the identification of retronyms in diverse contexts, enabling a comprehensive exploration of their usage and characteristics. For example, corpus searches for terms like "analog clock" and "natural farming" provided insights into their frequency and context in modern discourse.

By combining these methods, the research achieved a holistic understanding of retronyms, shedding light on their linguistic, cultural, and lexicographic significance.

Results

Triggers for Retronym Creation

The study identified three primary triggers for retronym creation:

1. **Technological Innovation** - The introduction of new technologies often necessitates the creation of retronyms. For example, the term "film camera" arose with the advent of digital cameras, highlighting the need to differentiate older photographic technology.
2. **Cultural Evolution** - Societal shifts contribute to the formation of retronyms. "Traditional marriage," for instance, emerged as societies began to recognize alternative marital arrangements, illustrating how cultural changes influence language.
3. **Linguistic Clarification** - Retronyms often resolve ambiguities in communication. The term "landline phone" clarifies discussions in a world dominated by mobile phones, ensuring precision and understanding.

Representation in Dictionaries

Analysis of major English dictionaries revealed consistent patterns in retronym representation:

- **Definitions** - Retronyms are defined with clear distinctions between the original and newer concepts. For instance, "manual transmission" entries emphasize its mechanical nature compared to "automatic transmission."

- **Usage Examples** - Dictionaries provide real-world examples to contextualize retronyms, aiding users in understanding their application.

- **Cross-References** - Related terms, such as "electric guitar" and "acoustic guitar," are linked to offer comprehensive insights.

Morphological Patterns

The study uncovered recurring morphological structures in retronyms:

- **Adjective-Noun Pairings** - Terms like "natural yogurt" and "analog clock" frequently employ descriptive adjectives to specify distinctions.

- **Compound Nouns** - Retronyms often utilize compound structures, such as "glass bottle" and "film camera," to convey clarity.

Broader Implications

The findings demonstrate that retronyms play a vital role in modern English, reflecting technological, cultural, and linguistic developments. Their inclusion in dictionaries ensures that language remains precise and relevant, accommodating the complexities of contemporary communication.

Discussion

The study's findings illuminate the multifaceted role of retronyms in modern English, showcasing their adaptability and relevance. Retronyms emerge as linguistic tools that address the challenges of a rapidly evolving world, ensuring clarity in communication while preserving historical contexts. This dual function underscores their significance in both linguistic and societal frameworks.

Addressing Language Evolution

Retronyms exemplify how language evolves to meet the needs of its speakers. By providing distinctions between older and newer concepts, they enable speakers to navigate complex cultural and technological landscapes. For example, terms like "analog clock" and "film camera" not only differentiate technologies but also reflect shifts in societal priorities and values.

Implications for Lexicography

From a lexicographic perspective, retronyms highlight the dynamic relationship between language and dictionaries. As retronyms arise to address gaps in communication, lexicographers must adapt to capture their nuances effectively. This involves incorporating comprehensive definitions, historical contexts, and illustrative examples to ensure that dictionaries remain reliable resources for understanding language evolution.

Additionally, the cross-referencing of related terms in dictionaries can enhance user comprehension. For example, linking "electric guitar" to "acoustic guitar" or "landline phone" to "mobile phone" enables readers to grasp the broader linguistic shifts underlying retronym creation.

Future Directions

The findings suggest several avenues for further research. Examining the cross-linguistic parallels of retronyms could provide insights into how different languages adapt to technological and cultural changes. Additionally, investigating the role of digital tools in tracking the emergence and usage of retronyms could offer innovative approaches to lexicography.

Retronyms remain a testament to the adaptability of language, reflecting the interplay between tradition and modernity. Their study not only enriches our understanding of linguistics but also underscores the importance of capturing these nuances in lexicographic practices.

Conclusion

The study concludes that retronyms are indispensable elements of modern English, bridging the gap between historical concepts and contemporary realities. By addressing the triggers, characteristics, and representation of retronyms, this research contributes to a deeper understanding of language evolution and its implications for lexicography. Retronyms serve as linguistic markers of societal progress, ensuring clarity and precision in an ever-changing world.

References

Uzbek Sources:

1. Karimov, I.A. (2009). *O'zbekiston kelajagi buyuk davlat*. Tashkent: O'zbekiston.
2. Abdullayev, A. (2015). *Zamonaviy lingvistikada yangi atamalar*. Tashkent: Fan.
3. Bekmurodov, S. (2017). *Til va jamiyat*. Tashkent: Ma'naviyat.
4. Safarov, U. (2012). *So'z yasash masalalari*. Tashkent: O'zbekiston Milliy

Ensiklopediyasi.

English Sources:

5. Crystal, D. (2008). *A Dictionary of Linguistics and Phonetics*. Oxford: Blackwell.
6. Trask, R.L. (2004). *Language Change*. Cambridge: Cambridge University Press.
7. Bauer, L. (2013). *Introducing Linguistic Morphology*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
8. McArthur, T. (1998). *The Oxford Companion to the English Language*. Oxford: Oxford University Press.
9. Merriam-Webster. (2023). *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*. Springfield: Merriam-Webster, Incorporated.
10. Oxford English Dictionary. (2023). *OED Online*. Oxford: Oxford University Press.
11. Yule, G. (2020). *The Study of Language*. Cambridge: Cambridge University Press.
12. Plag, I. (2003). *Word-Formation in English*. Cambridge: Cambridge University Press.

OLIV HARBIY TA'LIM MUASSASALARI PROFESSOR-O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI OSHIRISH USULLARI

Nazarov Furkatjon Abdulfayzovich

*Favqulodda vaziyatlar vazirligi Akademiyasi O'quv jarayonini tashshkillashtirish va
muvofiglashtirish bo'limi boshlig'i, t.f.f.d.(PhD), dotsent, podpolkovnik.*

Xatamova Gulbaxor Abdumo'min qizi

Favqulodda vaziyatlar vazirligi Akademiyasi tillar kafedrasida katta o'qituvchisi.

Annotatsiya: Ushbu maqolada Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini oshirish usullari keltirilgan bo'lib, bunda kompetentlikning turlari, qo'llanish vaziyatlari va holati tahlil etilgan. Kasbiy kompetentlik, kasbiy-pedagogik kompetentlik, ijtimoiy kompetentlik, maxsus kompetentlik kabi kompetensiya usullari keng yoritib berilgan. Bundan tashqari professor-o'qituvchi bu kompetentlikni amalda qo'llash va rivojlantirib borish uchun tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Oliy harbiy ta'lim muassasalari (OHTM), kasbiy kompetentlik, kasbiy-pedagogik kompetentlik, ijtimoiy kompetentlik, maxsus kompetentlik.

Bugungi kunda mamlakatimizda oliy harbiy ta'lim sifatini oshirish, pedagog kadrlarni tayyorlash tizimini takomillashtirish jarayonlarida professor-o'qituvchilarning va pedagog kadrlar kasbiy kompetentligini uzluksiz rivojlantirish masalasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada, mamlakatimiz OTM (Oliy ta'lim muassasalari) professor-o'qituvchilarning pedagogik kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish maqsadida ta'lim muassasalarida zamonaviy moddiy texnik baza yaratilgan hamda innovatsion ta'lim dasturlari ishlab chiqilgan. Lekin Oliy harbiy ta'lim muassasalari (OHTM) professor-o'qituvchilarning pedagogik kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish mexanizmlari hali to'liq ishlab chiqilmagan, etarli darajada takomillashtirilmagan. Bunga sabab, OHTM professor-o'qituvchilarining elektron platformasi shakllanmagani va internet tizimidan erkin foydalana olmasligidir.

Bundan tashqari, OHTM professor-o'qituvchilarning pedagogik kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish uchun professor-o'qituvchilarni intellektual salohiyatini oshirish, dunyoqarashlarini boyitishda ularni innovatsion ta'lim texnologiyalari, o'qitishning yangi, innovatsion shakl, metod va vositalari bilan tanishtirish, pedagoglarda kasbiy kompetentlik sifatleri va kreativ qobiliyat mohiyati bilan yaqindan tanishtirish muhim ahamiyatga ega. Biroq innovatsion yondashuvlar asosida oliy harbiy ta'lim muassasalari ofitser-o'qituvchilarining kasbiy-pedagogik kompetentligini rivojlantirishning integrativ mazmuni va metodik shart-sharoitlarining ishlab chiqilmaganligi mazkur yo'nalishda ilmiy izlanishlar olib borishni taqozo etadi.

Oliy harbiy ta'lim muassasalaridagi o'quv-tarbiya jarayonini modernizatsiyalash, harbiy mutaxassislar tayyorlash tizimi sifat darajasini oshirishda professor-o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish, ularni sohaga oid zamonaviy kasbiy bilim, malaka va ko'nikmalar bilan qurollantirish, ilmiy-texnik innovatsiyalardan mustaqil ravishda, ijodiy foydalanish hamda internet va elektorn platforma tizimidan istiqbolli

vazifalarni hal qilishda mustaqil foydalana olish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim vazifalardan sanaladi.

Oliy harbiy ta'lim muassasalari tizimini modernizatsiyalash (*inglizcha modern – yangilangan, zamonaviy, tezkor o'sish*) ta'lim jarayoniga nisbatan innovatsion yondashuvni talab etadi. "Kompetentlik" tushunchasi ta'lim sohasiga psixologik ilmiy izlanishlar natijasida kirib kelgan. Ta'lim standartida ham kompetensiya tushunchasiga mavjud bilim, ko'nikma va malakalarni kundalik faoliyatda qo'llay olish qobiliyati sifatida ta'rif berilgan. Psixologik nuqtai nazardan kompetentlik favqulodda vaziyatlar, kutilmagan holatlarda mutaxassisning o'zini tutishi, muloqot madaniyatiga ega bo'lishi, ziddiyatli munosabatlarda optimal yo'l tutishi, izchil rivojlanib boruvchi va murakkab jarayonlarda harakatlanish rejasiga egalikni anglatadi.

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqqan holda kompetentlik bu insonning mavjud bilim va hayotiy tajribalarga tayangan holda ma'lum bir muammolarni tezkor hal etish qobiliyati degan xulosaga kelamiz. Oliy harbiy ta'lim muassasalaridagi o'quv jarayoniga innovatsiyalarni tatbiq etishdagi muhim komponentlardan biri – professor-o'qituvchining kasbiy kompetentligi va innovatsion faolligi hisoblanadi. Kasbiy kompetentlik tushunchasiga nisbatan ilmiy tadqiqotlarda turli mulohazalar ilgari suriladi. U pedagog o'qituvchiga nisbatan aniq faoliyat talablari yoki faoliyatning o'ziga xos jihatlariga nisbatan munosabatini tavsiflovchi xususiyat sifatida qo'llaniladi.

Masalan, tadqiqotchi olim E.F.Zeyer kasbiy kompetentlikning funksional taraqqiyotini tadqiq qilish kasbiy kamolotga erishish chog'ida kompetentlikning turli ko'rinishlari integratsiyalashib borishini va ularning kasbiy muhim shaxs sifatleri bilan aloqasi kuchayib borishini ko'rsatadi [4]. Xususan, kasbiy kompetentlikning asosiy darajalariga kasbiy tayyorgarlik va tajriba, o'zini-o'zi anglash, o'z kuchiga ishonish, o'zga insonlar tomonidan ko'rsatilgan kamchiliklarni to'g'ri qabul qilish va boshqa kasbiy kamolotni belgilab beruvchi shaxs xususiyatlarini kiritadi. Ushbu fikrlarning tahlili professor-o'qituvchining kasbiy kompetentligini shaxsiy, ijtimoiy, kreativ, metodik kompetentlik kabi qator o'ziga xos xususiyatlar majmuasi sifatida to'liq izohlanishiga imkon beradi. Kasbiy kompetentlikda mutaxassis tomonidan kasbiy faoliyatni amalga oshirish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarning egallanishi va ularni amalda yuqori darajada qo'llay olinishi nazarda tutiladi.

N.M.Muslimovning fikriga ko'ra, "Kompetentlik" (*inglizcha "competence" – "Qobiliyat"*) – faoliyat davomida rivojlanib boruvchi integral ko'rsatkichlar bo'lib, u shaxsning ijobiy motivatsiya, bilim, mahorat, iqtidor va ijodiy faoliyat tajribasini o'z ichiga oluvchi tayyorgarlik darajasidir.

Kompetentlikni bir qancha turlarga bo'lib o'rganamiz. Ular quyidagilar:

kasbiy kompetentlik mutaxassis tomonidan alohida bilim, malakalarning egallanishini emas, balki har bir mustaqil yo'nalish bo'yicha integrativ bilimlar va harakatlarning o'zlashtirilishidir. Shuningdek, kompetensiya mutaxassislik bilimlarini doimo boyitib borishni, yangi axborotlarni o'rganishni, muhim ijtimoiy talablarni anglay olishni, yangi ma'lumotlarni izlab topish, ularni qayta ishlash va o'z faoliyatida qo'llay bilishni taqozo etadi. Kasbiy kompetentlik murakkab jarayonlarda, noaniq vazifalarni bajarishda, bir-biriga zid ma'lumotlardan foydalanishda, kutilmagan vaziyatda harakat rejasiga ega bo'lishda va boshqa shu kabi holatlarda yaqqol namoyon bo'ladi.

kasbiy-pedagogik kompetentlik esa o'zining kasbiy mahoratini mukammal rivojlantirgan, dars jarayonini samarali loyihalashtiradigan, uni boshqara oladigan, ta'lim islohotlarini, zamon talablarini, innovatsion yangiliklarni ilg'agan holda ularni dars jarayonida muvaffaqiyatli joriy etadigan pedagog mutaxassislariga nisbatan qo'llanadi. Bundan kelib chiqadiki, professor-o'qituvchi o'z kasbiy-pedagogik bilimlarini izchil boyitish, yangi axborotlarni o'zlashtirish, davr talablarini chuqur anglagan holda yangi bilimlarni izlab topish, ularni qayta ishlash va o'z amaliy faoliyatida samarali qo'llay olish orqali kasbiy kompetentlikka erishadi.

Shuni ta'kidlash joizki, Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining pedagogik kasbiy kompetentlik negizida bir qator sifatlar mavjud bo'lib, ularning mohiyati quyidagicha izohlanadi:

1. Ijtimoiy kompetentlik – ijtimoiy munosabatlarda faollik ko'rsatish ko'nikma, malakalariga egalik, kasbiy-pedagogik faoliyatda subyektlar bilan kommunikativ muloqotga kirisha olish.

2. Maxsus kompetentlik – kasbiy-pedagogik faoliyatni tashkil etishga tayyorlanish, kasbiy-pedagogik vazifalarni oqilona hal qilish, faoliyati natijalarini real baholash, bilim, ko'nikma, malakani izchil rivojlantirib borish bo'lib, ushbu kompetentlik negizida ruhiy (psixologik), uslubiy, axborot (informatsion), kreativ (nostandart), innovatsion va kommunikativ kompetentlik ko'zga tashlanadi. Ular o'zida quyidagi mazmunni ifodalaydi: psixologik kompetentlik, uslubiy kompetentlik, informatsion kompetentlik, kreativ kompetentlik, innovatsion kompetentlik, kommunikativ kompetentlik, shaxsiy kompetentlik, texnologik kompetentlik, ekstremal kompetentlik va hokazo.

Bugungi kunda respublikamizda ham pedagogga xos kasbiy kompetentlik, uning o'ziga xos jihatlari o'rganilgan bo'lib, ular quyidagilarni tashkil etadi:

- maxsus yoki kasbiy kompetentlik (kasbiy faoliyatni yuqori darajada
- tashkil etish);
- ijtimoiy kompetentlik (kasbiy faoliyatni hamkorlikda tashkil etish, ijtimoiy mas'ullik);
- autokompetentlik (o'zini ijtimoiy-kasbiy rivojlantira olish);
- ekstremal kasbiy kompetentlik (favqulodda vaziyatlarda ishlay olish).

Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda o'z ustida ishlash va o'z-o'zini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. O'z-o'zini rivojlantirish vazifalari o'zini o'zi tahlil qilish baholash orqali aniqlanadi. O'z ustida ishlash bu mutaxassis tomonidan o'zini ijtimoiy hamda kasbiy jihatdan rivojlantirish, kamolotga erishish yo'lida maqsadli, izchil, tizimli harakatlarning tashkil etishi tushuniladi.

Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining o'z ustida ishlashi quyidagilarda ko'rinadi: kasbiy bilim ko'nikma va malakalarini takomillashtirib borish; faoliyatga tanqidiy va ijodiy yondoshish; kasbiy va ijodiy hamkorlikka erishish; ishchanlik qobiliyatini rivojlantirish; salbiy odatlarni bartaraf etib borish; ijobiy sifatlarni o'zlashtirish.

Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining o'z ustida ishlash bosqichi uzviy, tizimli shaklda olib boriladi, jumladan,

birinchi bosqich - o'z faoliyatini tahlil qilish asosida yutuq va kamchiliklarini aniqlash;

ikkinchi bosqich - yutuqlarini boyitish va kamchiliklarni bartaraf etish yuzasidan aniq qarorga kelish;

uchinchi bosqich – qabul qilingan qaror bo'yicha amaliy harakatlarni samarali tashkil etish yo'llarini izlash;

to'rtinchi bosqich - xato va kamchiliklarni takrorlamaslikka intilish;

beshinchi bosqich - qabul qilingan qarorning izchil bajarilishini doimiy nazorat qilib borish va boshqalar.

Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining quyidagi amaliy harakatlari mutaxassis sifatida uning o'z ustida ishlashini ifodalab beradi:

- ✓ aniq maqsad, intilish asosida pedagogik jarayonni takomillashtirish;
- ✓ pedagogik jarayon samaradorligini, o'zining ishchanlik faolligini oshirish;
- ✓ izchil ravishda yangilanib borayotgan pedagogik bilimlarni o'zlashtirish;
- ✓ ilg'or texnologiya, metod hamda vositalardan xabardor bo'lish;
- ✓ faoliyatiga fan-texnikaning so'nggi yangiliklarini samarali tatbiq etish;
- ✓ kasbiy ko'nikma va malakalarini takomillashtirish;
- ✓ salbiy pedagogik nizolarning oldini olish, bartaraf etish choralarini izlash va hokazo.

Xulosa o'rnida aytish kerakki, Oliy harbiy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining kasbiy-pedagogik kompetentligini takomillashtirish, ularni rivojlantirib borish pedagogik bilim, malaka va shaxsiy sifatlarini, kretivlik va ilmiy yondashuvini oshirib borish, professor-o'qituvchining saviyasini oshiradi va pedagogning mavqeini ko'tarishga xizmat qiladi. Bunda professor-o'qituvchi kasbiy jihatdan rivojlanish dinamikasini turli darajalarda doimiy monitoring qilib borishi samaradorlik mahsuli bo'lib, o'qituvchining kasbiy pedagogik kompetentligi namoyon bo'ladi va uni rivojlantirib boradi. Bu o'z navbatida ta'lim sifatini oshirib, salohiyatli professor-o'qituvchilarni ko'payishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasining Davlat Standarti Oliy ta'limning davlat ta'lim standarti Oliy ta'lim yo'nalishlari va mutaxassisliklari klassifikatori. <https://lex.uz/docs/5701176>.

2. Axmadjonov D.B. Academic research in educational sciences volume 2 | issue 4 | 2021. Issn: 2181-1385. Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723. DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00668. Academic Research, Uzbekistan 825 www.ares.uz.

3. Слостенин В.А. и др. Педагогика. – М.: "Академия", 2002.

4. Зеер Э.Ф., Шахматова Н. Личностью ориентированные технологии профессионального развития специалиста. – Екатеринбург, 1999.

5. Toshtemirova, S., Joldasov, I. (2019). Bilimdi adamgerushilikke baulu ideyasynyñ qajettigi // "Actual problems of society, education, science and technology: status and prospects of development" collection of scientific papers of the ii international scientificpractical conference. Aktybe. P. 17-23.

ДИНАМИКА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У БОЛЬНЫХ СПИДОМ

Раджабова Умида Убайдуллаевна

Докторант Бухарского государственного университета

Аннотция.

Статья посвящена изучению динамики депрессивных состояний у пациентов, страдающих СПИДом, и разработке психокоррекционных методов для улучшения их психоэмоционального состояния. Рассматриваются особенности возникновения депрессии в контексте ВИЧ-инфекции, включая влияние на психическое здоровье, социальные и физиологические аспекты. Проведён анализ различных подходов к психокоррекции, включая когнитивно-поведенческую терапию, медикаментозное лечение и методы социальной поддержки. В статье представлены результаты исследований, которые демонстрируют эффективность комплексного подхода в лечении депрессивных состояний у данной группы пациентов. Выводы подчёркивают важность интеграции психокоррекционных методов в общую терапевтическую программу для повышения качества жизни больных СПИДом.

Ключевые слова: Депрессивные состояния, СПИД, ВИЧ-инфекция, Психокоррекция, Когнитивно-поведенческая терапия, Медикаментозное лечение, Психоэмоциональное состояние, Социальная поддержка, Качество жизни, Комплексный подход.

Введение

СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита) представляет собой заболевание, которое поражает не только физическое, но и психическое здоровье пациента. Депрессивные состояния являются одной из наиболее частых психологических проблем у больных ВИЧ/СПИДом. Хроническое течение болезни, социальная изоляция, стигматизация и страх перед неизбежным ухудшением здоровья часто приводят к развитию тяжелых форм депрессии. Понимание динамики депрессивных состояний и разработка эффективных методов психокоррекции играют ключевую роль в улучшении качества жизни больных СПИДом.

Причины депрессии у больных СПИДом

Депрессия у пациентов с ВИЧ/СПИДом имеет сложную природу и может быть вызвана множеством факторов:

1. Биологические факторы: Сам вирус ВИЧ оказывает нейротоксическое воздействие, влияя на центральную нервную систему и вызывая нейровоспаление, что может провоцировать развитие депрессивных состояний.

2. Психологические факторы: Диагноз "СПИД" вызывает сильный стресс, тревогу и страх перед будущим. Пациенты часто сталкиваются с экзистенциальными кризисами, боясь смерти и потери социальной значимости.

3. Социальные факторы: Стигматизация и дискриминация больных СПИДом усиливают чувство изоляции и одиночества. Поддержка со стороны семьи и общества может быть минимальной, что ухудшает психологическое состояние пациента.

4. Финансовые и бытовые трудности: Многие больные СПИДом сталкиваются с проблемами трудоустройства и финансовой нестабильностью, что добавляет дополнительные стрессоры в их жизнь.

Динамика депрессивных состояний у больных СПИДом

Депрессия у больных СПИДом имеет свою динамику и может меняться в зависимости от стадии заболевания и условий окружающей среды.

1. Ранние стадии ВИЧ-инфекции: На ранних этапах после постановки диагноза пациенты испытывают шок и отрицание, часто сопровождающиеся тревогой и подавленностью. На этом этапе депрессия может быть реактивной, связанной с осознанием болезни и изменениями в жизни.

2. Продвинутое стадии: С течением времени, когда иммунная система ослабевает, пациенты могут сталкиваться с частыми инфекциями и ухудшением физического состояния. Это способствует усилению депрессивных симптомов, таких как апатия, утрата интереса к жизни, чувство безнадежности и беспомощности.

3. Эффект антиретровирусной терапии (АРТ): АРТ существенно продлевает жизнь пациентов, но сама по себе может быть источником стресса из-за побочных эффектов и необходимости постоянного соблюдения режима лечения. Однако успешное применение АРТ способствует улучшению физического состояния, что может позитивно сказаться и на психическом здоровье.

Психокоррекция депрессивных состояний

Для лечения депрессии у больных СПИДом необходимо применять комплексный подход, сочетающий психотерапевтические и медикаментозные методы. Основные подходы к психокоррекции включают:

1. Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ)

КПТ является одной из наиболее эффективных форм психотерапии для лечения депрессии. Она помогает пациентам изменить негативные схемы мышления, справляться с иррациональными страхами и развивать навыки самопомощи. КПТ фокусируется на улучшении адаптации к жизни с хроническим заболеванием, учит пациентов справляться с негативными эмоциями и находить новые смыслы в жизни.

2. Групповая терапия и социальная поддержка

Групповые психотерапевтические сеансы позволяют пациентам делиться своими переживаниями с другими людьми, находящимися в схожих ситуациях. Это помогает снизить чувство изоляции и получить поддержку. Социальная поддержка играет важную роль в снижении депрессивных симптомов и улучшении общего психоэмоционального состояния.

3. Медикаментозное лечение

Антидепрессанты часто применяются для лечения тяжелых форм депрессии у пациентов с ВИЧ/СПИДом. Однако выбор медикаментов требует тщательного подхода, учитывая возможные взаимодействия с антиретровирусной терапией. Основными группами препаратов являются селективные ингибиторы обратного захвата серотонина (СИОЗС) и трициклические антидепрессанты.

4. Психоэдукация и работа с семьей

Психоэдукация пациентов и их близких помогает лучше понять природу депрессии и способы ее преодоления. Вовлечение семьи в процесс лечения

способствует созданию благоприятной эмоциональной атмосферы, что важно для успешной реабилитации пациента.

5. Арт-терапия и другие альтернативные методы

Арт-терапия, музыкотерапия, медитации и другие формы альтернативной психокоррекции также находят применение в работе с больными СПИДом. Эти методы помогают снизить уровень стресса, повысить самооценку и улучшить эмоциональное состояние.

Эффективность психокоррекции и прогноз

Комплексный подход к лечению депрессии у больных СПИДом демонстрирует высокую эффективность. Пациенты, получающие как психотерапевтическую, так и медикаментозную помощь, показывают значительное улучшение качества жизни, снижение уровня депрессии и повышение социальной активности. Важным аспектом является непрерывная работа над психическим здоровьем и регулярное консультирование с психотерапевтом.

Научные исследования подтверждают, что своевременная и адекватная психокоррекция депрессивных состояний у больных СПИДом способствует улучшению общего состояния пациентов, снижению риска самоубийств и повышению приверженности к антиретровирусной терапии.

Заключение

Депрессивные состояния у больных СПИДом являются серьезной проблемой, требующей комплексного подхода. Важно учитывать биологические, психологические и социальные факторы при разработке программ психокоррекции. Эффективное лечение депрессии способствует улучшению психоэмоционального состояния и повышению качества жизни пациентов. В этом процессе ключевую роль играют не только медицинские специалисты, но и социальное окружение больных.

Литература

1. Гринберг, Д.Ф., Биндер, Р.Л. "Психиатрия для клинической практики" – М.: МЕДпресс-информ, 2010. В этой книге рассматриваются психические расстройства, связанные с хроническими заболеваниями, включая СПИД, и предлагаются методы психокоррекции.
2. Кришталь, В.В. "Психические расстройства при ВИЧ-инфекции" – Киев: Здоровье, 2005. Издание фокусируется на особенностях психических расстройств у ВИЧ-инфицированных пациентов и описывает способы диагностики и лечения.
3. Вассерман, Л.И. "Психологическая помощь больным с хроническими заболеваниями" – СПб.: Речь, 2012. В книге подробно рассматриваются психологические аспекты помощи пациентам с хроническими заболеваниями, включая ВИЧ/СПИД.
4. Куликов, Л.В., и соавт. "Психокоррекция и психотерапия в клинической практике" – СПб.: Питер, 2016. Пособие освещает психокоррекционные техники и методы психотерапии, применимые к различным категориям пациентов, включая тех, кто страдает от депрессии при СПИДе.
5. Перевозчиков, В.А., Лисицын, Ю.П. "Психосоциальная помощь ВИЧ-инфицированным" – М.: Наука, 2013. В этой книге авторы анализируют психосоциальные

аспекты поддержки пациентов с ВИЧ и СПИДом, уделяя особое внимание психокоррекции депрессивных состояний.

6. Бек, А.Т. "Когнитивная терапия депрессии" – М.: Эксмо, 2006. Основополагающий труд по когнитивно-поведенческой терапии, который может быть полезен в контексте лечения депрессии у больных СПИДом.

7. WHO "Mental health and HIV/AIDS" – World Health Organization, 2008. Доклад Всемирной организации здравоохранения о связи между психическим здоровьем и ВИЧ/СПИДом, а также рекомендации по лечению депрессии у инфицированных.

8. Ковалева, О.М. "Психологическое сопровождение пациентов с хроническими заболеваниями" – М.: Медицина, 2014. В издании рассматриваются особенности психологического сопровождения больных с хроническими заболеваниями, включая СПИД, и даны практические рекомендации по психокоррекции.

9. Judd, F., Mijch, A., et al. "Depression and HIV/AIDS: Prevalence and treatment" – *The Lancet Psychiatry*, 2005.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРЕДПРИЯТИЙ

Абдурахмонова Дилбар Уткировна

Магистрант Бухарский институт психологии и иностранных языков

Аннотация: В данной статье рассматриваются психологические механизмы формирования социально-психологических факторов, влияющих на деятельность руководителей предприятий. Социально-психологические факторы, такие как мотивация персонала, коммуникативные навыки, стиль лидерства и эмоциональный интеллект, играют ключевую роль в эффективности управленческой деятельности. В статье анализируются механизмы восприятия, эмоциональной регуляции, мотивации, саморегуляции и социального обучения, которые лежат в основе формирования этих факторов. Особое внимание уделяется влиянию личности руководителя, корпоративной культуры и социальной среды на его управленческий стиль и процесс принятия решений. Подчеркивается значимость индивидуального подхода к мотивации персонала и управления коллективом. Выводы статьи акцентируют внимание на необходимости развития социально-психологических компетенций для повышения эффективности руководства и создания благоприятного психологического климата в организации.

Ключевые слова: Социально-психологические факторы, Психологические механизмы, Деятельность руководителей, Лидерство, Управление персоналом, Организационное поведение

Введение

Деятельность руководителей предприятий характеризуется высоким уровнем ответственности и сложностью принимаемых решений, что обусловлено необходимостью управления не только экономическими, но и человеческими ресурсами. В этом контексте особенно важную роль играют социально-психологические факторы, которые оказывают значительное влияние на эффективность управленческой деятельности. Данная статья посвящена рассмотрению психологических механизмов, лежащих в основе формирования этих факторов.

Социально-психологические факторы в деятельности руководителя

Социально-психологические факторы включают широкий спектр компонентов, таких как:

- **Мотивация и стимулирование персонала:** Руководители должны понимать потребности и мотивы сотрудников, чтобы формировать эффективные стратегии стимулирования.
- **Коммуникативные навыки:** Способность эффективно общаться и выстраивать диалог с подчиненными является основой для успешного взаимодействия в коллективе.

- **Лидерство и авторитет:** Уровень лидерства руководителя и его способность вдохновлять команду напрямую влияют на производительность труда.

- **Эмоциональный интеллект:** Умение распознавать и управлять эмоциями, как своими, так и окружающих, способствует созданию благоприятного психологического климата.

Психологические механизмы формирования факторов

1. Восприятие и когнитивные процессы

Основой формирования социально-психологических факторов является процесс восприятия и обработки информации. Руководители ежедневно сталкиваются с необходимостью быстро и адекватно оценивать ситуации, принимать решения на основе анализа большого объема информации. Когнитивные процессы играют ключевую роль в осознании потребностей подчиненных и стратегическом планировании.

2. Эмоциональная регуляция и управление стрессом

В управленческой деятельности нередко возникают стрессовые ситуации. Эффективные руководители используют механизмы эмоциональной регуляции, такие как самоанализ, рефлексия и применение техник стресс-менеджмента, для поддержания устойчивости в сложных обстоятельствах.

3. Мотивация и саморегуляция

Личностная мотивация руководителя оказывает влияние на его управленческие решения и взаимодействие с коллективом. Саморегуляция, основанная на развитии целеполагания, самодисциплины и способности контролировать свое поведение, формирует стиль лидерства и влияет на общее настроение в коллективе.

4. Социальное обучение и наблюдение

Руководители учатся у своих коллег и наставников, наблюдая за успешными моделями поведения. Механизмы социального обучения, такие как имитация и моделирование, способствуют формированию управленческих навыков, адаптации к изменяющимся условиям и развитию социально-психологических факторов.

5. Групповая динамика и влияние среды

Социально-психологические факторы также формируются под воздействием групповой динамики. Взаимодействие с коллективом, участие в совместной деятельности, распределение ролей и ответственность — все это влияет на то, как руководитель воспринимает свою роль и как он адаптирует свои управленческие стратегии к потребностям группы.

Роль личности руководителя в формировании социально-психологических факторов

Одной из ключевых составляющих, влияющих на формирование социально-психологических факторов, является личность руководителя. В зависимости от индивидуальных особенностей, таких как черты характера, стиль руководства, уровень эмоционального интеллекта, будет меняться его подход к управлению коллективом и, соответственно, восприятие его роли в организации.

1. Личностные черты и их влияние на управление

Личностные характеристики руководителя, такие как экстраверсия, эмпатия, стрессоустойчивость, влияют на качество общения и способность разрешать

конфликты. Экстравертированные руководители склонны к активному взаимодействию с коллективом, что способствует формированию благоприятного социального климата. Напротив, интровертированные лидеры могут быть более склонны к аналитическому подходу и стратегическому планированию, что также важно в контексте управления.

2. Стиль руководства и его последствия

Классические стили руководства — авторитарный, демократический и либеральный — по-разному влияют на социально-психологический климат в коллективе:

- **Авторитарный стиль** может вызывать напряженность и страх в коллективе, но способствует четкому выполнению задач.
- **Демократический стиль** ориентирован на совместное принятие решений, что формирует доверие и способствует развитию творчества и инициативности.
- **Либеральный стиль** может приводить к самоорганизации коллектива, но иногда вызывает недостаток дисциплины.

Влияние социальной среды на деятельность руководителя

Социальная среда оказывает мощное воздействие на руководителей. Среда формируется как внутренними факторами организации (корпоративной культурой, отношениями в коллективе), так и внешними факторами (экономическими условиями, конкурентной средой).

1. Корпоративная культура и социальная идентичность

Корпоративная культура создает рамки и нормы поведения, в которых действует руководитель. Руководители формируют свою идентичность в соответствии с культурными нормами организации, что влияет на их решения и способы взаимодействия с коллективом. Поддержка корпоративных ценностей и культуры способствует укреплению социального капитала предприятия.

2. Влияние команды на стиль руководства

Коллектив, с которым работает руководитель, оказывает прямое влияние на его поведение и подходы к управлению. Например, высоко мотивированный и профессионально подготовленный коллектив способствует формированию у руководителя более демократичного стиля, в то время как менее опытная команда может требовать более жесткого контроля и направляющего стиля.

Психологические механизмы принятия управленческих решений

Процесс принятия решений является ключевой частью управленческой деятельности и формируется под воздействием нескольких психологических механизмов:

1. Интуиция и аналитическое мышление

Руководители часто сталкиваются с необходимостью принимать быстрые решения в условиях ограниченной информации. Интуитивное принятие решений базируется на прошлом опыте и приобретенных знаниях, что позволяет быстро реагировать на ситуации. Однако для стратегических решений требуется аналитическое мышление, основанное на глубоком анализе данных и прогнозировании возможных последствий.

2. Групповое принятие решений

Вовлечение команды в процесс принятия решений помогает учитывать различные точки зрения и повышает уровень коллективной ответственности за результаты. Этот подход способствует укреплению доверия в коллективе и повышает мотивацию сотрудников.

3. Управление конфликтами

Конфликты являются неотъемлемой частью любой организации. Эффективные руководители используют психологические механизмы, такие как активное слушание, эмпатия, а также разработка стратегий для разрешения конфликтов. Управление конфликтами требует от руководителя высокого уровня эмоциональной компетентности и способности находить компромиссы.

Психологические аспекты мотивации персонала

Мотивация персонала является одним из ключевых факторов, определяющих эффективность работы предприятия. Руководитель играет важную роль в создании условий для повышения мотивации через использование психологических механизмов:

1. Индивидуальный подход к мотивации

Разные сотрудники могут быть мотивированы различными стимулами — от материальных поощрений до признания и карьерного роста. Понимание индивидуальных потребностей и ожиданий помогает руководителю выстраивать персонализированные стратегии мотивации, что повышает удовлетворенность и вовлеченность сотрудников.

2. Социальное признание и поддержка

Создание атмосферы, в которой сотрудники чувствуют себя ценными и уважаемыми, способствует росту их внутренней мотивации. Публичное признание достижений, поддержка инициатив и открытая обратная связь — важные инструменты, которые должен использовать руководитель.

Заключение

Психологические механизмы формирования социально-психологических факторов играют ключевую роль в деятельности руководителей предприятий. Эти механизмы не только определяют эффективность их взаимодействия с коллективом, но и формируют общую атмосферу в организации. Понимание этих процессов позволяет руководителям развивать свои управленческие навыки, а также формировать более продуктивную и гармоничную рабочую среду. Развитие социально-психологических компетенций становится важным аспектом профессионального роста и повышения эффективности управления.

Литература

1. Адизес И. К. – *"Идеальный руководитель. Почему им невозможно стать и что из этого следует"*, 2016 В книге описываются различные стили руководства, их психологические основы и влияние на коллектив.
2. Бодаев А. А. – *"Психология общения в управленческой деятельности"*, 2008 Исследуются вопросы психологии общения руководителей, механизмы восприятия и взаимодействия в управлении.

3. Занковский А. Н. – *"Психология управления: Учебное пособие"*, 2010

Рассматриваются основы психологии управления, личностные характеристики руководителя, социальные и психологические аспекты управления.

4. Леонтьев А. Н. – *"Деятельность. Сознание. Личность"*, 1977

Классический труд, где объясняются механизмы человеческой деятельности, включая управленческую.

5. Юрьев А. В. – *"Социальная психология управления"*, 2011

Книга освещает социально-психологические аспекты управления и лидерства, акцентируя внимание на групповых процессах и влиянии личности руководителя.

6. Головаха Е. И., Кроник А. А. – *"Психология времени в повседневной жизни и профессиональной деятельности"*, 2014

Книга описывает психологические аспекты временного подхода в управлении, важного для руководителей в условиях изменений.

7. Митина Л. М. – *"Психология профессионального развития"*, 2013

В книге анализируется профессиональное развитие руководителей, включая социально-психологические и личностные аспекты.

КИБЕРСПОРТ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КИБЕРСПОРТСМЕНОВ

Сатторов Миршод Эркинович

Кандидат психологических наук,

Бухарский государственный педагогический институт

Аннотция

В данной статье рассматриваются психологические особенности профессиональных киберспортсменов, играющих ключевую роль в их успехах и карьере. Киберспорт требует от игроков не только отличных игровых навыков, но и высокой устойчивости к стрессу, способности к концентрации, эмоциональной регуляции и эффективной командной работе. Анализируются основные психологические вызовы, с которыми сталкиваются киберспортсмены, такие как эмоциональное выгорание, давление со стороны общественности и необходимость постоянного саморазвития. Также подчеркивается важность психологической подготовки и работы с профессиональными психологами для улучшения психического здоровья и оптимизации игровой производительности.

Ключевые слова: Киберспорт, Психологические особенности, Эмоциональная устойчивость, Концентрация, Стресс, Командная работа.

Введение

Киберспорт, или соревновательные видеоигры, стал неотъемлемой частью современной индустрии развлечений и спорта. С каждым годом количество турниров, зрителей и профессиональных игроков продолжает расти, что превращает киберспорт в многомиллионный бизнес с глобальным охватом. Однако за внешним успехом и динамичностью этого направления скрываются серьезные психологические нагрузки, с которыми сталкиваются киберспортсмены.

Психологические аспекты, такие как стресс, эмоциональная устойчивость и способность сохранять концентрацию, играют ключевую роль в достижении успеха в киберспорте, делая эту профессию требующей не только высоких игровых навыков, но и сильной ментальной подготовки.

Киберспорт и психологические особенности киберспортсменов

Киберспорт, или соревновательные видеоигры, в последние десятилетия приобрел значительную популярность и превратился в полноценную индустрию, привлекающую миллионы зрителей по всему миру. Игроки, занимающиеся киберспортом на профессиональном уровне, сталкиваются с уникальными психологическими вызовами, которые отличаются от традиционных видов спорта.

Особенности киберспорта

Киберспорт включает в себя множество жанров игр: шутеры от первого лица (например, *Counter-Strike*), стратегии в реальном времени (*StarCraft*), многопользовательские боевые арены (*Dota 2*, *League of Legends*) и многие другие.

Турниры проводятся на международном уровне с огромными призовыми фондами, а зрительская аудитория исчисляется миллионами.

Профессиональные киберспортсмены проводят часы за тренировками, совершенствуя свои навыки, такие как реакция, координация движений, стратегическое мышление и командное взаимодействие. Но, как и в любом профессиональном спорте, успех в киберспорте зависит не только от физических способностей, но и от психологического состояния.

Психологические аспекты киберспорта

1. Стресс и давление

Киберспортсмены сталкиваются с высоким уровнем стресса. Давление на успешное выступление, ожидания фанатов и необходимость постоянного улучшения могут приводить к эмоциональному выгоранию. Участие в крупных турнирах также сопровождается высокой нагрузкой из-за интенсивной конкуренции и страха неудачи.

2. Концентрация и внимание

Игры высокого уровня требуют от спортсменов исключительной концентрации. Одно мгновение невнимательности может стоить победы. Психологические тренировки, направленные на улучшение фокусировки и управления вниманием, становятся ключевыми аспектами подготовки.

3. Эмоциональная устойчивость

Способность сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях — важное качество киберспортсмена. Важно уметь управлять своими эмоциями, быстро восстанавливаться после поражений и не поддаваться панике в критических моментах игры.

4. Командная работа и коммуникация

Многие киберспортивные дисциплины являются командными. Это требует высокой степени синергии между участниками, ясного и быстрого обмена информацией, доверия и взаимопонимания. Психологические конфликты внутри команды могут негативно сказываться на результатах.

5. Когнитивная гибкость

Способность быстро адаптироваться к изменениям в игре, находить нестандартные решения и переосмысливать свою стратегию является еще одной важной чертой успешных киберспортсменов.

Психологическая подготовка киберспортсменов

В связи с растущими требованиями к профессиональным игрокам, все больше команд привлекает психологов для работы с киберспортсменами. Психологическая подготовка включает в себя:

- Управление стрессом и обучение техникам релаксации;
- Тренировки по улучшению концентрации и внимательности;
- Развитие навыков эмоциональной регуляции;
- Работа над командной динамикой и разрешением конфликтов.
- основные психологические особенности киберспортсменов и соответствующие психологические аспекты:

Психологические особенности	Описание	Примеры/Методы улучшения
Стрессоустойчивость	Способность справляться с высоким уровнем стресса во время соревнований.	Техники релаксации, дыхательные упражнения, когнитивно-поведенческая терапия.
Концентрация и внимание	Умение долго сохранять высокую концентрацию на игре.	Медитация, когнитивные тренировки, регулярные перерывы для восстановления.
Эмоциональная устойчивость	Способность сохранять спокойствие и собранность в сложных игровых ситуациях.	Развитие навыков эмоциональной регуляции, работа с психологом.
Реакция и координация	Быстрая реакция и точная координация движений во время игры.	Специальные тренировки для улучшения скорости реакции, сенсомоторные игры.
Командная работа и коммуникация	Эффективное взаимодействие с командой, ясное общение и совместное принятие решений.	Тимбилдинг, регулярные обсуждения, анализ игровых стратегий.
Мотивация и целеустремленность	Поддержание мотивации для регулярных тренировок и достижения результатов.	Постановка целей, работа над личными и командными достижениями.
Адаптивность и гибкость мышления	Умение быстро адаптироваться к изменениям в игре и находить новые стратегии.	Анализ игр соперников, разработка альтернативных стратегий.
Управление временем	Балансировка тренировок, соревнований и отдыха для поддержания продуктивности.	Планирование расписания, техники тайм-менеджмента.

Таблица подчеркивает ключевые психологические аспекты, которые влияют на успех киберспортсменов, и методы их развития.

Заключение

Киберспорт развивается быстрыми темпами и требует от своих участников не только технического мастерства, но и устойчивости к психологическим нагрузкам. Работа с профессиональными психологами, развитие навыков самоконтроля и

эмоциональной устойчивости помогают киберспортсменам достигать высоких результатов и сохранять свое психологическое здоровье в условиях напряженной конкурентной среды.

Литература

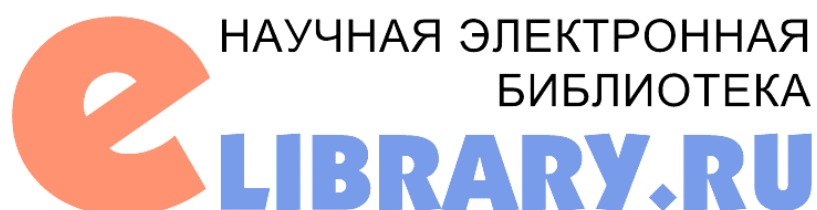
1. **Riot Games и McCann Worldgroup.** «Киберспорт и его влияние на психологическое состояние игроков». 2020.
2. **Kowal, M., Toth, A. J., Exton, C., & Campbell, M.** (2018). *"Beyond Fun: An Empirical Investigation of the Relationship between Video Game Play and Mental Well-Being"*. Computers in Human Behavior, 80, 174-184.
3. **Young, K. S.** (2017). *"Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications"*. Cyberpsychology & Behavior, 10(5), 671-679.
4. **Wee, C. Y., & Tan, L. H.** (2018). *"Psychological Skills Training and Performance in Esports: Implications for Mental Toughness"*. Journal of Gaming & Virtual Worlds, 10(1), 85-99.
5. **Smithies, T. et al.** (2021). *"Stress and Coping in Esports: A Systematic Review"*. International Journal of Esports, 2(1).

[illegible]

PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 1-son (2025-yil, dekabr) Jurnal 2023-yildan chiqa boshlagan	Jurnal oliy o'quv yurtlarining professor-o'qituvchilari, ilmiy tadqiqotchilar, ilmiy xodimlar, magistrantlar, talabalar, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari hamda maktab o'qituvchilari, shuningdek, keng ommaga mo'ljallangan. Jurnalda nazariy, ilmiy-metodik, muammoli maqolalar, fan va texnikaga oid yangiliklar, turli xabarlar chop etiladi. Orginal maket uchun mas'ul: Mirshod SATTOROV Maqolalarni qabul qiluvchi: Abduraxmonova DILBAR	Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Chop etish sifati uchun bosmaxona javobgar. Bosishga ruxsat etildi 15.01.2025 Tezkor bosma usulda bosildi. Adadi – 100 nusxa Buyurtma № 1 Bahosi kelishilgan narxda. “BUXORO DETERMINANTI” MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Bosmaxona manzili: Buxoro shahri Namozgoh ko'chasi 24-uy.
--	---	---

Eslatma: Jurnal “OSIYO XALQARO UNIVERSITETI” MCHJ va “BUXORO DETERMINANTI” MCHJ Kamolot nashriyoti tasarrufidadir.

Jurnaldan ko'chirib bosish tahririyatning roziligi bilan amalga oshiriladi



<https://scientificjournal.uz/>



ISSN

ISSN 2992-8966 e