





# INNOVATIVE WORLD

«INNOVATIVE WORLD» ILMIY TADQIQOTLARNI QO'LLAB-  
QUVVATLASH MARKAZI

«ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOTLAR: MUAMMO VA  
YECHIMLAR» NOMLI № 1-SONLI ILMIY, MASOFAVIY, ONLAYN  
KONFERENSIYASI

ILMIY-ONLAYN KONFERENSIYA TO'PLAMI  
СБОРНИК НАУЧНЫХ-ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЙ  
SCIENTIFIC-ONLINE CONFERENCE COLLECTION

Google Scholar



ResearchGate

zenodo



ADVANCED SCIENCE INDEX



Directory of Research Journals Indexing

inno-world.uz



## ОБОСНОВАНИЕ ПЛАНИРОВАНИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ БАДМИНТОН В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОК

**Хамраева З.Б.**

Преподаватель кафедры «Физическая культура и спортивная деятельность» Ташкентского государственного экономического университета  
[hamraevazuhro4@gmail.com](mailto:hamraevazuhro4@gmail.com)

**Аннотация:** Рассматривая воздействие игры на организм человека и её применение в оздоровительной физической культуре, можно сказать, что бадминтон имеет ряд преимуществ, благодаря эффективному воздействию на обменные процессы, происходящие в организме человека, его можно отнести к таким физическим упражнениям, выполнение которых сопровождается наиболее выраженным функционированием основных обеспечивающих систем.

**Ключевые слова:** бадминтон, учебный процесс, педагогический эксперимент, студент.

Одной из эффективных форм физического воспитания определена спортивно-ориентированная направленность.

При проведении опроса студенток о внедрении спортивной игры бадминтон в образовательный процесс, все 100 % респондентов выразили желание о включении бадминтона в учебный процесс. Для чего были проведены констатирующий и формирующий педагогические эксперименты. В исследовании приняли участие студентки 1-курса (n=30). В первой главе приведены результаты анкетного опроса о выборе занятий по физической культуре, с использованием «умных весов» который выявил состав тела студенток в третьей главе, тем не менее для выбора тестов характеризующие физическое состояние студенток была проведена парная корреляция между параметрами, которые можно использовать для оперативного контроля. Выбор тестов осуществлялся на основе критериев информативности, надежности. (Таблица 1). Расчет коэффициентов корреляции между различными параметрами тестирования позволили остановить выбор на тестах: прыжки со скакалкой, прыжки в длину с места, челночный бег, то есть данные тесты можно использовать при оперативном контроле, применять упражнения развивающие скоростно-силовые качества. Важно отметить, что экспериментальная группа занималась по разработанной программе, а контрольная группа по типовой программе.

На диаграмме 1 приводятся показатели среднеарифметических значений параметров физической подготовленности студенток 1курса экспериментальной группы в начале педагогического эксперимента.

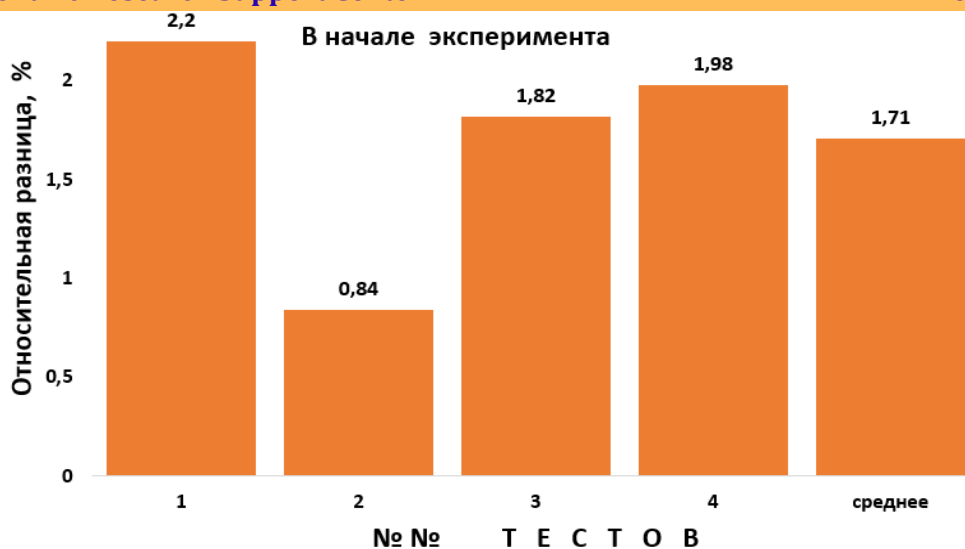
**Таблица 1**

**Параметры коэффициентов корреляции между тестами физической подготовленности экспериментальной группы в начале эксперимента**

№	Наименование тестов	Индекс массы тела кг (м <sup>2</sup> )	Челночный бег 3x10м	Прыжки на скакалке за минуту	Прыжки в длину с места
1	Индекс массы тела	1,00		-0,114	-0,321
2	Челночный бег 3x10м		1,000	-0,925	-0,705
3	Прыжки на скакалке за минуту			1,000	-0,705
4	Прыжки в длину с места		0,70	-0,80	1,000

В таблице (1) приведены коэффициенты обратной связи ( $r=-0,9$ ; между временем челночного бега и прыжками со скакалкой; и прыжков в длину с места и челночного бега ( $r=0,7$ ).

В содержание игровых действий при игре в бадминтон, студентка совершает большое количество перемещений для производства ударов ракеткой по волану, поэтому на практических занятиях должно быть уделено время на развитие скорости перемещений, для чего необходимо использовать упражнения: прыжки на скакалке за минуту, челночный бег 3x10м или спортивные игры, состоящие из этих двигательных действий (настольный теннис, стритбол).



**Диаграмма 1.** Показатели среднеарифметических значений параметров физической подготовленности студенток 1-курса экспериментальной группы Ташкентского государственного экономического университета в начале эксперимента (в процентах).

В ходе исследования и по окончании наиболее оптимальный вариант использования спортивной игры в бадминтон с использованием средств дарст, гандбол, настольный теннис, стритбол, легкой атлетики, утренней зарядки, национальные, подвижные игры, эстафеты, участие в соревнованиях, также упражнения позволяют проводить практические занятия на пульсе от 90-177уд/мин на хорошем методическом уровне. Результаты формирующего эксперимента позволяют констатировать эффективность разработанной здоровьеразвивающей технологии.

### Литература

1. Neculai Harabagiu, Carmen Pârvu The Statistical Analysis of the Game Actions of the Middle-Blocker Based on the Application of the "Data Volley" Software // Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala. Vol. 14 No. 1Sup1 (2022). P 101-110.
2. Бабичева И.В., Эрдонов О.Л., Исмагилов Д.К. Инновационные педагогические технологии в образовательном процессе по физическому воспитанию студентов. Сборник тезисов международной научно – практической конференции г.Ташкент ТУИТ "Инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта"-14-15 ноября 2008года с.12-13
3. Лубышева Л.И. Спорт и социализация: от методологии спортизации-к инновационным социкультурным проектам и Физическая культура, воспитание, образование. тренировка-2017 № 1, с 2-4

4. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры, 1995-№4. -С2-8
5. Ю.Лейбовский, Н.Г.Иванова, Мотивы и потребности студентов Кубанского государственного технологического университета в различных видах двигательной активности на занятиях по физической культуре (по результатам анкетного вопроса) // Наука и образование-2011. №. -3. - С. 41-43.
6. Иванова С.Ю. Формирование потребности студентов в вузе в здоровом образе жизни: дис. ...к.п.н. Кемерово, 2008.-166С.

