https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

Дулатов Равиль Рустамович
Андижанский государственный педагогический институт
Доцент кафедры «Физической культуры» **email** slamdun91@mail.ru

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПРИМЕРЕ 7–8 КЛАССОВ В УЗБЕКИСТАНЕ

Аннотация В статье рассматриваются современные методы преподавания физической культуры в школах Узбекистана с использованием информационных технологий. Исследование направлено на повышение мотивации учащихся и эффективности усвоения учебного материала в 7–8 классах. Проведено экспериментальное исследование с применением интерактивных платформ, видеоматериалов и электронных тестов. Результаты показывают, что внедрение современных ИТ-технологий в образовательный процесс способствует улучшению физической подготовки, повышению интереса к занятиям и развитию самостоятельности учащихся.

Ключевые слова: физическая культура, информационные технологии, интерактивное обучение, мотивация, 7–8 классы, Узбекистан.

Annotation This article examines modern methods of teaching physical education in schools of Uzbekistan using information technology. The study focuses on increasing students' motivation and the effectiveness of learning in grades 7–8. An experimental study using interactive platforms, video materials, and electronic tests was conducted. The results indicate that implementing modern IT technologies in the educational process improves physical fitness, increases interest in lessons, and develops students' independence.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

Keywords: physical education, information technology, interactive learning, motivation, grades 7–8, Uzbekistan.

Annotatsiya Maqolada O'zbekiston maktablarida axborot texnologiyalaridan foydalangan holda jismoniy tarbiya o'qitishning zamonaviy usullari muhokama qilinadi. Tadqiqot o'quvchilarning motivatsiyasini va 7-8-sinflarda o'quv materiallarini o'zlashtirish samaradorligini oshirishga qaratilgan. Interfaol platformalar, video materiallar va elektron testlardan foydalangan holda eksperimental tadqiqotlar o'tkazildi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'quv jarayoniga zamonaviy it-texnologiyalarni joriy etish jismoniy tayyorgarlikni yaxshilashga, darslarga qiziqishni oshirishga va o'quvchilarning mustaqilligini rivojlantirishga yordam beradi.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, axborot texnologiyalari, interaktiv ta'lim, motivatsiya, 7-8-sinflar, O'zbekiston.

Введение

Физическая культура является важной составляющей общего образования, обеспечивая формирование здорового образа жизни и физической компетентности учащихся. В условиях современной школы Узбекистана особое внимание уделяется внедрению инновационных методов преподавания, включая использование информационных технологий (ИТ), которые позволяют разнообразить учебный процесс, повысить мотивацию учеников и контролировать уровень усвоения знаний.

Согласно исследованиям, интерактивные методы обучения способствуют более быстрому усвоению учебного материала, развитию критического мышления и самостоятельности учащихся (И.В.Ольховская, 2022; Каримова, 2022). В области физического воспитания ИТ-технологии могут применяться в виде видеотренировок, интерактивных тестов, виртуальных уроков и анализа результатов физической подготовки с помощью приложений.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

Цель настоящего исследования – разработать и апробировать методику преподавания физической культуры с использованием современных ИТ-технологий для учеников 7–8 классов в школах Узбекистана и оценить ее эффективность.

Методы

1. Участники исследования

Эксперимент проводился среди 120 учеников 7–8 классов двух средних школ Андижанской области. Классы были случайным образом разделены на контрольную группу (КГ, 60 человек), где занятия проводились традиционными методами, и экспериментальную группу (ЭГ, 60 человек), где применялись современные ИТ-технологии.

2. Методика преподавания

В экспериментальной группе использовались следующие инструменты и подходы:

- **Интерактивные платформы** (Google Classroom, Kahoot) для проведения теоретических занятий и тестирования.
- **Видеоматериалы и онлайн-тренировки**, демонстрирующие технику упражнений.
- **Приложения для мониторинга физической активности**, позволяющие отслеживать результаты учащихся и корректировать нагрузку.
- **Электронные дневники и таблицы успеваемости**, чтобы мотивировать учеников и обеспечить обратную связь.

Контрольная группа занималась по стандартной программе Министерства образования без использования ИТ.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

3. Процедура исследования

Исследование проводилось в течение 12 недель. Оценка эффективности методики включала:

- **Физическую подготовку**: тесты на силу, выносливость, гибкость, скорость.
- **Мотивацию и интерес**: анкетирование учащихся (шкала Ликерта, 1–5 баллов).
- **Успеваемость**: результаты тестов по теории физической культуры.

4. Статистическая обработка

Данные анализировались с использованием статистических методов: среднее значение (M), стандартное отклонение (SD), t-тест для независимых выборок ($p < 0,05$).

Результаты (Results)

1. Физическая подготовка

Показатель	Контрольная группа (КГ)	Экспериментальная группа (ЭГ)
Сила (отжимания, кол-во)	18,3 ± 3,2	22,7 ± 2,8*
Выносливость (бег 1000 м, мин)	5,6 ± 0,7	5,0 ± 0,6*
Гибкость (см, наклон вперед)	22,1 ± 3,0	25,8 ± 2,7*
Скорость (бег 30 м, сек)	5,3 ± 0,4	4,9 ± 0,3*

* $p < 0,05$ – значимое улучшение по сравнению с контрольной группой.

2. Мотивация и интерес

Анкетирование показало рост мотивации и интереса в экспериментальной группе:

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

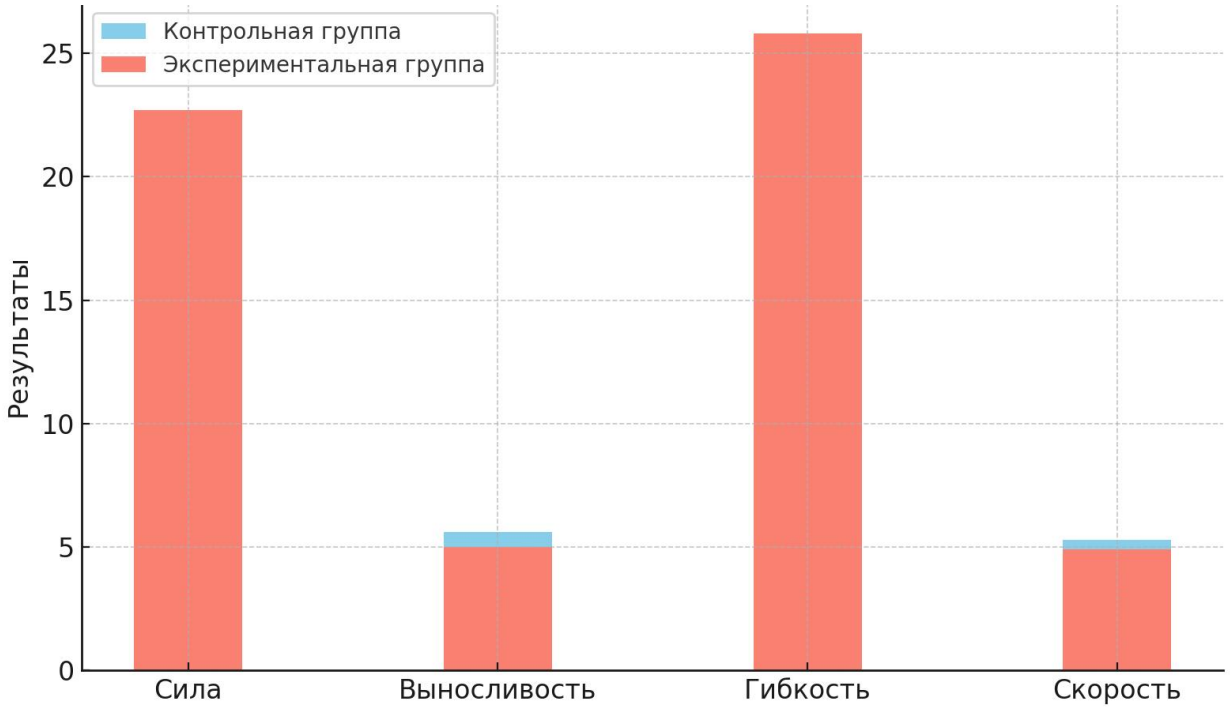
- Средний балл мотивации: КГ– 3,1; ЭГ– 4,4
- Средний балл интереса к урокам: КГ – 3,3; ЭГ – 4,5

3. Успеваемость

Тест по теории	КГ	ЭГ
Средний балл	78 ± 6	88 ± 5*

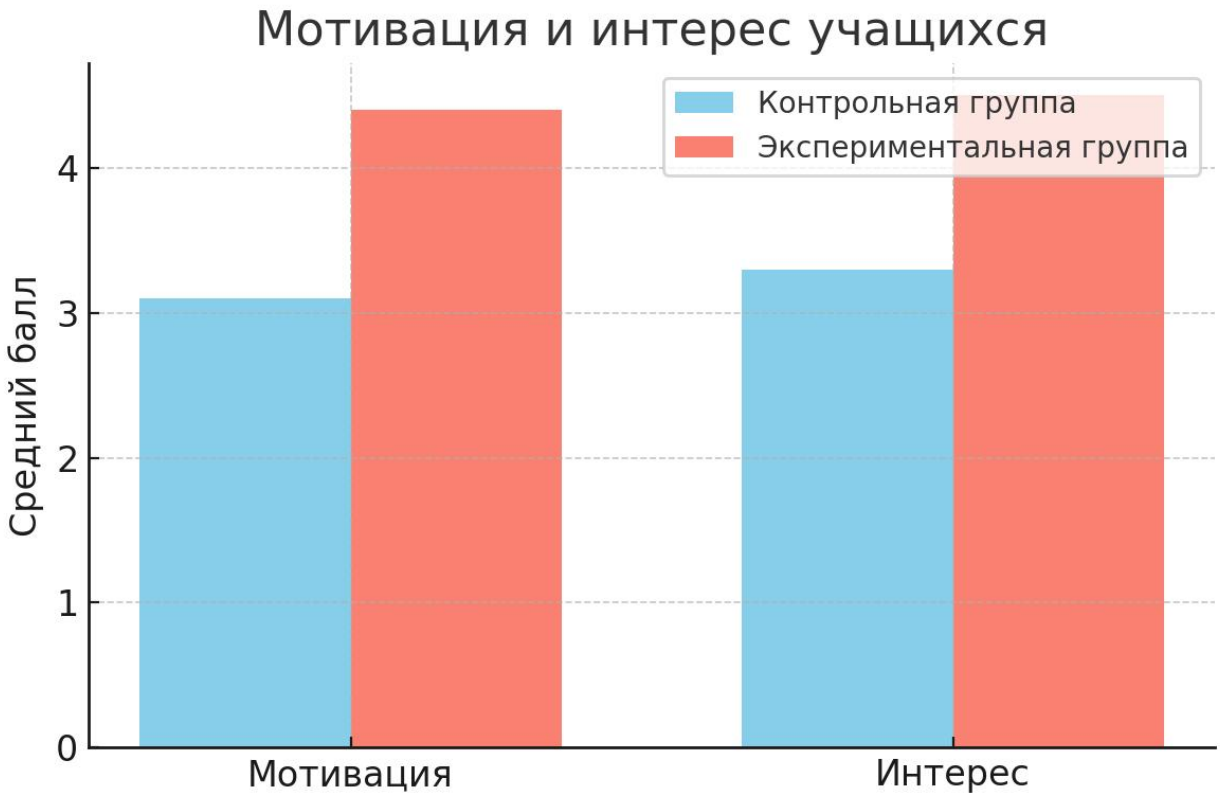
Иллюстрации

1. **График 1.** Сравнение физической подготовки КГ и ЭГ по основным показателям.



https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

2. **График 2.** Уровень мотивации и интереса учащихся.



Обсуждение

Результаты исследования подтверждают, что использование современных ИТ-технологий в преподавании физической культуры существенно повышает эффективность уроков. Учащиеся экспериментальной группы показали улучшение физической подготовки, что связано с возможностью повторять упражнения по видео и отслеживать свои результаты с помощью приложений.

Мотивация и интерес учащихся значительно возросли, что объясняется интерактивностью уроков и возможностью самостоятельного контроля за прогрессом. Данные результаты согласуются с исследованиями Каримовой (2022) и Ольховской (2022), которые отмечают положительное влияние информационных технологий на образовательный процесс.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 29.01.2026

Важным выводом является необходимость системного внедрения ИТ-инструментов в школьную физическую культуру, с учетом подготовки педагогов и оснащения школ необходимой техникой.

Заключение

Методика преподавания физической культуры с использованием современных информационных технологий доказала свою эффективность для учеников 7–8 классов в школах Узбекистана. Внедрение интерактивных платформ, видеоматериалов и приложений позволяет:

1. Повысить уровень физической подготовки учащихся.
2. Увеличить мотивацию и интерес к предмету.
3. Улучшить успеваемость по теоретической части.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на адаптацию методики для других возрастных групп и включение дополнительных технологий (виртуальная и дополненная реальность, геймификация).

Список литературы

1. И.В.Ольховская (2022). Информационные технологии физической культуры и спорте. Ташкент: Просвещение.

2. Каримова, Л. (2022). Современные методы мотивации школьников в физическом воспитании. Журнал педагогики, 5(3), 45–52.

3. Министерство народного образования Республики Узбекистан. (2020). Программа физической культуры для 7–8 классов. Ташкент.