

Поэтому самообразование – это система умственного и мировоззренческого самовоспитания, влекущая за собой волевое и нравственное самосовершенствование личности. Данная система регулируется субъектом самообразования и должна быть построена на основе систематизированных форм обучения, исключая шаблонный характер.

Таким образом, самообразование можно определить, как процесс и результат, направленные на самореализацию, личностное самоопределение, профессиональное становление, поскольку способствует совершенствованию профессиональной, интеллектуальной, творческой, волевой, эмоциональной, трудовой и мотивационной сфер человека, а также развитие базовых качеств человека – трудолюбия, ответственности, целеустремленности, настойчивости, организованности, силы воли и др. Использование ИКТ при самообразовании – мощное средство для создания оптимальных условий работы для получения знаний и умений, но оно должно быть целесообразно и методически обосновано. ИКТ следует использовать только тогда, когда это использование дает неоспоримый педагогический эффект и ни в коем случае нельзя считать применение компьютера данью времени или превращать его в модное увлечение. Знания, приобретаемые путем самообразования, очень прочно сохраняются в памяти и продуктивно реализуются в трудовой деятельности.

УДК 796

ИННОВАЦИОННЫЕ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ В ПЕДАГОГИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Азимов А. М., Меликузиев А. А., Азимова М. К.

Ферганский государственный университет,

Ферганский медицинский институт обще-ственного здоровья

e-mail: mayram.azimova@mail.ru

Summary. In Uzbekistan measures on creation of necessary conditions for popularization of physical training and the sports, a healthy way of life among the population, especially youth, maintenance of worthy representation of the country on the international sports arena are consistently realized. Modern pedagogical technologies in a new fashion realize the maintenance of training and provide achievement of objects in view. They promote большей to an individualization of educational process, a training and education intensification, formation and self-actualization of the person of the future expert.

В современном спорте очень актуальна тема изучения психологии спортсмена. Во всем мире мы видим внедрения новых методов обучения в раннем возрасте для занятия спортом. Многие исследования показали, что пик занятия спортом детей приходится на 11–12 лет, в этом возрасте у детей развивается своя самооценка и у них происходит социальное развитие. Занятие спортом не означает автоматически положительного воздействия на детей. И здесь главную роль играет тренер. Для этого тренер должен быть компетентным и для того, чтобы эффективно организовать занятия, ему необходимо понять психологию спортсменов. Новые педагогические технологии как раз нужны для налаживания отношений между тренером и детьми.

В Узбекистане в национальном спорте кураш при проведении исследований обнаружилось, что половина начавших тренировки до конца сезона уходят из спорта. Если посмотреть изнутри и хорошо взглядеться, то можно увидеть, что основная причина ухода из спорта – это изнурительные тренировки, не понравившийся тренер и т. д. А также поводом для ухода может послужить желание детей заняться другим видом спорта, то есть изменения интересов у детей. Для того чтобы не было таких ситуаций, тренера должны внедрять что-то новое в процесс тренировок. Однообразие тренировки изнуряет детей и у них отпадает желание заниматься спортом. Если тренер делает увлекательными свои занятия, включает в свои тренировки разнообразные виды физической активности, например вся-

кого рода игры, это повышает у детей и интерес к данному виду спорта и также уровень физической подготовленности. В национальном спорте кураш кроме обычных тренировок, включение разнообразных видов игр в процесс тренировок (например «чехарда», игра на две команды с тяжелым мячом в спортзале, прыжки на цепочку людей и т. д.) делает тренировки увлекательными и интересными.

Вышеуказанные положения замедляют развитие применения инновационных технологий в детском и юношеском спорте. Разработка научных основ подготовки спортивного резерва из юных спортсменов является одной из ключевых проблем спорта высших достижений. Основными направлениями и объектами инновационных преобразований в педагогике физической культуры и спорта являются разработка концепций и стратегий развития образования и образовательных учреждений; обновление содержания образования; изменение и разработка новых технологий обучения и воспитания; совершенствование управления образовательными учреждениями и системой образования в целом; улучшение подготовки педагогических кадров и повышения их квалификации; проектирование новых моделей образовательного процесса; обеспечение психологической, экологической безопасности учащихся, разработка здоровьесберегающих технологий обучения; обеспечение успешности обучения и воспитания, мониторинг образовательного процесса и развития учащихся; разработка учебников и учебных пособий нового поколения.

УДК 614.7

ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИН

Азимова М. К., Тургунова З. З., Меликузиев А. А.

Ферганский медицинский институт общественного здоровья,

Ферганский государственный университет

e-mail: mayram.azimova@mail.ru

***Summary** The basic directions of economic and social development of any state are the actions directed on conservation and strengthening of health of the population, and scientific researches in the field of the hygiene, the influences of ecological factors devoted to studying on reproductive health of women and working out of recommendations about preservation and strengthening of their health are actual and has huge social and economic and medical-hygienic value.*

Эпидемиологические и клинические исследования воздействия химических загрязнений атмосферного воздуха на течение беременности и родов, состояние здоровья потомства у населения начали активно проводиться только в последние годы. Полученные к настоящему времени данные свидетельствуют о несомненной актуальности дальнейшего изучения этой проблемы и важности ее решения в целях охраны репродуктивного здоровья. Основными направлениями экономического и социального развития любого государства являются мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья населения. Репродуктивная система человека чувствительна к воздействию внешней среды. Клинические проявления воздействия химических веществ внешней среды на репродуктивную функцию женщины отмечаются в изменении менструального цикла, развитии бесплодия, раннем наступлении климакса, самопроизвольных абортах и выкидышах, осложнениях беременности и родов, рождении маловесных детей, появлении врожденных уродств и другом.

Природные особенности Ферганской области позволяют определить отдельные хозяйственно-экологические районы и вычислить потенциал загрязнения атмосферного воздуха в каждом из них. Подобное научное прогнозирование возможных изменений