



**ÓZBEKSTAN MÁMLEKETLIK DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT  
UNIVERSITETI NÓKIS FILIALÍ “SPORT OYÍNLARÍ” KAFEDRASÍ**



**“SPORT OYÍNLARÍNÍN TÚRLERI:  
TEORIYA HÁM ÁMELIYATÍNDAGÍ  
AKTUAL MASHQALALAR”**

**ATAMASÍNDAGÍ RESPUBLIKALÍQ  
KÓLEMDEGI ILIMIY-ÁMELIY  
KONFERENCIYA**



**2024-JIL**



**ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ SPORT MINISTRILIGI**

**ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ JOQARÍ BILIMLENDIRIW, ILIM HÁM  
INNOVACIYALAR MINISTRILIGI**

**ÓZBEKSTAN MÁMLEKETLIK DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT  
UNIVERSITETI NÓKIS FILIALÍ  
“SPORT OYÍNLARÍ” KAFEDRASÍ**

**“SPORT OYINLARINIŃ TÚRLERI: TEORYASI HÁM  
ÁMELYATTAĖI AKTUAL MASHQALALAR”  
RESPUBLIKALÍQ ILIMIY-ÁMELIY KONFERENCIYASÍ  
2024 jil, 5-6 dekabr**

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI**

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA‘LIM, FAN VA  
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT  
UNIVERSITETI NUKUS FILIALI  
“SPORT O‘YINLARI” KAFEDRASI**

**“SPORT O‘YINLARI TURLARI: NAZARIYASI VA AMALIYOTDAGI  
DOLZARB MUAMMOLAR”  
RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY KONFERENTSIYASI  
2024 yil, 5-6 dekabr**

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН**

**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И  
ИННОВАЦИЙ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН**

**КАФЕДРА «СПОРТИВНЫХ ИГР»  
НУКУССКОГО ФИЛИАЛА УЗБЕКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО  
УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**РЕСПУБЛИКАНСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
"ВИДЫ СПОРТИВНЫХ ИГР: ТЕОРИЯ И АКТУАЛЬНЫЕ  
ПРОБЛЕМЫ В ПРАКТИКЕ"  
5-6 декабрь, 2024 года**

### **Konferenciyanı shólkemlestiriw komiteti:**

<b><i>Erimbetov B.K.</i></b>	Direktor, p.i.b.f.d. (PhD), professor – shólkemlestiriw komiteti hám redkollegiya baslıǵı
<b><i>Mambetnazarov I.M.</i></b>	Ilimiy isler hám innovaciyalar boyınsha direktor orınbasarı, p.i.b.f.d. (PhD), Docent - shólkemlestiriw komiteti hám redkollegiya baslıǵınıń orınbasarı
<b><i>Mirjamolov M.X.</i></b>	Dene tárbiya hám sport ilimiy izertlew instituti direktori P.i.d., (DSc) Docent - aǵza
<b><i>Utemuratov B.B.</i></b>	Oqıw isleri boyınsha direktor orınbasarı - aǵza
<b><i>Ametova S.G.</i></b>	Ilimiy izertlewler, innivaciyalar hám ilimiy pedagog kadrlar tayarlaw bólimi injeneri - aǵza
<b><i>Nurishov D.S.</i></b>	Sport túrleri fakulteti dekanı - aǵza
<b><i>Seytmuratov T.Sh.</i></b>	«Sport oynları» kafedrası baslıǵı p.i.b.f.d. (PhD), - aǵza
<b><i>Kuralbaev A.K.</i></b>	«Dene tárbiyası teoriyası hám gumanitar pánler» kafedrası baslıǵı - aǵza
<b><i>Toylibaev S.M.</i></b>	«Jeke gúres hám tábiyiy pánler» kafedrası baslıǵı, docent - aǵza
<b><i>Naubetullaev T.T.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası docenti- aǵza
<b><i>Baylesov K.U.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Kadrimbetov R.N.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Kayipnazarov T.Sh.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Tabinbaev B.A.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Allayarov I.K.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Qaliev Q.S.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası stajyor-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Dauletov B.O.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası stajyor-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Urazbaev N.J.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası stajyor-oqıtıwshısı - aǵza
<b><i>Kutlmuratov M.A.</i></b>	"Sport oynları" kafedrası assistent-oqıtıwshısı – Juwaplı xatker

1) Qarsilastin qorgaw ham hujim hareketlerin aldinnan tabiw, bellesiw aldinan qural jagdayin taba aliw, daslepki araliq ham onin ozgeris variantlarin seze aliw;

2) Shartli qurallarga olardin orinlaniw iker-chikirlarini bilmegen halda qarsi hareket natijeliligi tek uliwmalasqan qorgaw, hujim ham tañlap alingan juwap hareketleri, quralga qarsi kushli hujim hareketleri ham olardi maksimal tezlik penen amelge asirganda gana mumkin bolip tabiladi;

3) Hujim ham jaqinlasiw araligi haqqindaagi magliwmatlar hujimdeki hareketler mugdari ham olardin dawam etiw waqti, qorgawdi uslaw momenti ham qarsi hujimdi baslawdi aniqlap aliwga mumkinshilik beredi.

4) Qarsilasda aldinnan qorgawga beriliw yaki suyeniw keypiyatnin joq ekenligi haqqindaagi shamanin bar ekenligi ulken natijje menen hujimdi qollaw imkaniyatın jaratadi.

Hareketi tañlap aliwga bellesiw natijyelerinin qarsilas tarepinen qanday qabil etilgenligide ulken tasir korsetedi. Qarsilas tarepinen oz hareketlerin tartipke saliwdin joqligi haqqindaagi magliwmat bar bolganda konkret jagdaylarda oz-ara orin almasiwshı hareketlerdi birdey izbe-izlilikde gezegi menen qollaw maqsetinde refleksiv qararları xarakterin taba aliw alternativ hareketlerdi gezekpe-gezek qollaw imkaniyatın beredi.

Qarsilastin nazerde tutilgan hareketlerinen birine qarsi hareket qiliw menen tawsilatugin hareketlerge bellesiw dawamında otiwdi oz ishine algan kombinaciyalardi qollaw kobirek natijjeli bolip tabiladi.

Qarsilastin taktikalıq qararlarına oğan distansion ham lahzali hareketlerdi ozlestiriw joli menen tasir etetugin hareketlerdi amelge asiriw da real natijjege iye bolip, bul qarsilas hareketlerinin shalgıb ketiwine alıp keledi.

### PAYDALANILGAN ADEBIYATLAR

- 1.Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyanob xalqimiz bilan birga quramiz. – T.: “Ozbekstan”. 2017. 488 bet.
- 2.Karimov I.A. Kuchli davlatdan kuchli jamiyat sari. T. “Sharq”. 1998.
- 3.Usmonxo’jayev T.S., Meliyev X.A. va boshqalar. “Jismoniy tarbiya va sport mashg’ulotlari”. T.: O’qituvchi. 2005. 352 bet.
- 4.Usmonxo’jayev T.S., Meliyev X.A. – “Milliy harakatli o’yinlar”. O’qituvchi. T. 2000j.
- 5.“Qilichbozlik” asoslar va qoidalar. Sug’diyona nashriyot uyi. T.: 2012
- 6.Abdurasulova G.B., Fesitova N.A. Ibragimov A.U. “ Qilichbozlik nazariyasi va uslubiyati” o’quv qo’llanma Toshkent – 2018.
- 7.Fesitova N.A. “ Qilichbozlik nazariyasi va uslubiyati” o’quv qo’llanma 2009-yil.
- 8.Tishler D.A. Tishler G.D. Fextovaniye. Chto doljen znat sporcmen o texnike i taktikalıqe. – M.: FON, 1995
9. Tishler D.A. Movshovich A.D. Fizicheskaya podgotovka yunix fextovalshikov. – M: Soveckiy sport, 1996
10. Tishler D.A. Tishler G.D. Movshovich A.D. Bazarevich V.Ya. Fextovaniye. Chto doljen znat sporcmen i trener o sudeystve i provedenii sorevnovaniy – M.: FON, 1996 g.
11. S.T.Usmonxodjayev“ Qilichbozlik nazariyasi va uslubiyati” o’quv qo’llanma 2022 -yil

### MURAKKAB TEXNIK HARAKATLARNI TAKOMILLASHTIRISH UCHUN TAVSIYA ETILAYOTGAN VOSITALAR VA METODLARNI ISHLAB CHIQISH

*Erimbetov Bayrambay Karlibaevich.*

*Pedagogika fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD) professor.*

*O’zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Nukus filiali direktori*

**Annatasiya:** Ushbu tezisda kurash sport turlarida murakkab texnik harakatlarni takomillashtirish uchun tavsiya etilayotgan vositalar va metodlarni ishlab chiqish hamda samaradorligini tajribada tekshirish haqida ma'lumotlar keltiriladi. Sportchilarning tayyorgarlik jarayonida kurashchilarning mashg’ulot faoliyatini nazorat qilish muammolar va ularning yechimlari muhokama qilinadi.

**Kalit so’zlar:** Kurash sport turlari, murakkab texnik harakatlar, vositalar va metodlar, sportchilarning tayyorgarligi, samaradorligi, amaliy qo’llanilish, muammolar va yechimlar

**Kirish:** Tajriba tadqiqotlari va ilmiy-pedagogik adabiyotlar ma'lumotlarini umumlashtirish asosida biz sport kurashida murakkab texnik-taktik harakatlarni takomillashtirish vositalari va metodlarini tizimlashtirishga harakat qildik.

Sport kurashida ishlatiladigan mashqlar uch turga bo'linadi: asosiy, maxsus va maxsus-yordamchi. Asosiylariga turli miqyosdagi musobaqalarda va mashg'ulot bellashuvlarida bajariladigan yaxlit mashqlar kiradi. Bunda asosiy harakatlarni pedagogik jihatdan deyarli boshqarib bo'lmaydigan, kam boshqariladigan va boshqariladigan qismlarga bo'lish juda muhimdir. Musobaqa bellashuvida, ya'ni musobaqa qoidalariga qat'iy muvofiq ravishda o'tkaziladigan bellashuv sharoitlarida bajariladigan mashqlar pedagogik jihatdan deyarli boshqarib bo'lmaydigan vositalarga kiradi. Har xil turdagi mashg'ulotlar va o'quv bellashuvlari sharoitlarida bajariladigan mashqlarni biz pedagogik jihatdan kam boshqariladigan vositalarga kiritamiz. Bundan tashqari, ushbu turdagi asosiy mashqlar psixik (hissiy) yuklamasi bo'yicha sezilarli darajada farq qiladi, bu ulardan foydalanish samaradorligiga ta'sir ko'rsatadi.

Maxsus mashqlarning o'ziga xos xususiyati ularning boshqariladigan xususiyatidir. "U pedagog - sportchi " boshqaruv tizimida ushbu mashqlarda pedagog boshqaruv tizimi, sportchi esa boshqariladigan tizimdir. Bu yerda boshqaruv tizimining funksional tahlili mashg'ulot vazifalarini dasturlash, tarkibiy tahlili esa shug'ullanuvchi tomonidan usulni bajarishdagi xatolarni aniqlash bo'ladi. Shunday qilib, yopiq tizim hosil bo'ladi, uning yopilishi shug'ullanayotgan sportchi tomonidan murakkab texnik - taktik harakatlarni (yoki uning bir qismini) bajarish samaradorligini baholashda yuzaga keladi.

**Dolzarbli:** Maxsus-yordamchi mashqlar ham kam boshqariladigan va boshqariladigan mashqlarga bo'linadi. Ular boshqa sport turlari vositalari bilan amalga oshiriladi (masalan, shtanga bilan mashqlar). Biroq, umumiy rivojlantiruvchi mashqlardan farqli o'laroq, bu mashqlar ishchi holatlar va maxsus hamda asosiy mashqlar uchun xos bo'lgan harakatlar amplitudasiga qat'iy muvofiq ravishda amalga oshiriladi. Bundan tashqari, shuni ta'kidlash kerakki, maxsus va maxsus-yordamchi mashqlarda ularni bajarish tezligi yoki kuchining oshishi kuzatilishi mumkin.

Murakkab texnik-taktik harakatlarni takomillashtirish uchun qo'llaniladigan barcha mashqlarni mashqlantiruvchi ta'siri xususiyatiga qarab (intellektual, harakat, kompleks) ajratish mumkin. Intellectual ta'sir deganda, murakkab texnik-taktik harakatlarning tuzilmasi, parametrlari va dasturini tanlash bilan bog'liq holda to'g'ri va tez qarorlar qabul qilish ko'nikmasini hosil qilishga yordam beradigan mashqlantiruvchi ta'sir tushuniladi. Boshqacha qilib aytganda, bu yerda qaror qabul qilish vazifalari hal qilinadi, harakatlanish mashqlari esa ularni amalga oshirish vazifalarini hal qiladi. Umuman olganda, bu kompleks hususiyatga ega asosiy mashqlarni tarkibiy qismlarga bo'lish demakdir.

Harakat mashqlari yaxlit (umuman murakkab texnik-taktik harakatlarni bajarish) va bo'lingan harakatlarga (bu harakatlarni qismlarga bo'lib bajarish), shuningdek, statik va dinamik harakatlarga bo'linadi. Oxirgisi, mushaklarning ishlash rejimiga muvofiq chekinuvchi, engib o'tuvchi va aralash bo'lishi mumkin.

Maxsus va maxsus-yordamchi mashqlar trenajyorlarda, o'rgatuvchi mashinalarda, sparring sherik, maneken, texnik moslama va boshqalar bilan bajarilishi mumkin. Maxsus mashg'ulot elektron-mexanik qurilmalar-trenajyorlarni eng istiqbolli deb hisoblash mumkin, ularning amaliyotga joriy etilishi kurashchilarning mashg'ulotlarini modellashtirish va texnik-taktik mahoratini takomillashtirish muammosini muvaffaqiyatli hal qilishga imkon beradi.

Tadqiqotlar jarayonida muayyan dinamik vaziyat sharoitlarini o'zgartirish metodi takomillashtirildi, bizning fikrimizcha, bu metod kurashchilarning texnik mahoratini takomillashtirishning eng muhim metodlaridan biridir. Ushbu o'zgarishlar to'g'ridan-to'g'ri bellashuv davomida yoki bilvosita yo'llar bilan bellashuvdan oldin amalga oshirilishi mumkin. Ushbu metod turli xil vositalar bilan birgalikda murakkab texnik-taktik harakatlarni takomillashtirishda barcha vazifalarni hal qilishga imkon beradi. Ushbu metod murakkab texnik-taktik harakatlarni takomillashtirish bo'yicha turli xil vazifalarni hal qilishni ko'zlaydigan har xil xususiy turlarga bo'linishi mumkin.

Muayyan dinamik vaziyat shartlarini o'zgartirish uchta metod bilan amalga oshirilishi mumkin:

1) boshqariladigan harakatlar tizimiga ta'sir etish bilan;

2) boshqaradigan harakatlar tizimiga ta'sir etish bilan;

3) harakatlarning boshqariladigan va boshqaradigan tizimlariga bir vaqtning o'zida ta'sir qilish bilan.

Bunda, agar boshqaradigan tizimga ta'sir qilish imkoniyatlari doimiy bo'lib qolsa, u holda boshqariladigan tizimga ta'sir qilish imkoniyatlari birinchi metoddan uchinchisigacha ortadi. Binobarin, murakkab texnik-

taktik harakatlarni takomillashtirishda boshqariladigan vositalar qanchalik tez-tez ishlatilsa, ushbu jarayonni boshqarish imkoniyatlari shunchalik katta bo'ladi va bir vaqtning o'zida aniq dinamik vaziyatlar sharoitlarini o'zgartirish metodlari paydo bo'ladi. Shunday qilib, boshqariladigan tizimni takomillashtirishning boshqarilmaydigan vositalaridan foydalanganda, murakkab texnik-taktik harakatlarni takomillashtirishning faqat bitta metodi mavjud, kam boshqariladigan vositalardan foydalanganda to'rtta, boshqariladigan vositalardan foydalanganda - oltita metod paydo bo'ladi.

Turli omillarning chalg'ituvchi ta'siriga murakkab texnik usullarning barqarorligini tajribada tadqiq qilish turli xil muayyan dinamik vaziyatlar o'zgarishlarini aniq me'yorlashga imkon beradi.

Shunday qilib, og'irliklar bilan mashqlarni uch guruhga bo'lish mumkin.

Birinchi guruh - katta, chegaraga yaqin og'irliklar bilan mashqlar (maksimalga nisbatan 80 - 90%).

Ikkinchi guruh - yuqori tezlikda bajariladigan kichik og'irliklar bilan mashqlar (chegaraga yaqinlariga nisbatan 30% gacha).

Uchinchi guruh - maksimal tezlikda bajariladigan musobaqadagidek og'irliklar bilan mashqlar.

Birinchi guruh mashqlari "kuch berishlarni bir zumda safarbar qilish" qobiliyatini takomillashtiradi va mushaklarning mutlaq kuchini oshiradi.

Kichik og'irliklar bilan mashqlar harakatning o'ziga xos tuzilishini saqlab qolgan holda sport texnikasi va uning elementlarini musobaqadan ham yuqori tezlikda takomillashtiradi. Ushbu mashqlar, birinchi navbatda, "portlovchan" kuchning tezlik tarkibini rag'batlantiradi.

Kurashda musobaqadagi og'irliklar - bu sportchining vazn toifasiga mos keladigan og'irliklardir. Ushbu mashqlar, "portlovchan" kuchni rivojlantirishdan tashqari, usulning tashqi va ichki tuzilishini saqlab, umuman, texnik harakatlarni takomillashtiradi.

Har bir mashg'ulotda kurashchi shunday miqdorda bir qator mashqlarni bajarishi kerakki, u berilgan og'irlik bilan tezlikni sekinlashtirmaslikka qodir bo'lishi kerak. Urinishlar soni va ular orasidagi tanafuslarning davomiyligi mutlaqo individualdir, garchi quyidagi o'rtacha qiymatlarni tavsiya qilish mumkin (V. V. Kuznesov, 1970):

100% shiddat bilan mashqlarni faqat bir marta, 90 – 95 % shiddat bilan, urinishda 2–3 marta takrorlash, 80 – 90 % shiddatda 3–5 marta takrorlash bilan bajarish zarur.

Mushaklarning statik rejimi bilan 100% shiddatli mashqlarni 0,2–0,3 soniya davomida, 90 -95 % shiddatli mashqlarni 3–4 soniya davomida bajarish tavsiya etiladi.

Demak, kurash sport turida muayyan dinamik vaziyatlardagi o'zgarishlarni me'yorlashni tartibga solish uchun quyidagilarni aniqlash kerak: 1) mashqni bir seriyada takrorlash soni va ular orasidagi dam olish tanaffuslari; 2) seriyalar soni va ular orasidagi dam olish tanaffuslari.

Turli xil og'irliklar bilan mashqlarda shuni inobatga olish kerakki, og'irlikning vazni qanchalik maksimal darajaga yaqin bo'lsa, bitta yondashuvda shunchalik kamroq takrorlashni bajarish mumkin. Birinchi guruh mashqlari ketma-ket bir yoki ikki marta bajarilishi kerak. Ikkinchi guruh mashqlari bir necha soniya davomida ko'p bora takrorlanadi.

Kurashda takrorlashlar soni harakatlar natijadorligi bilan belgilanadi. Agar u pasaya boshlasa, unda bu mashqlarni bajarishni tiklanib bo'lgunga qadar to'xtatish kerak (yoki kurashchiga vazifani kamaytirish lozim). Takomillashtirishning turli xil vositalari va metodlarida instrumental nazorat metodlaridan foydalangan holda ularning kurashchiga ta'siri samaradorligini nazorat qilish zarur. Agar sportchi "usulga kirish" tezligini oshirishi lozim bo'lsa va u kamayib, ruxsat etilgan chegaralardan oshib ketsa, mashqni bajarishni to'xtatish kerak. Texnik-taktik harakatlarni takomillashtirish samaradorligini nazorat qilish tizimi ishning oldingi bo'limlarida keltirilgan.

Shunday qilib, mashg'ulot nafaqat tavsiya etilgan vositalar va metodlardan iborat bo'lishi kerak, balki texnik harakatni takomillashtirish yo'llarini aniqlashtirib beruvchi tashkiliy-uslubiy ko'rsatmalarni ham o'z ichiga olishi zarur. Tashkiliy-uslubiy ko'rsatmalar mashqni takrorlash soni, bitta seriyadagi dam olish tanaffuslari, seriyalar soni va ular orasidagi dam olish tanaffusi, uslubiy usullarni (bo'rttirish, qayd etish, qo'shimcha mo'ljallar va boshq.) belgilab beradi. O'qituvchining kurashchilar guruhi bilan ishni oqilona tashkil etishi katta ahamiyatga ega. Bunday guruhlar bilan ishlash bo'yicha tashkiliy-uslubiy ko'rsatmalar quyidagilarni o'z ichiga olishi kerak:

-bir guruhda mashq qiladigan sportchilarning optimal tarkibi;

- ularning psixologik muvofiqligi va texnik hamda funksional tayyorgarlik darajasini hisobga olgan holda mayda kichik guruhlar yoki juftliklarga bo'linishi;
- butun guruh bir vaqtning o'zida ishlayotgan paytda kurashchilarning gilamdagi joylashuvi;
- guruhning bir vaqtda ishlamasligi paytida juftliklarning izchil almashtirilishi.

Kurashda usulni takomillashtirishning yangi vositalari va metodlarini amalga oshirish uchun sportchilarning sport faoliyatida o'quv-mashg'ulot jarayonini boshqarishning uch darajali tizimi ishlab chiqildi va sinovdan o'tkazildi, biz ishlab chiqqan harakat amallarini takomillashtirish vositalari va metodlaridan foydalangan holda kurashchilarning musobaqa faoliyati xususiyatlari baholandi, sportchilarning musobaqa faoliyati modeli asosida texnik - taktik mahoratni boshqarish qonuniyatlari o'rganildi.

Tadqiqotlar o'tkazish davomida biz yuqori malakali kurashchilarni tayyorlash uchun asos sifatida uch bosqichli mashg'ulot jarayonini boshqarish tizimini qabul qildik. Ushbu muammoni hal qilishning metodologik yo'nalishini tavsiflab, biz U.E.Eshbi (1964) tomonidan ilgari surilgan talabga tayandik - murakkab tizimlar nazariyasining asosiy qoidasi ularni soddalashtirish yo'llarini topish, so'ngra umumiylik doirasida xususiyning yaxlitga nisbatini o'rganishdan iborat.

**Xulosa:** Yuqori malakali kurashchilar tayyorgarligini boshqarishning uch darajali tizimi har bir daraja tavsiflari bo'yicha olinadigan axborotni doimiy qat'iy tashkil etish va nazorat qilish, tizim elementlaridagi zaif bo'g'inlarni aniqlash uchun ular orasidagi o'zaro bog'liqliklarni hisobga olish va kamchiliklarni tuzatish yoki kurashchi faoliyatining yetakchi elementlarini kuchaytirish uchun vositalarni tanlashni talab qiladi. Shunday qilib, joriy holat xususiyatlarini bashorat qilayotgan (model) tavsiflar bilan doimiy taqqoslash va maqsadli mashg'ulot vositalaridan foydalanish natijasida uch darajali boshqaruv tizimining yangi burilishida mashg'ulot jarayoniga doimiy ravishda tuzatishlar kiritib borish ta'minlanadi.

Yuqori malakali sportchilarni tayyorlashda tuzilmaviy-tarkibiy yondashuv tizim elementlari orasidagi o'zaro bog'liqliklarni o'rnatishga va shu asosda boshqaruv funksiyalarini uch darajada taqsimlashni amalga oshirishga imkon berdi.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Керимов Ф.А. Формирование духовно-нравственных качеств личности в процессе физического воспитания / Ф.А.Керимов, Э.А.Сейтхалилов // Мир образования – образование в мире. –2010. - №2(38).
2. Аслаханов С.М. Педагогическая концепция развития системы физического воспитания этнофоров на основе базовых ценностей этнопедагогике: дис.док.пед.наук.-Грозный: 2014.-409 с.
3. Платонов В, Павленко Ю, Томашевский В. Система олимпийской подготовки спортсменов в Норвегии. Наука в олимпийском спорте. 2018; №1: С.73-83.
4. Губа В.П. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов: монография.-М.: Спорт, 2020. – 324 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 331 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для ИФК/ Л.П.Матвеев. - 3-е изд., перераб. – М.: Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. – 544 с.
7. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты: учеб. для вузов / Л.П.Матвеев. –5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.

#### **ЎЗБЕКСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА ЖАСЛАРДЫ СПОРТ-ПАТРИОТЛЫҚ ТӘРБИЯЛАЎДЫҢ ТИЙКАРҒЫ БАҒДАРЛАРЫ**

*Ўзбекистан мамлекетлик дене тарбиясы ҳам спорт университети Нөкис филиалы  
“Жеке гүрес ҳам табиий пәнлер” кафедрасы у.у.а. доц. Джумамурат Султамуратов  
Сапаргелдиева Сарвиназ*

*Ўзбекистан мамлекетлик дене тарбиясы ҳам спорт университети Нөкис филиалы  
“Дзюдо” қәнигелиги 2-курс студенти*

**Таяныш сөзлер:** мектеп, мектеп оқыўшылары, дене тарбия, психология-педагогика, әскерий-техникалық, руўхый ҳам физикалық компонентлер, галаба хабар.

67.	<i>Burxonov Farrux Razzoq o'g'li, Xoldorov. Sharof. G'ulom o'g'li, Ismoilova Umida Saloxiddin qizi, Tursunova Gulzera Bahridin qizi</i> -YOSH GANDBOLCHILARNI SARALASH METODIKASINI O'RGATISH	136
68.	<i>Muratbaev Alpanis Seyilbekovich</i> -VOLEYBOLSHILARDI PSIXOLOGICALIY TAYARLAWDIN OZINE TAN OZGESHELIKLER	138
69.	<i>Toylibaev Sultanbek</i> -DENE TARBIYA SHINIGIWLARININ AYIRIM OZGESHELIKLERI	140
70.	<i>Kuralbaev Azizbek Kuralbaevich, Amaniyaov Qanatbay, Salieva Gulbanu</i> 14-15 JASLI GANDBOLSHILARDIN OYIN TAKTIKASIN JETILISTIRIW	143
71.	<i>B.A.Tabinbayev, P.B.Baltabaeva</i> -VOLEYBOLSHILARDIN TEXNIKALIY-TAKTIKALIY HAREKETLERININ MODEL OZGESHELIKLERI	145
72.	<i>B.Tabinbaev</i> -JANUBIY OROLBO'YI MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISH KO'RSATKICHLARINI BAHOLASH	147
73.	<i>Tabinbayev Asqar Reymbaevich, Tabinbayev Berik Asqarovich</i> -JANUBIY OROLBO'YI MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISH KO'RSATKICHLARINI BAHOLASH	148
74.	<i>T.T.Naubetullaev – oqitwshi, A.B.Qaypanov – student</i> -VOLEYBOLDA TEXNIKALIY TAYARLIQTIN OZINE TAN QASIYETLERI	149
75.	<i>R.Kadirimbetov, S.Saparbaeva</i> -QILISHPAZLIY SPORT TURI JARISLARINDA HAREKETLENIW TAKTIKASININ BOLIMLERIN UYRENIW	151
76.	<i>Erimbetov Bayrambay Karlbaevich</i> -MURAKKAB TEXNIK HAKATLARNI TAKOMILLASHTIRISH UCHUN TAVSIYA ETILAYOTGAN VOSITALAR VA METODLARNI ISHLAB CHIQUISH	152
77.	<i>Джумамурат Султамуратов, Сапаргелдиева Сарвиназ</i> -ӨЗБЕКСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА ЖАСЛАРДЫ СПОРТ-ПАТРИОТЛЫҚ ТӘРБИЯЛАЎДЫҢ ТИЙКАРҒЫ БАҒДАРЛАРЫ	155
78.	<i>Abdikarimov.N, Kalbayev.A</i> -ÖZBEKSTAN RESPUBLIKASINDA REGBI SPORT TURIN RAWAJLANDIRIW ILAJLARI	157
79.	<i>Qaliev Quwandiq Sagindikovich, Allayarov Dilshod Baxramjanovich</i> VOLEYBOLSHILARDIN FIZIKALIY SIPATLARI HAM TEXNIKALIY, TAKTIKALIY KONLIKPELERDI JETILISTIRIWDE HAREKETLI OYINLARDIN AHMIYETI	159
80.	<i>Qaliev Quwandiq Sagindikovich, Erejepov Dawitbay Turtkulbaevich</i> --SPORT TEXNIKASIN QALIPIESTIRIWDE FIZIKALIY TAYARLANIWDIN AHMIYETI	161
81.	<i>R.Kadirimbetov</i> -QILISHPAZLIY SPORT TURI JARISLARINDA HAREKETLENIW	162
82.	<i>Paluaniyazova Naubaxar</i> -HARAKATDA IKKI QADAMDAN SO'NG SAVATGA TO'PNI TASHLASH TEXNIKASIGA O'RGATISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	164
83.	<i>Палуаниязова Наубахар<sup>1</sup>, Нурлыбаев Берекет<sup>2</sup></i> -ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БАСКЕТБОЛИСТА	166
84.	<i>N.Abdikarimov, A.Joldasov</i> -GANDBOLISHLARDIN TEXNIKALIY TAYARLIGI HAM ONIN PSIXOLOGICALIY AYRIQSHALIQLARI HAQQINDA TUSINIK	168
85.	<i>Abdikarimov.N</i> -GANDBOLCHILARNING TAKTIK TAYYORGARLIK METODLARI	170
86.	<i>Burxonov Farrux Razzoq o'g'li, Usanova Durдона Xusan qizi, Uzoqboyeva Jasmina Mahmud qizi</i> - YOSH QO'L TO'PCHILARNI HUJUM ZONASIDA HAKATLANISH SAMARADORLIGINI OSHIRISH	171
87.	<i>S.Ametov, B.Zaripov</i> -ÖZBEKSTAN RESPUBLIKASININ DENE TARBIYASI SISTEMASINDA JUIWDIN ORNI	175
88.	<i>S.Ametov, J.Zeripbaev</i> -STATIKALIY HAM DINAMIKALIY JUIWDIN TIYKARLARI	176