



95



BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING ROLI

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN SHAPING A HEALTHY LIFESTYLE

Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari

2025 yil 14-15 mart



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

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY TARBIYA VA SPORT FAKULTETI

**SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA
JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING ROLI**

**РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В
ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND
SPORTS IN SHAPING A HEALTHY LIFESTYLE**

**Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari
2025 yil 14-15 mart**

Buxoro - 2025

Anjuman Buxoro davlat universitetining 95 yilligiga bag‘ishlanadi

Anjumanning tashkiliy qo‘mitasi:

1.	O.X. Xamidov	-	Buxoro davlat universiteti rektori, i.f.d., professor - rais;
2	K.A.Samiyev	-	Buxoro davlat universiteti Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, f-m.f.d.(DSc), professor - rais o‘rinbosari;
3.	O‘.U. Rashidov	-	Moliya-iqtisod ishlari bo‘yicha prorektor - a‘zo;
	R.G‘. Jumayev		Buxoro davlat universiteti o‘quv ishlari bo‘yicha prorektor, s.f.f.d.(PhD), dotsent - a‘zo;
4.	A.Sh. Inoyatov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti dekani, p.f.f.d.(PhD), dotsent - a‘zo;
5.	A.E. Sattorov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport faoliyati kafedrasini mudiri, p.f.f.d.(PhD), professor- a‘zo;
6.	M.J. Abdullayev	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, p.f.d.(DSc), professor- a‘zo;
7.	R.X. Kadirov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.n. - a‘zo;
8.	R.S. Shukurov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.f.d.(PhD) - a‘zo;
9.	R.R. Raxmonov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.f.d.(PhD) - a‘zo;
10.	Q.P. Arslonov	-	Buxoro davlat universiteti Jismoniy tarbiya va sport fakulteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori - a‘zo;

2025 yil 14-15 mart kunlari “Sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning roli” mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman o‘tkazildi. Mazkur ilmiy-amaliy anjuman Jahonda va O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning psixologik, pedagogik, ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik, normativ-huquqiy va boshqaruv asoslari, sport sohasida iqtidorli yoshlarni saralab olish va maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish masalalari, jismoniy tarbiya va sport sohasida raqamli texnologiyalarni qo‘llashning muammolari, yechimlar va istiqbollari, jismoniy tarbiya va sportni tibbiy-biologik ta‘minlashda innovatsion texnologiyalar, ta‘lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning asosiy muammolari, istiqbollari, adaptiv jismoniy tarbiya va parasport sohasida innovatsion yondashuvlar, sport sohasida iqtidorli yoshlarni saralab olish va maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish kabi muammolarga bag‘ishlangan xorijiy mamlakatlar hamda O‘zbekistonlik va olimlari, jismoniy madaniyat va sport sohasida faoliyat olib borayotgan mutaxassislar, trenerlar, jismoniy madaniyat va sport davlat boshqaruvi organlari rahbarlari va mutaxassislari, sport va jamoat tashkilotlari vakillari, oliy ta‘lim muassasalari professor-o‘qituvchilari, doktorantlari, aspirantlari, magistrantlari va talabalarining ilmiy maqolalari va tezislari, ilmiy va ilmiy-ommabop ishlari, izlanishlari anjuman materiallari sifatida mazkur to‘plamda o‘z aksini topgan.

Mazkur to‘plamga kiritilgan materiallarning mazmuni, undagi statistik ma‘lumotlar va me‘yoriy hujjatlar sanasining to‘g‘riligiga hamda tanqidiy fikr-mulohazalarga mualliflarning o‘zlari ma’suldirlar.

Konferensiya o‘tkazilishi O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 27 dekabrda 490-sonli buyrug‘i bilan ma’qullangan.

**BOKS TA'LIM YO'NALISHI TALABALARINI O'ZLASHTIRISH
KO'RSATKICHLARINI NAZORATI VA BAHOLASH TIZIMINI
TAKOMILLASHTIRISH**

(O'quv-mashq bosqichida mashg'ulotlarni tashkil etish fani misolida)

Shukurov Rahim Salimovich

Buxoro davlat universiteti professori p.f.f.d (PhD), O'zbekiston, Buxoro sh.
rshukurov0117@gmail.com

Xalloqov Abdumalik Anvar o'g'li

Buxoro davlat universiteti magistranti, Boks bo'yicha olimpiya o'yinlari g'olibi O'zbekiston,
Buxoro sh.

Annotatsiya: Maqolada, o'quv mashg'ulotlarida talabalar faoliyati, o'zlashtirishining tahlili va baholash tizimini takomillashtirish masalalari yoritilgan. Tadqiqotda innovatsion pedagogik metodlar va interaktiv texnologiyalarni qo'llash orqali talabalar o'zlashtirish darajasini yaxshilash mumkinligi ko'rsatilgan. Jismoniy tayyorgarlik, jangovar harakatlar va o'quv musobaqalari orqali talabalar bilim va ko'nikmalarini rivojlantirish. Shuningdek, olingan natijalar talabalarining o'zlashtirishi turli darajalarda ekanligini va mashg'ulotlar samaradorligini oshirish uchun shaxsiy salohiyatni rivojlantirish zarurligini ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: modernizatsiya, resurs, individual, potentsial, yadro, razvedka, kredit, variatsiya.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы анализа освоения студентами дисциплины и совершенствования системы оценки. В исследовании показано, что применение инновационных педагогических методов и интерактивных технологий способствует улучшению уровня усвоения материала студентами. Физическая подготовка, боевые действия и учебные соревнования способствуют развитию знаний и навыков студентов. Кроме того, полученные результаты подчеркивают, что освоение материала студентами происходит на разных уровнях и для повышения эффективности занятий необходимо развивать личный потенциал студентов.

Ключевые слова: модернизация, ресурсы, индивидуальный, потенциал, ядро, разведка, кредит, вариация.

Abstract: The article discusses the issues of analyzing students' mastery of the subject and improving the evaluation system. The study shows that the application of innovative pedagogical methods and interactive technologies helps improve the level of material comprehension by students. Physical training, combat actions, and academic competitions contribute to the development of students' knowledge and skills. Additionally, the results obtained emphasize that students' mastery of the material occurs at different levels, and to enhance the effectiveness of the lessons, it is necessary to develop students' personal potential.

Keywords: modernization, resources, individual, potential, core, reconnaissance, credit, variation.

Kirish. Dunyoning muvaffaqiyatli iqtisodiy rivojlanishining tarkibiy qismi, ayniqsa, ta'lim modelining innovatsion jarayonlarining o'ziga xos xususiyatiga asoslanadi. Ta'lim tizimining modernizatsiyasi iqtisodiy rivojlanishning muhim omiliga aylangan. Bugungi kunda Jahon ta'im tizimida yangi metodlar, texnologiyalar va raqamli resurslar joriy etilmoqda. Yosh avlodga zamonaviy bilimlarni yetkazish, shaxsning salohiyatini rivojlantirish va iqtisodiy rivojlanishga hissa qo'shish uchun ta'lim tizimida keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda.

O'zbekiston innovatsion taraqqiyot yo'lida jadal rivojlanayotgan bir davrda, kelajak bunyodkorlari, yoshlarning ijodiy g'oyalari va iqtidorini har tomonlama qo'llab-quvvatlash tizimi takomillashib bormoqda. Ularning bilim, ko'nikma va malakalarini rivojlantirish, xalqaro tajribalarni o'rganish hamda mavjud tizimni qiyosiy tahlil qilish orqali samarali rivojlanishni ta'minlash muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ijtimoiy sohaning asosi hisoblangan ta'lim tizimidagi o'zgarishlar oliy ta'limni isloh qilishning ustuvor yo'nalishlarini belgilash, mustaqil fikrlaydigan salohiyatli, yuqori malakali kadrlarni tayyorlash jarayonini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish kontseptsini tasdiqlash to'g'risida" gi PF-5847-son farmoni sohadagi yangi islohotlar uchun dasturi amal bo'lib xizmat qilmoqda.

Oliy ta'lim muassasalarida o'quv mashg'ulotlarini samarali tashkil etish va talabalar bilimini oshirish, ta'lim tizimining samaradorligini oshirishda muhim omil hisoblanadi. Mashg'ulotlarda innovatsion pedagogik metodlar, interaktiv texnologiyalar va individual yondashuvlar, talabalar faolligini oshirib mavzularni chuqurroq o'rganishga va akademik o'zlashtirishni yaxshilashga yordam beradi.

Talabalar akademik o'zlashtirishi – egallagan bilim, ko'nikma va malakalarning to'laligi,

chuqurligi, ongliligi hamda mustahkamligi darajasini anglatuvchi pedagogik mezondir. O'zbekistonda talabalar o'zlashtirishini yuqori sifat darajasiga olib chiqish milliy ta'lim tizimi oldida turgan eng muhim vazifalardandir. Chunki talabalarning intellektual rivojlanishi hamda kasbiy tayyorgarligi ularning akademik o'zlashtirish darajalariga bevosita bog'liq [2].

Shuni alohida ta'kidlab o'tish joizki, talabalarning akademik muvaffaqiyati o'qituvchning kompetentsiyasi va o'quv materiallarini taqdim etish usuliga ham bog'liq.

Tadqiqot maqsadi. Talabalarni "O'quv-mashq bosqichida mashg'ulotlarni tashkil etish" fani bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichlari nazorati va baholash tizimini takomillashtirishdan iborat.

Tadqiqot usullari. Ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, pedagogik kuzatuv, pedagogik tahlil, pedagogik testlash, pedagogik tajriba, matematik statistika usullaridan foydalanilgan.

Ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili.

Ta'lim natijasiga erishishning eng muhim shartlaridan biri bu talabaning butun o'qish davrida bilim olish va fanlarni sifatli o'zlashtirish bilan mashg'ul bo'lishidir. Akademik o'zlashtirish orqali talaba ilmiy faoliyatining dinamikasi barqarorligini yoki beqarorligini ko'rsatishi mumkin. XX asrning ikkinchi yarmi va XXI asr boshlarida ko'plab pedagog va psixologlar tomonidan o'quv faoliyatining miqdoriy ko'rsatkichlar (ballar) bilan ifodalangan o'zlashtirish darajasi o'rganilganda – ta'limning sifati talabalar akademik o'zlashtirishida ko'proq aks etishi ta'kidlandi [3].

"Akademik o'zlashtirish" ilmiy atama sifatida ilmiy muomalaga nisbatan yaqinda kiritilgan. Mashhur rus psixologi B.G. Ananiev nafaqat o'quv faoliyatini ob'ektiv baholash, balki samaradorlikning sub'ektiv tomoni haqida ham gapirgan birinchi tadqiqotchilardan biridir. Akademik o'zlashtirish - bu ta'lim yutuqlarini sub'ektiv-shaxsiy ma'noda aks ettiruvchi va ob'ektiv holat (rasmiylashtirilgan, shu jumladan o'quv natijalarining tuzilishi "bilish", "o'rganish", "egallash") bilan bog'liq bo'lmagan murakkab xususiyatdir. Akademik o'zlashtirish: ta'lim olish jarayonining rang-barangligini o'zida aks ettiradi; ta'lim olishga tayyorgarlik jarayonida erishilgan yutuqlarni, shuningdek unga erishish jarayonini ham aks ettiradi; dinamikada talabalar tomonidan ko'rsatilgan natijalarning barqarorligi yoki beqarorligini o'z ichiga oladi; natijalarga erishish shartlarini o'z ichiga oladi; talabaning o'zi uchun ta'lim natijasi nimani anglatishi va u bunga qanchalik erishganligi haqidagi fikrini aks ettiradi [1].

Shaxsning o'zini - o'zi boshqarishning muvaffaqiyati shaxsiy potentsial bilan belgilanadi, bu shaxsning asosini yoki "yadrosini" ifodalovchi shaxsiy xususiyatlarning tizimli tashkil etilishi sifatida belgilanishi mumki (D.A. Leontyev). O'quv muvaffaqiyati va o'z-o'zini samaradorligi darajasi qiyinchiliklarga duch kelganda ishlatiladigan engish strategiyalarining konstruktivligi bilan sezilarli darajada bog'liq [4].

Jismoniy tarbiya va sport darslarida talabalarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari jismoniy tayyorgarlik jarayonining samaradorligini baholashda muhim rol o'ynaydi. O'zlashtirish ko'rsatkichi talabaning mashq qilishdagi muvaffaqiyatini, jismoniy sifatlarini rivojlantirishni va ko'nikmalarni amalda qo'llash darajasini ko'rsatadi. Umumiy jismoniy tayyorgarlik mashqlari, maxsus yo'nalishga oid mashqlar, shuningdek zarur jismoniy sifatlarni rivojlantirish uchun maxsus jihozlar yordamida bajariladigan mashqlar boksining sport ustaligi darajasini muvaffaqiyatli takomillashtirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi [5].

Koordinatsion qobiliyatlar, egiluvchanlik, kuch, tezlikni rivojlantirishga qaratilgan gimnastik mashqlar har bir yosh boksining mashg'ulotida albatta qo'llanilishi kerak. An'anaviy ravishda ular tanani qizdirishda qo'llaniladi, ba'zan esa kuch qobiliyatlarini yoki egiluvchanlikni rivojlantirish maqsadida maxsus mashg'ulotlarning ikkinchi yarmida qo'llaniladi, ayrim mushak guruhlari va bo'g'imlarni rivojlantirish uchun [6].

Yuqoridagi ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, talabalarning o'quv fanlarini o'zlashtirishi, ularning o'quv faoliyatidagi samaradorlik va barqarorlik, nafaqat bilim olish jarayoniga tayyorgarlik, balki shaxsning o'zini-o'zi boshqarish qobiliyatiga ham bog'liq. Amaliy mashg'ulotlarda jismoniy tayyorgarlik mashqlari talabalarning umumiy rivojlanishidagi o'rni muhim bo'lib, bu jarayonlarning muvaffaqiyatli amalga oshirilishi sport faoliyatining yuqori natijalariga olib keladi. Ta'limdagi muvaffaqiyat shaxsiy xususiyatlarning tizimli rivojlanishiga asoslanadi va shu bilan birga, ilmiy baholash metodlari orqali talabalarning o'qish jarayonidagi yutuqlarini yanada

yaxshilashga erishiladi.

O'zlashtirishni aniqlash va baholash.

Talabalar o'zlashtirishini aniqlash va baholash uchun (M.M.Ibragimov, 2024) baholash me'zonidan foydalanildi:

Jismoniy tayyorgarlik;

uzoq masofalarda jang olib borishda razvedka harakatlariga hamda aldamchi harakatlar;

o'rta masofalarda jang olib borishda manyovr qilish harakatlari: masofali manyovr harakatlar;

yaqin masofalarda jang olib borishda hujum harakatlari;

o'quv musobaqa janglari(shartli jang);

maxsus jismoniy tayyorgarlik;

ikkitalik zarbalar va ulardan himoyalanişlar.

Tadqiqotning tashkil qilinishi.

Tadqiqot 2024-2025 o'quv yilining kuzgi jarayoni (sentyabr-yanvar) oylarida sport faoliyati (boks) ta'lim yo'nalishining 2 kursida, "O'quv-mashq bosqichida mashg'ulotlarni tashkil etish" fani amaliy mashg'ulotlari jarayoni hamda oraliq, yakuniy nazoratlarida talabalarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari nazorat qilindi va o'rganildi. Mashg'ulotlar Buxoro davlat universiteti huzuridagi "Boks" zalida olib borildi.

Fanning o'quv dasturida amaliy mashg'ulot miqdori 90 soat/3-kredit/ tashkil etib, amaliy mashg'ulotlar 14 ta mavzudan iborat bo'lib, har birida bir nechta mavzu mavjud:

1.Umum rivojlantiruvchi mashqlar bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish.

2.O'quv musobaqa janglari(shartli jang).

3.Uzoq masofalarda jang olib borishda razvedka harakatlariga hamda aldamchi harakatlarga o'rgatish uslublari.

4. O'rta masofalarda jang olib borishda manyovr qilish harakatlari: masofali manyovr harakatlariga o'rgatish uslublari.

5. Yaqin masofalarda jang olib borishda hujum harakatlarini rivojlantirish harakatlariga o'rgatish uslublari.

6. Maxsus jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mashg'ulotlar.

7. O'quv musobaqa janglari(shartli jang).

8. Sport o'yin mashg'ulotlari.

9. Ikkitalik zarbalar va ulardan himoyalanişlar.

10.Seriya zarbalar va ulardan himoyalanişlar.

11.Bokschilarni jismoniy va psixologik sifatlarini tarbiyalash

12. Texnik tayyorgarlikni takomillashtirish

13.Muvozanat va uni tarbiyalash (statik va dinamik muvozanat)

14.Jismoniy qobiliyatlarni tarbiyalash (chaqqonlik, tezkorlik, chidamlilik, egiluvchanlik, kuch).

Talabaning fan bo'yicha o'zlashtirishini baholash tartibi (1-jadval).

1-jadval

Baholash turlari			
ON-1	ON-2	YaN	Jami
30	30	40	100

ON-1 (birinchi oraliq nazorati)*

ON-2 (ikkinchi oraliq nazorati)*

YaN (yakuniy nazorati)*

Tadqiqot natijalari va ularni muhokama qilish. Talabalarni "O'quv-mashq bosqichida mashg'ulotlarni tashkil etish" fani bo'yicha akademik o'zlashtirishini amaliy o'quv mashg'ulotlarining jismoniy tayyorgarlik, uzoq masofalarda jang olib borishda razvedka harakatlari, aldamchi harakatlarga o'rgatish uslublari, o'rta masofalarda jang olib borishda manyovr qilish harakatlari: masofali manyovr harakatlariga o'rgatish uslublari, yaqin masofalarda jang olib borishda hujum harakatlarini rivojlantirish harakatlariga o'rgatish uslublari, o'quv musobaqa janglari(shartli

jang), maxsus jismoniy tayyorgarlik va ikkitalik zarbalar va ulardan himoyalanişlar mavzularini o'zlashtirishi: bilim, konikma va malakalari aniqlandi (2-jadval).

2-jadval

Talabani o'zlashtirishi ko'rsatkichlari tahlili (n-14)

№	Nazorat topshiriqlari	Nazorat turlari		
		ON-1		
		$\bar{X}$	σ	V, %
1.	Jismoniy tayyorgarlik; uzoq masofalarda jang olib borishda razvedka harakatlariga hamda aldamchi harakatlar; o'rta masofalarda jang olib borishda manyovr qilish harakatlari; masofali manyovr harakatlar; yaqin masofalarda jang olib borishda hujum harakatlari.	38	12.33	32.47
2.	Nazorat topshiriqlari	ON-2		
		$\bar{X}$	σ	V, %
	Jismoniy tayyorgarlik; yaqin masofalarda jang olib borishda hujum harakatlari; o'quv musobaqa janglari (shartli jang); maxsus jismoniy tayyorgarlik; ikkitalik zarbalar va ulardan himoyalanişlar.	38.57	12.82	33.26%
3.	Nazorat topshiriqlari	YaN		
		$\bar{X}$	σ	V, %
	Jismoniy tayyorgarlik; yaqin, o'rta, uzoq masofalarda jang olib borishda razvedka, hujum, harakatlariga hamda aldamchi harakatlar (shartli jang).	26.5	10.56	39.84%

2-jadvalda, talabalarning o'quv mashg'ulotlari jarayoni hamda nazorat turlarida o'zlashtirish ko'rsatkichlari ko'rishimiz mumkin. ON-1 nazoratida o'rtacha ($\bar{X}$) 38, natijalar o'rtacha darajada barqaror ekanligini ko'rsatadi. Standart og'ish 12.33 va variatsiya koeffitsienti 32.47%, farqlar kichik va natijalar bir-biriga yaqin.

ON-2 nazoratida esa o'rtacha ($\bar{X}$) 38.57, o'zlashtirish biroz yaxshilanganini ko'rsatadi. Standart og'ish 12.82 va variatsiya koeffitsienti 33.26%, farqlar kattaroq va natijalar o'zgaruvchan.

Yakuniy nazoratda esa o'rtacha ($\bar{X}$) 26.5, talabalarning o'zlashtirishi o'rtacha darajada, lekin farqlar sezilarli. Variatsiya koeffitsienti (V%) 39.84%, talabalar orasida katta xilma-xillik va o'zgaruvchanlik mavjudligini anglatadi. Bu natijalar, talabalar o'zlashtirishi turli darajalarda ega ekanligini ko'rsatadi.

ON-1, ON-2 va YaN lar natijalarini individual tahlili shuni ko'rsatadiki, o'quv mashg'ulotlarida faol qatnashgan, mavzularni yaxshi o'zlashtirgan va nazoratlarni a'lo darajada topshirgan F.Sharipova, Sh.Husenov, A.Jo'rayevlar ko'rsatkichlari yuqori. Kuzatishlar, pedagogik tajriba va tahlil natijalari guruh talabalaridan R.To'xtamurodov, N.Zavqidinov va Z.Hayotovlarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari boshqa talabalarga nisbatdan past darajada ekanligi aniqlandi.

Xulosa. O'quv mashg'ulotlarini samarali tashkil etish, talabalar o'zlashtirish darajasini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Jismoniy tayyorgarlik va jangovar harakatlarga oid mashqlar talabalar bilim va ko'nikmalarini rivojlantiradi. Biroq, talabalarning o'zlashtirish darajasi, o'qituvchining kompetentsiyasi va o'quv materiallarini taqdim etish usuliga bevosita bog'lidir.

Olib borilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki "O'quv-mashq bosqichida mashg'ulotlarni tashkil etish" fani amaliy mashg'ulotlarining ON-1 nazoratida talabalarning o'zlashtirish darajasi o'rtacha bo'lib, natijalar kichik farqlarga ega ekanligini tasdiqladi. ON-2 nazoratida esa o'rtacha o'zlashtirish biroz yaxshilanishini ko'rsatadi, ammo natijalar o'zgaruvchan. Yakuniy nazoratda talabalar orasida katta farqlar mavjudligi va o'zgaruvchanlikni bildiradi.

Talabalarni o'zlashtirishini yaxshilash uchun mashg'ulotlarda innovatsion pedagogik metodlar va interaktiv texnologiyalarni keng qo'llashni taqozo etadi. Shuningdek, talabalar yuqori natijalarga erishishi uchun ularning shaxsiy salohiyatini rivojlantirish va mashg'ulotlarga qiziqishini oshirish zarur. O'quv mashg'ulotlarining samaradorligi talabalarning o'zini-o'zi boshqarish qobiliyatlariga ham bog'liq. Ta'lim tizimidagi islohotlar, innovatsion metodlar va pedagogik yondashuvlar orqali talabalarning akademik muvaffaqiyatini oshirishga erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ananyev B.G. O problemakh sovremennogo chelovekozvaniya // Sankt-Peterburg: Piter, 2001. 272 s.
2. Jabborova M.A. Talabalar akademik oʻzlashtirishining nazariy metodologik talqini // Taʼlim va innovatsion tadqiqotlar. №5-2023 317-324 b. Link
3. Rubin, Yu. B. Sovremennoye oborazovaniye: kachestvo, standarty, instrumenty / Yu. B. Rubin. - 2-e izd. - Moskva: Market DS, 2009. -330 s. Link to PDF
4. Mutagarova L. R. Nekotorye priyomy samoregulyatsii emotsional'nogo i fizicheskogo sostoyaniya uchashchikhsya na urokakh fizicheskoy kultury kak sposob povysheniya akademicheskoy uspevamosti // Permskiy pedagogicheskiy zhurnal. – 2012. – №. 3. – S. 33-38.
5. Strel'nikov V. A. Podgotovka bokserov razryadnikov [Training boxers arresters]. Ulan-Ude, 2012. (In Russian).
6. Selitrenikova T. A. K voprosu sovershenstvovaniya trenirovochnogo protsessa bokserov na etape nachal'noy podgotovki // Gaudeamus. – 2019. – T. 18. – №. 2 (40). – S. 71-78.

СОЗДАНИЕ ДОЛГОСРОЧНЫХ ПРОЕКТОВ В СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ: КАК ОБЕСПЕЧИТЬ УСТОЙЧИВЫЙ ИНТЕРЕС К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Косс Людмила, Иванова Дарья.

Финансовый университет при Правительстве РФ.

Студенты факультета Высшей школы управления, группы МЕН23-9.

Лаамарти Ю.А.

к.с.н., доцент

Аннотация:

В статье рассматриваются вопросы создания и реализации долгосрочных проектов в спортивной индустрии, направленных на обеспечение устойчивого интереса населения к физической культуре. Особое внимание уделено законодательной базе Российской Федерации, регулирующей данную сферу, а также анализу успешных национальных проектов, таких как «Спорт — норма жизни», ГТО, «Кросс нации» и «Детский спорт». Выделены ключевые факторы успеха долгосрочных спортивных инициатив, включая доступность инфраструктуры, образовательные программы, пропаганду и корпоративную поддержку. Обозначены перспективы развития и вызовы, стоящие перед будущими проектами, включая необходимость вовлечения пожилых людей, устранение региональных различий и внедрение инновационных технологий. В заключении подчеркивается важность комплексного подхода и инноваций для устойчивого развития физической культуры и спорта в стране.

Ключевые слова: Спортивная индустрия, физическая культура, долгосрочные проекты, национальный проект «Спорт — норма жизни», законодательная база спорта, популяризация спорта, устойчивый интерес к спорту.

SPORT INDUSTRIYASIDA UZOQ MUDDATLI LOYIHALARNI YARATISH: JISMONIY MADANIYATGA BARQAROR QIZIQISHNI QANDAY TA'MINLASH MUMKIN

Rossiya Federatsiyasi Hukumati huzuridagi Moliya universiteti. Maʼruzachilar: Koss Lyudmila, Ivanova Darya. Oliy boshqaruv maktabi fakultetining МЕН23-9 guruhi talabalari.

Ilmiy rahbar: sotsiologiya fanlari nomzodi, dotsent Yu.A. Laamarti.

ANNOTATSIYA: Maqolada sport industriyasida aholining jismoniy madaniyatga boʻlgan barqaror qiziqishini taʼminlashga qaratilgan uzoq muddatli loyihalarni yaratish va amalga oshirish masalalari koʻrib chiqiladi. Rossiya Federatsiyasining ushbu sohani tartibga soluvchi qonunchilik bazasiga, shuningdek, "Sport — hayot meʼyori", GTO, "Millat krossi" va "Bolalar sporti" kabi muvaffaqiyatli milliy loyihalar tahliliga alohida eʼtibor qaratilgan. Uzoq muddatli sport tashabbuslarining muvaffaqiyat kaliti omillari, jumladan, infratuzilmaning qulayligi, taʼlim dasturlari, targʻibot va korporativ qoʻllab-quvvatlash ajratib koʻrsatilgan. Kelajakdagi loyihalar oldida turgan rivojlanish istiqbollari va muammolar, jumladan, keksa yoshdagilarni jalb qilish zarurati, hududiy farqlarni bartaraf etish va innovatsion texnologiyalarni joriy etish belgilab oʻtilgan. Xulosada mamlakatda jismoniy madaniyat va sportning barqaror rivojlanishi uchun kompleks yondashuv va innovatsiyalarning muhimligi taʼkidlanadi.

KALIT SOʻZLAR: Sport industriyasi, jismoniy madaniyat, uzoq muddatli loyihalar, "Sport — hayot meʼyori" milliy loyihasi, sport qonunchilik bazasi, sportni ommalashtirish, sportga barqaror qiziqish.

CREATING LONG-TERM PROJECTS IN THE SPORTS INDUSTRY: HOW TO ENSURE SUSTAINABLE INTEREST IN PHYSICAL CULTURE

Munirov Nurali Alisherovich. QO'L JANGI SPORT TURI BO'YICHA MASHG'ULOTLARNI TASHKIL ETISH PRINSIPLARI.....	147
Fatullayeva Muazzam Azimovna, Saidmurodova O'g'iloy Navro'z qizi. 12-13 YOSHLI QISQA MASOFAGA YUGURUVCHI YENGIL ATLETIKACHILARNING MASHG'ULOT JARAYONLARINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	151
Арсланов Кахрамон Палванович, Арсланов А.Ж. УЗБЕКСКАЯ БОРЬБА И ЕЁ СЛАВНЫЕ ШАГИ В ГОДЫ НЕЗАВИСИМОСТИ.....	154
Kurbanov Djurabek Ismatovich. THE APPEARANCE OF PHYSICAL EXERCISES IN THE TERRITORY OF OUR COUNTRY IN ANCIENT TIMES.....	156
Xomidov Mirxon Uktamovich. BOSHLANGICH TAYYORGARLIK BOSHQICHIDAGI SPORTCHILARGA FUTBOL TEXNIK HARAKATLARINI O'RGATISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH	159
Mansurov Sherzod. BOSHLANG'ICH SPORTCHILARGA JISMONIY SFATLARINI RIVOJLANTIRISHDA MILLIY HARAHATLI O'YINLARNING O'RNI.	162
Файзиев Яхши Зияевич. МЕСТО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБЩЕЙ СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ.....	163

**3-sho'ba. JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNI QO'LLASHNING MUAMMOLAR, YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR
ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИФРОВЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
PROBLEMS, SOLUTIONS, AND PROSPECTS FOR THE USE OF DIGITAL
TECHNOLOGIES IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS.....**

Arslonov Kahramon Polvonovich. ATHLETES' FIGHTING METHODS TEACHING TECHNOLOGIES AT A NEW LEVEL	167
Ibragimov Mironshokh Mukhammadovich. IMPROVING TRAINING EFFICIENCY IN COMPETITIVE PREPARATION.....	170
Shukurov Rahim Salimovich, Xalloqov Abdumalik Anvar o'g'li. BOKS TA'LIM YO'NALISHI TALABALARINI O'ZLASHTIRISH KO'RSATKICHLARINI NAZORATI VA BAHOLASH TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH	174
Косс Людмила, Иванова Дарья, Лаамарти Ю.А. СОЗДАНИЕ ДОЛГОСРОЧНЫХ ПРОЕКТОВ В СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ: КАК ОБЕСПЕЧИТЬ УСТОЙЧИВЫЙ ИНТЕРЕС К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.....	178
Dexqonov Ravshanbek Karim o'g'li. MAKTABLARDA JISMONIY TARBIYA FANINI O'QITISHDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI O'RGATISHNING NAZARIY ASOSLARI	182
To'laganov Rustam Xudoyqulovich. VOLEYBOL SPORT MASHG'ULOTLARIDA TO'PNI O'YINGA KIRITISH, QABUL QILISH VA UZATISH TEXNIKALARINI O'RGATISH METODIKASI.....	184
Бегимкулов Олтибой Жураевич. ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	190
Xasanov Ilyos To'ychievich. OLIY TA'LIM MUASSASALARIDAGI KURASH MASHG'ULOTLARI JARAYONIDA TALABALARNING KOMPLEKS TAYYORGARLIGINI AMALGA OSHIRISH UCHUN RAQAMLI TEXNORLOGIYALARDAN FOYDALANISH METODLARI.....	194
Xasanov Ilyos To'ychievich. KURASHCHI TALABALARNI TEXNIK VA TAKTIK HARAKATLARGA O'RGATISHDA RAQAMLI TEXNALOGIYALARDAN FOYDALANISH	198
Rakhmanov Rauf Rasulovich. METHODS OF ANALYSIS OF MIDDLE DISTANCE RUNNING TECHNIQUE AND ITS IMPROVEMENT	202
Tashmurotov Farrux Yorixonovich. YENGIL ATLETIKANING ULOQTIRISH TURLARIDA KUCH SIFATINI CHAQQONLIK SIFATIGA INTEGRATSIYASINI TAKOMILLASHTIRISH	208
Шестаков Сергей Олегович. ВНЕДРЕНИЕ ЦИФРОВОЙ ТЕХНОЛОГИИ PLAY DRILL ПРИ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЯХ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА ЖЕНСКОЙ ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ «ДИНАМО-АК-БАРС».....	211
Yo'ldashev Alisher Axrorovich. JISMONIY TARBIYA FANI O'QITUVCHILARINI TAYYORLASHDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING DIDAKTIK TIZIMI.....	216
Курбонов Хаким Хайдаркулович. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ: КЛЮЧЕВЫЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА УСПЕХ В СПОРТЕ	220