



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



**“SPORT OYÍNLARÍNÍN TÚRLERÍ:
TEORIYA HÁM ÁMELIYATÍNDAĞÍ
AKTUAL MASHQALALAR”**

**ATAMASÍNDAĞÍ 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 OYINLARINIŇ TÚRLERI: TEORYASI HÁM
ÁMELYATTAĞI AKTUAL MASHQALALAR”
RESPUBLIKALÍQ ILIMIY-ÁMELIY KONFERENCIYASÍ
2024 jıl, 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**

MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY TAYYORGARLIGI VA UNI NAZORAT QILISHNING ILMIY-USLUBIY ASOSLARI

Raxmonov Rauf Rasulovich,

Buxoro davlat universiteti Sport faoliyati kafedrasida dosenti, p.f.f.d.(PhD).,

O'zbekiston, Buxoro

rauf.raxmonov1122@gmail.com mob: +99890-715-11-22

<https://orcid.org/0000-0003-2964-278X>

Narzilloev Muhiddin O'ktam o'g'li,

Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti 2-bosqich magistri

O'zbekiston, Buxoro

Annotasiya. Mazkur maqolada maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi va uni nazorat qilishning ilmiy-uslubiy asoslari, uning fiziologik xususiyatlari, yuqori sinf o'quvchilarining jismoniy sifatlarini rivojlantirish maqsadida, jismoniy tarbiya darslari va sinfdan tashqarida o'tkaziladigan mashg'ulotlarni tashkil qilish hamda ularning o'zlari tanlagan ma'lum yo'nalishiga e'tibor qaratishning ahamiyatli tomonlari yoritilgan.

Kalit so'zlar. Yengil atletika, kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik va epchillik, yugurish, maxsus chidamlilik, milliy va harakatli o'yinlar, mashg'ulot yuklamalari.

Mamlakatimizda umumta'lim maktablarida o'quv jarayonini tashkil etish bo'yicha alohida tajribaviy-uslubiy ishlanmalar amalga oshirilib kelinmoqda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 4 noyabrda "Sport ta'limi tizimini tubdan takomillashtirish orqali olimpiya va paralimpiya sport turlari bo'yicha sportchilar zaxirasini shakllantirish sifatini yanada oshirish chora tadbirlari to'g'risida" gi PQ – 5279 son qarori, 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-son "Jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni hamda mazkur sohaga tegishli me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqot ishi muayyan darajada xizmat qiladi. Bu maktab o'quvchilari o'rtasida harakat ko'nikmalarining zarur fondini shakllantirish, o'quvchilarning asosiy jismoniy tayyorgarligiga zamin yaratishi mumkin. Shu bilan birgalikda, maktablarda darsdan tashqari mashg'ulotlarda sport turlariga yetarlicha e'tibor berilmayotganligi, maktab o'quvchilarini yengil atletika sport turiga qamrab olish borasida ko'plab hal etilishi kerak bo'lgan vazifalar bor ekanligini ko'rsatilmog'da.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarida dars va darsdan tashqari vaqtlarda jismoniy tarbiya, sog'lomlashtirish ishlari hamda ommaviy sport turlarini rivojlantirish buyicha mashg'ulotlarni samarali tashkil qilish va o'tkazish orqali o'quvchining jismoniy rivojlanishi hamda jismoniy tayyorgarligi oshirishni to'garaklar orqali shakllantirishni taqozo etadi.

Yuqori sinf o'quvchilari jismoniy sifatlarini takomillashtirish va rivojlantirish maqsadida yuqori sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslari va sinfdan tashqarida o'tkaziladigan mashg'ulotlarni tashkil qilish hamda ularning o'zlari tanlagan ma'lum yo'nalishiga e'tibor berishdan iboratdir.

Jismoniy sifatlarini rivojlantirishda yengil atletika mashg'ulotlarining ahamiyati bu sog'lom avlodni tarbiyalashdagi roli nihoyatda kattadir. Bolalarni sog'lomlashtirish, umumijismoniy sifatlarini o'rganish va vatanparvarlik, o'rtoqlik va do'stlikni tarbiyalash, milliy urf odatlarimizni qadrlashga o'rgatib borar ekan, mutaxassislar qatorida biz ham qancha izlanishlar olib borsak baribir kam.

Jamiyat taraqqiyoti sari intilayotgan har bir davlat, eng avvalo fuqarolari bo'lmish xalqning ayniqsa, o'sayotgan yosh avlodning barkamolligi eng katta boylik deb biladi hamda ularga qulay bo'lgan barcha sharoitlarni yaratishga harakat qiladi. [1]

Sportchining jismoniy qobiliyati yoki uning harakat qilish imkoniyatlarini kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik sifatlaridan aniqlasa bo'ladi. Jismoniy sifatlarini takomillashtirish asosida organizmning o'z ishlash qobiliyati darajasidan takroriy ortiqcha, jismoniy yuklamaga bardosh bera olishi yotadi. [2,5,8,13]

Yosh yengil atletikachilarning qisqa masofaga yuguruvchilar bilan ishlashdagi dastlabki tayyorgarlik bosqichida har tomonlama jismoniy tayyorgarlikni egallashga, sog'liqni mustahkamlash va garmonik rivojlanishga, xilma-xil ko'nikma va malakalarni egallab olishga, yengil atletika o'yini texnikasi va taktikasining boshlang'ich asoslariga o'rgatishga qaratilgan vositalar majmuasidan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Jismoniy tayyorgarlikning bu vaqtdagi vazifasi, avvalo, yosh yengil atletikachilarning harakat funksiyalarini (kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik va epchillik, shuningdek o'z harakatlarini vaqt

oralig'ida, havoda va muskullarning zo'r berish darajasiga ko'ra boshqara bilish harakat funksiyasining asosiy tarkibiy qismlari bo'lib hisoblanadi) shakllantirishdan iborat bo'ladi. Harakatlar tezligini tarbiyalashga katta e'tibor berish kerak, chunki bolalik va o'smirlilik yoshida ana shu eng muhim jismoniy sifatni tarbiyalash uchun keng imkoniyatlar mavjuddir. [4,7,10]

Shuni qayd qilish kerakki, dastlabki tayyorgarlik va boshlang'ich sport ixtisoslashuvi bosqichlarida tezkorlik, chaqqonlik bilan mustahkam bog'liq ravishda tarbiyalanadi, bu esa ko'chishning (bir joydan ikkinchi joyga o'tishning) rasional texnikasini egallab olish uchun zaruriy asosni yaratadi. 8-12 yoshlar mobaynida yugurishdagi maksimal tezlikning anchagina ortishi harakatlar tezligining tabiiy o'sishi bilan bog'liq. 12-14 yoshda esa tezlik asosan tezlik-kuch sifatlarining va muskul kuchining o'sib borishi tufayli ortadi. Shuning uchun tezkorlikni rivojlantirishda yugurish sur'ati va katta muskul kuchini talab etadigan harakatlar chastotasini maksimal ravishda oshirishga harakat qilish kerak. Bunda tabiiy harakatlarga ko'proq o'rin berish lozim. O'yin, musobaqa shaklida bajariladigan sport o'yinlari va harakatli o'yinlar, mashqlar ham juda katta yordam ko'rsatishi mumkin. [3,6,12,14]

Yengil atletikachining qisqa masofaga yuguruvchi o'quvchilarni umumiy jismoniy tayyorgarligi yuqori natijalarga erishish uchun poydevor asos hisoblanadi. U asosan quyidagi vazifalarni hal etishni ta'minlaydi:

1. Yengil atletikachi organizmini har tomonlama garmonik rivojlantirish, uning funksional imkoniyatlarini oshirish, jismoniy sifatlarini rivojlantirish.

2. Salomatlik darajasini oshirish.

3. Shiddatli trenirovka va musobaqa yuklamalari davrida faol dam olishdan to'g'ri foydalanish. Umumiy jismoniy tayyorgarlik maxsus tayyorgarlik uchun zamin yaratadi. Ya'ni tanlangan sport turida kamol topish uchun zaruriy shart-sharoit sifatida kuchlilikning, tezkorlikning, chidamlilikning, epcillikning, chaqqonlikning har tomonlama rivojlanishini ta'minlaydi.

So'nggi yillarda nashr etilgan sport adabiyotlarida sport mashg'ulotlariga jismoniy harakatni boshqarish jarayoni sifatida qarash lozimligi ko'p bora ta'kidlangan. Hozirgi paytda testlar sportning har xil turlarida keng qo'llaniladi, ulardan tezkor joriy hamda oraliq nazoratda foydalaniladi. Yengil atletika sohasidagi mutaxassislar sportchilarning jismoniy tayyorgarligini turli jihatdan baholashga eng ko'p ahamiyat beradilar. [9,11,15,16]

Maktab yoshidagi tezkor-kuchni rivojlantirishning samarali vositasi 15m dan 30 mgacha qisqa vaqtli tez yugurish charchashni kelib chiqarmaydi. 9-10 yoshdagi o'quvchilarda ish bir necha bor bajarilsa, tezkorlik qobiliyati oshadi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda egiluvchanlikni tarbiyalashda bir qancha yo'nalishlar bor. Bular birinchi navbatda tayanch apparatining morfologik xususiyatlari, mushaklar va bug'inlarning yuqori cho'ziluvchanligi, umurtqaning harakatchanligidir. 7-10 yoshli bolalarda egiluvchanlikning yuqori rivojlanganligi kuzatiladi. Harakat malakalarini egallashga yo'naltirilgan darsda o'quvchilar bilan muvoffaqiyatga erishish uchun bolalarning yosh xususiyatlarini har tomonlama xisobga olish kerak Milliy va harakatli o'yinlarni harakat sifatlarini tarbiyalashga yo'naltirish bo'yicha tanlash yoshini hisobga olgan holda amalga oshiriladi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda, epcillik, tezkorlik harakat aniqligi va koordinatsiyalar yuzaga kelishi xarakterlidir. Ta'limning asosiy savollari va bolalarda shartli reflekslar harakat malakalarining fiziologik asosini tashkil qilish xozirgi vaqtda chuqur o'rganilgan va jismoniy tarbiya hamda sportni tashkil qilinadi. Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda milliy va harakatli o'yinlarni yig'ish, ularni turkumlarga ajratish jismoniy tarbiya darslari sifatini oshirishda, tezkorlik sifatini oshirishda dars izchilligini ko'tarishda bolalarda qiziqishni uyg'otishda muhim vosita bo'lib hisoblanadi. Shu sababli ularni o'rganish kunning dalzarb masalalaridan biridir.

So'nggi paytlarda ko'proq qo'llaniladigan test mashqlari orasida quyidagilarni e'tirof etish zarur:

- 30 yoki 100 metr masofaga yuqori startdan yugurish;
- turgan joyidan uzunlikka sakrash;
- tanani oldinga egish;
- 4x10 metrga mokisimon yugurish;
- 6 daqiqali yugurish.

Qolgan aksariyat testlar goh ularning yetarlicha ob'yektiv emasligi, goh o'tkazish sharoitlarini standartlashtirishdagi qiyinchiliklar tufayli, shuningdek, harakatlar texnikasining natijaga yuqori ta'siri sababli ayrim mutaxassislarda turli xil e'tirozlarni keltirib chiqaradi, bu u yoki bu harakat sifatining rivojlanish darajasini aniqlashga imkon bermaydi.

Olimlarning jismoniy tayyorgarlik testlarini standartlashtirish borasidagi ziddiyatlari turli yoshdagi o'smirlarning jismoniy tarbiyasi amaliyotidan olingan harakat vazifalarining keng to'plamini standartlashtirishini ifoda etuvchi tajriba materialini yanada kengaytirish zaruriyatini oydinlashtiradi. Bu

jismoniy tayyorgarlik bo'yicha turli-tuman testlarni unifikatsiyalash hamda samarali pedagogik nazorat tizimini yaratish imkonini beradi.

Umumta'lim maktablarida shug'ullanuvchi o'quvchilarning aksariyati faqatgina to'garak mashg'ulotlari bilangina sportga qadam qo'yadi. Bu esa ular uchun sport bilan shug'ullanmagan bolalarga beriladigan yuklamalarga yaqin me'yorlarni qabul qilishni taqazo etadi. Biz tomonimizdan taklif etilayotgan dasturda mashg'ulot yuklamalarini tayyorgarlik turlarini inobatga olgan holda taqsimlash taklif etilgan (1-jadval).

Tajriba guruhida o'quvchilari bilan olib borilgan to'garak mashg'ulot yuklamalarining me'yorlanishi

1-jadval

№	Mashg'ulot yo'nalishi	Takrorlash soni	Seriylar orasidagi dam olish	Tiklanish (YUQS)	YUQS
1	Umumrivojlantiruvchi mashqlar	4-6 marta	-	90-105	115-125
2	Tezlik tayyorgarligi	2-4 marta	30-40 soniya	100-110	140-150
3	Tezkor – kuch tayyorgarligi	2-4 marta	30-40 soniya	110-120	130-150
4	Kuch tayyorgarligi	2-4 marta	30-40 soniya	100-110	130-145
5	Chidamlilikni tarbiyalash	2-4 marta	60-70 soniya	110-120	155-170
6	Koordinasion qobiliyatlarni tarbiyalash	2-4 marta	40-50 soniya	100-120	140-150
7	Egiluvchanlikni tarbiyalash	2-4 marta	30-40 soniya	100-110	135-145
8	Milliy va harakatli o'yinlar	-	-	100-110	110-130

Asosiy jismoniy sifatlarni tarbiyalash orqali jismoniy tayyorgarlikni oshirishga qaratilgan mashg'ulot yuklamalarini me'yorlashda shug'ullanuvchilarning yosh xususiyatlari va sport bilan shug'ullanganlik darajalariga alohida e'tibor qaratilgan.

Xulosa qilib aytganda yosh yengil atletikachi qisqa masofaga yuguruvchilar bilan ishlashdagi dastlabki tayyorgarlik bosqichida har tomonlama jismoniy tayyorgarlikni egallashga, sog'liqni mustahkamlash va garmonik rivojlanishga, xilma – xil ko'nikma va malakalarni egallab olishga, yengil atletika o'yini texnikasi va taktikasining boshlang'ich asoslariga o'rgatishga qaratilgan vositalar kompleksidan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Zamonaviy qarashlar shuni ko'rsatmoqdaki, yengil atletika sport turi bilan ilk shug'ullantirishda asosiy e'tibor jismoniy tayyorgarlik, texnik ko'nikmalar va taktik fikrlash asoslarini bosqichma – bosqich takomillashtirishga qaratiladi. Bu bo'limlarning har biri uchun amaliy mashg'ulotlar to'plami, o'quv mashg'ulotlarini rejalashtirish, pedagogik nazorat usullari taklif etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 4 noyabrdagi "Sport ta'limi tizimini tubdan takomillashtirish orqali olimpiya va paralimpiya sport turlari bo'yicha sportchilar zaxirasini shakllantirish sifatini yanada oshirish chora tadbirlari to'g'risida" gi PQ – 5279 son Qarori.

2. Керимов Ф.А., Рузиев А.А., Рахимов М.М. Контроль соревновательной деятельности борцов // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры: Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 10-летию независимости Республики Казахстан.-Алматы, 2001.- 353-354 betlar.

3. Qudratov R, G'aniboyev I.D., Soliyev I.R., Baratov A.M. /Yengil atletikachilarning maxsus mashqlari, – T.: 2011 y.

4. Абрамова Т.Ф. Направление научных исследований//Теория и практика физической культуры №10/2003, 39-42 betlar

5. Алексеенко Т.И. - Возрастные показатели функционального состояния кардиореспираторной системы современных подростков. //Теория и практика физической культуры, 2007, №2, 64-66 betlar.

6. Ачилов А.М. Воспитание физической культуры личности в системе образования/ Под общей научной редакцией д.п.н., проф Э.А.Сейтхалилова. Т., 2012.326 b.

7. Шакиржанова К.Т., Тухтабоев Н.Т., /Основы техники, методики обучения в беге на короткие дистанции, – Т.: 2012 г.

8. Айрапетянс Л.Р. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх. Автореф.дисс.докт.пед.наук. М.: 1992. 40 б.

9. Rasulovich R. R. Content of running loads and used facilities of medium distance runners in annual preparation stage //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1070-1077.

10. Гавердовский Ю.К., Лисиский В.Н., Программированное обучение при физической подготовке по круговому методу тренировки //Теория и практика физической культуры, Москва, 1981 №8, 18-19 бетлар.

11. Годик М.А. Сравнительный анализ эффективности различных систем физического воспитания в сдколах //Теория и практика физической культуры. - 1990. - №9. - 15-17 betlar.

12. Jammатов J.Sh. Umumta'lim maktabi sharoitida boshlang'ich sinf o'quvchilarining tabaqalashtirilgan jismoniy tayyorgarligi Avtoref. diss. p.f.b.f.d (PhD) Chirchiq 2020 – 27 b;

13. Iseev Sh.T. Futbolchilarni yillik siklda tayyorlashni rejalashtirish - T., Ilmiy texnik axborot press nashriyoti 2014.- 239 b.

14. Rasulovich R. R. Effectiveness of improving the technical and tactical movements of middle-distance runners //E-Conference Globe. – 2021. – С. 309-314.

15. Salamov R.S.Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati.1-jild.-T.Limiy texnika axboroti press nashriyoti,2018.-182 b.

16. Рахмонов, Рауф Расулович. "Состав беговых нагрузок и используемых средств бегунов на средние дистанции на этапе годовой подготовки." *IQRO INDEXING* 10.2 (2024): 135-139.

СПОРТ ТАКОМИЛЛАШУВИ ГУРУҲИ ФУТБОЛЧИЛАРИДА МУСОБАҚА ФАОЛИЯТИДА ФИЗИОЛОГИК ЮКЛАМАЛАР ДИНАМИКАСИНИ НАМОЁН БЎЛИШ НАТИЖАЛАРИ

Шермухамедов Азиз Тохирович

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети, “Футбол назарияси ва услубияти”
кафедраси доценти,
Ўзбекистон, Чирчиқ ш.

Калит сўзлар: футболчи, мусобақа фаолияти, физиологик юклама, функционал тайёргарлик, юрак қисқариш частотаси (ЮҚЧ), пульс зоналари.

Кириш. Бугунги кунда футболчиларнинг мусобақа фаолиятини ҳарактерловчиларидан бўлиб – бу мусобақалашиш жараёнларини кескинлашиб бориши, яққаурашли ҳаракатлар миқдори кўпайиши, шиддатли иш фаолиятини тобора ортиб бориши, техник-тактик ҳаракатларни юқори тезликларда амалга оширишлар билан белгиланмоқда. Бунинг натижасида эса, футболчилар тайёргарлигига нисбатан талабларни ҳам ортиб бораётганлигини англаш лозим. Бу ўринда тайёргарлик турлари қаторида асосий аҳамиятга эга бўлаётган тайёргарликлардан бири - бу футболчиларнинг махсус тайёргарлиги ҳамда функционал тайёргарликлари ҳисобланади.

Мутахассислар ўз навбатида юқори функционал тайёргарлик даражасига эга бўлиш, футболчи томонидан мусобақа фаолияти шароитида катта кўламдаги иш фаолиятини самарали тарзда олиб боришга имкон беришини таъкидлайдилар [3]. Функционал тайёргарликни акс эттирувчи кўрсаткичлар ичида шубҳасиз юрак қон-томир тизими асосий аҳамиятга эга эканлиги маълумдир. Бу борада олиб борилган тадқиқ этиш ишларининг мазмуни ҳақида маълумотга эга бўлиш, изланишлардаги натижаларни билиш ва уларни таҳлил эта олиш, спортчиларнинг келгуси тайёргарлик жараёнларини янада самарали бошқаришга имкон берувчи асосий омиллардан бири ҳисобланади.

Бугунги кунга келиб мусобақаларнинг юклама катталиги кўрсаткичлари бўйича, физиологик юкламалар динамикасини аниқлаш борасида олиб борилган тадқиқ этиш ишлари, бошқа йўналишларда олиб борилган изланишларга қараганда камчиликни ташкил этади. Ўзбек футболда бу

MAZMUNÍ

I SEKCIYA. JASLARDÍ SPORT OYÍNLARÍ TÚRLERINE QAMTÍP ALÍWDÍN ZAMANAGÓY MASHQALALARÍ HÁM SHESHIMLERI		
1.	<i>Erimbetov Bayrambay Karlibaevich</i> -KURASHCHILARNING MASHG'ULOT FAOLIYATINI NAZORAT QILISH	6
2.	<i>T.SH.Seytmuratov</i> - KISHI FUTBOL MENEN SHUGULLANATUGÍN JAS FUTBOLSHÍLARDÍN FUNKCIONAL TAYARLÍGÍ	9
3.	<i>A.Q.Utepbergenov, D.N.Utemuratova, J.Q.Turganbaev</i> -SPORTTÍN TÚRINE BAYLANÍSLÍ SHÍNÍQTÍRÍWDA MÁWSIMLERDÍN ÓZGESHELIKLERI	11
4.	<i>Abdullayev Mehridin Junaydulloyevich, Raxmonova Rushana Akmalovna</i> - UMUM O'RTA TA'LIM MAKTABI O'QUVCHILARINING O'QUV JARAYONI DAVOMIDAGI PSIXOLOGIK XOLATLARI	12
5.	<i>Ramazanov Medetbay Baxitbaevich</i> - BALALARDA KREATIVLIKTI RAWAJLADIRIWDA SPORT SHINÍGIWLARINAN PAYDALANIW ZÁRÚRLIGI	15
6.	<i>Raxmonov Rauf Rasulovich, Narzilloev Muhridin O'ktam o'g'li</i> - MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY TAYYORGARLIGI VA UNI NAZORAT QILISHNING ILMIY-USLUBIY ASOSLARI	18
7.	<i>Шермухамедов Азиз Тохирович</i> - СПОРТ ТАКОМИЛЛАШУВИ ГУРУХИ ФУТБОЛЧИЛАРИДА МУСОБАҚА ФАОЛИЯТИДА ФИЗИОЛОГИК ЮКЛАМАЛАР ДИНАМИКАСИНИ НАМОЁН БЎЛИШ НАТИЖАЛАРИ	21
8.	<i>Ro'zmetov Rasul Tangirberganovich, Shixov G'ayrat Ibragimovich</i> -VOLEYBOL O'YINIDA STRATEGIK HARAKATLARNING SAMARADORLIGI	24
9.	<i>Utayev Zafar</i> - QISQA MASOFAGA YUGURUVCHI SPORTCHILARNI YILLIK MASHG'ULOT JARAYONINI REJALASHTIRISH SAMARADORLIGI	26
10.	<i>Utayev Zafar</i> - QISQA MASOFALARGA YUGURUVCHI SPORTCHILARNING SHIDDATLI YUKLAMALARGA BO'LGAN ORGANIZMNING REAKSIYASI KO'RSATKICHLARI (QIZ BOLALARDA)	28
11.	<i>T.Arzhimbetov</i> - TALABALARDA SPORT FAOLIYATI MOTIVLARNI RIVOJLANTIRISH	30
12.	<i>Rakhimov Kuvondiq Azad o'g'li</i> - MABC 2 DASTURI	32
13.	<i>A.K.Kuralbaev</i> - BALALAR HÁM ÓSPIRIMLER SPORTIN JETILISTIRIW DÍN TIYKARGÍ MASHQALALARÍ	34
14.	<i>Qoraboyev Fazliddin Faxriddinovich</i> -OG'IR ATLETIKACHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISHDA UMUMIY VA MAXSUS TAYYORGARLIK VOSITALARIDAN FOYDALANISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH	36
15.	<i>G'I.Shixov</i> - YOSH SPORTCHILAR ORGANIZMNING O'SISHI VA RIVOJLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR	38
16.	<i>Yusupov Nodirbek Maxmudovich</i> - FUTBOLCHI QIZLARNING O'QUV MASHOG'ULOT BOSQICHIDA YILLIK TAYYORLIGINI REJALASHTIRISH	41
17.	<i>Казakov Аллаяр Раджапович</i> - ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛА	44
18.	<i>Хо'janiyozov Boboxon Ixtiyorovich, Bebutov To'ymurod Umidjon o'g'li, Ergashova Ozoda Pardaboyevna, Matyoqubova Raviyajon Yodgorbek qizi</i> - KURASH MILLIY QARDIYATIMIZ	45
19.	<i>Kazakov Baxramjon Allayarovich</i> - JAS ÓSPIRIMLERDÍN FIZIKALÍQ RAWAJLANÍWÍNA SÍRTQÍ FAKTORLARDÍN TÁSIR ETIWI	49
20.	<i>Axrarjon Nuriddinov</i> -YOSH SPORTCHILARNI KO'P YILLIK TAYYORGARLIGI STRATEGIYASI	50
21.	<i>Моминов Ферузжон Ильхомович</i> -МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ	53

“SPORT OYINLARINIŇ TÚRLERI: TEORYASI HÁM ÁMELYATTAĖI AKTUAL MASHQALALAR”

Respublikalıq ilimiy-ámeliy konferenciyanıń materialları toplamın
<https://www.uzdjtsunf.uz> rásmiy veb saytınan júklep alsanıız boladı.



JUWAPLÍ REDAKTOR:

T.Sh. Seytmuratov- pedagogika ilimleri boyınsha filosofiya doktorı (PhD)

Pikir bildiriwshiler:

A.Q. Utepbergenov, professor

Y. N. Maxmudovich, v.b.professor

B.D. Qoylibayev, pedagogika ilimleri boyınsha filosofiya doktorı (PhD)

Toplamda basılıp shıqqan maqala hám tezislerdiń mazmunı, olarda keltirilgen maǵlıwmatlardıń durılıǵına avtorlar juwapker.

Ózbekstan mámleketlik dene tárbiyası hám sport universiteti Nókis filialı, “Sport oyunları” kafedrasınıń reje boyınsha ótkerilgen respublikalıq ilimiy-ámeliy konferenciyası Ózbekstan Respublikası Joqarı bilimlendiriw, ilim hám innovaciyalar ministrliginiń 2024-jıl 20-mart kúni tastıyqlanǵan 76-sanlı buyırǵı tiykarında shólkemlestirildi hám konferenciyanı ótkeriw ÓzMDTSU Nókis filialı Keńesiniń 2024-jıl 29-fevraldaǵı 7-sanlı bayanlaması menen tastıyqlandı hám 2024 jıl 3- dekabr kúngi 4-sanlı bayanlaması menen baspaǵa usınıldı.