



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



“MAMLAKATIMIZ TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING O'RNI: MUAMMOLAR, YECHIMLAR VA ISTIQBOLLARI”



GULISTON 2025

**O‘zbekiston Respublikasi oliy
ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi
Guliston davlat universiteti**

**“MAMLAKATIMIZ TA’LIM
MUASSASALARIDA JISMONIY
TARBIYA VA SPORTNING O‘RNI:
MUAMMOLAR, YECHIMLAR VA
ISTIQBOLLARI”
mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy
anjumani ishtirokchisi**



**“THE ROLE OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS IN
EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF
OUR COUNTRY: PROBLEMS,
SOLUTIONS AND PROSPECTS”
Republic scientific-practical subject
conference participant**

TASHKILIIY QO‘MITA RAISI:

**Xodjiyev Muksin Todjiyevich-t.f.d., prof, Guliston davlat universiteti
rektori,
tel: (+998 67) 225-42-75**

RAIS O‘RINBOSARI:

**Murodov Orif Jumayevich-GulDU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar
bo‘yicha prorektori, t.f.d.prof
tel: (+998 67) 225-38-01**

MAS‘UL KOTIB

**Djurayev Mansur Egamberdiyevich-GulDU Ilmiy tadqiqotlar,
innovatsiyalar va ilmiy-pedagogik kadrlar tayyorlash bo‘limi boshlig‘i,
g.f.f.d., dots,
tel: +998 99 314 13 23**

A‘ZOLARI:

**Sultonov Shuxrat Nurmuhammadovich – GulDU Sport faoliyati
dekani., dotsent,
tel: +998 97 277 27 84**

**Omonboyev Berdiyori Ixtiyor o‘g‘li – GulDU Sport o‘yinlari, kurash
nazariyasi va uslubiati kafedrasi mudiri
tel: +998 97 246 16 16**

**Kambarov Davron Saitboyevich – GulDU Sport o‘yinlari, kurash
nazariyasi va uslubiati kafedrasi p.b.f.d.(PhD)
tel: +998 97 494 94 74**

**Xudoyberdiyev G‘iyosiddin Baxtiyor o‘g‘li – Sport o‘yinlari, kurash
nazariyasi va uslubiati kafedrasi p.b.f.d.(PhD), v.b.dotsent,
tel: +998 97 644 95 95**

SO‘Z BOSHI

Respublikamizning ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish sifatini oshirish, ta'lim jarayoniga zamonaviy o'qitish uslublarini joriy qilish, iqtidorli talaba sportchilarni saralash, "Mamlakatimiz ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportning o'rni: muammolar, echimlar va istiqbollari" nomli Respublika ilmiy-amaliy anjumanimizda olimpiya va paraolimpiya musoboqalariga munosib qatnashish dolzarb masalalardan biridir.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi 5924 sonli farmonida Prezidentning "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoni qabul qilindi. Ushbu farmon bilan jismoniy tarbiya va sportni 2025-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi tasdiqlandi. Konsepsiyada aholining sport bilan muntazam shug'ullanishini oshirish, sport-ta'lim muassasalarining moddiy-texnik bazasini yaxshilash va sport sohasida xalqaro hamkorlikni kengaytirish kabi vazifalar belgilangan. "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonun 2015-yil 4-sentyabr: Qonunning yangi tahriri qabul qilinib, unda jismoniy tarbiya va sport sohasidagi munosabatlarni tartibga soluvchi qo'shimcha normalar kiritildi. Ushbu tahrir 47 moddadan iborat bo'lib, sohadagi davlat siyosatining asosiy printsiplari, fuqarolarning huquqlari va majburiyatlari, shuningdek, jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning asosiy yo'nalishlarini belgilaydi.

Kelajak avlodni jismonan sog'lom, intellektual rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, qat'iy hayotiy pozitsiyaga ega, Vatanga sodiq qilib tarbiyalash, demokratik islohotlarni chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish jarayonida ularning ijtimoiy faolligini oshirish masalalari 2022- 2026 yillarga mo'ljallangan yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasida muhim vazifalar sifatida belgilangan

Mamlakatimizda ta'lim va sport sohasida uzoqni ko'zlab olib borayotgan islohotlari bu yo'nalishda oqilona qadam tashlanganligi va strategiyani to'g'ri belgilanganligini isbotlab bermoqda. Etishib chiqayotgan iqtidorli va bilimli sportchi yoshlar turli Respublika, Osiyo hamda jahon chempionatlarida muvaffaqiyatli qatnashib, yutuqlarni qo'lga kiritmoqdalar.

Universitetimizda o'tkazilayotgan ilmiy-amaliy anjuman sportning dolzarb muammolari va istiqbollarga bag'ishlangan bo'lib, davlatimiz rahbarining yuqorida aytilgan bir qator hujjatlar doirasida olib borilayotgan amaliy tadbirlardan biridir

Tashkil etilgan anjuman sport sohasida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlarning natijalarini muhokama qilish, mashg'ulot jarayonida erishilgan tajribalarni umumlashtirish hamda ommalashtirishni, shuningdek, mavjud muammolar echimiga qaratilgan tadqiqotlarni tahlil qilishni maqsad qilib olgan. Bu o'z-o'zidan ilg'or tajribalarni almashish, mavjud muammolar ustida izlanishlarni davom ettirish, yoshlarning malakasini oshirishga xizmat qiladi.

Muksin Xodjiev
Guliston davlat universiteti rektori,
texnika fanlari doktori, professor

takomillashtirish.

- O'quv jarayonida virtual simulyatorlar va video tahlil usullaridan foydalanish.

Adabiyotlar

1. Xu, X. (2019). Table Tennis: Techniques, Strategies, and Training Methods. New York: Sports Press.
2. Zhang, L. (2021). Modern Approaches in Table Tennis Coaching. London: Academic Sports Publishing.
3. Uzbek Olympic Committee. (2023). Stol tennisi bo'yicha xalqaro musobaqalarga tayyorgarlik metodikasi. Tashkent: O'zbekiston Sport Ilmiy Markazi.

БОКСЕРЫ ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИРОВОК ЗА СЧЕТ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Ибрагимов Мироншох Мухаммадович
Доцент Бухарского государственного университета
mirik.ibragimov@mail.ru

Ключевые слова: бокс, физическая подготовка, разрядка, фактор.

Авторизоваться. Физический воспитание и спорта все типы человек здоровье хранилище и подкрепление для важный инструмент становиться услуга делает. Спорт и физический воспитание – молодежь поколение человека физический-моральный, духовный - духовный прилагательные развивать принципы национально-исторический к корням имеет был власть как национальный обычай, традиции, ценности, люди педагогика и восток мыслителей в его работах собственный выражение найденный. Поэтому в нашей стране демократический изменения дальше углубление и гражданство общество основы формирование интенсивный шаг с идущий текущий в период молодежь духовно - образовательный, физически - нравственный с точки зрения до совершенства доставить проблема приоритет задача как указано.

Например, «Образование». "о" Закон и "Персонал" подготовка национальный в программе и "Физический воспитание и спорт" По закону студенты-молодые люди здоровье хранилище и укрепить их физический с точки зрения идеальный люди как воспитание для физический культура основы формирование и его/ее из возможностей полный использовать необходимость подчеркивается. Включая Узбекистан Республика президента Постановления № ПФ-158 от 11 сентября 2023 года «О стратегии «Узбекистан - 2030» , от 28 января 2022 года «О Стратегии

развития нового Узбекистана на 2022-2026 годы» Указ № ПФ-60, 202 1 Постановление № PQ- 5099 от 25 апреля "О мерах по дальнейшему развитию бокса" Система образования нашей страны отразила исключительную важность физического воспитания и спорта, особенно во всестороннем развитии молодежи.

Исследовать цель. Разные виды спорта к их названиям имеет студент боксеры боевой передача тактический стили во внимание полученный без физический подготовка стиль работающий Выход и оправдание.

Методы организации исследования. Разные виды спорта к их названиям имеет студент боксеры физический готовность структура и динамика гетерохронный и гетерогенный природа нас спортивное поведение до уровня глядя на этот события дифференциал видя выходить принужденный делает. Для этого Варивакс критерию в соответствии с вращение с центральный в некотором роде сделанный повысился фактор анализ был применен.

Факториал анализ результаты Разные виды спорта к их названиям имеет студент боксеры физический способности в составе и в бою боевой делать тактический в стилях очень серьезный изменения о говорить основа дает: спортивное поведение тем ниже их подвижность так много весь проявление будет.

III-II спортивный разряд боксеры для только пять фактор было определено, из которых выборов общий разница самый большой вклад - 31,3 % организация семь (множитель 1). Этот фактор интерпретируется как «общая двигательная одаренность». делать возможный потому что это часть двигательной области статус описательный почти все тесты для высокий результат дал: стационарный динамометрия (0,91), бег на 30 м (-0,90), длина прыжок (0,87), вперед наклоны (0,86), проба Ромберга (0,82), бег на 3000 м (-0,79). Боксеры этот в категории" нервно-мышечный системы функциональный Фактор «государства» (фактор 2) очень важно, - его образец общий к дисперсии добавлено вклад составляет 21,2% организация достиг. Исходный индикаторы в основном сенсомоторная область боксеров способности отражение вызванный из-за этого мы Мы назвали этот фактор «общая сенсомоторная способность».

Физический разработка индикаторы третий фактор организация (общий к дисперсии вклад - 16,9%), мы называем это "антропометрическим «Различия» мы их называли. Четвертый фактор (общий к дисперсии вклад - 13,9%) высоки весомый умственный качества индикаторы собственный внутри принимает: определение необязательный качество оценка (0,74), умственная надежность (0,76), внимание стабильность (0,74), работа память (0,73).), оперативный мышление (0,70), внимание замена (0,69). Этот возраст у спортсменов умственный прилагательные структура один из многообразия доказательство дает.

Пятый фактор (общий) к дисперсии вклад - 7,9%) «вероятный при

данных обстоятельствах психомоторный как "реакции" интерпретация быть сделано возможным. До настоящего времени простой и сложный инструмент реакции тестеры друг от друга отдельно появление это было.

Первая спортивная категория - стандарты SUN завершённый - боксеры физический способностей основы структура более подробно нас будет: восемь человек фактор Мы определили. Из выбора общий дисперсия самый большой вклад "физический фактор подготовки" к добавлено - 19,7% (коэффициент 1). Высокий к весам имеет был этот фактор мертвый поднимать динамометрия (0,81), бег 30 м (-0,79), стоя без к длине прыжок (0,78), тело вперед показатели сгибания (0,75), бега на 3000 м (-0,74) собственный внутри занимает.

Второй фактор (общий) к дисперсии вклад - 12,7%) физический разработка индикаторы собственный внутри занимает. Этот фактор является «физическим». в разработке Этот фактор называется «различиями». содержание известный на уровне повторяется, но не так часто прозрачный это не (III-II спортивный разряд) боксеры с сравнение).

Третий в факторе разделенный стоя результаты тестов боксеров интерес пробуждает (общий) к дисперсии вклад - 12,3%). Нажмите тест - положительный значения (0,71), мышцы Напряжение тон (0,70), нормальный инструмент реакция времени отрицательный характеристики (-0,72) этого в категории боксеры время и мелкая моторика между антагонистический отношения определить возможность дает.

Четвертый фактор (общий) к дисперсии вклад - 11,8%) выбор фактор реакции как интерпретация быть сделано возможным.

Пятый к фактору (всего к дисперсии добавлен вклад - 11,4%) - определения необязательный качество (0,68) и умственный надежность - (0,72) оценщик показатели, шестой (общий) к дисперсии вклад - 10,4%) - транспортное средство память (0,70), внимание устойчивость (0,59), работоспособность память (0,55), оперативная мышление (0,52), внимание замена (0,50).

Статичный и динамические показатели тремора седьмой к фактору выделено (общее) к дисперсии вклад - 9,8%). Восьмой фактор время (0,61), пространство (0,60), динамика действия (0,52) повторение работающий выпускать индикаторы (общий) к дисперсии добавлен вклад - 8,8%) достиг.

Исследовать результаты и обсуждение. III-II спортивный разряд боксеры между пять фактор было определено , из которых выборов общий разница самый большой вклад (31,3%) фактор это был первый уровень интерпретируется как «общие двигательные навыки» у спортсменов будет сделано - ВС восемь фактор определенных; мастера спорта в середине и десять три определенных. Спортивное поведение увеличивается прогресс с физический способностей факториал структура дробный и самому себе типичный к функции имеет будет. III-II спортивный разряд боксеры между

физический способности в составе интеграция процесс, в мастерах спорта и этот характеристик структура различие процесс преимущество делает.

Физический способностей различных характеристики спортивных навыков увеличивать с улучшается, но это изменения гетерохронный и Он неравномерный. Этот индикаторы большинство результатов асимметричный распределение и высокий уровень к изменчивости имеет.

Заключение. Студент спортивные навыки боксеров увеличивать с боксеры физический способности отличается, это факторы число заметный на уровне от увеличения доказательство дает. Двигатель индивидуальное проявление способностей бытия самому себе оригинальность увеличивается и различных при данных обстоятельствах действовать мудро способности происходит постепенное «расслоение» будет. - Физический способностей различных появлений самому себе оригинальности увеличивать корреляция анализ информация также характеризуется: анализом быть сделано параметры между надежный отношение число заметный на уровне уменьшается, анализ быть сделано индикаторы между отношений целеустремленность определяется.

Презентация используемый материал сказать основа дает, спортивное поведение растет прогресс с физический способности - отличается, их различных появления взаимный зависимость меньше будет и боксеры самому себе типичный моторизованный активности некоторый к типам тенденция все больше и больше более чувствовать начинается . Для борьбы тактический к варианту тенденция при определении в различных спортивных навыках боксеры физический способности структура некоторый структурный части оценка важно - это спорт улучшение в процессе следующий разработка для ключ.

Использовал литература список .

1. Туробов Х., Эргашев Ж. ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ БОКСЕРОВ 11-12 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ //Инновации в науке и технологиях. – 2024. – Т. 1. – Нет. 1. – С. 37-42.

2. Джунайдуллоевич А.М. Методика обучения легкой атлетике детей разного возраста //Web of Scientist: Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – Т. 2. – Нет. 05. – С. 49-59.

3. Каримов М.А. и др. Повышение спортивно-педагогического мастерства боксеров //Ташкент. УзГСИ . – 2011.

4. Мухаммадович И.М. Основные методические указания по развитию скоростно-силовых качеств боксеров //Web of Synergy: Международный междисциплинарный исследовательский журнал. – 2023. – Т. 2. – Нет. 5. – С. 550-554.

5. Мухаммадович И.М. и др. Оценка быстрой силы боксеров в соревнованиях по боксу // Международный журнал формального образования. – 2024. – Т. 3. – Нет. 1. – С. 68-71.

**“Mamlakatimiz ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportning o’rni:
muammolar, yechimlar va istiqbollari”**

MUNDARIJA

1-SHO‘BA. JISMONIY TARBIYA VA SPORTDA SARALASH (SELEKSIYA) MUAMMO VA YECHIMLAR		
Alijonov O.M Nuriddinov M.A	12-13 yoshli karatechilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish	6
Axmuratova U	Bolalarni sportga yo‘naltirish, tanlash va seleksiya ishlarini samarali tashkil etish	8
Eryigitov D.X	Bolalarning sport qobiliyati va iqtidorini aniqlashning pedagogik asoslari	11
Jalolova.Z.S	Sport talantini erta aniqlash va seleksiy ishlarining zamonaviy nazariyasi va uslubiylatining dolzarb mammolari	13
Kambarov D.S. Begimqulova M.SH	Oliy talim talaba yoshlarini harakat faolligini yetishmovchiligi muammolari tahlili	16
Karabayev X.N Mardiyev K.Z	Актуальность физического воспитания в системе образования узбекистана	22
Kubayev. S.R Nizomova N.N	Kurashchilar sport travmatizmi tahlili	24
Mamatkulov A.A	Kichik yoshdagi maktab o‘quvchilari bilan olib boriladigan jismoniy tarbiya darslarining o‘ziga xos xususiyatlari	28
Mavlonov B.S	Yosh basketbolchilarni jismoniy tayyorgarligini oshirishda egiluvchanlik va tezkorlik sifatlarini qo‘llash	32
Maxamatov I.J	Kurashchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini muvofiqlashtirishning nazariy asoslari	34
Mo‘minov F.I	Yosh futbolchilarning kompleks tayyorgarligida taktik tayyorgarlikning samaradorligi	38
Qodirqulova X.Sh	Yosh basketbolchilarda psixiologik tayyorgarlikning o‘ziga xos xususiyatlari	43
Raimov D.I	Методика совершенствования технической подготовки юных футболистов 14-15 лет	46
Rustamov A.A	Maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyalanuvchilari jismoniy faolligidagi o‘zgarishlarning yoshga bog‘liq xususiyatlari	49
Sultanov Sh.N Burxonov A.M	14-15 yoshli erkin kurashchilarning mashg‘ulotlar rejasini haftalik mikrosikillarda samarali tashkil qilish metodikasi	54
Urazova M.Y	Increasing the effectiveness of using active games in physical education classes of schoolchildren	59
Xoliqov U.Q	Jismoniy tarbiya darslarda “farzin” mavzusi uchun dars ishlanmasinig muammo va yechimlar	61
Yusufova G.E	Ommaviy sportni va professional sportini rivojlantirishning bugungi kundagi muammo va yechimlari	66
Zahritdinov A.T Hasanova N.B	Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda bolalar sportining roli	69

	kompetentlikni ta'minlash - dolzarb masala sifatida	
Djalalov SH.V	Использование подвижных игр для дифференцированного развития координации у мальчиков и девочек 5–7 классов	238
Halimova F.K Bobohomilov X.A	Voleybol sport o'yini	242
Halimova F.K O'ngboyev D.A	Harakatli o'yinlarning turlari va mazmuni	246
Holiqjonov A.D	Yuqori sinf o'quvchilarning jismoniy yuklamalarni to'g'ri taqsimlash bo'yicha adabiyotlar tahlili	249
Ibragimov A.T Mo'minxo'jayev A	Jismoniy madaniyat yo'nalishi talabalariga stol tennisi bo'yicha texnik-taktik tayyorgarlik darajasini oshirish	253
Ibragimov M.M	Боксеры повышение эффективности тренировок за счет развития физических качеств	255
Iskandarov I.SH	Oliy ta'lim tizimini raqamlashtirish va innovatsion texnologiyalar asosida iqtidorli talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlash	259
Isoqova S.A	Методика преподавания физической культуры и спорта в вузах	263
Izzatullayev S.SH	Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi	266
Jabborov A	Kurash sportida an'anaviy va zamonaviy tayyorgarlik tizimi: ilg'or usullar va metodikalar	271
Jalolova.Z.S	Jismoniy madaniyat talabalarini o'qitishda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanishning nazariy asoslari	274
Jo'rayev G'.I	Kurashchilar musobaqa faoliyatida hujum, himoya, qarshi hujum va ogohlantirishlar	278
Kambarov D.S	Talaba-qizlarni jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkishlarini oshirishga mo'ljallangan mashqlar majmuasi vositalarini tanlash va ularning samaradorligi	282
Karabayev X.N	Сила воды для достижения невероятных спортивных результатов	286
Karimov A.SH	Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida harakatli o'yinlarni tashkil etishning pedagogik xususiyatlari	288
Karimov F.J	Yuqori malakali futbolchilarning musobaqa davri o'yinlararo sikllari uchun mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirish	292
Kubayev S.R.	10-12 yoshdagi kurashchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish yo'llari va samarasi	300
Kurbanov E.E Primqulov U	Talaba yoshlar ma'naviy-axloqiy sifatlarini ommaviy axborot vositalari asosida takomillashtirishning pedagogik psixologik jihatlarini	303
Mardiyev K.Z	Milliy kurash sportida musobaqa oldi yuklamalarini rejalashtirish	308
Maxamatov I.J	Kurashchilarning kurash usullari va taktik harakatlarini o'zlashtirish darajalari	311
Mirzaqulov SH Kubayev S.R	Kurash sportining texnik va taktik tizimini ishlab chiqish	317
Mirzayev I.I	Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion texnologiyalardan	319