



**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**

### **Konferenciyanı shólkemlestiriw komiteti:**

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

## QUTLÍQLAW SÓZI

«Sport oýınları túrleri: teoriyası hám ámeliyattaǵı aktual mashqalalar» atamasındaǵı Ózbekstan Respublikası kóleminde shólkemlestirilip atırǵan ilimiy-ámeliy konferenciyasına xosh kelipsizler.

Búgingi kúnde jaslarǵa tereń tálim-tárbiya beriw, olardıń arzuw-niyetlerin, umtılısları hám qábiletlerin júzege shıǵarıw menen birge olardı fizikalıq hám ruwxıy jaqtan salamat áwlad etip tárbiyalaw mámleketimiz siyasatınıń baslı baǵdarlarınan esaplanadı. Bul baǵdarda ósip kiyatırǵan jas áwladtı sport shınıǵıwlarına turaqlı qamtıp alıw, ásirese sport oýınlarınıń túrlerine qızıǵıwshılıǵın joqarılátıw boyınsha bir qatar is ilajlar ámelge asırılmaqta.

Atap ótetuǵın bolsaq Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyevtiń 2020-jıl 24-yanvardaǵı “Ózbekstan Respublikasında dene tárbiya hám sporttı jáne de jetilistiriw hám ǵalabalıǵın asırıw is-ilajları haqqında”ǵı PP-5924-sanlı, 2024-jıl 19-iyuldaǵı “Voleybol sport túrlerin jánede rawajlandırıw is-ilajları haqqında” ǵı, 2024-jılı 20-mart sánesinde qabıl etilgen PQ-136-sanlı “Máhállelerde futbol infrastrukturasın rawallandırıw hám tarmaǵın keńeytiw ilajları haqqında” ǵı Pármanında Qábiletli futbolshılardı tańlap alıw hám tayarlawdıń nátiyjeli sistemasın jaratıw, milliy saylandı komandalar hám professional futbol klubları ushın sapalı sport rezervin qalıplestiriw, máhállelerden baslap futbol infrastrukturasın rawajlandırıw jáne futbol mektepleri hám futbol akademiylarına qábiletli futbolshılardı tańlap alıwdı (selekciyanı) jáne de jetilistiriw maqset etip belgilengen. Bul qararlar Prezidentimiz hám húkimetimizdiń sportqa bolǵan ayırıqsha itibarınıń dáleli bolıp tabıladı.

Usı jılı bolıp ótken Parij-2024 Olimpiyadasında mámleketimiz sportshıları tariyxıy nátiyjege eristi, yaǵnıy 206 mámleket arasında 13-orındı qolǵa kiritkenligin maqtanış penen sóz etsek boladı. Álbette, bunday nátiyjeler artında Húrmetli Prezidentimizdiń sportqa bolǵan itibarı hám ǵamqorlıǵı turadı. Ózbekstan sportı tariyxında birinshi márte Olimpiyada oýınlarında futbol boyınsha olimpiya saylandı komandamızdıń qatnasıwı bolsa, basqa sport oýınları túrlerine atap

aytqanda basketbol, voleybol, gandbol, regbi, suw polosı sıyaqlı komandalıq sport túrlerin de rawajlandırıw zárúrlıgın kórsetti hám bir neshe wazıypalar belgilendi.

Búgingi kúnde iskerligimizdiń jemisi sıpatında hár bir sport túrin rawajlandırıwǵa ayırıqsha itibar qaratıp, onıń rawajlanıwına ayırıqsha kewil bólinip kelmekte. Dene tárbiya hám sporttaǵı mashqalalar menen birge Olimpiya hám Paralimpiya sport túrleri boyınsha tájiriya qánigeler tayarlawdıń teoriyalıq hám metodikalıq tiykarların úyreniw hám rawajlandırıp barıw dáwir talabı bolıp esaplanadı. Joqarı oqıw orınlarında dene tárbiya hám sport boyınsha qánigelerdi tayarlawdıń aktual máselelerin úyreniw menen birge mámleketimizde usı tarawdı rawajlandırıwdıń zárúriyatın payda etedi. Olimpiya hám Paralimpiya sport túrlerin jáne de rawajlandırıw jolında sport túrleriniń zamanagóy baǵdarların shólkemlestiriw zárúr.

Juwmaqlap aytqanda «Sport oyunları túrleri: teorıyası hám ámeliyattaǵı aktual mashqalalar» atamasındaǵı respublikalıq ilimiy-ámeliy konfrensiya mámleketimizde sport oyunları túrlerin jáne de rawajlandırıwǵa xızmet etedi dep esaplayman hám búgingi konfrensiyanı shólkemlestiriwshi professor oqıtıwshılardıń jumıslarında tasqın tabıslar tilep qalaman.

*Ózbekstan mámleketlik dene tárbiyası hám sport universiteti*  
*Nókis filialı direktorı*  
*pedagogika ilimleri boyınsha filosofiya doktorı (PhD), professor*  
**ERIMBETOV BAYRAMBAY KARLÍBAEVICH**

Qo'llangan usullar tananing qismlarini o'zaro kelishilgan holda, harakat aktining ketma – ketligi tizimini buzmay, jismoniy sifatlari (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, muskullar egiluvchanligi va bo'g'inlar harakatchanligi)ning keraklicha namoyon qilinishini taqozo etadi.

Usul samarali bo'lsa, amaliyotda unumli qo'llanishi mumkin va uzoq vaqt o'zining hayotiy – amaliyligini saqlab qoladi.

Ratsional sport texnikasi. Ratsional sport texnikasining asosiy qoidasi shundan iboratki, faoliyatni bajarishda aktiv va passiv harakatlantiruvchi kuchlardan to'laqonli va maqsadga muvofiq ravishda foydalanib, shu vaqtning o'zida uni tormozlovchi kuchlarni kamaytirish tushuniladi.

Xulosa qilsak, ratsional texnikani egallashda faqat mexanika qonunlariga tayanish bilan cheklanmay, harakatni biologik qonuniyatlarga ham tayanishga to'g'ri keladi.

Suzish texnikasi deganda, harakatlarni mutanosib ravishda namoyon qilish tushuniladi. Bu esa ma'lum harakat qoidalarga rioya qilgan holda bo'ladi.

Aks holda oddiy suvda cho'miluvchilar suzishdan farqi qolmay qoladi.

Buning uchun, avvalo, suzishning shakli, harakat usullari va shu harakatlarni sportchi o'zining tashqi va ichki kuchlarini yuqori darajada safarbar qila oladi.

Suzuvchining muntazam ravishda “bir qolipga tushib suzish” tabiatini egallashi bora – bora uning individual suzish texnikasiga aylana boradi.

Endi u o'zining butun harakat va funksional imkoniyatlarini o'z texnikasi asosida ro'yobga chiqaradi.

Individual texnika qanchalik takomillashsa, u shunchalik yengil ko'chadigan bo'lib boradi va yangidan-yangi turlar ustida mashq qilish imkoniyati tug'iladi.

Suzish texnikasini qanchalik sust yoki tez takomillashtirib borishda yuqorida aytib o'tganimizdek, sportchining yoshi, bo'yi, gavda qismlari rivojlanganligining shaxsiy qobiliyati muhim ahamiyatga ega.

Sportchining jismoniy chiniqqanligi, kuchi va qayishqoqligining roli o'z – o'zidan ayonki, juda zarur.

Harakat texnikasining ayrim detallari – gavda holati, nafas ritmi, eshish uzunligi va tezligi, muskul kuchlanishini o'zgartirish hisobiga suzishda yuqori tezlikka erishish uchun har bir suzuvchi o'zining shaxsiy imkoniyatlaridan ratsional foydalanishga intilish kerak.

**Xulosa:** Sport mashqi jarayonida suzuvchining harakat imkoniyatlari oshadi, texnikasining ayrim detallari o'zgaradi va takomillashadi. Sportcha suzish usullari texnikasini tahlil qila olish uchun harakat sikllaridan birini o'rganishning o'zi kifoya. Suzishning hamma usullarida harakat sikli eshish, tayyorgarlik fazalari bilan farqlanadi. Tayyorgarlik pallasida suzuvchining o'z energiyasini tejay bilishi va optimal kuchlanishni talab qiladigani eshish harakatining shu bo'lagida undan tejamkorlik bilan foydalana bilishi texnikasining sifatligini ko'rsatadi.

Lekin ba'zi suzuvchilar harakat paytida muskullarini haddan tashqari taranglashtirib yuboradilar. Asosan bu suzishni o'rganayotganlarga taaluqli.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Botirov B. Suzish texnikasini o'rgatish: Uslubiy qullanma 2009. – 29 b.
2. Karayev V. Sh. Suzish va uni o'qitish metodikasi: o'quv qullanma 2021. – 20 b.
3. Korbuto V. M. Suzish darslik, Toshkent – 2012. 266 b.
4. Khabibullayev, S. X. (2023). *Methods Of Designing Sports Events on Cheerful Starts*. Pedagogical Cluster-Journal of Pedagogical Developments (PCJPD), vol-1, issue-2, 75-85.

#### TALABA BOKSCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH

**Ibragimov Mironshox Muxammadovich**

*Buxoro davlat Universiteti Sport nazariyasi va metodikasi  
kafedrasida dotsenti*

**Kalit so'zlar:** boks, jismoniy tayyorgarlik, razryad, omil.

**Ключевые слова:** бокс, физическая подготовка, разряд, фактор.

**Key words:** boxing, physical training, title, factor.

**Kirish.** Jismoniy tarbiya va sportning barcha turlari insonning sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash uchun muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. Sport va jismoniy tarbiya – yosh avlod shaxsining jismoniy-axloqiy,

ruhiy-ma'naviy sifatlarini rivojlantirish tamoyillari milliy-tarixiy ildizlariga ega bo'lgan qudrat sifatida milliy urf-odatlar, an'analar, qadriyatlar, xalq pedagogikasi hamda sharq mutafakkirlarining asarlarida o'z ifodasini topgan. Shu boisdan mamlakatimizda demokratik o'zgarishlarni yanada chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyati asoslarini shakllantirish jadal sur'atlar bilan borayotgan hozirgi davrda yoshlarni ma'naviy-ma'rifiy, jismoniy-axloqiy jihatdan kamolotga yetkazish masalasi ustuvor vazifa qilib belgilangan.

Chunonchi, "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"da hamda "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonunda o'quvchi-yoshlar sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash, ularni jismoniy jihatdan barkamol insonlar qilib tarbiyalash uchun jismoniy madaniyat asoslarini shakllantirish va uning imkoniyatlaridan to'la foydalanish lozimligi ta'kidlanadi. Jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentyabrdagi "O'zbekiston – 2030" strategiyasi to'g'risidagi PF-158-sonli farmonlari, 2022-yil 28 yanvardagi "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi PF-60-son farmoni, 2021-yil 25 apreldagi "Boksni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-5099-sonli qarori mamlakatimiz ta'lim tizimida ayniqsa yoshlarni har tomonlama kamol toptirishda jismoniy tarbiya va sportning nihoyatda muhim ekanligi o'z aksini topgan.

*Tadqiqot maqsadi.* Turli sport unvonlariga ega talaba bokschilarning jang o'tkazish taktik uslublarini hisobga olgan holda jismoniy tayyorgarlik uslubini ishlab chiqish va asoslash.

*Tadqiqotni tashkil qilish usullari.* Turli sport unvonlariga ega talaba bokschilarning jismoniy tayyorgarligi strukturasi va dinamikasining geteroxronik va geterogen tabiati bizni sport mahorati darajasiga qarab bu hodisalarni differentsial ko'rib chiqishga majbur qiladi. Buning uchun Varivax mezoniga ko'ra aylanish bilan markaziy usulda amalga oshirilgan omil tahlili qo'llanildi.

Faktorli tahlil natijalari Turli sport unvonlariga ega talaba bokschilarning jismoniy qobiliyatlari tarkibida va jangda jang qilishning taktik uslublarida juda jiddiy o'zgarishlar haqida gapirishga asos beradi: sport mahorati qanchalik past bo'lsa, ularning harakat qobiliyati shunchalik yaxlit namoyon bo'ladi.

III-II sport razryaddagi bokschilar uchun faqat beshta omil aniqlandi, ulardan tanlovning umumiy farqiga eng katta hissa 31,3% ni tashkil etdi (1-omil). Bu omilni "umumiy motor iste'dodi" deb talqin qilish mumkin, chunki u motor sohasining holatini tavsiflovchi deyarli barcha testlar uchun yuqori natijani berdi: statsionar dinamometriya (0,91), 30 m yugurish (-0,90), uzunlikka sakrash (0,87), oldinga egilish (0,86), Romberg testi (0,82), yugurish 3000 m (-0,79). Bokschilarning ushbu toifasida "neyromuskulyar tizimning funktsional holati" omili (2-omil) juda muhim, uning namunadagi umumiy dispersiyaga qo'shgan hissasi 21,2% ni tashkil etdi. Dastlabki ko'rsatkichlar asosan bokschilarning sensorimotor sohadagi qobiliyatlarini aks ettirganligi sababli, biz bu omilni "umumiy sensorimotor qobiliyat" deb nomladik.

Jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari uchinchi omilni tashkil etdi (umumiy dispersiyaga hissa - 16,9%), biz uni "antropometrik farqlar" deb ataganmiz. To'rtinchi omil (umumiy dispersiyaga hissasi - 13,9%) yuqori vaznli aqliy fazilatlar ko'rsatkichlarini o'z ichiga oladi: qat'iyatning ixtiyoriy sifatini baholash (0,74), aqliy ishonchlilik (0,76), diqqat barqarorligi (0,74), ish xotirasi (0,73), operativ fikrlash (0,70), diqqatni almashtirish (0,69). Bu yosh sportchilarda aqliy sifatlar strukturasi bir xilligidan dalolat beradi.

Beshinchi omil (umumiy dispersiyaga hissa - 7,9%) "ehtimoliy sharoitlarda psixomotor reaksiyalar" sifatida talqin qilinishi mumkin. Hozirgacha oddiy va murakkab vosita reaksiyalarining sinovchilari bir-biridan alohida paydo bo'ldi.

Birinchi sport toifasi - SUN me'yorlarini bajargan bokschilarning jismoniy qobiliyatlarining asoslar tuzilmasi batafsilroq bo'ladi: biz sakkizta omilni aniqladik. Tanlovning umumiy dispersiyasiga eng katta hissa "jismoniy tayyorgarlik" omili tomonidan qo'shiladi - 19,7% (1-omil). Yuqori og'irliklarga ega bo'lgan bu omil o'lik ko'tarish dinamometriyasi (0,81), 30 m yugurish (-0,79), tik turgan holda uzunlikka sakrash (0,78), tanani oldinga egish (0,75), 3000 yugurish m (-0,74) ko'rsatkichlarini o'z ichiga oladi.

Ikkinchi omil (umumiy dispersiyaga hissasi - 12,7%) jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini o'z ichiga oladi. Bu omil "jismoniy rivojlanishdagi farqlar" deb nomlangan. Bu omilning mazmuni ma'lum darajada - takrorlandi, ammo unchalik aniq emas (III-II sport razryaddagi bokschilar bilan taqqoslash).

Uchinchi omilda ajralib turadigan bokschilarning test ko'rsatkichlari qiziqish uyg'otadi (umumiy dispersiyaga hissasi - 12,3%). Bosish testining ijobiy qiymatlari (0,71), mushaklarning kuchlanish tonusi (0,70), oddiy vosita reaksiya vaqtining salbiy xarakteristikalar (-0,72) ushbu toifadagi bokschilarning vaqt va aniq motor harakatlari o'rtasidagi antagonistik munosabatlarni aniqlashga imkon beradi.

To'rtinchi omil (jami dispersiyaga hissa - 11,8%) "tanlov reaksiyasi" omili sifatida talqin qilinishi mumkin.

Beshinchi omilga (jami dispersiyaga qo'shgan hissasi - 11,4%) qat'iyatning ixtiyoriy sifatini (0,68) va aqliy ishonchlilikni (0,72) baholovchi ko'rsatkichlar, oltinchi (umumiy dispersiyaga hissasi - 10,4%) - vosita xotirasi (0,70) kiradi, diqqatning barqarorligi (0,59), operativ xotira (0,55), operativ fikrlash (0,52), diqqatni almashtirish (0,50).

Statik va dinamik tremor ko'rsatkichlari ettinchi omilga ajratildi (umumiy dispersiyaga hissa - 9,8%). Sakkizinchi omilni vaqt (0,61), makon (0,60), dinamik harakatlar (0,52) takror ishlab chiqarish ko'rsatkichlari (umumiy dispersiyaga qo'shgan hissasi - 8,8%) tashkil etdi.

*Tadqiqot natijalari va muhokamasi.* III-II sport razryaddagi bokschilar o'rtasida beshta omil aniqlandi, ulardan tanlovning umumiy tafovutiga eng katta hissa (31,3%) omil bo'ldi, birinchi darajali sportchilarda "umumiy harakat qobiliyati" deb talqin qilinadi - SUN sakkiz omilni aniqladi; sport ustalari o'rtasida esa o'n uchta aniqlandi. Sport mahorati ortib borishi bilan jismoniy qobiliyatlarning omilli strukturasi kasrli va o'ziga xos xususiyatga ega bo'ladi. III-II sport razryaddagi bokschilar orasida jismoniy qobiliyatlar tarkibida integratsiya jarayoni, sport ustalarida esa bu xususiyatlarning tuzilishini farqlash jarayoni ustunlik qiladi.

Jismoniy qobiliyatlarning turli xarakteristikallari sport mahoratining oshishi bilan yaxshilanadi, ammo bu o'zgarishlar geteroxronik va notekisdir. Ushbu ko'rsatkichlarning aksariyati natijalarning assimetrik taqsimotiga va yuqori darajadagi o'zgaruvchanlikka ega.

*Xulosa.* Talaba bokschilarning sport mahorati oshishi bilan bokschilarning jismoniy qobiliyatlari farqlanadi, bu omillar sonining sezilarli darajada ortishidan dalolat beradi. Dvigatel qobiliyatlarining individual namoyon bo'lishining o'ziga xosligi oshadi va turli sharoitlarda oqilona harakat qilish qobiliyatining bosqichma-bosqich "tabaqalanishi" sodir bo'ladi. Jismoniy qobiliyatlarning turli ko'rinishlarining o'ziga xosligining oshishi korrelyatsiya tahlili ma'lumotlari bilan ham tavsiflanadi: tahlil qilinadigan parametrlar o'rtasidagi ishonchli munosabatlar soni sezilarli darajada kamayadi, tahlil qilinadigan ko'rsatkichlar o'rtasidagi munosabatlarning maqsadlilik aniqlanadi.

Taqdim etilgan material shuni aytishga asos beradiki, sport mahorati o'sib borishi bilan jismoniy qobiliyatlar farqlanadi, ularning turli ko'rinishlari o'zaro bog'liqligi kamroq bo'ladi va bokschilarning o'ziga xos motorli faoliyatining ayrim turlariga moyillik tobora ko'proq sezila boshlaydi. Jang o'tkazishning taktik variantiga moyillikni aniqlashda turli sport malakalaridagi bokschilarning jismoniy qobiliyatlari tuzilishining ayrim tarkibiy qismlarini baholash muhimdir - bu sportni takomillashtirish jarayonida keyingi rivojlanish uchun kalit.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.**

1. Turobov X., Ergashev J. Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida shug'ullanuvchi 11-12 yoshli bokschilar kuch sifatining rivojlanish dinamikasi //Innovations in Science and Technologies. – 2024. – T. 1. – №. 1. – C. 37-42.
2. Junaydulloevich A. M. Methodology of teaching athletics for children of different ages //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 05. – C. 49-59.
3. Karimov M. A. et al. Improving the sports pedagogical skills of boxers //Tashkent. UzSWLI. – 2011.
4. Mukhammadovich I. M. The Main Methodological Instructions for the Development of Speed-Strength Qualities of Boxers // Web of Synergy: International Interdisciplinary Research Journal. – 2023. – T. 2. – №. 5. – C. 550-554.
5. Mukhammadovich I.M. et al. Evaluation of quick-power of boxer in boxing competitions //International Journal of Formal Education. – 2024. – T. 3. – №. 1. – C. 68-71.

## MAZMUNÍ

| <b>I SEKCIYA. JASLARDÍ SPORT OYÍNLARÍ TÚRLERINE QAMTÍP ALÍWDÍN ZAMANAGÓY MASHQALALARÍ HÁM SHESHIMLERI</b> |                                                                                                                                                                                                |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 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 SHÍNIQTÍRÍWDA 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 ГУРУҲИ 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.Arzimbetov</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 JETILISTIRIWDÍN 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>Казаков Аллаяр Раджапович</i> - ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛА                                                                                                                     | 44 |
| 18.                                                                                                       | <i>Xo'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>Axrorjon 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 |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 45.                                                                                         | SPORCHILARDI PARA JEÑIL ATLETIKAĞINIÑ JUWIRIP KELIP UZINLIQQA SEKIW TÚRI BOYINSHA NATIJELIGIN ARTTITUW                                                                    | 99  |
| 46.                                                                                         | <i>Nurmedov Nurmuxammed-</i> QO‘L JANGI BILAN SHUG‘ULLANUVCHILARNI MUSOBAQALARGA TAYYORLASH SAMARADORLIGI                                                                 | 100 |
| 47.                                                                                         | <i>Astankulova Dilnura-</i> BADIY GIMNASTIKACHI QIZLARING HALQA PREDMETI BILAN BAJARILADIGAN MURAKKAB MASHQLAR TEXNIKASINI TAKOMILLASHTIRISH SAMARADORLIGI                | 102 |
| 48.                                                                                         | <i>С.Р.Давлетмуратов, С.Х.Хабибуллаев-</i> ФУТБОЛ ЎЙИНИДА ЖАМОАЛАРНИНГ ТАКТИК ТИЗИМЛАРИ ВА УЛАРНИНГ ЗАМОНАВИЙ КЎРИНИШЛАРИ                                                 | 103 |
| 49.                                                                                         | <i>Sulaymonov M. SH.-</i> SUZUVCHILARNING TEXNIK TAYYORGARLIGINI MUSOBAQA FAOLIYATIDA NAZORAT QILISH USULLARI                                                             | 105 |
| 50.                                                                                         | <i>Ibragimov Mironshox Muxammadovich</i> -TALABA BOKSCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLNTIRISH                                                                        | 106 |
| <b>II SEKCIYA. SPORT OYINLARI TURLERINDE SPORTSHILARDI TAYARLAWDIN AHMIYETLI MASHQALARI</b> |                                                                                                                                                                           |     |
| 51.                                                                                         | <i>С.Х.Хабибуллаев-</i> ФУТБОЛ ЎЙИНИДА ГАЛАБА ҚОЗОНИШДА ТАКТИК ТАЙЁРГАРЛИКНИНГ ЎРНИ ВА АҲАМИЯТИ                                                                           | 109 |
| 52.                                                                                         | <i>Allayarov Said Kasimjanovich-</i> VOLEYBOL O‘YINI TEXNIKASINI O‘RGATISH JARAYONLARI                                                                                    | 110 |
| 53.                                                                                         | <i>Allayarov Islambek Kasimjanovich, Nurabullaev Dauran Satmuratovich-</i> VOLEYBOL O‘YININING TEXNIK HARAKATLARI                                                         | 112 |
| 54.                                                                                         | <i>M.Urazimbetova, S.Turdibaev-</i> BALALARDIN FIZIOLOGIYALIQ JAQTAN RAWAJLANIWINDA JUZIY SPORTININ TUTQAN ORNI                                                           | 113 |
| 55.                                                                                         | <i>T.SH.Seytmuratov-</i> FUTBOLDA TÓRESHILER JUMISINDAGI FAKTORLARININ ÓZGESHELIKLERI                                                                                     | 115 |
| 56.                                                                                         | <i>T.Kaipnazarov , A.Maratov</i> -MINI-FUTBOLNING QISQACHA RIVOJLANISH TARIXI.                                                                                            | 116 |
| 57.                                                                                         | <i>Базарбаева Айнура Бахтияровна</i> -СУЩНОСТЬ МОТИВАЦИИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ                                                                                       | 119 |
| 58.                                                                                         | <i>Тлеуов Бахит Абийбуллаевич, Ибраимова Дилфуза Нураддин кизи</i> ГАНДБОЛЧИ-ТАЛАБАЛАРДА МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК КЎРСАТКИЧЛАРИНИНГ ТАЖРИБА ДАВОМИДА ЎЗГАРИШ ДИНАМИКАС | 121 |
| 59.                                                                                         | <i>Avezbaev Aziz Haydarovich-</i> BASKETBOLCHI YOSHLARNING MAXSUS KUCH TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH                                                                  | 123 |
| 60.                                                                                         | <i>Avezbaev Aziz Haydarovich-</i> BASKETBOL O‘YIN TEXNIKASIGA DASTLABKI O‘RGATISH JARAYONINING MAZMUNI VA AHAMIYATI                                                       | 125 |
| 61.                                                                                         | <i>B.Tleuov , R.Joldasbaev-</i> GANDBOLCHILAR UCHUN SPORT TAYYORLASH TIZIMINING ASOSIY ELEMENTLARI                                                                        | 126 |
| 62.                                                                                         | <i>Avezbaev Aziz Haydarovich, Bajieva Kamshat Tlepbergen qizi-</i> KO‘P YILLIK TAYYORGARLIK DAVOMIDA BASKETBOLCHILARNING MASHG‘ULOT VA MUSOBAQA YUKLAMALARINI NAZORAT     | 127 |
| 63.                                                                                         | <i>Abdullaev Islam Maxmudovich, Muxammeddinov Dawranbek-</i> YOSH FUTBOLCHILARNI TEZKORLIK SIFATINI MAXSUS MASHQLAR ORQALI RIVOJLANTIRISH                                 | 129 |
| 64.                                                                                         | <i>B.Tleuov, Xojaeva Noila-</i> GANDBOL SPORT TURIDA HIMOYALANISH TEXNIKASI                                                                                               | 131 |
| 65.                                                                                         | <i>Abdullaev Islam Maxmudovich, Seytbekov Ilxam Jumabekovich-</i> YUQORI MALAKALI FUTBOLCHI AYOLLARNI YILLIK SIKLNING MUSOBAQA DAVRIDA TAYYORLASH VA UNING TAHLILI        | 132 |
| 66.                                                                                         | <i>Abdullaev Islam Maxmudovich, Qudaynazarov Erkin Begdulla o‘g‘li</i> -MINI-FUTBOL HAKAMLARINING YILLIK SIKLDAGI CEMPIONATLARGA JISMONIY VA RUHIY TAYYORGARLIGI          | 134 |

## **“SPORT OYINLARINIŇ TÚRLERI: TEORYASI HÁM ÁMELYATTAĖI AKTUAL MASHQALALAR”**

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