

VOLUME 3, SPECIAL ISSUE 1

Scientific Journal

ERUS

Educational Research in Universal Sciences



RESEARCHBIB
ACADEMIC RESOURCE INDEX



digital object
identifier



Directory of Research
Journals Indexing

Scientific Journal Impact Factor : 5.564

ISSN: 2181-3515

Economics
Exact Sciences
Natural Sciences
Medical Sciences
Arts and Culture
Technical Sciences
Philological Sciences
Pedagogical Sciences
Psychological Sciences
Social Sciences and
Humanities

zenodo



OpenAIRE



PKP|INDEX

2024/1

ISSN 2181-3515
VOLUME 3
SPECIAL ISSUE 1
JANUARY 2024



<https://erus.uz/>

BOSHLANG‘ICH SPORT IXTISOSLIGIDAGI KURASHCHILARNI JISMONIY VA PSIXOLOGIK TAYYORLASHNING TEXNOLOGIYALARI

**Abdullayev Mehridin Junaydullayevich
Bekov Dilshod Hayitboyevich**

ANNOTATSIYA

Boshlang‘ich sport ixtisosligidagi kurashchilarni jismoniy va psixologik tayyorlashning texnologiyalari nomli maqolada ixtisosligidagi kurashchilarni jismoniy va psixologik tayyorlashning texnologiyalari dolzarbligi va ahamiyatlari tahlil qilingan.

ABSTRACT

The relevance and importance of technologies of physical and psychological training of wrestlers in their specialty is analyzed in the article entitled “Technologies of physical and psychological training of wrestlers in elementary sports”.

Hozirgi davrda kun sayin ortib borayotgan ruhiy va ma’lumotlar tig‘izligi bosimi ostida o‘zgarib borayotgan ijtimoiy va ekologik sharoitlar ta’sirida inson rivojlanishi va moslashishining qulay yo‘l va vositalarini izlashi zaruriyati tug‘ilgani barchaga ayonlashib qoldi.

Ijtimoiy madaniyat va inson shaxsi kamol topishida muhim o‘rin tutuvchi, sport nafaqat sog‘liqni mustahkamlash va jismoniy mahoratni oshirish vositasi, balki ruhiy.ma’naviy rivojlanish ijtimoiy moslashish, kasbiy layoqatga erishish, yuqori mahorat darajasini egallash singari dolzarb maqsadlarga erishishda insonning sodiq ko‘makchisiga aylanib ulgurdi.

Mamlakatimiz Prezidenti va hukumatimiz tomonidan aholi salomatligini mustahkamlash, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, xalqimizning sport bilan yanada ko‘proq va izchilroq shug‘ullanishga bo‘lgan qiziqish va ehtiyojlarini qoniqtirish, yo‘lida qabul qilinayotgan ko‘plab qaror va qonunlarning chiqarilayotganligi, o‘zgarib borayotgan ijtimoiy shart.sharoitlar va shaxsiy xususiyatlarni e’tiborga olib, bolalar va yoshlarni sport bilan shug‘ullantirishga yanada ko‘proq jalb qilish, ularni har tomonlama kamolga yetgan jismoniy ruhiy va aqliy sifatlari yuksak darajada rivojlantirilgan fuqarolar sifatida tarbiyalashdek oliy maqsadlarga erishish yo‘lida qo‘yilayotgan qadamlardir. Shuning uchun jismoniy madaniyat va sportning asosiy maqsadi inson shaxsi jismoniy va ruhiy salomatligini oshirish va yuqori malakali sportchilarni tayyorlashdan iboratdir.

rivojlantirish borasida juda ko‘p ishlarni amalga oshirganlar. Ammo kurashchilarni tayyorlashda jismoniy va psixologik tayyorlashning o‘ziga xos xususiyatlarini ochib beruvchi zamonaviy, uslubiy qo‘llanma va ilmiy tadqiqot ishlarining yetarli darajada mavjud emasligi, sportchilarda jismoniy sifatlar va ruhiy barqarorlik uyg‘unligini ta’minlashda va sport zahiralarini tayyorlash jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Yosh sportchilar mashg‘ulotlari jarayonida psixologik tayyorgarlikning o‘ziga xos xususiyatlari mazmun-mohiyati haqida bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lish ehtiyoji paydo bo‘lganida sport zahiralarini tayyorlash tizimi faoliyatida murabbiy va mutaxassislar uchun fundamental ilmiy qo‘llanmalar yaradish davr dalabi bo‘lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. Комил Юсупов кураш халқаро қоидалари, Техникаси ва тактикаси Тошкент-2005
2. Бабанский Ю.К. и др. Введение в научные исследования по педагогике. Учебное пособие. М., Просвещение, 1988.
3. Власов К.П. Методы научных исследований и организация эксперимента. Учебное пособие. Санкт-Петербург, 2000.
4. Kerimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. Darslik. T., 2004.

117

Abdullayev , M. J., & Bekov , D. H. (2024). BOSHLANG‘ICH SPORT IXTISOSLIGIDAGI KURASHCHILARNI JISMONIY VA PSIXOLOGIK TAYYORLASHNING TEXNOLOGIYALARI. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 551–553. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5655>

118

Еркулова, Ж. Х., & Умбетова, Н. Ж. (2024). МНОГОГРАННОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ ЛЮБВИ В ПОЭТИЧЕСКОМ ТЕКСТЕ (НА МАТЕРИАЛЕ ПОЭЗИИ О. МАНДЕЛЬШТАМА И Г. Г. МАРКЕСА). Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 554–561. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5657>

119

Жубанова, Б. А. (2024). ТАДБИРКОРЛИКНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШДА АМАЛГА ОШИРИЛАЁТГАН ИСЛОҲОТЛАР. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 562–564. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5658>

120

Исматова , М. Ш., & Рахматова, Ф. У. (2024). ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ПРИ ДЕФИЦИТЕ ЙОДА В ОРГАНИЗМЕ. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 565–568. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5659>

121

Abdusalomova, F. (2024). THE IMPORTANCE OF USING INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN TEACHING FOREIGN LANGUAGE. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 569–573. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5660>

122

Ширинбеков, Д., & Ташмухамедова, И. (2024). МАҒЖАН ЖҰМАБАЕВ – ҚАЗАҚ ЕМЕС, ЖАЛПЫ ТҮРІКТІҢ АҚЫНЫ. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 574–577. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5661>

123

Xusainova , S. K., & Makhmujanova , S. R. (2024). ANALYSIS OF MODIFYING RISK FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF RECURRENT COURSE IN OBSTRUCTIVE BRONCHITIS IN CHILDREN. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 578–582. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5662>

124

Ширинбеков, Д. М. ұ., & Байзаков , Ж. (2024). ЫБЫРАЙ АЛТЫНСАРИН – “ҚЫРҒЫЗ ХРЕСТОМАТИЯСЫ”. Educational Research in Universal Sciences, 3(1), 583–586. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5663>