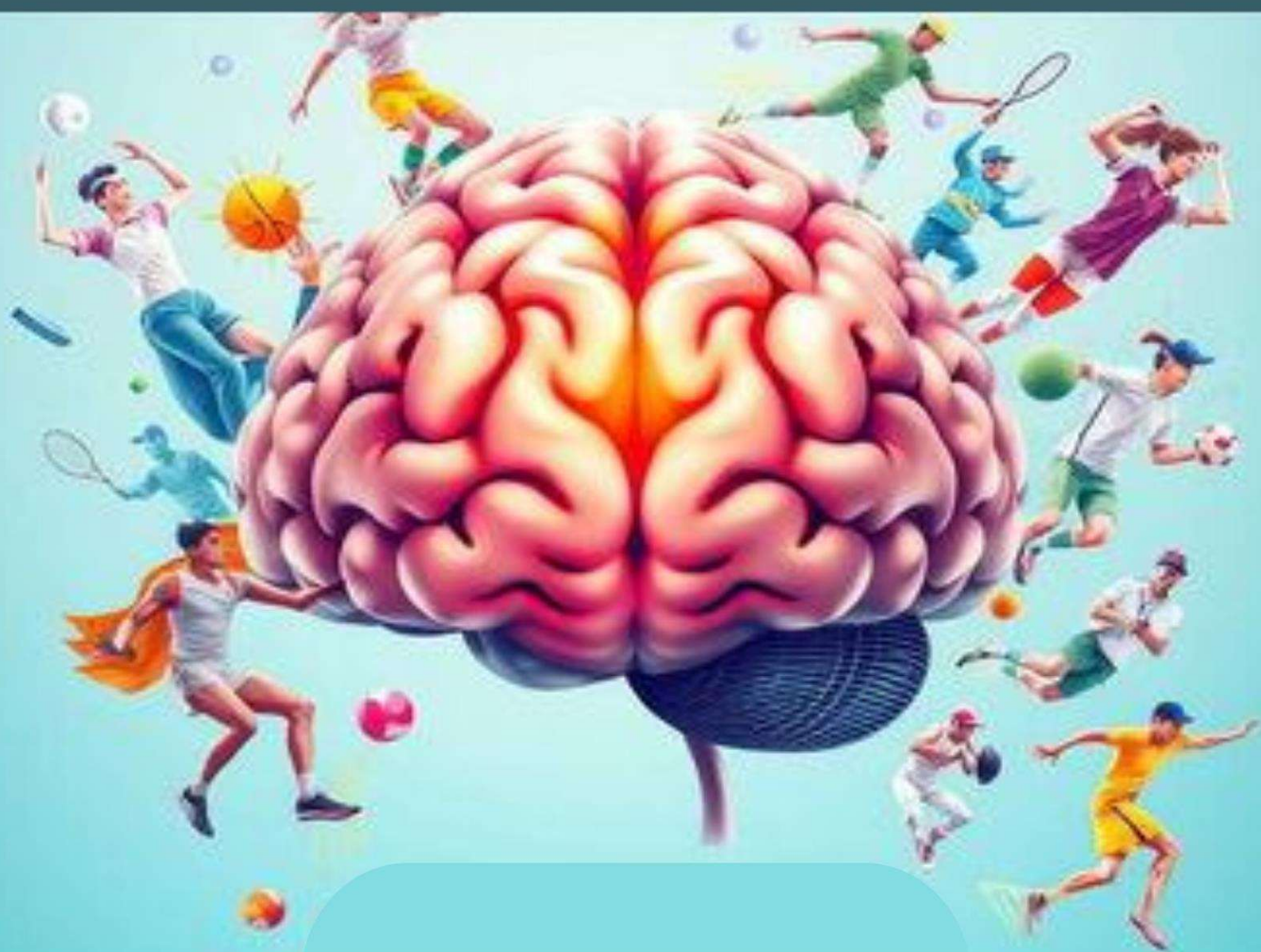


**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT
VAZIRLIGI
O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA
VA SPORT UNIVERSITETI**



**MAMLAKATIMIZDA JISMONIY TARBIYA
VA OMMAVIY SPORTNI
RIVOJLANTIRISHNING ILMIYUSLUBIY
ASOSLARI**

**RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMANI
2024-yil 23-oktyabr**

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA
SPORT UNIVERSITETI**

**“MAMLAKATIMIZDA JISMONIY TARBIYA VA
OMMAVIY SPORTNI RIVOJLANTIRISHNING
ILMIYUSLUBIY ASOSLARI”**

RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMANI

2024-yil 23-oktyabr

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA
SPORT UNIVERSITETI**

«SPORT PSIXOLOGIIYASI VA PEDAGOGIKA»

**“SPORTCHILARNI PSIXOFIZIOLOGIK HOLATINI
O‘RGANISH MUAMMOLARI” mavzusidagi
Respublika ilmiy-amaliy anjumani
2024-yil 23-oktyabr**

Chirchiq – 2024

Xulosa

Har bir inson jamoatchilik va mehnat jarayonlarida faollik ko'rsatib, samarali ijodiy faoliyat bilan mashg'ul bo'lishi, oilada va kundalik turmushda namunali yashashi, o'zidagi jismoniy va ma'naviy qobiliyatlarni ro'yobga chiqarishga intilishi, tabiiy va ijtimoiy muhit bilan mutanosiblikda yashashi, sog'lom va barkamol inson bo'lib shakllanish uchun o'z shaxsini bosqichma-bosqich rivojlantirib borishga intilishi, faqat uzoq yashayotgani uchungina emas, balki hayotda to'g'ri yashayotganidan ham qoniqish hosil qilib, o'z xayotidan zavqlanib yashashi bu sog'lom yashashning eng to'g'ri yo'lidir.

Adabiyotlar va manbalar ro'yxati

1. A.N. Forobiy. Baxt-saodatga erishuv haqida. – T.: Xalq merosi, 1993. – 255
2. Zunnunov A., Xayrullaev M., Hotamov N., Shodiev D. O'rta Osiyoda pedagogik fikr taraqqiyotidan lavhalar. – T.: Fan, 1996. – 310 b
3. <https://www.tdpu.uz/articles/2>

BELBOG'LI KURASHCHILARNING TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGI

Sultonov Alisher Ismoilovich

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti mustaqil tadqiqotchisi

Annotatsiya. Muallif belbog'li kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishda respublikamiz va mustaqil davlatlar hamdostligi davlatlarining olimlarini ilmiy izlanishlarini organishga harakat qilgan.

Аннотация. Автор попытался организовать научные исследования ученых нашей республики и Содружества Независимых Государств по совершенствованию технико-тактической подготовки борцов на поясах.

Abstract. The author tried to organize the scientific research of the scientists of our republic and the Commonwealth of Independent States to improve the technical and tactical training of belt wrestlers.

Kalit so'zlar. belbog'li kurash, texnika, taktika, sport musobaqa, takomillashtirish, metodika, rivojlantirish, usul, harakat.

Ключевые слова. борьба на поясах, техника, тактика, спорт, соревнование, совершенствование, методика, развитие, метод, действие.

Keywords. belt wrestling, technique, tactics, sport, competition, improvement, methodology, development, method, action.

Dolzarbliigi. Dunyoda zamonaviy sportning rivojlanishi va sportda erishilgan yutuqlarning dinamikasi shunday darajaga yetdiki, mavjud natijalarni yaxshilash uchun yangi texnologiya yaratish ko'proq kuch, ilm, vaqt va boshqa resurslarni sarflashni talab qilmoqda. Shu sababli ko'p yillik tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish sport ixtisosligining ilk bosqichlaridanoq amalga oshirilishi lozim. Sport musobaqalarining eng oliy cho'qqisi sanalgan Olimpiya o'yinlari, shuningdek,

jahon va Osiyo chempionatlari hamda boshqa nufuzli xalqaro musobaqalarning murosasiz o'tishi yoshlarda sportga qiziqishining oshishiga sabab bo'lmoqda. Dunyoning barcha mamlakatlari aholi orasida jismoniy tarbiya va sportga katta ahamiyat qaratishni davlat siyosati darajasiga olib chiqish, aholini sog'lomlashtirish va sport turlariga jalb qilish bo'yicha bir qator chora-tadbirlar olib bormoqda.

Jahon miqyosida kurash bo'yicha raqobatning keskin darajada oshib borayotgani hozirgi kunda sportchilarni tayyorlashning optimal jihatlarini qayta ko'rib chiqish va takomillashtirish muammolarini ilmiy jihatdan o'rganishni talab qilmoqda. Bir qator olimlar tomonidan kurash turlari bilan shug'ullanuvchi sportchilarning texnik-taktik harakatlarni bajarishda koordinasion qobiliyatlarini rivojlantirish bo'yicha ilmiy-amaliy izlanishlar olib borilmoqda. Biroq kurashchilarda kuch qobiliyati va reaksiya tezkorligini takomillashtirishga qaratilgan kurashchilarda maxsus koordinasion mashqlarni qo'llagan holda texnik-taktik usullarni bajarish samaradorligini oshirish bo'yicha yetarlicha ilmiy izlanishlar olib borilmagan.

Respublikada jismoniy tarbiya va sport sohasida olib borilayotgan maqsadli tizimning shakllanishi, yoshlarga berilayotgan e'tibor, ommaviy sport turlarini rivojlantirishga qaratilgan bir qancha qaror va farmonlar ishlab chiqilib ushbu sohani tartibga solishda me'yoriy asos hisoblanmoqda. "Kurash milliy sport turini aholi, ayniqsa, voyaga yetmaganlar va yoshlar o'rtasida yanada rivojlantirish hamda ommalashtirish, o'sib kelayotgan avlodda milliy iftixor va vatanparvarlik tuyg'usini mustahkamlash, shuningdek, jamiyatda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish" vazifasi belgilab berilgan. Kurash bo'yicha respublika va jahon miqyosida o'tkazilayotgan musobaqalarda ko'p millat vakillari orasida qiziqishning va raqobatning ortib borayotganligi ushbu sport turining rivojlanishini hisobga olgan holda kurashchilarimizni turli miqyosdagi musobaqalarga tizimli ravishda tayyorlab borish, texnik-taktik harakatlarning bajarish samaradorligini oshirishda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish, ayniqsa kurash bilan shug'ullanuvchi bolalarning koordinasion qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan mashqlarning modulli tizimini ishlab chiqishni talab qilmoqda. Shundan kelib chiqib, kurash sport turiga oid qobiliyatlarni aniqlovchi testlari majmuasini ishlab chiqish va amaliyotga joriy qilish zaruriyati yuzaga kelmoqda. Shu maqsadda bugungi ilmiy tadqiqotlarda yosh kurashchilarning texnik-taktik harakatlarini takomillashtirishda maxsus sport uskunalaridan foydalanib koordinasion qobiliyatlarini rivojlantirish o'ziga xos ahamiyat kasb etmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 5 martdagi PF-5368-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni, 2020 yil 4 noyabrdagi PQ-4881-son "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi, 2017 yil 2 oktyabrdagi PQ-3306-son "Kurash milliy sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi, 2017 yil 3 iyundagi PQ-3031-son "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarorlariga mazkur sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqot muayyan darajada xizmat qiladi.

Sport nazariyasi va uslubiyati sohasidagi ko'pchilik mutaxassislar A.A.Ruziyev, T.Usmonxodjayev, F.Kerimov, N.Yusupov, A.Achilov, M.Qurbonova, A.Pulatov va boshqalar tomonidan o'quv qo'llanma va darsliklarda bolalar-o'smirlar sporti nazariyasi va uslubiyati sohasida yosh sportchilarni tayyorlash tizimi yoritilgan, jumladan bolalar organizmining yoshiga xos xususiyatlarini inobatga olgan holda yuklamalarni rejalashtirish va mashg'ulot uslubiyati ishlab chiqilgan. Kurash bo'yicha pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori ilmiy darajasini olish uchun J.M.Ishtayev, Sh.S.Mirzanov, Z.S.Artaqov, M.Qirg'izboyev va A.U.Xamidjanovlar tomonidan bajarilgan dissertatsiya tadqiqotlarida kurashchilarning portlash qobiliyati, statokinetik va statodinamik muvozanat, saralash muammolari har tomonlama o'rganilgan..

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi va xorijda mavzuga doir olib borilgan bir qator tadqiqotlarda V.I.Filimonov, V.P.Filin, V.G.Nikitushkin, A.G.Shiryayev, L.V.Volkov; V.Ye.Koteshev, D.A.Tishler, A.D.Movshovich, G.D.Tishler, T.Bompa, L.P.Fateyeva, L.V.Volkov, N.V.Lutkova, L.N.Mishina, O.P.Bauer, J. Hoffman J. Samuel, D.G. Pedro, P.Martins, E.S.Ozolin, L.V.Bileyeva, A.V.Kanatov va boshqalar tomonidan yosh sportchilarning psixologik, texnik-taktik, umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligida harakatli o'yinlarning alohida ahamiyatga ega ekanligi ta'kidlab o'tilgan.

Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati shundan iboratki, o'tkazilgan pedagogik tajribalar hamda qo'lga kiritilgan natijalarga asoslanib yosh kurashchilar o'quv-mashg'ulot jarayonining zamonaviy vositava uslublari ishlab chiqilgan va ulardan foydalanishning ilmiy jihatlari ochib berilgan, ilmiy izlanishlar jarayonida belbo'li kurashchilarning bazaviy harakatlarini muvozanatga qaratilgan mashqlari yordamida rivojlantirish, shuningdek, ularning texnik harakatlari samaradorligini oshirishning o'zaro uzviy ravishda bog'liqligi amaliy jihatdan isbotlangan. Mazkur olingan ma'lumotlar belbo'li kurash nazariyasi va uslubiyati sohasidagi nazariy bilimlarni boyitish imkoniyatini beradi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati shundan iboratki, belbo'li kurashchilarning bazaviy harakatlari samaradorligini oshirish uchun zamonaviy qurilmadan, shuningdek, kurashchilarning umumiy texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantirish maqsadida foydalanilgan sport qurilmasidan keng foydalanish ushbu sport uskunolari orqali sportchilarni tayyorlashning o'quv mashq tayyorgarlik bosqichidan boshlab bazaviy hatti-harakatlarini to'g'ri shakllantirishga, yuklamalarni oqilona taqsimlashga va shu tufayli tayyorgarlikning keyingi bosqichlarida o'quv mashg'ulotlari va musobaqa faoliyatida natijadorlikning o'sishiga va tabaqalashtirilgan baholash shkalasini sinash metodikasi, texnik va taktik tayyorgarlik parametrlarini baholash dasturini o'quv-mashg'ulotlar jarayoniga tatbiq qilishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Artikov, Z. S. (2022). 13-14 yoshli belbog'li kurashchilarning kuch sifatlarini tarbiyalash. Scientific progress, 3(1), 598-603.
2. Gapparovich, G. Z., Mavlonboyevich, I. J., & Xamidjonovich, X. O. (2022). Sport musobaqalarining psixologik xususiyatlari. o'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 2(14), 284-289.

<i>Toshmatov X.</i> BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDAGI O'Q OTUVCHILARNING MAXSUS JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH METODLARI	180
<i>Toshmatov X.</i> O'Q OTUVCHILARNING JISMONIY RIVOJLANISHI VA JISMONIY TAYYORGARLIK DARAJASINI BAHOLASH MEZONLARI	183
<i>Turobov H.</i> 10-12 YOSHLI STOL TENNISCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGIDA YORDAMCHI MASHQLAR KOMPLEKSIDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI	186

VI SHO'BA. ADAPTIV JISMONIY TARBIYA VA SPORT TURLARINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK JIHATLARI

<i>Nurmamatova S., To'laganova S.</i> YOSH SPORTCHI QIZLARNI BADIY GIMNASTIKA BILAN SHUG'ULLANISH MOTIVINI ADABIYOTLAR TAHLILI ORQALI O'RGANISH	191
<i>Dexqonov A.</i> SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK JIHATLARI	193
<i>Sultonov A.</i> BELBOG'LI KURASHCHILARNING TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGI	196
<i>Akmuradov M.</i> DZYUDUCHILARNING SPORT NATIJALARIGA PSIXIK JARAYONLARINING (SEZGI) TA'SIRI	199
<i>Kasimova G., Bo'ronova G.</i> BOG'CHA YOSHIDAGI BOLALARDA BILISH JARAYONLARINI RIVOJLANTIRISHDA SHAXMATNING AHAMIYATI	202
<i>Turg'unova Sh., Nazarov R.</i> YANGI O'ZBEKISTONDA XOTIN-QIZLAR SPORTI RIVOJLANISHINI O'RGANISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI	204
<i>Султонов А.</i> БЕЛБОҒЛИ КУРАШЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ	206
<i>Tursunova Z.</i> BO'LAJAK SPORT MENEJERLARINING RUHIY VA FUNKSIONAL HOLATINING XUSUSIYATLARI	201
<i>Nazarova S.</i> GIMNASTIKA MASHG'ULOTLARINING USLUBIY TAMOIYILLARI HAMDA ULARNI AMALGA OSHIRISH YO'LLARI	213

**“MAMLAKATIMIZDA JISMONIY TARBIYA VA
OMMAVIY SPORTNI RIVOJLANTIRISHNING
ILMIYUSLUBIY ASOSLARI”**

RESPUBLIKA ILMIY-AMALIY ANJUMANI

**Toshkent viloyati, Chirchiq shahri,
Sportchilar ko‘chasi, 19-uy
2024-yil 23-oktyabr**