

МУГАЛЛИМ ҲАМ ЎЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИҶ



ISSN 2181-7138

№ 1/1 2022 жыл

Илимий-методикалық журнал

Редактор:
А. Тилегенов

Редколлегия ағзалары:
Мақсет АЙЫМБЕТОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ
Байрамбай ОТЕМУРАТОВ
Кеңесбай АЛЛАМБЕРГЕНОВ
Алишер АЛЛАМУРАТОВ
Дилшодхўжа АЙТБАЕВ
Өсербай ӨЛЕҰОВ
Асқар ДЖУМАШЕВ
Кеңесбай ДАУЛЕТЯРОВ
Гүлнара ЖУМАШЕВА
Мырзамурат ЖУМАМУРАТОВ
Амангелди КАМАЛОВ
Гулмира КАРЛЫБАЕВА
Асқарбай НИЯЗОВ
Сабит НУРЖАНОВ
Уролбой МИРСАНОВ
Арзы ПАЗЫЛОВ
Зухра СЕИТОВА
Айдын СУЛТАНОВА
Тажибай УТЕБАЕВ
Ризамат ШОДИЕВ
Ойбахор ШАМИЕВА
Бекзод ХОДЖАЕВ
Дўстназар ХИММАТАЛИЕВ
Гулрухсор ЭРГАШЕВА

Шөлкемлестириўшилер:
Қарақалпақстан Республикасы
Халық билимлендириў
Министрлиги, ӨЗПНИИ
Қарақалпақстан филиалы

Өзбекстан Республикасы
Министрлер Кабинети
жанындағы Жоқарғы
Аттестация Комиссиясы
Президиумының 25.10.2007
жыл (№138) қарары менен
дизимге алынды

Қарақалпақстан Баспа сөз хәм
хабар агентлиги тәрәпинен
2007-жылы 14-февральдан дизимге
алынды №01-044-санлы гуўалық
берилген.

Мәнзил: Нөкис қаласы,
Ерназар Алакөз көшеси №54
Тел.: 224-23-00
e-mail: uzniipnkkf@umail.uz,
mugallim-pednauk@umail.uz
www.mugallim-uzliksiz-bilim.uz

Журналға келген мақалаларға жуўап қайтарылмайды, журналда жарияланған мақалалардан алынған үзіндилер «Мугаллим ҳәм ўзликсиз билимлендириў» журналынан алынды, деп көрсетилиўи шәрт. Журналға 5-6 бет көлеминдеги материаллар еки интервалда TIMES NEW ROMAN шрифтинде электрон версиясы менен бирге қабыл етиледі. Мақалада келтирилген мағлұматларға автор жуўапкер.

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ХӘМ СПОРТ

Sultonov Z.S. Maktabda jismoniy tarbiya darslarini o'tkazish xususiyatlari	72
Абдулахатов А.Р., Нигматуллаева Д.Р. Ғолиб ва мағлуб курашчилар мусобака олди рухий ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражасининг ўзаро алоқадорлиги	75
Абдулахатов А.Р., Қўлбулов Ф.Н. Спорт умуминсоний кадрият ҳамда тарбия воситаси сифатида	80
Болтаев Ш.Э. Ёш волейболчиларни инновацион ёндашув асосида машғулот жараёнини ташкил этиш	87
Худойберганов Ж.С. Кураш миллий спорт турини янада оммалаштириш ва ривожлантириш	92
Жумаев А.Т., Турдиев Ф.А. Бошланғич синф ўқувчиларида ҳаракатли ўйинларни кластер усулида олиб бориш	95
Зокиров У.М., Абдуназарова З.А. Актив ва пасив туризм турлари орқали ўқувчи-ёшларнинг жисмоний фаолиятларини ривожлантириш	100
Зокиров У.М., Назаров Ф.И. Ёш волейболчиларнинг жисмоний тайёргарлигини ривожлантиришда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш	103
Абдулахатов А.Р., Зулхайдаров Ж.А. Профессional футболчиларни жисмоний тайёргарлиги бўйича моделлаштириш меъёрлари	106
Одилов О.Н. Жисмоний тарбия таълими жараёнида талабаларда экологик маданиятни ривожлантириш ижтимоий-педагогик зарурият	110
Султонов А.И. Йиллик тайёргарлик циклида эркин курашчиларни машғулот жараёнини ташкил этиш	114
Умаралиева Д.У., Тошқувватов О.А. Умумий ўрта таълим мактабининг 7-8 синф ўқувчиларини спорт ўйинлари орқали жисмоний тайёргарликларини ривожлантириш ..	118
Хабибуллаев С.Х., Джурабоева Д. Мини футбол бўйича мусобақаларни ўтказишда мусобака қоидаларининг аҳамияти	122
Шадиев А.Ё. Умумий ўрта таълим мактаб ўқувчиларининг тезкор-куч сифатларини амалиётга татбиқ этиш	125
Утепбергенов А.К., Шукурллаев Ж.М. Волейбол спорт тури воситасида мактаб ўқувчиларида жисмоний сифатларни ривожлантиришда акмеологик ёндашув	128
Зуфаров Т.У. Организация и методы подвижных игр для физического развития детей дошкольного возраста	132
Маматкулов Р.С. Значение кластерного метода в развитии физического воспитания студентов с использованием легкоатлетических упражнений	136
Маматкулов Р.С. Значение спортивно-оздоровительного кластера в подготовительной части уроках гимнастики	140

3. L.G.Pashenko Отношение родителей школьников к семейному физическому воспитанию/ L.G.Pashenko, O.Krasnikova, Y.V.Korichko //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2014. - № 3. - С. 71–76.

РЕЗЮМЕ

Maktab ta'lim tizimining zamonaviy holati, ta'lim jarayonini shu jumladan, jismoniy tarbiyani tashkil qilish va tarkib toptirish uchun katta e'tibor talab qilinadi. Bolalarning rivojlanish va o'sish davrida maktab yoshida mashg'ulotlarning ahamiyatini baholash ancha qiyin. Ta'lim jarayonida jismoniy madaniyatning majburiy mashqlari ta'lim oluvchilarning individual yoshi, fiziologik va psixologik holatini tahlil qilishni ko'rsatib beruvchi va ta'lim faoliyatini tartibga soluvchi normativ hujjatlar yordamida amaliyotga tadbiq qilinadi. Muallif ushbu maqolada yuqorida tilga olingan ba'zi muammolarni bayon qiladi shuningdek, maktab o'quvchilarining sport faolligi va ularning motivatsiyasi darajasini tasvirlovchi bir qancha statistik ma'lumotlarni berib o'tadi.

РЕЗЮМЕ

Современное состояние системы школьного образования требует большего внимания к содержанию и организации образовательного процесса в образовательных учреждениях, в том числе физического воспитания. Значение упражнений в период роста и развития детей, в школьные годы трудно переоценить. Обязательные занятия физической культурой в процессе обучения устанавливаются нормативными документами, регламентирующими организацию учебной деятельности и описывающими необходимость учета индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся. В данной статье автор рассказывает нам о проблемах, упомянутых выше, а также приводит некоторые статистические данные, описывающие уровень спортивной активности школьников и их мотивацию.

SUMMARY

The current state of the school education system requires more attention to the content and organization of the educational process in educational establishments, including physical education. The importance of exercise during the period of growth and development of children, during school years, can hardly be overestimated. Compulsory physical culture lessons in the learning process are established by normative documents regulating the organization of educational activities and describing the need to consider the individual age, psychological characteristics of students. In the following article the author tells us about the issues mentioned above and also shares some statistics describing the rate of sport activity of schoolkids and their motivation.

ҒОЛИБ ВА МАҒЛУБ КУРАШЧИЛАР МУСОБАҚА ОЛДИ РУҲИЙ ҲОЛАТИ ВА ТЕХНИК-ТАКТИК МАҲОРАТ ДАРАЖАСИНИНГ ЎЗARO АЛОҚАДОРЛИГИ

Абдулахатов А.Р.

Тошкент вилояти Чирчиқ давлат педагогика институти “Спорт ва қақирққача ҳарбий таълим” факультети “Факультетларaro жисмоний тарбия” кафедраси ўқитувчиси

Нигматуллаева Д.Р.

Тошкент вилояти Чирчиқ давлат педагогика институти “Жисмоний тарбия ва спорт машгулотлари назарияси ва методикаси” мутахассислиги 1-босқич магистранти

Таянч сўзлар: кураш, мусобақа олди руҳий ҳолат, техник-тактик маҳорат, алоқадорлик.

Ключевые слова: борьба, соревнование требовали умственного состояния, технико-тактического мастерства, общения.

Key words: struggle, competition took mental status, technical-tactical skill, communication.

Кураш тарихий спорт тури ҳисобланиб, фақатгина 1998 йилда расман спорт тури сифатида тан олинган ҳамда Халқаро Кураш Ассоциацияси ташкил этилган (Yusupov, 2005; Khaitov et.al., 2020). Кураш яккакураш спорт тури ҳисобланиб,

мусобақа фаолияти жараёнида шиддатли ва хилма-хил техник-тактик ҳаракатлар курашчилар томонидан амалга оширилади. Аммо, мазкур спорт турининг ўзига хос хусусиятлари, назарий ва услубий асослари, хусусан, мусобақа фаолиятининг психологик, техник-тактик асослари етарлича илмий ўрганилмаган.

Спортда мусобақа олди ҳавотир ва кўрқув ҳолати бир қатор олимлар томонидан ўрганилган. Мазкур йўналишдаги тадқиқотлар кўпчилик олимлар томонидан олиб борилганлиги спорт назарияси соҳасида ушбу йўналишнинг долзарблиги ва аҳамиятлигини кўрсатади (Guillén & Sánchez, 2009; Patel et.al., 2010). Турли спорт турларида мусобақаларга спортчиларни психологик тайёрлаш ва мусобақа олди ҳавотир ҳолатини тадқиқ этиш бўйича илмий тадқиқот ишлари амалга оширилган. Масалан, Олимпия Ўйинлари (Gould & Maynard, 2009), Паралимпия Ўйинлари (Martin, 2012) ва бошқа нуфузли спорт мусобақаларига спортчиларни психологик тайёрлаш ҳамда уларнинг мусобақа олди ҳавотир ҳолатини тадқиқ этиш бўйича тадқиқот ишлари мавжуд. Шунга қарамаздан адабиётларни таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, кураш бўйича мазкур йўналишдаги тадқиқот ишлари ханузгача мавжуд эмас.

Тадқиқот ишларида қайд этилишича мусобақа олди ҳавотирланиш, ташвишланиш, ўзини назорат қилиш каби психологик ҳолатлар турли сабабларга кўра юзага келади ва бир пайтнинг ўзига спортчига ҳам ижобий ҳам салбий таъсир этиши мумкинлиги аниқланган (Fernandes et.al., 2013; Reigal et.al., 2019; Park, 2020). Бошқа бир қатор тадқиқотчиларнинг қайд этишича мусобақа олди ҳавотир ҳолати спорт тури билан бевосита боғлиқ бўлиб, жамоавий ва яккакураш спорт турлари мисолида ўрганилган (Soltani et.al., 2016). Аммо кураш бўйича бу каби тадқиқот ишлари мавжуд эмаслиги ушбу тадқиқот ишининг долзарблигини характерлайди.

Мусобақа олди ташвиш ҳолатини тадқиқ этиш бўйича олиб борилган дастлабки тадқиқотларда ўзига хос таснифлаштириш учрайди. Хусусан, Spielbergerning тадқиқотларида қайд этилганидек (Charles D. Spielberg, 1994), мусобақа олди ҳавотир ҳолати икки таснифга ажратилади. Бошқа тадқиқотчилар томонидан эса мазкур муаммоснинг жисмоний ва ақлий ҳавотирланиш каби компонентлари мавжудлиги қайд этилган (Morris et.al., 1981). Аммо, мусобақа олди ҳавотирланиш даражасининг спортчилар техник-тактик маҳорати билан ўзаро алоқадорлиги масаласи ханузгача мунозарали бўлиб келмоқда. Мазкур тадқиқот муаммоси бўйича илмий изланишлар ва тажриба натижалари яқдил эмаслиги тадқиқот мавзуси долзаб эканлигини яна бир бор тасдиқлайди. Юқорида қайд этилган фикрларга асосида қуйидаги тадқиқот саволлари юзага келади: 1. Мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ва уларнинг техник-тактик маҳорат даражаси ўзаро фаркланадими? 2. Курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражаси ўртасида ўзаро боғлиқлик мавжудми?

Ғолиб ва мағлуб курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ҳамда техник-тактик маҳорат даражаси ўртасида аҳамиятли фарқ мавжудлиги ҳамда ғолиб курашчилар мусобақа олди ҳавотирланиш ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражаси ўзаро боғлиқ деб илмий фараз қилинади. Шу сабабдан ушбу тадқиқотнинг мақсади мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ва техник-

тактик маҳорат даражасини ўзаро таққослаш ҳамда улар ўртасидаги корреляцион боғлиқлик даражасини аниқлашдан иборат.

Тадқиқотларимизда жами 84 та курашчи (мағлублар – $n=42$, ғолиблар – $n=42$) кўнгилли сифатида иштирок этишди (ўртача ёши $18\pm 2,4$ ёш, ўртача вазн $73\pm 7,3$ кг, ўртача бўй узунлиги $175\pm 8,4$ см, ўртача шуғулланиш даври $8\pm 2,8$ йил). Иштирокчилар тадқиқот жараёнида ва ундан олдин ҳеч қандай дори қабул қилганлиги ва улар билан боғлиқ касалликлар мавжудлиги аниқланмади.

Курашчилар регионал ва миллий чемпионатлардаги мусобақалар жараёнида синовларда иштирок этишди. Регионал мусобақалар миллий чемпионатлардан камиди 3 ҳафта илгари бўлиб ўтди. Регионал мусобақаларда иштирокчилар ўртача 3-4та беллашув ҳамда миллий чемпионатларда ўртача 5-6та беллашувлар ўтказишди. Тадқиқот аввалида курашчиларга оғзаки тарзда тадқиқот мақсади тушунтирилди ва уларнинг шахсий маълумотлари сирлилиги сақланди. Тадқиқотлар илмий-тадқиқотлар ўтказиш қоидалари асосида ташкил этилди.

Курашчилар мусобақа жараёнида дастлабки беллашувдан икки соат олдин Martens томонидан таклиф этилган тест саволномасига жавоб беришди (Martens, 1977). Саволнома жами 15та саволдан ташкил топиб қуйидаги учта вариантдан бирини танлаш белгиланган: ҳеч қачон, баъзан, тез-тез. Энг юқори натижа 30 ва энг паст натижа 10. Паст натижа хавотирнинг паст даражасини юқори натижа эса хавотирнинг юқори даражасини англатади. Биринчи беллашувда мағлуб ёки ғолиб бўлган курашчиларнинг техник-тактик кўрсаткичлари аниқланди ва уларнинг мусобақа олди хавотирланиш даражаси ўртасидаги боғлиқлик таққосланди.

Ҳар иккала ғолиб ва мағлуб курашчилар техник-тактик кўрсаткичлари қуйидаги меъзонлар асосида аниқланди:

- жами техник-тактик ҳаракатлар – (Жами техник-тактик ҳаракатлар, жумладан ҳужум, ҳимоя ва қарши ҳужум - ТТА);
- самарали техник-тактик ҳаракатлар – (Самарали техник-тактик ҳаракатлар, хусусан, баҳо билан яқунланган ҳаракатлар - ЕА).

1-жадвалда тасвирланганидек, ғолиб ва мағлуб курашчилар мусобақа олди хавотир даражаси, жами техник-тактик ҳаракатлар ва самарали техник ҳаракатлар миқдори ўртасида сезиларли фарқ мавжуд.

Агар ўзаро таққослайдиган бўлсак, мағлуб курашчилар мусобақа олди хавотир даражаси 20.71 ± 0.86 га тенг бўлган бўлса ($p<0.01$), ғолиб курашчиларда мусобақа олди хавотирланиш даражаси нисбатан паст эканлиги аниқланди (19.07 ± 1.40 , $p<0.01$). Жами техник-тактик ҳаракатлар миқдори бўйича ҳам мағлуб ва ғолиб курашчилар натижалари орасида муайян фарқ кузатишган. Хусусан, мағлуб курашчиларда жами техник-тактик ҳаракатлар ўртача 8 ± 2.1 марта амалга оширилган бўлса, ғолиб курашчиларда ушбу кўрсаткич мос равишда 11 ± 3.5 марта бажарилган ва статистик аҳамиятлилиги аниқланган ($p<0.05$).

Бундан ташқари мағлуб ва ғолиб курашчилар томонидан қўлланишган ўртача самарали техник-тактик ҳаракатлар миқодрида ҳам сезиларли фарқ аниқланган. Мағлуб курашчилар томонидан ўртача 1 ± 0.7 та ($p<0.05$) баҳо билан яқунланган техник-тактик ҳаракатлар амалга оширилган бўлса, ғолиб курашчилар 2 ± 0.5 марта самарали ($p<0.01$) техник-тактик ҳаракатларни бажарганлар.

1-жадвал. Мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди руҳий ҳолати ва техник-тактик кўрсаткичлари (n=84, M±SD)

Гуруҳлар	SCAT	TTA	EA
Мағлублар	20.71±0.86**	8±2.1*	1±0.7*
Ғолиблар	19.07±1.40**	11±3.5*	2±0.5**

* Статистик аҳамиятлилик $p < 0.05$

** Статистик аҳамиятлилик $p < 0.01$

Мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди ташвишланиш ва жами техник-тактик ҳаракатлар миқдори ҳамда самарали техник-тактик ҳаракатлар ўртасидаги корреляцион боғлиқлик даражаси 2-жадвалда тасвирланган.

Мағлуб курашчилар мусобақа олди ташвишланиш ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражаси ўртасида ижобий боғлиқлик қайд этилмаган. Мусобақа олди ташвишланиш даражаси ва жами техник-тактик ҳаракатлар кўламини ўртасида $r=0.421$, ҳамда мусобақа олди хавотир ва самарали техник-тактик ҳаракатлар ўртасида $r=0.253$ корреляцион боғлиқлик даражаси аниқланди. Олинган натижалар ўртасида статистик ишончлилик кузатилди ($p < 0.05$).

Ғолиб курашчилар мусобақа олди хавотирланиш даражаси ҳамда техник-тактик маҳорат кўрсаткичлари ўртасида ижобий корреляцион боғлиқлик даражаси аниқланган. Хусусан, мусобақа олди хавотирланиш ва жами техник-тактик ҳаракатлар ўртасидаги боғлиқлик даражаси $r=0.743$, ҳамда мусобақа олди хавотирланиш ва самарали техник-тактик ҳаракатлар ўртасидаги $r=0.671$ боғлиқлик даражаси аниқланди. Натижалар ўртасида ишончли статистик аҳамиятлилик кузатилди ($p < 0.05$).

2-жадвал. Ғолиб ва мағлуб курашчилар мусобақа олди хавотир даражаси ва техник-тактик кўрсаткичларининг ўзаро алоқадорлиги

Гуруҳлар	—	TTA	EA
Мағлублар	SCAT	0.421*	0.253*
Ғолиблар	SCAT	0.734*	0.671*

* Корреляцион аҳамиятлилик $p < 0.05$

Ушбу тадқиқотнинг мақсади мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди хавотир ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражасини ўзаро таққослаш ҳамда улар ўртасидаги корреляцион боғлиқликни тадқиқ этишдан иборат эди. Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики мағлуб ва ғолиб курашчиларнинг фақатгина техник-тактик маҳорат даражаси эмас балки, уларнинг мусобақа олди хавотир ҳолатининг турлича эканлиги билан ҳам фарқланар экан. Бизнинг тадқиқот ишларимиз натижасида ғолиб курашчиларда мусобақа олди хавотирланиш мағлуб курашчиларга нисбатан паст даражада бўлиши аниқланди. Тадқиқот натижасининг яна бир муҳим жиҳати шундан иборатки, ғолиб курашчиларда техник-тактик ҳаракатлар миқдори мағлуб курашчиларга нисбатан сезиларли даражада юқори бўлади. Бир қатор тадқиқот ишларида жамоавий ва яккакураш спорт турларида мусобақа олди хавотир даражаси спортчининг маҳоратига салбий таъсир кўрсатиши қайд этилади (Bueno et.al., 2007; Guiceta et.al., 2003; Guirado et.al., 1995;). Бизнинг тадқиқот натижалари олдинги тадқиқот ишларида қайд этилган илмий хулосалар билан

мос келади ва уларнинг асосли эканлигини тасдиқлади. Шу билан бирга бошқа тадқиқотларда мураббийларнинг мотивацион ҳатти-ҳаракатлари спорчининг мусобақа олди ҳавотир даражаси маҳоратига ижобий таъсир этиши аниқланган (Smith et.al., 2007; Weiss et.al., 2009; Mageau et.al., 2003). Аммо бизнинг тадқиқот ишимизда мазкур жиҳатга эътибор қаратилмади ва мураббийларнинг спортчига таъсир даражаси ўрганилмади. Тадқиқот ишининг яна бир муҳим натижаси шундан иборатки мағлуб ва ғолиб курашчиларнинг мусобақа олди ҳавотирланиш даражаси ва техник-тактик маҳоратлари ўртасида ўзаро манتيкий алоқадорлик мавжудлиги илмий тасдиқланди. Ғолиб курашчиларда мусобақа олди ҳавотирланиш ҳолатининг пастлиги бевосита техник-тактик маҳоратнинг юқори бўлишига ижобий таъсир этди ҳамда тадқиқотнинг илмий фарази ўз исботини топди. Аксинча, мағлуб курашчиларда эса юқори даражадаги мусобақа олди ҳавотир ҳолати техник-тактик маҳорат даражасига салбий таъсир этганлиги кузатишлар натижасида аниқланди. Бир қатор адабиётларда бу борада бизнинг тадқиқот натижаларини қўллаб-қувватловчи илмий хулосалар мавжуд. Хусусан, мусобақа олди ҳавотирланиш даражаси бир пайтнинг ўзида спортчининг маҳорат даражаси (Mellalieu et.al., 2009) ва жароҳатланиш эҳтимолининг ортиши билан боғлиқ муаммоларган ҳам таъсир кўрсатиши аниқланган (Nippert et.al., 2008; Covassin et.al., 2015).

Шундай қилиб тадқиқот жараёнида илгари сурилган илмий фараз ўз исботини топди ва курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ҳамда уларнинг техник-тактик маҳорат даражаси ўзаро боғлиқ бўлиб, ғолиб курашчилар мусобақа олди ҳавотирланиш ҳолати ҳамда техник-тактик маҳорат даражаси мағлуб курашчиларга нисбатан юқори даражада бўлади. Ушбу тадқиқот иши натижалари курашчилар тайёрлаш тизимида қўлланилиши мумкин.

Адабиётлар:

1. Yusupov, K. (2005), International Kurash rules, technique and tactics, Tashkent., "Gafur Gulom", pp. 132. [in Uzbek].
2. Khaitov, O., Abdulkhatov, A., Norboyev, K., Kulbulov, F., Azamkhonov, O., Ahmedov, F. (2020), Kurash: history, theory and methodics, Monograph, Shawnee, USA; pp. 52; DOI.10.37057/M_9.
3. Guillén, F., Sánchez, R. (2009), Competitive anxiety in expert female athletes: sources and intensity of anxiety in National Team and First Division Spanish basketball players, "Perceptual and motor skills", vol. 109, no. 2, pp. 407–419; <https://doi.org/10.2466/PMS.109.2.407-419>
4. Patel, D. R., Omar, H., Terry, M. (2010), Sport-related performance anxiety in young female athletes, "Journal of pediatric and adolescent gynecology", vol. 23, no. 6, pp. 325–335; <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2010.04.004>
5. Gould, D., Maynard, I. (2009), Psychological preparation for the Olympic Games, "Journal of sports sciences", vol. 27, no. 13, pp. 1393–1408; <https://doi.org/10.1080/02640410903081845>
6. Kristiansen, E., Roberts, G. C. (2010), Young elite athletes and social support: coping with competitive and organizational stress in «Olympic» competition, "Scandinavian journal of medicine & science in sports", vol. 20, no. 4, pp. 686–695; <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.00950.x>

РЕЗЮМЕ

Тадқиқот мақсади мағлуб ва ғолиб курашчилар мусобақа олди ҳавотир ҳолати ва техник-тактик маҳорат даражасини ўзаро таққослаш ҳамда улар ўртасидаги корреляцион боғлиқликни тадқиқ этиш. Тадқиқотларимизда 84 та курашчи (эркаклар) иштирок этишди (ўртача ёши 18±2,4 ёш, вазни 73±7,3 кг, ўртача бўй узунлиги 175±8,4 см, ўртача шуғулланиш даври 8±2,8 йил). Регионал ва миллий чемпионатлар жараёнида курашчиларнинг мусобақа олди ҳавотирланиш даражаси текширилди ва техник-тактик кўрсаткичлари билан ўзаро боғлиқлиги таққосланди. Натижалар шунини кўрсатдики, мағлуб курашчилар (20.71±0.86, $p<0.01$) мусобақа олди ҳавотир даражаси ғолиб курашчиларга нисбатан юқори даражада бўлиши аниқланди (19.07±1.40, $p<0.01$). Техник-тактик ҳаракатлар даражаси эса мағлуб курашчиларда (8±2.1) ғолиб курашчиларга нисбатан паст бўлиши қайд этилди (11±3.5, $p<0.05$). Шунингдек, самарали техник-тактик ҳаракатлар ҳам мағлуб курашчиларда (1±0.7, $p<0.05$), ғолиб курашчиларга нисбатан кам бажа-