

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
FARG'ONA DAVLAT UNIVERSITETI

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR**

1995-yildan nashr etiladi
Yilda 6 marta chiqadi

1-2024

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

A.U.Xamidjanov	
Sport kurashi turlariga saralash va erta yo'naltirishda yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlardan foydalanish metodlari.....	85
A.A.Parmonov	
Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida aksiologik yondashuv asosida akmeologik motivatsiyani rivojlantirishga doir tajriba-sinov ishlari natijalarini ilmiy-nazariy tahlili	90
M.A.Tursunboyeva	
Tabiiy fanlar fakultetlarida ingliz tilini o'qitishning mazmuni tushunchasining lingvodidaktik tavsifi	97
M.I.Boymanova	
Xalqaro baholash dasturlari talablari asosida o'quvchilar kompetentsiyasini shakllantirish	102
A.Matkarimov	
O'quvchilarning ta'limdagi muvaffaqiyatini ta'minlashning ijtimoiy-pedagogik omillari (xalqaro baholash tadqiqotlari misolida)	105
N.M.Xodjibolayeva	
Al-Farg'oniy va Abu Rayhon Beruniyning tabiiy-ilmiy qarashlari asosida talabalarning ekologik kompetentligini rivojlantirish masalalari	110
M.Sh.Dehqonova	
Bo'lajak o'qituvchilarda loyihalash kompetensiyalarini rivojlantirish konsepsiyasi	114
N.Sayimbetova	
Talabalarni loyihaviy faoliyatga tayyorlashning pedagogik imkoniyatlari.....	117
A.Abdullayev	
Jismoniy mashqlar inson "Hayotiy quvvati"ni tiklash vositasi	121
J.Sh.Mamayusupov	
Bo'lajak pedagoglarda analitik tafakkurni rivojlantirish texnologiyasini takomillashtirish zarurati.....	125
S.Abdullayev	
Bo'lajak musiqa ta'limi o'qituvchilarini kognitiv kompetentligini shakllantirishning pedagogik mazmuni.....	129
D.O.Djalilova	
Bo'lajak musiqa ta'limi o'qituvchilarining germeneytik kompetentligini rivojlantirishning mazmun-mohiyati.....	138
M.M.Азизов	
Что такое нордическая ходьба (nordic walking), финская ходьба, северная ходьба с палками, скандинавская ходьба?	141
L.Z.Xolmurodov	
9-10 yoshdagi bolalarning muvozanat saqlash funksiyasini rivojlantirishning yoshga xos me'yorlari.....	147
I.M.Saidov	
Ijtimoiy-madaniy kompetentlikning ilmiy tavsifi	151
O.A.Xo'jaqulov	
Bo'lajak ichki ishlar organlari xodimlarida kasbiy kompyentlikni rivojlantirishning pyedagogik shart-sharoitlari	155

FALSAFA

A.A.Qambarov	
Abdurauf fitrat ijtimoiy-siyosiy va madaniy faoliyatining falsafiy tahlili	161
B.B.Namozov	
Movarounnahrda temuriylar davrida tasavvuf ijtimoiy ma'naviy hodisa sifatida	166
M.T.Voxidova	
Yoshlarda barqarorlik va bag'rikenglikni namoyon bo'lishining ijtimoiy-axloqiy jihatlari.....	172
I.M.Arzimatova	
Ayol rahbarlarning axloqiy va estetik madaniyatini integratsiyalash asosida "Rahbar ayol" portretini shakllantirish vazifalari	176

**SPORT KURASHI TURLARIGA SARALASH VA ERTA YO'NALTIRISHDA
YAKKAKURASH ELEMENTLARIGA EGA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISH
METODLARI**

**METHODS OF USING OUTDOOR GAMES WITH ELEMENTS OF MARTIAL ARTS IN
THE SELECTION AND EARLY ORIENTATION TO THE TYPES OF WRESTLING**

**МЕТОДЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ЭЛЕМЕНТАМИ ЕДИНОБОРСТВ
ПРИ ОТБОРЕ И РАННЕМ ОРИЕНТИРОВАНИИ НА ВИДАХ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ**

Xamidjanov Abdulaziz Usubjon o'g'li¹

¹Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqot instituti doktoranti (DSc), Xalqaro toifadagi sport ustasi

Annotatsiya

Ushbu maqolada kurash turlarini tanlash va erta yo'naltirishda jang san'ati elementlari bilan ochiq o'yinlardan foydalanish metodologiyasi ko'rsatilgan. Kurashning sport turlariga (dzyudo, erkin va yunon-rum kurashi, belbog' li kurash, belbog' li kurash) texnika elementlarini o'zida mujassam etgan o'yinlar kiradi.

Аннотация

В данной статье изложена методика использования подвижных игр с элементами единоборств при отборе и раннем ориентировании на виды спортивной борьбы. К спортивным видам борьбы (дзюдо, вольная и греко-римская борьба, поясная борьба, борьба на поясах) выделяют игры, в которых сочетаются элементы техники.

Abstract

This article describes the methodology for using action games with elements of unicorn in qualifying and early guidance for sports wrestling. Sports wrestling (judo, freestyle and Greco-Roman wrestling, belt wrestling, wrestling) are games that incorporate elements of technique into the sport.

Kalit so'zlar: Sport kurashlari, saralash, yo'naltirish, dzyudo, kurash, belbog'li kurash, erkin kurash, yunon-rum kurashi, tayyorgarlik, sport yutuqlari. Yuqori malakali kurashchilar, anketa, respondent, yakkakurash, harakatli o'yinlar.

Ключевые слова: Спортивная борьба, квалификация, ориентация, дзюдо, борьба, борьба на поясах, вольная Борьба, греко-римская борьба, подготовка, спортивные достижения. Высококвалифицированные борцы, анкета, респондент, единоборства, подвижные игры.

Key words: Sports wrestling, qualifying, directing, judo, wrestling, belt wrestling, freestyle Wrestling, Greco-Roman wrestling, prep, sports achievements. Highly qualified wrestlers, questionnaire, respondent, singles, character matches.

KIRISH

Mamlakatimizda ilm-fanni rivojlantirish, har bir sohada ilmiy izlanishlar olib borish va olingan ilmiy natijalarni amalda tatbiq etish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlari sifatida qaralmoqda. Sport ta'lim muassasalarida iqtidorli sportchilarni raqobatbardosh faoliyatga tayyorlashni saralash va bashorat qilish orqali yuqori sport yutuqlarini rivojlantirish uchun raqamli texnologiyalarni yaratish, yangi ilmiy va amaliy yondashuvlar asosida o'quv mashg'ulotlarining ko'p yillik bosqichlariga saralashni rivojlantirish bugungi kunda talab bo'lib qolmoqda. Rivojlangan mamalakatlarda o'quv fanlarini o'zlashtirishga mo'ljallangan pedagogik dasturiy vositalar, xususan, elektron darslik va qo'llanmalar, avtomatlashtirilgan o'qitish texnologiyalari, elektron axborot resurslari yaratilgan va ulardan keng foydalanilmoqda.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. Iqtidorli sportchilarni saralash, qolaversa, sport kurashchilarini raqobatbardosh faoliyatiga tayyorlash, o'quv mashg'ulotlarining ko'p yillik bosqichlariga saralashni yangicha ilmiy-nazariy yondashish asosida dolzarb muammolar qatoriga kiradi. Ushbu muammoni hal etishda bir qator mahalliy olimlar ilmiy tadqiqotlar olib borgan. Jumladan, J.M.Nurshin, R.S.Salamov, F.A.Kerimov, T.C.Usmonxo'jayev, A.Sh.Abdullayev, Sh.X.Xankeldiyev va boshqalar ilmiy izlanishlar olib borib o'zlarini darslik, o'quv qo'llanma, maqola va tezislarida saralash tizimini asoslovchi yangi taklif hamda tavsiyalar ishlab chiqishgan. Belbog'li kurashning tor hamda mahalliy masalalariga qaratilgan muammolar yuzasidan F.A.Kerimov, N.M.Yusupov, Sh.A.Abdullayev, R.D.Xalmuxamedov, V.N.Shin, G.B.Abdurasulova, S.S.Tajibayev,

J.M.Nurshin, Sh.A.Mirzaqulov, A.R.Taymuratov, N.A.Tastanov, Z.S.Artikovlar olib borgan tadqiqot natijalari alohida e'tiborga sazovor.

Yakkakurash sport turlariga sportchilarni saralashda umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aniqlash va baholashga qaratilgan dissertasiya tadqiqot natijalaridan Z.B. Boltaev, Z.S.Artikov, S.S.Tajibayev, M.M.Qirg'izboyev, X.Y.Matnazarov, hozirgi kunda ushbu sohada foydalanib kelinmoqda.

Mustaqil davlatlar Hamdo'stligi va xorijda mavzu yuzasidan olib borilgan bir qator tadqiqotlar N.P.Dudin, V.A.3aporojanov R.N.Doroxov, V.P.Guba, Platonova V.N, N.J, Bulgakova, V.P.Guba, S.G.Fomin, S.V.Chernov Fukuda, D.Kelly, J.Albuquerque, M.Stout, J.Hoffman J.Samuel, David Gracio Pedro, Paulo Martins, va boshqa ko'pgina olimlar tadqiqot ishlarini olib borganlar.

Olib borilgan tizimli tadqiqotlarga qaramasdan o'quv va uslubiy manbalarda mazkur mavzu yuzasidan sport kurashi turlariga shiddat bilan rivojlanishi, ushbu sohada yangi zamonaviy yondashuvlar asosida kurash sport turiga bolalarni saralash tizimi va mazmunini takomillashtirishga oid qo'shimcha ilmiy, ilmiy-uslubiy ishlanmalarni ishlab chiqishni talab etadi.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqotda ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, pedagogik kuzatuvlar, anketa so'rovnomasi, pedagogik testlash, pedagogik tajriba, instrumental metod, hamda tadqiqot natijalarini matematik-statistik tahlil qilish kabi usullardan foydalanilgan.

ASOSIY QISM

Maxsus tanlangan o'yinlar kurashda zarur bo'lgan harakatlarni rivojlantirishga yordam beradi. Musobaqalarda muvaffaqiyatga erishish uchun o'yinlarda olib borilgan harakatning tezligi va koordinatsionligi muhim. Kurash turlarini o'rganayotganda harakatli o'yinlardan foydalanish yuqari samara bermoqda. Harakatli o'yinlar bilan olib boriladigan mashg'ulotlar vosita

Sportga saralashning ilmiy asoslangan holatdagi samarali tashkil qilinishini yaratish talabi bir qator majmuaviy omillar bilan belgilanadi, jumladan, bunda – ijtimoiy-iqtisodiy, pedagogik va tibbiy omillar hisobga olinadi. Sport kurashi turlariga bolalarni saralash va yo'naltirishda yakkakurash elementlariga o'yinlaridan foydalanish bolalarni sport kurashi turlariga qobiliyatini aniqlashda foydalanish tavsiya etiladi. Sport kurashi turlari (Dzyudo, Erkin kurash, Yunon-rum kurashi, Sambo, Belbog'li kurash, kurash) turlariga saralashda F.A.Kerimovni "Yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlar" kitobidagi 54 ta o'yindan foydalandik. Mazkur o'yinlarni respondentlarga tushuntirib o'yinlarni sport kurashi turlari texnik elementlariga mostligini aniqlashda tanlab berishlari so'raldi. Namangan viloyatining 132 nafar sport kurashi murabbiylari so'rovnomada qatnashdi (1-jadvalga qarang).

Sport kurashi turlariga saralashda yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlardan foydalanish metodikasi 1-jadvalda 5 ta kurash turiga harakatli o'yinlar ajratilgan. Dzyudoda sport kurashiga saralashda quyidagi o'yinlar tanlab olindi. Oyoqqa ehtiyot bo'lish, Chalingan oyoqlar, Doiradan chiqarish, Toychalar, Xo'rozlar janggi, Berkinmachoq, Himoyachi, O'jar bolalar, Oyoq bilan tortishish, Qizg'in bahs, Kvadrat Ichida baxs kabi o'yinlar Dzyudo texnik elementlarini ega ekanligi aniqlandi.

Erkin kurash sport kurashiga saralashda quyidagi o'yinlar tanlab olindi. Eng chaqqon, Chapaklar, Ilgak oyoqlar, Kim birinchi kegni oladi, Kim kuchli, Tezroq tort, Qochishga urinish, Muvozanatni yo'qotma, Pahlavonlar, Chaqqon chavonoz, Abjir qo'llar kabi o'yinlar tanlab olindi.

Sport kurashi turlariga saralashda yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlardan foydalanish metodikasi

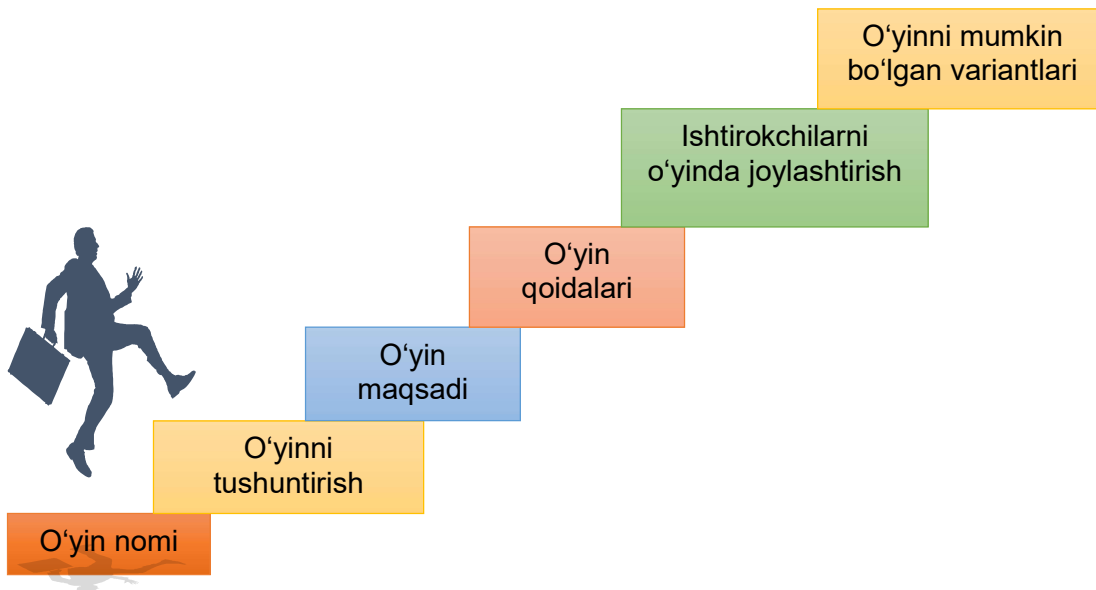
Sport kurashi turlari					
	Dzyodo	Erkin kurash	Yunon-rum kurashi	Belbog'li kurash	Kurash
Yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlar	Oyoqqa ehtiyot bo'lish	Eng chaqqon	Toshbaqachalar	Ro'molchani tort	Ro'molchani asra
	Chalingan oyoqlar	Chapaklar	Aravachalar musobaqasi	Chetlashgan oyoqlar	To'p tekkazish
	Doiradan chiqarish	Ilgar oyoqlar	To'pni egallash	Tortishuv	Suvoriylar kurashi
	Toychalar	Kim birinchi kegni oladi	Langar chop bilan olishuv	Arqon tortish	Hamlani daf etish
	Xo'rozlar jangi	Kim kuchli	To'siqlardan o'tish	Orqa bilan itarish	To'p uchun kurash
	Berkinmashoq	Tezroq tort	O'rtaga tort	Maydonda uch avlon	Sakrovchi chumchuqchalar
	Himoyachi	Qochishga urinish	Hamrohingni asra	Harakatli ring	Panja urish
	O'jar bolalar	Muvozanatni yo'qotma	Hudud uchun bahs	Gilamga yiqitish	Doiradan chiqarish
	Oyoq bilan tortishish	Pahlavonlar	Tizzada turib tirtishish	Kel olishamiz	Kuchli oyoqlar
	Qizg'in bahs	Chaqqon chavondo	Gilamdan uzish	Tayoqcha uchun kurash	Tayoqchani mahkam tut
	Kvadrat Ichida baxs	Abjir qo'llar	Kim kimni tortadi	Chiziq uzra kurash	Sakrashni ham bil

Yunon-rum kurashi sport kurashiga saralashda quyidagi o'yinlar tanlab olindi. Toshbaqachalar, Aravachalar musobaqasi, To'pni egallash, Langar chop bilan olishuv, To'siqlardan o'tish, O'rtaga tort, Hamrohingni asra, Hudud uchun bahs, Tizzada turib tirtishish, Gilamdan uzish, Kim kimni tortadi o'yinlar tanlab olindi.

Belbog'li kurash sport kurashiga saralashda quyidagi o'yinlar tanlab olindi. Ro'molchani tort, Chetlashgan oyoqlar, Tortishuv, Arqon tortish, Arqon tortish, Orqa bilan itarish, Maydonda uch avlon, Harakatli ring, Gilamga yiqitish, Kel olishamiz, Tayoqcha uchun kurash, Chiziq uzra kurash kabi o'yinlar tanlab olindi.

Kurash sport kurashiga saralashda quyidagi o'yinlar tanlab olindi. Ro'molchani asra, To'p tekkazish, Suvoriylar kurashi, Hamlani daf etish, To'p uchun kurash, Sakrovchi chumchuqchalar, Panja urish, Doiradan chiqarish, Kuchli oyoqlar, Tayoqchani mahkam tut, Sakrashni ham bil kabi o'yinlar ajratib olindi. Yuqoridagi o'yindan foydalanishda mazkur o'yinlarning muvaffaqiyati o'yinni to'g'ri tushuntirishga katta ta'sir ko'rsatadi. O'yin tarkibini tushuntirishda namoyish usulini hikoya bilan birlashtirib tushuntirish kerak (1-rasmga qarang).

Yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlarni quyidagicha tushuntirish tavsiya etiladi



1-rasm. Yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlarni quyidagicha tushuntirish tavsiya etiladi

Raqibni mag'lub etish kurashchi qobiliyatini rivojlantirishning eng yaxshi usuli – bu o'yin. O'yinda bolalar o'ziga xos xususiyatlarga ega shaxs sifatida namoyon bo'ladi. Yakkakurash elementlariga ega o'yinlar bolalarning jismoniy va aqliy fazilatlarini, aql-idrokini, irodasini va boshqa sifatlarini rivojlantiradi. O'yinlar xarakterini o'zgartiradi va shakllantiradi, qiyinchiliklarni qanday yengish kerakligini o'rgatadi va raqibga hurmatni rivojlantiradi.

XULOSA

Xulosa yuqorida tavsiya etilgan yakkakurash elementlariga ega harakatli o'yinlarni kurash usullari kombinatsiyasini o'rganishga yordam beradi. O'yin davomida sport kurashi turlarining texnikasi elementlarini o'rganish amcha qiziqarli bo'ladi. Shuningdek, kurash elementlari bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar kurashning o'ziga xos mahoratini shakllantiradi va odamlarni jang san'ati kurashda g'alaba qozonish uchun ruhiy va jismoniy kuchlarni safarbar etishga o'rgatadi. Bundan tashqari harakatli o'yinlar statik harakatlar va aqliy zo'riqish bilan bog'liq bo'lgan mashg'ulotlardan keyin charchoqni yengillashtiradi, bolalarning harakatga bo'lgan ehtiyojini qondiradi, qolaversa, shu o'yinlar orqali sport kurashi turlariga saralsh va yo'naltirish ishlarini amalga oshirish mumkin bo'ladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdulaziz Usubjon ugli Khamiddjanov. (2020). The system and content of student selection in belt wrestling. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(4), 316-317.
2. Khamidjanov Abdulaziz Usubjon og'li. (2020). Improving the system and content of selection of children for the sport of belt wrestling. *Indicators*, 8(11), 12-16.
3. Matkarimov R.M. Og'ir atletika nazariyasi va uslubiyati: jismoniy tarbiya institutlari uchun darslik / R.M. Matkarimov; O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. - Toshkent: «O'zbekiston» NMIU, 2015. - 200 b.
4. Nuriddin Rukhiddinov Goziyev, Abdulaziz Usubjon ugli Khamiddjanov. (2019). The stage of improving the system and content of candidate selection for belt wrestling. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(3), 279-281.
5. Tastanov N.A. Kurash turlari nazariyasi va uslubiyati. / Darslik. – T.: Sano-Standart. 2017. – 480 b.
6. АУ Хамиджонов. (2020). Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашнинг назарий ва амалий таҳлили. *Fan-Sportga*, 6(6), 75-77.
7. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. - М.: Советский спорт, 2013. – 216 с.
8. Дадабаев О.Ж. Дзюдочиларнинг кўп йиллик тайёргарлиги концепцияси // докторлик диссертацияси. Ч.:2021. – 218 б.
9. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания/В.М. Зацюрский. 3-е изд. - М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.

PEDAGOGIKA

10. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. М.: Терра-Спорт, 2000. - 192 с.
11. Матвеев Л.П. Категория «развитие», «адаптация» и «воспитание» в теории физической культуры и спорта (давние, но не стареющие и новые идеи) // Теория и практика физической культуры. 1999. - № 1. -С. 2-11.
12. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. Киев: Олимпийская литература, 1999. - 318 с.
13. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. АСТ: Астрель, - М.: 2008. - 863 с.
14. ФА КЕРИМОВ, АУ ХАМИДЖОНОВ. (2021). Белбоғли курашга болаларни саралашда мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичлар самарадорлигини баҳолаш ва назорат қилиш методикаси. Научно-практическая конференция, 1(1), 35-390.
15. ФА КЕРИМОВ, АУ ХАМИДЖОНОВ. (2022). Белбоғли кураш спорт турига 9-14 ёшли болаларни саралашда махсус жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўрни ва аҳамияти. Научно-практическая конференция, 1(1), 62-73.