O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025/9



ISSN: 2181 7804


www.vetteria.uz








WRESTLING

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/9

Бош муҳаррир
Рашид МАТКАРИМОВ

Бош муҳаррир ўринбосари илмий маслаҳатчи:
Ш.Ш. ГАЗИЕВ

Таҳрир ҳайъати таркиби:

Э.Т. Рахманов
Ш.С. Мирзанов
М.Х. Миржамалов
М.Ў.Арзиқулов
С.Б. Репкин
Бек Мун Жонг
И.П. Сивохин
Н.Т. Тўхтабоев
Б.К. Эримбетов
И.Б. Алиев
Л.П. Югай
Д.Х. Умаров
А.К. Эштаев
К.Ш. Зиядуллаев
Н.Ж. Исакулова
А.Б. Жуманиязов
М.М. Қирғизбоев

Таҳрир ҳайъати котиби

Ш.Х.Тоштурдиев
Б.А. Ишимов
Р.И. Исроилов
А.У. Рашидов
О.Е. Мамишев
А.С. Гонашвили

Техник таҳририят таркиби:

Н.Н.Ғаффоров
У.О. Азимова
Ш.Б.Алиева
М.Раҳмонов

fan-sportga.uz

Журналнинг телеграм канали

МУНДАРИЖА/СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ МАШҒУЛОТЛАРИ: ТЕХНИКА, ТАКТИКА, УСУЛИЯТ / ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Ш.Ш. Газиев – Совершенствование тактической подготовленности бойцов рукопашного боя на этапе высшего спортивного мастерства. 3

А.К. Эштаев – Использованием нестандартных средств в силовой подготовке гимнастов. 7

Л.Д. Сейдалиева., У.А. Мусаева – Гимнастика турлари билан шуғулланувчи спортчи қизларнинг жисмоний ривожланиши ва тана вазнининг компонент таркибини қиёсий баҳолаш. 11

Д.Ш. Зайнитдинова – Яккакураш спорт турларида мусобақа олди тайёргарлик босқичини режалаштириш. 13

Ф.Р. Тураев – Юқори малакали дзюдочиларнинг техник-тактик тайёргарлигини ошириш методикаси. 18

Ғ.Т. Исмоилов – Кикбоксчиларнинг зарба техникаси жараёнида тана бўғими ҳаракати кўрсаткичлари кинематикасини аниқлаш. 22

И.М. Мадримов – Ҳаваскор боксчиларнинг умумий жисмоний тайёргарлик даражасини тест кўрсаткичлари асосида баҳолаш усуллари. 25

А.А. Болтаев – Волейбол бўйича U19 Жаҳон чемпионати натижалари асосида техник-тактик кўрсаткичларни таҳлил қилиш. 29

Г.У. Худоёрова – Тайёрлов даврида ёш каратэчиларнинг техник тайёргарлик кўрсаткичларини яхшилашда функционал кўпкураш–кроссфит восита ва усулларидан фойдаланиш. 31

С.Д. Полатов – Влияние интеграции кубинской методики на технические показатели боксёров сборной Узбекистана. 36

А.К. Эштаев – Факторы технической подготовки, объективно влияющие на процесс усвоения элементов на видах гимнастического многоборья. 40

Ж.Ж. Бердимуратова – Ўқув-машғулот гуруҳида шуғулланувчи оғир атлетикачи қизларнинг машғулот юкламаларини ишлаб чиқишда унинг методик усуллари ва мусобақа фаолиятига таъсири. 44

Ш.К. Шокиржонов – Ўқув-машғулот гуруҳи футболчиларининг енгил атлетика воситалари ёрдамида жисмоний тайёргарлигини ошириш. 47

З.Ч. Норқулов – Малакали ёш оғир атлетикачилар машғулотида махсус ривожлантирувчи машқларни режалаштириш услубияти. 52

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

“FAN – SPORTGA”
илмий-назарий журнали

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети муассислигида чоп этилади

Таҳририят манзили:
111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси 19-уй. Формат 60x84 1/16. 84 саҳифа.
Босишга рухсат этилди: 23.09.2025

Журнал “DAVR MATBUOT SAVDO” МЧЖ босмахонасида нашр қилинди.

“MATBUOT TARQATUVCHI” обуна каталоги индекси: 1118

05.02.2018 йилда Тошкент шаҳрида оммавий ахборот воситаси сифатида давлат рўйхатидан ўтказилган.

Рўйхатга олиш рақами № 02-005 “FAN – SPORTGA” журнали 2004 йилдан нашр этилади.

Суратлар муаллифи:
Анвар Ильясов
Абдулло Файзуллаев

2025/9

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИНГ ТИББИЙ-БИОЛОГИК ВА ИЖТИМОИЙ-ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

О.Х. Хасанов – Ёш футболчиларнинг психик ҳолати ва нейродинамик функцияларининг ривожланиш даражасидаги ўзаро боғлиқлик. 56

А.Э. Бобомуродов – 7-8 ёшли мактаб ўқувчиларининг жисмоний ривожланишини инобатга олиб спорт турларига саралаш. 61

К.К. Озодов – Особенности управления подготовкой тяжелоатлетов в длительном процессе становления спортивной квалификации. 64

А.Р. Раҳмонов – Глобаллашув жараёнида ёш авлодда ҳарбий-ватанпарварлик тарбиясини ривожлантиришнинг илмий-методологик асослари. 67

И.А. Мирзабеков – Белбоғли курашчиларнинг вазн тоифалари хусусиятларини инобатга олган ҳолда уларнинг жисмоний ва техник тайёргарлигини ошириш методикаси. 73

С.Э. Қодиров – Ўзбекистон, Грузия, Хитой мамлакатлари юқори малакали дзюдочиларни тайёрлаш тизими механизмлари. 75

А.Б. Жураев – Проблемы современной физической культуры и значение студенческого бокса в их решении. 79

Ш.Ш. Махмудов – Климато-географические условия как фактор временной адаптации тяжелоатлетов. 83

М.К. Жуманиязов – Ёш регбичиларни тайёрлашда жисмоний иш қобилиятини ривожлантиришнинг назарий асослари. 86

АДАПТИВ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Л.Т. Давлатова – Кўп йиллик тайёргарлик босқичида пара волейболчиларни техник тайёргарлигини ошириш технологияси. 90

Ч.А. Бердиева – Таянч ҳаракат аппаратида нуқсони бўлган талаба қизларнинг ҳаракатланиш имкониятларидан келиб чиқиб куч қобилиятини ривожлантириш. 93

М.Х. Полатова – Развитие координационных способностей у слабослышащих детей дошкольного возраста с помощью подвижных игр 6-7 лет. 95

Н.Ш. Бобомурадов – Малакали пара дзюдочиларнинг функционал ва психо-эмоционал ҳолатларини баҳолаш услуби. 98

БОЛАЛАР – ЎСМИРЛАР СПОРТ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Д.С. Курбанова – Бадиий гимнастикачиларда бошланғич спорт машғулотлари доирасида координация қобилиятларини мақсадли тарбиялаш. 100



Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD)
И.А. МИРЗАБЕКОВ[1]
[1]Андижон давлат университети
Андижон шаҳри, Ўзбекистон

БЕЛБОҒЛИ КУРАШЧИЛАРНИНГ ВАЗН ТОИФАЛАРИ ХУСУСИЯТЛАРИНИ ИНОБАТГА ОЛГАН ҲОЛДА УЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ВА ТЕХНИК ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ОШИРИШ МЕТОДИКАСИ

Аннотация

В данной статье исследование корреляции технико-тактических показателей борцов на поясах с весовыми категориями показало, что динамика показателей односторонняя и специфическая. Борцы весом от 65 кг до 74 кг имеют значительно большее преимущество над борцами на поясах более низких весовых категорий. Аналогичная картина выявлена и в динамике среднего количества технических приемов и набранных очков в минуту. Значительный рост уровня общей и специальной физической подготовки обеспечил улучшение спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов на поясах. Это подтверждается и их спортивными результатами.

Ключевые слова: *борцы на поясах, технико-тактические показатели, общая и специальная физическая подготовка, спортивно-технические показатели.*

Annotation

Ушбу мақолада белбоғли курашчиларнинг техник-тактик кўрсаткичларининг вазн тоифалари билан ўзаро боғлиқлигини текшириш шуни кўрсатдики, кўрсаткичлар бир томонлама ва ўзига хос динамикага эга. 65 кг.дан 74 кг. гача вазнга эга курашчиларда ўғир вазн тоифалардаги белбоғли курашчиларга нисбатан устунлик анча катта. Шунга ўхшаш манзара техник ҳаракатларнинг ўртача сони ва бир дақиқа ичида қўлга киритилган баллар динамикасида ҳам аниқланди. Умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик даражасининг анча ошиши белбоғли курашчилар мусобақа фаолиятининг спорт-техник кўрсаткичлари яхшиланишини таъминлади. Бу уларнинг спорт натижалари билан ҳам тасдиқланади.

Калит сўзлар: *белбоғли курашчилар, техник-тактик кўрсаткичлар, умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик, спорт-техник кўрсаткичлар.*

In this article, the study of the correlation of technical and tactical indicators of belt wrestlers with weight categories showed that the indicators have a one-sided and specific dynamics. Wrestlers weighing from 65 kg to 74 kg have a much greater advantage over belt wrestlers in lower weight categories. A similar picture was also revealed in the dynamics of the average number of technical movements and points scored per minute. A significant increase in the level of general and special physical training ensured an improvement in the sports and technical indicators of the competition activities of belt wrestlers. This is also confirmed by their sports results.

Key words: *belt wrestlers, technical and tactical indicators, general and special physical training, sports and technical indicators.*

Белбоғли курашчиларни кўп йиллик тайёргарлигини мувофиқлаштириш, уларни ҳар томонлама жисмоний тайёрлаш ўқув-машғулот жараёни узвийлигини таъминлаш билан боғлиқ бўлган муаммолар юзага келмоқда. Белбоғли курашнинг ижтимоий аҳамияти юқорилиги олимлар ва амалиётчи мутахассислар олдига халқаро майдондаги мусобақаларда иштирок этадиган иқтидорли спортчиларни саралаш, жисмоний ва техник тайёргарлигини машқлантирувчи воситалар орқали ривожлантириш методикасини ишлаб чиқиш долзарб масалалардан бири бўлиб қолмоқда.

Жаҳонда тадқиқотчилар томонидан белбоғли кураш спорт тури билан шуғулланувчи курашчиларнинг тайёргарлик тизимини ҳар томонлама самарали ташкил қилиш орқали уларнинг жисмоний тайёргарлигини ошириш, машғулот жараёнини такомиллаштиришга қаратилган кўплаб илмий изланишлар олиб борилмоқда. Белбоғли курашчиларни хусусиятларидан келиб чиқиб, умумий ва махсус жисмоний тайёргарлигини янада ошириш, белбоғли кураш машғулотлари учун восита ва усулларни танлаш, жисмоний юкламаларнинг ҳажми ва шиддатини аниқлашга қаратилган илмий-тадқиқотлар олиб борилганлигига қарамасдан, машғулот жараёнини самарали ташкил этишда белбоғли курашчиларнинг хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда уларнинг функционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлигини машқлантирувчи воситаларнинг интеграцияси орқали ривожлантиришга қаратилган илмий асосланган тадқиқотларни амалга ошириш зарурияти юзага келмоқда.

Мамлакатимизда аҳолининг жисмоний тарбия ва оммавий спортга бўлган қизиқишини ошириш, аҳоли генофондини яхшилаш, соғлигини мустаҳкамлаш, айниқса, ёшларни спорт турлари бўйича мунтазам шуғулланишларини таъминлаш мақсадида кенг қамровли ишлар амалга оширилмоқда. Белбоғли кураш вазиятли спорт тури бўлиб, беллашув вақтида юзага келадиган тезкор ўзгарувчан ҳолатлар билан тавсифланади ёки рақиб билан фаол беллашиш оқибатида юзага келади. Белбоғли курашда спорт маҳорати, аввалambор, спортчининг мусобақа беллашувида муваффақият қозонишини таъминлайдиган жисмоний, психофизиологик ва функционал тайёргарлигида асосий ҳаракат амалларининг яхши техник-тактик арсенали билан белгиланади. Спорт амалиётида яккакураш турларида атлетларнинг вазн тоифаларига ажратиш. Восита, усуллар ва машғулот режимларини спортчиларнинг гуруҳли ва индивидуал хусусиятларига мос равишда режалаштириш ва амалга ошириш пайтида табақалаштириш, белбоғли курашчиларнинг жисмоний ва техник тайёргарлигида замонавий педагогик ва функсионал ёндашувларни нафақат миллий, балки халқаро кураш турлари воситала-

рини интеграция қилиш асосида вазн тоифасини ҳисобга олган ҳолда қўлланилиши муҳим.

Рақиб тайёргарлигини баҳолаш: а) техник; б) тактик; в) жисмоний; г) психик. Яккакурашларнинг қўл жанги турларида "тактика" тушунчасига таъриф бера туриб, И.С.Шитиркев шундай ёзади: ...тактика жанговар вазиятни тушуниб, рақиб ҳаракатлари ва имкониятларини, ўзининг индивидуал хусусиятлари ва салоҳиятини ҳисобга олиш асосида кураш олиб бориш қобилияти ёки махсус кўникма сифатида қатнашади". Keller таърифи янада аниқроқ ва лўнда берилган – бу "кураш олиб бориш қобилиятидир". Спортда тактика деганда, муаллифнинг фикрича, мусобақа қоидалари, шахсий ва рақибнинг хусусиятларидаги ижобий ҳамда салбий томонларни инобатга олган ҳолда мусобақа вазифаларини ҳал этиш учун тактик ҳаракатлардаги техник усуллардан мақсадли фойдаланиш йўллари деб тушуниш керак. Адабиётларда тактиканинг яна бир таърифи бор. У Т.Ф.Абрамова ва Т.М.Никитинлар томонидан берилган бўлиб, муаллифнинг эътирофича, "яккакураш спорт турларида тактика – бу рақиб билан тўқнашувли ўзаро ҳаракатларни ташкил қилиш усуллари ва методлари йиғиндисидир. Бу ўзаро ҳаракатлар ўзининг ва рақибнинг имкониятлари, вазиятни тушуниш асосида рақиб имкониятларини, айниқса, хатти-ҳаракатларни амалга ошириш имкониятларини камайтиришга қаратилгандир".

Н.Р.Газиев томонидан тактик маҳоратнинг учта даражаси ва беллашув тактикасига нисбатан учта қарашни ажратишни таклиф қилади. Тактик маҳоратнинг паст даражаси қулай вазиятларда техник ҳаракатларни қўллашга интилган ҳолда ўз техник салоҳиятини амалга оширишга ҳаракат қилувчи курашчиларни ифодалайди. Бу даражада рақиб ҳимоясидан фойдаланилади ва енгиб ўтилади. Рақибга нисбатан тўсиқлар яратилиши мумкин.

Шунингдек, тактика рақиб ҳаракатларидан илгарироқ ҳаракат қилишга асосланиши мумкин. Маҳоратнинг ўртача даражаси рақиб хатти-ҳаракатларини очиқчасига бошқаришга интилаётган курашчиларни ифодалайди. Улар ҳаракатларни бажаришдан аввал ўз имкониятларини рақиб ҳаракатлари билан солиштириб кўрадилар, услубларини қиёслайдилар. Ушбу даража масофада ёки комбинацион усулда рақибдан устун келиш билан ифодаланади.

Маҳоратнинг юқори даражаси ташаббусни қўлига олган ва рақиб хатти-ҳаракатларини яширинча бошқарадиган, унинг психологик ҳолатини инобатга олиб ҳаракат қиладиган яккакурашчиларга хосдир. Улар рақиб ҳаракатларини "бостирмайди", балки унинг ўйлаган мақсадига қўшилиб, кутилмаганда жавоб қарши ҳужумлари билан ҳаракат қиладилар. Жанговар санъат турларида жанг олиб бориш стратегияси, деган тушунча мавжуд. Бундай ёндашувларни миллий кураш турларида ҳам инобатга олиш зарур, чунки ҳар хил яккакураш турларида спортчилар томонидан намоён қилинадиган фаолликка қараб уларнинг хатти-ҳаракатларини аниқлашга бўлган турли хил ёндашувлар ажратилади. Масалан, боксда разведка қилиш, ҳужум ва ҳимоя ҳаракатлари мавжуд, шунингдек, жанг олиб бориш шаклига кўра ва турли хил масофалардан туриб жанг қилишда яқин, узоқ ва ўрта масофадан жанг усуллари ҳамда уйғунлашган ҳолда жанг олиб бориш усуллари ажратилади. Айни пайтда Э.Г.Мартерозовнинг фикрича, ҳужумкор ва қарши ҳужум усулида жанг олиб бориш услуби ҳам бор. Спорт курашида спортчиларнинг беллашувдаги хатти-ҳаракатлари стратегиясини аниқлашга нисбатан бир нечта ёндашувлар мавжуд.

Белбоғли курашчиларни кўрсаткичларнинг вазн тоифаларига боғлиқ ҳолда катта фарқларга эга эканлигини кўриш мумкун. Беллашув давомида ТТҲ ларнинг ўртача сони 90 кг. вазн тоифасида 4,35 дан 65 кг.вазн тоифасида 6,46 гача ўзгариб туради; бир дақиқадаги ТТҲларнинг ўртача сони 0,80дан (86 кг.гача) 1,18 гача (65 кг.гача); бир дақиқадаги ўртача баллар сони 1,39 дан (100 кг.дан юқори) 2,00гача (65 кг.гача); ТТҲлар натижадорлиги 1,68 баллдан (65 кг) 1,84 баллгача (74 кг); муваффақиятли ҳужум оралиғи 50,5 с.дан (65 кг) 73,9 с.гача (100 кг.гача); беллашувнинг ўртача вақти 5 дақиқа 24 с.дан (100 кг.дан юқори) 5 дақиқа 32 с.гача (90 кг). Бундай муҳим фарқлар (улар кўп ҳолларда 45% ва кўпроқ фоизга етади) алоҳида ҳар бир кўрсаткичнинг динамикасини янада батафсилроқ таҳлил қилиш учун асос бўла олади.

1-жадвал

Ҳар хил вазн тоифасида ихтисослашган белбоғли курашчиларнинг спорт-техник кўрсаткичлари (n=30)

Т/р	Кўрсаткичлари	Вазн тоифалари				
		63 кг	**75** кг	**90** кг	**100** кг.дан юқори	Ўртача ($\bar{x}\pm\sigma$)
1	Беллашув давридаги қўлланган ТТҲнинг ўртача миқдори	6,46	5,55	4,48	4,35	5,21±0,99
2	Бир минутдаги ТТҲнинг ўртача миқдори	1,18	1,00	0,80	0,83	0,95±0,18
3	Беллашув давридаги балларнинг ўртача миқдори	10,93	10,18	8,00	7,46	9,14±1,67
4	Бир минутдаги балларнинг ўртача миқдори	2,00	1,85	1,44	1,39	1,67±0,3
5	ТТҲнинг натижавийлиги, балл	1,68	1,84	1,78	1,70	1,75±0,07
6	Натижавий ҳужум интервали, с.	5,5	5,9	7,3	8,3	6,75±1,29

Жадвалдан таҳлил қилинаётган кўрсаткичлар бир томонлама ва ўзига хос динамикага эга, улар иккита биринчи вазн тоифасидаги курашчиларнинг (63 кг.дан 75 кг.гача) анча оғирроқ вазн тоифасидаги курашчилардан (90 кг дан 125 кг.гача) устун эканлигидан дарак беради. Бундай динамика таҳлили кўриб чиқилаётган тавсифларнинг курашчилар вазнига муҳим даражада боғлиқлигини кўрсатади, бунда оғир вазн тоифасидаги курашчилар амалга оширилган техник ҳаракатлар сони бўйича ҳам, беллашув давомида қўлга киритилган баллар сони бўйича ҳам яққол орқадалар.

Шунга ўхшаш нисбат бир дақиқа ичида амалга оширилган техник ҳаракатларнинг ўртача сони ва бир дақиқа ичида қўлга киритилган баллар динамикасида ҳам аниқланди. Жадвалда кўриниб турибдики, курашчилар спорт-техник кўрсаткичлари уларнинг вазн тоифаларига боғлиқ ва бунда оғир вазн тоифасидаги курашчиларга қараганда енгил вазнлилар анча устунлик қилади.

Хулоса: Белбоғли курашчилар техник-тактик ҳаракатларининг (ТТҲ) вазн тоифаларига боғлиқлиги аниқланди. Техник-тактик ҳаракатлар – беллашувдаги ТТҲлар ўртача сони, ТТҲларнинг бир дақиқа ичидаги ўртача сони, беллашув учун ўртача баллар сони, бир дақиқада ўртача баллар сони таҳлил қилинди. Таҳлил қилинаётган кўрсаткичлар бир томонлама динамикага эга эканлиги аниқланди, бу биринчи икки гуруҳ (55-65 кг.дан 74-81 кг.гача) курашчиларининг оғирроқ вазн тоифасидаги курашчилардан (86-97 кг.дан -100 кг.гача) устунлигини кўрсатди. Оғир вазн тоифасидаги курашчилар амалга оширилган техник ҳаракатлар сони бўйича ҳам, беллашув давомида қўлга киритилган баллар сони бўйича ҳам яққол ортда қолишди.

Адабиётлар:

1.Керимов Ф.А. Теория и методика спортивной борьбы // Учебник. Т., 2001, - 245 с.
2.Мирзақулов Ш.А. Белбоғли кураш назарияси ва услублари //Ўқув қўлланма Т.: 2014 - 216 б.
3.Тастанов Н.А. Юнон- рим кураш назарияси ва услублари // Ўқув қўлланма Т.: -2014, - 270 с.
4. Артиқов З.С. Юқори малакали беобоғли курашчиларда статик ва динамик ҳаракатлар таъсирида мувозанат сақлаш имконияти //Фан – спортга, 2018, №3, - стр. 54 -60.
5.Ашкинази, С.М. Технико-тактическая подготовка спортсменов в комплексных единоборствах : монография; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Воен. ин-т физ. культуры. – СПб. : [б. и.], 2016. – 145 с.



Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент
С.Э. ҚОДИРОВ[1]
[1]Ўзбекистон давлат спорт академияси
Тошкент шаҳри, Ўзбекистон

ЎЗБЕКИСТОН, ГРУЗИЯ, ХИТОЙ МАМЛАКАТЛАРИ ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ ДЗЮДОЧИЛАРНИ ТАЙЁРЛАШ ТИЗИМИ МЕХАНИЗМЛАРИ

Аннотация

Данная статья посвящена сравнительному анализу механизмов системы подготовки высококвалифицированных дзюдоистов в Узбекистане, Грузии и Китае. В исследовании анализируются спортивная политика всех трех стран, деятельность специализированных образовательных учреждений по дзюдо, многоступенчатый процесс подготовки, тренерские школы и научно-методические подходы. В опыте Узбекистана отдельно изучены государственные программы, основанные на национальных спортивных традициях, в Грузии - модель технико-тактического развития на основе международного сотрудничества, а в Китае - комплексная система подготовки, сформированная на базе высоких технологий, научных исследований и государственных инвестиций. Это позволяет выявить сходства и различия в подготовке ведущих спортсменов и определить возможности внедрения передового опыта в практику Узбекистана. Статья содержит рекомендации по совершенствованию спортивного образования, научно-методической работы и тренерской деятельности.

Ключевые слова: *Узбекистан, Грузия, Китай, дзюдо, высококвалифицированные спортсмены, система подготовки, многоступенчатая подготовка, тренерские школы, научно-методический подход, международный опыт, спортивная политика, конкурентоспособность.*

Annotation

Мазкур мақола Ўзбекистон, Грузия ва Хитой мамлакатларида юқори малакали дзюдочиларни тайёрлаш тизимининг механизмларини қиёсий таҳлил қилишга бағишланган. Тадқиқотда ҳар уч давлатнинг спорт сиёсати, дзюдо бўйича ихтисослашган таълим муассасалари фаолияти, кўп босқичли тайёргарлик жараёни, мураббийлик мактаблари ва илмий-методик ёндашувлари таҳлил қилинади. Ўзбекистон тажрибасида миллий спорт анъаналарига таянган давлат дастурлари, Грузияда халқаро ҳамкорлик асосидаги техник-тактик ривожланиш модели, Хитойда эса юқори технологиялар, илмий тадқиқотлар ва давлат инвестициялари асосида шаклланган комплекс тайёрлов тизими алоҳида ўрганилган бўлиб йича етакчи спортчилар тайёрлашдаги ўхшаш ва фарқли жиҳатларини аниқлаш, илғор тажрибаларни Ўзбекистон амалиётига жорий этиш имкониятларини белгилашга хизмат қилади. Мақола спорт таълими, илмий-методик ишлар ва мураббийлик фаолиятини такомиллаштириш бўйича тавсияларни ўз ичига олади.

Калит сўзлар: *Ўзбекистон, Грузия, Хитой, дзюдо, юқори малакали спортчилар, тайёрлаш тизими, кўп босқичли тайёргарлик, мураббийлик мактаблари, илмий-методик ёндашув, халқаро тажриба, спорт сиёсати, рақобатбардошлик.*

This article is devoted to a comparative analysis of the mechanisms of the system of training highly qualified judokas in Uzbekistan, Georgia, and China. The study analyzes the sports policy of all three countries, the activities of specialized educational institutions in judo, the multi-stage training process, coaching schools, and scientific and methodological approaches. In the experience of Uzbekistan, state programs based on national sports traditions, a model of technical and tactical development based on international cooperation in Georgia, and a comprehensive training system formed on the basis of high technologies, scientific research, and state investments in China have been separately studied, which serves to identify similarities and differences in the training of leading athletes, and to determine the possibilities of introducing best practices into the practice of Uzbekistan. The article contains recommendations for improving sports education, scientific and methodological work, and coaching activities.

Key words: *Uzbekistan, Georgia, China, judo, highly qualified athletes, training system, multi-stage preparation, coaching schools, scientific and methodological approach, international experience, sports policy, competitiveness.*

Кириш. Дзюдо бўйича юқори натижаларга эришиш учун спортчиларни тайёрлаш тизимини илмий асосда ташкил этиш талаб этилади. Ҳар бир мамлакат ўз миллий спорт мактаби ва педагогик


TaiShan
UWW.ORG
RUDIS
HEP
UWW+









