O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2026/1



ISSN: 2181 7804

FAN Sportga

ilmiy-nazariy jurnali

2026/1

Bosh muharrir
Rashid MATKARIMOV

Bosh muharrir o‘rinbosari ilmiy maslahatchi:
SH.SH. GAZIYEV

Tahrir hay’ati tarkibi:

E.T. Raxmanov
SH.S. Mirzanov
M.X. Mirjamalov
M.O‘. Arziqulov
S.B. Repkin
Bek Mun Jong
I.P. Sivoxin
N.T. To‘xtaboyev
B.K. Erimbetov
I.B. Aliyev
L.P. Yugay
D.X. Umarov
A.K. Eshtayev
K.SH. Ziyadullayev
N.J. Isakulova
A.B. Jumaniyazov
M.M. Qirg‘izboyev

Tahrir hay’ati kotibi

SH.X. Toshturdiyev
B.A. Ishimov
R.I. Isroilov
A.U. Rashidov
O.Y. Mamishev
A.S. Gonashvili

Texnik tahririyat tarkibi:

N.N.G‘afforov
U.O. Azimova
SH.B. Aliyeva
M. Rahmonov

fan-sportga.uz

Jurnalning telegram kanali

MUNDARIJA/СОДЕРЖАНИЕ

SPORT MASHG‘ULOTLARI: TEXNIKA, TAKTIKA, USULIYAT SPORTS TRAINING: TECHNIQUE, TACTICS, METHODOLOGY ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Г.М. Зоитова., А.Р. Машарипов., Д.А. Холмуродова., М.Н. Исломова., Н.А. Убайдуллаева – Комплексная оценка постурального контроля и физической подготовленности спортсменок сборной команды Республики Узбекистан по синхронному плаванию. 3

O.O. Kasimov – Xalqaro sport musobaqalarida sportchilar ishtirokida yuzaga keladigan nizoli vaziyatlarni hal etishning huquqiy mexanizmlari. 6

N.R. Saidova – Qisqa masofaga yuguruvchi sportchilarning mashg‘ulotlarini kompleks nazorat qilish orqali jismoniy tayyorgarligini oshirish uslubiyati. 9

A.T. Ro‘zmetov – Voleybolda to‘p qabul qilish va uzatish aniqligini takomillashtirish texnologiyasi samaradorligi. 13

Г.Т. Саидова – Сравнительная оценка соматотипологических особенностей спортсменок, занимающихся фехтованием и художественной гимнастикой. 17

Е.С. Епифанова – Влияние специфики тренировочного процесса тяжелоатлеток в подготовительном периоде. 20

D.S. Nishanova – Boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichidagi basketbolchilarda jismoniy sifatlarni rivojlantirishning samarali uslubiyati. 23

X.X. Qurbonov – Boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichida o‘rta masofalarga yuguruvchilar mashg‘ulotlarini tashkil etish uslubiyati. 27

С.Ф. Ашуркова., А.А.Умматов – Развитие скоростно-силовых способностей волейболисток 14-15 лет с использованием специальных упражнений легкоатлетов. 32

M.K. Jumaniyazov – Regbi sportchilarida chidamlilikni rivojlantirish usullari va ularning funksional ko‘rsatkichlarga ta’siri. 36

N.A. Egamberdiyeva – Yosh basketbolchilarni kombinatsiyalangan mashqlar orqali o‘yin texnikasini optimallashtirish uslubiyati. 39

H.E. Musulmonov – Malakali belbog‘li kurashchilarda usullarni o‘ng- chap tomonlama qo‘llash tajribasini o‘rganish natijalari va uning samaradorligi. 43

F.V. Ganiyeva – Malakali basketbolchilarning jismoniy konditsiyalarini takomillashtirishda maxsus jismoniy mashqlardan foydalanish omili. 47

A.T. Xasanov., B.B. Xaitbayeva – Ritmik gimnastika vositalarini o‘quv jarayonida qo‘llash imkoniyatlari va samaradorligi. 51

J.M. Shukurllayev – Mini voleybolni voleybolga integratsiyalash jarayonida mashg‘ulotlar piramidasining metodik asoslari. 54

FAN Sportga
ilmiy-nazariy jurnali

“FAN – SPORTGA”
ilmiy-nazariy jurnali

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti muassisligida chop etiladi

Tahririyat manzili:
111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Sportchilar ko‘chasi 19-uy.

Mazkur ilmiy jurnal elektron formatda nashr qilinadi

05.02.2018 yilda Toshkent shahrida ommaviy axborot vositasi sifatida davlat ro‘yxatidan o‘tkazilgan.

Ro‘yxatga olish raqami № 02-005 “FAN – SPORTGA” jurnali 2004 yildan nashr etiladi.

Suratlar muallifi:
Anvar Ilyasov
Abdullo Fayzullayev

2026/1

J.O. Xajibaev – Dzyudochilarning yillik tayyorgarlik davrida kuch tayyorgarligini oshirish uslubiyati. 59

M.A. Umbetova – Yosh basketbolchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlanish darajasini aniqlash va rivojlantirish samaradorligi. 62

A.O‘. Matnazarov – Og‘ir atletikachilarning siltab ko‘tarish mashqini tayyorgarligini pedagogik nazorat qilish. 67

M.O. Xamudov – 400 metrga yuguruvchi o‘quv-mashg‘ulot guruhi sportchilarida jismoniy tayyorgarlik ko‘rsatkichlarining o‘zgarish dinamikasi. 71

A.M. Yusupov – Kurashchilarni texnik usullarini bajarishdagi tezkor kuch sifatini rivojlantirish. 75

P.P. Акрамов – Планирование технической подготовки юных пловцов с учётом возрастных особенностей двигательного развития. 77

A.A. Boltayev – Yuqori malakali voleybolchilarda maxsus ish qobiliyatining tezokrlik-kuch komponentlari. 80

G‘.U. Berdiyev – Jismoniy tarbiya darslarini ochiq havoda o‘tkazishda issiq iqlim sharoitining mashg‘ulot o‘zlashtirish samaradorligiga ta’siri. 83

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING TIBBIY-BIOLOGIK VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI
MEDICAL-BIOLOGICAL AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

M.B. Akbarov – Maktab o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini rivojlantirishda yengil atletika mashg‘ulotlariga gimnastika vositalarini integratsiya qilish samaradorligi. 88

Ф.А. Соловьева – Перспективы применения искусственного интеллекта в менеджменте фитнес-индустрии: анализ цифровых решений. 91

O.K. Raupov., N.I. Isoev., A.A. Kurbonov – Oliy ta’lim muassasalarida sport mashg‘ulotlarini qiziqarli va interaktiv shakllarda tashkil etish samaradorligi. 94

J.A. Ochilov – Zamonaviy axborot jamiyatida bolalarning sportga oid ta’lim tarbiya madaniyatini takomillashtirish. 97

A.A. Mamatkulov – I-IV sinf o‘quvchilarining jismoniy rivojlanishlarida total va parsial ko‘rsatkichlar tahlili. 99

T.U. Ismoilov – Yosh avlodni sog‘lom va barkamol qilib tarbiyalashda davlat direktiv hujjatlarining ahamiyati. 104

A.A. Tursunov – Voleybolda to‘pni qabul qilish va uzatish texnikasi aniqligini erta yosh bosqichida shiddatli yuklamalar asosida shakllantirishning pedagogik xususiyatlari. 107

ADAPTIV JISMONIY TARBIYA
ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

М.Г. Хайдаров., М.Р. Ташев – Формирование и совершенствование бросковых навыков в спортивной игре «бочча». 111

X.S. Arabov – Ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchi futbolchilar tayyorgarligini oshirishda kompleks harakatlar texnologiyasini qo‘llash mexanizmi. 114



Магистрант
Ф.А. СОЛОВЬЕВА[1]
[1]Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, город Чирчик, Узбекистан

https://orcid.org/0009-0004-1480-8868

10.65149/fansport.2026.v9i1.a025

ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В МЕНЕДЖМЕНТЕ ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ: АНАЛИЗ ЦИФРОВЫХ РЕШЕНИЙ

Annotatsiya

Данное исследование посвящено анализу применения технологий искусственного интеллекта в менеджменте фитнес-индустрии и оценке готовности пользователей к их внедрению. В работе рассмотрены теоретические аспекты цифровой трансформации, преимущества использования ИИ в управлении фитнес-организациями и существующие барьеры внедрения. Эмпирическая часть основана на онлайн-анкетировании 53 респондентов, показавшем высокий интерес и доверие пользователей к ИИ-технологиям, несмотря на ограниченную готовность оплачивать персонализированные цифровые услуги. Результаты исследования подтверждают перспективность интеграции искусственного интеллекта в фитнес-сферу и необходимость дальнейшего развития локальных цифровых решений и повышения цифровой грамотности специалистов отрасли.

***Ключевые слова**: фитнес-индустрия, цифровые технологии, искусственный интеллект, цифровизация, менеджмент.*

Abstract

Ushbu tadqiqot fitnes industriyasi menejmentida sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishni tahlil qilish va foydalanuvchilarning ularni joriy etishga tayyorgarligini baholashga bag'ishlangan. Ishda raqamli transformatsiyaning nazariy jihatlari, fitnes tashkilotlarini boshqarishda sun'iy intellektni qo'llashning afzalliklari hamda mavjud joriy etish to'siqlari ko'rib chiqilgan. Tadqiqotning amaliy qismi 53 nafar respondent ishtirok etgan onlayn so'rovnoma asosida olib borildi, unda foydalanuvchilarning sun'iy intellekt texnologiyalariga yuqori qiziqish va ishonch bildirganligi, biroq shaxsiylashtirilgan raqamli xizmatlar uchun to'lov qilishga tayyorlik darajasi cheklanganligi aniqlandi. Tadqiqot natijalari sun'iy intellektni fitnes sohasiga integratsiya qilish istiqbollari yuqori ekanini hamda mahalliy raqamli yechimlarni rivojlantirish va sohaga oid mutaxassislarning raqamli savodxonligini oshirish zarurligini tasdiqlaydi.

***Kalit so'zlar**: fitnes industriyasi, raqamli texnologiyalar, sun'iy intellekt, raqamlashtirish, menejment.*

Abstract: This study is dedicated to analyzing the use of artificial intelligence technologies in the management of the fitness industry and assessing users' readiness for their implementation. The research examines the theoretical aspects of digital transformation, the benefits of applying AI in the management of fitness organizations, and the existing barriers to its adoption. The empirical part is based on an online survey of 53 respondents, which revealed a high level of interest and trust in AI technologies, despite users' limited willingness to pay for personalized digital services. The findings confirm the promising prospects of integrating artificial intelligence into the fitness sector and highlight the need for further development of local digital solutions and improvement of digital literacy among industry professionals.

***Keywords**: fitness industry, digital technologies, artificial intelligence, digitalization, management.*

Актуальность и научная значимость. Искусственный интеллект постепенно становится частью цифровой трансформации фитнес-индустрии. Его внедрение в систему менеджмента позволяет улучшить качество управления, повысить лояльность клиентов и сократить издержки. Однако в большинстве фитнес-клубов такие технологии пока не используются, что создаёт потенциал для их будущего развития.Современная фитнес-индустрия активно развивается под влиянием цифровых технологий, которые становятся неотъемлемой частью системы управления и взаимодействия с клиентами. Одним из наиболее перспективных направлений цифровой трансформации является применение искусственного интеллекта (ИИ) в менеджменте фитнес-организаций.

Цель исследования: Определить перспективы применения искусственного интеллекта в менеджменте фитнес-индустрии, выявить возможности и барьеры внедрения цифровых решений для повышения эффективности управления и удовлетворённости клиентов.

Объект исследования: Процессы цифровой трансформации и управления в фитнес-индустрии.

Предмет исследования: Использование технологий искусственного интеллекта в системе менеджмента фитнес-организаций и их влияние на эффективность управленческих решений.

Задачи исследования:Изучить теоретические основы применения искусственного интеллекта в сфере управления и сервисных индустриях.

Проанализировать современные цифровые решения и мировые практики внедрения ИИ в фитнес-индустрии.Исследовать уровень готовности клиентов и специалистов фитнес-сферы к восприятию технологий искусственного интеллекта.

Определить преимущества и потенциальные риски использования ИИ в системе менеджмента фитнес-клубов. Провести анкетирование среди студентов Узбекского Государственного университета физической культуры и спорта.

Анализ исследования. Искусственный интеллект в менеджменте фитнес-индустрии- современная фитнес-индустрия переживающая активную цифровую трансформацию, и одной из ключевых технологий, определяющих её развитие, становится искусственный интеллект (ИИ). Его применение в менеджменте фитнес-клубов и спортивных организаций открывает новые возможности для повышения эффективности управления, улучшения клиентского опыта и оптимизации бизнес-процессов. ИИ активно используется в нескольких направлениях управления фитнес-бизнесом. Прежде всего, это анализ клиентских данных — система на основе ИИ способна собирать, обрабатывать и интерпретировать огромные массивы информации о пове-

дении клиентов, посещаемости, предпочтениях и результатах тренировок. Это позволяет менеджерам разрабатывать персонализированные программы тренировок, подбирать оптимальные предложения и выстраивать более точные маркетинговые стратегии.Второе направление — автоматизация процессов обслуживания. В фитнес-клубах всё чаще применяются чат-боты и голосовые помощники, которые записывают клиентов на занятия, напоминают о тренировках и отвечают на типичные вопросы. Это значительно снижает нагрузку на административный персонал и повышает качество взаимодействия с клиентом. Проведённое исследование показало, что искусственный интеллект (ИИ) становится ключевым инструментом цифровой трансформации фитнес-индустрии. Анализ мирового опыта и функционала современных фитнес-приложений (таких как Freeletics, Nike Training Club, Fitbod, Equinox+, Peloton) продемонстрировал, что технологии машинного обучения и интеллектуальной аналитики позволяют формировать индивидуальные программы тренировок, прогнозировать прогресс клиентов и повышать эффективность коммуникаций между пользователем и системой. Применение ИИ в менеджменте фитнес-организаций обеспечивает ряд преимуществ:Оптимизация управленческих процессов — автоматизация расписания, распределение нагрузки, контроль посещаемости и персональных планов;Улучшение маркетинговых стратегий — персонализация предложений и повышение точности прогнозов клиентских предпочтений; Повышение качества обслуживания — создание интерактивных платформ и виртуальных помощников, сокращающих дистанцию между клиентом и тренером.

Однако проведённый контент-анализ показал, что в большинстве локальных фитнес-клубов технологии ИИ пока не внедряются системно. Основные барьеры связаны с низким уровнем цифровой грамотности менеджеров, ограниченными ресурсами и отсутствием адаптированных под местный рынок решений. Тем не менее, результаты опросов пользователей свидетельствуют о высокой степени интереса и доверия клиентов к цифровым технологиям и готовности использовать AI-инструменты для контроля и персонализации тренировок.

Методологическую основу настоящего исследования составил количественный подход с применением метода онлайн-анкетирования для сбора эмпирических данных. Совокупная выборка исследования составила 53 человека, отобранных из числа студентов.В качестве основного измерительного инструмента была разработана авторская анкета, состоящая из 6 вопросов, направленных на выявление использования искусственного интеллекта в фитнес индустрии. Разработка и агрегация данных анкеты осуществлялись с использованием цифрового инструментария Google Workspace, в частности, сервиса Google Forms, интегрированного с Google Sheets для последующей обработки результатов.Для обеспечения репрезентативности ответов и минимизации языковых барьеров анкета была предложена респондентам на двух языках [узбекский и русский языки]. Сбор данных производился посредством дистрибуции ссылки на онлайн-анкету через официальные интернет-порталы (веб-сайты). Такой способ организации опроса позволил эффективно использовать цифровые каналы коммуникации для взаимодействия с целевой аудиторией и оперативного получения необходимой информации.»

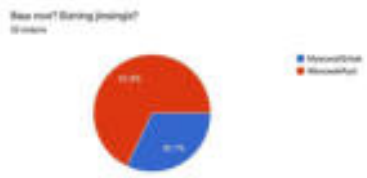


Диаграмма 1.

Согласно результатам опроса, большинство участников составили женщины — 67,9%, в то время как мужчины — 32,1%. Это показывает, что женская аудитория проявляет больший интерес к теме фитнеса и цифровых решений, включая технологии искусственного интеллекта

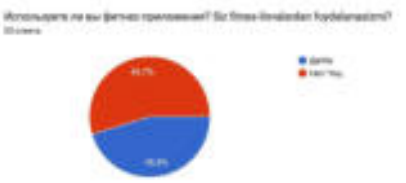


Диаграмма 2.

Анализ ответов показывает, что 54,7% респондентов не используют фитнес-приложения, тогда как 45,3% — активно ими пользуются. Несмотря на высокую цифровизацию фитнес-индустрии, часть аудитории всё ещё предпочитает традиционные методы, что может указывать на необходимость повышения доверия к цифровым инструментам

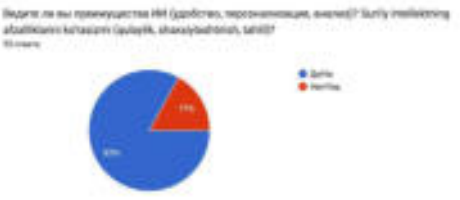


Диаграмма 3.

Большинство участников (83%) отмечают преимущества применения искусственного интеллекта в фитнесе, особенно в контексте персонализации тренировок, анализа данных и удобства использования. Лишь 17% не разделяют эту точку зрения, что свидетельствует о высоком уровне осведомлённости и доверия к технологиям среди опрошенных

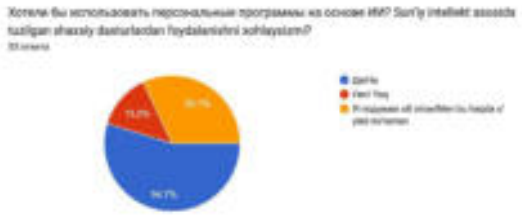


Диаграмма 4.

Результаты показывают, что 54,7% готовы использовать персонализированные программы на основе ИИ. Ещё 32,1% пока сомневаются и рассматривают такую возможность, а 13,2% не хотели бы прибегать к подобным технологиям. Это указывает на высокий потенциал развития ИИ-сервисов, при этом сохраняется потребность в дополнительном информировании пользователей о преимуществах таких решений.

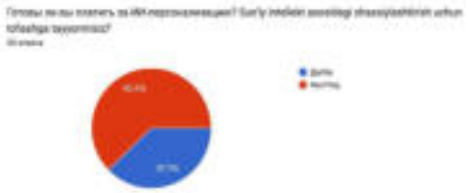


Диаграмма 5.

37,7% (20 респондентов) ответили «Да», выражая готовность оплачивать подобные сервисы. 62,3% участников выбрали «Нет», что означает, что большинство пока не готовы доплачивать за ИИ-персонализацию. Диаграмма показывает заметный перевес отрицательных ответов, что может говорить о недостаточной готовности аудитории инвестировать в такие технологии либо о необходимости лучшего объяснения их ценности.

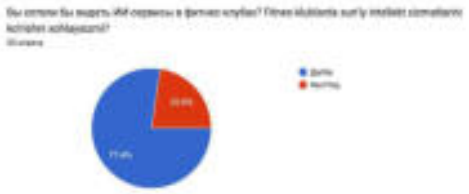


Диаграмма 6.

Здесь картина противоположная: 77,4% респондентов высказались «За», выразив желание видеть ИИ-технологии в фитнес-клубах.Лишь 22,6% ответили «Нет», не поддержав эту идею.Таким образом, несмотря на то что платить за ИИ-персонализацию готовы не все, подавляющее большинство участников положительно относится к самому факту интеграции ИИ-решений в фитнес-инфраструктуру.

Вывод: Проведённое исследование подтверждает, что искусственный интеллект становится одним из ключевых факторов цифровой трансформации фитнес-индустрии, открывая новые возможности для оптимизации управленческих процессов, улучшения качества сервиса и повышения эффективности коммуникаций с клиентами. Анализ теоретических источников и практических кейсов показывает, что ИИ способен существенно улучшить работу фитнес-организаций благодаря автоматизации рутинных операций, персонализации тренировочных программ, интеллектуальной аналитике и повышению точности управленческих решений.Результаты анкетирования демонстрируют высокую степень готовности пользователей к внедрению цифровых технологий: большинство респондентов видят преимущества ИИ (83%) и положительно относятся к его интеграции в фитнес-клубы (77,4%). Это свидетельствует о том, что клиенты открыты к инновациям и рассматривают ИИ как инструмент повышения удобства, эффективности тренировок и качества обслуживания.Однако выявлены и важные барьеры. Более половины участников опроса не используют фитнес-приложения, а значительная часть респондентов (62,3%) не готова оплачивать персонализированные ИИ-сервисы. Это говорит о недостаточной информированности о реальных возможностях ИИ-технологий, а также о том, что рынок Узбекистана пока не сформировал устойчивую культуру платных цифровых фитнес-услуг. Тем не менее, общий интерес к технологиям искусственного интеллекта и высокий уровень доверия пользователей свидетельствуют о благоприятных условиях для дальнейшего развития цифровых инструментов в фитнес-индустрии. Для эффективного внедрения ИИ в систему менеджмента фитнес-клубов необходимы повышение цифровой грамотности управленцев, адаптация технологий под потребности локального рынка и проведение информационно-разъяснительной работы среди клиентов.

Таким образом, исследование показало, что искусственный интеллект обладает значительным потенциалом для модернизации фитнес-индустрии, однако успешная интеграция этих технологий требует комплексной работы по развитию цифровой инфраструктуры, подготовке персонала и формированию осведомлённости среди потребителей.

Литература:

1. Усманова Д. «Использование искусственного интеллекта в спортивной индустрии». Yashil iqtisodiyot va taraqqiyot, 2023, Vol. 1 No. 11-12. DOI:10.55439/GED/vol1_iss11-12/a425. (yashil-iqtisodiyot-taraqqiyot.uz)
2. Хаджаев Х.С. «Цифровая экономика и искусственный интеллект». Tanqidiy nazar, tahliliy tafakkur va innovatsion g'oyalar, 2025, Vol. 2 No. 1. (phoenixpublication.net)
3. Chin J.-H., Do C., Kim M. «How to Increase Sport Facility Users' Intention to Use AI Fitness Services: Based on the Technology Adoption Model». International Journal of Environmental Research and Public Health, 2022; 19(21):14453. DOI:10.3390/ijerph192114453.
4. Chmait N., Westerbeek H. «Artificial Intelligence and Machine Learning in Sport Research: An Introduction for Non-data Scientists». Frontiers in Sports and Active Living, 2021;3:682287. DOI:10.3389/fspor.2021.682287.
5. Peng T., Liang W., Zhang J., Zhang Z. «The rise of unmanned gyms: innovation, spatiotemporal characteristics, and the future of urban fitness». Frontiers in Sports and Active Living, 2025;7:1574966. DOI:10.3389/fspor.2025.1574966.
6. Parashar J., Jain A., Ali S. «Artificial Intelligence Impact on Human Fitness: Exploring Emerging Trends». IJRASET – Journal for Research in Applied Science and Engineering Technology, 2023. DOI:10.22214/ijraset.2023.55971.



Dotsent
O.K. RAUPOV[1]
Dotsent
N.I. ISOEV[1]

Dotsent
A.A. KURBONOV[1]
[1]Samarqand davlat universiteti
Samarqand shahri, O'zbekiston

10.65149/fansport.2026.v9i1.a026

OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA SPORT MASHG'ULOTLARINI QIZIQARLI VA INTERAKTIV SHAKLLARDA TASHKIL ETISH SAMARADORLIGI

Annotatsiya

Данная статья посвящена изучению увлекательных и интерактивных методов привлечения студентов к занятиям спортом в высших учебных заведениях. В работе проанализированы методики повышения эффективности спортивных занятий с использованием мотивационных подходов, инновационных технологий и командных игр. Результаты исследования способствуют разработке практических рекомендаций по организации спортивных занятий, направленных на повышение интереса студентов и их физической активности.

***Ключевые слова**: высшее образование, спортивные занятия, интерактивные методы, геймификация, студенты, мотивация, физическая активность.*

Abstract

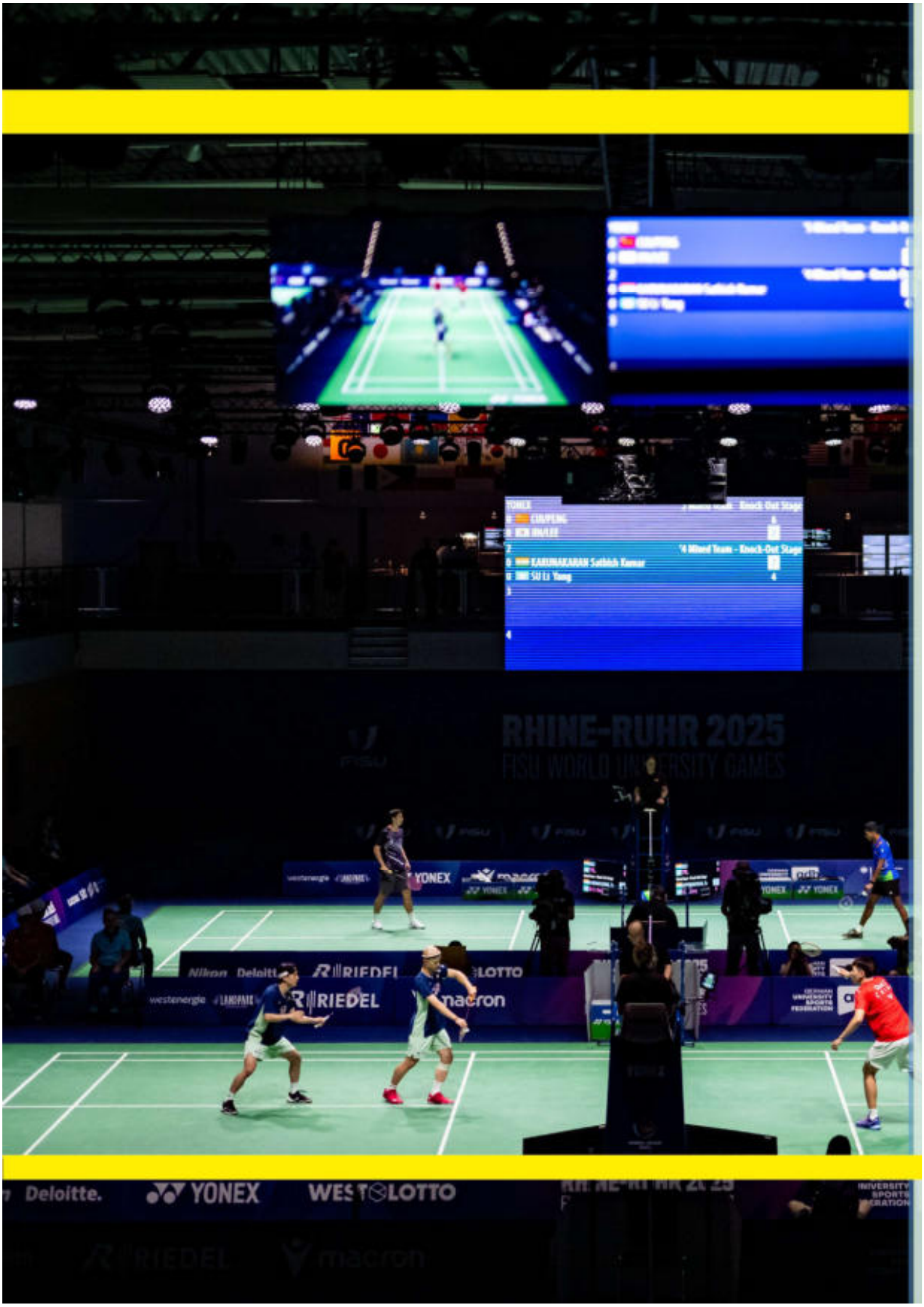
Mazkur maqola Oliy ta'lim muassasalarida talabalarni sportga jalb qilishning qiziqarli va interaktiv usullarini o'rganishga bag'ishlangan. Ishda motivatsiya, innovatsion texnologiyalar va jamoaviy o'yinlar orqali mashg'ulotlarning samaradorligini oshirish metodikalari tahlil qilindi. Tadqiqot natijalari sport mashg'ulotlarini talabalar uchun qiziqarli va samarali qilish bo'yicha tavsiyalarni ishlab chiqishga xizmat qiladi.

***Kalit so'zlar**: Oliy ta'lim, sport mashg'ulotlari, interaktiv metod, gamifikatsiya, talabalar, motivatsiya, jismoniy faollik.*

This article is devoted to the study of engaging and interactive methods for involving students in sports activities at higher education institutions. The study analyzes methodologies for increasing the effectiveness of classes through motivation, innovative technologies, and team games. The research results contribute to the development of recommendations for organizing sports activities that make them both interesting and effective for students.

***Keywords**: higher education, sports activities, interactive method, gamification, students, motivation, physical activity.*

Tadqiqotning dolzarbligi. So'nggi yillarda O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida talabalarni muntazam jismoniy faollikka jalb qilish dolzarb masalaga aylangan. An'anaviy sport mashg'ulotlari ko'pincha qiziqarsiz bo'lib, talabalar ishtirokini cheklaydi. Shu sababli, mashg'ulotlarni interaktiv, o'yin usullari va innovatsion texnologiyalar yordamida tashkil etish talabalar motivatsiyasini oshiradi, stressni kamaytiradi va jismoniy tayyorgarlikni yaxshilaydi. PQ 160-son qarori 2022yil 4mart "Yoshlar o'rtasida sportni yanada ommalashtirish va sport infratuzilmasini rivojlantirish choratadbirlari to'g'risida" hamda PF 87-son farmoni 2022yil 11aprel "2022–2026yillarda sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish va jismoniy faollikni oshirish konsepsiyasini tasdiqlash" kabi davlat hujjatlari oliy ta'lim muassasalarida sport va jismoniy tarbiya infratuzilmasi hamda sport faoliyatini rivojlantirishni belgilaydi. Shunday ekan, oliy ta'lim muassasalarida sport mashg'ulotlarini interaktiv va zamonaviy usullar bilan tashkil etish nafaqat pedagogik, balki davlat siyosati darajasidagi talab. Bu talab talabalarning salomatligini, sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish, yoshlarni sportga jalb qilish va sport madaniyatini rivojlantirishga qaratilgan. Amaliy jihatdan, ko'plab oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya infratuzilmasi, sport inshootlari va malakali pedagog kadrlar yetishmasligi, talabalar bandligi va dars jadvali muammolari mavjud. Shu bois, interaktiv va moslashuvchan sport mashg'ulotlari talabalar bandligiga mos ravishda, kichik guruhlar va ixtiyoriy formatlarda ayniqsa samarali bo'lishi mumkin. Mahalliy tajribalar Abdusattorov, 2021; Karimova, 2022 shuni ko'rsatadiki, interaktiv mashg'ulotlar talabalar orasida sportga qiziqishni sezilarli darajada oshiradi. Yoshlar sog'lom turmush tarziga ega bo'lishi, sportga jalb qilinishi va jismoniy faollik darajasi oshirilishi bugungi global va mahalliy sog'liq muammolari stress, ruhiy salomatlik fonida muhim. O'zbekistonda sportni ommalashtirish, ta'lim muassasalarida sport infratuzilmasini rivojlantirish bo'yicha strategiyalari mavjud. Oliy ta'lim muassasalarida talabalar soni ko'p, ularning ehtiyojlari va motivatsiyalari turlicha shuning uchun individual, interaktiv va


YONEX
Knock-Out Stage
CUI/PENG
HN/LEE
'4 Mixed Team - Knock-Out Stage
KARUNAKARAN Sathish Kumar
SU Li Yang
RHINE-RUHR 2025
FISU WORLD UNIVERSITY GAMES
Nikon
Deloitte.
RIEDEL
macron
YONEX
WESTLOTTO
RIEDEL
macron