O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025/5



ISSN: 2181 7804




NUMA


1188



FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/5

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.Гаффоров
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

К.Б. Мухаммадиев – Ўқув машғулот жараёнида кураш билан шуғулланувчи 12-14 ёшли қизларни комплекс тайёрлаш. 3

Р.А. Бурнашев – Индивидуализация комплексно-вариативной подготовки квалифицированных бегунов в предсоревновательном периоде. 6

А.F. Миршарапов – Мини-футбол спорт тури бўйича курсантларнинг йиллик машғулотлар циклида режалаштирилган соатлар ҳажмини оптималлаштириш. 10

Г.М. Зоитова – Оптимизация средств физической подготовки высококвалифицированных пловцов-паралимпийцев. 13

Т.Т. Мамбетжумаев – Особенности специальной физической подготовки студенток-баскетболисток высших учебных заведений. 16

Х.М. Тошпулатов – Компьютерная методика оценки эффективности развития скорости беговых перемещений по зонам на примере квалифицированных волейболистов с использованием упражнений анаэробной направленности. 19

Ф.М. Яқубов – Жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларида илмий-тадқиқотчилик компетентлигини ривожлантириш модели. 22

А.Р. Машарипов – Инновационные технологии в велоспорте: от улучшения производительности до повышения безопасности. 25

А.А. Умматов – Ёш волейболчиларни ўқув машғулотлар йиғинида инновацион воситалардан фойдаланиш самарадорлиги. 28

Ф.Р. Махамаджонов – Оптимизация тренировочного процесса юных футболистов с учётом возрастных особенностей. 32

С.А. Юнусов., Б.У. Каюмов., Е.С. Епифанова – Система подготовки тяжелоатлетов высокой квалификации в годичном цикле. 36

Ф.К. Турдиев – 15-16 ёшли боксчи қизларнинг махсус жисмоний тайёргарлигини аниқлаш. 39

Д.Н. Холбекова – Пара узунликка сакровчи қизларнинг жисмоний ва техник-тактик тайёргарлигини ривожлантириш муаммолари. 44

И.Х. Турдибаев – Мини-футболга ихтисослашган спортчиларда тезкор-куч сифатларини ривожлантириш. 47

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.
Адади 200 нусха.
Босишга рухсат этилди: 02.05.2025

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

2025/5

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

О.Х. Абдалимов., З.Э. Юсупова – О некоторых правовых вопросах обеспечения подготовки параолимпийцев в Узбекистане. 53

И.Н. Тухфатуллина – Научное обоснование системы тренировки велосипедистов специализирующихся в командной гонке на 25 км. 56

Л.Н. Халматов – Спортчиларни мусобақаларга тайёрлашнинг тиббий-педагогик асослари. 60

А.А. Якубов – Баскетболчиларнинг тезкорлигини анаэроб машқлар ёрдамида ошириш услубияти. 63

О.Ю. Холмуратов., А.Р. Машарипов – Анализ стратегии питания профессионального велогонщика на примере победителя “Париж – рубе” 2025 года матье ван дер пула. 65

Л.Д. Сейдалиева., У.А. Мусаева – Ёш сузувчиларнинг балоғатга етиш даврида морфотиплар шаклланишининг характерли белгилари. 67

У.Ш. Валихонов – Олий таълим муассасалари талабаларида жисмоний тайёргарликни ривожлантиришда атлетик гимнастикадан фойдаланиш. 70

С.Т. Мамажонова – Юқори малакали пара академик эшкак эшувчиларнинг куч қобилиятларини ривожлантириш орқали мусобақа олди тайёргарлигини такомиллаштириш. 73

Р.М. Қулмуродов – Триатлончиларнинг махсус жисмоний тайёргарлигини такомиллаштиришда велосипед машғулот юкламасини ҳисоблаш ва таҳлил қилиш. 76

С.И. Хасанова – Хотин-қизлар функционал ҳолатини шаклланишининг илмий-методологик асослари. 79

И.Н. Шелягина., В.В. Мун – Физическая подготовка гандболистов команды скуф и ее совершенствование в тренировочном процессе. 83

Н.Х. Фетхуллова – Выразительность движений и специально-двигательная подготовка - как факторы повышения спортивного мастерства акробатов. 86

Р.Д. Хосилова – Мактабгача ёшдаги қиз болаларда эгилувчанликни ўлчаш: янги ёндашувлар ва баҳолаш методлари. 89

С.Қ. Нурмаматова., С.А. Тўлаганова – Ёш спортчи қизларни бадиий гимнастика билан шуғулланиш мотивини ўрганиш. 95

Х.Б. Тухтахўжаев – Жисмоний фаолиятнинг миқдорий ва сифат жиҳатидан меъёр даражасини аниқлаш. 98

С.Т. Мамасолиев – Футболчилар тайёргарлигида ўтиш давринг аҳамияти. 101

М.Г. Хайдаров – Эффективное управление тренировочным процессом в пара-пауэрлифтинге для достижения высоких результатов. 103

З.З. Юсупов – Юқори малакали гандболчиларни саралаб олиш жараёнида куч сифатини таҳлил қилиш усуллари. 106

Н.Ф. Султанбоева – Волейбол мусобоқа фаолиятида техник ҳаракат натижадорлик динамикасини ўрганиш. 108

Хулоса. Ушбу тадқиқот натижалари шуни кўрсатадики, мактабгача ёшдаги қиз болаларда эгилувчанлик даражасини баҳолаш ва ривожлантириш жисмоний тарбия жараёнининг муҳим қисми ҳисобланади. Тадқиқот давомида қўлланилган 10 хил тест болаларнинг тана ҳаракатлари доирасини аниқлашда самарали бўлиб, уларнинг эгилувчанлик даражасини аниқ ўлчаш имконини берди. Бу тестлар орқали олинган натижалар жисмоний тарбия ўқитувчилари, мураббийлар ва ота-оналар учун боланинг жисмоний ривожланишини баҳолаш ва ўз вақтида тегишли чора-тадбирларни амалга оширишда асос бўлиб хизмат қилади. Эгилувчанлик нафақат жисмоний қобилиятни ривожлантириш, балки умумий саломатликни яхшилаш, жароҳатларнинг олдини олиш ва болаларнинг ўзига бўлган ишончини ошириш учун ҳам муҳим аҳамиятга эга. Келгусида бундай дастурларни янада такомиллаштириш ва бошқа ёш гуруҳларига ҳам жорий этиш орқали болаларнинг эгилувчанлик даражасини кўтариш, жисмоний тарбия бўйича инновацион ёндашувларни ишлаб чиқиш мумкин. Шу тарика, мазкур тадқиқот нафақат назарий жиҳатдан, балки амалиётда ҳам катта аҳамиятга эга бўлиб, жисмоний тарбия тизимига янги ёндашувларни олиб киришга ёрдам беради.

Адабиётлар:

1. Gaston O. Camino Willhuber; Nicolas S. Piuzzi. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; June 12, 2023. Straight Leg Raise Test. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/disclaimer/

2. Hu H, et al., Understanding the Active Straight Leg Raise (ASLR): An electromyographic study in healthysubjects, Manual Therapy (2012), http://dx.doi.org/10.1016/j.math.2012.05.010

3. Mens JM, Vleeming A, Snijders CJ, Stam HJ, Ginai AZ. The active straight leg raising test and mobility of the pelvic joints. Eur Spine J. 1999;8(6):468-73. doi: 10.1007/s005860050206. PMID: 10664304; PMCID: PMC3611207.

4. Lech Dobija, Bruno Pereira, Gabriel Cohen-Aknine, Alexandra Roren, Arnaud Dupeyron, Emmanuel Coudeyre. Immediate effect of passive hamstring stretching on flexibility and relationship with psychosocial factors in people with chronic low back pain. Received 16 May 2023; Received in revised form 31 August 2023; Accepted 31 August 2023. DOI: 10.1016/j.heliyon.2023.e19753.

5. F. Ayala, P. Sainz de Baranda, M. De Ste Croix, F. Santonja. Reproducibility and criterion-related validity of the sit and reach test and toe touch test for estimating hamstring flexibility in recreationally active young adults. Received 13 January 2011, Revised 14 August 2011, Accepted 9 November 2011, Available online 21 January 2012. https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2011.11.001

6. Dimitris Chatzopoulos, Georgios Doganis, Georgios Lykesas, Nikolaos Koutlianos, Christos Galazoulas, Eleni Bassa. Effects of Static and Dynamic Stretching on Force Sense, Dynamic Flexibility and Reaction Time of Children. Received 16 May 2019, Revised 11 June 2019, Accepted 14 June 2019, Available online 31 July 2019, Version of Record 14 October 2024. https://doi.org/10.2174/1875399X01912010022

7. Derek Nishikawa, Darryl Jorda, Dillon Almazan, Benjamin Cornell. Reliability of visual inspection and palpation to assess relative flexibility of the shoulder. Journal of Bodywork and Movement TherapiesVolume 28, October 2021, Pages 570-575. https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2021.07.025

8. Ачилов А.М., Акрамов Ж.А., Гончарова О.В. Болалар жисмоний сифатларини тарбиялаш. Ўқув қўлланма. Тошкент-2009. 204-б.

9. Ikezaki, F., Krueger, E., & Macedo, C. S. G. (2020). Performance, reliability and fatigue in prone bridge test and supine unilateral bridge test. Journal of Bodywork & Movement Therapies. https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2020.08.008

10. Budiarti, R., Sukamti, E. R., Boleng, L. M., Babang, V. M. M. F., Januarumi, F., Meikahani, R., & Miftachurochmah, Y. (2023). Operational test model of aerobic gymnastic flexibility test for national development category. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 11(3), 627–633. https://doi.org/10.13189/saj.2023.110316

11. Rahman, M. H., & Islam, M. S. (2020). Stretching and flexibility: A range of motion for games and sports. European Journal of Physical Education and Sport Science, 6(8), 22. https://doi.org/10.46827/ejpe.v6i8.3380

12. А.А.Толаметов. Спорт метрологияси / Академик лилсей ва касб-ҳунар коллежлари учун ўқув қўлланма. - Т “Янги аср авлоди” 2010. 156 б.

13. Ф.А.Керимов Спортда илмий тадқиқотлар Т. 2016 – 217 бет.

14. С. Е. Кушбакова. Мактабгача таълимда жисмоний тарбия. Ўқув қўлланма. Чирчиқ – 2021.



С.Қ. НУРМАМАТОВА[1]
Магистрант
С.А. ТЎЛАГАНОВА[1]
[1]Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети
Чирчиқ шаҳри, Ўзбекистон

ЁШ СПОРТЧИ ҚИЗЛАРНИ БАДИИЙ ГИМНАСТИКА БИЛАН ШУҒУЛЛАНИШ МОТИВИНИ ЎРГАНИШ

Аннотация

В статье представлены сведения о результатах, полученных юными гимнастками контрольной и экспериментальной групп на начальном и заключительном этапах педагогического опыта, их статистических характеристиках, росте в ходе опыта и соревновательных мотивах.

***Ключевые слова**: юные гимнасты, спортивная мотивация, соревновательная мотивация, средний показатель, тренировочный процесс, группа начальной подготовки.*

Annotation

Мақолада назорат ва тажриба гуруҳларига мансуб ёш гимнастикачи қизлар педагогик тажрибанинг бошланғич ва якуний қисмларида олинган натижалар, уларнинг статистик характеристикалари, тажриба давомидаги ўсишлари ҳамда мусобақа мотивлари бўйича маълумотлар келтирилган.

***Калит сўзлар**: ёш гимнастикачилар, спорт мотиви, мусобақа мотиви, ўртача қиймат, машғулот жараёни, дастлабки ўқув гуруҳи.*

The article presents information about the results obtained by young gymnasts of the control and experimental groups at the initial and final stages of the pedagogical experience, their statistical characteristics, growth during the experience and competitive motivation.

***Key words**: young gymnasts, sports motivation, competitive motivation, average index, training process, initial training group.*

Мавзунинг долзарблиги. Ҳозирги кунда спортнинг барча турларига бўлган эътибор кучайиб, спортчилар учун қулай шароитлар яратилмоқда, шундай экан спорт захираларини етиштиришдек муҳим вазифа спорт мураббийлари олдида турган катта вазифалардан бири ҳисобланади. Бу нафақат спортда турли даражадаги мусобақаларда муваффақият қозониш имконини беради, балки бундан кам бўлмаган ҳолда мамлакатимизда спорт ҳаракатини ривожлантиришга хизмат қилади, ватанпарварлик туйғусини оширади, шахснинг ўзини ўзи англаши учун шароит яратади. Спорт орқали шахсий ривожланиш болаликдан бошланади, бу ерда мотивация спорт машғулотларида иштирок этишнинг ҳаракатлантирувчи кучи ҳисобланади.

Тадқиқот мақсади бадиий гимнастика бўйича ёш спортчи қизларнинг спорт мотивациясини ўйинлар орқали ривожлантириш дастурини ишлаб чиқиш ва уни спорт машғулотлари жараёнида синаб кўриш.

Тадқиқот вазифалари:

– тадқиқот мавзуси доирасида илмий ва услубий адабиётлар таҳлили;

– ёш спортчи бадиий гимнастикачи қизлар учун шуғулланиш мотивларининг турларини аниқлаш ва психологик тавсифини бериш;

– бадиий гимнастика бўйича мактаб ёшидаги ёш спортчи қизларда спорт мотивациясини ривожлантириш учун психологик шароитларни аниқлаш;

– ўйин фаолияти орқали бадиий гимнастикачи қизларнинг спорт машғулотларига мотивацияни ривожлантириш бўйича тавсиялар ишлаб чиқиш.

Тадқиқот усуллари: Адабиётлар таҳлили, педагогик кузатув, видео таҳлил, педагогик тажриба, математик-статистик усуллар.

Тадқиқот натижалари ва муҳокамаси: Педагогик тажрибанинг бошланиш ва якуний қисмларида тайёргарлик даражалари ўзаро бир-бирларига имкон қадар яқин бўлган бадиий гимнастика билан шуғулланувчи (ҳар бирида 15 нафар спортчи) ташкил этилган назорат ва тажриба гуруҳлари ёш спортчиларининг мавжуд илмий-услубий адабиётлар ва даврий нашрлар материалларини умумлаштириш, таҳлил қилиш ҳамда шахсий тажриба маълумотларимиз асосида танлаб олинган спорт фаолияти мотивларини характерлайдиган қуйидаги методика бўйича натижаларини 1-жадвалда қайд этдик.

1-жадвал

Назорат (н=15) ва тажриба (н=15) гуруҳларига мансуб бадиий гимнастикачиларнинг тайёргарлик босқичи машғулотларида спорт фаолияти мотивларининг аҳамияти фарқлари бўйича тажриба давомида қайд этилган натижаларнинг статистик характеристикалари ва уларнинг тажриба давомида ўзгаришини солиштириш

Мотивлар	Ўртача қиймати			Маъноси Н-тести	Муҳимлик даражаси
	Дастлабки ўқув гуруҳлари				
	1 йил	2 йиллик	3 йиллик		
Ташқи	2.409091	2.075949	0,900000	23.05288	0,0000
Идрок	2.704545	2.063291	1.000000	20.05259	0,0002
Ўйин	2.806818	2.772152	1.733333	27.50786	0,0000
Позитцион	2.568182	2.088608	1.566667	8.568540	0,0356
Ижтимоий	3.000000	2.227848	1,100000	22.27134	0,0001

Изоҳ: Ёш гимнастикачи спортчиларнинг дастлабки ўқув гуруҳларида мотивларини ўрганишда ўртача қиймат (фоизларда)

Мазкур жадвалда келтирилган маълумотларни таҳлили назорат ва тажриба гуруҳлари синалувчи ёшли бадиий гимнастикачи қизларнинг спорт мотивларини характерлайдиган тестлар бўйича тажриба давомида кўрсатган натижалари ўзаро бир-бирларидан тажриба бошидаги мос фарқларга нисбатан сезиларли даражада эканлигини кўрсатди. Чунончи, дастлабки ўқув гуруҳларида 1-2-3 йиллик дастлабки тайёргарликда ташқи идрок ва ўйин учун муҳимлик даражаси 0,0000 бўлса, позицион мотивларда бўлса 0,0356 кўрсаткични ифода этган, қолган мотиб турлари ҳам барча тайёргарлик гуруҳлари учун бир-бирига яқин кўрсаткичлар билан аниқланган.

Шундай қилиб, 1-босқичнинг дастлабки ўқув гуруҳида биз -ўрганилаётган барча мотивларнинг деярли тенглигини айтишимиз мумкин. Бу ушбу гуруҳдаги болаларнинг эҳтиёж-мотивацион соҳасидаги тарқоқлик ва номувофиқликни кўрсатиши мумкин. Шу билан бирга шуни таъкидлаш мумкинки, ижтимоий ва ўйин мотивлари, шунингдек, билиш мотиви кўпроқ намоён бўлади. 2 йиллик ўқишнинг дастлабки ўқув гуруҳида ўйин мотиви бошқа мотивлар фонида етакчи мотив ҳисобланади. 3 йиллик ўқишнинг дастлабки тайёргарлик гуруҳида ўйин мотиви ҳам етакчилардан бири бўлиб қолмоқда, аммо олдинги йилларга нисбатан (тайёрликнинг олдинги босқичлари) унинг аҳамияти пастроқ. Тайёргарликнинг ушбу босқичида энг муҳими ¬гимнастикачиларнинг спорт фаолиятини мураббий, ота-оналар ва тенгдошлар томонидан маъқуллаш мотивидир. Шуни таъкидлаш керакки, болалар мактабнинг учинчи йилига ўтиш даврида барча мотивларнинг қадриятлари (маъқуллаш мотивидан ташқари) кескин пасаяди. Ушбу босқичда ўйин мотивининг аҳамиятининг пасайиши айниқса эътиборга лойиқдир. Шуни ҳам таъкидлаш керакки, 3 йиллик ¬бошланғич тайёргарликдаги болаларда ташқи мотив, когнитив мотив ва ижтимоий мотив энг паст даражада аҳамиятга эга.

2-жадвал

Дастлабки тайёргарлик гуруҳидаги гимнастикачиларининг назорат ва тажриба гуруҳлари ўртасида спорт мусобақа мотивларининг аҳамиятидаги фарқлар. (t -тест)

Спорт билан шуғулланиш учун мотивлар	Ўртача қиймати		t - синов қиймати	Муҳимлик даражаси
	Назорат гуруҳи	Тажриба гуруҳи		
1-йиллик ўқитиш				
Алоқа	3.17795	3.19182	0.126342	0,899756
Моддий маҳсулотлар	3.41386	2.73295	2.788480	0,006518
Жисмоний мукаммаллик	4.27273	4.33409	0,929761	0.355097
Яхшиланган фаровонлик ва саломатлик	2.93955	2.95273	-0,073736	0,941392
Ҳаёт учун фойдали бўлган кўникма ва билимларни эгаллаш	3.62318	3.63705	1.269854	0.207562
Обрў-эътиборни ошириш, шон-шарафга интилиш	3.70000	3.71027	0.888664	0,376663
2- йиллик ўқитиш				
Алоқа	2,63000	3.18833	-1,25592	0.237696
Идрок	3.29167	3.95833	-1,14873	0.277401
Моддий маҳсулотлар	2.83500	3.39333	-0,97275	0.353621
Фазилатларни ривожлантириш¬	3.54500	4.39667	-1,99848	0,073574
Яхшиланган фаровонлик ва саломатлик	2,71000	3.16333	-0,86246	0.408641
Ҳаёт учун фойдали бўлган кўникма ва билимларни эгаллаш	3.02833	3.63167	-1,41006	0.188858
Обрў-эътиборни ошириш, -шон-шарафга интилиш	3.13333	4.15000	-1,97020	0,077118
Коллективистик йўналиш	3.40833	4.18000	-1.35303	0.205841
3- йиллик ўқитиш				
Алоқа	3.70000	3.00250	1.469143	0.185248
Идрок	4,40000	3.50000	2.066685	0.077596
Моддий маҳсулотлар	3.52800	2.81500	1.276758	0.242408
Фазилатларни ривожлантириш¬	4.50400	4.19000	0,902759	0,396654
Жисмоний мукаммаллик	4,56000	4.57500	0,051897	0,960060
Ҳаяжонга бўлган эҳтиёж	4.04600	4,05000	0,027763	0,978626
Ҳаёт учун фойдали бўлган кўникма ва билимларни эгаллаш	2.99750	3,90000	1.759101	0,121962
Обрў-эътиборни ошириш, шон-шарафга интилиш	4.02000	4.38750	0,946744	0,375296

***Изоҳ**: Ёш спортчи бадиий гимнастикачиларнинг мусобақа мотивларини дастлабки тайёрлов гуруҳларида ўрганиш.*

Спорт билан шуғулланиш учун мотивларнинг фарқлари барча ўқитиш гуруҳида энг юқори натижа жисмоний мукаммаллик мотиви 4.27273 дан 4.57500 оралиғида ўсган, обрў-эътиборни ошириш, шон-шарафга интилиш 3.02833 ва 4.38750 оралиғида натижа ошган, алоқа мотиви бўйича 3.17795 дан 3.70000 гача ўзгарганлигини кўриш мумкин. Моддий маҳсулотлар 3.41386 дан 2.81500 гача пастоқ натижалар қайд этилган, Ҳаяжонга бўлган эҳтиёж 4.04600 билан 4,05000 оралиғида ривожланганлиги акс этган, бундан ташқари сифатларни ривожлантириш 3.54500¬ билан 4.50400 оралиғида фақрлар тажриба давомида аниқланди.

Хулоса ўрнида, ўрганилган дастлабки тайёргарлик гуруҳидаги гимнастикачиларининг назорат ва тажриба гуруҳлари ўртасида спорт мусобақа мотивларининг аҳамиятидаги фарқлар тажриба бошида ҳам тажриба сўнгида ҳам аниқ фарқлар билан намоён бўлганлиги, уларнинг асосий мусобақа мотивлари шон-шуҳратга 28,8 %, моддий эҳтиёжларга 18,9 %, жисмоний сифатларга бўлган мотив 14,7 % ва қолган моддий эҳтиёжлар бўлган эҳтиёжлар ҳам аниқ сонларда акс эттирилган. Ёш гимнастикачиларнинг спорт ва мусобақа мотивациясини аниқлаш учун олиб борилган тадқиқот ишида 1 йиллик дастлабки тайёргарлик гуруҳларида ўртача ўсиш устунлик қилганлиги, 2 йиллик тайёргарлик гуруҳларида юқори ва ўрта ўсишлар даражаси сезиларли фарқланишини кўриш мумкин.

Адабиётлар:

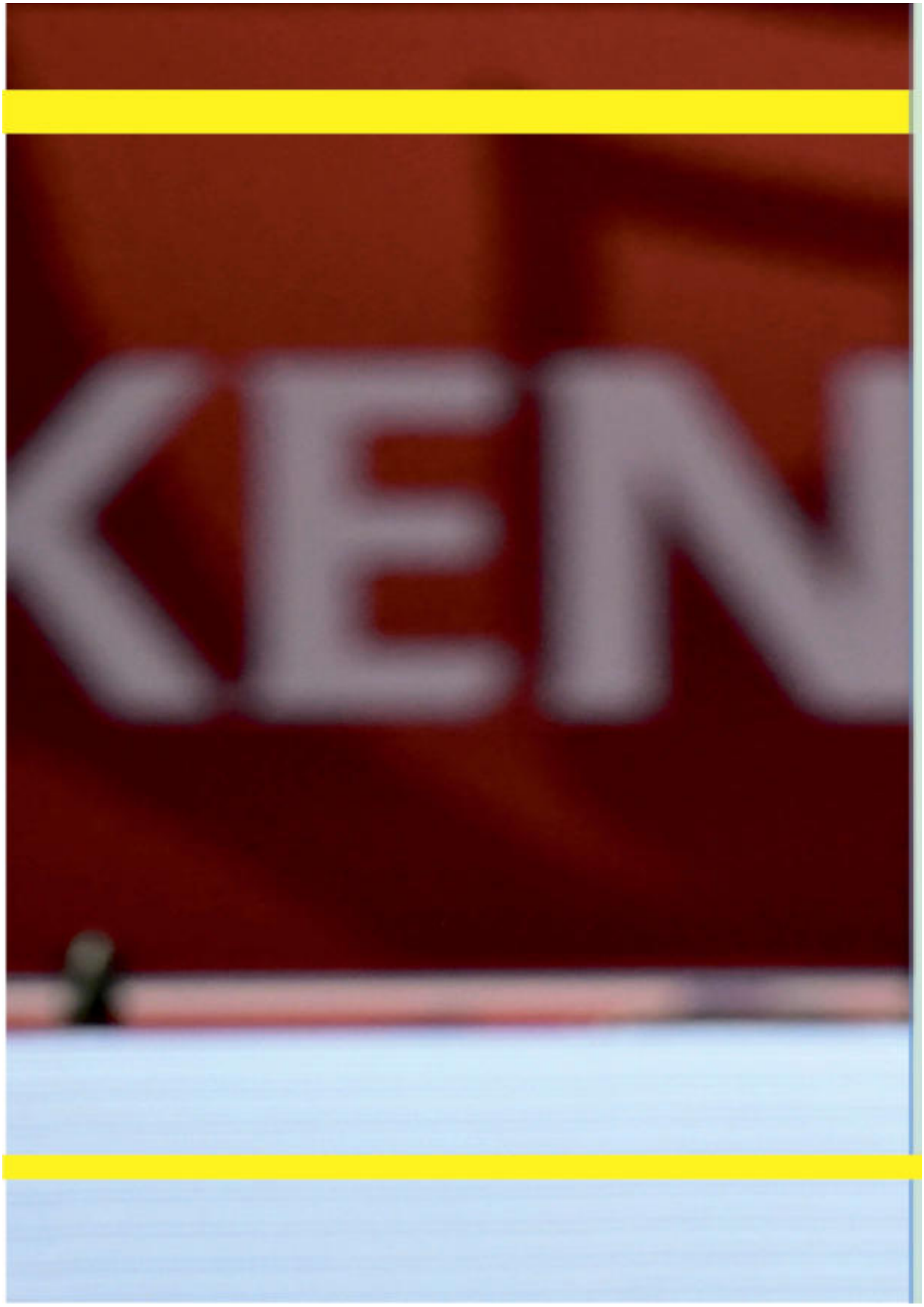
1. Арестова И. Л. Умумий психология. Мотивация, ҳис-туйғулар, ирода: дарслик / И. Л. Арестова. - Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003. – 104-Б.
2. Барабаншчикова Т. А. Шахсни ўрганишнинг психологик усуллари : семинар / Т. А. Барабаншчикова, А. Н. Рйжкова; томонидан таҳрирланган проф. 2007.Б-19-35.
3. Венгер А.Л. Кичик мактаб ўқувчиларини психологик текшириш / Л. Венгер, Г. А. Тсукерман. - М .: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007. – 160-Б.
4. Вготский Л. С. Бола ривожланиши психологияси / Л. С. Вйгоцкий. - М .: Смйсл, 2005. – 512-Б.
5. Малаков А. Г. Умумий психология: университетлар учун дарслик / А. Г. Маклаков. - Санкт-Петербург. : Питер, 2011. – 582-Б.
6. Тихомиров О.К. Психология: дарслик / О.К. – М.: Олий таълим, 2005. – 720-Б.
7. Елконин Д. Б. Ўйин психологияси / Д. Б. Элконин. – 2-нашр. – М .: ВЛАДОС, 1999. – 360-Б.








DRESSAJ WORLD
CHALLENGE CDI 1*
TASHKENT 2025
hefuuz
hefuuz


KEN