O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025 / 7



ISSN: 2181 7804




JAHON
CHEMPIONATIDA!
FIFA


UZB UZB
1 0:51 2
O'ZBEK






SANOAT QURILISH BANK

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/7

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

А.У. Рашидов – Формирование оперативно-информационных моделей и логических приёмов в аналитической деятельности квалифицированных шахматистов. 3

Е.К. Близнецова – Научно-практическое обеспечение по совершенствованию самообороны женщин на базе единоборств. 7

Е.П. Скворцова – Воспитание и совершенствование скоростной выносливости у студентов образовательной программы «физическая культура и спорт» на учебных занятиях дисциплины «Полиатлон». 10

С.В. Ботяев – Стимулируемое развитие координационных способностей у студентов бакалавров образовательной программы «Физическая культура и спорт» на занятиях гимнастикой. 13

Р.А. Матчанов – Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлигини оширишда психологик ёндашув. 16

Ж.С. Сулаймонов – 15-16 ёшли волейболчиларда йиллик тайёргарлик даврида ўтказилган машғулотлар давомида куч ва тезкорлик-куч қобилиятларини ўсиб бориш динамикаси. 19

А.О. Абдалимов – Современные тенденции применения искусственного интеллекта в спорте. 24

М.К. Жуманиязов – Ёш регбичиларни тайёрлашда техник-тактик кўникмаларни шакллантириш. 27

Н.С. Курбанова – Анализ показателей отбора, используемых на этапе начальной подготовки бадминтонистов. 29

И.И. Мирзатиллаев – Енгил атлетика тўгаракларида ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда IAAFнинг мусобақа дастурини қўллаш услубияти. 32

А.З. Ходжаев – Оғир атлетика машқларини техник жиҳатдан ўргатиш услублари. 36

Ф.А. Соловьева – Анализ управления цифровыми технологиями в фитнес индустрии. 39

Х.Х. Қурбонов – Ўрта масофага югурувчилар йиллик тайёргарлигида спорт формасининг шаклланиши ва ўсиш кўрсаткичлари таҳлили. 42

Ж.Р. Муратов., Э.С. Гаипов – Анализ приёмов в партере и стойке на соревнованиях по вольной борьбе среди взрослых. 47

К.Т. Шакиржанова – Научно-теоретические подходы к обеспечению гендерного равенства в сфере физической культуры и спорта. 50

Ш.Х. Ханкельдиев., С.Р. Ураимов – Мониторинг математической компетентности выпускников факультета физического воспитания с углубленным применением факторного анализа. 54

О.Х. Хасанов – 13-18 ёшли футболчиларни мусобақага саралашда психоэмоционал ҳолатнинг ўзига хос қиёсий таҳлили. 56

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: 26.07.2025

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

2025/7

Ғ.Т. Исмоилов – Малакали кикбоксчилар машғулот жараёнига қизиқишини шакллантирувчи омиллар. 60

Чжан Цзысюань., В.В. Клинов – Современное состояние и перспективы развития гребли на байдарках и каноэ в Китайской народной Республике. 63

А.А. Абдураззахов – Спорт-соғломлаштириш туризмида талабаларнинг умумий функционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлик даражаси таҳлили. 68

Н.Д. Кайназаров – Развитие физической подготовки посредством симуляционных упражнений для лыжных гонщиков в возрасте 13-14 лет. 72

Н.О. Отегенов – Анализ двигательных характеристик тела юных тяжелоатлетов 14-16 лет. 75

А.Е. Шилманов – Ёш футболчиларда координация қобилиятини ривожлантиришда вестибуляр гимнастика воситаларининг ўрни. 78

А.Б. Хасанов – Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида касбий билимларини ва амалий кўникмаларини ривожлантиришнинг илмий-услубий асослари. 82

Б.Ш. Рахматов., Л.Б. Собирова., Ғ.С. Хўжамкелдиев., И.М. Мамбетназаров., А.Р. Оталиева – Ёш каратэчиларни тайёрлаш жараёнида машғулотларни самарали ташкил этиш ва стратегик режалаштириш. 87

А.А. Турсунов – Замонавий волейболда тўпни қабул қилиб зарур зонага етказиш аниқлигининг ўрни ва уни барқарорлаштириш муҳимлиги. 90

Д.А. Омонов – Ёш боксчиларда чап қўл тўғри зарбаси жараёнида тананинг бурчак тезлиги ва зарба кучининг кинематик таҳлили. 93

Ш.У. Набиев – Талаба боксчиларнинг чап қўлда бошга тўғридан зарба бериш жараёнида оёқ ҳаракатларининг кинематик таҳлили. 98

Ҳ.Д. Султонов – Спортчи талабалар (курашчилар)да вазн назорати ва замонавий методик асослари. 101

Ш.С. Тилавов – 14-15 ёшли триатлончиларининг куч-чидамкорлик тайёргарлигини такомиллаштириш. 104

М.Н. Эгамбердиев – Малакали кикбоксчиларда статик ва динамик режимларда мувозанат сақлаш турғунлигининг бир ўқув-машғулот йили давомида ўсиш суръати. 107

Ж.М. Шукурллаев – Мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологияси. 111

А.К. Шарипов – Жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабаларининг педагогик амалиётга касбий-педагогик тайёргарлик даражасини баҳолаш методларини такомиллаштириш. 115

Д.Э. Джурабаева – Профессор-ўқитувчиларнинг рационал турмуш тарзи ва морфо-функционал ҳолатига нисбатини сўровнома натижалари орқали таҳлил қилиш. 119

М.А. Ибрагимов – Спорт курашлари ва таэквондо спорт турларида эшитишида нуқсони бор спортчиларни тайёрлаш методикаларининг қиёсий таҳлили. 122

чи-спортчиларнинг мусобақа фаолияти таҳлили натижалари қуйидагича бўлди:

Мусобақа жараёнида регбичиларнинг умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик даражасининг фаол сақланиши 1-5 дақиқаларда кузатилди. Кескин баҳсларда жамоадаги ҳужумчиларнинг 70-75% тезкорлиги эвазига жамоа ғалабага эришди.

Спортчиларнинг спорт маҳорати ва тайёргарлик даражаси бир-биридан фарқ қилмайди. Эришилган натижаларни қиёсий таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, регбичиларнинг техник-тактик кўникмалари шаклланиши юқори даражада.

Спортчиларнинг фунционал тайёргарлиги спортчиларга қуйиладиган замонавий талабларга қисман жавоб беради:

Беллашувнинг 6-7-дақиқаларида спортчилар ТТКлар даражаси бироз пассив ҳолатда. Бу ўқув-машғулот йиғини даврида регбичиларнинг махсус тайёргарлигини ҳамда жамоавий ўйин кўникмаларини шакллантиришга алоҳида эътибор бериш керак бўлади.

Тадқиқот натижаларига асосланиб, регби ўйини учун зарур бўлган асосий жисмоний тайёргарлик хусусиятларни ажратамиз:

куч, чидамлилик, умумий ва тезкор чидамлилик (узуқ-юлуқ тез югуриш, мулти-спринт), умумий ҳаракатчанлик ҳамда тезкорлик (мобильность), тезлик, чаққонлик (эпчиллик).

Тренировка жараёнида асосий таркибий қисмлар – куч, тезлик, чаққонлик, умумий чидамлилик ва тезликка чидамлилик, самарали ҳаракат қилиш ва ўйиннинг техник кўникмаларини шакллантириб бориш тавсия этилади.

Адабиётлар:

1. “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора–тадбирлари тўғрисида”. Ўзбекистон эспубликаси Президенти Ш.МИРЗИЁЕВ, Тошкент ш., 2020- йил 24-январ, ПФ-5924–сон.

2. Жамоавий спорт турларини ривожлантириш ва иқтидорли ёшларни саралаб олиш тизимини такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.МИРЗИЁЕВ, Тошкент ш., 2024-йил 8-ноябр, ПҚ-421–сон.

3. “Ўзбекистон Республикасида регби спорт турини ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.МИРЗИЁЕВ, Тошкент ш., 2019-йил 29-октябр, ПҚ-4500–сон.

4. “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.МИРЗИЁЕВ, Тошкент ш., 2017-йил 3-июн, ПҚ-3031–сон.

5. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.Мирзиёев раҳбарлигида ўтказилган видеоселектор. “Олимпия ва паралимпия ҳаракати, ихтисослаштирилган ва оммавий спортни янги босқичга олиб чиқиш ҳамда аҳолининг жисмоний фаоллигини ошириш”. 2025-йил 13-феврал.

6. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки // Основы спортивной тренировки. Ч.3. – М.: ФИС, 1977.



Соискатель
Н.С. КУРБАНОВА[1]
[1]Узбекский государственный университет физической культуры и спорта
город Чирчик, Узбекистан

АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОТБОРА, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БАДМИНТОНИСТОВ

Аннотация

В работе рассмотрены факторы, используемые в первичном и вторичном отборе на этапе начальной подготовке в бадминтоне, а также уровень их влияния на результаты соревновательной деятельности юных бадминтонистов.

***Ключевые слова**: бадминтон, этап начальной подготовки, критерии отбора, антропометрические показатели, физические качества, двигательные способности.*

Annotation

Ушбу ишда бадминтонда бошланғич тайёргарлик босқичида бирламчи ва иккиламчи саралашда қўлланиладиган омиллар ҳамда уларнинг ёш бадминтончиларнинг мусобақа фаолияти натижаларига таъсир даражаси таҳлил қилинган.

***Калит сўзлар**: бадминтон, бошланғич тайёргарлик босқичи, саралаш мезонлари, антропометрик кўрсаткичлар, жисмоний сифатлар, ҳаракатланиш қобилиятлари.*

This paper examines the factors used in primary and secondary selection during the initial training stage in badminton, as well as the level of their influence on the competitive performance of young badminton players.

***Key words**: badminton, initial training stage, selection criteria, anthropometric indicators, physical qualities, motor abilities.*

В Республике Узбекистан последовательно осуществляется политика оздоровления населения и привлечения его к массовым занятиям спортом. В соответствии с Указом Президента Республики Узбекистан «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта» шесть видов спорта признаны приоритетными в развитии массового спорта и пропаганде здорового образа жизни среди населения республики. В число приоритетных видов входит, в том числе, и бадминтон. В рамках исполнения Указа Президента запланирован ряд ежегодных мероприятий, имеющих своей целью пропаганду и развитие данного вида спорта среди населения («Принцессы весны», «Бадминтонная лига» - среди учащихся общих средних и профессиональных

образовательных учреждений, «Кубок руководителя» - среди работников государственных и негосударственных организаций, «Сделай больше своих возможностей!» - среди широких слоев населения) [1].

Актуальность. Массовое развитие этого вида спорта помогает решить основную задачу, стоящую перед физкультурным движением: добиться физического совершенства нашего народа, укрепить его здоровье, обеспечить творческое долголетие, подготовить к защите Родины. Занятия бадминтоном позволяют разносторонне воздействовать на организм человека, развивают силу, быстроту, выносливость, улучшают подвижность в суставах, способствуют приобретению широкого круга двигательных навыков, воспитывают волевые качества.

Проблема спортивного отбора является одной из центральных в теории спортивной подготовки, в том числе и бадминтонистов и сопряжена с широким спектром вопросов. К сожалению, наблюдается тенденция в том, что лишь единицы из начинающих спортсменов смогут добраться до этапа спортивного совершенствования.

В связи с вышеозвученной проблемой **целью работы** является определение факторов, оказывающих определяющее влияние на достижение высоких результатов в будущем у начинающих спортсменов.

Для достижения поставленной цели, необходимо было решить следующие **задачи**:

определить по результатам изучения научных источников модельные характеристики бадминтонистов;

оценить значимость различных факторов процессе подготовки юных спортсменов;

определить степень влияния антропометрических данных и уровня развития различных физических качеств на результативность соревновательной деятельности бадминтонистов на этапе начальной подготовки.

В ходе исследования были использован следующие методы: анализ научно-методической литературы, метод анкетирования, методы статистического анализа (корреляционный анализ).

Результаты исследования и их обсуждение. Подготовка спортсмена – от новичка до высококвалифицированного бадминтониста – подразделяется на несколько этапов: начальной подготовки, начальной специализированной подготовки, углубленной специализации, спортивного совершенствования. При отборе на этапе начальной подготовки наиболее эффективен всесторонний комплексный подход к исследованию индивидуальных особенностей, позволяющий оценить двигательные качества, морфофункциональные и психологические особенности.

Чтобы выявить способности к занятиям бадминтоном, необходимо иметь представление о факторах, определяющих высокие спортивные достижения в этом виде спорта, а также четко представлять тенденцию его развития в ближайшее десятилетие. Анализ научно-методической литературы позволил сделать вывод о том, что для будущих чемпионов в бадминтоне характерными являются:

1) координационные способности;
2) дифференцировка мышечных усилий;
3) быстрота во всех проявлениях;
4) оперативное мышление;
5) гибкость;
6) скоростная, силовая и общая выносливость (рис1) [3].

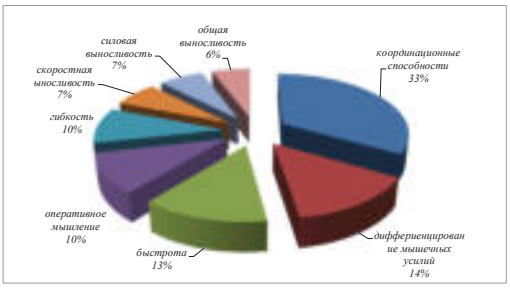


Рисунок 1. Модельные характеристики бадминтониста

Отбор юных бадминтонистов представляет собой сложный процесс. Это объясняется тем, что к моменту отбора в спортивные школы не все двигательные способности и физические качества в детях еще заметно не проявляются. Условно отбор можно разбить на два этапа: первичный отбор и отбор после начального обучения. На этапе первичного отбора основное внимание уделяется чисто внешним признакам - телосложение, двигательная активность, первичное представление о степени развития физических качеств - время простой и сложной реакции, гибкость плечевых суставов, прыгучесть, скорость передвижения. Второй этап отбора проводится уже по итогам первого года обучения [2].

По результатам опроса тренеров можно сделать выводы, что значительное количество специалистов при отборе обращают внимание в большей мере на уровень общей выносливости, гибкости и комплексные проявления быстроты, упуская при этом из виду или придавая незначительное внимание таким факторам, как росто-весовые показатели, прыгучесть и скорость простой реакции.

Как правило, в ходе отбора используют такие тесты, как бег на 30м, метание волана либо теннисного мяча, прыжок в длину с места, челночный бег 6х5м, отжимания, бег на 400м, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамьи [2].

В ходе проведенного исследования было определено влияние уровня развития физических качеств,

а также росто-весовых показателей на результаты соревновательной деятельности. Показатели уровня физической подготовленности антропометрические данные были зафиксированы в начале 1 года обучения и по его итогам. Одновременно с тестированием уровня физической подготовленности были проведены антропометрические измерения. Результаты соревновательной деятельности были оценены в результате игр, организованных внутри учебно-тренировочной группы среди детей, участвовавших в исследовании.

В ходе испытаний были зафиксированы следующие результаты, приведенные в таблице 1:

Таблица 1

Результаты измерения антропометрических показателей и уровня физической подготовленности

	Рост (см)	Вес (кг)	Бег на 30 м (с)	Челночный бег 6х5м (с)	Прыжок в длину (см)	Метание волана (м)	Отжимание (кол-во раз)
	132,8±3,39	28,5±3,07	3,9±0,41	11,83±0,55	159,25±9,2	6,29±0,86	26,06±4,96

Опираясь на результаты оценивания уровня подготовленности юных спортсменов и используя возможности корреляционного анализа, была произведена оценка уровня взаимосвязи изученных факторов.

В ходе корреляционного анализа была выявлена сильная статистическая взаимосвязь между показателями роста и взрывной силой ног (r=0,61), уровнем развития координации и прыгучестью (r=0,75), уровнем развития быстроты и прыгучести (r=0,67). (рис 2- 4)

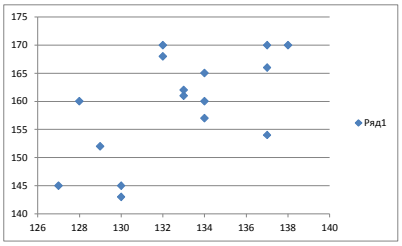


Рисунок 2. Взаимосвязь между показателями роста и взрывной силой ног (r=0,61)

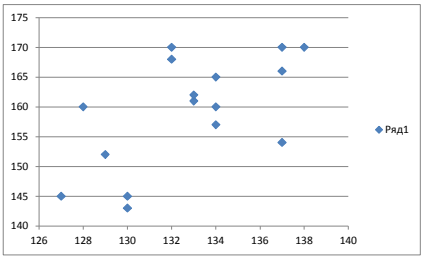


Рисунок 3. Взаимосвязь между уровнем развития координации и прыгучестью (r=0,75)

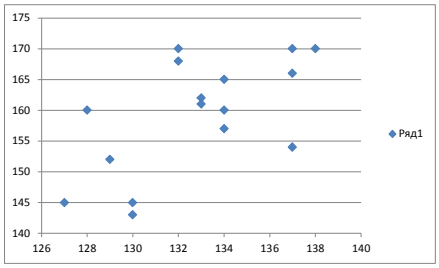


Рисунок 4. Взаимосвязь между уровнем развития быстроты и прыгучести (r=0,67)

Данные корреляционного анализа позволяют сказать о важности показателей роста при отборе юных бадминтонистов, а также подтверждают весомость таких факторов, как уровень развития координации и быстроты.

Кроме того сильная статистическая взаимосвязь наблюдается между результатами в метании и отжиманиях (r=0,65), метании и прыжках в длину с места (r=0,71), отжиманиях и прыжках в длину с места (r=0,63), челночном беге и отжиманиях, что говорит о необходимости комплексного подхода в физической подготовке юных спортсменов.

Кроме того, при оценке взаимосвязи между вышеперечисленными факторами и успешностью соревновательной деятельности, была выявлена сильная статистическая взаимосвязь между результативностью соревновательной деятельности и уровнем развития силы (r=0,84), средняя статистическая взаимосвязь выявлена между успешностью соревновательной деятельности и показателями роста (r=0,57) , уровнем развития быстроты (r=0,55) и координации (r=0,67).

Выводы.

В ходе корреляционного анализа была подтверждена определенная степень влияния уровня развития таких физических качеств, как координация и быстрота на успешность соревновательной деятельности. Кроме того, выявлено положительное влияние развития сил (в частности, силы мышц рук) на результативность юных бадминтонистов. Также подтверждено предположение о существенном значении показателей роста спортсменов. Анализ уровня взаимосвязи между различными показателями физической подготовленности подтвердил необходимость комплексного подхода в физической подготовке юных спортсменов.

Литература:

1. Указ Президента Республики Узбекистан № УП–6099 «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта» от 30 октября 2020 г

2. Катеринич Я. И, Смирнова А. Ф Бадминтон [Текст]: типовая учебная программа - Ташкент: Umid Design, 2021.-112 с.

3. Помыткин В.П. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика – ОАО «Первая Образцовая типография», филиал «Ульяновский дом печати», 2012. – 344 с.











