O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2026/2



ISSN: 2181 7804

FAN Sportga

ilmiy-nazariy jurnali

2026/2

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
K.F.Bayazitov,
F.K.Turdiyev,
N.J.Isakulova,
K.D.Yarashev,
D.X.Umarov,
M.S.Olimov,
A.N.Shopo‘latov,
S.B.Repkin,
A.Akbarov,
I.P.Sivoxin,
N.T.To‘xtaboyev,
I.J.Mambetnazarov,
I.B.Aliyev,
L.P.Yugay,
A.K.Eshtayev,
K.Sh.Ziyadullayev,
A.B.Jumaniyazov,
M.M.Qirg‘izboyev,
Z.Gapparov,
A.Xodjiyev,
A.U.Rashidov,
R.X.Nabiullin,
S.R.Davletmuratov,
O.E.Mamishev,
M.A.Ibragimov,
R.D.Xalmuxamedov,
B.A.Ishimov,
X.X.Atamuratov,
B.A.Satipov

Tahrir hay’ati kotibi
SH.X. Toshturdiyev

Jurnalning telegram kanali

MUNDARIJA/СОДЕРЖАНИЕ

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

Р.Д. Халмухамедов – Сравнительный анализ выступления сборной Узбекистана по боксу на чемпионатах мира 2025 года (Ливерпуль и Дубай). 3

Ш.Т. Исеев – Методология управления подготовкой футболистов с использованием современных технологий. 7

Sh.F. Tulaganov., J.O‘. Parpieva – “To‘p marraga” o‘yini orqali o‘quvchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish uslubiyati. 11

Ш.Ш. Газиев., С.З. Нуруллаев – Особенности формирования и совершенствования технико-тактической подготовки в самбо и дзюдо. 16

B.A. Ishimov – Brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchini rivojlantirish uchun mashqlar majmuasini tadqiq etish. 19

O.R. Igamberdiyev – Turli yoshdagi futbolchilar texnik-taktik tayyorgarligini baholash va boshqarishning pedagogik mexanizmlari. 22

X.M. Toshpulatov., B.B. Bakirov – Voleybolchilarda sakrash faoliyati samaradorligini oshirishda vaziyatli mashqlar asosida sakrash chidamkorligini rivojlantirish. 25

X.X. Qurbonov – O‘rta masofalarga yuguruvchilar sport mahoratini takomillashtirish bosqichi ikkinchi yilida sport formasini rivojlantirish mexanizmi. 28

G‘.N. Ernazarov., R.R. Majidov – Boks sport turi bilan shug‘ullanuvchilarda muvozanat saqlash mexanizmini tahlillari. 31

D.A. Alimova – Sportchi-talabalarini professional boksning turli jihatlariga bo‘lgan munosabatini o‘rganish natijalari. 34

A.A. Boltayev – Maxsus ish qobiliyatining sakrovchanlik komponentlari orqali voleybolchilar tayyorgarligini tahlil qilish. 39

С.А. Юнусов – Сравнительная эффективность традиционной и экспериментальной моделей тренировочного процесса у пара пауэрлифтеров высокой квалификации. 42

U.Sh. Valixonov – Maxsus tibbiy guruhlarga mansub talabalar sonining ortish tendensiyalari va sog‘lomlashtiruvchi atletik gimnastikaning optimal turlari. 45

S.E. Qodirov – Malakali dzyudochilarda maxsus kuch va tezkor-kuch sifatlarini rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslari. 49

A.A. Yakubov – Yosh basketbolchilarning tezkor-kuch tayorgarligini differensiyali yondoshuv asosida takomillashtirish. 53

I.I. Islomov – 16–17 yoshli futbolchilarning texnik-taktik harakatlarini rotatsion mashg‘ulotlar orqali rivojlantirishning ahamiyati. 56

K.A. Yuldasheva – Yosh sportchi qizlarda disk uloqtirish natijalariga antropometrik ko‘rsatkichlarning ta’sirini statistik tahlil asosida baholash. 60

Литература

1. Спортмастер-Медиа. Чем отличается самбо от дзюдо. – 21.10.2021. – URL: https://www.sportmaster.ru/media/articles/36715691/ (дата обращения: 10.09.2025).
2. Паршин И.Ю. Борьба дзюдо и самооборона (статья на сайте клуба «Алмаз»). – Санкт-Петербург, 2015. – URL: https://almaz-club.ru/judo-and-self-defense.php (дата обращения: 10.09.2025).
3. «На спорте» (интернет-портал). Дзюдо против самбо, почему это разные виды спорта. – 11.02.2024. – URL: https://www.nasporte.info/stati/dzyudo-protiv-sambo,-pochemu-eto-raznyie-vidyi-sporta.html (дата обращения: 10.09.2025).
4. Носов С.А. Компаративистский анализ самбо и дзюдо // Наука-2020. – 2020. – №5(41). – С. 120–122.
5. Три Медведя (Детская школа самбо и дзюдо). В чём сходства и различия самбо и дзюдо – статья на сайте sambo.msk.ru. – 2023. – URL: https://sambo.msk.ru/stati/v-chyem-skhodstva-i-razlichiya-sambo-i-dzyudo/ (дата обращения: 10.09.2025).
6. Правила вида спорта «самбо» (спортивное и боевое) / Международная федерация самбо (FIAS). – София, 2006. – 49 с.
7. Джафаров А.Б. Техническая подготовка самбистов 10–12 лет // Молодой ученый. – 2019. – №52(290). – С. 445–446.
8. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2015. – 736 с.
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – Москва: Физкультура и спорт, 2010. – 544 с.
10. Ахмеров Р.Р., Хусаинов Ш.М. Методика совершенствования технико-тактической подготовки борцов. – Казань: Центр инновационных технологий, 2018. – 212 с.
11. Franchini E., Del Vecchio F.B., Matsushigue K., Artioli G.G. Judo combat: time-motion analysis and physiology // Journal of Strength & Conditioning Research. – 2011. – Vol. 25(4). – P. 1113–1119.
12. Sterkowicz-Przybycień K., Miarka B., Fukuda D.H. Techniques used during winning and losing in elite judo athletes // International Journal of Performance Analysis in Sport. – 2017. – Vol. 17(4). – P. 534–543.
13. International Judo Federation (IJF). Judo Rules and Refereeing Guide. – Lausanne, 2023. – 96 p.



Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori(PhD), dotsent
B.A. ISHIMOV[1]
[1]O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Chirchiq shahri, O‘zbekiston

https://orcid.org/0009-0001-6449-6979

10.65149/fansport.2026.v9i2.a005

BRASS USULIDA SUZUVCHILARNING OYOQ KUCHINI RIVOJLANTIRISH UCHUN MASHQLAR MAJMUASINI TADQIQ ETISH

Annotatsiya

Ushbu maqolada o‘smir yoshidagi suzuvchilarning brass usulida mashg‘ulot jarayonini takomillashtirish doirasida oyoq kuchi tayyorgarligini rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslari yoritilgan. Tadqiqotda brass texnikasining biomekanik xususiyatlari, ayniqsa harakatning asosiy harakatlantiruvchi omili sifatida oyoq mushaklarining roli tahlil qilinadi. Oyoq kuchining yetarli darajada rivojlanmaganligi start tezligi, sur’atni ushlab turish va masofa davomida texnik barqarorlikka salbiy ta’sir ko‘rsatishi ilmiy dalillar asosida asoslab beriladi.

Kalit so‘zlar. *Nazorat testlari, brass usuli, tajriba guruhi, nazorat guruhi, pedagogik kuzatuv.*

Abstract

This article highlights the scientific and methodological foundations for improving leg strength development within the training process of adolescent swimmers specializing in the breaststroke. The study analyzes the biomechanical characteristics of the breaststroke technique, with particular emphasis on the role of leg muscles as the primary driving force of movement. Insufficient leg strength is scientifically substantiated as a factor negatively affecting старт speed, pace maintenance, and technical stability throughout the distance.

Keywords*: control tests, breaststroke, experimental group, control group, pedagogical observation.*

В данной статье освещаются научно-методические основы совершенствования развития силовой подготовки ног в тренировочном процессе пловцов подросткового возраста, специализирующихся в плавании способом брасс. В исследовании анализируются биомеханические особенности техники брасса, с особым акцентом на роль мышц ног как основной движущей силы. Недостаточный уровень развития силы ног научно обоснован как фактор, отрицательно влияющий на стартовую скорость, поддержание темпа и техническую устойчивость на дистанции.

Ключевые слова: *контрольные тесты, способ брасс, экспериментальная группа, контрольная группа, педагогическое наблюдение.*

Dolbzarbligi. Respublikada so‘nggi yillarda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, imkoniyati cheklangan shaxslarning jismoniy reabilitatsiyasi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish hamda mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta’minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sport sohasida aholi sog‘lig‘ini mustahkamlashga xizmat qiladigan aniq dasturlarni amaliyotga joriy etish, yoshlarni sportga keng jalb qilish va ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish, sport turlari bo‘yicha yuqori natijalarni ta’minlay oladigan mahoratli sportchilar bilan milliy terma jamoalarni shakllantirish hamda murabbiylar uchun qo‘shimcha shart-sharoitlar yaratish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Shunga ko‘ra, joylarda yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni tanlab olish (seleksiya)ning samarali va shaffof to‘rt bosqichli — tashkilot–tuman (shahar)–hudud–respublika tizimini ishlab chiqish va joriy etish zarur.

O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi tizimidagi sport maktablari o‘quvchi-sportchilari o‘rtasida “Bolalar sport o‘yinlari”ni o‘tkazish orqali iqtidorli sportchilarni aniqlash va yoshlar terma jamoalariga zaxira yaratish, shuningdek, oliy ta’lim muassasalari talabalari o‘rtasida “Talabalar sport o‘yinlari”ni tashkil etish orqali talabalarni sport bilan muntazam shug‘ullanishga jalb etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, sport turlari bo‘yicha terma jamoa

sportchilari uchun ilmiy-kompleks laboratoriyalar tashkil etish, tayyorgarlik jarayoniga ilg‘or innovatsion texnologiyalarni joriy etish hamda sport sohasida samarali tibbiy va farmakologik ta’minotni yo‘lga qo‘yish kabi masalalarning yechimi ham dolzarb hisoblanadi.

Bugungi kunda “Suzish” sport turi bo‘yicha o‘qituvchi-murabbiylar va mutaxassislarning ilmiy izlanishlari sport mashg‘ulotlarini yanada samarali tashkil etish va shu orqali yuqori sport natijalariga erishish yo‘llarini izlashga qaratilgan. Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, suzuvchilarning texnik tayyorgarligini oshirish jarayonida maxsus jihozlardan foydalanish keng yoritilgan. Biroq suzuvchi sportchilarning kuch tayyorgarligini rivojlantirishda instrumental tajribalar va zamonaviy metodikalarga yetarlicha e’tibor qaratilmaganligini ta’kidlash mumkin.

Yuqorida aytib o‘tilganlardan kelib chiqib, brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchi tayyorgarligini oshirishga yo‘naltirilgan o‘quv-mashg‘ulot jarayonini takomillashtirish zaruriyati hamda ushbu sifatni rivojlantirishga qaratilgan mashqlar majmuasining yetarli darajada ishlab chiqilmaganligi o‘rtasidagi qarama-qarshilikni qayd etish lozim [1,2,3].

Yosh suzuvchilarning kuch tayyorgarligi suzish natijadorligining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Suzishda kuch imkoniyatlarining namoyon bo‘lishi, avvalo, harakatni yuzaga keltiruvchi kuchni hosil qilish mexanizmi bilan belgilanadi. Maxsus kuch tayyorgarligiga yo‘naltirilgan turli mashg‘ulot vositalari asosiy harakat malakalari tizimiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Kuchning namoyon bo‘lishi fiziologik va biokimyoviy jarayonlar bilan chambarchas bog‘liq. Xususan, efferent nerv tizimi faoliyati boshqa fiziologik va biokimyoviy jarayonlar bilan o‘zaro ta’sirda kuch hosil bo‘lishini ta’minlaydi. Mazkur jarayonda tezkor (portlovchi) komponentning kuch komponentiga nisbatan ustunligi kuzatiladi, chunki aynan tezkorlik kuchni ishga tushirish mexanizmi sifatida namoyon bo‘ladi. Shu bilan birga, suzuvchining kuch shiddatini mushaklarning mutlaq kuchini oshirish orqali ham rivojlantirish mumkin.

Mushaklarning sust faolligi nafaqat sog‘liq uchun zararli, balki organizmning barkamol rivojlanishiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Sport natijalarining o‘sishida muhim omillardan biri — brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchini takomillashtirishdir. Biroq, brass usuli ko‘plab suzuvchilar uchun texnik jihatdan murakkab usullardan biri hisoblanadi, chunki unda oyoq harakatlarining kuchli, muvofiqlashtirilgan va simmetrik bajarilishi talab etiladi.

Shu bois, brass usulida suzishda kuch tayyorgarligini takomillashtirishning yangi va samarali usullarini izlash dolzarb ilmiy-amaliy masala sifatida namoyon bo‘lmoqda. Yuqoridagilardan kelib chiqib, hozirgi vaqtda mazkur muammoni hal etishda yetarli darajada ilmiy-uslubiy yondashuv shakllanmaganligini ta’kidlash mumkin.

Shu sababli, suzish to‘garaklarida brass usulida shug‘ullanuvchi sportchilarning kuch tayyorgarligini takomillashtirishga yo‘naltirilgan mashqlar majmuasini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi [4,6].

Tadqiqot maqsadi Brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchini maxsus mashqlar orqali rivojlantirish samaradorligini aniqlash.

Tadqiqot vazifalari:

Tadqiqot davomida belgilangan maqsadga erishish uchun quyidagi vazifalar qo‘yildi:

Brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchi ko‘rsatkichlarini aniqlash uchun nazorat testlarini tanlab olish;

Tanlab olingan nazorat testlari asosida suzuvchilarning oyoq kuchi darajasini aniqlash;

Suzuvchilarning oyoq kuchini oshirishga yo‘naltirilgan mashqlar majmuasining samaradorligini ilmiy asoslab berish.

Tadqiqot obyekti. Toshkent shahri Yashnobod tumanidagi 2-son Bolalar va o‘smirlar sport maktabi (BO‘SM) suzuvchilari.

Tadqiqot uslublari

Tadqiqotda qo‘yilgan maqsad va vazifalarni hal etish uchun quyidagi uslublardan foydalanildi:

Mavzu yo‘nalishiga oid ilmiy-uslubiy adabiyotlar hamda me’yoriy hujjatlarning qiyosiy tahlili va umumlashtirish;

Pedagogik kuzatuv va tajriba-sinov ishlarini tashkil etish;

Pedagogik nazorat testlarini o‘tkazish;

Olingan natijalarni matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlash.

Tadqiqotni tashkil etish

Tadqiqot 2018-yil sentyabr oyidan 2019-yil dekabr oyigacha Toshkent shahri Yashnobod tumanidagi 1-son sport maktabida o‘tkazildi. Tadqiqot yillik o‘quv-mashg‘ulot jarayoni davomida olib borildi. Tajriba boshida nazorat va tajriba guruhlari tarkibiga tayyorgarlik darajasi bir xil bo‘lgan sportchilar tanlab olindi.

Tajriba jarayonida 12–13 yoshli, II va III sport razryadiga ega bo‘lgan 20 nafar o‘smir suzuvchi ishtirok etdi. Ikki guruh — nazorat va tajriba guruhlari tashkil etilib, har bir guruh 10 nafardan sportchidan iborat bo‘ldi.

Nazorat guruhi mashg‘ulotlarni sport maktablar uchun mo‘ljallangan standart dastur asosida olib bordi. Tajriba guruhi mashg‘ulot jarayoniga esa biz tomonidan ishlab chiqilgan maxsus mashqlar majmuasi qo‘shimcha ravishda joriy etildi.

Nazorat testlari. Suzuvchilarning kuch tayyorgarligini baholash maqsadida quyidagi testlar tanlab olindi va har ikki guruhda qo‘llanildi:

Joydan turib uzunlikka sakrash (sm);

Suvda tortish kuchini o‘lchash (faqat oyoqlar harakati hisobiga) (kg);

Suvda tortish kuchini o‘lchash (to‘liq koordinatsiyada) (kg);

Brass usulida 25 m suzish (faqat oyoqlar harakati bilan) (soniya);

Brass usulida 25 m suzish (to‘liq koordinatsiyada) (soniya);

Brass usulida 50 m suzish (to‘liq koordinatsiyada) (soniya).

Nazorat guruhida mashg‘ulotlar amaldagi dastur asosida olib borildi, tajriba guruhida esa tadqiqot davomida ishlab chiqilgan maxsus mashqlar majmuasi asosida mashg‘ulotlar tashkil etildi.

Tajriba guruhi uchun maxsus mashqlar majmuasi.

Brasscha o‘tirib turish.

O‘tirgan holatda yurish – 2×25 m, 2–4 marta, oraliqda dam olish 1 daqiqa.

O‘tirgan holatda sakrab yurish – 2×25 m, 2–4 marta, oraliqda dam olish 2 daqiqa.

Tik turgan holda qo‘llar bosh ortida o‘tirib yuqoriga sakrash – sakrashlar 14–16 martagacha, 6–8 marta takrorlanadi, oraliqda dam olish 1 daqiqa.

O‘tirgan holatda 40–50 sm balandlikka tez va katta kuch bilan sakrab qo‘nish – sakrashlar 12–14 martagacha, 2–4 marta takrorlanadi, oraliqda dam olish 1 daqiqa.

Bir uchi mahkamlangan rezinani o‘tirgan holda, ikkinchi uchi oyoq kaftiga taqilgan holda oyoqlarni brass usulida harakatlantirish – mashq 40 soniyagacha bajariladi, 2–4 marta takrorlanadi, oraliqda dam olish 1 daqiqa.

Shu mashqni ko‘krakda yotgan holda bajarish – mashq 1 daqiqagacha bajariladi, 2–4 marta takrorlanadi, oraliqda dam olish 1 daqiqa.

Ko‘krakda yotgan holda rezinada 5 martadan 50 ta oyoq harakati bajariladi, dam olish 1 daqiqa.

Mashg‘ulotlar haftasiga 3 kun ertalab va kechqurun olib borildi. Ushbu mashqlar majmuasidan haftasiga 3 marta faqat kechki mashg‘ulotlar davomida foydalanildi. Suzish mashqlari oyoqlar yordamida hamda to‘liq muvofiqlashtirilgan holda amalga oshirildi.

Kuch sifatlarini testlash brass usulida suzuvchilarning jismoniy tayyorgarlik jarayonida muhim tashkiliy va yo‘naltiruvchi omil bo‘lib, jismoniy sifatlarning rivojlanishi ustidan nazorat o‘rnatishga xizmat qiladi. Jismoniy sifatlarning rivojlanishini ifodalovchi ko‘rsatkichlardan biri sportchilarning testlarni qoniqarli topshirishi deb belgilandi.

Suzish yo‘nalishida kuch tayyorgarligi sport mashg‘ulotlarining umumiy nazariy tamoyillariga asoslanadi. Demak, kuch tayyorgarligi uslublari suvdagi va quruqlikdagi mashg‘ulotlarda qo‘llanilayotgan vositalarga mos bo‘lishi kerak. Suzuvchilarning suvdagi kuch tayyorgarligi vositalari qatorida suvda cho‘ziladigan rezina amortizator keng qo‘llaniladi [5, 7].

Quyidagi jadvalga ko‘ra (1-jadval), tadqiqot boshida va oxirida tajriba hamda nazorat guruhi suzuvchilarining kuch tayyorgarligi bo‘yicha o‘rtacha ko‘rsatkichlari hisoblab chiqildi. Shuningdek, ko‘rsatkichlar bo‘yicha nazorat va tajriba guruhlari o‘rtasidagi farqlar foiz (%) hisobida ham aniqlandi.

1-jadval

Tajriba hamda nazorat guruhlarining tadqiqotdan oldin hamda tadqiqotdan keyin ko‘rsatgan o‘rtacha ko‘rsatkichlari hamda ular o‘rtasidagi farqning tahlili

Pedagogik test sinovlari	Guruhlar	Tadqiqotdan oldin	Tadqiqotdan keyin	Guruhlardagi o‘sish	% hisobida
Joydan turib uzunlikka sakrash(sm)	Tajriba guruhi	185 sm	195 sm	10 sm	5.2
	Nazorat guruhi	186 sm	189 sm	3 sm	1.8
Suvda tortish kuchini o‘lchash (faqat oyoqlar harakatida) (kg)	Tajriba guruhi	11 kg	15,6 kg	4,6 kg	29.49
	Nazorat guruhi	11 kg	12,7 kg	1,7 kg	13.39
Suvda tortish kuchini o‘lchash(to‘liq koordinatsiyada) (kg)	Tajriba guruhi	17,8 kg	23,5 kg	5,7 kg	24.26
	Nazorat guruhi	17,9 kg	19,8 kg	1,9 kg	9.6
Brass usulida 25 m suzish (faqat oyoqlar harakatida) (soniya)	Tajriba guruhi	20,73 son	17,06 son	3,67 son	-21.51
	Nazorat guruhi	20,80 son	19,62 son	1,18 son	-6.01
Brass usulida 25 m suzish(to‘liq koordinatsiyada) (soniya)	Tajriba guruhi	18,96 son	15,77 son	3,19 son	-20.22
	Nazorat guruhi	18,61 son	17,46 son	1,15 son	-6.58
Brass usulida 50 m suzish(to‘liq koordinatsiyada) (soniya)	Tajriba guruhi	38,93 son	33,92 son	5,01 son	-14.77
	Nazorat guruhi	38,87 son	37,57 son	1,30 son	-3.46

Taqdim qilingan jadvalda qayd etilgan natijalarga ko‘ra, tajriba guruhi ko‘rsatkichlari nazorat guruhi natijalariga nisbatan qoniqarli deb baholandi. Brass usulida suzishda oyoq kuchini oshirishga qaratilgan ishlab chiqilgan mashqlar majmuasining samaradorligi nazorat va tajriba guruhlari o‘rtasidagi farqlar orqali o‘z isbotini topdi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot natijalariga asoslanib

quyidagi xulosalarga kelish mumkin. Yuqoridagi fikrlarni umumlashtirgan holda, tezkor-kuch talab etiladigan sport turlarida suzuvchilarning kuch-harakat qobiliyatini shakllantirishning metodologik asoslarini o‘rganish sport amaliyotida muhim ahamiyat kasb etadi.

Brass usulida suzishda oyoq mushaklari rivojlangan sari suzish tezligi oshadi. Quruqlikda brass elementlarini rezina qarshiligida muntazam bajarish texnikani aniq va kuch bilan ijro etishni takomillashtiradi hamda kelajakda yuqori sport natijalariga erishishda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

Dastlabki tayyorgarlik bosqichida brass usulida suzishda oyoq kuchini rivojlantirishning turli variantlarini o‘rganishga mas’uliyat bilan yondashish zarur.

Adabiyotlar:

1. Ishimov, B. A. (2022). 13–14 yoshli brass usulida suzuvchilarning kuch tayyorgarligini rivojlantirish samaradorligi (PhD avtoreferat, 13.00.04). Chirchiq.

2. Ishimov, B. A. (2021). Development of strength training of swimmers by the breaststroke method. Eurasian Journal of Sport Science, 1(1), 31–38.

3. Ishimov, B. A. (2020). Ispol’zovanie innovatsionnykh tekhnologiy v razvitii sily nog u plovtsov-brassistov. O‘zbekiston Milliy universiteti xabarlari, 1(2), 98–101.

4. Musaev, B. B., & Ishimov, B. A. (2020). Brass usulida suzuvchilarning oyoq kuchini oshirishga tavsiya etilgan eksperimental mashqlarning samaradorligini tadqiq etish. Fan-Sport, 7, 21–23.

5. Ishimov, B. A. (2020). Razvitie silovykh pokazateley plovtsov 15–17 let. Fan-Sport, 2, 55–59.

6. Platonov, V. N. (2004). Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Kiev: Olimpiyskaya literatura.



Pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsenti v.b.
O.R. IGAMBERDIYEV[1]
[1]O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Chirchiq shahri, O‘zbekiston

https://orcid.org/0009-0006-0798-6820

10.65149/fansport.2026.v9i2.a006

TURLI YOSHDAGI FUTBOLCHILAR TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGINI BAHOLASH VA BOSHQARISHNING PEDAGOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya

В статье изучены и всесторонне проанализированы научные работы, посвященные подготовке футболистов 8–17 лет, оценке их соревновательной деятельности и определению факторов технико-тактической готовности. Экспериментально исследованы основные показатели эффективности действий футболистов на поле – технико-тактические действия, их возрастная динамика и результативность. В ходе исследования проанализированы игровые действия футболистов в возрасте 8–17 лет, определены количественные и качественные показатели технико-тактических действий, выполняемых в соревновательной деятельности, а также их возрастные изменения. На основе полученных результатов сформулированы соответствующие выводы.

Ключевые слова: *юные футболисты, соревновательная деятельность, технико-тактические действия, эффективность действий, динамика результатов, возрастные особенности, основные показатели.*

Abstract

Maqolada 8–17 yoshli futbolchilarni tayyorlash, ularning musobaqa faoliyatini baholash hamda texnik-taktik tayyorgarligini belgilovchi omillarga oid ilmiy tadqiqotlar o‘rganilib, atroflicha tahlil qilingan. Futbolchilarning maydondagi harakat samaradorligini baholovchi asosiy ko‘rsatkichlar – texnik-taktik harakatlar, ularning yoshga doir dinamikasi va samaradorligi tajriba asosida tadqiq etilgan. Tadqiqot jarayonida 8–17 yoshli futbolchilarning o‘yinlari tahlil qilinib, musobaqa faoliyatida bajarilgan texnik-taktik harakatlar ko‘rsatkichlari hamda ularning yoshga qarab o‘zgarishi aniqlangan. Olingan natijalar asosida tegishli xulosalar chiqarilgan.

Kalit so‘zlar: *yosh futbolchilar, musobaqa faoliyati, texnik-taktik harakatlar, harakatlar samaradorligi, natijalar dinamikasi, yosh xususiyatlari, asosiy ko‘rsatkichlar.*

This article examines and systematically analyzes scientific studies devoted to the training of football players aged 8–17, the evaluation of their competitive performance, and the identification of factors determining technical and tactical readiness. The main indicators of players’ effectiveness on the field—technical and tactical actions, their age-related dynamics, and efficiency—were investigated experimentally. The games of football players aged 8–17 were analyzed to determine the quantitative and qualitative indicators of technical and tactical actions performed during competition and their age-related changes. Conclusions were drawn based on the obtained results.

Keywords: *young football players, competitive activity, technical and tactical actions, performance efficiency, performance dynamics, age characteristics, key indicators.*

Dolzarbligi. Respublikamizda bolalar futboli, ommaviy va professional futbolni rivojlantirish tizimini yanada takomillashtirish, xalqaro standartlarga mos futbol infratuzilmasini yaratish, bolalar va o‘smirlarda futbol bilan shug‘ullanish qobiliyatini erta aniqlash hamda ularda futbolga bo‘lgan barqaror qiziqishni shakllantirish, ularni professional futbolchi sifatida tayyorlash tizimini yanada yaxshilashga katta e’tibor qaratilmoqda.

2023-yil 3-noyabrda mamlakatimiz Prezidenti tomonidan qabul qilingan “Futbol-ta’lim muassasalari tarmog‘ini kengaytirish hamda xalqaro standartlarga mos keladigan futbol infratuzilmasini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-355-son qarorda mamlakatimiz futbolini rivojlantirish uchun zarur bo‘lgan ustuvor vazifalar belgilab berilgan. Ilg‘or xorijiy tajribani o‘zlashtirish, futbolchilarni zamonaviy innovatsion metodikalar va ilmiy-tahliliy yondashuv asosida tayyorlash, futbolchilar tayyorlash bosqichlarini raqamlashtirish orqali shaffof saralash tizimini joriy etish, saralab olingan eng iqtidorli va yuqori mahoratli futbolchilarni terma jamoalarga yetkazish, yoshlarni zamonaviy futbolga mos usul va falsafa asosida professional tayyorlash hamda futbol bo‘yicha ilmiy-tadqiqot ishlarini rivojlantirish orqali sohani yanada yuqori bosqichga ko‘tarish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan [2,6].

Hozirgi zamon futbolida kuchli raqobat va o‘yin