

**ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ SPORTTÍ RAWAJLANDÍRÍW
MINISTRLOGI**

**ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ JOQARÍ HÁM ORTA ARNAWLÍ
BILIMLENDIRIW MINISTRLOGI**

**ÓZBEKSTAN MÁMLEKETLIK DENE TÁRBIYASÍ HÁM
SPORT UNIVERSITETI NÓKIS FILIALÍ**



**«ZAMANAGÓY SHARAYATTA DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT
TARAWÍ BOYÍNSHA JOQARÍ MAĠLÍWMATLÍ QÁNIGELER
TAYARLAW TEORIYASÍ HÁM ÁMELIYATÍ»**

Xalqaraliq ilimiy-teoriyalıq konferenciya materialları toplanı



Nókis qalası, 25-26-may 2022-jıl

ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ SPORTTÍ RAWAJLANDÍRÍW MINISTRLOGI

**ÓZBEKSTAN RESPUBLIKASÍ JOQARÍ HÁM ORTA ARNAWLÍ
BILIMLENDIRIW MINISTRLOGI**

**ÓZBEKSTAN MÁMLEKETLIK DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT
UNIVERSITETI NÓKIS FILIALÍ**

**«ZAMANAGÓY SHARAYATTA DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍ
BOYÍNSHA JOQARÍ MAĠLÍWMATLÍ QÁNIGELER TAYARLAW TEORIYASÍ
HÁM ÁMELIYATÍ»**

**Xalqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya materialları toplamı
25-26-may 2022-jıl**

**«ZAMONAVIY SHAROITDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASI
BO'YICHA OILY MA'LUMOTLI MUTAXASSISLAR TAYYORLASH
NAZARIYASI VA AMALIYOTI»**

**Xalqaro ilmiy-nazariy anjuman materiallari to'plami
25-26-may 2022-yil**

**Сборник материалов Международной научно-теоретической
конференции
«ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ
С ВЫСШИМ ОБРАЗОВАНИЕМ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ»
25-26 май 2022 год**

НУКУС-2022

ZAMANAGÓY SHARAYATTA DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍ BOYÍNSHA JOQARÍ MAĠLÍWMATLÍ QÁNIGELER TAYARLAW TEORIYASÍ HÁM ÁMELIYATÍ // Xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya materialları toplamı. Nókis-2022, – 612 bet.

Bul xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya materiallarınan dene tárbiyası hám sport tarawı qánigeleri, ilimiy izleniwshiler, magistrantlar menen studentler hám tarawǵa qızıǵıwshılar ózleriniń ilimiy-pedagogikalıq iskerliginde paydalanıwı múmkin.

Konferenciyanıń shólkemlestiriw komiteti:

B.J.Mambetov	Ózbekstan mámleketlik dene tárbiyası hám sport universiteti Nókis filialı direktorı, t.i.k., docent, shólkemlestiriw komiteti baslıǵı
M.Z.Aytımbetov	Direktordıń ilimiy isler hám innovaciyalar boyınsha orınbasarı, p.i.f.d. (PhD), docent, shólkemlestiriw komiteti baslıǵı orınbasarı
B.B.Utemuratov	Direktordıń oqıw isleri boyınsha orınbasarı, t.i.k., aǵza
R.J.Shaniyazov	«Sport túrleri» fakulteti dekanı, aǵza
A.U.Elmuratova	«Dene tárbiyası teoriyası hám gumanitar pánler» kafedrası baslıǵı, ps.i.f.d. (PhD), docent, aǵza
M.B.Ramazanov	Bilimlendiriw sapasın qadaǵalaw bólimi baslıǵı, aǵza
T.T.Mambetjumaev	«Sport oyınları» kafedrası baslıǵı, aǵza
S.N.Satbaev	«Jeke gúres hám tábiyy pánler» kafedrası assistenti, aǵza
M.E.Tólegenov	«Dene tárbiyası teoriyası hám gumanitar pánler» kafedrası assistenti, aǵza
Q.B.Keńesbaev	«Dene tárbiyası teoriyası hám gumanitar pánler» kafedrası assistenti, aǵza

JUWAPLÍ REDAKTOR:

M.Aytımbetov - pedagogika ilimleri boyınsha filosofiya doktorı (PhD), docent

Pikir bildiriwshiler:

Ó.Alewov, pedagogika ilimleri doktorı, professor

T.Utebaev, pedagogika ilimleri doktorı, docent

B.Ma'murov, pedagogika ilimleri doktorı, professor

Baspaǵa tayarlaǵan: M.Tólegenov, Q.Keńesbaev

Toplamda basılıp shıqqan maqala hám tezislerdiń mazmunı, olarda keltirilgen maǵlıwmatlardıń durılıǵına avtorlar juwapker.

Xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya Ózbekstan Respublikası Ministrler Kabinetiniń 2022-jıl 7-marttaǵı 101-F-sanlı biyligi tiykarında shólkemlestirildi hám konferenciya toplamı ÓzMDTSU Nókis filialı Keńesiniń 2022-jıl 7-iyundaǵı 4-sanlı bayanlaması menen baspaǵa usınıldı.

ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С УЧЕТОМ ИХ ПСИХОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ: НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

А.В.Кардаш¹, Т.В.Маринич - к.м.н., доцент²

*¹Учреждение «Мотольская специализированная детско – юношеская школа олимпийского резерва», ²УО «Полесский государственный университет»,
г. Пинск, Республика Беларусь*

Анализ исследований в области прогнозирования индивидуальной успешности и неуклонный интерес к данной проблеме со стороны спорта высших достижений показал важное значение этого процесса для правильного отбора и адекватного планирования учебно-тренировочного процесса юных спортсменов – единоборцев [1,5].

В последние десятилетия отмечен неуклонный интерес к психофизиологической диагностике спортсменов, которая помогает выявить ранние признаки переутомления вегетативной нервной системы под воздействием физических нагрузок и спрогнозировать успешность на любом из этапов подготовки [2,10]. Проблемная ситуация обусловлена неуклонным ростом спортивных достижений и конкурентной борьбы в современном спорте на фоне сравнительно

низкой эффективности прогнозных решений об успешности соревновательной деятельности спортсменов-единоборцев.

Вместе с тем, как отмечают многие специалисты, разработанность вопросов прогнозирования индивидуальной успешности все еще весьма недостаточна, особенно в ситуационных видах спорта [9,10]. Исследования успешности прогнозирования тренерами технико-тактических действий борцов показали, что прогнозирование осуществляется с малой долей вероятности [1, с. 84], базируется больше на интуиции и личном опыте тренера [4, с. 40]. Отбор спортсменов на раннем этапе, в большей степени, происходит ссылаясь на морфологические и антропометрические особенности организма спортсмена, а также на контрольно-переводные нормативы по общей физической подготовке [7,8].

Отсев занимающихся в спортивных секциях после первого года обучения, как показывает практика спорта, достигает 90% [6, с.94], а точность прогнозов успешности выступлений спортсменов-единоборцев на ответственных международных соревнованиях колеблется в пределах 30-80% и находится, в среднем, на уровне 50% [3, с.21]. Этим во многом определяется неточность производимых спортивных прогнозов. Однако, многие исследователи предостерегают от заключений по поводу «неперспективности» спортсменов, что приводит к потере многих спортивных талантов [2,5].

Все более ясным становится, что для преодоления этих недостатков требуется более детальное изучение особенностей реагирования организма юных спортсменов – борцов на повышающийся уровень физической нагрузки в тренировочном процессе.

На основании вышесказанного нами были определены цель и задачи нашего исследования, сформирована когорта исследования, произведены тестирование уровня общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП), а также проведена диагностика и оценка психофизиологического состояния спортсменов в подготовительном и предсоревновательном периодах.

Цель работы: выявить особенности психофункционального состояния спортсменов – борцов на основании мониторинга функционального состояния вегетативной нервной системы, а также тестирования текущего физического состояния спортсменов в различные периоды подготовки.

В процессе работы проводилась оценка физического развития, уровней ОФП и СФП, психофизиологических показателей, оценка состояния кардио-респираторной системы 98 спортсменов – борцов групп начальной подготовки первого года обучения Мотольской СДЮШОР, ГУСУ «Дрогичинской СДЮШОР» и «Брестской СДЮШОР профсоюзов по видам борьбы». Обследование проводилось на базах школ в подготовительный и предсоревновательный периоды подготовки.

В начале исследования (сентябрь – октябрь 2021 года) был оценен уровень ОФП и СФП спортсменов, спустя 4 месяца (февраль – март 2022 года) проанализирована динамика.

Таблица 1 – Уровень ОФП и СФП в группах спортсменов

Период подготовки	Выборка	Уровень подготовленности	
		ОФП	СФП

	КОЛ- ВО	уд.	хор.	отлич.	уд.	хор.	отлич.
Подготовительный	98	78	16	4	72	21	5
Предсоревновательный	98	16	64	18	7	69	22

Как видно из представленных данных, в начале исследование большинство составляли спортсмены, имеющие удовлетворительные показатели ОФП (79,6%) и СФП (73,5%). В предсоревновательном периоде отмечалась положительная динамика – 65,3% спортсменов показали хороший уровень ОФП и 70,4% - хороший уровень СФП, увеличилось количество учащихся, имеющих отличный уровень ОФП и СФП (18,4% и 22,4%).

Для диагностики и оценки психофизиологического состояния спортсменов проводилось изучение особенностей сенсомоторных и когнитивных функций с помощью психофизиологических методик, представленных в аппаратно-программном комплексе Нейрософт-Психотест (ООО «Нейрософт», г. Иваново). В процессе исследования использовались следующие методики:

- «Простая зрительно-моторная реакция (ПЗМР)».
- «Реакция различения».

Таблица 2 –Время и уровень функциональных возможностей ПЗМР и РР в группе спортсменов – борцов под воздействием физической нагрузки

Период тестирования	Выборка колво, n	Среднее время ПЗМР ±SD, мс (перед нагрузкой)	УФВ ±SD, мс	Среднее время реакции оазличения ± α, мс	Среднее ВПНП ± α, мс
Подготовительный (до нагрузки)	98	218,23±33,94	3,80±0,56	301,06± 109,38	84,08±4,61
Предсоревновательный (после нагрузки)	98	225,82±39,21	3,47±0,67	334,46± 87,72	103,89±3,91
*— достоверные различия на уровне значимости p< 0.05					

Выявленные изменения свидетельствуют о том, что под влиянием физической нагрузки, время простой и сложной зрительно-моторных реакций увеличивается, время устойчивости реакции также не сохраняется, что дает возможность предполагать, что физические нагрузки, повлекшие улучшение уровня физической подготовленности, вызвали ухудшение функционального состояния нервной системы, что может привести к дезадаптации организма спортсмена.

В настоящее время продолжается обработка полученных показателей психофизиологического состояния, а также формирование программы психофизиологического тестирования (подбор специфичных методик). В целях более детального анализа функционального состояния нервной системы юных спортсменов на начальных этапах подготовки планируется расширять методы

исследования, необходима своевременная коррекция и индивидуализация тренировочного процесса.

Литература:

1. Бакулев, С.Е. Прогнозирование успешности соревновательной деятельности спортсменов с учетом генетических основ тренируемости // В.А. Таймазов, С.Е. Бакулев // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта. - 2005. - Вып. 18. - С. 81-91.
2. Бахрах, И.И. Морфофункциональные особенности юных спортсменов: учеб. пособие / И.И. Бахрах, Р.Н. Дорохов. - Смоленск.: СГИФК, 1984. - 99 с.
3. Жбанков, О.В. Система контроля психофизического состояния человека как инструмент управления процессом адаптации в спорте и учебном процессе / О.В. Жбанков, Д.С. Петров, В.А. Головина // Теория и практика физической культуры. - 2003. - №2. - С. 20-23.
4. Зефирова, Е.В Точность психологического прогнозирования успешности выступлений спортсменно-однборцев / Е.В. Зефирова // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта. - 2010. - № 10 (68). - С. 39-44.
5. Зефирова, Е.В Психолого- педагогическое прогнозирование успешности спортивной деятельности / Е.В. Зефирова, Г.Г.Дмитриев, С.М. Сильчук, // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур.- науч.рец.жур. - СПб: ВИФК МО РФ.-№4(13),2011,с.71-76
6. Иванов, А.А. Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой. - М.: Советский спорт, 2019. - 112 с.
7. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии). - М: Спорт, 2016. - 624 с.
8. Иноземцева, Е.С. Познавательные психические процессы в физическом воспитании и спорте. - Томск: ТГУ, 2018. - 75 с.
9. Капилевич, Л.В. Физиология спорта: учебное пособие. - Томск: ТГУ, 2018. - 192 с.
10. Маринич, В.В., Кардаш, А.В., Шепелевич, Н.В., Лебедь, Т.Н., Мельнов С.Б. Оценка эффективности применения психофизиологической диагностики в спорте // Материалы III Всероссийской научно – практической конференции с международным участием // Безопасный спорт – 2016 // г. Санкт - Петербург. - 2016 – с.103-105.

M A Z M U N Í

I SEKCIYA. ZAMANAGÓY SHARAYATTA DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍN RAWAJLANDÍRÍW: XALÍQARALÍQ TÁJIRIYBE HÁM TENDENCIYALAR

Б.Ж.МАМБЕТОВ. ЁШЛАРНИ ОЛИМПИА СПОРТ ЎЙИНЛАРИГА ҚИЗИҚИШЛАРИНИ ОШИРИШНИНГ ЎЗИГА ХОС ЖИҲАТЛАРИ	3
Б.Б.МАЪМУРОВ. ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ БЎЙИЧА БЎЛАЖАК МУТАХАССИСНИНГ АКМЕОЛОГИК САЛОҲИЯТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ	6
Х.В.ТО‘ХТАХО‘ЈАЕВ. YANGI O‘ZBEKISTONDA SOG‘LOM JAMIYATNI YARATISHDA YOSHLARNING O‘RNI	8
I.XASANOV. O‘ZBEKISTON JISMONIY TARBIYASI TARIXI VA UNING RIVOJLANISH BOSQICHLARI	10
А.В.КАРДАШ, Т.В.МАРИНИЧ. ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С УЧЕТОМ ИХ ПСИХОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ: НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ	15
Н.В.КОРОГВИЧ. МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ 10-12 ЛЕТ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ	18
Б.КУЛУЕВ. ПРИОРИТЕТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КЫРГЫЗКОЙ РЕСПУБЛИКЕ	21
Б.Ж.ЯДГАРОВ, Д.Б.ЯДГАРОВ, А.К.МАШАРИПОВ, А.К.АРДЖАНОВ. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В СВЯЗИ С ХАРАКТЕРОМ ИХ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	26
Б.УТЕМУРАТОВ, А.УТЕМИСОВ, М.БЕКМУРАТОВА. РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР НАРОДОВ КАРАКАЛПАКСТАНА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРОСТКОВ И ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ	31
С.М.УМАРОВ. ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В РАЗРАБОТКЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ	35
Т.А.АМЕТОВ. МАМЛАКАТИМИЗДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ТЕНДЕНЦИЯЛАРИ	38
О.В.ГОНЧАРОВА. ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СИСТЕМНОГО МОНИТОРИНГА В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	40
I.XASANOV. PARALIMPIYA SPORT MUSOVAQALARI TARIXIDA O‘ZBEKISTON TERMA JAMOASI VA UNING ERISHGAN YUTUQLARI	44
Б.Қ.ЕРИМБЕТОВ. ЖАСЛАРДЫҢ КӘМИЛ ИНСАН БОЛЫП ЖЕТИЛИСИҮИНДЕ ДЕНЕ ТӘРБИЯСЫ ХӘМ СПОРТТЫҢ ТУТҚАН ОРНЫ	49
М.М.РАХИМОВ. SPORTCHILAR MASHG‘ULOT JARAYONINI REJALASHTIRISHNING MAZMUN MONIYATI	51
О.В.ГОНЧАРОВА. ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПРОВЕДЕНИЕМ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ СТРАНЫ	54
Т.САЛАЕВ. ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИНИ ТЕХНИК-ТАКТИК ВА ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРНИНГ ЎРНИ	57

Д.Р.СУЛТАНГУЛОВ. ВНЕДРЕНИЕ МЕТОДИКИ МОНТЕССОРИ В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ	60
U.ADILBEKOV. HÁZIRGI DÁWIRDEGI SPORT GIMNASTIKASINIŃ MASHQALALARI	63
SH.S.DAMINOV. JISMONIY TAYYORGARLIKLARINI TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY TARAQQIYOTI	64
S.U.KO'PALOV, O'X.ABDULLAYEVA. YENGIL ATLETIKA SPORTIGA SARALASH VA YO'NALTIRISHNING METODOLOGIK VA NAZARIY JIHATLARI	66
S.QODIROV. YUQORI MALAKALI DZYUDochILARNING KUCH VA TEZKOR KUCH TAYYORGARLIGINING USLUBIYATI	70
P.ADILSHAEV. BOKS JEKE GÚRES TÚRINEN BIRI SÍPATÍNDÁ	72
K.RAZAXOV. KURASH SPORTÍNDÁ SHÍNÍGIWLARDÍ SHÓLKEMLESTIRIWDIŃ TIYKARLARÍ	73
S.QODIROV. YOSH DZYUDochILARNING INDIVIDUAL XUSUSIYATLARINI XISOBGA OLGAN XOLDA SPORTNI TAKOMILLASTIRISH BOSQICHIDA TEZKOR-KUCH TAYYORGARLIGI	75
J.HAYDAROV. MALAKALI KURASHCHILARNI TAYYORLASHDA EGILUVCHANLIK SIFATINING O'RNI	77
R.MASHARIPOV. YAKKAKURASH SPORT TURLARIDA MASHG'ULOT YUKLAMALARINI REJALASHTIRISH	81
N.EGAMBERDIYEVA. YOSH BASKETBOLCHI QIZLARDA TEZKOR HARAKAT DAVOMIDA UZATILGAN TO'PNI SAVATGA TASHLASH ANIQLIGINI SHAKLLANTIRISH IMKONIYATLARI	84
K.TAJIBAEVA. ZAMONAVIY SHAROITDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASINI RIVOJLANTIRISH: XALQARO TAJRIBA VA TENDENSIYALAR	87
I.N.TUXVATULLINA. YUQORI MALAKALI VELOSIPEDCHILARNI PROFILLI TAYYORLASH JIHATLARI	90
G.UTEPPERGENOVA. XOTIN-QIZLARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORTGA JALB QILISH	93
G.BAYLEPESOV. ESKEK ESIW BIRGELIKTEGI HÁREKET ETIW XARAKTERINDEGI KLASSIFIKACIYAĜA KIRIWSHI SPORT TÚRI SÍPATÍNDÁ	96
B.B.KARIMOV. SPORT ZAHIRALARINI TAYYORLASH TIZIMINI BOSHQARUVINI TASHKILLASHTIRISH	98
A.YAKUPBAEV, D.ABDULLAEVA. ERKIN HÁM GREK-RIM GÚRESINDE SPORT SELEKCIYASIN ÓTKERIW MÁSELELERI	102
M.KUTLIMURATOV, A.ALEKSANDROV. BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDA SHUG'ULLANUVCHI YOSH FUTBOLCHILARNING UMUMIY JISMONIY TAYYORGARLIGI	104
A.AVAZMETOV, N.ATABOYEVA. SPORTDA PROGNOZLASHTIRISHNING METODOLOGIK VA NAZARIY JIHATLARI	107
J.HAYDAROV. KURASHCHILARNING KURASH USULLARI VA TAKTIK HARAKATLARINI O'ZLASHTIRISH DARAJALARI	110
И.АБДУЛЛАЕВ, А.БАРЛЫҚБАЕВ, Х.ҚУДЫЯРОВ. ФУТБОЛДЫҢ ЖӘМИЙЕТТЕ ТУТҚАН ОРНЫ	115
K.RAZAXOV, D.ORALBAEVA. KURASH – MILLIY QÁDIRIYATIMIZ SIPATINDA	117
P.ADILSHAEV, SH.DAWLETBAEV. HAYAL-QIZLAR BOKSINIŃ TARIYXI HÁM ÓZINE TÁN ÓZGESHELIKLERI	119
У.ЖАРЫЛКАПОВ, Р.ЕРНАЗАРОВ, А.НАЗАРБАЕВ. ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ СРЕДИ МОЛОДЁЖИ ПО ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ ГОДОВОМ ЦИКЛЕВ КАРАКАЛПАКСТАНЕ	121

О.НИЯЗОВА, С.АМАНИЯЗОВ. ЗАМАНАҒӨЙ БАСКЕТБОЛДЫҢ ӘХМИЙЕТЛИ МӘСЕЛЕЛЕРИ	124
M.RAMAZANOV, R.SAPARBAEVA. BALALARDI AQILY RAWAJLANDIRIWDA MILLIY HÁREKETLI OYINLARDIŃ ÓZINE TÁN ÓZGESHELIKLERI	126
Б.КАЗАКОВ, Д.АЛЛАЯРОВ. ОЗНАКОМЛЕНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТАКТИКОЙ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛА	128
A.GÚLMURATOVA. ULIWMA BASQISH STUDENTLERINE GIMNASTIKA SHINIǒIWLARIN ÚYRETIW PROCESSINIŃ ÓZGESHELIGI	130
R.ILYASOV, A.ILYASOV. JÚZIWSHINIŃ SHIDAMLILIGI HÁM ONI JETILISTIRIW USILLARI	132
R.ERNAZAROV, U.JARILKAPOV, A.AWEZNIYAZOV. GREK-RIM GÚRESI MENEN SHUǒILLANIWDA TEZLIK HÁM ONI RAWAJLANDIRIW USILLARI	134
R.SHANIYAZOV, I.SHANIYAZOV. DZYUDOUCHILARNI TAYYORLASHNING KO'P YILLIK BOSQICHLARINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARINI O'RGATISH	135
A.QOSNAZAROV, A.MADREYMOVA. DENE TÁRBIYASÍ TEORIYASINIŃ PÁNLER SISTEMASINDAǒI TUTQAN ORNÍ	137
N.URAZBAEV. YUQORI DARAJALI GANDBOLCHILARNING MASHG'ULOT JARAYONINI TASHKIL ETISH VA MASHG'ULOTLAR JARAYONINI OPTIMALLASHTIRISH	141
T.MAMBETJUMAEV. YOSH BASKETBOLCHILARNING MAXSUS KUCH TAYYORGARLIK USLUBIYATI	143
Z.CH.NORQULOV, F.F.QORABOYEV. MALAKALI OG'IR ATLETIKACHILAR MASHG'ULOTIDA JISMONIY TAYYORGARLIK VOSITALARINI REJALASHTIRISH	144
I.J.AUEZOV MEKTEPKE SHEKEMGI TÁRBIYA MÁKEMELERINDE DENE TÁRBIYASÍ SISTEMASÍ	147
S.SHUKUROVA, N.XASANOVA, N.RAXIMOVA. YOSH VOLEYBOLCHILARNING HARAKATLANISH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHDA MAXSUS MASHQLARDAN FOYDALANISH	151
S.ALLAYAROV. VOLEYBOLCHILARNING O'YIN DAVRIDA TAKTIK HARAKATLARDAN FOYDALANISHI	155
S.SHUKUROVA, L.SEYDALIEVA, N.RAXIMOVA. YOSH VOLEYBOLCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH MASHQLARI	160
M.A.KUTLIMURATOV. FUTBOL TO'GARAKLARIDA SHUG'ULLANUVCHI BOLALARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINING YILLIK KOMPLEKSLI DINAMIKASI	162
D.KARIMOV. SPORT AKROBATIKASIDA SPORTCHILARNI TAYYORLASHNING ASOSIY BOSQICHLARI	168
S.KO'PALOV, A.GILJOVA, L.SOBIROVA. UZUNLIKKA SAKROVCHI QIZLARNING MAHSUS SIFATLARINI RIVOJLANGANLIGI	172
Б.ҚАДИРБАЕВ. ДЗЮДО ГҮРЕСИНИŃ ПАЙДА БОЛЫҰЫ ҲӘМ РАҰАЖЛАНЫҰЫ ТАРИЙХЫНАН	175
К.ДАРМЕНБАЕВА. ҚАРАҚАЛПАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА САМБО ГҮРЕСИНИŃ РАҰАЖЛАНЫҰЫ	177
ДАСТАНҚУЛОВА. КӨРКЕМ ГИМНАСТИКА ЖАРЫСЛАРЫ ТАРИЙХЫНАН	179
С.КАДЫРОВ. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЗЮДОИСТОВ	181
Т.МАМБЕТЖУМАЕВ. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ	183
У.УТЕГЕНОВ. ПОТРЕБНОСТИ СТУДЕНТОВ К ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ЗАНЯТИЯМ	186

S.SYDALIEV, A.DJUMAXANOV. ESKEK ESIW SPORTÍNDÁ KOMANDA DÚZIWDIŃ TIYKARLARI	187
B.TILEWOV. QOL TOBI OYININDA QORGANIW OYIN TAKTIKASI	190
A.KARIMOV. GANDBOL DARVOZABONINING TEXNIK TAYYORGARLIGI	196
A.AVEZBAEV. BASKETBOL BOYINSHA JARISLARDI SHOLKEMLESTIRIW	198
O.NIYAZOVA, N.ISAYEV. SPORT SHINIGIWLARINIŃ MAQSETI, WAZIYPALARI, QURALLARI, USILLARI HÁM PRINCIPLERI	201
A.QOSNAZAROV, M.YO'LDASHEVA. MAKTABGACHA TA'LIMDAGI JISMONIY TARBIYANING ASOSIY TUSHUNCHALARI	203
О.Қ.ЖАҚСЫМУРАТОВ. БОЛАЛАР ВА ЎСМИРЛАР СПОРТ МАКТАБИ БОШЛАНҒИЧ ТАЙЁРЛОВ ГУРУҲИДАГИ БОЛАЛАРГА ҒОВЛАР ОША ЮГУРИШ АСОСЛАРИНИ ЎРГАТИШ	208
Н.А.КАЙПОВ, А.ОТАЛИЕВА. 10-12-ЖАСЛЫ ЖАС ФУТБОЛШЫЛАРҒА ОЙЫН ТЕХНИКАСЫН ҮЙРЕТИЎДИŃ ОЗИНЕ ТӘН ҚӘСИЙЕТЛЕРИ	210
Б.ТАБЫНБАЕВ, Т.НАУБЕТУЛЛАЕВ, И.АЛЛАЯРОВ. ТЕХНИК ҚОБИЛИЯТЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ	211
R.KADIRIMBETOV, J.TURSINBAEVA. SPORTSHA JÚZIW TEXNIKASINA DÁSLEPKI JÚZIWGE ÚYRETIWDIŃ TIYKARGI QURALLARI	213
N.J.JIENBAEVA. SPORT TRENIROVKASIN REJELESTIRIW MAZMUNI, ÁHMIYETI HÁM ONIŃ TÚRLERI (GREK-RIM GÚRESI MISALINDA)	215
N.G.BERDAHOVA, S.M.KENESBAEV. MILLIY KURASH TURNING TEXNIKASI VA TAKTIK USULLARINI O'RGATISH	217
N.MAKSETBAEV. ERKIN GÚRES BOYINSHA 16-17 JASTAGI SPORTSHILARDIŃ OQIW-SHINIǒIW JIYININIŃ JILLIQ CIKLIN SHOLKEMLESTIRIW HÁM JETILISTIRIW	219
G.QOZAQOVA. VOLEYBOLCHILARNING UMUMIY JISMONIY TAYYORGARLIK HOLATINI OSHIRISH METODIKASI	221
A.NURULLAYEV, A.NURULLAYEV. XALQ MILLIY O'YINLAR ORQALI O'QUVCHILARINING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH	224
F.MAMUTOVA. ÓSPIRIM JASTAGI FUTBOLSHILARDIŃ JILLIQ CIKLIN TURLI BASQISSLARINDA FIZIKALIQ ISKERLIK QÁBILETI	228
Г.САЙИДОВА. ҲАРАКАТЛИ ҮЙИНЛАРДАН ФОЙДАЛАНГАН ХОЛДА ЁШ ВОЛЕЙБОЛЧИЛАРНИ ТАЙЁРЛАШ	229
R.D.ALLAMBERGENOVA. MEKTEPKE SHEKEMGI JASTAGI BALALARDIŃ DENE-TÁRBIYASI	231
A.AVEZBAEV, X.KENESBAEV. BASKETBOL OYINIŃIŃ QISQASHA RAWAJLANIW TARIYXI	234
P.JOLDASBAEVA. MEKTEPKE SHEKEMGI JASTAGI BALALARDIŃ FIZIKALIQ RAWAJLANIW BARISINDA GIMNASTIKANIŃ ÁHMIYETI	236
B.TILEWOV, A.MAMBETNAZAROV. GANDBOL OYININDA JARISLARDI SHOLKEMLESTIRIW HÁM ÓTKERIW	238
N.J.ALIMBETOV VOLEYBOLSHILARDIŃ TEZLIK SAPASIN RAWAJLANDIRIW USILLARI	242
A.A.TANIYBERDIEV. БОШЛАНҒИЧ ТАЪЛИМДА СОҒЛОМ АВЛОДНИ ШАКЛЛАНТИРИШ МАСАЛАЛАРИ	243
A.A.XOJAMETOV. ZAMONAVIY SHAROITDA AYOL MUTAXASSISLARNI TAYYORLASH VA XOTIN-QIZLAR SPORTINI RIVOJLANTIRISH TENDENSIYALARI	247
И.М.ҚУДИЯРОВ. ОММАВИЙ СПОРТДАН ПРОФЕССИОНАЛ СПОРТГА ЎЎЛ	250
X.BEKTURSINOVA. GIMNASTIKA SHINIGIWLARIN ÚYRETIW MAQSETI,	

WAZÍYPASÍ HÁM BASQÍSHLARÍ	254
---------------------------	-----

II SEKCIYA. DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍNDÁ JOQARÍ MAǒLÍWMATLÍ QÁNIGELERDI TAYARLAWDÍŃ INNOVACIYALÍQ BAǒDARLARÍ

А.Н.ШОПУЛАТОВ. СПОРТ ТАЪЛИМИДА УЗВИЙЛИК ВА УЗЛУКСИЗЛИК: ИННОВАЦИЯ ВА ИНТЕГРАЦИЯ	257
О.Л.ЭРДОНОВ. ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОНЛАЙН И ОФЛАЙН ОБРАЗОВАНИИ	260
С.В.НИКОЛАЕВ. КИБЕРСПОРТ КАК ОБЩЕСТВЕННО-ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ – ВОПРОСЫ ИНТЕГРАЦИИ И РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ	262
ТАЙИРБЕК УУЛУ ЭРЛАН. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРАВОВОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	265
Ю.Ю.ОРЕПЧУК, В.М.ДРОНОВА. ТЕХНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БАСКЕТБОЛИСТОВ В ВУЗАХ	268
О.В.ЖУКОВА. РАЗВИТИЕ ФИНАНСОВЫХ МЕХАНИЗМОВ ДОСТУПНОСТИ ЖИЛЬЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОРТСМЕНОВ, ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И РАБОТНИКОВ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» В РАМКАХ ПРОЕКТА «ЖИЛИЩНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ КООПЕРАТИВ С ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОДДЕРЖКОЙ»	271
С.Н.САТБАЕВ. ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЯ ПО ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ СЛАБОСЛЫШАЩЕМИ НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА (ГЛУХОНЕМЫХ) С ПРИМЕНЕНИЕМ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	273
Д.И.ХОМИЦЕВИЧ. ОПРЕДЕЛЕНИЕ РАЦИОНАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ НА ОСНОВЕ КОРРЕЛЯЦИОННОГО АНАЛИЗА	276
R.USAKHOV. THE CONTRIBUTION OF ENGLISH LANGUAGE TO THE DEVELOPMENT OF THE INTERNATIONAL SPORT TERMINOLOGY	280
Ш.А.ЖЕРЫЛКАГАНОВА. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ-ВОЛЬНИКОВ 11-12 ЛЕТ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ГРУППЕ	286
Р.С.ИРМАТОВ, И.Х.ҚУТЛИМУРАТОВ. ФУТБОЛ БЎЙИЧА БОШ ҲАКАМЛАРНИНГ ТЕЗКОР ЧИДАМКОРЛИГИНИ ОШИРИШ УСУЛИ САМАРАДОРЛИГИ	290
Д.АХМЕДОВА, Н.РАХИМОВА, С.ШУКУРОВА, Д.РАМАНОВА. СОВРЕМЕННАЯ СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА И ОТБОРА ОДАРЕННЫХ СПОРТСМЕНОВ	294
R.M.RASULOV. BOLALAR VA O'SMIRLAR SPORT MAKTABLARIDA SPORTCHILARNI TAYYORLASHDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNING ROLI	296
С.САПАРНИЯЗОВ. ТАЛАБАЛАРНИ СПОРТ МУСОБАҚАЛАРИГА ТАЙЁРЛАШ ТИЗИМИДА КОМПЕТЕНЦИЯВИЙ ЁНДАШУВЛАР	298
A.G.MIRZAKULOV. ICHKI ISHLAR VAZIRLIGI AKADEMIYASI KURSANTLARINING JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA ZAMONAVIY VOSITALAR VA AXBOROT TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH USHLUBLARI	300
M.V.BAYIMBETOVA. THE MODEL OF TEACHING ATHLETES TO COMMUNICATE IN ENGLISH	302
A.YAQUBOV. JISMONIY MADANIYATNI O'QITISH TEXNOLOGIYASINI	

ТАКОМИЛЛАСHTIRISH	305
Т.МАМБЕТЖУМАЕВ. ОБУЧЕНИЕ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ НА БАЗЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ	308
A.SH.G'ANIXO'JAEV. O'QUVCHI YOSHLARNI JISMONIY TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNING TUTGAN O'RNI	309
A.PIRIMBETOV, P.PRANATDINOV. ERKIN GURES SPORT TÚRINDE KÚSH SIPATIN ATLETİKALIQ BULAVA JÁRDEMINDE RAWAJLANDIRIW	311
E.ESHTEMIROVA. YOSH GIMNASTLARNING MAXSUS ISH QOBILIYATINI BAHOLANISHI	313
T.MAMBETJUMAEV, R.YUSUPOVA. BASKETBOL MENEN SHUǴILLANATUǴIN ÓSPIRIMLERDÍŇ OYIN AMPLUASINA QARAP, OLARDÍŇ HÁREKETLENIW SIPATLARINIŇ RAWAJLANIWI	316
E.RUSTAMOV. VOLEYBOLCHI HARAKAT STRATEGIYASI SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA TEZKOR-TAKTIK HARAKATLARNING AHAMIYATI	318
N.P.NIYAZIMBETOV. SPORTTA ELEKTRON PÁNINIŇ ÁHMIYETLI WAZIYPALARI	322
N.KHANTURAEV. THE EXERCISES FREESTYLE WRESTLERS MUST PERFORM TO IMPROVE THEIR TECHNICAL-TACTICAL PERFORMANCE	323
A.PRIMBETOV. NON-STANDARD APPROACH TO SELF-DEFENSE CLASSES WITH UNIVERSITY GIRLS	326
J.A.TURDIMURATOV, U.Q.KENJEBAEVA. TENNISCHI QIZLARNING JISMONIY VA MAXSUS TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH YO'LLARI	328
F.A.NURMATOV, A.SH.G'ANIXO'JAEV. JISMONIY TARBIYA DARSLARI SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA INNOVATSION METODLAR ORQALI YONDASHISHNING AHAMIYATI	331
R.SAPARBAEVA JAS ESKEK ESIWSHILERDÍŇ MEZOCIKL TAYARLIǴI BASQISHINDA ULIWMA FIZIKALIQ TAYARLIQ HÁM ARNAWLI FIZIKALIQ TAYARLIQ QURALLARIN OPTIMALLASTIRIW	333
У.ДУСАНОВ. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	335
Ш.ЭРМАТОВ. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАДЕЖНЫХ И ИНФОРМАТИВНЫХ ТЕСТОВ ПРИ ОТБОРЕ ОДАРЁННЫХ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ	337
Б.ЮХАНАНОВ. ФОРМИРОВАНИЕ СУДЕЙСКИХ НАВЫКОВ У ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ НА ОСНОВЕ ИМИТАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ	338
Б.ПИРНИЯЗОВ. МУСОБАҚА ШАРОИТИДА ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ҲУЖУМДАГИ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИ САМАРАДОРЛИГИНИ БАҲОЛАШ	341
Д.С.ҚАМБАРОВ. ТАЛАБАЛАР ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАСТУРИНИНГ СОҒЛОМЛАШТИРИШ САМАРАДОРЛИГИНИ ОШИРИШДА ЗАМОНАВИЙ УСЛУБИЙ ЁНДАШУВЛАР	344

III SEKCIYA. DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍ BOYÍNSHA QÁNIGELER TAYARLAWDÍŇ JÁMIYETLIK-PEDAGOGIKALÍQ HÁM PSIXOLOGIYALÍQ TIYKARLARÍ

Ф.Р.ЮЗЛИКАЕВ. ДИДАКТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИИ МОНИТОРИНГА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	348
---	------------

Х.Б.ТУХТАХУЖАЕВ. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗНАЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ САМООРГАНИЗАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ	351
Н.ИСКАНДАРОВ. ЭТНОПЕДАГОГИКА ВА ШАХСНИНГ ЖИСМОНИЙ ЕТУКЛИГИ МАСАЛАЛАРИ	353
У.САИДНАЗАРОВ. СПОРТНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ САМАРАЛИ МЕХАНИЗМЛАРИНИ ФАЛСАФИЙ ТАҲЛИЛИ	356
М.З.АЙТЫМБЕТОВ, М.Т.СУЛТАМУРАТОВА, Б.О.АМАНГЕЛДИЕВ. ЁШ МУТАХАССИСЛАРНИНГ ПЕДАГОГИК ФАОЛИЯТИДАГИ МУАММОЛАРИНИ ҲАЛ ЭТИШ ВАЗИФАЛАРИ	359
Т.АРЗЫМБЕТОВ. СПОРТ ВА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ ИЖТИМОЙ МОҲИЯТИ	360
Н.ИСКАНДАРОВ. МАРКАЗИЙ ОСИЁ ХАЛҚЛАРИНИНГ ЭТНОПЕДАГОГИК МЕРОСИ	362
А.САДУЛЛАЕВ. ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ МУТАХАССИСЛАРИНИНГ ПЕДАГОГИК МАҲОРАТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ САМАРАДОРЛИГИ	366
А.НУРМАТОВ. БЎЛАЖАК ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ФАНИ ЎҚИТУВЧИЛАРИДА КАСБИЙ МАҲОРАТНИ ШАКЛЛАНТИРИШ	372
М.З.АЙТЫМБЕТОВ, Р.К.САПАРБАЕВА, Г.Ө.ӨТЕЎЛИЕВА. БЎЛАЖАК МУТАХАССИСЛАРДА БОШҚАРУВ МАДАНИЯТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ АСОСЛАРИ	374
Қ.КЕҢЕСБАЕВ. СПОРТ ЖУРНАЛИСТЛЕРИН ТАЯРЛАЎ ПРОЦЕСИНДЕ ОҚИТУВЧИ МАЗМУНЫНИҲ АЙЫРЫМ МӘСЕЛЭЛЕРИ	376
U.JALILOV. JISMONIY MADANIYATNING TASHKIL ETISHDA ILG'OR PEDAGOGIK TECHNOLOGIYALARNING AHAMIYATI	378
Т.АРЗЫМБЕТОВ. СПОРТ СОҲАСИДА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ КЎРСАТИШ ИЛМИЙ МУАММО СИФАТИДА	381
V.SOBIROV, A.IZEKKEEV. SHAXMAT TERMINOLOGIYASINING O'ZIGA XOSLIKLANI	384
Z.CH.NORQULOV, J.A.KAIPOV, F.F.QORABOYEV. OG'IR ATLETIKA BO'YICHA KATTALAR O'RTASIDA O'ZBEKISTON CHAMPIONATIDA O'ZBEKISTON MILLIY TERMA JAMOASI HAMDA TERMA JAMO A TARKIBIDAGI TALABA SPORTCHILAR ISHTIROKINING PEDAGOGIK TAHLILI	386
M.TÓLEGENOV. BAL A SHAXSINIŇ QÁLIPLESIWINDE ULÍWMA BILIM BERIW MEKTEPLERINIŇ ÁHMIYETI	390
Б.Қ.ЕРИМБЕТОВ. МИЛЛИЙЛИК СЕЗИМЛЕРИН ҚӘЛИПЛЕСТИРИЎДЕ КУРАШ СПОРТИНИҲ ТУТҚАН ОРНЫ	392
A.UTEPOV. SPORT TEORIYASÍ HÁM METODIKASÍNDA JÚKLEMELERDI JOBALASTÍRÍW MASHQALASÍ	394
A.T.ASHURMATOV. JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARINI KASBIY KOMPETENTLIGINI NAZARIY-METODIK ASOSLARI	397
З.ДЕХКАМБАЕВА. ЁШ СПОРТЧИЛАРНИ БАТАПАРВАРЛИК РУҲИДА ТАРБИЯЛАШДА ТАЪСИР ЭТИШ УСУЛЛАРИ	399
M.RAMAZANOV, A.AVEZMURATOV. SPORTCHINING PSIXOLOGIK VA IRODAVIY TAYYORGARLIGINING O'ZIGA XOS JIHATLARI	403
T.JUMABAEV. FUTBOL KOMANDALARÍNDA MÚNASIBETLERDIŇ AYÍRÍM ÓZGESHELIKLARI	405
A.SABUROV. DENE TÁRBIYASÍ HÁM SPORT TARAWÍNDAǒÍ USTAZ-TRENERDIŇ WAZÍYPALARÍ	407
Д.ТУРАЕВА. ЎҚИТУВЧИ ФАОЛИЯТИ УСЛУБИНИ ТАДҚИҚ ҚИЛИШНИНГ МЕТОДОЛОГИК ЖИҲАТЛАРИ	409

A.SIDANOVA. BADIY GIMNASTIKANI O'RGATISH JARAYONIDA YOSHNING ANAMIYATI VA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIK	412
SH.M.RUZIYEV. VOLEYBOLCHILARDA MAXSUS JISMONIY SIFATLARNI TARBIYALASH	414
И.АБДУЛЛАЕВ, Х.ҚУДЫЯРОВ. ИСЛАМ ДИНИНДЕ ДЕНЕ ТӘРБИЯСЫ ҲӘМ СПОРТ МӘСЕЛЕЛЕРИНИҢ ТАЛҚЫЛАНЫҰЫ	417
Ж.А.ТУРДИМУРАТОВ. ОЛИЙ ЎҚУВ ЮРТЛАРИДА ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТНИНГ ЗАМОНАВИЙ ИНСОННИНГ СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ АСОСИ СИФАТИДА ТУТГАН ЎРНИ	419
И.К.ПИРНИЯЗОВ, Б.МАМБЕТНИЯЗОВА. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА В СЕМЬЕ	421
J.ASAMATDINOVA. ÓZBEKSTAN RAWAJLANIWÍNÍN JAŇA BASQÍSHÍNDA INSAN QÁDIRI MÁSELELERI	425
Н.В.ПИРНИЯЗОВА, Г.ДАУЛЕТМУРАТОВА. ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В СФЕРЕ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЕЖИ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ	426
Б.ҚАДИРБАЕВ, Б.АЙТМУРАТОВА. СПОРТШЫ ҚӘНИГЕЛЕРДИ ТАЯРЛАҰДА ОРНЫ ГИРЕҰЛИ УСТАЗ	429
Т.У.КУЛНИЯЗОВ. СИСТЕМА И ФУНКЦИИ ТЬЮТОРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	432
Б.Т.СЕЙТАНОВ. МЕКТЕП ОҚЫҰШЫЛАРЫН ӘДЕБИЙ МУЗЫКА ҲӘМ СПОРТҚА БАҒДАРЛАҰ ДЭСТҮРЛЕРИ	434
T.JUMABAEV, M.QURALBAEVA, U.UMIROVA. SPORTCHILARNING EMOTSIONAL HOLATLARINING XUSUSIYATLARI	436
A.SABUROV, J.TURSINBAEVA. ZAMANAGÓY SHARAYATTA DENE TÁRBIYASÍ OQÍTÍWSHÍSÍ HÁM TRENERDÍN PEDAGOGÍKALÍQ QÁBILETI	438
A.A.УТЕРОВ. ТАЕКВОНДОДА ЖОБАЛАСТИРИВ HÁM ВАҚЛАП ВАРИВ USHIN OQIW-TRENIROVKA JÚKLEMELERIN ЖОБАЛАСТИРИВ	440
К.Қ.УТЕНИЯЗОВ, Б.М.БЕКПОЛАТОВА, С.А.ДАСТЕНОВА, Д.МНАЖАТДИНОВА. ОЛИЙ ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ЛОЙИХАВИЙ-КОНТЕКСТЛИ ЎҚИТИШ ШАРОИТЛАРИДА БЎЛАЖАК ЎҚИТУВЧИЛАРНИНГ КАСБИЙ КОМПЕТЕНЦИЯЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ	442
Б.АЛЛАМБЕРГЕНОВА. РАЗВИТИЕ ФУНКЦИИ И ФОРМЫ РЕЧЕВОГО ОБУЧЕНИЯ	443
Н.А.КАЙПОВ, А.ОТАЛИЕВА. ҲЭРЕКЕТЛИ ОЙЫНЛАРДАН ПАЙДАЛАНЫҰ АРҚАЛИ ДЕНЕ САПАЛАРЫН ТӘРБИЯЛАҰ ЖОЛЛАРЫ	445
Т.ДЖУМАНИЯЗОВА, А.СЕЙТМУРАТОВА, А.СИДАНОВА. ЁШ ТРЕНЕР-ЎҚИТУВЧИЛАРНИНГ ЯНГИ ЖАМОАГА МОСЛАШУВИНИНГ ПСИХОЛОГИК ЖИҲАТЛАРИ	447
N.A.PALWANIYAZOVA. МЕКТЕП JASINDAǒI OQIWSHILARǒA SPORT OYINLARI SHINIǒIWLARÍN JAS ÓZGESHELIKLERINE QARAP ALIP BARIW	449
Н.В.ПИРНИЯЗОВА, А.ОРЫНБАЕВА. УПРАЖНЕНИЯ ПО РАЗВИТИЮ ВНИМАНИЯ И ПАМЯТИ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ	451
N.P.ABDIMURATOVA. MUǒÁLLIMNÍN PEDAGOGIKALIQ KOMPETENTLIGI	454
А.ЕЛМУРАТОВА. КИЧИК БИЗНЕС ИЖТИМОЙ-ИҚТИСОДИЙ ЖАРАЁН СИФАТИДА	456
S.SHUKUROVA, Y.MIRZAEVA. MALAKALI BOKSCHI QIZLARNING CHIDAMLILIK QOBILIYATINI RIVOJLANTIRISH USULLARI	460
I.EREJEPOV. 10-12 JASTAǒI BASKETBOLSHÍLARDÍN INDIVIDUAL PSIXOLOGIYALÍQ ÓZGESHELIKLERI	464
Т.ДЖУМАНИЯЗОВА, З.МАТЖАНОВА. СПОРТ МАШҒУЛОТЛАРИНИ	

ЎРГАТИШНИНГ ПЕДАГОГИК МЕХАНИЗМЛАРИ	465
R.ATAJANOV, A.YO'LDASHEV. MAKTABGACHA TA'LIM TARBIYALANUVCHILARINING HARAKATLI O'YINLARNING TARBIYAVIY ANAMIYATI VA O'TKAZISH QOIDALARI	467
G.A.ALDZHANOVA, S.A.DASTENOVA, B.MAMBEHTNIYZOVA. ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ	470
H.B.PIRNIYZOVA, B.XOZHAGELDIYEVA. ПРОФИЛАКТИКА И СПОСОБЫ РАЗРЕШЕНИЯ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ И ОТНОШЕНИЙ «РОДИТЕЛИ - РЕБЁНОК»	473
G.BAYLEPESOV, Q.TAJIBAeva. ESKEK ESIW SPORTINDA 8+ STUDENTLER EKIPAJIN DUZIY METODIKASI	475
R.ATAJANOV. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA GANDBOL SPORT TURINI O'RGATISHDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISH	477
D.JANGABAEVA. STUDENT JASLARDA KREATIV OYLAWDI RAWAJLANDIRIWDI AYIRIM MASELELERI	479
C.GANIEV. TALABALARDA MUSTAQIL ISHLARINI (TMI) TASHKIL ETISHNING DOLZARB MASALALARI	481
S.SAPARNIYAZOV. GALABALIQ SPORT JARISLARINA IDEYA TANLAWDIN AHMIYATI	484
A.SHYLMANOV. BADMINTON SPORT TURINIŇ TECHIKASYN UYRETIY METODIKASY	485
N.P.NIYAZIMBETOV. IJTIMOY TORMAQLARNING YOSHLAR ONGIGA SALBIY TASIRI	488
Q.MAMBEHTQASYMOVA, D.OMIRBEKOVA. JEŇIL ATLETIKA BOYINSHA JAS SPORTSHYLARDA UZAQ MUDDETLE TAYRLAY STRUKTURASY	489
A.MUSAeva. YOSH VOLEYBOLCHILARDA CHIDAMLILIK SIFATLARINI TARBIYALASH	491
G.YERJANOVA. TARIX O'QITISH JARAYONIDA O'QUVCHILARDA MANTIQIY FIKRLASHNI SHAKLLANTIRISH	493
C.U.IBRAHIMOV. B'LAJAK SPORT MURABBIYLARINI PEDAOGIK FAOLIYATGA TAYERLASHNING KASBIY VA AMALIY AHDAMIYATI	496
V.DADENOVA. DENE TARBIIYASÍ SABAQLARIN TABAQALASTIRILGAN JANDASIW TIYKARINDA SHOLKEMLESTIRIWDI AYIRIM MASELELERI	499
J.ABATOV. TASVIRIY SAN'AT NAMUNALARINI TUShUNIShDA INTEGRACIION ENDAShUV	501
K.TURDIKH'JAEVA. ESh BASKETBOLCHILAR TECHIK TAYERGARLIGINING UMUMIY QOIDALARI	504
G.UTEWLIeva. VOLEYBOLDIN PAYDA BOLIW TARIYXINAN	506

IV SEKCIYA. JOQARI MAGLIWMATLI SPORTSHI QANIGELER TAYARLAWDIN MEDICINALIQ-BIOLOGIYALIQ MASHQALALARI

C.I.IYNOYTOV. ABU ALI IBN SINO VA BARKAMOL AVLUD TARBIIYASI	508
E.T.KUZNECOVA. FIZICHESKOE WOSPITANIE STUDENTOV SPETSIALNYX MEDITSINSKIX GRUPP	512
Sh.I.ALAMURATOV. SPORTCHINING FUNKCIIONAL XOLATINI BAQOLASH MUAMMOLARI	516
M.P.JUMANIYZOVA. JISMONIY MADANIYAT VA JISMONIY MASHQLARNI DIFFERENCIALLASH TIRISH	519
EPIFANOVA E.S. FUNCTIONAL INDICATORS OF WEIGHTLIFT GIRLS AT THE	

INITIAL STAGE OF IMPROVEMENT	523
Д.К.КАРИМОВ. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА	526
А.Р.КАЗАКОВ. ОРГАНИЗМНИ ЎСИШИ ВА РИВОЖЛАНИШИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ОМИЛЛАР	528
М.Х.ОМУРУЛЛАЕВА, М.Д.ПУЛАТОВА. JISMONIY O'TA ZO'RIQISHIDA YENGIL ATLETIKACHILARDA YURAK SIKLI O'ZGARISHI DINAMIKASI	531
М.РАМАЗАНОВ. JÚZIWDIŇ BIOMEKANIKALIQ HÁM FIZIOLOGIYALIQ ÓZGESHELIKLERI	533
О.Қ.ЖАҚСЫМУРАТОВ. СПОРТЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ТАБИЙ МУҲИТНИНГ РОЛИ	535
Д.К.КАРИМОВ. ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С НАСЕЛЕНИЕ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВАМ ЕЗДЫ НА ВЕЛОСИПЕДЕ	538
R.S.REYMBAEVA, N.M.ORAZBAEVA, A.S.PATULLAEVA. SHÍNÍGÍW ISLEWDIŇ FIZIOLOGIYALIQ TIYKARLARI	542
P.M.MASHARIPOV. MASHG'ULOTLARDA QO'LLANILADIGAN YUKLAMALAR DINAMIKASINI NAZORAT QILISH HUSUSIYATLARI	543
O.I.XASANOV. YUQORI MALAKALI SPORTCHILARNING RATSIONAL OVQATLANISHIGA QO'YILADIGAN ZAMONAVIY FIZIOLOGIK TALABLAR	546
N.M.ORAZBAEVA, M.P.KUTLIMURATOVA. INSON SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA JISMONIY MASHQLARNING AHAMIYATI	550
N.A.UTEMURATOV, D.KOSHANOV, B.M.TAYROV. QARAQALPAQSTAN RESPUBLIKASI MEKTEP OQIWSHILARINIŇ DENE SALMAǴINDAǴI ÓZGERISLERINIŇ ANALIZI	552
М.Б.РАМАЗАНОВ. К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ АДАПТАЦИОННЫХ МЕХАНИЗМОВ УЧАЩИХСЯ ЛИЦЕЕВ К РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ФИЗИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	554
М.Д.ПУЛАТОВА, С.В.КАМАРДИНОВА. O'SMIR YOSHDAGI VOLEYBOLCHILARNING MASHQLANISH JARAYONIDAGI FIZIOLOGIK KO'RSATKICHLARI	556
P.J. MAMUTOV. QORAQALPOG'ISTON RESPUBLIKASI MAKTABLARIDA KICHIK YOSHDAGI MAKTAB O'QUVCHILARINI SOG'LOMLASHTIRISHNI TASHKIL ETISH BO'YICHA USLUBIY KO'RSATMALAR	559
R.S.REYMBAEVA, A.S.PATULLAEVA, A.SHERIMBETOV. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI OVQATLANISHI	563
О.ТОШМУРОДОВ. РАЗВИТИЕ ПОДВИЖНОСТИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У ЮНЫХ БОРЦОВ ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ	564
R.S.KADIROV, T.Q.SEYTMURATOV. FIZIKALIQ SHÍNÍGÍWLAR TÁSIRINDE JÚREK ISKERLIGINIŇ JEDELLESIWINE BAYLANISLI ÓZGESHELIKLERI	566
A.K.UTEPBERGENOV. YOSH SPORTCHILAR ORGANIZMINING TURLI JISMONIY MASHQLARGA ADAPTATSIYALANISH QOBILIYATLARI	568
R.ERNAZAROVA, N.ALLANAZAROVA, U.XOLBOYEVA. OVQAT TARKIBIDAGI MUHIM ELEMENTLAR	572
R.S.KADIROV. SALAMAT TURMIS TARIZIN EN JAYDIRIWDA SPORT EKOLOGIYASIN ÚYRENIWDIŇ ÁHMIYETI	575
I.J.AUEZOV. FIZIKALIQ SHÍNÍGÍWLAR MENEN SISTEMALI TÜRDE SHUǴILLANIWGA BOLǴAN TALAPTI AKTIVLESTIRIW	578
R.S.REYMBAEVA, N.M.ORAZBAEVA, A.S.PATULLAEVA, G.OTARBAEVA.	

INSAN ORGANIZMINDE BULSHÍQ ET ISKERLIGINIŃ ENERGIYA MENEN TÁMIYINLENIWI	580
R.A.ERNAZAROVA, G.A.JAKSIMOVA. OVQATLANISH GIGIYENASI FANINING TEKSHIRISH OBYEKTлари	582
B.N.XIDIROV. GIMNASTIKACHILARNING EGILUVCHANLIK SIFATINI AKROBATIK MASHQLAR YORDAMIDA RIVOJLANTIRISH	584
G.ERNAZAROVA, R.ERNAZAROV, I.QUTLIMURATOV. OQILONA OVQATLANISH HAQIDA TUSHUNCHA	587
R.ERNAZAROVA, D.SAMANDAROVA, B.PARDAEV. SOMATOMETRIK KO'RSATKICHLARNI ANIQLASH	589
И.М.ЖАЛОЛОВ. ОЛИЙ ТАЪЛИМ МУАССАСЛАРИ ТАЛАБАЛАРИ ҲАРАКАТ ЕТИШМОВЧИЛИГИ МУАММОЛАРИ ВА УНИНГ РИВОЖЛАНИШ САБАБЛАРИНИНИНГ ТАҲЛИЛИ	592
G.ERNAZAROVA, A.MADREYMOVA. O'QUVCHILARNI JISMONIY RIVOJLANISHINI VANOLASH	594
Е.А.МАЗИНА. ПРОБЛЕМЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ	596