ISSN (o): 3030-3362



№ 5(27)
27.05.2025
IF 2024
11.7

RTADQIQ VA TATBIQ
Research and implementation

scientific-methodical journal

SCIENCES

Exact, Natural, Political, Social, Economic, Technical, Medical, Pedagogical

zenodo
Google scholar
OpenAIRE
ISSN INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INTERNATIONAL CENTRE
CERTIFICATE № 078777
ral-journal.uz
@ferteach_uz

Editor in Chief:
F.M.Mukhtarov
PhD, associate prof

Executive editor
S.I.Zokirov
PhD, associate prof

Languages:
Uzbek, Russian, English and Karakalpak

Registered in the Agency of Information and Mass Communications under the Administration of the President of the Republic of Uzbekistan on May 3, 2023 under number 078777.

IF-2024: 11.7

@ferteach_uz
+99893-343-13-14
https://rai-journal.uz

SCAN ME

Editorial Board:

B.R.Ismailov *– Dr. Tech. Sc., Prof., M.Avezov South Kaz. Univ., Shymkent, Kazakhstan*
I.Bjorn *- Ph.D., Imeritus, Technical University of Denmark, Copenhagen, Denmark*
A.Rasulov *– Dr. Phys.-Math. Sc., Prof., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
L.K.Mamadaliyeva *– Dr. Tech. Sc. (DSc), Prof., FerPI, Fergana, Uzbekistan*
M.E.Yunusaliyev *– Dr. Tech. Sc. (DSc), Prof., FerPI, Fergana, Uzbekistan*
X.B.Ismailov *– Can. Tech. Sc., Assoc. Prof., M.Avezov South Kaz. Univ., Shymkent, Kazakhstan*
J.T.Moldaliyev *– Can. Bio. Sc., Assoc. Prof.. OshSU, Osh, Kyrgyzstan*
O.S.Nazarmatov *– DSc in Econ., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
G.K.Obidova *- DSc in Ped., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
T.M.Abdullayev *- Ph.D. in Tech. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan.*
N.I.Ibrokhimov *- Ph.D. in Phys.-Math., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan.*
A.R.Nurmatov *- Ph.D. in History, NamSU, Fergana, Uzbekistan.*
T.Yu.Bakirov *- PhD in Ped. Sc., FarSU, Fergana, Uzbekistan*
D.F.Tukhtasinov *- Ph.D. in Ped. Sc., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan.*
S.B.Atajonova *- Ph.D in Ped. Sc., AndMI, Andijan Uzbekistan*
Sh.A.Umarov *- Ph.D. in Phys.-Math. Sc., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan.*
I.A.Rustamov *- Ph.D. in Phil. Sc., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan.*
B.Kh.Tolipov *- Ph.D. in Phil. Sc., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan.*
O.Kh.Otakulov *- Can. Tech. Sc., Assoc. Prof.. TUIT Fergana branch, Uzbekistan*
O.S.Raimjonova *- Ph.D in Tech. Sc., Assoc. Prof., TUIT Fergana branch, Uzbekistan*
R.A.Nurdinova *- Ph.D in Tech. Sc., Assoc. Prof., TUIT Fergana branch, Uzbekistan*
M.I.Ismoilov *- Ph.D in Tech. Sc., Assoc. Prof., TUIT Fergana branch, Uzbekistan*
I.T.Tojiboyev *- Can. Tech. Sc., Assoc. Prof., Fergana State University, Uzbekistan*
Sh.J.Kholmatov *- PhD., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan*
Z.N.Khatamova *- PhD. in Tech. Sc., TUIT Fergana branch, Fergana, Uzbekistan*
Q.Kh. Akhunov *- Can. Tech. Sc., Assoc. Prof., Fergana Polytechnic Institute, Uzbekistan*
M.Kh. Okhunov *- Can. Tech. Sc., Assoc. Prof., Fergana Polytechnic Institute, Uzbekistan*
A.Q. Khomidov *- Can. Tech. Sc., Assoc. Prof., Fergana Polytechnic Institute, Uzbekistan*
Sh.Sh. Akramov *- PhD, TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
A.A. Salimov *- PhD in Econ., Fergana Polytechnic Institute, Uzbekistan*
Z.G'. Ubaydullayev *– Can. Econ., TUIT Qarchi Branch, Qarchi, Uzbekistan*
S.S. Ibragimov *- Ph.D in Tech. Sc., AndMI, Andijan Uzbekistan*
Sh.J. Kholmatov *- Ph.D. in Phil., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
G.D. Kuchkarova *- Ph.D. in Phil., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
I.R.Teshabayeva *- Ph.D. in Tech. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
A.L.Meliquziyev *- Ph.D. in Phil. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
O.U.Kholmatova *- Ph.D. in Phil. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
N.N.Radjabov *- Ph.D. in Phil. Sc., Assoc. Prof., Oriental University, Tashkent, Uzbekistan*
Sh.A.Yuldashov *- Ph.D. in Tech. Sc., Fergana State University, Fergana, Uzbekistan*
A.A.Yuldashev *- Ph.D. in Tech. Sc., Fergana State University, Fergana, Uzbekistan*
M.Israilov *- Can. Tech. Sc., Armed Forces of the Republic of Uzbekistan Academy of Forces*
N.S.Abdullaeva *- PhD in Ped. Sc., NamDU, Namangan, Uzbekistan*
A.G.Turgunboyeva *- PhD in Ped. Sc., NamDPI, Namangan, Uzbekistan*
M.A.Abdullaeva *- Prof., NamDU, Namangan, Uzbekistan*
I.O.Ergashev *- PhD in Econ., Fiscal Institute, Tashkent, Uzbekistan*
N.T.Mamatxanova *- PhD in Ped. Sc., NamDPI, Namangan, Uzbekistan*
U.Yu.Akhundzhanov *- PhD in Tech. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
O.M.Ergashev *- PhD in Tech. Sc., TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*
N.R.Khallieva *- PhD in Econ., Bukhara MTI, Bukhara, Uzbekistan*
F.K.Achilova *– Can. Econ. Sc., TUIT Qarchi Branch, Qarchi, Uzbekistan*
A.K.Samyayev *- PhD in Geog., Sam. Reg. Ped. Skills Center, Samarkand, Uzbekistan*
J.S.Abdullayev *- Can. Phys.-Math. Sc., Assoc. Prof.. TUIT Fergana branch, Uzbekistan*
N.D.Botirova *–PhD in Ped, TUIT Fergana Branch, Fergana, Uzbekistan*

Bosh muharrir:

Tahrir hay'ati:

F.M.Mukhtarov
PhD, dotsent

Ijrochi muharrir:
S.I.Zokirov
PhD, dotsent

Nashr tillari:
O‘zbek, Rus, Inzliz va Qoraqalpoq

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2023-yil 3-mayda 078777 raqami bilan ro‘yxatga olingan.

IF-2024: 11.7

@ferteach_uz
+99893-343-13-14
https://rai-journal.uz

B.R.Ismailov *– t.f.d., prof. M.Avezov Jan. Qoz. Univ-ti., Chimkent, Qozog‘iston*
I.Byorno - *Ph.D., Imeritus, Daniya Texnika Universiteti, Kopengagen, Daniya*
A.Rasulov *– f.-m..f.d., prof.TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
L.K.Mamadaliyeva – *t.f.d. (DSc), prof. FarPI, Farg‘ona, O‘zbekiston*
M.E.Yunusaliyev – *t.f.d. (DSc), prof. FarPI, Farg‘ona, O‘zbekiston*
X.B.Ismailov- *t.f.n., dot., M.Avezov Jan. Qoz. Univ-ti., Chimkent, Qozog‘iston*
J.T.Moldaliyev *- bio. f. n., dotsent. OshDU, Osh, Qirg‘iziston*
O.S.Nazarmatov *- iqt.f.d. DSc, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
G.K.Obidova *- ped.f.d. DSc, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
T.M.Abdullayev *– t.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
N.I.Ibrokhimov *– f.-m.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
A.R.Nurmatov *– tarix f.b. Ph.D., NamDU, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
T.Yu.Bakirov *- ped. f.b. PhD, FarDU, Farg‘ona, O‘zbekiston*
D.F.To‘xtasinov *- ped.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
S.B.Atajonova *- ped.f.b. Ph.D, AndMI, Andijon O‘zbekiston*
Sh.A.Umarov *- f.-m.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
I.A.Rustamov *- fal.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
B.X.Tolipov *- f.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
O.X.Otaqulov *– t.f.n., dotsent. TATU Farg‘ona filiali, O‘zbekiston*
O.S.Raimjonova *– t.f.b. Ph.D, dotsent, TATU Farg‘ona filiali, O‘zbekiston*
R.A.Nurdinova *– t.f.b. Ph.D, dotsent, TATU Farg‘ona filiali, O‘zbekiston*
M.I.Ismoilov – *t.f.b. Ph.D, dotsent, TATU Farg‘ona filiali, O‘zbekiston*
I.T.Tojiboyev *– t.f.n., dotsent, Farg‘ona davlat universiteti, O‘zbekiston*
Sh.J.Kholmatov *- i.i.f.b. PhD., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
Z.N.Khatamova *- t.f.b. PhD., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
Q.X. Axunov *- t.f.n., dotsent, Farg‘ona politexnika instituti, O‘zbekiston*
M.X. Oxunov *- t.f.n., dotsent, Farg‘ona politexnika instituti, O‘zbekiston*
A.Q.Xomidov *- t.f.n., dotsent, Farg‘ona politexnika instituti, O‘zbekiston*
Sh.Sh.Akramov *– q.x.f.b. PhD, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
A.A.Salimov *- iqt.f.b. PhD, Farg‘ona politexnika instituti, O‘zbekiston*
Z.G‘.Ubaydullayev *- iqt.f.n., TATU Qarchi filiali, Qarchi, O‘zbekiston*
S.S.Ibragimov *- t.f.b. Ph.D, AndMI, Andijon O‘zbekiston*
Sh.J.Xolmatov*- fal.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
G.D.Kuchkarova*- fal.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
I.R.Teshabayeva *- t.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
A.L.Meliquziyev*- fil.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
O.U.Xolmatova*- fil.f.b. Ph.D., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
N.N.Radjabov*- fil.f.b. Ph.D., dotsent, Oriental University, Toshkent, O‘zbekiston*
Sh.A.Yuldashov *- t.f.b. Ph.D., Farg‘ona davlat universiteti, Farg‘ona, O‘zbekiston*
A.A.Yuldashev *- t.f.b. Ph.D., Farg‘ona davlat universiteti, Farg‘ona, O‘zbekiston*
M.Israilov *- t.f.n., O‘zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlar Akademiyasi*
N.S.Abdullayeva *- p.f.b. PhD, NamDU, Namangan, O‘zbekiston*
A.G.Turg‘unboyeva *- p.f.b. PhD, NamDPI, Namangan, O‘zbekiston*
M.A.Abdullayeva *- professor, NamDU, Namangan, O‘zbekiston*
I.O.Ergashev *– iqt.f.b. PhD, Fiskal instituri, Toshkent, O‘zbekiston*
N.T.Mamatxanova *- p.f.b. PhD, NamDPI, Namangan, O‘zbekiston*
U.Yu.Axundjanov *- t.f.b. PhD, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
O.M.Ergashev *- t.f.b. PhD, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*
N.R.Xallieva *- iqt.f.b. PhD, Buxoro MTI, Buxoro, O‘zbekiston*
F.K.Achilova *- iqt.f.n., TATU Qarchi filiali, Qarchi, O‘zbekiston*
A.K.Samyayev *- g.f.b. PhD, Sam. vil. ped. mah. mar, Samarqand, O‘zbekiston*
J.S.Abdullayev *- f.-m.f.n., TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston.*
N.D.Botirova *– ped.f.b. PhD, TATU Farg‘ona filiali, Farg‘ona, O‘zbekiston*

Tor ixtisoslashgan yosh akrobatlarning harakat amallarini akrobatikaning juftlik-guruhli turlaridagi tasnifi

Xankeldiyev Sher Xakimovich[1], Kimsanboyev Islombek Qudratjon o‘g‘li[1], Abdusattorov Raxmiddin Rasuljon o‘g‘li[1], Valiyev Jasurbek Saydullo o‘g‘li[2]

[1]***Farg‘ona davlat universiteti, o‘qituvchilar.***
[2]***Farg‘ona davlat universiteti, magistranti***

Copyright: © 2025 by the author.
Licensee: This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https:// creativecommons.org/licenses/by/ 4.0/).

Annotatsiya. Mazkur maqolada sport akrobatikasining juft-guruhli turlaridagi “tor ixtisoslashuv” tushunchasi va uning zamonaviy rivojlanish jarayonidagi o‘rni atroflicha tahlil etiladi. Akrobatik sport turlarida so‘nggi yillarda yuz bergan texnologik va metodologik o‘zgarishlar natijasida sportchilarning ichki tuzilmalari va harakat amallariga yondashuv tubdan yangilandi. Maqolada asosiy e’tibor akrobatlarning “pastki” va “yuqori” guruhlaridagi joylashuvi, texnik funksiyalari, musobaqa mashqlarining tarkibi va ularni bajarish sharoitlariga qaratilgan. Shuningdek, yosh akrobatlarning jismoniy rivojlanish ko‘rsatkichlari, mushak massasi va antropometrik parametrlari asosida ularning sportdagi roli va samaradorlik darajasini aniqlashga doir natijalar keltirilgan. Global rivojlanish, ichki va tashqi resurslardan samarali foydalanish, boshqaruvning texnologik yondashuvi orqali foyda va sifat ko‘rsatkichlarini oshirish usullari ko‘rib chiqilgan.

Tayanch so‘zlar: Boshqaruv, texnologiya jarayonlar, resurslar,foyda, ichki va tashqi, asosiy, yordamchi, rivojlangan, globallashuv

Классификация двигательных действий узкоспециализированных молодых акробатов в парно-групповых видах акробатики

Ханкельдиев Шер Хакимович[1], Кимсанбоев Исламбек Кудратжонович[1], Абдусаттаров Рахмиддин Расулджонович[1], Валиев Жасурбек Саидуллаевич[2]

[1]***Преподаватели Ферганского государственного университета***
[2]***Магистрант Ферганского государственного университета***

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности узкой специализации в парно-групповых видах спортивной акробатики, а также изменения, произошедшие в структуре и содержании подготовки спортсменов за последние годы. Проанализированы технические функции представителей «нижней» и «верхней» групп, характер выполняемых упражнений, особенности их выполнения в условиях соревнований. Кроме того, приведены результаты исследований физического развития юных акробатов, их антропометрических показателей и мышечной массы,

позволяющих определить соответствие между физиологическим статусом и спортивной результативностью. Отмечено значение эффективного управления внутренними и внешними ресурсами, использования передовых технологий и глобальных подходов в развитии спортивной акробатики.

Ключевые слова: Управление, технология, процессы, ресурсы, прибыль, внутренняя и внешняя, основная, вспомогательная, развитая, глобализация

Classification of Movement Techniques of Narrowly Specialized Young Acrobats in Pair and Group Types of Acrobatics

Khankeldiev Sher Khakimovich[1], Kimsanboev Islombek Qudratjon ugli[1], Abdusattorov Rakhmiddin Rasuljon ugli[1], Valiyev Jasurbek Saydullo ugli[2]

[1]***Lecturers, Fergana State University***
[2]***Master's student, Fergana State University***

Abstract: This article explores the concept of narrow specialization in pair-group types of sports acrobatics and the internal structural changes that have taken place in recent decades. Emphasis is placed on the roles and functions of "lower" and "upper" group representatives during competition routines, the characteristics of physical exercises, and their execution. The study also includes an analysis of the physical development and anthropometric indicators of young acrobats, such as body mass and muscle development, to determine their alignment with professional requirements. Furthermore, the article discusses the importance of effective management of internal and external resources, the integration of technological processes, and global strategies to enhance performance and development in sports acrobatics.

Keyword: Management, technology, processes, resources, profit, internal and external, basic, auxiliary, developed, globalization.

Kirish. Oxirgi 15-20 yilda sport akrobatikasi nafaqat sportchilarning sport mahoratini takomillashtirishda, balki uning turlarini ichki tuzilishida ham katta o‘zagrishlarga uchragan. Akrobatik yo‘lakchada va batutda sakrash mustaqil tur bo‘lib ajralib chiqdi. Bugungi kunda, juft-guruhli turdagi akrobatika, o‘z tuzilishida juftliklar va guruhlarning beshta turiga ega.

Amalga oshirilgan o‘zgarishlar akrobatlarning ko‘p yillik tayyorgarligi jarayoniga ayrim nazariy va uslubiy korreksiyalarni kiritishni majbur qilmoqda. Oxirgi o‘n yillardagi akrobatika bo‘yicha dasturlarni tahlil qilish, ularda juftliklar va guruhlar tarkibiga kiradigan sportchilarni ixtisoslashuvi hisobga olinmaganini ko‘rsatdi. Shu tufayli sport akrobatikasini tasniflarini takomillashtirish va uning mazmunini "tor

ixtisoslashuvlar” deb shartli nomlangan ancha kichik tuzilishi hosilalar bilan to‘ldirish vazifasi qo‘yilgan.

Sport akrobatikasidagi “tor ixtisoslashuvlar” deganda, biz sportchi tomonidan juftlikda yoki guruhda egallagan o‘rni, uning musobaqada bajaradigan harakat amallari, xususiyatlari va ular tomonidan amalga oshiriladigan sharoitlarni tushunamiz. Bizning tadqiqotlarimiz materiallarini qulay bayon qilish uchun biz tomondan oxirgi yillarda sodir bo‘lgan o‘zgarishlarni hisobga olgan holda, sport akrobatikasini juftli-guruhli turlarini takomillashtirilgan tasnifini tasavvur qilish maqsadga muvofiqdir.

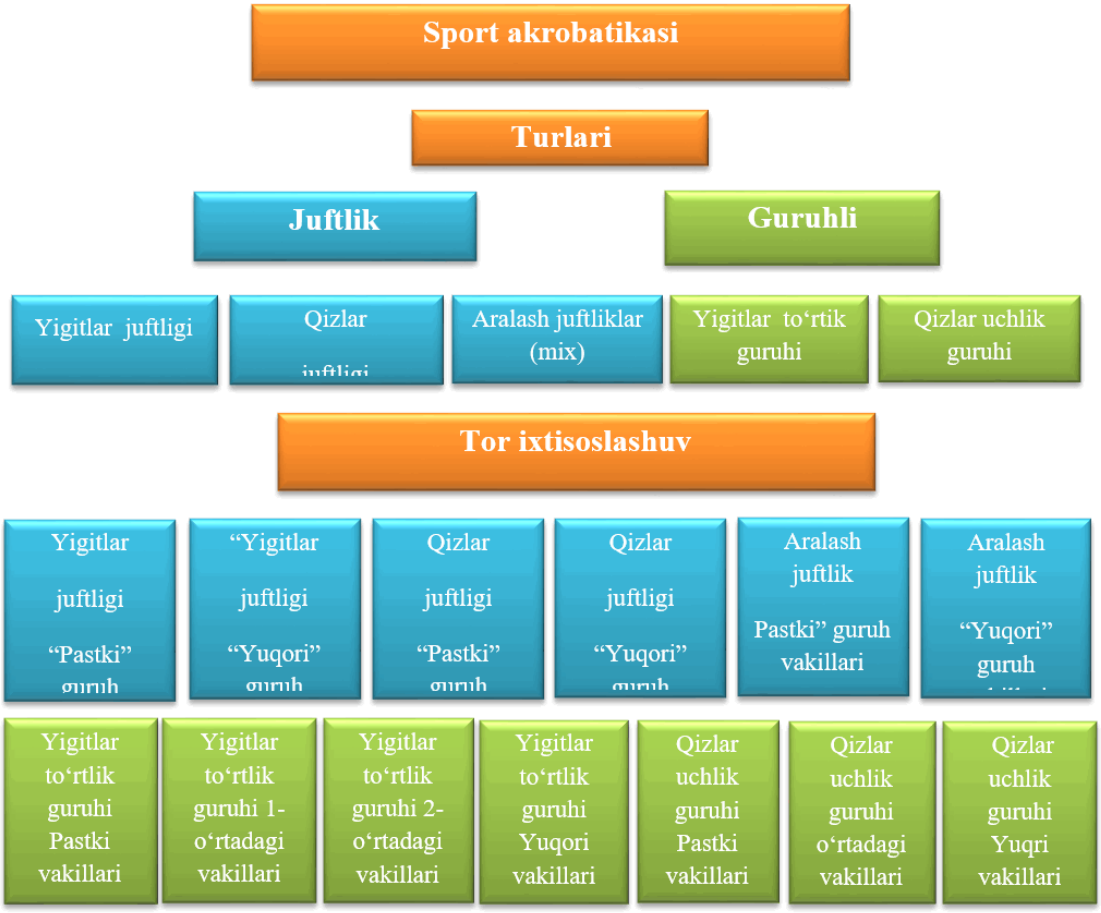
U yoki bu tor ixtisosliklar tomonidan akrobatlarning jismoniy rivojlanishiga, harakat tayyorgarligiga qo‘yiladigan talablarni aniqlash maqsadida, biz kichik razryadlaridan tortib, to sport ustasiga qadar meyoriy talablarini tahlil qildik

So‘nggi yillarda sport akrobatikasida “tor ixtisoslik” guruhlarida shug‘ullanuvchilarni egallagan joyni aniq ko‘rsatish belgilangan, sodir bo‘lgan o‘zgarishlarni hisobga olgan holda, juft-guruhli sport akrobatikasining takomillashtirilgan mualliflik tasnifini taqdim etish tavsiya etiladi (1-rasmga qarang).

Sport akrobatikasini juft-guruhli turlarini musobaqa dasturini tadqiq qilish, tanlangan amplua nuqtai nazaridan, bajariladigan mashqlarning xarakteri har xil ekanligini ko‘rsatdi. Birinchi mashq, akrobatik sakrashlar, xoreografik-raqs harakatlarini va birgalikda bajariladigan kuch balansli mashqlar guruhi (“piramidalar” – toifasi). Ikkinchi mashqning asosiy qismi – sheriklarning birini murakkab koordinatsiyali harakatlanishi bilan bog‘liq bo‘lgan dinamik xarakterdagi juftli-guruhli harakat amallari hisoblanadi.

Uchinchi mashq, o‘z ichiga birinchi va ikkinchi mashqlarning asosini tashkil qiladigan elementlarni oladi. Akrobatik juftliklar va guruhlarning musobaqa mashqlari tuzilishini o‘rganish quyidagilarni aniqlash imkonini berdi. Birgalikdagi usulda mashqlarni bajarish paytida sportchilar qat’iy ma’lum o‘rinni egallaydilar. Shu tufayli, akrobatni musobaqa mashqlarida birgalikdagi harakat amallarini bajarish paytidagi joylashishini asosiy o‘rni tamoyili belgisi bo‘yicha har xil tor ixtisoslashuv vakillari “pastki” va “yuqori” guruh vakillariga ajratilgan edi.

“Pastki” guruh vakillari o‘zlarining texnik harakatlarini amalga oshiradigan xususiyatlarini o‘rganish, ular uchun piramidalarni va dinamik xarakterdagi mashqlarni konstruksiya qilish paytida “birinchi qavat” shartlari tipik hisoblanishini ko‘rsatgan. Bunda, “pastki” guruhning asosiy tayanchi – zamonaviy maxsus gimnastika gilami hisoblanadi.



3.1-rasm. Sport akrobatikasidagi juftli-guruhli turlarini tasnifi

“Yuqori” guruhlar uchun ular tomonidan harakat amallarini sherik bilan yoki guruhda bajarilishi paytida alohida shartlar xarakterlidir. “Yuqori” guruhi harakat amallarini asosan “ikkinchi – to‘rtinchi qavatlarda” bajarishadi, bunda ular uchun asosiy tayanch “pastki” guruh vakillari hisoblanadi. Ikkinchi xususiyat – mashqni birgalikda yoki yakka holda bajarish usulini – kiritilishi bilan barcha musobaqa harakat amallari uchta katta guruhlarga ajratildi.

Ushbu tasnif ikkita ixtisoslikni – “Pastki” va “Yuqori” vakillarning texnik harakat amallarini tipik guruhlaridan iborat. “Pastki” guruh vakillari uchun mashqlarni birgalikda bajarish paytida yuqoriga uloqtirishlar, ushlab olishlar, o‘z muvozanatini va sheriklarini muvozanatlarini ushlab turish kabi texnik harakat amallari xarakterlidir. “Yuqori” guruh vakillarida harakat amallarining umuman boshqa tarkibi aniqlangan: sakrashlar, sakrab tushishlar, aylanishlar, uchishlar, tayanishlar muvozanatini ushlash aniqlangan. Tasnifiy dasturlarni tahlil qilish, harakat amallarining umumiy miqdoridan uchdan ikki qismini birgalikda juftlikda yoki guruhda bajariladigan mashqlar tashkil qiladi va ularning faqatgina uchdan bir qismi alohida bajariladi (3.2 rasmga qarang).

Akrobatik sakrashlar, xolatlar, shaxsiy muvozanatlar, xoreografik-raqs harakatlardan tashkil topgan mashqlar musobaqalar qoidalari bo‘yicha, u yoki bu ixtisoslikka mansusb bo‘lishiga qaramasdan barcha sportchilar tomonidan bajarilishi zarur. Shunday qilib, texnik harakatlarinng uchinchi guruhi “Pastki” va “Yuqori” guruh vakillarida teng miqdorda ifodalangan.

Yuqorida keltirilgan tasniflashlar sport akrobatikasining zamonaviy tuzilishini hamda har-xil tor ixtisoslashuvlar vakillarini harakat amallarini xususiyatlarini adekvat aks etadi.

Shuni aytish joizki, sport akrobatikasidagi tadqiqotlarni konkret amplua (tor ixtisoslashuv) pozsiyasidan turib o‘tkazish maqsadga muvofiqdir, chunki aynan tor ixtisoslashuv, o‘zining jismoniy rivojlanishini va harakat tayyorgarligini eng maqbul parametrlari bo‘yicha imkoniyatlarini yuqori sport natijalariga erishish uchun optimal amalga oshira oladigan maxsus talablarini konkret ijrochi oldiga qo‘yadi.

Jismoniy rivojlanish – tananing miqdoriy ko‘rsatkichlarni tavsiflovchi va uning fiziologik funksiyalarini takomillashtiruvchi biologik shaklini o‘zgarishi jarayonidir. Organizmning o‘sishi va rivojlanishi balog‘at yosh bosqichi tugaguniga qadar geteroxron (xar-xil) sodir bo‘ladi. O‘sish jarayonlari davrida tananing chiziqli kattaliklari, tarkibi, massasi ortadi, bu, organizmda funksional o‘zgarishlarga olib keladi.

Ma’lumki, o‘smirlar organizmining jismoniy rivojlanganligi va yetukligini eng muxim ko‘rsatkichlari – tana uzunligi va vazni hisoblanadi. Ularni ontogenez jarayonidagi o‘zgarishlari notekis sodir bo‘ladi, alohida fazalari orasidagi farq nafaqat miqdoriy, balki sifatli xarakterga ham ega.

V.P.Filinning fikriga ko‘ra, yoshlik davri bo‘y va funksional ko‘rsatkichlari bo‘yicha akrobatika kabi sportning murakkab koordinatsiyali turlari bilan shug‘ullanadigan bolalarda xilma xildir, tana uzunligining variatsiya koeffitsiyenti 5.5-6.5% atrofida o‘zgaradi. Tanasini rivojlanishi varianti tez bo‘lgan shaxslarda 15 yoshga kelib, uzunlikka qaragan barcha o‘sish jarayonlari pasayadi, jinsiy belgisiga mos ravishda voyaga yetgan organizm belgilari shakllana boshlaydi. Shuni aytish muximki, yosh davri o‘sish jarayonlarini ortishi bilan tavsiflanadi va keyinchalik sekinlashadi. Ko‘krak qafasini va oyoqlarni tez ortishini o‘sish xususiyati sifatida aytish joiz. Qaddi-qomatda erishilgan uyg‘unlik mushak tizimini va arterio-venoz qon aylanishini tez ortishi hisobiga buziladi.

O‘g‘il bolalarda balog‘at davri kuchlangan energetik jarayonlar bilan tavsiflanadi, bunday yosh davrida kislorodni nisbiy tinch sharoitlardagi iste’moli tananing bir kilogramm vazniga nisbatan 5-6 ml.ni tashkil qiladi. Oqibatda – nafas tizmi va qon aylanishi tizmi kuchaygan holatda ishlaydi. Yurak–tomir tizimida sezilarli o‘zgarishlar sodir bo‘ladi, masalan, yurakning xajmi 30-35 % ga ortadi. Puls (YQCH)

yosh kattalashgan sari notekis o‘zgaradi. Pulsning bradikardik (yurak sekin urishi) xarakteri yosh kattalashgan sari balog‘at bosqichda tezlashgan xarakterga ega, bu, organizmdagi neyroendokrin (neyro gumaral nerv va garmonlar bilan boshqarish)qayta qurish bilan bog‘liq.

O‘sayotgan organizmda jismoniy mashqlar biologik rivojlanishning orqasidan borishi va bu jarayonlardan oldin ketmasligi kerak. Sportning alohida turlari bilan shug‘ullanishning samaradorligi organizmning konstitutsion xususiyatlari va voyaga yetish jarayoni bilan bog‘liq.

Massa – integral ko‘rsatkich bo‘lib, organizmni komponent darajadagi rivojlanishini aks etadi. Bir qator tadqiqotchilarning Sh.I.Allamuratov fikriga ko‘ra, tana massasi 75%ga irsiy determinatsiyalangan, lekin ancha darajada ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik sharoitlar hamda harakat rejimi bilan belgilanadi. Bu, mazkur ko‘rsatkichni keng variatsiya qilinishiga olib keladi, tana uzunligi uchun variatsiya koeffitsiyenti 5-8%dan oshmaydi, tana uzunligi uchun – 20-30%ni tashkil qiladi.

Tana vaznining tarkibiy qismlari ichida sport natijalariga ta’sir qiladigan asosiysi – mushak massasi hisoblanadi, uning ifodalanishi irsiy nazorat ostida bo‘ladi, lekin ancha darajada harakat rejimi bilan belgilanadi.

Pedagogik nuqtai nazardan, mashg‘ulot jarayonini tuzish uchun mushak massasini maksimal va minimal o‘sish yillarini va uni tana azolari bo‘yicha taqsimlanishini bilish eng muxim. Mushak massasini jadal o‘sish yillari mashg‘ulot yuklamalarini ortishi bilan uyg‘un bo‘lishi, o‘sish sur’atlarini pasayishi esa – kuch mashqlarini dozalashtirilishini pasaytirilishi bilan uyg‘un bo‘lishi kerak.

Har xil malakaga ega bo‘lgan yosh akrobatlarning jismoniy rivojlanishi xususiyatlarini o‘rganish uchun eng qattiq genetik shartlilik belgilar – tana uzunligi, tana vazni, ko‘krak qafasi aylanasi, dinamometrik tavsiflar va bel kuchi qo‘llanildi. O‘rganilayotgan belgilarni tadqiq qilish, alohida ko‘rib chiqildi, bu, tadqiq qilinayotgan kontingentni jismoniy rivojlanishini alohida ko‘rsatkichlarini aniqlash imkonini berdi.

Akrobatik to‘rtlik vakillari bo‘lgan yosh sportchilar kontingentida o‘tkazilgan monitoring tadqiqotlar, bizda, yosh akrobatlarga, ularni antropometrik ko‘rsatkichlariga mos kelishi bo‘yicha mazkur akrobatik piramidani har bir qavati uchun qo‘yiladigan talablarning jismoniy statusini kasbiy talablarini aniqlashga yo‘naltirilgan amaliy qiziqishni uyg‘otdi. Antropometrik ko‘rsatkichlar – tana uzunligi, tana massasi, ko‘krak qafasi aylanasi, ikkala kaftning dinamomntrik tavsiflari va bel kuchi aniqlandi.

Tana uzunligi – o‘rganilayotgan yosh akrobatlarning jismoniy rivojlanishini baholashning asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Yosh akrobatlarni sportda takomillashuvini dastlabki bosqichidagi jismoniy rivojlanishi parametrlarini testlash

natijalariga ko‘ra, “pasti” guruh vakillarining tana uzunligi o‘rtacha – 141.8±1.22 sm, variatsiya koeffitsiyenti – V=5,11% ekanligi aniqlangan, bu, o‘rganilayotgan kontingentning o‘sish ko‘rsatkichlarini zichligi to‘g‘risida dalolat beradi. Yosh akrobatlarning “pastki” guruh vakillarining tana vazni ko‘rsatkichlari o‘rtacha 41,1±0,77 kg.ni, variatsiya koeffitsiyenti – V=11,1% bo‘lganligi aniqlangan.

“Pastki” guruh vakillari tanasining yirik kattaliklari, ularga statik mashqlarni bajarish paytida bitta sherikni yoki bir vaqtning o‘zida bir nechta sheriklarni vaznini katta jismoniy yuklamalarini yengib o‘tishi kerak. Dinamik xarakterdagi mashqlarda “pastki” guruh vakillari katta kuchga va vaznga ega bo‘lishgan, “yuqori” dagi sheriklarini tayanchidan ancha yuqori masofaga uloqtirishni amalga oshirishga qodirlar (3.1-jadvalga qarang).

Mazkur yosh davrida akrobatlarning ko‘krak qafasi aylanasi 67,2±0,83 sm.ni tashkil qilgan, V=7,32%.

Xulosa. Jismoniy tarbiya va sport sohasini boshqarish tizimi muommolari o‘rganilganlik darajasi raqamlarda xolislik, jismoniy tarbiya va sport sohasini boshqarishga oid me’yoriy-huquqiy hujjatlarni o‘z vaqtida etib kelmasligi, zamonaviy va tez o‘zgaruvchan dunyodagi innovatsion texologiyalar sharoitida rahbarga ulkan miqdordagi ma’lumotni ishlash, to‘g‘ri qaror qabul qilish hamda aholi salomatligini mustahkamlashga yo‘naltirilgan boshqaruv sohasidagi muommolar qiyinlashib borayotganligi ko‘rish mumkin.

Adabiyotlar

1. “Jismoniy tarbiya va sport menejmenti” darsligi. R.Nabiullin. Muvofiqlashtiruvchi Kengashdan o‘tganligi to‘g‘risidaga guvohnoma raqami №303-014 va sanasi 2016 yil 21 aprel. I va II TOM.
2. .Ekonomicheskie sotsialnыe aspektы razvitiya sportivnых uslug: Monografiya /Pod.red. N.A. Voskolovich –M.: TEIS, 2012.-144 s.
3. I.B.Gurkov Strategicheskiy menedjment organizatsii. Uchebnoe posobie. – M.: TEIS, 2009.- 250 s.
4. Shomurodov H.S. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sport faoliyatida tadbirkorlik. Monografiya.T.:”Tafakkur qanoti”, 2014.
5. Vesnin V.R. Menedjment v sxemax i opredeleniyax: Uchebnoe posobie. – M.: Prospekt, 2009. – 120 s.
6. Danilin V.I. Finansovыy menedjment: zadachi, testы, situatsii. Uchebnoe posobie. – M.: Prospekt, 2009. – 360 s.
7. Lapыgin YU.N. Strategicheskiy menedjment. Uchebnoe posobie. – M.: Eksmo, 2010. – 432 s.
8. Kruglova N. YU., Kruglov M. I. Strategicheskiy menedjment. Uchebnik. M.: RDL, 2009.- 317 s.
9. Ekonomika fizicheskoy kulturы i sporta. Uchebnoe posobie./Pod red. Kuzina V.V. –M.: SportAkademPress, 2001.

Jurnal haqida

“Tadqiq va tadbiq” ilmiy-uslubiy jurnali Fer-Teach MChJ tomonidan tashkil etilgan. Mazkur jurnal O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2023 yil 3 mayda №078777 raqam bilan ro‘yxatga olingan.

ISSN 3030-3362

Jurnalda texnologiya sohasidagi ixtisoslashtirilgan jurnal bo'lib, texnik fanlarning turli sohalari: fizika, matematika, axborot texnologiyalari bo'yicha tadqiqot va ishlanmalarning barcha asosiy yo'nalishlarini qamrab oladi. Jurnalda tilshunoslik, o‘qitish metodikasi va texnika fanlarining rivojlanish tarixiga oid ilmiy maqolalar ham chop etiladi.

Manzil: 15010, Farg‘ona viloyati, Farg‘ona shahri, ko‘ch. Solima, 23/4, kvartira. 26
E-mail: chief_editor@rai-journal.uz
Veb-sayt: https://rai-journal.uz/
Tillar: o‘zbek, rus, ingliz, qoraqalpoq

О журнале

Научно-методический журнал «Исследования и внедрение» учрежден ООО «Fer-Teach». Данный журнал зарегистрирован номером № 078777 Агентством информации и массовых коммуникаций при Администрации Президента Республики Узбекистан от 3 мая 2023 года.

ISSN 3030-3362

«Исследования и внедрение» является специализированным журналом в области технологий и охватывает все основные направления исследований и разработок в различных областях технических наук: физика, математика, информационные технологии. Журнал также публикует научные статьи по языкознанию, методике преподавания и истории развития технических наук.

Адрес:150100, Ферганская область, г. Фергана, ул. Солима, 23/4, кв. 26
E-mail: chief_editor@rai-journal.uz
Сайт: https://rai-journal.uz/
Языки: узбекский, русский, английский, каракалпакский

About the journal

The scientific and methodological journal "Research and Implementation" was founded by Fer-Teach LLC. This journal is registered under number 078777 by the Agency for Information and Mass Communications under the Administration of the President of the Republic of Uzbekistan dated May 3, 2023.

ISSN 3030-3362

"Research and Implementation" is a specialized journal in the field of technology and covers all the main areas of research and development in various fields of technical sciences: physics, mathematics, information technology. The journal also publishes scientific articles on linguistics, teaching methods and the history of the development of technical sciences.

Address: 150100, Fergana region, Fergana city, Solima street, 23/4, apt. 26
E-mail: chief_editor@rai-journal.uz
Website: https://rai-journal.uz/
Languages: Uzbek, Russian, English, Karakalpak

DIQQAT!

Jurnal materiallaridan foydalanganda manbani ko‘rsatish kerak.
Maqola mualliflari maqolalar mazmuni va ularning nashr etilishi fakti uchun javobgardirlar.
Har doim ham mualliflarning fikrlari tahririyat nuqtai nazarini ifodalamaydi va nashr etilgan ma’lumotlarning haqiqiyligi uchun javobgar emas.
Jurnal tahririyati mualliflar va/yoki uchinchi shaxslar va tashkilotlarga maqolaning e’lon qilinishi natijasida yetkazilishi mumkin bo‘lgan zarar uchun javobgar emas.

ВНИМАНИЕ!

При использовании материалов журнала необходимо указывать источник
Авторы статей несут ответственность за содержание статей и за сам факт их публикации.
Редакция не всегда разделяет мнения авторов и не несет ответственности за недостоверность публикуемых данных.
Редакция журнала не несет никакой ответственности перед авторами и/или третьими лицами и организациями за возможный ущерб, вызванный публикацией статьи.

ATTENTION!

When using journal materials, you must indicate the source.
The authors of the articles are responsible for the content of the articles and for the very fact of their publication.
The editors do not always share the opinions of the authors and are not responsible for the unreliability of the published data.
The editorial board of the journal does not bear any responsibility to the authors and / or third parties and organizations for possible damage caused by the publication of the article