

SPORTDA ILMIY TADQIQOTLAR

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2026/1



www.uzjtsiti.com

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLAR INSTITUTI



@jtsiti_rasmiy_uz



@jtsiti_rasmiy



@jtsiti



I.A.Tursunaliyev - Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlaridagi sportchilarni kompleks tayyorlashning ilmiy-metodologik asoslari.....	3
В.В.Шиян - Сравнительный анализ специфики соревновательной деятельности как фактор оптимизации предсоревновательной подготовки взрослых спортсменов в дзюдо и греко-римской борьбе.....	9
A.M.Maxmudov - Oliy toifa futbol jamoalari texnik-taktik harakatlari samaradorligini o'rganish natijalari.....	12
D.K.Karimov - Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichidagi yosh akrobatlarni koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish uslubi.....	15
O.E.Toshmurodov, U.S.Dusanov, T.O.Erkinov - Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida dzyudochilarning maxsus egiluvchanligini rivojlantirish samaradorligi.....	19
E.N.Sirliyev - Erkin kurash bilan shug'ullanuvchi yoshlarda harbiy vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari.....	25
D.Yu.Tashnazarov - Mamlakatimizda 15 yoshdagi yunon-rum kurashchilarining texnik tayyorgarligini takomillashtirish tahlili.....	29
A.U.Xamidjonov, E.B.Muhammadjonov - Malakli gimbolchilarni musobaqa oldi tayyorgarlik ko'rsatkichlarining tahlili.....	32
N.A. Khudayberdiyeva - Efficiency of organizing public sports events in educational institutions.....	37
N.A.Karimov - O'zbekiston chempionatlarida ishtirok etadigan qizlar o'rtasida 100 m g'ovlar osha yugurish musobaqasi natijalarining ilmiy tahlili.....	42
F.V.Ganiyeva - Basketbolchilarda sakrovchanlikning funksional komponentlarini rivojlantirish.....	46
Ш.Т.Исеев - Сравнительный анализ уровня физической подготовки футболистов узбекистана.....	48
M.A.Umbetova - 3x3 basketbolda otilgan to'plarni natijadorligi va uzoq masofadan qilingan hujumlarning ahamiyati.....	52
M.K.Jumaniyazov - 14-17 yoshli regbichilarni jismoniy tayyorlashda tizimli mashg'ulot jarayonlarini takomillashtirish.....	55
S.Choriyev - Talaba kurashchilar texnik-taktik harakatlarni o'rgatishda musobaqa oldi mashg'ulotlarini rejalashtirish.....	59
M.N.Norqobilov - Zaif ko'ruvchi o'smirlarning jismoniy rivojlanish holatini yoshga oid solishtirma baholash.....	66
A.A.Nuritdinov, M.U.Maxamadsaliev - Sport sog'lomlashtiruvchi guruhidagi taekvondochilarning jismoniy sifatlarini shakllantirish.....	69
B.B.Umurzakov - Zamonaviy kadrlarni jangovar va kasbiy tayyorligini takomillashtirishning tashkiliy-uslubiy asoslari: xorijiy tajriba va yechimlar.....	72
S.X.Mirjamalov - IIV malaka oshirish tinglovchilarining jismoniy va psixofiziologik tayyorgarligini kompleks rivojlantirishning integratsiyalashgan modeli.....	76
U.A.Eshmanova - Talaba-qizlarning jismoniy faolligini oshirish va harakat faolligini tarbiyalash metodikasi.....	79
M.M.Akmuradov - 10-12 yoshli dzyudochilarda dinamik muvozanatni rivojlantirishning metodologik asosini takomillashtirish.....	82
M.R. Raxmonova - Badiiy gimnastikachilarda vosita assimetriyasini hisobga olgan holda egiluvchanlikni rivojlantirish metodologiyasi.....	87
Sh.M.Usmonjonov - To'p uzatish aniqligini takomillashtirish orqali suv polochilar hujum samaradorligini oshirish.....	90
S.Sh.Valixanov - Umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarining mazmuni, shakli va uni tashkil etish bo'yicha yondashuvlar tahlili.....	94
U.G'.Rejapov - Zamonaviy voleybolda to'p uzatish aniqligi va unga burilma-aylanma harakat yuklamalarining salbiy ta'sir etishi.....	98
S.S.Abduqahhorov - 13-14 Yoshli akademiya futbolchilarining zarba kuchini aniqlash bo'yicha qayta olingan (adidas micoach smart ball) natijalari tahlili.....	105
Z.A.Xo'jamberdiyeva - Yuqori malakali tennischilarning musobaqa oldi tayyorgarligini shakllantirish yo'llari.....	111
X. Каримжонова - Художественная гимнастика в жизни детей.....	117



Muallif bilan bog'lanish uchun:
Tel: 90 323 54 54

TIQXMMI Milliy tadqiqot universiteti, Jismoniy tarbiya va sport kafedrası dotsenti

M.N. Norqobilov

Toshkent, O'zbekiston.

ZAIK KO'RUVCII O'SMIRLARNING JISMONIY RIVOJLANISH HOLATINI YOSHGA OID SOLISHTIRMA BAHOLASH

Аннотация

Эксперимент проводился для сравнительной оценки уровня физического развития учащихся 12-15 лет специальных школы-интерната №77 города Ташкента на основе антропометрических и функциональных показателей. Согласно полученным результатам, рост и развитие девочек и мальчиков с нарушением зрения подчиняются общим биологическим закономерностям. Однако в процессе физического развития наблюдалось проявление признаков, характерных для полового диморфизма в телосложении девочек и мальчиков.

Ключевые слова. адаптивная физическая культура, слабовидящие дети, физическое развитие, антропометрические показатели, морфофункциональное развитие, половой диморфизм, подростковый организм, координационные способности, специальная школа-интернат, динамика физического развития.

Annotation

Tajriba Toshkent shahar maxsus №77 maktab-internati 12-15 yoshli o'quvchilarining jismoniy rivojlanish darajasi antropometrik va funksional ko'rsatkichlari asosida solishtirma holda baholandi. Olingan natijalarga ko'ra zaif ko'ruvchi qiz va o'g'il bolalarning o'sish va rivojlanishi umum biologik qonuniyatlarga bo'ysunadi. Lekin jismoniy rivojlanish jarayonida qiz va o'g'il bolalar tanasi tuzilishida jinsiy dimorfizm uchun xos bo'lgan farqli belgilar namoyon etilishi kuzatildi.

Kalit so'zlar: Adaptiv jismoniy tarbiya, zaif ko'ruvchi bolalar, jismoniy rivojlanish, antropometrik ko'rsatkichlar, morfo-funksional rivojlanish, jinsiy dimorfizm, o'smirlar organizmi, koordinatsion qobiliyatlar, maxsus maktab-internat, jismoniy rivojlanish dinamikasi.

The experiment was conducted to compare the level of physical development of students aged 12-15 in specialized boarding schools No. 77 of the city of Tashkent based on anthropometric and functional indicators. According to the obtained results, the growth and development of visually impaired girls and boys are subject to general biological patterns. However, during physical development, various features characteristic of sexual dimorphism in the body structure of girls and boys were observed.

Keywords. Adaptive physical education, visually impaired children, physical development, anthropometric indicators, morphofunctional development, sexual dimorphism, adolescent organism, coordination abilities, specialized boarding school, dynamics of physical development.

Dolzarbligi: O'zbekiston Respublikasida adaptiv jismoniy tarbiya va sport sohasidagi davlat siyosati insonparvarlik yo'nalishiga ega bo'lib, nogironlarning zaxira imkoniyatlarini ochib berishga ko'maklashadi. O'zbekiston Respublikasi hukumati va shaxsan Prezident Sh.M.Mirziyoyev tomonidan nogironlarga nisbatan ko'rsatilayotgan e'tibor yuqori ekanligi kuzatilmoqda. Ko'rish qobiliyati zaif bo'lgan bolalar va o'smirlarda bir qator funksional tizimlar faoliyatida, ayniqsa kardiorespirator tizimda chuqur funksional o'zgarishlar kuzatiladi.

Muammoning o'rganganlik darajasi. Ilmiy-metodik adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatdiki, ishlab chiqilgan korreksion-kompensator yo'naltirilgan metodikalarning aksariyati nafaqat koordinatsion qobiliyatlar darajasini oshirishga yordam beradi, balki sensor tizimlar holatida og'ishlari bo'lgan bolalar va o'smirlarning harakat faoliyati parametrlari va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotning nazariy-uslubiy asosini quyidagilar tashkil etadi: anomal va o'smirlarni maktabgacha tarbiyalash to'g'risidagi zamonaviy ilmiy tasavvurlar - koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirish nazariyasi va metodikasi asoslari V.I. Lyax[6]; rivojlanishida nuqsoni bo'lgan shaxslarni adaptiv jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi[4, 13, 3]; korreksion pedagogika asoslari[14, 9, 1, 10]; sog'lig'i turlicha bo'lgan bolalarning koordinatsion qobiliyatlarini takomillashtirishning nazariy asoslari[2]. Bundan tashqari, maxsus maktab-internatlarning 12-15 yoshli

o'quvchilarining pedagogik diagnostika natijalarini hisobga olgan holda salomatlik holatini baholash asosida morfo-funksional ko'rsatkichlarni o'tkazish zarurligi ushbu tadqiqotni o'tkazishga asos bo'ldi.

Tadqiqotning maqsadi. Ko'zi zaif ko'ruvchi o'smirlarni jismoniy rivojlanish dinamikasi ko'rsatkichlarini yoshini hisobga olgan solishtirma baholash.

Tajribani tashkil etish va o'tkazish usullari. Tajriba Toshkent shahar maxsus №77 maktab-internati 12-15 yoshli o'quvchilarining jismoniy rivojlanish darajasi antropometrik ko'rsatkichlari asosida solishtirma holda baholandi. Tekshiruv o'tkazishda har bir yoshga oid guruhlar tanlandi. Har bir guruhga 16 tadan maktab o'quvchilari tanlandi. Umumiy tekshirilgan o'quvchilarning soni - o'g'il bolalar 64 ta va 64 ta qiz bolalarni tashkil etdi. Izlanishni o'tkazishda D.D.Safarova o'quv qo'llanmasida tavsiya etilgan takliflar asosida o'lchovlar olib borilgan.

Tadqiqot natijalari va tahlili. №1, №2 va №3 jadvallarda 12-15 yoshli qiz va o'g'il bolalarning parcial o'lchovlarining o'sish xususiyatlari - matematik o'lchovida aniqlandi. 12 yoshli qiz va o'g'il bolalarning parcial o'lchovlaridan o'sish sur'atlari yuqori bo'lgan ko'rsatkichlardan - aylana o'lchovlari yuqori darajada rivojlangan. Bularga: yelka aylanasi - 9,7%, son aylanasi - 5,0%, boldir aylanasi - 6,6%. Uzunlik ko'rsatkichlardan o'sish sur'atlari yuqori bo'lgan - bilak uzunligi (sm) - 5,7% va qo'l panjasi uzunligi - 6,3% kuzatildi. Bir xil tempda o'sishi



yelka kengligi va chanoq kengligi ko'rsatkichlarda kuzatildi. 13 yoshli qiz va o'gil bolalarning parcial o'lchovlaridan o'sish sur'atlari yuqori bo'lgan 4 uzunasiga bo'lgan ko'rsatkichni - yelka uzunligi (sm) -13%, qo'l panjasi uzunligi - 10,4%, son uzunligi - 10,1%, boldir uzunligi - 8,3% ko'rsatish

lozim. Aylana va ke'nglik o'lchovlardan - yelka kengligi -13,4%, boldir aylanasi - 13,4%, chanoq kengligi - 8,3%. Agar 12 yoshda ko'krak qafasi kengligi qiz va o'gil bolalar o'rtasida 2,8% tashkil etgan bo'lsa, 13 yoshli - 9,5% tashkil etdi.

1-jadval

12-15 yoshli zaif ko'ruvchi o'g'il bolalar tana tuzilishining partsial antropometrik ko'rsatkichlari

Yoshi, tekshiriluv-chilar soni	Yelka uzunligi (sm)	Bilak uzunligi (sm)	Qo'l panjasi uzunligi (sm)	Son uzunligi	Boldir uzunligi	Yelka aylanasi	Bilak aylanasi	Son aylanasi	Boldir aylanasi	Yelka kengligi	Chanoq kengligi	Ko'krak qafasi kengligi
o'gil bola 12-yosh n-16	25.8	21	17.5	34.1	31.5	20.6	19.8	46.1	33.2	33.2	22.5	21.1
o'gil bola 13-yosh n-16	23.9	23	17.3	33.6	36.2	22.2	20.4	48	35.1	35.1	24	22
o'gil bola 14-yosh - n-16	26.5	23.3	18.1	38.3	33.8	22.5	21.6	48.7	35.2	35.2	23.4	22.7
o'gil bola 15-yosh n- 16	26.3	23.3	18.2	36.9	36.2	23.1	22	48.1	35.7	35.7	24.7	23.6
Ko'rsat- kichlarnin g o'sishi (%)	1,94	10,9	4,01	8,21	14,9	12,1	11,1	4,34	7,53	7,53	9,78	11,8

14 yoshli qiz va o'g'il bolalarning parcial o'lchovlaridan o'sish sur'atlari ko'pchilik antropometrik belgilarni o'sish templari ancha susayganligini kuzatish mumkin. Uzunasiga qarab o'sish faqat boldir uzunligida - 13,3%ga, son aylanasi - 11,9%ni tashkil etdi. Boldir aylanasi o'sishi - 5,97%, yelka kengligi ham - 5,97%ga oshdi, chanoq kengligi - 4,7% oshishi kuzatildi. Qolgan ko'rsatkichlar o'rta me'yorda 2,0-3% o'sishi aniqlandi. 14 yoshli qiz va o'gil bolalarning parcial o'lchovlaridan o'sish sur'atlari ko'pchilik antropometrik belgilarni o'sish templari ancha susayganligini kuzatish mumkin. Uzunasiga qarab o'sish faqat boldir uzunligida -13,3%ga, son aylanasi - 11,9%ni tashkil etdi. Boldir aylanasi o'sishi - 5,97%, yelka kengligi ham - 5,97%ga oshdi, chanoq kengligi - 4,7% oshishi kuzatildi.

Qolgan ko'rsatkichlar o'rta me'yorda 2,0-3% o'sishi aniqlandi.

14 yoshli qiz va o'gil bolalarning parcial o'lchovlaridan o'sish sur'atlari ko'pchilik antropometrik belgilarni o'sish templari ancha susayganligini kuzatish mumkin. Uzunasiga qarab o'sish faqat boldir uzunligida -13,3%ga, son aylanasi - 11,9%ni tashkil etdi. Boldir aylanasi o'sishi - 5,97%, yelka kengligi ham - 5,97%ga oshdi, chanoq kengligi - 4,7% oshishi kuzatildi. Qolgan ko'rsatkichlar o'rta me'yorda 2,0-3% o'sishi aniqlandi. Bularga boldir uzunligi -10,5%, qo'l panjasi uzunligi - 8,8%, boldir aylanasi o'sishi - 5,97% va yelka kengligi ham -5,97%, ko'krak qafasi kengligi - 7,6% o'sishi aniqlandi. Qolgan ko'rsatkichlar o'rta me'yorda 1, 2 - 3% o'sishi aniqlandi va 15 yoshda faol o'sish jarayonlari bir oz to'xtaydi.



2-jadval

12-15 yoshli zaif ko'ruvchi qizlarning tana tuzilishining partsial antropometrik ko'rsatkichlari

Yoshi, tekshiruvchilar soni	Yelka uzunligi (sm)	Bilak uzunligi (sm)	Qo'l panjasi uzunligi (sm)	Son uzunligi	Boldir uzunligi	Yelka aylanasi	Bilak aylanasi	Son aylanasi	Boldir aylanasi	Yelka kengligi	Chanoq kengligi 6, 26, 3i	Ko'krak qafasi kengligi
qizlar-12 yoshli n-16	26,7	22,2	18,6	35,1	31,8	22,6	19,9	48,4	31	31,6	23,6	20,5
qizlar-13yoshli n-16	27	22,9	19,1	37	33,2	21,2	19,8	49,1	30,4	30,4	22	19,9
qizlar-14yosh n-16	27	24	19,4	36,7	38,3	23,8	21,1	54,5	33,1	33,1	24,5	23,2
qizlar-15yoshli n-16	27,7	24,3	19,8	37,4	40	22,8	21,4	50,3	33,6	33,6	24,4	21,8
Ko'rsatkichlarni o'sishi (%) (%)	1,6	9,46	6,45	6,55	25,8	0,88	7,54	3,93	8,39	6,33	3,39	6,34

3-jadvalda 12 yoshdan 15 yosh oralig'ida qiz va o'gil bolalarning parcial o'lchovlari o'sishining (saksash) ko'rsatkichlari foizda tahlil qilingan.

Umuman aytilganda zaif ko'ruvchi qiz va o'gil bolalarning o'sish va rivojlanishi umum biologik qonuniyatlarga bo'ysunadi.

3-jadval

Yoshga qarab 12- 15 yoshli qiz va o'gil bolalar parcial o'lchovlarining o'sish xususiyatlari (%)

Ko'rsatkichlar	12 yoshli			13 yoshli			14 yoshli			15 yoshli		
	M	Δ	% farqi	M	Δ	% farqi	M	Δ	% farqi	Δ	M	% farqi
Yelka uzunligi (sm)	25,8	26,7	3,5	23,9	27	13,0	26,5	27	1,9	26,3	27,1	3,04
Bilak uzunligi (sm)	21	22,2	5,7	23	22,9	0,4	23,3	24	3,0	23,3	24,3	4,3
Qo'l panjasi uzunligi (sm)	17,5	18,6	6,3	17,3	19,1	10,4	18,1	19,4	7,2	18,2	19,8	8,8
Son uzunligi	34,1	35,1	2,9	33,6	37	10,1	38,3	36,7	4,2	36,9	37,4	1,4
Boldir uzunligi	31,5	31,8	1,0	36,2	33,2	8,3	33,8	38,3	13,3	36,2	40	10,5
Yelka aylanasi	20,6	22,6	9,7	22,2	21,2	4,5	22,5	23,8	5,8	23,1	22,8	1,3
Bilak aylanasi	19,8	19,9	0,5	20,4	19,8	2,9	21,6	21,1	2,3	22	21,4	2,7
Son aylanasi	46,1	48,4	5,0	48	49,1	2,3	48,7	54,5	11,9	48,1	50,3	4,6
Boldir aylanasi	33,2	31	6,6	35,1	30,4	13,4	35,2	33,1	5,97	35,7	33,6	5,9
Yelka kengligi	33,2	31,6	4,8	35,1	30,4	13,4	35,2	33,1	5,97	35,7	33,6	5,9
Chanoq kengligi	22,5	23,6	4,9	24	22	8,3	23,4	24,5	4,7	24,7	24,4	1,2
Ko'krak qafasi kengligi	21,1	20,5	2,8	22	19,9	9,5	22,7	23,2	2,2	23,6	21,8	7,6

Lekin 15 yoshga chiqqan qiz va o'gil bolalarning ko'rsatkichlarida o'xshashlik va farqlanish kuzatiladi. Masalan, o'gil bolalarning qo'l panjasi uzunligi -8,8%, elka uzunligi - 3,04%, boldir uzunligi - 10,5%, bilak aylanasi -1,9%, yelka kengligi - 7,50%, oshgan bo'lsa, qiz bolalarga nisbatan tezroq rivojlanishi kuzatildi. Zaif

ko'ruvchi qiz bolalarning parcial ko'rsatkichlaridan aylana ko'rsatkichlari o'gil bolalarga nisbatan boldir aylanasi - 5,9%, boshqa ko'rsatkichlardan yelka kengligi - 5,9%, tos kengligi -1,9%, ko'krak qafasining aylanasi - 7,6% nisbatan faol o'sishi kuzatildi. Aylana



ko'rsatkichlardan son aylanasing ko'rsatkichi qiz bolalarda – 5,97% tengligi aniqlandi.

Xulosa. Olingan natijalarga ko'ra zaif ko'ruvchi qiz va o'gil bolalarning o'sish va rivojlanishi umum biologik qonuniyatlarga bo'ysinadi. Lekin jismoniy rivojlanish jarayonida qiz va o'gil bolalar tanasi tuzilishida jinsiy dimorfizm uchun xos bo'lgan farqli belgilar namoyon etilishi kuzatildi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Аксенова, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре учебное пособие /О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. Москва: Советский спорт, 2004. – 296 с.

2. Горская И.Ю. Определение уровня развития координационных способностей у аномальных и здоровых детей методом комплексного тестирования на первом этапе школьного образования /И.Ю. Горская //Социально-педагогическая реабилитация инвалидов по зрению средствами физического воспитания: матер.науч. конф. – Волоколамск, 1995. – стр.55-57.

3. Дмитриев, А.А. Физическая культура в специальном образовании: Учеб. пособие / А.А.

Дмитриев. М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 176с.

4. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Морозова О.В., Солодков А.С., Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учебное пособие/ Под редакцией Евсеева С.П., Солодкова А.С.-СПб.: Изд-во ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1996. – 95с.

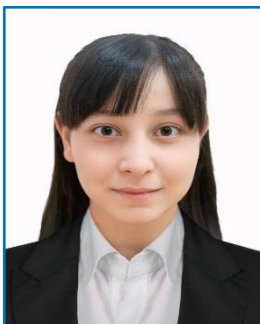
5. Крутько В.Б. Особенности воспитания выносливости у слабовидящих легкоатлетов на различных этапах подготовки аппарата //Теория и практика физической культуры, 2009, №4, - стр. 55-57.

6. Лях, В.И. Средства и методы развития координационных способностей / В.И. Лях // Физическая культура в школе. 1997. - №6. - стр. 22-25.

7. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать /Озолин Н.Г. -М.:ООО «Издательство Астрель», 2004. - 863с.

8. Попов В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов/Попов В.Б. -М.: Олимпия ПРЕСС, 2006, - 224 с.

9. Пузанова, Б.П. Коррекционная педагогика /Б.П. Пузанова. М.: Академия, 1998. - 144с.



O'ZDSA, "Yakkakurash va suv sport turlari kafedrası" dotsenti

A.A.Nuritdinov

O'ZDSA I bosqich magistranti

M.U. Maxamadsaliev

Toshkent, O'zbekiston.

Muallif bilan bog'lanish uchun:

Tel:+998-94-116-24-22

Email: maxamadsalievamadinobonu@gmail.com

SPORT SOG'LOMLASHTIRUVCHI GURUHIDAGI TAEKVONDOCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISH

Аннотация

В данной статье рассматриваются вопросы развития физических способностей у детей, а также их подготовка к двигательным действиям, соответствующим виду спорта таэквондо. Поскольку формирование физических качеств у детей имеет общие закономерности, в нашем исследовании были проанализированы вопросы отбора в оздоровительные группы спортивных школ на основе тестирования, включающего упражнения и движения, характерные для таэквондо. Результаты исследования способствуют определению целесообразных критериев оценки физической подготовленности юных спортсменов.

Ключевые слова: физические качества, спорт, группа, упражнения, способности, движения, дети, исследование.

Annotation

Ushbu maqolamizda yosh bolalarning jismoniy qobiliyatlari hamda ulami taekwondo sport turiga mos keluvchi harakatlar bilan bog'liq masalalar ko'rib chiqilgan. Jismoniy sifatlari yosh bolalarda shakllanishi umumiy bo'lganligi bois bizning tadqiqotimizda sport turiga mos harakat va mashqlardan tashkil topgan sinov orqali, sport maktablardagi sog'lomlashtiruvchi guruhlariga qabulga oid masalalar ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy sifatlari, sport, guruh, mashqlar, qobiliyatlari, harakatlar, yosh bolalar, tadqiqot.

This article examines the development of physical abilities in young children and their preparation for movements specific to the sport of Taekwondo. Since the formation of physical qualities in children follows general developmental patterns, the study focuses on admission-related issues for health-oriented groups in sports schools through tests consisting of Taekwondo-specific movements and exercises. The findings contribute to establishing appropriate criteria for assessing the physical readiness of young athletes.

Keywords: physical qualities, sport, group, exercises, abilities, movements, young children, research.

Dolzarbligi. Bugungi kunda dunyo bo'ylab jismoniy tarbiya va sportga juda katta e'tibor qaratilmoqda. Buning namunasi sifatida jismoniy tarbiya uchun tashkil etilayotgan "Sog'lom turmush tarzi" loyihalari va shu kabi sport sohalarini yanada rivojlantirish uchun tashkil

etilayotgan ko'plab musobaqalarda ko'rishimiz mumkin [1:].

Bugungi kunda sog'lom turmush tarzini yanada rivojlantirish va yosh avlod sportchilarini yetuk, sog'lom, har tomonlama baquvvat qilib tarbiyalash bo'yicha yurtimizda keng ko'lamda

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLAR INSTITUTI



@jtsiti_rasmiy_uz



@jtsiti_rasmiy



@jtsiti

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLAR INSTITUTI



☎ + 998 94 276 13 03

📍 Toshkent shahari, Yashnobod tumani, Yangi O'zbekiston ko'chasi

🌐 <https://uzjtsiti.uz>

