

SPORTDA ILMIY TADQIQOTLAR

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2026/1



www.uzjtsiti.com

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLAR INSTITUTI



@jtsiti_rasmiy_uz



@jtsiti_rasmiy



@jtsiti



H.S.Arapov - Futbol sport turi orqali 11-12 yoshli maktab o'quvchilarni jismoniy tayyorgarligini oshirish mexanizmi.....	119
I.Q.Kimsanboyev - Sport gimnastikasi erkin mashqlarini o'rgatish uslubiyatini takomillashtirish	123
A.A.Allambergenov - Yuqori malakali amputant futbolchilarni texnik tayyorgarligini takomillashtirish.....	127
Е.Люлина - Эффективность интегрирования средств crossfit в развитие силовой и скоростно-силовой подготовленности квалифицированных дзюдоистов 15–17 лет.....	130
N.Y.Valiyeva - Qaddi-qomati buzilgan bolalar bilan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida adaptiv fitnes texnologiyalarini joriy etish.....	133
F.Ibragimov - Voleybolida hujum zarbasi sakrovchanlik mahsuli bo'lsa, uning natijadorligi dinamik muvozanatga bog'liqmi? (muammoning manbalarda o'rganilganligi).....	137
G.U.Xudoyorova - Talabalarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini krossfit vosita va usullari yordamida yaxshilash bo'yicha tajriba boshidagi natijalar tahlili.....	142
B.M.Tohtasinov - Implementation of the author's methodology for training belt wrestlers in the educational process of physical education universities.....	146
O.E.Toshmurodov, M.R.Hamroyev - Milliy o'yinlar orqali maktab o'quvchilarida jismoniy sifatlarni rivojlantirishning nazariy asoslari.....	149
M.Raxmatillaev - Gandbolchilarda individual texnik mahoratni rivojlantirish.....	153
M.Y.O'razova - Reproduktiv yoshdagi ayollarni sog'lomlashtirish va ortiqcha vaznni kamaytirishda gimnastik mashqlar samaradorligi.....	157
D.Tolibovna - Uzunlikka sakrovchi qizlarda tayyorgarlik bosqichlarini modellashtirish.....	161
И.Р.Солиев - Анализ физической подготовки и соревновательной деятельности прыгунов в длину в многолетнем цикле подготовки.....	166
M.F.Farhodova - O'quv mashg'ulot bosqichidagi yosh badiiy gimnastikachilarni musobaqalarga tayyorlashda yillik tayyorgarlik mexanizmini takomillashtirish.....	170
Бадаев Р.Р - Анализ эффективности применения подвижных игр в подготовке юных баскетболистов по результатам анкетирования.....	174
Н.К.Мададиев - Использование цифровых технологий, как методов исследования в тренировочном процессе.....	176
J.M.Dexqonov - Jahon taekvondosidagi zamonaviy tendensiyalar asosida sportchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini monitoring qilish tizimi.....	179
A.A.Boltaev - An'anaviy mashg'ulotlar orqali voleybolchilarning jismoniy-funksional va texniko-taktik tayyorgarlik darajasini tahlil qilish.....	183
S.D.Berdiyev - Imkoniyati cheklangan talabalarning psixofiziologik jarayonlarini tadqiq qilishning ilmiy-nazariy asoslari.....	186
Z.Sh.Yusupov - Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida yosh gandbolchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini tahlil qilish usullari.....	188
Z.B.Matyaqubova - Badiiy gimnastikachilarni sakrash qobiliyatini oshirish samaradorligi.....	192
Y.Y.Aripov - O'quvchilarda bilim, malaka va ko'nikmalarini shakllantirish jarayonida tabaqalashtirilgan ta'lim texnologiyasi.....	195
D.B.Shaymardanov - Mini-futbol sport turiga tanlovining kriteriylari va strukturasi.....	200
Sh.N.Nuritdinova - Malakali taekvondochilarni jismoniy rivojlanganlik darajasini taxlili.....	203
D.N.Ergashaliyev - O'quv mashg'ulot bosqichi tajriba guruhida shug'ullanuvchi gandbolchilarning tajriba boshi va oxirida jismoniy va texnik tayyorgarlik natijalarining shakllanish dinamikasi tahlili.....	208



1. Eshtayev A.K., Umarov M.N., Ishtayev D.R., To'ychiyev Z.O. – Gimnastika nazariyasi va uslubiyati. Toshkent: Barkamol Fayz Media, 2017. – 500 bet.

2. X.X. Umarov – Gimnastika nazariyasi va uslubiyati. Toshkent: O'zkitobsavdo, 2020. – 144 b.

3. Matsapayev Azizbek Gaibnazar – Gimnastika nazariyasi va uslubiyati. Urganch: Khwarezm Travel, 2023. – 224 b.

4. A.O. Niyazbekova, A.K. Eshtayev, U.M. Unxainedova – Tanlangan sport turlari nazariyasi va uslubiyati (Badiiy gimnastika). Toshkent: O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI, 2023. – 216 b.

5. Xojimirzayev A. – Sport mahoratini oshirish (Gimnastika). Namangan: nashr, 2023. – 201 b.

6. Gulhayo Kholboyevna, Dilnoza Nazarova – Methods of Development of Physical Qualities in Gymnastics. JournalNX – Multidisciplinary Peer Reviewed Journal, 2021. –B. 485-492.



Muallif bilan bog'lanish uchun:
Email: rashidovna@gmail.com

Самостоятельный соискатель Самаркандского
Государственного Университета имени Ш.
Рашидова
Р.Р.Бадаев
Самарканд, Узбекистан.

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТИРОВАНИЯ

Аннотация

В статье представлены результаты исследования, направленного на оценку педагогической эффективности использования подвижных игр в процессе подготовки юных баскетболистов. Эмпирическая часть работы основана на анкетировании 30 спортсменов, занимающихся баскетболом на начальном этапе подготовки. Анкета включала пять основных вопросов, позволяющих определить возраст участников, стаж занятий, частоту тренировок, регулярность посещения занятий и уровень интереса к тренировочному процессу. Анализ полученных данных позволил выявить особенности мотивации юных спортсменов, а также их отношение к занятиям баскетболом. Результаты исследования показали, что большинство детей проявляет устойчивый интерес к тренировкам, регулярно посещает занятия и положительно воспринимает игровые методы обучения. Полученные данные подтверждают значимость подвижных игр как эффективного педагогического средства, способствующего формированию двигательных навыков, развитию координационных способностей и повышению мотивации детей к занятиям спортом.

Ключевые слова: юные баскетболисты, подвижные игры, тренировочный процесс, анкетирование, двигательные навыки, мотивация, техническая подготовка, физическое развитие.

Annotation

Maqolada yosh basketbolchilarni tayyorlash jarayonida harakatli o'yinlardan foydalanishning pedagogik samaradorligini baholashga qaratilgan tadqiqot natijalari keltirilgan. Ishning empirik qismi boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida basketbol bilan shug'ullanuvchi 30 nafar sportchilar orasida o'tkazilgan so'rovnoma asosida tashkil etilgan. So'rovnoma beshta asosiy savoldan iborat bo'lib, unda ishtirokchilarning yoshini, mashg'ulotdagi tajribasini, mashg'ulotlar chastotasini, mashg'ulotlarga qatnashish muntazamligini va tayyorgarlik jarayoniga bo'lgan qiziqish darajasini aniqlash imkonini beruvchi savollar kiritilgan. Olingan ma'lumotlarni tahlil qilish yosh sportchilarning motivatsiya xususiyatlarini hamda ularning basketbol mashg'ulotlariga bo'lgan munosabatini aniqlash imkonini berdi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bolalarning aksariyati mashg'ulotlarga doimiy qiziqish bildiradi, mashg'ulotlarga muntazam qatnashadi va o'yin usullari bilan o'qitishni ijobiy qabul qiladi. Olingan ma'lumotlar harakatli o'yinlarning samarali pedagogik vosita sifatidagi ahamiyatini tasdiqlaydi; ular harakat ko'nikmalarini shakllantirishga, koordinatsiya qobiliyatlarini rivojlantirishga va bolalarning sport mashg'ulotlariga bo'lgan motivatsiyasini oshirishga xizmat qiladi.

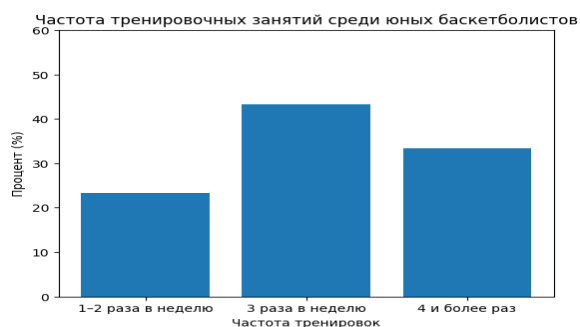
Kalit so'zlar: yosh basketbolchilar, harakatli o'yinlar, tayyorgarlik jarayoni, so'rovnoma, harakat ko'nikmalari, motivatsiya, texnik tayyorgarlik, jismoniy rivojlanish.

The article presents the results of a study aimed at evaluating the pedagogical effectiveness of using active games in the training process of young basketball players. The empirical part of the study is based on a survey of 30 athletes who are engaged in basketball at the initial stage of training. The questionnaire included five main questions that made it possible to determine the age of the participants, training experience, frequency of training sessions, regularity of attendance, and the level of interest in the training process. The analysis of the obtained data made it possible to identify the motivation characteristics of young athletes, as well as their attitudes toward basketball training. The results of the study showed that most children demonstrate a stable interest in training, regularly attend sessions, and positively perceive game-based teaching methods. The obtained data confirm the importance of active games as an effective pedagogical tool that contributes to the formation of motor skills, the development of coordination abilities, and the increase of children's motivation to engage in sports.

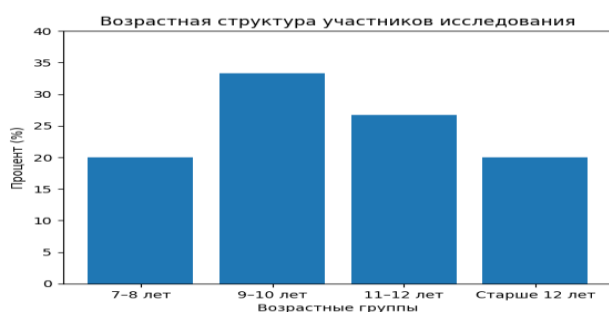
Keywords: young basketball players, active games, training process, survey, motor skills, motivation, technical training, physical development.

Введение. Современная система подготовки юных спортсменов ориентирована на применение педагогически обоснованных методов обучения, способствующих развитию двигательных способностей, физических качеств и устойчивого интереса к занятиям спортом. Особое значение эти задачи приобретают на этапе начальной подготовки, когда происходит формирование базовых технических умений и создаётся фундамент будущего спортивного мастерства. В практике детско-юношеского спорта одним из наиболее

результативных средств обучения являются подвижные игры. Их использование обусловлено возрастными особенностями детей, для которых характерны высокая эмоциональная восприимчивость, стремление к игровой деятельности и потребность в двигательной активности. Игровые упражнения позволяют сочетать обучение техническим элементам с элементами соревновательности и эмоционального вовлечения.

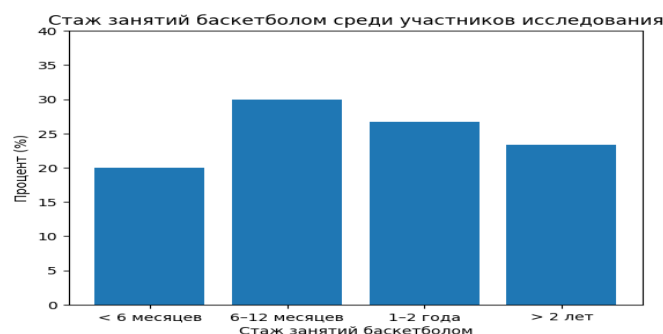


Методы исследования. В исследовании приняли участие 30 юных баскетболистов, занимающихся на этапе начальной подготовки. Основным методом получения эмпирических данных являлось анкетирование. Анкета включала ряд вопросов, направленных на выявление возрастных характеристик спортсменов, продолжительности их занятий баскетболом, частоты тренировочных занятий, регулярности посещения тренировок и уровня заинтересованности в тренировочном процессе. Полученные данные были подвергнуты количественному анализу, что позволило определить процентное распределение ответов респондентов и выявить основные тенденции, характеризующие отношение юных спортсменов к тренировочной деятельности.



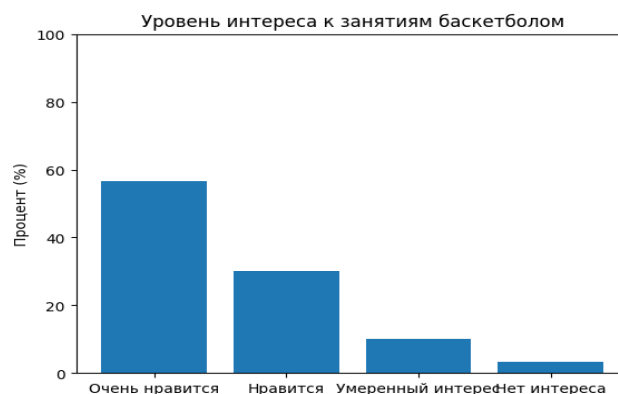
Результаты исследования. Обработка результатов анкетирования позволила определить возрастную структуру участников исследования. Среди опрошенных спортсменов 20% составили дети 7-8 лет, 33,3% 9-10 лет, 26,7% 11-12 лет, а 20% спортсмены старше 12 лет. Представленные данные свидетельствуют о том, что большинство участников исследования находятся на этапе начальной специализации, когда происходит активное освоение основных технических и тактических элементов игры.

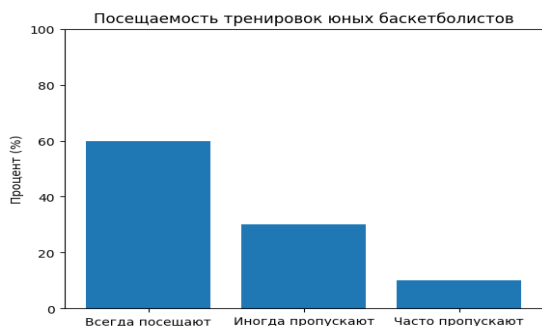
Анализ продолжительности занятий баскетболом показал неоднородность спортивного опыта респондентов. Так, 20%



спортсменов занимаются баскетболом менее шести месяцев, 30% имеют стаж от шести месяцев до одного года, 26,7% тренируются от одного до двух лет, а 23,3% занимаются баскетболом более двух лет. Полученные результаты отражают различный уровень спортивной подготовленности участников исследования. Результаты анкетирования также позволили определить частоту тренировочных занятий. Было установлено, что 23,3% спортсменов тренируются один-два раза в неделю, 43,3% посещают тренировки три раза в неделю, а 33,4% занимаются четыре и более раз в неделю. Наиболее распространённым режимом тренировочной деятельности является трёхразовое посещение занятий в неделю, что соответствует требованиям начального этапа спортивной подготовки.

Отдельный интерес представляют данные, характеризующие регулярность посещения тренировок. Анализ ответов показал, что 60% юных баскетболистов посещают тренировки регулярно, 30% респондентов иногда пропускают занятия, а 10% спортсменов делают это достаточно часто. Высокая доля регулярного посещения тренировок свидетельствует о сформированной мотивации и устойчивом интересе детей к занятиям баскетболом.





Изучение уровня интереса к тренировочному процессу показало, что 56,7% опрошенных отметили, что занятия баскетболом им очень нравятся. Ещё 30% спортсменов указали, что им нравится посещать тренировки. 10% респондентов проявляют умеренный интерес, а 3,3% участников исследования сообщили об отсутствии интереса к занятиям. Таким образом, подавляющее большинство юных спортсменов демонстрирует положительное отношение к тренировочному процессу.

Выводы. Проведённое исследование позволило выявить особенности отношения юных баскетболистов к тренировочной деятельности на этапе начальной подготовки. Полученные результаты свидетельствуют о том, что большинство детей проявляет высокий уровень мотивации к занятиям спортом и активно участвует в тренировочном процессе. Анализ данных показал, что значительная часть спортсменов регулярно

посещает тренировки и положительно оценивает содержание занятий. Высокий уровень интереса к баскетболу подтверждает эффективность использования игровых методов обучения. Подвижные игры выступают важным педагогическим средством, способствующим развитию двигательных навыков, совершенствованию координационных способностей и повышению интереса детей к занятиям спортом. Их использование в тренировочном процессе создаёт благоприятные условия для освоения технических элементов баскетбола и формирования устойчивой мотивации к спортивной деятельности.

Список литературы:

1. Бальсевич В.К. Теория и методика физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010. – 512 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2015. – 680 с.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: Спорт, 2013. – 240 с.
5. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Теория и методика обучения баскетболу. – М.: Академия, 2014. – 320 с.



Самаркандский государственный университет
Н.К.Мададиеров
Самарканд, Узбекистан.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, КАК МЕТОДОВ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

Muallif bilan bog'lanish uchun:
Email: madadiyev04@gmail.com

Аннотация

Данная статья посвящена вопросам использования цифровых технологий и искусственного интеллекта в учебно-тренировочном процессе спортсменов различной квалификации. Представлен механизм организации и проведения мониторинга тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.

Ключевые слова: Физическая культура и спорт, цифровые технологии в спорте, мониторинг тренировочного процесса, искусственный интеллект в спорте.

Annotation

Mazkur maqola turli malakaga ega sportchilarni o'quv-trening jarayonida raqamli texnologiyalar va sun'iy intellektidan foydalanish masalalariga bag'ishlangan. Sportchilarning mashg'ulot va musobaqa faoliyatini monitoring qilishni tashkil etish va o'tkazish mexanizmi taqdim etilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy madaniyat va sport, sportda raqamli texnologiyalar, mashg'ulot jarayonini monitoring qilish, sportda sun'iy intellekt.

This article is devoted to the issues of using digital technologies and artificial intelligence in the educational and training process of athletes of various qualifications. A mechanism for organizing and conducting monitoring of athletes' training and competitive activities is presented.

Keywords: Physical culture and sport, digital technologies in sport, monitoring of the training process, artificial intelligence in sport

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>

