

УЧ ҲАТЛАБ САКРАШ БЎЙИЧА ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ ТЕРМА
ЖАМОАСИ АЪЗОЛАРИНИНГ ХАЛҚАРО МУСОБАҚАЛАРДА КЎРСАТГАН
НАТИЖАЛАРИ ТАҲЛИЛИ

Исоева Н.Ў

Ахматов Ж.О

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия
ва спорт университети, Чирчиқ ш.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8024593>

Аннотация. Ушбу мақолада енгил атлетиканинг уч ҳатлаб сакраш тури бўйича Ўзбекистон миллий терма жамоаси аъзоларининг 3 йил ичида халқаро ва Марказий Осиё мусобақаларида кўрсатган натижалари ва уларнинг таҳлили атрофлича ёритиб берилган.

Калит сўзлар. Жисмоний тарбия, уч ҳатлаб сакраш, терма жамоа аъзолари, чемпионат, спортчи, натижалар, таҳлил.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЧЛЕНОВ НАЦИОНАЛЬНОЙ СБОРНОЙ
УЗБЕКИСТАНА ПО ТРОЙНОМУ ПРЫЖКУ НА МЕЖДУНАРОДНЫХ
СОРЕВНОВАНИЯХ

Аннотация. В данной статье подробно изложены результаты членов сборной команды Узбекистана в тройном прыжке по легкой атлетике за последние 3 года на международных соревнованиях и первенствах Узбекистана и их анализ.

Ключевые слова. Физкультура, тройной прыжок, члены сборной, первенство, спортсмен, результаты, анализ.

ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE MEMBERS OF THE NATIONAL
TEAM OF UZBEKISTAN IN INTERNATIONAL COMPETITIONS IN THE TRIPLE
JUMP

Abstract. In this article, the results of the members of the national team of Uzbekistan in the triple jump of athletics in the last 3 years at the international and Uzbekistan championship competitions and their analysis are detailed.

Key words. Physical education, triple jump, national team members, championship, athlete, results, analysis.

КИРИШ

Жамиятимизда соғлом турмуш тарзини ривожлантириш, аҳолининг, айниқса, ёш авлоднинг жисмоний тарбия ва оммавий спорт билан мунтазам шуғулланиши учун замон талабларига мос шарт-шароитлар яратиш, спорт мусобақалари орқали ёшларда ўз иродаси, кучи ва имкониятларига бўлган ишончни мустаҳкамлаш, мардлик ва ватанпарварлик, она Ватанга садоқат туйғуларини камол топтириш, шунингдек, ёшлар орасидан иқтидорли спортчиларни саралаб олиш ишларини тизимли ташкиллаштириш ҳамда жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантиришга йўналтирилган кенг кўламли ишлар амалга оширилмоқда. Жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш, шакллантириш ва баркамол авлодни тарбиялаш кафолати воситаси сифатида давлат сиёсати устувор йўналишлари доирасида жой олиб, Президентимиз ва ҳукумат томонидан қабул қилинган фармон ҳамда қарорлар асосида юксак чўққи сари қанот ёзмоқда. Кечаги ёш спортчи болалар, бугун нафақат Ўзбекистон спортида, балки Олимпия ўйинлари, Жаҳон ва Осиё чемпионатлари

мусобақаларида ўз натижалари билан фахрли шохсупалардан жой олиб юртимиз шон-шухратини жаҳон ҳамжамияти олдида тараннум этмоқда.

Белгиланган вазифалар ижросини таъминлаш борасида жисмоний тарбия ва спорт соҳасида ҳам қатор амалий ишлар бажарилмоқда. Соҳада замонавий билимга эга, жонкуяр ва фидойи мутахассислар фаолият олиб бораётгани сабаб сўнгги йилларда бу борада қўлга киритилган ютуқлар ва эришилган марралар салмоғи ортиб бормоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонуни, ҳамда “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги, “2024-йил Париж шаҳрида (Франсия) бўлиб ўтадиган XXXII ёзги Олимпия ва XXII Паралимпия ўйинларига Ўзбекистон спортчиларини комплекс тайёрлаш тўғрисида”ги қарорлари, “Соғлом турмуш тарзини кенг татбиқ этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармонида белгиланган устувор вазифалар юзасидан бажарилаётган амалий ишлар шулар жумласидандир, шунингдек жамиятда соғлом турмуш тарзини шакллантириш аҳолининг кенг қатламини айниқса ёшларни жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишга жалб этиш мамлакат спортчиларини Олимпия ва Осиё Жаҳон ва Осиё чемпионатлари ҳамда бошқа йирик халқаро спорт мусобақаларига тайёрлаш уларнинг мазкур ўйинларда муваффақиятли қатнашишларини таъминлаш мақсидида қатор ишлар олиб борилмоқда.

Мамлакатимизда бугунги кунда спорт соҳасига алоҳида эътибор қаратилмоқда. Спортнинг ҳар бир турини жумладан енгил атлетикани ривожлантириш ёшларни енгил атлетикага жалб этиш борасида кўплаб саъй-ҳаракатлар олиб борилмоқда. Енгил атлетика бугунги кунга келиб энг оммавий спорт турига айланди. Мамлакатимиз енгил атлетикачилаи жаҳон ареналарида юқори натижаларни кўрсатишмоқда. Енгил атлетиканинг уч ҳатлаб сакраш турида ҳам кўплаб умидли спортчилар етишиб чиқмоқда.

Тадқиқот долзарблиги. Енгил атлетиканинг уч ҳатлаб сакраш тури бугунги кунда республикаимиз миқёсида оммалашганлигига қарамасдан спортчиларимизнинг жаҳон ареналаридаги қайд этаётган натижалари ортда қолаётганлигини кўришимиз мумкин. шу сабабдан биз тадқиқот жараёнимизга Марказий Осиё ҳамда Ўзбекистон чемпионатларида натижа кўрсатган етакчи уч ҳатлаб сакровчи Миллий терма жамоа аъзоларининг натижалари таҳлил қилинди.

Тадқиқотнинг мақсади. Уч ҳатлаб сакровчи бўйича Ўзбекистон миллий терма жамоаси аъзоларининг Халқаро мусобақаларда кўрсатган натижаларини ўзаро таҳлил қилиш.

Тадқиқот вазифалари. Тадқиқот мақсадига мувофиқ уни амалга оширишда қуйидаги вазифалар қўйилди:

- Мавзуга оид илмий-услубий адабиётлар ўрганиш;
- Уч ҳатлаб сакровчиларни 3 йиллик муобака мавсумида кўрсатган спорт натижаларини ўрганиш ва таҳлил этиш.

Биз томонимиздан олдимизга қўйилган вазифаларни ҳал этиш учун махсус адабиётлар, меъёрий ҳужжатлар, спорт натижаларини таҳлил этиш барбарида педагогик тажриба ўтказдик. Унда уч ҳатлаб сакровчи қизларнинг олдинги ва ҳозирги натижаларини таҳлил қилишга эътибор қаратдик.

2019, 2020, 2021 йилларда енгил атлетика бўйича Марказий Осиё, Халқаро ҳамда Ўзбекистон чемпионати мусобақаларида мамлакатимиз уч ҳатлаб сакровчиларининг кўрсатган натижалари таҳлили (аёллар).

Юқоридаги тадқиқотдан келиб чиқиб қуйидагича хулосалар берилди:

T/r	Ф.И.Ш	Туғилган йили	2019 йилда кўрсатган натижа	2020 йилда кўрсатган натижа	2021 йилда кўрсатган натижа	Энг яхши кўрсатган натижа
1	Роксана Худаярова	2001	12.37	12.77	14.38	14.38
2	Шарифа Давронова	2006	11.89	12.32	12.82	12.82
3	Хушноза Шавкатова	2005	11.74	12.10	12.59	12.59
4	Исоева Нигина	2003	11.94	12.03	12.05	12.05
5	Надежда Шустова	2001	11.44	11.51	11.99	11.99
6	Милана Хакимова	2001	10.95	11.07	11.25	11.25
7	Райхона Хамраева	2005	10.41	10.69	10.86	10.86
8	Наима Абдувасикова	2005	10.20	10.34	10.71	10.71
	Ўртача кўрсаткич	-	11,36	11,60	12,08	12,08

– Мамлакатимиз уч ҳатлаб сакровчилари натижаларининг умумий ўртача кўрсаткичи 2019 йилда 11,36 м ни , 2020 йилда 11,60 м (+0.24 см) ни, 2021 йилда эса 12,08 м (+0.48 см) натижани ташкил этди.

– Сакровчиларнинг натижалари йилдан йилга яхшиланиб бормоқда. 2019 йили ўртача натижалар 2020 йилгача 0,24 см га яхшиланди. 2021 йилги натижалар эса 2020 йилга қараганда 0,48 см га яхшиланди.

– 2019-2020-2021 йилги натижаларнинг уртача таҳлили бўйича 2022 йилга келиб ўртача кўрсаткич 13 м 84 см ни ташкил этиши мумкин деган хулосага келдик.

Хулоса. Бугунги кунда уч ҳатлаб сакраш турида замонавий спорт тайёргарлиги онгли а пухта ўйланган фаолиятни талаб қилади. Замонавий спортчи ҳар доим янги билимларни ўзлаштириб боради шунингдек юқори натижага эришиш ва Спорт устасини қўлга киритиш учун ўз устида онгли равишда астойдил, тиришқоқлик билан ҳаракат қилади. Ана шундагина натижалар ўсади ва барқарорлиги таъминланади.

REFERENCES

1. Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонуни. Янги таҳрир. Тошкент 2015.
2. Р.Қудратов. Енгил атлетика. Дарслик. Тошкент 2012.
3. Олимов.М.С, Солиев.И.Р, Ҳайдаров.Б.Ш. Спорт педагогик маҳоратини ошириш. Дарслик. Тошкент 2017.
4. Ўзбекистон Республикаси Президентининг ПҚ 3031-сон қарори —Жисмоний тарбия ва спортни янада
5. ривожлантириш чора тадбирлари тўғрисидаги (Халқ сўзи 3 июн 2017 йил)
6. Soliev I.R, Khaydrov B.SH, Mirzatillayev I.I, Khujamkeldiyev G.S, Ziyayev F.CH. Functional training level of

7. В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева Психотехнологии в спорте: учеб. пособие; науч. ред. В. Н. Люберцев. – Екатеринбург. 4. Gapparov Z. G. Sport psixologiyasi. Jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik. -T.: Mehridaryo, 2011. 346 b.
8. Сопов В. Ф. Методы измерения психического состояния в спортивной деятельности / В. Ф. Сопов. - Самара, 2004.
9. Umarov, Xurshid. "About prognostic value of indicators of motor abilities in young gymnastes." Физическое воспитание, спорт и здоровье 5.5 (2021).
10. Abdurashidovich, Shayimardanov Sherali. "EXERCISE PROGRAMS WHICH ARE DEVOTED TO PREPARING BY TECHNICAL TRAININGS FOR GYMNASTICS, THEIR ATTITUDES TO MOTOR SKILLS AND RHYTHMTEMPO-STRUCTURE." Халмухамедов, РД, Махмудова, ММ, Рахматов, БШ, Маъмурова, ЛК, & Эркинова, НМ (2021).
11. Инаков, Бахтиёр Туклиевич, and Турсунбой Ковжовович Холбоев. "ТРЕНИРОВКА СТУДЕНТОВ ВУЗОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БЕГОМ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ, НА ОСНОВЕ ОЦЕНКИ ИХ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ." Academic research in educational sciences 2.1 (2021): 292-301. 10. Gapparov, Z. G., et al. "Efficiency Development Explosive Abilities at Schoolboys of 12-13 Years." Solid State Technology 63.4 (2020): 348-353
12. Арзикулов Д. Н. СПОРТЧИЛАРНИ ПСИХОЛОГИК ЖИҲАТДАН ТАЙЁРЛАШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК МУАММОЛАРИ //FanSportga. – 2020. – №. 4. – С. 73-75.
13. Olimov M. S. “O’rta masofalarga yuguruvchi sportchi talabalarni O’zDJTI o’quv yuklamasiga moslashtirilgan musobaqa oldi tayyorgarligi dasturi bo’yicha musobaqalarga tayyorlash samaradorligi”. T: 2011 yil. 68 b.
14. Abdullayev M.J. “YENGIL ATLETIKA” O’rta va uzoq masofalarga yuguruvchilar uchun murabbiyining kasbiy-pedagogik faoliyati. O’quv qo’llanma. Buxoro. “Durdona” – 2015 yil