



**Tadqiqot** UZ



**ЎЗБЕКИСТОН  
ОЛИМЛАРИ ВА  
ЁШЛАРИНИНГ  
ИННОВАЦИОН  
ИЛМИЙ-АМАЛИЙ  
ТАДҚИҚОТЛАРИ  
МАВЗУСИДАГИ КОНФЕРЕНЦИЯ  
МАТЕРИАЛЛАРИ**

**2021**

- » Ҳуқуқий тадқиқотлар
- » Фалсафа ва ҳаёт соҳасидаги қарашлар
- » Тарих саҳифаларидаги изланишлар
- » Социология ва политологиянинг жамиятимизда тутган ўрни
- » Иқтисодиётда инновацияларнинг тутган ўрни
- » Филология фанларини ривожлантириш йўлидаги тадқиқотлар
- » Педагогика ва психология соҳаларидаги инновациялар
- » Маданият ва санъат соҳаларини ривожланиши
- » Архитектура ва дизайн йўналиши ривожланиши
- » Техника ва технология соҳасидаги инновациялар
- » Физика-математика фанлари ютуқлари
- » Биомедицина ва амалиёт соҳасидаги илмий изланишлар
- » Кимё фанлари ютуқлари
- » Биология ва экология соҳасидаги инновациялар
- » Агропроцессинг ривожланиш йўналишлари
- » Геология-минерология соҳасидаги инновациялар



**31 MART  
№26**

**CONFERENCES.UZ**

**"ЎЗБЕКИСТОНДА ИЛМИЙ-АМАЛИЙ ТАДҚИҚОТЛАР"  
МАВЗУСИДАГИ РЕСПУБЛИКА 26-КЎП ТАРМОҚЛИ  
ИЛМИЙ МАСОФАВИЙ ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ  
МАТЕРИАЛЛАРИ  
11 - ҚИСМ**

---

**МАТЕРИАЛЫ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ  
26-МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОЙ ДИСТАНЦИОННОЙ  
ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИИ НА ТЕМУ "НАУЧНО-  
ПРАКТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ"  
ЧАСТЬ-11**

---

**MATERIALS OF THE REPUBLICAN  
26-MULTIDISCIPLINARY ONLINE DISTANCE  
CONFERENCE ON "SCIENTIFIC AND PRACTICAL  
RESEARCH IN UZBEKISTAN"  
PART-11**

**ТОШКЕНТ-2021**



**УУК 001 (062)**  
**КБК 72я43**

## **"Ўзбекистонда илмий-амалий тадқиқотлар" [Тошкент; 2021]**

**"Ўзбекистонда илмий-амалий тадқиқотлар"** мавзусидаги республика 26-кўп тармоқли илмий масофавий онлайн конференция материаллари тўплами, 31 март 2021 йил. - Тошкент: «Tadqiqot», 2021. - 14 б.

Ушбу Республика-илмий онлайн конференция 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналишлари бўйича Ҳаракатлар стратегиясида кўзда тутилган вазифа - илмий изланиш ютуқларини амалиётга жорий этиш йўли билан фан соҳаларини ривожлантиришга бағишланган.

Ушбу Республика илмий конференцияси таълим соҳасида меҳнат қилиб келаётган профессор - ўқитувчи ва талаба-ўқувчилар томонидан тайёрланган илмий тезислар киритилган бўлиб, унда таълим тизимида илғор замонавий ютуқлар, натижалар, муаммолар, ечимини кутаётган вазифалар ва илм-фан тараққиётининг истиқболдаги режалари таҳлил қилинган конференцияси.

**Масъул муҳаррир:** Файзиев Шохруд Фармонович, ю.ф.д., доцент.

### **1. Ҳуқуқий тадқиқотлар йўналиши**

Профессор в.б., ю.ф.н. Юсувалиева Рахима (Жахон иқтисодиёти ва дипломатия университети)

### **2. Фалсафа ва ҳаёт соҳасидаги қарашлар**

Доцент Норматова Дилдора Эсоналиевна (Фарғона давлат университети)

### **3. Тарих саҳифаларидаги изланишлар**

Исмаилов Ҳусанбой Маҳаммадқосим ўғли (Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Таълим сифатини назорат қилиш давлат инспекцияси)

### **4. Социология ва политологиянинг жамиятимизда тутган ўрни**

Доцент Уринбоев Хошимжон Бунатович (Наманган муҳандислик-қурилиш институти)

### **5. Давлат бошқаруви**

PhD Шакирова Шохида Юсуповна (Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги "Оила" илмий-амалий тадқиқот маркази)

### **6. Журналистика**

Тошбоева Барнохон Одилжоновна (Андижон давлат университети)

### **7. Филология фанларини ривожлантириш йўлидаги тадқиқотлар**

Самигова Умида Хамидуллаевна (Тошкент вилоят халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш ҳудудий маркази)



### **8.Адабиёт**

PhD Абдумажидова Дилдора Рахматуллаевна (Тошкент Молия институти)

### **9.Иқтисодиётда инновацияларнинг туган ўрни**

Phd Вохидова Мехри Хасанова (Тошкент давлат шарқшунослик институти)

### **10.Педагогика ва психология соҳаларидаги инновациялар**

Турсунназарова Эльвира Тахировна (Навоий вилоят халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш ҳудудий маркази)

### **11.Жисмоний тарбия ва спорт**

Усмонова Дилфузахон Иброхимовна (Жисмоний тарбия ва спорт университети)

### **12.Маданият ва санъат соҳаларини ривожлантириш**

Тоштемиров Отабек Абидович (Фарғона политехника институти)

### **13.Архитектура ва дизайн йўналиши ривожланиши**

Бобохонов Олтибой Раҳмонович (Сурхандарё вилояти техника филиали)

### **14.Тасвирий санъат ва дизайн**

Доцент Чариев Турсун Хуваевич (Ўзбекистон давлат консерваторияси)

### **15.Муסיқа ва ҳаёт**

Доцент Чариев Турсун Хуваевич (Ўзбекистон давлат консерваторияси)

### **16.Техника ва технология соҳасидаги инновациялар**

Доцент Нормирзаев Абдуқайом Раҳимбердиевич (Наманган муҳандислик-қурилиш институти)

### **17.Физика-математика фанлари ютуқлари**

Доцент Соҳадалиев Абдурашид Мамадалиевич (Наманган муҳандислик-технология институти)

### **18.Биомедицина ва амалиёт соҳасидаги илмий изланишлар**

Т.ф.д., доцент Маматова Нодира Мухтаровна (Тошкент давлат стоматология институти)

### **19.Фармацевтика**

Жалилов Фазлиддин Содиқович, фарм.ф.н., доцент, Тошкент фармацевтика институти, Дори воситаларини стандартлаштириш ва сифат менежменти кафедраси мудири

### **20.Ветеринария**

Жалилов Фазлиддин Содиқович, фарм.ф.н., доцент, Тошкент фармацевтика институти, Дори воситаларини стандартлаштириш ва сифат менежменти кафедраси мудири

### **21.Кимё фанлари ютуқлари**

Раҳмонова Доно Қаххоровна (Навоий вилояти табиий фанлар методисти)



## **22. Биология ва экология соҳасидаги инновациялар**

Йўлдошев Лазиз Толибович (Бухоро давлат университети)

## **23. Агропроцессинг ривожланиш йўналишлари**

Доцент Сувонов Боймурод Ўралович (Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш мухандислари институти)

## **24. Геология-минерология соҳасидаги инновациялар**

Phd доцент Қаҳҳоров Ўктам Абдурахимович (Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш мухандислари институти)

## **25. География**

Йўлдошев Лазиз Толибович (Бухоро давлат университети)

*Тўпламга киритилган тезислардаги маълумотларнинг ҳаққонийлиги ва иқтибосларнинг тўғрилигига муаллифлар масъулдир.*

© Муаллифлар жамоаси

© Tadqiqot.uz

PageMaker\Верстка\Саҳифаловчи: Шахрам Файзиев

Контакт редакций научных журналов. [tadqiqot.uz](http://tadqiqot.uz)  
ООО Tadqiqot, город Ташкент,  
улица Амира Темура пр.1, дом-2.  
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: [info@tadqiqot.uz](mailto:info@tadqiqot.uz)  
Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of [tadqiqot.uz](http://tadqiqot.uz)  
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,  
Amir Temur Street pr.1, House 2.  
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: [info@tadqiqot.uz](mailto:info@tadqiqot.uz)  
Phone: (+998-94) 404-0000

**ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ**

<b>1. Safarov Bahodir Raimovich</b> O'RTA ASRLARDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT .....	7
<b>2. Shabonova Vazira Tulayeva</b> MILLIY SPORT TURLARI VA O'YINLARI JISMONIY TARBIYA VA SALOMATLIK OMILI SIFATIDA .....	9
<b>3. P.Қалжанов</b> БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИНИНГ САМАРАДОРЛИГИНИ ОШИРИШ .....	10
<b>4. Sabirov Sarvarbek Sabirovich</b> FUTBOLDAGI BIRINCHI BOR JORIY QILINGAN O'YIN QOIDALIRI .....	12



## ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ

### О'РТА АСРЛАРДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ

**Safarov Bahodir Raimovich,**  
Qiziltepa tumanidagi 12\_maktabning  
Jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi.

**Annatsiya:** Hozirgi kunda jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan e'tiborning oshishi davr talabiga aylanmoqda. Mazkur maqolada O'rta asrlarda jismoniy tarbiya va sport sohalarining asosiy maqsadi madaniyatning tarkibiy qismi hisoblangan jismoniy barkamollikning ahamiyati ochib beradi.

**Kalit so'zlar:** Risarlarni tarbiyalashda otda yurish, Feodal tuzumi, Cherkov, akrobatika, Ritsarlarning harbiy-jismoniy tayyorgarligi, uloqtirish.

O'rta asr davri eramizning V-VII asrlariga to'g'ri keladi. Bu vaqtda feodal tuzumi G'arbiy va Sharqiy Yevropa, Osiyo hamda Shimoliy Afrikada vujudga kelib, u rivojlanib boradi. Markaziy Amerika, Avstraliya qit'alari, Osiyoning shimoliy viloyatlarida esa bu davrda ibtidoiy jamoa tuzumi yoki ilk quldorchilik tuzumi hukm surgan. Demak, jahondagi xalqlar turli-tuman ijtimoiy sharoitlarda yashab, o'z madaniyatlarini bir-birlari hisobiga to'ldirganlar hamda boyitganlar.

**Yevropa.** Feodal tuzumi davrida asosan risarlar va diniy arboblarning hukmronlik qilganlar. Ular, asosan, krepostnoy dehqonlar va hunarmand aholini ezish va ishlatish asosiga yashganlar.

O'rta asrlar davomida madaniyatning tarkibiy qismi sifatida jismoniy tarbiya va sport ham rivojlangan. Bir necha yuz yillar davomida katolik dini aqliy va jismoniy tarbiyaga salbiy ta'sir o'tkazib keldi. Xristian dini ta'lim va tarbiya sohasida o'zining hukmronligini ustun qo'ydi. Bunda faqat ruhiyat va oxirat haqida ta'limot olg'a surildi. Dinning ta'siri natijasida maktablar va universitetlarda jismoniy tarbiyaga e'tibor berilmadi. Cherkov feodal tuzumiga yordam berish maqsadida risarlik katolisizmini keng tarqatdi. Salb (xoch) yurishlaridagi risarlik faoliyatlarida jismoniy tayyorgarlikka ehtiyoj sezilib, shu sababdan ularni tayyorlashga e'tibor kuchaytirildi hamda risarlik jismoniy tarbiya tizimi tashkil etildi. Bunda, asosan, harbiy ishning amaliy xususiyatiga tayanildi.

Risarlarni tarbiyalashda otda yurish, qilichbozlik, ov suzish, kamondan o'q otish, shaxmat o'yini, she'r aytish kabilardan foydalaniladi. 7-14 yoshdagi bo'lajak risarlar obro'li feodal ayollar tarbiyasini olgan. Bolalar orasidan tanlab olingan 14 yoshga tulganlar qurollarni ishlatish bo'yicha tayyorlanardi. 21 yoshda esa ular bevosita risarlikka jalb qilingan. Ular har qanday xizmatni bajarishga tayyor bo'lishi uchun kuch va chidamlilikka erishish yo'lida jismoniy mashqlar bilan shug'ullanganlar. Bunda o'yinlar va sport muhim o'rin tutgan. O'yinlar, harakatlar harbiy xususiyatga ega bo'lgan. Sport o'yinlari ichida fransuzcha «Je de pom» (tennisga o'xshash), inglizcha «so'l» (futbolga o'xshash), gollandcha «Gold» o'yinlari ko'proq qo'llanilgan. Harbiy tayyorgarlik mashqlarida shahar devorlariga hujum, qasr va qurg'onlarni o'rab olib, qamal qilish mazmun topgan. Buning uchun sun'iy joylar tayyorlangan. Sport turlari orasida qilichbozlik, otda yurish, kurash, nayza uloqtirish, bosqon irg'itish, uzunlikka sakrash, kamondan o'q otish, suzish kabi mashg'ulotlarga keng o'rin berilgan.

Nayzabozlikni o'rgatishda shu sohadagi mutaxassis o'qituvchilar feyxmestrlarni taklif etishgan. Boshqa turlarda ham bu usullar qo'llanilgan. Risarlarning ko'ngil ochish mashqlari asosan ov qilish, ya'ni burgut (lochin) yoki it bilan o'ljani tutish otda va piyoda yurib hayvon ovlashdan iborat edi.

Ritsarlarning harbiy-jismoniy tayyorgarligini sinovdan o'tkazish uchun ritserlar turnirini o'tkazishgan. Bu haqda VI asrda Fransiyada amalga oshirilgan faoliyatlar tadbirlar guvohlik beradi. Turnirlar ommaviy tusda va yakkama-yakka bellashuvlar ko'rinishida o'tkazilgan. Turnirlarni tashkil qilish asosan oilada o'g'il tug'ilishi, jangdagi g'alaba, risarning uylanishi, yirik feodalning



tug'ilgan kuni va boshqa sabablar bilan bog'liq bo'lgan.

Yakka bellashuvda risarlar «qiroлга hayot, ayolga qalb baxsh etish va o'ziga shon-shuhrat keltirish» uchun qasamyod qilishgan. Turnirlarning o'tkazilishi ko'proq XIII asrga to'g'ri keladi, ya'ni bu krest (xoch) yurishi bilan bevosita bog'liqdir. Bunday yirik turnirlar Germaniya, Angliya, Fransiya, Ispaniyada ko'proq tashkil etilgan. So'nggi turnirlar XV asr oxirlarida Germaniyada, XVI asr boshlarida Fransiyada o'tkazilgan. Bu davrda feodal munosabatlar keskin o'zgardi va risarlik tizimi susayib bordi, ya'ni yangi burjuaziya munosabatlari yuzaga keldi. Bu, o'z navbatida porox va o'q otar qurollarning kashf etilishi tufayli jismoniy tarbiyaga ehtiyoj sussayishini keltirib chiqardi.

Dehqonlarning yer mulki va o'z shaxsiy mulkiga ega bo'lishi yollanma ishchilarning ko'payishini ta'minladi. Feodallar va din peshvolari jismoniy mashqlar va xalq o'yinlariga qarshi edi. Buning negizida, asosan, dehqonlar va shahar hunarmandlarini qo'zg'alon ko'tarish, eng avvalo jismoniy va harbiy kuchga ega bo'lish imkoniyatidan mahrum etish maqsadi yotar edi. Shunga qaramasdan xalq qadimgi o'yinlar va jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish, an'anaviy bayram va marosimlarda ularni qo'llashni ma'lum darajada davom ettirgan. XIV asrda Shvesariyada 16-18 yoshdagi o'smirlar o'rtasida yugurish, sakrash, kurash, nayza uloqtirish, tayoqlarda qilichbozlik kabi sport turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazilgan.

Chex dehqon va hunarmandlari XV asrda Rim katolik dini va feodallariga qarshi g'alayon va qo'zg'alonlarida jismoniy mashqlardan harbiy maqsadda samarali foydalanganlar.

O'rta asrda shaharlarning ko'payishi (XI-XIV asrlar) xalq jismoniy madaniyati yangi shakllarining rivojlanishiga olib keldi. Shahar hunarmandlari, mehnatkashlari shaharni himoya qilish maqsadida qilichbozlik va o'q otish bo'yicha «Birodarlik» jamiyatini tuzganlar. Bunday faoliyatlar Fransiya, Italiya, Germaniya, Belgiya, Shvesariya kabi davlatlarda namunali bo'lgan. Shu asosda turli xil o'yinlar va ko'ngilochar tadbirlar ham tashkil qilingan. Angliyaning maydonlari va keng ko'chalarida sul (futbolga o'xshash o'yin) ommaviy ravishda o'tkazilib, tomoshabinlarni jalb etgan. Shahardagi ommaviy sayllarda akrobatika, kurash, mushtlashish kabi o'yin-mashqlar namoyish etilgan.

Dehqonlar orasida kurash, tosh otish (uloqtirish), yugurish, tayoqlar bilan qilichbozlik, konkida uchish, otda poyga, lapta, to'p bilan o'yin, chim xokkeyi, chang'ida yurish kabi turlar keng tarqalgan.

O'rta asr oxirlarida (XV-XVI a.a.) shahar burjualari kichik doirada o'q otish va qilichbozlik bo'yicha tuzgan «Birodarlik» («Bratstvo») jamiyatlari mustahkamlana bordi. Shahardagi boylar jismoniy mashqlar va o'yinlar o'tkazish uchun maxsus joylar, moslamalar qura boshladi. Bunda asosan tennis, golf, kriketga katta e'tibor berildi.

Xulosa qilib aytganda, o'rta asrlar jarayonida jismoniy madaniyat yangi shakllar va mazmunlarga ega bo'lgan holda, ularning deyarli barcha vositalari qadimgi ajdodlar jismoniy madaniyat negizida rivoj topdi. Ularni takomillashtirishda harbiy jismoniy tayyorgarlik tadbirlari, yoshlarni har tomonlama tarbiyalash maqsadida tashkil etilgan risarlik maktablari va boshqa shu turdagi o'quv muassasalarining o'rni g'oyat katta bo'ldi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jismoniy tarbiya tarixi. Darslik (tarjima), T., «O'qituvchi», 1975.
2. Abdumalikov R., Eshnazarov J.E., Ajdodlar jismoniy madaniyat tarixini o'rganish masalalari, O'quv qo'llanma, T., Matbuot, 1993.
3. Eshnazarov J., Jismoniy madaniyat va sportni boshqarish. Darslik, Toshkent, «Fan va texnologiya», 2008.
4. Arxiv .uz
5. Ziyonet.uz



## MILLIY SPORT TURLARI VA O'YINLARI JISMONIY TARBIYA VA SALOMATLIK OMILI SIFATIDA

**Shabonova Vazira Tulayeva,**  
Qiziltepa tumanidagi 12-maktabning  
jismoniy tarbiya o'qituvchisi.

**Annotasiya:** Hozirgi kunda O'zbekiston Respublikasida milliy sport turlariga bo'lgan e'tiborning oshishi yosh avlodni har tomonlama barkamol bo'lib o'sishida muhim ahamiyat kasb etishi ta'kidlanmoqda. Mazkur maqolada milliy sport turlari va o'yinlari jismoniy tarbiya va salomatlik omili sifatida ochibberiladi.

**Kalit so'zlar:** Milliy sport turlari, "Varrak" o'yini, musoboqa, itoatkorlik, adolatlilik.

Milliy sport turlari va o'yinlarni oila, yashash joyi, o'quv tarbiya muassasalarida tashkil qilish va o'tkazish merosimizni hayotga tadbiiq qilishi zarur ekanligini ko'rsatadi. O'yinlar va milliy sport turlarining mohiyati shundaki, xalqimizning milliy ruhiyati, aqli-zakovatini tarix sinovlaridan o'tgan bebaho boylik sifatida tarbiya samaradorligini yuqori saviyaga ko'taradi. Ular bolalari maktabgacha yoshidanoq hozirgi darajasidan ko'ra jiddiy farq qiladigan yuqori saviyada maktabga tayyorlaydi. Ularning fikrlash va jismoniy harakatchanlik imkoniyatlarini mukammal ruyobga chiqaradi. O'yinlar kelajakda ota-ona bo'lish va xilma-xil sharoitlarda mustaqil hayot kechirish uchun bolalarni o'z aqli va mehnati bilan kundalik qiyinchiliklarni yechishga tayyorlaydi.

Tarbiyada hozirgi vazifa yoshlar qobiliyatini barkamol rivojlantirish hamda kamolotga yetkazishning eng mahsuldor yo'lini topish va joriy qilishdir. SHu nuqtai nazardan, barcha o'quv tarbiya muassasalari hamda oliy va o'rta maxsus o'quv yurtlarida har yili hududlarida keng tarqalgan milliy sport turlari va o'yinlarini yoshlarga o'rgatishni hamda jamoalarda musoboqalar tashkil qilish tavsiya etilmoqda.

Tuman va shahar buyicha ana shunday musoboqalarni tashkil qilish o'yinlarning xalq orasida keng yoyilishiga yordam beradi va yoshlarning milliy sport yordamida barkamol o'sishiga sharoit yaratadi.

Musoboqa ishtirokchilarini bir joyga to'plab o'yin o'tkazish shart emas. SHahar tuman maktablari va mahallalarni bir necha hududlarga bo'lib. Musoboqalarni o'tkazish, uning natijalarini tahlil qilish va xulosalar chiqarib, qoloqlarni ilg'orlar darajasiga ko'tarish maqsadga muvofiqdir.

Shunga, o'xshash tadbirlarni joriy qilish biz uchun eng qimmatlisi milliy sport turlari va o'yinlari orqali bolalarni qoidaga itoatkorlik, adolatli bo'lish. Mardlik va to'g'rilikni tarbiyalash va g'alabani faqat o'yin qoidalari doirasida qo'lga kiritishga odatlantirish. Milliy o'yinlarni yig'ish va ularni hayotga tadbiiq qilishda eng avvalo ularni mukammal o'rganib chiqish, shug'ullanuvchilarning yoshi jinsi. Salomatlik darajasiga qarab moslashtirishdan iborat. Bu esa barcha ta'lim xodimlarni va yoshlar tarbiyasida aloqador boshqa javha kishilarning izchillik bilan ish yuritishlarini taqozo qiladi.

Har bir insonning aniqsa hayotga qadam qo'yib kelayotgan yoshlarning ongiga shunday fikrni singdirish kerakki, ular o'rtaga qo'yilgan maqsadlarga erishish o'zlariga bog'liq ekanligini, ya'ni bu narsa ularning sobitqadmligiga, g'ayrat-shajoatiga, to'la-tukis fidokorligiga va cheksiz mehnatsevarligiga bog'liq ekanligini anglab olishlari kerak. Xuddi shu narsa davlatimiz va xalqimiz ravnoq topishining asosiy shartidir.

Uylab ko'ring. "Varrak" o'yinida qanchadan-qancha hayotiy ilmlar yashirinib yotibdi. Bolaning fikrlanishini rivojlantiradi, tanasini yaniqtiradi va salomatligini m ustahkamlanadi va bilan birga uning kamolotga erishishiga yordamlashadi.

Bolalarni hayotga va maktabga tayyorlashda ularning umrini dastlabki 7 yilini befoyda, aniqrog'i, zararli o'tkazmasligi uchun milliy sport turlari va o'yinlarini tiklash hamda keng tarqatish kechiktirib bo'lmaydigan vazifa deb qaralishi lozim.

Xulosa o'rnida aytish joizki, bu masalaning ijobiy hal qilinishi bolalar orasida bilim va malakalarini o'zaro keng tarqalinishi yo'l ochadi. Bolalar o'zidan kattalar bilan o'ynaganda ularning tajribasini qabul qilib, aqliga aql qo'shiladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ayrapyans L.P. "Milliy sport turlari va o'yinlarning rivojlantirishning muommolari. Toshkent-1998 yil
2. "1001 o'yin" T.Usmonxo'jayev Toshkent-1995 yil
3. YU. Portnex "Sport va harakatli o'yinlar". Moskva-1997 yil.



## БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИНИНГ САМАРАДОРЛИГИНИ ОШИРИШ

**Р.Қалжанов**

Ажиниёз номидаги НДПИ магистранти.  
Нукус шаҳар 37 сонли мактав  
жисмоний тарбия уқитувчиси.

**Анотация:** Ушбу мақолада мактав уқувчиларини жисмоний тарбияни ривожлантиришда халқимиз миллий кадрятлардан унамли фойдаланиш, уни талим тарбия жарайонида қоллаш ва унинг фойдали жихатлари хақида кетирип отилган.

**Калит сөзлар:** Жисмоний тарбия, Мушак кучлари, Тезкорликни ривожлантириш.

Ёш авлоднинг ҳар томонлама: ақлий, ахлоқий ва жисмоний жиҳатдан ривожланишида жисмоний тарбия асосий ўринлардан бирини эгаллайди. Шунинг учун Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонунида “Мактабгача ёшдаги болалар, ўқувчилар ва талабалар

саломатлигини асраш ва мустаҳкамлаш, уларда жисмоний баркамоллик эҳтиёжини шакллантириш мактабгача тарбия муассасалари, мактав ва ўқув юрғларининг асосий вазифаси ҳисобланади” дейилади.

Мамлакатимизда таълим тизимини такомиллаштириш, Ватан равнақини таъминлайдиган ёшавлодни тарбиялаб вояга етказиш масалаларига жиддий эътибор берилмоқда.

Бошланғич синф ўқувчиларида жисмоний фаолликнинг етишмаслиги организм функциялари ва унинг фаолиятига салбий таъсир қилади, оқибатда ҳаракат малакалар ва асосий жисмоний сифатларнинг ривожланишини сусайтиради. Шунинг учун бошланғич синф ўқувчиларида жисмоний тарбия дарсинисамарадорлигини оширишда янги педагогик технологиядан фойдаланиш – бошланғич таълимда жисмоний тарбияни ўқитишнинг долзарб вазифаларидан биридир.

Бир хил ёшдаги ва бир хил жисмоний ривожланишга эга бўлган болаларда жисмоний сифатларнинг ривожланиши ҳар хил эканлиги таъкидланган. Шу сабабли, жисмоний ривожланиши ҳар хил бўлган ўғил ва қизларда жисмоний сифатларни тарбиялаш учун индивидуал дастурлар тузиш, машқлар мажмуасини ишлаб чиқиш, дарс жараёнида ҳар бир гуруҳ учун самарали ёндашган ҳолда ўргатишни ташкил қилиш жисмоний тарбия жараёнида долзарб масалалардан биридир.

Илмий услубий адабиётларни таҳлил этиш ва умумтаълим мактабларидаги жисмоний тарбия амалиётини умумлаштириш натижасида шу нарса аниқландики, 7-10 ёшли ўқувчиларининг жисмоний тарбия дарсларида бериладиган юкламанинг таркибий қисми ва ўлчамларидан фойдаланишда машқларни меёрлаб беришнинг аниқ кўрсатмалари ва тавсифномалари деярли мавжуд эмас.

Жисмоний тарбия ўқитувчиларининг саволномага берган жавобида 52,7 %дан кўпроғи машқларни меёрлаб беролмаслиги аниқланди. Бу эса, кўпчилик умумтаълим мактабларининг бошланғич синфларда жисмоний тарбия мутахассислари эмас, балки умумтаълим фанларининг ўқитувчилари дарс ўтиши билан боғлиқдир.

Мушак кучларини ривожлантиришда максимал кўрсаткичга нисбатан 50-80% шиддатда 2 марта ёндошиш сериялар ўртасидаги оралиқни 30-40 сониядан 80-110 сониягача белгилаш бир соатлик дарсда ҳамма мушаклар гуруҳларига 12-15 дақиқа юклама бериб, 2 серияда машқларни 3-4 мартадан 5-8 мартагача такрорлаш зарур.

Тезкорликни ривожлантиришда 7-8 ёшли болалар учун машқларнинг давом этиш вақти 3-7 сония, бир сериядаги такрорлашлар сони 2-3 марта, дам олиш оралиғи 7-20 сония, сериялар сони 2 та, сериялар ўртасидаги дам олиш оралиғи 70-90 сонияга тенг бўлиши керак.

Йиллик ўқув-тарбиявий ишлар жараёнида қўлланилган ва ишлаб чиқилган тажриба воситалари қуйидаги нисбатда берилди:

а) Очик ҳавода ўтказилган машғулотларда 60 %-тезкорлик, тезкорлик-кучликликка; 20%-куч ва чидамликликка; 20%-чаққонлик, эгилувчанликка;

б) Мактав спорт залида 40%-куч, тезкор-кучликликка; 20% чидамликликка; 20%-тезликка;



20%- чаққонлик ва эгилувчанликка тақсимланганда, бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний тайёргарлиги, ўқув материалларини ўзлаштириш сифати фарқли равишда яхшиланди.

Юқоридаги далиллар асосида хулоса қилиб айтиш мумкинки, умумтаълим мактабларидаги жисмоний тарбия дарсларида болаларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишнинг асосий йўналишларидан бири меёрланган машқлардан фойдаланишдир.

#### **Адабиётлар**

1. Абдумаликов Р. Абдуллаев А ва бошқлар, Жисмоний тарбия илимини ттакомиллаштириш масалалари, методик колланма нашрийоти 1996
2. Абдуллаев М,Ж энгил атлетика урта ва узак масофаларга егурившилар ушун мурабийнинг касбий педагогик фоолияти. Окув колланма. Бухоро «Дурдана» – 2015 йил.



## FUTBOLDAGI BIRINCHI BOR JORIY QILINGAN O‘YIN QOIDALIRI

**Sabirov Sarvarbek Sabirovich**

Urganch shahar 28-son maktab o‘qituvchisi

Telefon: +998 (97) 791 98 05

sarvarbek.sabirovich\_28@inbox.uz

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada yillar kesimada futboldagi birinchi bor joriy qilingan o‘yin qoidaliri haqida ma’lumotlar berilgan.

**Kalit so‘zlar:** Futbol, maydonning bo‘yi, darvoza chizig‘i, o‘yindan tashqari holat, aut, arqonli darvoza ustuni, FIFA, UeFA, KONKAKAF, AFK.

Birinchi bor yagona o‘yin qoidalari joriy qilishga urinib ko‘rish Kembridj futbol klubiga tegishlidir. XIX asr o‘rtalaridagi “to‘s-to‘polon futbol”dan bosiqroq, jamoaviy, tashkillashtirilgan futbolga o‘tildi va 1848 yilda Kembrijda rasmiylashtirilmagan futbol qoidalari ishlab chiqilib, o‘yinlar tashkil etildi. 1848 yili bu qoidalarni nashr etishga qaror qilinadi. Afsuski, u bosmadan chiqmay yo‘qolib ketadi. Shunga qaramay, bu qoidalar ko‘p ingliz kollejlari “Kembridj qoidalari” tarzida ma’lum. Oradan 9 yil o‘tib, ya’ni 1857 yil Sheffild shahrida dunyoda birinchi bo‘lib futbol jamoasi tashkil topdi.

Biggacha yetib kelgan dastlabki qoidalar esa 1863 yili 26 oktyabr Londonga Angliya futbol uyushmasining tashkil etilishi paytida bu o‘yinning 13 moddadan iborat bo‘lgan ilk rasmiy qoidalari tasdiqlangan keyinchalik bu qoidalar boshqa barcha milliy uyushmalar uchun futbol o‘yining asosi bo‘lib qoldi. 1863 yili, 8 dekabrda bu qoidalar e’lon qilingan. Qo‘yida o‘sha qoidalar teksti “Futbol: tarixi uyushtirish, texnika, trenirovka, va taktikasi” (Maskva, 1927) kitobida qanday e’lon qilingan bo‘lsa, xuddi o‘shanday keltirilgan:

1. Maydonning bo‘yi 200 yard (183m) dan, eni 100 yard (91.5m) dan oshmaydi. Maydonning burchaklarida bayroqchalar o‘rnatiladi. Ustiga to‘sin yotqizilmagan darvoza 8 yard (7.32 m) oralig‘idan o‘tsa, darvoza zatb etilgan hisoblanadi.

2. Kim qay tomondan o‘ynashi qur’a tashlab hal qilingan. Kur’ada yutqazgan jamoada maydon markaziga qo‘yilgan to‘pni tepib, o‘yinni boshlab beradi. Ikkinchi jamoa o‘yinchilari to‘p tepulguncha qadar unga 10 yard (9.1m) dan yaqin kela olmaydilar.

3. Darvozaga to‘p urilgandan keyin, jamoalar tomonlarini almashtirganlar.

4. To‘p qo‘lda uloqtirilmay, qo‘lda zarba berilmay yoki qo‘lda ko‘tarib kirilmay, ikkita ustun oralig‘idan o‘tsa, darvoza zatb etilgan hisoblanadi.

5. Agar to‘p yon chiziqdan tashqariga chiqib ketsa, unda hammadan avval tega olgan o‘yinchi to‘pni chiziqni kesib o‘tgan joydan, chiziqqa nisbatan to‘g‘ri burchak hosil qiladigan o‘ynalishda to‘pni qo‘lda maydonga tashlab beradi. To‘pni yerga tekkan zahoti o‘yinga kirgan hisoblanadi.

6. O‘yinchi zarba berayotgan paytda uning jamoasining zarba beruvchidan ko‘ra raqib darvozasiga yaqinroq turgan hamma o‘yinchilari o‘yindan tashqari holatda hisoblanadi va ular to‘pga tega olmaydilar yoki raqiblarga halaqit bera olmaydilar.

7. To‘p darvoza chizig‘idan tashqariga chiqib ketib, chiziqning nariyog‘ida himoyalananayotgan jamoada o‘yinchi birinchi bo‘lib unga tegsa, shu jamoada darvoza chizig‘ining o‘yinchi to‘pga tekkan joy ro‘parasidagi nuqtasidan to‘p tepish huquqini oladi: bordi-yu hujum qilayotgan jamoada o‘yinchi to‘pni birinchi to‘pni tekkan joy ro‘parasidagi nuqtasidan erkin to‘p tepish huquqini oladi. Erkin to‘p tepish paytida himoyadagi jamoa to‘p tepilguncha qadar darvoza chizig‘idan tashqarisida turadi.

8. Agar o‘yinchi boshqa o‘yinchi zarbasidan uchib kelayotgan to‘pni bevosita qo‘li bilan ilib olsa, shu holat ro‘y bergan joyni belgilab olib, o‘sha joydan erkin tepishi mumkin.

9. O‘yinchilar to‘pni qo‘llariga olib yugura olmaydilar.

10. O‘yinchilarni chalish va urish man etildi, shuningdek o‘yinchini qo‘l bilan ushlab to‘xtatib qolish yoki turtish man etiladi.

11. To‘pni qo‘l bilan uzatish man etiladi.

12. Maydon ichida to‘pga qo‘l tekkizish man etiladi.

13. Temir va guttaperchadan qilingan joylari turtib chiqqan poyavzallarda o‘ynash man etilgan.

Ko‘rinib turibiki, 1863 yildagi qoidalar hozirgi qoidalrdan anchagina farq qiladi. Bu hozirga kungacha futbol qonun qoidalarini yillar o‘tishi bilan o‘zgartirishini ko‘rsatadi.



1866 yilda “o‘yindan tashqari holat” qoidasi yengillashtirildi. Endi raqiblar sirt chizig‘i bilan o‘zi o‘rtasida qarshi tomon o‘yinchilaridan uch kishi bo‘lsa, bu o‘yinchi “o‘yindan tashqari holat” bo‘lmaydi.

1866 yilda yilda balandlikni cheklash uchun ustunlar orasiga arqon tortiq qo‘yildi.

1870 yili birinchi marta 11 o‘yinchi maydonga chiqdi.

1871 yili birinchi marta darvozabonga o‘ng qo‘l bilan o‘ynash ruxsat berildi.

1871 yildan uchrashuvlar 1.5 soat mobaynida o‘tkazila boshlagan.

1872 yildan boshlab futbol bo‘yicha halqaro uchrashuvlar tarixi boshlandi. Unda angliya va Shotlandiya terma jamoalari kurash olib borgan. Uchrashuv durrang 0:0 bilan yakunlangan.

1872 yili ko‘pchilik jamoalar yig‘ilib bir qarorga kelishdiki, to‘p yumaloq va uning sferik aylanasi taxminan 68.6-70 sm bo‘lishi lozim. Shu yili to‘pning og‘irligi va hajmi rasman tasdiqlangan.

1873 yili to‘p himoyadagi o‘yinchiga tegib, sirt chiziqdan maydon tashqarisiga chiqib ketganda burchakdan to‘p tepish qoidasi kiritildi.

1873 yili aut to‘pni qo‘lda o‘ynashga kiritish belgilangan.

1875 yili arqonli darvoza ustuni o‘rniga 2.44m balandlikda yotqazilgan to‘singa almashtirildi.

1875 yili darvozaga to‘p kiritilgandan keyin tomonlar almashinish qoidasi o‘rniga, o‘yinchilar tanaffusdan qaytgandan keyin almashish qoidasi joriy qilindi.

1880 yili birinchi marta futbol o‘yinida hakam ishtirok eta boshladi. Ungacha futbol jamolarining sardorlari o‘yin qoidalariga rioya qilinishini kuzatib turganlar.

1883 yildan boshlab uchrashuv ikkita bo‘limga bo‘linib, o‘sha 1.5 soat ikkiga bo‘lingan (45 daqiqadan).

1884 yildan Britaniya orollarida birinchi halqaro rasmiy turnir o‘tkazila boshlangan.

1891 yili birinchi marta sudya (hakam) ikkita yordamchisi bilan maydonga chiqdi.

1891 yili birinchi marta 11 metrlik penalti belgilandi.

1902 yilda darvozabonga ikkita qo‘lda o‘ynashga ruxsat etilgan.

1902 yili birinchi marta to‘liq va to‘g‘ri maydon o‘lchamlari chizildi.

1933 yili birinchi marta 1-11 gacha o‘yinchilar raqamda chiqishdi.

1900 yildan futbol olimpiya sport turiga aylandi, ammo rasmiy jihatdan u Olimpiya o‘yinlari dasturiga 1908 yilda kiritilgan.

1904 yili Belgiya, Gollandiya, Daniya, Fransiya, Shvetsiya, va Shvetsariya vakillari tashabbuskorligi bilan Halqaro futbol uyushmasi (FIFA) tuzildi. Bu uyumaga 200 ortiq davlatlar a‘zo bo‘lgan. FIFAning tashkiliy negizini 6 qit‘aning tashkilotidan iborat. Balar: UeFA – yevropa ittifoqi futbol uyushmasi, KONKAKAF – shimoliy va markaziy Amerika mamlakatlari hamda Karib dengizi havzasi mamlakatlarning futbol konfednratsiyasi, KONMeVOL – janubiy Amerika mamlakatlari futbol konfederatsiyasi, KAF – Afrika futbol konfederatsiyasi, AFK – Osiyo futbol konfederatsiyasi, KFO – Okeaniya futbol konfederatsiyasidir.

### **Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati**

1. Normurodov A. N. «Yengil atletika» TOSHDSHI 2012 yil.

2. YUnusov Y.M. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi (uchebnik).T.: 2017 g.

3. Umumiy va sport fiziologiyasidan amaliy mashg‘ulotlar, T.: «O‘qituvchi»2010 y.

**"ЎЗБЕКИСТОНДА ИЛМИЙ-АМАЛИЙ ТАДҚИҚОТЛАР"  
МАВЗУСИДАГИ РЕСПУБЛИКА 26-КЎП ТАРМОҚЛИ  
ИЛМИЙ МАСОФАВИЙ ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ  
МАТЕРИАЛЛАРИ**

**(11-қисм)**

**Масъул муҳаррир:** Файзиев Шохруд Фармонович  
**Мусаҳҳиҳ:** Файзиев Фаррух Фармонович  
**Саҳифаловчи:** Шахрам Файзиев

Эълон қилиш муддати: 31.03.2021

**Контакт редакций научных журналов. [tadqiqot.uz](http://www.tadqiqot.uz)**  
ООО Tadqiqot, город Ташкент,  
улица Амира Темура пр.1, дом-2.  
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: [info@tadqiqot.uz](mailto:info@tadqiqot.uz)  
Тел: (+998-94) 404-0000

**Editorial staff of the journals of [tadqiqot.uz](http://www.tadqiqot.uz)**  
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,  
Amir Temur Street pr.1, House 2.  
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: [info@tadqiqot.uz](mailto:info@tadqiqot.uz)  
Phone: (+998-94) 404-0000