



SPORTDA ILMIY TADQIQOTLAR

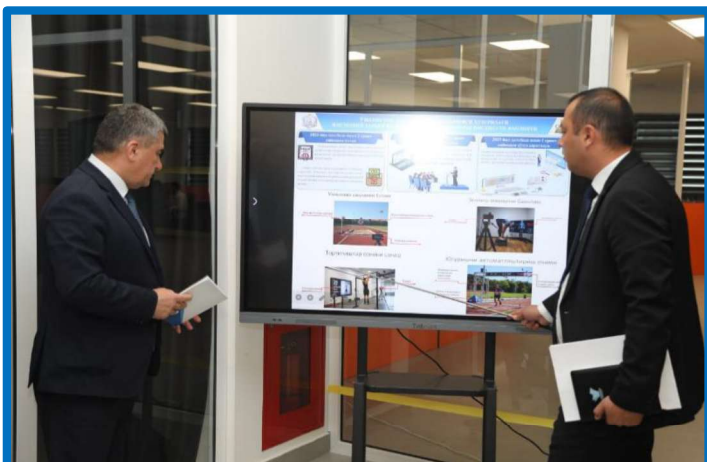


I.A.Tursunaliyev
R.M.Matkarimov
F.A.Kerimov
M.X.Mirjamolov
M.O‘.Arziqulov
K.D.Yarashev
D.H.Umarov
O.J.Dadaboyev
J.M.Ishtayev
E.T.Raxmonov
Z.P.Rasulov
Z.G.Gapporov
A.A.Artikov
N.M.Yusupov
Y.Y.Aripov
D.Yu.Tashnazarov
A.U.Xamidjonov
M.M.Azizov
SH.V.Djalalov
N.N.Azizov
D.Y.Egamov
M.R.Yo‘ldashov
SH.M.Nurmatova
S.N.Po‘latov
O.R.Egamberdiyev
D.B.Shaymardonov
B.B.Kipchakov
Sh.S.Ermatov
U.S.Dusanov
O.E.Toshmurodov
F.M.Muradov
O.Z.Pirmatov
E.A.O‘rinboyev
Sh.I.Shadjalilov
L.T.Davlatova
D.N.Raxmatova
B.B.Musayev
Sh.S.Tursunov
Z.X.Yusupova
O.A.Dadabayeva
Y.Y.Maxammadiyeva
A.Akbarov
N.Sh.Bobomuradov
D.B.Mamazoyitov
N.A.Xudayberdiyeva
A.E.Bobomurodov
N.A.Karimov
D.R.Ibodullayev

I.A.Tursunaliyev – Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlaridagi sportchilarni kompleks tayyorlashning ilmiy-metodologik asoslari.....	5
Р.Д.Халмухамедов - Модернизация подготовки единоборцев на основе анализа динамики функционального состояния спортсменов в послесоревновательный период с использованием технологий искусственного интеллекта.....	13
M.X.Mirjamolov - Talaba-sportchilarning funksional holatini monitoring qilishda raqamli diagnostika tizimlarining samaradorligini baholash.....	11
Z.P.Rasulov - Bo‘lajak sport psixologlari kasbiy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik-psixologik determinantlari.....	21
Z.Sh.Yusupov - Yuqori malakali gandbolchilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik davrida kuch sifatini tahlil qilish usullari.....	26
К.Б.Мухаммадиев - методика отбора борцов для соревнований на учебно-тренировочном этапе.....	29
J.Sh.Jammatov, A.K. Sharipov - Jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishi bitiruvchilarining kasbiy-pedagogik tayyorgarlik darajasini ish beruvchilar bahosiga ko‘ra tahlil qilish.....	34
I.B.Isayev - Yuqori malakali belbog‘li kuarshchilarni yillik tayyorgarlik davrida ovqatlanish ratsion modeli.....	39
M.M.Azizov - Musobaqa oldi davrida talaba-yoshlarning jismoniy sifatleri rivojlanishini nazorat qiluvchi raqamli boshqaruv tizimini yaratish.....	42
Sh.O.Boltabayev. - Yuqori malakali gandbolchilarni sakrab va tayangan holda darvozaga to‘p otish texnik harakatlarining kinematik modeli.....	45
A.U.Xamidjonov - Sportchilar texnik tayyorgarligini aniqlashda sun‘iy intlekt vositalaridan foydalanish ustuvorligi.....	49
N.B.Mengliyev - Jismoniy tarbiya mutaxassislarini kasbiy-amaliy tayyorgarligini rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslari	52
M.A.Abduraxmanova - Kurashchi qizlarning vazn toifalarini inobatga olgan holatda kombinatsion harakatlar texnologiyasini ishlab chiqish va amaliyotga joriy qilish.....	56
M.X.Mirjamolov, A.A.Nabiyev - Talaba bokschilarning reaksiya tezligini aniqlash va tahliliy yondashuv.....	59
M.N.Norqobilov - Ko‘zi zaif o‘smirlarni, sog‘lom o‘quvchilar bilan jismoniy rivojlanish darajasini solishtirma baholash.....	64
H.SH.Bekmanova - Rivojlanishidagi koordinatsion buzilishi (dcd) bo‘lgan o‘quvchilar bilan ishlashda jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kompetensiyasi va kasbiy ehtiyojlari.....	67
F.M.Sharipov - Futbolda tezkor taktik fikrlash harakatlarini o‘rgatishning asosiy tushunchalari va nazariy asoslari.....	71
U.G‘.Rejapov - 13-14 yoshli voleybolchilarda to‘p uzatish aniqligini ta‘minlashga zamin yaratuvchi maxsus jismoniy sifatlarni rivojlanish sur‘ati.....	77
M.S.Xonimov - Yuqori malakali kurashchilarning tezkor-kuch qobiliyatlarini takomillashtirish.....	81
N.R.Qosimova - Yuqori malakali taekvondochilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishda vaziyatli mashqlar metodikasini ishlab chiqish.....	86



JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLARI INSTITUTI





takomillashtirishga doir majmuaviy tizim yetarli emasligi, ushbu yoʻnalishda keng ilmiy tadqiqotlar olib borish zaruratini izohlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Oʻzbekiston Respublikasining 2015-yil 4-sentabrda "Jismoniy tarbiya va sport toʻgʻrisida"gi OʻRQ-394-son Qonun / www.lex.uz.
2. Oʻzbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 20 apreldagi "Oliy taʼlim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari toʻgʻrisida"gi PQ 2909-sonli farmoni. Qonun hujjatlari maʼlumotlari bazasi / www.lex.uz.
3. Chelly M.S., & Hermassi, S. (2017). Effects of eight-week in-season plyometric training on upper and lower limb performance of elite male handball players. Journal of Strength and Conditioning Research, 31(4), – P. 901-907.

4. R.Bhati Kinematic Analysis of Performance of Jump and Throw Technique in Handball Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR) 2018 JETIR November 2018, Volume 5, Issue (11), – P.1051-160.

5. Almeida, G.P.; Silveira, P.F.; Rosseto, N.P.; Barbosa, G.; Ejnisman, B.; Cohen, M. Glenohumeral range of motion in handball players with and without throwing-related shoulder pain. J. Shoulder Elb. Surg. Am. Shoulder Elb. Surg. 2013, 22, – P. 602–607.

6. Wagner, H. Buchecker, M. Duvillard, S. Müller, E. (2010). Kinematic description of elite vs. Low level players in team-handball jump throw. Journal of Sports Science and Medicine. 9, – P. 15-23.



Muallif bilan bogʻlanish uchun:
Tel: +99899 396 50 36

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti ilmiy ishlar va innovatsiyalar boʻyicha direktor oʻrinbosari
p.f.d. (DSc) dotsent
A.U.Xamidjonov
Toshkent, Oʻzbekiston

SPORTCHILAR TEXNIK TAYYORGARLIGINI ANIQLASHDA SUNʼIY INTELEKT VOSITALARIDAN FOYDALANISH USTUVORLIGI

Аннотация

В данной статье рассматриваются вопросы общей физической подготовки спортсменов, а также роль и значение современных цифровых технологий в её развитии. Освещаются возможности эффективной организации тренировочного процесса с использованием цифровых средств, а также методы оценки и контроля физических показателей.

Ключевые слова: Общая физическая подготовка, физические качества, цифровые технологии, тестовые испытания, аналитический анализ, техническая подготовка.

Annotation

Ushbu maqolada sportchilarning umumiy jismoniy tayyorgarligi masalalari, shuningdek, uni rivojlantirishda zamonaviy raqamli texnologiyalarning oʻmi va ahamiyati koʻrib chiqiladi. Unda raqamli vositalar yordamida mashgʻulot jarayonini samarali tashkil etish imkoniyatlari, shuningdek, jismoniy koʻrsatkichlarni baholash va nazorat qilish usullari yoritilgan.

Kalit soʻzlar: Umumiy jismoniy tayyorgarlik, jismoniy sifatlari, raqamli texnologiyalar, test sinovlari, analitik tahlil, texnik tayyorgarliklar.

This article discusses the general physical training of athletes, as well as the role and importance of modern digital technologies in its development. It highlights the possibilities of effectively organizing the training process using digital tools, as well as methods for assessing and monitoring physical performance.

Keywords: General physical training, physical qualities, digital technologies, test assessments, analytical analysis, technical training.

Dolzarbligi. Bugungi kunda sportda yuqori natijalarga erishish koʻp jihatdan sportchilarning texnik tayyorgarligi darajasiga bogʻliq. Texnik tayyorgarlikni takomillashtirish esa nafaqat anʼanaviy mashgʻulot usullari, balki ilgʻor ilmiy yondashuvlar va innovatsion texnologiyalarni qoʻllashni talab etadi. Shu nuqtai nazardan, sportchilar harakatlarini analitik tahlil qilish asosida ularning texnik mahoratini oshirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Jismoniy tarbiya va sport tizimida sportchilarning yuqori natijalarga erishishi koʻp jihatdan ularning jismoniy tayyorgarlik darajasiga bogʻliq. Ayniqsa, umumiy jismoniy tayyorgarlik umumiy jismoniy tayyorgarlik (UJT) sportchining har tomonlama rivojlanishida muhim oʻrin tutadi. Umumiy jismoniy tayyorgarlik sport faoliyatining dastlabki bosqichida asosiy poydevor vazifasini bajaradi

hamda keyingi maxsus tayyorgarlik uchun zarur shart-sharoit yaratadi. Umumiy jismoniy tayyorgarlik — bu sportchining organizmini har tomonlama rivojlantirishga qaratilgan mashqlar tizimi boʻlib, u jismoniy sifatlarni kompleks tarzda shakllantirishni nazarda tutadi. Ushbu tayyorgarlik turi sportchining kuchi, chidamliligi, tezligi, epchilligi va moslashuvchanligini oshirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot maqsadi. Sportda natijalarni baxolash va tahlil qilishda inson omilini kamaytirish, raqamli texnologiyalar yordamida va yana ham aniq malumotlar olish va natijalarni yaxshilash.

Tadqiqot vazifalari. Sportchilarning tayyorgarlik turlarida zamonaviy yondashuvlarni oʻrganish. Ushbu yondashuvlar samaradorligini turli xil baxolash. Raqamli texnologiyalar



yordamida baxolash va tahlil qilishni o'rganish. Sportda raqamlashtirish texnologiyalar asosida sport natijalarini aniq tahlil qilish va oshirishga erishish.

Tadqiqot natijalari va uning muhokamasi.

Umumiy jismoniy tayyorgarlikning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat: organizmni sog'lomlashtirish va chiniqtirish, asosiy jismoniy sifatlarni rivojlantirish, sportchining umumiy ish qobiliyatini oshirish va maxsus sport tayyorgarligi uchun mustahkam baza yaratish. Sportchilarda umumiy jismoniy tayyorgarlik turli xil mashqlar orqali rivojlantiriladi. Jumladan: yugurish va yurish mashqlari, sakrash mashqlari, kuchni rivojlantiruvchi mashqlar (turnik, gantel, shtanga bilan ishlash), gimnastika mashqlari va sport o'yinlari va harakatli o'yinlar. Mazkur mashqlar organizmning barcha tizimlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xususan, yurak-qon tomir tizimi mustahkamlanadi, nafas olish tizimi rivojlanadi, mushaklar kuchayadi va umumiy chidamlilik oshadi. Shuningdek, umumiy jismoniy tayyorgarlik sportchilarda jarohatlar xavfini kamaytiradi. Chunki kuchli va chiniqqan organizm turli yuklamalarga bardosh bera oladi. Bu esa sportchining uzoq muddat davomida samarali shug'ullanishiga imkon yaratadi. Sportchilarning yuqori natijalarga erishishi ularning jismoniy tayyorgarlik darajasiga bevosita bog'liqdir.

Umumiy jismoniy tayyorgarlikni aniqlash uchun maxsus test me'yorlari qo'llaniladi. Ushbu testlar sportchining asosiy jismoniy sifatlarini baholashga xizmat qiladi va uning umumiy rivojlanish darajasini ko'rsatadi. Sportchilarning umumiy jismoniy tayyorgarligini aniqlashda quyidagi testlar keng qo'llaniladi: turnikka tortilish, 100 metrga yugurish, 1 kilometrga yugurish, uzunlikka sakrash va egiluvchanlik mashqlari. Ushbu testlar orqali kuch, tezlik, chidamlilik, epchillik hamda moslashuvchanlik kabi muhim jismoniy sifatlarni aniqlanadi.

Bular sportchilarga nima uchun kerak degan savolga, quyidagicha javob berib o'tish mumkin. Turnikka tortilish mashqi sportchining kuch sifati baholaydi. Kuch sport faoliyatida muhim o'rin tutadi, chunki u mushaklarning samarali ishlashini ta'minlaydi. Kuchli sportchi turli qarshiliklarni yenga oladi, murakkab harakatlarni bajarishda qiynalmaydi hamda yuqori natijalarga erishish imkoniga ega bo'ladi. 100 metrga yugurish testi tezlik sifati aniqlaydi. Tezlik sportchining qisqa vaqt ichida maksimal harakat qilish qobiliyatini ifodalaydi.

Ushbu sifat ko'plab sport turlarida, ayniqsa, start olish, tezkor harakatlanish va raqibdan ustun kelishda muhim ahamiyatga ega. 1 kilometrga yugurish chidamlilik sifati baholaydi.

Chidamlilik sportchining uzoq vaqt davomida samarali faoliyat yuritishiga imkon beradi. Bu sifat mashg'ulot jarayonida yuqori yuklamalarga bardosh berish, musobaqalarda esa barqaror natija ko'rsatishda muhim rol o'ynaydi. Uzunlikka sakrash mashqi sportchining portlovchi kuchi va epchilligini aniqlaydi. Bu sifatlarni tezkor kuch hosil qilish, harakatlarni muvofiqlashtirish hamda murakkab vaziyatlarda tez va to'g'ri qaror qabul qilishda zarur hisoblanadi. Egiluvchanlik mashqlari esa moslashuvchanlik darajasini ko'rsatadi. Moslashuvchanlik bo'g'imlarning harakat doirasini kengaytiradi, harakatlarni erkin va aniq bajarishga yordam beradi hamda jarohatlarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Sport harakatlarini analitik tahlil qilish — bu sportchining bajaradigan harakatlarini biomehanik, fiziologik va funksional jihatdan chuqur o'rganish jarayonidir. Ushbu tahlil orqali harakatlarning aniqligi, tezligi, koordinatsiyasi hamda samaradorligi baholanadi. Natijada sportchining texnik kamchiliklari aniqlanib, ularni bartaraf etish uchun individual yondashuv asosida mashg'ulot dasturlari ishlab chiqiladi. Innovatsion mexanizmlarni ishlab chiqishda zamonaviy texnologiyalar muhim rol o'ynaydi. Jumladan, videoanaliz tizimlari, harakatlarni sensori orqali kuzatish, sun'iy intellekt asosidagi dasturlar sportchining harakatlarini real vaqt rejimida tahlil qilish imkonini beradi. Bunday texnologiyalar yordamida murabbiy va sportchi o'rtasida samarali axborot almashinuvi yo'lga qo'yilib, mashg'ulot jarayoni aniq maqsadga yo'naltiriladi. Sportda analitik tahlil natijalari asosida individual texnik model yaratish muhim ahamiyatga ega. Bu model sportchining optimal harakat strukturasini belgilab beradi va unga mos ravishda mashg'ulotlar tashkil etiladi. Natijada sportchining harakatlari yanada mukammallashib, ortiqcha energiya sarfi kamayadi va jarohatlanish xavfi pasayadi. Sportchilar harakatlarini analitik tahlil qilish asosida texnik tayyorgarlikni oshirish innovatsion yondashuvlarni talab etadi. Ushbu mexanizmlarni amaliyotga joriy etish sportchilarning natijadorligini oshirish, ularning individual imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarish hamda zamonaviy sport talablariga moslashishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

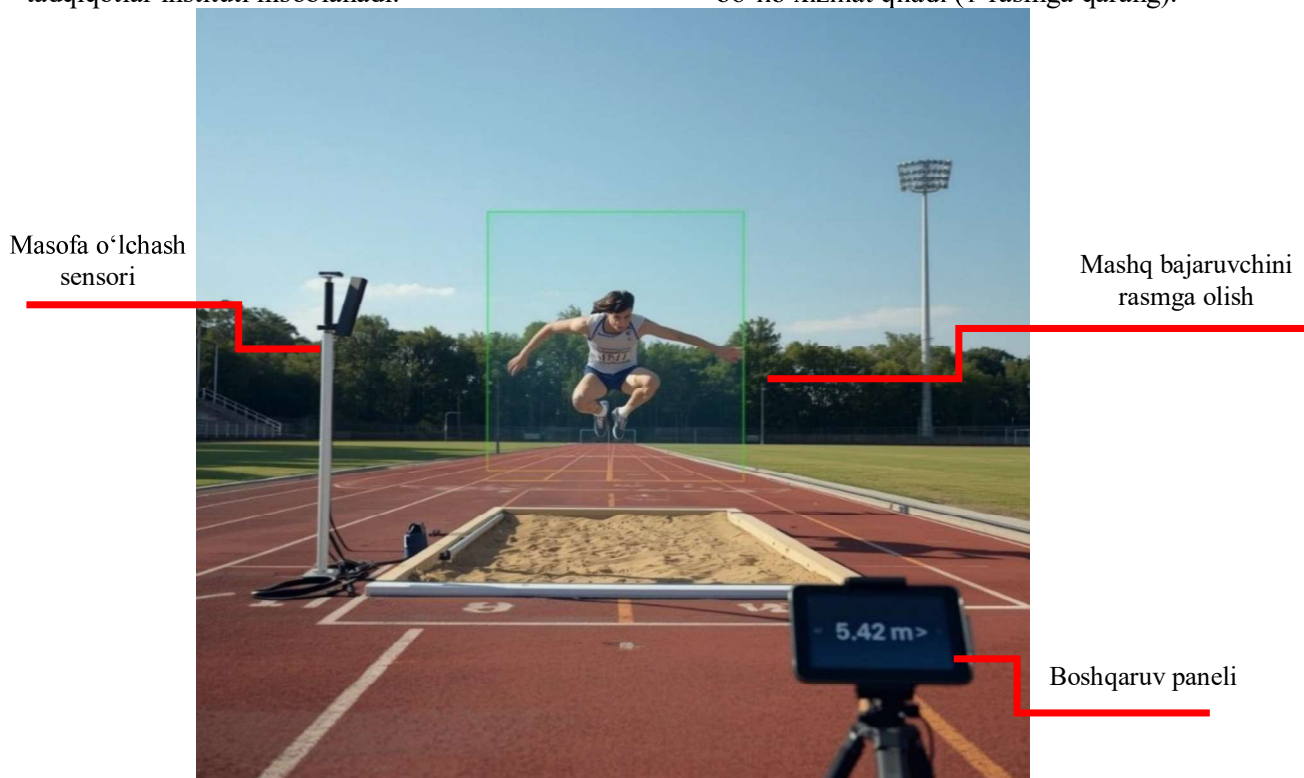
Hozirgi kunda yengil atletika sport turlarida uzunlikka sakrash bo'yicha musobaqalarda asosan (ayniqsa xalqaro darajada) uzunlikka sakrash natijasi asosan **kombinatsiyalangan usul** bilan o'lchanadi — ya'ni oddiy vosita va zamonaviy texnologiya birga ishlatiladi. Bulardan eng ko'p ishlatiladigan usul bu sakrash joyidan tushgan joygacha ruletka (o'lchov lentasi) bilan o'lchash hisoblanadi. Bundan tashqari zamonaviy



innovatsion texnologiyala yordamida lazerli o'lchagichlar lazer nuri yordamida masofani juda aniq o'lchaydi. Bu usulda xatolik darajasi juda past fasofani juda aniq (millimetrgacha) o'lchash imkonini beradi.

O'zbekistonda ham bu borada ancha ishlar qilinyapti. Lekin shuni ochiq aytish kerak, bizda bu yo'nalish hali to'liq yuqori texnologik darajaga chiqmagan, ammo ilmiy va amaliy asoslar jadal rivojlanmoqda. Mamlakatimizda bu kabi sport sohasida chuqur ilmiy izlanishlar olib boradigan asosiy markaz Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti hisoblanadi.

Bu institut, sportchilarning harakatlarini ilmiy asosda o'rganadi, biomekanika, fiziologiya, psixologiya orqali tahlil qiladi, yangi mash'ulot metodlarini ishlab chiqadi. Aynan biz aytgan "analitik tahlil asosida texnik tayyorgarlikni oshirish" bu yerda asosiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Bugungi kunda institut yosh olimlari tomonidan taklif etilayotgan innovatsiyon qurulma uzunlikka sakrash sport turida, mashg'ulot va musobaqa sharoitida inson omili aralashmagan holda aniq o'lchovlar olish hamda natijalarda shaffoflikni tam'inlashda asosiy vositalardan biri bo'lib xizmat qiladi (1-rasmga qarang).



1-rasm. Sun'iy intellekt yordamida uzunlikka sakrash texnikasini aniqlash

Bu rasmda uzunlikka sakrash jarayoni zamonaviy texnologiya yordamida tahlil qilinayotgani ko'rsatilgan. Aynan yuqorida keltirilganidek "analitik tahlil asosida texnik tayyorgarlikni oshirish" jarayonining amaliy ko'rinishi hisoblanadi. Bu texnologiya hozirda Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlari instituti olimlari tomonidan ixtiro reja qilingan. Bu uskuna sport amaliyotiga nima beradi: Sportchi sakrashning uchish fazasidan boshlab qo'nish jarayonigacha barcha jarayonni va detallarni nazorat qilish imkonini beradi. Bu - video-analitika va kompyuter ko'rish (computer vision) asosidagi tizim hisoblanib, kamera sportchini yozib oladi. Dastur sportchining tanasini "nuqtalar"ga ajratadi. Harakat, tezlik, burchak balandlik, qo'nish texnikasi, aniq hisoblanadi. Bundan tashqari qaysi fazada xato borligi aniqlanadi. Masalan: uchish burchagi noto'g'ri, oyoq noto'g'ri joyga

tushmoqda. Shuningdek, optimal sakrash trayektoriyasi topiladi, mashg'ulotlar individual qilinadi. Bu tizim quyidagi ilmiy sohalar kesishmasi bilan ifodalanadi:

Biomechanics Computer Vision Motion Analysis video tahlil bor, lekin rasmda ko'rsatilgan darajadagi **real-time AI tizimlar** hali kam. Bu rasm keltirilgan uzunlikka sakrashni o'lchaydigan uskuna, sport kelajagi uchun xizmat qiladi. Birinchidan bu oddiy o'lchash emas. Ikkinchidan **harakatni chuqur tahlil qilish orqali natijani oshirish**. Uchunchidan inson omilini aralashmasdan vazifani hal etish. Bu vaqtdan yutish, sportchiga individual yondashish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Xulosa. Umumiy jismoniy tayyorgarlik sportchilarning muvaffaqiyatli faoliyati uchun eng muhim va asosiy omillardan biri hisoblanadi. U sportchining organizmini har tomonlama



rivojlantirib, uning kuch, tezlik, chidamlilik, epchillik va moslashuvchanlik kabi jismoniy sifatlarini mustahkamlaydi. Shu bilan birga, umumiy jismoniy tayyorgarlik sog'liqni yaxshilash, immunitetni oshirish hamda organizmni turli sport yuklamalariga tayyorlashda katta ahamiyatga ega. Mazkur tayyorgarlik jarayoni sportchining nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham barqaror bo'lishiga yordam beradi. Chunki muntazam mashg'ulotlar sportchida intizom, iroda, sabr-toqat va maqsadga intilish kabi sifatlarini shakllantiradi. Bu esa musobaqalarda yuqori natijalarga erishishda muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, zamonaviy sport tizimida umumiy jismoniy tayyorgarlik jarayonlarini samara tashkil etishda raqamli texnologiyalarning o'zni tobora ortib bormoqda. Fitness-trekerlar, sport ilovalari, video-analitika va sensorli qurilmalar yordamida sportchilarning jismoniy ko'rsatkichlarini aniq o'lchash, tahlil qilish va nazorat qilish imkoniyati yaratilmoqda. Bu esa mashg'ulot jarayonini yanada ilmiy asosda tashkil etishga xizmat qiladi. Umumiy jismoniy tayyorgarlik sportchining asosiy poydevori bo'lib, u yuqori sport natijalariga erishishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Zamonaviy raqamli texnologiyalarni ushbu jarayonga tatbiq etish esa

sportchilarning rivojlanish darajasini yanada oshirib, ularni xalqaro maydonlarda muvaffaqiyat qozonishiga keng imkoniyat yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Kerumov F.A. Sportda sun'iy intellekt. 2026.-262 b.
2. Goodfellow, I., Bengio, Y., & Courville, A. (2016). *Deep Learning*. MIT Press.
3. Bishop, C. M. (2006). *Pattern Recognition and Machine Learning*. Springer.
4. Mitchell, T. M. (1997). *Machine Learning*. McGraw-Hill.
5. Chollet, F. (2021). *Deep Learning with Python*. Manning Publications.
6. Murphy, K. P. (2012). *Machine Learning: A Probabilistic Perspective*. MIT Press.
7. Ian Goodfellow va boshqalar — neyron tarmoqlar va chuqur o'rganish bo'yicha ilmiy maqolalar (arXiv.org).
8. Stanford University — *CS231n: Convolutional Neural Networks for Visual Recognition* (kurs materiallari).
9. Andrew Ng — Machine Learning kurslari (Coursera platformasi).
10. OpenAI Research Papers — <https://openai.com/research>



Termiz davlat muhandislik va agrotexnologiyalari universiteti
Ijtimoiy-gumanitar fanlar kafedrası v.b. dotsenti
N.B.Mengliyev
Surxondaryo, O'zbekiston

JISMONIY TARBIYA MUTAXASSISLARINI KASBIY-AMALIY TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISHNING ILMIY- USLUBIY ASOSLARI

Muallif bilan bog'lanish uchun:

Email: mengliyevb98@gmail.com
ORSID:0009-0005-1696-6189

Аннотация

В данной статье анализируются научно-методические основы развития профессионально-практической подготовки специалистов по физическому воспитанию. Рассматриваются современные педагогические подходы, инновационные методы и механизмы формирования профессиональных компетенций. Обосновывается также важность теоретических знаний и практических навыков в повышении готовности специалистов к практической деятельности. В статье определены эффективные методы обучения в области физического воспитания и факторы повышения их эффективности. Результаты исследования служат для совершенствования процесса подготовки специалистов по физическому воспитанию.

Ключевые слова: физическое воспитание, профессиональная подготовка, практическая компетентность, педагогический подход, физическое воспитание, инновационные технологии, образовательный процесс, спортивная методология, профессиональная компетентность.

Annotation

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya mutaxassislarining kasbiy-amaliy tayyorgarligini rivojlantirishda ilmiy-uslubiy asoslari tahlil qilingan. Zamonaviy pedagogik yondashuvlar, innovatsion metodlar hamda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish mexanizmlari ko'rib chiqilgan. Shuningdek, mutaxassislarining amaliy faoliyatga tayyorgarligini oshirishda nazariy bilim va amaliy ko'nikmalar ahamiyati asoslab berilgan. Maqolada jismoniy tarbiya sohasida samarali o'qitish usullari va ularning natijadorligini oshirish omillari aniqlangan. Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya mutaxassislarini tayyorlash jarayonini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, kasbiy tayyorgarlik, amaliy kompetensiya, pedagogik yondashuv, jismoniy rivojlanish, innovatsion texnologiyalar, ta'lim jarayoni, sport metodikasi, kasbiy kompetensiya.

This article analyzes the scientific and methodological foundations of the development of professional and practical training of physical education specialists. Modern pedagogical approaches, innovative methods and mechanisms for the formation of professional competencies are considered. The importance of theoretical knowledge and practical skills in increasing the readiness of specialists for practical activities is also substantiated. The article identifies effective teaching methods in the field of physical education and factors for increasing their effectiveness. The results of the study serve to improve the process of training physical education specialists.

Keywords: physical education, professional training, practical competence, pedagogical approach, physical development, innovative technologies, educational process, sports methodology, professional competence.

Hozirgi kunda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish sharoitida jismoniy tarbiya mutaxassislarini tayyorlash jarayoniga alohida e'tibor qaratilmoqda. Jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish,

yosh avlodning jismoniy rivojlanishini ta'minlash hamda ularning har tomonlama barkamol bo'lib yetishishida jismoniy tarbiya mutaxassislarining o'zni beqiyosdir. Shu bois, ularning kasbiy-amaliy

