

SCIENCE
PROBLEMS.UZ

ISSN 2181-1342

Actual problems of social and humanitarian sciences
Актуальные проблемы социальных и гуманитарных наук

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari

9-maxsus
son (5-jild)

2025

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOIIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 5/9 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО- ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

TOSHKENT-2025

BOSH MUHARRIR:

Isanova Feruza Tulqinovna

TAHRIR HAY'ATI:

07.00.00- TARIX FANLARI:

Yuldashev Anvar Ergashevich – tarix fanlari doktori, siyosiy fanlar nomzodi, professor;

Mavlanov Uktam Maxmasabirovich – tarix fanlari doktori, professor;

Xazratkulov Abror – tarix fanlari doktori, dotsent;

Tursunov Ravshan Normuratovich – tarix fanlari doktori;

Xolikulov Axmadjon Boymahmatovich – tarix fanlari doktori;

Gabrielyan Sofya Ivanovna – tarix fanlari doktori, dotsent;

Saidov Sarvar Atabullo o'g'li – katta ilmiy xodim, Imom Termiziy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazi, ilmiy tadqiqotlar bo'limi.

08.00.00- IQTISODIYOT FANLARI:

Karlibayeva Raya Xojabayevna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Nasirxodjayeva Dilafroz Sabitxanovna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Ostonokulov Azamat Abdukarimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Arabov Nurali Uralovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Xudoyqulov Sadirdin Karimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Azizov Sherzod O'ktamovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Xojayev Azizxon Saidaloxonovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent

Xolov Aktam Xatamovich – iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent;

Shadiyeva Dildora Xamidovna – iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent v.b.;

Shakarov Qulmat Ashirovich – iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent;

Jabborova Charos Aminovna - iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

09.00.00- FALSAFA FANLARI:

Hakimov Nazar Hakimovich – falsafa fanlari doktori, professor;

Yaxshilikov Jo'raboy – falsafa fanlari doktori, professor;

G'aybullayev Otabek Muhammadiyevich – falsafa fanlari doktori, professor;

Saidova Kamola Uskanbayevna – falsafa fanlari doktori;

Hoshimxonov Mo'min – falsafa fanlari doktori, dotsent;

O'roqova Oysuluv Jamoliddinovna – falsafa fanlari doktori, dotsent;

Nosirxodjayeva Gulnora Abdukaxxarovna – falsafa fanlari nomzodi, dotsent;

Turdiyev Bexruz Sobirovich – falsafa fanlari doktori (DSc), Professor.

10.00.00- FILOLOGIYA FANLARI:

Axmedov Oybek Saporbayevich – filologiya fanlari doktori, professor;

Ko'chimov Shuxrat Norqizilovich – filologiya fanlari doktori, dotsent;

Hasanov Shavkat Ahadovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Baxronova Dilrabo Keldiyorovna – filologiya fanlari doktori, professor;

Mirsanov G'aybullo Qulmurodovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Salaxutdinova Musharraf Isamutdinovna – filologiya fanlari nomzodi, dotsent;

Kuchkarov Raxman Urmanovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent v/b;

Yunusov Mansur Abdullayevich – filologiya fanlari nomzodi;

Saidov Ulugbek Aripovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent;

Qodirova Muqaddas Tog'ayevna - filologiya fanlari nomzodi, dotsent.

12.00.00- YURIDIK FANLAR:

Axmedshayeva Mavlyuda Axatovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Muxitdinova Firyuza Abdurashidovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Esanova Zamira Normurotovna – yuridik fanlar doktori, professor, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan yurist;

Hamroqulov Bahodir Mamasharifovich – yuridik fanlar doktori, professor v.b.,;

Zulfiqorov Sherzod Xurramovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Xayitov Xushvaqt Sapparbayevich – yuridik fanlar doktori, professor;

Asadov Shavkat G'aybullayevich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Ergashev Ikrom Abdurasulovich – yuridik fanlari doktori, professor;

Utemuratov Maxmut Ajimuratovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Saydullayev Shaxzod Alixanovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Hakimov Komil Baxtiyarovich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Yusupov Sardorbek Baxodirovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Amirov Zafar Aktamovich – yuridik fanlar doktori (PhD);

Jo'rayev Sherzod Yuldashevich – yuridik fanlar nomzodi, dotsent;

Babadjanov Atabek Davronbekovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Normatov Bekzod Akrom o'g'li — yuridik fanlar bo'yicha falsafa doktori;

Rahmatov Elyor Jumaboyevich — yuridik fanlar nomzodi;

13.00.00- PEDAGOGIKA FANLARI:

Xashimova Dildarxon Urinboyevna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Ibragimova Gulnora Xavazmatovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Zakirova Feruza Maxmudovna – pedagogika fanlari doktori;

Kayumova Nasiba Ashurovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Taylanova Shoxida Zayniyevna – pedagogika fanlari

doktori, dotsent;

Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna – pedagogika fanlari doktori, dotsent;

Ibraximov Sanjar Urunbayevich – pedagogika fanlari doktori;

Javliyeva Shaxnoza Baxodirovna – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD);

Bobomurotova Latofat Elmurodovna — pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

19.00.00- PSIXOLOGIYA FANLARI:

Karimova Vasila Mamanosirovna – psixologiya fanlari doktori, professor, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti;

Hayitov Oybek Eshboyevich – Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, psixologiya fanlari doktori, professor

Umarova Navbahor Shokirovna– psixologiya fanlari doktori, dotsent, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti, Amaliy psixologiyasi kafedrasini mudiri;

Atabayeva Nargis Batirovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Shamshetova Anjim Karamaddinovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Qodirov Obid Safarovich – psixologiya fanlari doktori (PhD).

22.00.00- SOTSIOLOGIYA FANLARI:

Latipova Nodira Muxtarjanovna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston milliy universiteti kafedra mudiri;

Seitov Azamat Po'latovich – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston milliy universiteti;

Sodiqova Shohida Marxaboyevna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi.

23.00.00- SIYOSIY FANLAR

Nazarov Nasriddin Ataqulovich –siyosiy fanlar doktori, falsafa fanlari doktori, professor, Toshkent arxitektura qurilish instituti;

Bo'tayev Usmonjon Xayrullayevich –siyosiy fanlar doktori, dotsent, O'zbekiston milliy universiteti kafedra mudiri.

OAK Ro'yxati

Mazkur jurnal Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining 2022-yil 30-noyabrdagi 327/5-son qarori bilan tarix, iqtisodiyot, falsafa, filologiya, yuridik va pedagogika fanlari bo'yicha ilmiy darajalar yuzasidan dissertatsiyalar asosiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro'yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” mas'uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron manzil:

scienceproblems.uz@gmail.com

Bog'lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).

07.00.00 – TARIX FANLARI

Raupov Xolmamat Rashidovich, Xaitova Olmaxon Saidovna

O'ZBEKISTONDA KON-METALLURGIYA SOHASI TARAQQIYOTIDA BERUNIY

ILMIY METODOLOGIYASINING O'RNI 13-19

Muminov Ulmas Ravshanqulovich

QADIMGI TURKIYLARDA DAVLATCHILIK AN'ANALARI 20-30

Azamatova Gulmira Bayirbekovna

MEHNAT MIGRATSIYASINI HUQUQIY TARTIBGA SOLISH MEXANIZMLARI:

XALQARO STANDARTLAR VA MILLIY QONUNCHILIK 31-37

Absalom Ziyadullayevich Xujanazarov

YANGI O'ZBEKISTON SHAROITIDA SURXONDARYO VILOYATIDA

SOG'LIQNI SAQLASH SOHASIDAGI O'ZGARISHLAR 38-43

Allamuratov Shuxrat Ashurovich

BUXORO AMIRLIGINING ICHKI SAVDO-TRANZIT ALOQALARIDA

AMUDARYO SUV YO'LINING O'RNI 44-49

Sabirov Mansurbek

AMUDARYO SOHILI BO'YLAB XALQARO KARVON YO'LIDA RIVOJLANGAN

O'RTA ASR VA SHAHARLARI SAHIFASI 50-53

Matnazarova Mohira Uktamovna

KO'CHMANCHI CHORVADORLAR CHORVACHILIK XO'JALIGINING

SHAKLLANISH OMILLARI 54-59

Shukurillayev Yunus Asrorovich

BUXORO AMIRLIGIDA HARBIY UNVON VA MANSABLARGA TAYINLANISHIGA

OID HUIJATLAR TAHLILI (QO'SHBEGI DEVONXONASI ARXIVI HUIJATLARI ASOSIDA)..... 60-67

Esanova Nilufar

O'ZBEKISTONDA XALQARO MUNOSABATLARNING USTUVOR YO'NALISHLARI

VA ULARNING SANOAT RIVOJLANISHIDAGI BUGUNGI KUNDAGI AHAMIYATI 68-73

Jumayev Abdumo'min Fayziyevich

IBN SINONING ASH-SHIFO ASARINING ISLOM VA YEVIROPA FALSAFASIGA TA'SIRI 74-82

Pardaxol Normamatova Ochildiyevna

MUSTAQILLIK YILLARIDA SURXONDARYO VILOYATINING

SOG'LIQNI SAQLASH SOHASIDAGI XALQARO HAMKORLIGI 83-87

Elboyeva Shaxnoza

O'ZBEK OLIMALARINING XALQARO ILM-FAN, MADANIYAT RIVOJIGA

HAMDA FAN VA TEXNIKA TARAQQIYOTIGA QO'SHGAN HISSALARI 88-94

Джаббарова Юлдуз Джуманиязовна

РОЛЬ ИСТОРИИ МЕДИЦИНЫ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ

ИДЕНТИЧНОСТИ БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ В МЕДИЦИНСКИХ ВУЗАХ УЗБЕКИСТАНА 95-100

Tuyev Fazliddin Erkinovich

2009–2011-YILLARDA BUXORO, SAMARQAND, NAVOIY SANOATIDA

O'SISH VA XALQARO HAMKORLIK DINAMIKASI 101-104

<i>Жураева Камола Сайфиддиновна</i> КАСПИЙСКИЙ РЕГИОН ВО ВНЕШНЕЙ ПОЛИТИКЕ УЗБЕКИСТАНА	105-109
<i>Abdujabborov Kamoliddin</i> QADIMGI BAQTRIYA VA AVESTO JAMIYATI DAVRI QISQACHA TAHLILI	110-115
<i>Mamanov Abdurahim Abduhakimovich</i> TEMURIYLAR VA ULARDAN KEYINGI SULOLALAR DAVRIDA DINIY HOKIMIYATNING KUCHAYISHI (SABABLAR VA NATIJALAR)	116-122
<i>Xolmatov Shukurillo Ziyoviddin o'g'li</i> INGLIZ TILLI TADQIQOTLARDA ILK O'RTA ASRLAR MARKAZIY OSIYO TARIXINING O'RGANISH BOSQICHLARI	123-128
<i>Djurayev Baxtiyor Rajaboyevich</i> O'ZBEKISTON IJTIMOY-IQTISODIY HAYOTIDA AYOLLARNING O'RNI VA GENDER TENGLIGI MASALALARI (TARIXIY-IJTIMOYIY TAHLIL 1991-2025-YY)	129-136
<i>Matyagbov Toyirjon Sultanbayevich</i> JANUBIY OROLBO'YI HUDUDIDA NEOLIT DAVRI KULOLCHILIGIGA DOIR BA'ZI CHIZGILAR	137-140

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI

<i>Султанова Дина Файзрахмановна</i> ОБЩЕНАУЧНАЯ МЕТОДОЛОГИЯ ИСТОРИЧЕСКОГО ИНСТИТУЦИОНАЛИЗМА В РАЗВИТИИ ЭКОНОМИКИ ОТРАСЛИ КОНЕВОДСТВА НА ТЕРРИТОРИИ СОВРЕМЕННОГО УЗБЕКИСТАНА	141-153
<i>Shodmonov Abduvohid Farxod o'g'li</i> O'ZBEKISTON TARIXIY YODGORLIKLARINI RAQAMLI TURIZM ORQALI SAQLASH VA RIVOJLANTIRISH	154-157

09.00.00 – FALSAFA FANLARI

<i>Otamuratov Sarvar</i> YOSHLARGA OID DAVLAT SIYOSATI: XALQARO TAJRIBA ASOSIDA YANGI TASHABBUSLAR VA QONUNGA TAKLIF ETILAYOTGAN MUHIM QO'SHIMCHALAR	158-164
<i>Tashanov Abduxoliq</i> BUZG'UNCHI G'OYA VA BUZG'UNCHI FAOLIYATNING SHAKLLANISHIDA SALBIY TARBIYA VA ATROF-MUHIT TA'SIRI	165-171
<i>Raxmatova Xolidaxon Xolikovna</i> XOJA AHROR VALIY MUROSAGA OID QARASHLARINING FALSAFIY MOHIYATI	172-178
<i>O'roqova Oysuluv Jamoliddinovna</i> ABDULXAMID SULAYMON O'G'LI CHO'LPONNING BADIY-ESTETIK MEROSI	179-183
<i>Yazdonov Ulug'bek Tashmurotovich</i> TA'LIM VA TARBIYA – JAMIYATNI MA'NAVIY-MADANIY DEFORMATSIYALASHUVDAN SAQLOVCHI OMILDIR	184-189
<i>Абдуллаева Махбуба Нуруллаевна, Жалалова Гулбахор Одилжоновна</i> КОГНИТИВНЫЕ ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ НАУКИ В IX – XII ВЕКАХ В ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ	190-197

<i>Rasulov Hakim Mamanovich</i> DAVLAT VA JAMIYAT O'ZARO ALOQADORLIGINING SIYOSIY-INSTITSIONAL TAHLILI	198-201
<i>Azamova Sitora Ayonovna</i> O'ZBEKISTON ZAMINIDA EKOLOGIK MADANIYATNING SHAKLLANISHI VA RIVOJLANISH BOSQICHLARI	202-206
<i>Xolmirzaev Xurshid Nakibillaevich</i> FUTUROLOGIK TAFAKKURDA SUN'IY INTELEKTNING NAMOYON BO'LISHI	207-212
<i>Namazova Yulduz Muzaffarovna</i> RAQAMLI SIVILIZATSIYA SHAROITIDA MILLIY TA'LIMNING STRUKTURAVIY-FUNKSIONAL JIHATLARI	213-217
<i>Abdurazoqov Gulmurod Musurmonqulovich</i> MAFKURAVIY OMILLARNING YOSHLAR KAMOLOTIGA TA'SIRI NAMOYON BO'LISHINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	218-224
<i>Tojibayev Baxromjon Turabayevich</i> "PREKARIAT" TUSHUNCHASINING GENEZISI: ETIMOLOGIYA, FALSAFIY-IJTIMOYIY ANGLASH	225-229
<i>Tursunova Laylo Ergashevna</i> TILAB MAHMUDOVNING ADABIY ESTETIK QARASHLARINING SHAKLLANISH BOSQICHLARI	230-235
<i>Филиппов Ольгерд Александрович</i> ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ТРАДИЦИЯ В ЭПОХУ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОБЩЕСТВА	236-244
<i>Chorieva Madina Aliyevna</i> INKLYUZIV TAFAKKUR — JAMIYATNING BARQAROR RIVOJLANISHINING FALSAFIY ASOSI	245-249
<i>Zakirova Nigora Xalmaxammatovna</i> AXBOROT MAKONIDA MILLIY O'ZLIKNI ANGLASH JARAYONINI RIVOJLANTIRISHDAGI MUAMMOLAR VA ULARNI HAL ETISH IMKONIYATI	250-254
<i>Primov Baxriddin Abdiraxmonovich</i> AXBOROT IMPERIALIZMI TAHDIDLARI	255-261
<i>Karimov Zafarbek Ataboyevich</i> TA'LIM TIZIMINI SOTSIOLOGIK-FALSAFIY TAHLIL QILISHDA GUMANITAR YONDASHUVLAR	262-267
<i>O'razov Bobir Baxtiyorovich</i> IJTIMOIY DAVLAT HAQIDAGI G'ARBONA QARASHLAR: FALSAFIY-ILMIY TAHLIL	268-272
<i>Shaydullayev Normamat Sherkuziyevich</i> RAQAMLASHGAN JAMIYAT SHAROITIDA INSON QADRI VA ONG EVOLYUTSIYASI	273-278
<i>Tursunova Olmos Fayziyevna</i> YOSHLAR HUQUQIY ONGI VA MADANIYATINI YUKSALTIRISHNING MA'NAVIY TARBIYA JARAYONIDA TUTGAN O'RNI VA AHAMIYATI	279-284
<i>Turaeva Sanobar Khalimovna</i> EASTERN EDUCATION - THE IMPORTANCE OF UPBRINGING IN THE FORMATION OF HUMAN QUALITIES IN YOUNG PEOPLE	285-287

<i>Jo'rayev Akram Namozovich</i> EKSTREMIZM G'OYALARIGA QARSHI KURASHDA MILLIY O'ZLIKNI ANGLASH MEXANIZMLARINING PSIXOLOGIK VA FALSAFIY ASOSLARI	288-291
<i>Taylyakova Feruzahon Sultanovna</i> GLOBALASHUV - MA'NAVIYATNI ANGLASH OMILI	292-296
<i>Toxirov Abdumalik Ashurali o'g'li</i> MAHALLA VA OILADA YOSHLAR AXLOQINI ME'YORLASHTIRISHNING IJTIMOIY-FALSAFIY ASOSLARI	297-302
<i>Sherboboyev Muxriddin, Javlonbek Hafizullayev</i> KARL POPPERNING BILISH FALSAFASIGA OID QARASHLARI	303-307
<i>Nasriddinov Faxriddin Xalmamatovich</i> AXBOROT VA AXBOROT TIZIMLARINING FALSAFIY TAHLILI	308-314
<i>Ochilov Husan</i> MILLIY AN'ANA VA MODERNIZATSIYA UYG'UNLIGINING FALSAFIY TAHLILI	315-321
<i>Madaminov Nasimjon</i> MILLIY MUSIQIY MEROS ASOSIDA YOSHLARNING ESTETIK DIDI VA TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHNING FALSAFIY JIHATLARI	322-326
<i>Xolmirzayeva Jumagul Xamdammovna</i> MEHNAT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISH SOHADAGI XORIJIY TAJRIBALAR	327-331
10.00.00 - FILOLOGIYA FANLARI	
<i>Narmuratov Zayniddin Radjabovich</i> INGLIZ VA O'ZBEK TILLARIDAGI SCIENCE/ILM KONSEPTLI FRAZELOGIK BIRLIK LARNING LINGOMADANIY XUSUSIYATLARI	332-337
<i>Payzibayeva Madinaxon Sobirjon qizi</i> INGLIZ XALQ ERTAKLARI OBRAZLARINING BADIY XUSUSIYATLARI VA ULARNING O'ZIGA XOS JIHATLARI	338-342
<i>Axmedov Anvar Botirovich</i> NEMIS TILI TIZIMIDA O'ZLASHMA NEOLOGIZMLARNING ROD KATEGORIYASIGA EGA BO'LISH MASALASI	343-347
<i>Djabbarova Shoirra Baltayevna</i> ETNOGRAFIK REALIYALARNING LINGVISTIK XUSUSIYATI	348-351
<i>Genjemuratov Yaqipbek Baxriyatovich</i> FELETONNING JANR SIFATIDA ANIQLASH MUAMMOLARI	352-355
<i>Tadjiyeva Mastura Fayzullayevna</i> INGLIZ MAQOLLARIDA "LOVE" KONSEPTINING VOQELANISHI	356-360
<i>Qurbonova Gulnoza Abduholiq qizi</i> GIDRONIMLARNING STRUKTUR-SEMANIK TAHLILINING XUSUSIYATLARI	361-364
<i>Ayimbetova Shyryn Jabbar qizi</i> BOLALAR ADABIYOTINING POETIK-FUNKSIONAL XUSUSIYATLARI: YOSH PSIXOLOGIYASI, DIDAKTIKA, AKSILOGIYA	365-371
<i>Ruziyeva Nasiba Kenjayevna</i> O'ZBEK TILIDAGI IBORALARNING SEMANTIK XUSUSIYATLARI VA FRANSUZ TILIGA TARJIMASI	372-375

<i>Бабаева Зарина Сайфуллаевна, Фёдорова Арина Максимовна</i> ГЕЙМИФИКАЦИЯ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ГРАМОТНОСТИ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА	376-385
<i>Xushmatatova Aminaxon</i> LINGUOCULTURAL FEATURES OF SPEECH INTENTION IN THE DISCOURSE OF ENGLISH AND UZBEK DRAMATIC WORKS	386-392
<i>Saparniyazova Sarbinaz Baxtiyarovna</i> THE INFLUENCE OF CONTEXTUAL FACTORS ON THE PERCEPTION OF THE PRAGMATICS OF APOLOGY IN ENGLISH AND UZBEK	393-397
<i>Adxamova Shirin Farhodjon qizi</i> INGLIZ VA O'ZBEK TILLARIDA EMOTSIONAL HOLATNI IFODALOVCHI KOLLOKATSIYALARNING QIYOSIY TADQIQI	398-401
<i>Машарипова Валентина</i> ЛИНГВОКУЛЬТУРНЫЙ АНАЛИЗ ВЕРБАЛИЗАЦИИ ПАРАЛИНГВИСТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ПОРТРЕТНЫХ ОПИСАНИЯХ В АНГЛИЙСКИХ И РУССКИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ТЕКСТАХ	402-405
<i>Abduqahhorova Gulnoza Abduvahobovna</i> RUS VA O'ZBEK TILLARIDAGI IQTISODIY ANGLISIZMLARNING SINTAKTIK XUSUSIYATLARI	406-411
<i>Raxmonova Yulduz Xusanovna</i> ADABIY ASARLARDA IJTIMOIIY FOJIAVIYLIKNING ESTETIK TALQINI	412-417
<i>Ayimbetova Damekhan Maksetbay qizi</i> ADABIYOTDA ANIMALISTIK JANR VA RAMZIY OBRAZLAR BO'YICHA OLIV BORILGAN ILMIY TADQIQOTLAR	418-427
12.00.00 – YURIDIK FANLAR	
<i>Фазилов Фарход Маратович</i> УГОЛОВНО-ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ДИПФЕЙКОВ: ОПЫТ УЗБЕКИСТАНА	428-439
<i>Zokirov Sherzod Ilxom o'g'li</i> FUQAROLAR MUHOJIRATLARI BILAN ISHLASH BO'YICHA CHET EL DAVLATLARI TAJIRIBASI: QIYOSIY-HUQUQIY TAHLIL	440-448
<i>Rakhmonov Tolib</i> ISSUES OF DETERMINING THE CIVIL LEGAL STATUS OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN UZBEKISTAN	449-454
<i>Sobitxonov Joxongir Zunnurxon o'g'li</i> ISLOM BANKLARI FAOLIYATIDA "FATVO SHOPPING" AMALIYOTI VA UNING OLDINI OLISH BO'YICHA HUQUQIY MEKANIZMLAR	455-462
<i>Mamatmurodov Farrux Farxod o'g'li</i> O'ZBEKISTONDA SUKUKNI RIVOJLANTIRISH: HUQUQIY ISLOHOTLAR, INFRAUZILMA, MUAMMOLAR VA IMKONIYATLAR	463-472
<i>Юнусов Достонбек Анваржон угли</i> ПОНЯТИЕ И ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРАВОВОГО РЕЖИМА ИНОСТРАННЫХ ИНВЕСТИЦИЙ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН	473-481

<i>Uteniyazov Keulimjay Kuanishbayevich</i> JINOYAT PROTSSESSIDA AYBLOV FUNKSIYASINI AMALGA OSHIRUVCHI SUBYEKTLARNING HUQUQIY MAQOMIGA OID MUAMMO VA YECHIMLAR	482-489
<i>Xidirov G'anisher Tojimurodovich</i> TEZKOR-QIDIRUV FAOLIYATI USTIDAN SUD NAZORATINING QIYOSIY-HUQUQIY TAHLILI	490-499
<i>Baxronov Ravshan Rashid o'g'li</i> SUN'IY INTELLEKT VA INSON HUQUQLARI: NAZARIY VA HUQUQIY ASOSLAR	500-504
<i>Усмонов Малик</i> ОТСЛЕЖИВАНИЕ И ЗАМОРАЖИВАНИЕ НЕЗАКОННО ПОЛУЧЕННЫХ АКТИВОВ: СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОДХОДОВ	505-510
<i>Abdusatarov Jaloliddin Sharafutdin o'g'li</i> RAQAMLI AKTIVLAR BILAN BOG'LIQ NIZOLARNI HAL QILISHNING MUQOBIL USULLARI	511-517
<i>Islomqulova Shohsanam Vahobjon qizi</i> TIBBIYOT XODIMINING KASBIY JAVOBGARLIGINI SUG'URTALASHDA SUG'URTA TOVONI, SUG'URTA PULI VA SUG'URTA MUKOFOTI TUSHUNCHALARINING MOHIYATI	518-524
<i>Ibodullo Xayrullo Jaxongir o'g'li</i> O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI VA XORIJIY DAVLATLAR SUDYALARINING KONSTITUTSIYAVIY-HUQUQIY MAQOMI	525-530
13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI	
<i>Xolmatova Ziroatxon Anvarovna</i> BO'LG'USI PEDAGOGLARDA NOSTANDART TESTLARNI TUZISH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA XORIJ TAJRIBASI	531-534
<i>Mamajonova Gulnoza Karimovna</i> AXLOQIY VA ESTETIK TARBIYA INTEGRATSIYASINING PEDAGOGIK ASOSLARI	535-539
<i>Gulomova Komila Maxamatjanovna</i> TA'LIMDA FAOL O'QITISH METODLARINING SAMARADORLIGI: TAJRIBA VA TAHLIL	540-544
<i>Berdiyeva Nilufar Berdiyev qizi</i> BO'LAJAK MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARI TARBIYACHI –PEDAGOGLARINING IJODIY KOMPETENSIYALARINI INNOVATSION YONDASHUV ASOSIDA SHAKLLANTIRISH TAMOIYILLARI	545-549
<i>Фадлиева Амина Ильхамовна</i> ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПЕДАГОГИКА КАРЛА РОДЖЕРСА И ЕЁ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ	550-556
<i>Rajabov Eldor Erkinovich</i> THE ROLE OF PEER REVIEW TO IMPROVE WRITING EFFECTIVELY AMONG EFL STUDENTS	557-561
<i>Jumagulova Aziza Abduljalil qizi</i> BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDAGI DZYUDUCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH ORQALI JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH USLUBIYATI	562-573

<i>Toshnazarova Mohinur O'sarali qizi</i> "MOTIVATSION YONDASHUV" HAMDA "KREATIV FIKRLASH" TUSHUNCHALARINING MAZMUN VA MOHIYATI	574-578
<i>Maxmudova Nigoraxon Boyqo'zi qizi</i> BO'LAJAK CHET TILI O'QITUVCHILARINI KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHDA PRAGMATIK MUAMMOLAR VA ULARNING YECHIMLARI	579-585
<i>Hamroyeva Robiya Sherali qizi</i> KELAJAK PEDAGOGLARINING TANQIDIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION YONDASHUVLAR	586-591
<i>Tug'anboyeva Zamiraxon Shuxratbek qizi</i> TALABA KURASHCHI QIZLARNING KUCH CHIDAMLILIGINI MAXSUS MASHQLAR ORQALI OSHIRISH METODIKASI	592-598
<i>Sadritdinova Dinora A'zamjon qizi</i> WEB ILOVALARNI LOYIHALASHGA OID KOMPETENTLIK VA UNI RIVOJLANTIRISH	599-602
<i>Солохиддинова Фазилатхон Мухиддин кизи</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ УСВОЕНИЯ ГРАММАТИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ	603-611
<i>Ниязова Регина Рустамовна</i> АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ КАДРОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	612-615

Received: 2 October 2025
Accepted: 15 October 2025
Published: 25 October 2025

Article / Original Paper

METHODS OF IMPROVING STRENGTH AND ENDURANCE OF FEMALE STUDENT WRESTLERS BY SPECIAL EXERCISES

Tug'anboyeva Zamirakhon Shukhratbek qizi

Uzdzhitsu basic doctoral student

Email: Magistrzamira@gmail.com

Abstract. For increasing the strength endurance of female student wrestlers, a set of special exercises is developed. Even if the exercises are taken from different types of sports, they will be directed exactly to increasing strength endurance, and at the same time it is also important to select some wrestling techniques.

Keywords: wrestling, strength, endurance, physical training, physical condition, special exercises, general exercises, resistance band, methods.

TALABA KURASHCHI QIZLARNING KUCH CHIDAMLILIGINI MAXSUS MASHQLAR ORQALI OSHIRISH METODIKASI

Tug'anboyeva Zamiraxon Shuxratbek qizi

Uzdjitsu tayanch doktoranti

Annotatsiya. Talaba kurashchi qizlarni kuch chidamliligini oshirish uchun maxsus mashqlar orqali mashqlar majmuasi ishlab mashq turli xil sport turlaridan olinsa ham aynan kuch chidamliligini oshirishga qaratilgan holatda bo'ladi va shu bilan birga kurash usullaridan ham tanlab olish muhimdur.

Kalit so'zlar: kurash, kuch, chidamlilik, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy holat, maxsus mashqlar, umumiy mashqlar, rezina, usullar.

DOI: <https://doi.org/10.47390/SPR1342V5SI9Y2025N93>

Kirish. Yurtimizda milliy kurash sport turimizni ham shu vaqtgacha saqlab olib kelish hamda hozirgi vaqtda dunyoga targ'ib qilishda bir qancha qiyinchiliklar bartaraf etilmoqda. Shu bilan birgalikda milliy qadriyatlarimiz, barcha milliylikimiz timsoli aylangan barcha urf-odatlarimiz e'zozlanib asrab-avaylab kelajak avlodlarga yetkazib berishimizga harakat qilinmoqda, shular jumlasidan bag'ri kenglik, mardlik, oliyjanoblik, halollik timsoli "Milliy kurash" hisoblanadi. Kurash milliy sport turini rivojlantirishni yangi bosqichga olib chiqish, uning xalqaro miqyosdagi nufuzini oshirish va xorijiy mamlakatlarda yanada keng targ'ib qilish, shuningdek, kurashni rivojlantirish va ommalashtirish bo'yicha faoliyatni tizimli qo'llab-quvvatlashni tashkil qilish maqsadida. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-450-son, 20.12.2024-yil qarori Kurash milliy sport turini rivojlantirish va ommalashtirishni yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risidagi, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 04.11.2020-yildagi PQ-4881-son Milliy kurash sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida qarori. O'zbekiston Respublikasi mustaqillikka erishishdan oldin ham, keyin ham, hozirgi vaqtlarda ham o'zimizning milliy

qadriyatlarimizni ulug'lanib va asrab avaylanib kelmoqda shular tarkibida milliy kurash ham mavjud bo'lib tobora yuksalib rivojlanib bormoqda.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Kurash sport turlarida muhim ahamiyatga ega bo'lgan sifatlarni tarkibiga kuch sifatini tanlab olsak. Jismoniy sifatlardan biri "kuch" deganda kurashchining raqib qarshiligini engib o'tish yoki mushak kuchlanishi hisobiga unga qarshilik ko'rsatish qobiliyati tushuniladi.

Kuchning quyidagi turlarini ajartish qabul qilingan: umumiy va maxsus, mutlaq va nisbiy, tezkor va portlovchan, kuch chidamliligi [3; 86-b.]. Kuch chidamliligi — bu sportchining mushaklarini zo'riqishini dastlabki lahzasida ish uchun kuchlanishning tez rivojlantirish qobiliyati [6; 34-b.].

Kuch chidamliligini shakllantirish - harakat va nafas uyg'unligidagi murakkab san'at. Kuch chidamliligini rivojlantirish - bu oddiy jarayon emas, balki organizmning barcha tizimlarini uyg'un ishlashiga yo'naltirilgan murakkab jarayondir. Mashg'ulotlarda faqat mushak kuchini oshirish emas, balki **vegetativ funksiyalarni mukammal boshqarish**, ularni mashq jarayoniga moslashtirish ham muhim o'rin tutadi. Kuch chidamliligini oshirishning bir necha yo'nalishlari mavjud. Masalan, **vaznning maksimal qiymatidan 30-70%** og'irlik bilan ishlashda **takrorlashlar soni 5 tadan 12-14 tagacha** bo'lishi tavsiya etiladi. Har bir yangi urinish organizm dam olganidan so'ng amalga oshiriladi. Bu usul mushaklar harakat faoliyatini yaxshilab, kislorod tanqisligini kamaytiradi. Agar yuklama **60% atrofida** bo'lsa, mashqlar o'rta sur'atda bajariladi, **takrorlashlar soni 15 tadan 30 tagacha**, urinishlar esa 2-5 marotabadan oshmasligi kerak. Dam olish oralig'i bu holatda **4-5 daqiqa** bo'lishi maqsadga muvofiq. Shuningdek, yuklama **20-70%** orasida bo'lsa, takrorlashlar mashg'ulot oxirigacha davom ettiriladi, ammo **yondashuvlar soni 4-5 tadan oshmasligi** lozim. Dam olish oralig'i o'zgarib turishi turli natijalarga olib keladi: agar tanaffus qisqa (1–3 daqiqa) bo'lsa, mushaklarning **ichki anaerob energiya manbalari** faol ishlaydi; aksincha, tanaffus 5-10 daqiqa bo'lsa, mushak apparatining **anaerob ishlash qobiliyati** takomillashadi. Kuch chidamliligini rivojlantirishda ikkita asosiy shakl mavjud: **Tanlangan mashqlar seriyasini ketma-ket bajarish;**

Aylanma mashg'ulot shakli - bunda turli mashqlar ketma-ket bajarilib, butun tana faoliyati sinxron tarzda chiniqtiriladi. [5; 79.]. A.I.Babakov, S.B.Ulyankin mazkur mualliflarning fikriga ko'ra kurashchilarda umumiy chidamlilikni rivojlantirishda sekin shidatli, lekin uzoq muddat davomida bajariladigan mashqlarni, maxsus chidamlilikni rivojlantirishda esa musoboqa shiddatida ijro etiluvchi mashqlarni vazn toifalariga qarab qo'llash lozim ekan [6; 46-b.]. Chidamlilik belgilari va sifatlari juda ko'p mashqlarni takrorlash, uzoq vaqtlar mashq bo'lishini talab etadi. Chidamlilikda nafas olish, nafasni ichda saqlab turish, mushaklar va barcha bo'g'inlarning og'ir-yengil harakatlarni bajarishga odatlanishi ustuvor turadi. Chidamlilik belgilari va sifatlari ko'proq quyidagi faol harakatlarda uchraydi va belgilanadi. Sport sohasida kuchlilik asosan shtanga, kurash, boks, qo'l kuchini sinash, tosh ko'tarishda qo'llaniladi. Yuqorida ta'kidlangan sport turlarida mushaklarning tortish, cho'zish, itarish, urish, saqlab turish (shtanga) va h.k. harakatlari orqali amalga oshiriladi. Bunda har bir sport turining xususiyati, texnik-taktik jihatdan harakatlarni bajarishda sekin, tez va tezkor-kuch sifatlari ishlatiladi. Mushaklarning kuchi (dinometriya, stanometriya) va harakat tezligi (sekundomer, kompyuter va h.k.) asosiy o'rinda turadi, ular maxsus asboblardan orqali o'lchanadi. Harakat tezligi (suzish, yugurish, to'pni urish, tepish va h.k.) kuch bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Ya'ni suzish, yugurish, to'pni darvozaga zarb-kuch bilan tepishda texnik-taktik harakatlar, tezlik va kuchlar bir-biri bilan bog'lanib ketadi [4; 40-41-b].

1-jadval

Talaba kurashchi qizlarni umumiy kuch chidamliligini oshiruvchi umumiy mashqlar tashkil topgan mashqlar metodikasi

№	Mashq nomi	Mashqni amalga oshirishdagi o'rtacha vaqt	Takrorlash soni	Dam olish oralig'i	Yuklamalarni shiddati	YuQS zarba/daq
1.	1000 metrga yugurish	4-5 daqiqagacha	2marta takrorlash	Dam olish oralig'i 1-1.5 daqiqa,	3-4	140-180
2.	Zinaga chiqib tushish butun stadion bo'ylab (har bir oyoqqa qumli 0.5 kg dan tashkil topgan og'irlikni kiygan holatda)	20- 30munit ichida	1marta takrorlash	Dam olish oralig'i 5daqqa	3-4	140-185
3.	Zinaga chiqib tushish bitta zinani o'zida (har bir oyoqqa qumli 0.5 kg dan tashkil topgan og'irlikni kiygan holatda)	1) 10 soniya 2) 20 soniya 3) 30soinya	1marta takrorlash	Dam olish oralig'i 1) 10s, 2) 15s,3) 20s, seriyalar orasida	2-3	145-175
4.	Turnikda kurash yaktagi ilingan bo'ladi, yaktakni yoqasiga ikki qo'l yordamida osilib turiladi 10kg og'irlik beliga osilgan holatda bo'ladi	30 soniya 45 soniya 1munit	3 seriya, 1 marta takrorlash	Dam olish oralig'i 20 soniya 40 soniya 1daqqa seriyalar orasida 1.5,2 daqiqa	2-3	140-150
5.	Turnikda tortinish	7-15 marta	2 seriyadan 2marta	Dam olish oralig'i 40 soniya seriyalar orasida 1.5, 2 daqiqa	1-2	145-160
6.	Brusda qo'lni bukilgan holatda muvozanat saqlab turish	15 s 20 s	2seriya 1marta	Dam olish oralig'i 15 soniyadan 30 soniya Seriyalar orasida 30 soniya	2-3	140-155
7.	Brusda tizzani yarim bukilgan holatda ko'tarib turish	30 soniya 1 daqiqa charchaguncha	2seriya 1marta	Dam olish oralig'i 15 soniyadan, 30 soniya Seriyalar orasida 30 soniya	2-3	130-140
8.	Rezinani tarang tortib, ikki qo'lni ko'krak oldiga ko'tarib, gavda bilan o'ng va chap yelka rezinani qo'lni boricha yozilgan holatda tortish, bosh qarama-qarshi tomonga harakatlanadi (rezinani bog'langanligiga qarab tarangligi belgilanadi)	1daqqa 2daqqa 3 daqiqa	3 seriyadan, 1marta takrorlash	Dam olish oralig'i 20soniya 30soniya 1daqqa Seriyalar orasida 1daqqa ichida	2-3	140-155

Yuqoridagi jadvalda biz talaba kurashchi qizlarni kuch chidamliligini oshirish uchun umumiy sportga taalluqli bo'lgan mashqlarni kuch chidamlilik qobiliyatiga moslashtirilgan holatda ishlab chiqildi. Mashqlarni ishlashda me'yori va takrorlash soni yuklama shiddat zonasi yurak qisqarish soni moslashtirilgan holatda namoyon qilindi.

2-jadval

**Talaba kurashchi qizlarni maxsus kuch chidamliligini oshiruvchi texnik usullardan
tashkil topgan mashqlar metodikasi**

№	Usullar nomi	Tashqi qarshilikda foydalaniladigan predmetlar hamda jonli tashqi qarshilik turidan foydalanish	Mashqni amalga oshirishdagi o'rtacha vaqt	Takrorlash soni	Dam olish oralig'i	Yuklamalar ni shiddati	YuQS zarb a/daq
1.	Raqibni qo'lini qulay joyidan ushlab hamda yelkasini orqa tomonidan ushlab, raqib oyog'ini oldi tomonini oyog'i bilan to'sib, qo'lidan tortib usulga kiradi	Usulni amalga oshirayotganda, birinchi kurashchini beliga rezin bog'langan holatda bo'ladi, ikkinchi kurashchi usulga kirib chiqadi.	1.2daq28-40 marta 2. 3daq40-57martagacha	3seriya 1marta	1.1daq 2.2daq Seriylar orasida 1 daq	2-3	152-185
2.	Raqib qo'lini qulay joyidan ushlab, bitta qo'lini yaktakni yoqasidan ushlab yelkadan oshirib tashlash	Usulni amalga oshirayotganda, birinchi kurashchini beliga rezin bog'langan holatda bo'ladi, ikkinchi kurashchi usulga kirib chiqadi	1.2daq28-40 marta 2. 3daq40-57martagacha	3seriya 1marta	1.1daq 2.2daq Seriylar orasida 1 daq	2-3	152-185
3.	Raqibni qo'lidan va belidan ushlab taz bilan ko'tarib tashlash.	Usulni amalga oshirayotganda, birinchi kurashchini beliga rezin bog'langan holatda bo'ladi, ikkinchi kurashchi usulga kirib chiqadi	1.2daq28-40 marta 2. 3daq40-57martagacha	3seriya 1marta	1.1daq 2.2daq Seriylar orasida 1 daq	2-3	152-185
4.	Raqibni bir qo'lini qulay joyidan ushlab, ikkinchi qo'lni raqibni orqa belbog'idan ushlab o'ziga tortib, raqib oyog'ini tashqi tomoniga oyog'i bilan tepib tashlash	Usulni amalga oshirayotganda, birinchi kurashchini beliga rezin bog'langan holatda bo'ladi, ikkinchi kurashchi usulga kirib chiqadi	1.2daq28-40 marta 2. 3daq40-57martagacha	3seriya 1marta	1.1daq 2.2daq Seriylar orasida 1 daq	2-3	152-185
5.	Raqibni orqa belbog'dan ushlab, ikkinchi qo'lni raqibni ushlagan tomondagi oldi belbog'idan ushlab o'ziga tortib, yonbosh holatda kirib tizza yordamida ko'tarib uloqtirish	Usulni amalga oshirayotganda, birinchi kurashchini beliga rezin bog'langan holatda bo'ladi, ikkinchi kurashchi usulga kirib chiqadi	1daq1qa 25-33tagacha 2daq1qa 35-43tagacha 3daq1qa 45-58tagacha	4seriya 1marta	Dam olish oralig'i 30 soniyadan 1 daqiqa 2daq1qa Seriylar orasida 1daq1qa	2-3	152-185
6.	Raqibni qo'lini tirsak tepasidan ushlab, ikkinchi qo'lni xuddi o'sha qo'lni siqib ushlab, ushlangan qo'l tomondagi oyog'idan, oyoq yordamida chalib orqaga itarib usulni bajarish	Usulga kirayotgan kurashchini oyog'ida rezina bog'langan holatda, oyoq harakatlarini amalga oshiradi	1. 1daq1qa 20-28 marta 2. 2daq1qa 28-40 marta 3. 3daq1qa 40-57martagacha	4seriya 1marta	Dam olish oralig'i 30 soniyadan 1 daqiqa 2daq1qa Seriylar orasida 1daq1qa	2-3	152-185

Yuqoridagi jadvalda biz talaba kurashchi qizlarni kuch chidamliligini oshirish uchun texnik usullardan tashkil bo'lgan mashqlarni kuch chidamlilik qobiliyatiga moslashtirilgan holatda ishlab chiqildi. Mashqlarni ishlashda qanday tarzda usulni amalga oshirishi hamda me'yori va takrorlash soni, yuklama shiddat zonasi, yurak qisqarish soni moslashtirilgan holda namoyon qilindi.

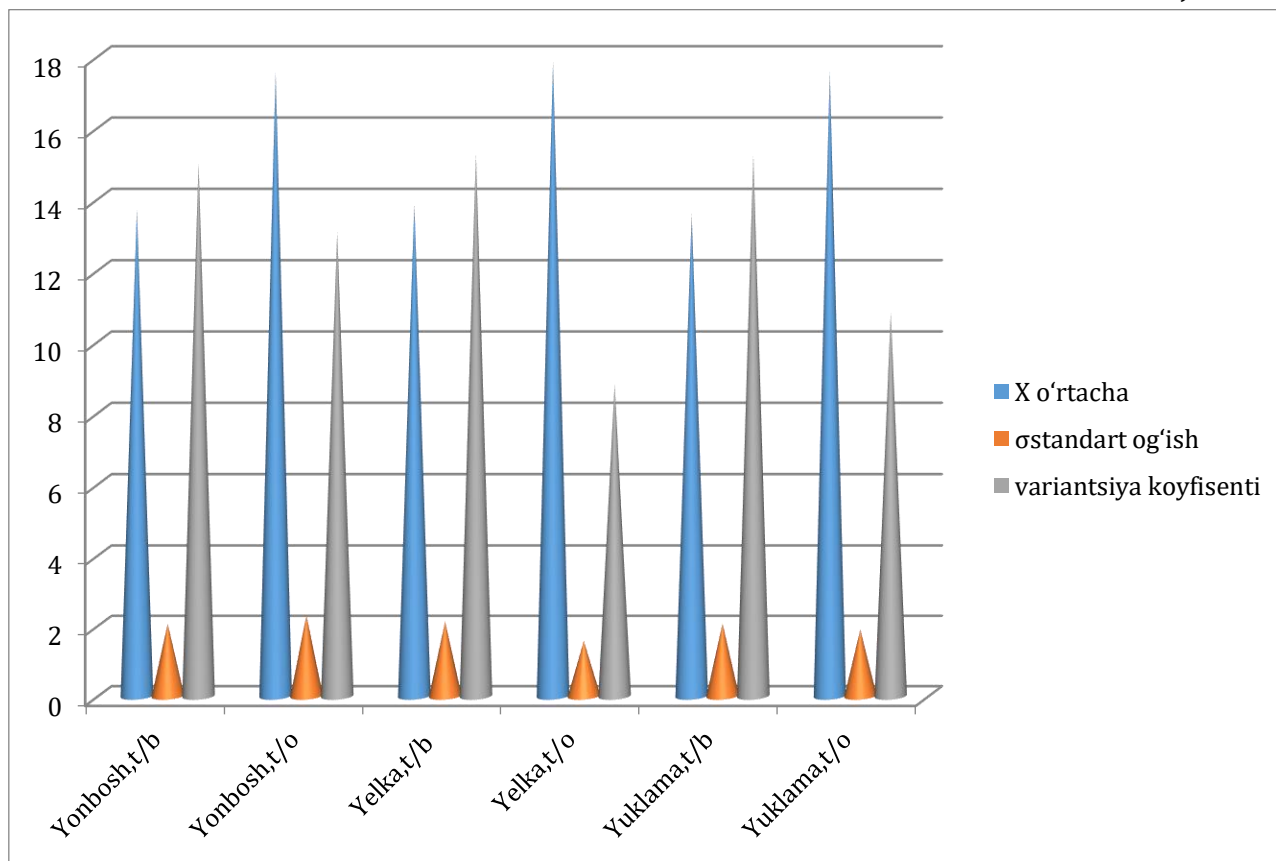
3-jadval

Talaba kurashchi qizlarning texnik tayyorgarlik ko'rsatkichlari (n=7)

№	Yonbosh usuli, 30 son, marta		Yelka usuli, 30 son, marta		Yuklama usuli, 30 son, marta	
	T/o	T/k	T/o	T/k	T/o	T/k
1.	10	14	10	15	13	15
2.	13	15	13	17	16	19
3.	16	19	16	19	14	18
4.	14	17	14	18	10	15
5.	13	19	15	18	13	18
6.	14	19	16	20	16	20
7.	16	20	13	18	13	18
$\bar{X}$	13.71	17.57	13.86	17.86	13.57	17.57
σ	2.06	2.30	2.12	1.57	2.07	1.90
V, %	15.01 %	13.08%	15.27 %	8.81 %	15.25 %	10.83 %

Kuch chidamliligini rivojlantirish natijalarining umumiy tahlili. O'tkazilgan uch bosqichli kuzatuv va tahlillar natijalariga ko'rinib turibdiki, sportchilarning **kuch chidamliligi mashg'ulotlar davomida yaxshi o'sish** bog'liqligini namoyon etdi. Tadqiqot boshidagi bosqichlarda o'rtacha ko'rsatkichlar **13.5–13.8** atrofida bo'lib, bu davrda natijalarning tarqoqligi yuqori (variatsiya koeffitsiyenti **15–15.3%**) ekanligi aniqlandi.

Jadval-4



Izoh: t/b tadqiqot boshi, t/o- tadqiqot oxiri

Xulosa. Bu holat kurashchi qizlarning kuch qobiliyatini va chidamlilik zaxiralari o'rtasida sezilarli farq mavjudligini ko'rsatadi.

Tadqiqot oxiriga kelib esa jami tahlillarda o'rtacha natijalar **17.5–17.9** gacha o'sganini, variatsiya esa **8.8–13%** oralig'igacha kamaygani kuzatildi. Bundan shu ma'lum bo'ldiki, mashg'ulotlar jarayonida: sportchilar kuchni ko'paytirish va saqlab qolish ko'nikmalarini rivojlantirgan, yuklamalarga moslashuv jarayoni yaxshilangan, mushaklarning zaxira energiya ta'minoti tizimi (ayniqsa anaerob imkoniyatlar) faollashgan, va eng muhimi — natijalar **barqarorlik** kasb etgan.

Statistik tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'rtacha ko'rsatkichlar oshgan sari **standart og'ish** (σ) biroz kamayib, variatsiya darajasi pasaygan. Bu o'z navbatida mashg'ulot jarayonining **samarali tashkil etilgani** va **individual yondashuv** o'z samarasini berganini tasdiqlaydi.

Adabiyotlar/Литература/References:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-450-son, 20.12.2024y qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 04 11 2020 yildagi PQ-4881-sonli qarori.
3. A.M.Achilov., J.A.Akromov., O.V.Goncharova. Bolalar jismoniy sifatlarni tarbiyalash o'quv qo'llanma. Toshkent 2009 y. 207 b.
4. Бабаков А.И.Ульянкин С.В. Физическая и волевая подготовка борцов на поясах основе использования методики самовоспитания. Учебное пособие. Владимир - 2010.46-b
5. Kerimov F.A. Sport kurashi nazaryasi va uslubyati.Darslik.Toshkent. 2008.86-87-b.
6. Madaminov. B, R.Salomov. Jismoniy tarbiya nazaryasi va uslubyatining amaliyoti. "Muxarrir" nashriyoti Toshkent 2013 yil. 34b.

7. Xudoyberganov. J.S. Talabalarda chidamkorlikni rivojlantirishning. Ahamiyati central asian research journal for interdisciplinary studies .2021 yil.40-41b.

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOIIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 5/9 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО- ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro‘yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM”
mas’uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog‘och ko‘chasi, 70/10-uy. Elektron manzil:

scienceproblems.uz@gmail.com

Bog‘lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).