

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MADANIYAT VA SPORT ISHLAR
VAZIRLIGI**

O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA INSTITUTI

SULTONOVA DILNOZA USUFJON QIZI

Yetti kurashchilarni musobaqa jarayonini tahlil qilish

Ta'lim yo'nalishi: 5610500 – “Sport faoliyati” (Yengil atletika)

BITIRUV MALAKAVIY ISHI

Ish kafedra ko'rib chiqildi va
ximoyaga tavsiya etildi
Yengil atletika, og'ir atletika va
velosport nazariyasi va uslubiyati
kafedrasini mudiri, p.f.n.,

_____ M.S.Olimov
“ _____ ” _____ 2015 yil.

Ilmiy rahbar: Yengil
atletika, og'ir atletika va
velosport nazariyasi va
uslubiyati kafedrasini
_____ Soliyev.I.R

Toshkent-2015

M U N D A R I J A:

Kirish.	
I. BOB YENGIL ATLETIKANING YETTI KURASH TURINING TARIXI VA O'TKAZISH MALUMOTLARI.	5
1.1. Yengil atletika bo'yicha o'tkaziladiga musobaqalar tarixi.....	5
1.2. Olimpiada sport musobaqalari va yengil atletika mashqlarining nazariy asoslari.....	25
1.3. Musobaqalar va ularda muntazam qatnashib borish.....	44
II. BOB. TADQIQOTNING VAZIFALARI, UNING TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH USULLARI.	48
2.1. Tadqiqot maqsad va vazifalari.....	48
2.2. Pedagogik kuzatu nazorat.....	49
2.3. Matematik statistik usullar.....	49
III. BOB. YETTIKURASHCHILARNING YIRIK MUSOBAQALARDAGI NATIJALARNI TAHLIL	50
3.1. Yettikurash musobaqalarini Olimpiya o'yinlari va Jahon chempionatlaridan olingan natijalar.....	50
3.2. Yettikurash musobaqalarini Osiyo o'yinlari va Osiyo chempionatidan olingan natijalar.....	51
3.3. O'zbekiston sportchilarni natijalarini tahlili.....	53
XULOSALAR.	54
Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.	55
Ilovalar	

KIRISH

Respublikamiz mustaqillikka erishgandan so'ng eng avvalo mustaqil davlat sifatida o'z bayrog'i va o'z madhiyasi ostida vatanini himoya qilish huquqini qo'lga kiritib jahon arenalarida kurashga kirishdi. To'g'ri daslabki davrlardan boshlab jismoniy tarbiya va sportga katta e'tibor berildi. Respublikamiz sportchilari jahon miqiyosida musobaqalarda yuqori natijalarga erishib Respublikamiz bayrog'ini yuqori ko'tarilmoqda.

Jumladan yurtboshimizning tashabbusi bilan "Bolalar sporti rivojlantirish jamg'armasini" tuzish to'g'risidagi Farmoni, 2013 yil 25 fevraldagi PQ-1923 sonli O'zbekiston sportchilarini 2016 yilda Rio de Janeyro (Braziliya) shahrida bo'lib o'tadigan XXXI yozgi Olimpiya va XV Paralimpiya o'yinlariga tayyorgarlik ko'rish to'g'risidagi Qarorida sportning Olimpiya turlarini rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, tadqiqotchilarga yillik, ko'p yillik sikllarga tayyorlashga doir ko'rsatmalari hamda yo'l yo'riqlari ko'rsatib o'tilgan. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar mahkamasining 1999 yil 27 maydagi "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risidagi qarori yoshlar sportini ommaviy ravishda rivojlantirish jamoatchilik orasida turli sport tadbirlarini uyushgan holda tashkil qilinmoqda. Mamlakatimiz istiqbolini taminlaydigan jismoniy baquvvat, aql-idroki teran avlodni voyaga yetkazishga zamin tayyorlaydigan xamdo'stlik mamlakatlari ichida birinchilardan bo'lib 1992-yilidayoq jismoniy tarbiya va sport haqidagi davlat qonuni qabul qilinib, 1996-yili unga lozim bo'lgan o'zgarishlar kiritilishi, 1993-yili yosh avlodni sog'lomlashtirish muammolarini har tomonlama hal qilish to'g'risidagi, 589-sonli qarori sog'lom avlodni voyaga yetkazishning davlat dasturiga aylandi.

Mavzuning dolzarbligi: Respublikamiz jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish uchun bir qancha ishlar amalga oshirilmoqda. Bulardan 14-yanvar 1992 yildagi O'zbekiston Respublikasi jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi qonuni, 4 mart 1993 yildagi O'zbekiston Respublikasi Prezidenti sog'lom avlod uchun o'rdenini ta'sis qilish to'g'risidagi farmon, 24 oktyabr 2002 yildagi

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Ozbekiston bolalar sportini rivojlantirish to'g'risidagi farmoni 31 oktyabr 2002 yil O'zbekiston Respublikasi vazirlar maxkamasining O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'arma faoliyatini tashkil etish qarori va boshqalar. Ibtidoiy jamoa tuzumi davrida yengil atletika mashqlari odamlarning mehnat faoliyati bilan bog'liq edi. Ular insoniyat quldorlik jamiyatiga o'ta boshlashiga yaqin jismoniy tarbiyada ma'lum darajada mustaqil bo'la boshladi. Eng boy va uzoq umrli bunday sport to'rini topish qiyin. Yengil atletika tarixini va o'tmishini bilish bu yengil atletikadir. Yurish, sakrash va uloqtirish buning hammasi inson bilan birga tug'ishgandir. Birinchi o'yin va musobaqalar yengil atletikadan boshlangan. Arxeologik qozilmalardan ko'rinib turibdiki, eramizdan oldin Osiyoda, Afrika, eski Misrda va yaqin Sharqda hamda Uzoq sharq o'lkalaridagi mamlakatlarida yengil atletika bilan shug'ullanganliklaridan so'z boradi. Uning qizil yulduzi qadimiy Gretsiya shaharlaridan yondi. Yurish, sakrash va uloqtirish Greyiyada anchagina rivoj topdi. Jismoniy mashqlarning boshqa turlari qatori ular harbiy jismoniy tayyorgarlikda katta o'rin egalladi va qabilalar hamda diniy bayramlarining muhim qismini tashkil etadigan bo'ldi. Bunday tantanalarning eng ahamiyatlisi olimpiya o'yinlari hisoblanadi. Rivoyatlar, qissalar va boshqa madaniyat yodgorliklari, o'yin o'ziga xos jismoniy mashqlar ko'p bo'lganligidan dalolat beradi. Ko'p manbalarda xalq turmushida tez yugurish, yugurib kelib uzunlikka sakrash, tosh uloqtirish va uchkurash mavjud bo'lgani ko'rsatiladi.

Ishning maqsadi: Jahon arenalarida va o'zbekistonlik sportchilarni yengil atletikaning yettikurash turi bo'yicha o'tkazilgan musobaqa jarayonlarini hamda sport natijalarini tahlil qilish.

I BOB YENGIL ATLETIKANING YETTI KURASH TURINING TARIXI VA O'TKAZISH MA'LUMOTLARI.

1.1. Yengil atletika bo'yicha o'tkazilgan musobaqalar tarixi

Gretsiya olimpiya shaharchasi, Zevs xramm oldida stadionlar, gimnastlar, polestri jismoniy tarbiya to'garaklari o'z ishini boshladi. Usha davrdagi urush yillar i qabila-qabila bo'lib urishadigan greklar stadionlarda ippadromlarda kelib shug'ullanib bir- birlari bilan urushlari ham to'xtab qoldi.

Birinchi Olimpiada o'yini 776 yil, eramizdan oldin bo'lib o'tdi. Uning dasturidan o'rin olgan bir xil yugurish, ya'ni bir stadiy (192 m 27 sm) yugurish bo'lib, bu yuguripshi Greklar "Dromos" deb ataganlar, 724 yil eramizdan oldingi XIV olimpiadasida ikki xil yugurish (ikki aylanish) "diaulos" deb ataladi. Uning uzunligi esa 385 m ga teng bo'ladi. Strat beruvchini "geroldom" deb atagan. Kim oldin, si'glandan oldin chiqib yugursa starter qattiq jazolagan. XIV Olimpiadasida uzoq masofalarga yugurishni "dolikos" (24 xil aylanish) deb ataganlar. 708 yil eramizdan oldingi XVIII olimpiadada besh kurash "Pentatlons" ya'ni u yugurish, otish va sakrashdan iborat edi. Shunday qilib qadimgi Gretsiyada yengil atletikaning hamma turlari keng qo'llanila boshladi. Ularning tayyorgarlik ko'rishlari hozirgi zamondagidek oldin va kuchli tayyorgarlik ko'rar edilar. Start berilib, qoidasi bo'yicha yugurar edilar. Xar bir sportchi o'z yo'lkasi orqali yugurar edilar. G'oliblarni aniqlashda yarim final va final yugurishlar bo'lar edi. Uzunlikka sakrash ham olimpiada o'yinlariga kiritilgan. Greklar disk va koptokni 3 kg dan 5,5 kg gacha uloqtirar edilar. Sparta shahrida jismoniy tarbiya bilan shug'ullanadigan sparta maktabi ochilgan u yerda harbiycha o'tar edi. Faqatgina kuchli janglarni tarbiyalar edilar; Ular yetti yoshdan shunday usullarda tarbiyalab voyaga yetkazar edilar. Afina shahrida boshqacha usulda tarbiyalar edi. Bu yerda ilm va fan bilan birgalikda sport bir xil tus olgan edi. 16 yoshdan gimnaziyalarda ko'p vaqtlarini jismoniy tarbiyaga ajratiladi. Bu esa ularni musobaqada aktiv qatnashganlari, greklar kuchli sportchilar yetishtirib berar edilar. Oxirgi asrlarda

eramizdan oldingi yillarda sportchilarning “profitsional” yo‘nalishlar ya’ni “gladiator” majburiy yugurishlarda odam o‘ldirishga majbur qilar edi.

Gretsiyada olimpiya o‘yinlarining to‘xtab qolish sabablari qo‘yidagicha, Rimliklar qo‘l ostiga o‘tib ketishi "kollonozmdir" 393 yil eramizdan oldin rim imperatori Feodesey 1 buyrug‘i bilan olimpiada o‘yin bayrami qilindi. XVIII asrlarda yana yengil atletika rivojlana boshlaydi. Olimpiya o‘yinlariga qiziqish uyg‘ona boshladi. Greyiya olimpiyadasi haqida o‘z ta’ssurotlarini nemis olimlari, jismoniy tarbiya ustozlari I.M.Gute-Muts (1759-1830) yilda va G.FIT (1785-1846) usullarda o‘z ta’ssurotlarini aytishdilar. Shavqatsiz eksplutatsiya bo‘sh vaqt va kerakligiga moddiy sharoit bo‘lmaganligi sababli xalqqa jismoniy mashqlarning taraqqiyot darajasiga ta’sir ko‘rsatadi. Shu sabab o‘rta asr davrida hamma vaqt xalq jismoniy mashqlar an’anaviy o‘yin kulgilar harakterida bo‘lib, faqat bayram kunlari o‘tkazilar edi. O‘rta asrlarda yugurish sakrash va uloqtirish dastlab jismoniy tarbiya gimnastika sistemasiga kiritilar, kundalik hayotda qo‘llanilar edi. Lekin bu yengil atletika sporti tashkil topishiga muhim ta’sir ko‘rsata olmadi. Chunki gimnastika sistemasida bu mashqlarning asosiy bo‘lmay, ikkinchi darajali edi. Xalqning bu mashqlar bilan shug‘ullanishi esa mehnatkash ammo imkoniyati chegaralangani uchun yengil atletika taraqqiyotiga to‘la ta’sir ko‘rsata olmadi. Yugurish sakrash va uloqtirish mustaqil jismoniy mashq sifatida va yengil atletika sportining muhim elementlari sifatida XIX asrning ikkinchi yarmida tashkil topa boshladi. Bunga yoshlarning keng qatlamlari o‘rtasida bunday mashqlarga qiziqish o‘sganligi: burjuaziya ham o‘z hukmronligini kuchaytirish vositasi sifatida, jismoniy tarbiyaga ko‘proq qiziqqa boshlagani sabab bo‘ladi. Burjuaziya kapitalistik korxonalari uchun jismoniy baquvvat ishchilarga va bosqinchilik armiyasi uchun soldatlarga muxtoj edi. Bunga eski gimnastika sistemalar allaqachonlar to‘la yordam berolmay qolgan edi. Burjuaziya an’anaviy xalq o‘yin kulgilaridan olingan atletik mashqlarga e’tibor bera boshladi. Bular orasida takomillashish jarayonida sportga yugurish, sakrash va uloqtirish tusini olib, yengil atletika sporti tarbiyaga kiradigan yugurish, sakrash va uloqtirish mashqlari ham bor edi.

Hozirgi zamon yengil atletikasi Angiliyada boshqa mamlakatlarga nisbatan oldinroq rasm bo'la boshladi. XVIII asrda ippadromlarda, shaharlar orasidagi masofalarda yugurish ommalashdi. 1770 yilda bir soatlik yugurish 17 km 300 metrni tashkil etdi. D. Todd degan yugur uvchi 1803 yilda Goshd-parkidon , Okebridj Roy oralig'i bir teng 1 lij 10 sek bosib o'tdi. XVIII asr o'rtalarida kollej o'quvchilari va Universitet talabalari o'rtasida musobaqalar bo'lib o'tadigan bo'ldi. 1837 yil 2 kmga yaqin masofaga yugurishdan Resbi shahri kollej o'quvchilarining dastlabki musobaqalari bo'ldi. Ko'p o'tmay ularning tashabbusiga Iton, Oksford, Kembridj, London va boshqa shaharlardagi kolledj o'quvchilari ham qo'shildilar. Keyin musobaqalar dasturiga qisqa masofalarga yugurish to'siqlar osha yugurish va og'ir narsalarni uloqtirishni boshladilar. 1851 yildan boshlab musobaqalar dasturiga yugurib kelib balandlikka va uzunlikka sakrash kiritiladi. Keyinchalik yengil atletika musobaqalari universitetlarda ham rasm bo'la boshladi. Bu jihatdan Oksford va Kembridj universitetlari tashabbuskor bo'ldilar. 1864 yilda bu o'quv yurtlari o'rtasida birinchi bor yengil atletika musobaqasi bo'lib, keyin bunday musobaqalar xar yili o'tkaziladigan bo'lib qoladigan bo'ldi. 1866 da Angiliya birinchiligi bo'lib o'tdi. 60 yillarda yengil atletika mashqlari bilan kattalar ham qiziqqa boshladi. Angliya aristokratlari yengil atletika sporti bilan qiziqar edilar-u, lekin yugurish yo'laklarida oddiy xalq bilan birga bo'lishni istamas edi. Ayniqsa ular yugurish va yugurishdan ochiq musobaqalar deb ataladigan musobaqalarda qatnashishga goho-goho muyassar bo'lib qoladigan "past" tabaqa vakillariga yutqazishga yo'l quya olmas edilar. Shu munosabat bilan, 1864 yilda Angiliya sport klublari "havaskorlik" to'g'risidagi nizom qabul qilib, yugurish yo'lkalarida aristokratlar bilan mehnatkashlar uchrashmaydigan qilib qo'yidilar. Shu nizomga asosan jismoniy mehnat vakillari profetsionallar deb e'lon qilinib ularning havaskorlari sport klubiga kirishlariga va havaskorlar bilan musobaqalarda qatnashishlariga yo'l qo'yilmaydigan bo'ladi. 1865 yilda London atletik klubi to'zilib, u yengil atletika sportini keng ommalashtira boshlaydi. Bu klub atletikadan mamlakat birinchiliklari o'tkazar va havaskorlik to'g'risidagi nizomga rioya qilishni nazorat qilib turar edi. 1880 yilda Angiliyada havaskorlik yengil

atletika assotsiatsiya tuzilib, u Britaniya imperiyasida yengil atletikadan eng oliy organ xuquqini oladi. U Angiliyada uning dominionlari va koloniyalardagi barcha burjua yengil atletika klublarini birlashtiradi. Assotsiatsiya yengil atletika sportiga umumiy rahbarlik qiladi. Angiliya sportchilarini xalqaro musobaqalarda ishtirok etishga tayyorlaydi. Fransiyada yengil atletikaning rivojlanishi 1879 yillarda, avvalo harbiy va grajdanlar (fuqarolar) letseylarida rivojlana boshlaydi. 1880 yildan boshlab letseylarda yugurishdan musobaqalar muntazam o'tkaziladigan bo'ldi. Shu yillarning 1880 oxirida Fransiya burjuaziyasi atletak sport Fransuz jamiyatlarining assatsiatsiyasi tuzdi. – asrning ikkinchi yarmida yengil atletika sporti AQShda o'z rivojini topa boshladi. AQSH da yengil atletikaning rivojlanishi 1868 yildan Nyu-York atletika klubi tuzilib yengil atletikadan birinchi marta musobaqa o'tkazilgan vaqtdan boshlanadi. Tez orada universitetlar yengil atletikaning taraqqiyot markazi bo'lib qoladi. 1874 yilda Govard universitetida yengil atletikadan birinchi musobaqa bo'lib utadi. 80-yillarda AQSH da universitetlar aro atletika ittifoqi bo'lgan "Amerika havaskor yengil atletika milliy "assotsiatsiyasi" va mamlakatda yengil atletika rahbar organi "Amerika havaskorlar yengil atletikasi ittifoqi" vujudga keldi. Amerikada, ham Angiliya kabi birinchi profitsional yuguruvchilar chiqishdilar. Ma'lumki profsional yuguruvchi Ch.Rouell 12 soatda 144 km 64 m ni yugurib o'tdi. Birinchi yengil atletika musobaqalarini yopiq joyda Nyu-Yorkda Emnayyer ringidagi manejida 1868 yil bo'lib o'tdi. Bu musobaqa Angiliya programmasining o'zginasi edi. 1871 yil Amerikada ochiq xavoda universitet birinchiligi bo'lib o'tdi. 1875 yilda esa mamlakat birinchiligi bo'lib o'tdi. Bir vaqtda AQSH va Angiliya yengil atletikaning rivojlanish boshqa Yevropa mamlakatlaridan ham keng tarqala boshladi. Birinchi Fransiyada keyinchalik Germaniyada, Skandinaviya mamlakatlarida keng tarqala boshladi. Germaniyada birinchi yengil atletika musobaqalarini 1888 yilda Berlindagi va futbol klublari tashkil qilgan edi. Mustaqil yengil atletika klublari esa 1890 yillarda paydo bo'ladi. 1898 yilda yengil atletika rahbar tashkiloti Germaniya yengil atletika boshqarmasi tuzildi. Skandinaviya mamlakatlarida yengil atletika mustaqil sport turi sifatida 1887 yilda

Shvetsiyada, 1897 yilda Norvegiyada va 1906 yilda Finlyandiyada rasm bo'la boshladi. Vengriyada, Polshada, Chexoslaviyada, Yugoslaviyada va boshqa Markaziy yevropa mamlakatlarida yengil atletika sporti – asrning 90 yillarida rivojlana boshladi. Ko'p mamlakatlarda yengil atletikaning sport turi sifatida – asr oxirlarida qabul qilina boshladi. Yengil atletika sporti taraqqiyotida qadimiy grek olimpiya o'yinlarining qayta yo'lga qo'yilishi muhim ahamiyatga ega bo'ldi. 1895 yilda Afinada gimnastikadan olimpiyada o'yinlariga o'xshash musobaqa o'tkazildi. Musobaqa dasturiga yengil atletikaning ko'p turlari kiritildi. Bu musobaqada qisqa masofaga yugurish, o'rta masofaga yugurish, uzunlikka va balandlikka sakrash va nayza va disk uloqtirish kiritilgan edi.

Birinchi olimpiada o'yinlariga bizning davrimizda mashxur Fransuz pedagogi va aktiv jamoatchi Pesr Kuberten asoschilaridan biridir. U kishi Fransiya sport federatsiyasining kotibi edi. U jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishi uchun aktiv kurashdi. U kishining uylashicha sport butun jahon xalqlarini birlashtiradi va tanishtiradi. Dunyoda tinchlikni barqarorlashtiradi. Shuning uchun olimpiadaning 5 ta doirasi bor va 5 ta qit'ani birlamchi kuch deb izox bergan u kishi De Kubertening xizmati shundaki, u urushga qarama-qarshi siyo sat yuritgan, hamda ozod mamlakatning olimpiada o'yinlariga qatnashishga xuquqlidir deb uqtiradi. De Kubertening tashabbusi bilan 1894 yilda Parijda birinchi xalqaro sport kongressi bo'lib o'tdi. Bu kongresda 34 mamlakatdan a'zo qatnashdi. Kongress birinchi olimpiada o'yinlarini 1897 yil Gretsiyada o'tkazishga qaror qabul qildi. Yana shu kongressda xalqaro olimpiada komiteti (x.o.k) to'zib olindi. Uning tarkibida 12 ta mamlakatdan a'zo bor edi. Xalqaro olimpiya komiteti qonun chiqaradigan organ bo'lib hisoblanadi. 1896 yildan hozirgacha 26 ta olimpiada o'yinlari bo'lib o'tdi.

1.2. Olimpiada sport musobaqalari va yengil atletika mashlarining nazariy asoslari

Sport musobaqalari o'ziga xos faoliyt bo'lib raqiblarning harakatini tartibga solishda katta rol o'ynaydi, ularning ayrim qobiliyatlarini ob'ektiv ravishda

solishtirib ko'rishga va jismoniy sifatlarni maksimal darajada namoyon bo'lishini musobaqa davomida harakatlanishni maksimal darajada ta'minlashga imkoniyt yaratadi.

Sport hozirgi ko'rinishda bir qator o'ziga xos xususiytlariga ega:

1) Sport musobaqalar faoliytida, raqobat darajasini ketma-ket yutuqlarga bo'lgan talablarni ortib borishi, sport musobaqalarining tizimiga asoslanib tashkil etiladi (yuqori ringga quyi musobaqalarda qatnashganlar qo'yiladi yoki pastdan yuqoriga).

2) Musobaqada bevosita bajariladigan harakatlarning, boshqarilish sharoitlarini va yutuqlarini baholash usullarini tenglashtirish hisobiga amalga oshiriladi. Bu tenglashtirish musobaqalar o'tkazishning umumiy me'yor-lari sifatida muayyn qoidalar bilan mustahkamlanadi.

3) Musobaqalashuvchilarni hatti harakatlari noantogonistik raqobat tamoyillariga muvofiq tartiblashtiriladi.

Sportchi tanlab olgan turidagi ko'rsatkichlarni, individual holda o'z imkoniytlariga qarab namoyish qiladi. Bu natijalar yo jismoniy g'alabani yoki raqibni yutish (ballarda, gollarida, ochkolarda va h.k.) natijasini yaxshilash uchun vaqt birligida, masofada, og'irlikda belgilanishi mumkin.

Yuqori sport natijasi, sportni shu kundagi rivojlanishida inson imkoniytlarini etaloni bo'lib hisoblanadi. Ularga taqqoslab har bir inson o'zining sport natijalarini solishtirib ko'rishi mumkin va shunga asoslanib, natijalarni yaxshilashni rejalashtirishi mumkin. Yuqoridagilardan sport natijalarini etalonlik va rag'batlantiruvchi roli yqqol ko'rinadi.

Sport natijalari har doim ko'p omillik hodisadir (bu esa ko'pgina sabablarga bog'liq). Jamiytdagi sport natijalari taraqqiyotiga ta'sir etuvchi omillar bo'lib hisoblanadi.

1) Sportchining individual talanti va yuqori natijaga tayyorgarlik darajasi.

2) Sportga tayyorgarlik tizimining samaradorligi, uni mazmuniga, taxlil etilishiga va material - texnik tomondan ta'minlanganligiga.

3) Sport harakatining kengligiga va uni rivojlanishining umumiy ijtimoiy sharoitlariga bog'liq.

Sport musobaqalarining xususiytlarini o'rganish, sport sohasidagi mutaxassislarni qiziqtirib kelgan va hozirgi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotgani yo'q.

Birinchidan - musobaqa sportni asosiy mazmunini tashkil etadi.

Ikkinchidan - sport musobaqalari, sport mashg'ulotidan genetik va bo'ysunishi bo'yicha "kattadir". Ma'lumki, inson ma'naviyti va madaniyatini rivojlanishida, har xil yakkama yakkaga kurash va sport elementlari o'rtasida o'yinlar birinchi bo'lib tashkil topgan. Keyinchalik esa ularni shakllari, uslublari va elementlari tashkil topa boshlagandan keyin tayyorgarlik ko'rash yo'llari aniqlana boshlandi. Hozirgi kunda sportda bu yo'nalishni ko'p soxasi bo'yicha sportchilar tayyorlashni ilmiy asoslangan tizimi tashkil qilinib sport mashg'ulotlarini ham o'z ichiga oladi.

Uchinchidan - sport musobaqalari sportchining jismoniy taktik-texnik imkoniytlarini, zaxiralarini va sport jamoasini imkoniytlarini aniqlashda "Poligon" bo'lib hisoblanadi. Shuning uchun faqat musobaqa vaqtida psixologik qarama-qarshiliklarni engish uchun raqobatchilik hosil qilinadi hamda sportchini musobaqa faoliyatini psixologik strukturasi aniqlanadi. Musobaqalar tizimi o'z ichiga bir qator ofisial va ofisial bo'lmagan musobaqalarni birlashtirib, sport faoliyatini nisbatan alohida shakl sifatida tashkil qiladi. Bular ma'lum tartibda o'zining masshtabi, ahamiyati, sportchini tayyorlash bosqichlari va boshqa sharoitlariga qarab bo'linadi.

Musobaqalarda asosiy o'rinlarni absolyut birinchiliklar (shaxsiy va jamoa) dunyo va olimpiada o'yinlari ham egallaydi. Bunday asosiy maqsadga yo'naltirilgan musobaqalar sportchini tayyorlashga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadi. Shunga ko'ra, mashg'ulotning ayrim boskichlari rejalashtiriladi, yuqori sport natijalarga optimal ravishda tayyorlash vaqti va boshqalar aniqlanadi. Boshqa ko'pgina musobaqalar tayyorgarlik uchun o'tkaziladi. Sport mashg'ulotlarini umumiy vaqtdan 10-15% musobaqa vaqtini aniqlaydi.

Musobaqa faoliyati - bu tartiblashtirilgan raqobat bo'lib, o'z qobiliyatini ob'ektiv ravishda solishtirish va maksimal darajada natija ko'rsatilishini ta'minlash hamda tartibga solishdir. Bu bir qancha maxsus xususiyatlarga ega:

1. Musobaqa tizimida raqobatni oshib borish darajasiga qarab hamda yutuqqa bo'lgan talabga nisbatan (dastlabki va ofisial musobaqalarda) faoliyatini tashkil qilishga.

2. Musobaqa o'tkaziladigan vositalarni amalga kiritishda sportchini faoliyati, shart-sharoiti va yutuqlarini baholash yo'llarini tartiblashtirish, ma'lum qoidalar hamda musobaqani umum me'yorlari bilan mustahkamlanadi.

3. Musobaqalashuvchilarni xulqini va o'zini tutish tartibiga ham bog'liq.

Sport musobaqalari - his-hayjon holatidagi ko'rinishda bo'lib hozirgi kunda 100 dan ortiq sport turi bo'yicha musobaqa o'tkaziladi. Har qaysi sport turi, musobaqa o'tkazish uchun o'zining metodik xususiyati, qatnashish sharti, o'tkazish qoidasi va g'oliblarni aniqlash va boshqa talab qiladi.

Musobaqa qisman, sportchini tayyorlash tizimiga kiradi, chunki faqatgina shaxsiy sport tayyorgarligiga ega bo'lmasdan, ijtimoiy vazifalarni hisobga olgan (targ'ibot, ko'rgazmalilik va b.q.) holda ham tashkil qilinadi.

Sport musobaqasi - o'yin shaklida raqobat qilish shakli bo'lib, jismoniy tayyorgarligi, harakat malakasi va mashqlarni bajarish san'ati yoki o'ylash va tafakkur qilishni rivojlan-tirishni aniqlash maqsadida o'tkaziladi.

Zamonaviy sportning natijalari darajasi shu qadar yuqoriki, ularga erishish uchun sportchi kamyob marfologik xususiyatlarga, jismoniy va psixologik majmua jihatlarining mutanosibligi kabi talablarga javob berishi kerak va ular albatta, rivojlanishning eng yuqori saviysida bo'lishi lozim. Bunday uyg'unlik, ko'p yillik tayyorlovni eng oqilona ravishda tuzilganiga va zarur sharoitlarning barchasi yaratilganiga qaramasdan juda kam uchraydi. SHuning uchun, oliy toifadagi sportchilarni tayyorlov tizimining eng markaziy masalasi sportchilarni saralash va yo'naltirishdir.

Sport saralovi - sportning ma'lum turida yuqori natijalarga erishish imkoniga ega bo'lgan, iqtidorli odamlarni qidiruv jarayoni.

Sport yo'naltirilishi-sportchilarning qobiliyati, imkoniytlari, mahoratlarini shakllanishining shaxsiy xususiyatlaridan kelib chiqqan holda yuqori sport mahoratiga erishishning istiqbolli yo'nalishlarini aniqlash. Yo'naltirish, ma'lum sport turi doirasiga tor sport mutaxassisligiga (sirinter-stayer, himoychi-xujumchi va x.k.);

- ko'p yillik tayyorlovning shaxsiy strukturasi aniqlashga, yuklamalar dinamikasi va o'sish jadalligiga;

- ma'lum bir sportchining sport natijalari saviysiga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatish imkoniytiga ega bo'lgan tayyorgarlik va bellashuv faoliyatining etakchi omillarini aniqlashga;

- sportchini qobiliyatini rivojlanishiga, uning shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan vositalar, yuklamalar, usullarni tanlashga tegishli bo'lishi mumkin.

Shunday qilib, sport saralovi kelajakda buyuk sportchilarni tayorlash mumkin bo'lgan istiqbolli odamlarni aniqlash masalasini esa, sportga yo'naltirish esa ushbu tayyorlovning o'qitish va sport mashg'ulotlari tizimidagi strategiyasi va taktikasini aniqlaydi.

Saralov va yo'naltirish sportchi mahoratini ko'p yillik davomida takomillashtirish strukturasi bilan yaqinda bog'langan. SHundan kelib chiqqan holda, ko'p yillik tayyorlovning ma'lum bosqichida sportchilar qo'yilgan masalalarni yecha oladilarmi degan savolga javob olish uchun saralovning besh bosqichigina alohida ko'rsatib o'tishi maqsadga muvofiqdir. Ushbularga mos ravishda, har bir bosqichda saralovning asosiy vazifasi belgilanadi.

Sport turlarining xilma xilligi shaxsning ma'lum bir sport faoliyatida mahoratga ega bo'lish imkoniytlarini kengaytiradi. SHaxsning ma'lum sport turida imkoniytlari va sifat xususiyatlarining ochilmasligi, uni umuman sport xususiyatlariga ega emas deb qarashga asos bo'la olmaydi. Bir sport turidagi ko'zga tashlanmaydigan belgilar boshqa sport turida yuqori natijalarga erishishga sabab bo'lishi mumkin.

Shulardan kelib chiqqan holda, sport imkoniytlarini istiqbolini ko'rishni alohida sportning yo'nalishi yoki guruhiga tegishli ravishda amalga oshirish mumkin, bunda, sportga yaroqlilikni aniqlash tizimiga xarakterli bo'lgan umumiy qoidalaridan kelib chiqish lozim.

1. Sport qobiliyati ko'p jihatdan, turg'unlik va konservativlik bilan ajralib turadigan nasliy belgilarga bog'liq. Shuning uchun, sport imkoniytlarini istiqbolini ko'rishda, avvalo, kelajak sport faoliytida muvaffaqiyatlarni shartlaydigan, kam o'zgaradigan belgilarga e'tibor berish kerak.

2. Nasliy belgilarning o'rni organizmga yuqori talablar qo'yilgan vaqtda ochilishidan kelib chiqib, yosh sportchining faoliyatini baholash chog'ida yuqori natijalar saviysiga alohida e'tibor bilan qarash kerak.

3. Sport qobiliytlarini aniqlashda konservativ nasliy belgilarni o'rganish, trenirovkalar ta'sirida tubdan o'zgarishi mumkin bo'lgan ko'rsatkichlarni aniqlash uchun zarur. Bunda, aniqlikni oshirish uchun ham ko'rsatkichlarning o'sish tezligini, ham ularning boshlang'ich darajasini e'tiborda tutish lozim.

4. Ba'zi funksiy va sifat xususiytlarining rivojlanishi geteroxronligi munosabati bilan turli yosh davrlarida sportchilarning qobiliytlarini namoyon bo'lish strukturasida ma'lum farqlar mavjud. Ayniqsa bu farqlar yuqori sport natijalariga bola va o'smirlik yoshidayoq erishiladigan texnik mushkul sport turlari bilan shug'ullanayotgan bolalarda yorqin ko'rinadi va sportchi tayyorgarligining barcha - boshlovchidan to xalqaro toifadagi sport ustasigacha bo'lgan davri yosh sportchi shakllanishining mushkul jarayonlari muhitida yuz beradi.

Sportdagi musobaqalar - yoshlar uchun juda katta rag'batlantirish bo'lib, o'z kuchlari va imkoniytlarini ko'rsatuvchi vosita sifatida, irodasi va xarakterini chiniqtirish uchun xizmat qiladi. Bizga ma'lumki, musobaqalar mashq jarayoning natijasi bo'lib, sportchining irodasini tarbiylaydi, sport kurashlariga o'rgatadi, mashqlar jarayonini nazorat qiladi. Musobaqalar alohida tayyorgarlik talab qiladi va sportchining yuqori natijalariga erishishda muhim rol o'ynaydi. Musobaqada qatnashish uchun, ilmiy asoslangan qonun-qoidalarga rioy qilish

kerak. Musobaqalar maqsadi, masshtabi va ruhiy zo'riqish darajasiga ko'ra har-xil bo'ladi.

Sportchi mashg'ulot tayyorgarlik holatini har-xil musobaqa darajalariga qaratadi ya'ni, g'alabaga, rekordga, saralanishga, nazoratga, mashg'ulotga, taktikaga, sharoitga va boshq.

Musobaqalarda ishtirok etish sportchining jismoniy va ruhiy xolatiga ijobiy ta'sir qiladi va tajribasini, bilimini oshiradi.

Musobaqalar mashg'ulotli, ma'romiga etkazish va a'lo darajali kabi turlarga bo'linadi. Bu bo'linish shuni anglatadiki, dastlab, bir qancha qator mashg'ulotlar orqali asosiy maqsadga o'tiladi va maromiga etgan musobaqalarga olib keladi. Aniq maqsadlarda tayyorlangan musobaqalar to'plami avval, mashg'ulotlarda keyin esa maromiga etgan musobaqlarda shakllanadi.

Sport turlaridan olingan tajribalarni o'rganish davomida, sport sohasidagi yuqori cho'qqilarni egallashda musobaqalar juda muhimligini bilib olamiz. Masalan: ko'pgina engil atletikachilar asosiy kulminasiy nuqtasiga etgan musobaqalarni odatda, hisob bo'yicha 16-18 ga rejalashtirishadi (mamlakat birinchiligi, Evropa yoki olimpiada o'yinlari). Huddi shunday sonlar musobaqalarda engil atletikachilarni sportning yuqori formalarini egallashini ta'minlaydi.

Musobaqalarga birdan qatnashib, yuqori natijalarga erishib bo'lmaydi. Aynan shu musobaqalarda sportchi o'z imkoniytlarini, mahoratini ko'rsatadi, texnik kamchiliklarini to'g'rilaydi, irodasini chiniqtiradi, musobaqa sharoitlariga ko'nikadi va mohirona yondashadi.

Shuning uchun zamonaviy mashg'ulot usullari bir yilda ko'rinarli darajada musobaqalar sonini oshirishga yordam beradi. Musobaqalar soni oshgan sari sportchilar yilning hamma faslida o'tkaziladigan bellashuvlarda o'zlarining qobiliyatlarini ko'rsata oladilar.

1.3. Musobaqalar va ularda muntazam qatnashib borish

Sport musobaqalari olimpiada sportida markaziy elementlardan bo'lib, musobaqa faoliyatidagi erishiladigan natijalar uchun, sportchining tayyorgarlik usulini va tashkilotchilikning hamma tizimini aniqlaydi. Musobaqalarsiz sportning o'zi mavjud bo'lmagan bo'lar edi. Shuning uchun olimpiada sporti qaysidir ma'noda bilim va faoliyat doirasini musobaqaning rivojlanishi va ta'minlanish yo'nalishiga qaratilganligini ko'rib chiqadi.

Sport musobaqalari inson munosabatlarining o'ziga xos modeli hisoblanadi. Bu esa bellashuvlarda, mag'lubiytlarda, doimiy g'alabaga erishishda, yuqori natijalarni qo'lga kiritishda, obro'-e'tiborda va material ta'minlanish maqsadlarini ko'rinadi.

Musobaqalar, tashkilotchilikning amalda ko'rinishida, tayyorgarlikning ashyoviy-texnikaviy asoslarida, olimpiada sporti uchun, saralash tizimidagi rezervlarni tarbiyash, trener kadrlarning iqtisosini oshirishda, mutaxassislar tayyorlash tizimidagi natijaviylik, sport fanidagi ilmiy-metodikani darajasi, medisini tomonidan ta'minlanishida aniqlanadi.

Sport musobaqalarida sportchilarning va jamoalarning imkoniyatlarini maksimal darajada amalga oshishi, ularning tayyorgarlik darajasini solishtirish, eng yuqori natijalarni egallash, g'alabalar, rekordlar o'rnatish yuz beradi.

Maxsus adabiyotlarda sport musobaqalariga yondashgan biologizatorlar pozitsiyasini ko'p marta uchratamiz. Bu qarashni tarafdorlari musobaqalarda birinchi navbatda «tajavuzkorlikni o'ziga xos shaklini», «jangovor sezgini qondirish», «ruhiy keskinlikni kamayishi», «chalg'ish» va boshqa holatlarni nomoyon bo'lishini ko'rishadi. Bu holatlarda, sport musobaqalarining mohiyatini insonlarning sezgi qobiliyatiga qarab emas balki, chuqur o'ylangan sport olimpiadalarini o'tkazish orqali isbotlanadi (Ponamaryov 1987).

Musobaqalar, qatnashchilar va ular orasidagi o'zaro raqobat orqali shakllanadi. Raqobatchilik munosabatlarda, milliy olimpiada qo'mitasi, milliy federatsiy, komanda rahbarlari, Sportchilar tayyorlov tizimining tashkilotchilari,

ilmiy xodimlar, vrachlar, maxsus ta'minlash xizmati, sport inventarlari va jihozlari bilan ta'minlovchi firmalar, sport kiyimlari, trenajyorlar, diagnostika uskunalari, boleshiklar qatnashadilar.

Sportchilar orasidagi o'zaro raqobat musobaq natijalariga erishishda xolis baho berish xarakteri bilan (pishqlik va daraja); musobaqa jarayoni bilan (taxminan bir xil sinfdagi sportchilarning soni va ularning darajasi); musobaqa sharoiti bilan (boleshiklar soni, pressaning e'tibori va boshq.); musobaqa jarayoni va natijalarga sub'ektiv xarakteristika bilan (sportchilar, boleshiklar, mutaxassislar fikri) baholanadi.

Shunday qilib, sport musobaqalari jarayonida raqobatchilik asosiy munosabatlardan biri bo'lib qoladi.

Raqobatchilik bellashuv qatnashchilarini bir- biriga qarama -qarshi qilib qo'ymaydi balki, sportchilar va mutaxassislarning birlashtirib, umumiy qiziqishlari bo'lgan sportning yna ham obro'-e'tiborli bo'lishini ta'minlaydi. Shuningdek, uning tomoshabop va mashhur bo'lishiga, bellashuv jarayonida tajriba almashishiga, sport fanini yutuqlarga erishishiga olib keladi.

Sport bellashuvlari ijtimoiy hayotning hodisasi bo'lib, inson faoliytiga ta'sir qiluvchi asosiy prinsiplariga bo'ysunadi (mehnatda, o'qishda, san'atda). Bular oshkoralik, natijalarni solishtirish va tajribalarni amalda takrorlash.

Oshkoralik – bu tomoshabinlar oldida har tomonlama axborot berish. Bu musobaqalashuvchilarning xarakatini umumiy nazorat qilishga sharoit yaratadi va tajriba almashtirishning bir shakli sifatida xizmat qiladi.

Natijalarni solishtirish – musobaqa xarakat qoidalarini ta'minlaydi, sport yutuqlarini ob'ektiv usullar bilan qayd qiladi va musobaqa usullari hamma uchun teng ekanligini nazorat qiladi.

Tajribalarni amalda takrorlash imkoniytlari, musobaqalar kalendardagi davriylikni, an'anaviylikni, barqarorlikni, tanlash qoidalarini va musobaqa qo'yishni aniqlaydi.

Bu asos nafaqat sport mahoratidagi an'anaviylikni yuqori darajada o'sishini ta'minlaydi balki, bellashuv faoliyatini ham jadallashtiradi. Shuning uchun

bellashuvlarga sportchi tayyorgarligining eng ko'p natija beruvchi va almashtirib bo'lmaydigan vosita sifatida qaraladi.

Sport bellashuvlarining turlari

Sport bellashuvi qatnashchilari tarkibining maqsadi, vazifasi va tashkil qilish shakllariga ko'ra bir necha turlarga bo'linadi.

Yirik turdagi rasmiy bellashuvlar tayyorgarlikning uzoq bosqichini egallaydi va sportchilar va jamoalarning tayyorgarlik tizimi baholaydi.

Bu bellashuvlar sportchilarning jiddiy musobaqalarda qatnashish uchun va har tomonlama tayyorgarligini ko'rsatishda effektiv vosita bo'lib, sportchilarni tanlash vazifasini echib beradi.

Bellashuvlar, tayyorlov, nazorat, etaklovchi (modelli), saralash va asosiy kabilarga bo'linadi.

Tayyorlov bellashuvlari.

Sportchining musobaqa faoliyatida yangi texnika va taktikani takomillashtirishi, organizmni har-xil funksional tizimdagi musobaqa yuklamalariga ko'nikishi bellashuvning asosiy vazifasi hisoblanadi. Bu bilan sportchining shug'ullanish darajasi ortadi va yangi musobaqa tajribalarini egallaydi.

Nazorat bellashuvlari.

Nazorat bellashuvlarida sportchining tayyorgarlik darajasini baholanadi. Bunda sportchining egallagan texnik, taktik, harakat sifatlarini rivojlanish darajasi, musobaqa yuklamalariga ruhiy tayyorgarligi tekshiriladi. Musobaqa nazorati natijalari tayyorlov jarayoning tuzilishini to'g'rilaydi.

Etaklovchi (modelli) bellashuvlar.

Bu bellashuvlarning asosiy vazifasi sportchini makrosiklda, bir yilda, to'rt yillikdagi asosiy musobaqalarga olib kelishdir.

Etaklovchi bellashuvlar sportchi tayyorgarligi tizimida mahsus uyushtirilib, rasmiy mavsumiy musobaqalarga olib keladi. Ular asosiy bellashuvlarni qisman va to'liq modellashtiradi.

Saralash bellashuvlar.

Saralash musobaqalari sportchilarni terma komandalar uchun va oliy martabaga etaklovchi musobaqalarda qatnashuvchilarini saralaydi. Bu bellashuvlarning alohida tomonlari shundaki, tanlash shartlari bor. Bunda asosiy musobaqalarda qatnashish uchun aniq o'rinlar egallash kerak yoki nazorat normativlarini bajarish kerak.

Asosiy bellashuvlar.

Asosiy bellashuvlarda, sportchi bosqichlaridagi takomillashtirishda oliy natijalar erishgan bo'lish kerak.

Bu bellashuvda sportchilar o'zlarining egallagan texnik-taktik va funksional imkoniytlarini, yuqori natijalarga erishishdagi maksimal intilishlarini, ruhiy tayyorgarligining yuqori darajadaligini ko'rsatishi kerak bo'ladi.

Ma'lumki, olimpiada sportida yirik kompleks musobaqalar y'ni, Olimpiada o'yinlari, Qishgi olimpiada o'yinlari, jahon chempionati, yirik qit'alararo va mahalliy musobaqalar, shuningdek, yirik kompleks musobaqalar yoki butun jahon Universiadalari markaziy o'rin egallaydi.

II. BOB. TADQIQOTNING VAZIFALARI, UNING TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH USULLARI.

2.1. Tadqiqotning maqsad va vazifalari.

Tadqiqot maqsadini hal etishda quyilgan vazifalar:

1. Yettikurashchi yengil atletikachilarning jahon miqiyosidagi musobaqa jarayonlarini tahlil qilish.
2. O'zbekistonlik yettikurashchilar musobaqa jarayonlarini va ularning sport natijalarini tahlil etish.
3. Jahon bo'yicha yettikurashchilar va o'zbekistonlik sportchilarni natijalarini solishtirish.

2.2. Pedagogik kuzatuv va nazorat .

Biz tadqiqot davomida jahon va o'zbekistonlik etakchi yettikurashchilar musobaqa jarayonlarni, ularning so'nggi 2 ta Olimpiyada o'yinlari, 2 ta jahon chempionati va 2 ta Osiyo o'yinlaridagi natijalarni pedagogik kuzatuvga olib, barcha musobaqalar natijalari tahlil etilgan.

2.3. Matematik statistik usullar.

Matematik statistik usullar orqali o'rta masofalarga yuguruvchi jahon, Osiyo va O'zbekistonlik sportchilarning qiyosiy taqqoslash maqsadida, jismoniy tarbiya va sport nazariyasida umumiy qabul qilingan, matematik va statistik usullarda foydalanishni asos sifatida oldik.

Tadqiqot natijalarini taqqoslashda oddiy matematik statistik usullardan: o'rtacha arifmetik ko'rsatkich ($\bar{X}$ o'rtacha) dan foydalandik.

III. BOB. YETTIKURASHCHILARNING YIRIK MUSOBAQALARDAGI NATIJALARNI TAHLIL

3.1. Yettikurash musobaqalarini Olimpiya o'yinlari va Jahon chempionatlaridan olingan natijalar

Demak ko'rsatilgan natijalarni tahlil qiladigan bo'lsak 2008 yilgi Olimpiyada o'yinlarida kuchli oltilikka kirgan sportchilardan faqatgina 1 kishi 2012 yil Olimpiya o'yinlarida qatnashgan va bronza medalini qo'lga kiritgan. Qolgan 5 nafar sportchi esa oltitalikka kirisha olmagan.

O'zbekistonlik yettikurashchilar 2008 yilgi Olimpiyada o'yinlarida 1 kishi qatnashgan bo'lib uning nitijasi umumiy hisobda 26 o'rin bo'lgan. Sportchimiz Yuliya Tarasova 5785 ochko jamg'argan. Yuliya Tarsova 2010 yilda Osiyo o'yinlarida ham munosib qatnashib oltin medalni qo'lga kiritgan. Lekin keyinchalik bu sportchimiz yengil atletikaning boshqa turlarida faoliyatini olib bormoqda. Quyida biz O'zbekiston chempionatlarida yettikurash musobaqalarini tahlil etganmiz.

2007 yilda o'tkazilgan musobaqada g'oliblikni qo'lga kiritgan sportchi 4145 ochko, 2010 yilda g'olib sportchi 3989 ochko to'plagan. To'g'ri sportchilar kam ochko to'plagan lekin bu sportchilarimiz yoshlar o'rtasida bo'lib o'tgan musobaqalarga qayd etilgan natijalar edi.

2011 yilda kattalar o'rtasida O'zbekiston chempionatida Ekaterina Varonina 4999 ochko to'plagan. Mashg'ulotlar davomiyligida turli hil musobaqalar o'tkazilib kelinayapti shu jumladan 2015-yilda o'tkazilgan osiyo o'yinlaridagi natijalarni ko'rib chiqadigan bo'lsak.

3.2. Yettikurash musobaqalarini Osiyo o'yinlari va Osiyo chempionatidan olingan natijalar

100 metr ga g'ovlar osha yugurish.

Familiya va Ismi	Qatnashgan davlat	Natija	Ochko	
Vang Qingling	China	13,68	1024	
Jeong Yeon-jin	South Korea	14,03	974	
Vassana Winatho	Thailand	14,18	953	
Huang Yu-Ting	Chinese Taipei	14,36	928	
Yuliya Tarasova	Uzbekistan	14,41	921	
Kotchakorn Khamrueangsri	Thailand	13,68	906	
Sushmitha Singha Roy	India	14,67	886	
Swapna Barman	India	14,83	864	
Sepideh Tavakoli	Iran	14,87	859	
Chu Chia-Ling	Chinese Taipei	14,96	847	
Ekaterina Voronina	Uzbekistan	847	817	
Kristina Pronzhenko	Tajikistan	15,98	717	

200 metr ga yugurish

Familiya va Ismi	Qatnashgan davlat	Natija va ochko	
Vang Qingling	China	24,19	963
Jeong Yeon-jin	South Korea	25,02	885
Vassana Winatho	Thailand	25,22	867
Huang Yu-Ting Chinese Taipei	Chinese Taipei	25,51	841
Yuliya Tarasova Uzbekistan	Uzbekistan	25,77	817
Kotchakorn Khamrueangsri Thailand	Thailand	25,93	803
Sushmitha Singha Roy India	India	25,94	802
Swapna Barman India	India	26,16	783

Sepideh Tavakoli	Iran	Iran	26,42	761
Chu Chia-Ling	Chinese Taipei	Chinese Taipei	26,5	754
Ekaterina Voronina	Uzbekistan	Uzbekistan	26,5	754
Kristina Pronzhenko	Tajikistan	Tajikistan	DNS	0

800-m yugurish.

№	Familiya va Ismi	Qatnashgan davlatlar	Natija va ochko	
1	Vang Qingling	China	2:21.21	807
2	Jeong Yeon-jin	South Korea	2:21.30	806
3	Vassana Winatho	Thailand	2:22.97	784
4	Huang Yu-Ting	Chinese Taipei	2:23.61	775
5	Yuliya Tarasova	Uzbekistan	2:25.48	751
6	Kotchakorn Khamrueangsri	Thailand	2:26.41	739
7	Sushmitha Singha Roy	India	2:28.13	717
8	Swapna Barman	India	2:29.38	701
9	Sepideh Tavakoli	Iran	2:37.63	600
10	Chu Chia-Ling	Chinese Taipei	2:45.01	517
11	Ekaterina Voronina	Uzbekistan	2:55.27	410
12	Kristina Pronzhenko	Tajikistan	2:21.21	807

Balandlikka sakrash

№	Familiya va Ismi	Qatnashgan davlatlar	Natija	Ochko
1	Vang Qingling	China	1,65 /	1016
2	Jeong Yeon-jin	South Korea	1,80 /	1016
3	Vassana Winatho	Thailand	1,80 /	941
4	Huang Yu-Ting Chinese Taipei	Chinese Taipei	1,77 /	903
5	Yuliya Tarasova Uzbekistan	Uzbekistan	1,77 /	903
6	Kotchakorn Khamrueangsri Thailand	Thailand	1,74 /	867
7	Sushmitha Singha Roy India	India	1,74 /	867
8	Swapna Barman India	India	1,71 /	830
9	Sepideh Tavakoli Iran	Iran	1,71 /	830
10	Chu Chia-Ling Chinese Taipei	Chinese Taipei	1,68 /	795
11	Ekaterina Voronina Uzbekistan	Uzbekistan	1,65 /	759
12	Kristina Pronzhenko Tajikistan	Tajikistan	1,59 /	689

Yugurib kelib uzunlikka sakrash

№	Familiya va Ismi	Qatnashgan davlatlar	Natija va ochko	
1	Vang Qingling	China	6,2	912
2	Jeong Yeon-jin	South Korea	6,13	890
3	Vassana Vinatho	Thailand	6,03	859

4	Huang Yu-Ting	Chinese Taipei	5,6	729
5	Yuliya Tarasova	Uzbekistan	5,55	715
6	Kotchakorn Khamrueangsri	Thailand	5,51	703
7	Sushmitha Singha Roy	India	5,4	671
8	Swapna Barman	India	5,33	651
9	Sepideh Tavakoli	Iran	5,24	626
10	Chu Chia-Ling	Chinese Taipei	4,8	506
11	Ekaterina Voronina	Uzbekistan	4,04	317
12	Kristina Pronzhenko	Tajikistan	6,2	912

Yadro uloqtirish

Familiya va Ismi	Qatnashgan davlatlar	Natija va ochko	
Vang Qingling	China	12,91	721
Jeong Yeon-jin	South Korea	12,62	702
Vassana Winatho	Thailand	12,33	683
Huang Yu-Ting Chinese Taipei	Chinese Taipei	11,85	651
Yuliya Tarasova Uzbekistan	Uzbekistan	11,47	626
Kotchakorn Khamrueangsri Thailand	Thailand	11,16	606
Sushmitha Singha Roy India	India	11,01	596
Swapna Barman India	India	10,67	573
Sepideh Tavakoli Iran	Iran	10,44	558
Chu Chia-Ling Chinese Taipei	Chinese Taipei	10,4	556
Ekaterina Voronina Uzbekistan	Uzbekistan	9,88	522
Kristina Pronzhenko Tajikistan	Tajikistan	7,21	348

Nayza uloqtirish

№	Familiya va Ismi	Qatnashgan davlatlar	Natija va ochko	
1	Wang Qingling	China	49,53	851
2	Jeong Yeon-jin	South Korea	42,47	715
3	Wassana Winatho	Thailand	40,18	671
4	Huang Yu-Ting Chinese Taipei	Chinese Taipei	39,75	662
5	Yuliya Tarasova Uzbekistan	Uzbekistan	39,32	654
6	Kotchakorn Khamrueangsri Thailand	Thailand	37,12	612
7	Sushmitha Singha Roy India	India	36,91	608
8	Swapna Barman India	India	36,3	596
9	Sepideh Tavakoli Iran	Iran	34,43	561
10	Chu Chia-Ling Chinese Taipei	Chinese Taipei	30,79	492
11	Ekaterina Voronina Uzbekistan	Uzbekistan	26,33	407
12	Kristina Pronzhenko Tajikistan	Tajikistan	49,53	851

3.3. O'zbekisoton sportchilarni natijalarini tahlili

Umumiy natijalar va ochkolar

№	Familiya va Ismi	G'ovlar osha yur.	Balandlik ka sak.	Yadro ul.	200-m yug.	Uzunlikka sak.	Nayza ul.	800 m yug.	Umimiy natija.
1	Ekaterina Voronina	15,19	<u>1,83</u>	12,91	25,51	6,03	<u>49,53</u>	2:21.21	5912
2	Vang Qingling	13,68	1,77	11,85	<u>24,19</u>	6,13	37,12	2:23.61	5856
3	Yuliya Tarasova	14,41	1,71	12,33	25,22	<u>6,2</u>	42,47	2:45.01	5482
4	Sushmita Singha Roy	14,67	1,71	11,16	25,77	5,24	36,91	2:22.97	5194
5	Svapna Barman	14,83	1,74	10,4	26,42	5,55	39,75	2:28.13	5178
6	Sepideh	14,87	<u>1,83</u>	12,62	26,5	4,04	39,32	2:25.48	5053

	Tavakoli								
7	Huang Yu-Ting	14,36	1,62	10,44	25,93	5,6	34,43	2:29.38	5039
8	Jeong Yeon-jin	14,03	1,65	9,88	25,94	5,33	30,79	2:26.41	4975
9	Kotchakorn Khamrueang Sri	14,52	1,68	10,67	25,02	5,4	36,3	2:55.27	4871
10	Chu Chia-Ling	14,96	1,68	11,47	26,5	4,8	40,18	2:37.63	4834
11	Kristina Pronzhenko	15,98	1,56	7,21	26,16	5,51	26,33	2:21.30	4453
12	Wassana Winatho	14,18	1,74	11,01	DNS	—	—	—	DNF

Xulosa

Demak ko'rsatilgan natijalarni tahlil qiladigan bo'lsak 2008 yilgi Olimpiyada o'yinlarida kuchli oltilikka kirgan sportchilardan faqatgina 1 kishi 2012 yil Olimpiya o'yinlarida qatnashgan va bronza medalini qo'lga kiritgan. Qolgan 5 nafar sportchi esa oltitalikka kirisha olmagan.

O'zbekistonlik yettikurashchilar 2008 yilgi Olimpiyada o'yinlarida 1 kishi qatnashgan bo'lib uning natijasi umumiy hisobda 26 o'rin bo'lgan. Sportchimiz Yuliya Tarasova 5785 ochko jamg'argan. Yuliya Tarsova 2010 yilda Osiyo o'yinlarida ham munosib qatnashib oltin medalni qo'lga kiritgan. Lekin keyinchalik bu sportchimiz yengil atletikaning boshqa turlarida faoliyatini olib bormoqda. Quyida biz O'zbekiston chempionatlarida yettikurash musobaqalarini tahlil etganmiz.

2007 yilda o'tkazilgan musobaqada g'oliblikni qo'lga kiritgan sportchi 4145 ochko, 2010 yilda g'olib sportchi 3989 ochko to'plagan. To'g'ri sportchilar kam ochko to'plagan lekin bu sportchilarimiz yoshlar o'rtasida bo'lib o'tgan musobaqalarga qayd etilgan natijalar edi.

2011 yilda kattalar o'rtasida O'zbekiston chempionatida Ekaterina Varonina 4999 ochko to'plagan. Mashg'ulotlar davomiyligida turli hil musobaqalar o'tkazilib kelinayapti shu jumladan 2015-yilda o'tkazilgan osiyo o'yinlaridagi natijalarni ko'rib chiqadigan bo'lsak.

2015-yil iyul oyida Inchiyonda bo'lib o'tgan osiyo chempionati bizni yurtdoshlarimizga juda ham omadli kirib keldi, yengil atletika yeti kurash sport turlarida bizning yurtdoshlarimiz Yekaterina Varonina va Yuliya tarasovalar birinchi va uchinchi o'rinlarni egallab o'zlarining shaxsiy rekordlarini ham yangilashga sozovor bo'lishdi.

Demak bundan ko'rinib turibdiki musobaqalarda ko'rsatilgan natijalar Olimpiyada o'yinlarida natijalar yuqori bo'ladi to'g'ri milliy chempionat natijalari bilan solishtirish mumkin emas. Shunday bo'lsada milliy chempionatlarda toblangan sportchilar yuqori sport anjumanlariga qatnashadilar. Sekin asta sport natijalarni yaxshilab borib halqaro maydonlarga raqobatbardosh va medallar uchun kurashadigan sportchilarni tayyorlashni taqozo etadi.

**O'zDJTI Yengil atletika ixtisosligi 11-128 gurux talabasi Sultonova
Dilnoza Usufjon qizi taqdim etgan "Yetti kurashchilarni musobaqa jarayonini
tahlil qilish" mavzusidagi bitiruv malakaviy ishiga
TAQRIZ**

Xozirgi kunda yurtimiz aholisini sog'ligini musahkamlash sog'lom va barkamol avlodni voyaga yetkazish davlat siyotining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shallantirish sport turlarida yuqori sport natijasini ko'rsata oldigan qobiliyatli iqtidorli yosh avlodni qidirib topish, ta'lim sohasining barcha tizimlaridan boshlab oliy o'quv yurtlarida ham yangi pedagogik texnologiyalarni amaliyotga joriy qilishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Suning uchun Sultonova D. Tomonida "Yettikurashchilarni musobaqa jarayonini tahlil qilish mavzusidagi bitiruv malakaviy ishi olib borildi.

Bitiruv malakaviy ishida O'zbekistondagi yettikurashchi qizlarni jismoniy rivojlantirishga yo'naltirilgan mashg'ulot vositalarini qo'llash va mashg'ulot jarayonlari rejalashtirilgan bo'lib, jismoniy tayyorgarligini darajasini va chet el yeti kurashchilarni jismoniy sifatleri va natijalarini darajasini aniqlash borasida bugungi kunning dolzarb muammosiga qaratilgan.

Tadqiqodchi Sultonova D.ning bitiruv malakaviy ishi, unda kirish qismi 3 ta bob hulosasi, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati bilan ish yakunlangan.

Bitiruv malakaviy ishning kirish qismida Pirizidentimiz I/A. Karimov va hukumatimiz tomonidan chiqarilayotgan farmonlarning ijrosi, islohatlarni o'tkazilishi, qo'yilgan muammolarni dolzarbligini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Bitiruv malakaviy ishining 1 bobida yettikurashchilarni yettikurash turning tarixi va o'tkazish ma'lumotlari. Yengil atletika bo'yicha o'tkazilgan musobaqalar tarixi bo'yicha ilmiy adabiyotlar tahlil qilgan.

Bitiruv malakaviy ishining 2 bobida tadqiqod vazifalari, tadqiqod metodlari, tadqiqodda qo'llaniladigan metodlarning mohiyati, mazmuni va qo'llanilish tartibi, pedagogik tajriba natijalarini matematik statistik usullar orqali ishlab chiqish yo'llarini ko'rsatib bergan.

Bitiruv malakaviy ishining 3 bobida yetti kurashchilarni o'tkazilgan musobaqalar bo'yicha olingan natijalar ko'rib chiqilib surati jadvallar orqali qiyosiy tahlil qilingan.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki Sultonova D.ning olib borilgan tadqiqod natijalari ilmiy nazari va ilmiy uslubiy, yoritilishi toshinarli va ravon bo'lib yoritilish sohasi ilmiy.

Taqrizchi

Soliyev I.R.

**O'zDJTI Yengil atletika ixtisosligi 11-128 gurux talabasi Sultonova
Dilnoza Usufjon qizi taqdim etgan "Yetti kurashchilarni musobaqa jarayonini
tahlil qilish" mavzusidagi bitiruv malakaviy ishiga
TAQRIZ**

Xozirgi kunda yurtimiz aholisini sog'ligini musahkamlash sog'lom va barkamol avlodni voyaga yetkazish davlat siyotining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shallantirish sport turlarida yuqori sport natijasini ko'rsata oldigan qobiliyatli iqtidorli yosh avlodni qidirib topish, ta'lim sohasining barcha tizimlaridan boshlab oliy o'quv yurtlarida ham yangi pedagogik texnologiyalarni amaliyotga joriy qilishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Suning uchun Sultonova D. Tomonida "Yettikurashchilarni musobaqa jarayonini tahlil qilish mavzusidagi bitiruv malakaviy ishi olib borildi.

Bitiruv malakaviy ishida O'zbekistondagi yettikurashchi qizlarni jismoniy rivojlantirishga yo'naltirilgan mashg'ulot vositalarini qo'llash va mashg'ulot jarayonlari rejalashtirilgan bo'lib, jismoniy tayyorgarligini darajasini va chet el yeti kurashchilarni jismoniy sifatlari va natijalarini darajasini aniqlash borasida bugungi kunning dolzarb muammosiga qaratilgan.

Tadqiqodchi Sultonova D.ning bitiruv malakaviy ishi, unda kirish qismi 3 ta bob hulosasi, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati bilan ish yakunlangan.

Bitiruv malakaviy ishning kirish qismida Pirizidentimiz I/A. Karimov va hukumatimiz tomonidan chiqarilayotgan farmonlarning ijrosi, islohatlarni o'tkazilishi, qo'yilgan muammolarni dolzarbligini ilmiy jihatdan asoslab bergan.

Bitiruv malakaviy ishining 1 bobida yettikurashchilarni yettikurash turning tarixi va o'tkazish ma'lumotlari. Yengil atletika bo'yicha o'tkazilgan musobaqalar tarixi bo'yicha ilmiy adabiyotlar tahlil qilgan.

Bitiruv malakaviy ishining 2 bobida tadqiqod vazifalari, tadqiqod metodlari, tadqiqodda qo'llaniladigan metodlarning mohiyati, mazmuni va qo'llanilish tartibi, pedagogik tajriba natijalarini matematik statistik usullar orqali ishlab chiqish yo'llarini ko'rsatib bergan.

Bitiruv malakaviy ishining 3 bobida yetti kurashchilarni o'tkazilgan musobaqalar bo'yicha olingan natijalar ko'rib chiqilib surati jadvallar orqali qiyosiy tahlil qilingan.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki Sultonova D.ning olib borilgan tadqiqod natijalari ilmiy nazari va ilmiy uslubiy, yoritilishi toshinarli va ravon bo'lib yoritilish sohasi ilmiy.

Taqrizchi

Yusopov.N.A

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

- 1.O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Farmoni "O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risi" 24.10.2002.
- 2.O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi Qarori "O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi faoliyatini tashkil etish to'g'risida" Toshkent 30.10.2002.
- 3.O'zbekiston Respublikasi "Konstitutsiya" O'zbekiston 1992 y ,44 bet.
- 4.I.A.Karimov O'zbekistonning o'z istiqloli va taraqqiyoti yo'li "o'zbekiston 1992 y.70 bet.
- 5.Karimov I.A."Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyoti poydevori "Toshkent 1997 y.
- 6.O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonuni 1992 yil "Xalq so'zi" gazetasi 1992 yil 10 fevral.
7. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"(1997 yil 29 avgust "Turkiston"gazetasi.1997 1 oktyabr.
8. O'zbekiston Respublikasi "Bolalar va o'quvchi yoshlarni jismoniy tayyorlash konsepsiyasi"(1992)O'zbekiston gazetasi (43,44,48)
9. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti I.A Karimovning "Sog'lom avlod uchun"ordenini ta'sis qilish to'g'risidagi farmoni (1993yil 4 mart) "Turkiston gazetasi"1993 yil 6 mart.
10. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport" to'g'risidagi qonun (yangi taxrir)2000 yil 26 may.
- 11.Azimov I, Sobitov Sh,Fiziologiya 1993.
- 12.Angunin B,Upraxleniye trenitofkoy bege na 100 metrov.
- 13.Belyayev V,Ruchnoy myach.
- 14.Bashkirov V,Futbol Fjagodnik M.1987.
- 15.Boychenko I.P.Verbitskiy M.Beg na 110 m s baryerom.1973.
- 16.Velkom M.I Lexkoatletichiskiy desyati.
- 17.Verxoshanskiy Yu.V Osnovoy Spetsialnoy fizicheskoy podgatovki sportsmenov M.FiS.1988.
- 18.Verxoshanskiy YU.V. Spetsalnaya silovaya mashg'ulot praktichiskiy rukovodstvo murabbiya M. 1995.102 s.
19. Gandleman A.B.Smirnov.K.M Provedenik zanyatiya pofizicheskoy culture M.
- 20.Velkov V.M "Vostanavitelniye prossesi v sport"Moskva kultura sport 1992 102s.
- 21.Gandelsnom A.B.Simirnov K.M "Fizicheskoy vospitaniya detey shkolnogo vozrosta"Moskova 1966 47 s.

22. Galikovskiy N.M Kerimo.F .A “Volnaya bariba”M.1990 .23s
23. Garipov A.I Faktornaya struktura I metodika skorostno ilovoy podgatovki yunux valebolistov Aftoref diss.kan.ped.nauk.1990 g 23 s.
24. Godik M.A Koniroli prossesi sportivnoy trenirovki V.Podgatovka futbolistov.M.1977 g 18-29 s.
25. Godik M.A kontroli trenirovichnix I sorevno atlenix “ nagruzkov M.1980g.
26. Dyachkov V.S “problema povisheniya nadejnosti deystivi sportsmen Materyala nauchnoy kont VNIK 1976 g 87 s.
27. Daxnoviskiy V.S Kelishin G,V Burulin V.P “Planirovniye nakruzok pri padgatovki yunux borisov sportivnaya bariba Fjegodnik,1974 g 54 s.