O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025 / 6



ISSN: 2181 7804











FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/6

Бош муҳаррир
Рашид МАТКАРИМОВ

Бош муҳаррир ўринбосари илмий маслаҳатчи:
Ш.Ш. ГАЗИЕВ

Таҳрир ҳайъати таркиби:

Э.Т. Рахманов
Ш.С. Мирзанов
М.Х. Миржамалов
М.Ў.Арзиқулов
С.Б. Репкин
Бек Мун Жонг
И.П. Сивохин
Н.Т. Тўхтабоев
Б.К. Эримбетов
И.Б. Алиев
Л.П. Югай
Д.Х. Умаров
А.К. Эштаев
К.Ш. Зиядуллаев
Н.Ж. Исакулова
А.Б. Жуманиязов
М.М. Қирғизбоев

Таҳрир ҳайъати котиби

Ш.Х.Тоштурдиев
Б.А. Ишимов
Р.И. Исроилов
А.У. Рашидов
О.Е. Мамишев
А.С. Гонашвили

Техник таҳририят таркиби:

Н.Н.Ғаффоров
У.О. Азимова
Ш.Б.Алиева
М.Раҳмонов

fan-sportga.uz

Журналнинг телеграм канали

МУНДАРИЖА/СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ МАШҒУЛОТЛАРИ: ТЕХНИКА, ТАКТИКА, УСУЛИЯТ / ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Ш.М. Нурматова – Кўп йиллик тайёргарлик давомида баскетболчиларнинг машғулот юкламаларини назорат қилишда илмий-методик асослар. 3

И.Ҳ. Ихласова – Ногиронлиги бўлган спортчи-ўқувчиларни ижтимоийлашув кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили. 8

Ш.К. Каримов – Бокс спорт турида ҳакамлик фаолияти самарадорлигига ижобий ва салбий таъсир қилувчи омилларни тадқиқ қилиш. 12

Б.В. Газиев – Чавандозларнинг жисмоний ва техник тайёргарлигини ривожлантирувчи машқлар самарадорлигини ошириш. 16

Д.Н. Рахматова – Футболчиларнинг техник ҳаракатларини ўрганиш ва уларни ривожлантириш методикаси. 19

З.З. Юсупов – Гандболчиларни бошланғич тайёргарлик босқичига саралашда чидамлилигини ривожланганлик даражасини аниқлаш усуллари. 23

Д.Х. Хасанов – Дарсдан ташқари жисмоний тарбия машғулотларда 6-синф ўқувчиларининг чидамлилик қобилиятини махсус машқлар орқали ривожлантириш. 26

М.А. Умбетова., М.Н. Юсупова – Тўп билан сакраш баландлигини ошириш имкониятлари ва самарадорлиги. 29

У.А. Мулладжанов – Қисқа масофага югурувчиларнинг жисмоний тайёргарлигини шаклланганлик даражаси. 33

Р.А. Бурнашев – Комплексно-вариативный подход при индивидуализации интервальной тренировки квалифицированных бегунов на 400 и 800 метров. 37

Л.Т. Давлатова., Г. Юнусова – Пара волейбол машғулотларида инклюзив спорт амалиётининг қўлланилиш самарадорлиги. 41

Н.Р. Исаева – Бадиий гимнастикачиларни машқларга ўргатиш усулларининг услубий хусусиятлари. 44

З.Ю. Газиева – Основы восстановительного процесса спортсменов. 48

Ш.А. Арслонов – Совершенствование контратакующих технико-тактических действий у каратистов 15-16 лет. 52

М.М. Нуриддинова – Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний ривожлантириш: ҳаракат фаолиятининг асослари. 54

М.И. Хайдарова., С.Э. Кушбакова., М.А. Туляева – Болалар ва ўсмирларни спортга саралаш ва йуналтиришнинг ўзига хос услублари. 59

З.Б. Болтаев – Волейбол бўйича профессионал кадрлар тайёрлаш тизимини модернизация қилиш зарурати. 62

К.Ж. Норбоев., О.Р. Эшбердиев – Ёш баскетболчиларнинг тезкор-куч тайёргарлик даражасини баҳолаш ва таҳлил қилиш. 67

FAN Sportga
илмий-назарий журнали

“FAN – SPORTGA”
илмий-назарий журнали

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети муассислигида чоп этилади

Таҳририят манзили:
111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси 19-уй. Формат 60x84 1/16. 84 саҳифа.
Босишга рухсат этилди: 27.05.2025

Журнал “DAVR MATBUOT SAVDO” МЧЖ босмахонасида нашр қилинди.

“MATBUOT TARQATUVCHI” обуна каталоги индекси: 1118

05.02.2018 йилда Тошкент шаҳрида оммавий ахборот воситаси сифатида давлат рўйхатидан ўтказилган.

Рўйхатга олиш рақами № 02-005 “FAN – SPORTGA” журнали 2004 йилдан нашр этилади.

Суратлар муаллифи:
Анвар Ильясов
Абдулло Файзуллаев

2025/6

Ш.Р. Тошматов., Р.К. Гофуров., Х.С. Рахматуллаева – Кикбокс спорт турида спортчиларнинг тезкорлик қобилиятини ривожлантиришда корреляция машқларидан фойдаланиш услубияти. 69

З.А. Абдулхаева – Волейболчи талаба қизларнинг тўпни ўйинга киритиш техникаси самарадорлигини махсус машқлар орқали ошириш. 72

Ж.С. Сулаймонов – 15-16 ёшли волейболчиларда йиллик тайёргарлик даврида ўтказилган машғулотлар давомида сакраш чидамкорлигини ўсиб бориш динамикаси. 75

Д.Т. Бойхўрозова – Ёш бадиий гимстикачи қизларни жисмоний қобилиятини ривожлантириш услубияти. 78

Ш.Х. Тоштурдиев., У.Б. Жарылкапов – Спорт курашлари бўйича 2025 йилги Осиё чемпионатининг илмий-назарий таҳлили. 81

Н.Қ. Турсунова – Таэквондо (WT) мусобақаларида ҳакамлик фаолиятини ташкил этиш ва мусобақа қоидаларини такомиллаштириш йўллари. 86

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИНГ ТИББИЙ-БИОЛОГИК ВА ИЖТИМОИЙ-ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Р.Д. Халмухамедов – Структура и содержание тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки единоборцев высокой квалификации. 89

Ў.Р. Эшонқулов – Workout воситалари орқали спортчи-талабаларни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш самарадорлиги. 94

Қ.Т. Араббоев – Жисмоний тарбия дарсларида юкламаларни меъёрлаш масалалари. 97

А.А. Туляганов – 12-13 ёшли ўқув машғулот гуруҳидаги ёш футболчиларни ўйин давомида бажарадиган техник тактик ҳаракатларини ўзгариш динамикаси ва таҳлили. 100

Б.Д. Даврамбеков – Ўйин машқлари орқали футболчиларнинг гуруҳли тактик ҳаракатларини ривожлантириш. 102

Р.А. Жолдасбаева – Бошланғич тайёргарлик босқичидаги машғулотларнинг субъектив юклама даражаси кўрсаткичлари. 106

В.В. Серебряков., Ш.Ш. Шухратжонова – Оценка влияние стресса на студентов разных вузов. 110

Ғ.Т. Исмоилов – Спорт машғулотларида биомеханик таҳлил қилишнинг илмий-назарий асослари. 114

М.Г. Хайдаров – Роль инновационных тренажёров в повышении эффективности подготовки спортсменов по пара пауэрлифтингу. 117

ТАЪЛИМ ИҚТИСОДИЁТИ ВА МЕНЕЖМЕНТ
ЭКОНОМИКА И МЕНЕЖМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

Р.Ю. Бабажанов – Иқтисодиёт шаклланиши шароитида инсон капиталини ривожлантириш. 120

Ҳафтада 1 маротаба	1. Ҳаммом: парли ёки сауна 2. Сув ҳавзаси ёки денгизда эркин сузиш 3. Қизиқарли кўнгилочар тадбирлар 4.Дам олиш куни

Саломатлик спортдаги узоқ муддатли фаолият, машқлар давомида катта ҳажмдаги юкламаларни бажара олиш қобилияти айнан шу жиҳат билан бевосита боғлиқдир. Шунингдек машқлар пайтида тўғри нафас олиш – шоширмаслик ва аксинча, нафасни тутиб турмаслик, бурун орқали нафас олишни ҳам ўрганиш муҳим. Бадиий гимнастика соҳаси мутахассисларининг фикрига кўра, мазкур спорт туридаги жисмоний тайёргарликнинг ўзига хос жиҳати шундан иборатки, бунда машқларнинг мақсади ҳаракатларнинг мутлақ уйғунлигига эришишдан иборат бўлади. Юксак натижалар юқорида санаб ўтилган жисмоний қобилиятлардан бирининг мутлақ кўрсаткичлари билан эмас, балки ҳаракатларнинг турли томонлари ўртасидаги ўзаро мутаносиб боғлиқлик билан белгиланади.

Хулоса. Кейинги пайтларда бадиий гимнастика бўйича махсус адабиётларда жисмоний сифатларни аҳамияти бўйича таснифлашга уринишлар учрамоқда. Бу мақсадга мувофиқ эмас, чунки бадиий гимнастика – кўп қиррали спорт тури бўлиб, ундаги турли даражаларни талаб қилади. Булар орасида фақат иккита қобилият – координация ва эгилувчанликни алоҳида ажратиб кўрсатиш мумкин холос.

Илмий-услубий адабиётларни таҳлил қилиш асосида шу нарса аниқ бўлдики бугунги кунда ёш бадиий гимнастикачиларнинг техник тайёргарлигини такомиллаштириш бўйича жаҳонда бир қанча ишлар амалга оширилганлигига қарамай гимнастик жиҳозларда бажариладиган элементларнинг мураккаблашиб бораётганлиги бу борада ишлар етарли даражада эмаслигини кўрсатди.

Тайёргарликнинг ўқув-машқ босқичида бадиий гимнастикачиларнинг асосий машқларни ўзлаштириш муваффақиятини белгиловчи омиллар, спорт машғулотлар дастури мазмунини оптималлаштириш асосида ҳаракатларни бошқаришнинг биомеханик ва физиологик хусусиятларини ҳисобга олиш ва шу асосида махсус жисмоний сифатлар ва қобилиятларни ривожлантириш муҳим ўрин тутади.

Гимнастика жиҳозларида бажариладиган элементларни сифатли ўзлаштириш, мусобақа комбинацияларини ўрганиш ва такомиллаштиришни ўз ичига олган мажмуа тажриба дастури бўйича бадиий гимнастикачиларнинг техник тайёргарлиги мазмунунини ҳисобга олган ҳолда техник тайёргарлик мазмунини белгилаш, гимнастикачиларнинг махсус жисмоний ва техник тайёргарлиги даражасини ошириш учун ишлаб чиқилган мажмуаларни тизимли қўллаш, махсус жисмоний ва техник тайёргарлик воситаларининг оптимал нисбатини шакллантириш лозим.

Адабиётлар:

1. Карпенко Л.А. Урок как важная структурная единица в системе спортивной подготовки занимающихся художественной гимнастикой: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПбГАФК, 1999. – 24 с.
2. Эштаев А.К. Гимнастика дарси. Услубий қўлланма, - Т.:2004-йил.
3. Эштаев А.К. Спорт гимнастика машғулотларининг назарий асослари. Услубий қўлланма, - Т.:2009-йил.
4. Ачилов А. Бадиий гимнастика. Ўқув-услубий қўлланма, - Т.:2010-йил.

Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори., доцент
Ш.Х. ТОШТУРДИЕВ[1]
[1]Ўзбекистон Республикаси спорт вазирлиги Тошкент шаҳри, Ўзбекистон

Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори., доцент
У.Б. ЖАРЫЛКАПОВ[2]
[1]Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Нукус филиали Нукус шаҳри, Ўзбекистон

СПОРТ КУРАШЛАРИ БЎЙИЧА 2025 ЙИЛГИ ОСИЁ ЧЕМПИОНАТИНИНГ ИЛМИЙ-НАЗАРИЙ ТАҲЛИЛИ

Аннотация

В данной статье представлены результаты анализа соревнований чемпионата Азии 2025 года по спортивной борьбе. Речь идет о вольной, греко-римской и женской борьбе успехах новых чемпионов и неудачах действующих чемпионов в весовых категориях. Основная цель заключается в тщательной подготовке к предстоящим соревнованиям и оказании достойного сопротивления победившим спортсменам на предстоящем чемпионате Азии путем ознакомления с их тренировочными и подготовительными процессами.

***Ключевые слова**: спортивная борьба, вольная борьба, греко-римская борьба, женская борьба, результаты, чемпионат Азии-2025, победа, поражение, анализ, соревновательная деятельность.*

Annotation

Ушбу мақолада спорт курашлари бўйича Осиё-2025 чемпионатини мусобақасининг таҳлили натижалари келтириб ўтилган. Эркин, юнон-рим ҳамда аёллар кураши вазн тоифаларида янги чемпионларнинг муваффақиятлари ва амалдаги чемпионларнинг муваффақиятсизликлари ҳақида сўз боради. Бундан асосий кўзланган мақсад келгуси мусобақаларга пухта тайёргарлик кўриш ва ғалабага эришган спортчиларни машғулот ҳамда тайёргарлик жараёнлари билан танишиб бориш орқали уларга келгуси Осиё чемпионатида муносиб қаршилик кўрсатишдан иборат.

***Калит сўзлар**: спорт курашлари, эркин кураш, юнон-рум кураши, аёллар кураши, натижалар, Осиё-2025 чемпионатини, ғалаба, мағлубият, таҳлил, мусобақа фаолияти.*

This article presents the results of the analysis of the 2025 Asian Wrestling Championship competition. In the freestyle, Greco-Roman, and women's wrestling weight categories, the successes of new champions and the failures of current champions are discussed. The main goal is to thoroughly prepare for the upcoming competitions and, by familiarizing ourselves with the training and preparation processes of the athletes who have achieved victory, provide them with a worthy resistance at the upcoming Asian Championship.

***Key words**: sports wrestling, freestyle wrestling, Greco-Roman wrestling, women's wrestling, results, Asian Championship 2025, victory, defeat, analysis, competitive activity.*

Долзарблиги. Иорданиянинг Амман шаҳрида спорт курашлари бўйича 2025 йилги Осиё чемпионати жорий йилнинг 25-30 март кунлари давомида бўлиб ўтди. Мусобақада 25 та давлатдан 364 нафар

спортчилар қатнашди.

Ўзбекистон юнон-рум кураши бўйича тарихда илк бор 3та олтин, 2та кумуш ва 1та бронза медаллар билан умумжамоа ҳисобида 2ўринда якунлади. Аёллар кураши бўйича Шахзода Аллониязова Ўзбекистон терма жамоасида енг ёш Осиё чемпионати совриндори қисобланди. Спорт курашлари бўйича умумжамоа ҳисобида Эрон, Япония, Шимолий Кореадан кейин 4ўринда якунлади.

Спорт курашлари бўйича 2025 йилги осиё чемпионати кутилмаган натижаларга бой бўлди. Яъни амалдаги олимпия ойинлари совриндори Ғуломжон Абдуллаев XXXIII ёзги Олимпия ўйинлари (Париж2024) бронза медали соҳиби кутилмаганда мағлубиятга учради бўлса Ақтенге Кеулимжаева XXXIII ёзги Олимпия ўйинлари (Париж2024) иштирокчиси биринчи давранинг озида мағлубиятга учради. Н.Озаки(Япония) XXXIII ёзги Олимпия ўйинлари (Париж2024) соҳибаси О.Кимга 4:0 (туше) ҳисобида мағлубиятга учради. Аёллар кураши бўйича – 65кг вазн тойфасида Шахзода Алланиязова бронза медалини қўлга қўлга киритди.

Юнон-рум кураши бўйича - 55кг вазн тойфасида Ихтиёр Ботиров бронза медалини қўлга киритган бўлса, - 60 кг вазн тойфасида Алишер Ганиев ва - 72 кг вазн тойфасида Абдулла Алиевлар кумуш медалларини қўлга киритган. - 63 кг вазн тойфасида Айтжан Халмаханов, -77 вазн тойфасида Арам Варданян ва - 87 кг вазн тойфасида Жалгасбай Бердимуратовлар олтин медалларини қўлга киритишди. Юнон-рум кураши бўйича Осиё-2025 чемпионатини ғолиб ва совриндорларини биринчи жадвалда кўришингиз мумкин.

1-жадвал

Юнон-рим кураши бўйича Осиё-2025 чемпионатининг натижалари

Вазн тоифалари	Олтин	Кумуш	Бронза
- 55 кг	Кохэй Ямагива (Япония)	Саджад Али Мукаср Альбидхан (Ирок)	Ро Ю Чол Ро (Шимолий Кореа)
			Ихтиёр Ботиров **(Ўзбекистон)**
- 60 кг	Ри Се Унг (Шимолий Кореа)	Алишер Ганиев **(Ўзбекистон)**	Каито Инаба (Япония)
			Си Зиюэ (Хитой)
- 63 кг	Айтжан Халмаханов **(Ўзбекистон)**	Мохаммад Махди Аббас Кешткар(Эрон)	Чон Хэн Джэ (Кореа)
			Ким Чан (Шимолий Кореа)
- 67 кг	Саид Эсмаили (Эрон)	Раззак Бейшекеев (Қирғизистон)	Сон Мэн Гван (Шимолий Кореа)
			Кацуаки Эндо (Япония)
- 72 кг	Сейед Даниал Сейед Шамсолла Сохраби (Эрон)	Абдулла Алиев **(Ўзбекистон)**	Лен Чи (Хитой)
			Иссей Хонна (Япония)
- 77 кг	Арам Варданян **(Ўзбекистон)**	Алиреза Морад Абдевали (Эрон)	Ырыскелди Максатбек уулу (Қирғизистон)
			Ибрагим Магомадов (Қозоғистон)
- 82 кг	Мохаммад Нагхоуси (Эрон)	Омар Сатаев (Қозоғистон)	Шахин Эйдимохаммад Бадагимофрад (Қатар)
			Кан По Сон (Кореа)
- 87 кг	Жалгасбай Бердимуратов **(Ўзбекистон)**	Ясин Али Язди (Эрон)	Шамиль Ожаев (Қозоғистон)
			Кумар Сунил (Ҳиндистон)
- 97 кг	Мохаммадхади Абдуллах Сарави (Эрон)	Юри Наказато (Япония)	Нитеш Ҳиндистон)
			Чжан Юфан (Хитой)
- 130 кг	Фардин Хедаяти (Эрон)	Алимхан Сыздыков (Қозоғистон)	Юта Нара (Япония)
			Али Ясин Талиб Аль Шаруи (Ирок)

Ўзбекистонлик спортчилар қуйидаги рақиблар билан баҳс олиб боришди:

Ихтиёр Ботиров - 55 вазн тойфасида ўтиш баҳсида А.Рахимбаев (ТКМ) устидан 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 да эса Муратбек УУЛУ (КГЗ) устидан 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида С.Албидханга 9:5 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда Е.Камалиев (КАЗ) устидан 8:4 ҳисобида ғалаба қозонди. Шу тариқа, Ихтиёр Ботиров - 55 вазн тойфасида бронза медалини қўлга киритди.

Алишер Ганиев – 60 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида З.Хи (Хитой) устидан 13:3 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида А.Сулайманов (КГЗ) устидан 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб финалга йўлланма олди. Финал баҳсида С.Ри (ПРК) 6:4 ҳисобида мағлуб бўлди ва 60 кг вазн тойфасида кумуш медалини қўлга киритди.

Айтжан Халмаханов – 63 кг вазн тойфасида

1/4 баҳсида К.Чан (ПРК) 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида С.Асетули (КАЗ) устидан 7:16 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб финалга йўлланма олди. Финал баҳсида М.Кешткар(ИРИ) 12:4 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб – 63 кг вазн тоифасида Айтжан Халмаханов мутлоқ ғолиб бўлди.

Нозимжон Бойкузиев – 67 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида М.Жанду (КСА) устидан 5:0 ҳисобида муддатидан олдин "Туше" билан ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида М.Квон (КОР) 8:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида С. Есмаеили Леига 8:0 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда М.Сонга (ПРК) 2:2 ҳисобида мағлуб бўлди. Нозимжон Бойкузиев – 67 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Абдулла Алиев – 72 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида Б.Нобатов (ТКМ) 4:1 ҳисобида ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида И.Хонна (Япония) 6:1 ҳисобида ғалаба қозониб финалга йўлланма олди. Финал баҳсида С.Сохраби 6:1 ҳисобида мағлуб бўлди ва 72 кг вазн тойфасида кумуш медалини қўлга киритди.

Арам Варданян 77 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида И.Магомадов (КАЗ) устидан 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида А.Садех (ЖОР) устидан 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб финалга йўлланма олди. Финал баҳсида А.Абдевали (ИРИ) 4:2 ҳисобида ғалаба қозониб 77 кг вазн тоифасида Арам Варданян мутлоқ ғолиб бўлди.

Мухаммадқодир Расулов 82 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида М.Нагхоуси(ИРИ) 1:1 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун ўтиш баҳсда Б.Орункул УУЛУ(КГЗ) 7:1 ҳисобида ғалаба қозониб 3ўрин учун беллашувга йўлланма олди. 3ўрин учун баҳсда С. Бадагимофрага (ҚАТ) 6:5 ҳисобида мағлуб бўлди. Мухаммадқодир Расулов – 82 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Жалгасбай Бердимуратов 87 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида С.Парк (КОР) 10:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозониб ярим финалга йўлланма олди. 1/2 баҳсида Ш.Ожаев (КАЗ) устидан 5:1 ҳисобида ғалаба қозониб финалга йўлланма олди. Финал баҳсида Я.Язди (ИРИ) устидан 7:1 ҳисобида ғалаба қозониб – 87 кг вазн тоифасида Жалгасбай Бердимуратов мутлоқ ғолиб бўлди.

Бехруз Барноев 97 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида И.Фаллатах (КСА) 9:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида эса Ю.Чанг(Хитой) спортчига 5:1 ҳисобида мағлуб бўлди. Ю.Чанг (Хитой) спортчиси 1/2 баҳсида финалга йўлланмани қолга кирита олмади.

Тимурбек Насимов 130 кг вазн тойфасида1/4 баҳсида А.Касасбах (ЖОР) 4:0 ҳисобида ғалаба қозонди. 1/2 баҳсида А.Сыздыковга (КАЗ) 4:1 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда А.Шаруига (Ирок) 6:4 ҳисобида мағлуб бўлди. Тимурбек Насимов – 130 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Эркин кураш бўйича Осиё-2025 чемпионатини ғолиб ва совриндорларини иккинчи жадвалда кўришингиз мумкин.

2-жадвал

Эркин кураш бўйича Осиё-2025 чемпионатининг натижалари

Вазн тоифалари	Олтин	Кумуш	Бронза
- 57 кг	Хан Чонсонг (Шимолий Корея)	Милад Вализаде (Эрон)	Мунх Батхуяг (Муғилистон)
			Рахат Калжан (Қозоғистон)
- 61 кг	Такара Суда (Япония)	Удит Удит (Хиндистон)	Ваньхао Цзоу (Хитой)
			Ахмад Мохаммаднежад (Эрон)
- 65 кг	Кайсей Танабэ (Япония)	Цогбадрах Цэвээнсурэнгийн (Муғилистон)	Кванг Ким (Шимолий Корея)
			Аббас Ибрагимзаде (Эрон)
- 70 кг	Эрназар Акматалиев (Қирғизистон)	Виктор Рассадин (Тожикистон)	Сина Халили (Эрон)
			Йосиносуке Аояги (Япония)
- 74 кг	Нуркожа Кайпанов (Қозоғистон)	Орозбек Токтомамбетов (Қирғизистон)	Магомедрасул Аслуев (Бахрейн)
			Ту Ахейю (Хитой)
- 79 кг	Махди Юсефи (Эрон)	Хидир Сайпудинов (Бахрейн)	Магомет Евлоев (Тожикистон)
			Сулдху Олонбаяр (Муғилистон)
- 86 кг	Аболфазл Рахмани (Эрон)	Болат Сакаев (Қозоғистон)	Тацуя Шираи (Япония)
			Батбилгуун Наадамбат (Муғилистон)
- 92 кг	Амир Хоссейн Фирузпур (Эрон)	Дипак Пуния (Хиндистон)	Такаси Исигуро (Япония)
			Азамат Даулетбеков (Қозоғистон)
- 97 кг	Араш Ёсида (Япония)	Ризабек Айтмухан (Қозоғистон)	Хабила Абусайман (Хитой)
			Мобин Азими (Эрон)
- 125 кг	Амир Реза Масуми (Эрон)	Лхагвагерел Мунхтур (Муғилистон)	Шамиль Шарипов (Бахрейн)
			Динеш Динеш (Хиндистон)

Ғуломжон Абдуллаев 57 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида Рахат Калжан (Қозоғистон) спортчига 5:3 ҳисобида мағлуб бўлди. Рахат Калжан (Қозоғистон) спортчиси 1/2 баҳсида финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Ғуломжон Абдуллаев мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Бехрузбей Туранмуратов 61 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Т.Туменбилег (Муғилистон) спортчисига 4:2 ҳисобида мағлуб бўлди. Т.Туменбилег (Муғилистон) финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Бехрузбей Туранмуратов мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Умиджон Жалолов 65 кг вазн тойфасида 1/8 баҳсида К.Танабе (Япония) 5:3 ҳисобида мағлуб бўлди. К.Танабе (Япония) спортчиси А.Ибрагимзаде (Эрон) 13:1 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди ва финалга йўлланма олди. 3ўрин учун ўтиш баҳсида Сужеет Сужеет (Хиндистон) спортчиси жароҳат олганлиги сабабли ғалаба Умиджон Жалоловга берилди. 3ўрин учун баҳсда эса А.Ибрагимзаде (Эрон) спортчига мағлуб бўлди. Умиджон Жалолов – 65 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Бегижон Қулдошев 70 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Ш.Бакиев (ТКМ) 10:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида эса Е.Акматалиевга (КГЗ) 7:1 ҳисобида мағлуб бўлди. Е.Акматалиев (КГЗ) спортчиси Я.Аоягини(Япония) 8:8 ҳисобида ғалаба қозонди ва финалга йўлланма олди. Бегижон Қулдошев 3ўрин учун ўтиш баҳсида Н.Куларга (КАЗ) 4:3 ҳисобида мағлуб бўлди ва мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Фазлиддин Насритдинов 74 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Г.Илхаза (ИНА) 10:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида эса О.Исаков (ЖОР) спортчисини 10:3 ҳисобида ғалаба қозонди. 1/2 баҳсида О.Токтомамбетов (КГЗ) спортчисини 10:1 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда эса Т.Ахеиёоу (Хитой) спортчига 4:0 ҳисобида мағлуб бўлди. Фазлиддин Насритдинов – 74 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Асадбек Каримов 79 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида С.Чандермонахга(ИНД) мағлуб бўлди. С.Чандермонах (ИНД) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Асадбек Каримов мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Бабур Исламов 86 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Д.Мирадовга (ТКМ) 10:0 ҳисобида мағлуб бўлди. Д.Мирадовга (ТКМ) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Бабур Исламов мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Шерзод Поёнов 92 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида А.Абуидаиж (ЖОР) 11:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида эса А.Фироузпурба (Эрон) спортчисига 5:0 ҳисобида мағлуб бўлди. А.Фироузпурба (Эрон) спортчиси А.Даулетбековни (КАЗ) 12:0 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди ва финалга йўлланма олди. Шерзод Поёнов 3ўрин учун баҳсда эса А.Даулетбековга (КАЗ) 2:1 ҳисобида мағлуб бўлди. Шерзод Поёнов – 74 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Махсуд Вейсалов 97 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Г.Ганбаатар (МГЛ) 3:1 ҳисобида мағлуб бўлди. Г.Ганбаатар (МГЛ) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Махсуд Вейсалов мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Сардорбек Холматов 125 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида З.Сапаровга (ТКМ) 11:1 ҳисобида мағлуб бўлди. З.Сапаровга (ТКМ) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Сардорбек Холматов мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Аёллар кураши бўйича – 65кг вазн тойфасида Шахзода Алланиязова бронза медалини қўлга киритди.

Аёллар кураши бўйича Осиё-2025 чемпионатини ғолиб ва совриндорларини учинчи жадвалда кўришингиз мумкин.

3-жадвал

Аёллар кураши бўйича Осиё-2025 чемпионатининг натижалари

Вазн тоифалари	Олтин	Кумуш	Бронза
50 кг	Ремина Йосимото Япония	Жан Ю Хитой	Бямбасуренгиин Мёнхнар (Муғилистон)
			Вон Монгонг (Шимолий Корея)
53 кг	Цой Хёгён (Шимолий Корея)	Мое Кийоока(Япония)	Зейнеп Баянова (Қозоғистон)
			Антим Пангал (Хиндистон)
55 кг	О Кёнрёнг (Шимолий Корея)	Ли Юсянь (Хитой)	Харуна Окуно (Япония)
			Баянмёнхиин Отгонтуя (Муғилистон)
57 кг	Сара Натами (Япония)	Сон Ильсим (Шимолий Корея)	Хун Кэсинь (Хитой)
			Кво Янгсин (Корея)
59 кг	Сакура Ониси (Япония)	Хонг Пёль (Шимолий Корея)	Мускан Нандал (Хиндистон)
			Си Менгю (Хитой)

62 кг	Маниша Банвала (Хиндистон)	Тувсинярғалын Энхжин (Муғилистон)	Нонока Одзаки (Япония)
			Калмира Билимбек Кызы (Қирғизистон)
65 кг	Мива Морикава (Япония)	Тувсинярғалын Энхжин (Муғилистон)	Жанг Си (Хитой)
			Шахзода Алланиязова (Ўзбекистон)
68 кг	Ли Зелу (Хитой)	Пак Соль Гум (Шимолий Корея)	Энхсайханы Дэлгэрмаа (Муғилистон)
			Манси Латер (Хиндистон)
72 кг	Жамиля Бакбергенова (Қозоғистон)	Лю Юки (Хитой)	Масако Фуруити (Япония)
			Зоригтын Болортунгалаг (Муғилистон)
76 кг	Айпери Медет кызы (Қирғизистон)	Ритика Худа (Хиндистон)	Нодока Ямамото (Япония)
			Я.Янглай (Хитой)

Ақтенге Кеулимжаева 50 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида М.Вонга (Шимолий Кореа) 11:0 ҳисобида мағлуб бўлди. М.Вон (Шимолий Кореа) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Ақтенге Кеулимжаева мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Шохида Ахмедова 53 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида М.Хсиех(Тайпей) спортчисига 5:6 ҳисобида мағлуб бўлди. М.Хсиех(Тайпей) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Шохида Ахмедова мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Дилшода Матназарова 55 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида Л.Суккарни (ЖОР) 7:0 (туше) ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/2 баҳсида эса К.Ох (Шимолий Кореа) мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда Х.Оку Муруямага (Япония) 8:0 ҳисобида мағлуб бўлди. Дилшода Матназарова 55 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Сарбиназ Жинебаева 59 кг вазн тойфасида П.Хонг (Шимолий Кореа) ўтиш баҳсида мағлуб бўлди. 3ўрин учун ўтиш баҳсида эса Г.Бекеш(КАЗ) спортчига мағлуб бўлди ва мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Мияссар Кушмуратова 62 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида К.Билимбек Кызы(КГЗ) 10:4 ҳисобида мағлуб бўлди. К.Билимбек Кызы(КГЗ) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Мияссар Кушмуратова мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Шахзода Алланиязова 65 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида А.Маяли (ПЛЕ) 12:2 ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/4 баҳсида М.Юсупжановани (ТКМ) 4:8 (туше) ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/2 баҳсида эса Э.Тувсинярғалынга (Муғилистон) 4:0 (туше) ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда Ж.Барк (КОР) 1:5 ҳисобида ғалаба қозонди. Шу тариқа, Шахзода Алланиязова - 65 вазн тойфасида бронза медалини қўлга киритди.

Набира Есенбаева 68 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Г.Таштанбековага(КГЗ) 8:2 (туше) ҳисобида мағлуб бўлди. Г.Таштанбековага(КГЗ) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Набира Есенбаева мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Светлана Окназарова 72 кг вазн тойфасида 1/4 баҳсида Н.Нуртаевани (КГЗ) 2:2 (туше) ҳисобида ишонарли ғалаба қозонди. 1/2 баҳсида эса Я.Лиу(-Хитой) спортчисига 2:5 ҳисобида мағлуб бўлди. 3ўрин учун баҳсда З.Болортунгалаг (Муғилистон) спортчисига 4:0 ҳисобида мағлуб бўлди. Светлана Окназарова 72 кг вазн тойфасида 5ўринда якунлади.

Озода Зарипбоева 76 кг вазн тойфасида ўтиш баҳсида Я.Янглай (Хитой) спортчисига 10:0 ҳисобида мағлуб бўлди. Я.Янглай (Хитой) спортчиси финалга йўлланмани қолга кирита олмаганлиги сабабли Озода Зарипбоева мусобоқадаги ўз иштирокини якунлади.

Хулоса қилиб айтганда Мамлакатимизда эркин ва аёллар курашни янада ривожлантириш учун ўқув жараёнининг илмийуслубий ёндашувини такомиллаштириш зарур. Спорт заҳираларини тайёрлаш тизимини ривожлантириш дастурларини ишлаб чиқиш ва тасдиқлаш зарурати келиб чиқади.

Спортчиларнинг профессионал маҳоратини ва тренерларнинг касбий малакасини ошириш учун спорт курашлари бўйича хорижий мактаблар билан ҳамкорликни ривожлантириш ва тажриба алмашиш, спорт курашларини ривожланган мамлакатлар билан рақобат қила оладиган даражага етказиш мақсадга мувофиқ бўлар эди. Спорт курашлари бўйича маҳаллий ва халқаро мусобақаларни тизимли равишда ташкил қилиш, халқаро мусобақаларда иштирок этишни кўпайтириб бориш лозим.

Адабиётлар:

1.Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022-йил 29-июлдаги ПҚ 336-сонли «Спорт курашларининг олимпия турларини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги қарори.

2. Маткаримов, Р. М. (2022). Юқори малакали оғир атлетикачиларни кўп йиллик тайёрлашнинг илмий назарий асослари. Педогогика фанлари доктори илмий даражасини олиш учун бажарилган диссертация. Тошкент, 88-94.

3. Тоштурдиев, Ш. Х. (2023). Спорт курашчиларининг куч тайёргарлигида оғир атлетика машқларининг ўрни ва таъсири. Fan-Sportga, (3), 37-40.

4. Жарылкапов У.Б. Малакали эркин курашчиларнинг оғир атлетика воситалари орқали куч сифатини ошириш услубияти // Ўз.Рес. п.ф.б.ф.д. (PhD): дисс ... автотореферат. Чирчиқ. 2024. – 66 б.

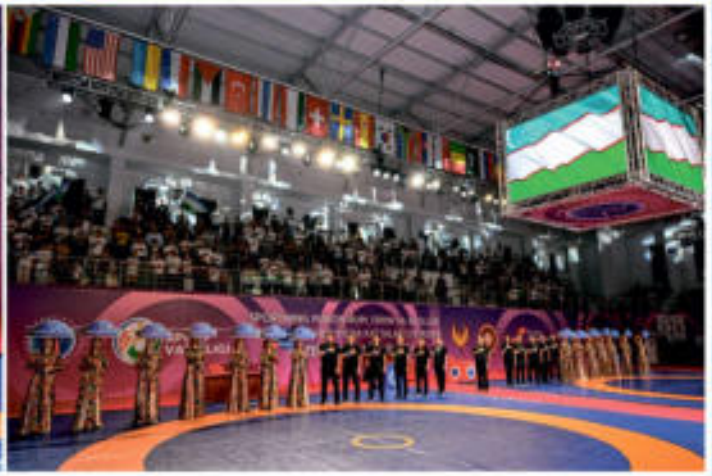
5. Адилов С.Қ. Спорт курашлари бўйича Париж-2024 Олимпия ўйинларининг илмий-назарий таҳлили // “Фан-спортга” илмий-назарий журнал. Чирчиқ. 2025. №1. Б. 13-16.


O‘ZBEKISTON KUBOGI




SQB


UZB UZB
1 0:51 2




BIZ SIZ BILAN FAXRLANAMIZ!