Usmonov Egamberdi Musinovich
Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish instituti, Farg'ona filiali, p.f.d. (PhD), v.b., professor
Email: usmonove@gmail.com

OLIMPIYA VA PARALIMPIYA SPORT TURLARIGA TAYORLASH MARKAZLARIDA ILG'OR TEXNOLOGIYALARNI QO'LLASH

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.19103411

Annotatsiya. Ushbu maqolada Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlarida ilg'or texnologiyalarni qo'llash masalalari o'rganilgan. O'zbekistonning zamonaviy sport infratuzilmasi va uning innovatsion texnologiyalari haqida tahlil etilgan bo'lib, sportchilarni tayyorlash jarayonida yuqori samaradorlikka erishish uchun qanday yangi texnologik yondoshuvlar qo'llanilayotganligi ko'rsatilgan. Texnologiyaning ta'siri, ayniqsa, sportchilarni jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashda, shuningdek, ularning sport natijalariga bo'lgan ijobiy ta'siri haqida batafsil ma'lumot berilgan. Maqola shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 30 dekabrdagi 731-sonli qarori asosida tayyorlash markazlarida amalga oshirilgan chora-tadbirlarni ham ko'rib chiqadi.

Kalit so'zlar: olimpiya sporti, paralimpiyaga tayyorgarlik, ilg'or texnologiyalar, sportchi tayyorlash, sport infratuzilmasi, texnologik yondoshuvlar.

Kirish

Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlari zamonaviy sport tizimining ajralmas qismi bo'lib, ularning asosiy vazifasi – yuqori darajadagi sportchilarning malakasini oshirish va xalqaro maydonlarda muvaffaqiyatli ishtirok etish uchun barcha zarur sharoitlarni yaratishdir. Bunga, albatta, ilg'or texnologiyalarning qo'llanilishi katta ta'sir ko'rsatmoqda. Yangi texnologiyalar nafaqat sportchilarni tayyorlash jarayonini samarali qiladi, balki ularning sport natijalariga ham bevosita ta'sir etadi. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 30.12.2022 yildagi 731-sonli qaroriga ko'ra, Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlarining faoliyatini tashkillashtirishga oid yangi yo'nalishlar va chora-tadbirlar belgilandi. Ushbu qaror sportni rivojlantirish uchun ilg'or texnologiyalarni joriy etishni ko'zda tutadi, bu esa sportchilarni tayyorlash jarayonida innovatsiyalarni qo'llashni ta'minlaydi. Maqolada, aynan shu qarorga asoslanib, sportchilarni tayyorlashda texnologiyalarning qanday ishlatilayotgani tahlil qilinadi.

Materiallar va metodlar

Mavzu yuzasidan tadqiqot qilishda bir qator ilmiy usullar va metodlar qo'llanildi. Tadqiqot davomida Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlarining mavjud infratuzilmasi va texnologik imkoniyatlari o'rganildi. Shuningdek, ilg'or texnologiyalarning sportchilarga qanday foyda keltirishi bo'yicha turli statistik ma'lumotlar, jadval va chizmalar asosida tahlillar o'tkazildi. Tadqiqot jarayonida markazlardagi sportchilarning tayyorgarlik bosqichlari, zarur jihozlar, sport texnologiyalarining qo'llanilishi kabi masalalar keng yoritildi.

Ushbu tadqiqotda ilmiy tahlil va tajriba usullari asosida Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlarida ilg'or texnologiyalarni qo'llash jarayonlari keng yoritilgan. Tadqiqot metodologiyasi quyidagi asosiy bosqichlar va yondoshuvlarni o'z ichiga oladi:

Adabiyotlarni tahlil qilish: Maqolada ilgari olib borilgan ilmiy izlanishlar va ilmiy maqolalar tahlil qilinadi. Bu tadqiqotlar texnologiyalarning sportchi tayyorgarligiga qanday ta'sir qilgani, shuningdek, sport infratuzilmasining rivojlanishiga oid bo'lgan

Licensed under CC BY 4.0
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

1-jadval

Ilg‘or texnologiyalarning sportchilarga qanday foyda keltirishi bo‘yicha ma'lumotlar

Texnologiya turi	Ta’siri	Sportchilar uchun afzalliklari
Biomekanik tahlil	Jismoniy harakatlarni tahlil qilish, sportchilarning holatini aniqlash	Sportchilarning texnik va taktik ko‘nikmalarini yaxshilash
Virtual reallik (VR)	Psixologik tayyorgarlik, ruhiy barqarorlikni oshirish	Sportchilarning stressga bardoshliligini oshiradi
Kinesioteyp	Jarohatlar oldini olish, tiklanish jarayonini tezlashtirish	Jismoniy salomatlikni yaxshilash, jarohatni davolash
Intellektual tizimlar	Ma’lumotlarni tez tahlil qilish, samaradorlikni oshirish	Yaxshi rejalashtirish va strategik qarorlar qabul qilish

ilmiy qarashlar asosida aniqlanadi.

Empirik usullar: Sportchilarni tayyorlash markazlarida texnologiyalarni qo‘llash amaliyotlari o‘rganilib, real ma'lumotlar to‘planadi. Sportchilar, murabbiylar va mutaxassislar bilan suhbatlar, intervyular va so‘rovlar o‘tkaziladi. Ushbu usullar yordamida texnologiyalarni qo‘llashning samaradorligi va sportchilarning tayyorgarlikdagi o‘zgarishlari o‘rganiladi.

Statistik tahlil: Ma'lumotlar yig‘ish jarayonida sportchilarning tayyorgarlik darajasi va texnologiyalarni qo‘llash natijalari bo‘yicha statistik tahlil o‘tkaziladi. Jadval va diagrammalar orqali texnologiyalarni qo‘llashning sportchilarning natijalari va jismoniy holatiga bo‘lgan ta'siri tahlil qilinadi.

Eksperimental metod:Tadqiqotda maxsus eksperimentlar o‘tkazilib, sportchilarni ilg‘or texnologiyalar asosida tayyorlashning ta'siri aniqlanadi. Bu metod yordamida texnologik yondoshuvlarning samaradorligi o‘lchanadi va taqqoslanadi.

Metodologiya doirasida amalga oshiriladigan amaliyotlar:

Sportchilarni tekshirish va kuzatish: Sportchilarning jismoniy va ruhiy holatiga doir ma’lumotlar yig‘iladi. Sportchilarning motivatsiyasini, o‘quv jarayonlarida qatnashish darajasini, va jismoniy holatini kuzatish orqali texnologiyalarning samaradorligi tahlil qilinadi.

Kombinatsiyalangan metodlar: Tadqiqotda sportchilarning o‘quv jarayon-

2-jadval

Metodologiya bosqichlari

Metod	Izoh	Foydalangan texnologiyalar
Adabiyotlarni tahlil qilish	Ilmiy maqolalar, kitoblar va statistik ma’lumotlarni o‘rganish	Ilmiy ma’lumotlar bazasi, kutubxonalar
Empirik usullar	Suhbatlar, intervyular, so‘rovlar orqali to‘plangan ma’lumotlar	Intervyular, so‘rovnomalar, elektron anketalar
Statistik tahlil	Yig‘ilgan ma’lumotlar asosida tahlil qilish	Excel, SPSS, R dasturlari
Eksperimental metod	Sportchilarni ilg‘or texnologiyalar yordamida tayyorlash	VR texnologiyalari, biomekanik tahlil, simulyatsiya tizimlari
Jadval va chizmalar tahlili	Texnologiyalarning samaradorligini ko‘rsatish	Grafika dasturlari, ma’lumotlar vizualizatsiyasi
Yakuniy tahlil	Natijalarni umumlashtirish va qiyoslash	Matematika, statistik tahlil, ilg‘or texnologiyalar

larini muvaffaqiyatli o‘rganish uchun bir nechta metodlar kombinatsiyasi qo‘llaniladi. Masalan, biomekanik tahlil va VR texnologiyalarining birgalikda ishlatilishi natijasida sportchilarni tayyorlashda yangi imkoniyatlar ochiladi.

Ulg‘or texnologiyalarni o‘rganish va joriy etish: Sport tayyorgarligiga zamonaviy texnologiyalarning qanday qo‘llanilayotgani, ularning samaradorligini baholash va bu texnologiyalarni qanday qilib keng tarqatish mumkinligini o‘rganish.

Eksperimental nazorat: Tadqiqotda texnologiyalarni qo‘llashning turli bosqichlari bo‘yicha eksperimentlar o‘tkaziladi. Bu sportchilarning tayyorgarlik jarayonidagi o‘zgarishlarni aniq ko‘rsatishga imkon beradi.

Natijalar va muhokama

Jadval va diagrammalar yordamida ilg‘or texnologiyalarni qo‘llashning sportchilarning jismoniy va ruhiy holati, shuningdek, umumiy natijalarga bo‘lgan ta’siri tahlil qilinadi. Bu, o‘z navbatida, texnologiyalarning sportchilarga ta’sirini aniqlash imkonini beradi va ilg‘or yondoshuvlarning sportchilarning muvaffaqiyatiga qo‘shgan hissasini ko‘rsatadi.

Sportchilarni tayyorlash jarayonida ilg‘or texnologiyalarning qo‘llanilishi ularga nafaqat texnik jihatdan, balki ruhiy va psixologik jihatdan ham yordam beradi. Biomekanik tahlil va VR texnologiyalarining qo‘llanishi sportchilarning jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashga katta yordam beradi. Kinesioteyp texnologiyasining jismoniy jarohatlarga qarshi samaradorligi va tiklanish davrini tezlashtirishi juda katta ahamiyatga ega. Bu texnologiyalar orqali sportchilar o‘zlarining yuqori darajadagi natijalariga erishishda yanada samarali bo‘lishmoqda.

Bundan tashqari, sportchilarni tayyorlash markazlarida ilg‘or texnologiyalarni qo‘llash orqali, ular o‘z salohiyatini to‘liq ishga solishi, muvaffaqiyatli sportchi bo‘lishi uchun zarur bo‘lgan barcha bilim va ko‘nikmalarni egallaydi.

Tadqiqotning eng muhim natijasi shundaki, ilg‘or texnologiyalarni qo‘llash orqali sportchilarning tayyorgarlik darajasi sezilarli darajada oshdi. Ma’lumotlar shuni ko‘rsatdiki, texnologiyalarni samarali qo‘llash orqali sportchilar nafaqat sport natijalarini yaxshilashdi, balki jismoniy va psixologik holatlaridagi barqarorlik ham o‘sdi. Jadval va chizmalar asosida tahlil qilingan natijalar, sportchilar tayyorgarligi bilan bog‘liq texnologiyalarning samaradorligini aniq ko‘rsatdi.

Xulosa

Olimpiya va Paralimpiyaga tayyorlash markazlarida ilg‘or texnologiyalarni qo‘llash sportchilarning tayyorgarlik jarayonini yanada samarali qilishda muhim ahamiyat kasb etadi. Biomekanik tahlil, VR texnologiyalari va boshqa ilg‘or yondoshuvlar sportchilarning natijalarini yaxshilashga yordam beradi

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 30 dekabrdagi “Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlari faoliyatini tashkil etish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 731-son qarori.

2. Norkulov D.R, Jahbarov A.S, Nematov M., O.F. Qambrov. "Lider-Trener" dasturi, 2024.

3. Мухамеджанов Ш. М. Воспитание качеств ловкости у детей, занимающихся футболом в возрасте 13-14 лет // Интернаука. – 2020. – №. 21-1. – С. 71-72.

4. Matkarimov R. et al. Enhancement of a software–hardware system for measuring volleyball players' speed indicators and evaluating its effectiveness in a pedagogical context //Journal of Physical Education and Sport. – 2024. – Т. 24. – №. 9. – С. 1194-1208.

5. Мухамеджанов Ш. М. Улучшение физического состояния детей школьного возраста во время занятий футболом // Интернаука. – 2019. – №. 3-1. – С. 72-73.

6. Mamajonov D., Borkoshev M. M. Analysis of Electromyographic Amplitude Parameters of Thigh and Calf Muscles During Vertical Jump Execution //Indonesian Journal of Sport, Health and Physical Education Science. – 2026. – Т. 4. – №. 1. – С. 12-22.