▪kelajakda tomonlar o‘rtasidagi hamkorlik darajasini pasaytirish yoki uni to‘liq tugatish;

▪o‘z guruhini, jamoasini boshqa guruhlarga nisbatan noto‘g‘ri (haddan tashqari) idrok etish, boshqa guruhlarni dushman sifatida tasavvur qilish;

▪tashkilotda, guruhda yoki, umuman, jamiyatda qarama-qarshilik ruhini tasdiqlash, haqiqiy muammolarni hal qilishdan ko‘ra mojaroda kurash va g‘alabaga ko‘proq ahamiyat berish.

Xulosa va takliflar. “Nizo” tushunchasi deyarli barcha ijtimoiy fanlarda qo‘llaniladi va ularning har birida asosiy kategoriyalardan biri hisoblanadi. Bundan tashqari, qarama-qarshiliklar birligi va kurashining umumbashariy qonuni tasvirlangan asosiy tushunchalardan biri bo‘lib, u alohida ilmiy emas, balki falsafiydir, shuning uchun bilimning turli sohalarida unga kiritilgan o‘ziga xos mazmun juda xilma-xil bo‘lishi mumkin. Dialektik materializmning umumiy metodologik nuqtayi nazaridan qarama-qarshilik qarama-qarshiliklar rivojlanishining eng yuqori bosqichini, ularni hal qilishdan oldingi bosqichni anglatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

(1). Boulding K. Conflict and Defence. N.Y, 1988, XIV, p. 133.

(2). Krisberg L. Sociology of Social Conflict. Hew Jersey, Prentice-Holl, 1973, XIV.

(3). Obozov N.N. Interpersonal Relations. LGU, L. Press, 1979.

(4). Szczepanski J. Die Intelligenz in der gegenwrtigen? Gesellschaft. Frankfurt. M., 1966, s. 236.

(5). Valixanova N.A. Qadriyatlarning o‘qituvchi faoliyatidagi uning kasbiy va shaxsiy rivojlanishidagi roli va o‘rni. “Qo‘qon universiteti xabarnomasi”, 2023. https://doi.org/10.54613/ku.v8i8.817

Matnazarov Asadbek G‘ayratjon o‘g‘li (Abu Rayhon Beruniy nomidagi UrDU Magistratura bo‘limi Sport faoliyati futbol yo‘nalishi 241-guruh talabasi)

YOSH FUTBOLCHILARDA KOORDINATSIYA QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH VA UNING O‘YIN JARAYONIDA MUVAFFAQIYATGA TA’SIRI

Annotatsiya. *Eng murakkab sport intizomi dunyosida futbol o‘zining sportchilarning tayyorgarlik darajasiga juda yuqori talablari bilan ajralib turadi. Jismoniy tayyorgarlik bu o‘yin boshida muvaffaqiyatni belgilovchi omil sifatida chaqqonlik alohida ahamiyatga ega bo‘lgan fazilatlar majmuasidir. Ustuvor vazifa aynan shu sifatni rivojlantirish bo‘lib, bu maqsadga erishish uchun o‘yin o‘rgatish usullaridan maqsadli foydalanishni nazarda tutadi.*

Kalit so‘zlar: *futbol, chaqqonlik, jismoniy sifat, tezlik, harakat, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy rivojlanish, mashq, metodika, o‘yin.*

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ НАВЫКОВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА УСПЕШНОСТЬ В ИГРОВОМ ПРОЦЕССЕ

Аннотация. *В мире самых сложных спортивных дисциплин футбол выделяется чрезвычайно высокими требованиями к уровню подготовки спортсменов. Физическая подготовка – это набор качеств, среди которых особое значение имеет ловкость, как определяющий фактор успеха в начале игры. Развитие этого качества является приоритетной задачей, и для достижения этой цели предполагается целенаправленное использование игровых методов обучения.*

Ключевые слова: *футбол, ловкость, физические качества, скорость, движение, физическая подготовка, физическое развитие, упражнение, методика, игра.*

DEVELOPMENT OF COORDINATION SKILLS IN YOUNG FOOTBALL PLAYERS AND ITS IMPACT ON SUCCESS IN THE GAME PROCESS

Annotation. *In the world of the most complex sports disciplines, football is distinguished by its very high requirements for the level of preparation of athletes. Physical preparation is a complex of qualities, in which agility is of particular importance as a determining factor for success at the beginning of the game. The priority task is to develop this quality, which involves the targeted use of game training methods to achieve this goal.*

Key words: *football, agility, physical quality, speed, movement, physical preparation, physical development, exercise, methodology, game.*

Kirish. Bizning davlatimizda bugungi kunda juda ham ko‘plab harakatlar amalga oshirilmoqda. Bu harakatlarning barchasi kelajak avlod uchun, shuningdek, ularning sog‘lig‘ini mustahkamlash bilan birga, kelgusi hayotga tayyorlashdir.

Adabiyotlar tahlili va metodlar. Ushbu muammo yuzasidan Usmonxo‘jayev T. (1990), Xo‘jayev F., K.Rahimqulov, B.Nigmanov (1996), Shiyan B.M. (1989), Ashmarin B.A. (1990), Mahkamjonov K.M. (2008), Akramov R.A. (1989), Qo‘shbaxtiyev I.A. (2001), Iseev Sh.T. (2003) va Nurimov R.I. (2005),

Mahkamjonov K.M. (1999), shuningdek, boshqalar turli bosqichlarda ilmiy izlanishlar olib borganlar. Jismoniy sifatlar va ularni yosh futbolchilarda rivojlantirish xususiyatlari jismoniy tarbiya darslarida, darsdan keyingi sport mashg‘ulotlarida hamda sport-trenirovka mashg‘ulotlaritadbirlarida amalga oshiriladi.

Natijalar. Yosh futbolchilar bilan ishlashdagi eng dastlabki tayyorgarlik bosqichida asosiy maqsad jismoniy tayyorgarlikni egallashiga, shuningdek, sog‘ligini mustahkamlash va ularning rivojlanishiga, turli xil ko‘nikma va malakalarni egallab olishiga, futbol o‘yini texnikasi bilan birga, taktikasining boshlang‘ich tayyorgarligini o‘rganishiga qaratilgan harakatli o‘yinlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Jismoniy tayyorgarlikning asosi yosh futbolchilarning harakat funksiyalari (chaqqonlik)ni, shuningdek, o‘z harakatlarini vaqt oralig‘ida shakllantirishdan iborat bo‘ladi.

Chaqqonlik tarbiyalash xususiyatlari. Dastlabki tayyorgarlik va boshlang‘ich sport ixtisoslashuvi guruhida chaqqonlikni tarbiyalash koordinatsiyasiga ko‘ra, murakkab bo‘lgan harakat amallarini muvaffaqiyatli egallab olish uchun asos yaratadi. Bu borada turli xil harakatli o‘yinlar va ularning to‘p bilan bajariladigan mashqlari, akrobatika, to‘siqlar o‘sha yugurish, sakrash, balandlikda muvozanat saqlash mashqlari tipik va standart mashqlardir. Shu bilan birga, yugurib kelib bajariladigan harakatlar to‘xtash, burilish, yo‘nalishni o‘zgartirish kabi bajarish talabi yuqori bo‘lgan qo‘shimcha topshiriqlar bilan bajariladigan mashqlar katta ahamiyatga ega.

O‘rta maktab yoshidagi bolalarning mashg‘ulot jarayonida mashqlarni berishning asosiy metodikasi bu ularning yoshiga, jinsiga, tayyorgarlik darajasiga e’tiborli bo‘lgan holda oshirishdir. Jismoniy sifatlardan biri bo‘lgan chaqqonlik sifatini tarbiyalashda, asosan, murakkablikni yenguvchi harakatlar, misol uchun:

–bir metrlik qorda yugurish;

–to‘lqinga qarshi suzish;

–shamolga qarshi yugurish;

–yomg‘ir ostida yurish;

–quyosh nuri ostida yugurish kabi mashqlar foydalidir.

O‘rta maktab yoshidagi futbolchilar bilan o‘tkaziladigan mashg‘ulotlarda 2–3 ta yengil prujinasimon sakrash bilan tugallanadigan, harakat faoliyatini to‘liq og‘ish bilan bajariladigan yetarlicha samarali bo‘lgan maxsus chaqqonlik mashqlari qo‘llaniladi.

Futbol sport turi bilan uzoq yillar mobaynida shug‘ullanish umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik nisbati, ularning muayyan mazmuni, sport mahoratini shakillantirish yuzasidan maxsus tayyorgarlik salmog‘i asta-sekin ortib bormoqda. Futbolchilarning tomonlardan biri bo‘lgan jismoniy tayyorgarligiga kuch, tezkorlik, chaqqonlik asosiy o‘rin tutadi. Bu sifatlar bu yoshdagi bolalarda harakatning qanchalik darajada tayyorligini aniqlab beradi.

Futbolchilarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish va aniqlash uchun quyidagi test me’yorlaridan foydalandik: 100 m ga yugurish, 4x10 m.ga mokisimon yugurish, 3 000 m.ga yugurish, to‘ldirma to‘pni uloqtirish, o‘rnidan uzunlikka sakrash, egiluvchanlikni aniqlash uchun o‘tirgan holda, oyoqlarni 30 sm.ga kerib oldinga engashish.

Dastlabki olingan ma’lumotlar natijalarini bir-biriga yaqin ekanligi ayrim ko‘rsatkichlarda nazorat guruhi ko‘rsatkichlari yuqori ekanligini ham namoyon qildi. Masalan, 100 m.ga yugurishda 0,1 soniya, mokisimon yugurishda 0,2 soniya, faqat to‘ldirma to‘pni otishda 11 sm, tajriba guruhi natijasi balandroq ekanligi namoyon bo‘ldi.

Jismoniy tayyorgarlik bo‘yicha dastlabki, o‘rtacha natija

№	Test me’yorlari	Dastlabki natija	
		Tajriba guruhu	Nazorat guruhi
1.	100 m yugurish (soniya)	14.5	14.3
2.	4x10 m.ga yugurish (soniya)	9.4	9.1
3.	3000 m.ga yugurish (daqiqa)	13 daqiqa 12 soniya	13 daqiqa 28 soniya
4.	O‘rnidan turib uzunlikka sakrash (metr)	2.32	12.37
5.	To‘ldirma to‘pni uloqtirish (metr)	12.5	12.58
6.	O‘tirgan holda oyoqlarni 30 sm kerib, oldinga engashish (sm)	+15	+14

Muhokama. Yosh futbolchilar bilan ishlashning dastlabki bosqichlarida ularga futbolning texnikasi va taktikasi asoslarini o‘rganish, salomatligini ta’sirli mustahkamlash va muvozanatlash, turli harakatga yo‘naltirilgan ko‘nikma va malakalarni egallash, har tomonlama rivojlanishdan to‘g‘ri jismoniy tayyorgarlik bilan shug‘ullanish uchun mo‘ljallangan faol o‘yinlar majmuasi bo‘lishi kerak.

Xulosa. Boshlang‘ich sport ixtisosligi bosqichida keng ko‘lamdagi harakatli o‘yinlar, o‘yin mashqlarini qo‘llashdan tashqari, asosiy jismoniy tayyorgarlik mashq1ari komplekslaridan foydalanish mumkin. Ko‘proq chaqqonlikni rivojlantirishga qaratilgan komplekslarni darsning asosiy qismi boshlarida qo‘llash kerak, shundan so‘ng bu sifatni takomillashtirishga yordam beruvchi o‘yinlardan foydalanish lozim. Chaqqonlikni talab qiluvchi tegishli o‘yinlar va o‘yin mashqlari kompleksiga, shuningdek, murakkab harakatlarni yengishni talab etadigan o‘yinlar komplekslariga ancha kam vaqt ajratiladi. Ular, asosan, darsning o‘rtasida va oxirida o‘tkaziladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

(1). Кошбахтиев И.А. Эффективность атакующих действий в современном футболе. В кн.: «Некоторые вопросы физического воспитания и развития спорта среди школьников и молодежи». Т., 1975.

(2). Nurimov R.I. Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O‘quv qo‘llanma, Toshkent, 2005.

(3).Сарсания С.К., Селуян В.Н. Физическая подготовка в спортивных играх. М., 1991.

(4). Futbol. Darslik. R.A. Akramovning umumiy tahriri ostida, Toshkent, O‘zDJTI nashriyoti, 2006.

(5). Futbol. Darslik. R.A. Akramovning umumiy tahriri ostida, Toshkent, O‘zDJTI nashriyoti, 2006.

Ummatkulova Charos Alijon qizi (Samarqand davlat Chet tillar instituti tayanch doktoranti; charosalijonovna@gmail.com)

CHET TILINI O‘QITISHDA TALABALAR OG‘ZAKI NUTQ KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH: ZAMONAVIY USULLAR VA INNOVATSION YONDASHUVLAR

Annotatsiya*. Ushbu tadqiqot chet tilini o‘qitishda interaktiv metodlar va podkastlardan foydalanish samaradorligini o‘rganishga bag‘ishlangan. Tadqiqot davomida tajriba va nazorat guruhlari solishtirilib, innovatsion yondashuvlarning gapirish va tinglash ko‘nikmalariga ta’siri tahlil qilindi.*

Kalit so‘zlar: *innovatsiya, interaktivlik, experimental metod, taqqoslash, tajriba, samaradorlik, farq, rivojlanish.*

РАЗВИТИЕ У СТУДЕНТОВ НАВЫКОВ УСТНОЙ РЕЧИ: СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ

Аннотация. *Исследование анализирует эффективность интерактивных методов и подкастов в обучении иностранному языку. Экспериментальная группа достигла 25–30% прогресса, тогда как традиционные методы обеспечили лишь 8–10% роста. Результаты подтверждают пользу современных технологий в изучении языка.*

Ключевые слова*: инновация, интерактивность, навык, барьер, сравнение, эксперимент, эффективность, отличие, развитие.*

DEVELOPMENT OF STUDENTS’ ORAL SPEAKING SKILLS IN FOREIGN LANGUAGE TEACHING: MODERN METHODS AND INNOVATIVE APPROACHES

Annotation. *This study examines the effectiveness of interactive methods and podcasts in foreign language teaching. Students using interactive methods improved by 25–30%, while traditional methods led to only 8–10% growth, confirming the benefits of modern teaching technologies.*

Keywords: *innovation, interactivity, skill, barrier, comparison, experiment, effectiveness, difference, development.*

Kirish. Chet tilini o‘qitish zamonaviy ta’lim tizimida muhim o‘rin tutib, tinglab tushunish va so‘zlashish asosiy ko‘nikmalar sifatida ahamiyat kasb etadi. Tinglab tushunish til o‘rganuvchilarga real til muhitida ma’lumotlarni anglashga yordam bersa, yuqori darajadagi so‘zlashish ko‘nikmasi fikrlarni aniq ifodalash imkonini beradi. Biroq psixologik to‘siqlar, lingvistik kompetensiya yetishmovchiligi va tabiiy til muhitining cheklanganligi kabi muammolar mavjud. Ushbu muammolarni bartaraf etish uchun interaktiv o‘qitish va zamonaviy texnologiyalarni qo‘llash zarur. Tadqiqotning maqsadi til o‘rgatish jarayonini takomillashtirish uchun innovatsion usullarni taklif qilishdir.

Metodologiya (Methods of the Research). Ushbu tadqiqotda talabalar og‘zaki nutq ko‘nikmalarini rivojlantirishda duch keladigan muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etish usullarini taklif qilish maqsadida turli tadqiqot uslublari qo‘llanildi. Tadqiqotning ishonchliligi va samaradorligini ta’minlash uchun sifat va miqdoriy tahlil metodlaridan foydalanildi. Tadqiqotda quyidagi metodlar qo‘llanildi: anketaviy so‘rov orqali talabalarning og‘zaki nutq ko‘nikmalarini rivojlantirishga ta’sir qiluvchi omillar aniqlanib, ularning fikrlari o‘rganildi; eksperiment yordamida interaktiv metodlar va texnologiyalarning samaradorligi baholandi, tajriba va nazorat guruhlari tashkil etildi; intervyu va kuzatuv orqali o‘qituvchilar va talabalar bilan suhbatlar olib borilib, og‘zaki nutqni rivojlantirishdagi muammolar va samarali yondashuvlar o‘rganildi; ta’lim texnologiyalari tahlili esa zamonaviy interaktiv usullar va texnologiyalarni o‘rganib, ularning