



## IQTISODIYOT & TARAQQIYOT

*Ijtimoiy, iqtisodiy, texnologik, ilmiy, ommabop jurnal*

**2026-YIL**  
**IYUN/6-SON, I-QISM**



ISSN: 2992-8982

<https://yashil-iqtisodiyot-taraqqiyot.uz/>





## IQTISODIYOT & TARAQQIYOT

*Ijtimoiy, iqtisodiy, texnologik, ilmiy, ommabop jurnal*

### Bosh muharrir:

Sharipov Kongiratbay Avezimbetovich

*Elektron nashr. 2026-yil, iyun.*

### Bosh muharrir o'rinbosari:

Karimov Norboy G'aniyevich

### Muharrir:

Qurbonov Sherzod Ismatillayevich

### Tahrir hay'ati:

**Salimov Oqil Umrzoqovich**, O'zbekiston Fanlar akademiyasi akademigi  
**Abduraxmanov Kalandar Xodjayevich**, O'zbekiston Fanlar akademiyasi akademigi  
**Sharipov Kongiratbay Avezimbetovich**, texnika fanlari doktori (DSc), professor  
**Rae Kvon Chung**, Janubiy Koreya, TDIU faxriy professori, "Nobel" mukofoti laureati  
**Osman Mesten**, Turkiya parlamenti a'zosi, Turkiya – O'zbekiston do'stlik jamiyati rahbari  
**Axmedov Durbek Kudratillayevich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Axmedov Sayfullo Normatovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Abduraxmanova Gulnora Kalandarovna**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Kalonov Muxiddin Baxritdinovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Siddiqova Sadoqat G'afforovna**, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
**Xudoyqulov Sadirdin Karimovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Maxmudov Nosir**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Yuldashev Mutallib Ibragimovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Samadov Asqarjon Nishonovich**, iqtisodiyot fanlari nomzodi, professor  
**Slizovskiy Dimitriy Yegorovich**, texnika fanlari doktori (DSc), professor  
**Mustafakulov Sherzod Igamberdiyevich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Axmedov Ikrom Akramovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Eshtayev Alisher Abdug'aniyevich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Xajiyev Baxtiyor Dushaboyevich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Hakimov Nazar Hakimovich**, falsafa fanlari doktori (DSc), professor  
**Musayeva Shoirazimovna**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor  
**Ali Konak (Ali Ko'nak)**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor (Turkiya)  
**Cham Tat Huei**, falsafa fanlari doktori (PhD), professor (Malayziya)  
**Foziljonov Ibrohimjon Sotvoldix'ja o'g'li**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dots.  
**Faxridinov Zafarjon Faxridin o'g'li**, O'zb. Res. Bosh prokuraturasi HIJQKD boshqarma boshlig'i  
**Utayev Uktam Choriyevich**, Anijon viloyati prokurorining o'rinbosari  
**Ochilov Farkhod**, O'zb. Res. Bosh prokuraturasi IJQK Departamentining Namangan viloyati boshqarmasi boshlig'i  
**Buzrukxonov Sarvarxon Munavvarxonovich**, iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent  
**Axmedov Javohir Jamolovich**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
**Toxirov Jaloliddin Ochil o'g'li**, texnika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), katta o'qituvchi  
**Bobobekov Ergash Abdumalikovich**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), v.b. dots.  
**Djudi Smetana**, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent (AQSH)  
**Krissi Lyuis**, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent (AQSH)  
**Glazova Marina Viktorovna**, Iqtisodiyot fanlari doktori (Moskva)  
**Nosirova Nargiza Jamoliddin qizi**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
**Sevil Piriyeva Karaman**, falsafa fanlari doktori (PhD) (Turkiya)  
**Mirzaliyev Sanjar Makhamatjon o'g'li**, TDIU ITI departamenti rahbari  
**Ochilov Bobur Baxtiyor o'g'li**, TDIU katta o'qituvchisi  
**Golisheva Yelena Vyacheslavovna**, Iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent.  
**Abdukarimova Dinara Rustamxonovna**, bank-moliya akademiyasi professori, DSc., professor.  
**Ikramov Murod Akramovich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Nazarova Ra'no Rustamovna**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor



## IQTISODIYOT & TARAQQIYOT

*Ijtimoiy, iqtisodiy, texnologik, ilmiy, ommabop jurnal*

### Editorial board:

**Salimov Okil Umrzokovich**, Academician of the Academy of Sciences of Uzbekistan  
**Abdurakhmanov Kalandar Khodjavevich**, Academician of the Academy of Sciences of Uzbekistan  
**Sharipov Kongiratbay Avezimbetovich**, Doctor of Technical Sciences (DSc), Professor  
**Rae Kwon Chung**, South Korea, Honorary Professor at TSUE, Nobel Prize Laureate  
**Osman Mesten**, Member of the Turkish Parliament, Head of the Turkey–Uzbekistan Friendship Society  
**Akhmedov Durbek Kudratillayevich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Akhmedov Sayfullo Normatovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Abdurakhmanova Gulnora Kalandarovna**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Kalonov Mukhiddin Bakhridinovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Siddikova Sadokat Gafforovna**, Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences  
**Khudoykulov Sadirdin Karimovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Makhmudov Nosir**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Yuldashev Mutallib Ibragimovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Samadov Askarjon Nishonovich**, Candidate of Economic Sciences, Professor  
**Slizovskiy Dmitriy Yegorovich**, Doctor of Technical Sciences (DSc), Professor  
**Mustafakulov Sherzod Igamberdiyevich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Akhmedov Ikrom Akramovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Eshtayev Alisher Abduganiyevich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Khajiyev Bakhtiyor Dushaboyevich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Khakimov Nazar Khakimovich**, Doctor of Philosophy (DSc), Professor  
**Musayeva Shoira Azimovna**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economic Sciences, Professor  
**Ali Konak**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor (Turkey)  
**Cham Tat Huei**, Doctor of Philosophy (PhD), Professor (Malaysia)  
**Foziljonov Ibrokhimjon Sotvoldikhoja ugli**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economic Sciences, Associate Professor  
**Fakhriddinov Zafarjon Fakhriddin ogli**, Head of the DCEC under the Prosecutor General's Office of the Rep. of Uzb.  
**Utayev Uktam Choriyevich**, Deputy Prosecutor of Anijan Region  
**Ochilov Farkhod**, Head of the Namangan Regional Department of the Department of Internal Affairs of Rep. of Uzb.  
**Buzrukkhonov Sarvarkhon Munavvarkhonovich**, Candidate of Economic Sciences, Associate Professor  
**Akhmedov Javokhir Jamolovich**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economic Sciences  
**Tokhirov Jaloliddin Ochil ugli**, Doctor of Philosophy (PhD) in Technical Sciences, Senior Lecturer  
**Bobobekov Ergash Abdumalikovich**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economic Sciences, Acting Associate Professor  
**Judi Smetana**, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor (USA)  
**Chrissy Lewis**, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor (USA)  
**Glazova Marina Victorovna**, Doctor of Sciences in Economics (Moscow)  
**Nosirova Nargiza Jamoliddin kizi**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economic Sciences, Associate Professor  
**Sevil Piriyeva Karaman**, Doctor of Philosophy (PhD) (Turkey)  
**Mirzaliyev Sanjar Makhamatjon ugli**, Head of the Department of Scientific Research and Innovations, TSUE  
**Ochilov Bobur Bakhtiyor ugli**, Senior lecturer at TSUI  
**Golisheva Yelena Vyacheslavovna**, Candidate of Economic Sciences, Associate Professor.  
**Abdukarimova Dinara Rustamkhanovna**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Ikramov Murod Akramovich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Nazarova Ra'no Rustamovna**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor

### Ekspertlar kengashi:

**Berkinov Bazarbay**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Po'latov Baxtiyor Alimovich**, texnika fanlari doktori (DSc), professor  
**Aliyev Bekdavlat Aliyevich**, falsafa fanlari doktori (DSc), professor  
**Isakov Janabay Yakubbayevich**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor  
**Xalikov Suyun Ravshanovich**, iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent  
**Rustamov Ilhomiddin**, iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent  
**Hakimov Ziyodulla Ahmadovich**, iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent  
**Kamilova Iroda Xusniddinovna**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
**G'afurov Doniyor Orifovich**, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
**Fayziyev Oybek Raximovich**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
**Tuxtabayev Jamshid Sharafetdinovich**, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
**Xamidova Faridaxon Abdulkarim qizi**, iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent  
**Yaxshiboyeva Laylo Abdisattorovna**, katta o'qituvchi  
**Babayeva Zuhra Yuldashevna**, mustaqil tadqiqotchi  
**Komilova Nilufar Karshiboyevna**, Geografiya fanlari doktori, professori  
**Umirzoqov Ja'sur Artiqboy o'g'li**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), dotsent  
**Zebo Kuldasheva**, iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), dotsent

### Board of Experts:

**Berkinov Bazarbay**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Pulatov Bakhtiyor Alimovich**, Doctor of Technical Sciences (DSc), Professor  
**Aliyev Bekdavlat Aliyevich**, Doctor of Philosophy (DSc), Professor  
**Isakov Janabay Yakubbayevich**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Professor  
**Khalikov Suyun Ravshanovich**, Candidate of Economic Sciences, Associate Professor  
**Rustamov Ilhomiddin**, Candidate of Economic Sciences, Associate Professor  
**Khakimov Ziyodulla Akhmadovich**, Doctor of Economic Sciences, Associate Professor  
**Kamilova Iroda Xusniddinovna**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economics  
**Gafurov Doniyor Orifovich**, Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy  
**Fayziyev Oybek Raximovich**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economics, Associate Professor  
**Tukhtabayev Jamshid Sharafetdinovich**, Doctor of Philosophy (PhD) in Economics, Associate Professor  
**Khamidova Faridaxon Abdulkarimovna**, Doctor of Economic Sciences, Associate Professor  
**Yakhshiboyeva Laylo Abdisattorovna**, Senior Lecturer  
**Babayeva Zuhra Yuldashevna**, Independent Researcher  
**Komilova Nilufar Karshiboyevna**, Doctor of Geographical Sciences, Professor  
**Umirzokov Jasur Artiqboy ugli**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Associate Professor  
**Zebo Kuldasheva**, Doctor of Economic Sciences (DSc), Associate Professor

- 08.00.01 Iqtisodiyot nazariyasi
- 08.00.02 Makroiqtisodiyot
- 08.00.03 Sanoat iqtisodiyoti
- 08.00.04 Qishloq xo'jaligi iqtisodiyoti
- 08.00.05 Xizmat ko'rsatish tarmoqlari iqtisodiyoti
- 08.00.06 Ekonometrika va statistika
- 08.00.07 Moliya, pul muomalasi va kredit
- 08.00.08 Buxgalteriya hisobi, iqtisodiy tahlil va audit
- 08.00.09 Jahon iqtisodiyoti
- 08.00.10 Demografiya. Mehnat iqtisodiyoti
- 08.00.11 Marketing
- 08.00.12 Mintaqaviy iqtisodiyot
- 08.00.13 Menejment
- 08.00.14 Iqtisodiyotda axborot tizimlari va texnologiyalari
- 08.00.15 Tadbirkorlik va kichik biznes iqtisodiyoti
- 08.00.16 Raqamli iqtisodiyot va xalqaro raqamli integratsiya
- 08.00.17 Turizm va mehmonxona faoliyati

**Muassis:** "Ma'rifat-print-media" MChJ

**Hamkorlarimiz:** Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti,  
O'zbekiston Respublikasi Bosh prokuraturasi huzuridagi Iqtisodiy  
jinoyatlarga qarshi kurashish departamenti

### Jurnalning ilmiyligi:

“Yashil” iqtisodiyot va  
taraqqiyot” jurnali

O'zbekiston Respublikasi  
Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar  
vazirligi huzuridagi Oliy  
attestatsiya komissiyasi  
rayosatining  
2023-yil 1-apreldagi  
336/3-sonli qarori bilan  
ro'yxatdan o'tkazilgan.



# MUNDARIJA

O'ZBEKISTON MOLIYA TIZIMINING ZAMONAVIY HOLATI VA UNING BARQARORLIK KO'RSATKICHLARI .....	18
<b>Nazarov G'ayrat Xayrullayevich</b>	
YUKLARNI TASHISHDA ZARURIY TRANSPORT XUJJATLARI.....	22
<b>Ne'matov Husniddin Alijon o'g'li</b>	
SURXONDARYO VILOYATI HUDUDLARINING MOLIYAVIY BARQARORLIGINI OSHIRISHDA MOLIYAVIY IMTIYOZ VA PREFERENSIYALARNI SAMARALI QO'LLASH YO'NALISHLARI.....	27
<b>Otamurodova Dildora Abdukrimovna</b>	
GLOBAL BEQARORLIK SHAROITIDA MILLIY IQTISODIYOTNING RAQOBATBARDOSHLIGINI OSHIRISH MODELLARI .....	32
<b>Saidnazarova Odinabonu Saidolim qizi</b>	
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ УЧЕТА И АУДИТА ФИНАНСОВЫХ ИНСТРУМЕНТОВ.....	37
<b>Пулатова Мадина Бейсеновна</b>	
<b>Табаев Азамат Зарипбаевич</b>	
MAJBURIYATMI YOKI MAJBURIY RISK? MOLIYAVIY MAJBURIYATLAR KONSEPTUAL ASOSLARINING IQTISODIY TABIATI VA ZAMONAVIY TALQINLARI.....	42
<b>Palvanov Xusniddin Bekimmatovich</b>	
ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ УЧЕТА ФИНАНСОВЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В СИСТЕМЕ КОРПОРАТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ.....	47
<b>Пу Кебин</b>	
TRANSPORT XIZMATLARI SIFATINI BARQARORLIK NUQTAYI NAZARIDAN O'RGANISH METODOLOGIYASI.....	51
<b>Xodjaniyazov Elbek Sardorovich</b>	
VILOYAT SANOAT KORXONALARINING INNOVATSION RIVOJLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI KO'P OMILLI EMPIRIK MODELLAR ASOSIDA TAHLIL QILISH VA PROGNOZLASH (Qashqadaryo viloyati misolida) .....	57
<b>Avazova Nafisa Namazovna</b>	
SANOAT KORXONALARI SHOVQINI VA ATMOSFERA CHIQINDILARINING TURAR-JOY HUDUDLARI EKOLOGIYASIGA TA'SIRINI KAMAYTIRISH CHORALARI .....	61
<b>Saparova Shohida Abduvaliyevna</b>	
SANOAT SHOVQINI VA ATMOSFERA IFLOSLANISHINING SHAHAR TURAR JOY HUDUDLARI VA EKOLOGIYASIGA TASIRINI O'RGANISH.....	65
<b>Shaxyusupova Nilufar Erkin qizi</b>	
BARQAROR SHAHAR RIVOJLANISHIDA SANOAT OQOVA SUVLARINI BIOLOGIK TOZALASH TEXNOLOGIYALARINING ROLI.....	69
<b>Tursunova Aziza Asrorovna</b>	
SHAHAR EKOLOGIK MUHITIGA SANOAT KORXONALARINING TA'SIRINI BAHOLASH.....	75
<b>Imomnazarov Farrux Saibjabbor o'g'li</b>	
O'ZBEKISTONDA AYOLLAR TADBIRKORLIGI: RIVOJLANISH TENDENSIYALARI VA IQTISODIY KO'RSATKICHLAR TAHLILI.....	78
<b>Xusanova Zulfiya Raxmatullayevna</b>	
KORXONALARDA INVESTITSIYA SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA INNOVATSION BOSHQARUV MEKANIZMLARINI TAKOMILLASHTIRISH.....	87
<b>No'monjonova Muazzam Mahbubjon qizi</b>	
SOLIQ TIZIMIDA SOLIQ RISKINI BAHOLASH USLUBIYOTI TAKOMILLASHTIRISH MASALALARI.....	93
<b>Nasimov Ravshanjon Azimovich</b>	



KICHIK VA O'RTA BIZNES SUBYEKTLARINI RAQAMLASHTIRISHNING IQTISODIY SAMARADORLIGI .....	100
<b>Kazakova Zulayho Salaxiddinovna</b>	
THE IMPACT OF DIGITAL LITERACY ON LABOR PRODUCTIVITY IN UZBEKISTAN'S SERVICE SECTOR: A REGRESSION ANALYSIS.....	106
<b>Ismoilov Elyorjon Makhamadali Ugli</b>	
<b>Urinov Bobur Nasilloevich</b>	
EKOLOGIK NIZOLARNI HAL ETISHDA SUD AMALIYOTINING O'RNI VA AHAMIYATI.....	112
<b>Gapparov Sarvar Xolmurodovich</b>	
ASOSIY FAOLIYAT XARAJATLARINING NAZARIY VA HUQUQIY ASOSLARI .....	116
<b>Djumayeva Guzal Axtamovna</b>	
<b>Yadgarova Madina Xasan qizi</b>	
RAQAMLI TRANSFORMATSIYA JARAYONIDA BANK SOHASIDAGI KIBERJINOYATLAR: TAHLIL, TAHDID VA MUHOFAZA MEKANIZMLARI .....	120
<b>Xudayarova Xurshida Abdunazarovna</b>	
ПРОБЕЛЫ В МЕЖДУНАРОДНО-ПРАВОВОМ РЕГУЛИРОВАНИИ СОВМЕСТНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫХ РЕСУРСОВ ТРАНСГРАНИЧНЫХ РЕК ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ (НА ПРИМЕРЕ БАСЕЙНА АРАЛЬСКОГО МОРЯ).....	126
<b>Тиллахуджаев Аббосхон</b>	
<b>Дилфуза Шакирова</b>	
<b>Мухамедалиева Сайёра</b>	
<b>Ойбек Камилов</b>	
ALOQA XIZMATLARI SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA RAQAMLI TRANSFORMATSIYANING O'RNI VA BAHOLASH USULLARI .....	139
<b>Xazratov Abror Panjiyevich</b>	
STRATEGIC HUMAN RESOURCE MANAGEMENT IN HIGHER EDUCATION: CHALLENGES AND OPPORTUNITIES.....	146
<b>Sultonboyeva Munira Bahodirovna</b>	
<b>Sultanova Kamila Muktorali Kizi</b>	
TIJORAT BANKLARIDA BUXGALTERIYA HISOBINI TASHKIL ETISHNING NORMATIV-HUQUQIY ASOSLARI.....	154
<b>Toshimov Azizbek Hakimovich</b>	
<b>Nomozov G'ofur Abdusalomovich</b>	
DAVLAT BUDJETI XARAJATLARINING ASOSIY YO'NALISHLARI: STRUKTURAVIY TRANSFORMATSIYA VA SAMARADORLIKNI BAHOLASH .....	158
<b>Izbosarov Bobur Baxriddinovich</b>	
<b>Umirov Sherzod Baxriddinovich</b>	
INTEGRATION OF TRADE MARKETING AND E-COMMERCE: COMBINING ONLINE AND OFFLINE SALES CHANNELS .....	162
<b>Mamatkulova Shoira Jalolovna</b>	
AHOLIGA SAVDO XIZMATLARI KO'RSATISH SOHASINI RAQAMLASHTIRISH MEKANIZMINI TAKOMILLASHTIRISH.....	168
<b>Qodirov Farrux Ergash o'g'li</b>	
<b>Jurayev Suxrobjon Saloxiddin o'g'li</b>	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДПРИЯТИЙ.....	177
<b>Маматкулова Шоира Джалоловна</b>	
РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ ЛОГИСТИКИ В РАЗВИТИИ КОММЕРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТОРГОВЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ.....	184
<b>Маматкулова Шоира Джалоловна</b>	



SUN'YI INTELLEKT VA RAQAMLI TRANSFORMATSIYANING BANK SOHASIDA INTEGRATSIYASI XUSUSIYATLARI VA TAHLILI .....	191
<b>Jurayeva Sevara Zakirovna</b>	
INNOVATSION IQTISODIYOTNI SHAKLLANTIRISHNING MEHNAT BOZORIGA TA'SIRLARINI BAHOLASH MASALALARI.....	197
<b>Tursunboyev Umarbek</b>	
ПРИМЕНЕНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА И МЕТОДОВ МАШИННОГО ОБУЧЕНИЯ ПРИ ОЦЕНКЕ НЕДВИЖИМОГО ИМУЩЕСТВА НА ПРЕДПРИЯТИЯХ: ОПЫТ УЗБЕКИСТАНА .....	202
<b>Мирджалилова Дилдора Шухратовна</b>	
<b>Мансурова Сайёра Бахтиёрвна</b>	
БАНК ТИЗИМИ БАҲҚАРОРГИНИ ТАЪМИНЛАШ ВОСИТАЛАРИ ВА УСУЛЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ .....	213
<b>Ж.О.Баходиров</b>	
О'ЗБЕКISTON AGRAR SUG'URTA BOZORIDA ESG TAMOYILLARINI JORIY ETISHNING XAVFLARNI BOSHQARISH VA BARQARORLIKNI OSHIRISHDAGI O'RNI.....	219
<b>Kodirova Samira Kamol qizi</b>	
PERSONALISED OFFERS IN DIRECT MARKETING: IMPACT ON SALES AND CUSTOMER LOYALTY.....	225
<b>Mamatkulova Shoira Djalolovna</b>	
TURIZM INFRASTRUKTURASINI RIVOJLANTIRISHDA RAQAMLI XIZMATLARDAN FOYDALANISHNING NAZARIY ASOSLARI VA AQLLI TURIZM KONSEPSIYASI.....	231
<b>Musirmanov Shohboz Usmon o'g'li</b>	
HUDUDLARDA MADANIY TURIZM XIZMATLARINING SAMARADORLIGINI OSHIRISHNING USLUBIY ASOSLARI .....	237
<b>Shohruzbek Ruziyev</b>	
MARKETING MIX FOR SERVICE COMPANIES: ADAPTATION OF CLASSIC MODELS TO SERVICE MARKETING .....	244
<b>Mamatkulova Shoira Djalolovna</b>	
15-16 YOSHLI TAEKVONDOCHILARNING KOMPLEKS TAYYORGARLIGI DINAMIKASI.....	250
<b>Tashmatov Sherzod Rixsibayevich</b>	



# 15-16 YOSHLI TAEKVONDOCHILARNING KOMPLEKS TAYYORGARLIGI DINAMIKASI

Tashmatov Sherzod Rixsibayevich  
Alfraganus universiteti magistranti  
Email: tashmatovsherzod@gmail.com

**Annotatsiya:** Maqolada 15–16 yoshli taekvondochilarning kompleks tayyorgarligi dinamikasi o'rganilgan. Tadqiqot davomida sportchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligi, texnik-taktik mahorati hamda funksional ko'rsatkichlaridagi o'zgarishlar tahlil qilindi. Olingan natijalar mashg'ulot jarayonida qo'llanilgan vosita va usullar sportchilarning kompleks tayyorgarlik ko'rsatkichlariga ijobiy ta'sir ko'rsatganligini aniqlash imkonini berdi.

**Kalit so'zlar:** taekvondo WT, kompleks tayyorgarlik, 15–16 yosh, jismoniy tayyorgarlik, maxsus tayyorgarlik, texnik-taktik tayyorgarlik, tezkorlik, kuch, chidamlilik, koordinatsiya, sport mahorati.

**Аннотация:** В статье изучается динамика комплексной подготовки таэквондистов 15–16 лет. В ходе исследования были проанализированы изменения в общей и специальной физической подготовке, технико-тактическом мастерстве и функциональных показателях спортсменов. Полученные результаты позволили выявить положительное влияние средств и методов, применяемых в тренировочном процессе, на показатели комплексной подготовки спортсменов.

**Ключевые слова:** таэквондо WT, комплексная подготовка, 15-16 лет, физическая подготовка, специальная подготовка, технико-тактическая подготовка, скорость, сила, выносливость, координация, спортивное мастерство.

**Abstract:** This article examines the dynamics of comprehensive training for 15-16 year old taekwondo athletes. During the study, changes in the general and special physical fitness, technical and tactical skills, and functional indicators of the athletes were analyzed. The results obtained made it possible to determine that the means and methods used in the training process had a positive impact on the indicators of the athletes' comprehensive training.

**Keywords:** taekwondo WT, comprehensive training, 15–16 years, physical fitness, special training, technical-tactical training, speed, strength, endurance, coordination, sportsmanship.

## KIRISH

Zamonaviy taekvondo (WT) sportida yuqori sport natijalariga erishish sportchilarning kompleks tayyorgarlik darajasiga bevosita bog'liqdir. Kompleks tayyorgarlik deganda sportchining jismoniy, texnik, taktik, funksional va psixologik tayyorgarlik komponentlarining o'zaro uyg'un rivojlanishi tushuniladi. Mazkur komponentlarning har biri sport natijasiga alohida ta'sir ko'rsatsa-da, ularning integrallashgan holda rivojlanishi musobaqa faoliyatining samaradorligini belgilovchi asosiy omil hisoblanadi.

Taekvondo musobaqalari yuqori tezlikda kechadigan, qisqa vaqt oralig'ida murakkab texnik-taktik harakatlarni bajarishni talab qiladigan sport turi hisoblanadi. Shu sababli sportchilarda tezkorlik, tezkor-kuch, maxsus chidamlilik, koordinatsion qobiliyatlar va zarba harakatlarining aniqligi yuqori darajada rivojlangan bo'lishi zarur. Ayniqsa, 15–16 yosh davri sportchilar organizmida funksional tizimlarning jadal rivojlanishi, harakat malakalarining takomillashuvi hamda sport mahoratining shakllanishida muhim bosqich hisoblanadi. Ushbu yosh davrida sportchilarning kompleks tayyorgarlik darajasini muntazam nazorat qilish va uning dinamikasini o'rganish mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda rejalashtirish, yuklamalarni individuallashtirish hamda sport natijalarini prognoz qilish imkonini beradi. Biroq taekvondochilar tayyorgarligining alohida jihatlari bo'yicha tadqiqotlar mavjud bo'lsa-da, 15–16 yoshli sportchilarning kompleks tayyorgarligi dinamikasini har tomonlama baholashga qaratilgan ilmiy ishlar yetarli darajada yoritilmagan. Shu munosabat bilan yosh taekvondochilarning kompleks tayyorgarligi ko'rsatkichlarini tadqiq etish va ularning o'zgarish dinamikasini aniqlash dolzarb ilmiy-amaliy masalalardan biri hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi: 15–16 yoshli taekvondochilarning kompleks tayyorgarligi ko'rsatkichlari dinamikasini aniqlash, baholash va mashg'ulot jarayonining sportchilar tayyorgarligiga ta'sirini o'rganish.



Tadqiqot vazifalari:

1. Taekvondochilar kompleks tayyorgarligining nazariy va uslubiy asoslarini o'rganish hamda ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish.
2. 15–16 yoshli taekvondochilarning umumiy jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlarini aniqlash va baholash.
3. Sportchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligi hamda texnik-taktik tayyorgarligi ko'rsatkichlarini tadqiq etish.

## MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

15–16 yoshli taekvondochilarning kompleks tayyorgarligi masalasi sport nazariyasi va amaliyotida muhim ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o'smirlik davrida sportchilarning jismoniy, texnik-taktik, funksional va psixologik tayyorgarligini uyg'un rivojlantirish yuqori sport natijalariga erishishning asosiy omillaridan sanaladi. Shu sababli mazkur masala ko'plab xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan turli nuqtayi nazarlardan tadqiq etilgan.

Taekvondoda texnik va taktik tayyorgarlikning ahamiyati Zhang, Chen va Wang tomonidan chuqur o'rganilgan. Mualliflar 2021-yilda olib borgan tadqiqotlarida zamonaviy taekvondoda sport natijalarining oshishi ko'p jihatdan texnik harakatlarning aniqligi hamda taktik qarorlarning tez va samarali qabul qilinishiga bog'liqligini ta'kidlaydilar. Ularning fikricha, sportchilarning texnik va taktik mahoratini rivojlantirish jismoniy tayyorgarlik bilan uzviy bog'liq bo'lib, kompleks mashg'ulotlar tizimi yuqori samaradorlikni ta'minlaydi.

Taekvondochilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini o'rganishda Zhang va Li tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlar alohida ahamiyatga ega. Olimlar 2013-yilda kuch va chidamlilik ko'rsatkichlari sportchilarning musobaqa faoliyatidagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillardan biri ekanligini aniqlaganlar. Tadqiqot natijalariga ko'ra, portlovchi kuch va maxsus chidamlilik darajasi yuqori bo'lgan sportchilar musobaqalarda nisbatan yuqori natijalarni qayd etganlar. Bu esa o'smir sportchilar tayyorgarligida kuch va chidamlilik sifatlarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish zarurligini ko'rsatadi.

Taekvondoda funksional tayyorgarlik masalalari Yang va Liu tomonidan o'rganilgan. Ular 2010-yilda aerob va anaerob chidamlilikning taekvondochilar sport faoliyatidagi o'rnini tahlil qilib, jang davomida yuqori intensivlikdagi harakatlarni samarali bajarish uchun har ikkala energiya ta'minoti tizimining rivojlangan bo'lishi muhimligini asoslab berganlar. Mualliflarning ta'kidlashicha, o'smir sportchilarda aerob imkoniyatlarni rivojlantirish tiklanish jarayonlarini tezlashtirsa, anaerob imkoniyatlarni takomillashtirish jang davomida zarur bo'lgan yuqori tezlik va kuch ko'rsatkichlarini saqlab turishga yordam beradi.

Sportchilarning psixologik tayyorgarligi ham zamonaviy taekvondo tizimining ajralmas qismi hisoblanadi. Seonwoo va Jeong 2021-yilda rejalashtirilgan xulq-atvor nazariyasi asosida taekvondochilarning sport faoliyatini davom ettirish motivlarini o'rganib, sportchining mashg'ulotlarga bo'lgan munosabati, ichki motivatsiyasi va maqsadga intiluvchanligi uning sportdagi muvaffaqiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini aniqlaganlar. Tadqiqotchilar psixologik tayyorgarlik vositalarini mashg'ulot jarayoniga integratsiya qilish yosh sportchilarning sport faoliyatidagi barqarorligini oshirishini ta'kidlaydilar.

Jismoniy tayyorgarlik va texnik mahorat o'rtasidagi bog'liqlik Wang va Zhao tadqiqotlarida keng yoritilgan. Mualliflar 2012-yilda olib borgan izlanishlarida taekvondochilarning texnik harakatlarni mukammal egallashi ko'p jihatdan ularning jismoniy sifatleri rivojlanganlik darajasiga bog'liq ekanligini ko'rsatganlar. Ularning xulosalariga ko'ra, tezkorlik, kuch, koordinatsiya va egiluvchanlikning yuqori darajada rivojlanganligi texnik usullarni samarali bajarish imkoniyatini oshiradi.

Bolalar va o'smirlar sporti nazariyasi hamda metodikasi masalalari L.V. Volkov tomonidan keng tadqiq qilingan. Olim o'zining 2002-yilda nashr etilgan asarida yosh sportchilar tayyorgarligi biologik rivojlanish qonuniyatlari asosida tashkil etilishi lozimligini ta'kidlaydi. Muallifning fikricha, o'smirlik davrida jismoniy yuklamalarni to'g'ri rejalashtirish, organizmning yoshga xos xususiyatlarini hisobga olish va har tomonlama rivojlanishni ta'minlash sport mahoratining istiqbolli shakllanishiga xizmat qiladi.

Sportchilarning tayyorgarlik jarayoniga tashqi muhit omillarining ta'siri N.A. Lenz tomonidan o'rganilgan. Tadqiqotchi 2005-yilda sportchilarning turli tabiiy-geografik sharoitlardagi tayyorgarligi va musobaqa faoliyatini tahlil qilib, mashg'ulot samaradorligi ko'p jihatdan tashqi muhit sharoitlariga moslashuv darajasiga bog'liqligini ko'rsatgan. Bu holat sportchilar tayyorgarligini rejalashtirishda iqlimiy va ekologik omillarni ham hisobga olish zarurligini anglatadi.

Yuqoridagi ilmiy tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, 15–16 yoshli taekvondochilar tayyorgarligida jismoniy, texnik-taktik, funksional va psixologik komponentlarning o'zaro uyg'un rivojlanishi muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, mavjud tadqiqotlarda aynan 15–16 yoshli taekvondochilarning kompleks tayyorgarligi dinamikasini barcha tayyorgarlik komponentlari kesimida birgalikda baholashga bag'ishlangan tadqiqotlar yetarli darajada yoritilmagan. Mazkur holat ushbu yo'nalishda qo'shimcha ilmiy izlanishlar olib borish zaruratini belgilaydi.



## TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot davomida 15–16 yoshli taekvondochilarning jismoniy va maxsus tayyorgarlik ko'rsatkichlari pedagogik kuzatuv, test sinovlari hamda nazorat mashqlari orqali to'plandi. Olingan ma'lumotlar matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlanib, o'rtacha qiymatlar, standart og'ishlar va ko'rsatkichlar dinamikasi tahlil qilindi. Natijalar asosida sportchilarning kompleks tayyorgarlik darajasidagi o'zgarishlar baholandi.

## TAHLIL VA NATIJALAR

Mazkur tadqiqotda 15–16 yoshli taekvondochilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasi eksperimental (TG) va nazorat (NG) guruhlarida o'rtasida solishtirildi. Olingan natijalar sportchilarning tezkorlik va umumiy chidamlilik ko'rsatkichlarini baholash orqali ularning funksional tayyorgarlik darajasini aniqlash imkonini berdi.

Eksperimental guruhda variatsiya koeffitsiyentining nisbatan yuqoriroq bo'lishi ( $V=6.58\%$ ) sportchilarning individual funksional javob reaksiyalarida farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Bu holat mashg'ulot yuklamalariga adaptatsiya darajasining individual xususiyatlarga bog'liqligini anglatadi. Aerob chidamlilikning yetarli darajada rivojlanmaganligi esa mashg'ulot va musobaqa davomida charchoqning tezroq yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli uzoq davom etuvchi past va o'rta intensivlikdagi yuklamalar, interval mashg'ulotlar hamda yurak urish chastotasi asosida nazorat qilinadigan mashqlarni qo'llash orqali chidamlilik sifatini rivojlantirish zarur. Olingan natijalar eksperimental va nazorat guruhlarida o'rtasida dastlabki bosqichda jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari bo'yicha sezilarli farq mavjud emasligini ko'rsatadi. Bu esa keyingi bosqichlarda qo'llaniladigan maxsus mashg'ulot dasturlarining samaradorligini aniqlash uchun muhim boshlang'ich (baseline) ma'lumot sifatida xizmat qiladi.

Jadvaldagi ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, aksariyat testlar bo'yicha NG va TG natijalari o'rtasida statistik jihatdan ishonchli farq aniqlanmagan ( $p>0.05$ ). Bu holat guruhlarining dastlabki jismoniy tayyorgarlik darajasi bir-biriga yaqin ekanini ko'rsatadi. Shu bilan birga, ayrim ko'rsatkichlarda amaliy jihatdan sezilarli tafvutlar kuzatilgan bo'lsa-da, ular statistik mezon bo'yicha tasdiqlanmagan. Mazkur holat tanlanma hajmining cheklanganligi, guruh ichidagi individual farqlarning mavjudligi hamda natijalarning tarqoqligi bilan izohlanishi mumkin (1-jadval).

1-jadval  
O'quv mashg'ulot guruhida shug'illanuvchi 15-16 yoshli taekvondo (wt) o'g'il bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi holati (n-12)

№	Nazorat mashqlari	NG		TG		Farqi	t	P
		$X \pm \alpha$	V%	$X \pm \alpha$	V%			
1.	100 m. masofaga yugurish(soniya)	15.6±1.9	12.7	14.8±1.5	10.1	1.02	0.72	>0.05
2.	2000 m. masofaga yugurish (daq.)	9.92±0.41	4.68	8.67±0.72	6.13	1.21	1.33	>0.05
3.	Mokki tarzda yugurish 3x10 m (soniya)	7.2±1.8	15.2	7.3±1.7	17.6	0.1	1.84	>0.05
4.	Turnikda tortilish (marotaba)	7±1.4	16.1	7±1.9	18.4	0.05	1.79	>0.05
5.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (metr)	1.82±0.3	14.6	1.86±0.5	19.9	0.41	1.15	>0.05
6.	Oldinga egilish (sm)	12±1.3	13	13±1.5	15	0.03	1.63	>0.05

Yuqoridagi jadval 15–16 yoshli taekvondochilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini nazorat guruhi (NG) va tajriba guruhi (TG) kesimida taqqoslash imkonini beradi. Ilmiy talqinda ushbu natijalar, avvalo, guruhlarining dastlabki tayyorgarlik darajasi o'rtasidagi yaqinlik yoki tafvutni aniqlash, keyinchalik esa tajriba samaradorligini baholash uchun boshlang'ich fon sifatida xizmat qiladi.

100 metrga yugurish testida NGda 15.6±1.9 soniya, TGda esa 14.8±1.5 soniya natija qayd etilgan. Mazkur test sportchilarning tezkorlik qobiliyati, start tezlanishi va qisqa masofada maksimal tezlikni namoyon etish darajasini tavsiflaydi. TG ko'rsatkichi NGga nisbatan yaxshiroq bo'lib, bu guruh sportchilarida tezkorlik

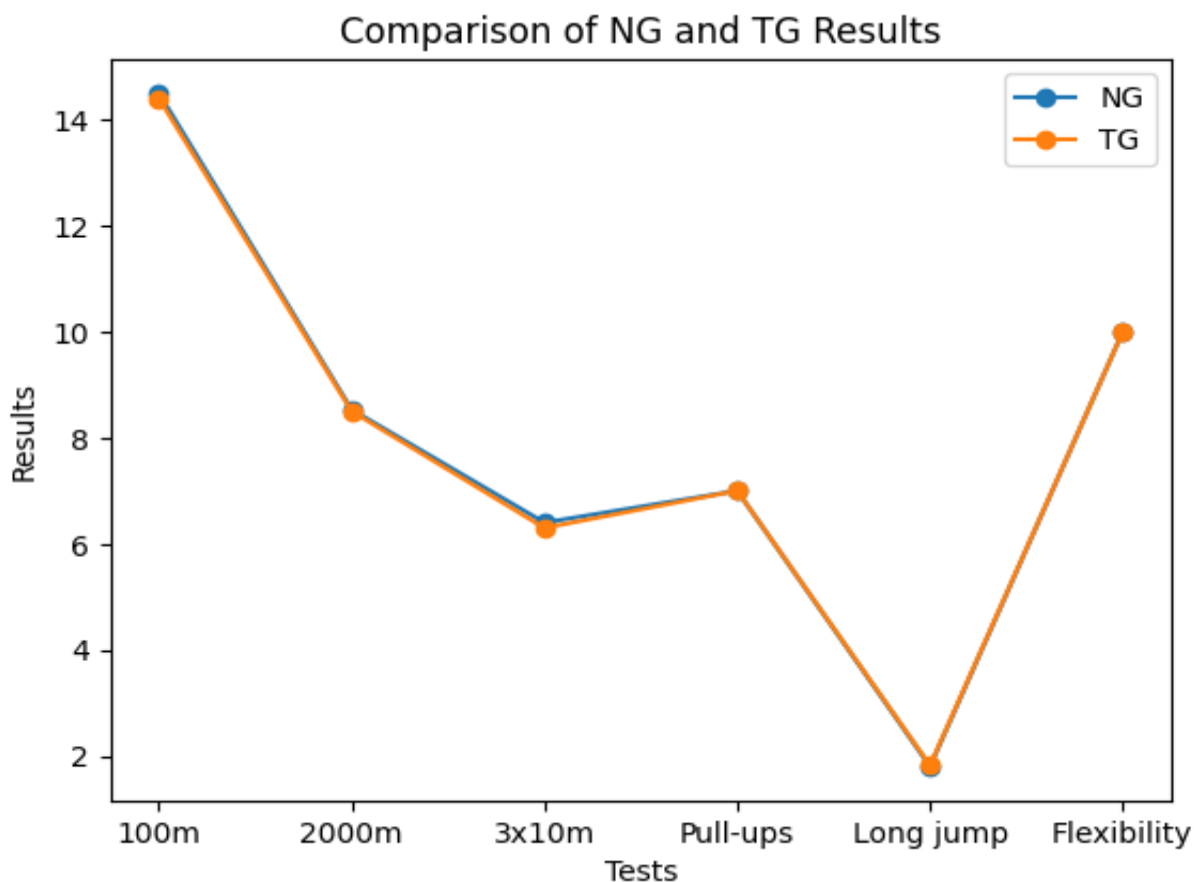


komponenti nisbatan yuqoriroq ekanini ko'rsatadi. Biroq,  $t=0.72$  va  $p>0.05$  qiymatlari ushbu tafovutning statistik jihatdan ishonchli emasligini bildiradi. Variatsiya koeffitsiyenti NGda 12.7 %, TGda 10.1 % bo'lib, TG natijalari nisbatan gomogenroq ekanini ko'rsatadi. Bu esa tajriba guruhidagi sportchilarning tezkorlik tayyorgarligi darajasi bir-biriga yaqinroq shakllanganini anglatadi.

2000 metrga yugurish testida NGda  $9.92\pm 0.41$  daqiqa, TGda esa  $8.67\pm 0.72$  daqiqa natija qayd etilgan. Ushbu test umumiy aerob chidamlilik, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarining funksional imkoniyatlarini aks ettiradi. Amaliy nuqtayi nazardan TG natijasi sezilarli darajada yaxshi ko'rinadi, chunki vaqt ko'rsatkichi pastroq. Bu tajriba guruhidagi sportchilarning umumiy chidamlilik sifati yaxshiroq shakllangan bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, jadvalda keltirilgan  $t=1.33$  va  $p>0.05$  natijalari ushbu tafovutni statistik jihatdan tasdiqlamaydi. Bunda TGdagi  $V=6.13$  % ko'rsatkichi NGga nisbatan biroz yuqoriroq bo'lsa-da, har ikkala guruhda ham natijalar tarqoqligi katta emas. Bu test bo'yicha guruhlar orasidagi amaliy farq ancha sezilarli bo'lgani uchun, aynan ushbu qatorni birlamchi ma'lumotlar asosida qayta tekshirish maqsadga muvofiq bo'ladi.

3x10 metrga mokisimon yugurish testida NGda  $7.2\pm 1.8$  soniya, TGda  $7.3\pm 1.7$  soniya natija olingan. Ushbu test chaqqonlik, yo'nalishni tez o'zgartirish qobiliyati va koordinatsion tezkorlikni baholaydi. Natijalar deyarli bir xil bo'lib, farq atigi 0.1 soniyani tashkil etadi.  $t=1.84$  va  $p>0.05$  ko'rsatkichlari guruhlar o'rtasida statistik jihatdan ishonchli tafovut yo'qligini bildiradi. Biroq,  $V=15.2$  va  $17.6$  qiymatlarining nisbatan yuqoriligi ushbu sifat bo'yicha individual farqlar ancha katta ekanini ko'rsatadi. Bu esa 15–16 yoshli taekvondochilarda chaqqonlik va koordinatsion tayyorgarlik bir xil darajada shakllanmaganini anglatadi.

Turnikda tortilish testida har ikkala guruhda ham o'rtacha natija 7 martani tashkil etgan. Mazkur test yuqori tana qismi kuch chidamliligi, ayniqsa, yelka kamari va qo'l mushaklarining funksional tayyorgarligini ifodalaydi. O'rtacha qiymatlar teng bo'lsa-da, TGda standart og'ish kattaroq ( $\pm 1.9$ ) bo'lib, bu guruh ichida individual tafovut ko'proq ekanini ko'rsatadi.  $t=1.79$  va  $p>0.05$  qiymatlari statistik farq mavjud emasligini tasdiqlaydi. Demak, yuqori tana qismi kuch tayyorgarligi bo'yicha guruhlar bir xil boshlang'ich darajada bo'lgan, biroq TG ichida sportchilar o'rtasidagi ichki farqlanish kuchliroq namoyon bo'lgan (1-rasm).



1-rasm. O'quv mashg'ulot guruhida shug'illanuvchi 15-16 yoshli taekvondo (wt) o'g'il bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi holati (n-12)



Turgan joydan uzunlikka sakrash testida NGda  $1.82 \pm 0.3$  m, TGda  $1.86 \pm 0.5$  m natija qayd etilgan. Ushbu ko'rsatkich pastki ekstremitalarning portlovchi kuchi va tezkor-kuch imkoniyatlarini aks ettiradi. TG natijasining biroz yuqori bo'lishi ushbu guruhda portlovchi kuch sifati nisbatan yaxshi shakllanganini ko'rsatadi. Biroq,  $p > 0.05$  bo'lgani uchun bu farq statistik jihatdan tasdiqlanmagan. TGda  $V\% = 19.9$  bo'lib, bu testdagi natijalar tarqoqligi yuqori ekanini ko'rsatadi. Demak, tajriba guruhida ayrim sportchilarda portlovchi kuch yaxshi rivojlangan bo'lsa, boshqalarida u nisbatan past bo'lishi mumkin.

Oldinga egilish testida NGda  $12 \pm 1.3$  sm, TGda  $13 \pm 1.5$  sm natijalar qayd etilgan. Ushbu test moslashuvchanlik, ayniqsa, son orqa mushaklari va bel umurtqa pog'onasi harakatchanligini baholaydi. TGning biroz yuqoriroq natijasi moslashuvchanlik sifati yaxshiroq ekanidan dalolat beradi. Biroq,  $t = 1.63$  va  $p > 0.05$  natijalari ushbu tafovut statistik jihatdan ishonchli emasligini bildiradi. Shunga qaramay, amaliy sport tayyorgarligi nuqtayi nazaridan taekvododa moslashuvchanlikning yuqori bo'lishi zarba amplitudasi va texnik harakatlar erkinligini ta'minlashi sababli muhim omil hisoblanadi.

Jadval natijalari 15–16 yoshli taekvondochilar orasida NG va TGning umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasi o'xshash ekanini ko'rsatadi. Statistik jihatdan barcha testlarda  $p > 0.05$  bo'lgani bois guruhlar o'rtasida ishonchli farq aniqlanmagan. Bu esa keyingi tajriba-sinov ishlari uchun muhim metodik asos bo'lib, guruhlarning boshlang'ich holati taqqoslanadigan darajada ekanini anglatadi. Shu bilan birga, ayrim testlarda, xususan, 100 metrga yugurish, 2000 metrga yugurish, turgan joydan uzunlikka sakrash va oldinga egilish ko'rsatkichlarida TG foydasiga amaliy ustunlik kuzatiladi. Mazkur holat maxsus mashg'ulot dasturining keyingi bosqichlarda aynan shu sifatlarni rivojlantirishga samaraliroq ta'sir ko'rsatishi mumkinligini taxmin qilishga asos beradi.

Oldinga egilish mashqi moslashuvchanlik darajasini o'lchaydi. Bu mashqda har ikki guruh 10 sm natijani ko'rsatgan. Variatsiya TGda yuqoriroq (15 %), bu moslashuvchanlikda muhim tafovutlar borligini bildiradi. Bu holat sportchining texnik zarbalarni yuqori amplitudada bajarishiga, tanani egib zarba yo'nalishini o'zgartirishiga to'sqinlik qiladi. Shu sababli faol cho'zilish va statik cho'zilish texnikalarini kiritish tavsiya etiladi.

Tadqiqot natijalari taekvondo bilan shug'ullanayotgan 15–16 yoshli o'smir sportchilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasida trening guruhi bilan nazorat guruhi orasida statistik jihatdan ishonchli farq yo'qligini ko'rsatdi ( $P > 0.05$ ). Biroq, trening guruhi ayrim ko'rsatkichlarda yaxshiroq natijalarga ega bo'lishi mashg'ulotlar ijobiy ta'sir ko'rsatayotganini bildiradi. Variatsiya koeffitsiyenti ko'rsatkichlarining yuqoriligi esa sportchilarda sifatlar notekis rivojlanganini anglatadi. Natijalarni yaxshilash uchun mashg'ulotlar yakka tartibda rejalashtirilishi, plyometrik, kuch, chidamlilik va moslashuvchanlikka qaratilgan mashqlar tizimlashtirilgan holda amalga oshirilishi lozim. Bu esa sportchilarni texnik va funksional jihatdan yanada puxta tayyorlashga xizmat qiladi.

## XULOSA VA TAKLIFLAR

Ilmiy xulosa sifatida aytish mumkinki, ushbu jadvaldagi natijalar guruhlarning boshlang'ich jismoniy tayyorgarlik darajasini baholashda muhim diagnostik ahamiyatga ega bo'lib, 15–16 yoshli taekvondochilar tayyorgarligini individuallashtirish, mashg'ulot yuklamalarini differensial rejalashtirish va keyingi eksperimental dasturlar samaradorligini obyektiv baholash uchun zarur empirik asos yaratadi.

Turgan joydan uzunlikka sakrash testi natijalari 15–16 yoshli taekvondochilarning tezkor-kuch va portlovchi kuch imkoniyatlarini baholash imkonini berdi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, tajriba guruhi sportchilari ( $1.86 \pm 0.5$  m) nazorat guruhi sportchilariga ( $1.82 \pm 0.3$  m) nisbatan biroz yuqoriroq natija qayd etdilar. Bu holat tajriba guruhida pastki ekstremitalarning portlovchi kuchi va tezkor-kuch sifati nisbatan yaxshiroq shakllangan bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi. Biroq, guruhlar o'rtasidagi farq statistik jihatdan ishonchli emasligi ( $p > 0.05$ ) sababli sportchilarning tezkor-kuch tayyorgarligi darajasi dastlabki bosqichda deyarli bir xil bo'lgan deb hisoblash mumkin. Mazkur holat nazorat va tajriba guruhlarining keyingi pedagogik tajribalarni amalga oshirish uchun teng boshlang'ich sharoitga ega ekanligini tasdiqlaydi.

Variatsiya koeffitsiyentining tajriba guruhida nisbatan yuqori bo'lishi ( $V = 19.9$  %) sportchilar o'rtasida individual farqlarning mavjudligini ko'rsatadi. Bu ayrim sportchilarda portlovchi kuch sifati yuqori darajada rivojlangan bo'lsa, boshqalarida ushbu ko'rsatkichning nisbatan pastroq ekanligini anglatadi. Natijalarning bunday tarqoqligi mashg'ulot yuklamalarini individuallashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Turgan joydan uzunlikka sakrash testi natijalari 15–16 yoshli taekvondochilarning tezkor-kuch tayyorgarligi qoniqarli darajada ekanligini ko'rsatdi. Shu bilan birga, pastki ekstremitalarning portlovchi kuchini rivojlantirishga qaratilgan plyometrik mashqlar, sakrash mashqlari va maxsus tezkor-kuch vositalaridan foydalanish sportchilarning maxsus harakat faoliyati samaradorligini yanada oshirishga xizmat qilishi mumkin.



## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Zhang, Y., Chen, W., & Wang, H. (2021). Technical and tactical training in modern Taekwondo: A performance-based approach. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 12(3), 89–96.
2. Zhang, M., & Li, Y. (2013). Power and endurance as predictors of Taekwondo success. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 27(12), 3285–3292.
3. Yang, T., & Liu, J. (2010). Aerobic and anaerobic endurance in Taekwondo athletes. *Journal of Physical Education and Sports*, 28(2), 133–139.
4. Seonwoo, Y., & Jeong, H. (2021). Applying the Theory of Planned Behavior to Taekwondo athletes' future intentions. *International Journal of Martial Arts Research*, 7(1), 45–59.
5. Wang, H., & Zhao, F. (2012). Skill development through physical training in Taekwondo. *Combat Sports Science*, 6(4), 121–130.
6. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник для студ. вузов физ. культуры и факультетов физвоспитания вузов /Л.В. Волков. - Киев: Олимпийская литература, 2002. - 294 с.
7. Ленц, Н.А. Подготовка и соревновательная деятельность спортсменов высшей квалификации в различных природно-географических условиях: дис. д-ра пед. наук /Н.А. Ленц. - СПб.: СПбГАФК, 2005. - 368 с.



## IQTISODIYOT & TARAQQIYOT

*Ijtimoiy, iqtisodiy, texnologik, ilmiy, ommabop jurnal*

**Ingliz tili muharriri:** Feruz HAKIMOV

**Musahhih:** Zokir ALIBEKOV

**Sahifalovchi va dizayner:** Hasan MAQSUDOV

---

**2026. № 6/1**

---

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Yashil" iqtisodiyot va taraqqiyot" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelmasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

Mazkur jurnalda maqolalar chop etish uchun quyidagi havolalarga maqola, reklama, hikoya va boshqa ijodiy materiallar yuborishingiz mumkin. Materiallar va reklamalar pullik asosda chop etiladi.

EI.Pochta: sq143235@gmail.com

Bot: @iqtisodiyot\_77

Tel.: 93 718 40 07

Jurnalga istalgan payt quyidagi rekvizitlar orqali obuna bo'lishingiz mumkin. Obuna bo'lgach, @iqtisodiyot\_77 telegram sahifamizga to'lov haqidagi ma'lumotni skrinshot yoki foto shaklida jo'natishingizni so'raymiz. Shu asosda har oygi jurnal yangi sonini manzilingizga jo'natamiz.

"Yashil" iqtisodiyot va taraqqiyot" jurnali 03.11.2022-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №566955 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.

**Litsenziya raqami:** №046523. PNFL: 30407832680027

**Manzilimiz:** Toshkent shahar, Mirzo Ulug'bek tumani  
Kumushkon ko'chasi, 26-uy.



Jurnal sayti: <https://yashil-iqtisodiyot-taraqqiyot.uz>