

## **BELBOG'LI KURASHCHILARNING KOORDINATSION MASHQLAR YORDAMIDA TEXNIK – TAKTIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH**

*Mo'ydinov Maxsudbek Rustambek o'g'li,  
Mustaqil izlanuvchi, Oriental universiteti o'qituvchisi. O'zbekiston, Toshkent shahar  
<https://doi.org/10.53885/edinres.2024.03.1.057>*

*Annotatsiya: Ushbu maqolada koordinatsion mashqlardan iborat dastur ishlab chiqilgan va eksperimental guruh sub'ektlari tomonidan qo'llanilgan. Belbog'li kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarligi darajasini o'lchash uchun 5 ta testdan iborat metodikadan foydalanildi. Tajriba va nazorat guruhlari uchun quyidagi testlar tanlandi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, dastur ijobiy natijalarni ko'rsatdi. Kalit so'zlar: Belbog'li kurash, koordinatsiya, texnika-taktika, maxsus mashqlar, texnik usullar.*

## **“СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКО – ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ПО БЕЛБОГЛИ КУРАШ С ПОМОЩЬЮ КООРДИНАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ”**

*Муьидинов Махсудбек Рустамбек оглы,  
Научный соискатель, преподаватель университета Oriental. Узбекистан, г. Ташкент*

*Аннотация: В данной статье была разработана программа координационных упражнений, которую использовали испытуемые экспериментальной группы. Для измерения уровня технико-тактической подготовки борцов на поясах использовалась методика, состоящая из 5 тестов. Для экспериментальной и контрольной групп были выбраны следующие тесты. По результатам исследования программа показала положительные результаты.*

*Ключевые слова: Белбогли кураш, координация, техника-тактика, специальные упражнения, технические приемы.*

## **“IMPROVING THE TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF BELBOGLI KURASH WRESTLERS WITH THE HELP OF COORDINATION EXERCISES”**

*Muidinov Mahsudbek Rustambek ogly,  
Scientific candidate Lecturer at the Oriental University. Uzbekistan, Tashkent city*

*Annotation: In this article, a program of coordination exercises was developed, which was used by the subjects of the experimental group. To measure the level of technical and tactical training of belt wrestlers, a methodology consisting of 5 tests was used. The following tests were selected for the experimental and control groups. According to the results of the study, the program showed positive results.*

*Keywords: Belbogli kurash, coordination, technique-tactics, special exercises, techniques.*

**Dolzarbligi:** Belbog'li kurash qadimiy sport turi bo'lib, o'zbek xalqining milliy kurashi, milliy g'ururi hisoblanadi. U bilan turli millatlar shug'ullangan. O'zbeklarda uning ikki turi mavjud, belbog'li kurash va bel olish kurashlari.

Jamiyat rivojlanishining hozirgi zamon bosqichida insonni, ayniqsa kelajagimiz vorislari bo'lgan yosh barkamol avlodni tarbiyalash, uning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, salomatligini mustahkamlash, ish qobiliyatini oshirish, jamoalarda qulay ruhiy muhitni yaratishning ko'p qirrali jarayonida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati ortib borayotgani kuzatilmogda. Shu maqsadda mamlakatimizda ko'plab qonunlar, farmonlar hamda farmoyishlar qabul qilinmogda.

Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish, shuningdek, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish ishlarini tizimli tashkillashtirish hamda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga yo'naltirilgan keng ko'lamlı ishlar amalga oshirilmogda.

Yurtimiz vakillarining Olimpiya o'yinlari, jahon chempionatlari, Osiyo o'yinlari va chempionatlari

hamda xalqaro musobaqalarda yuksak natijalarga erishayotgani, dunyoda O‘zbekistonning obro‘-e‘tibori va sport salohiyati yanada oshayotgani, respublikamiz hududlarida jahon andozalariga mos muhtasham sport inshootlari barpo etilayotgani, hamda ko‘plab sport o‘yinlarining ommalashib borayotgani ayniqsa e‘tiborlidir.

Jahon sportida, jumladan, kurash turlarida sport raqobati keskin o‘shib borayotgani bilan erkin kurashchilar jismoniy tayyorgarligi hamda musobaqa natijalarining o‘shish ko‘rsatkichlari to‘g‘risidagi ob‘ektiv ma‘lumotlarni tahlil qilish va ushbu asosida tayyorgarligining turli tomonlarini optimallashtirish muommosi o‘ta dolzarb hisoblanadi. Biroq, belbog‘li kurashchilarda maxsus uskuna orqali, koordinatsion qobiliyatlari va texnik-taktik harakatlar samaradorligini aniqlash yuzasidan ilmiy ishlar olib borish tadqiqotchilar nazaridan chetda qolgan.

Tadqiqotning maqsadi: Belbog‘li kurashchilarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish va texnik- taktik harakatlari samaradorligini oshirish.

Tadqiqotning vazifalari:

Belbo‘gli kurashchilarda koordinatsion qobilyat hamda texnik – taktik tayyorgarlik ko‘rsatkichlarini aniqlash.

Belbo‘gli kurashchilarda koordinatsion qobiliyatni rivojlantirishning texnik taktik tayyorgarlikka ko‘rsatadigan ijobiy ta‘sirini o‘rganish.

Biz tomonimizdan ilmiy tadqiqot O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetida 2021-yil mart oyidan 2022 – yil mart oyigacha bo‘lgan muddatda “Kurash” fakulteti, “Milliy kurash turlari nazariyasi va uslubiyati” kafedrasi 2-bosqich BK 51-20 guruh hamda BK 52-20 guruh talabalarida o‘tkazildi. Tajribada 20 nafar talabalarda ishtirok etdi. Shulardan 10 nafari nazorat guruhi uchun, qolgan 10 nafari esa tadqiqot guruhi uchun tanlab olindi.

Ushbu guruhlarda olib borilgan tadqiqot asosan ilmiy – uslubiy adabiyot manbalarida chop etilgan materiallarga tayangan holda koordinatsion qobiliyatga struktura jihatdan yaqin bo‘lgan ya‘ni tarkibida aynan koordinatsion qobiliyat muhim ro‘l o‘ynaydigan texnik-taktik usullar tanlab olindi. Belbog‘li kurashchilarda Koordinatsion mashqlar yordamida texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishda maxsus mashqlar (vositalar) dasturi ishlab chiqildi va tajriba guruhidagi talabalarga o‘quv mashg‘uloti jarayonida qo‘llanildi. Nazorat guruhidagi talabalar esa amaldagi dastur asosida o‘quv mashg‘ulotlarini olib bordi.

Tajriba va nazorat guruhlari uchun tanlab olingan maxsus texnik-taktik tayyorgarligi aniqlandi. Bu ko‘rsatkichlar quyidagilar.

O‘nga uzoqdan ilib tashlash (20 sek).

Chapga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)

Tizza yordamida yorib o‘nga qaytarib tashlash (20 sek)

O‘ng oyoq bilan shak tashlab chapga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)

Chap oyoq bilan shak tashlab o‘nga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)

1-jadval

1-jadval

**Nazorat guruhining tadqiqotdan oldingi individual ko'rsatgichlari.**

№	F.I.O.	O'nga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)	Chapga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)	Tizza yorda mida yorib o'nga qaytarib tashlash (20 sek)	O'ng oyoq bilan shak tashlab chapga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)	Chap oyoq bilan shak tashlab o'nga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)
1.	Zokirov Shoxrux	6	5	5	4	5
2.	Ahmadov Ilyos	5	4	4	3	5
3.	Xoldorov Qodir	5	6	4	5	4
4.	Yo'ldashov Talant	4	5	5	4	5
5.	Solijonov Asrorjon	6	5	6	5	5
6.	To'laboyev Javoxir	5	6	4	6	5
7.	Bozorboyev Sirojbek	5	5	4	4	5
8.	Karimov Asadbek	5	5	4	4	6
9.	Uralov Doniyor	6	6	5	4	5
10	Xayitov Muxtorjon	5	6	5	4	5
11	Abdulazizov Xusniddin	4	6	4	5	6
12	Abduraxmonov Doniyor	5	5	6	4	6

Ushbu jadvalda belbog'li kurashning odatdagidek mashg'ulot jarayonlarida qatnashuvchi sportchilar ko'rsatkichlari keltirilgan (1-jadval).

2-jadval

## Tajriba guruhining tadqiqotdan oldingi individual ko'rsatgichlari.

№	F.I.O.	O'nga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)	Chapga uzoqdan ilib tashlash	Tizza yorda mida yorib o'nga qaytarib tashlash (20 sek)	O'ng oyoq bilan shak tashlab chapga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)	Chap oyoq bilan shak tashlab o'nga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)
1.	Kubayev Samandar	4	4	3	4	4
2.	Muzaffarov O'tkirbek	5	5	4	4	5
3.	Ne'matov Farrux	4	5	4	5	4
4.	Ro'zioxunov Ro'zioxun	6	5	5	4	6
5.	Yuldashev Nusrat	4	5	5	4	5
6.	Xasanoboyev Xolmirza	6	6	5	5	7
7.	Davlatov Jonibek	4	5	3	4	2
8.	Tillaboyev Hikmatillo	4	5	4	6	5
9.	Shirinov Sherzod	5	4	3	5	5
10	G'ofurov Sherdor	5	6	5	6	5
11	Hasanov Eldor	5	5	5	4	3
12	Nishonboyev Fazliddin	6	6	6	5	7

Yuqorida keltirilgan ushbu jadvallarda nazorat va tajriba guruhi uchun tanlab olingan 12 nafardan II-bosqich belbog'li kurashchi bolalarning 5 ta maxsus texnik –taktik usullar bo'yicha tadqiqotdan oldin olingan natijalari ko'rsatilgan. Ularning ko'rsatkichlari bir – biriga yaqin bo'lib, har bir usul uchun belgilangan vaqt 20 sekundni tashkil etadi. Ular orasida yuqori mahoratga ega bo'lgan sport ustalari ham bor (2-jadval).

**Nazorat guruhining tadqiqotdan keyingi individual ko'rsatkichlari.**

No	F.I.O.	O'nga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)	Chapga uzoqdan ilib tashlash (20 sek)	Tizza yorda mida yorib o'nga qaytarib tashlash (20 sek)	O'ng oyoq bilan shak tashlab chapga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)	Chap oyoq bilan shak tashlab o'nga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum (20 sek)
1.	Zokirov Shoxrux	6	5	5	5	6
2.	Ahmadov Ilyos	6	5	5	4	6
3.	Xoldorov Qodirxo'ja	6	7	5	5	5
4.	Yo'ldashov Talant	5	5	6	5	6
5.	Solijonov Asrorjon	6	6	6	6	6
6.	To'laboyev Javoxir	6	6	5	4	6
7.	Bozorboyev Sirojbek	5	6	5	5	6
8.	Karimov Asadbek	5	6	5	5	7
9.	Uralov Doniyor	7	6	6	5	6
10	Xayitov Muxtorjon	6	7	6	5	6
11	Abdulazizov Xusniddin	5	7	5	5	7
12	Abduraxmonov Doniyor	6	6	6	6	6

Nazorat guruhining tadqiqotdan keyingi ko'rsatkichlaridan ko'rinib turibdiki natijalar o'sish darajasi judaham past (3-jadval).

4-jadval

**Belbog‘li kurashchilarda Koordinatsion mashqlar yordamida texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishda maxsus mashqlar (vositalar) dasturi.**

№	Mashqlar (vositalar)	Takrorlash soni	Davom ettirish vaqti	YQS	Dam olish oralig‘
1	Ko‘zni yumgan holatda o‘z joyinga qayt	2-3	1 daqiqa	90-95	20-30 sekund
2	Arqonda sakrash	2-3	1 daqiqa	170-175	1 daqiqa
3	4x10m. ga moksimon yugurish	2-3	2-3 daqiqa	160-165	20-30 sekund
4	“Qaldirg‘och” holatida turish	4-5	1-2 daqiqa	90-95	20-30 sekund
5	Sherikni (qo‘llar yordamida) muvozanatdan chiqarish	2-3	2-3 daqiqa	110-115	20-30 sekund
6	Doira ichida oyoqni bosish (maxsus harakatli o‘yin)	2-3	2-3 daqiqa	140-150	20-30 sekund
7	Tizzani ko‘targan holatda (o‘nga chapga) aylanish	2-3	2-3 daqiqa	140-145	20-30 sekund
8	O‘z sherigini ko‘tarib doira ichida 5 marta aylanib (o‘nga va Chapga) 5 m. chiziq bo‘ylab belgilangan joyga borish	2-3	1-2 daqiqa	175-180	30-40 sekund

Ushbu dastur Belbog‘li kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarligini koordinatsion maxsus mashqlar, vositalar yordamida takomillashtirish uchun ishlab chiqildi. Jadvalimizdagi birinchi ustun tartib raqamlardan iborat. Ikkinchi ustunimizda maxsus mashqlar (vositalar) ko‘rsatib o‘tilgan. Uchinchi ustunda takrorlashlar soni keltirib, to‘rtinchi ustun davom etish vaqtini o‘z ichiga oladi. beshinchi ustunda maxsus mashqlar, vositalarni bajarganda YQS (yurak qisqarish soni) ko‘rsatib o‘tilgan, oltinchinchi

ustunimizda esa dam olish oralig'i ko'rsatilgan (4-jadval).

Ushbu jadvaldan ko'rinib turibdiki berilgan maxsus mashqlar (vositalar) tajriba guruhida ijobiy natijani ko'rsatmoqda (5-jadval).

5-jadval

**Tajriba guruhining tadqiqotdan keyingi individual ko'rsatgichlari**

No	F.I.O.	O'nga uzoqdan ilib tashlash	Chapga uzoqdan ilib tashlash	Tizza yorda mida yorib o'nga qaytarib tashlash (20 sek)	O'ng oyoq bilan shak tashlab chapga ilib tashlash, himoya va himoya	Chap oyoq bilan shak tashlab o'nga ilib tashlash, himoya va qarshi hujum
1.	Kubayev Samandar	6	6	5	5	5
2.	Muzaffarov O'tkirbek	7	7	6	5	7
3.	Ne'matov Farrux	7	7	6	6	6
4.	Ro'zioxunov Ro'zioxun	7	7	6	6	8

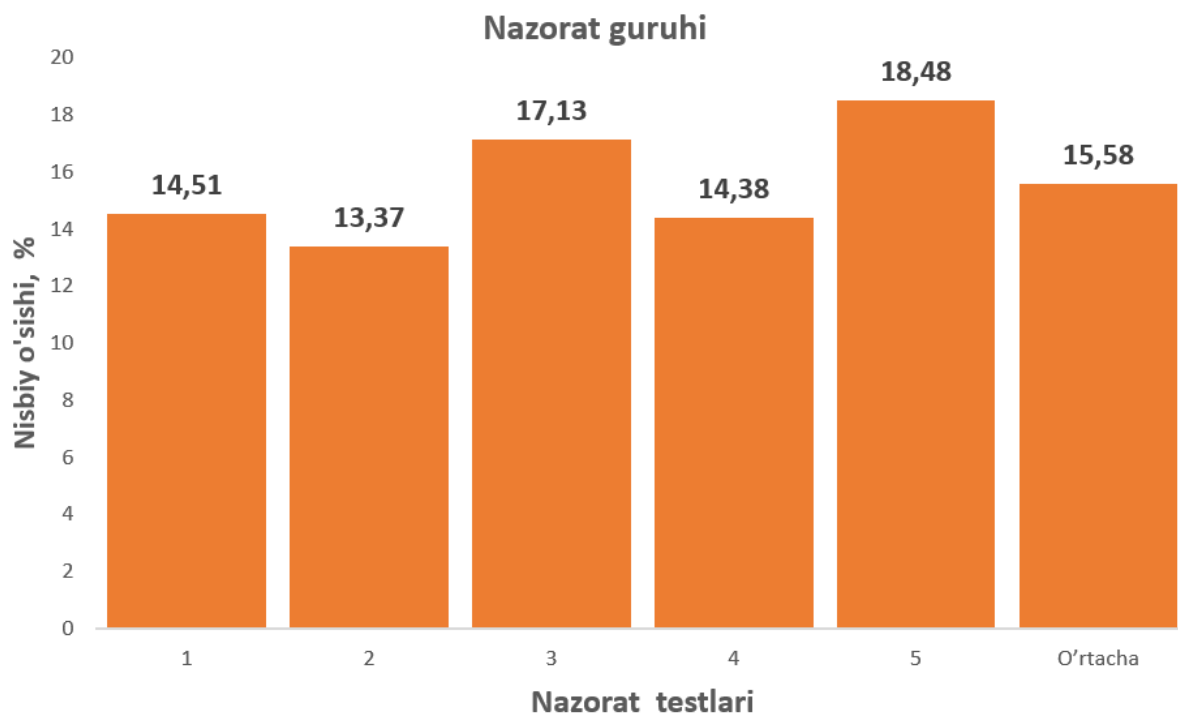
6.-jadval.

**Nazorat guruhida o'tkazilgan testlar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi.**

№	Tajriba boshi			Tajriba oxiri			O'sish		T	p
	$\bar{X}$	$\sigma$	V, %	$\bar{X}$	$\sigma$	V, %	absolyut	Nisbiy, %		
1	5,03	0,79	15,71	5,76	0,87	15,10	0,73	14,51	2,15	<0,05
2	5,31	0,77	14,50	6,02	0,85	14,12	0,71	13,37	2,14	<0,05
3	4,67	0,64	13,70	5,47	0,72	13,16	0,80	17,13	2,88	<0,01
4	4,38	0,68	15,53	5,01	0,76	15,17	0,63	14,38	2,14	<0,05
5	5,14	0,75	14,59	6,09	0,86	14,12	0,95	18,48	2,88	<0,01
								15,58		

Ushbu jadval nazorat guruhida o'tkazilgan testlar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi asosida tuzib chiqildi. Birinchi ustun 5 ta testing raqamlar asosida ketma- ketlikda belgilangan ko'rinishidir. Ikkinchi ustun tajriba boshida olingan natijalar bo'lib, ikkinchi ustunning o'zi 3ga bo'lingan. Birinchisi o'rtacha arifmetik qiymati, ikkinchisi sigma yani dispersiyasi, uchinchisi esa variatsiya koeffitsientining formulalar asosida ishlab chiqilgan sonllaridir. Uchunchi ustun tadqiqot oxirida o'rtacha arifmetik qiymat, sigma va variatsiya koeffitsientlarini uchta bo'lingan ustunchalar asosida kiritib chiqilganligini ko'rishimiz mumkin. To'rtinchi ustun o'sish deb nomlanib, ikki ustunchaga bo'lingan. Bu ustunchalarda nazorat guruhining tadqiqot boshiga nisbatan tadqiqot oxirining o'sishini absolyut hamda nisbiy farqlarining foizlarda berilganligini ko'rishimiz mumkin. Beshinchi ustun t-styudent mezoni formula asosida beligan. Oltinchi ustunimiz esa P – ishonchlilik darajasi ko'rsatib o'tilgan. Birinchi test bo'yicha tadqiqot boshi va oxiridagi o'rtacha arifmetik farq 0,73 tani tashkil qilmoqda. Absolyut o'sish 0,73, nisbiy o'sish 14,51 foizni ko'rsatmoqda. Ishonchilik darajasi  $P < 0,05$  ni ya'ni "3" baholik natijani ko'rsatmoqda. Ikkinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 0,71 ni ko'rsatmoqda. Nisbiy farq 13,37 foiz. Ishonchilik darajasi  $P < 0,05$  ni ya'ni "3" baholik natijani ko'rsatmoqda. Uchinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 0,80 ni ko'rsatmoqda. Nisbiy farq 17,13 foiz. Ishonchilik darajasi  $P < 0,05$  ni ya'ni "3" baholik natijani ko'rsatmoqda. To'rtinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 0,63 ni ko'rsatmoqda. Nisbiy farq 14,38 foiz. Ishonchilik darajasi  $P < 0,05$  ni ya'ni "3" baholik natijani ko'rsatmoqda. Beshinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 0,95 ni ko'rsatmoqda. Nisbiy farq 18,48 foiz. Ishonchilik darajasi  $P < 0,01$  ni ya'ni "4" baholik natijani ko'rsatmoqda. Nisbiy o'sish asosida nazorat guruhining tadqiqotdan oldingi hamda tadqiqotdan keying olingan natijalarini foizlar asosida ushbu diagramma orqali ko'rish mumkin (6-jadval).





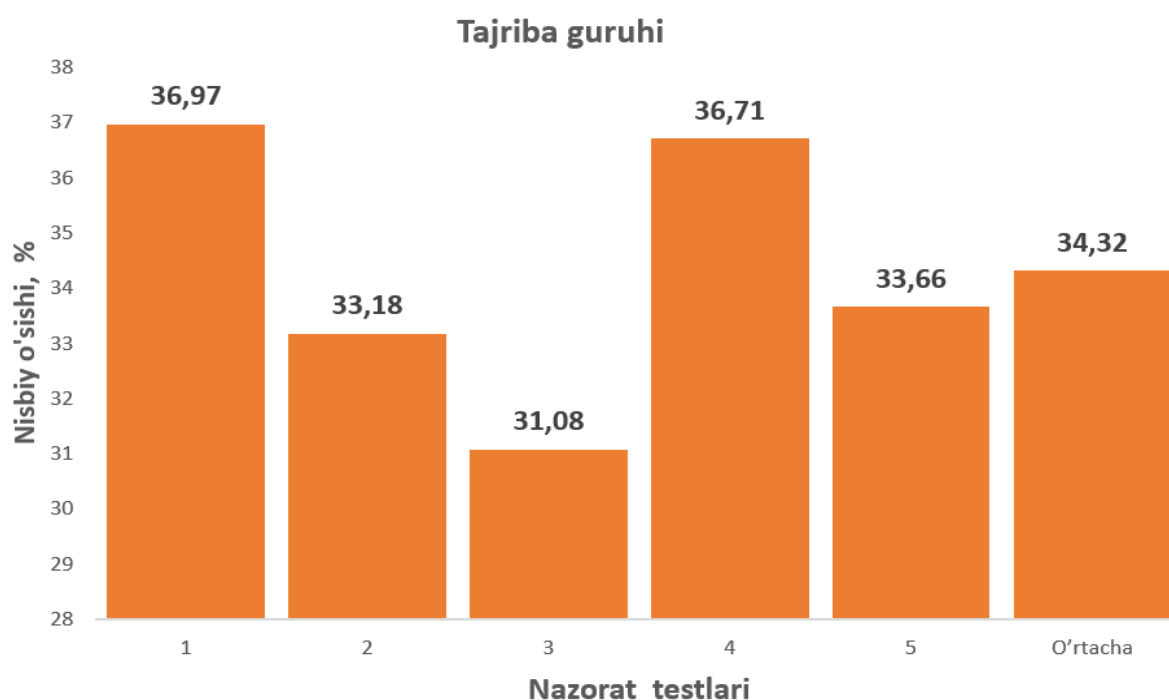
1-diagramma. Tajriba guruhida o'tkazilgan teslar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi (foizlarda)

7.-jadval.

**Tajriba guruhida o'tkazilgan teslar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi.**

T\r	Tadqiqot boshi			Tadqiqot oxiri			O'sish		t	p
	$\bar{X}$	$\sigma$	V, %	$\bar{X}$	$\sigma$	V, %	absolyut	Nisbiy, %		
1	4,83	0,77	15,93	6,62	1,01	11,26	1,79	36,97	4,87	<0,001
2	5,08	0,75	14,75	6,77	0,95	12,03	1,69	33,18	4,83	<0,001
3	4,33	0,60	13,85	5,68	0,75	11,20	1,35	31,08	4,86	<0,001
4	4,67	0,74	15,86	6,38	0,98	13,36	1,71	36,71	4,83	<0,001
5	4,83	0,72	14,90	6,46	0,91	12,09	1,63	33,66	4,86	<0,001
								34,32		

Ushbu jadval tajriba guruhida o'tkazilgan testlar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi asosida tuzib chiqildi. Birinchi ustun 5 ta testing raqamlar asosida ketma - ketlikda belgilangan ko'rinishidir. Ikkinchi ustun tajriba boshida olingan natijalar bo'lib, ikkinchi ustunning o'zi 3ga bo'lingan. Birinchisi o'rtacha arifmetik qiymati, ikkinchisi sigma yani dipersiyasi, uchunchisi esa variatsiya koeffitsientining formulalar asosida ishlab chiqilgan sonlaridir. Uchunchi ustun tadqiqot oxirida o'rtacha arifmetik qiymat, sigma va variatsiya koeffitsientlarini uchta bo'lingan ustunchalar asosida kiritib chiqilganligini ko'rishimiz mumkin. To'rtinchi ustun o'sish deb nomlanib, ikki ustunchaga bo'lingan. Bu ustunchalarda nazorat guruhining tadqiqot boshiga nisbatan tadqiqot oxirining o'sishini absolyut hamda nisbiy farqlarining foizlarda berilganligini ko'rishimiz mumkin. Beshinchi ustun t-styudent mezoni formula asosida beligan. Oltinchi ustunimiz esa P – ishonchlilik darajasi ko'rsatib o'tilgan. Birinchi test bo'yicha tadqiqot boshi va oxiridagi o'rtacha arifmetik farq 1,79 tani tashkil qilmoqda. Absolyut o'sish 1,79, nisbiy o'sish 36,97 foizni ko'rsatmoqda. Ishonchlilik darajasi  $P < 0,001$  ni ya'ni "5" baholik natijani ko'rsatmoqda. Ikkinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 1,69 ni ko'rsatmoqda. Absolyut o'sish 1,69 Nisbiy farq 33,18 foiz. Ishonchlilik darajasi  $P < 0,001$  ni ya'ni "5" baholik natijani ko'rsatmoqda. Uchunchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 1,35ni ko'rsatmoqda. Absolyut o'sish 1,35 Nisbiy farq 31,08 foiz. Ishonchlilik darajasi  $P < 0,001$  ni ya'ni "5" baholik natijani ko'rsatmoqda. To'rtinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 1,71ni ko'rsatmoqda. Absolyut o'sish 1,71 Nisbiy farq 36,71foiz. Ishonchlilik darajasi  $P < 0,001$  ni ya'ni "5" baholik natijani ko'rsatmoqda. Beshinchi test bo'yicha o'rtacha arifmetik farq 1,63ni ko'rsatmoqda. Absolyut o'sish 1,63 Nisbiy farq 33,66 foiz. Ishonchlilik darajasi  $P < 0,001$  ni ya'ni "5" baholik natijani ko'rsatmoqda. Nisbiy o'sish asosida nazorat guruhining tadqiqotdan oldingi hamda tadqiqotdan keying olingan natijalarini foizlar asosida ushbu diagramma orqali ko'rish mumkin.



2-diagramma. Tajriba guruhida o'tkazilgan teslar natijalarini pedagogik tajriba davomida o'zgarish dinamikasi (foizlarda)

#### XULOSALAR.

1. Mavjud adabiyotlar, manbaalar va materiallarni tahlili asosida shuni aytib o'tish mumkin-ki, ko'pgina mutaxassislar belbog'li kurashchilarning koordinatsion qobiliyati hamda koordinatsion qobiliyatni rivojlantirish belbog'li kurashchilarning texnik – taktik ko'rsatkichlariga ijobiy ta'siri ularning orasidagi o'zaro bog'liqlikni boshqarishning samarali uslublarini izlashda davom etmoqdalar. Shuningdek, tadqiqotchilarning ko'pchiligi belbog'li kurashchilarning koordinatsion qobiliyatini

o'qitirish ularning texnik – taktik tayyorgarligiga ta'siri haqida fikr- mulohazalari mavjud ammo kam ekanligi aniqlandi.

Belbog'li kurashchilarning texnik – taktik tayyorgarligini rivojlantirishda koordinatsion mashqlardan foydalanish belbog'li kurashchilarning musobaqa faoliyatidagi ko'rsatkichlariga ijobiy ijobiy ta'sir qilishi aniqlandi.

Belbog'li kurashchilarning koordinatsion mashqlar orqali tuzilgan dastur asosida mashg'ulotlarda shug'ullantirish koordinatsion qobiliyatlarni talab etuvchi texnik – taktik usullarni bajarishlari osonlashdi..

Tajriba guruhi belbog'li kurashchilari pedagogik tajriba oxirida olingan natijalari barcha nazorat testlari bo'yicha o'rtacha arifmetik qiymati aniqlandi tajriba guruhining tadqiqot boshidagiga nisbatan ijobiy o'zgarishini, nazorat guruhi sinaluvchilarining ko'rsatkichlariga nisbatan ancha yuqori darajada ijobiy hamda statistik ishonchli ekanligini ko'rsatmoqda.