

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM
VAZIRLIGI**

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI JISMONIY TARBIYA VA SPORT
VAZIRLIGI**

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI**



**“ZAMONAVIY TA‘LIM-TARBIYA TIZIMIDA JISMONIY
TARBIYA VA SPORT MUAMMOLARI”**

Respublika ilmiy-amaliy anjumani toplami
25-26 sentyabr 2020 yil

CHIRCHIQ – 2020

высоким уровнем развития следующих показателей: быстроты реакции на движущийся объект, точности дифференцирования и воспроизведения пространственных, временных и динамических параметров движений, вестибулярной устойчивости, гибкости, равновесия, силы кисти, скоростно-силовых качеств, решительности.

Выполнение разнообразных и разнохарактерных двигательных заданий по преодолению «полосы препятствий» на занятиях по физическому воспитанию предъявляет повышенные требования к правлению указанных признаков и тем самым способствуют формированию у студентов нефизкультурного вуза умения использовать освоенные навыки в разнообразных двигательных ситуациях.

Список литературы:

1. Типовая программа по курсу «Физическое воспитание и спорт». – Ташкент: Национальный Университет Узбекистана, 2018. – 16 с.
2. Николаев Ю.М. Общая теория и методология физической культуры как отражение потребности в модернизации физкультурного образования / Теория и практика физической культуры. – 2004 - №7. – с.2-11
3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Учебник. –М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
4. Холодов Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высш. Учеб. Завед. – М.: Академия, 2005. – 144 с.
5. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы и прогнозирования, морфобиомеханический подход: Научно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2012. 383 с.
6. Набиев Т.Э. Физическая культура в нефизкультурных ВУЗах. Учебное пособие. – Ташкент, 2019.

МАТЕМАТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ В СПОРТЕ

Нарзуллаев Д.З., Мадрахимов Ш.Ф.

*Узбекский государственный университет физической культуры и спорта
Чирчик, Узбекистан*

Аннотация. В статье представлены основные принципы математического моделирования, которые будут широко использоваться при создании информационной системы факторов риска состояния здоровья спортсменов. Перечислены основные задачи, которые необходимо анализировать и решать с помощью проектируемой системы.

Ключевые слова. Информационная система, модель структуры данных, модель функционального элемента, безопасность.

На современном этапе развития в Республике Узбекистан наряду с другими областями в спорте уделяется большое внимание эффективному использованию современных информационно-коммуникационных технологий. Создание и практическое использование автоматизированной системы управления подготовкой спортсменов является актуальной задачей сегодняшнего дня. Отсутствие информационных баз данных

в спорте, слабое использование информационно-коммуникационных технологий не позволяют оперативно решать задачи, встающие перед специалистами на местах.

Информационная система (ИС), разрабатываемая авторами данной статьи, направлена на управление подготовкой спортсменов путём анализа входных данных, характеризующих все «жизненные» процессы деятельности спортсмена. Таким образом, ИС должна выполнять следующие функции: сбор и каталогизация информации, иметь интуитивно понятный интерфейс [1,2]. Такая модель должна реагировать на малейшие изменения внутренних или внешних факторов, влияющих на процессы подготовки спортсмена.

Основная задача проектируемой ИС –предоставление возможности оператору моделировать процесс подготовки спортсмена, то есть принимать те или иные решения относительно того или иного шага при организации тренировки.

Выбор решения о деятельности – сложный технологический процесс, определяемый как выбор набора действий для удовлетворения информационных потребностей руководства. Для описания этого процесса используются классические, поведенческие и нечеткие модели принятия решений. Согласно каждой из этих моделей, оператор не сравнивает непосредственно альтернативы поведения спортсмена, а выбирает их с помощью таких факторов, как конечный эффект или желаемый уровень развития события.

Для проектируемой ИС управления принимаем математическую систему, для которой характерными являются следующие взаимосвязанные элементы: модель структуры данных, модель функционального элемента, модель разграничения прав доступа пользователей системы.

С помощью модели структуры данных обеспечивается доступ ко всей информации, характеризующей области деятельности спортсмена, отражается взаимосвязь информационных объектов, а также интерфейсы отображения и предоставления информации, способы их обработки для анализа. Данная модель будет представлена в виде реляционной базы с интерфейсом, который детально будет иллюстрировать категории, на которые разделена БД с элементами управления.

Модель функционального элемента является основным инструментом, который формирует на основе всей структуры входных данных модели поведения, либо состояния системы и способы перехода между ними с привязкой к временным показателям.

Безопасность информационной системы и управление доступом к информационным объектам обеспечивает модель ограничения прав доступа пользователей.

Одной из важнейших функций ИС является обеспечение безопасности обрабатываемой информации. Система разграничения доступа является основополагающей для реализации защиты информации, так как механизмы защиты именно этой группы призваны противодействовать ресурсам информационно-аналитической системы.

В качестве системы разграничения доступа в ИС предлагается использовать функционально-ролевую модель, базирующуюся на следующих понятиях: пользователь, роль, представление, раздел. Данная модель разработана для управления доступом в системах со сложной организационной структурой, наличием большого числа разнородных объектов доступа и большим количеством пользователей. Понятие

«представление», используемое в функционально-ролевой модели, сходно представлению в модели данных.

Таким образом, алгоритмом функционирования проектируемой ИС является последовательный обмен информацией между моделями системы как реакция на процессы деятельности спортсмена, все процедуры алгоритма происходят очень гибко и могут претерпевать изменения, не влияя на конечный результат. Основная задача тренера – определить чёткие конечные цели подготовки спортсмена и обеспечить ИС полнотой входных данных.

Список литературы:

1. Когаловский М.Р. Перспективные технологии информационных систем. – М.: ДМК Пресс; Компания АйТи, 2003. – 288 с.
2. Маглинец, Ю.А. Анализ требований к автоматизированным информационным системам. – М.: Бином, 2011 . – 199 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ В ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗАХ

*Нижевясова Р.Р., Бобошев З.Н., Ярмухамедов Д.С.
Ташкентский Государственный Транспортный Университет
Ташкент, Узбекистан
reginochka06@mail.ru*

***Аннотация.** Нестабильный уровень состояния здоровья населения современного Узбекистана отмечается в выступлениях ведущих политиков, специалистов в области здравоохранения, общественного здоровья, физической культуры и спорта, закреплён в важнейших правительственных и общественных документах. Нюансы физического воспитания студентов, имеющих заболевания сердечно-сосудистой системы, заключаются в разнообразии средств физической культуры и ограничении средств, способных спровоцировать обострение болезни.*

***Ключевые слова:** оздоровительно-профилактическая программа, пролапс митрального клапана, варикозное расширение вен, вегетососудистая дистония различного типа.*

Введение. Особенность организации учебных занятий в рамках процесса физического воспитания студентов в технических вузах заключается в том, что в большинстве случаев (около 80 %) они имеют два и более диагнозов (иногда до семи). Самый сложный вариант подборки физической нагрузки различной направленности, интенсивности и объема осуществляется для занимающихся, имеющих заболевания, связанные с разными ограничениями и противопоказаниями в выполнении физических упражнений [2]. В случае объединения студентов в группу с заболеваниями сердечно-сосудистой системы (группа А) – это могут быть упражнения, направленные на развитие функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем (для всех студентов); или дыхательные практики, упражнения аэробного характера, выполняемые в среднем темпе без высокоамплитудных и высокоинтенсивных движений для студентов, имеющих гипертензию, вегето-сосудистую дистонию по кардиальному и гипертоническому типам или, наоборот, в случае наличия у них гипотонии [4]. При наличии таких диагнозов

МУНДАРИЖА

КИРИШ	3
<i>Иванков Ч.Т., Хегай А.В., Пося В.Н., МосГосПУ.</i> ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕАЛИЗАЦИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ТЭКВОНДИСТОВ, ИМЕЮЩИХ НАРУШЕНИЯ СЛУХОВОГО АППАРАТА.....	4
<i>Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Шацких В.В., Гайриян Н.Ю., УкНацУФВС.</i> СИСТЕМА ДИАГНОСТИКИ И КОРРЕКЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА ЭТАПЕ ВЫХОДА ИЗ ВЫНУЖДЕННОЙ САМОИЗОЛЯЦИИ В СВЯЗИ С ПАНДЕМИЕЙ COVID-19.....	10
<i>Шиян В.В. Россия.</i> ЛАБОРАТОРНАЯ ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ ДЗЮДОИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ЭРГОМЕТРИЧЕСКИХ КРИТЕРИЕВ ПРОЯВЛЕНИЯ АЛАКТАТНЫХ АНАЭРОБНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ.....	13
<i>Шиян В.В., Россия.</i> НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ В СИСТЕМЕ ИННОВАЦИОННОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ.....	17
<i>Юхананов Б., Израиль.</i> ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СУДЕЙ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.....	19
ЎШЎБА. ЖИСМОНИЙ ВА СПОРТ ТАЙЁРГАРЛИГИНИНГ НАЗАРИЙ-МЕТОДОЛОГИК АСОСЛАРИ	
<i>Алимова Д.А., ЎзДЖТСУ.</i> ЎРТА ТОҒ ШАРОИТИДА БОКСЧИ АЁЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАВРИНИНГ БИОКИМЁВИЙ ТАҲЛИЛИ.....	22
<i>Ахмедов.Ф.К., ЖизДПИ, Утаев З.М., СамДУ.</i> СПОРТ – ИЖТИМОЙ-ПЕДАГОГИК ОМИЛ СИФАТИДА.....	25
<i>Ахмедов Ф.Ш., СамДУ.</i> ДЗЮДОЧИЛАР МУСОБАҚА ИМКОНЯТИ ТУШУНЧАСИ: ИЛМИЙ-НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ.....	27
<i>Ахмедова Д.А., УзГУФКС.</i> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ГИМНАСТОК В ПРОЦЕССЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ.....	30
<i>Баязитов К.Ф., Ходжаев А.З., УзГУФКС.</i> ПРОБЛЕМА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ И ВЫЯВЛЕНИЕ ВОЗНИКАЮЩИХ ОШИБОК В ТОЛЧКЕ ШТАНГИ ДВУМЯ РУКАМИ.....	33
<i>Бледных Н.В., Бурнес Л.А. НацУ.</i> ИЗУЧЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В НЕФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗАХ.....	36
<i>Бойкузиев Б.Т., АМВДРесУз.</i> МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ АКАДЕМИИ МВД РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ПО САМБО.....	38
<i>Бўрибоев Б., ЖизДИ</i> ЁШ СПОРТЧИЛАР ТАЙЁРЛАШДА МУРАББИЙ ВА ЎҚУВЧИ ЎЗАРО МУНОСАБАТЛАРИНИНГ ХУСУСИЯТИ	41
<i>Гнусенкова Л.П., РесСДЮСШОРГ, Таджиматов И.А., УзГУФКС.</i> ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА И МЕТОДЫ ИХ РАЗВИТИЯ.....	43
<i>Гончарова О.В., УзГУФКС.</i> ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ МОНИТОРИНГА В СИСТЕМЕ УПРАВЛЕНИЯ МНОГОЛЕТНЕЙ СПОРТИВНОЙ	

ТРЕНИРОВКОЙ СПОРТСМЕНОВ.....	46
<i>Гончарова О.В., УзГУФКС.</i> ИНТЕГРАЛЬНАЯ ФОРМА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЗАНЯТИЯХ С УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖЬЮ.....	50
<i>Епифанова Е.С., УзГУФКС.</i> ОПТИМИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК ЮНЫХ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ ДЕВОЧЕК НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ 13-14 ЛЕТ.....	52
<i>Иванова-Тюрина В.В., УзГУФКС.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ У СПОРТСМЕНОВ МАССОВЫХ РАЗРЯДОВ.....	54
<i>Иноятов Б.Б., АМВД РУз</i> ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ	58
<i>Ирназарова В. Л., УзГУФКС.</i> ВЗАИМОСВЯЗЬ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ И СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ НА ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.....	61
<i>Ирназарова В. Л., УзГУФКС.</i> ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ГОДИЧНЫХ ЦИКЛОВ ТРЕНИРОВКИ ГРЕБЦОВ-БАЙДАРИСТОВ НА ЭТАПЕ СОХРАНЕНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ НА СУШЕ И НА ВОДЕ С УЧЕТОМ НОВОЙ КОНЦЕПЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ.....	64
<i>Ishimov B.A., O'zDJTSU.</i> SUZUVCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISH.....	67
<i>Керимов Ф.А., УзГУФКС, Тойчиев А.Х., Осипова С.О. НИИЭММЗМЗРУз.</i> РОЛЬ КОНТРОЛЯ ВИТАМИНА Д В ПОДДЕРЖАНИИ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ФОРМЫ СПОРТСМЕНОВ.....	69
<i>Куенко Г.В., Халикова Л.С., НацУУз.</i> ТЕОРИЯ ВОЛИ И СОДЕРЖАНИЕ ВОЛЕВОЙ ПОДГОТОВКИ.....	71
<i>Kubitdinov J., O'zDJTSU.</i> SPORT KURASHIDA MODELLASHTIRISHNI VAZIFALARI VA XARAKTERLARI.....	74
<i>Qurbonov X.X., O'zDJTSU.</i> SPORT FORMASINING PEDAGOGIK, PSIXOLOGIK VA FIZIOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	77
<i>Кўчқаров Б.О., Равианов Ф.Х., ЎзМУ.</i> СПОРТ МУСОБАҚАЛАРИДА ТАКТИК ҲАРАКАТ МУАММОЛАРИ (ТАЕКВОНДО (WT)).....	79
<i>Маткаримов Р.М., Баязитов К.Ф., УзГУФКС.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТА.....	82
<i>Мильзиддинов Р.А., УзГУФКС.</i> АНАЛИЗ УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	84
<i>Набиев Т.Э., НацУУз.</i> ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ СТУДЕНТАМИ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА.....	87
<i>Нарзуллаев Д.З., Мадрахимов Ш.Ф., УзГУФКС.</i> МАТЕМАТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ В СПОРТЕ.....	89
<i>Нижевясова Р.Р., Бобошев З.Н., Ярмухамедов Д.С., ТашГТУ.</i> ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ В ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗАХ.....	91