

# **ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ОТБОРА И ЦЕЛЕВОЙ ПОДГОТОВКИ ТАЛАНТЛИВОЙ МОЛОДЕЖИ В СПОРТЕ**

*Mухаметов Ахмад Мухаметович*

*Доцент кафедры «Физическая культура и спорт»*

**АННОТАЦИЯ:** Данная статья направлена на формирование здорового образа жизни в нашем обществе, создание современных условий для регулярного занятия массовыми видами спорта, особенно подрастающего поколения, укрепление уверенности в воле, силе и возможностях молодежи через спортивные соревнования, отвагу и патриотизм, преданность Родине. А также систематическое организацию отбора талантливых спортсменов среди молодежи и выявление актуальных проблем увеличения срока действия методики, направленной на дальнейшее развитие физической культуры и массового спорта.

**Ключевые слова:** физическая культура, массовый спорт, здоровый образ жизни, физическая подготовка, совершенствование системы целевой подготовки.

**Issues of improving the system of selection and targeted training of talented youth in sports**

*Mukhametov Ahmad Mukhametovich*

*Associate Professor of "Physical Education and Sports"*

**ABSTRACT:** This dissertation work is aimed at creating a healthy lifestyle in our society, creating modern conditions for regular participation in mass sports, especially the younger generation, strengthening confidence in the will, strength and capabilities of young people through sports competitions, courage and patriotism, devotion to the motherland development, as well as the systematic organization of the selection of talented athletes among young people and the current problems of increasing the duration of the methodology aimed at further development of physical culture and mass sports.

**Keywords:** physical culture, mass sports, healthy lifestyle, physical training, improvement of the target, training system.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ**

В настоящее время обеспечение всестороннего гармоничного развития и высокого уровня физической подготовленности подрастающего поколения является одним из

приоритетных требований современного общества к физкультурному образованию. Всестороннее физическое развитие молодёжи имеет значение не только потому, что существенно влияет на качество профессиональной подготовки, но и в значительной степени определяет возможность ведения достойного образа жизни.

Во всех регионах страны важное значение имеют значение массового спорта в жизни человека и семьи, продвижение его основы для физического и психического здоровья, защита молодых людей от вредных привычек, их способности и возможности. Актуальные задачи по созданию необходимых условий для реализации своих талантов, отбору из них талантливых спортсменов и совершенствованию системы целевой подготовки.

Постановление Президента Республики Узбекистан Ш. Мирзиёева от 3 июня 2017 года № PQ-3031 «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и массового спорта» является доказательством государственной важности данного вопроса.

На основании этого решения разработана программа по дальнейшему развитию физической культуры и массового спорта в Республике Узбекистан. Пункт 74 программы предусматривает меры по включению дополнительных массовых видов спорта в программу спортивных соревнований с целью дальнейшего повышения престижа трехэтапных спортивных игр «Умид нихоллари», «Баркамол авлод» и «Универсиада», которые проводятся с 2018 года среди учеников и студентов.

## **ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Изучить педагогические основы, условия и методы вовлечения учащихся общеобразовательных школ в массовые виды спорта и разработать рекомендации для учителей, тренеров и других должностных лиц, работающих в сфере физического воспитания, по их дальнейшему совершенствованию.

## **ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ**

1. Изучить и проанализировать общую ситуацию вовлечения молодёжи в массовые виды спорта в нашей стране;
2. Определение потребностей детей в спорте и уровня их интереса к спорту с помощью педагогических и психологических анкет;
3. Способы внедрения массового спортивного движения в общеобразовательных

школах.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Наш эксперимент проводился в форме анкетирования среди учащихся 5-11 классов, обучающихся в 18-й общеобразовательной школе г. Чирчика. В эксперименте приняли участие 20 учителей школы № 18 г. Чирчика и 126 учеников школы № 18. Эксперимент проводился с сентября 2019 года по январь 2021 года.

## **ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Педагогические основы и условия вовлечения молодежи в массовый спорт.

## **ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Популярные виды спорта среди детей.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

При исследовании объема недельной двигательной активности учеников учитывались утренняя физическая культура, минутная физическая подготовка, занятие физкультурой, спортивные секции, самостоятельные занятия физической культурой и спортом, пеший туризм.

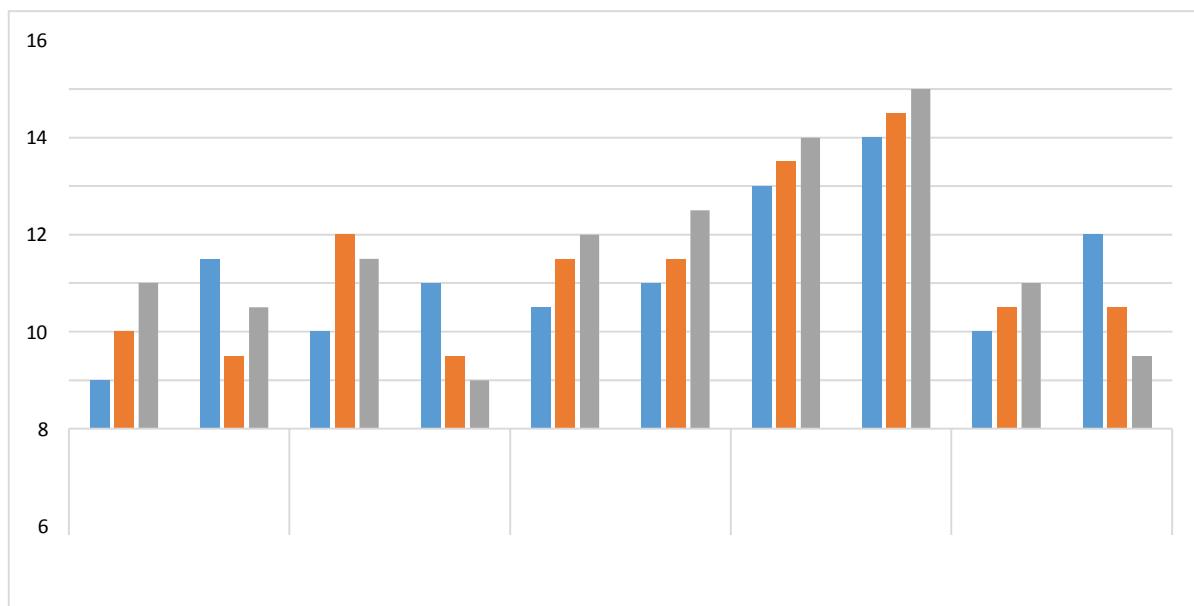
По результатам нашего исследования, общий еженедельный объем движений мальчиков в школе составило  $16.9 \pm 8.4$  часов. В случае с девушками этот показатель составлял  $15.4 \pm 7.8$  часов в неделю.

Наблюдалась динамика недельного объема движений по возрастным показателям учеников (рис 1). В возрасте от 6 до 7 лет наблюдается значительное повышение объема двигательной активности. В 11 лет мы наблюдаем повышение двигательной активности. В 17 лет объем физических нагрузок значительно снизился.

Мы видим, что самые высшие показатели активности мальчиков намного выше в начальном классе, чем в старшем классе. С другой стороны, мы можем наблюдать, что средняя активность значительно снизилась при переходе от начального к среднему классу, но в старшем классе она снова вернулась почти на тот же уровень. Высокая активность мальчиков увеличилась вдвое в среднем классе и почти не изменилась в старшем классе.

У девочек самая средняя активность немножко повысилась в среднем классе и снова уменьшилась в старшем классе. Более высокая активность наблюдалась у девочек из средних классов, чем от начальных.

Ученики с низкой активностью имеют тенденцию быть более активными, но именно эти ученики меньше ходят (в среднем от 0.6 до 1.6 часа в неделю). Выяснилось, что малоподвижные ученики не имеют доступа к тренировкам, их семьи имеют финансовые проблемы и сами ученики увлекаются компьютерными играми. Такая ситуация возлагает ответственность за формирование физической культуры этих учеников на специалистов по физическому воспитанию. Мы заметили, что малоподвижные ученики не могут адекватно оценить влияние упражнений на тело.



Ученики с низкой активностью имеют тенденцию быть более активными, но именно эти ученики меньше ходят (в среднем от 0.6 до 1.6 часа в неделю). Выяснилось, что малоподвижные ученики не имеют доступа к тренировкам, их семьи имеют финансовые проблемы и сами ученики увлекаются компьютерными играми. Такая ситуация возлагает ответственность за формирование физической культуры этих учеников на специалистов по физическому воспитанию. Мы заметили, что малоподвижные ученики не могут адекватно оценить влияние упражнений на тело.

Ученики с хорошей физической подготовкой объясняли свое здоровье посещением спортивных секций и тренировками по утрам. Очевидно, что популяризация физической

культуры и массового спорта в школах-это решение многих проблем.

## **ВЫВОДЫ:**

В Республике Узбекистан физическая культура и спорт включены в перечень ключевых направлений государственной политики как надежный инструмент улучшения генофонда нации, воспитания физически и умственно развитого поколения и используются как стратегический инструмент развития идеи национальной независимости.

В школьном возрасте физическое воспитание имеет большое значение для усвоения необходимых для жизни знаний и навыков и усвоения их основ в различных условиях двигательной активности. Установлено, что в этом возрасте способность изучать двигательные действия заключается в быстром и полном освоении новых и повторном изучении хорошо сформированных движений, всестороннего развития всех двигательных качеств. Богатый фонд двигательных знаний и навыков, приобретенных в школьном возрасте, физических, умственных, волевых и других качеств служит хорошей основой для полной интеграции профессиональной, трудовой и другой специальной двигательной деятельности, а затем и для физического развития в зрелом возрасте.

## **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ:**

1. Avloniy A. Tanlangan asarlar. 1-jild. // To‘plovchi, nashrga tayyorl. va so‘z boshi muallifi B.Qosimov. Toshkent.: Ma’naviyat, 1997.–B. 272.
2. Vohidov M. Bolalar psixologiyasi. (Darslik). – T.: O‘qituvchi, 1982.–B. 366.
3. Ganieva F.V. Jamoa xarakatlarini o‘rgatishda qo‘llaniladigan mashqlar. Uslubiy tavsiyanoma. TJTI nashriyoti, 1997 y.
4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2002 г.– С. 264.
5. Karimov, F. X. (2021). Methodology of Organization of Middle Running Training in Athletics. International Journal of Development and Public Policy, 1(5), 81–83. Retrieved from <http://openaccessjournals.eu/index.php/ijdpp/article/view/320>
6. Tashpulatov Farhad Alisherovich (2021) Innovative Pedagogical Activity: Content and Structure, european journal of life safety and stability <http://www.ejlss.indexedresearch.org/>
7. Tashpulatov Farhad Alisherovich (2021) dynamics of physical development of students with one and two time compulsory lessons, World Economics & Finance Bulletin (WEFB) <https://www.scholarexpress.net/>
8. Мухаметов А.М. (2021) Methodology for Normalizing Workload in Health Classes, european journal of life safety and stability, <http://www.ejlss.indexedresearch.org/>