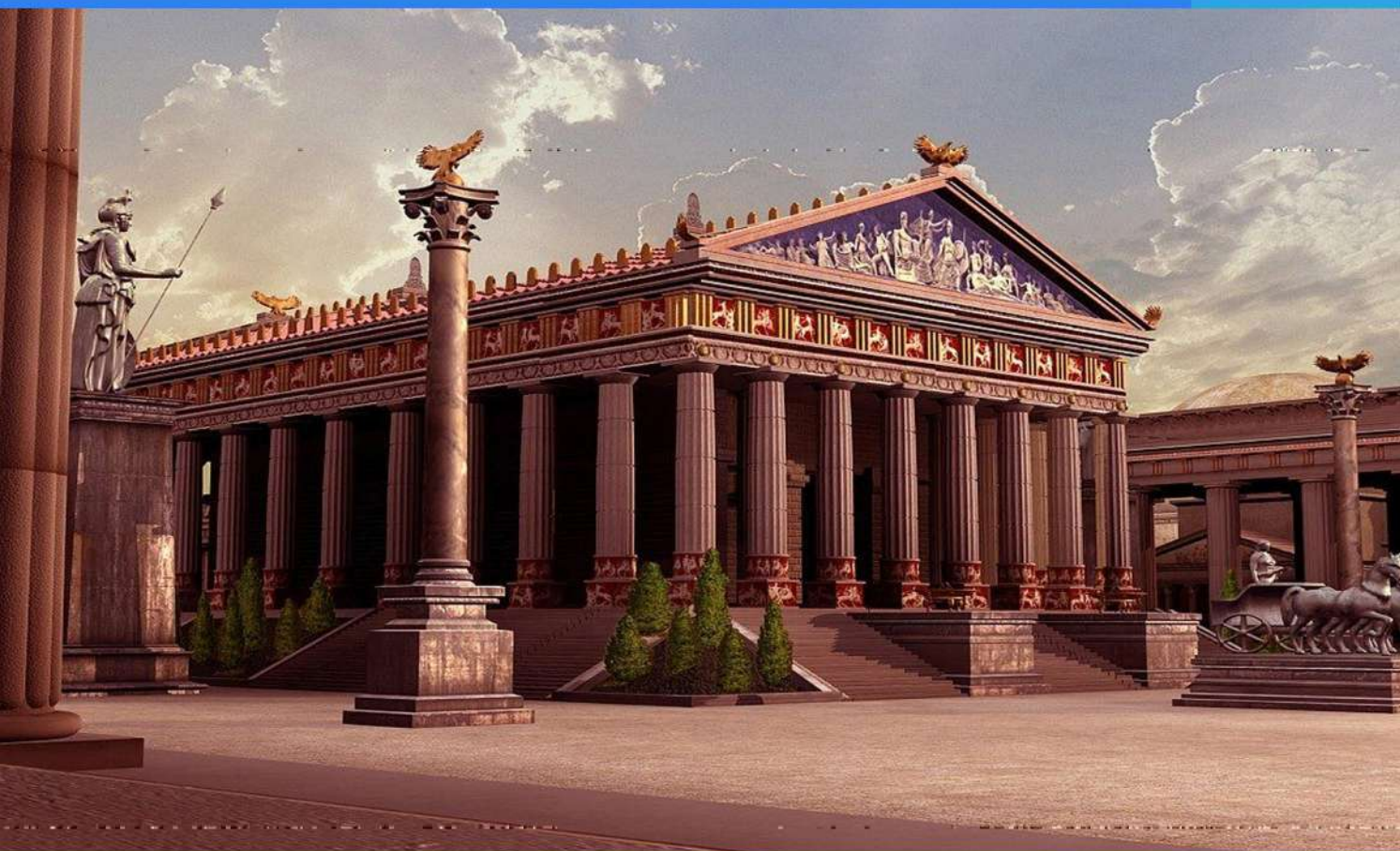


# ВЕСТНИК НАУКИ



ВЫПУСК №4 (61)



ТОМ 3

Международный научный журнал

[www.вестник-науки.рф](http://www.вестник-науки.рф)

Тольятти 2023

---

Международный научный журнал

# «ВЕСТНИК НАУКИ»

№ 4 (61) Том 3

АПРЕЛЬ 2023 г.

(ежемесячный научный журнал)

---

В журнале освещаются актуальные теоретические и практические проблемы развития науки, территорий и общества. Представлены научные достижения ученых, преподавателей, специалистов-практиков, аспирантов, соискателей, магистрантов и студентов научно-теоретического, проблемного или научно-практического характера.

Предназначено для преподавателей, аспирантов и студентов, для всех, кто занимается научными исследованиями в области инновационного развития науки, территорий и общества.

Статьи, поступающие в редакцию, рецензируются, публикуются в авторской редакции.

Авторы несут ответственность за содержание статей, за достоверность приведенных в статье фактов, цитат, статистических и иных данных, имен, названий и прочих сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.

Главный редактор журнала:

**РАССКАЗОВА ЛЮБОВЬ ФЁДОРОВНА**

---

*Главный редактор:* Рассказова Любовь Федоровна  
*Адрес учредителя, издателя и редакции:* г. Тольятти  
**ISSN 2712-8849 | СМИ ЭЛ № ФС 77 - 84401**  
*сайт:* <https://www.vestnik-nauki.pf>  
*eLibrary.ru:* [https://elibrary.ru/title\\_about.asp?id=67626](https://elibrary.ru/title_about.asp?id=67626)

*Дата выхода в свет:*  
16.04.2023 г.  
*Периодическое  
электронное научное  
издание.*

**СПОРТ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (SPORT)**

- 32. Дьяконов А.В.**  
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ 8 - 9 КЛАССОВ  
К ВНЕУРОЧНЫМ ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ..... 161-166
- 33. Оразов М., Чарыев Г.**  
СОВРЕМЕННОЕ СПОРТИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ..... 167-170
- 34. Хусточка А.В.**  
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ..... 171-176
- 35. Чориев У.С.**  
МЕТОДИКА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ УПРАЖНЕНИЙ  
В ПРОЦЕССЕ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БОРЦОВ..... 177-181

**КОМПЬЮТЕРНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ  
(COMPUTER & INFORMATION TECHNOLOGIES)**

- 36. Kurambaev Y.B.**  
CYBER SECURITY FEATURES OF FIREWALLS FOR WEB APPS ..... 182-185
- 37. Генджимов Г.**  
ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: ВИРУСЫ ..... 186-188
- 38. Калекина Т.О., Озерова М.И.**  
ПРОГРАММНО-ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ  
ДЛЯ БЕЗОПАСНОГО ПЕРЕВОДА ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ..... 189-198
- 39. Мамметмуратов Д.А., Шазаров Б.М., Худайберенов А.С.**  
ВНЕДРЕНИЕ ЯЗЫКОВ ПРОГРАММИРОВАНИЯ В УЧЕБНУЮ ПРОГРАММУ ..... 199-202
- 40. Молочков Д.А., Градусов Д.А.**  
РАЗРАБОТКА АНАЛИТИЧЕСКОЙ ИС ДЛЯ АВТОМАТИЗИРОВАННОГО РАСЧЁТА  
НЕСИММЕТРИЧНЫХ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ СЕТЕЙ В AUTOCAD  
НА ОСНОВЕ СОВРЕМЕННЫХ МАТРИЧНЫХ МЕТОДОВ ..... 203-209
- 41. Язханова Х.Д.**  
ОСОБЕННОСТИ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ ..... 210-213

**ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ (TECHNICAL SCIENCES)**

- 42. Николаев М.Г.**  
МИРОВЫЕ ЭНЕРГОРЕСУРСЫ И ПРОБЛЕМЫ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО КРИЗИСА ..... 214-216

**МАТЕМАТИКА (MATHEMATICS)**

- 43. Акыев Б.Дж., Ёллыев А.К.**  
ИНТЕГРАЛЫ ЛЕБЕГА И РИМАНА ..... 217-221
- 44. Бердымурадова Дж.А., Гулмурадова М.А., Садылова Ш.Ё.**  
ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЕ ФУНКЦИЙ НЕСКОЛЬКИХ ПЕРЕМЕННЫХ ..... 222-227

**АВИАЦИЯ (AVIATION)**

- 45. Белоусов Н.А., Соколов О.А.**  
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ И ПРИНЦИПЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
ИОНОЛЁТОВ КАК ЛЕТАТЕЛЬНЫХ АППАРАТОВ..... 228-230

УДК 796

**Чориев У.С.**

преподаватель, кафедра «Физическое воспитание»

Каршинский инженерно-экономический институт

(г. Карши, Узбекистан)

## **МЕТОДИКА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БОРЦОВ**

*Аннотация:* в статье рассматриваются такие вопросы, как роль спорта в жизни человека, развитие детско-юношеского спорта, борьба, ее сущность и значение борьбы в физическом развитии молодежи.

Также описана информация о теории и методике тренировок по борьбе, о том, как овладеть техникой, профессиональными навыками и квалификацией, необходимыми для самостоятельной работы.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, спорт, борьба, элементы борьбы, тренировка, соревнование, физические упражнения, борцовская одежда, физические упражнения, тренер, здоровый образ жизни, борцы, национальная ценность.

В нашей стране внимание к физической культуре и спорту является одним из приоритетных направлений государственной политики. Широкое привлечение подрастающего молодого поколения к занятиям физической культурой и спортом, дальнейшее развитие спорта путем отбора, сортировки и создания возможностей для наиболее способных и одаренных среди них является одной из важнейших актуальных задач современности. С этой целью в последние годы в нашей стране уделяется большое внимание всем направлениям спорта, создаются достаточные условия для того, чтобы подрастающее поколение регулярно занималось всеми видами спорта. В результате этого независимый Узбекистан, сумевший за исторически короткий срок завоевать

авторитет на международной арене, стал известен мировому сообществу не только как страна, подарившая миру древнюю культуру, великих мыслителей, ученых, поэтов и полководцев, но и как страна, добившаяся больших успехов в международном спортивном движении.

Одним из факторов, определяющих развитие борьбы, унаследованной от наших предков как ценность для нас сегодня, и ее перспективы, является кадровый вопрос. Хотя история борьбы насчитывает 3-3,5 тысячи лет, период основного развития борьбы соответствует 60-70-м годам прошлого века. Из-за недостаточного внимания к борьбе в те годы мы видим, что элементы борьбы частично использовались в процессах физического воспитания. В современном развитии спортивной борьбы А. Атоев, Т. Одилов, Ж. Турсунов, О. Иброхимов, С. Кудратов, Ж.Тошполатов, К.Юсупов, О.Тоймуродов, О.Хаитов, Х.Рафиев, А.Тилаков, Р.Тораев, А.Абдусаттаров и др. обосновали, что он имеет свое место и престиж как спорт [1]. Благодаря закладке борьбы этими наставниками и учеными, в последние 15-20 лет в нашей стране борьба ценится и совершенствуется, развивается как национальная ценность в жизни нашего народа.

Правила ведения боя разрабатывались простым и незамысловатым образом на основе традиций, традиций и терминов, использовавшихся нашими предками. Положительные действия борцов оценивались употреблением терминов «халол», «ёнбош», «чала» и быстро и легко усваивались судьями (иностранными) зрителями. Ярким примером тому является проведение в нашей стране международных турниров, чемпионатов Азии и мира в годы после обретения независимости [2]. Организация подобных спортивных игр и соревнований напрямую связана с деятельностью и усилиями первого Президента Республики Узбекистан И. А. Каримова. Примером тому являются чемпионаты мира, проведенные в 1999, 2005 гг. в Ташкенте, 2011 г. в Термезе, участие иностранных судей в международных турнирах, проводимых в Бухарской, Кашкадарьинской, Самаркандской, Сурхандарьинской, Хорезмской

и Ферганской областях, и их оценка соревновательной ситуации. на ковре и их произношение борцовских терминов. Соревнования, проводимые в области борьбы, дарят людям мира яркие впечатления и удовольствие, повышая их интерес к борьбе. Все это является подтверждением того, что борьба имеет право занять достойное место в качестве общечеловеческой ценности.

Борьба с незапамятных времен устраивается нашим народом на свадьбах, праздниках и народных гуляньях и считается в нашей стране признаком честности и чести.

Сегодня созданные нашими наставниками пособия по борьбе содержат подробную информацию о теории и методике обучения борьбе, способах освоения техники, профессиональных навыках и компетенциях, необходимых для самостоятельной работы. Теоретическая и практическая деятельность и обучение в области боевых искусств – очень сложный и многогранный процесс. Помимо преподавания учебников разного наименования, она сочетается с наблюдением за поведением, уровнем и отношением учащихся к науке, обучению и воспитанию. Для этого педагог-тренер должен обладать глубокими знаниями, педагогическими способностями и личным примером, инициативой, творческим поиском новой деятельности [3].

Теоретический и практический подход к процессу обучения элементам борьбы требуется от тренеров во время занятий борьбой. Для студентов естественно получать травмы во время занятий борьбой, тренировок и соревнований. Основные причины этого зависят от нескольких факторов. Включая:

1. Халатность студентов со стороны профессоров на занятиях по борьбе;
2. Не умеют защищаться (страховка) при выполнении упражнений;
3. Неучастие в занятиях в борцовской одежде;
4. Несоблюдение правил личной гигиены;
4. Посещение занятий без разрешения профессоров, преподавателей;
6. Ношение запрещенных предметов (кольца, ожерелья и аксессуары).

Физическая подготовка борца служит основой для развития его мастерства и формирования жизненных качеств и навыков, необходимых для работы и защиты Родины. Благодаря простоте тренировок и оборудования, места борьба является основным средством, способствующим привлечению молодежи к массовой физической культуре и спорту в нашей стране [4].

Сегодня наша национальная борьба развивается как национальный вид спорта, растет мастерство наших юных спортсменов. Благодаря созданным в нашей стране благоприятным условиям, в результате их эффективного использования нашими молодыми спортсменами, наши талантливые спортсмены поднимают флаг нашей страны, добиваясь высоких результатов на Азиатских играх, Азиатских и Мировых спортивных аренах. Сегодня боевые приемы и тактика стремительно развиваются. В качестве доказательства можно привести в пример международные турниры, проводимые в нашей стране, и чемпионаты мира. В соревнованиях по борьбе приемы и тактика этого вида спорта осваиваются спортсменами со всего мира, открываются новые чемпионы мира и международных турниров. Тем не менее, нельзя сказать, что освоение теоретических и практических знаний борьбы завершено. Поэтому сегодня в физкультурно-спортивных тренировках и кружках в системе высшего образования наши опытные и квалифицированные преподаватели-тренеры старательно преподают теоретические знания по борьбе юным спортсменам и хорошо разъясняют ее практические аспекты и технические правила, выделяя очень интересные и полезные аспекты этого вида спорта для здоровья человека.

Поэтому, исходя из вышеизложенного, самое главное, чтобы родители понимали и чувствовали значение национальной борьбы для физического здоровья и духовного роста молодежи, чтобы сформировать у молодежи осознанное отношение к национальному борцовскому спорту.

---

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Абдуллаев А., Хонкельдиев Ш.Х. Теория и методика физического воспитания. Учебник. Т-2005.168 стр. Издательско-полиграфический отдел УзДЖТИ, 2005.
2. Атаев А.К. Методика обучения младших подростков узбекской борьбе. Учебное пособие для институтов физической культуры и факультетов высших учебных заведений. 2003 г.
3. Машарипов Ю. Психология и спортивная психология. Учебное пособие, 3-е издание. Ташкент – «Илм-Зиё» – 2017, стр. 272-274.
4. Керимов. Ф.Т. «Теория и методика спортивной борьбы» Т., 2005. стр. 32.

**Choriev U.S.**

Karshi Engineering and Economic Institute

(Karshi, Uzbekistan)

## METHODS OF THEORETICAL AND PRACTICAL ORGANIZATION OF EXERCISES IN PROCESS OF INCREASING PHYSICAL FITNESS OF YOUNG WRESTLERS

***Abstract:** the article discusses such issues as the role of sports in human life, the development of youth sports, wrestling, its essence and the importance of wrestling in the physical development of youth.*

*It also describes information about the theory and methodology of wrestling training, how to master the technique, professional skills and qualifications necessary for independent work.*

***Keywords:** physical education, sports, wrestling, elements of wrestling, training, competition, physical exercises, wrestling clothes, physical exercises, coach, healthy lifestyle, wrestlers, national value.*