

## OT SPORTINING KELIB CHIQISHI VA RIVOJLANISHI HAQIDA

Turg'anbaev Jen'isbay

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti  
"Jismoniy madaniyat" fakultetining 1-"Y" guruh talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10636744>

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada maqolada ot sporti bilan shug'ullanuvchilarda dastlabki tayyorgarlik jarayonining mazmuni aniqlanib, o'quv mashg'ulotlarining asosiy yo'nalishlari sportchi va o'tni musobaqaga tayyorlash yo'llari ko'rsatilgan.

**Kalit so'zlar:** ot sporti, o'quv jarayoni, boshlang'ich ta'lim guruhlari, musobaqalar.

## ON THE ORIGIN AND DEVELOPMENT OF HORSE SPORTS

**Abstract.** In this article, the content of the initial preparation process for horse sports participants is determined, and the main directions of the training sessions, the ways of preparing the athlete and the horse for the competition are shown.

**Key words:** equestrian sport, educational process, primary educational groups, competitions.

## О ПРОИСХОЖДЕНИИ И РАЗВИТИИ КОННОГО СПОРТА

**Аннотация.** В данной статье определено содержание процесса начальной подготовки наездников, показаны основные направления тренировочных занятий, способы подготовки спортсмена и лошади к соревнованиям.

**Ключевые слова:** конный спорт, образовательный процесс, начальные образовательные группы, соревнования.

Sport turining o'ziga xos xususiyatlari, uning o'ziga xos xususiyatlari va mashg'ulot jarayonini tashkil etishning o'ziga xosligi Ot sporti - jamoaviy tushuncha bo'lib, otlar yordamida, ya'ni ularga minishda o'tkaziladigan sport o'yinlarini bildiradi

Ot ustida o'tirgan holda chavandoz uning harakatlariga faol ta'sir qiladi, ot, o'z navbatida, chavandozning og'irligini siljitish, sonlarini siqish yoki aksincha, bo'shatish orqali boshqariladi. Egar, jilov, shnur va boshqalar. Shuningdek, chavandoz o'tni ovozi bilan boshqarishi mumkin, agar otning o'zi buni tushunsa yoki ot sportining ma'lum bir turida ruxsat berilsa (barcha ot sportida ovozni boshqarishga ruxsat berilmaydi).

Ot sporti - bu odamning o'tni to'liq tushunishi va aksincha, chavandozning ot bilan to'liq o'zaro munosabati. Xalqaro ot sporti federatsiyasi tomonidan rasman e'tirof etilgan klassik ot sporti turlari quyidagilardir: sakrash, sakrash, triatlon. Ushbu sport o'quv dasturi saralash intizomi bo'yicha o'quv jarayonini tashkil etish va o'tkazish uchun mo'ljallangan.

Chavandozlik - yoki "Oliy chavandozlik maktabi" deb ham ataladigan bo'lsak, bu, birinchi navbatda, o'tni turli xil yurishlarda boshqarish, ularga birinchi navbatda o'tni o'rgatish (qadam, poyga, chopish, o'tish, p'af va boshqalar) san'atidir.

Musobaqalar 20 × 40 yoki 20 × 60 m o'lchamdagi to'rtburchaklar arenada 5 dan 12 daqiqagacha davom etadigan ma'lum bir qiyinchilikdagi o'ziga xos minish dasturiga muvofiq o'tkaziladi. 10 ballik tizimda baholanadi.

Yuritirsh Olimpiya o'yinlari dasturining bir qismidir. Mashg'ulot jarayonini tashkil etishning o'ziga xosligi.

Ot sporti bo'yicha sportchilarni ot sporti bilan shug'ullanuvchilarni tayyorlashning o'ziga xosligi mashg'ulot jarayonining tarkibiy qismlari bo'lgan mashg'ulot va musobaqa faoliyatining asosiy mazmuni bilan belgilanadi. Sport mashg'ulotlarining mazmuni quyidagilardan iborat:

- motiv - faoliyat yo'naltirilgan ob'ekt yoki ehtiyoj ob'ekti;
- maqsad - harakat natijasi haqidagi g'oya (nimaga erishish kerak);
- faoliyatni amalga oshirish shartlari, ulardan eng muhimi maqsadga erishish yo'llari;
- belgilangan maqsadga erishishga olib keladigan va faoliyatning vazifalarini ifodalovchi muammoli vaziyatlar.

O'quv faoliyatining predmeti - bu bosqichga (jismoniy, texnik, taktik, aqliy).

Raqobat faoliyatining predmeti - bu sportchilar tanasining raqobatbardosh natijaga erishish uchun zarur bo'lgan zahiralarini safarbar qilish darajasi.

Ot sporti shug'ullanuvchilarning turli ehtiyojlarini qondirishi mumkin: salomatlikni mustahkamlash, jismoniy barkamollikka erishish, shaxsiy fazilatlarini rivojlantirish, xarakterni tarbiyalash, zarur motorli ko'nikma va qobiliyatlarni shakllantirish. Talabalarning ehtiyojlariga qarab, darslarning maqsadi shakllanadi.

Maqsadning shakllanishi bir kunda sodir bo'lmaydi. Bu maqsad qiziqishga ta'sir qiladi va ot sporti tizimiga ijobiy munosabatni mustahkamlaydi.

Ot sportining o'ziga xos belgilari - mashg'ulot maydoni, ishlatiladigan jihozlar va musobaqa qoidalari. Ot sporti bo'yicha maxsus sport inshootlari, masalan, ochiq va yopiq arenada chopiq mashg'ulotlari va musobaqalar o'tkaziladi.

Sport musobaqalari sportdagi faoliyatning o'ziga xos shakli bo'lib, mashg'ulotlarning maqsadi va yo'nalishini belgilaydi, shuningdek, ixtisoslashtirilgan tayyorgarlikning eng muhim vositalaridan biri sifatida ishlatiladi, bu esa ishtirokchilarning tayyorgarlik darajasini taqqoslash va yaxshilash imkonini beradi.

Tegishli moddiy-texnik baza, inventar, jihoz va sport jihozlarisiz ot sportchilarini samarali tayyorlash mumkin emas. Sport mahsulotlarining eng yangi namunalaridan foydalanish sport texnologiyasini o'zgartirishga, mashg'ulot uslublarini takomillashtirishga, sportchilar salomatligini saqlashga yordam beradi va sport natijalarining o'sishini tezlashtiradi.

Sport tayyorlash tizimining faoliyatini ijtimoiy, iqtisodiy, demografik sharoit va tabiiy muhitdan ajralgan holda qurish mumkin emas. Mashg'ulotlar va musobaqa faoliyati samaradorligiga, ayniqsa, balandlik, harorat, atrof-muhit namligi, vaqt mintaqasining o'zgarishi kabi ekologik omillar kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ular sport ko'rsatkichlarining oshishiga ham, uning sezilarli pasayishiga ham hissa qo'shishi mumkin.

Sport mashg'ulotlari dasturini amalga oshirish va belgilangan vazifalarga erishish bevosita sport mashg'ulotlari jarayonini boshqarish tizimini tashkil etishga bog'liq.

Uzoq muddatli tayyorgarlik tizimining tuzilishi (bosqichlari, darajalari, bosqichlari) Ot sporti nazariyasini uzoq muddatli rivojlantirish va uni amaliyotga tatbiq etish jarayonida zamonaviy chopon tayyorlash tizimi shakllandi. Bu ma'lum tamoyillar

asosida bir-biri bilan optimal o'zaro ta'sir qiluvchi va sportchining yuqori sport yutuqlariga tayyorgarligining eng yaxshi darajasini ta'minlaydigan mashg'ulotlar va raqobat jarayonlarining uslubiy asoslari, tashkiliy shakllari va shartlari majmuidir. yuiritirish bo'yicha sport mashg'ulotlari tizimi birlashtirilgan tashkiliy tuzilma bo'lib, u:

- barcha yosh toifalaridagi sportchilarni tayyorlash vazifalari, vositalari, usullari va shakllarining uzluksizligini;
- mashq qilish, jismoniy sifatlarni tarbiyalash va harakat ko'nikmalarini, ko'nikmalarini va tayyorgarlikning turli tomonlarini shakllantirish jarayonlarining optimal nisbati;
- umumiy va maxsus jismoniy tarbiya vositalari hajmining ortishi, ular orasidagi nisbat doimiy ravishda o'zgarib turadi;
- yuklarni oshirish jarayonida bosqichma-bosqichlikka qat'iy rioya qilish;
- buning uchun eng qulay bo'lgan yosh davrlarida ma'lum fazilatlarining bir vaqtning o'zida rivojlanishi. Sport tayyorgarligi tizimining asosiy eng muhim tarkibiy qismlari quyidagilardan iborat:

1) tanlash va sportga yo'naltirish tizimi;

2) sport tayyorgarligi tizimi;

3) raqobat tizimi; kadrlar tayyorlash va raqobatbardosh faoliyat samaradorligini oshiruvchi omillar tizimi:

- kadrlar tayyorlash;

- ilmiy, uslubiy va axborot ta'minoti;

- tibbiy va biotibbiy yordam;

- moddiy-texnik ta'minot;

- moliyalashtirish;

- tashkiliy va boshqaruv omillari;

- ekologik omillar. Sport mashg'ulotlari tizimining har bir tarkibiy qismi o'zining funktsional maqsadiga ega va shu bilan birga tuzilish, uning faoliyati va rivojlanishining umumiy qonuniyatlariga bo'ysunadi.

Orientatsiya - bu bolaning, o'smirning, yigitning ot sportiga yuqori darajada moyilligini (iqtidorliligini) aniqlashga imkon beradigan pedagogik, tibbiy-biologik, psixologik va ijtimoiy xarakterdagi tashkiliy-uslubiy tadbirlar majmuasidir.

Doimiy ravishda ortib borayotgan raqobat va natijalarning uzluksiz o'sib borishi bilan ajralib turadigan zamonaviy sportda zarur morfologik va funktsional ma'lumotlarga ega bo'lgan va jismoniy, aqliy va intellektual qobiliyatlarning sintezi juda yuqori darajada bo'lgan sportchilarni aniqlash ayniqsa muhimdir.

Mashg'ulotlar jarayonida sportchi o'zining jismoniy, texnik, taktik va aqliy tayyorgarligini oshiradi va ularning yuqori darajasiga erishishning muvaffaqiyatli sharti - bu shaxsning tarbiyasi va uning intellektual qobiliyatlari darajasi.

## REFERENCES

1. Конный спорт: пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов под ред. Э. Эзе: пер. с нем. Д. Я. Гуревича. – М.: Физкультура и

- спорт, 1993.
2. Конный спорт: программа для специализированных учебноспортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / сост.: П. М. Прилуцкий [и др.]. – Минск: РУМЦФВН, 2009.
  3. Миклем, У. Верховая езда. Полное руководство / Уильям Миклем: пер. с англ. С.Л. Баскиной. – М.: «АСТ» - «Астрель», 2005.
  4. Мюзелер, В. Учебник верховой езды / В. Мюзеллер. – М.: Прогресс, 1998.
  5. Кремер, М. Как добиться высоких результатов. 8 пунктов программы по подготовке лошади. – М.: Аквариум, 2007