

1-жадвал. 1 разрядли баландликка сакровчи кизларнинг жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари тахлили

№	Тестлар номи	Ўратча кўрсаткич
1	Турган жойида 10 давомида тиззаларни юкори кўтариш (марта)	32,6
2	Турган жойидан узунликка сакраш (см)	218,3
3	Турган жойидан уч хатлаб сакраш (см)	724,9
4	Турган жойида юкорига сакраш (см)	39,7
5	Штанга билан максимал ўтириб туриш	67,5
6	Штангани кўкракга даст кўтариш	38,5

Жадвалдаги натижаларга эътибор қаратадиган бўлсак, баландликка сакровчиларнинг жисмоний сифатлари ривожланиш даражаси турли кўрсаткичларга эга, уларнинг энг кўп ўхшаш кўрсаткичлари турган жойида узунликка сакраш, турган жойида баландликка сакраш машқлари бўлди. Спортчиларнинг бошқа тестлардаги натижалари қисман фарқ қилганлигини кўришимиз мумкин.

Баландликка сакровчи кизларнинг тезкорлик кўрсаткичи баланд бўлганлари максимал юк билан

ўтириб-туриш машқида бирмунча пастроқ натижага эга бўлди. Қолган тестларда ҳам бирмунча фарқланишлар кўзга ташланди. Масалан, штангани даст кўтариш машқида аксарият кизлар бир бирига жуда ҳам яқин бўлган натижани қайд этишди, бу эса уларнинг портловчи куч сифатларини ривожланганлик даражаси яқин эканлигига далил бўлади.

Хулоса. Тадқиқотда бир хил спорт малакасига эга (I спорт разряди) 20 нафар спортчиларнинг натижалари Ўзбекистон чемпионати арафасида ташкил этилган ўқув-машғулоти йўғини доирасида ўтказилган махсус эгилувчанлик, тезкорлик, чаққонлик тестларида аниқланди. Спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантиришга табиий мойиллигидаги фарқлар, спортчиларнинг бутун узоқ муддатли машғулотида ривожлантиришга табиий мойиллигидаги фарқлар, спортчиларнинг индивидуал хусусияти махсус тайёргарлик таркибидаги сезиларли фарқларни кўрсатди. Мусобақа олди фаолияти шароитида I спорт разрядига эга бўлган сакровчилар учун ушбу назарий ва услубий позицияни синаб кўриш учун спортчиларнинг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўзгарувчанлиги аниқланди.

Адабиётлар

1. Мирзиёев Ш.М. Миллий тараққиёт йўлимизга қатъият билан дам этириб, янги босқичга кўтарамиз. 1-т. -Т.: 2018.
2. Olimov M.S., To'xtaboyev N.T., Soliyev I.R., Ortiqov X.T. O'rta va uzoq masofaga yugurish uslubi. -Т.: 2016. 154- б.
3. Olimov M.S., Shakirjanova K.T., Rafiyev H.T., To'xtaboyev N.T., Smuragina L.V. Yengil atletika nazariyasi va uslubi. Darslik. -Т.: 2018. 872- б.
4. Olimov M.S., Shakirjanova K.T., Rafiyev H.T., Smuriygina L.V., To'xtaboyev N.T. Yakkakurash, koordinatsion va siklik sport turlari "Yengil atletika". Darslik. -Т.: 2018. 376- б.
5. Тер-Ованесян, И. А. Подготовка легкоатлета: современный взгляд / И. А. Тер-Ованесян. - М.: Терра спорт, 2000. 176-б.
6. Рузамухамедов К.Ф., Тўхтабоев Н.Т. Етакчи ўзбек баландликка сакровчиларининг сакраш техникаси хусусиятлари ва ўзгарувчанлиги // «Енгил атлетикани ривожлантиришнинг долзарб ва замонавий муаммолари» халқаро илмий-амалий анжумани 2020 йил 29-30 май, 67-72-б.
7. Ruzamukhamedov K. Tukhtaboev N. Features and variability of jumping techniques of leading uzbek high jumpers: Academia science. Vol. 2, Iss. 7, 2021. -P. 97-103.
8. Хўжамкелдиев Ғ.С. Мамалакатимизда хотин-қизлар спорти ривожланмоқда // "Жисмоний тарбия ва спорт назарияси ва услубиётини ривожлантиришнинг замонавий тенденциялари" номи халқаро илмий амалий маърузалар тўплами. 2019, 312-314-б.
9. Шур М.М. Прыжок в высоту. Учебно-методическое издание. -М.: Терра-Спорт, 2003, 144- б.
10. Шустов А.А. Специальная подготовка высококвалифицированных прыгунов в высоту при использовании скоростного стиля «Фосбюри-флоп»: дисс. ... к.п.н. - М.: 2020, 59, 74, 88-90-б.

РЕЗЮМЕ. Ушбу мақолада баландликка сакровчи кизларни жисмоний тайёргарлиги бўйича назорат тестлари натижалари олинган ва тахлили қилинган бўлиб, спортчиларнинг жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларини яхшилашга қаратилган.

РЕЗЮМЕ. В данной статье получены и проанализированы результаты контрольных испытаний физической подготовленности девушек-прыгунов в высоту, направленных на улучшение физической подготовленности спортсменок.

SUMMARY. The article presents the results of control tests of the physical fitness of female high jumpers which focus on obtained and analyzed research conclusion.

УДК 611.91+616-053.5

7-12 YOSHDAGI BOLALARDA YUZNING FIZIONOMIK BALANDLIGI O'SISH DINAMIKASI

G.J.Ulug'bekova – texnika fanlari nomzodi, dotsent

Sh.A.Adhamov – talaba

Andijon davlat tibbiyot instituti

Tayanch so'zlar: 7-12 yoshdagi bolalar, kraniometrik o'lchashlar, yuz sohasi, yuzning fizionomik balandligi, o'sish ko'rsatkichlari.

Ключевые слова: дети 7-12 лет, краниометрические измерения, площадь лица, физиономическая высота лица, ростовые показатели.

Key words: children aged 7-12, craniometric measurements, facial area, physiognomic height of the face, growth indicators.

Kirish. Ta'kidlash joizki, antropometrik ko'rsatkichlar salomatlik holatini, xususan, o'sish va rivojlanish jarayonlarini tavsiflashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu o'rinda kraniometrik ko'rsatkichlar ham yoshga bog'liq ravishda o'sish va rivojlanish jarayonlarini ifodalovchi muhim manbadir. 7-12 yoshdagi bolalarda yuzning fizionomik balandligini yoshga bog'liq ravishda o'sish dinamikasini kuzatish va tahlil qilish maqsadida Andijon viloyatining Izboskan tumanida yashovchi bolalarda kraniometrik o'lchashlar amalga oshirildi. Tadqiqot uchun obyekt sifatida Izboskan tumani xalq ta'limi bo'limiga qarashli 41-umumta'lim maktabi olindi. Tadqiqot davomida ushbu ta'lim muassasasining 1-6-sinflarida ta'lim olayotgan o'g'il va qiz bolalar olindi. Tadqiqot davomida 165 nafar

o'quvchilarda kraniometrik o'lchashlar amalga oshirildi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Kraniometriyaning maqsadi faqatgina kallaning mutloq o'lchamlarini sonlar bilan izohlash bo'libgina qolmay, balki kalla qismlarining o'lchamlari orasidagi nisbatni aniqlash, kallaning umumiy shakliga yoki uning ma'lum bir qismlariga matematik aniqlik berish va ushbu tahlillarni son o'lchamlarida izohlashdan iborat (P.Broka, 1879). Olingan natijalar postnatal ontogeneza kichik maktab yoshidagi bolalar kallasi kraniometrik ko'rsatkichlarining yoshga oid xususiyatlari to'g'risidagi bilimlarimizni to'ldiradi. Olingan kraniometrik ko'rsatkichlarni yuz-jag' rekonstruktiv plastik jarrohligida, sud-tibbiy ekspertiza amaliyotida, jismoniy rivojlanishning yangi standartlarini

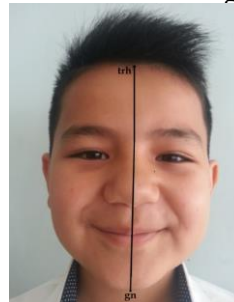
ishlab chiqishda, yuz-jag' sohasi protezlarini ishlab chiqarish va yuz-jag' sohasini protezlashda, bosh kiyimlarini ishlab chiqarishda yangi standartlarni yaratish va odamlar orasidagi irqiy, etnik va populyatsion tafovutlarni o'rganishda qo'llash mumkin. Maktablarning kichik yoshidagi bolalardan olingan kraniometrik ko'rsatkichlardan odam anatomiyasi, topografik anatomiya, jarrohlik stomatologiyasi, ortopedik stomatologiya, ortodontiya, bolalar stomatologiyasi, pediatriya, sud tibbiyoti kafedralarida olib boriladigan o'quv jarayonlarida, shuningdek, amaliy mashg'ulot va ma'ruza materiallarini tayyorlashda foydalanish mumkin.

Postnatal ontogenez davrida bolaning yuz qismi proporsiyasi tish-jag' apparati hisobiga yuz balandligining mutloq va nisbiy kattalashuvi qonuniyatlari bilan uzviy bog'liq. 5-6 yoshlardan keyin bolaning yuz qismini shakllanishi va uning o'lchamlarini o'zgarishi individual nasliy mexanizm asosida boshqariladi [5].

Yuzning fizionomik balandligi – bu trixiondan gnationgacha bo'lgan to'g'ri chiziqli oraliqdir. Yuzning o'lchami va umumiy shakli yoshga, jinsga, irqiy kelib chiqishga, organizmning konstitutsional va individual xususiyatlariga bog'liq. Organizmning individual xususiyatlari nasliy omillar ta'sirida shakllanadi, shuningdek jismoniy (patologik) va ijtimoiy holatiga (kasbi, ovqatlanishi, nutqi) bog'liq bo'ladi [5].

Ushbu ko'rsatkichni shtangensirkul yordamida o'lchadik. (1-rasm)

1-rasm. Yuzning fizionomik balandligini o'lchash sohasi



Tahlil va natijalar. Yuzning fizionomik balandligi ko'rsatkichlarini o'lchashda Speranskiy V.S., Zaychenko A.I. (1980, 1988) va Avtandilov G.G. (1990) usullaridan foydalanildi [1]. Ko'rsatkichlarni o'lchash jarayoni tik turgan holatda amalga oshirildi. Kraniometrik ko'rsatkichlarni o'lchash jarayonida Marthin R. (1928) tomonidan tavsiya etilgan kraniometrik nuqtalardan foydalanildi.

Kraniometrik tadqiqot natijalarining korsatishicha, yuzning fizionomik balandligi o'g'il bolalarda 7 yoshda $15,5 \pm 0,20$ smni tashkil etsa, 8 yoshda $16,2 \pm 0,24$ smga, 9 yoshda $16,6 \pm 0,28$ smga, 10 yoshda $17,0 \pm 0,26$ smga, 11 yoshda $17,4 \pm 0,22$ smga va 12 yoshda esa $17,5 \pm 0,28$ smgacha kattalashadi. 7-10 yoshli o'g'il bolalarda ushbu ko'rsatkichning intensiv o'sishi kuzatiladi. Qiz bolalarda yuzning fizionomik balandligi 7-10 yoshlar orasida $15,2 \pm 0,15$ sm dan $16,4 \pm 0,16$ smga oshadi. 11-12 yoshda esa, o'sish nisbatan sustlashadi ($17,1 \pm 0,26$ sm dan $17,2 \pm 0,18$ smga oshadi).

1-jadval. Izboskan tumanida yashovchi kichik maktab yoshidagi (7-12 yosh) bolalarda yuzning fizionomik balandligi o'sish dinamikasi ($X \pm m$, sm da)

Yoshi	7	8	9	10	11	12
O'g'il	$15,5 \pm 0,20$	$16,2 \pm 0,24$	$16,6 \pm 0,28$	$17,0 \pm 0,26$	$17,4 \pm 0,22$	$17,5 \pm 0,28$
Qiz	$15,2 \pm 0,15$			$16,0 \pm 0,22$	$16,2 \pm 0,23$	$17,2 \pm 0,18$

Xulosa. Tadqiqot natijalaridan xulosa qilish mumkinki, Izboskan tumanida yashovchi 7-12 yoshdagi bolalarda yuzning fizionomik balandligi parametrlari yoshga mos ravishda intensiv o'sib boradi. 7 yoshdan 12 yoshgacha

bo'lgan bolalarda yuzning fizionomik balandligining eng jadal o'sishi o'g'il bolalarda ham, qiz bolalarda ham 7-10 yoshga to'g'ri kelishi tadqiqot natijalaridan ko'rinib turibdi.

Adabiyotlar

1. Автандилов Г. Г. Медицинская морфометрия. - М.: Медицина, 1990. -С. 384.
2. Тишеской И.А. Возрастная и конституциональная антропология. // Учеб. пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. – С. 56.
3. Синельников Р.Д., Синельников Я.Р. Атлас анатомии человека 1 том. - М.: Медицина, 1996. -С. 343.
4. Владимиров Э.Д. Антропология. // Уч. метод. пособие. - Самара: СамМУ, 1999 – С.74.
5. Куприянов В.В., Стовичек Г.В. Лицо человека: анатомия, мимика. - М.: Медицина, 1988. - С. 13-22.
6. Раимжанов Р.Р. Андийон вилояти Андийон тумани шароитида яшовчи кичик мактаб ёшидаги болаларнинг краниометрик кўрсаткичлари. //Диссертация. –Андижан: 2014.
7. Атаханов А.А. Андийон вилояти Асака тумани шароитида яшовчи ўрта мактаб ёшидаги болаларнинг краниометрик кўрсаткичлари. //Диссертация. –Андижан: 2015.
8. Shokirov X.U. Andijon viloyati Andijon shahri sharoitida yashovchi kichik maktab yoshidagi bolalarning kraniometrik ko'rsatkichlari // Magistrlik dissertatsiyasi. –Andijon: 2017.
9. Атахонов А.А., Хатамов А.И., Улугбекова Г.Ж. Андийон вилояти Асака тумани шароитида яшовчи мактаб ёшидаги болаларда бошнинг юз қисмини краниометрик кўрсаткичлари. О'zbekiston terapiya axborotnomasi. 2015. № 3, 84-86-b.
10. <https://elibrary.ru>
11. <https://www.dissercat.com>.

REZYUME. Maqolada 7-12 yoshdagi bolalarda yuzning fizionomik balandligi o'sish dinamikasini tahlil qilish maqsadida Andijon viloyati Izboskan tumanida yashovchi o'g'il va qiz bolalar orasida olib borilgan kraniometrik tadqiqot natijalari bayon qilingan. Xususan, ushbu ilmiy maqolada kraniometriyaning maqsad va vazifalari, kraniometrik tadqiqotlarning bugungi davrdagi ahamiyati, olib borilgan tadqiqot natijalari, uning tahlili, 7 yoshdan 12 yoshgacha bo'lgan har bir yoshdagi o'g'il va qiz bolalardagi yuzning fizionomik balandligi ko'rsatkichlari keltirilgan.

РЕЗЮМЕ. В статье описаны результаты краниометрического исследования, проведенного среди мальчиков и девочек, проживающих в Иzbосканском районе Андийанской области, с целью анализа динамики роста физиономической высоты лица у детей в возрасте 7-12 лет. В частности, в данной научной статье представлены цели и задачи краниометрии, значение краниометрических исследований на сегодняшний день, результаты проведенных исследований, их анализ, показатели физиономической высоты лица у мальчиков и девочек каждого возраста от 7 до 12 лет.

SUMMARY. The article describes the results of a craniometric study conducted among boys and girls living in Izboskan district of Andijan region in order to analyze the growth dynamics of the physiognomic height of the face in children aged 7-12 years. In particular, this scientific article presents the goals and tasks of craniometry, the importance of craniometric research today, the results of the conducted research, its analysis, the indicators of the physiognomic height of the face in boys and girls of every age from 7 to 12 years.