

UDK: 796.83:796.071.2-053.5

SPORT MAKTABLARIDA 10–12 YOSHLI BOKSCHILAR UCHUN 4 HAFTALIK TAYYORLOV-TAHLIL BOSQICHNING MAZMUNI VA TASHKIL ETILISHI

Dadabayev Akromjon Gapparovich

Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish instituti Fargʻona filiali, “Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati” kafedrasida dotsenti

Telefon: +998 94 890 09 69

Annotatsiya. Tadqiqot maqsadi — sport maktablarida 10–12 yoshli bokschilarni seleksiya qilish samaradorligini oshiruvchi 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichining mazmuni va tashkil etilish modelini ishlab chiqish va amaliy asoslash. Tadqiqot metodlari: pedagogik kuzatuv, pedagogik eksperiment, nazorat testlari (umumiy jismoniy tayyorgarlik — 30 m yugurish, 3×10 m moki yugurish, turgan joydan uzunlikka sakrash, tortilish; maxsus tayyorgarlik — oddiy va tanlovli reaksiya vaqti, toʻgʻridan-toʻgʻri zarba tezligi, Romberg muvozanati), tibbiy-biologik nazorat (Ruffier indeksi), matematik-statistik tahlil ($M \pm SD$, Student *t*-kriteriyasi, Hedges' *g* ta'sir hajmi 95% ishonch oralig'i bilan, Shapiro–Wilk normallik testi). Tadqiqotda Fargʻona viloyati sport maktablarining 64 nafar 10–12 yoshli bokschilari ishtirok etdi (nazorat guruhi — 32, tajriba guruhi — 32). Natijalar koʻrsatishicha, 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichi anʻanaviy bir bosqichli seleksiyaga nisbatan umumiy jismoniy tayyorgarlik boʻyicha 9,2–14,6% ($p < 0,05$), maxsus tayyorgarlik boʻyicha 9,5–16,7% ($p < 0,05$) ustunlikni taʼminladi (Hedges' *g* > 1,4). Xulosa: taklif etilgan 4 haftalik bosqichli model seleksiya mezonlarini aniqlashtirish, saralash algoritmini takomillashtirish va yosh bokschilarni istiqbolliligini obʼektiv baholash imkonini beradi.

Kalit soʻzlar: boks, 10–12 yoshli bokschilar, sport seleksiyasi, tayyorlov-tahlil bosqichi, mikrotsikl, umumiy jismoniy tayyorgarlik, maxsus tayyorgarlik, tezkorlik, reaksiya vaqti, sport maktabi, pedagogik eksperiment, seleksiya mezonlari.

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ 4-НЕДЕЛЬНОГО ПОДГОТОВИТЕЛЬНО-АНАЛИТИЧЕСКОГО ЭТАПА ДЛЯ БОКСЁРОВ 10–12 ЛЕТ В СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ

Аннотация. Цель исследования — разработать и экспериментально обосновать содержание и организацию 4-недельного подготовительно-аналитического этапа для повышения эффективности отбора боксёров 10–12 лет в спортивных школах. Методы исследования: педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, контрольные испытания (общая физическая подготовка — бег 30 м, челночный бег 3×10 м, прыжок в длину с места, подтягивание; специальная подготовка — простая и сложная двигательная реакция, скорость прямого удара, равновесие в позе Ромберга), медико-биологический контроль (индекс Руффье), математико-

статистический анализ ($M \pm SD$, t -критерий Стьюдента, величина эффекта Hedges' g с 95% доверительным интервалом, тест нормальности Шапиро–Уилка). В исследовании приняли участие 64 боксёра 10–12 лет из Ферганской области (контрольная группа — 32, экспериментальная — 32). Результаты: 4-недельный подготовительно-аналитический этап обеспечил превосходство над одноэтапной селекцией по общей физической подготовке на 9,2–14,6% ($p < 0,05$) и по специальной подготовке на 9,5–16,7% ($p < 0,05$) при величине эффекта Hedges' $g > 1,4$. Вывод: предложенная 4-недельная ступенчатая модель позволяет уточнять критерии отбора, совершенствовать алгоритм селекции и объективно оценивать перспективность юных боксёров.

Ключевые слова: бокс, боксёры 10–12 лет, спортивный отбор, подготовительно-аналитический этап, микроцикл, общая физическая подготовка, специальная подготовка, быстрота, время реакции, спортивная школа, педагогический эксперимент, критерий отбора.

CONTENT AND ORGANIZATION OF A 4-WEEK PREPARATORY-ANALYTICAL STAGE FOR 10–12-YEAR-OLD BOXERS IN SPORTS SCHOOLS

Abstract. *The aim of the study was to develop and experimentally substantiate the content and organization of a 4-week preparatory-analytical stage for improving the effectiveness of selecting 10–12-year-old boxers in sports schools. Research methods included pedagogical observation, pedagogical experiment, control tests (general physical fitness — 30 m sprint, 3×10 m shuttle run, standing long jump, pull-ups; specific fitness — simple and choice reaction time, straight-punch speed, Romberg balance), medical-biological monitoring (Ruffier index), and mathematical-statistical analysis ($M \pm SD$, Student's t -test, Hedges' g effect size with 95% confidence interval, Shapiro–Wilk normality test). The study involved 64 boxers aged 10–12 years from the Fergana region of Uzbekistan (control group — 32, experimental group — 32). Results showed that the 4-week preparatory-analytical stage produced a significant advantage over traditional one-stage selection: general physical fitness indicators improved by 9.2–14.6% ($p < 0.05$) and specific fitness indicators by 9.5–16.7% ($p < 0.05$) in the experimental group, with Hedges' $g > 1.4$. In conclusion, the proposed 4-week stepwise model makes it possible to refine selection criteria, improve the screening algorithm, and objectively assess the prospects of young boxers for sports schools and Olympic/Paralympic preparation centers.*

Keywords: *boxing, 10–12-year-old boxers, sports selection, preparatory-analytical stage, microcycle, general physical fitness, specific fitness, speed, reaction time, sports school, pedagogical experiment, selection criterion.*

KIRISH

O'zbekistonda sport sohasini rivojlantirish, jahon miqyosidagi sport maydonlariga faol chiqish hamda Olimpiya va Paralimpiya o'yinlarida yuqori

natijalarni qo'lg'a kiritish masalasi davlat siyosati darajasida belgilab qo'yilgan. Shu munosabat bilan yosh sportchilarni, xususan 10–12 yoshli bokschilarni o'z vaqtida va ilmiy asoslangan tarzda sport maktablari hamda Olimpiya va Paralimpiya tayyorlov markazlariga tanlab olish bugungi kunda dolzarb pedagogik muammolardan biri hisoblanadi.

Sport seleksiyasi jarayonining an'anaviy tashkiliy yondashuvi, odatda, bolani sport maktabiga qabul qilishda bir martalik nazorat testlari yoki ommaviy saralash turnirlari natijalariga tayanadi. Ushbu "to'g'ridan-to'g'ri seleksiya" yondashuvi bolaning haqiqiy sport layoqati, individual rivojlanish sur'ati, yangi sport mashg'ulotlariga moslashuvchanligi va psixofiziologik zaxiralarini aniqlashda yetarli emas. Natijada, istiqbolli bolalar saralashdan o'tmay qolishi, aksincha, vaqtinchalik yuqori natija ko'rsatgan, ammo uzoq muddatli sport istiqboliga ega bo'lmagan bolalarning tayyorlov guruhlariga kiritilishi holatlari kuzatiladi.

Ushbu muammoni yechishning pedagogik yo'nalishi sifatida biz ilgari surayotgan yondashuv — sport maktabi sharoitida 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichini joriy etish. Bu bosqich mobaynida nomzodlar nafaqat bir qator testlardan o'tkaziladi, balki maxsus tuzilgan mashg'ulotlar dasturi asosida tizimli ravishda kuzatib boriladi hamda ularning o'qitiluvchanligi, moslashuvchanligi va ichki zaxiralari ob'ektiv tarzda aniqlanadi.

Muammoning ilmiy holati tahlili shuni ko'rsatadiki, boks bo'yicha yosh sportchilarni seleksiya qilishga bag'ishlangan mavjud tadqiqotlarda, asosan, morfofunktsional belgilar, reaksiya tezligi va jismoniy sifatlarning izolyatsiyalangan ko'rsatkichlari e'tiborga olinadi. Biroq, bolalarning 4 hafta davomidagi tayyorgarlik dinamikasini tizimli baholash, saralash mezonlariga kiritish va integral algoritm asosida qaror qabul qilish masalalari yetarlicha o'rganilmagan.

Tadqiqot maqsadi — sport maktablarida 10–12 yoshli bokschilarni seleksiya qilish samaradorligini oshiruvchi 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichining tuzilmasini, mazmunini va tashkil etilish tartibini ishlab chiqish hamda uning pedagogik samaradorligini eksperimental asoslash.

Tadqiqot vazifalari: 1) 10–12 yoshli bokschilarni seleksiya qilishdagi mavjud metodik yondashuvlarni nazariy jihatdan tahlil qilish; 2) 4 haftalik

tayyorlov-tahlil bosqichining tuzilmasi, mikrotsikllari, yuklama hajmi va nazorat mexanizmini ishlab chiqish; 3) tuzilgan modelning pedagogik samaradorligini pedagogik eksperiment asosida sinovdan o'tkazish va an'anaviy yondashuv bilan qiyosiy tahlil qilish.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Adabiyotlar tahlili. Sport seleksiyasi masalalari bo'yicha postsovet va xorijiy ilmiy adabiyotlar tahlili tadqiqotning nazariy asosini tashkil etadi. V.N. Platonov, N.J. Bulgakova, M.Ya. Nabatnikova, V.P. Filin va V.K. Bal'sevich kabi olimlarning fundamental ishlarida sport seleksiyasi ko'p bosqichli jarayon sifatida qaralgan va bir martalik testlar bolaning real sport istiqbolini aniqlay olmasligi nazariy asoslab berilgan [1–3, 14, 15]. Mualliflarning fikricha, seleksiyaning ob'ektivligi sportchi nomzodining belgilangan muddat davomidagi tayyorgarlik dinamikasi — ya'ni o'qitiluvchanlik va moslashuvchanlikni kuzatish orqali ta'minlanadi.

Boksdagi maxsus seleksiya muammolarini Ye.V. Kalmikov, V.A. Kiselev, Yu.B. Nikiforov, V.I. Filimonov, I.P. Degtyarev va Z.M. Xusyaynov kabi tadqiqotchilar o'rgangan. Boks texnikasi va taktikasining xususiyatlari, yosh bokschilarning psixofiziologik layoqati, reaksiya tezligi va zarba kinematikasi bo'yicha olingan xulosalar yosh sportchilarni tanlashda muhim ahamiyatga ega [4–6]. Biroq, ushbu ishlar asosan bir martalik tekshiruvlarga asoslangan; 4 haftalik tuzilmali jarayon shaklidagi seleksiya modeli maxsus tadqiq etilmagan.

Xalqaro yondashuvlar orasida L. Balyining LTAD (Long-Term Athlete Development) modeli, J. Côté ning DMSPP (Developmental Model of Sport Participation) konsepsiyasi hamda A. Abbott va D. Collins tomonidan ilgari surilgan "psixobiologik" tanlov yondashuvi diqqatga sazovor. Bu yondashuvlarda bir martalik antropometrik tanlovdan uzoq muddatli kuzatuv va rivojlanish dinamikasi asosida tanlashga o'tish zarurligi asoslanadi [7–9].

O'zbekiston sharoitida yosh sportchilarning jismoniy tayyorgarligini baholashning milliy asosi sifatida "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus test dasturi (O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 29.01.2019 yildagi 65-son qarori bilan tasdiqlangan, lex.uz) xizmat qiladi. Ushbu test batareyasi bola jismoniy

tayyorgarligini umumlashtirgan holda baholaydi, biroq u aniq sport turiga ixtisoslashtirilgan seleksiya yondashuvini to'liq qamrab olmaydi [10]. Shu munosabat bilan, mavjud milliy normativlarni maxsus boks sport turi talablariga moslashtirilgan tayyorlov-tahlil bosqichi bilan integratsiya qilish ilmiy jihatdan asoslangan qadam hisoblanadi [11–13].

Tadqiqot dizayni. Tadqiqot kvazi-eksperimental dizayn va "oldin – keyin" sxemasi asosida bajarildi. Tadqiqot Farg'ona viloyatining uchta bolalar-o'smirlar sport maktabida 2024–2025 o'quv yilida o'tkazildi.

Ishtirokchilar. Tadqiqotda 10–12 yoshdagi 64 nafar o'g'il bola ishtirok etdi. Barcha nomzodlar bokschilik mashg'ulotlariga yangi qabul qilinganlar bo'lib, dastlabki tibbiy nazoratdan sog'lom deb topilgan. Ishtirokchilar tasodifiy ravishda ikki guruhga ajratildi: nazorat guruhi (NG, n=32) — an'anaviy bir bosqichli seleksiya dasturi bo'yicha; tajriba guruhi (TG, n=32) — muallif tomonidan ishlab chiqilgan 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichi bo'yicha mashg'ulot o'tadigan guruh. Guruhlar yoshi, antropometrik ko'rsatkichlari va dastlabki tayyorgarlik darajasi bo'yicha statistik ahamiyatli darajada farq qilmadi ($p>0,05$). Ishtirokchilarning ota-onalaridan yozma roziliklar olindi.

Testlar va baholash mezonlari. Har bir ishtirokchi quyidagi testlar majmuasidan o'tkazildi: umumiy jismoniy tayyorgarlik (UJT) — 30 m yugurish (s), 3×10 m moki yugurish (s), turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), tortilish (marta), 6 minutli yugurish (m); maxsus jismoniy tayyorgarlik (MJT) — oddiy harakat reaksiyasi vaqti (ms), tanlovli reaksiya vaqti (ms), to'g'ridan-to'g'ri zarba tezligi/kuchi (kg; elektron dinamometrda), Romberg pozasida muvozanat ushlab turish (s); funksional holat — Ruffier indeksi, yurak urish tezligining tiklanish dinamikasi. Testlar ikki marta o'tkazildi: tadqiqot boshlanishida (dastlabki, T1) va 4 hafta tugagandan so'ng (takroriy, T2).

4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichining asosiy parametrlari. Bosqich 4 ta mikrotsikldan iborat bo'lib, har biri 6 kunlik mashg'ulotlardan tashkil topdi (5 ta mashg'ulot kuni + 1 ta faol dam olish kuni). Haftalik umumiy yuklama hajmi 18–22 soatni tashkil etdi. Intensivlik darajasi bosqichma-bosqich 50% dan 75% gacha

oshib borildi. Har bir mashg'ulot kunida UJT va MJT komponentlari pedagogik-funksional maqsadga muvofiq taqsimlandi.

Statistik tahlil. Barcha olingan ma'lumotlar $M \pm SD$ ko'rinishida taqdim etildi. Taqsimotning normalligi Shapiro–Wilk testi, guruh dispersiyalari tengligi — Levene testi yordamida tekshirildi. Guruhlar o'rtasidagi farqlar t-mustaqil kriteriy, guruh ichidagi dinamika — juftlashgan t-kriteriy orqali baholandi. Ta'sir hajmi Hedges' g ko'rsatkichi va 95% ishonch oralig'i bilan taqdim etildi. Post-hoc statistik kuch G*Power 3.1 dasturi yordamida hisoblab chiqildi. Ahamiyatlilik chegarasi $p < 0,05$ qabul qilindi. Hisoblashlar IBM SPSS Statistics 26.0 dasturida bajarildi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichining tuzilmasi va mazmuni. Ishlab chiqilgan modelning asosiy o'ziga xosligi — seleksiya qarorini bir martalik testga emas, balki 4 hafta davomida kuzatib boriladigan tayyorgarlik dinamikasiga asoslashdir. Bosqich quyidagi to'rt mikrotsiklga bo'linadi (1-jadval).

1-jadval. 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichining mikrotsikl tuzilmasi

Mikrotsikl	Maqsad	Asosiy mazmun	Intensivlik (% max)	Haftalik hajm (soat)
1-hafta (moslashuv– tanishtiruv)	Dastlabki testlash, mashg'ulot sharoitiga moslashish	Umumiy jismoniy mashqlar, boks asosiy pozasi, harakatlanish texnikasi	50–60	18
2-hafta (umumiy rivojlantirish)	UJT sifatlarini rivojlantirish	Koordinatsiya mashqlari, umumiy kuch va chidamlilik, sakrash mashqlari	60–65	20

Mikrotsikl	Maqsad	Asosiy mazmun	Intensivlik (% max)	Haftalik hajm (soat)
3-hafta (maxsus- texnik)	Asosiy boks texnikasi va reaksiya tezligi	Qop bilan zarba, sherik bilan imitatsiya, maxsus reaksiya mashqlari	65–75	22
4-hafta (nazorat- tahlil)	Yakuniy testlar va seleksiya qarori	Takroriy UJT va MJT testlari, kontrol sparring, integral baholash	60–70	20

Har bir mikrotsikl doirasida haftaning 1-, 3-, 5-kunlari asosiy o'qitiluvchi mashg'ulot, 2- va 4-kunlar umumiy rivojlantiruvchi, 6-kun — nazorat (mini-test yoki tashxis) sifatida tashkil etildi. Bunday taqsimlash bola organizmini ortiqcha yuklashdan himoya qilish va o'qitiluvchilik dinamikasini tizimli kuzatish imkonini beradi.

Nazorat-monitoring mexanizmi. Har bir mashg'ulotdan so'ng ishtirokchining sub'ektiv charchoq darajasi Borg shkalasi (RPE 1–10) bo'yicha qayd etildi. Haftaning 6-kuni mini-testlar o'tkazilib, o'qitiluvchilik dinamikasi (ma'lum mashqdagi haftalik o'zgarish) hisoblab borildi. Bu bola tayyorgarlik darajasining haqiqiy rivojlanish tezligini aniqlash imkonini beradi va modelni ko'pgina an'anaviy testlardan ajratib turadi.

Individual yondashuv algoritmi. Birinchi hafta oxirida olingan ko'rsatkichlar asosida har bir nomzod uchun individual "Rivojlanish kartasi" shakllantirildi. Kartaga o'qitiluvchilik koeffitsienti, moslashuvchanlik darajasi va jismoniy zaxira indeksi kiritildi. Ushbu karta asosida 2- va 3-haftalik mashg'ulot tarkibida individual yo'naltirilgan mashqlar tahrirlab borildi; bu esa umumiy dastur doirasida individual pedagogik yondashuvni ta'minlashga imkon berdi.

Pedagogik samaradorlik. 4 haftalik bosqich yakuniga ko'ra, tajriba guruhi ishtirokchilarida nazorat guruhiga nisbatan ishonchli ($p < 0,05$) ustunlik kuzatildi (2-jadval).

2-jadval. 4 haftalik bosqichdan so'ng nazorat va tajriba guruhlari ko'rsatkichlarining qiyosiy tahlili ($M \pm SD$)

Ko'rsatkich	NG (n=32), T1 → T2	TG (n=32), T1 → T2	TG da o'zgarish, %	Hedges' g (95% CI)
30 m yugurish (s)	6,28±0,34 → 6,15±0,31	6,31±0,32 → 5,73±0,28	-9,2%	1,41 (0,89– 1,93)
3×10 m moki (s)	9,21±0,45 → 9,04±0,42	9,19±0,44 → 8,32±0,36	-9,5%	1,82 (1,26– 2,38)
Uzunlikka sakrash (sm)	152±11 → 156±10	151±12 → 173±11	+14,6%	1,62 (1,08– 2,16)
Oddiy reaksiya vaqti (ms)	272±24 → 267±22	270±23 → 226±18	-16,3%	2,03 (1,45– 2,61)
Zarba tezligi (kg)	4,1±0,4 → 4,3±0,4	4,2±0,4 → 4,9±0,4	+16,7%	1,50 (0,96– 2,03)

Ma'lumotlardan ko'rinib turibdiki, 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichi 10–12 yoshli bokschilarda umumiy tezkorlik, tezkor-kuch, tanlovli reaksiya va zarba tezligi ko'rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshilaydi. Yuqori ta'sir hajmi (Hedges' $g > 1,4$) taklif etilgan modelning pedagogik samaradorligini tasdiqlaydi. Post-hoc statistik

kuch 0,90 dan yuqori bo'lganligi (G*Power 3.1) olingan xulosalarning ishonchliligini oshiradi.

Qayta test tizimi va saralash algoritmi. Model doirasida saralash qarori uch bosqichli algoritm asosida qabul qilinadi: 1-bosqich — dastlabki test (T1) natijalari va yosh mezon bo'yicha ommaviy filtr; 2-bosqich — 1- va 2-haftalardagi o'qitiluvchilik dinamikasi bo'yicha integral baho; 3-bosqich — 4-hafta yakunidagi takroriy test (T2) va o'zgarish koeffitsienti bo'yicha yakuniy qaror. Ushbu uch bosqichli yondashuv bir martalik testga bog'liq bo'lgan an'anaviy saralashning zaif tomonlarini bartaraf qilish imkonini beradi; aynan dinamikaga e'tibor qaratish orqali bolaning haqiqiy sport zaxirasi va istiqboli ob'ektiv baholanadi.

Muhokama. Olingan natijalar V.N. Platonov, M.Ya. Nabatnikova va V.K. Bal'sevich tomonidan ta'kidlangan "seleksiya bir lahzalik tanlov emas, balki ko'p bosqichli dinamik jarayondir" degan konseptual xulosaga mos keladi [1–3]. Bizning tadqiqotimiz ushbu umumnazariy qoidani 10–12 yoshli bokschilar kontingentida konkret metodik model shaklida rivojlantirib, amaliy tekshirishdan o'tkazdi. Shuningdek, natijalar A. Abbott va D. Collins tomonidan ilgari surilgan "psixobiologik" tanlov yondashuvining muhim g'oyasini — bolaning o'qitiluvchanligi va moslashuvchanligi uning haqiqiy sport istiqbolining eng aniq prediktori ekanligini — empirik qo'llab-quvvatlaydi [8]. O'zbekistondagi milliy kontekstda esa taklif etilgan bosqich "Alpomish" va "Barchinoy" davlat normativlarini sport turiga ixtisoslashgan seleksiya jarayoniga integratsiya qilish imkonini beradi, bu esa Vazirlar Mahkamasining 65-sonli qarorida belgilangan yosh avlod jismoniy tarbiyasini takomillashtirish vazifalarini bajarishda amaliy qiymatga ega [10].

XULOSA

1. Sport maktablarida 10–12 yoshli bokschilarni seleksiya qilishning an'anaviy bir martalik test yondashuvi nomzodlarning haqiqiy sport istiqbolini ob'ektiv baholashda yetarli emas; bosqichli, dinamik modelga o'tish ilmiy va amaliy jihatdan asoslangan qadam hisoblanadi.

2. Ishlab chiqilgan 4 haftalik tayyorlov-tahlil bosqichi 4 ta mikrotsikldan iborat bo'lib, har bir mikrotsikl aniq pedagogik vazifa (moslashuv-tanishtiruv, UJT rivojlantirish, maxsus-texnik, nazorat-tahlil) va haftalik 18–22 soatlik yuklama

hajmi bilan xarakterlanadi; intensivlik 50% dan 75% gacha bosqichma-bosqich oshirilib boriladi.

3. Modelning asosiy ilmiy yangiligi — seleksiya qarorini bir martalik testga emas, balki o'qitiluvchilik va moslashuvchanlik dinamikasini hisobga oluvchi uch bosqichli integral algoritmgga asoslashdir.

4. Pedagogik eksperiment natijalariga ko'ra, 4 haftalik bosqichni qo'llash tajriba guruhida umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari bo'yicha 9,2–14,6% va maxsus tayyorgarlik ko'rsatkichlari bo'yicha 9,5–16,7% gacha ustunlikni ta'minladi ($p < 0,05$; Hedges' $g > 1,4$), bu esa modelning yuqori pedagogik samaradorligidan dalolat beradi.

5. Taklif etilgan model sport maktablari va Olimpiya hamda Paralimpiya tayyorlov markazlari sharoitida amaliy joriy etilishi mumkin va yosh bokschilarni saralashning ob'ektivligini oshirishga xizmat qiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI (REFERENCES)

1. Platonov V.N. Sovremennaya sistema sportivnoy trenirovki. – M.: Sport, 2021. – 704 s. (Platonov V.N. Modern system of sports training. – Moscow: Sport, 2021. – 704 p.)
2. Bal'sevich V.K. Ontokinezyologiya cheloveka. – M.: Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury, 2015. – 275 s. (Bal'sevich V.K. Human ontokinesiology. – Moscow: Theory and Practice of Physical Culture, 2015. – 275 p.)
3. Nabatnikova M.Ya. Osnovi upravleniya podgotovkoy yunyxh sportsmenov. – M.: Fizkul'tura i sport, 1982. – 280 s. (Nabatnikova M.Ya. Fundamentals of managing the training of young athletes. – Moscow: Physical Culture and Sport, 1982. – 280 p.)
4. Filimonov V.I. Boks i kikkboksing: obucheniye i trenirovka. – M.: INSAN, 2020. – 528 s. (Filimonov V.I. Boxing and kickboxing: teaching and training. – Moscow: INSAN, 2020. – 528 p.)
5. Degtyarev I.P. Boks. Uchebnik dlya institutov fizicheskoy kul'tury. – M.: Fizkul'tura i sport, 1979. – 287 s. (Degtyarev I.P. Boxing. Textbook for institutes of physical culture. – Moscow: Physical Culture and Sport, 1979. – 287 p.)
6. Khusyaynov Z.M. Trenirovka nokautiruyushchego udara boksyorov visokoy kvalifikatsii. – M.: MEI, 2015. – 120 s. (Khusyaynov Z.M. Training of the knockout punch of highly qualified boxers. – Moscow: MEI, 2015. – 120 p.)
7. Balyi L., Way R., Higgs C. Long-Term Athlete Development. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. – 296 p.
8. Abbott A., Collins D. Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development // *Journal of Sports Sciences*. – 2004. – Vol. 22, No. 5. – pp. 395–408.
9. Côté J., Baker J., Abernethy B. Practice and play in the development of sport expertise // *Handbook of Sport Psychology*. – 3rd ed. – Hoboken, NJ: Wiley, 2007. – pp. 184–202.

10. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 29.01.2019 y. 65-sonli qarori «Barcha yoshdagi aholining jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish to'g'risida». Manba: lex.uz (Resolution of the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan No. 65 dated 29.01.2019 "On the development of physical fitness of the population of all ages". Source: lex.uz)
11. Khankeldiyev Sh.Kh., Uraimov S.R. Fizicheskaya podgotovlennost' yunyxh sportmenov v usloviyakh Ferganskoy dolini // Fan-Sportga. – 2023. – №3. – S. 45–52. (Khankeldiyev Sh.Kh., Uraimov S.R. Physical fitness of young athletes in the conditions of the Fergana Valley // Fan-Sportga. – 2023. – No. 3. – pp. 45–52.)
12. Karimov B.T. Yosh bokschilarni texnik-taktik tayyorlash asoslari. – T.: O'zbekiston, 2022. – 192 b. (Karimov B.T. Fundamentals of technical-tactical training of young boxers. – Tashkent: O'zbekiston, 2022. – 192 p.)
13. Toshpulatov Yo.M. Boksda yosh sportchilarni saralash metodikasi // Jismoniy tarbiya va sport. – 2023. – №2. – B. 38–44. (Toshpulatov Yo.M. Methodology of selection of young athletes in boxing // Physical Culture and Sport. – 2023. – No. 2. – pp. 38–44.)
14. Bulgakova N.J. O'tbor i podgotovka yunyxh plovtsov. – M.: Fizkul'tura i sport, 1986. – 191 s. (Bulgakova N.Zh. Selection and training of young swimmers. – Moscow: Physical Culture and Sport, 1986. – 191 p.)
15. Filin V.P. Teoriya i metodika yunosheskogo sporta. – M.: Fizkul'tura i sport, 1987. – 128 s. (Filin V.P. Theory and methods of youth sports. – Moscow: Physical Culture and Sport, 1987. – 128 p.)