

ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNING SPORT NATIJARIGA TA'SIRI

Burxonov Bahodir Hayotovich

O'zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi

Malaka oshirish instituti Jismoniy tayyorgarlik sikli o'qituvchisi

bahodirburxonov87@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy texnologiyalarning sport sohasiga ta'siri tahlil qilinadi. Sportchilar natijalarini yaxshilash, musobaqalardagi adolatni ta'minlash va murabbiylik jarayonlarini rivojlantirishda texnologiyalarning roli batafsil yoritilgan. Shu bilan birga, texnologiyalarning salbiy ta'sirlari, jumladan, moliyaviy qiyinchiliklar va texnologiyaga qaramlik kabi masalalar ham muhokama qilingan. Maqola zamonaviy sportning asosiy muammolari va imkoniyatlarini texnologik nuqtai nazardan ochib beradi.

Kalit so'zlar: sport texnologiyalari, monitoring tizimlari, trening optimizatsiyasi, VAR, adolatli raqobat, biometrik monitoring.

ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА СПОРТИВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Бурхонов Баходир Хаётович

Преподаватель цикла физической подготовки

Институт повышения квалификации

Министерство внутренних дел Республики Узбекистан

bahodirburxonov87@gmail.com

Аннотация: В данной статье анализируется влияние современных технологий на спорт. Рассматривается, как технологические инновации способствуют улучшению результатов спортсменов, обеспечению справедливости на соревнованиях и оптимизации тренировочных процессов. Также обсуждаются возможные негативные последствия,

такие как финансовые трудности и зависимость от технологий. Статья предлагает всесторонний взгляд на проблемы и возможности современного спорта с точки зрения технологий.

Ключевые слова: спортивные технологии, системы мониторинга, оптимизация тренировок, VAR, честная конкуренция, биометрический мониторинг.

THE IMPACT OF MODERN TECHNOLOGIES ON SPORTS PERFORMANCE.

Burkhonov Bahodir Hayotovich

Teacher of physical training cycle

Institute of advanced training

Ministry of Internal Affairs of the Republic of Uzbekistan

[*bahodirburxonov87@gmail.com*](mailto:bahodirburxonov87@gmail.com)

Abstract: *This article analyzes the impact of modern technologies on sports. It highlights how technological advancements enhance athletes performance, ensure fairness in competitions, and improve coaching processes. The article also discusses potential downsides, such as financial challenges and dependency on technology. It provides a comprehensive overview of the challenges and opportunities in modern sports from a technological perspective.*

Keywords: *sports technologies, monitoring systems, training optimization, VAR, fair competition, biometric monitoring.*

Kirish

Zamonaviy texnologiyalar inson hayotining barcha jabhalariga, jumladan sport sohasiga ham katta ta'sir ko'rsatmoqda. Sportchi natijalarining yaxshilanishi, murabbiylik jarayonlarining optimallasuvi va musobaqalardagi adolat darajasining oshishi kabi ko'plab yutuqlar texnologiyalar yordamida amalga oshmoqda. Ushbu maqolada zamonaviy texnologiyalarning sport natijalariga qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilinadi.

Sport texnologiyalari turlari.

Zamonaviy sport texnologiyalari quyidagi asosiy yoʻnalishlarda rivojlanmoqda:

1. Tahlil va monitoring texnologiyalari;

Sportchilar faoliyatini kuzatish va tahlil qilish uchun turli dasturlar va qurilmalar ishlab chiqilgan. Masalan: Nosozliklarni aniqlash tizimlari orqali sportchilar harakatlarini oʻlchaydigan qurilmalar real vaqt rejimida analiz olib boradi va sportchining harakatlaridagi xatolarni aniqlasa, biometrik monitoring esa yurak urishi, nafas olish, kislorod isteʼmoli va mushaklarning zoʻriqish darajasini kuzatish orqali sportchilarning jismoniy holati haqida aniq maʼlumotlarni olish imkonini beradi.

2. Trening jarayonlarini optimizatsiyalash;

Zamonaviy texnologiyalar orqali sportchilar uchun individual trenirovkalarning rejalarini yaratish osonlashdi. Misol uchun: Virtual reallik (VR) yordamida sport musobaqalarini simulyatsiya qilish orqali sportchilarni turli vaziyatlarga tayyorlasa, sunʼiy intellekt (AI) sportchilar oʻyinlarini tahlil qilib, ularning kuchli va zaif tomonlarini aniqlaydi.

3. Sport uskunalari va jihozlari;

Texnologiyalar sport uskunalarini ham yanada takomillashtirdi. Yangi materiallar va dizaynlar yordamida sportchilarning harakatlari yengillashdi va xavfsizlik darajasi oshdi. Masalan: Yuqori texnologiyali aerodinamik kiyimlar sportchilarning tezligini oshirishga yordam bersa, yangi avlod maxsus ishlab chiqilgan poyabzallar yugurishda energiya tejashni taʼminlaydi.

Musobaqalarda texnologiyalarning ahamiyati.

Zamonaviy sport musobaqalarida texnologiyalar adolat va aniqlikni taʼminlashda muhim rol oʻynaydi:

1. VAR (Video Assistant Referee) futboldagi video yordamchi hakam tizimi bahsli vaziyatlarni adolatli hal qilish imkonini yaratdi. Bu texnologiya nafaqat futbol, balki boshqa sport turlarida ham qoʻllanilmoqda.

2. *Elektron vaqt o'lchash tizimlari* musobaqalarda millisekundlarni ham hisobga oluvchi yuqori darajadagi aniqlik texnologiyalari sportchilar orasidagi farqni aniqlash uchun ishlatiladi.

3. *Dronlar va kameralar* musobaqalarni yuqori aniqlikda suratga olish orqali murabbiylar va sportchilar o'z o'yinlarini chuqur tahlil qilish imkoniyatiga ega bo'lishmoqda.

Texnologiyalarning sportchilarga ta'siri.

Zamonaviy texnologiyalar sportchilarning jismoniy va ruhiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda:

- **Jismoniy tayyorgarlik:** Innovatsion uskunalar yordamida sportchilar o'z imkoniyatlarini maksimal darajada ishga solmoqda.

- **Jarohatlarning oldini olish:** Tahlil qilish texnologiyalari sportchilarni jarohatlardan himoya qilishga va o'zini tiklash jarayonini tezlashtirishga yordam bermoqda.

- **Motivatsiya va ishonchni oshirish:** Texnologiyalar sportchilarga o'z natijalarini real vaqt rejimida kuzatish imkonini berib, ularning yangi marralarni zabt etishga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Texnologiyalarning salbiy tomonlari.

Shunga qaramay, texnologiyalar sport sohasida ba'zi salbiy oqibatlariga ham olib kelishi mumkin:

- **Texnologiyaga qaramlik:** Sportchilar texnologiyalarga haddan tashqari tayanib, o'zlarining analitik fikrlash qobiliyatlarini yo'qotishi mumkin.

- **Moliyaviy qiyinchiliklar:** Zamonaviy texnologiyalarning narxi yuqori bo'lib, hamma jamoa va sportchilar uchun bir xil imkoniyatlar yaratmaydi.

- **Adolatli raqobatning buzilishi:** Ba'zi sportchilar texnologiyalar yordamida o'z natijalarini yaxshilasa, boshqalarda bunday imkoniyat bo'lmasligi raqobat muvozanatini buzishi mumkin.

Xulosa

Zamonaviy texnologiyalar sport sohasida inqilobiy o'zgarishlarni amalga oshirdi. Ular sportchilarning natijalarini yaxshilash, jarohatlar xavfini kamaytirish

va musobaqalarni adolatli o‘tkazish kabi ko‘plab ijobiy tomonlarga ega. Shu bilan birga, texnologiyalarning salbiy ta’sirlarini kamaytirish va ularni to‘g‘ri qo‘llash bo‘yicha chora-tadbirlar ko‘rish zarur. Sport va texnologiyaning uyg‘unlashuvi kelajakda yangi yutuqlar eshigini ochishi shubhasiz.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI.

1. Burkett, B. (2010). “Sport Technology: A Review of Emerging Trends”. *Journal of Sports Science & Coaching*, 5(2), 123–134.
2. Fuss, F. K., Subic, A., & Strangwood, M. (2013). “The Impact of Technology on Sports Performance”. Springer.
3. FIFA. (2022). “Video Assistant Referee (VAR): Technology in Football”. FIFA Official Website.
4. Ponsford, T., & Crossman, J. (2015). “Performance Analysis Technologies in Sports”. Routledge.
5. McGarry, T. (2017). “Applied Sports Technology: Enhancing Athletic Performance”. Taylor & Francis.
6. Bahr, R., & Krosshaug, T. (2005). “Understanding Injury Mechanisms: A Biomechanical Approach”. *British Journal of Sports Medicine*, 39(6), 324–329.