



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN
VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

**“HOZIRGI TARAQQIYOT BOSQICHIDA
JISMONIY TARBIYA VA SPORT
MASHG'ULOTLARINI TASHKIL
QILISHNING ISTIQBOLLARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR”**

RESPUBLIKA MIQIYOSIDAGI
ILMIY-AMALIY ANJUMAN

MATERIALLARI

2023-yil, 22-noyabr



BUXORO – 2023

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

**HOZIRGI TARAQQIYOT BOSQICHIDA JISMONIY
TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARINI TASHKIL
QILISHNING ISTIQBOLLARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR
RESPUBLIKA MIQIYOSIDAGI ILMIY AMALIY ANJUMAN
MATERIALLARI**

**ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ НА
СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ:
ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ
МАТЕРИАЛЫ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ**

**PROSPECTS OF ORGANIZATION OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS: PROBLEMS AND SOLUTIONS
MATERIALS
OF THE SCIENTIFIC PRACTICAL CONFERENCE OF THE REPUBLIC**

Respublika miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman

2023 yil 22-noyabr

Buxoro – 2023 y

- mashqlarni qaytarish vaqtini oshirish bilan;
- tushintirishni aniqligi va qisqaligi bilan;
- mashq bajarish oraliq vaqtini qisqartirish bilan;
- bir o'quv joyidan keyingisiga utish vaqtini qisqartirish bilan;
- mashqni shug'ullanuvchilarning hammasi bilan bir vaqtda bajarish bilan.

Mashq bajarish jarayonida yerdan chaqqonlik bilan depsinishga alohida e'tibor berish kerak. Gavdani oldga egib sakrashlar orqali yugurishga o'tish. Avvalo shug'ullanuvchilar mashqni 1 ta kolonna bo'lib, so'ngra yonma-yon turgan holatda 4-5 kishi bo'lib bajarishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Yo'ldashev S. O'zbekiston Respublikasi yoshlarni chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorlash o'quv dasturi. 2005 -156 bet
2. Y.Z.Abdullayev Harbiy sport va sport uskunalari Buxoro 2010
3. O'zbekiston Respublikasi Mudofaa vazirligi qo'shinlarida jismoniy tayyorgarlikni tashkillashtirish va olib boorish bo'yicha qo'llanma Toshkent 2013.
4. Ortiqov O. Sh.Ubaydullayev Chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik. Ilm- ziyo-2007.
5. Y.Z.Abdullayev Qo'l jangi va uni o'qitish uslubiyoti Buxoro 2009.

YOSH AVLODNI HARBIY-VATANPARVARLIK RUHIDA TARBIYALASHDA "AMIR TEMUR IZDOSHLARI", "JALOLIDDIN MANGUBERDI VORISLARI" HARBIY- SPORT MUSOBAQALARINING O'RNI

Abduraxmanov Sherzod Nazarbayevich

Buxoro davlat Pedagogika institute harbiy ta'lim fakulteti dotsent

Annatatsiya. Ushbu maqolada, yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda "Amir Temur izdoshlari", "Jaloliddin Manguberdi vorislari" harbiy-sport musobaqalari haqida fikr yuritiladi. Bu musobaqalar zamirida Vatan himoyasiga tayyorgarligini va uni takomillashtirish bo'yicha qarorlar qabul qilishni o'rganish yotadi.

Kalit so'zlar: harbiy ta'lim, vatanparvarlik tarbiyasi, tizim, oila ta'limi va tarbiyasi, milliy ta'limning turli bosqichlari, harbiy ta'lim, harbiy xizmat tizimi, milliy ruh, ma'naviy an'analar va hokazo.

Vatanparvarlik insonning fuqaro hamda muayyan jamiyat a'zosi sifatidagi eng buyuk burchi bo'lib, oilaga sadoqat, kelajakka ishonch,

tarixga hurmat, bugungi kuniga e'tibor, atrofdagi insonlar manfaatlarini hisobga olish, haqni nohaqdan ajrata olish kabi xislatlarni jamlaydi.

Respublikamiz Prezidenti Sh.Mirziyoyev o'z nutqlaridan birida ma'naviy-ma'rifiy tarbiya o'ta muhim, nozik va hal qiluvchi masala ekanligini ta'kidlab², bugungi yoshlar bilan olib boriladigan ta'lim-tarbiya jarayonida ulardagi vatanparvarlik sifatlarini voyaga yetkazishning yangicha tizimini ishlab chiqish vazifalarini kun tartibiga qo'ydilar. Yurtboshimiz bu jarayonda tarixiy an'analar hamda xorijiy mamlakatlar tajribalari umumlashtirib, zamonaviy ilmiy asosda yurtimizda bolalar va o'smirlarning vatanparvarlik tashkilotlarini tuzish kabi tavsiyalarni berdilar. Yoshlarning harbiy hayot, jismoniy tarbiya bilan bog'liq tadbirlarda ishtirok etishida qog'ozbozlik, yuzakilik va sustkashlikka yo'l qo'yish katta xato ekanligi ta'kidlandi.

Yoshlarning ma'naviy-axloqiy tarbiyasini ta'minlashga ko'maklashadigan muqaddas kitob Qur'oni Karim, Hadisi Sharif, Al-Buxoriy, At-Termiziy, Shayx Najmiddin Kubro, Az-Zamaxshariy, Bahouddin Naqshband singari ulamoyu fuzalolarning mo'tabar asarlari hisoblanadi, ushbu kitoblarni o'qitish va o'rganish komil inson tarbiyasida eng muhim omil sifatida hizmat qiladi.

Davlatimiz rahbari tononidan imzolangan 2023-yil 29-iyun kuni "Yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash ishlari samaradorligini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Hukumat qarori (267-son) qabul qilindi

Mazkur qarorga asosan 2023-2027-yillarda yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash ishlari samaradorligini oshirish konsepsiyasi hamda uni amalga oshirish bo'yicha "yo'l xaritasi" tasdiqlandi.

Konsepsiyada belgilangan tadbirlar 5 bosqichda amalga oshiriladi:

1-bosqich (3–7 yosh);

2-bosqich (7–10 yosh);

3-bosqich (11–17 yosh);

4-bosqich (18–21 yosh);

5-bosqich (22–30 yosh).

Qarorga ko'ra, jumladan, quyidagilar amalga oshiriladi:

-mahallalardagi kam ta'minlangan va ehtiyojmand oilalardagi yoshlarni qo'llab-quvvatlash hamda ularga ijtimoiy yordam ko'rsatish maqsadida "Ezgu amal" saxovat karvonlari tashkil etiladi;

- "Amir Temur izdoshlari", "Jaloliddin Manguberdi vorislari" harbiy-sport musobaqalari o'tkaziladi;

² Mirziyoyev Sh.M. Milliy tiklanishdan – milliy yuksalish sari. 4- tom. – Toshkent: O'zbekiston, 2020. 131-bet.

- Yoshlar o'rtasida 4 bosqichda (mahalla – tuman – viloyat – respublika) “Shunqorlar” hamda “Vatanparvarlar” harbiy-sport musobaqalari o'tkazilib kelmoqda.

Yoshlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalash” Konsepsiyasida ko'rsatilishicha, respublikamiz “...yoshlarining o'z iqtidor va iste'dodini ro'yobga chiqarishlari, tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ullanishlari uchun keng sharoitlar yaratish, ularni turli zararli illat va yot g'oyalar ta'siridan himoya qilish, yoshlar o'rtasida huquqbuzarliklarning barvaqt oldini olish kabi muhim vazifalarni hal etish...” zarurdir. Shu sababli, mazkur sohadagi faoliyatni tubdan takomillashtirish maqsadida yoshlarni mustahkam irodali, shijoatkor, keng dunyoqarash va chuqur bilimlarga ega tashabbuskor, el-yurt manfaati yo'lida bor kuch-g'ayrati, bilim va salohiyatini safarbar qiladigan qilib tarbiyalash, mamlakat istiqboli uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga qodir, qat'iy hayotiy pozitsiyaga ega bo'lgan yoshlar safini kengaytirish aslo kechiktirib bo'lmaydigan pedagogik vazifadir. Ushbu vazifalardan kelib chiqib, o'quvchi-yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash asoslarini o'rganish orqali pedagogik shart-sharoitlarini takomillashtirish ishlarini jadallashtirish talab etiladi. Albatta, sohada bugungi kunda qator islohotlar amalga oshirildiki, ularning zahirida texnik va texnologik vositalarning imkoniyatlaridan to'laqonli foydalanish tizimi yo'lga qo'yildi. Misol tariqasida, yoshlarda fuqarolik pozitsiyasi, mas'uliyatini shakllantirish maqsadida turli harbiy-sport musobaqalari, ko'rik-tanlovlar o'tkazilmoqda. «Mustaqillik», «Amir Temur», «Jaloliddin Manguberdi» ordenlari, «Jasorat», «Sodiq xizmatlari uchun», «Mardlik» medallari ta'sis etildi. Ayniqsa, yoshlarda harbiy vatanparvarlik hissinı shakllantirishga katta e'tibor qaratilmoqda. Harbiy akademik litseylarga «Temurbeklar maktabi» nomi berilishi fikrimizning yorqin ifodasidir.

O'sib kelayotgan yoshlarni, ya'ni Vatanimizning bo'lg'usi himoyachilarini vatanparvarlik ruhida tarbiyalash – davr talabi. Vatanparvarlik insonning o'z oilasiga, avlod-ajdodlarining or-nomusiga chuqur ehtiromi, vijdoniga, burchiga va o'z so'ziga sodiqligidir. Agar insonni bolalik chog'idan o'z xalqiga, uning an'analariga, tili va madaniyatiga muhabbat hamda hurmat ruhida tarbiya qilmas ekanmiz, unda vatanparvarlik hissi bo'lmaydi.

ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. Adabiyot va san'at, madaniyatni rivojlantirish - xalqimiz ma'naviy olamini yuksaltirishning muhim poydevoridir. Prezident Shavkat Mirziyoyevning O'zbekiston ijodkor ziyolilari vakillari

bilan uchrashuvdagi ma'ruzasi. "Xalq so'zi" gazetasi, 2017 yil, 4 avgust, 153-son.

2. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliy janob xalqimiz bilan birga quramiz T.: O'zbekiston, 2017. 242b.

3. Ahmedov B. Tarixdan saboqlar. - T.: O'qituvchi, 1994. -428 b.

4. Aminov B., Rasulov T. Vatan yurakdagi javohir. - T.: O'qituvchi, 2001. - 232 b.

5. Atadjanova Sh. Oilada o'spirin-yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda milliy qadriyatlardan foydalanishning pedagogik asoslari: ped.fan.nomz. dis-yasi. - T.: TDPU, 2001. -136 b.

6. Hasanboev J., Hasanboeva O., Turopova M. Ma'naviy-axloqiy tarbiya asoslari. -T.: Adabiyot va san'at nashriyoti, 2002. -112 b.

7. Ibragimova G.X. Kasb ta'limi tizimida talaba-yoshlar ma'naviyatini milliy istiqlool g'oyasi asosida shakllantirish. - T.: Fan, 2005. -159 b

BO'LAJAK JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARINING INNOVATSION FAOLIYATINI TASHKIL ETISH

A.R.Nurullayev

Buxoro davlat pedagogika instituti

"Jismoniy tarbiya va sport" kafedrası dotsenti, p.f.f.d., (PhD)

Annotatsiya. Maqolada bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining innovatsion faoliyatini tashkil etish, talabalarga jismoniy tarbiya mazmunini ilmiy asosda o'rgatish, uning tashkiliy va texnologik asoslarini modernizatsiyalash, kelajakda rivojlanish tendensiyalarini ishlab chiqish to'g'risida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: O'qituvchi, jismoniy tarbiya, ijod, sport, avlod, ta'lim, tarbiya, modernizatsiya.

Аннотация. В статье рассматривается организация инновационной деятельности будущих учителей физической культуры, преподавание студентам содержания физического воспитания на научной основе, модернизация его организационно-технологической основы, разработка перспективных направлений развития.

Ключевые слова: Учитель, физическое воспитание, творчество, спорт, поколение, образование, обучение, модернизация.

Annotaion. The article discusses the organization of innovative activities of future physical education teachers, teaching students the content of physical education on a scientific basis, modernizing its organizational and technological foundations, and developing future development trends.

Key words: *Teacher, physical education, creativity, sport, generation, education, training, modernization*

Mamlakatimizda jismoniy tarbiya tizimining tarixiy tajribalarini qiyosiy-tahliliy o'rganish, amaliy tajribalarini tanqidiy mushohada qilish asosida umum- lashtirish, jismoniy tarbiya o'qituvchilarining innovatsion faoliyatini to'g'ri tashkil qilish, uning istiqbolli strategiyasini aniqlash imkonini beradi. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilariga jismoniy tarbiya mazmunini ilmiy asosda o'rgatish, uning tashkiliy va texnologik asoslarini modernizatsiyalash, kelajakda rivoj- lanish tendensiyalarini ishlab chiqish pedagogika fani oldida turgan dolzarb masalalardan biridir. Bunda innovatsion faoliyatning maqsadi jamiyat tomonidan belgilanishi hamda uning natijasi jamiyat manfaatlari bilan bog'liqligi, yoshlarni ijtimoiy munosabatlar tomon yo'llashi, ijtimoiy tajriba orttirish uchun insondagi tabiiy imkoniyatlarni ro'yobga chiqarishga zamin yaratadi. Bugungi kunda pedagogika sohasida yangi ilmiy yo'nalish – pedagogik innovatsiya va ta'lim jarayonini yangilash g'oyalarining paydo bo'lishi natijasida o'qituvchining pedagogik faoliyatida ham yangi yo'nalish – "O'qituvchining in- novatsion faoliyati" tushunchasi paydo bo'ldi. Buning uchun maqsadli pedagogik tadqiqotlarni amalga oshirish zarurati kelib chiqadi. Darhaqiqat, o'zbek xalqining milliy ma'naviyatida insonparvarlik, bilimdonlik, axloqiylik, vatanparvarlik, ilmga chanqoqlik, bunyodkorlik, ijodkorlikka intilish fazilatlari yetakchi o'rinda turadi. Bugungi kunda respublikamiz yoshlari orasidan xalqaro miqyosdagi turli ko'rik-tanlovlar, musobaqalar g'olib va sovrindorlarining yetishib chiqishi mamlakatimizda ta'lim-tarbiyaga e'tibor kuchli ekanligidan dalolat beradi. Yosh avlodga ta'lim berayotgan o'qituvchilar bugungi kunda o'zlari zamonaviy ta'lim-tarbiya sirlaridan voqif bo'lishlari, innovatsion texnologiyalarni egallagan, axborot-kommunikatsiya vositalaridan oqilona foydalana olish ko'nikmalariga ega bo'lishlari talab etiladi.

Jismoniy tarbiya – sport musobaqalaridan iborat bo'lgan jarayongina emas, balki ushbu tarbiya orqali yoshlarda axloqiy- irodaviy xislat va fazilatlar tarkib topti- rilishidir. Jismoniy mashqlarni bajarish davomida yoshlarda iroda, tezlik, chaqqonlik, chidamlilik tarbiyalanadi, ularning sog'ligi mustahkamlanadi, ish qobiliyatlari, aqliy faolligi oshiriladi, jasurlik, halollik, qat'iylik, mustaqillik kabi axloqiy xulq me'yorlari tarkib topadi, yetuklik sari qadam tashlanadi.

Jismoniy tarbiya darslarida o'qituvchi har tomonlama yetuk: chiniqqan, sof fikrli, mard, sabotli, qat'iyatli, kelajakda vatanni himoya qila oladigan shaxslarni kamol toptirishni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. Shu nuqtai nazardan, bo'lg'usi jismoniy tarbiya o'qituvchilarining faoliyatini innovatsion tashkil qilish, ta'lim-tarbiya mazmunini yangilash va boyitish muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim jarayonini rivojlantirish bilan birgalikda hozirgi kun talablari oldida turgan dolzarb masala bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini nazariy va amaliy jihatdan innovatsion faoliyatga tayyorlash, yosh avlodni jismonan tarbiyalashda samaradorlikka erishishdir. Zero, faqat jismonan barkamol, sog'lom shaxsgina o'zining intellektual, ma'naviy imkoniyatlarini to'laqonli namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Foydalanilga adabiyotlar

1. Eshnazarov J., Jismoniy madaniyat va sportni boshqarish. O'quv qo'llanma, Samarqand, 1994.
2. Abdumalikov R., Jismoniy madaniyat va sport ixtisosligidagi talabalarni boshqaruvchilik faoliyatlariga tayyorlashning nazariy va amaliy asoslari, monog., T., O'zDJTI nashr, 1994, 162 bet.
3. Ibragimov X.I.Abdullaeva SH.A.Pedagogika.(o'quv qo'llanma). Toshkent:"Fan" ,2004. 184-bet.
4. B.Ziyomuxammadov .Komillikka eltuvchi kitob."Turon-iqbol nashryoti", Toshkent, 2006. 189-262betlar

CHAQIRUVGA QADAR BO'LGAN YOSHLARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI TEKSHIRISH VA BAHOLASH

Valiyev Abdurafik Abduganiyevich,

Buxoro davlat pedagogika instituti harbiy ta'lim fakulteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada chaqiriqqacha harbiy ta'lim talabalarida Amaliy jismoniy tayyorgarlik fanining maqsadi sport dasturi asosida yoshlarga jismoniy tarbiya berish, talabalarda sport bo'yicha amaliy ko'nikmalar hosil qilishda yengillik berib, ularning sport mahoratini oshirish, shu bilan birga olgan bilimlarini tanlagan kasb bo'yicha keyingi ish faoliyatida qo'llashga o'rgatishni keng yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: Tezkor harakatlanish, Gimnastika, To'siqlardan oshib o'tish, Harbiy-amaliy suzish, Qo'l janggi, Taktik tayyorgarlik, tezkorlik, chaqqonlik.

Har bir harbiy xizmatchi o'quv yili mobaynida o'quv dasturidagi barcha mashqlar buyicha tekshirilgan va baholangan bo'lishi kerak. Harbiy

One notable case study involves the training program of Olympic gold medalist Jordan Burroughs. Burroughs attributes much of his success to his rigorous strength training routine, which focuses on compound exercises such as squats, deadlifts, and bench presses. By incorporating these exercises into his training regimen and gradually increasing the load over time, Burroughs was able to significantly enhance his muscular strength and power.

Another case study focuses on the Bulgarian national wrestling team's approach to developing strength. The team implemented a periodized training program that consisted of different phases targeting specific strength qualities. These phases included hypertrophy training for muscle size development, maximal strength training for improving absolute strength, and power training for enhancing explosive power. By structuring their training in this manner, the Bulgarian wrestlers were able to maximize their strength gains and translate them into improved performance on the mat.

Additionally, a case study involving Russian freestyle wrestler Abdurashid Sadulaev highlights the importance of functional strength development. Sadulaev incorporates various functional exercises such as kettlebell swings, medicine ball throws, and bodyweight movements into his training routine. These exercises not only improve overall body strength but also enhance coordination and stability – essential qualities for success in wrestling.

Overall, these case studies demonstrate that a well-rounded approach to developing strength is vital for freestyle wrestlers. Incorporating compound exercises like squats and deadlifts, implementing periodized training programs targeting different aspects of strength development, and including functional exercises can all contribute to significant improvements in overall performance on the mat.

Conclusion: The Future of Strength Development in Freestyle Wrestling

In conclusion, the development of strength qualities in freestyle wrestlers is crucial for their success in the sport. This article has discussed various aspects of strength training, including the importance of compound exercises, periodization, and specificity.

It is clear that a well-rounded strength training program should include a combination of resistance training, plyometrics, and functional

movements. Emphasis should be placed on developing explosive power, muscular endurance, and core stability.

Furthermore, periodization is essential for optimizing performance and preventing overtraining. By strategically planning training phases and manipulating variables such as intensity and volume, wrestlers can continue to make progress while minimizing the risk of injury.

Lastly, specificity is key when it comes to strength development in freestyle wrestling. Training exercises should closely mimic the demands of the sport to ensure transferability. This includes incorporating techniques such as takedowns, throws, and ground-based movements into strength workouts.

Looking ahead to the future, advancements in technology and sports science will likely play a significant role in further enhancing strength development in freestyle wrestlers. The use of wearable devices to track performance metrics and provide real-time feedback can help athletes optimize their training programs.

Overall, by implementing effective strength training protocols and staying informed about new developments in the field, freestyle wrestlers can continue to improve their performance on the mat. With dedication and proper guidance from coaches and trainers, they can push their limits beyond what was previously thought possible.

Literature:

1. Файзиев Я. З., Сатторов М. Э. АДАПТИВ ҲАРАКАТГА КЕЛТИРУВЧИ РЕКРЕАЦИЯ ВА РЕАБИЛИТАЦИЯ ШАКЛЛАРИ //JISMONIY TARBIYASIDA INNOVATION TEXNOLOGIYALAR. – С. 189.

2. Sattorov.M Особенности эмоционального интеллекта спортсменов в индивидуальных и командных видах спорта. // Физическое воспитание, спорт и здоровье-2020

3. Ярашев Жамшид Раззоқович. ЭРКИН КУРАШНИНГ СЕОЛОГИК ИЛДИЗЛАРИ. 10.53885/edinres.2021.41.57.069

MUNDARIJA

I SHO'BA.

TA'LIM MUASSASALARIDA O'TKAZILADIGAN JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARINING MUAMMO VA YECHIMLARI

АНЖУМАН ИШТИРОКЧИЛАРИ ВА МЕХМОНЛАРИГА ТАБРИК СЎЗИ <i>Маъмуров Б.Б.</i>	3
JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI TASHKIL ETISH <i>E.M. Muxtorov</i>	6
СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ <i>Ш.Н. Муродов</i>	9
O'QUVCHI YOSHLARNI SPORTGA YO'NALTIRISHDA JISMONIY MASHQLARNING TA'SIRINI BELGILOVCHI OMILLAR <i>M.Ya.Ergashev</i>	13
JISMONIY MADANIYAT TA'LIMIDA INNOVATSION TA'LIM TEXNOLOGIYALARI OLIY TA'LIMNI MODERNIZATSIYALASH OMILI SIFATIDA <i>A.K.Niyozov</i>	16
МЕСТО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБЩЕЙ СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ <i>Я.З.Файзиев</i>	18
РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ВУЗАХ: ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ОБУЧЕНИЯ <i>Икрамов Амирбек Аминович</i>	22
UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTEBLARIDA JISMONIY VA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYANING INTEGRATSIYASI <i>X.N.Xakimov</i>	25
JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARIGA SOG'LOMLASHTIRISHNING TASHKILIY-USLUBIY XUSUSIYATLARIGA ASOSLANGAN USLUBIYATNI SHAKLLANTIRISH <i>I.I.Saidov, U.Sh. Jo'rayev</i>	30
CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIM YO'NALISHI TALABALARINING JISMONIY TAYYORGARLIGINI LOYIHALASH ASOSLARI <i>Nazarov Tohir Toshpo'lotovich</i>	34
JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA SAMARADORLIKNI BAHOLASHNING DIAGNOSTIK USULLARI <i>R.X. Kadirov, B.B. Sharipov</i>	38
HARBIY TA'LIM FAKULTETI TALABALARINING JISMONIY TAYYORGARLIGINI BAHOLASH KO'RSATKICHLARI. <i>Uzoqov Asliddin Mexritdinovich</i>	43
MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARDA KUCH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH DINAMIKASI <i>Saidov G'. K., Axmedov N.Sh</i>	47
O'ZGARUVCHAN TA'LIM SHAROITIDA HARBIY RAHBARNING YOSHLARNI JISMONIY TAYYORLASHDA, SPORT TURLARINING O'RNI VA AHAMIYATI. <i>Samadov Abdulaziz Ashurovich</i>	50
JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISHNING NAZARIY ASOSLARI <i>Azimov Nodir Nasillovovich</i>	53
UMUMTA'LIM MAKTEBLARIDA GIMNASTIKA SPORT TURINING TUTGAN O'RNI <i>Ibotova Marjona Otabek qizi</i>	58
TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA, SPORT TADBIRLARINING SHAKLLARI VA TURLARI <i>Latipov Kamol Murodovich</i>	61
MAKTABDA O'QUVCHILAR BILAN OLIB BORILADIGAN JISMONIY TARBIYA DARSLARINING SAMARADORLIGINI OSHIRISH USULLARI <i>M. Z. Djurayeva Sobirova Mahliyo Erkinovna</i>	68

BADIIY GIMNASTIKANING TA'LIM VA TARBIYA JARAYONIDAGI O'RNI <i>Djurayeva Maxasti Zokir qizi Jo'rayeva Mushtariybegim Jaxongirovna</i>	72
MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI VA TA'SIRI <i>Sabirova Nasiba Rasulovna, Valijonova Shaxinabonu Sherali qizi</i>	76
CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIMDA AMALIY JISMONIY TAYYORGARLIK MAQSAD VA VAZIFALARI <i>Raximov Farrux Boltayevich, Umarov Jonibek Akram o'g'li</i> , ..	79
YOSH AVLODNI HARBIY-VATANPARVARLIK RUHIDA TARBIYALASHDA "AMIR TEMUR IZDOSHLARI", "JALOLIDDIN MANGUBERDI VORISLARI" HARBIY- SPORT MUSOBAQALARINING O'RNI <i>Abduraxmanov Sherzod Nazarbayevich</i>	84
BO'LAJAK JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARINING INNOVATSION FAOLIYATINI TASHKIL ETISH <i>A.R.Nurullayev</i>	87
CHAQIRUVGA QADAR BO'LGAN YOSHLARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI TEKSHIRISH VA BAHOLASH <i>Valiyev Abdurafik Abduganiyevich</i> ,	89
TA'LIM MUASSASALARIDA O'TKAZILADIGAN JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARINING MUAMMO VA YECHIMLARI. <i>Xidoyatov Shuxrat Sharipovich</i>	94
MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASASIGA MOSLAISH DAVRIDA BOLALAR BILAN UYINLARINI TASHKIL ETISH. <i>Салимов Ғайрат Мухамедович</i> ,	99
ЁШЛАРНИ ВАТАН ҲИМОЯСИГА ТАЙЁРГАРЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА "ВАТАНПАРВАРЛИК" ТУШУНЧАСИ ВА УНИНГ МОҲИЯТИ <i>А.И.Ҳикматов</i> ...	106
ПРИМЕНЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ МЕТОДОВ В ШКОЛЬНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ СЕКЦИЯХ <i>Джахонгир Джураевич Мурадов Мурадова Мадина Джахонгировна</i>	111
ЧАҚИРИҚҚАЧА ҲАРБИЙ ТАЪЛИМ ФАКУЛТЕТЛАРИ ТАЛАБАЛАРИНИНГ КАСБИЙ-АМАЛИЙ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИ ДИНАМИКАСИ <i>Жунайдуллаев Мелс Аслиддин ўғли</i>	118
BOSHLANG'ICH TA'LIM JARAYONIDA O'QUVCHILARNI MEHNAT INTIZOMIGA O'RGATISHDA JISMONIY- TARBIYANING AHAMIYATI <i>Safarova Nigora Oxunjonovna, Rajabova Muxarram Sobir qizi</i>	122
ЁШЛАРНИ ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ РУҲИДА ТАРБИЯЛАШНИНГ МУҲИМ ОМИЛЛАРИ <i>Ҳайдаров Собир Носирович</i>	126
СУБЪЕКТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К СПЕЦИАЛЬНЫМ ТЕСТАМ "АЛПОМИШ" И "БАРЧИНОЙ" <i>Нарзуллаев Фаррух Ашрапович, Муродов Мирзиёд Дилшод ўғли</i>	129
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ <i>М.М. Тураев</i>	134
JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA TA'LIM, TARBIYA BIRLIGI VA BOLANING RIVOJLANISHI <i>Tursunov Oqil Amrulloevich</i>	142
MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR BILAN SPORT-SOG'LOMLASHTIRISH TADBIRLARINI TASHKIL ETISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI <i>Z.Usmonov</i>	145
JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING BUGUNGI KUNDAGI O'RNI VA RIVOJLANISHI. <i>B.X.Xamroev</i>	148
MAKTABGACHA TA'LIM YOSHDAGI BOLALAR UCHUN GIMNASTIKA <i>Husenov Nodir Nuriddinovich</i>	151