

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TALIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI
JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI
JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA USLUBIYOTI KAFEDRASI

“SPORTDA VA YOSH AVLOD
JISMONIY TARBIYASIDA
INNOVATSION
TEXNOLOGIYALARI”
MAVZUSIDAGI

Ilmiy-amaliy anjuman

2024-yil 30-aprel



Buxoro - 2024



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI
JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA USLUBIYOTI
KAFEDRASI**

**“SPORTDA VA YOSH AVLOD JISMONIY TARBIYASIDA
INNOVATSION TEXNOLOGIYALARI”
Institut miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman**

**«ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ»
Общеинститутская научная конференция**

**"INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORTS AND PHYSICAL
EDUCATION OF THE YOUNG GENERATION"
Institute-wide scientific conference**

Buxoro – 30.04.2024

Buxoro davlat pedagogika instituti rektorining 2024-yil 19-fevraldagi 66-U sonli buyrug'iga asosan 2024-yilning 30-aprel kuni "Sportda va yosh avlod jismoniy tarbiyasida innovatsion texnologiyalar" mavzusidagi institut miqyosida ilmiy-amaliy anjuman tasdiqlangan.



Anjumanning tashkiliy qo'mitasi: I DASTURIY QO'MITA

1.	B.B. Ma'murov	–	Buxoro davlat pedagogika instituti rektori, rais;
2.	Sh.N. Murodov	–	Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo'yicha prorektor, rais muovini;
3.	D.Yu. Nematov	–	Iqtidorli talabalarning ilmiy-tadqiqot faoliyatini tashkil etish bo'limi boshlig'i, a'zo;
5.	G.R. Akramova	–	Ilmiy tadqiqotlar, innovatsiyalar va ilmiy pedagogik kadrlar tayyorlash bo'limi boshlig'i, a'zo;
6.	X.N.Xakimov	–	Ta'lim sifatini nazorat qilish bo'limi boshlig'i, a'zo;
7.	N.I.Davronov	–	Institut kengash kotibi, a'zo;
8.	M.J. Abdullayev	–	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a'zo;
9.	N.M. Muxitdinova	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini mudiri, a'zo;
10.	I.I. Saidov	–	"Jismoniy tarbiya va sport" kafedrasini mudiri, a'zo;
11.	A.R. Nurullayev	–	"Jismoniy tarbiya va sport" kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD) a'zo;
12.	A.A. Ikramov	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini dotsenti, kotib;

II TASHKILY QO'MITA

1.	Sh.N. Murodov	–	Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo'yicha prorektor, rais;
2.	D.Yu. Nematov	–	Iqtidorli talabalarning ilmiy-tadqiqot faoliyatini tashkil etish bo'limi boshlig'i, rais muovini;
3.	O.R. Jumayev	–	Moliya-iqtisod ishlari bo'yicha prorektor v.v b, a'zo;
4.	N.M. Muxitdinova	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini mudiri, a'zo;
5.	A.A. Ikramov	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini dotsenti, a'zo;
6.	Ya.Z.Fayziyev	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini dotsenti, a'zo;
7.	M.Z. Djurayeva	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini dotsenti, a'zo;
8.	M.E. Sattorov	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini o'qituvchisi, a'zo;
9.	N.E. Nazarova	–	"Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasini o'qituvchisi, a'zo;

Barcha ma'ruza tezislari (maqolalar) tahririyat tomonidan anonimlashtirilgan holatda tekshiriladi va tekshiruvdan ijobiy o'tgan ma'ruza tezislari nashr etiladi. Ma'ruza tezislari berilgan ma'lumot uchun mualliflarning o'zlari javobgar hisoblanishadi. Mazkur ilmiy-amaliy anjumanda professor-o'qituvchilar va ilmiy tadqiqotchilar jismoniy tarbiya va sport yo'nalishida o'z ilmiy izlanishlari natijasida tayyorlangan ma'ruza tezislari (maqolalar) bilan qatnashadi

sport mahorati maktablaridan kelgusida haqiqiy iqtidorli futbolchilar o'sib chiqadi va namoyon bo'ladi, ularda maxsus jismoniy sifatlarning aniq ustivorligida ham boshqa sifatlari yetarlicha rivojlanish imkoniga ega bo'ladi.

Zamonaviy sport nazariyasi va amaliyotida yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonini dasturlashtirishga, tashkillashtirishga va boshqarishga tomon yondashuvlar o'zgarimoqda. Bir tomondan, sport fani tomonidan to'plangan daliliy material trenirovka jarayonini optimal variantda tuzish imkonini beradi, boshqa tomondan – trenirovka dasturining tarkibiy qurilmasi va shakl ko'rinishi birmuncha o'zgacha tus olmoqda. Har bir mashg'ulot, har bir trenirovka mashqi oldindan trenirovka shartlarini, ayniqsa, shug'ullanuvchilarning individual xususiyatlari va imkoniyatlarini hisobga olmagan holda tayyorlangan darsbay dasturlarning vaqti o'tdi. Bunday dasturlarda yuklamalarning hajmi va jadalligi, trenirovkaning vositalari va usullari qotib qolgan holda berilgan va trener bunday dastur doirasidan chiqib keta olmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг Ўзбекистонда футболни ривожлантиришни мутлақо янги босқичга олиб чиқиш чора-тадбирлари тўғрисида фармони, 04.12.2019 йилдаги пф-5887-сон. <https://lex.uz/docs/4631208>
2. Abdullaev M.J. Methodology of application games in the training of young athletes // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. 8 No. 11, 2020 ISSN 2056-5852. P. 115-122 [13.00.00№3]
3. Акрамов Р., Тихонов В., Нуримов Р. Планирование и организация учебно-тренировочного процесса высококвалифицированных футболистов. Метод., рекомендации., Т, 1997, 54с.
4. Kadirov R.X. Diagnostics and correction of athlete's training / European Journal of Humanities and Educational Advancements (EJHEA) Available Online at: <https://www.scholarzest.com> Vol. 2 No. 9, September 2021 ISSN: 2660-5589.
5. Kadirov R.X., Jismoniy tarbiya diagnostikasi va korreksiyasi [Matn]: darslik / R.H. Kadirov. - Buxoro: "Sadridin Salim Buxoriy" Durdoni nashriyoti, 2020. - 184 b.
6. Монаков Г.В. Техническая подготовка футболистов. Методика и планирование. - М., 2000. - 127 с.
7. Орлов А.В. Алгоритм-метод проектирования тренировочной нагрузки как инструмент моделирования недельных циклов подготовки юных футболистов. // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2022. Вып. 4 [Bulletin of TulSU. Physical culture. Sport. 2022. Issue 4] DOI: 10.24412/2305-8404-2022-4-112-117
8. Радчич И.Ю., Преображенский И.Н., Овчаренко Л.Н. О технологии мониторинга процесса подготовки футболистов в годичном тренировочном цикле // Научные труды ВНИИФК 1999 года.- М., 2000.- С. 204-210.
9. Шамардин В.Н. Система подготовки юных футболистов.-Днепропетровск, 2001. — 104 с.
10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений.-М.: Академия, 2000.- 480 с.

JISMONIY TARBIYA VA SPORT JARAYONLARINING NAZARIY VA AMALIY VOSITALARI.

Ibragimov Mironshox Muxammadovich

Buxoro davlat universiteti

Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasi o'qituvchisi

Shirinova Shoira Shokirovna

Buxoro davlat universiteti

Sport faoliyat boks ta'lim yo'nalishi 3-bosqich talabasi

Annotatsiya: Jismoniy tarbiya va sport jarayonlarining nazariy va amaliy vositalari, jismoniy mashqlarning turlari, shakli va vazifalari haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, sport, ko'nikma, sog'lom, yoshlar, qobiliyat, jismoniy kamolot.

Jismoniy mashqlar, tabiatdagi sog'lomlashtiruvchi kuchlar va gigienik omillar jismoniy tarbiya vositalarini tashkil etadi. Jismoniy mashqlar jismoniy tarbiya qonuniyatlariga muvofiq ravishda

foydalaniladigan harakatlarni, insonni jismoniy tarbiyalash vositasidir. Jismoniy mashqlar tarixiy jihatdan tarkib topib, uslubiy jihatdan gimnastika, o'yin, sport va turizm sifatida shakllangandir. Jismoniy tarbiya vositasi sifatida jismoniy mashqlar mashg'ul bo'luvchining aktiv harakat faoliyatini ko'zda tutadi. Jismoniy mashqlarning o'ziga xos xususiyatlari harakatlarni shakllantirish va takomillashtirishga bo'lgan ishtiyok harakatlarning maqsad va unga erishish vositalari xaqidagi tasavvur hamda harakatlarni bajarish niyati va iroda urinishlarida ifodalanadi. Jismoniy mashqlar insonni dunyo qarashini, psixik ruhiy faoliyatini kengaytiradi va takomillashtiradi. Uning xis tuyg'ulari va irodasini hamda harakterini kamol toptiradi.

Jismoniy mashqlarning kelib chiqishi inson jamiyatining uzoq o'tmishiga borib taqaladi. Jismoniy mashqlarning paydo bo'lishida moddiy hayot sharoitlari dastavval butun mehnat u faoliyati hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Mehnat, jangovar va turmush faoliyatidan tarixiy jihatdan olingan mashqlardan tashqari (yurish, yugurish, tirmashib chiqish, sakrash, biror narsani irg'itish, og'ir narsani bir joydan ikkinchi joyga ko'tarib o'tish, suzish), mashqlardan tashqari, jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotini rivojlantirish jarayonida maxsus yaratigan va analitik mashqlar deb atalgan mashqlar paydo bo'ldi. Bu mashqlar harakat sifatlarini rivojlantirish uchun shuningdek aloxida pedagogik yoki davolash vazifalarini hal etish uchun qo'llaniladi.

Jismoniy mashqlar insonning ongli harakati natijasidir. Ular shakli va ta'siri hamda bajaradigan vazifalariga muvofiq bir qator turlarga bo'linadi. Bizga malumki, jismoniy harakatlar siklik—harakatlar takrorlanuvchi va atsiklik harakatlar—harakatlar takrorlanmaydigan harakatlarga bo'linadi. Demak jismoniy mashqlar ham shunday harakatlarga bo'linadi. Yugurish, gimnastika, suzish mashqlarini siklik mashqlar yoki harakatlar, sport o'yinlari, yakkakurash usullari, suv polosi, shu kabilar — atsiklik mashqlar yoki harakatlar deyish mumkin.

Shunindek jismoniy mashqlarni umurivojlantiruvchi mashqlar, maxsus mashqlar, yordamchi mashqlar turlariga ajratish mumkin. Umumrivojlantiruvchi mashqlar ertalabki badan tarbiya, jismoniy tarbiya darslari va sport trenirovkalari tayyorlov qismida shug'ullanuvchilarning mashg'ulotning asosiy qismiga va jismoniy yuklamalar ta'siriga tayyorlash, davolovchi jismoniy mashqlar sifatida foydalaniladi. Maxsus mashqlar bir sport turiga xos bo'lgan jismoniy harakatlar yoki mashqlardir. Yengil atletikachining yugurish, sakrash, uloqtirish mashqlari yoki futbolchining to'p surishi, to'p chiqarishi, qabul qilishi, to'pni bosh bilan o'ynashi, gimnastikachining jixozlardagi mashqlari, erkin va saf mashqlari va x.k. Yordamchi mashqlar esa maxsus mashqlar texnikasini egallashga yordam beruvchi mashqlar to'plami: trenajerlardagi mashqlar, soxta raqib bilan harakatlar, aldov harakatlari. Jismoniy mashqlar ular jismoniy tarbiya qonuniyatlari negizida qo'llanilmaydigan bo'lsa, salbiy natija berishi, zarar keltirish mumkin. Mashg'ulotlarga pedagogik jihatdan to'g'ri raxbarlik qilish, o'rgatish va tarbiyaning maqbul uslubiyoti jismoniy mashqlarning ratsional ta'sirini belgilaydigan omildir. Shu bilan birga quyidagi omillarni ham hisobga olish zarur:

1. Shug'ullanuvchining o'ziga xos xususiyatlari (yoshi, jinsi, sog'lig'i tayyorgarlik darajasi, mehnat, o'qish, dam olish, turmush rejimi).
2. Jismoniy mashqlarning o'ziga xos xususiyatlari, ularning murakkabligi, yangiligi, yuklamasi, emotsiya berishi va boshqalar.
3. Tashqi sharoitning aloxida xususiyatlari (meteorologik, mahalliy xususiyatlar, jixozlar va snaryadlarning sifati, mashg'ulot joyining gigienik xolati va boshqalar).

Jismoniy mashqlar barcha xodisalar va jarayonlarga moslash o'zining mazmuni va shakliga ega. Jismoniy mashqlar mazmuni tushunchasiga bir butun qilib jamlangan qator jarayonlar kiradi, bu jarayonlar ta'siri ostida harakat faoliyati rivojlana boradi. Jismoniy mashqlarning mazmuniga ana shu harakat faoliyatlari qismlarining jami ham kiradi (masalan, yugurib kelib turib uzunlikka sakrash tushunchasiga yugurib kelish, sakrash, parvoz, yerga tushish tushunchasiga ham kiradi), shuningdek, harakat mashqlarini bajarish vaqtida organizmda sodir bo'ladigan barcha funksional o'zgarishlar ham shunga kiradi. Bu elementlarning hammasi jismoniy mashqlarning umumiy mazmunini tashkil etadi.

Jismoniy mashqlarning shakli ularning ichki va tashqi strukturasi tashkil etishdan iboratdir. Jismoniy mashqlarning ichki strukturasi harakatlarni bajarish vaqtida asosiy funksiyalarni taminlaydigan o'zaro aloqalar, o'zaro muvofiq jarayonlari qandayligi bilan harakterlanadi. Jarayonlarning aloqasi, bir-biriga muvofiqligi, masalan, shtanga ko'tarishdagiga nisbatan yugurish chog'ida boshqacha bo'ladi, shuning uchun ana shu mashqlarning ichki strukturasi ham har xil bo'ladi. Mashqlarning tashqi shakli ko'zga ko'rinib turadi.

Shu ko‘zga tashlanib turadigan jarayon harakat jarayonida masofa, vaqt, kuchga nisbatan harakterlanadi. Jismoniy mashqlarning mazmuni bilan shakli o‘zaro aloqada. Mazmun mashqlarning ancha serharakat, to‘xtovsiz o‘zgarib turadigan tomonidir. Mazmun shaklga nisbatan yetakchi ahamiyatga egadir, mazmunning o‘zgarishi bilan shakl o‘zgaradi, masalan, turli masofaga yugurishda tezlik sifatleri har xil bo‘ladi va yugurish texnikasining komponentlari: qadamning kattaligi, gavgani tutish xolati va boshqalar ham har hil bo‘ladi.

Jismoniy mashqlarni turlari ularni bir -biriga bog‘liq guruhlarga saralashdir. Buning natijasida ta’siri va xususiyatlariga ko‘ra mashqlar taqsimlanadi. Jismoniy mashqlar jismoniy fazilatlarini rivojlantirish hamda harakat malaka va ko‘nikmalarini shakllantirish darajasiga muvofiq saralanadi. Ular jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti, jismoniy mashqlar biomexanikasi va sport fiziologiyasi yo‘nalishlarida har hil shaklda ko‘rinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida” gi 2000 yil 26 may. O‘zbekiston Respublikasi qonuni.// Halq so‘zi 2015 yil 5 sentyabr.
2. O‘zbekiston Respublikasi “Konstitutsiyasi”.- T.: O‘zbekiston., 1992 y
- 3.“O‘zbekiston xotin-qizlar Qo‘mitasi faoliyatini qo‘llab quvvatlash borasidagi qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi PF 3434 sonl O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti 2004 yil 25 maydagi farmoni, Vazirlar Mahkamasining 299-sonli qarori.
4. Goncharova O.V. “Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish”. Toshkent-2005, 27 b.
5. R.S.Salomov, M.M.Ro‘ziyoxunova “Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati”. Toshkent-1996, 5b.
6. Ibragimov M. EDUCATION OF THE PHYSICAL QUALITIES OF A BOXER //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2023. – T. 36. – №. 36.
7. Ixanovich X. R., Muxammadovich I. M. Methods of Training Young Boxers According to the System of Tasks //Vital Annex: International Journal of Novel Research in Advanced Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 3. – C. 153-159.
8. Ibragimov M. BOSHLANG‘ICH SINIF JISMONIY TARBIYA DARSLARINI ILG‘OR PEDAGOGIKTEKNOLOGIYALAR ASOSIDA TASHKIL ETISH //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2023. – T. 36. – №. 36.

OLIV TA‘LIM MUASSASALARIDA TALABALARNING JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAKATLI O‘YINLARNI QO‘LLASH METODI

Xidoyatov Shuxrat Sharipovich

Buxoro davlat pedagogika instituti

Jismoniy tarbiya va sport kafedrasida dotsenti

Jumayeva Jasmina Umarovna

Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi

KIRISH

Harakatli o‘yinlar inson faoliyatini ta‘minlovchi mazmunga egadir. Buni eng qadimgi ajdodlarimiz ham yaxshi bilishgan va kundalik turmushlarida ular bilan shug‘ullanishga amal qilishgan. Kurash, ot o‘yinlari bilan shug‘ullanishdan tashqari, kamondan o‘q otib, nayza sanchib, kaltak, tosh va boshqa moslamalarni ulotqirib yovvoyi hayvonlarga ov qilishgan.

Ijtimoiy tuzumlar almashishi va rivojlanishi tufayli turmush sharoiti ham o‘zgargan, rivoj topgan. Mehnat qilish, oilada bolalarni tarbiyalash, ov qilish, dushmanlarga qarshi jang qilishga kirishish va boshqa juda ko‘p sabablarga ko‘ra harakatli o‘yinlar, turli jismoniy mashqlardan maqsadli va keng foydalanilgan. Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyatning ibtidoiy jamoa davrida paydo bo‘lishi haqidagi N.I.Ponomarevning monografiyasida (Leningrad, 1972) ta’kidlanishicha, qadimgi kishilar yashash, mehnat qilish uchun tabiat bilan ro‘baro‘ kelishgan. Osiyo va Yevropa qit‘alarida yashagan odamlar asosan ov bilan

MUNDARIJA

I SHO‘BA. OILADA VA MAHALLALARDA YOSHLARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORT BILAN SHUG‘ULLANISHGA JALB QILISHDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNI QO‘LLASHNING MUAMMOLARI VA YECHIMLARI	
AHOLI O‘RTASIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOG‘LOMLASHTIRISH TADBIRLARINI KENG JORIY QILISH JISMONIY TARBIYANING DOLZARB MUAMMOLARI SIFATIDA N.M. Muxitdinova, S.N. Saidmurodova	4
ВЛИЯНИЕ ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЫ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА И ФОРМИРОВАНИЕ САМОСОЗНАНИЯ И САМОУВАЖЕНИЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ Г.К. Саидов, Н.Ш. Ахмедов, М.Л. Мирзаев	7
PEDAGOGIK LOYIHALASH ASOSIDA YOSH FUTBOLCHILAR MASHG‘ULOT JARAYONLARINI REJALASHTIRISH F.I. Mo‘minov, Sh.F. Savriyev	12
JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA TA‘LIM VA TARBIYA METODLARINI QO‘LLASH XUSUSIYATLARI M.M. Ibragimov, G.N. Rahmatova	18
MILLIY HARAKATLI O‘YINLARNING PEDAGOGIK VA TA‘LIMIY AHAMIYATI VA BOLALAR KAMOLOTIGA TA‘SIRI N.N. Azimov, M.H. To‘xtayev	19
GANDBOL MUSOBAQASIDA HUJUM VA HIMOYADAGI TEXNIK- TAKTIK HARAKATLARNI BAHOLASH A.A. Rustamov, S. Saparmurodova	22
O‘ZBEKISTONDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT TIZIMINING RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI N.R. Sabirova, Yu.N. Aslanova	23
OILALARDA VA MAHALLALARDA YOSHLARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORT BILAN SHUG‘ULLANISHGA JALB QILISHDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNI QO‘LLASHNING MUAMMOLARI VA YECHIMLARI F.I.Qo‘ziyeva, M.M.Murodova	26
CHIM USTIDA XOKKEY SPORT TURIDA MASHG‘ULOTLARNI TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY SHAKLI, VOSITALARI VA USULLARI N.E.Nazarova, A.A.Ibragimova	28
XOTIN-QIZLARNING MILLIY MADANIYATI JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING TA‘SIRI. S.S. Abduyeva, G.Q. Saidmurodova	31
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА A.A. Абазова	34
ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ P.A. Абазов, M.Э. Сатторов	35
ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ФОРМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Ф.Ф. Чориев	36
AHOLI ORASIDA OMMAVIY SPORTNI TASHKIL ETISHNING METODIK ASOSLARI F.I.Qo‘ziyeva, D.O.Qosimova	38
2-SHO‘BA. TA‘LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA MASHG‘ULOTLARNI TASHKIL ETISHNING INNOVATSION SHAKL, VOSITA VA TEXNOLOGIYALARI	
МАКТАБГАЧА YOSHDAGI BOLALAR UCHUN TA‘QIQLANGAN VA CHEKLANGAN MASHQLAR GURUHLARI	41

N.M. Muxitdinova, M. Hoshimova БОШЛАНГИЧ СИНФЛАРДА АМАЛИЙ ГИМНАСТИКА ОРҚАЛИ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРИШ САМАРАДОРЛИГИ И.И. Саидов, Х.С. Саидмуродов	44
ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ М.З. Джураева , М.Ж. Жураева	47
АКТУАЛЬНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ Ж.Р.Абытова, Л.С.Кадырова	51
YOSHLAR FUTBOLIDA MASHGULOT JARAYONLARINI REJALASHTIRISHNING YANGIChA YONDASHUVLARI F.I. Mo‘minov, J.J. Ubaydulloyev	54
JISMONIY TARBIYA VA SPORT JARAYONLARINING NAZARIY VA AMALIY VOSITALARI M.M. Ibragimov, Sh.Sh. Shirinova	59
OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA TALABALARNING JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAkatLI O'YINLARNI QO'LLASH METODI Sh. Sh. Hidoyatov, J.U. Jumayeva	61
TALABALARDA SOG'LOM TURMUSH TARZIGA RIOYA ETISH KO'NIKMALARINI TAKOMILLASHTIRISH Sh. Sh. Hidoyatov, M.S. Hojiyev	65
JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA TA'LIM, TARBIYA BIRLIGI VA BOLANING RIVOJLANISHI O.A. Tursunov, F. Redjepova	68
SPORTCHI TALABALARNING KASBIY MADANIYATI Sh.Sh. Quliyev, N.M. Raxmonov МАКТАБГАЧА ТА'LIM MUASSASALARIDA HARAkatLI O'YINLARNI O'TKAZISH YO'LLARI S.S. Abduyeva, A.S. Abduyev	70 72
ISSUES OF DEVELOPMENT OF STUDENT SPORTS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS S.S. Abduyeva, Kh.J. Hamroeva	73
TALABALARNING JISMONIY TARBIYA VA SOG'LOM TURMUSH TARZINI OLIB BORISHGA BO'LGAN MOTIVATSIYASINI OSHIRISH NUQTAI NAZARIDAN MOBIL ILOVALARDAN FOYDALANISH Z.O. Jo'rayeva, A.U. Ismoilov	75
ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИДА ЎҚУВЧИЛАРДА ЖИСМОНИЙ ҲАРАКАТ, МАЛАКА ВА КЎНИКМАЛАРНИ ШАКЛЛАНТИРИШ БОСҚИЧЛАРИ ВА ТАЛАБЛАР И.И. Саидов, Ч.О. Иброҳимова	79
HARAkatLI O'YINLAR VOSITASIDA YUQORI SINF O'QUVCHILARDA JISMONIY VA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIK SAMARADORLIGINI OSHIRISH N.N. Azimov, M.H. To'xtayev	82
YENGIL ATLETIKA SPORT TO'GARAKLARIDA MASHG'ULOT OLIB BORAYOTGAN 6 SINF QIZLARINING JISMONIY TAYYORGARLIK DINAMIKASI M.J. Abdullayev, R.R. Hamroyev	84
МАКТАВ О'QUVCHILARIDA HARAkat QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHGA YO'NALTIRILGAN JISMONIY TARBIYA TEXNOLOGIYASI F.S. To'yeva	87
3-SHO'BA. SPORT SOHASIDA IQTIDORLI YOSHLARNI SARALAB OLISH VA MAQSADLI TAYYORLASHNING ZAMONAVIY YO'NALISHLARI	
YOSH FUTBOLCHILARNI TANLASH TIZIMINING ASOSLARI A.K. Ibragimov, B.A. Xamrayev	94



KAMOLOT

“BUXORO DETERMINANTI” MCHJ
bosmaxonasida chop etildi.
Buxoro shahar Namozgoh ko‘chasi 24 uy
Tel.: + 998 91 310 27 22