

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ

**ҲОЗИРГИ ТАРАҚҚИЁТ БОСҚИЧИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР
СПОРТИ: МУАММОЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР**

**ЖЕНСКИЙ СПОРТ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ:
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

**WOMEN'S SPORT AT THE PRESENT STAGE:
PROBLEMS AND PROSPECTS**

**Халқаро илмий-амалий анжумани материаллари
2020 йил 6 май**

Бухоро - 2020

Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти: муаммолар ва истиқболлар: Халқаро илмий-амалий анжумани материаллари (2020 йил 6 май, Бухоро шаҳри) / Б.Б.Маъмуровнинг умумий муҳаррирлигида, муҳаррирлар: И.Т.Хамраев, М.Ж.Абдуллаев ва [бошқ.] - Бухоро : "Sadriddin Salim Buxoriy" Durdona nashriyoti, 2020. - 556 б.

КБК 75.5(5Ў)

Анжуманнинг ташкилий қўмитаси:

- | | | |
|----|---------------|--|
| 1 | О.Х.Хамидов | БухДУ ректори, раис |
| 2 | О.С.Қаҳҳоров | БухДУ инновация ва илмий ишлар бўйича проректори, раис муовини |
| 3 | Ў.У.Рашидов | БухДУ молия ва иқтисодиёт ишлари бўйича проректори, аъзо |
| 4 | Б.Б.Маъмуров | Жисмоний маданият факультети декани, аъзо |
| 5 | Р.С.Шукуров | Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси мудири, аъзо |
| 6 | А.К.Ибрагимов | Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт кафедраси мудири, аъзо |
| 7 | Х.А.Ботиров | Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси профессори, аъзо |
| 8 | Р.Х.Кадиров | Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси доценти, п.ф.н., аъзо |
| 9 | Я.З.Файзиев | Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт кафедраси ўқитувчиси, аъзо |
| 10 | А.Э.Сатторов | Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт кафедраси ўқитувчиси, PhD, аъзо |
| 11 | Х.Н.Хакимов | Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси катта ўқитувчиси, PhD, аъзо |

“Илм, маърифат ва рақамли иқтисодиётни ривожлантириш йили”га бағишланган, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2020 йил 7 февралдаги 56-Ф-сон фармойишига асосан, **2020 йил 6 май кун “Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти: муаммолар ва истиқболлар”** мавзусида **Халқаро онлайн илмий-амалий анжуман** ўтказилди. Мазкур илмий-амалий анжуман Жаҳонда ва Ўзбекистонда хотин-қизларни жисмоний маданият ва спорт машғулотларига жалб қилиш, ҳаракат фаолликларини оптималлаштириш бўйича илғор педагогик тажрибаларни умумлаштириш ҳамда спорт соҳасида иқтидорли қизларни саралаб олиш, мақсадли тайёрлаш тизимини такомиллаштириш масалаларига бағишланган ўзбекистонлик ва хорижий мамлакатлар олимлари, жисмоний маданият ва спорт соҳасида фаолият олиб бораётган мутахассислар, тренерлар, жисмоний маданият ва спорт давлат бошқаруви органлари раҳбарлари ва мутахассислари, спорт ва жамоат ташкилотлари вакиллари, олий таълим мауассасалари профессор-ўқитувчилари, докторантлари, аспирантлари, магистрантлари ва талабаларининг илмий мақолалар ва тезислари, илмий ва илмий-оммабоп ишлари, изланишлари анжуман материаллари сифатида мазкур тўпламда ўз аксини топган.

ISBN 978-9943-4900-8-6

турли даражадаги ва субъектив қийин машқларни вазифа сифатида бердик. Билимларни такомиллаштириш интеллектуал жараён ҳисобланиб, бу бошланғич синф ўқувчиларида қабул қилиш, фикрлаш, эслаб қолиш ва бошқа руҳий ҳолатлар билан боғлиқ. Шакллланган тушунчалар, тасаввурлар, ўзлаштирилган тамойиллар, қоидалар ва бошқалар унинг натижаси ҳисобланади. Назарий тайёргарликнинг баҳоси анъанавий омилларга мувофиқ амалга оширилади, бунда, ўқувчиларда дарсларда олган назарий билимларини амалиётда қўллай олиш кўникмасини шакллантириш лозим.

Таҳлиллар шунингдек, умумий ўрта таълим мактабларидаги анъанавий ташкиллаштирилган жисмоний тарбия дарслари жисмоний сифатларни, ҳаракатлантирувчи билим ва малакаларни шакллантиришга қаратилган, бироқ жисмоний тайёргарлик даражаси ҳар хил бўлган бошланғич синф ўқувчилари саломатлигининг назорат қилинмаслиги соғлом турмуш тарзига таъсир кўрсатиб, дастур материалларини ўзлаштиришга, ўқувчиларда жисмоний тарбияни шакллантиришда қийинчиликлар туғдиришини кўрсатмоқда.

ФЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎХАТИ

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 сентябрдаги «Халқ таълимини бошқариш тизимини такомиллаштириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги ПФ-5538-сон Фармони.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2019 йил 16 январдаги «Таълим сифатини назорат қилиш тизимини такомиллаштириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги ПҚ-4119-сон қарори.
3. Абу Али ибн Сино. Тиб қонунлари. 1-жилд // Таржимон: Расулов А.Р. Қайюмов А.П. – Т.: Мухаррир, 2013. – 692 б.
4. Гончарова О.В. Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш. Ўқув қўлланма. – Т., 2018. – 172 с.
5. Даминов Т.А., Халматова Б.Т., Бобева У.Р. Болалар касалликлари. – Т., 2010. – 304 б.
6. Саидов И.И. Формирование здорового образа жизни в процессе физического воспитания учащейся молодежи. // Вестник спортивной науки: г.Москва. № 6. 2010. 63-66 с. (13.00.00; №4)
7. Саидов И.И. Мактабгача ва бошланғич таълимда жисмоний тарбия дарсларини соғломлаштиришга йўналтирилган методлари. // Pedagogik mahorat: Buxoro ш. № 1. 2014. 89-94 б. (13.00.00; № 23)
8. Саидов И.И. Ўқувчиларнинг соғлигини мустаҳкамлаш ва жисмоний ривожлантиришда ўзини-ўзи тарбиялашнинг аҳамияти. // Pedagogik mahorat: Buxoro ш. № 4. 2018. 324-326 б. (13.00.00; № 23)

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY O'YINLAR YORDAMIDA INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Muxitdinova N.M., o'qituvchi,

Buxoro Davlat Universiteti, Buxoro, O'zbekiston

Annotatsiya: mazkur maqolada mamlakatimizda maktabgacha ta'lim tizimiga berilayotgan e'tibor shuningdek 4-5 yoshli bolalarni jismoniy o'yinlar yordamida aqliy rivojlanishidagi ta'siri va tavsiya etilgan o'yinlarni tashkil etish va o'tkazish metodikasi hamda ularning pedagogik- psixologik asoslari nazariy jihatdan asoslab berilgan.

Tayanch so'zlar: Maktabgacha ta'lim, intellektual, jismoniy va aqliy rivojlanish, jismoniy o'yinlar, sport, dunyoqarash, texnologiya, zamonaviy ta'lim, malakali pedagog, genafond.

Dolzarblik. «Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» gi Farmon hamda «O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi faoliyatini tashkil etish to'g'risida»gi qaror qabul qilindi. Bu qarorga quyidagi vazifalar belgilab qo'yildi:

- joylardagi maktabgacha ta'lim muassasalarining ahvolini chuqur o'rnanish;
- sohadagi kamchiliklarni bosqichma-bosqich bartaraf etish;
- maktabgacha ta'lim muassasalarini qurish, ta'minlash va jihozlash bo'yicha manzilli ro'yxatni shakllantirish;
- bolalar tarbiyasi jarayonida o'z ishini puxta biladigan, malakali pedagog kadrlarni jalb qilish. [1].

Tadqiqot maqsadi. 4-5 yoshli bolalarni intellektual jihatdan rivojlantirishda qanday jismoniy o'yinlarni tanlash mumkinligi, qolaversa o'yinlarni tashkil etishda zarur bilim va ko'nikmalarga ega bolgandan so'ng o'tkazish. Tanlangan metoddan foydalangan holda aqliy faoliyatida ijobiy o'zgarishlarni belgilangan muddat oralig'ida nazorat qilib borish.

Tadqiqot metodi. Maktabgacha ta'lim yoshdagi bolalarning jimoniy va aqliy rivojlanishini nazorat qilib borishda anketa (so'rovnom), eksperiment va nazariy tahlil metodlaridan samarali foydalaniladi.

Tadqiqot natijasi va muhokamasi Maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, moddiy-texnika bazasini mustahkamlash, maktabgacha ta'lim muassasalari tarmog'ini kengaytirish, malakali pedagog kadrlar bilan ta'minlash, bolalarni maktab ta'limiga tayyorlash darajasini tubdan yaxshilash, ta'lim-tarbiya jarayoniga zamonaviy ta'lim dasturlari va texnologiyalarini tatbiq etish, bolalarni har tomonlama intellektual, axloqiy, estetik va jismoniy rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratish maqsadida "2017-2021 yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-2707- sonli qarori (29.12.2016 y.) "Nodavlat ta'lim xizmatlari ko'rsatish faoliyatini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3276 - sonli qarori (15.09.2017y). "Maktabgacha ta'lim tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3261 - sonli qarori (09.09.2017 y) "O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi faoliyatini tashkil etish to'g'risida"gi PQ-3305-sonli qarori (30.09.2017y.) "Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5198-sonli Farmoni (30.09.2017 y.) qabul qilindi. Qabul qilingan me'yoriy hujjatlar maktabgacha ta'lim muassasalarida Maktabgacha ta'lim muassasasi tarbiyachisi maktabgacha yoshdagi bolalarga jismoniy tarbiya berish uchun nazariy va metodik bilimlarni egallashi g'oyat muhimdir. [2,3,4,5].

Haqiqatdan ham jismonan sog'lom bo'lgan inson o'z navbatida keng dunyoqarash, sog'lom fikr, aql, ong va tafakkurga ega bo'ladi. Qachonki jismoniy va aqliy faoliyat birgalikda olib borilsagina inson ta'lim-tarbiyasi maqsadga muvofiq deb e'tirof etiladi. Barchamizga ma'lumki XXI asr axborot texnologiyalari asri. Bu davrdagi bolalarning qiziqishlari ko'proq kompyuter o'yinlari bo'lib qolayotganligi barchamizga ayyon. Shundan kelib chiqqan holda biz shunday mexanizmni ishlab chiqishimiz kerakki bola hayotining ilk davridan boshlab jismoniy o'yinlarga bo'lgan qiziqishi va kerak bo'lsa mehr - muhabbatini uyg'otishimiz lozim. Maktabgacha ta'lim yoshda bolalar hayoti uchun kerakli bo'lgan ma'lumotlarning 70 % olar ekan.

Maktabgacha davr - bu bolaning o'sish, rivojlanish, o'zini namoyon etishga intilish, o'rganishga, bilishga ishtiyoqi kuchli bo'lgan davrdir. Mazkur davr ichida bolaning insoniy fazilatlarini va aqliy salohiyatini rivojlanishi uchun zamin tayyorlaydi. Bola har tomonlama sog'lom bo'lib shakllanishida o'z navbatida jismoniy tarbiya va sportning tutgan o'rni va ahamiyati juda katta. Xususan o'yinlar bilan shug'ullanish bolaning qiziqish va ehtiyojlariga mos tarzda takomillashib boradi. Jumladan harakatli o'yinlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Bolani intellektual jihatdan rivojlantiruvchi jismoniy o'yinlar bolalarga ma'lum bo'lmagan vazifalardan tuzilgan bo'lib, ulardan aqliy imkoniyatlarini ishga solishni talab etadi. Bolaning aqliy rivojlanishi juda ko'p xususiyatlarga ega. Jismoniy o'yinlar bolalarga beriladigan vazifalar ularning aqliy rivojlanishini ifodalovchi eng zarur bo'lgan xususiyatlarini ro'yobga chiqaradigan qilib tanlanishi kerak. Bu yoshdagi bolalar asosiy harakat turlariga va hayoti uchun zarur bo'lgan barcha harakat, ko'nikma va malakalarga o'yinlar orqali tarbiyalab o'rgatib boriladi. Tanlash jarayonida albatta bolaning shaxsiy imkoniyatlari va xohish-istaklari inobatga olinishi lozim. Agar uning ehtiyoji va qiziqishini hisobga olinmasa u holda bolaning emotsional kayfiyati juda sust va harakatlarida passivlik namoyon bo'la boshlaydi. Bu vaqtda esa o'yinni darhol tugatish va yangicha o'yinlarni qo'llashni talab etadi.

Bolalarni yangi o'yin bilan tanishtirish. Uning mazmuni va qoidalarini tushuntirishi tarbiyachidan puxta tayyorgarlikni talab etadi. Ayrim o'yinlarning mazmuni oldindan bo'ladigan suhbatlar asosida bolalarni bilimlarini oydinlashtirish mumkin. Ularning tasavvurlari aniqlashadi, o'yin obrazlarga nisbatan munosabat tarkib topadi, asosiy hayol o'sadi. O'yinlarni tushuntirish ularning turlariga ko'ra har-xil o'tishi mumkin, biroq bu tadbir doimo emotsional jihatdan qizig'arli, bolalarni quvnoq o'yin faoliyatiga tayyorlaydigan, o'yinni tezroq boshlash istagina tug'diradigan va o'yin topshiriqlarini ishtiyoq bilan bajarishga undaydigan bo'lishi kerak. Mazmunsiz o'yinni tushuntirish qisqa, aniq va ifodali ohangda bo'lishi lozim. Tarbiyachi o'yin harakat izchilligini tushuntiradi, bolalar va o'yin atributlarining joylashish o'rni (kichik va o'rta guruhda buyumlarni mo'ljallab, katta guruhlarda esa mo'ljalga olmay ko'rsatadi) fazo iborasidan foydalangan holda ko'rsatadi va qoidalarini aniqlashtiradi. Shundan so'ng tarbiyachi bolalarga bir necha savollar beradi. O'yinni qoidasi bolalarga tushunarli bo'lsagina o'yin quvnoqlik va uyushqoqlik bilan bilan

o'tadi. Musobaqa elementlari mavjud o'yinlarni o'tkazishda tarbiyachi o'yinni tushuntirayotib qoidalarini, o'yin usullarini, musobaqa shartlarini aniqlashtiradi, bolalarni topshiriqlarni yaxshi bajarishga harakat qilishlar va yaxshi uddalashga ishonch bildirgan holda rag'batlantiradi. Tarbiyachi bolalarning jismoniy kamoloti va yakka o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda musobaqalashayotgan kuchlari teng guruhlar – komandalarni birlashtiradi; o'ziga ishonchsiz, tortinchoq bolalarni faollashtirish maqsadida ularni jasur, faol bolalar bilan qo'shib qo'yadi

Aqliy faoliyatni rivojlantiruvchi jismoniy o'yinlardan namunalar

1-o'yin “Musiq jo'rligida harakat qilamiz”

O'zingizga yoqqan jismoniy harakatni dastlab sekin, so'ng tezroq bajarib ko'ring. Mashqni (qo'l, oyoq yoki tananing qaysi qismi bilan bajarishingizni hisobga olib farzandingizni mashqni bajarish uchun qulay bo'lgan joyidan mahkam tutib mashqni birgalikda bajaring mashqni bajarish paytida mayin ovozda qo'shiq hirgoya qilib bajaring. Musiq jo'rligida bajarilgan jismoniy mashq bolangiz diqqatini to'plashga va harakat malakalarni shakllanishiga yordam beradi.

2- o'yin “ To'pni ilib ol”

Farzandingizni muayyan bir tomonga qo'yib uning atrofida kamida 3 xil rangdagi to'plarni terib qo'ying (qizil, yashil, oq) bolangizga navbatma-navbat to'p rangini aytib uni siz tomonga qarab yumalatishini ayting. Bu bolada barmoqlar harakatini va mo'ljalga olish qobiliyatini shakllantiradi.

3- o'yin “Ranglarni ajratamiz”

Bu o'yinning o'tkazish tartibi: Bolaning atrofida asosan 3 xil ko'rinishdagi (yashil, qizil, qora) sharlarni yoyib, oldiga 3 ta savatchani qo'yamiz va har bir rangni ajratib bittadan savatchani to'ldirishni aytamiz. Bola bu jarayonda ranglarni farqlaydi, ular bilan bo'g'liq tabiatdagi narsa-buyumlarni hayolan shakllantiradi tasavvurlarga ega bo'ladi va bolada jismoniy holatida tezkorlik, chaqqonlik kabi sifatlarni, psixikasida diqqatni bir joyga to'plashni va qo'l barmoqlarida esa sensorlik qobiliyatini shakllanishi uchun asos bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda bola salomatligini jismoniy mashqlar orqali mustahkamlash nafaqat bolaning jismonan baquvvat bo'lishida yordam beradi balki intellektual jihatdan tafakkur va ongini yuksak darajada shakllanishida muhim o'rin egallaydi. Har qanday ongli barajilgan harakat bolaning aqliy rivojlanishi uchun asos bo'lishini unutmash lozim.

Adabiyotlar ro'yxati

1. 2017- yil 16-avgust va 19-oktyabr kunlari bo'lib o'tgan yig'ilish “Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi Farmon hamda «O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi faoliyatini tashkil etish to'g'risida» gi qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-2021 yillarda “Maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PQ-2707- sonli qarori (29.12.2016 y.)
3. “Maktabgacha ta'lim tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PQ-3261 - sonli qarori (09.09.2017 y)
4. “O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi faoliyatini tashkil etish to'g'risida”gi PQ-3305-sonli qarori (30.09.2017 y)
5. Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora - tadbirlari to'g'risida” gi PF-5198-sonli Farmoni (30.09.2017 y.)

УДК 796.011.1

ТАЛАБА ЁШЛАРНИНГ МАЛАКАЛИ КАДРЛАР БЎЛИБ ШАКЛЛАНИШИДА ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТНИНГ ЎРНИ

*Муқимов М.О., доцент, Намазов З.А., ўқитувчи, Тўйчиев С.С., ўқитувчи,
Жиззах Давлат педагогика институти, Жиззах, Ўзбекистон*

Аннотация. Ушбу мақола олий таълим муассасалари талаба ёшларининг камол топишларида жисмоний маданият ва спортнинг ўрни ва аҳамиятини ўрганишга, шунингдек талаба ёшларнинг жисмоний маданият ва спортдаги мавжуд муаммолар ўрганилган.

Калит сўзлар. Талаба ёшлар, жисмоний маданият, спорт, соғлом турмуш тарзи, соғлом авлад.

Долзарблиги. Кадрлар таёрлаш миллий дастури мамлакатимиз иқтисодиёти ва кундалик ҳаётини барча жабхалари учун юқори малакали, рақобатбардош кадрлар таёрлаш таълим, илм-фан, спорт, маданият, ишлаб чиқаришнинг самарали инновацион таъминлаш,

5-6 ёшли болаларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш Умаров Д.Х., Холмуродов Л.З.....	162
ЁШ АВЛОДНИ ВАТАНПАРВАРЛИК РУҲИДА ТАРБИЯЛАШДА СПОРТ АФЗАЛЛИКЛАРИНИ УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ВА КАСБ-ҲУНАР ТАЪЛИМИДА Қўллашдаги муаммолар мисолида Ҳикматов А.И.....	164
ТАЛАБА-ЁШЛАР СОҒЛОМ ТУРМУШ МАДАНИЯТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШНИНГ НАЗАРИЙ ВА МЕТОДОЛОГИК АСОСЛАРИ Шукуров Р.С.....	167
ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ НАВЫКАМ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Тураев М.....	171
БОШЛАНҒИЧ ТАЪЛИМДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИНИ СОҒЛОМЛАШТИРИШГА Йўналтириш методикаси Толибова О.Ё.....	173
МАКТАБГАСНА YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY O'YINLAR YORDAMIDA INTELLEKTUAL RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI Muxitdinova N.M.....	176
ТАЛАБА ЁШЛАРНИНГ МАЛАКАЛИ КАДРЛАР бўлиб шаклланишида ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТНИНГ ўрни Муқимов М.О., Намазов З.А., Тўйчиев С.С.....	178
ИЧКИ ИШЛАР ОРГАНЛАРИ МАХСУС бўлинмалари ходимларининг КАСБИЙ-АМАЛИЙ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ОШИРИШ ХУСУСИЯТЛАРИ Иноятлов Б.Б.....	180
УЗЛУКСИЗ ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИДА ўқувчи ёшларда жисмоний ҲАРАКАТ, МАЛАКА ВА кўникмаларни шакллантиришнинг БОСҚИЧЛАРИ ВА УЛАРГА қўйиладиган талаблар Саидов И.И.....	183
СПОРТЧИЛАР ФАОЛИЯТИДА ЭМОЦИЯ ВА ИЧКИ КЕЧИНМАЛАР ВУЖУДГА КЕЛИШИННИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ Файзиев З.Х.....	186
МАКТАБГАСНА ТА'ЛИМ TASHKILOTLARIDA RITMIK GIMNASTIKA VOSITASIDA BOLALAR HARAKAT FAOLLIGINI OSHIRISH USLUBIYATI Ibroimova G.X., Hamroqulova I.Sh., Ilxomova M.Z.....	190
БОШЛАНҒИЧ СИНФЛАРДА АМАЛИЙ ГИМНАСТИКА ОРҚАЛИ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРИШ САМАРАДОРЛИГИ. Саидов И.И.....	193
О'СМИРЛИК ДАВРИДА ХОТИРАНING PSIXOLOGIK MECHANIZMLARI Jalolova M.O.....	196
ХОТИН-ҚИЗЛАР ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТИ ТАЪЛИМИДАГИ ТУШУНЧА ВА АТАМАЛАРНИНГ ҚИСҚАЧА ТАХЛИЛИ Рафиев Х.Т.....	198
СУБЪЕКТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОК К СПЕЦИАЛЬНЫМ ТЕСТАМ "АЛПОМИШ" И "БАРЧИНОЙ" Хамраев И.Т., Батыров Х.А., Бахронова Н.Х.....	200
ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА СТУДЕНТА, ФОРМИРУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ. Шокиров К.....	202
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ 12-14 ЛЕТ Рахматова Д.Н., Матякубова М.Б.....	206