

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

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ
ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ**

**СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА
ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР**

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ**

**INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORT AND PHYSICAL
EDUCATION OF YOUNG GENERATION**

**Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция
2021 йил 29 сентябрь**

Бухоро - 2021

“Ёшларни қўллаб-қувватлаш ва аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш йили” га бағишланган, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2021 йил 2 мартдаги 78-Ф сон фармойишига асосан Бухоро давлат университетида халқаро ҳамкорлар иштирокида **2021 йил 29 сентябрь** куни **“Спортда ва ёш авлод жисмоний тарбиясида инновацион технологиялар”** мавзусида Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция ўтказилади.

Анжуманнинг мақсади: Ёш авлоднинг ҳаракат фаоллигини оптималлаштириш муаммоларини ҳал этишнинг янги йўллари излаш, уларнинг жисмоний тайёргарлиги ҳамда жисмоний тарбияси жараёнига янги шакллар ва методларни жорий қилиш бобида методологик ва услубий шароитларини ўрганиш.

Анжуманнинг ташкилий қўмитаси:

1	О.Х.Хамидов	БухДУ ректори, раис
2	О.С.Қаҳҳоров	БухДУ инновация ва илмий ишлар бўйича проректори, раис муовини
3	Б.Б.Маъмуров	Жисмоний маданият факультети декани, аъзо
4	С.Қ.Қаҳҳоров	БухДУ ходимлар ва талабалар касаба уюшмаси раиси, аъзо
5	У.У.Рашидов	БухДУ молия ва иқтисодиёт ишлари бўйича проректори, аъзо
6	Г.Т.Зарипов	БухДУ И ва ИПКТ бўлими бошлиғи, аъзо
7	Р.С.Шукуров	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси мудири, аъзо
8	А.Э.Сатторов	Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси мудири, аъзо
9	Қ.П.Арслонов	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси доценти, аъзо
10	Ф.Б.Музаффарова	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси катта ўқитувчиси, р.f.b.f.d.(PhD), аъзо
11	Р.С.Баймурадов	“Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси” катта ўқитувчиси, аъзо
12	Ф.А.Нарзуллаев	“Факультетларaro жисмоний тарбия ва спорт кафедраси” катта ўқитувчиси, аъзо
13	М.М.Тўраев	Жисмоний маданият назарияси ва услубиёти кафедраси ўқитувчиси, аъзо

Барча маъруза тезислари (мақолалар) таҳририят томонидан анонимлаштирилган ҳолатда текширилади ва текширувдан ижобий ўтган маъруза тезислари нашр этилади ҳамда ҳар бир муаллифга электрон СЕРТИФИКАТ берилади. Маъруза тезисларида берилган маълумот учун муаллифларнинг ўзлари жавобгар ҳисобланишади. Конференция материаллари тўпламини 2021 йил 15 октябрь кунидан бошлаб <https://interscience.uz> расмий сайтидан юклаб олишингиз мумкин.

Конференция тўпламида нашр этилган илмий тезислар (мақолалар) **GOOGLE SCHOLAR, CROSSREF** халқаро базасида индексацияланади, ҳар бирига алоҳида [Crossref DOI](#) рақам берилади.

Мазкур онлайн конференцияда профессор-ўқитувчилар ва илмий тадқиқотчилар жисмоний тарбия ва спорт йўналишида ўз илмий изланишлари натижасида тайёрланган маъруза тезислари (мақолалар) билан қатнашади

5.Алмашунувчи машқ услублари. Бу услубнинг муҳим томони машқнинг боришига қараб таъсир бир мақсадга қаратилган ҳолда ўзгартиришидир. Бунга турли ҳолларда турлича йўл билан нагрузканинг айрим курсаткичларни тўғри ўзгартириш йўли билан эришилади Бунда организмнинг функционал имкониятларга одатдагидек бўлмаган, яъни тобора каттароқ талаблар қўйилади. Бу билан уларнинг ривожланиши учун имкониятлар яратилади .Шунинг билан бирга, ҳаракат шакли ва шароитни янгилаб туриш туфайли ўзлаштирилган мамлакаларининг динамик стереотегик ўзгаришлар киритилади. Шартли рефлекторли боғланишларни янада нозикроқ дифференсиациялаш юз беради, натижада ҳаракат малакалариянада такомиллашган, ўзгарувчан, ташқи қўшимча омилларга нисбатан мустаҳкам ва мосланувчан бўлиб боради.

Шуғулланувчиларда жисмоний сифатларни тарбиялаш учун бораётган машқлар уларнинг ёш хусусиятларига ва жисмоний сифатларнинг қулай ёш даврларга қараб танланилиши ва ривожлантириши жуда муҳимдир.

МИЛЛИЙ ЎЙИНЛАР МИЛЛИЙ-МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТИНИНГ УЗВИЙ ҚИСМИ

10.53885/edinres.2021.38.31.022

А.Р.Нуруллаев

*БухДУ Жисмоний маданият
назарияси ва услубиёти
кафедраси ўқитувчиси*

Мақолада халқ миллий ўйинлари миллий-маънавий қадриятининг узвий қисми эканлиги улар асрлар давомида халқимизнинг ижтимоий сиёсий, иқтисодий, маданий ва маънавий-маърифий, ҳаётий қузатувлари, тажрибалари, ўзаро алоқалари тўғрисида фикр юритилган.

Таянч сўзлар: Халқ, миллий, ўйинлар, миллий, маънавий, қадрият, болалар.

В статье рассматривается тот факт, что национальные игры народов являются неотъемлемой частью национальных и духовных ценностей, они представляют собой социально-политические, экономические, культурные и духовно-просветительские, жизненные наблюдения, переживания, взаимодействия нашего народа на протяжении веков.

Ключевые слова: Народные, национальные, игры, национальные, духовные, ценности, дети.

The article considers that the national games of the people are an integral part of the national and spiritual values, they reflect the socio-political, economic, cultural and spiritual-enlightenment, life observations, experiences, interactions of our people over the centuries.

Key words: Folk, national, games, national, spiritual, value, children.

Анъанавий халқ болалар ўйинларининг фаол яшовчанлиги, тарбия бобида асосий ўринларидан бирида туришлигининг боиси нимада? Нима учун болалар, ҳатто каталар ҳам ўйинларга ўч бўладилар, ўз ҳаётларини ўйинларсиз тасаввур қила олмайдилар. Бунинг сабаби, биринчидан, ўйинларнинг жуда қизиқарли ва беназир мароқли бўлиши, иккинчидан, уларнинг бағоят эмоционал- таъсирчанлиги, учинчидан, дид-фаросатини, тафаккурини, шунингдек, жисмоний куч-қувватни оширишга қаратилган бўлишлигидандир, тўртинчидан, ён атрофдаги воқеа-ҳодисаларни англаш, дунёни таниш маънавий- маърифий ва ахлоқий тарбияга алоҳида таъсир этишлигидандир. Болалар ўйинлари, қолаверса умуман ўйинларнинг чуқур миллий, айтини чоғда, байнал-минал хусусиятларга эга бўлишлари, руҳиятни кўтариш, қалбни забт этиши, ўта таъсирчан ва ҳаяжонли бўлишликларидир.

Ўйинни мазмуни, ташкил этиш ва унинг ўтказиш методикаси мазмуни вазифасига, шуғулланувчиларни тартибига, болалар билан ўтказиладиган машғулотни шаклига (дарсда, танаффусда, секцияда, байрамларда) боғлиқдир.

Ўзбек халқ миллий ўйинларини икки тоифага ажратиш мумкин, яъни:

1. Мураккаб ҳаракатли ўйинлар (кураш, от ўйинлари, дорбоз, арқон тортишиш, биллак кучини синаш, тош (гир) кўтариш ва ҳ.к).

2. Оддий ҳаракатли ўйинлар (хўрозлар жанги, оқ теракми-кўк терак, чиллик, орқанг куйди, тўққиз тош, бўрон, шувоқ ва ҳ.к).

Такидлаш жоизки, кураш, от ўйинлари (пойга, сакратиш, рақс), тош (гир) кўтариш кабилар мустақил спорт тури бўлиб ҳисоблансада, уларнинг қисмлари (элемент) ўйин сифатида фойдаланиб, халқ истемолида чуқур ўрин эгалламоқда. Миллий ҳаракатли ўйинлар тушунчаси ҳақида гап кетса, айтиш мумкинки фақат мамлакатимиз худудларида энг қадимги даврлардан буён қўлланилиб келинаётган ўйинлардир. Лекин улар орасида Марказий Осиё, Европа мамлакатларидан у ёки бу сабаб билан кириб келган ва чуқур ўринлашиб, миллийлашиб кетган ҳаракатли ўйинлар ҳам оз эмас. М: “Мушук билан сичқон”, “Қармоқ”, “Қопқон”, “Байроқ учун курашиш”, “Елка уриштириш” (хўрозлар жанги) ва ҳ.к. Юқорида такидланганидек Ўзбек халқ миллий ҳаракатли ўйинларининг келиб чиқиш ва ривожланиш тарихи қадимги аждодлар ва авлодлар тарихига бориб отади. Жисмоний тарбия назарияси ва амалиётида жисмоний маданият ва спорт ҳаракати ҳамда жисмоний тарбия воситаларини махсус тизимлар туркуми деб ишлатилади.

Жисмоний тарбия тизимининг муҳим босқичларидан бири жисмоний воситалардир. Уларнинг таркибий қисми эса гимнастика, спорт турлари, ҳаракатли ўйинлар ва табиатнинг соғломлаштирувчи (қуёш, ҳаво, сув, гигиеник омиллар) таъсир кучларидан иборат. Кўриниб турибдики, ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбия тизимининг муҳим йўналишларидан бири бўлиб ҳисобланади.

Ҳаракатли ўйинлар мазмун ва шакл жиҳатдан қуйидаги турларга бўлинади:

1. Жамоали (команда) ўйинлар.
2. Оммавий (кўпчилик биргаликда ўйнайдиган) ўйинлар.
3. Якка ёки жуфт тартибдаги ўйинлар.
4. Эстафетали ўйинлар.

Жамоали (команда) ўйинлари икки ёки ундан ортиқ жамоалар (гуруҳлар) иштирок этади. М: “Оқ теракми, кўк терак”; “Картошка экиш”.

Оммавий ҳаракатли ўйинларда барча қатнашчилар бараварига ўйинда иштирок этади. М: “Ёмғир”, “Калҳат келди қоч болам”, ва ҳоказо.

Якка ёки жуфт бўлиб ўйнайдиган ҳаракатли ўйинларда бир ёки иккита қанашчи иштирок этади: М: “мушук ва сичқон”, “Хўрозлар жанги”, “Елка уриштириш ва ҳоказо”

Эстафетали ҳаракатли ўйинлар ҳам жамоали, умумий ва якка (жуфт) тартибда бўлиши мумкин. М: жисмоний тарбия тизимида машқлар ва ҳаракатли ўйинларни ёшларга ўргатадиган умумий ва махсус тамойиллар (принциплар) ва усуллар мавжуд, яъни шуғулланувчиларнинг ёши жисмоний тайёргарлиги ва жинсига қараб ўйинлар туркуми белгиланади. Умумтаълим мактабларнинг жисмоний тарбия дастурида миллий ҳаракатли ўйинлар синфларга (1-4,5-7,8-9,10-11) қараб аниқланган. Чунки, таъкидланганидек ўйинлар болаларнинг ёшига қараб ўргатилади. Бошланғич синф ўқувчилари учун мўлжалланган ҳаракатли ўйинлар юқори синф ўқувчилари учун ўта осон ва унча қизиқарли бўлмайди. Юқори синфлар учун белгиланган ўйинлар эса қуйи синф ўқувчилари учун қийин бўлади. Бундай ҳолатлар академик лицейлар, ўрта махсус касб-ҳунар коллежлари ва олий ўқув юртларида қўлланилмасада, лекин ўйинлар уларнинг бўлажак касб-ҳунарларига мослаштирилиши лозим. М: Қишлоқ ва сув хўжалиги тизимидаги бўлажак

мутахассисларга (чорва сохаси) ҳам, “пиёда кўпкари”, “эшак минди”, “чўпон”, “пода тўп”, кураш, пиёда пойга, тўпли эстафеталар ва шунга ўхшаш ўйинлар қўлланилса мақсадга мувофиқ бўлади.

Таъкидлаш лозимки, жисмоний тарбия дарслари, спорт машғулоти (тренировка), турли хил спорт мусобақалари жараёнларидаги ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш ва ўтказишга махсус тайёргарликлар талаб этилади. (Бу тўғрисида иккинчи бўлимларда маълумот берилган). Айниқса ўқитувчи (ташкилотчи), турли хил спорт мусобақалари ўйинларини мукамал билиши, унинг турли вариантларини қўллаши лозим. Ҳаракатли ўйинлар учун энг аввало шароитларни (вақт, жой, қизиқишини,) ҳисобга олиши зарурдир. Кенг ва тоза жойлар майдонлардаги ҳаракатли ўйинларни уюштириш анча қулайликлар яратади. Айниқса шуғулланувчиларнинг эркин югуриши, сакраши ва турли ҳаракатларни мустақил равишда бажаришлари, қувнаб, хурсанд бўлиб ўйнашлари учун имкониятлар бўлади.

Дарсдан ташқари (катта танаффус, уй шарити, кўча, майдонт а ҳ.к.) вақтларда ташкил этиладиган ҳаракатли ўйинларни бажаришда ҳам юқорида таъкидланган талабалар амалга оширилади. Акс холда кичик ва катта ёшдаги болаларнинг аралашиб ўйнашлари жанжал, йиғи, жараохатларни келтириб чиқариши ёки юқумли касалликларга дучор бўлиш ҳоллари юзага келиши мумкин. Жисмоний маданият ва спорт ҳаракатида жисмоний тарбия тизимининг тармоқлари жуда кўп. Аҳоли истиқомат жойлари, дам олиш ва кўнгил очиш истироҳат боғлари, ёзги дам олиш-соғломлаштириш оромгоҳлари, талабаларнинг ёзги спорт масканлари, шифохоналар ва санаториялардаги жисмоний тарбия ишлари шулар жумласидан ҳисобланади.

Эътироф этиш мумкинки, мазкур масканларда оммавий ташкил этиладиган оммавий соғломлаштирувчи жисмоний маданият ва спорт тадбирлари мазмунида миллий ҳаракатли ўйинлар салмоқли ўрин тутди.

Миллий ҳаракатли ўйинларсиз биронта ҳам спорт машғулоти (тренировка) ўтказилмайди, дейиш мумкин. Ҳатто олий лигадаги футболчилар, волейболчилар ва бошқа спорт турларида шуғулланувчи моҳир спортчилар ҳам машғулотларда ва яқка тартибда ўзларига хос бўлган ҳаракатли ўйинларни бажаришади. Бунинг боиси шундаки, ҳаракатли ўйинлар гавда (мушак) чигалларини ёзиш (разминки), кўнгил очиш (кулиш, хурсанд бўлиш ва ҳ.к) ва жисмоний сифатларни тайёрлашда махсус ёки умумий машқ-ўйин сифатида хизмат қилади.

Жисмоний тарбия тизимида оила ва боғчаларда ҳаракатли ўйинларни ташкил қилишга алоҳида эътибор берилди.

Оилада бола туғилган кундан бошлаб, уни соғлом усиши учун бор имкониятлар ишга солинади. Овозли (шиқилловчи) ўйинчоқлар ва ҳайвонлар шаклидаги ўйинчоқлар (мушук, қўй, кучук, айиқ турли паррандалар, машиналар, тўплар ва ҳ.к) болаларнинг ҳаракат қилиши, эмаклаши ва аста-секин туриб юришларига сабаб бўлади. Юра бошлаган болаларни тўп билан ўйнатиш улардаги барча табиий махсус ҳаракатларни ихчам, тез бажаришга етаклайди. Аста-секин ёш болалар (3-5) ўзлари ўрганган ва кўча майдонларида ўйнаган болаларнинг ҳаракатлари қийин ва қизиқарли ўйинларини мустақил равишда бажариб олишади. Умуман олганда оила шароитида ўрганган ҳаракатли ўйинлар болалар ҳаёти ва хотирасида узоқ вақтлар давом этади, уларни такомиллаштиради.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Усмонхўжаев Т.С., Раҳимов М.М., Адиев А.Н. Ўзбек халқ ўйинлари. Т., “Ўқитувчи”, 2004

2. Усмонхўжаев Т.С. Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти. - Т., “Ўқитувчи”, 2005.
3. Йўлдошев Х.К., Саломов Р. Жисмоний тарбия. - Т., “Ўқитувчи”, 2005.
4. Абдурахимов Т. Ўзбек халқ ўйинлари ва томошари. - Т.: НДА ; 1997.
5. Қорабаев У.Х. “Ўзбекона ўйинлар” // Гулустон №9 ; 1991

ТАРИХИЙ-МАДАНИЙ ЁДГОРЛИКЛАРНИНГ ИДРОК ҚИЛИШНИ ТЕХНОЛОГИК- КОНСТРУКТИВ ЁНДАШУВЛИ КОМПОНЕНТЛАРИ

10.53885/edinres.2021.25.86.032

М.А.Тилакова

Жиззах вилояти Жиззах ВХТХҚТМО Худудий марказ “Педагогика ва
психология, таълим технологиялари”
кафедра мудири., п.ф.д.(PhD)

А.А.Тилакова

Жиззах вилояти
Жиззах давлат педагогика
Институти ўқитувчиси

Anatatsion

In the educational policy of Uzbekistan among development of the basic qualities and abilities trained are allocated creative - creative potential of the person. With especial attention to is intellectual-creative thinking. That is quite lawful, as the new thinking - courageous, original, creative, initiative, constructive, is innovative-innovative today is required.

Аннотация

Высокого уровня интеллектуального и творческого развития у обучающихся требует демократизация и гуманизация процесса обучения и воспитания. Причем на значительных национальных ценностях, на культурно-историческом наследии, в духе уважения к богатому культурному наследию и историческим традициям, что особенно акцентировано в Национальной программе по подготовке кадров.

Аннотация

Юқори синф ўқувчиларида креативлик қобилиятини ривожлантириш, биринчи навбатда, шахсга йўналтирилган ёндашувни, эмоционал-психик кайфиятни, фаол, ижодий тасаввурни, ўз-ўзини фаоллаштириш, мустақиллик, ўз-ўзини назорат қилиш, намоён қилиш, ифодалаш, баҳолаш, ўқув жараёнида таълимнинг инновацион технологияларидан фойдаланишни талаб этади.

Key words: Process and pedagogical system includes the following major structural components original, creative, initiative, constructive, innovative, education, development, basic, quality, level, thinking.

Ключевой слова: Креативных способностей, занятий и их проведения, уровни познавательной деятельности обучаемых, факторы развития личности – мотивационный, способность, интерес, потребность, восприятие, деятельность, из теоретически разработанных дидактических подходов, в исследовании определены задачи, осуществ-ляемые в этом процессе.

Калит сўзлар: Креатив ёндашув, мотивацион ёндашув, синфдан ташқари машғулот жараёни тузилмавий мазмуни, тарихий-маданиятшунослик материалини интеллектуал-ижодий идрок қилиш, англаш алгоритмлари, тарихий-маданий ёдгорликларни ўрганиш.

O'roqova S. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda ta'sir etuvchi omillar	152
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович.Бахшуллаева Малохат.Жамилова Гульчехра. Роль физической культуры и спорта в системе оздоровительных мероприятий ...	155
Qurbonov Shuhrat Qo'ldoshvich.Shoximov Jonibek Jalolovich. Jismoniy tarbiya va sport, sog'lom turmush tarzini shakllantirishda asosiy vosita	161
Murodov F.O.,Husenova S.S. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalar salomatligini muhofaza qiluvchi muhitni shakllantirishning asoslari	164
Ж.Ж.Атамурадов.Ф.Х.Хазратов. Современные образовательные технологии на уроках физической культуры	165

4-ШЎБА: АДАПТИВ ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ 170

Шукуров Раҳим Салимович.Талабалар организмнинг адаптив мослашувчанлиги ва саломатлик захираларининг ўзгариш хусусиятлари	170
Yuldashov A.A. Талаба-ёшларнинг соғлом турмуш тарзини ташкил этишда жисмоний маданият ва спортнинг ўрни.....	179
И.И.Саидов.О.Ю.Толибова. Формирование здорового образа жизни в современном образовательном пространстве.....	181
М.М.Тураев. Содержание процесса организации оздоровительных занятий для людей пожилого возраста	185
Usmonov Alisher Sharifovich.Ibodov Dunyo. Yengil atletika – aholi salomatligini mustahkamlash va olimpiya harakatining asosiy bo'g'ini sifatida.....	188
Я.З.Файзиев.Д.Я.Зиёев. Индивидуальные занятия для детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата	191
Р.А.Хасанов.Д.Зиёев. Эстетическое воспитание средствами физической культуры и спорта.....	195
Баймурадов Раджаб Сайфитдинович.Тухтамурадова Нодира Абдужаббаровна. Бобоева Зарифа Жаҳонқуловна. Роль творческого подхода к педагогической деятельности учителя физической культуры	198
Я.З.Файзиев.М.Э.Сатторов. Адаптив ҳаракатга келтирувчи рекреация ва реабилитация шакллари.....	203
Ж.М.Эргашев. 11-13 ёшли боксчиларнинг спорт мотивацияси	206
Z.Sh.Yusupova.A.T.Temirov. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari	209
Z.Sh.Yusupova.A.Y.Temirov.Boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda ta'lim tarbiya jarayonini tashkil etish	212
Иванков Ч.Т.Сигов М.В. Моделирование экстремальных ситуаций в профессионально - прикладной физической подготовке пожарных на основе специальных упражнений газодымозащитной службы МЧС РФ	215
М.Х.Тошев. Мактаб ўқувчиларини шахматга тайёрлашнинг шакллари.....	219
Иноятлов Абдулло Шодиевич.Хусенов Нодир Нуриддинович. Кекса ёшдаги кишилар функционал ҳолатининг педагогик профилактикаси	220
Келдиёров Шухрат Эргашович. Адаптив жисмоний тарбиянинг асосий компонентлари (турлари)	220
Еримбетов Байрамбой Корлибоевич. Адаптив жисмоний тарбияда машғулотларни тузиш шакл ва усуллари танлаш хусусиятлари	220

5-ШЎБА: ҚАДРИЯТЛИ ЁНДАШУВ АСОСИДА ЎҚУВЧИЛАРДА ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПЕДАГОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ 233

Davronov N.I. Qadriyatli yondashuv-boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy sifatlarni rivojlantirish vositasi sifatida.....	233
Q.Q.Qobiljonov.J.R.Jo`rayev. Ibn-Sino ta'limotida jismoniy tarbiya mazmuni.....	236
Z.Sh.Yusupova. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari	240
Э. Ю. Исломов. Миллий курашни ўқувчининг шахсий сифатларини шаклланишига психологик таъсирларини ўрганиш.....	243
Kurbanov Djurabek Ismatovich.Akramova Gulhayov Mexriddin qizi. Barkamol yoshlar tarbiyasida ko'pkari sport musobaqalarining o'rni.....	247
Қодиров Ш.Н. Ҳаракатли ўйинлар орқали ёш авлодни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш	250
Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич.Курбанов Джурабек Исматович.Турсунов Миршод Шодиевич. Баркамол авлод тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари	252
Нарзуллаев Ф.А. Жисмоний сифатларни тарбиялаш методикаси	256
А.Р.Нуруллаев. Миллий ўйинлар миллий-маънавий қадриятининг узвий қисми.	257
М.А.Тилакова.А.А.Тилакова. Тарихий-маданий ёдгорликларнинг идрок қилишни технологик-конструктив ёндашувли компонентлари.....	260
М.К. Маҳмудов. Акмеологик ёндашув асосида бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчилари педагогик маҳоратини ривожлантириш тузилмаси	265
Sabirova Nasiba Rasulovna. Yosh futbol o'yinchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari	268
Akramov Abdufattoh Shavkatovich. Yosh avlod ongida axloqiy hamda jismoniy tarbiyani shakllantirishning psixologik mexanizmlari	272
Ярашев Жамшид Раззоқович. Эркин курашнинг аксеологик илдизлари	274
Murodov J. Maktabda darsdan tashqari vaqtda harakatli o'yinni o'tkazish metodikasi	277