

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI**

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI**

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

**ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ НА  
СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ: ПРОБЛЕМЫ И  
РЕШЕНИЯ**

**PROSPECTS OF ORGANIZATION OF PHYSICAL  
EDUCATION AND SPORTS: PROBLEMS AND  
SOLUTIONS**

**Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman**

**2022 yil 28-29 aprel**

**Buxoro - 2022**

4. Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги Қонуни. (1992 й. 2 июль) “Халқ сўзи” газетаси 1992 й. 23 июль.
5. “Болалар ва ўқувчи ёшларни жисмоний тарбиялаш концепцияси” (1992 йил) “Учитель Узбекистана” газетаси. 1992 й. № 42, 43, 44.
6. Алеуова Р.Ш. Амир Темурнинг маърифий-тарбиявий қарашлари Тошкент “Фан”, 2006. 70 б.
7. Арипов Ю.Ю. Кичик ёшдаги ўқувчиларда улоқтириш ҳаракатлари технологиясини такомиллаштиришнинг замонавий услуб ва шакллари. Дисс... пед. фан. номзоди. Т., 2007.149 б.
8. Арифбоев А. Совместная работа школы и семьи по физическому воспитанию учащихся начальных классов. Дисс. на учен. степ. канд. пед. наук. Т.; 1979. -165 с.
9. Атаев. А.К. Исследование эффективности применения элементов национальных видов спорта, народных игр и специальных упражнения для развития физических качеств школьников Узбекистана. Дисс. на учен. степ. канд. пед. наук. М.: 1969, - 21 с.
10. Атаев. А.К. Теория и практика физического воспитания в семье. Автореф. дисс... д-р. пед. наук. Киев 1984, 28 с.
11. Атаев. А.К., Белов А.Р., Сермеев Б.В. Спортивно-массовая работа по месту жительства. Ташкент. «Ўқитувчи» 1992. – 184 с.
12. Ахундов Р.А. Исследования двигательной активности (основных лакомации) учащихся начальной школы. Автореф. дисс. канд. пед. наук. М.: 1970. – 21 с.
13. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. М.: «Просвещение» 1990. - 257 с.
14. Бадаева З.Х. Методика занятия с девочками на уроках физической культуры в V-VI классах сельских школ Узбекистана. Автореф. дисс... канд. пед. наук. Т.; 1994. – 21 с.
15. Байриев Б. Физические развитие и физическая подготовленность сельских школьников младшего возраста (7-11) Туркменистане. Автореф. дисс... канд. пед. наук. М.: 1993. – 23 с.
16. Исмоилов Т.У. Бошланғич синф ўқувчиларини ҳаракат фаоллигини оширишда ҳаракатли ўйинларни аҳамияти. // Баркамол авлодни тарбиялашда жисмоний тарбиянинг роли. Республика илмий-амалий анжумани. Тезислар тўплами, Бухоро-2002, 39-40 б.
17. Исмоилов Т., Махкажанов К. Бошланғич синф ўқувчиларини ҳаракат фаоллигини оширишда ноанъанавий машғулотларни ўрни. // Педагогик таълим. Т., 2004. №6. 93-94 б.
18. Исмоилов Т.У. ва бошқа. Бошланғич синфларда ҳаракатли ўйинлар. // «Жисмоний тарбия ва спортнинг назарий ва амалий муаммолари» мавзусида республика илмий-амалий конференцияси. Андижон-2006 йил, 3-4 май. 12-13 б.

#### РЕЗЮМЕ

В данной статье рассмотрены понятие как важно заниматься физкультурой и спортом, как здорово закалывать свой организм, делать зарядку, больше двигаться, воспитание нравственности и патриотизма, значение сохранения здоровья учеников, игнорировать возможность организации на уроке оздоровительной минутки – минутки отдыха души и тела.

#### XULOSA

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish qanchalik muhimligi, tanani chiniqtirish, jismoniy mashqlar qilish, ko'proq harakat qilish, o'quvchilarni axloq va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, o'quvchilar salomatligini saqlashning ahamiyati, imkoniyatlarini e'tiborsiz qoldirish tushunchalari muhokama qilinadi.

#### SUMMARY

This article discusses the concept of how important it is to engage in physical education and sports, how great it is to harden your body, do exercises, move more, educate morality and patriotism, the importance of maintaining the health of students, ignore the possibility of organizing a wellness minute in the lesson - a minute of rest for the soul and body.

### МАХСУС ТИББИЙ ГУРУХ УЧУН ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИШЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ МАЗМУНИ ВА ВАЗИФАЛАРИ.

10.53885/edinres.2022.41.76.032

Усмонов Ш.

Бухоро давлат университети

Бухоро, Ўзбекистон

**Аннотация:** Ушбу мақолада таълим муассасларида махсус тиббий гуруҳ учун жисмоний тарбия ишларини ташкил этиш мазмуни ва вазифалари, олиб бориладиган ишлар ва махсус тиббий

грухларни ташкил қилиш улар билан машғулотларни олиб бориш тўғрисида қисқача маълумот ёритиб берилган.

**Калит сўзлар;** махсус тиббий гуруҳ футбол, асосий гуруҳ, тайёрлов гуруҳ баскетбол, волейбол, кўл тўпи, гимнастика.

## ЗАДАЧИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППЫ.

*Усмонов Ш.*

*Бухарский государственный университет*

*Бухара, Узбекистан*

**Аннотация:** В данной статье освещены содержание и задачи организации физкультурной работы для специальной медицинской группы в образовательных учреждениях, краткая информация о проводимой работе и организации специальной медицинской группы по проведению занятий с ними.

**Ключевые слова;** специальная медицинская группа футбол, основная группа, подготовительная группа баскетбол, волейбол, Гандбол, гимнастика.

Харакат организмнинг физиологик талабидир. Кам ҳаракатчанлик оқибатида, аввало, юрак фаолияти сустлашиб боради. Юрак мускуллари керакли микдордаги қонни ишчи аъзоларига ҳайдаши етарли бўлмай, вена томирларида қон оқиши сусаяди .

Шунингдек, турли касалликлар билан оғриб, умуман жисмоний машқлар билан шуғулланмаган ўқувчиларда тананинг жароҳат олиши сезиларли даражада кўп бўлишини тиббиёт мутахассислари, тадқиқотчилар исботлаганлар.

Спортнинг футбол, баскетбол, волейбол, кўл тўпи, гимнастика турлари билан шуғулланувчи ўқувчилар машқ бажариш жараёнида турли қалтис ҳаракат бажарсалар ҳам, кам жароҳат оладилар, чунки улар ўз-ўзларини химоя қилишни биладилар. Мускул пай бўғимлар, кўпгина кўпол ҳаракатларга бардош бера оладиган бўлиб боради. Тадқиқотлар натижасига кўра жисмоний машқлар билан шуғулланувчи ўқувчилар суяк тизимида ҳам бир қанча ижобий ўзгаришлар содир бўлар экан. Масалан, суяк хужайра ва тўқималарининг қон билан таъминланиши муътадил ўсишинигина таъминлаб қолмасдан, қадди-қомат бузилишининг олдини олади, кўкрак кифози кучайиб кетмайди. Умуртка устунининг ёнга қийшайиши, бел лордозининг ортиши, куракларнинг қанотсимон бўлиб қолиш ҳоллари бўлмайди.

Тиббий кўрик сентябр ойда ўтказиш соҳага доир адабиётлардан ўрин олган. Мактаб болаларини тиббий кўриқдан ўтказиш, жисмоний тарбия устидан назорат олиб бориш кўрсатмасига мувофиқ барча ўқувчилар саломатликларига қараб ушбу тиббий гуруҳга ажратилади:

Асосий гуруҳ – организмда ҳеч қандай касалликка мойиллиги йўқ. Ўта соғлом, жисмоний ўсиши меъёрида бўлган болалардан иборат.

Тайёрлов гуруҳ – бу гуруҳга организмда бир оз касаллик аломатларига мойиллиги бор бўлган ўқувчилар киритилади. Ўпка, ҳаво йўлларида бодомсимон безлари тез-тез шамоллашга учрайдиган, оёқ ёки кўл суякларини синган болалар маълум муддат даволашдан сўнг вақтинча тайёрловга, кейин асосий гуруҳга, тиббиёт ходимлари кўрсатмалари асосида ўтказилади.

Махсус тиббий гуруҳ (МТГ) – бу гуруҳга организмда сезиларли касалликлари юрак, томир, нафас, овқат ҳазм қилиш, сийдик айирув тизимларида ҳасталиги бор бўлган ўқувчилар киритилади. Қолаверса, суякланиш жараёнлари бузилган, юкумли, айниқса “Боткин”, “Ботулизм” касалликлари билан оғриб уларни салбий таъсирларидан холи бўлмаганлар туғма ҳасталиги бор, оёқ - кўлларда нуқсонлари бўлганлар ҳам МТГга мансубдир. Умуман ўқувчиларни бундай гуруҳга ўтказишни махсус тиббий комиссия ( хайъат) аниқлайди.

Бундай ўқувчилар билан тиббий соғломлаштирувчи жисмоний тарбия тадбирларининг самарадорлиги ошириш, касалликларни билиб даволаш учун 2 гуруҳга бўлинади: А – кичик гуруҳга, организмдаги бор бўлган касалликларни даволаб, тайёрлов ёки асосий гуруҳларга киритиш мумкин бўлганлар қабул қилинади. Б – гуруҳи эса организмда бор бўлган касалликларни бутунлай тuzатиб юбориш имкони бўлмаган, яъни юрак-томир, нафас олиш, сийдик айирув, жигар, кўриш аъзоларида чуқур ўзгариши бор бўлган ўқувчилардан иборат бўлади. Шунингдек, тана қисмларида туғма камчилиги бор бўлганлар ҳам шу кичик гуруҳга мансуб.



Махсус гуруҳ ўқувчиларини “А”, “Б” кичик гуруҳларга бўлиш, даволаш, машқлари меъёрини ҳасталикка хос гуруҳларга учун мўътадил бўлишлигини таъминлаш ўта зарурдир.

МТГ мансуб ўқувчилар билан қўлланадиган жисмоний тарбиянинг асосий вазифалари қуйидагилар:

-Саломатликни мустаҳкамлаш, жисмоний ўсиш ва ривожланишни ўз тенгдошлари каторига етказиш, организмни чиниктириш.

-Организмни иш бажара олиш қўлами ва имконини кенгайтириш учун айниқса, юрак-томир, нафас олиш, нерв тизимларини ҳамда модда ва энергия алмашув жараёнлари фаолиятини мўътадиллаштириш орқали ҳаракат аъзоларининг қувват билан таъминланишини кучайтириш.

-Орагнизмнинг турли касалликларга қарши тура олиш қувватини ошириш.

-Ҳаётий зарур бўлган ҳаркат малакалари ва сифатларини эгаллаш ва уларни мустаҳкамлаш.

Жисмоний-рухий сифатларни тарбиялаш жисмоний машқлар билан мунтазам машғул бўлишга одатлантириш, жисмоний машқларнинг самардорлигига оид назарий билимлар билан қуроллантириш.

Жисмоний машқлар билан тартибли машғул бўлиш - соғлом турмуш тарзи моҳиятига, гигиеник тамойилларга, овқатланиш меъёрларига амал қилиш. Жисмоний иш ва дам олишни тўғри ташкил этиш, табиатни соғломлаштирувчи кучлардан фойдаланишни тушунтириб бериш.

ДТС жисмоний тарбия дастури ўқув меъзонларини бажаришда ўз синфдошларига тенглашиш. “Алпомиш ва Барчиной” талаб-меъёрларини бажаришликка болалар организмни тайёрлаб бориш.

МТГ ўқувчиларига пульсни тинч ҳолатда машғулот давомида санашга ўргатиш.

Тиббий назоратга асосланган ҳолда мактаб раҳбари, шаҳар, туман халқ, таълими бўлими билан келишган ҳолда МТГни белгиловчи буйруқ беради.

Ҳар бир МТГ ўқувчилари 10 тадан ортмаслиги керак. Агар мактабда 15 ўқувчи МТГга мансуб бўлса, қолган гуруҳ бошқа мактабдан келганлар ҳисобига тўлдирилади (халқ таълими бўлими билан келишган ҳолда). Бу ўринда жисмоний тарбия ўқитувчисига ҳақ тўлаш назарда тутилади.

Мактаб врачлари медицина ҳамшираси билан бирга МТГ га ажратилган ўқувчиларнинг фамилияси, исми, синфи, касалликлари ҳақида мактаб жисмоний тарбия ўқитувчисига рўйхат билан маълумот беради. Улар чорак, ўқув йили, дам олиш пайтларига мўължалланган жисмоний соғломлаштирувчи тадбир, машғулотлар иш режасини тузадилар. Шунингдек, ҳар бир ўқувчи учун шахсий фаолиятларида бажаришлари керак бўлган машқлар мажмуасини тузиб, қуёш, ҳаво ваннасида фойдаланишга хос йўл-йўриқлар кўрсатадилар. Шунингдек, ўқувчилар организмни мунтазам кузатиб бориш муддатини жисмоний тарбия ўқитувчиси, медицина ҳамшираси, врач келишиб оладилар. Ҳар бир ўқувчи учун юритиладиган тиббий варақага бажарилиши учун тавсия этилган машқлар йил давомида олиб борилган врач-педагогик кузатув натижалари, ота-оналарга берилган йўл-йўриқлар ва унинг натижалари, кўрсатмалар мунтазам ёзиб борилади. Шунингдек, махсус машқ ва машғулотлар давомида ўқувчининг пульси, нафас олишидаги ўзгаришлари ҳам албатта белгилаб берилади.

Жисмоний тарбия ўқитувчисига МТГ бўйича бўлиши керак бўлган ҳужжатлар: ҳар бир гуруҳ учун ярим йиллик иш режа, дарс баёни, шуғулланувчилар ҳақида батафсил маълумот берувчи журнал (фамилия, исми, шарифи, касаллиги, қадди-қомати, дарс давомида пульс ўзгариши, дарс вазифалари, берилган шахсий топшириқлар) бўлади. Эслатма: ҳар бир машғулотда ўқувчилар пульси навбати билан ўлчанади. Пульс дарсгача, вазифалар эълон қилингандан сўнг, югуриш ўртасида, охирида, УРМашқларининг боши, якунида ва ҳар бир вазифани бажаришдан илгари ва кейин, якуний қисмининг бошланиши ва хайрлашишда саналади. МТГга кирувчи ўқувчилар учун дарсга тайёргарлик кўриш, ташкил қилиш ва олиб бориш, соғлом ўқувчилар билан машғулот ўтишдан кўра анча мураккаб ва масъулиятлидир. Дарс мактаб директори, медицина ҳамшираси, врач олдига кўпгина талаблар қўяди. Мактаб раҳбари аввало дарс самардорлигини оширишга қаратилган шарт-шароит ва керакли жиҳозларни таъминлаб бериши даркор. Медицина ҳамшираси эса дарс жараёнида юзага келиши мумкин бўлган ҳолатларга ёрдам бериш учун тайёр бўлиши керак. Дарсни самарали ўтказишга тиббий маслаҳатлар беради. МТГ гуруҳларида дарс ўтишнинг мураккаблиги шундаки, бир гуруҳда 10 ўқувчи бўлса, уларнинг ёши, жинси, жисмоний, рухий тайёргарликлари, ривожланишлари, жисмоний сифатлари турлича. Энг муҳими, уларнинг касалликлари ҳам бир-биридан фарқ қилади. Масалан, юрак-томир тизимида етишмовчилиги бор III синф ўқувчиси худди шундай етишмовчилиги бор ўрта синф ўқувчиларидан ҳар томонлама фарқ қилади. Бунда машғулот қай тартибда ўтказилади? (Дарс ўтиш услубиётига мансуб бўлган

фикр ва мулоҳаза, кўрсатмаларни навбатдаги бўлимда баён этишга ҳаракат қиламиз). Қўлланма ёзишдан мақсадимиз ҳам шундан иборат.

Машғулот жараёнида ўқувчилар пульсини ўзгаришига қараб, жисмоний тарбия ўқитувчиси, тиббиёт ходими машқларга организмнинг мослашиши, ижобий ёки салбий таъсири ҳақида тўғри хулоса чиқаришга ҳаракат қиладилар.

#### **АДАБИЁТЛАР:**

1. Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисидаги қонунни янги таҳрири ( 2015 йил. 06 сентябрь).
2. Таълим тўғрисидаги Қонун, 1997 йил 29 август.
3. Кадрлар тайёрлаш миллий Дастури. 1997 йил 29 август.
4. Умумтаълим мактаблари давлат таълим стандартларин тасдиқлаш тўғрисидаги қарор. 1999 йил 16 август.
5. “Ёшлар йили” давлат дастурини шакллантириш борасида чора-тадбирлар ҳақидаги фармойиш. 2008 йил , март.
6. Антропова М.В. “Что надо знать о двигательной активности и закалывания детей”. Журнал: Физическая культура в школе. 1993йил №3 сон. Москва.
7. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. Высшая школа. М. 1986г.
8. Васин Ю.Г. Физическое упражнения основа профилактики и ожерения детей. Киев 1981г.

#### **ADAPTIV JISMONIY MADANIYAT RIVOJLANISHINING FAOLIYAT YO'NALISHI.**

10.53885/edinres.2022.41.26.033

**Nazarova N.E., BuxDU Jismoniy madaniyat nazariyasi va  
uslubiyati kafedrası o'qituvchisi.**

**Ergashev D.E., BuxDu jismoniy madaniyat fakulteti  
psixologiya (sport) yo'nalishi 3 kurs talabasi.**

#### **Annotasiya.**

Ushbu maqolada adaptiv jismoniy madaniyatning rivojlanishi va faoliyat yo'nalishlari hususida ma'lumotlar berilgan. Imkoniyati cheklangan insonlarni jamiyatdagi o'rni, muammolar va ularning yechimlari hamda sohada mutaxassislarni tayyorlash xususida so'z boradi.

#### **Аннотация.**

В данной статье дана информация об развитии адаптивной физической культуре и об направлении деятельности. Рассматриваются вопросы место в обществе лиц с ограниченными возможностями, проблемы и пути их решения а также, о подготовке кадров в сфере.

#### **Annotation.**

This article provides information about the development of adaptive physical culture and the direction of activity. The issues of the place in society of persons with disabilities, problems and ways to solve them, as well as training in the field are considered.

**Kalit so'zlar:** Adaptiv jismoniy tarbiya, adaptiv sport, imkoniyati cheklanganlar, sport-sog'lomlashtirish va jismoniy tarbiya, jismoniy va psixologik jihatlar, paralimpiya sporti.

**Ключевые слова:** Адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, люди с ограниченными возможностями, физкультурно-оздоровительная воспитание, физические и психические качества, паралимпийский спорт.

**Key words:** Adaptive physical culture, adaptive sports, people with disabilities, health education, physical and mental qualities, Paralympic sports.

O'zbekistonda ro'y berayotgan ijobiy ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlarga qaramay, nogironligi bo'lgan shaxslar hayotning turli sohalarida, masalan, jamoat joylari, sport majmualari, ta'lim muassasalaridan foydalanish imkoniyati va hokazolarda kamsitishlarga duch kelmoqda.

Imkoniyati cheklangan insonlarning muammolari shunchalik kengki, ular kompleks ilmiy yondashuvni, turli bilim sohalarida mutaxassislari - o'qituvchilar, ijtimoiy xodimlar, shifokorlar, psixologlar, defektologlar va boshqalarning ishtirokini talab qiladi.



<u>Б.Мамуров.</u> <i>Убенов Пазылбек Керимнияз улы, ОЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИНИ МОДЕРНИЗАЦИЯЛАШНИНГ УСТУВОР ЙЎНАЛИШЛАРИ.</i> .....	55
Ибрагимов М. БОКСДА ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРНИНГ АҲАМИЯТИ.....	57
<u>F.S. Fazliddinov.</u> ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЙИЛЛИК ЦИКЛИДАГИ МАШҒУЛОТ ЮКЛАМАЛАРИ.....	60
Г. Р. Муратова, Комилова М. СДАЧА НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА «АЛПОМИШ» И «БАРЧИНОЙ» КАК ФУНДАМЕНТ ДЛЯ БУДУЩИХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ В СПОРТЕ И ОБОРОНЕ СТРАНЫ.....	62
<i>Р.Ю.Бабадинов.</i> МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИ ҲОЛАТИНИНГ ТАҲЛИЛИ.....	65
Усмонов Ш. МАХСУС ТИББИЙ ГУРУҲ УЧУН ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИШЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ МАЗМУНИ ВА ВАЗИФАЛАРИ.....	67
Nazarova N.E., Ergashev D.E., ADAPTIV JISMONIY MADANIYAT RIVOJLANISHINING FAOLIYAT YO'NALISHI.....	70
<u>А.Ш.Иноятов</u> КЕКСА ЁШДАГИ КИШИЛАРНИНГ САЛОМАТЛИГИНИ МУХОФАЗА ҚИЛИШДА ГЕРОНТОЛОГИЯ ВА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ ИНТЕГРАТИВ ФАОЛИЯТИ .	72
Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich. ZAMONAVIY MAKTAB SHARTOTLARIDA TA'LIM VA JISMONIY TARBIYA MUAMMOLARI.....	75
Axmedov Qahramon Asliddinovich, Musayev Otabek Qudrotovich. UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARI GIMNASTIKA MASHG'ULOTLARINI KOMPENTENSIYAVIY YONDOSHUV ASOSIDA TASHKIL QILISH.....	77
Rayimov Shaxzod Alikulovich, Musayev Otabek Qudrotovich. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA HARAKATGA O'RGATISH JARAYONINING TUZILISHINI LOYIHALASH. ....	79
Бобров А.Д. , Иванова М.М. ВЛИЯНИЕ ГРАФИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА РЕЗУЛЬТАТ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	81
Пашкова Анастасия Николаевна, Пашков Артем Петрович, ФИЗИЧЕСКОЕ САМОВОСПИТАНИЕ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА.....	83
Толистинов Богдан Генодиевич, ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТИ В САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ АКТИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ.....	85
Elova Sitora Axmatkulovna. TA'LIM MUASSASALARIDA O'TKAZILADIGAN JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARINING MUAMMOLARI.....	87
М.К.Хожимуродова. JISMONIY FAOLLIKNING INSON RUHIYATIGA VA SHAXS KOMPETENSIYASIGA TA'SIRI.....	89
<u>O.Yo.Tolibova</u> 1-4 SINIF O'QUVCHILARIGA JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA TABAQALI-INDIVIDUAL YONDASHISH.....	91
Nurullayev Jasurbek Otaxon o'g'li. TALABALARINING UMUMIY- O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDAGI AMALIYOTGA KASBIY- PEDOGOGIK TAYYORGARLIK DARAJASINI BAHOLASH USLUBINI ISHLAB CHIQUISH.....	93
Абдуллаев Абдуқаюм Абдулхаевич., ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСИ СИНФДАН ТАШҚАРИ ИШЛАР ЖАРАЁНИДА ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИНИ ЎТКАЗИШ МАЗМУНИ.....	95
R.X.Kadirov, R.R.Latipov, M.N.Jumaeva. SPORT FAOLIYATIGA YO'NALTIRISHNING IJTIMOY MUAMMOLARI VA YECHIMLARI.....	98
Лебедева Надежда Олеговна, Кузнецова Елена Дмитриевна. ФОРМИРОВАНИЕ ОСАНКИ И ПЛАСТИЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ СТУДЕНТОК В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ.....	101
Ғ.Э.Эшматов. МИЛЛИЙ ЎЙИНЛАР ОРҚАЛИ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ.....	103
Қамбаров О.Ф. ГИПОДИНАМИК ОМИЛЛАРНИНГ БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИ ЖИСМОНИЙ ҲОЛАТЛАРИГА ТАЪСИРИ.....	106
Qurbonov X., Khoshimova Mehrangiz Olmurod qizi. UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABI O'QUV FANLARIDAGI INTEGRATSIYA JARAYONLAR.....	108
Qurbonov X., Maxsudova Mohigul Muxtor qizi. UMUMIY VA O'RTA MAXSUS KASB-HUNAR TA'LIM MUASSASALARIDA QIZLARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORTGA JALB QILISH MASALALARI.....	110