

“JISMONIY MADANIYAT VA SPORT:  
TA'LIM DASTURLARINI TAKOMILLASHTIRISH,  
MUAMMOLAR VA YECHIMLAR”

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ПРОГРАММ, ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ

PHYSICAL CULTURE AND SPORT:  
IMPROVING EDUCATIONAL PROGRAMS,  
PROBLEMS AND SOLUTIONS

**Xalqaro miqyosidagi  
ilmiy amaliy-anjuman**



2023-yil 1-2-may

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIIY TA‘LIM FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI**

**“JISMONIY MADANIYAT VA SPORT: TA‘LIM  
DASTURLARINI TAKOMILLASHTIRISH, MUAMMOLAR VA  
YECHIMLAR”**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ПРОГРАММ, ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORT: IMPROVING  
EDUCATIONAL PROGRAMS, PROBLEMS AND SOLUTIONS**

**Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman**

**2023 yil 1-2 may**

**Buxoro – 2023**

**“INSONGA E’TIBOR VA SIFATLI TA’LIM”** yiliga bag‘ishlangan, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 7 martdagi 101- son farmoyishiga asosan Buxoro davlat universitetida xalqaro hamkorlar ishtirokida 2023 yil 1-2 may kunlari “jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar” mavzusida Respublika ilmiy retsenziyalangan onlayn-konferensiya o‘tkaziladi.

**Anjumanning maqsadi:** Yosh avlodning harakat faolligini optimallashtirish muammolarini hal etishning yangi yo‘llarini izlash, ularning jismoniy tayyorgarligi hamda jismoniy tarbiyasi jarayoniga yangi shakllar va metodlarni joriy qilish bobida metodologik va uslubiy sharoitlarini o‘rganish.

### **Anjumanning tashkiliy qo‘mitasi:**

#### **DASTURIY QO‘MITA**

1	O.X.Xamidov	BuxDU rektori, rais
2	R.T.Rasulov	BuxDU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, rais muovini
3	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
4	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
5	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
6	R.X.Kadirov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
7	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
8	X.N.Xakimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
9	N.I.Davronov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
10	A.Sh.Inoyatov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
11	F.B.Muzaffarova	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
12	Q.Q.Qobiljonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini o‘qituvchisi, a‘zo
13	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), kotib

#### **II TASHKILY QO‘MITA**

1	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
2	B.B.Qobilov	BuxDU xodimlar va talabalar kasaba uyushmasini raisi, a‘zo
3	U.U.Rashidov	BuxDU moliya va iqtisodiyot ishlari bo‘yicha prorektori, a‘zo
4	G.T.Zaripov	BuxDU I va IPKT bo‘limi boshlig‘i, a‘zo
5	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
6	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
7	Q.P.Arslonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
8	G‘.M.Salimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
9	Sh.Dj.Abdullayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
10	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
11	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
12	A.T.Toshev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
13	R.S.Baymuradov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
14	M.B.Ibragimov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
15	D.I.Kurbanov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo

Barcha ma‘ruza tezislari (maqolalar) tahririyat tomonidan anonimlashtirilgan holatda tekshiriladi va tekshiruvdan ijobiy o‘tgan ma‘ruza tezislari nashr etiladi hamda har bir muallifga elektron SERTIFIKAT beriladi. Ma‘ruza tezislari berilgan ma‘lumot uchun mualliflarning o‘zlari javobgar hisoblanishadi.

Mazkur ilmiy amaliy-anjuman konferensiyada professor-o‘qituvchilar va ilmiy tadqiqotchilar jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishida o‘z ilmiy izlanishlari natijasida tayyorlangan ma‘ruza tezislari (maqolalar) bilan qatnashadi

## **BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI REKTORI O.X.XAMIDOVNING ANJUMAN ISHTIROKCHILARI VA MEHMONLARIGA TABRIK SO‘ZI**

### **Hurmatli anjuman ishtirokchilari!**

Jismoniy madaniyat shaxsni kompleks shakllantirish tizimining uzviy qismidir.

O‘tib kelayotgan yosh avlodning sog‘ligi haqida g‘amxo‘rlik, ularda sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini rivojlantirish, mustaqil shug‘ullanish hamda jismoniy salomatligini diagnostik nazorat qilish mexanizmlarini singdirish pedagogik jarayonning ajralmas komponenti hisoblanadi.

Respublikada oxirgi yillarda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, imkoniyatlari cheklangan shaxslarning jismoniy reabilitatsiyasi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish hamda mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta‘minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sport sohasida aholi sog‘lig‘ini mustahkamlashga ko‘maklashadigan aniq dasturlarni amaliyotga joriy etish uchun raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash tizimini tubdan isloh qilish, qo‘shimcha shart-sharoitlar yaratish zarurati oliy ta‘lim tizimida yangi bakalavriyat yo‘nalishlari va magistratura mutaxassisliklarida o‘qitiladigan fanlar tarkib va mazmunini qayta ko‘rib chiqishlikni taqozo etadi.

O‘tgan davr mobaynida respublikamiz, viloyatimiz, xususan, Buxoro davlat universitetida jismoniy tarbiya va sportni targ‘ib qilish, yoshlarning sog‘lom turmush tarziga rioya qilishini ta‘minlash bo‘yicha keng ko‘lamli ishlar amalga oshirildi.

Universitet talaba yoshlari uchun sport to‘garaklari faoliyati jonlantirildi, ommaviy sport turlari musobaqalarning muntazam o‘tkazib borilishi yo‘lga qo‘yildi. Talabalarimiz boks, erkin kurash, yunonrum, milliy kurash, turon, yengil atletika sport turlari bo‘yicha xalqaro sport musobaqalarida yuqori natijalarni qo‘lga kiritib kelmoqdalar. Ayniqsa “Universiada-2022” musobaqalarining respublika final bosqichida “Dzyudo”, “Kurash”, “Voleybol” sport turlari bo‘yicha talabalarimiz umumjamoa hisobida birinchi o‘rinni qo‘lga kiritdi.

Jismoniy madaniyat fakultetida “Jismoniy tarbiya, sport faoliyati diagnostikasi va korreksiyasi”, “Sport sog‘lomlashtirish” ilmiy tadqiqot markazlari faoliyat olib bormoqda. O‘ylaymanki, bugun tashkil etilgan anjuman ham bu borada qilinishi lozim bo‘lgan ishlar mazmuni va ko‘lamini belgilab beradi.

10 yildan buyon o‘tkazib kelayotgan “Jismoniy madaniyat va sport: ta‘lim dasturlarini takomillashtirish muammo va yechimlar” bo‘yicha xalqaro ishtirokchilar hamkorligida ilmiy-amaliy anjumanlarimizda 80 dan ortiq tashkilot vakillari ishtirok etdi. Ayniqsa, yaqin hamdo‘stlik davlatlaridan sohaning yetuk mutaxassislari global muhitda jismoniy tarbiya va sport muammolarini hal etishning o‘ziga xos yechimlari va amaliy tavsiyalari bilan benazir hissa qo‘shib kelmoqdalar.

Jismoniy madaniyat va sport: ta‘lim dasturlarini takomillashtirish muammo va yechimlari mavzusida o‘tkaziladigan anjuman ta‘lim muassasalari va sport maktablarida zamonaviy ta‘lim-tarbiya jarayonini tashkil etish, yangicha ta‘lim dasturlarini ishlab chiqish va oliy ta‘lim amaliyotiga joriy etish bilan bog‘liq muammolarini ochiq-oydin muhokama qilish uchun samarali maydon bo‘ladi.

Hurmatli anjuman ishtirokchilari va mehmonlar! Asosli amaliy muloqot, foydali ish munosabati, jismoniy tarbiya hamda sport sohasini rivojlantirishning yangi yo‘llarini belgilab olish yo‘lida omad tilayman!

**E‘tiboringiz uchun raxmat.**

3. Абдуллаев А., Ханкельдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти: Жисмоний тарбия институти ва олий таълим муассасалари жисмоний тарбия факультетлари учун дарслик. – Т., 2018. 268-б.
7. Абдурахмонов М., Махмудов А.Т. Жисмоний тарбия ва спорт. Спорт тиббиёти. – Т.: ИТА, 2018. – 84 б.
8. Абу Али ибн Сино. Тиб қонунлари. 1-жилд // Таржимон: Расулов А.Р. Қаюмов А.П. – Т.: Муҳаррир, 2013. – 692 б.
9. Гончарова О.В. Болалар жисмоний сифатларини тарбиялаш. – Т.: Ilmiy texnika axboroti press nashriyoti, 2018. – 204 б.
10. Umumiy o'rtta ta'limning davlat ta'lim standarti va o'quv dasturi. Boshlang'ich ta'lim. "Ta'lim taraqqiyoti" jurnali. –Toshkent. 1999. 7 – maxsus son. - 71-135-betlar. Umumiy o'rtta ta'limning davlat ta'lim standarti va takomillashtirilgan o'quv dasturi. // "Boshlang'ich ta'lim" jurnali. –Toshkent. 2005. 5-son.
11. Бошланғич таълим концепцияси. Тузувчилар: Абдуллаева Қ.А, Сафарова Р.Ф ва б. "Бошланғич таълим" журнали. 1998. 6- сон -12-18 бетлар.
12. Шарипова ДД. и др. Формирование здорового образа жизни: учебное пособие для студентов институтов физической культуры и факультетов физического воспитания. - Ташкент: Лидер Пресс, 2005. - 180 с.
13. Umumiy o'rtta ta'limning davlat ta'lim standarti va o'quv dasturi. Boshlang'ich ta'lim. "Ta'lim taraqqiyoti" jurnali. –Toshkent. 1999. 7 – maxsus son. – 71-135-betlar. Umumiy o'rtta ta'limning davlat ta'lim standarti va takomillashtirilgan o'quv dasturi. // "Boshlang'ich ta'lim" jurnali. –Toshkent. 2005. 5-son.
14. Атоев А.Қ., Саидов И.И. Маҳаллада кичик синф ёшидаги болаларни жисмоний тарбиялаш ва соғломлаштириш//“Педагогик маҳорат” БухДУ педагогика ва жисмоний тарбия факультетининг назарий ва илмий-метоик журнали. Бухоро. 2010. 2-сон 28-31 бет.

**Сардор Содиқович Самадов**

Бухоро давлат университети

Спорт назарияси ва методикаси кафедраси ўқитувчиси

## **МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАР РИВОЖЛАНИШНИНГ ЁШ ХУСУСИЯТЛАРИ ВА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ МАШҒУЛОТЛАРИ**

**Аннотация:** Мақолада табақалаштирилган ҳаракатли ўйинлардан мақсадли фойдаланиш асосида мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний тарбиялаш жараёнини мақбуллаштиришнинг усулий йўлларини аниқлаш ҳамда болаларни тарбиялаш усулларнинг самарадорлиги мактабгача ёшдаги болалар тарбиясини психик ривожлантириш йўллари тадқиқ этилган.

**Калит сўзлар:** мактабгача таълим, болалар, ривожланиш, жисмоний тарбия, ўйин.

**Аннотация:** В данной статье исследуются методические пути оптимизации процесса физического воспитания дошкольников, основанные на целенаправленном использовании дифференцированно-двигательных игр, и эффективность методов детского воспитания в вопросах психического развития дошкольников.

**Ключевые слова:** дошкольное воспитание, дети, развитие, физическое воспитание, игра.

### **Age features of preschool children's development and physical education classes**

**Abstract:** The article explores ways to optimize the process of physical education of preschool children based on the targeted use of stratified movement games, as well as the effectiveness of methods of child rearing and ways of mental development of preschool education.

**Keywords:** preschool education, children, development, physical education, play.

Ўзбекистон Республикасининг мустақиллиги туфайли барча соҳаларда ҳар томонлама юксалиш юз бераётгани, туб ижтимоий-сиёсий ва маънавий ўзгаришлар умуминсоний кадрятлар тизимида янгиланиш, инсоннинг барча шахсий эҳтиёжлари, талаблари ва манфаатлари биринчи ўринга кўтарилаётгани, айниса ўсиб келаётган ёш авлоднинг маънавий-ахлоқий ва жисмоний имкониятлари янада ошаётгани бугунги кунда сир эмас.

Соғлом авлод - соғлом юрт демакдир. Соғлом авлодни тарбиялаш вазифаси эса биринчи навбатда мактабгача тарбия муассасалари зиммасидадир.

Шу муносабат билан янги инсонни тарбиялашнинг мураккаб ва кўп қирралимуҳим муаммосининг муҳим йўналиши - ҳар бир кишида ўз соғлиги тўғрисида ўз қайғуриш маданиятини сингдиришдир. Уни таркиб топтириш учун оила, мактабгача таълим муассасалари, маҳалла, соғлиқни сақлаш, жисмоний тарбия ва спорт тизимларининг ходимлари бутун куч қувватини, ғайратларини ишга солиб, боланинг онгига ёшлигидан жисмоний тарбияга бўлган муҳаббатни сингдириб боришлари даркор. Бугун ҳеч кимга сир эмас, эрта ёшдан бошлаб спорт билан мунтазам шуғулланадиган болаларгина жисмонан соғлом, бақувват бўлиб вояга етади, Шуасосда ҳар бир ота-онанинг эзгу орзуси бўлмиш соғлом фарзанд ўстириш, аҳолимиз ўртасида соғлом турмуш тарзини кенг қарор топтириш учун катта имкониятлар пайдо бўлади. Мактабгача жисмоний тарбия тизимида болаларни педагогика ва психология асосида ҳар томонлама шаклланиши, ҳаракат, жисмоний қобилиятларининг такомиллашишини, ҳаракат малакаси, кўникма ва билимларини катталарнинг педагогик жараёни таъсири остида тарбиялаш ва ўргатиш лозимдир. Мактабгача бўлган давр боланинг ривожланишида муҳим давр ҳисобланиб, унинг саломатлигига, жисмоний ривожланишига ва ҳаракат маданиятига замин яратади. Шунинг учун ҳам мактабгача таълим муассасаларида жисмони тарбия бўйича иш олиб бориш кенг маънода аҳамиятлидир. Мазкур ишимизда мактабгача тарбия муассасаларида жисмоний тарбияни ташкил этиш шакллари, яъни спортга оид кўнгили очадиган машқлар, ҳаракатли ўйинлар, жисмоний машқлар, сайрга олиб чиқишлар, гимнастика турига хос машғулотлар тавсия этилади. Гимнастика машқларидан унумли фойдаланиш болаларни барча бажарадиган ҳаракатларини аниқ ва равшан бажаришга одатлантиради. Ҳаракатли ўйинларда эса болалар ўрганган ҳамда ўзлаштирган асосий ҳаракат ва кўникма ва малакаларидан фойдаланадилар.

Мураккаб спорт ўйинлари, расмий мусобақалар мактабгача таълим ва тарбия муассаса ёшидаги болалар билан ўтказилиши тавсия этилмайди, чунки бу машғулотлар давомий машқ қилишни ҳамда катта жисмоний юклама ва асаб зўриқишини талаб қилади. Лекин спорт ўйинларининг энгил элементларини ҳамда кўнгили очар машқларни, спорт турларининг айрим машқларини мактабгача таълим ва тарбия муассаса болаларига тавсия этиш жуда аҳамиятлидир. Жисмоний машқларни танлаб олишда умуман мактабгача таълим ва тарбиямуассаса болаларини эмас, балки мактабгача таълим ва тарбия муассаса болаларининг аниқ ёшдаги гуруҳларини ҳисобга олмоқ зарур. Шунини унутмаслик керакки, ўтказиладиган машғулотларни мураккаблаштириб бориш фақатгина машқларнинг ҳажми ҳамда меъёрини ошириш ҳисобидан бўлиб қолмасдан, балки улардан ҳаракатларни сифатли бажариш талаб қилиниши зарур. Бу ерда боланинг тайёргарлик даражасини ҳисобга олмоқ даркор: масалан, катта гуруҳдан мактабга тайёрлов гуруҳига ўтказилиш даврида бола ҳалигача тўғр сакрашни ўзлаштира олмаган ёки ўрганмаган бўлиши мумкин. Шундай бўлмоқлиги зарурки, яъни у ҳеч бўлмаганда баландликаа сакраганда олдинига 20 см, сўнг 25-30 см га бемалол сакрай олиши лозим. Боланинг ўз вақтида ўзлаштира олмаганининг сабаби шундан иборатки, ушбу турларга ўргатиш биргаликда олиб борилмаган.

Ҳаракатларнинг асосий турлари (юриш, югуриш, мувозанат, осилиш, сакраш, улоқтириш) ни 5-6 ёшли болалар етарли даражада ўзлаштира олмаганлиги уларнинг ўйин фаолиятида ва ўзлари мустақил шуғулланишида шуҳаракатлардан жуда кам фойдаланишидан дарак беради.

Таниқли психологлар А.С.Вьготский, А.В.Запорожец, А.Н.Леонтьева таърифича мактабгача ёшда ўйин етакчи фаолият бўлиб, у туфайли бола психикасида катта ўзгаришлар юз беради. Ҳаракатли ўйинлар мактабгача ёшдаги бола учун энг қулай фаолият шакли бўлиб, ҳаракатлар кўникмасини онгли равишда такрорлашни кўзда тутати.

Мактабгача таълим ва тарбия муассасаларидаги кун тартибидаги жисмоний ҳаракатлар болаларга ижобий таъсир этиб, уларнинг жисмоний ривожланишига, иш фаолиятига, болалар баданининг чиниқишига олиб келади, буларнинг ҳаммаси болаларни турли касалликлардан сақлаб қолишга сабаб бўлади.

Шунга кўра, мактабгача ёшдаги болаларни жисмонан ва психик жиҳатдан соғломлаштириш, боланинг ҳаракат соҳасини ривожлантириш, чакқон, кучли, жасур бўлишдек ҳаётий эҳтиёжлар асосида ҳаракатга бўлган қизиқишини кучайтиришнинг самарали воситаларини излаб топиш долзарб масала ҳисобланади. Мазкур муаммонинг ечими, бизнингча, яхлит тарбия жараёнини, боланинг ҳар томонлама мутаносиб, жумладан, жисмоний ва психик ривожини таъминловчи ижтимоий-педагогик шароитлар бирлигини яратишда. Бунда болаларнинг ҳаракат фаолиятини ташкил этишнинг ўйин шакллари энг қимматли ҳисобланади.



Ёш жиҳатдан аралаш гуруҳлардаги жисмоний маданият машғулотилари жисмоний машқларни жуда синчиклаб танлашни талаб этади. Бу машқлар бир гуруҳга бирлашган барча болаларнинг ёш хусусиятлари ва имкониятларига мос келиши лозим. Бола ривожланишидаги ҳар бир алоҳида ёш босқичи ўзининг психик ва жисмоний хусусиятларига эга. Шунинг учун жисмоний машқлар ва таълим методикасининг мазмуни ҳам ҳар хил бўлиши керак. Кичик ёшдагилар учун оғирлик қиладиган, бевақт берилган ва айни пайтда катта ёшдаги болалар учун енгил, бирмунча психик ва жисмоний зўр беришни талаб этмайдиган материал иккала ҳолда ҳам мақсадга мувофиқ эмас. Кичик ёшли болалар ўзлари учун мураккаб бўлган зарур оралиқ звенодаги қийинчидикларни муваффақиятсиз тарзда бартараф этадилар. А.В.Запорожец «Ҳар бир ёш босқичида умумий психофизиологик бинонинг навбатдаги қавати кўйилади, вазифа уни беҳуда шошма-шошарликсиз, олдинги қаватни битириб бўлмасдан кейингисини кўймасдан жуда ярашикли қилиб қуришдан иборатдир», - деб огоҳлантиради.

Айни пайтда катта ёшли болалар ўз имкониятларидан паст машқларни бажараётганларида уларнинг ўзларига бериладиган ақлий ва жисмоний зўр беришни талаб этмайдиган материалга нисбатан қизиқиши йўқолади. Шунинг учун аралаш гуруҳларга мўлжалланган машғулотилар дастурининг мазмуни ҳар бир ёш гуруҳи болалари имкониятларига мос бўлиши лозим.

Бундай гуруҳларда машғулоти режалаштиришнинг қийинлиги шундаки, бир томондан ҳар бир гуруҳ болалари учун уларнинг ёш гуруҳларига мувофиқ жисмоний машқларни танлаш, иккинчи томондан барча болаларни улар учун қизиқарли бўлган фаолиятга бирлаштириш имконини топиш зарур.

Машғулот бошланиши олдида катта ёшли болалар спорт кийимларини киядилар, сўнг уларнинг айримлари бирмунча кичик ёшлиларнинг кийинишига ёрдам берадилар, бошқалари эса зарур жисмоний маданият инвентарини машғулотиларга мустақил тайёрлайдилар. Иш шундай ташкил этилганда кичиктоғлар машғулоти ўтказишни орқага сурмайдилар, катта ёшлилар эса ўзларининг ёшига яраша меҳнат фаолияти тури билан шуғулланадилар ва кичикларга ёрдам кўрсатадилар.

Машғулот турлича бошланиши мумкин: масалан, хонага дастлаб кичик болалар кирадилар ва ўтирадилар, улардан сўнг катта ёшли болалар кирадилар. Уларнинг қадди-қоматни тутиши ва ҳаракатлари кичиклар тақлид қилишлари учун кўрғазмали намуна бўлиб хизмат қилади.

Шундан сўнг кичик ёшли болалар ўз дастурлари бўйича қатор машқларни бажарадилар. Бунда баъзан катта ёшли болалар машқларни бажариш усулини кўрсатган ҳолда қатнашишлари мумкин (масалан, доира бўйлаб сафланишда катта ёшли болалар кичик ёшлилар ўртасида турадилар, кичиктоғлар уларнинг ҳаракатларини қузатиб турадилар). Бошқа бир ҳолда эса кичик ёшлиларни гуруҳчаларга бўлиш ва уларнинг ҳар бирини катта ёшлиларга топшириш мумкин, катта ёшлилар уларни тарбиячи раҳбарлигида ўргатиб борадилар.

«Қаранглар, - дейди Тарбиячи - катта болалар байроқчаларни юқорига қандай кўтаришяпти ва оҳиста пастга туширишяпти». Намойишдан сўнг у: «Энди сизлар ҳам катталар билан биргаликда шу машқни бажаринг», - дейди. Ишни бундай ташкил этиш катта тарбиявий мазмунга эга бўлиб, у катта ёшли болаларда масъулият, аҳиллик, қониқиш ҳиссини, кичикларда эса барча нарсани яхши адо этадиган ўзидан катталарга ҳурмат ҳиссини уйғотади. Шундай бўлиши ҳам мумкинки, тарбиячи кичик болалар билан банд бўлганда катта ёшлилар хонанинг иккинчи бурчагида бошқа бирор ҳаракат тури билан мустақил шуғулланишади, бунда улар тарбиячи эътиборида бўладилар.

Болаларни машғулотида уюштиришнинг у ёки бу шаклини танлаш, машғулот вазибалари ва мазмунига, болалар сонига ҳамда уларнинг умумий интизомига боғлиқдир.

Кичик ёшли болалар билан ҳаракатли ўйин ўтказишда (баъзан барча болалар учун умумий ўйин ўтказилиши мумкин) тарбиячи катта ёшлилар гуруҳидаги айрим болаларга ўйинни тушунтиришни (агар болаларда бундай тажриба бўлса), ўйин вазияти ҳосил қилишни (стулларни қўйиб чиқиш, зарур бўлганда ўйинчоқларни жойлаштириш ва бошқалар) ёки она қуш, қурқ тозук, мушук, автомобиль ролини бажаришни топширади: бошқа болалар ўйинда кичик ёшлилар билан бирга қатнашишлари мумкин.

Ўйиндан сўнг кичик ёшлилар энага қузатуви ва ёрдамида сайрга тайёрланадилар, катта ёшлилар эса, тарбиячи билан ўз дастурлари бўйича шуғулланишни давом эттирадилар.

Келтирилган машғулот режаси тахминий ҳисобланади ва у доимий бўлиши мумкин эмас. Ёш жиҳатдан аралаш гуруҳларда жисмоний маданият машғулотиларини ҳар хил ташкил қилишга интилиш зарур. Масалан, болалар навбати билан шуғулланишлари мумкин: дастлаб катта ёшли болалар шуғулланадилар, кичик ёшлилар эса бу вақтда энага қузатувида ўйнайдилар ёки аксинча

## ***“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar”***

- кичик ёшлилар тарбиячи ҳамкорлигида жисмоний машқлар билан шуғулланадилар, катта ёшли болалар эса тарбиячининг топшириғига кўра бирорнарсга билан мустақил машғул бўладилар.

Амалда аралаш гуруҳларни комплектлашнинг турли усуллари мавжуд.

Чунончи, Н.В.Потехина икки аралаш ёшдаги болаларни бирлаштиришни муваффақиятли деб ҳисоблайди. Бунда асосий ҳаракатларга (юриш, югуриш ва ҳоказо) ўргатиш дастурининг баъзи хусусиятларига эътибор берилди. Бу шундан иборат бўладики, дастур талабларининг мураккаблашуви қанчалик. янги ҳаракатларни киритиш ҳисобига эмас, балки уларни бажаришни ўрганишнинг турли усуллари ва сифат ҳамда миқдор кўрсаткичларини яхшилаш ҳисобига амалга оширилади. Шунинг учун жисмоний маданият машғулотида икки гуруҳча учун асосий ҳаракатларнинг бир турини режалаштириш мумкин, бироқ бунда дастур талаблари турлича бўлади. Бу эса болалар фаоллигини, диққатининг жамлигини, машғулотнинг мотор зичлигини сақлаб қолишни таъминлайди. Масалан, кўпроқ кичик ёшли болалардан иборат кичик ўрта гуруҳчада кичик гуруҳ дастури ҳисобга олинади, бироқ ўрта гуруҳ ёшидаги болалар учун машқлар мураккаблаштирилади ва унинг бажарилиш сифатига бўлган талаб оширилади. Катта - тайёрлов гуруҳларига мўлжалланган

машғулотлар ҳам худди шу тарзда режалаштирилиши мумкин. Агар бу гуруҳда тайёрлов гуруҳи болалари кўпроқ бўлса, у ҳолда материал улар имкониятларини ҳисобга олиб режалаштирилади, бироқ талаблар кичик ёшлиларга нисбатан енгиллаштирилади. Бунда иккала ёш гуруҳидаги болаларнинг жисмоний ва умумий ривожланиши даражаси ҳисобга олинади.

### **Фойдаланилган адабиётлар**

1. Зокирова Н. Н. Махсус мактабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия жараёнини такомиллаштириш усуллари // Современное образование (Узбекистан). – 2014. – №. 12. – С. 34-41.

2. Абдуллаева Б. П. Мактабгача таълим ташкилотлари ва бошланғич синфларда жисмоний тарбия машғулотларини ташкил қилиш // Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 3.

3. Усмонов Ш. Х., Самадов С. С., Фармонов А. Ч. Физкультурно- спортивные интересы и мотивационные установки студентов // Вопросы науки и образования. – 2021. – №. 4. – С. 129.

4. Kh, Kadirov R., R. S. Shukurov, and S. S. Samadov. "The Inquiry On The Changes Of Relations Towards The Basics Of The Culture Of Healthy Life In The Students Of Elective Courses." International Journal of Progressive Sciences and Technologies 25.2 (2021): 112-118.

5. Sadikovich S. S. Physical Culture and Sports as the Basis for a Healthy Lifestyle for Young People. – 2022.

6. Абдуллаев К. Ф., Жураев Б. Т. Формирование правильной осанки ребенка в семье // Вестник науки и образования. – 2020. – №. 21-3 (99). – С. 30-33.

7. Жураев Б. Т. Деятельность педагога по гуманизации учебно- воспитательного процесса // Научные школы. Молодежь в науке и культуре XXI в.: материалы междунар. науч.- творч. форума. – 2017. – Т. 31.

8. Ortiqov O. R. O'QITUVCHI FAOLIYATIDA PEDAGOGIK DEONTOLOGIYA VA KOMPENTLIKNING ROLI VA AHAMIYATI // Scientific progress. – 2021. – Т. 2. – №. 5. – С. 42-47.

9. Ortiqov O. R. GLOBALLASHUV JARAYONIDA BO'LAJAK O'QITUVCHILARDA MAFKURAVIY IMMUNITETNI RIVOJLANTIRISH OMILLARI // Scientific progress. – 2021. – Т. 1. – №. 5.



<b>Buxoro davlat universiteti rektori O.X.Xamidovning anjuman ishtirokchilari va mehmonlariga tabrik so’zi.....</b>	<b>3</b>
<b>1-sho’ba: Jismoniy tarbiya va sport sohasida kompetensiyaviy ta’limni joriy etish tajribalari, muammolari va yechimlarni tahlil etish.....</b>	<b>4</b>
Безносюк Александр Алексеевич, Мамуров Баходир Бахшуллоевич. ПСИХОЛОГИЯ ПОДАЧИ В ВОЛЕЙБОЛЕ .....	4
Shiyan Victor V. SCIENTIFIC SUPPORT AND METHODOLOGICAL SUPPORT FOR MANY YEARS OF TRAINING OF HIGHLY QUALIFIED ATHLETES IN THE TYPES OF MARTIAL ARTS	6
Abbosova Mubinabonu Qaxxorjon qizi. JISMONIY TARBIYA VA OMMAVIY SPORTNING ZAMONAVIY MUAMMOLARI.....	9
Г.Я.Гревцева, К.Ф.Абдуллаев. ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО-ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	11
Абдуллаев Ш.Дж. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТ СТУДЕНТОВ ВУЗА В СФЕРЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» .....	12
Akramova Gulhayo Mexridin qizi. O’QITUVCHILARNING DEONTOLOGIK KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISH MASALALARI. ....	14
I.I.Saidov, Aloyev Sardor Samadovich. “JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA TABAQALI-INDIVIDUAL YONDASHISH” (12-13 YOSHLI O’QUVCHILAR MISOLIDA).....	16
Арипов Ю.Ю., Оринов Н.И. Олий таълим муассасаларида спорт клублари фаолиятини ташкил этишдаги муаммолар ва истиқболдаги вазифалар .....	18
A.Sh.Inoyatov, N .N. Djumayev. O’ZBEKISTONDA JISMONIY TARBIYA TIZIMI RIVOJLANISHINING ISTIQBOLLI YO’LLARI .....	20
Fatullayeva Muazzam Azimovna, Davronov Anvar Akramjonovich. JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG’ULOTLARI VOSITASIDA SPORTCHILAR JISMONIY TAYYORGARLIGINING RIVOJLANISH KO’RSATKICHLARI.....	22
Ш.Хасанов. ТИПИЧНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	25
Islomova Maftuna Ibrohimovna. SHET TILLARNI O’QITISHDA MULTIMEDIA TECHNOLOGIYALARINING AHAMIYATI.....	28
Ismoilov Turobjon, Tursunov Shavkat, Mahmudova E’zoza. O’QUVCHILARNI BO’SHTA VAQTLARINI SAMARALI O’TKAZISHDA DARS DAN KEYIN TASHKIL QILINADIGAN VOLEYBOL TO’GARAGINING AHAMIYATI.....	30
Абдукарим Жўрабаев Маматкулович, Дилдора Мирзарахимова. СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ ТУТГАН ҶРНИ .....	32
А.Журабаев, Информационные технологии в подготовке футболистов высокой квалификации ....	34
Каримов Исмоилжон Иброхимжонович. ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СИЛУ ВОЗДУШНОГО СОПРОТИВЛЕНИЯ В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ .....	36
Nurillayev Shahobiddin Supxonovich. KIBERSPORT TARIXI, HOZIRGI KUNI VA O’ZBEKISTON RESPUBLIKASIDA RIVOJLANISH ISTIQBOLI.....	39
Бухарбай Пирниязов, Манас Бекмуратов. МУСОБАҚА ШАРОИТИДА ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ХУЖУМДАГИ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИ САМАРАДОРЛИГИНИ БАҲОЛАШ.....	41
Qobiljonov Qosimjon Qobiljonovich. AXBOROT TECHNOLOGIYALAR VOSITASIDA O’QUVCHILARDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTGA QADRIYATLI MUNOSABATNI RIVOJLANTIRISH TECHNOLOGIYALARI .....	43
Кобилжонов Косимжон Кобилжонович. Нарзуллаева Рушана Разоковна. Бахшуллаев Асилжон. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ.....	46
Fazliddin.Faxriddinovich.Qoraboyev. IMPROVING THE TEACHING EDUCATION SYSTEM .....	49
Rahimova Z.D., Tilavov Sh.S. FLEXIBLE METHODS OF EDUCATION FOR CHILDREN 7-8 YEARS FEATURES OF THE PROCEDURE OF FLEXIBILITY IN CHILDREN STUDYING IN THE FIRST CLASSES OF SECONDARY SCHOOLS .....	51
Raxmonov Rauf Rasulovich, Narzilloyev Muhridin O`ktam o`g`li. JISMONIY SIFATLARNI RIVOJLANISHIDA YENGIL ATLETIKA MASHG’ULOTLARINING AHAMIYATI.....	53
Тагирова Наталия Петровна, Кобилжонов Қосимжон Кобилжонович. ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ	56

Tagirova Natalya Petrovna, Qobiljonov Qosimjon Qobiljonovich. Actual Problems of Teaching Physical Education at School.....	58
Umarov.A.T. THE COURSE OF THE UZBEK NATIONAL STRUGGLE DURING THE TIMURID PERIOD AND PRESENT TIME. ....	62
Умаров С.М. ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНИРОВКИ НА ЭТАПЕ МАКСИМАЛЬНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ.....	65
Ханкельдиев Ш.Х., Каримов Д.К. ИССЛЕДОВАНИЕ КУМУЛЯТИВНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ДВИГАТЕЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ АКРОБАТОВ	66
Zafarjon Yusupov. MARKAZIY O‘YINCHILARNI SARALASHDA TEXNIK-TAKTIK XARAKATLARNI NAZORAT QILISHNING VOSITA VA USLUBLARI.....	70

**2-sho‘ba: Jismoniy tarbiya, sport va sog‘lomlashtirishning tibbiy-biologik, pedagogik-psixologik diagnostika va korreksiya usullari.....**

<b>2-sho‘ba: Jismoniy tarbiya, sport va sog‘lomlashtirishning tibbiy-biologik, pedagogik-psixologik diagnostika va korreksiya usullari.....</b>	<b>72</b>
A.Абдуллаев, Ж.Абдуллаев. АТРОФ – МУХИТ, ТУРТ МУЖЖАНИНГ СОҒЛИГИ, ВАҚТ РИТМЛАРИ, “ФУТУВАТЧИЛИК” АЖДОДЛАРИМИЗ ТУРМУШ ТАРЗИДА .....	72
Abdullaev Sh.DJ. DASTLAVKI SPORT TAYYORGARLIK GURUHLARIDA SAMBO KURASHI MASHG‘ULOTI TASHKIL ETILISH.....	75
Babamuradova Nargiza Jurayevna. UMUMIY O‘RTA TA‘LIM MAKTABI O‘QUV FANLARIDAGI INTEGRATSIYA JARAYONLAR .....	78
Babamuradova Nargiza Jurayevna. AHOLINI OMMAVIY SOG‘LOMLASH TIRISHDA JISMONIY MASHQLARNING O‘RNI .....	79
R.Z.Berdimuratov, Jumabaev.D. Sportchilarni sog‘lig‘ini mustahkamlashda jismoniy tarbiya gigienasining ustuvor yo‘nalishlari .....	81
Н.Ж.Бобомуродова, М.Қ.Ходжиева. АЖДОДЛАР МЕРОСИДА БАРКАМОЛ ИНСОН САЛОМАТЛИГИ ҲОЯСИ.....	84
M.Ibragimov. EDUCATION OF THE PHYSICAL QUALITIES OF A BOXER.....	85
Инаков Б.Т. “13-14 ЁШЛИ БИАТЛОНЧИЛАРНИНГ УМУМ ТАЙЁРГАРЛИК БОСҚИЧИДА МАХСУС ЎҚ ОТИШ ТАЙЁРЛИГИНИ ИШЛАБ ЧИҚИШНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ” .....	88
Кадиров Рашид Хамидович, Ахмедова С.А., Самиев С.С., Шарипов Б.А. ТЕСТИРОВАНИЯ И ОЦЕНКА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНЫХ ТРЕНИРОВОК... ..	90
Кадиров Рашид Хамидович. ГУМАНИТАРНОСТЬ ПРИОБЩЕНИЯ СТУДЕНТОВ В НАУЧНО - ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	94
Kurbanov Djurabek Ismatovch, Qobiljonov Qosimjon Kobiljon o‘g‘li. O‘QUVCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHGA YO‘NALTIRILGAN O‘QUV JARAYONINI LOYIHALASH .....	100
Мурадов Джахангир Джураевич, Мурадова Мадина Джахангир кизи. ВЗАИМОСВЯЗЬ СПОРТИВНОГО И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА .....	102
Нарзуллаевна Рушана Раззаковна, Фармонова Малика Аъзам кизи, Кадиров Рашид Хамидович. Умумий ўрта таълим мактабларида адаптив жисмоний тарбиянинг ташкилий-услубий хусусиятлари.....	104
Кобилжонов Косимжон Кобилжонович, Нарзуллаева Рушана Раззаковна. Бахшуллаев Асилжон. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ.....	110
Қойлыбаев Байрамбай Далибаевич. ЕНГИЛ АТЛЕТИКАНИНГ 800 МЕТРГА ЮГУРУВЧИЛАРНИ ТАНА ТАРКИБИНИ ТУЗИЛИШИНИ АНИҚЛАШ.....	113
Qo‘ziyeva Feruza Ismoilovna, Lutfullayev Muxsin Dilmurot o‘g‘li. AHOLI ORASIDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISH NAZARIYASI VA METODIK ASOSLARI .....	115
Qurbonov Jurabek Ismatovich, Sayfutdinov Umar Tojiddinovich. JISMONIY TARBIYA , SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKILLANTIRISHDA ASOSIY VOSITA .....	117
Kurbanov Shuhrat Koldoshevich, Bakhshullayev Asiljon. PHYSICAL TRAINING OF YOUNG ATHLETES AND ITS IMPORTANCE .....	119
Radjapov Usmonbay Raximovich, Azamatova Dilnavoz Mirjabborovna. Umumiy o‘rta ta‘lim maktab o‘quvchilarining gimnastika mashqlari orqali koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirishning pedagogik ahamiyati .....	121
Radjapov Usmonbay Raximovich, Tillayev Bobur Farxod o‘g‘li. Harakatli o‘yinlar yordamida yosh voleybolchilarni tanlash usullarini ahamiyati .....	124

**“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar”**

Rashidov Khurshid Karimovich. MECHANISMS OF STRENGTHENING AND HEALTH OF THE SPIRITUAL AND MORAL ENVIRONMENT IN NEIGHBOURHOOD THROUGH PHYSICAL EDUCATION.....	125
Rashidov Xurshid Karimovich. Mahallalarda jismoniy tarbiya, sport va sog‘lomlashtirishning pedagogik-psixologik usullari.....	127
Raxmonov Rauf Rasulovich, Aslonov Mizrob Majidovich, Fiziologik xususiyatlarni inobatga olgan holda g‘ovlar osha yuguruvchi yengil atletikalarining tezkorligini rivojlantirish.....	129
I.I.Saidov, Istamova Durдона Mashraf qizi, S.I.Saidov. O‘Z-O‘ZINI JISMONIY TARBIYALASH ORQALI JISMONIY RIVOJLANSH.....	132
I.I.Saidov, Istamova Durдона Mashraf qizi, S.I.Saidov. 1-4 SINIF O‘QUVCHILARIGA JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA TABAQALI-INDIVIDUAL YONDASHISH.....	135
G‘. M. Salimov, D.M. Ergasheva. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI TASHKIL ETISH.....	138
Сатилов Бекзод Алишер ўғли. АЛГОРИТМ ОБУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРИЕМОМ ЮНЫХ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	139
Шиян Виктор Владимирович. НАУЧНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В ВИДАХ ЕДИНОБОРСТВ.....	143
Shukurova Xolida Rizayevna. O‘QUVCHILARNING SOG‘LOM TURMUSH TARZI VA EKOLOGIK KOMPETENSIYALARNING RIVOJLANTIRISH.....	143
S.F.Suleymanova, D.K.Kobiljonova. KAMONCHILARNI INDIVIDUAL TOPOGRAFIK XUSUSIYATLARIDAN KELIB CHIQQAN HOLDA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIK.....	146
A.Sh.Inoyatov, X.N. Suyunov. SOG‘LOM AVLOD JISMONIY TARBIYASIDA SUZISH SPORTING ANAMIYATI.....	148
Тойлибаев Султанбек Мухидович, Сатбаева Азада Дарьябаевна. ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ ПРИ ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ.....	150
Turayev Maxmud Muxamedovich. MAKTAB TOMONIDAN TASHKIL QILIB O‘TKAZILADIGAN JISMONIY TARBIYA MASHG‘ULOTLARI VA ULARGA UMUMIY TAVSIF.....	151
Tuxfatullina I.N. YO‘L VELOSIPODCHILARINING MUHIM RABOVIY YUKIMASI BILAN O‘QITISH TIZIMI.....	153
Умаров Каххоржон Аббосович. ОСОБЕННОСТИ КУЛЬТУРЫ РЕЧИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА.....	155
Власова Татьяна Станиславовна, Журавлева Марина Станиславовна, Хасанова Эльвина Ильнарвна. ВЛИЯНИЕ СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ В СПОРТИВНОЙ СФЕРЕ.....	158
Халмухамедов Рустам Деканович, Усмонов Мансур Курбанмуратович. ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ НАГРУЗКИ НА ДИНАМИКУ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЁРОВ.....	160
Holiqov Umidjon Qo‘chqarovich, Shakarova Sevinch Avaz qizi. SHAHMAT O‘YINI VA SHAXS PSIXOLOGIYASI.....	164
Холмуратов О.Ю. КОНТРОЛЬ И УЧЕТ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ, САМОКОНТРОЛЬ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ НАГРУЗОК.....	166
М.Юлдашев, А.Касымов. ВАЛЕОЛОГИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ.....	168
Zafarjon Yusupov. GANDBOLCHILARNI SARALASHDA PSIXOLOGIK HOLATLARINI VAHOLASH VA BOSHQARISH USULLARI.....	170
Захритдинов Алимардон Тажидинович, Шукуров Акмал Худойкулович, Болбеков Абдухолик Суюндинович. СИСТЕМА ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НАСЕЛЕНИЯ И ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТЬ ТРУДА.....	172

**3-sho‘ba: Jismoniy madaniyat va sport ta’limida o‘quv jarayonini kredit modul tizimida tashkil etish muammolari va yechimlari. ....**

Avduxamidov N. N., Eserkepov A. R. CHAVANDOZLARNI TAYYORLASH JARAYONI BILAN KORDINATSIYA TIZIMINI ASOSLASH USULLARI.....	176
Bobomuradov N.Sh. PARA DZYUDUCHILARNING O‘QUV MASHG‘ULOT GURUHLARIDA KUNLIK MASHG‘ULOT JARAYONINI REJALASHTIRISH. ....	179

Ismoilov Turobjon, Egamberdiyev Ilhomjon, Turg'unov Azimjon, Ortiqaliyev Akbarmirzo. YOSH AVLODNI SOG'LOM QILIB TARBIYALASHDA JISMONIY TARBIYA BO'YICHA DAVLAT DIREKTIV HUIJATLARINING AHAMIYATI.....	182
Жарылкапов Улугбек, Ерназаров Рустам, Аймбетова Амина. ЭРКИН КУРАШ СПОРТ ТУРИГА САРАЛАШ.....	184
Жарылкапов Улугбек. Ёш эркин курашчи қизларнинг ўқув тренировка машғулотларини режалаштиш.....	186
R.U.Memetov, S.A.Saydinov. YOSH BIATLONCHILARNING DASTLABKI BAZAVIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH BOSQICHIDA NISHONGA OTISH BO'YICHA MAXSUS TAYYORGARLIGINI YAXSHILASH.....	188
S.T.Nosirov, M.M.Ortiqov. O'ZBEKISTONDA BIATLON SPORT TURINING RIVOJLANISH ISTIQBOLLARINI TAHLIL QILISH VA O'RGANISH.....	190
К.К.Кобилжонов. РОЛЬ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ СПОМОЩЬЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	193
Aslanova M.A., Rasulova Sitara Saparovna. KOMPETENSIYAVIY YONDASHUV ASOSIDA TALABALARNI MANAVIY-MA'RIFIY FAOLIYATIGA TAYYOSHLASHNING TEXNOLOGIYALARI.....	195
Sabirova Nasiba Rasulovna. SPORT MAHORATINI OSHIRISH GURUHLARIDA FUTBOLCHILARNI TAYYORLASH METODIKASI.....	198
I.I.Saidov. Istamova Durдона Mashraf qizi, S.I.Saidov. BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA JISMONIY TARBIYA DARSINI SAMARADORLIGINI OSHIRISH.....	200
Sanaev Toxir Abdullaevich. YUQORI MALAKALI FUTBOLCHILAR O'QUV TRENIROVKA JARAYONINI REJALASHTIRISH.....	203
Usmonov Zokhid Normatovich, Makhmudova Sadokathon. EDUCATION OF THE PHYSICAL QUALITIES OF A BOXER.....	205
Волкова Кадрия Рафиковна, Тагирова Наталия Петровна. ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПО КУРСУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» СО СТУДЕНТАМИ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ.....	208
Хамраев С. С. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТИВНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ВОСПИТАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ.....	210
Karimov Ismoiljon Ibroximjonovich, Jumaboyeva Zulayho Baxtiyor qizi. SPRINTER VELOSPORTCHILAR MASHG'ULOTLARIDA OPTIMAL UZATMALARNI TANLASHNING QIYOSIY TAHLILI.....	212
<b>4-sho'ba: O'smirlar va xotin-qizlar sportini rivojlantirishning dolzarb muammolari.....</b>	<b>215</b>
Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич, Абытова Жасмин Руслановна. ТЕХНОЛОГИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА.....	215
Abbos Baxronov Faxridin o'g'li. XOTIN-QIZLAR SPORTIDA VOLEYBOLNING TUTGAN O'RNI.....	217
Farmonov O'tkir Alimovich, Islomova Fazila Amrullayevna. Ayollar basketbolining hozirgi davrdagi holati va uni rivojlantirishni o'ziga xos xususiyatlari.....	219
Farmonov O'tkir Alimovich, Ходиев Азиз Равшанович. Та'lim muassasalarida jismoniy tarbiya, sport tadbirlarining shakllari va turlari.....	222
Fozilova Zarnigor Jamshid qizi. THE ROLE OF HEALTHY MOTHERS AND FAMILIES IN THE DEVELOPMENT OF WOMEN'S SPORTS.....	225
Fozilova Zarnigor Jamshid qizi. BADIY GIMNASTIKA BILAN SHUG'ULLANUVCHI QIZLARNING ANTROPOMETRIK KO'RSATKICHLARI.....	226
GafuRova Mohira Yunusovna, Bahtiyorova Sevinchoy Jamolbek Qizi. VOLEYBOL MASHG'ULOTLARINI O'RGATISH BOSQICHLARI VA USLUBLARINING O'ZIGA XOS YO'LLARI.....	228
Ibotova Marjona Otabek qizi. YOSH GIMNASTIKACHILARNI SPORTGA SARALASH VA YO'NALTIRISH ASOSLARI.....	231
Инаков Б.Т. YOSH BIATLONCHILAR UCHUN O'Q OTISH TEXNIKASINI TAKOMILLASHTIRISH.....	233
Inoyatov Abdullo Shodiyevich, Fozilova Zarnigor Jamshid qizi. YOSH BADIY GIMNASTIKACHI QIZLARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING OPTIMAL USULLARI.....	239

***“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar”***

Б.Жумадурдиев, А.Кувондиқов, А.Комилов. КУРАШ АНЪАНАСИ ТАЛАБА ЁШЛАРИНИ ТАРБИЯЛАШДА МИЛЛИЙ ҚАДРИЯТ .....	241
Kadirov Abdurashid Abduganievich, Feruza Anarbaeva. TECHNICAL AND TACTICAL CHARACTERISTIC OF SWIMMING METHODS .....	245
Лозовой Д.А., Кулмуродов Р.М. ЖЕНСКИЙ ТРИАТЛОН КАК СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ОЖИРЕНИЕМ И ПРИВЛЕЧЕНИЯ К ЗОЖ .....	248
Мо‘minov Feruzjon Ixomovich. Yoshlar futbolida mashg‘ulot ish rejasini tuzish .....	251
Jahongir Jo‘rayevich Murodov. Yengil atletika seksiyalarida o‘quvchi yoshlarni saralash uslubiyati .....	253
Mukhitdinova Nigora Mekhriddinova. MECHANISMS OF INTELLECTUAL DEVELOPMENT OF CHILDREN 6-7 YEARS OLD WITH THE HELP OF PHYSICAL EXERCISES .....	258
Muzafarova Feruza Bahridinova. TENNISCHILARNI MUSOBAQAOLDI TAYYORGARLIGINI INNOVATSION YONDASHUV ASOSIDA AMALGA OSHIRISH .....	261
Нарзуллаев Ф.А. ЁШЛАР ҲАЁТИДА СПОРТ ВА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ ЎРНИ .....	263
Неъматова Н.Н. Машғулот давомида курашчиларнинг умумий куч сифатини ривожлантириш .....	264
Ниязова Р.Р., Хасанова Г.М. POST-ISOMETRIC MUSCLE RELAXATION AS A MEANS OF PHYSICAL EDUCATION OF WOMEN .....	265
M.I. Nizomov. UMUMTA’LIM MAKTABLARIDA O’QUVCHILAR KUN TARTIBIDA O’TKAZILADIGAN SOG‘LOMLASHTIRISH TADBIRLARINI TASHKIL QILISH VA O’TKAZISH ANAMIYATI .....	267
Qoraboyev Fazliddin Faxriddinovich. OG‘IR ATLETIKA SPORT TURIDA VAZN TOIFALARINING ANAMIYATI VA O‘ZGARISHLAR TARIXI .....	269
Qurbonov Ilhom Kamalovich. YOSH BASKETBOLCHILARNI BOSHLANG‘ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDA UMUMIY VA MAXSUS CHIDAMLILIGINI RIVOJLANTIRISH VOSITALARI VA NAZORAT QILISH USLUBLARI .....	272
Rustamov Akbar Askarovich, Ozodov Oxunjon Qobil o‘g‘li. YOSH FUTBOLCHILAR TAYYORLASHNING XUSUSIYATLARI .....	275
Sadriddinova Dilobar Husniddin qizi. TALABA QIZLARDA SPORT TURLARI BILAN SHUG‘ULLANISHNING FIZIOLOGIK O‘ZGARISHLARI .....	276
I.I.Saidov. Istamova Durдона Mashraf qizi, S.I.Saidov. BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARIDA JISMONIY TARBIYA DARSINI SAMARADORLIGINI OSHIRISH .....	278
I.I.Saidov. Istamova Durдона Mashraf qizi. S.I.Saidov. 12-13 YOSHLI QIZLAR TAYANCH HARAKAT SISTEMASINING FIZIOLOGIK RIVOJLANISH ASOSLARI .....	282
Г. М. Салимов. ВАЖНЫЕ ФАКТОРЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ДЕЯТЕЛЬНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ .....	286
Anvar Ergashovich Sattorov, To‘rayeva Sitora. MASHG‘ULOTLARDA YOSH VOLEYBOLCHILARNI TAYYORLASHNING PEDAGOGIK - PSIXOLOGIK JIHATLARINI O‘RAGNISH ORQALI MUSOBAQALARGA TAYYORLASH YO‘LLARI .....	287
R.U.Memetov, S.A.Saydinov. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БИАТЛОНИСТОВ В УЗБЕКИСТАНЕ .....	291
Serimbetov Qarlibay Orazimbetovich. YOSH VELOSIPEDCHILARGA TEXNIK TAYYORGARLIKLARINI O‘RGATISH ASOSLARI .....	293
Шодиев Олимжон Тошмаматович. ПАРАЛИМПИЯ ҲАРАКАТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ИМКОНИЯТЛАРИ .....	296
Sidikova Gulbahor Sabirovna. O‘SMIRLARDA SPORTNI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MUAMMOLARI .....	298
Aslanova M.A., Sultanova Diana Bahodir qizi. BADIY GIMNASTIKACHILARNING O‘ZINI NAZORAT QILISH KUNDALIGINI QO‘LLASH QOIDALARINING ANAMIYATI VA TAVSIFI .....	300
A.T.Toshev. YOSH SHAHMATCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGI MUAMMOLARI .....	303
Umarov Qaxxorjon Abbosovich. 15-16 yoshli bokschi qizlarni maxsus jismoniy tayorgarligini aniqlashning zamonaviy usullari .....	305
С.Б.Ўроқова. СПОРТДА ХАЛҚАРО ТАЖРИБАЛАРГА ТАЯНИШ ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СПОРТЧИЛАРИНИНГ ЮҚОРИ НАТИЖАЛАРГА ЭРИШИШ, ТАЪЛИМ СИФАТИНИ ОШИРИШНИНГ АСОСИ СИФАТИДА .....	308
A.Sh.Inoyatov, F.M. Xalimov. TA’LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA, SPORT TADBIRLARINING ANAMIYATI .....	312
Xaydarov Ulug‘bek Rustamovich, Ozodov Oxunjon Qobil o‘g‘li. GANDBOLCHILARNING SHAXSIY FAOLIYATINING RIVOJLANISH JARAYONI .....	315

Xojiev Sherali Suvonovich. O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING JISMONIY TARBIYA TIZIMIDA MILLIY KURASH TURLARI VA ULARNING AHAMIYATI.....	316
Zafarjon Yusupov. BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIGA GANDBOLCHILARNI SARALASHDA CHAQQONLIK SIFATINI NAZORAT QILISH USULLARI .....	320
Zafarjon Yusupov. YOSH GANDBOLCHILARNI TANLAB OLISHDA KARDIORESPERATOR KO'RSATKICHLARINI TAXLIL QILISH USULLARI .....	321
Zafarjon Yusupov. GANDBOLCHI QIZLARDA SARALASHDA TEZKORLIK SIFATINI MAJMUA VIY NAZORAT QILISH YO'LLARI.....	323
Zafarjon Yusupov. YOSH DARVAZABONLARNI SARALASHDA TEXNIK-TAKTIK XARAKATLARINI ANIQLASH USULLARI.....	325
Зафаржон Юсупов. 13-14 ЁШЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ САРАЛАШДА ТЕХНИК УСУЛЛАРИГА ЎРГАТИШ ВОСИТАЛАРИ ВА УЛРНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ .....	326
Зоир Юсупов. ГАНДБОЛ ИХТИСОСЛИГИ ТАЛАБАЛАРИ СПМО МАШГУЛУТЛАРИДА ХУЖУМ ТЕХНИК ФАОЛИЯТИНИ СИФАТ ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШ ВА ТАХЛИЛ ҚИЛИШ.	329

**5-sho'ba: Jismoniy tarbiya hamda chaqiriqacha yoshlarni harbiy tayyorlash fani**

**o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda deontologiya.....**

Черникова Елена Николаевна, Закирова Рената Ренатовна. УКРЕПЛЕНИЮ И ПОДДЕРЖКИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВЕЛОСИПЕДНОЙ ЕЗДЫ .....	333
Дўстов Бахтиёр Акмалович, Бафоев Шахбоз. ЎЗБЕКИСТОНДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТИЗИМИНИНГ АСОСИЙ ҚОНУНИЯТЛАРИ .....	335
Yoldashov Sh.S., Mamishev O.E., Ibodullayev D.R. OTNI BOSHQARISHNING ASOSIY VOSITALARI VA USULLARI.....	339
Mamishev O.E., Ibodullayev D.R. OT SPORTIDA IHOZLAR XUSUSIYATLARI VA TURLARI....	341
Мамуров Улдуғбек Ибрагимович. ЁШ ВАТАНПАРВАРЛАР ТАРБИЯСИДА ИСЛОМИЙ ТАЪЛИМОТНИНГ ЎРНИ.....	342
Nazarov Tohir Toshpo'lotovich. CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIM YO'NALISHIDA FAOLIYAT YURITAYOTGAN OFITSER-O'QITUVCHILARNING DIDAKTIK JARAYONLARINI LOYIHALASH STRATEGIYALARI .....	344
Rajabova M. JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA YOSHLARNI TARBIYALASH YO'LLARI .....	346
H.Safoyev. Chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik fanini o'qitish orqali talabalarni harbiy vatanparvarlik darajasini oshirish yo'llari .....	349
H.Safoyev. CHAQIRUVGA QADAR BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK FANINI O'QITISH ORQALI TALABALARNI HARBIY VATANPARVARLIK DARAJASINI OSHIRISH YO'LLARI.	351
Abduraxmanov Sherzod Nazarbayerovich. O'QUVCHILARDA VATANGA E'TIQODNI SHAKLLANTIRISHDA XALQ MAQOLLARI VA ERTAKLARINING TARBIYAVIY IMKONIYATLARI.....	353

**6-sho'ba: Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyalanuvchilarini sport turlariga qiziqtirish**

**orqali musobaqalarga hissiy-irodaviy tayyorlash muammolari. ....**

A.A.Afraimov. BOLALAR MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA HARAKATLI O'YINLARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH .....	355
Allamberganova Raushana Duisenbay Qizi. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI ASOSIY GIMNASTIKA VOSITALARI YORDAMIDA SPORT BILAN SHUG'ULLANISHGA TAYYORLASH	357
Ibotova Marjona Otabek qizi. YOSH GIMNASTIKACHILARNI SPORTGA SARALASH VA YO'NALDIRISH ASOSLARI .....	358
Ibragimov Alisher Karomatovich, Ozodov Oxunjon Qobil o'g'li. BOLALAR MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA HARAKATLI O'YINLARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH..	360
Ibragimov Manuchexr Baxtiyorovich, Jumayeva Azizabonu Mo'min qizi. BOLALARNING KUNDALIK HAYOTIDA JISMONIY TARBIYA BO'YICHA ISHLARNI TASHKIL ETISH .....	362
Ibragimov Alisher Karomatovich, Ozodov Oxunjon Qobil o'g'li. 5-8 YOSHLI GIMNASTIKACHILARNING MORFOFUNKSION HOLATINING ANIQLASH XUSUSIYATLARI	363
М.Б.Ибрагимов. МАКТАБГАЧА ТАРБИЯ ЁШИДАГИ БОЛАЛАР ИҚТИДОРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ОМИЛЛАРИ .....	365

**“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar”**

Ismoilov Turabjon, Ismoilov G’anisher, Hudoyberdiyeva Sevara. MAKTABGACHA TA’LIM YOSHIDAGI BOLALARI BILAN SAYRLARDA O’TKAZILADIGAN HARAkatLI O’YINLARNING AHAMIYATI.....	367
Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi. MAKTABGACHA YOSHIDAGI BOLALARNI JISMONIY SOG`LOMLASHTIRISH VA SPORT BAYRAMLARINI TASHKIL ETISH .....	369
Ibragimov Manuchexr Baxtiyorovich, Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi. BOLALARNING KUNDALIK HAYOTIDA JISMONIY TARBIYA BO`YICHA ISHLARNI TASHKIL ETISH .....	370
Курбанов Джурабек Исматович. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ЁШИДАГИ БОЛАЛАР ТАРБИЯСИНИНГ ЎЗИГА ХОСХУСУСИЯТЛАРИ .....	372
Aslanova M.A., Mirzalieva Iqbola O`lmasboy qizi. BOSHLANG`ICH SINFLAR O`QUVCHILARIDA JISMONIY SIFATLARNI MILLIY HARAkatLI O`YINLAR VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH ..	375
Mukhitdinova Nigora Mekhriddinovna. MECHANISMS OF INTELLECTUAL DEVELOPMENT OF CHILDREN 6-7 YEARS OLD WITH THE HELP OF PHYSICAL EXERCISES .....	378
Nurmuhammadova Yoqut. MAKTABGACHA TA`LIM YOSHIDAGI BOLALARNI TARBIYLASHDA HARAkatLI O`YINLARNING AHAMIYATI .....	381
Primova Nargiza Adilovna. SPORT BAYRAMLARI SSENARIYLARI VA ULARNI TUZISHGA QO`YILADIGAN TALABLAR .....	383
I.I.Saidov. Istamova Durдона Mashraf qizi. S.I.Saidov. O`Z-O`ZINI JISMONIY TARBIYALASH ORQALI JISMONIY RIVOJLANISH.....	386
Сардор Содикович Самадов. Мактабгача ёшдаги болалар ривожланишининг ёшхусусиятлари ва жисмоний тарбия машғулотлари .....	389
Shukurov R.S., Samadov S.S. MAKTAB O`QUVCHILARINI O`ZBEK MILLIY KURASHI VOSITASIDA SOG`LOMLASHTIRISH .....	393
Aslanova M.A., Xayriddinov Rustam Xayriddinovich. BOSHLANG`ICH SINFLAR O`QUVCHILARIDA JISMONIY MADANIYATNI SHAKLANTIRISHNING NAZARIY VA USLUBIY ASOSLARI .....	397
Xoliqov Umidjon Qo`chqarovich. MAKTABGACHA TA`LIM TASHKILOTI TARBIYALANUVCHILARINI SHAXMAT SPORT TURLARIGA QIZIQTIRISH ORQALI SOG`LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHI.....	400
<b>7-sho`ba: Qishloq maktablarida jismoniy tarbiya darslarini o`qitish, sport pedagogikasi rivojlantirish muammo va yechimlari. ....</b>	
Абдуллаев Ш.Дж. ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕЛЬСКИХ ШКОЛАХ.....	403
A.Абдуллаев, Гофуров. Жисмоний тарбиядан синфдан ташқари машғулотларини болалар ва ўсмирлар организининг функцияга таъсири .....	405
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Tojiyeva Nargiza Mehriddin qizi, Hamroyeva Xumora Jo`rabek qizi. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA SPORT SOG`LOMLASHTIRISH TADBIRLARINING AHAMIYATI.....	408
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Tojiyeva Nargiza Mehriddin qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o`g`li. JISMONIY TARBIYA DARSINING TA`LIM TARBIYA TIZIMIDAGI O`RNI .....	410
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Hamroyeva Xumora Jo`rabek qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o`g`li. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA O`QUVCHILAR FAOLIYATINI TASHKILLASHTIRISH ..	412
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Ashrapova Oqila Badriddin qizi. BOSHLANG`ICH SINFLARDA JISMONIY TARBIYA FANINI O`QITISHNING AHAMIYATI.....	414
Aslanova Maloxat Akramovna. SPORT TURIZMI, UNING TURLARI VA IJTIMOY AHAMIYATI.....	416
Ismoilov Turabjon, Toshpulatov Foziljon, Siddiqova Feruza. QISHLOQ MAKTABLARIDA DARSDAN KEYINGI SPORT TO`GARAklarINING AHAMIYATI .....	419
Karomatov Jasur Alisherovich, JISMONIY TARBIYA DARSLARI SAMARADORLIGINI OSHIRISH USULLARI .....	421
Мазина Елена Алексеевна. РАЗВИТИЕ И ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ.....	423
Aslanova M.A., Mirzalieva Iqbola O`lmasboy qizi. BOSHLANG`ICH SINFLAR O`QUVCHILARIDA JISMONIY SIFATLARNI MILLIY HARAkatLI O`YINLAR VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH ..	425
Jahongir Jo`rayevich Murodov. TALABALARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORT DARSLARIDA HARAkatLARGA O`RGATISH JARAYONLARI .....	428
Нарзуллаев Ф.А. МАКТАБЛАРДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИНИ ПЕДАГОГИК ТЕХНОЛОГИЯЛАР АСОСИДА ТАШКИЛ ЭТИШ .....	431



Qobiljonov Qosimjon Qobiljonovich, Fozilova Zarnigor Jamshidovna. UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA GIMNASTIKA BO'YICHA TO'GRAKLARNI TASHKIL QILISHNING NAZARIY ASOSLARI.....	433
Qurbonov Shuhrat Qo'ldoshovich, Ro'zimurodov Shoxrux. JISMONIY TARBIYA, SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKILLANTIRISHDA ASOSIY VOSITA .....	435
Xoliqov Umidjon Qo'chqarovich. QISHLOQ MAKTABLARIDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI O'QITISHDA "SHOX" MAVZUSI UCHUN DARS ISHLANMASI .....	437
Хайриддинов Рустам Хайриддинович, Зарипова Ф.А. УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИ.....	441
Кадыров Сирожиддин Эркинбоевич. СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ .....	442
Кадыров Сирожиддин Эркинбоевич. ЭФФЕКТИВНОСТЬ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЗЮДОИСТОВ.....	444
Утегенов Жалтасбай Жаксымбаевич. ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ У СТУДЕНТОВ.....	445
Мамбетжумаев Тимур Тазетдинович. МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ.....	447
Мамбетжумаев Тимур Тазетдинович. ИССЛЕДОВАНИЕ СПОСОБА ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ .....	448
Эрматов Шерзод Саидович. МЕТОДИКА ОТБОРА ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ .....	449
Утегенов Жалтасбай Жаксымбаевич. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....	450
Юхананов Барахай. ИМИТАЦИОННОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ СУДЕЙ ПО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ .....	452
Дусанов Учкун Суюнович. КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА .....	453
Эрматов Шерзод Саидович. МЕТОДИКА ОТБОРА ОДАРЁННЫХ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ .....	455
Дусанов Учкун Суюнович. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....	456
Тошмуродов Отабек Эркинович. ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ЮНЫХ БОРЦОВ .....	458
A.R.Nurullayev. OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA, SPORT VA SOG'LOMLASHTIRISH TADBIRLARINING TARBIYAVIY AHAMIYATI.....	459
Nurullayev Abdurashid Ro'zimboyevich. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY HARAKATLARGA O'RGATISHDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI.....	460

“Садриддин Салим Бухорий” МЧЖ босмахонасида чоп этилди.  
Ҳажми 470 бет. Формат А4. Адади 30 нусха. Буюртма 196. 2023.