



JISMONIY MADANIYAT DARSINING MAZMUNI

Abdullaev Jasur Xolmirzaevich,
jismaniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrası o'qıtuvchısı
Farg'ona Davlat Universiteti

Annotatsiya

Mashg'ulotlarni, u xoh maktab jismoniy tarbiya darsi bo'ladi mi, yoki sport mashg'ulotimi, sog'lomlashtirish trenirovkasimi, qanday mashg'ulot bo'lishidan qat'iy nazar uning tuzilishini qonuniyatları haqida fikr yuritishdan avval, jismoniy madaniyat darslariga oid nizomlardagi pedagogik kategoriyalarni aniqlash, tushunib etish taqazo etiladi.

Kalit so'zlar: ta'lim, tarbiya, tayanch tushunchalar, mazmun.

Чунки, "...на жисмоний тарбия таълими(ўқитиш) жараёни амалиётида, на жисмоний тарбия назарияси мазмунида "дарсининг мазмуни", "дарсининг тузилиши"дек таянч тушинчаларни аниқ мазмуни ҳақида тизимга солинган фикрлар яқин йилларгача ҳам айтилмаган эди" деб ёзади.¹

Атоқли француз маърифатпарвари Ж.Ж. Руссо(1712-1778) ва таниқли швецариялик демократ-педагог И.Г. Песталоцци(1746-1827) ларнинг педагогик ғоялари таъсири натижасида Олмонияда жисмоний тарбияга аҳамиятли даражада ўрин берган янги типдаги (флантроплар деб номланган) - "инсонни севувчилар мактаблари" очилиб бу мактабларда жисмоний тарбияга эътиборли даражада аҳамият берилди. Филантроплар мактабларида аста секинлик билан олмонлар гимнастикаси кенг ва тез тарқалабошлади.

Унинг асосчилари Фридрих Людвиг Ян ва унинг издошлари мактабдаги умумий таълим фанларига гимнастикани аҳамиятга молик даражадаги кўшимча машғулот сифатида қарай бошладилар. Кейинчалик гимнастика машғулотлари жисмоний маданият дарсига айланди. Унинг дарс сифатида шаклланиши нинг тарихи гимнастика машқларини бажариш тарзидаги машғулотлар билан бошланди ва сўнг алоҳида дарс машғулоти юзага келди. Унинг оригинал тизимини Швед драматурги ва жамоат арбоби Пер Генрик Линг ишлаб чиқди. Лекин, гимнастика тарзидаги машғулот ҳали дарс сифатида ўзининг аниқ тузилишига эга эмас эди. Бир оз вақт ўтгандан сўнг П.Г.Лингнинг ўғли Яльмар Линг, педагоглар Тернгрэн, Балк, Норландер ва бошқалар асос солган "танаффусларсиз", "аста секинлик", "икки томонлама лилик" принципларига риоя қилинган дарс режаларини ишлаб бердилар. Сўнг қайд қилинган принципларга таяниб асосан гигиеник вазифаларни ҳал қилишга йўналтирилган дарс схемаси тузилди.

Бундай схемаларнинг кўплаб вариантлари такомиллаштирилди ва ҳозир ги кунга келиб дарсининг тўртта асосий компонентларининг умумлашмасидан – *дарс конспекти матнига*

¹ Хан А.Н., "Теория урока физической культуры", уч.пособ., изд. Саратовского университета, 1989. стр.9



киритилган жисмоний машқлар, дарсда уларни бажариш орқали *ўқувчи организмда содир бўладиган ўзгаришлар(физиологик, биологик, биомеханик, психиологик ва бошқалар)*, дарс давомида *ўқитувчининг ҳамда ўқувчиларнинг фаолияти* жисмоний маданият дарсининг мазмунини ифодалайдиган дарс тушунчасининг тарифи юзага келди. Улар: Қайд қилинган жиҳатлар ўзаро бир бири билан ўз аро узвий боғланган ва улар жисмоний маданият дарсининг характерли *компонентлари(жиҳатлар)* деб аталмоқда.

Жисмоний тарбия дарсининг мазмуни таркибига кирувчи компонент лардан бири унинг тайёрлов, асосий, якунлов қисмларида ўқув материали сифатида фойдаланиш учун режалаштирилган *жисмоний машқлардир*.

Айнан шу машқларни дарсда бажариш орқали ўқувчилар *орагнизмида функционал, руҳий, педагогик ва бошқа қатор ўзгаришлар* юзага келади. Бу жисмоний тарбия дарси мазмунининг иккинчи компонентиدير.

Дарс мазмунини ифодаловчи навбатдаги компонентлар дарсни олиб бораётган *ўқитучи* ҳамда дарсда иштирок этаётган *ўқувчиларнинг фаолияти бўлиб, дарс мазмунига оид* бу жиҳатларга ўқитувчининг назарий билимлар бериши, ўқувчиларда амалий ҳаракат малакаларини шакллантириш учун уларни дарсдаги фаолиятини ташкиллаши, таълим жараёни учун танланган ўқитишнинг услублари ҳам мужассамлашади.

Дарсининг таркибига киритилган жисмоний машқлар, дарс мазмуни нинг энг йирик характерли компонентиدير. Лекин бундай тушунча бир томонлама бўлиб, тарбиялаш, соғломлаштириш, билим бериш вазифаларини ҳал қилишда *ўқувчилар учун дарс давомида фаолият предмети* бўлиб хизмат қилади.

Дарсда ўқув – тарбия жараёнининг воситаси сифатида фойдаланила диган машқлар дарсининг умумлаштирилган предмети мазмунининг бир бўла ги холос, бошқачасига, дарс мазмунининг бир қиррасидир. Дарсининг ҳар бир қисми учун кўйилган вазифаларга қараб машқлар турлича бўлиши табиий.

Тайёрлов қисмидаги диққат учун машқлар, саф машқлари, қадди – қомат учун машқлар, жисмларсиз ва жисмлар билан бажариладиган умумий ривожлан тирувчи машқлар, тайёрлов, йўлланма берувчи машқлар; дарсининг асосий қисми да ўқитиладиган жисмоний тарбия дастурининг гимнастика, енгил атлетика, спорт ўйинлари(волейбол, баскетбол, гандбол,футбол), сузиш, кураш булимларининг машқлари, дарсининг якуни қисмлари таркибидаги организмни функционал ҳолатини тинчлантирувчи, дарсининг бошланишидан олдинги ҳолатига яқинлаш тирувчи машқлардан фойдаланилади.

Уларнинг таъсир доираси организмнинг функционал ҳолатига қараб турлича бўлиши мумкин. Жисмоний ривожланганлиги кўрсатгичлари, жисмоний тайёр гарлигидаги ўзгаришларнинг бош сабабчиси дарсининг ўқув тарбиявий вазифала рини назарда тутиб, дарс учун режалаштирилган жисмоний машқлар бўлиши жисмоний тарбия назарияси ва амалиётида ўз исботини топган.

Дарсининг тайёрлов, асосий, якунлов қисмлари учун тавсия қилинган машқларнинг бажариш билан боғлиқ бўлган *ўқувчиларнинг дарсдаги фаолияти* дарс мазмунининг навбатдаги йирик компонентларидан биридир. Бу компонент шуғулланувчини турли кўринишдаги, интеллектуал ва жисмоний фаолиятдан иборат бўлиб, улар:



- дарс давомида ўқитувчини эшитиш, унга кўрсатилаётган машқни эътибор билан кузатиш;
- илк бор ўзи бажариб кўргандан сўнг ўзлаштирадиган ҳаракат фаолияти ҳақида ҳосил бўлган бирламчи тасаввур ва уни устида фикр юритиш;
- бажариладиган, машқ қилиши лозим бўлган фаолиятни лойиҳасини фикран тузиш ва уни ҳам фикран ҳам амалий бажариш;
- ўз ҳаракатларини назорат қилиш ва баҳолаш, вужудга келган муаммоларни педагог билан биргаликда муҳокама қилиш;
- ўз ҳиссиётини, кайфиятини, вужудга келган эмоционалликга йўналиш бериш билан уни бошқариш ва бошқалар ўқувчининг дарс давомидаги фаолият ларининг мазмунини ташкил қилади.

Ўқувчиларнинг дарс вазифасини ҳал қилиш бўйича ҳаракат фаолиятларинг барчаси дарс мазмунининг асосини ташкил қилади (дарсда ўқувчилар фаолиятини ташкиллаш услубиёт ларига оид материалларни кейинги бўлимда алоҳида кенгроқ ёритганмиз).

Ўқитувчининг фаолияти дарс мазмунининг навбатдаги компоненти бўлиб, уни дарс давомидаги барча касбий фаолияти: уйга вазифа бериш ва уни тушунтириш, дарснинг аниқ вазифасини баён қила билиш ва уни ҳал қилишни ташкиллаш, шуғулланувчиларни доимий назоратда ушлаш, уларни фаолиятини таҳлил қилиш, шунингдек, шуғулланувчиларнинг фаолиятини лозим бўлган йўлга буриш, улар орасидаги муносабатларни ўзининг диққат марказида ушлаш ва ўқувчиларнинг фаолиятларини дарс вазифаларини самарали ҳал қилиш учун йўналтириш, бошқа риш, назорат қилиш, ўзлаштиришни баҳолашдек таълим – тарбия жараёнинг назарий, амалий томонларини ва асосий ҳолат ларни ўз ичига олади.

Шуғулланувчилар **организмида** дарс таркибига киритилган машқларни бажариш орқали содир бўладиган **физиологик, психологик, биомеханик ва бошқа функционал ўзгаришлар** дарс мазмунининг навбатдаги йирик характерли компо нентларидан бири ҳисобланиб, улар: ҳаракатлар, машқлар давомида нафас, асаб, қон айланиш тизими, модда алмашинуви, ҳаракат сифатларини ва уларга оид билимлардан иборат. Уларсиз жисмоний тарбия дарси учун кўйилган вазифаларни ҳал қилиш қийин. Айниқса, жисмоний машқларни ўзлаштириш, малакаларининг шаклла ниш механизмига оид билимлар, ҳаракатларни организмга жисмоний, руҳий таъсири, биомеханикага оид маълумотлар дарснинг мазмунини бойитади, унинг қизиқарлилигини ортиради ва буларнинг барчаси жисмоний маданият дарсининг мазмунини тўртинчи компоненти саналади.

Бунда ўқитувчи ва ўқувчилар фаолиятининг самараси яширинган бўлади. Режалаштирилган ўқув - тарбиявий ишлар амалга ошмоқдами ёки йўқлиги жорий назорат қилиниб, педагогик фаолият кейинчалик қандай давом эттирилишига оид тузатишлар қилинади, ўқитувчи томонидан лозим бўлган йўриқномалар тайёрланади.

Умумий таълим мактабларининг ўқувчилари жисмоний тарбияси дастурига киритилган спорт фанлари (гимнастика, енгил атлетика, ҳаракатли ва спорт ўйинлари, сузиш, кураш)ни дарс мазмунида ва унинг тузилмасида қайд қилинган спорт фанларининг хусусий томонларини ҳисобга олган ҳолда ташкилланиши мақсадга мувофиқ. Лекин



дарсларнинг мазмуни ўзининг предметга хос жиҳатлари билан нисбатан фарқланиши табиий.

Хулоса қилиб шуни айтиш лозимки, *қайд қилинган компонентларнинг таркибидаги назарий билим ва амалда бажартишлаётган ҳаракатлар умумлашмасидан жисмоний маданият дарсининг мазмуни* юзага келади.

Кенг маъноли *мазмундор дарс* жисмоний тарбия таълими ва тарбиясининг самарадорлигига салмоқли таъсир кўрсатади.

Ўтган асрнинг иккинчи ярим йиллигидан сўнг чоп этилган умумий ва махсус адабиётларнинг тахлили орқали жисмоний тарбия дарсининг номи(жисмоний тарбия дарсими ёки жисмоний маданият дарси деб аталиши ҳақидаги) ва унинг мазмуни таърифига оид баҳсларга чек қўйилди ва дарснинг асосий компонентлари унинг мазмунини ифодалаши таъриф сифатида қабул қилинди. Чизмада дарснинг мазмунини ифодаловчи компонентлари ифодаланган.

Адабиётлар

1. Абдуллаев, А., & Ханкельдиев, Ш. Х. (2017). Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. О'ЎЮ учун дарслик,(I-жилд)/Тошкент/" НАВРЎЗ" нашрети.
2. Абдуллаев, А., & Хонкелдиев, Ш. (2016). Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти: учеб. пособие. Ташкент: Изд-во Гулистон давлат университети.
3. Holmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
4. Egamberdiev, S. S., Salahutdinov, I. B., Abdullaev, A. A., Ulloa, M., Saha, S., Radjapov, F., ... & Abdurakhmonov, I. Y. (2014). Detection of *Fusarium oxysporum* f. sp. v *vasinfectum* race 3 by single-base extension method and allele-specific polymerase chain reaction. *Canadian Journal of Plant Pathology*, 36(2), 216-223.
5. Abdullaev, A., Salahutdinov, I., Kuryazov, Z., Egamberdiev, S., Rizaeva, S., Ulloa, M., & Abdurakhmonov, I. (2011). Study on *Fusarium* wilt disease (*F. oxysporum* *vasinfectum*) in Upland cotton (*G. hirsutum*). *World*, 5.
6. Holmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
7. Абдуллаев, А., & Хонкелдиев, Ш. Х. (2007). Жисмоний тарбия назарияси ва усулияти. Олий ўқув юртлари учун дарслик. Т. ЎзДЖТИ наш. бўл.
8. Abdullaev, A., & Kh, K. S. (2005). Theory and methods of physical education. Т.: UzDJTI Publishing House.
9. Туйчиев, А. И. (2022). ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ДИСЦИПЛИНАРНЫХ НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ ИГРОВЫХ СРЕДСТВ: уйчиев Ашурали Ибрагимович, Преподаватель Ферганского государственного университета. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (2), 160-162.
10. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.



11. Ashurali Ibragimovich Tuychiyev (2022). O‘QUVCHILARDA INTIZOMIY KO‘NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH DOLZARB PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA. *Academic research in educational sciences*, 3 (2), 896-901.
12. Ismoilov, S. (2021). PEDAGOGICAL PSYCHOLOGICAL OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENT THINKING ACTIVITY IN SCHOOL AND FAMILY COOPERATION. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 1209-1212.
13. Ismoilov, S. (2021). PEDAGOGICAL PSYCHOLOGICAL OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENT THINKING ACTIVITY IN SCHOOL AND FAMILY COOPERATION. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 1209-1212.
14. Ismoilov, S. (2021). Developing A Valued Attitude Towards the Family in Students as A Topical Pedagogical Problem. *Zien Journal of Social Sciences and Humanities*, 3, 91-93.
15. Ismoilov, S. D. (2022). O ‘SMIR YOSHDAGI O ‘QUVCHILARDA OILAVIY QADRIYATLARNI RIVOJLANTIRISHNING O ‘ZIGA XOS MUХИМ JIXATLARI. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. *SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(5), 96-100.
16. Ismoilov, S. (2021). SPECIFIC FEATURES OF FORMATION OF FAMILY VALUES IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 693-696
17. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). ‘Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
18. Косимов, А. Н. (2021). ФОРМИРОВАНИЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СОМАТОТИПОВ МЫШЦ У СТУДЕНТОВ 13-15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ШКОЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ. *Scientific progress*, 2(8), 849-853.
19. Косимов, А. (2021). Исследование физкультурно-оздоровительной работы в системе школьного образования. *Наука сегодня: реальность и перспективы [Текст]: материя*, 77.
20. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
21. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
22. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
23. Kholmirzaevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
24. Kholmirzaevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.



25. Sidikova, G. S., & Ibrahimovich, T. A. (2021). FORMATION OF CHILDREN'S HEALTH CULTURE AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM. *Conferencea*, 71-74.
26. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
27. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
28. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
29. Сидикова, Г. С. (2022). ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. ТА'ЛИМ VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 2(1), 6-11.
30. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
31. Sabirovna, S. G. (2021, November). FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE FOR PRESCHOOLERS. In *Archive of Conferences* (Vol. 22, No. 1, pp. 44-48).
32. Туйчиев, А. И. (2022). ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ДИСЦИПЛИНАРНЫХ НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ ИГРОВЫХ СРЕДСТВ: уйчиев Ашурали Ибрагимович, Преподаватель Ферганского государственного университета. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (2), 160-162.
33. Туьчийев, А. И. (2022). О 'QUVCHILARDA INTIZOMIY KO 'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH DOLZARB PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA. *Academic research in educational sciences*, 3(2), 896-901.
34. Sidikova, G. S., & Ibrahimovich, T. A. (2021). FORMATION OF CHILDREN'S HEALTH CULTURE AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM. *Conferencea*, 71-74.
35. Ubaydullaev, R. M. (2021). MONITORING THE PHYSICAL FITNESS OF GIRLS IN GRADES 8-9 OF RURAL SECONDARY SCHOOLS. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka*, 1(2).
36. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
37. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.



38. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
39. Убайдуллаев, Р. М. (2020). Сопоставительный мониторинг показателей физической подготовленности девушек сельских школ с нормативами тестов здоровья "Барчиной". In Наука сегодня: фундаментальные и прикладные исследования (pp. 37-40).
40. Усманов, З. Н., & Убайдуллаев, Р. М. ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. 11. Usmanov, ZN, & Ubaidullaev, R.(2020, December). PROBLEMS OF PHYSICAL AND HEALTHY WORK IN SCHOOL EDUCATION SYSTEM. In Конференции (Vol. 12, pp. 114-119).
41. Usmonov, Z. N. (2020). Monitoring OF physical and health works IN rural comprehensive schools. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 8(3).
42. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
43. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
44. Усманов, З. А. (2019). Гиподинамический фактор и физическое состояние школьников. Наука сегодня: факты, тенденции, прогнозы [Текст]: матери, 77.
45. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
46. Усманов, З. А. (2019). Исследование теоретической подготовки учащихся среднего школьного возраста по предмету «физическая культура». Наука сегодня: фундаментальные и прикладные исследования, 90.
47. Usmanov, Z. N., & Ubaidullaev, R. (2020, December). PROBLEMS OF PHYSICAL AND HEALTHY WORK IN SCHOOL EDUCATION SYSTEM. In Конференции.
48. Хайдаралиев, Х. Х. (2019). МОТИВАЦИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ПАТРИОТИЗМА СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ. In EUROPEAN RESEARCH: INNOVATION IN SCIENCE, EDUCATION AND TECHNOLOGY (pp. 50-52).
49. Хайдаралиев, К. (2019). THE EXPERIENCE OF CHARGES AND FACULTIES USING THE NEW MODERN INFORMATION DISTRIBUTION SYSTEM IN TRAINING. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 7(6), 28.
50. Хайдаралиев, Х. Х. (2022). РОЛЬ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ. *Academic research in educational sciences*, 3(3), 591-599.



51. Hamrakulov, R. (2021). THE IMPORTANCE OF THE ORGANIZATION OF PHYSICAL CULTURAL ACTIVITIES BASED ON ADVANCED PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES. *CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS*, 2(05), 114-119.
52. Khamrakulov, R., & Abduzhalilova, K. (2022). FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION IN GRADES 5-6 OF SECONDARY SCHOOL. *Academicia Globe: Inderscience Research*, 3(05), 82-90.
53. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
54. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
55. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
56. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
57. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
58. Р.Хамроқулов, & Н.Мухаммадов. (2022). ВОЛЕЙБОЛЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРИНИ ВА ҲАРАКАТЛИ ҶҲИИЛАР РИВОЖЛАНТИРИШИ . *World Scientific Research Journal*, 2(2), 185–192. Retrieved from <http://wsrjournal.com/index.php/wsrj/article/view/93>
59. Hamroqulov, R., & Nishonov, S. (2022). Methods of increasing physical faiths during the training of football players. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 8, 130-132.
60. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
61. Khamrakulov, R., Karakulov, K., & Jabbarov, A. (2019). TECHNOLOGY TO IMPROVE THE DURABILITY OF CONCRETE IN THE DRY HOT CLIMATE OF UZBEKISTAN. *Problems of Architecture and Construction*, 2(1), 74-77.
62. Hamrakulov, R. PEDAGOGICAL BASES OF FORMATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING IN HIGHER EDUCATION SYSTEM.
63. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
64. Hamrakulov, R. PEDAGOGICAL BASES OF FORMATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING IN HIGHER EDUCATION SYSTEM.



65. Yuldashev, M. (2021). INNOVATIVE ASPECTS FOR HEALTHY LIFESTYLE FORMATION AND DEVELOPMENT OF SPORTS. CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS, 2(05), 102-107.
66. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
67. Ma'mirjon, Y., & Saminjon, X. (2022). МАКТАВ YOSHIDAGILAR HARAКAT AKTIVLIGI (FAOLLIGI) NING ME'YORI. Conferencea, 75-78.
68. Yuldashev, M., & Qobuljonova, M. (2022). GOALS AND OBJECTIVES OF CHOREOGRAPHIC TRAINING IN GYMNASTICS. *Academicia Globe: Inderscience Research*, 3(05), 76-81.
69. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
70. Юлдашов Икромжон, Парпиев Ойбек, & Абдурахмонов Шавкат (2022). ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТАЪЛИМИДА СПОРТ ИФОДАСИ. *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)*, 2 (Special Issue 2), 222-225.
71. Юлдашов Икромжон, Махмуталиев Адхамжон, & Тухтаназаров Исматулла (2022). ЁШ ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРИ НАМОЁН БЎЛИШИДА ЖИСМОНИЙ МАШҚЛАРНИНГ ЎРНИ. *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)*, 2 (Special Issue 3), 96-102.
72. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
73. Yuldashov, I., Parpiev, O., Makhmutaliev, A., Tukhtanazarov, I., & Umaralievich, K. U. (2021). Pedagogical bases of formation of physical culture and social culture in Youth. *Asian Journal of Multidimensional Research*, 10(11), 54-58.
74. Yakubova, G. K. (2021). MONITORING OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN CONDITIONS OF HYPERTHERMIA. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktika*, 1(2).
75. Kuchkarovna, Y. G. Y. (2022). Bolalarda Bronxid Kasalligini Davolash Jismoniy Tarbiyasi. *Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities*, 4, 1-4.
76. Jalolov, S. V. (2021). Improvement of motor preparation of younger schoolers in the annual cycle of learning. In *Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки* (pp. 246-250).
77. Sh, D. (2020). Monitoring of physical activity of junior schoolchildren at physical education lessons. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 8(10), 187-189.
78. Valievich, D. S. (2020, December). System of organization of movement activities in primary school students. In *Конференции* (Vol. 5, pp. 48-50).
79. Valievich, D. S. (2020, December). FEATURES OF MOTOR ACTIVITY AT PRIMARY SCHOOL AGE. In *Конференции*.



80. Джалолов, Ш. В. (2019). Анализ соматометрических показателей детей младшего школьного возраста. *Наука сегодня: проблемы и перспективы развития [Текст]: ма*, 87.
81. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
82. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
83. ДЖАЛАЛОВ, Ш. (2020). ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ (ТАРБИЯ) ДАРСЛАРИДА КИЧИК ЁШДАГИ МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИГА ЕНГИЛ АТЛЕТИКА МАШҒУЛОТЛАРИНИ ЎТИШ МЕТОДИКАСИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ. *Фан-Спортга*, (5), 48-50.
84. Sherzod, J. (2022). PHYSICAL EDUCATION PROCESS TAKING INTO ACCOUNT REGIONAL FEATURES. *Thematics Journal of Physical Education*, 5(1).
85. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
86. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
87. Kholmirzaevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
88. Kholmirzaevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.
89. Джалолов, Ш. В. (2019). Возрастная динамика скоростно-силовых способностей у детей младшего школьного возраста. In *НАУКА СЕГОДНЯ: ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ* (pp. 72-73).
90. Kholmirzaevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
91. Kholmirzaevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.
92. Gennadyevna, K. G. (2022). HISTORICAL SKETCH OF THE LONG JUMP. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(3), 530-534.
93. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
94. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
95. Gennadyevna, K. G. (2022). Прыжок В Длину С Разбега Long Jump with a Running Start. *Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities*, 5, 19-30.



96. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). 'Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
97. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
98. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
99. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
100. Ubaydullaev, R. M. (2021). MONITORING THE PHYSICAL FITNESS OF GIRLS IN GRADES 8-9 OF RURAL SECONDARY SCHOOLS. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktika*, 1(2).
101. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
102. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
103. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.