

TALABALARDA SPORT TURIZMI KO'NIKALARINI SHAKLLANTIRISHDA TABIAT ELEMENTLARINING O'RNI**У СТУДЕНТОВ ВОСПИТАНИЯ РОЛЬ ПРИРОДЫ И ЕЕ ЭЛЕМЕНТОВ В РАЗВИТИИ НАВЫКОВ ТУРИЗМА****THE ROLE OF ELEMENTS OF NATURE IN THE FORMATION OF SPORTS TOURISM SKILLS IN STUDENTS****Xudoyberdiyeva Sevvara Muhammadolim qizi¹**¹University of Business and Science universiteti, Maktabgacha-boshlang'ich ta'lim va jismoniy tarbiya kafedrası o'qituvchisi**Annotatsiya**

Maqolada jismoniy tarbiya va tabiiy geografiya fanlari integratsiyasi asosida talabalarda sport turizmi ko'nikmalarini rivojlantirishni amaliy jarayoni, shuningdek O'zbekistonda turizmni boshqa turli hil joylarda rivojlanganligi. Turizmni yanada rivojlantirish borasidagi ijtimoiy zaruriyatni inobatga olgan holda respublika aholisi, xususan, mintaqaviy joylarda, yoshlar o'rtasida turizm ko'nikmalarini amalyotda shakllantirish muhim pedagogik vazifalardan ekanligi haqida so'z yuritilgan.

Аннотация

В статье представлен практический процесс развития навыков спортивного туризма у студентов на основе интеграции дисциплин физического воспитания и естественной географии, а также развитие туризма в Узбекистане в различных других местах. Учитывая социальную необходимость дальнейшего развития туризма, было отмечено, что одной из важнейших педагогических задач является практическое формирование туристских навыков у населения республики, особенно в регионах, среди молодежи.

Abstract

In the article, the practical process of developing sports tourism skills in students based on the integration of physical education and natural geographical sciences, as well as the development of tourism in Uzbekistan in various other homogeneous places. Taking into account the social need for the further development of tourism, it was mentioned that the formation of tourism skills among the population of the Republic, in particular, in regional places, among young people in amalyot is one of the important pedagogical tasks.

Kalit so'zlar: turizm, sport turizmi, tabiiy geografiya, integratsiya, ko'nikma, turli xududlar, ko'nikma, malaka.

Ключевые слова: туризм, спортивный туризм, природная география, интеграция, навыки, различные регионы, навыки, компетенции.

Key words: tourism, sports tourism, natural geography, integration, skills, various gods, skills, qualifications.

KIRISH

O'zbekiston respublikasida turizm xalqaro ahamiyatga ega bo'lgan ijtimoiy-madaniy, siyosiy, iqtisodiy va tarbiyaviy jarayon sifatida mavjuddir. Mamlakatning geografik sharoiti va ijtimoiy-madaniy, iqtisodiy tuzilmalari asosida turizm ikki yo'nalishga (ichki va xalqaro turizm) ajratilgan. Ular asosan sayr (ekskursiya) va sayohatlar (piyoda va turli ulovlarda yurish) shaklida olib boriladi. Hozirgi kunda jahon mamlakatlarining ko'pchilik qismida turizm yagona tizim sifatida rivojlanmoqda va u mamlakat byudjetiga salmoqli daromad keltiradi.

Bundan tashqari, mamlakatda turizmni rivojlantirish uchun zarur bo'lgan mavjud resurslardan oqilona foydalanish va turizm sohasini barqaror iqtisodiy o'sishni ta'minlash uchun kerakli shart - sharoitlar yaratishda mutaxassislar, ekologlar, iqtisodchilar mamlakatda turizm rivojlanish qonuniyatlarini, sohaning o'ziga xosligini yaxshi tushunishi, to'g'ri xulosalar chiqara olishi zarur. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son Farmoni bilan tasdiqlangan «2022–2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»gi Farmoni qabul qilindi. Unga ko'ra mamlakatimiz Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning haqli e'tirofiga ko'ra O'zbekistonda turizm ko'p holatlarda qadimiy shaharlar, tarixiy-madaniy yodgorliklar doirasida cheklanib qolmoqda [2]. Holbuki, O'zbekistonning betakror tabiati, milliy qo'riqxonalari, tog'li hududlar turizmni samarali rivojlantirish bo'yicha katta imkoniyatlarga ega.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Keyingi yillarda O'zbekistonda barcha sohalarda keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Ta'lim, sog'liqni saqlash, moddiy-texnik ta'minot va aholi o'rtasida o'zini-o'zi boshqarish, nodavlat tashkilotlari faoliyatiga e'tiborni kuchayishi yangi yo'nalishlar vujudga

kelmoqda. O'quvchi-yoshlar va aholining barcha tabaqalari faoliyatida milliy qadriyatlarni o'rganish, tarixiy voqealarni tahlil qilish, yangi islohotlar yo'lida ularga davr talablari asosida munosabatda bo'lish lozimligini davrning o'zi taqozo etmoqda. O'zbekistonga xorijiy mamlakatlardan mutaxassislarning tashrif buyurishi, qo'shma korxonalarni tashkil etilishi, tarixiy shaharlarga sayyohlarning oqimining ko'payib borishi yangicha tus olmoqda [8]. Shu tufayli Respublika Prezidenti va hukumati tomonidan yurtimizda turizmni rivojlantirishga doir jiddiy tadbirlar o'tkazilmoyda.

O'zbekistonda turizmning, shakllanishi va uning rivojlanishiga bag'ishlab V.Ratsek, A.Kolbintsov, V.Kucheryavых, I.Xolmurodov, R. Abdumalikov, T.Holdorov, Ye.Daurenovlar kabi mahalliy mualliflarning ilmiy-ommabop risolalari, uslubiy qo'llanmalari yaratildi.

«Turizm» so'zining negizi hisoblangan «Tour» so'zi lotincha «Tornare» so'zidan kelib chiqqan bo'lib, doiraviy shakl ma'nosini anglatadi. Bu so'z o'z ma'nosini o'zgartirmasdan boshqa g'arb tillariga ham kirib kelgan. Masalan, frantsuzchada «aylanish» ma'nosiga to'g'ri keluvchi «tourner» va «tour» so'zlari hozirgi kunda ham ishlatilmoqda. Inglizchada esa turizm so'zi turist so'zidan olinib, 1811 yillarda yuzaga kelgan. Nemischada esa faqatgina «auslander» (ajnabiy yoki xorijiy) so'zi ishlatilar edi. 1958 yilda nemis tilida alohida e'tiborga olinib turizmning ekivalenti bo'lmish «fremdenverkehr» yoki «tourismus», turist so'zining ekivalenti esa «turist» tarzida qo'llanila boshlandi»¹. Internatsional Vebster lug'atida tur (tour) ning ma'nosi quyidagicha ifodalangan: «Ish, zavq olish, o'qish uchun qilinadigan sayohat va bu sayohatlar mobaynida turli xil joylarni ziyorat qilishdan va rejalashtirilgan sayohat dastlab sayohat turidan yuzaga keladigan jarayon tur deb ataladi».

Sport turizmi - bu tabiiy to'siqlarni engib o'tishda odamni sport bilan takomillashtirishga qaratilgan sport turi. Sport turizmi tarixan SSSRda rivojlangan. Turizmning sport mahorati tabiiy to'siqlarni engib o'tish, to'siqlarni engib o'tishning turli taktikasi va usullarini qo'llashdan iborat.

TADQIQOTNING MAQSADI VA VAZIFALARI

Turizm sohasida olib borilayotgan tadqiqotlarning fanlar bilan o'zaro integratsiyasi asosida talabalarda sport turizmi ko'nikmalarini shakllantirishda tabiat elementlarining o'rnini ochib berish mazkur maqolaning asosiy maqsadi hisoblanadi. Bu maqsadni amalga oshirish jarayonida bir nechta vazifalar kelib chiqdi, jumladan yoshi va ijtimoiy xususiyatlariga ko'ra sport turizmini bo'linishi: bolalar turizmi; yoshlar turizmi; kattalar turizmi; oilaviy turizm; nogironlar uchun turizm. So'nggi yillarda sport turizmining ham bir necha yo'nalishlari faol rivojlanmoqda: sayohat (shu jumladan yakka sayohat); ekstremal turizm; intizom masofasi; sun'iy erlarda bino ichida intizom masofasi; sport sayohatlari sinfida qisqa marshrutlar. Mazkur sohalarni rivojlantirishdagi muammolar esa olib boriladigan ilmiy tadqiqotlarda bartaraf etib borilishi maqsadga muvofiq.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Keyingi yillarda mamlakatimizda turizmni yaxshilash, atrof – muhitni muhofaza qilish, biologik xilma-xillikni saqlab qolishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Ma'lumki, ekoturizm tabiatga zarar yetkazmagan holda, undan bahra olishni anglatadi. Shunday ekan, mazkur tarmoqni rivojlantirish, o'z navbatida, odamlarda ekologik madaniyatni yuksaltirishni taqozo etadi. Yana bir e'tiborli jihati, mamlakatimizning uzoq tog'li xududlarida joylashgan qishloqlar aholisi muhim ish o'rniga, daromad manbaiga ega bo'layotir. Sayyohlar esa qishloq ahlining kundalik turmush tarzi, urf – odatlari va marosimlari bilan yaqindan tanishishyapti [6]. Turizm sohasida ulkan salohiyatga ega bo'lgan O'zbekiston o'zining qadimiy obidalari, muqaddas ziyoratgohlari, xushmanzara tabiati va fayzli go'shalari bilan sayyohlarni o'ziga rom etmoqda. Ma'lumotlarga ko'ra, yurtimiz sayyohlik ko'lami va tarixiy joylar ko'pligi bo'yicha dunyodagi yetakchi o'n mamlakat qatorida turadi [7].

Toza havoda va yirik shaharlardan uzoqda sport bilan shug'ullanishni yaxshi ko'radiganlar uchun O'zbekiston ayni joy hisoblanadi. Yumshoq iqlim deyarli butun yil davomida sportning ko'p turlari bilan shug'ullanishga imkon beradi. Klassik qishki sport turlari uchun to'rtta tog' kurorti mavjud: Chimyon, Bildirsoy, Amirsoy va Yangiobod. Tez orada ularning soni yanayam ko'payadi. Mamlakat o'zining keng va xilma-xil landshaftlari tufayli ekstremal sport turlari uchun juda ko'p imkoniyatlarni taqdim etadi, vaholanki bu sport turlari mamlakatda hali yangilik hisoblanadi. Bularga quyidagilar kiradi:- ekstremal chang'i, snoubord;- moto poygalar (Motorsysle rasing), ralli (Rallying), motokross;- skeytbording, tog' velosipedi, toqqa chiqish, kanyonning va paraplannerlik.

Mamlakatning ulkan tog'li hududlari alohida jozibadordir. O'zbekistonda tog' turizmi katta bo'lmagan, ammo faol rivojlanayotgan sohadir. Go'zal manzaralari ichida yayov yurish, alpinizm, tog' g'orlariga tashriflar, to'rtta zamonaviy kurort komplekslaridan birida qishki chang'i sporti,

Axamoniylar (miloddan avvalgi 6-4 asrlar) va Iskandar Zulqarnayn (miloddan avvalgi 4-asr) davridan qolgan qadimgi tog' qal'alari, ming yoshdan oshgan qadimgi g'or rasmlari, 3000 dan 4000 metrgacha bo'lgan balandlikdagi tog' cho'qqilarining hayratlanarli manzarasi, aholisi iliq va mehmondo'st bo'lgan an'anaviy uzoq tog' qishloqlari, noyob nabotot, endemik va nodir yo'qolib ketish xavfi ostida turgan hayvonlar, go'zal sharsharalar, tog' ko'llari va toshqin tog' daryolarini alohida ta'kidlab o'tish joiz [9].

Suv turizmi O'zbekiston dengizga yoki okeanga chiqa olmaydigan sanoqli davlatlardan biridir, ammo shunga qaramasdan suv turizmi uchun juda ko'p joylar mavjud bular G'arbiy Tyan-Shan etaklarida joylashgan Chorvoq chuqur suv havzasi, son-sanoqsiz toshqin daryolari va dengizga o'xshash ulkan Aydarko'l, Sudoche va Toshkent dengizi kabi ko'llar. Bu yerda dam olayotganda shamol tezligida skuterda uchish yoki katamaranda atrofni ko'rib chiqish mumkin. Ekstremal dam olishni yaxshi ko'radiganlar uchun ko'plab turoperatorlar Chotqol, Pskom, Ugom, Sirdaryo kabi daryolar va boshqa ko'plab joylarda rafting qilishni taklif etishadi.

O'zbekistonning ulkan tog'li hududlari alpinizm, qoyalarga chiqish va muzga ko'tarilish sport turlari uchun aynan mo'ljallangan. O'zbekiston alpinistlik va qoyalarga chiqish federatsiyasi o'z veb sahifasida O'zbekistonning 34 ta baland tog'laridagi 74 yo'nalishlar haqida eslatib o'tadi, ularning balandligi 3099 dan 4326 m gacha, shundan 15 ta yo'nalish 4a yoki 4b darajasida, 9 ta yo'nalish 5a yoki 5b darajadagi qiyinchiliklarga va faqat bitta yo'nalish 6a qiyinchilik darajasiga ega. Alpinizm, qoyalarga chiqish va muzga ko'tarilishning asosiy yo'nalishlari asosan G'arbiy Tyan-Shanda joylashgan: Maydontol tizmasi, Pskem tizmasi va Chotqol tizmasi. Har yili bu erlarda alpinizm va qoyalarga chiqish bo'yicha ochiq musobaqalar o'tkaziladi [5].

Ot turizmi-mashhur naslli, asl zotli o'zbek otlarini ko'rish, milliy ot sporti musobaqalarini tomosha qilish va naslli ot minishdan beqiyos quvonchni his etish uchun O'zbekistonga tashrif buyuradigan sayyohlar soni ortib bormoqda. Miloddan avvalgi II asrdanoq Farg'ona vodiysidan jang otlari Xitoy imperatori armiyasi uchun Ipak yo'li bo'ylab olib chiqilgan. Toshkent shahridan unchalik uzoq bo'lmagan go'zal vodiya, Katta va Kichik Chimyon etagida 1600 metr balandlikda, ot sportini sevuvchilar uchun mo'ljallangan "Chimyon Oromgohi" kurort majmuasi joylashgan. Bu yerda siz dam olish maskanining go'zal atrof-tevarakni aylanib chiqishingiz mumkin. Tajribali ustozlar endi boshlovchilarga otlarni qanday boshqarishni o'rgatadilar, mohir chavandozlar esa mahoratini oshirishlari mumkin. Dam olish maskanidan Chotqol va Ko'ksu daryolari bo'ylab Bildirsoy tizmasi atrofida ot minishingiz mumkin. Tajribali chavandozlar uchun eng mashhur yo'nalishlardan biri bu Ugom tizmasining shimoliy yon bag'rida, Pskom tog'li daryosi bo'yidagi yo'nalish hisoblanadi. Ot safarining davomligi 7-10 kun. Ot minish turli xil va o'zgaruvchan nabotot va hayvonot ega bo'lgan qo'riqlanadigan hududlarda o'tkaziladi Shuningdek, Ugam-Chotqol milliy bog'ining Po'latxon platosi yaqinida, G'arbiy Tyan-Shan tog'larida, Nurota tizmasi va Aydarko' ko'llarida ham bir necha kunlik otliq sayohatlari bo'lib o'tadi. Hisor tizmasi tog'larida ot minish yo'nalishlari alohida qiziqish uyg'otadi. Ular Qashqadaryo viloyatining kichik tog' qishloqlaridan boshlanadi va Surxondaryo daryosi vodiya tugaydi. Yo'nalishlarning eng yuqori nuqtalari 4000 metrga yetishi mumkin. Yo'l davomida sayyohlar balandlik zonalari, archa o'rmonlari, alp yaylovlari, tog' tundralari va ba'zi yo'nalishlarda – ko'p yillik qor va muzliklarni kesib o'tadilar. Toza va shaffof havosi son-sanoqsiz o'tlar va gullarning xushbo'y hidi bilan to'lgan tog' bo'ylab sayohat va minglab yulduzlar bilan to'la, tubsiz tog' osmoni ostida olov atrofidagi romantik kechki ovqat taassurotlari xotirada uzoq vaqt saqlanib qoladi. Mamlakatda mavjud bo'lgan ot klublari soni sayyohlarni hayratda qoldiradi ular o'n beshdan ortiq. Ular Toshkent shahrida va uning atrofida, Farg'ona, Qashqadaryo hamda boshqa viloyatlarda joylashgan. Veloturizm - o'zbekistonda ekzotika, afsonaviy va sharqona mehmondo'stlikka boy. Mavsum aprel oyining o'rtalarida boshlanadi va noyabr oyigacha davom etadi. Velosiped turlarini Buyuk Ipak yo'li bo'ylab sayohat, qadimiy Samarqand, Buxoro, Xiva va Termiz shaharlari bo'ylab sayohat, shuningdek hayajonli tog' manzaralari va gulli vodiylar bo'ylab sayohat bilan birlashtirish mumkin. Velosipedchilar qishloqlar va tog' ovullari bo'ylab sayohat qilganda, u yerdagi mahalliy aholining turmush tarzi bilan tanishib olishlari mumkin. Ekstremal sport turlarini yaxshi ko'radiganlar uchun esa, Samarqand yaqinida Oqtog' tizmasi bo'ylab yo'nalish mavjud. Bundan tashqari, tog'li hududlarda va yirik shaharlarda deyarli har oy issiq mavsumda ochiq tanlovlar va velosiped musobaqalari o'tkazilib, unda hamma qatnashishi mumkin.

Bugungi kunda talaba-yoshlar o'rtasida milliy sport turlarini rivojlantirish orqali yoshlarning sport bilan shug'ullanishlari uchun barcha shart sharoitlar yaratilgan. O'z kuchi va imkoniyatiga

ishonongan yoshlar uchun esa qator loyihalar amalga oshirilmoqda. Jumladan, Oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida "Turizm va sport vaziri kubogi" musobaqasining o'tkazilishi ham bu kabi loyihalarning yorqin ifodasidir. Turizm va sport vazirligi axborot xizmati bu galgi musobaqaning final bosqichi ko'hna Samarqand shahrida bo'lib o'tdi [4].

OTMning talabalari orasida turizmning mazkur turini keng targ'ib qilishga qaratilgan pedagogik faoliyat samaradorligi bu jarayonning izchil, tizimli tashkil qilinishini taqozo etadi. Amalga oshiriladigan pedagogik faoliyat jarayonida talabalarda quyidagi sport turizmiga oid ko'nikmalarni rivojlantirish maqsadga muvofiqdir: birinchi tibbiy yordamni ko'rsatish; jarohatlangan (shikastlangan)lar evakuatsiya qilishni tashkillashtirish va uni amalga oshirish; palatkalar o'rnatiladigan yoki vaqtinchalik to'xtaladigan joylarni to'g'ri tanlash; suv oqimini kechib o'tish yoki tog' qoyalariga chiqishda qo'llaniladigan arqonlar va texnik vositalardan to'g'ri foydalanish; muayyan to'siqlarda oqillik bilan ehtiyot choralarini ko'rish; turli xarakterga ega harakat texnikalarini egallash va ularni yuqori darajada o'zlashtirish; guruhning harakatlanish tartibini to'g'ri tashkillashtirish va amalga oshirish; ekstremal sharoitlar (kuchli jala, qor vaqtida, suv havzalarida suv ko'payganda, yetarlicha oziq-ovqat manbasi bo'lmagan, guruh bilan aloqa yo'qolib qolgan jarayon)da to'g'ri qaror qabul qilish, o'z-o'ziga yordam ko'rsatish; safarlarda ovqatlanish menyusini tuzish, ovqat tayyorlash va guruhdoshlar o'rtasida ovqat mahsulotlarini to'g'ri taqsimlash; turli vaziyatlarda olov yoqish va uning o'chib qolmasligini ta'minlash; murakkab vaziyatlarda to'g'ri yo'nalish olish va harakatlanish; ishdan chiqqan texnik vositalarni ta'mirlash olish; guruhdoshlar o'rtasida ziddiyatlar kelib chiqishining oldini olish va bartaraf qilish; ekstremal vaziyatlarda ishlar va harakatlarni taqsimlash [11].

Sport turizmini bilan samarali shug'ullanish uchun talabalar qo'shimcha ravishda quyidagi ko'nikmalari o'zlashtira olishlari zarur: sayohat joyida istiqomat qiluvchi aholining tilini muloqot darajasida bilish; aralash turizm ko'nikmalariga ega bo'lish; ov qilish va baliq tutish; turli texnikalar yordamida hayvonlar bilan "muloqot qilish"; geografik obyekt, shuningdek, mavjud tabiat to'g'risidagi bilimlardan xabardor bo'lish; tarjimonlik, bayon qila olish hamda muhandislik malakalariga ega bo'lish lozim [10].

Ko'rsatilgan ko'nikmalar majmuasi jismoniy tarbiya va tabiiy geografiya fanlari integratsiyasi asosida talabalarda sport turizmi ko'nikmalarini rivojlantirish jarayonining murakkab, bir qadar qiyin bo'lishidan dalolat beradi.

So'nggi yillarda respublikamizda jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirishga ham katta e'tibor berilmoqda. Aholi salomatligini mustahkamlash, yosh avlodning sog'lom va barkamol bo'lib voyaga yetishini ta'minlash davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan. Prezidentimizning "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yana-da rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoni ijrosini ta'minlash yuzasidan samarali ishlar amalga oshirilmoqda. Yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, qolaversa, davlatimiz rahbari tomonidan ilgari surilgan 5 ta muhim tashabbusning ikkinchi yo'nalishi ijrosini ta'minlash maqsadida tizimli ravishda sport tadbirlari va musobaqalar o'tkazib kelinyapti.

XULOSA

Mamlakatni dunyoga tez tanitadigan soha, bu -sport. Sport millat va irq tanlamaydi, u barchani o'z atrofida birlashtirishga qodir vosita, deyish mumkin. Sport tufayli ko'p mamlakatlarga boramiz, musobaqalardan so'ng boshqalarga o'z yurtimiz, xalqimizning urf-odatlarini, an'analari, qolaversa, tarixi necha asrlarga borib taqaladigan qadimiy obidalarimiz haqida so'zlab beramiz. Tabiiyki, shu suhbatlar jarayonida chet ellik hamkasblarimizda O'zbekistonga bo'lgan qiziqish ortadi. Bir so'z bilan aytganda, sport orqali turizm, turizm vositasida sport rivojlanadi. Kuni kecha davlatimiz rahbarining "O'zbekiston Respublikasida turizmni jadal rivojlantirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi farmoni e'lon qilindi [1]. Farmon o'z ichiga turizm, sport va madaniy meros sohalarida zamonaviy boshqaruv mexanizmlarini joriy etish, ilg'or xorijiy tajribaga tayanib ushbu yo'nalishlarda infratuzilmani jadal rivojlantirish, obyektlardan samarali foydalanish, aholiga yetarli sharoitlar yaratishga qaratilgan.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasida turizmni jadal rivojlantirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi (2019 yil 5 yanvar) Farmoni // <https://lex.uz/docs/4143188>.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son Farmoni bilan tasdiqlangan «2022–2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»gi Farmoni. <http://uza.uz>

3. “2019-2025 yillarda O‘zbekiston Respublikasida turizm sohasini yanada rivojlantirish Kontseptsiyasi” // <https://lex.uz/docs/4143188>
4. Abdullayeva B.S. Fanlararo aloqadorlikning metodologik – didaktik asoslari: ped. fan. dok. diss... . – Toshkent: TDPU, 2006. – 264 b.
5. Abdunazarova Z.A. Sport turizmi orqali o‘smirlarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish texnologiyalari.// “Talqin va tadqiqotlar” ilmiy-uslubiy jurnali, № 4. 2023. B.119 – 122.
6. Abdunazarov O‘.Q., Mirakmalov M.T., Sharipov Sh.M. va boshq. Umumiy tabiiy geografiya. – Toshkent: “Barkamol fayz media”, 2018. – 326 b.
7. Боймирзаев К.М. Ўзбекистонда экотуризмни ривожлантириш истиқболлари ва омиллари// Фарғона водийсида экотуризмни ривожлантириш истиқболлари. Республика илмий-амалий конференцияси материаллари. Наманган, 2016 . Б. 59-61
8. Lutfullaev M. Oliy ta’lim jarayonini takomillashtirishda axborot texnologiyalarini integratsiyalash nazariyasi va amaliyoti (Informatika va tabiiy fanlar misolida): ped.fan.dokt. diss... Toshkent: O‘zPFITI, 2005. – 238 b.
9. Xudoyberdiyeva S.M. Jismoniy tarbiya va tabiiy geografiya fanlari integratsiyasi asosida talabalarda sport turizmi ko‘nikmalarini rivojlantirish. NamDU ilmiy axborotnomasi. Namangan. 2023. № 12-son. – B. 616-623
10. Овчинников Ю.Д., Талызов С.Н. Спортивный туризм как вид спорта и форма деятельности // Журнал Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – Челябинск: 2017. - № 2. Т. 2. – С. 118.
11. Hamroev H.R.,Turizm mamlakatshunosligi darslik. “Durdona” nashiriyoti Buxoro, 2022.-494
12. <https://Uzbekistan.travel>