

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

FARG'ONA DAVLAT UNIVERSITETI

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR-**

1995-yildan nashr etiladi
Yilda 6 marta chiqadi

4-2024

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

B.Sh.Shermuhhammadov, B.Q.Qurbonova Bo'lajak pedagoglarni kompetensiyaviy yondashuv asosida pedagogik faoliyatga tayyorlash mexanizmini rivojlantirish.....	7
I.Tuychiyeva, Z.Axunova Yuqori sinf o'quvchilarining ma'naviy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik asoslari.....	10
D.R.Yuldasheva Bo'lajak vokal o'qituvchilari kasbiy faoliyati samaradorligini oshirishga qaratilgan omillar.....	14
A.R.Saydullayeva, B.Mahmudova Yuqori sinf o'quvchilarini ijtimoiy hayotga tayyorlashda gender yondashuvning ahamiyati	20
I.I.Soliyev Oliy ta'lim muassasalari boshqaruvida institutsional mustaqillikni shakllantirish bosqichlari	26
Sh.D.Xonbabayev Bo'lajak o'qituvchilarni o'quvchilarda milliy va umummadaniy kompetensiyalarni rivojlantirishga tayyorlashning pedagogik asoslari	31
M.S.Xoshimov Boshlang'ich sinf o'quvchilarining kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati.....	36
L.Z.Xolmurodov Boshlang'ich sinf o'quvchilari koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirishning modulli texnologiyasi.....	41
A.Sh.Bazarbayeva Chet tillarini o'qitishda mashqlar tipologiyasi va tizimiga qo'yilayotgan zamonaviy talablar.....	45
N.Sh.Abdiyeva Kichik biznes va xususiy tadbirkorlik faoliyatini davlat tomonidan qo'llab-quvvatlashning rivojlangan xorijiy mamlakatlar tajribasi	54
F.A.Boltayeva Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida kvest texnologiyasi orqali tadqiqiy bilish va reflektiv faoliyatni rivojlantirish imkoniyatlari.....	59
M.E.Maziyayeva Maktabgacha ta'limda neyropedagogika imkoniyatlaridan foydalanish	63
D.D.Boymirzayeva Oliy ta'lim muassasalarida tashkiliy va boshqaruv mexanizmlarining zamonaviy modellari	67
M.O.Ismailova Kitobxonlik madaniyati - inson umr yo'llarini yorituvchi so'nmas nur	71
G.O.Shaxbazova Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining sport estetikasiga doir bilimlarini rivojlantirishning jismoniy-tarbiyaviy mazmuni	75
M.F.Bekchonova Fanlararo hamkorlikda biologiya yo'nalishi talabalarining biologik xavfsizlikni ta'minlashga doir bilimlarini rivojlantirishning nazariy jihatlarini	79
X.A.Ibragimov Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport tadbirlarining samarali shakllari	83
A.T.Nazarov Sport turizmi tavsifi va undan bo'lajak jismoniy tarbiya fani o'qituvchilarini tayyorlashda foydalanish	88
D.M.Xusanov O'quvchilarni harbiy ideal haqidagi bilimlarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish zaruriyati.....	92
Y.Y.Turakulov Ta'limda raqamli texnologiyalarning pedagogik faoliyatga ta'siri.....	96
Sh.G'.Xasanov Bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda pedagogik hamkorlikni loyihalashtirishning nazariy jihatlarini.....	102



UO'K 373:37.09.796

TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORT TADBIRLARINING SAMARALI SHAKLLARI**ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ****EFFECTIVE FORMS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EVENTS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS****Ibragimov Xasanboy Abdusalomovich** 

Andijon davlat universiteti Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrasida katta o'qituvchisi

Annotatsiya

Ushbu maqola ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport tadbirlarining samarali shakllarini ochib berish maqsadida o'quvchi va talabalarni jismoniy rivojlantirish, sog'lomlashtirish va hayot faoliyatiga tayyorlash, ma'naviy etuk insonlar etib tarbiyalashga qaratilgan. Bundan tashqari jismoniy harakatlarni amalga oshiruvchi ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari, sport to'garaklaridagi mashg'ulotlar, sport musobaqalari va bayramlar hamda dam olish kunlari va ta'tillarda olib boriladigan turizm mashg'ulotlari yoritib berilgan.

Аннотация

Данная статья направлена на физическое развитие, оздоровление и подготовку учащихся к жизнедеятельности, воспитанию духовно зрелых людей с целью раскрытия эффективных форм физкультурно-спортивной деятельности в образовательных учреждениях. Кроме того, были освещены утренние занятия физкультурой, занятия физкультурой, занятия в спортивных кружках, спортивные соревнования и праздники, а также туристические мероприятия, проводимые в выходные и праздничные дни.

Abstract

This article is aimed at physical development, rehabilitation and preparation of students for life, education of spiritually mature people in order to reveal effective forms of physical culture and sports activities in educational institutions. In addition, morning physical education classes, physical education classes, sports clubs, sports competitions and holidays, as well as tourist events held on weekends and holidays were highlighted.

Kalit so'zlar: jismoniy rivojlanishida, jismoniy tarbiya darslari, ertalabki badantarbiya, sport to'garaklari, sport musobaqalari, bayramlar.

Ключевые слова: физическое развитие, занятия физкультурой, утренняя зарядка, спортивные кружки, спортивные соревнования, праздники.

Key words: physical development, physical education, morning exercises, sports clubs, sports competitions, holidays

KIRISH

Ma'lumki, jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish odam organizmini har tomonlama jismonan rivojlanishi va mustahkamlanishi, fiziologik funksiyalarning takomillashtirishi va sog'lomlashtirishga olib keladi.

Ta'kidlash joizki, sport turlarini rivojlantirish bilan bir qatorda, katta sport mavqeini ko'tarishga ham ustuvor ahamiyat qaratilmoqda. Yildan yilga Respublikamizda xalqaro va jahon miqyosidagi nufuzli musobaqalarni o'tkazish an'anaviy tadbirlar tarkibidan joy olmoqda. O'zbek sportchilari Osiyo, Jahon va Olimpiya musobaqalarida yuksak natijalarga erishib, yurtimiz shuhratini jahon hamjamiyati oldida tarannum etib kelmoqda [1].

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari o'quvchi va talabalarni jismoniy rivojlantirish, sog'lomlashtirish va hayot faoliyatiga tayyorlashdan iboratdir. Jismoniy tarbiya jarayonlari barcha bosqichlarda tashkil etiladi. Jismoniy tarbiyani tashkil etishda ta'lim muassasaning pedagogik jamoasi jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylarining ro'li kattadir [2].

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari, sport to'garaklaridagi mashg'ulotlar, sport musobaqalari va bayramlar hamda dam olish kunlari va ta'tillarda olib boriladigan turizm mashg'ulotlari hisoblanadi. Jismoniy tarbiya tadbirlarida o'quvchilar hayotiy zarur harakatlar yurish, yugurish hamda sakrash va uloqtirish, tirmashib chiqish mashqlarini bajarib harakat malaka va ko'nikmalari shakllantiriladi [3,4]. Jismoniy tarbiya vositalari bo'lib hisoblangan jismoniy mashqlar va tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari hamda gigienik vositalar yordamida ijobiy o'zgarishlar sodir bo'ladi va organizm sog'lomlashadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

O'quvchi va talabalar jismoniy tarbiyasi ularni jismoniy harakatlarini amalga oshirishning tashkil etilgan pedagogik jarayonidir. Ta'lim muassasasidagi jismoniy tarbiyaga oid ishlar o'quvchi va talabalardan havaskorlikni, tashabbuskorlikni, uyushqoqlikni talab qiladigan juda xilma-xil shakllari bilan farq qiladi. Ular o'quvchi va talabalarda tashkilotchilik ko'nikmalari, faollik, topqirlikni tarbiyalashga yordam beradi [5].

Kun tartibidagi jismoniy tarbiya tadbirlari: o'quvchi va talabalarni sog'lomlashtirish va jismoniy rivojlantirish jarayoni uzluksizligini ta'minlash maqsadida o'quv yurtlarida o'quvchi va talabalar kun tartibida jismoniy tarbiya tadbirlari belgilanadi va amalga oshiriladi. Kun tartibidagi tadbirlar mazmuni Jismoniy tarbiya dasturi asosida tuziladi va rejalashtiriladi. Jismoniy tarbiya tadbirlarini tashkil etishda jismoniy madaniyat jamoasi tashkilotchilik va rahbarlik vazifasini boshqaradi [6]. Jismoniy tarbiyaning kun tartibidagi tadbirlari o'quvchi va talabalarni jismonan rivojlanishga, sog'ligini mustahkamlashga va chiniqtirishga, aqliy qobiliyatlarini oshirishga, tartib intizomni mustahkamlashni amalga oshiradi. Jismoniy tarbiya tadbirlarini muntazam o'tkazib borish o'quvchi va talabalarni o'zini-o'zi nazorat qilish, kun tartibiga rioya qilish hamda faolligini mustahkamlashga o'rgatadi.

Ertalabki badantarbiya mashqlari. O'quv mashg'ulotlarigacha o'tkaziladigan ertalabki gimnastika-ta'lim muassasasida har kuni darslar boshlanguncha o'tkaziladigan jismoniy mashqlardir. Mashg'ulotlarga bo'ladigan gimnastika asosan tarbiyaviy va sog'lomlashtirish masalalarini hal etadi. Ochiq havoda o'tkaziladigan mashqlar o'quvchi va talabalar organizmini chiniqtirishga ham yordam beradi [7]. Ertalabki badantarbiya mashg'ulotlari o'quvchilarda tartib intizomni ham tarbiyalaydi. Bu mashg'ulotlardan so'ng o'quv kunini uyushgan holda boshlash amalga oshiriladi. Ertalabki badantarbiya mashg'ulotlarida o'quvchilar jismoniy tarbiya darslari jarayonida o'rgangan umurivojlantiruvchi mashqlarni bajaradilar.

Umumiy jismoniy tayyorgarlik va sport to'garaklari. Sport to'garaklarining rahbarlari muayyan sport turining mashg'ulotlarini o'tkazish uslubiyatini, o'quvchi va talabalar bilan olib boriladigan mashg'ulotlarning o'ziga xosligini yaxshi bilishlari kerak. O'quvchi va talabalarning jismoniy rivojlanishi hamda jismoniy tayyorgarligini va yosh, jins xususiyatlarini hisobga olgan holda ular maxsus sport muassasalaridagi jismoniy tayyorgarlik va sport to'garaklariga jalb etiladi. Sport mashg'ulotlarini to'g'ri tashkil etish va boshqarishda, sport turlari bilan shug'ullanishida organizm rivojlanishining hamda sport natijalarini ko'rsatishni ijobiy natijalariga erishish mumkin[8].

Kuzda-harakatli va sport o'yinlari, yengil atletika, qishda-qishki sport turlari, gimnastika, kurash mashg'ulotlari, bahorda - kross tayyorgarligi, sport o'yinlari, yozda suzish mashg'ulotlari o'tkaziladi. Umumijismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlari jismoniy tarbiya asosida tashkil etiladi. Musobaqalar va sport bayramlarida o'quvchi va talabalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi nazorat qilib boriladi. To'garaklar a'zolari 15 - 20 kishidan iborat bo'lishi mumkin. Guruhlar yoshi, jinsi va jismoniy tayyorgarligi bir hil darajadagi o'quvchi va talabalardan saralanadi. To'garak mashg'ulotlari haftasiga bir yoki ikki marta o'tkaziladi. Har bir mashg'ulot 60 minut atrofida bo'lishi mumkin.

Sayrlar, ekskursiyalar, yurishlar. Sayrlar, ekskursiyalar va sayyohlik yurishlar katta ta'lim va tarbiya ahamiyatga molik. Chunki bu jarayonda o'quvchi va talabalar tabiat, jonajon o'lka va uning diqqatga sazovor joylari bilan tanishadilar. Bu tadbirlar yurish, yugurish va o'yin malakalarining takomillashishiga yordam beradi, organizmni chiniqtiradi va sog'lig'ini mustahkamlaydi hamda yurish-turish, o'z-o'ziga xizmat qilish, joyni mo'ljalga olish va hokazo ko'nikmalarni egallashga imkon yaratadi. Shuningdek, ular jamoani qaror toptirish va mustahkamlashda, do'stlik, o'rtoqlik hissini tarbiyalashda bebaho ahamiyat kasb etadi. Bu tadbirlar yordamida o'quvchi va talabalar tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari quyosh, suv, havo yordamida chiniqib boradilar, mamlakatimizning tabiati va tarixiy obidalari haqida tushanchaga ega bo'lib boradilar. Sayyohlik yurishlar davomida o'quvchi va talabalarda hayotiy zarur jismoniy

PEDAGOGIKA

harakatlar yurish, yugurish, sakrash, tirmashib chiqish, oshib o'tish, malaka va ko'nikmalari shakllanish bilan birga tabiat omillari yordamida chiniqish va suv muolajalari suzish, cho'milish bilan qabul qilishni amalga oshiradilar.

Sport musobaqalari va bayramlari. Sport musobaqalari ta'lim muassasasidagi jismoniy tarbiyaga oid darslardan tashqari ishning eng qiziqarli shakllaridan biridir. Ular o'quvchi va talabalarni uyda va jismoniy madaniyat jamoalaridagi doimiy jismoniy mashg'ulotlarga jalb etishga yordam beradi, o'quvchi va talabalarning jismoniy tayyorgarligini oshiradi, sog'lig'ini mustahkamlaydi. Musobaqalar, darsdan tashqari ishning boshqa turlari qatori, ta'lim muassasasining umumiy yillik ish rejasiga kiritiladi. O'quv yilining boshida musobaqalarni o'tkazish muddati, qoidalari va dasturlari aniq belgilab olinadi. Bu muddatlarni hisobga olgan holda musobaqalarga oldindan tayyorgarlik ko'riladi. Har bir musobaqa muayyan nizomga muvofiq o'tkaziladi.

Mustaqil mashg'ulotlar: O'quvchi va talabalarning bo'sh vaqtlarini jismoniy tarbiya va sport tadbirlari bilan o'tkazish uchun ularning ixtiyoriy harakatlanishi ta'minlanadi. Bu tadbirlar jismoniy mashqlar va harakatlar bilan shug'ullanish malaka va ko'nikmasi shakllangandan so'ng mustaqil mashg'ulotlar shaklida o'tkazilishi mumkin. O'quvchi va talabalarni jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishlarining mustaqil shakli mazmunini umumijismoniy tayyorgarlik mashqlari, umumrivojlantiruvchi mashqlar, jismoniy fazilatlarini rivojlantirish, buyumlar, jismlar va jixozlardagi mashqlar, sport va harakatli o'yinlar shaklida o'tiladi. Tabiat qo'yniga sayrlar, cho'milish hamda quyoshda toblanish muolajalari ham mustaqil mashg'ulotlar shaklida tashkil etilishi mumkin.

Jismoniy mashqlarni turlari - ularni bir-biriga bog'liq guruhlariga saralashdir. Buning natijasida ta'siri va xususiyatlariga ko'ra mashqlar taqsimlanadi. Jismoniy mashqlar jismoniy fazilatlarini rivojlantirish hamda harakat, malaka va ko'nikmalarini shakllantirish darajasiga muvofiq saralanadi. Ular jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti, jismoniy mashqlar biomexanikasi va sport fiziologiyasi yo'nalishlarida xar xil shaklda ko'rinadi.

Talabalarni jismoniy tarbiya va sport tadbirlarida jismoniy rivojlantirish jarayonlari jismoniy harakatlar va jismoniy mashqlar bajarish yordamida tashkil etiladi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Biz yuqoridagi mashg'ulotlar samaradorligini bilish maqsadida Andijon davlat universiteti I-II bosqich talaba qizlari o'rtasida pedagogik tajriba sinov ishlarini olib bordik.

Sport fiziologiyasidan ma'lumki, tezkorlik xususiyatiga ega bo'lgan yuklamalar chidamlilikning ko'proq namoyon etilishini talab qiladigan yuklamalar uchun qulay fiziologik sharoit yaratadi. Ular esa o'zidan keyin bir necha soat mobaynida (agar jiddiy o'sish yuz bergan bo'lsa) tezkorlik mashqlarining bajarilishiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan "iz" qoldiradi. Bundan tashqari aniqlandiki, tezkorlikka beriladigan yuklamalar kuch xususiyatiga ega bo'lgan yuklamalar bilan yaxshi uyg'unlashadi. Bunda ijobiy davomli ta'sir ma'lum sharoitda, ya'ni kuch mashqlari tezkorlik mashqlaridan avval bajargan holatda ham ularning teskari ketma-ketligida ham amal qilishi mumkinligi ko'rsatilgan.

Talaba qizlarning jismoniy rivojlanishini aniqlash uchun antropometrik ma'lumotlar olindi (bo'yi, vazni, KQA, o'pkaning tiriklik sig'imi). Ular tahlil qilinib, shu narsa aniqlandiki, jismoniy rivojlanish bo'yicha tajriba guruhi va nazorat guruhi talaba qizlari o'rtasida tekshiruvlarning dastlabki ko'rsatkichlarida sezilarli darajada farq kuzatilmadi.

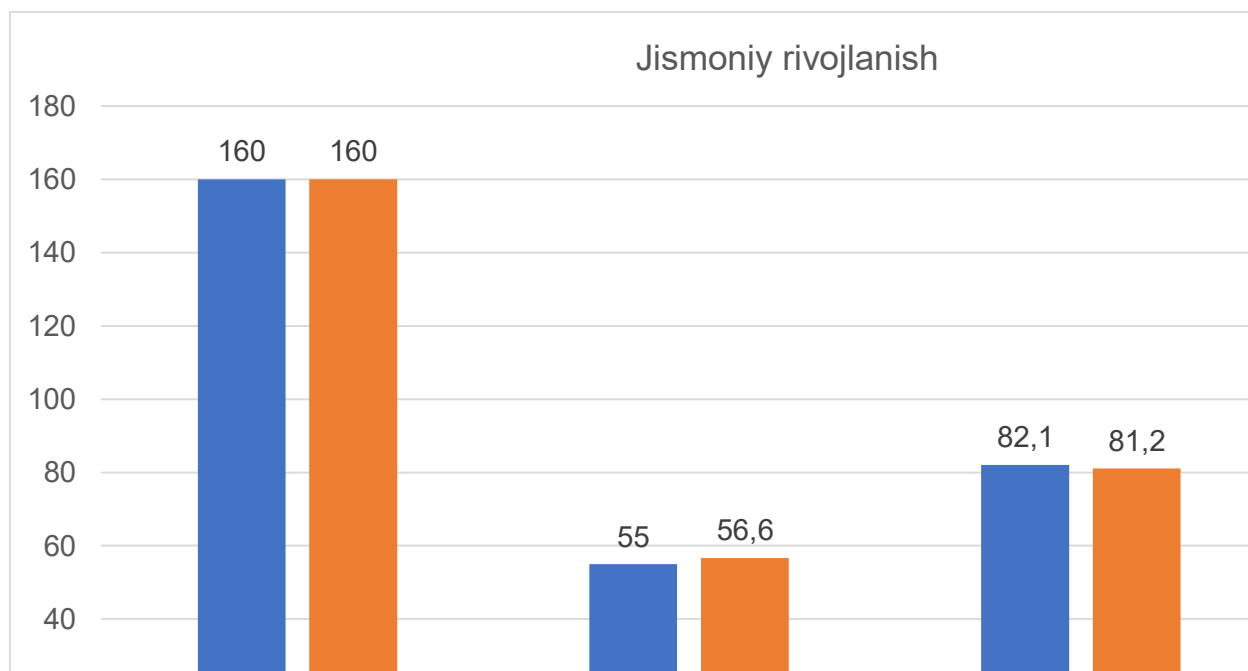
Tajriba va nazorat guruhlarining pedagogik tajribadan so'ng talaba qizlarda bo'y ko'rsatkichlari o'rtasidagi farq quyidagicha: tadqiqotimiz so'ngiga kelib tajriba va nazorat guruhlari tana uzunligi 160 sm ni tashkil qildi. Bu shundan dalolat beradiki, yillik pedagogik tajribadan so'ng ham tajriba va nazorat guruhlarining tana uzunligida deyarli hech qanday o'zgarish kuzatilmadi. Shu jumladan talaba-qizlarning og'irliklarida ham dastlab tajriba guruhida 54 kg bo'lgan bo'lsa, tajriba so'ngida 55 kg ga oshganligi kuzatildi, nazorat guruhi vakillarida esa 56 kg ni tashkil etib hech qanday ishonchli farqlar ko'zga tashlanmadi ($p > 0,05$).

1-jadval**I-II bosqich talaba qizlarning jismoniy rivojlanishining tajribadan keyingi ko'rsatkichlari ($x \pm \delta$)**

№	Ko'rsatkichlar nomi	Guruhlar		Farqi %
		Tajriba guruhi (n=60)	Nazorat guruhi (n=59)	

1	Tana uzunligi (sm)	160±0,09	160±0,01	0,0
2	Tana og'irligi (kg)	55±0,81	56,6±0,76	1,7
3	Ko'krak qafasi aylanasi (sm)	82,1±0,40	81,2±0,44	1,09
4	O'TS (ml)	3745±321,3	3635±215,3	2,9

Ko'krak qafasi aylanasi ko'rsatkichlarining dastlabki natijalari tajriba guruhi vakillarida 79,7±0,52 sm ni, nazorat guruhida esa 78,9±0,60 sm ni tashkil etgan bo'lsa, tajribalarning so'ngiga kelib tajriba guruhi o'z natijalarini 82,1±0,40 sm ga, nazorat guruhi vakillari esa 81,2±0,44 sm ga ijobiy o'sganliklarini, natijalar statistik ishonchli bo'lganligini ko'rsatadi ($t=2,1$ $p<0,05$).



1-rasm. I-II bosqich talaba qizlarning jismoniy rivojlanishining tajribadan keyingi ko'rsatkichlari taxlili.

I-II bosqich talaba qizlarning o'pkaning tiriklik sig'imi (O'TS) bo'yicha tajriba va nazorat guruhi talaba qizlari natijalari quyidagicha ko'rinishga ega bo'ldi. Tajriba guruhi vakillari natijalari tadqiqotlar avvalida 3600 ml ni tashkil qilgan edi, tadqiqotlar so'ngiga kelib esa 3745 ml natijani ko'rsatdi, o'sish 145 ml ga teng bo'ldi. Nazorat guruhi vakillarini dastlabki natijalari 3530 ml ni tashkil qilgan bo'lsa, tajribalar so'ngida natija 3635 ml ga oshganligini ko'rishimiz mumkin. Lekin natijalar statistik ishonchli bo'lmadi ($p>0,05$).

Yuqorida ko'rsatib o'tilgan tajribalarimiz shuni ko'rsatdiki, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini yuqoridagi shakllardan foydalanib tashkil etish va o'tkazish talaba qizlar jismoniy rivojlanishi samaradorligini oshirishning asosini tashkil qiladi, ularning jismoniy sifatlarini rivojlantirishni yuqori darajaga ko'taradi.

XULOSA

Ko'rsatib o'tildiki, oliy o'quv yurti qizlarida sport faoliyatining ustuvor shakllarini qo'llab o'tiladigan amaliy mashg'ulotlar bo'lib, ular o'z navbatida jismoniy tarbiya bilan muntazam shug'ullanishga qiziqishni oshiradi. E'tirof etilishicha, ular talaba qizlarning organizmiga majmual ta'sir ko'rsatadi. Yugurish va sakrash faoliyatlarini o'z tarkibiga olgan mashqlar ko'proq yurak-qon tomir tizimiga va bo'g'imlar harakatchanligiga, markaziy asab tizimiga ijobiy ta'sir qiladi. Demak, yuqoridagi shakllarda olib borilgan mashg'ulotlar harakat faoliyatlari majmuasi bo'lib, ularda nafas olish-chiqarish amallari tana, tayanch-harakat apparati(a'zo) faoliyati bilan uyg'unlashadi va yurak qon-tomir tizimiga ijobiy ta'sir qiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Norqobilov Muhiddin Najimovich. Jismoniy tarbiya va sport. O'quv-qo'llanma –Toshkent:2021 yil.
2. Boyboboiev B., Bozorov R.B., Qirgizov R. "Talabalar sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati". // Respublika ilmiy-nazariy anjumani ma'ruzalari. – Jizzax: 2005. –B. 25-26.

PEDAGOGIKA

3. Axmedov F.K., Tilakov A.T., Nomozov Z.R., "Talabalar sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati". // Respublika ilmiy-nazariy anjumani ma'ruzalari. - Jizzax: 2005. –B. 28-31.
4. Ataev A.K., Xayitov D.N., Jalilov N.S. O'smir yoshlarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishda o'zbek xalq milliy sport turlaridan foydalanishning pedagogik asoslari. // "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportning dolzarb muammolari". Xalqaro konferensiya to'plami. - Termiz: 2001. – B. 75-77.
5. Komilov X., Sodiqov A.T., Dovurbaeva R. Maktab o'quvchilari va talaba qizlarning jismonan barkamol qilib tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning tutgan o'rni. // "Barkamol avlod tarbiyasida jismoniy tarbiya va sportning o'rni". Respublika ilmiy–amaliy anjumani. – Jizzax: 2001. – B. 62-64.
6. Masharipov I. O'quvchilarni jismoniy va axloqiy tarbiyalashda sportning ahamiyati. // "Bolalar va yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning dolzarb muammolari". Respublika ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Termiz: 2003. 1 qism - B. 136-137.
7. Meliyev X.A. "Talabalar sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati". // Respublika ilmiy–nazariy anjumani ma'ruzalari. – Jizzax: 2005. – B. 5-7.
8. Salomov R.S., Donnieva Yo.Ch. Talaba qizlarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari va ularning taxlili. // "O'zbekiston yoshlari o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish muammolari". Oliy ta'lim muassasalari ilmiy - nazariy anjumani materiallari. - Toshkent: 2008. - B.58-60.