

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR
VAZIRLIGI**

DENOV TADBIRKORLIK VA PEDAGOGIKA INSTITUTI



**“ZAMONAVIY SHAROITDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING INSON
SALOMATLIGINI SAQLASHDAGI O‘RNI” MAVZUSIDA RESPUBLIKA
MIQYOSIDAGI ILMIY-AMALIY ANJUMAN**

KBK: 75.1+74ya43

UO‘K: 796.011.3:37.013(08)

Z 30

“Zamonaviy sharoitda jismoniy tarbiya va sportning inson salomatligini saqlashdagi o‘rni” mavzusida Respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy anjuman: to‘plam / Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti, 2024.-400 b.

Ilmiy amaliy anjuman materiallari Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti ilmiy-uslubiy kenashining 2024 yil 16-apreldagi № 51-A- sonli bayonnomasi bilan nashrga tavsiya etilgan

Mazkur to‘plamda jismoniy tarbiya va sport sohasidagi respublikamizdagi taniqli olim va mutaxassislar, o‘rta umumta’lim va sport maktablarining o‘qituvchilari, tadqiqotchilar, magistrlar hamda iqtidorli talabalarning sport-sog‘lomlashtirish jarayoniga innovatsion yondoshuvi, sohada malakali kadrlar muammosi, jismoniy tarbiya va sport fanlarini o‘qitish metodikasi, jismoniy tarbiya, sport, sog‘lomlashtirish ishlarini rivojlantirishning istiqbolli yo‘nalishlari, uning takomilini belgilovchi faktorlar, ta’lim-tarbiyaviy jarayonda pedagogik-innovatsion va axborot-kommunikatsion texnologiyalarni qo‘llashning dolzarb masalalari va ularning yechimiga doir taklif-mulohazalar o‘z aksini topgan.

Mazkur to‘plam materiallaridan ta’lim muassasalarining professor- o‘qituvchilari, katta ilmiy xodim-izlanuvchilar, mustaqil tadqiqotchilar, talabalar va sohaga qiziquvchilar foydalanishlari mumkin.

Mas’ul muharrir:

D.S.Nosirova – *Jismoniy tarbiya va sport kafedrasi katta o‘qituvchisi, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)*

Tahrir hay’ati a’zolari:

S.Jurayev, S.G‘aniyev, K.Hukimayev, O.Ziyoyev, I.Erdonov, Sh.Ergashev, I.Islomov,
R.Ilmatova, O.Bo‘riyev, B. Boykeldiyev, A.Namazov

Taqrizchilar:

I.Hasanov – *TerDU professori*

A.M.Mirzayev – *IIA “Jangovor va jismoniy tayyorgarlik” kafedrasi, dotsenti (PhD)*

To‘plamga kiritilgan maqolalarning mazmuni, ilmiy salohiyati va dalillarning haqqoniyligi uchun mualliflar mas’uldirlar.

ISBN: 978-9910-675-31-7

© Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

©“Termiz publishing center” 2024

Denov-2024

6. Ismoilov, K. (2014). Jismoniy faollik va talaba yoshlarning salomatligi. Journal of Pedagogical Sciences, 6(2), 45-49.
7. Shukurboev, D. (2020) Oliy ta'lim muassasalarida sportni rivojlantirishning pedagogik asoslari. Journal of Physical Education and Sports Sciences, 12(4), 15-19.
8. Yusupov, R. (2018). Zamonaviy sport pedagogikasi: nazariya va amaliyot. Tashkent: "Yangi avlod" Publishing House.
9. Halilov, M., Oripov, O. (2021). Talaba yoshlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning roli. Uzbek Journal of Health and Physical Education, 7(1), 22-26.
10. Zarifov, M., Bahromov, A. (2017). Sport faoliyatini tashkil etish va uning pedagogik asoslari. Tashkent: "Navruz" Publishing House.

SPORT FAOLIYATI HAQIDA UMUMIY TUSHUNCHA.

Bo'riyev Ozod Shoymardonovich

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

Jismoniy tarbiya va sport kafedrasi stajyor o'qituvchisi

Anotatsiya: Jismoniy tarbiya tarixi jahon xalqlari madaniy tarixining bir qismidir. Jismoniy tarbiya tarixi qadimgi zamondan to hozirgi kungacha bo'lgan davrlarda jismoniy tarbiya va sportni kelib chiqishi, rivojlanishi va taraqqiy etishning umumiy qonuniyatlarini o'z ichiga oladi. Jismoniy tarbiya tarixi tarixiy fanning mustaqil sohasi, jismoniy tarbiya va sportga doir ilmiy bilimlarning muhim qismidir.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, sport, mutaxassislik, olimpiada, ko'nikma, malaka, sog'lom, yoshlar, professional, psixofizik, qobiliyat, jismoniy kamolot.

Аннотация: История физического воспитания является частью истории культуры народов мира. История физического воспитания включает общие принципы зарождения, развития и популяризации физического воспитания и спорта с древнейших времен до наших дней. История физического воспитания – самостоятельная область исторической науки, важная часть научных знаний о физическом воспитании и спорте.

Ключевые слова: физическое воспитание, спорт, специальность, олимпиада, мастерство, квалификация, здоровый, молодежь, профессиональный, психофизический, способности, физическая зрелость.

Sport (ing. sport — o'yin) — jismoniy madaniyatning tarkibiy qismi, jismoniy tarbiya vositasi va usuli, jismoniy mashqlarni turli majmualari bo'yicha musobaqalar tashkil etish, tayyorlash va o'tkazish tizimi. Sportning maqsadi kishilarning sog'lig'ini mustahkamlash va umumiy jismoniy rivojlantirish bilan birga sport musobaqalarida yuqori natija va g'alabalarga erishishdir. Dastlabki sport musobaqalari Yunonistonda bo'lib o'tgan. Xalqaro olimpiada qo'mitasi

tashkil qilinganidan keyin sport juda tez rivojlana boshladi. 1896-yilda 1-zamonaviy Olimpiada o'yinlari o'tkazildi.

Sportning asosiy 3 ta o'zaro bog'liq tashkiliy shakllari mavjud: ommaviy havaskorlik ; o'quv fani sifatidagi Sport; yuqori natijalar Sporti. Ommaviy havaskorlik Sporti — insonning jismoniy takomillashuvi sharti; u kishilarning yoshi, salomatligining holati, jismoniy rivojlanish darajasiga ko'ra chegaralanadi. O'quv fani sifatidagi sport — barcha turdagi ta'lim muassasalari va qurolli kuchlarda harbiy-jismoniy tayyorgarlik dasturlariga kiradi. Yuqori natijalar sporti eng yaxshi sport ko'rsatkichlari (rekordlar)ga erishish uchun sharoit yaratadi, insonning jismoniy tayyorgarligini namoyish etadi, jismoniy tayyorgarliklarning samarali vosita va usullarini ommaviy amaliyotga tatbiq etishga yordam beradi.

Taraqqiyot jarayonida sport jismoniy tarbiya doirasidan chiqib, mustaqil umummadaniy, siyosiy, estetik, iqtisodiy ahamiyat kasb etdi. Sport do'stona xalqaro aloqalarni kengaytirishga, xalqlarning o'zaro bir-birini tushunishi va do'stligi rivojlanishiga xizmat qilmoqda. XIX asr o'rtalaridan bir necha G'arb mamlakatlarida professional sport rivojlana boshladi. U tomoshabopligi, biznesga aylanib, katta daromad manbai bo'lib borayotganligi bilan ajralib turadi.

Sport turlarining 2 asosiy guruhi mavjud: milliy sport turlari va xalqaro sport turlari. Milliy sport turlari har bir xalqning o'ziga xos turmush tarzi, mehnat faoliyati va dam olish sharoiti asosida rivojlangan. Xalqaro sport turlari muayyan sharoitlarda musobaqalar o'tkazishning umumlashtirilgan tizimlaridan iborat bo'lib, bunda musobaqa ishtirokchilarining o'zaro munosabatlarini, natijalarni hisobga olish va baholashni xalqaro miqyosda bir xil tartibga keltirish, yagona qoidalardan foydalanishga asoslangan maxsus cheklashlar nazarda tutiladi. Sport bilan shug'ullanishda jismoniy tarbiya va sportni boshqarish davlat organlari, xalqaro sport tashkilotlari tomonidan man etilgan vositalarni qo'llashga yo'l qo'yilmaydi. Yuqori sport ko'rsatkichlariga erishish maqsadida stimulyatorlardan, doping moddalaridan, Xalqaro olimpiada qo'mitasi man etgan boshqa vositalardan foydalangan sportchi musobaqalardan chetlashtiriladi.

O'zbekiston Respublikasida sport umumdavlat ishi hisoblanib, jismoniy madaniyat bilan birga aholini barcha qatlamlarini va yosh guruhlari qamrab olgan. Mamlakatda 50 dan ziyod sport turi ommalashgan, ulardan 30 turi Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilgan. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining „O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi faoliyatini tashkil etish to'g'risida“ (2002-yil 31 oktabr), „O'quvchi va talaba yoshlarni sportga jalb qilishga qaratilgan uzluksiz sport musobaqalari tizimini tashkil etish to'g'risida“ (2003-yil 3-iyun), „Ommaviy sport targ'ibotini yanada kuchaytirish choratadbirlari to'g'risida“ (2003-yil 4 noyabr) qarorlari O'zbekiston Respublikasi da sportni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega bo'ldi. Bu qarorlar asosida yangi bolalar sport inshootlarini barpo etish dasturi, sport anjomlari va jihozlari, kiyimkechaklar va charm poyabzal mahsulotlarini respublikada ishlab chiqarish., maktablarda, ayniqsa, qishloq maktablarida jismoniy tarbiya darslari samaradorligini oshirish, aholi o'rtasida sport madaniyatini yuksaltirish, ommaviy

sport targ'ibotini rivojlantirish tadbirlari ishlab chiqilib, ularni hayotga tatbiq etishga kirishildi. Jumladan, O'zbekiston televideniyesining 4kanali sport kanaliga aylantirildi. Jismoniy tarbiya va sport sohasini kadrlar bilan ta'minlash maqsadida oliy ta'lim muassasalarida bolalar sport i uchun pedagog murabbiylar tayyorlash, sport jurnalistikasi va psixologiyasi mutaxassisliklari bo'yicha ta'lim tizimini takomillashtirish yuzasidan muayyan ishlar amalga oshirilgan. Sportchilarni ijtimoiy qimoyalash masalalari qonun bilan mustahkamlanadi. Chunonchi, „Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida“gi O'zbekiston Respublikasining qonuni (2000-yil 26-may)da davlat boshkaruv organlari, jismoniy tarbiya va sport jamoat birlashmalari, sport klublari va markazlari, boshqa ixtisoslashtirilgan sport tashkilotlari va muassasalari sportchilarga zarur ijtimoiymaishiy sharoitlarni yaratishlari hamda ularning sihatsalomatligi muxrfaza qilinishini ta'minlashlari shart qilib qo'yildi. Sportchilarning ayrim toifalari qonun hujjatlarida belgilangan tartibda imtiyozli pensiya olish huquqidan foydalanadilar.

Sport faoliyatini psixologik tahlil qilish masalalari ichida psixologlar diqqatini ko'proq sport faoliyatining motivlari masalasi jalb etadi. Bir qator tadqiqotlarda bevosita motivlar mavjudligi va ularning ahamiyatli ekanligi aniqlangan. Masalan, jismoniy Mashqlarda mushaklar harakatlaridan rohatlanish, estetik zavqlanish, musobaqalarga qatnashish ishtiyoqi va h.k. shuningdek, sport faoliyatining o'z motivlari ham aniqlangan. Bo'lar sog'lom, baquvvat bo'lish, o'zini himoya qila olish istagi, o'zini mehnatga, jangovor harakatlarga tayyorlash, kelishgan, chiroyli qaddi-qomatga erishish va h.k.

Insonni sport bilan shug'ullanishga qiziqtirishning asosiy ruhiy xossasi - ushbu sport turi bilan shug'ullanish orqali erishiladigan qoniqish xissini hosil qilish tuyg'usidir.

Bu murakkab xarakterdagi motivlar bo'lib, ular quyidagilar:

Sport faoliyatiga oid motivlar:

1. Muskul aktivligining namoyon bo'lishidan sportchining qoniqish his etishi.
2. O'z harakatlarining epchilligi va go'zalligidan zavq olishi.
3. Murakkab va xavfli mashqlarni bajarishda qat'iyatli va jasurlikni namoyon qilishga intilish.
4. Musobaqalarda qatnashishdan zavq olish.
5. Qanchalik qiyin bo'lmasin galabaga erishish, uzining maxoratini kursatish, rekord natijalarga erishishga intilish.

Sport faoliyatiga yondashgan motivlar:

1. Sport bilan shug'ullanish orqali kuchli, soglom bo'lishga intilish.
2. Sport orqali o'zini amaliy faoliyatiga tayyorlashga intilish.
3. Sport faoliyatini muhimligini anglab etish.

A.Puni (1977) maxsus tajribalar va kuzatishlar asosida maktab yoshidan boshlab etuk moxirlik darajasiga erishish davridagi sport faoliyati motivlarining rivojlanish dinamikasini quyidagicha aniqlab berdi:

Sport bilan shug'ullanishning boshlanqich bosqichi:

Bu sport faoliyatiga kirishning birinchi urinishlari davri. Buni qo'zg'atuvchi

motivlar, birinchidan o'smirlar sportning bir necha turi bilan shug'ullanishni boshlaydilar, o'zlarining qaysi sport turida o'z mahoratlarini namoyon qilishlari muhimligini yaxshi bilmagan xolda, ikkinchidan fizikulturani sevaman, shuning uchun shug'ullanyapman, uchinchidan aynan shu sport turi bilan shug'ullanish uchun yaxshi sharoitlarning borligi bilan bog'liq, to'rtinchidan o'ziga qarzdorlik elementlarini oladi (jismoniy tarbiya darslariga qatnashish lozim edi).

Tanlagan sport turida ixtisoslashish bosqichi:

Bu bosqichda sport faoliyatining motivlari:

1. Sportning bir aniq turiga qiziqish uyg'otish va rivojlantirish.
2. Shu sport turiga nisbatan qobiliyatlarini topa olish va yuksaltirish.
3. Maxsus bilimlarni kengaytirish, sport texnikasini yuksaltirish, shug'ullanishning yukori darajasiga erishish.

Sport mahorati bosqichi:

Bu bosqichda sport faoliyatining bosqichlari quyidagilardan iborat:

1. O'zini sport mahoratini yuksak darajada saqlab turish va undan ham ko'p yuqori muvaffaqiyatlarga erishishga intilish.
2. O'zining sportdagi erishilgan g'alabalari bilan Vatanga xizmat qilish, xalqaro musobaqalarda Vatanning shon-sharafini ko'tarish, yangi dunyo rekordlarini o'rnatishga intilish.

O'zi tanlagan sport turiga o'z xissasini qo'shishga intilish, uning texnika va taktikasini boyitish va yuksaltirish, o'z tajribasini, bilimini yosh sportchilarga o'rgatishga intilish.

Bu motivlar yorqin ijtimoiy yo'nalganlik xarakteriga ega bo'ladi, ya'ni sportchining shaxsiy motivlari ijtimoiy motivlarga bo'ysundiriladi. Bu esa sportning tarbiyaviy ahamiyatini, shaxsning paydo bo'lishidagi rolini ko'rsatadi.

Sportchi musobaqa davomida og'ir ahvvolga tushib qolsa, ko'z oldiga butun hayoti, oilasi, murabbiysi, unga ishonch bilan qaragan jamoadoshlari, el-yurti keladi. Shunda unga yangi kuch-quvvat kelib, g'alabani ta'minlaydi.

Sportchini texnik jihatdan tayyorlash - pedagogik jarayon bo'lib, ayni sportga xos harakatlarni bajarish usullarini egallash va ularni takomillashtirishdan iboratdir. Har xil sport turlarida sport harakatlarini texnik priyomlari har xil psixologik tuzulishga egadir. Sportchi texnikani o'zlashtirishi xilma xil harakat malakalarni o'zlashtirish bilan bog'likdir, chunki har qanday sport faoliyatida texnikani asosi bo'lib malaka hisoblanadi.

Har bir sport turidagi mashqning texnikasini egallash - harakat malakasini egallashdan iboratdir. Odam faoliyatidagi harakatlar shartlari ikki turga ajratiladi - ko'nikma va malakadir.

Harakat malakasi deb sportchilarda bir xil shaklda juda ko'p marta takrorlanish natijasida avtomatlashib ketgan harakatlarga aytiladi. Ko'nikma - shunday harakatlardirki odam ularni ilgari egallagan bilimlarini tadbiq etgan holda bajaradi (professor A.Ts. Puni aytishicha harakat malakalar - odamning yodlab olgan harakatidir). Harakat malakalari bosh miyada differentsiyalashish (ajrata bilish) va vaqtli asab bog'lanishlar asosida shakllanadi.

Har bir harakat malakasi o'z fiziologik asosiga ko'ra shartli reflekslar aloqalari tizimlaridan iborat. Malakalar hosil bo'lishning dastlabki bosqichlari, ularni har bir qismi o'ylagan holda diqqat bilan bajariladi. Malakalar shakllangan sari harakatlar aniq, tez, tejamli, engil bajariladigan bo'lib qoladi.

Sport taktikasi deb, sport musobaqasida eng yuksak sport natija va g'alabalarga erishish uchun ishlatiladigan priemlar yig'indisiga aytiladi. Musobaqa g'alabaga erishish uchun ma'lum sport turida jismoniy jihatdan chiniqish va xatto mazkur sport texnikasini tyla egalashning o'zi kifoya qilmaydi. Shu bilan birga o'zining jismoniy kuchi va texnik ko'nikmalaridan to'g'ri foydalana bilishni ham talab qiladi. Taktikada komanda yoki yakka sportchining harakat yo'li namoyon bo'ladi. Har bir sport turida taktik reja tuziladi. Lekin sport taktikasi sport turi va uning spetsifikasiga karab har xil bo'ladi. Taktik jihatdan tayyorlashning umumiy muammo bilan psixologik muammo bog'langan bo'lib, quyidagilardan taxminiy (shartli) taktik reja tuzish muammosidan iborat. Ushbu taxminiy tuzilgan taktik rejani musobaqa paytida ro'yobga chiqarish muammosi.

Yaxshi taktikaga ega bo'lish uchun sportchi yaxshi kuzatuvchanlik xususiyatiga ega bo'lishi lozim. Bundan tashqari tashabbuskorlik, maqsadga intilishda irodaviy sifatlarga ega bo'lishi ham muhimdir. Taxminiy taktik reja tuzish va uni musobaqa paytida ro'yobga chiqarish uchun umumiy va konkret shart-sharoitlar tug'dirilgan bo'lishi kerak.

Umumiy xarakterga ega bo'lgan shartlar ko'yidagilardir:

Jamoa yoki sportchi musobaqadagi kurashning sport turiga doir texnik priomlarini egallashi; jismoniy jihatdan umumiy va maxsus tayyorgarlik; sportchida psixologik tayyorgarlikning yuksakligi.

Konkret (spetsifik) shartlarga: maxsus bilim, malaka va ko'nikmalarni o'zlashtirish kiradi. Eng muhim bilimlar quyidagilar: sportchida sportning har bir turi bo'yicha tarixiy taraqqiyoti jarayonida yuzaga keladigan taktika asoslari haqidagi nazariy bilimlar. Sportchi musobaqa o'tkaziladigan joyidagi shart-sharoitlarni bilishi kerak. Sportchilar boshqa shaharga musobaqaga borganlarida ko'pincha bu sharoitlar bilan tanishmaydilar. Bu albatta noto'g'ri. Ushbu shart-sharoitlarga: musobaqa o'tkaziladigan joyning muhiti, musobahaning profili, xarakteri, tabiiy va sun'iy to'siqlari.

Xulosa

Sport faoliyati inson hayotining ajralmas qismi bo'lib, jismoniy va ruhiy salomatlikni saqlash, ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish va raqobat ruhini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Sport nafaqat jismoniy faollikni, balki insonning intellektual, emotsional va ruhiy holatini ham yaxshilaydi. Sport faoliyati jismoniy salomatlikni mustahkamlashga, mushaklarni rivojlantirishga va yurak-qon tomir tizimini yaxshilashga yordam beradi. Muntazam jismoniy faoliyat odamning umumiy sog'ligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Sport raqobatni rag'batlantiradi, bu esa shaxsni o'z imkoniyatlarini oshirishga undaydi. Raqobat ruhida o'sish va muvaffaqiyatga erishishga intilish kuchayadi. Sport faoliyati jismoniy, psixologik va ijtimoiy jihatdan inson hayotini boyitadi. Muntazam sport bilan shug'ullanish sog'lom

hayot tarzini shakllantirishga, raqobat ruhini oshirishga va ijtimoiy aloqalarni rivojlantirishga yordam beradi.

REFERENCES

1. Axatov M.S. *Uzluksiz ta'lim tizimida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarini boshqarish*. – Toshkent, 2005.
2. Abdullayev. A Xonkeldiyev. Sh. *Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati darslik*. – Toshkent, 2005.
3. Salomov. R.S *Sport mashg'ulotining nazariy asoslari*. – Toshkent, 200

SPORT SOHASIDA ILM-FAN VA TA'LIM BILAN BOG'LIQLIGI

Ergashov Shoxrux Yusuf o'g'li

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
jismoniy tarbiya va sport kafedrasi stajyor o'qituvchisi*

Annotasiya: Maqola jismoniy tarbiya va sport sohasida ilm-fan ta'lim muammo va yechimlari, sportchilarning jismoniy tarbiya va sport faolyatida professional ta'lim olish ko'rasgichlarini o'rganish, sport tashkilotlari bilan sport federatsiyalarni professional sport ta'limi bo'yicha faoliyatini chambarchas bog'lash, kerakli yakuniy natijalarni olish uchun sport sohasida ta'limning muammoli vaziyatlar va sport tashkilotlari o'rtasida turli sport ta'limi tadqiqotlarini shakllantirishdir.

Kalit so'zlar; Sport faolyatida ta'lim, sport ta'limining asosiy vazifalari va maqsadlarini belgilash, sport ta'lim dasturlarini tashkil etish, jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar bozorini shakllantirish, sportchilarga turli xil sharoitlarda ta'lim berish.

Abstract: The article examines the problems and solutions of scientific education in the field of physical education and sports, the study of indicators of professional education of athletes in physical education and sports activities, the activities of sports organizations and sports federations on professional sports education Close connection is the formation of various sports education studies between the problematic situations of sports education and sports organizations to obtain the desired final results.

Keywords; Education in sports activity, determination of the main tasks and goals of sports education, organization of sports education programs, formation of the personnel market in the field of physical education and sports, training of athletes in various conditions.

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы и пути решения научного образования в области физического воспитания и спорта, исследование показателей профессионального образования спортсменов в

ZAMONAVIY FUTBOLDA HIMOYA TAKTIK HARAKATLARINI TASHKIL ETISH JIHATLARINI TADBIQ ETISH.....	59
Shaniyazov Ilxam Rashidovich.....	59
16-17 yosh futbolchilarni himoya taktik harakatlarini rivojlantirish yo'llari.....	61
Shaniyazov Ilxam Rashidovich.....	61
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОК С ПОМОЩЬЮ КООРДИНАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ТОЧНОСТИ УДАРАВ ПО ВОРОТАМ.....	64
Моисеева Мария Валерьевна.....	64
ТЕХНОЛОГИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ- ЛЕГКОАТЛЕТОВ К СПОРТИВНЫМ ТРЕНИРОВКАМ.....	67
Омонтурдиев Отабек Курбанович.....	67
Oliy ta'lim tizimida sport.....	74
Jurayyev Sayidmurat Safarovich.....	74
PROFESSIONAL VA OLIY TA'LIM MUASSASALARI TALABA- YOSHLARINING SALOMATLIGINI SAQLASHDA VOLEYBOL SPORT MASHG'ULOTINI TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY PEDAGOGIK ASOSLARI.....	76
Hakimova Muqaddas Hasanovna.....	76
SPORT FAOLIYATI HAQIDA UMUMIY TUSHUNCHA.....	80
Bo'riyev Ozod Shoymardonovich.....	80
Sport sohasida ilm-fan va ta'lim bilan bog'liqligi.....	85
Ergashov Shoxrux Yusuf o'g'li.....	85
TA'LIM MUASSALARIDA ZAMONAVIY JISMONIY TARBIYA VA SPORT TADBIRLARINI O'TKAZISH XUSUSIYATLARI.....	90
Odinaev Suxrob Ruzimurodovich.....	90
SPORTCHILARNI TAYYORLASHDA SPORT MAHORATLARINI SHAKLLANTIRISHNING AHAMIYATI.....	93
Bo'riyev Ozod Shoymardonovich.....	93
JISMONIY TARBIYANI DARSLARINI TASHKIL ETISH.....	97
Bo'riyev Ozod Shoymardonovich.....	97
YOSH KURASHCHILARNING BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK DAVRIDAGI TEXNIK-TAKTIK HARAKATLARINING TAHLILI.....	101
Boykeldiyev B. M.....	101
BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA JISMONIY SIFATLARNI MILLIY O'YINLARI YORDAMIDA RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY ASOSLARI.....	104
Maxmatqulov Behzod Baxodir o'g'li.....	104
DARS VOSITALARI VA USULLARINI QO'LLANISH USLUBIYATI.....	107
Bekmanova Hurshida Shokirjonovna.....	107
Bazarbayeva Shoxnoza Zafar qizi.....	107
3.MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA BOLALARNING JISMONIY RIVOJLANISHIDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING	