

ANJUMAN | КОНФЕРЕНЦИЯ | CONFERENCES

O'ZBEKISTONDA ILMIY TADQIQOTLAR:

DAVRIY ANJUMANLAR

DAVRIYLIGI: 2018 | 2022

ZIGMUND FREYD
(1856-1939)

Mening dunyom befarqlik
ummonida suzib yuruvchi
kichik og'riq oroli!

2022

MAY

№40



CONFERENCES.UZ

Toshkent shahar, Amir
Temur ko'chasi, pr.1, 2-uy.

+998 97 420 88 81

+998 94 404 00 00

www.taqqiqot.uz

www.conferences.uz



**ЎЗБЕКИСТОНДА МИЛЛИЙ
ТАДҚИҚОТЛАР: ДАВРИЙ
АНЖУМАНЛАР:
11-ҚИСМ**

**НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
УЗБЕКИСТАНА: СЕРИЯ
КОНФЕРЕНЦИЙ:
ЧАСТЬ-11**

**NATIONAL RESEARCHES OF
UZBEKISTAN: CONFERENCES
SERIES:
PART-11**

ТОШКЕНТ-2022



УУК 001 (062)
КБК 72я43

“Ўзбекистонда миллий тадқиқотлар: Даврий анжуманлар:” [Тошкент; 2022]

“Ўзбекистонда миллий тадқиқотлар: Даврий анжуманлар:” мавзусидаги республика 40-кўп тармоқли илмий масофавий онлайн конференция материаллари тўплами, 31 май 2022 йил. - Тошкент: «Tadqiqot», 2022. - 11 б.

Ушбу Республика-илмий онлайн даврий анжуманлар Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналишлари бўйича Ҳаракатлар стратегиясида кўзда тутилган вазифа - илмий изланиш ютуқларини амалиётга жорий этиш йўли билан фан соҳаларини ривожлантиришга бағишланган.

Ушбу Республика илмий анжуманлари таълим соҳасида меҳнат қилиб келаётган профессор - ўқитувчи ва талаба-ўқувчилар томонидан тайёрланган илмий тезислар киритилган бўлиб, унда таълим тизимида илғор замонавий ютуқлар, натижалар, муаммолар, ечимини кутаётган вазифалар ва илм-фан тараққиётининг истиқболдаги режалари таҳтил қилинган конференцияси.

Масъул муҳаррир: Файзиев Шохруд Фармонович, ю.ф.д., доцент.

1. Ҳуқуқий тадқиқотлар йўналиши

Профессор в.б., ю.ф.н. Юсувалиева Рахима (Жахон иқтисодиёти ва дипломатия университети)

2. Фалсафа ва ҳаёт соҳасидаги қарашлар

Доцент Норматова Дилдора Эсоналиевна (Фарғона давлат университети)

3. Тарих саҳифаларидаги изланишлар

Исмаилов Ҳусанбой Маҳаммадқосим ўғли (Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Таълим сифатини назорат қилиш давлат инспекцияси)

4. Социология ва политологиянинг жамиятимизда тутган ўрни

Доцент Уринбоев Хошимжон Бунатович (Наманган муҳандислик-қурилиш институти)

5. Давлат бошқаруви

Доцент Шакирова Шоҳида Юсуповна (Ўзбекистон Республикаси Ёшлар ишлари агентлиги ҳузуридаги ёшлар муаммоларини ўрганиш ва истиқболли кадрларни тайёрлаш институти)

6. Журналистика

Тошбоева Барнохон Одилжоновна (Андижон давлат университети)

7. Филология фанларини ривожлантириш йўлидаги тадқиқотлар

Самигова Умида Ҳамидуллаевна (Тошкент вилоят халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш ҳудудий маркази)



8.Адабиёт

PhD Абдумажидова Дилдора Рахматуллаевна (Тошкент Молия институти)

9.Иқтисодиётда инновацияларнинг тутган ўрни

Phd Вохидова Мехри Хасанова (Тошкент давлат шарқшунослик институти)

10.Педагогика ва психология соҳаларидаги инновациялар

Турсунназарова Эльвира Тахировна (Навоий вилоят халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш ҳудудий маркази)

11.Жисмоний тарбия ва спорт

Усмонова Дилфузахон Иброхимовна (Жисмоний тарбия ва спорт университети)

12.Маданият ва санъат соҳаларини ривожлантириш

Тоштемиров Отабек Абидович (Фарғона политехника институти)

13.Архитектура ва дизайн йўналиши ривожланиши

Бобохонов Олтибой Рахмонович (Сурхандарё вилояти техника филиали)

14.Тасвирий санъат ва дизайн

Доцент Чариев Турсун Хуваевич (Ўзбекистон давлат консерваторияси)

15.Муסיқа ва ҳаёт

Доцент Чариев Турсун Хуваевич (Ўзбекистон давлат консерваторияси)

16.Техника ва технология соҳасидаги инновациялар

Доцент Нормирзаев Абдуқайом Раҳимбердиевич (Наманган муҳандислик-қурилиш институти)

17.Физика-математика фанлари ютуқлари

Доцент Соҳадалиев Абдурашид Мамадалиевич (Наманган муҳандислик-технология институти)

18.Биомедицина ва амалиёт соҳасидаги илмий изланишлар

Т.ф.д., доцент Маматова Нодира Мухтаровна (Тошкент давлат стоматология институти)

19.Фармацевтика

Жалилов Фазлиддин Содиқович, фарм.ф.н., доцент, Тошкент фармацевтика институти, Дори воситаларини стандартлаштириш ва сифат менежменти кафедраси мудири

20.Ветеринария

Жалилов Фазлиддин Содиқович, фарм.ф.н., доцент, Тошкент фармацевтика институти, Дори воситаларини стандартлаштириш ва сифат менежменти кафедраси мудири

21.Кимё фанлари ютуқлари

Рахмонова Доно Қаххоровна (Навоий вилояти табиий фанлар методисти)



22.Биология ва экология соҳасидаги инновациялар

Йўлдошев Лазиз Толибович (Бухоро давлат университети)

23.Агропроцессинг ривожланиш йўналишлари

Доцент Сувонов Боймурод Ўралович (Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш мухандислари институти)

24.Геология-минерология соҳасидаги инновациялар

Phd доцент Қаҳҳоров Ўктам Абдурахимович (Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш мухандислари институти)

25.География

Йўлдошев Лазиз Толибович (Бухоро давлат университети)

Тўпلامга киритилган тезислардаги маълумотларнинг ҳаққонийлиги ва иқтибосларнинг тўғрилигига муаллифлар масъулдир.

© Муаллифлар жамоаси

© Tadqiqot.uz

PageMaker\Верстка\Саҳифаловчи: Шахрам Файзиев

Контакт редакций научных журналов. tadqiqot.uz
ООО Tadqiqot, город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ

1. Ismailov Mahmud Nodirbek o'g'li OG'IR ATLETIKA SPORT TURIDA KUCHNING NAMOYON BO'LISHINING MORFOFIZIOLOGIK XUSUSIYATLARI	7
2. Tursunova Shahlo G'ayratovna, Norova Nafisa Xayrulloevna, A'zamov Mirshod Dilshod o'g'li, Norova Dilnoza Xayrulloevna MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY TARBIYASI	9



ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ

ОГ‘ИР АТЛЕТИКА СПОРТ ТУРИДА КУЧНИНГ НАМОЙОН БО‘ЛИШИНING МОРФОФИЗИОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Ismailov Mahmud Nodirbek o‘g‘li
Urganch davlat universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi
E-mail: ismailovmahmudjon@bk.ru

Annotatsiya: Ushbu tezisda og‘ir atletikachi sportchilarda kuchning namoyon bo‘lishi hamda kuch sifatlarini tarbiyalash to‘g‘risida yetarlicha yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: Og‘ir atletika, sport, og‘irlik, kuch, mushak.

Yosh sportchilarni tayyorlashda, ularning kuch sifatlarini tarbiyalashda jismoniy mashqlarning ahamiyati katta ekanligi biz uchun ma‘lum. Jismoniy mashqlarning ta‘sirini belgilovchi omillar, yosh sportchilarning sog‘lom va barkamol bo‘lib shakllanishida o‘rni beqiyosdir. Ma‘lumki, tirik mavjudotlar uchun harakat vositasi tug‘ma ehtiyojdir. Yerdagi barcha jonli va jonsiz mavjudotlar tortishish maydonining kuchini (yerning tortishishini) boshdan kechiradi va shuning uchun barcha tirik mavjudotlar ushbu jismoniy omilga moslashgan. “Og‘irlik” - bu yerda tashqi noorganik dunyoning boshlang‘ich parametri sifatida namoyon bo‘ladi, bu barcha organizmlar uchun to‘liq moslashuvchan qobiliyatlarni rivojlantirish uchun juda muhimdir. Og‘irliklar bilan bajariladigan mashqlarning har biri o‘ziga xosdir. Katta hajmdagi og‘irliklar bilan mashq bajarayotganda, qisqa vaqt ichida qisqarish harakatida ko‘p miqdordagi motor mushaklari bo‘linmalari ishtirok etadi. Mushaklarning kuchli qisqarishi nafaqat mushaklarning rivojlanishini, balki tananing barcha funktsiyalarini ham rag‘batlantiradi.

Sportda mushaklarning maksimal kuchini namoyon qilishni talab qiladigan mashqlar keng tarqalgan. Maksimal portlovchi kuchning qiymatini tavsiflovchi maksimal mushak kuchi, izometrik yoki dinamik ish rejimi sharoitida namoyon bo‘ladi. Bu holda, harakatga tashqi qarshilik kuchayishi bilan maksimal mushak kuchining roli ortadi.

Og‘ir atletikada “portlash kuchi” atamasi keng qo‘llaniladi, bu mushak faolligini tavsiflaydi, yuqori tezlik va kuch bilan ajralib turadi. Bunday harakatlarga nafaqat shtangani ko‘tarish, masalan, dast ko‘tarish va siltab ko‘tarish mashqlari kiradi.

Kuchning namoyon bo‘lishi bilan bog‘liq mushak ishi quyidagilarga bo‘linadi: statik va dinamik. Statik ish (aniqrog‘i, statik harakat) mushak faoliyatining izometrik rejimiga o‘xshaydi. Statik ish har qanday jismoniy mashqlarni bajarishning turli nuqtalarida ma‘lum bir pozitsiyani saqlashni o‘z ichiga oladi. Statik ish mushaklar faoliyatining izotonik yoki ko‘pincha auksotonik rejimi kontseptsiyasiga mos keladigan dinamik ishga qarama-qarshidir. Funktsional roliga ko‘ra mushaklarning harakatlari quyidagilarga bo‘linadi: qo‘llab-quvvatlovchi va yengib o‘tish. Mushaklarning qisqarishi bilan bog‘liq kuch namoyon bo‘lishi odatda konsentrik harakatlar va eksantrik (mushaklarning cho‘zilishi bilan bog‘liq) sifatida ajralib turadi. Yengil ish (“passiv” mushak kuchi) mehnatni yengib o‘tishga (“faol” mushak kuchi) qarama-qarshidir. Mushaklarning passiv kuchining ajralib turadigan xususiyatlaridan biri uning kattaligi bo‘yicha faol kuchdan oshib ketishi mumkin. Ixtiyoriy harakat odatda faol deb ataladi, passiv esa tashqi kuch ta‘sirida, bu harakatni amalga oshirishi kerak bo‘lgan mushaklar qisqarishsiz amalga oshiriladigan harakatdir.

Inson kuchi - bu mushaklar kuchi yordamida tashqi qarshiliklarni bartaraf etish qobiliyatidir. Kuchning quyidagi turlarga ajratish mumkin: ichki va tashqi, mutlaq va nisbiy, umumiy va maxsus, tezkor kuch, portlovchi kuch, maksimal kuch va kuch chidamliligi.

Ichki kuch - mushaklarning zo‘r berish kuchi.



Tashqi kuch - inson organizmiga tashqaridan bo‘ladigan kuchlar (tortish kuchi, ishqalanish, qarshilik ko‘rsatish va boshqa)

Mutloq kuch - erkin mushaklar zo‘riqlashining maksimal kattaligi.

Nisbiy kuch - tana vaznining mutloq kuchga nisbati.

Shuni yodda tutish lozimki, o‘smirlarda, ayniqsa, boshlang‘ich o‘rgatish davrida mushaklar bir tekis rivojlanmagan bo‘ladi. Shuning uchun rivojlanishda ortda qolayotgan mushaklar guruhiga ko‘proq e‘tibor qaratish zarur bo‘ladi. Bu, asosan, qorin pressi mushaklari, gavda, orqaning qiya mushaklari, qo‘llarning uzatuvchi mushaklari, son orqa yuzasi mushaklari, oyoqlarning keltiruvchi (birlashtiruvchi) mushaklaridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Дворкин.Л.С. Тяжелая атлетика // учебник для вузов. - М., 2005
2. Matkarimov.R.M. Og‘ir atletika nazariyasi va uslubiyati. – T. 2015
3. Ismailov Farrux Isroil o‘g‘li, Yuldashov Adham Uktamjonovich Yosh sportchilarning kuch sifatlarini tarbiyalashda jismoniy mashqlarning ta‘sirini belgilovchi omillar\\Journal of Advanced Research and Stability Volume:02 Issue: 02\2022 ISSN:2181-2608



МАКТАБ О'QUVCHILARINING JISMONIY TARBIYASI

Tursunova Shahlo G'ayratovna
Norova Nafisa Xayrulloevna
A'zamov Mirshod Dilshod o'g'li
Norova Dilnoza Xayrulloevna

Buxoro viloyati Vobkent tumani

3-son maktabning jismoniy tarbiya fani o'qituvchilari

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktablarda jismoniy tarbiya darslarini tashkillashtirish masalalari haqida fikrlar keltirilgan, shuningdek o'quvchilarni har tomonlama sog'lom va barkamol bo'lib yetishishlari uchun olib boriladigan ishlar haqida ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, o'quvchi, sog'lom, vazifa, maqsad, pedagog, chidamlilik, rivojlanish, harakat, sport mashg'ulotlari, mashq.

O'zbekiston Respublikasining “Xalq ta'limi haqidagi” va “Jismoniy tarbiya va sport haqida” qonunida O'zbekiston Respublikasining fuqarolari o'z salomatliklarini yaxshilash va mustahkamlash uchun jismoniy jihatidan chiniqishlari to'g'risida qayg'urishlari shart, degan fikr ta'kidlanadi. Bu qonun to'la ma'noda maktabdagi jismoniy tarbiya ishiga ham ta'luqlidir. O'quvchilar jismoniy tarbiyasi ularning jismoniy harakatlarini amalga oshirishning tashkil etilgan pedagogik jarayonidir.

Maktabdagi jismoniy tarbiyaga oid ishlar o'quvchilardan havaskorlikni, tashabbuskorlikni, uyushqoqlikni talab qiladigan juda xilma-xil shakllari bilan farq qiladi. Ular o'quvchilarda tashkilotchilik ko'nikmalari, faollik, topqirlikni tarbiyalashga yordam beradi. *Maktabda o'quvchilar jismoniy tarbiyasining maqsadi:*

1. Sog'lomlashtirish.
2. Har tomonlama yetuk inson qilib tarbiyalash.
3. Vatan mudofaasiga hamda mexnatga tayyorlash.

Jismoniy tarbiyaning maqsadidan kelib o'quvchilarni sog'lomlashtirish, chiniqtirish, jismoniy rivojlantirish, harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirish bo'yicha *Jismoniy tarbiyaning asosiy vazifalari* belgilanadi:

1. Sog'liqni mustahkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish.
2. Tabiat omillari suv, quyosh, havo ta'sirida o'quvchilarni sog'ligini mustahkamlash, chiniqtirish hamda organizmni kasalliklarga chidamliligini orttirish.
3. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini imkoni boricha toza havoda o'tkazish yoki sport zallarini toza havo bilan ta'minlanishini tashkil etish. O'quvchilarni suv muolajalari, suzish va cho'milish mashg'ulotlariga olib borish hamda quyoshga toblanish tadbirlarini boshqarish.

Bu tadbirlarni sayrlar, ekskursiyalar va turizm mashg'ulotlarida amalga oshiriladi. Bu vazifa maktabdagi barcha jismoniy madaniyat va sport ishlarida eng muhim xisoblanadi. U har bir o'qituvchining, pedagoglar jamoasining diqqat markazida bo'lish kerak.

O'quvchilik davri bolalarning tez o'sish va jismoniy rivojlantirish davridir.

Shuning uchun maktab o'quvchilarining jismoniy jihatdan normal rivojlanishi uchun iloji boricha ko'proq kuch sarflash kerak. O'quvchilarning uyg'un rivojlanishida qomat muayyan ahamiyatga ega. Barcha ichki organlarning to'g'ri rivojlanishi va normal ishlashi qomat bilan bog'liqdir. Sog'liqni mustahkamlash va organizmni chiniqtirishda tabiat omillardan keng foydalaniladi. O'quvchilarning jismonan va ruhan sog'lom bo'lib o'sishlari uchun quyidagi jihatlarga e'tibor qilish kerak:

O'quvchilarga jismoniy mashqlar va sportga oid maxsus bilimlar berish, gigienik bilim va ko'nikmalarni singdirish. Bu vazifa o'quvchilarga jismoniy mashg'ulotlarning foydasi xaqidagi, gigienik qoidalarga, shuningdek, dasturda ko'zda tutilgan barcha jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish qoidalarga rioya qilish xaqidagi zarur bilimlarni berishdan iborat. Bularning hammasi bolalar sog'ligini mustahkamlashga ularning gigiena qoidalarini bilishlari va ularga amal qilishlariga bevosita daxldor bo'lib, bunga maktab, oila, jamoatchilik xamda bolalar o'zlarining birgalikdagi xarakati bilan erishiladi. Jismoniy mashqlarga va sport mashqlariga jismoniy tarbiya darslari, kun tartibidagi tadbirlar hamda to'garak mashg'ulotlarida o'rgatiladi. Uning natijasida bolalar



jismoniy rivojlanishi ta'minlanadi. Shuningdek, o'quvchilarda sportga qiziqishlar shakllantirilib, sport turlariga jalb etiladi.

Harakat malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish, yangi xarakat turlariga va harakat faoliyatiga o'rgatish. Bunda maktabning jismoniy madaniyat dasturi mazmuni shunday tuzilganki, o'quvchilar jismoniy madaniyat darslarida, uyda, jismoniy madaniyat to'garaklarida va sport to'garaklarida muntazam shug'ullanib yurish, yugurish, uloqtirish, tirmashish, muvozanat saqlash kabi hayotiy tadbirlar bolalarni har tomonlama jismoniy rivojlanishiga, ularni mehnatga tayyorlashga yordam beradi. O'quvchilarda harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirishda ularni jinsi, yoshi va jismoniy tayyorgarligi hamda shaxsiy qobiliyatiga qarab yondashish zarur.

Jismoniy fazilatlarini takomillashtirish. Tezkorlik, kuch, epcillik va chidamlilik hamda egiluvchanlik xar bir kishi uchun zarur bo'lgan sifatlardir. Ular bolalarda harakat ko'nikmalarining shakllanishi bilan uzviy bog'liqdir. Jismoniy mashqlarni qisqa yoki uzoq vaqt davomida turli sur'atda, turli murakkabliklar bilan o'tkazish yuqoridagi sifatlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Jismoniy fazilatlarini bir-biriga muvofiq holda rivojlantirish. Mashg'ulotlarni shug'ullanuvchilar shaxsiy qobiliyatlariga muvofiq tashkil etish hamda o'quvchilarni sport turlariga jalb etish.

Ahloqiy va estetik sifatlarni tarbiyalash. Botirlik, qat'iylik, intizomlilik, jamoatchilik, do'stlik va o'rtoqlik xissini, madaniy xulq ko'nikmalarini, mehnatiga va ijtimoiy mulkka munosabatni tarbiyalash. Jismoniy tarbiyaning butun jarayoni bunday qimmatli ahloqiy va irodaviy sifatlarni tarbiyalashga yordam beradi. Ko'pchilik jismoniy mashqlar, o'yin xarakatlari dovyuraklik va do'stlik xislarini tarbiyalashga yordam beradi.

To'g'ri qomatni shakllantirish. Turganda va yurganda qomatni to'g'ri tutish ko'nikmalarini shakllantirish. Qomatni to'g'ri shakllantirish murakkab va uzoq davom etuvchi jarayondir. Shunday ekan, bu soxada ijobiy natijalarga erishish uchun bola o'tirganda, tik turganda, yurganda qomatini to'g'ri tutishi xaqida g'amxo'rlik qilish zarur, jismoniy mashqlarni keng qo'llash kerak. Jismoniy madaniyat darslari mazmuniga albatta qomatni yaxshilashga oid mashqlarni, mashg'ulotlarga bo'lgan gimnastikani, jismoniy madaniyat vaqtlarini, badan tarbiyani kiritish, o'quvchilarga uya tegishli vazifalar berish kerak.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarga jalb etish. Maktabda jismoniy tarbiyaning vazifasi bolalarni faqat maktabdagina emas, balki uyda xam jismoniy mashqlarni sistemali ravishda bajarishga odatlantirib borishdan iborat. Bu muhim vazifani amalga oshirish uchun bolalar bilan olib boriladigan barcha mashg'ulotlarni jonli, o'rganiladigan materialning mazmuni va shaklini qiziqarli, xayajonli qilish, mashg'ulot raxbarining samimiy muomilasi ostida o'tkazish, shug'ullanuvchilar o'zaro do'stona hamkorlik qilishlari uchun sharoit yaratish zarur.

O'quvchilarni shaxsiy qiziqishlari va jismoniy qobiliyatlariga ko'ra ularni sport turlari bilan shug'ullanishga jalb etish. Shuningdek, yashash joylari, maktablar, sport to'garaklarga umumiy jismoniy tayyorgarlik va sport mashg'ulotlarni amalga oshirish.

O'quvchilarda tashkilotchilikni tarbiyalash, jismoniy madaniyat faoliyatini tayyorlash. Maktabda ommaviy jismoniy madaniyat va sport ishlarini muvaffaqiyatli olib borish, jismoniy madaniyat darslari hamda sinfdan tashqari mashg'ulotlarni to'laqonli o'tkazishda o'quvchilar jismoniy madaniyat faoliyatining o'qituvchiga doimiy yordam zarur. Sinflarda o'quvchilar orasida jismoniy madaniyat tashkilotchilari, sport to'garaklarida jamoa sardorlari, guruh boshliqlari saylanadi. Ular faol sportchi o'quvchilar ichidan tanlanadi. Maktabda sport tadbirlarini tashkil etish va boshqarishda jismoniy madaniyat jamoasiga yaqindan yordam beradilar.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, Vazirlar mahkamasi va Jismoniy tarbiya va sport ishlari boshqarmalari tomonidan chiqarilgan qaror, qonun, farmonlar.
2. A.Abdullayev, Sh.Xonkeldiyev Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Toshkent.2005
3. L.Matveyev Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. M. 1982.
4. B.A.Ashmarin. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. M.1984.

ЎЗБЕКИСТОНДА МИЛЛИЙ ТАДКИКОТЛАР: ДАВРИЙ АНЖУМАНЛАР: 11-ҚИСМ

Масъул муҳаррир: Файзиев Шохруд Фармонович
Мусахҳиҳ: Файзиев Фаррух Фармонович
Саҳифаловчи: Шахрам Файзиев

Эълон қилиш муддати: 31.05.2022

Контакт редакций научных журналов. tadqiqot.uz
ООО Tadqiqot, город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000