

JISMONIY TARBIYA DARSLARINING MAZMUNI-AHAMİYATI VA TAMOYILLARI.

Saidova Mahbuba Ayubovna

Osiyo Xalqaro Universiteti Jismoniy Madaniyat kafedrası o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8372898>

Annotatsiya. Ta'lim jismoniy tarbiyani ilhomlantirsa, jismoniy tarbiya intellektual ta'limni to'ldiradi va o'quv taraqqiyotining bir-birini to'ldiruvchi tizimini ta'minlaydi va ta'limdagi sifat va uni shakllantirish borasida qaratilgan.

Kalit so'zlar: Education, Tana tarbiyasi, Ta'lim, Jismoniy ta'lim-tarbiya, vosita, Osonlikdan qiyinchilikka, Kombinatsion darslar, Muayyan-umumiy, Ta'lim.

CONTENT-IMPORTANCE AND PRINCIPLES OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES.

Abstract. If education inspires physical education, physical education complements intellectual education and provides a complementary system of educational development and focuses on the quality of education and its formation.

Key words: Education, Physical education, Education, Physical education, tool, From easy to difficult, Combined lessons, Specific-general, Education.

СОДЕРЖАНИЕ-ЗНАЧЕНИЕ И ПРИНЦИПЫ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.

Аннотация. Если образование вдохновляет физическое воспитание, то физическое воспитание дополняет интеллектуальное образование и обеспечивает дополнительную систему развития образования и фокусируется на качестве образования и его формировании.

Ключевые слова: Воспитание, Физическое воспитание, Воспитание, Физическое воспитание, Инструмент, От простого к сложному, Комбинированные уроки, Частно-общее, Воспитание.

Ta'lim

Tana tarbiyasi so'zi tana va tarbiya ikki so'zning birikmasidan iborat. Shunday qilib, jismoniy tarbiyaning ma'nosini bilishdan oldin, ta'limning ma'nosini tushunaylik.

Education so'zi Education so'zining inglizcha tarjimasidan kelib chiqqan. Ingliz tilidagi Education so'zi lotincha Educare so'zidan kelib chiqqan. Ta'lim chiqarish yoki tarbiyalash degan ma'noni anglatadi. Demak, ta'lim nafaqat insonning ichki kuchini namoyon qiladi, balki uni tarbiyalaydi.

Mahatma Gandi va Edisonning ta'kidlashicha, Ta'lim so'zi Educare so'zining ildizidan olingan. Bu yaxshi fazilatlarni yuzaga chiqarish yoki rivojlantirish demakdir. Demak, tarbiya insonda yaxshi fazilatlarni shakllantirishdir.

Ko'pgina pedagoglar, diniy gurular, faylasuflar ta'lim haqida o'zlarining ta'riflarini berishgan.

Krou: Ta'lim - bu bilimlarni avloddan-avlodga o'tkazish.

T. P. Nunn: Ta'lim har bir inson komil ulg'ayishi uchun munosib muhit yaratishdan iborat.

Banerji: Ta'lim jamiyatning o'zgaruvchan muhitiga moslashishdir.

Jon Dyui: Ta'lim - bu hayotdagi barcha voqealarni qayta ko'rib chiqish.

Mahatma Gandi: Ta'lim - bu jismoniy, aqliy, intellektual, hissiy va axloqiy jihatdan barkamol qilishdir.

Yuqoridagi barcha ta'riflar jamlanganda, aytish mumkinki ta'lim tajribasi uyda, maktabda, kutubxonada, laboratoriyada, ekskursiyada, bolalar maydonchasida, shaharchada va jamiyatning barcha qismlarida sodir bo'ladi.

Jismoniy ta'lim-tarbiya

Inson uchun eng aziz narsa uning tanasidir. Agar u bir lahzaga bu tanani tark etsa, u faqat jonsiz narsa sifatida. Tana eng ulug', insonni tanasiz tasavvur etib bo'lmaydi, ruh, aql, idrok, his-tuyg'ular shu tanada birlashgan. Aynan ular o'z faoliyatini tana orqali amalga oshiriladi. Bu bilan birgalikda inson tanasiga harakatlar ham mavjud.

Jismoniy tarbiya ko'pincha ta'limning yumshoq qismi yoki ta'limning qon tomiri deb aytiladi. Jismoniy so'z tanani anglatadi. Tana ta'lim uchun muhim vositadir. Ushbu vosita ham ta'limga muhtoj. Jismoniy tarbiya jismoniy faoliyat orqali ta'lim taraqqiyotini to'ldirish va unga tubdan javob berish jarayonida ishtirok etadi

Hayot taraqqiyoti uchun aqliy tarbiya zarur bo'lganidek, tana salomatligi uchun ham jismoniy tarbiya zarur. Ko'pgina taniqli pedagoglar jismoniy tarbiyaga o'zlarining ta'riflarini berganlar.

Ta'lim jismoniy tarbiyani ilhomlantirsa, jismoniy tarbiya intellektual ta'limni to'ldiradi va o'quv taraqqiyotining bir-birini to'ldiruvchi tizimini ta'minlaydi. Ammo ikkalasining maqsadi, ehtimol, yaxshiroq fuqarolarni tayyorlash bo'lsa-da, ular o'z maqsadlari sari o'zlarining turli maqsad va vazifalariga xizmat qiladilar. Ammo ularning o'qitish texnikasi va faoliyatida o'xshashliklar mavjud bo'lsa-da, farqlar mavjud.

Masalan, agar intellektual sinf o'tkazilsa, doska va darslik uning o'quv materiali AKT bo'ladi. Ammo jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida amaliy darslarda sog'lom jisim va sport maydonlari va jihozlari, o'yin maydonchalari va sport zallarida o'tkazildi.

Jismoniy tarbiyaning ta'limdagi ahamiyatini anglagan buyuk pedagog Probella Platon ideali, Rouzo tabiati, Pestalogiya, bolaga yo'naltirilgan ta'lim tamoyillarini xom-ashyo qildi, asosiy ta'lim elementlarini o'zgartirdi va faoliyat harakatiga timsol berdi. U bolalar bog'chasi ta'lim tizimini joriy qildi va o'z-o'zini faollik va o'yin orqali o'qitish eng yaxshi yo'l ekanligini bilib, bolalarni psixologik jihatlarga bo'lish orqali o'rgatdi.

- Tuzilgan faoliyatni o'z ichiga olgan o'yinlar.
- Intellektual qobiliyat va tasavvurni kuchaytiruvchi o'yinlar.
- Hamkorlik va jamoaviy ruhni tarbiyalovchi o'yinlar o'ynash.
- Tarixiy qurilishda yordam beradigan o'yinlar.
- O'rganishni osonlashtiradigan o'yinlar mavjud

Asosiy tamoyillar

• Osonlikdan qiyinchilikka bosqichma-bosqich yuklash tamoyili (progressiv yuklash tamoyillari): Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari va ko'nikmalarini o'rgatishda mazmunni bosqichma-bosqich osonlikdan qiyinchilikka o'rgatish kerak. Shuni tushunish kerakki, amaliyot tamoyili insonni mukammal qiladi.

• Jismoniy mashqlar o'rtasidagi interval printsiplari: To'xtovsiz jismoniy mashg'ulotlar paytida mushaklar charchaganida, kerakli darajada dam olish kerak. Agar siz ko'proq dam bersangiz, siz yaxshi dam yuqori natija.

Sport mashg'ulotlarida yodda tutish kerak bo'lgan fikrlar.

- Yosh sportchilar kichik yoshlar emas. Balkim sport turiga qarab sportchilarni tanlash.
- Bolalar rivojlanish yoshida tez-tez uchraydigan jismoniy o'sish va rivojlanish haqida ma'lumotga ega bo'lishlari kerak.
- Rivojlanish bosqichida yosh sportchilarni tayyorlashda ko'proq e'tibor berish kerak.
- Sport bilan shug'ullanuvchilar birinchi navbatda ularning jismoniy sog'lomligi va psixologiyasiga e'tibor qaratish.
- Boshlang'ich sportda yaxlit rivojlanish bosqichida biron bir alohida o'yin bilan cheklanmasligi kerak. Qobiliyatga qarab bolani sportga yo'naltirish.
- Ta'lim bosqichida noto'g'ri tushunchalar kirib ketmasligi kerak.
- Bolalar psixologiyasi haqida bilishi kerak.
- Jismoniy tarbiya darslarning nazariy va amaliy darslarni yuqori saviyada tashkillashtirish va AKTDan ko'proq foydalanish, qismlari va ularni shakllantirishga e'tibor.

Misol uchun: C.A. Pedagogik olim Buker shunday dedi: "Jismoniy tarbiya - tegishli jismoniy mashg'ulotlar orqali jismoniy, aqliy, hissiy va ijtimoiy jihatdan barkamol fuqaroni shakllantirish uchun umumiy ta'lim jarayonining muhim qismidir

Kishilar jismoniy sifatlarni kamol toptirishga qaratilgan faol, harakat faoliyati mashg'ulotlari asosiy mazmunini tashkil etadi. Jismoniy mashg'ulotlar umuma'lim maktablarda juda muhim ahamiyatga egadir. Chunki bir hafta tarbiyatuvchilarga o'tiladigan ikki soatlik jismoniy tarbiya darsi ularni organizmdagi jismoniy harakatga bo'lgan talablarini qoniqtira olmaydi, shuning uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlari maktabda to'g'ri tashkil etadi va o'tkaziladi, mashg'ulotlar o'quvchilarga o'tkazilishi ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Mashg'ulot mazmuni elementlar tuzilishi jismoniy mashg'ulotlari shaklini tashkil etadi.

Jismoniy mashqni umumiy tuzilish «strukturasi» quyidagicha bo'ladi. Boshlanadigan mashg'ulotda bajariladigan ishga kirish yoki mashg'ulotlar tayyorlash qismi. Buni odatda organizmni qizdirish ham deb ataymiz. Bu jarayon har qanday jismoniy mashg'ulotlarni tarkibiy qismidir.

Bu jarayon shug'ullanuvchilarni organizmi qizdirib yuqori ish qobiliyatiga tayyorlaydi. O'quvchilar organizmining jismoniy mahorati, organizmning zo'rliqishdan asraydi. Mashg'ulotning bu qismida shug'ullanuvchilar barcha a'zolari ya'ni yurak, qon tomir sistemasi va boshqa organlarni ishga kirishda tayyorlash uchun ularga umumiy rivojlantiruvchi jismoniy mashq beriladi. Bunga asosan saf mashqlari yurishlar, bo'yin, elka, kul, oyoqlar, bel qaratilgan.

Darsning asosiy didaktik vazifalari va asosiy elementlarining aniqlash va muqarrarligi.

O'quv darsining har bir mavzusi bir qator darslarga bo'linadi va har bir dars 7 yoki bir necha vazifalarni hal qiladi. O'qituvchi har bir darsda zarur bo'lgan didaktik vazifani belgilaydi. Ba'zi o'qituvchi jismoniy tarbiya darslarida vazifani umumiy formada tuzadi, masalan: «Bu darsda biz konda, brusda shug'ullanamiz keyin o'ynaymiz» - deydi. Vaholanki, masalan «Past standart

chiqishda qo'llarni harakatini o'rganish» didaktik vazifani aniq ifodalanishi bu esa o'quv jarayonini ishonchliroq boshqarishga yordam beradi.

- Har bir dasrda o'quvchilar yangi bilim - ko'nikma va malakalar bilan qurollanib pog'onama-pog'ona o'qib boradilar.
- Ta'limiy va tarbiyaviy vazifalarning birligi.
- Astin paytda dars o'zining mazmuni, metodlari bilan o'quvchilarga tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadi «jismoniy tarbiya darsida milliy kadriyatlaridan foydalanish».
- O'qitishning butun dars va uni har bir qismi vazifalari hamda mazmuniga muvofiq qiladigan, o'quvchilarning bilish aktivliklari va mustaqil faoliyatlarini ta'minlaydigan eng ratsional metoddarni tanlash.
- Mashg'ulotlarning turli formalari: umumsinfy, gruppoviy va individual formalarini ratsional birga qo'shib olib borish.
- O'quvchilar bilish faoliyatining aktivligini ukituvining jumhuriyatlik roli bilan birga qo'shib olib borish.
- Darsning oldingi va keyingi darslar bilan bog'lanishi.
- O'quvchilarni yosh mutaxassislarini hisobga olish.
- Darsda o'quvchilarni o'qitish va tarbiyalash uchun qulay sharoitlar yaratish.

Darsning tiplari:

- Kombinatsion darslar «yangi materialni tushuntiradi, mustahkamlaydi, takrorlaydi, kontrol qiladi»;
- yangi materialni o'rganish darslari;
- bilim ko'nikma, malakalarni mustahkamlash darslari;
- mashqlar va amaliy ishlar darslari;
- umumlashtiruvchi takrorlash darslari;
- laboratoriya darslari;
- o'qituvchilarni bilimni kontrol qilish, tekshirish va baholash darslari.
- Darsni tayyorlash va o'tkazish. O'qituvchining bir darsga alohida tayyorlanishi, uning o'z o'quv ishiga tayyorlanish sistemaening bir qismi holos. Bu sistema:
- predmet bo'yicha butun kurs yuzasidan tayyorlanishi;
- dasturning bir temasiga tayyorlanipsh;
- har bir darsga tayyorlanishini o'z ichiga oladi.

Jismoniy madaniyat mashg'ulotlari. Ertalabki badantarbiya, sport musobaqasi, tanaffusda o'yin, boshqa darslarda o'tkaziladigan jismoniy mashqlari laxzalari va boshqalar kiradi. Jismoniy mashq mashg'ulotlaridagi mazmun bilan shakl aloqadorligi pedagogik jihatdan g'oyat muhim ahamiyatga egadir.

Kishilar jismoniy sifatlarni kamol toptirishga qaratilgan faol, harakat faoliyati mashg'ulotlari asosiy mazmunini tashkil etadi. Jismoniy mashg'ulotlar umuta'lim maktablarda juda muhim ahamiyatga egadir. Chunki bir hafta tarbiya o'quvchilarga o'tiladigan ikki soatlik jismoniy tarbiya darsi ularni organizmdagi jismoniy harakatga bo'lgan talablarini qoniqtira olmaydi, shuning uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlari maktabda tuligicha tashkil etadi va o'tkaziladi, mashg'ulotlar o'quvchilarga o'tkazilishi ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Mashg'ulot mazmuni elementlar tuzilishi jismoniy mashg'ulotlari shaklini tashkil etadi.

Jismoniy mashqni umumiy tuzilish strukturasi quyidagicha bo'ladi. Boshlanadigan mashg'ulotda bajariladigan ishga kirish yoki mashg'ulotlar tayyorlash qismi. Buni odatda organizmni qizdirish ham deb ataymiz. Bu jarayon har qanday jismoniy mashg'ulotlarni tarkibiy qismidir. Bu jarayon shug'ullanuvchilarni organizmini qizdirib yuqori ish qobiliyatiga tayyorlaydi. O'quvchilar organizmini qizdirib yuqori ish qobiliyatiga tayyorlaydi.

O'quvchilar organizmining jismoniy mahorati, organizmning zurikishdan asraydi, mashg'ulotning bu qismida shug'ullanuvchilar barcha a'zolari ya'ni yurak, qon tomir sistemasi va boshqa organlarni ishga kirishida tayyorlash uchun ularga umumiy rivojlantiruvchi jismoniy mashq beriladi. Bunga asosan saf mashqlari yurishlar, sekin yugurishlar, bo'yin, elka, qo'l, oyoqlar qaratilgan. Jismoniy harakatlardan iborat bo'lib har-xil yo'llar bilan amalga oshiriladi. Umumiy rivojlantiruvchi mashqlar organizmi zurikmaydigan darajada bajariladi.

Shunday yo'l bilan shug'ullanuvchi mashg'ulotning asosiy qismiga organizmni tayyorlaydi. Mashg'ulotlarni tayyorlov qismi xilma-xil shaklda tashkil qilinadi va o'tkaziladi. Safda turgan holda to'rt qator bo'lib aylana holatda juft-juft bo'lib qamraladi. Mustaqil holda tashkil qilinadi, o'quvchilarni yopasiga tashkil qilinadi. Maktabdagi o'quv - tarbiya ishini asosiy formasi dars hisoblanadi. Har bir jismoniy tarbiya darsi quyidagi talablari javob berishi kerak.

Muayyan umumiy va xususiy vazifaga ega bo'lishi lozim.

Umumiy vazifalar barcha dars yoki darslar turkumi jarayonida, xususiy vazifalar esa alohida olingan bir dars mobayniga bajarilishi kerak.

- dars metodik jihatdan to'g'ri qurilgan bo'lishi lozim
- oldingi mashg'ulotlarni izchil davom ettirish va ayni paytda yaxlit va tugallangan bo'lishi kerak: shu bilan u ma'lum darajada bulg'usi darsni vazifasi va mazmunini ko'zda tutadi zarur.

Dars mazmuniga ko'ra o'quvchilar muayyan yoshiga, jinsi jismoniy rivojlanganligi va tayyorgarlik muvofiq bo'lish kerak.

Dars o'quvchilar uchun qiziqarli bo'lib uni aktiv faoliyatiga da'vat etish lozim: har tomonlama jismoniy rivojlanishga sog'likni mustahkamlashga, qad-qomatni shakllantirishga yordam beruvchi mashqlar va o'yinlar bo'lishi lozim.

O'quv kun tartibidagi boshqa darslar bilan to'g'ri olib borilishi kerak. Jismoniy tarbiyaviy xarakterga bo'lishi zarur. Jismoniy tarbiyadagi pedagogik jarayon natijalari darslarda olib boriladigan o'quv va tarbiya ishining sifatiga bog'liq. Bunga har-bir dars zaminidagi vazifalarini izchil hal etibgina erishish mumkin. Jismoniy tarbiya darslari ta'lim - tarbiya va sog'lomlashtirish vazifalariga ega. Ta'lim berishi vazifalarni dasturida ko'zda tutilgan mashqlarni bajarishga, urganilgan mashqlarni takomillashtirishga, shunigdek, malaka va ko'nikmalarni rivojlantirishga o'rganilgan mashqlarni turli sharoitda qo'llashga o'rgatishdan iborat.

Ta'lim vazifalariga, shunigdek, bolalarni jismoniy madaniyat va sport, sog'likni saqlash, kundalik rejim, to'g'ri nafas olish, chiqish, jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish haqidagi bilim olishlari ham kiradi. Ta'lim vazifalarini amalga oshirish odatda, tarbiyalash va sog'lomlashtirish vazifalari bilan bog'liq olib boriladi.

Har bir jismoniy tarbiya darsi quyidagi talablarga javob berishi kerak:

- Muayyan-umumiy va xususiy vazifaga ega bo'lishi lozim. Umumiy vazifalar barcha dars yoki darslarni turkumi jarayonida xususiy vazifalarni esa alohida olingan bir dars mobaynida bajarilishi kerak.

- dars metodik jihatdan to'g'ri kurilgan bo'lishi lozim,
- oldingi mashg'ulotlarni izchil kurilgan bo'lib davom ettirishi va ayni paytda yaxlit va tugallangan bo'lishi kerak: shu bilan birga u ma'lum darajada bulg'usi darsning vazifalarni va mazmunini ko'zda tutishi zarur,
- dars mazmuniga ko'ra o'quvchilarni muayyan yoshiga, jinsi, jismoniy rivojlanganligi va tayyorgarligiga muvofiq bo'lishi kerak;
- dars ukugvchilarni uchun qiziqarli bo'lib, ularni aktiv faolitga da'vat etishi lozim,
- har tomonlama jismoniy rivojlanishga, yoglikni mustahkamlashga, qad-qomatni shakllantirishga yordam beruvchi mashqlarni va o'yinlarni bo'lishi lozim.
- tarbiyaviy xarakterga ega bo'lishi zarur.

Jismoniy tarbiyadagi pedagogik jarayon natijalari darslarda olib boriladigan o'quv va tarbiya ishining sifatiga bog'liq. Bunda har bir dars zaminidagi vazifalarini izchil hal etibgina erishish kerak. Jismoniy tarbiya darslarni ta'lim. tarbiya va sog'lomlashtirish vazifalariga ega. Ta'lim berish vazifalari bolalarni dasturda ko'zda tutilgan bajarishga, urganilgan mashqlarni takomillashtirishga, shuningdek, malaka va rivojlantirishga urganilgan mashqlarni turli sharoitda qo'llashga o'rgatishdan iborat.

Ta'lim vazifalariga, shuningdek, bolalarning jismoniy madaniyat va sport, sog'likni saqlash, kundalik rejim, to'g'ri nafas olish, chiniqish, jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish haqida bilim olishlari ham kiradi.

Ta'lim vazifalarini amalga oshirish, odatda, tarbiyalash va sog'lomlashtirish vazifalarni bog'liq olib boriladi. Jismoniy tarbiya darslarida diqqat, intizomlilik, iroda sarajonlik, buyumlarni extiyot qilish, shuningdek, do'stlik o'rtoqli, maqsadga intilganlik, mustaqil va qiyinchiliklarni engishda qanchalik tarbiyalanadi. Sog'lomlashtirish vazifalarini ham tarbiyaviy vazifalarni kabi har bir darsda hal etilishi lozim. Jismoniy tarbiya darslarini to'g'ri uyushtirish va o'tkazish, tegishli kiyim - boshlarda shug'ullanish, mashg'ulot joyida zarur sanitariya - gigiena holati saqlanishi, darslarning ochiq havoda o'tkazish bularning barchasi sog'lomlashtirish vazifalarini hal etishga qulaysharoit yaratadi.

Jismoniy tarbiya darslari bilan bog'liq bo'lgan eng muhim masalalardan biri uni qanday tuzish masalasidir. Dars strukturalash deganda alohida darsni tuzishda foydalaniladigan taxminiy mo'ljalli reja tushuniladi. Dars strukturalasi o'qituvchiga mashqlarni oqilona tanlash, materialni to'g'ri joylashtirish va darsdagi yuklamani aniqlashga yordam beradi. Jismoniy tarbiya darsida har qanday pedagogik vazifani hal etish ko'pincha shug'ullanuvchilarni organizmiga zur berishni talab qiladi. Bu ishga organizm tegishli darajada tayyorlangan bo'lishi kerak.

I.P.Pavlov organizmga qiyin vazifalarni hal etish va tayyor bo'lishi zarurligini ko'rsatib, sekin - astalik va trenirovka u klinika va pedagogika asosiy fiziologik qoidadir degan edi. Bu ko'rsatma o'qituvchi zimmasiga shug'ullanuvchilardan katta kuch talab qiladigan pedagogik vazifalarni darsning boshida emas, o'rtasida bir qadar tayyorgarlikdan so'ng hal etish majburiyatini yuklaydi. Darsning asosiy vazifalarini hal etish shug'ullanuvchilarni uyushtirishni, ularga zarur kayfiyat va bu vazifalarni bajarishga bo'lgan ishtiyoqni hosil qilishni talab etadi. O'qituvchilarni uyushtirilgach va Pavlovning asta-sekinlik haqidagi «fiziologik qoidasi» bajarilgandan so'ng asosiy vazifalarni hal qilishga qarashish mumkin.

Asosiy pedagogik vazifalarni bajarish ko'pincha shug'ullanuvchi zur berayotgan, faollashgan davrga to'g'ri keladi. O'quvchilar organizm nisbatan katta zurikish va kuchli emotsional holatdan vazmin holatga birdaniga o'tishi mumkin emas. Shuning uchun dars tuzilishda xotirjam holatga asta-sekin o'tish va mashg'ulotni tashkiliy ravishda tugallash aks etadi.

Shunday qilib, har bir dars tuzilishi uch qismdan iborat bo'ladi; birinchi-o'quvchilarning darsda juda qiyin vazifalarni hal etishga tayyorlaydigan tashkiliy qism, u shartli ravishda kirish deb ataladi; ikkinchi - darsning asosiy vazifalarini bajarishga yo'naltirilgan qism, u shartli ravishda asosiy qismi deb yuritiladi; uchunchi - dars yakuni u shartli ravishda yakunlovchi qism deb ataladi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun tipovoy dars strukturasi qabul qilingan. U darsni vazifalariga muvofiq tuzish uchun asos bo'ladi.

REFERENCES

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 14 martdagi PQ-163-son (Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi, 2022 yil 14 mart, 07/22/163/0214-son)
2. Safarov D.Z.O., Hamroyev B.X. Oliy ta'limda gimnastika fanini innovatsion ta'lim texnologiyalari asosida o'qitish samaradorligi // Ilmiy taraqqiyot, 2021 yil. T. 1. 6-son.
3. Islomov E.Yu., Hamroev B.X., Safarov D.Z.U. Upravlenie vospitaniem yunogo sportsmena vo vremya zanyati fizicheskimi uprajneniyami i na trenirovke // Savollar nauki i obrazovaniya, 2020. № 20 (104).
4. F.F.Savrievich, T.M.Shodievich FUTBOLCHILARNING TEXNIK VA TAKTIKIY OLISHLARI Web of Scientist: International Scientific Research Journal 2 (04), 259-266
5. F.F. Savrievich "MAKTAB O'quvchilarining Jismoniy tarbiyasining ASOSLARI - Jismoniy tarbiya bilimlari" Web of Scientist: International Scientific Research Journal 2 (05), 41-48
6. F. Fazliddinov "PROFESSIONAL KOLLEKSIYON". ACADEMICIA: Xalqaro ko'p tarmoqli , 2020 yil
7. Z.N. Savriyevna O'tkir Hoshimov asarlarida qahramonlar tomonidan inson qadr-qimmati tushunchalarining talqini – O'rta Yevropa ilmiy xabarnomasi, 2021
8. N.R. Sobirova "Sportchilarning funksional holatini rivojlantirishda uch bosqichli modelning ahamiyati". Iqtisodiyot, moliya va barqaror rivojlanish bo'yicha xalqaro jurnal 3.3 (2021): 190-196.