

Maktabgacha ta'lim Jismoniy Tarbiya Mashg'ulotlarini Tashkil Qilishning Nazariy Asoslari

Yuldashev Ikromjon Abdulazizovich Jismoniy
madaniyat fakulteti dekani, (PhD)

Ne'matjonov Saddamjon Saydali o'g'li
2-kurs magistri, Farg'ona davlat universiteti

Abstract:

Mamlakatimiz kelajagi uchun sog'lom avlodni tarbiyalash hamda voyaga yetkazishda jismoniy tarbiyaning ahamiyati juda katta. So'nggi yillarda sport va jismoniy tarbiya yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Xususan O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekistonda bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risida"gi Farmonida "bolalarni jismoniy va ma'naviy tarbiyalashning zamonaviy shakl va uslublarini, jinsi va yoshiga qarab bolalarda sport ko'nikmalarini singdirishning sport sohasida iqtidorli bolalarni ixtisoslashtirilgan sport maktablari va markazlarida mashg'ulotlarga tanlab olishning ilmiy asoslangan tizimlarini ishlab chiqishni tashkil etish hamda ularni tadbqiq qilishga ko'maklashish" lozimligi alohida ta'kidlandi.

Keywords:

Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy maqsad va vazifalari bolalarni jismoniy va aqliy jihatdan rivojlantirish, ularning ruhiyat, shaxsiy qobiliyatlari, intilishi va ehtiyojlarini qondirish, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga, mustaqillik g'oyalari sodiq holda voyaga etib borishini ta'minlash, ularni maktabgacha yoshdagi bolalar ta'lim-tarbiyasiga qo'yilgan davlat talablariga muvofiq maktab ta'limiga tayyorlashdan iborat.

Bola dunyoga kelgan kundan boshlab, davlat va jamiyat hamda ota-ona zimmasiga uni sog'lom, aqlli, xushxulqli qilib tarbiyalash vazifasi qo'yiladi. Davlat va jamiyatning kelajagi yosh avlodning qanday voyaga etishiga ko'p jihatdan bog'liqdir. O'z navbatida jamiyat taraqqiyoti millatning ma'naviy darajasi bilan belgilanadi.

Mashg'ulotlar jismoniy tarbiyaning ta'lim-tarbiya hamda sog'lomlashtirish vazifalarini hal etishga qaratilgandir. Ta'lim vazifalari bolalarga jismoniy mashqlarni o'rgatishdan, hosil qilingan malakalarni o'zgarib turgan sharoitlarga mos ravishda qo'llay olishga o'rgatishdan iboratdir.

Bolalar jismoniy tarbiya to'g'risida, uning sog'lomlashtiruvchi ahamiyati haqida, chiniqish usullari, to'g'ri nafas olishning ahamiyati, mashqlarni bajarish uslublari va shu singari boshqa mashqlar to'g'risida tasavvur hamda bilimga ega bo'lishlari kerak. Jismoniy tarbiya yuzasidan o'tkaziladigan mashg'ulotlarda majburiy mashqlarning bajarilishi tarbiyalash hamda sog'lomlashtirish vazifalari bilan, jismoniy fazilatlarining shakllanishi bilan hamohang holda birga qo'shib olib boriladi.

Mashg'ulotlar o'zining ta'limiy vazifasi va mazmuniga qarab turli xilda bo'lishi mumkin

1) asosiy e'tibor yangi materialni o'rganishga qaratiladigan mashg'ulotlar, 2) ilgari o'zlashtirilgan malaka va ko'nikmalarni takomillashtirishga qaratilgan mashg'ulotlar, ular oldingi o'tilgan materialni takrorlash asosiga quriladi 3) aralash xususiyatga ega mashg'ulotlar, bularda yangi materialni o'rganish o'tilganlarni takrorlash, mustahkamlash bilan qo'shib olib boriladi,

4) nazorat, hisob-kitob qilish mashg'ulotlari, bularda muayyan davrda qilingan ishlarga yakun yasaladi, u yoki bu mashqlarni bajarish sohasida bolalarning bilim va mahoratlari tekshiriladi, harakatlarning sifati va miqdoriga, bolalarning harakatli o'yinlarni o'ynay olish mahoratiga baho beriladi.

Bolalar bog'chalarida asosan mashg'ulotlarning aralash xususiyatga ega xili ko'proq qo'llaniladi.

Mashg'ulotning tuzilishi: mashqlar va mashg'ulotlarda qo'llaniladigan harakatli o'yinlarni tanlash va taqsimlashning taxminiy rejasini mashg'ulotni tashkil etishning negizi hisoblanadi. Mashg'ulotning tuzilishi jismoniy mashqlar fiziologiyasi va gigienasi talablariga muvofiq tarzda ishlab chiqilgan bo'lib, bunda bola organizmining ish qobiliyati hamda jismoniy vazifalardan keyin charchash qonuniyatlari hisobga olingan.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotining qisqa rejasida uch qism kirish, asosiy va yakunlovchi qismlar bo'ladi. Bunday bo'linish shartlidir. Butun mashg'ulot yaxlit holda tashkil etilgan bo'lib, umumiy maqsadga-fiziologik vazifalarning bola organizmiga yaxshiroq ta'sir ko'rsatishiga, jismoniy sifatlarning rivojlanishi va harakatlarning shakllanishiga yordam berishga qaratilishi kerak. Bunday umumiy maqsadga tabiiy ravishda biri ikkinchisini to'ldirib turadigan mashg'ulotlardagi har bir qismning aniq, vazifalarini izchillik bilan bajara borish orqali erishiladi.

Mashg'ulotning birinchi (kirish) qismida bolalarni uyushtirish, ularning diqqatini harakatli topshiriqlarni bajarishga qaratish, shuningdek, ular organizmini mashg'ulotning shundan keyingi (asosiy) qismidagi ancha murakkab va jadal mashqlarni bajarishga tayyorlash vazifasi qo'yiladi.

Kirish qismining mazmuniga yurish, yugurish, sakrash, diqqatni qaratadigan uncha murakkab bo'lmagan mashq va o'yinlar, qayta saflanishlar, raqs mashqlari, oddiy o'yinlar kiritiladi. Kirish qismi ko'pincha (doira bo'lib, zveno bilan juft-juft bo'lib) saflanish bilan yakunlanadi. Chunki bunday saflanish umumiy rivojlanish mashqlarini bajarish uchun juda qulaydir. Bunday umumrivojlantiruvchi mashqlar mashg'ulotning asosiy qismida boshlanadi. Kirish qismidan xususan qayta saflanish, burilish va saf tayyorgarligining boshqa qismlarini o'rganish uchun ham foydalanishi mumkin.

Mashg'ulotning ikkinchi (asosiy) qismida quyidagi pedagogik vazifalar hal qilinadi: bolalarga yangi mashqlar o'rgatish, ilgari o'tilgan mashqlarni takrorlash va mustahkamlash, harakatlar bo'yicha bolalarning malaka va ko'nikmalarini takomillashtirish, jismoniy sifatlarni tarbiyalash. Mashg'ulotning bu qismida bola organizmiga anchagina jismoniy ta'sir ko'rsatiladi. Mashg'ulotning asosiy qismiga asosiy harakatlarga oid hamda umumiy rivojlanish mashqlariga doir har xil mashqlar, harakatli o'yinlar, sport o'yini qismlari kiradi.

=====

Asosiy qismning boshlanishida umumrivojlantiruvchi mashqlar bajariladi. Bu mashqlarni bir-biri bilan almashtirib turishning tartibi quyidagicha: dastlab qo'l va yelka muskullarini mustahkamlashga, keyin esa gavda va oyoq muskullarini mustahkamlashga qaratilgan mashqlar bajariladi. Qaddi-qomatni rostdashga mo'ljallangan mashqlarga alohida e'tibor beriladi.

Umumrivojlantiruvchi mashqlardan keyin asosiy harakat mashqlari (yurish, yugurish, sakrash, tirmashib chiqish, uloqtirish, muvozanat saqlash mashqlari) keladi. Odatda asosiy harakat mashqlaridan bittasi o'rganish uchun kiritiladi. Biroq, u bilan birga o'rganish uchun ilgari o'rganilgan mashqlardan ayrimlari o'tganlarni takrorlash va mustahkamlash maqsadida asosiy harakatlarning boshqa turlari ham kiritilishi, qayta saflanish uchun, o'yin uslublarini o'rganish uchun va boshqa yengil mashqlar ham o'rganilishi mumkin. Ayrim asosiy harakatlarni esa butunlay bir-biri bilan bog'liq holda olib borish maqsadga muvofiqdir. Masalan, arg'amchi ostidan emaklab o'tish, emaklab o'tgandan keyin tik turib yurib ketish, kubikni bosmasdan sakrab o'tish yoki osib qo'yilgan buyumga sakrash singari harakatlar shular jumlasidandir.

Mashg'ulotning asosiy qismiga harakatli o'yinlar albatta kiritiladi, chunki ular mashg'ulotning bolalarga fiziologik va emotsional ta'sirini kuchaytiradi.

Harakatli o'yinlar mashg'ulotning butun asosiy qismi mazmunini tashkil qilibgina qolmay, balki uning boshqa qismlarida ham qo'llanilishi mumkin. Bunday xolda u yoki bu o'yinning, masalan, gorodki, basketbol o'yinlarining usul va qoidalarini o'rganish mashg'ulotning aniq pedagogik vazifasini hal qilish vositasiga aylanadi.

Mashg'ulotning asosiy qismida o'quv materialining to'g'ri joylashtirilishi alohida ahamiyatga egadir. Ko'proq diqqat-e'tiborni va aniqlikni talab qiladigan mashqlar, masalan, gimnastika skameykasining ingichka reykasida bajariladigan muvozanat saqlash mashqlarini o'rganish singari yangi materiallarni o'rganish mashqlari dastlab asosiy qismda o'tkaziladi va shundan keyin ilgari tanish bo'lgan mashq va o'yinlarga o'tiladi.

Organizmga anchagina jismoniy vazifa berish bilan bog'liq bo'lgan asosiy qism mashqlari odatda mashg'ulotdagi kam vazifali mashqlardan keyin o'tkaziladi. Shu yo'l bilan vazifani oshirib borishda izchillikka erishiladi. Uzoqqa uloqtirish mashqlari, misol uchun, yugurish va sakrash bilan bog'liq bo'lgan aktiv o'yinlardan oldin o'tkaziladi.

Nazorat xilidagi mashg'ulotlarda ko'nikma malakalarni dastlabki tayyorgarlikdan, mashqlarni bajarishga kirishish oldidan o'tkaziladigan tayyorgarlik mashqidan so'ng mashg'ulotning asosiy qismida hisobga olinadi.

Mashg'ulotning uchinchi (xulosa) qismida bola organizmidagi hayajonli holatni asta-sekin sokinlikka tushirish vazifasi hal qilinadi; mashg'ulotga yakun yasaladi (bunday qilish barcha mashg'ulotlap uchun shart bo'lmay, ko'pincha katta yosh gruppasida o'tkaziladi); faoliyatning boshqa turlariga tashkiliy ravishda o'tishga kirishiladi. Yakunlovchi qismda sekin yurish mashqlari o'tkaziladi (bunday mashqlarni murakkab qayta saflanish mashqlarisiz, diqqatni kuchaytirish topshiriqlarisiz o'tkazilgani ma'qul), sekin yurish mashqlarida bolalar bir-birining orqasidan yurishi yoki yoyilib alohida alohida yurishi, nafas olish mashqlarini bajarishi, kam harakatli o'yinlar, ashulali raqslar ijro etishi mumkin.

=====

Mashg'ulot bolalarning zaldan yoki maydonchadan hamjihatlik bilan chiqib ketishlari bilan yakunlanadi (bunda albatta saf bo'lib chiqib ketish shart emas); chiqib ketayotganda qo'shiqlar aytilishi, o'yin bilan bog'liq bo'lgan topshiriqlar bajarilishi mumkin.

Quyida jismoniy tarbiya bo'yicha o'tkaziladigan namunaviy mashg'ulotning taxminiy mazmuni keltirildi:

- 1) Kirish qismi. Kichik gruppalarda 2-4min. O'rta gruppada 3-5min va katta gruppalarda 4-6min davom etadi.

Mundariyasi: saflanish yurish, engil yugurish, oyoqlarni tekis tutish mashqlari, diqqatni qaratish mashqlari, raqs qadamlari, uyushtiruvchi o'yin, umumiy rivojlantiruvchi mashqlarini bajarish uchun saflanish.

- 2) Asosiy qism. Kichik gruppalarda 10-15min, o'rta gruppada 15-20 min va katta gruppalarda 20-25 min. davom etadi.

Mundariyasi: buyumsiz va buyum bilan bajariladigan umumrivojlantiruvchi mashqlar; asosiy harakatlar- yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish va ilib olish, irg'itish, tirmashib chiqish va oshib o'tish, muvozanat; qaddi-qomatni tik tutish mashqi; ko'p harakatni talab qiladigan harakatli o'yin; tansa va raqsalar.

- 3) Yakunlovchi qism. Kichik gruppalarda 2-3min, o'rta va katta gruppalarda 2-4min.

Mundariyasi: sokin yurish, qo'shiq aytib yurish; kam harakatli o'yin; ashula aytib raqsga tushish; nafas olish mashqlari, tarbiyachi tomonidan mashg'ulotning yakunlanishi.

Tarbiyachining mashg'ulotga tayyorlanishida asosiy ishlardan hisoblanadi. Reja tuzishda aniq, yosh gruppalar uchun dastur talablari, oldingi mashg'ulotning yakuni, mashg'ulot o'tkaziladigan joy hamda kerakli o'quv qurollarining mavjudligi hisobga olinadi.

Avvalo mashg'ulotning asosiy maqsadi belgilab olinadi. Bu talab mashg'ulotning hamma qismlariga ham taalluqlidir; qanday material yangidan o'rganilishi, nimalar takrorlanishi va mustahkamlanishi belgilab olinadi.

Bunda rejada muayyan mashqlarga o'rgatish vazifasi aniq, tarzda qisqa va ravshan ifoda etilishi muhimdir. Eng asosiy pedagogik vazifalarga yozib qo'yiladi. Aytaylik, yugurib kelib uzunlikka sakrash mashqi o'rganilayotgan bo'lsin. Bir necha mashg'ulotda harakat qoidasining ayrim qismlari izchillik bilan o'rganiladi. Bu esa mashg'ulot rejadagi vazifalarni bayon etishda o'z ifodasini topishi kerak: "Yugurib kelib uzunlikka sakrash mashqi bilan tanishtirish", "Sakrash vaqtida deqsindigan oyoqni aniqlash", "Ko'rsatilgan joydan sakrab ko'tarilish mashqini boshlash", "Yugurib kelib sakrash mashqini o'rgatishni davom ettirish-sakragandan keyin yerga tushish paytiga e'tiborni qaratish" va hokazo. Vazifani shu tarzda qisqa va aniq bayon etish tarbiyachiga jismoniy mashqlarni va o'yinlarni tanlashni, ularning me'yori hamda o'tkazish metodikasini aniqlashni osonlashtiradi.

Basharti mashqni bir necha mashg'ulotda takrorlash zaruriyati bo'lsa, u holda bunday takrorlash nima maqsadda o'tkazilishi rejada ko'rsatib qo'yilishi kerak: "Parvoz vaqtida oyoqlarni oldinga uzatish mashqini mustahkamlash uchun yugurib kelib uzunlikka sakrashni takrorlash" va hokazo.

Vazifa belgilab olingach, mashg'ulotning barcha qismlari uchun o'quv materiallari tanlanadi. Reja tuzish vaqtida mashqlarning me'yori (takrorlashning miqdori, bajarish aktivligi, masofa, davomiylik) ham belgilanadi.

Shuningdek, mashg'ulotda qo'llaniladigan yo'l va uslublar to'g'risida ham, bolalarni uyushtirish usullari, asbob-uskunalaridan foydalanish tartibi, shug'ullanayotgan bolalar xavfsizligini ta'minlash, musiqa jo'rligining mavjud bo'lishi masalalarini ham o'ylab ko'riladi.

Mashg'ulot rejasi bunday yoziladi: mashg'ulot o'tkaziladigan kun va mashg'ulotning tartib raqami ko'rsatiladi; vazifalar, kerakli asbob-uskunalar sanab o'tiladi, mashg'ulotning barcha qismlari mazmuni birin-ketin bayon etiladi. Me'yor va uslubiy ko'rsatmalar (tarbiyachining xohishi bo'yicha) mashqlar bayon qilib berilganidan keyin keltiriladi.

Mashg'ulot rejasi tarbiyachining shu kungi umumiy rejasiga kiritiladi.

Mashg'ulot o'tkazilganidan keyin uning qanday o'tgani to'g'risida rejaga qisqacha fikr va mulohazalar (ayrim bolalarning yutug'i, faollikning yetarli bo'lmaganligi sabablari va hokazolar) yozib qo'yiladi.

Zaruriyat bo'lganda rejani ancha mufassalroq tuzish ham mumkin: bunda uslubiy ko'rsatmalar, bolalarni mashg'ulot vaqtida uyushtirish va safga tizish usullari keng bayon etilgan holda rejaga kiritiladi va hokazo.

Mashg'ulot rejasida jismoniy mashqlarni jadvallar, rasmlar shaklida ko'rgazmali ravishda ifodalash mumkin. Bunda bolalarning mashg'ulot vaqtidagi bajaradigan harakatlari qanday izchillikda bo'lishi yoki ular qay tartibda joylashtirilishi va ularni safga tizish tartibi ko'rsatiladi.

Bola organizmida fiziologik faoliyatni kuchaytirish bilan bog'liq bo'lgan har qanday jismoniy mashqlar o'z ta'sirini o'tkazadi. Bu ta'sirning qay darajada bo'lishi yuklamaning hajmi va jadalligiga bog'liqdir. Organizm muayyan yuklamaga o'rganib qolgandan keyin uni kam kuch bilan, ko'proq tejamkorlik bilan uddalay oladi. O'rganib qolgan yuklama organizmdagi faollik imkoniyatlarning oshirishiga olib kelmaydi. Shuning uchun yuklama hajmi va jadalligini mashg'ulotdan mashg'ulotga, yildan-yilga muntazam ravishda oshirib borish lozim.

Jismoniy yuklama ko'pgina sabablarga bog'liq bo'ladi: u mashq va o'yinlar xususiyatiga, har xil harakat turlarining mushtarakligiga, ularning jadalligiga, davomiyligiga, takrorlanish miqdoriga, sur'ati va harakat yo'lga, mashqning qanday sharoitda o'tkazilishiga, o'zlashtirilishi saviyasiga, bolaning harakat aktivligi darajasiga va boshqa omillarga bog'liqdir. Jismoniy yuklama shuniigdek, bolaning mashg'ulot paytidagi asab-psixikasiga hamda uning emotsional xolatiga ham bog'liqdir.

Mana shu dalillarning hammasi mashg'ulot rejasi tuzilayotgan vaqtda hisobga olinishi hamda mashg'ulot jarayonidagi jismoniy yuklamalar tartibga solinishi lozim. Masalan, jismoniy yuklamani dam olish bilan, ancha jadal jismoniy mashqlarni jadalligi kamroq mashqlar bilan, qiyin mashqlarni yengilroq mashqlar bilan, ilgari tanish bo'lgan mashqlarni yangi mashqlar bilan almashtirib turish maqsadga muvofiqdir.

=====

Mashg'ulotlarning samaradorligi, ularning hajmi va mazmuni bolalarning yoshlariga muvofiq kelishiga, salomatligiga va jismoniy tayyorgarligiga, shaxsiy qobiliyatining xususiyatlariga bog'liqdir.

Ko'pincha bolalar mashg'ulotlarda mashq bajarish uchun navbat kelishini kutib, uzoq o'tirib qoladilar. Buning sababi mashg'ulot zichligining yetarli emasligidadir.

Jismoniy tarbiyada mashg'ulot zichligi umumiy zichlik va harakatlantiruvchi zichlik deb ikkiga bo'linadi.

Umumiy zichlik pedagogik jihatdan o'zini oqlagan mashg'ulot vaqtining (bayon etilgan darsning bolalar tomonidan tushunilishi, tarbiyachining ko'rsatmalari, mashqni bajarib ko'rsatishi, mashqning bolalar tomonidan bajarilishi, kuzatish va tahlil, o'quv asboblari o'rnatish va yig'ib olish va hokazolarning) butun mashg'ulot uchun ajratilgan vaqtga nisbati bilan o'lchanadi. Harakatlantiruvchi zichlik bevosita mashg'ulot paytida bola bajarayotgan harakat faoliyatining hajmi bilan ifodalanadi. U jismoniy mashqlar va o'yinlarni bajarish uchun sarflangan vaqtning mashg'ulot uchun ketgan butun vaqtda nisbati bilan ifoda etiladi.

Mashg'ulotlarda bolalarning harakat aktivligini oshirish usullari. Mashg'ulotning mazmuni uning zichligiga ta'sir ko'rsatadi. Mashqlar o'z harakatiga oid xususiyati, murakkabligi, bajarilish vaqti bo'yicha hamda emotsional ta'siriga ko'ra bir-biriga muvofiq kelishi muhim ahamiyatga egadir. Masalan, bir mashg'ulot mazmuniga gimnastika devorчасiga tirmashib chiqish hamda xoda ustida emaklash mashqlarini kiritish maqsadga muvofiqdir. Har ikkala mashq bolaga bir xil vazifa beradi, unisi ham, bunisi ham tarbiyachining ehtiyot bo'lishini taqozo etadi, mashqlar bajarilish vaqtiga ko'ra birmuncha uzoq cho'ziladi. Tirmashib chiqish yoki muvozanat saqlash mashqlari balandlikka sakrash mashqlari bilan muvozanat saqlash va yugurish mashqlari yoki koptok bilan qilinadigan harakatlar, nishonga tegizish hamda turgan joyda uzunlikka sakrash singari mashqlar bir-biri bilan mushtarak xolda qo'shib o'tkazilganda ancha muvaffaqiyatli chiqadi.

Vaqtdan unumli foydalanish ko'p jihatdan mashqlarni bajarish uchun bolalarni uyushtirish usullariga bog'liqdir. Bulardan yoppasiga, oqim, almashish, grupp va shaxsan bajarish usullari eng asosiy usullar hisoblanadi.

Yoppasiga mashq bajarish usulida gruppani uyushtirish vaqtida mashqlar barcha bolalar tomonidan baravar bajariladi. Bu usul mashg'ulotning yuksak darajadagi zichligiga erishish va bolalarning katta aktivligini ta'minlash uchun eng samarali usul hisoblanadi, u o'quv material bilan tanishtirish va uni mustahkamlash vaqtida keng qo'llanadi.

Oqim usuli bitta mashqni to'xtamasdan bir qator bo'lib kelib, galma-gal bajarishdan iboratdir. Bu usul tarbiyachining mashqlarni shaxsan bajarilishini kuzatish imkonini beradi. Harakatlarni o'rganish va takomillashtirish vaqtida bu usul qo'llaniladi. O'quv asboblarning soniga qarab oqimlar bir nechta bo'lishi ham mumkin. Bir necha har xil turdagi mashqlar ham oqim usulida bajarilishi mumkin. Masalan, bolalar poldan emaklab borib, yoy tagidan o'tgach, o'rinlaridan turib qaddilarini rostlaydilar, tepalariga osib qo'yilgan qo'ng'iroqqa ikkala qo'llarini tegizish uchun ketma-ket sakraydilar keyin stulchalar ustiga qo'yilgan yog'ochdan hatlab o'tadilar. Ko'pincha

=====

bu singari oqim usulini malaka va ko`nikmalarni mustahkamlash va takomillashtirish, jismoniy sifatlarni tarbiyalash uchun qo`llaniladi.

Almashish usulida mashq bajarayotgan shug`ullanuvchilar bir necha guruh smenalarga bo`linib, mashqni navbatma-navbat bajaradilar.

Almashish usulida tarbiyachining topshiriq qanday bajarilayotganini kuzatib turishi qulay bo`ladi; u bolalar diqqat-e`tiborini harakatlarning to`g`ri bo`lishiga qaratadi. B usul o`quv materialini o`rganish vaqtida yaxshi samara beradi.

Gruppa usulida bolalarni uyushtirish vaqtida shug`ullanuvchilar gruppalariga bo`linib, har bir gruppa tarbiyachini mustaqil topshirig`ini bajaradi. Mashg`ulot uchun ajratilgan vaqtdan unumli foydalanish maqsadida mana shunday gruppa usulidan foydalaniladi. Bu usuldan, ayniqsa, bir xil harakat turlarini bajarish vaqtida o`quv asboblari yetishmay qolganda foydalaniladi. Bolalarni gruppa usulida uyushtirish vaqtida har bir mashg`ulotning o`zida ikki-uch xil mashq baravar o`rganiladi, kichik gruppalar topshiriqni bajarish uchun navbat bilan joy almashadilar.

Bu usul yuksak darajada mustaqillikni, onglilikni va topshiriqni mas`uliyat bilan bajarishni, jamoada yaxshi intizom bo`lishini, tarbiyachining diqqat-e`tiborini gruppalariga mohirlik bilan taqsimlashni taqozo etadi.

Shu sababli mazkur usuldan faqat maktabga tayyorlov gruppalaridagina kamdan-kam foydalanish va faqat iloji qolingandagina katta gruppalarda foydalanish maqsadga muvofiqdir. Tarbiyachi barcha gruppalariga rahbarlik qilgani holda yangi materialni o`rganayotgan gruppa bilan yoki yordam berish zarur bo`lgan gruppa bilan doimiy ravishda ish olib boradi. Mustaqil bajarish uchun bolalarga tavsiya etiladigan mashqlar ularga tanish, kattalar yordamini talab etmaydigan mashqlardan iborat bo`lishi kerak. Shug`ullanuvchilarni gruppalariga bo`lish tarbiyachi barcha topshiriqlarni tushuntirib va ko`rsatib berganidan keyingina amalga oshiriladi.

Mashqlarni shaxsan bajarish usuli mashqni har bir shug`ullanuvchi tomonidan alohida-alohida bajarilishidan iboratdir. Bir bola mashqni bajarayotganda qolganlar uni kuzatib turadi. Mashqni shaxsan bajarishning qimmatli tomoni shundaki, u harakat sifatini har bir kishi e`tibor bilan kuzatishiga, asosiy kamchiliklarni ko`rib turishga imkon beradi. Mashg`ulotni istalgan usulda olib borilganida ham shaxsan bajarish usullaridan qisman bo`lsada, foydalanish zarur. Shug`ullanayotgan bolalarning o`zlashtirishini hisobga olish vaqtida shaxsan bajarish usulidan keng foydalaniladi.

Jamoani uyushtirishda qanday usulning tanlanishi mashg`ulotning maqsadiga, mazmuniga, asbob-uskunalariga, harakat-larning qay darajada o`zlashtirilganligiga, tarbiyachining bolalarni uyushtira bilish qobiliyatiga bog`liqdir. Ko`pincha bolalarni uyushtirishning 2-3 usuli bir-birini almashtirib va bir-birini to`ldirib keladi.

Asbob-uskunalaridan unumli foydalanish harakat faolligini oshirishning va mashg`ulot zichligini yaxshilashning muhim shartidir. Yaxshisi, asbob-uskunalar sonini kamaytirib, borlaridan mumkin qadar ko`proq foydalanish kerak.

Masalan, zalda tayyorlov gruppasi bilan mashg`ulot olib borish uchun 3-4 ta gimnastika skameykalaridan foydalaniladi. Ular mashg`ulot oxirigacha yig`ib olinmaydi. Mashg`ulotning kirish qismida skameykalar orasidan ilon izi shaklida aylanib o`tish, oyoq

=====

=====

uchlarida va tovonda yurish, polka qadami va skameykalardan hatlab o'tish mashqlari bajariladi. Skameyka oldida tik turgan holda, skameykada o'tirib va yotib bajarilgan umumrivojlantiruvchi mashqlar; muvozanat saqlash uchun bajariladigan mashqlar-skameyka o'rtasiga o'tirib olib surilib yurish va skameykada yotib tortilish; "Oyoqni yerdan uz!" degan harakatli o'yin mashg'ulotning asosiy qismi-mazmunini tashkil etadi. Mashg'ulot "Boshqa skameykaga kim o'tirdi?" degan sokin o'yin bilan hamda skameykalarni joy-joyiga olib borib yig'ishtirib qo'yish bilan tamom bo'ladi.

Rahbarlik metodlari, ko'rsatish va tarbiyachining bayon etishini bir-biriga oqilona qo'shib olib borilishi ham mashg'ulotning zichligiga ta'sir etadi. Ishni muntazam tashkil etgan vaqtda bog'cha bolalari mashqlarni hamda harakat xarakteridagi topshiriqlarni bajarishning umumiy asoslarini ancha tez o'zlashtirib oladilar, mashqlarni bayon etilganda va ko'rsatib tushuntirilganda yaxshi tushunib oladilar, o'zlariga qo'yilgan talablarni to'g'ri tasavvur etadilar.

Shuning uchun hamisha ham mashqlarni mufassal bayon etib ko'rsatib beraverish shart emas. Katta yoshdagi bog'cha bolalariga qisqacha bayon etish bilan kifoyalanish mumkin. Bunda yetakchi qismlargagina alohida ahamiyat beriladi, mashqni ham bir-ikki marta tez ko'rsatib berish bilan kifoyalanish mumkin. Mashqni mustahkamlash uchun takrorlash vaqtida uni bajarishning asosiy usullari eslatib o'tilsa ham bo'ladi.

Tarbiyachining mashg'ulot o'tkazishga puxta tayyorgarlik ko'rganligi mashg'ulot zichligini oshirishga yordam beradi. O'yin va mashqlarda tarbiyachining ishtirok etishi bolalarning emotsional kayfiyatini oshiradi, ularning harakat faolligiga ta'sir ko'rsatadi. Agar mashg'ulot o'tkazishda no'noqlik qilinsa, bolalar tez-tez intizomni buzadilar, ogohlantirish eshitadilar, natijada bolalarning mashqlarga bo'lgan qiziqishi so'nadi. Mashg'ulotlarni uyushtirishning murakkabligi va shug'ullanuvchilar xavfsizligini ta'minlash zaruriyati mashg'ulotlarda qat'iy intizom o'rnatishni taqozo etadi. Biroq tartib "xo'ja ko'rsin"ga bo'lmasligi kerak. Shunday qilishga intilish kerakki, bolalarda shodlik, jonlanish, o'z kuchiga ishonch hislari, musobaqa-lashish istagi, kuch sinashish xohishi, o'rtoqlariga yordam berish niyati paydo bo'lsin, bolaga o'z kuch-quvvatidan, epchilligi, mohirligidan estetik zavqlanish tuyg'usini boshdan kechirishga imkon berish lozim. Shuning uchun bolalarga mashg'ulot vaqtida hazil-mutoyiba qilib kulishlariga, o'rtoqlari va tarbiyachi bilan sekin gaplashishlariga, bir-biriga maslahat berishlariga, bir-biri uchun "qayg'urishlariga" ruxsat etish mumkin. Bolalarga bunday erk berish jiddiy mashg'ulot o'tkazish uchun halal bermaydi, aksincha, yaxshi kayfiyat yaratib, mashg'ulot sur'atini oshirishga, uning samaradorligini yuksaltirishga yordam beradi. Bunda eng muhimi bolalar bir-birlariga xalaqit bermay shug'ullanishni o'rganib olsinlar tarbiyachining ko'rsatmalari va buyruqlarini eshita olsinlar va hamisha puxta bajarsinlar. Mashg'ulotning musiqa jo'rligida o'tkazilishi uning zichligini oshirishda muhim vosita hisoblanadi.

Adabiyotlar

1. Абдуллаев, А., & Ханкельдиев, Ш. Х. (2017). Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. О'й Ю учун дарслик, (I-жилд)/Тошкент/" НАВРЎЗ" нашрети.
2. Абдуллаев, А., & Хонкелдиев, Ш. (2016). Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти: учеб. пособие. Ташкент: Изд-во Гулистон давлат университети.
3. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
4. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
5. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
6. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
7. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
8. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
9. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
10. Туйчиев, А. И. (2022). ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ДИСЦИПЛИНАРНЫХ НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ ИГРОВЫХ СРЕДСТВ: уйчиев Ашурали Ибрагимович, Преподаватель Ферганского государственного университета. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (2), 160-162.
11. Ashurali Ibragimovich Tuychiyev (2022). O'QUVCHILARDA INTIZOMIY KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH DOLZARB PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA. *Academic research in educational sciences*, 3 (2), 896-901.
12. Ismoilov, S. (2021). PEDAGOGICAL PSYCHOLOGICAL OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENT THINKING ACTIVITY IN SCHOOL AND FAMILY COOPERATION. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 1209-1212.
13. Ismoilov, S. (2021). PEDAGOGICAL PSYCHOLOGICAL OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENT THINKING ACTIVITY IN SCHOOL AND FAMILY COOPERATION. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 1209-1212.
14. Ismoilov, S. (2021). Developing A Valued Attitude Towards the Family in Students as A Topical Pedagogical Problem. *Zien Journal of Social Sciences and Humanities*, 3, 91-93.
15. Ismoilov, S. D. (2022). O 'SMIR YOSHDAGI O 'QUVCHILARDA OILAVIY QADRIYATLARNI RIVOJLANTIRISHNING O 'ZIGA XOS MUХИМ

- =====
- JIXATLARI. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(5), 96-100.
16. Ismoilov, S. (2021). SPECIFIC FEATURES OF FORMATION OF FAMILY VALUES IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 9(12), 693-696
 17. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
 18. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
 19. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
 20. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
 21. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 22. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
 23. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
 24. Kholmirzaevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
 25. Kholmirzaevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.
 26. Sidikova, G. S., & Ibrahimovich, T. A. (2021). FORMATION OF CHILDREN'S HEALTH CULTURE AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM. *Conferencea*, 71-74.
 27. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 28. Сидикова, Г. С. (2022). ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. *ТА'ЛИМ ВА RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(1), 6-11.
 29. Sabirovna, S. G. (2021, November). FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE FOR PRESCHOOLERS. In *Archive of Conferences* (Vol. 22, No. 1, pp. 44-48).
 30. Tuychiyev, A. I. (2022). О 'QUVCHILARDA INTIZOMIY KO 'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH DOLZARB PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA. *Academic research in educational sciences*, 3(2), 896-901.
 31. Sidikova, G. S., & Ibrahimovich, T. A. (2021). FORMATION OF CHILDREN'S HEALTH CULTURE AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM. *Conferencea*, 71-74.
- =====

-
32. Ubaydullaev, R. M. (2021). MONITORING THE PHYSICAL FITNESS OF GIRLS IN GRADES 8-9 OF RURAL SECONDARY SCHOOLS. Herald pedagogiki. Nauka i Praktika, 1(2).
 33. Gennadiyevna, K. G., & Gilfanovna, K. S. (2022). Injury prevention in athletics. *Eurasian Medical Research Periodical*, 12, 56-62.
 34. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 35. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 36. Убайдуллаев, Р. М. (2020). Сопоставительный мониторинг показателей физической подготовленности девушек сельских школ с нормативами тестов здоровья “Барчиной”. In Наука сегодня: фундаментальные и прикладные исследования (pp. 37-40).
 37. Усманов, З. Н., & Убайдуллаев, Р. М. ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. 11. Usmanov, ZN, & Ubaidullaev, R.(2020, December). PROBLEMS OF PHYSICAL AND HEALTHY WORK IN SCHOOL EDUCATION SYSTEM. In Конференции (Vol. 12, pp. 114-119).
 38. Usmonov, Z. N. (2020). Monitoring OF physical and health works IN rural comprehensive schools. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 8(3).
 39. Holmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
 40. Усманов, З. А. (2019). Гиподинамический фактор и физическое состояние школьников. Наука сегодня: факты, тенденции, прогнозы [Текст]: матери, 77.
 41. Tursinovich, K. A., Mirzaakhmadovna, M. F., & Alijonovich, E. T. (2022). ‘Topical issues of pre-university preparation of students in the field of physical culture and sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 253-255.
 42. Усманов, З. А. (2019). Исследование теоретической подготовки учащихся среднего школьного возраста по предмету «физическая культура». Наука сегодня: фундаментальные и прикладные исследования, 90.
 43. Usmanov, Z. N., & Ubaidullaev, R. (2020, December). PROBLEMS OF PHYSICAL AND HEALTHY WORK IN SCHOOL EDUCATION SYSTEM. In Конференции.
 44. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 45. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 46. Gennadiyevna, K. G., & Gilfanovna, K. S. (2022). Injury prevention in athletics. *Eurasian Medical Research Periodical*, 12, 56-62.
-

47. Хайдаралиев, Х. Х. (2019). МОТИВАЦИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ПАТРИОТИЗМА СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ. In EUROPEAN RESEARCH: INNOVATION IN SCIENCE, EDUCATION AND TECHNOLOGY (pp. 50-52).
48. Haydaraliyev, K. (2019). THE EXPERIENCE OF CHARGES AND FACULTIES USING THE NEW MODERN INFORMATION DISTRIBUTION SYSTEM IN TRAINING. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 7(6), 28.
49. Хайдаралиев, Х. Х. (2022). РОЛЬ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ. *Academic research in educational sciences*, 3(3), 591-599.
50. Hamrakulov, R. (2021). THE IMPORTANCE OF THE ORGANIZATION OF PHYSICAL CULTURAL ACTIVITIES BASED ON ADVANCED PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES. *CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS*, 2(05), 114-119.
51. Khamrakulov, R., & Abduzhalilova, K. (2022). FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION IN GRADES 5-6 OF SECONDARY SCHOOL. *Academicia Globe: Inderscience Research*, 3(05), 82-90.
52. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
53. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
54. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
55. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
56. Р.Хамрокулов, & Н.Мухаммадов. (2022). ВОЛЕЙБОЛЧИЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРИНИ ВА ҲАРАКАТЛИ ҲАЙИЛАР РИВОЖЛАНТИРИШ . *World Scientific Research Journal*, 2(2), 185–192. Retrieved from <http://wsrjournal.com/index.php/wsrj/article/view/93>
57. Tuychieva, I. I. (2018). Mechanisms Ensuring Children's Thought Activity Development at Preschool Education Process. *Eastern European Scientific Journal*, (6).
58. Makhmutovna, T. K., & Ibragimovna, T. I. (2020). Specific features of the pedagogical process focused on increasing the social activity of youth. *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*, 9(6), 165-171.
59. Туйчиева, И. И. (2019). Вопросы обеспечения активизации мыслительной деятельности детей в процессе дошкольного образования. In *PSYCHO-*

- =====
- PEDAGOGICAL PROBLEMS OF A PERSONALITY AND SOCIAL INTERACTION (pp. 22-25).
60. Tuychieva, I., Aripov, S., Madaminova, D., & Mustae, R. (2021). THE PEDAGOGICAL SYSTEM OF PREPARING BOYS FOR FAMILY RELATIONSHIPS IN GENERAL SECONDARY SCHOOLS. *湖南大学学报 (自然科学版)*, 48(8).
 61. Tuychieva, I. (2015). The concept of pedagogical innovation in modern education. *The Advanced Science Journal*, 87-90.
 62. Ibragimovna, T. I. (2021). LEGAL AND REGULATORY FUNDAMENTALS OF REFORM OF PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN UZBEKISTAN.
 63. Tuychiyeva, I. I. (2017). Question of Using Linguo-cultural Material for Learning Native Tongue in Professional Colleges. *Eastern European Scientific Journal*, (4), 84-88.
 64. Tuychiyeva, I. I. (2017). Question of Using Linguo-cultural Material for Learning Native Tongue in Professional Colleges. *Eastern European Scientific Journal*, (4), 84-88.
 65. Туйчиева, И. И., & Ганиева, Г. В. (2016). ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИНЦИПОВ ПЛАНИРОВАНИЯ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ. *Учёный XXI века*, (11 (24)), 48-53.
 66. Hamroqulov, R., & Nishonov, S. (2022). Methods of increasing physical faiths during the training of football players. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 8, 130-132.
 67. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
 68. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 69. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
 70. Khamrakulov, R., Karakulov, K., & Jabbarov, A. (2019). TECHNOLOGY TO IMPROVE THE DURABILITY OF CONCRETE IN THE DRY HOT CLIMATE OF UZBEKISTAN. *Problems of Architecture and Construction*, 2(1), 74-77.
 71. Hamrakulov, R. PEDAGOGICAL BASES OF FORMATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING IN HIGHER EDUCATION SYSTEM.
 72. Gennadiyevna, K. G., & Gilfanovna, K. S. (2022). Injury prevention in athletics. *Eurasian Medical Research Periodical*, 12, 56-62.
 73. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 74. Hamrakulov, R. PEDAGOGICAL BASES OF FORMATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING IN HIGHER EDUCATION SYSTEM.
- =====

-
75. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 76. Yuldashev, M. (2021). INNOVATIVE ASPECTS FOR HEALTHY LIFESTYLE FORMATION AND DEVELOPMENT OF SPORTS. CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS, 2(05), 102-107.
 77. Ma'mirjon, Y., & Saminjon, X. (2022). MAKTAB YOSHIDAGILAR HARAkat AKTIVLIGI (FAOLLIGI) NING ME'YORI. Conferencea, 75-78.
 78. Yuldashev, M., & Qobuljonova, M. (2022). GOALS AND OBJECTIVES OF CHOREOGRAPHIC TRAINING IN GYMNASTICS. Academicia Globe: Inderscience Research, 3(05), 76-81.
 79. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. European Journal of Research Development and Sustainability, 2(12), 108-110.
 80. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
 81. Юлдашов Икромжон, Парпиев Ойбек, & Абдурахмонов Шавкат (2022). ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТАЪЛИМИДА СПОРТ ИФОДАСИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2 (Special Issue 2), 222-225.
 82. Юлдашов Икромжон, Махмутаалиев Адхамжон, & Тухтаназаров Исматулла (2022). ЁШ ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРИ НАМОЁН БЎЛИШИДА ЖИСМОНИЙ МАШҚЛАРНИНГ ЎРНИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2 (Special Issue 3), 96-102.
 83. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 84. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 85. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 86. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 87. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities, 12(4), 173-177.
 88. Yuldashov, I., Parpiev, O., Makhmutaliev, A., Tukhtanazarov, I., & Umaralievich, K. U. (2021). Pedagogical bases of formation of physical culture and social culture in Youth. Asian Journal of Multidimensional Research, 10(11), 54-58.
-

-
89. Yakubova, G. K. (2021). MONITORING OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN CONDITIONS OF HYPERTHERMIA. Herald pedagogiki. Nauka i Praktika, 1(2).
 90. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 91. Kuchkarovna, Y. G. Y. (2022). Bolalarda Bronxid Kasalligini Davolash Jismoniy Tarbiyasi. Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities, 4, 1-4.
 92. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
 93. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
 94. Jalolov, S. V. (2021). Improvement of motor preparation of younger schoolers in the annual cycle of learning. In *Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки* (pp. 246-250).
 95. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. European Journal of Research Development and Sustainability, 2(12), 108-110.
 96. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
 97. Sh, D. (2020). Monitoring of physical activity of junior schoolchildren at physical education lessons. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 8(10), 187-189.
 98. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
 99. Valievich, D. S. (2020, December). System of organization of movement activities in primary school students. In *Конференции* (Vol. 5, pp. 48-50).
 100. Valievich, D. S. (2020, December). FEATURES OF MOTOR ACTIVITY AT PRIMARY SCHOOL AGE. In *Конференции*.
 101. Джалолов, Ш. В. (2019). Анализ соматометрических показателей детей младшего школьного возраста. *Наука сегодня: проблемы и перспективы развития [Текст]: ма*, 87.
 102. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities, 12(4), 173-177.
 103. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities, 12(4), 173-177.
 104. Xolmirzaevich, A. J. (2022). Improving Theoretical Fundamentals of Physical Culture Classes. *Texas Journal of Engineering and Technology*, 9, 88-91.
-

-
105. Kholmiraevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
 106. Kholmiraevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.
 107. Kholmiraevich, A. J. (2021). Innovations In Fitness Works and Physical Education. *Texas Journal of Medical Science*, 2, 4-5.
 108. Kholmiraevich, A. J. (2022). Innovations in Fitness Works and Physical Education. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 6, 159-161.
 109. Gennadyevna, K. G. (2022). HISTORICAL SKETCH OF THE LONG JUMP. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(3), 530-534.
 110. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
 111. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 112. Gennadyevna, K. G. (2022). Прыжок В Длину С Разбега Long Jump with a Running Start. *Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities*, 5, 19-30.
 113. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 114. Kamolidin, P. (2021). Physical Preparation and Development of School Students. *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 3, 161-163.
 115. Ubaydullaev, R. M. (2021). MONITORING THE PHYSICAL FITNESS OF GIRLS IN GRADES 8-9 OF RURAL SECONDARY SCHOOLS. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktika*, 1(2).
 116. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
 117. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 118. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.
 119. Gennadievna, K. G., & Gilfanovna, K. S. (2022). Injury prevention in athletics. *Eurasian Medical Research Periodical*, 12, 56-62.
 120. Temur, E. DEVELOP THE QUALITIES OF STRENGTH AND AGILITY IN YOUNG PLAYERS.
 121. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. *European Journal of Research Development and Sustainability*, 2(12), 108-110.
-

-
122. Abdurakhmonov, X., & Rakhmonova, M. (2022, May). PHYSICAL INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN. In *E Conference Zone* (pp. 39-43).
123. Agzamovich, M. A. (2021). MONITORING OF THE MOTOR READINESS OF THE STUDENTS OF THE NATIONAL GUARD COURSES.
124. Gennadiyevna, K. G., & Gilfanovna, K. S. (2022). Injury prevention in athletics. *Eurasian Medical Research Periodical*, 12, 56-62.
125. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
126. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
127. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
128. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
129. Shohista, Q., & Xokimjonovich, A. X. (2022). WAYS OF USING MODERN INFORMATION TECHNOLOGY OPPORTUNITIES IN TEACHING SPORT PSYCHOLOGY. *Uzbek Scholar Journal*, 8, 85-89.
130. Tuychieva, I. I. (2018). Mechanisms Ensuring Children's Thought Activity Development at Preschool Education Process. *Eastern European Scientific Journal*, (6).
131. Makhmutovna, T. K., & Ibragimovna, T. I. (2020). Specific features of the pedagogical process focused on increasing the social activity of youth. *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*, 9(6), 165-171.
132. Туйчиева, И. И. (2019). Вопросы обеспечения активизации мыслительной деятельности детей в процессе дошкольного образования. In *PSYCHO-PEDAGOGICAL PROBLEMS OF A PERSONALITY AND SOCIAL INTERACTION* (pp. 22-25).
133. Tuychieva, I., Aripov, S., Madaminova, D., & Mustaev, R. (2021). THE PEDAGOGICAL SYSTEM OF PREPARING BOYS FOR FAMILY RELATIONSHIPS IN GENERAL SECONDARY SCHOOLS. *湖南大学学报 (自然科学版)*, 48(8).
134. Tuychieva, I. (2015). The concept of pedagogical innovation in modern education. *The Advanced Science Journal*, 87-90.
135. Ibragimovna, T. I. (2021). LEGAL AND REGULATORY FUNDAMENTALS OF REFORM OF PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN UZBEKISTAN.
-

-
136. Tuychiyeva, I. I. (2017). Question of Using Linguo-cultural Material for Learning Native Tongue in Professional Colleges. *Eastern European Scientific Journal*, (4), 84-88.
137. Tuychiyeva, I. I. (2017). Question of Using Linguo-cultural Material for Learning Native Tongue in Professional Colleges. *Eastern European Scientific Journal*, (4), 84-88.
138. Туйчиева, И. И., & Ганиева, Г. В. (2016). ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИНЦИПОВ ПЛАНИРОВАНИЯ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ. *Учёный XXI века*, (11 (24)), 48-53.