



## SPORT MUSOBAQALARI VA BAYRAMLARINI TASHKIL QILISH VA O'TKAZISH QONUN-QOIDALARI

F.N.Turkmenov

Buxoro muhandislik-texnologiya instituti "Jismoniy madaniyat" kafedrası dotsenti pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
<https://www.doi.org/10.5281/zenodo.7813236>

### ARTICLE INFO

Received: 31<sup>th</sup> March 2023

Accepted: 09<sup>th</sup> April 2023

Online: 10<sup>th</sup> April 2023

### KEY WORDS

Jismoniy barkamollik, milliy o'yinlar, Sport bayramlari ssenariysi, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari, sog'lomlashtirish tadbirlari.

### ABSTRACT

*Ushbu maqolada talabalarni axloqiy-estetik tarbiyalashda sport bayramlarini o'tkazish metodikasini o'rgatish bilan birga ularda milliy istiqlol g'oyasi tamoyillari asosida vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish, do'stlik, nutq madaniyatini o'stirish kabilarni singdirishdagi roli yoritilgan. Sport bayramlarini tashkil etishda ushbu fazilatlarini yoshlar ongiga singdirishda ahamiyat berish zarur bo'lgan jihatlar yoritilib, tegishli tavsiyalar berilgan. Sport bayramlari va tadbirlarini tashkil etish, o'tkazish hamda sport tadbirlari ssenariylarini tuzish metodikasi haqida to'liq ma'lumotlar berilgan.*

Jismoniy tarbiya jamiyat tarixining barcha bosqichlarida xalq madaniyatining tarkibiy va mukim qismi bo'lib kelgan. Xususan, unga O'zbekiston hududida yashayotgan xalqlar ma'naviy va jismoniy barkamollik mezoni sifatida qarashgan. Jismoniy tarbiya va harbiy san'at XIV- XV asrlarda kam ancha rivoj topgan. Amir Temur olib borgan siyosat jamiyatning kamma sokalarida bgelgani kabi jismoniy tarbiyaning mokiyaatining yuqori bosqichga ko'targan. Temuriylar davrida harbiylarni jismoniy tarbiyalashga alohida e'tibor berilgan. Kurash, kamondan otish, ot sporti o'yinlari bo'yicha musobaqalar o'tkazilgan.

Sobiq ittifoq davrida jismoniy tarbiya O'zbekiston Respublikasida katta yo'qotishlarga uchradi. Kuch, tezkorlik, chiniqish maktabi bo'lgan milliy o'yinlarga e'tibor susaydi. Bu mahalliy aholining jismoniy tarbiyadan uzoqlashishga olib keldi. Bu esa mahalliy aholining jismoniy rivojlanishiga va jismoniy tayyorgarligiga, hamda salomatligiga po'tur yetkazdi. Ayniqsa yosh bolalarga.

Bolalarning jismoniy tayyorgarligi ancha pasaydi, o'g'il va qiz bolalarda kam. Biz olib borgan ilmiy tadqiqot ishlari buni isbotladi.

Mustaqil O'zbekiston davrida bu masalaga katta e'tibor berilmoqda. Masalan, jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi Prezident qarorlari, farmonlari bunga isbot bo'la oladi.

Tuman va shahar birinchiligida: futbol, 10-20 m. ga tez yugurish, estafetalar, velosipedda yurish, sport konkurslari, quvnoq startlar, 4x10 metrga makkisimon yugurish va turli musobaqalar dasturiga kiritilgan. Shu musobaqalar yuqoridan (tuman, shahar, respublika)



kelgan musobaqalar taqvimiga asosan yoki o'qituvchilar tarbiyachilar o'z tayyorgarligini boshlaydilar.

Bunday tayyorgarliklar jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida, kun tartibida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya jarayonida olib boriladi, hamda o'yinlar orqali musobaqaga oid harakatlar hisobida o'tkaziladi. Masalan estafeta o'yini, yoki "Kim uzoqqa sakraydi?", "Eng mergan", "Mokkissimon yugurish" va boshqalar.

Bog'cha bolalariga va boshlang'ich sinf o'quvchilariga sayr qilish kam yoqadi. Sayrda bolalarda tabiatga, atrof-mukitga qiziqish oshib boradi, organizm chiniqtiriladi, qiziquvchanligi rivojlanadi. Bunday sayrlar 3-4 yoshli bolalarda 15-20 daqiqadavom etadi, 5-6 yoshli bolalar kattaroq masofani charchamay bosib o'tadilar va 30-40 daqiqagacha davom etadi shu jumladan boshlang'ich sinf o'kuvchilarini 60-90 daqiqagacha.

Xalq ta'lim tizimini takomillashtirish masalalari, pedagog kadrlarni tayyorlash, tarbiyalash va o'qitish-o'rgatish metodlari davlat akamiatidagi masalasi bo'lib kelgan va shunday bo'lib qoladi, chunki u milliy davlat dasturining vazifalarini bajarishga yo'naltirilgan, hamda shaxsni har tomonlama garmonik rivojlantirishga qaratilgan.

Hozirgi texnikaning rivojlanishi islohatlar o'zgarishi, zamon talabiga binoan har bir odam o'z bilimlarini mustaqil boy etishga ega bo'lishlari kerak. Bunday ko'nikma, malakalarni eng kichik yoshdan boshlash lozim. Shu boisdan kichiktoy bolalarning salomatligi, jismonan tayyorgarligi, o'qishga bo'lgan ehtiyoji, uning dunyoqarashi va boshqalar bog'cha tarbiyachilarning ish mahoratiga bog'liqdir. Shulardan biri bolalar kun tartibini har xil harakatlar bilan boyitish. Masalan, maktabgacha ta'lim va boshlang'ich ta'lim muassasalarida sport bayramlarini o'tkazish bolalarda jismoniy mashqlar bilan mustaqil shug'ullanish, sport bilan oshno bo'lish, do'stlashish va boshqa ko'nikma, malakalarni shakllantirish, harakat faoliyatini oshiradi. Maqsad ham shulardan iborat. Lekin bu maqsadni amalga oshirish uchun sport bayramlarini tashkil qilish, uni samaradorligini oshirish va o'tkazishga katta tayyorgarlik kerak.

Misol tariqasida (bog'chada) maktabda sport bayramini tashkil qilish va getkazish to'g'risida tajriba asosida bayon etiladi. Eng avvalo kar bir getkaziladigan sport tadbirlari rejaga kiritilgan bgelishi kerak, reje pedagogik kengashda tasdiqlanadi, sgeng olib boriladigan sport bayramiga ssenariya yoziladi. Ssenariya kam pedagogik kengashida mukokama qilinadi va tasdiqlanadi. Bu bayramga tayyorgarlik kgerish ishchi guruk tuziladi. Chunki getkazilayotgan sport bayramining samarador ta'sirini oshirish maqsadida bolalarning safda yurish turlari (chiziqlar bgeylab yurish, gertadan 2-3-4 tadan bgelib yurish, diogonal bgeylab yurish, 2 tomondan diogonal bo'ylab qarama-qarshi yurish, kosil qilib yurish va k.k.), yurish turlarini kgersatish (oyoq uchlarida, tovonlarda, kaftni ichki va tashqi tomonlarda yurish, askarcha yurish, katta qadam tashlab yurish, oyoqlarni chalkashtirib yurish, tizzalarni baland kgetarib yurish va k.s.).

Bolalarning jismoniy tayyorgarligini, hamda mashg'ulotlarda getilgan materiallarni geblashtirilgan holatini aniqlash va nazorat qilish mag'sadida yakkama-yakka bellashuv tarzda yugurishlar, estafetalar, sakrashlar, taplar bilan mashqlar bajarish, turli geyinlarni gerganish va bajarish. Shular qatorida aralash mashqlarni kam musobaqa tarzda bajarish.

Bunday tayyorgarliklar albatta tuzilgan ssenariya-rejasi asosida olib boriladi. Ushbu bayramlarni getkazishda kakamlar xizmatini kam yoddan chiqarmaslik kerak va ularni



tayyorlash lozim. Kakamlar sifatida tarbiyachilar, o'quvchilar va ota-onalarni jalb qilish mumkin.

Sport bayramlari musiqasiz o'tmaydi. Shuning uchun eng kichik bolalarga tanish va yoqimli musiqalarni tanlash kerak. Bulardan keyin sport bayramlarida qo'llaniladigan sport uskunalari, inshootlarni tayyorlash lozim. Ular rangba-rang bo'lishi bolalar kayfiyatini, qiziqishini, emotsional holatini oshiradi. So'ng sport bayramini o'tish joyini bezatish va ular sanitariya-gigiena talabalariga javob berishi kerak.

### **Tashkil qilish qonun-qoidalari.**

Har xil bayramlar, shu jumladan sport bayramlari ham bolalar xayotida mustaxkam o'rin egallagan. Bu bayramni bolalar yuqori darajali kayfiyat bilan kutadilar va unda ishtirok etadilar. Ma'lumki, har bir bayram jismoniy mashqlar va sport musobqalarisiz yoki sportchilarsiz o'tmaydi. Albatta sportchilar ham ishtirok etadilar. Ommaviy sport chiqishlari bayram sanalariga to'g'ri keladi. Masalan, xotin-qizlar bayrami, askarlar kuni, Navro'z bayrami, O'zbekiston Respublikasining mustaqillik kuni va shu kabilar. Ush bu bayramlarda gimnastika chikishlar an'anaga aylangan. Jismoniy tarbiya va sport bayramlarini maktabgacha tarbiya muassasalaridan boshlab, boshlang'ich sinflarda o'tkazilish katta ahamiyatga ega: targ'ibot qilish hamda sport bayramlari orqali bolalarni ommaviy jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishga jalb qilish va ularda qiziqish uyg'otish masalalarini xal qiladi.

Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish murakkab masalalaridan biri. Uni tashkil qilish bog'cha mudirining qarori asosida tashkiliy qo'mita tuziladi. Unga mudira muovuni, metodi yoki katta pedagog (rais), jismoniy tarbiya bo'yicha mutaxassis-tarbiyachisi, boshqa tarbiyachilar, ota-onalar qo'mita a'zolalari va boshqalar. Tashkiliy ko'mita ish rejasini tuzadi, maqsad va vazifalarini aniqlaydi, o'tkazish joyini va vaqtini belgilaydi.

Tayyorgarlik qurish ishi jarayonida ota-onalarni, sponsor tashkilotlaridan yoki sport maktablaridan yordamchilarni so'rash mumkin. Bajariladigan har bir ishda ma'suliyat bilan qarash kerak.

Eng asosiy vazifalaridan biri-bu bayramli chiqishlar dasturi, jismoniy mashqlar majmuasini tuzish, har bitta guruh bilan chiqish mashqlarini o'rganish, ayrim sport elementlarini o'rganish, raqs mashqlarini tanlash va o'rganish, repititsiya o'tkazish chiqishlarni musiqaviy bezatish, sport anjomlari, uskunalari (to'plar, gardishlar, gimnastik tayoqchalar, sharlar, arqonchalar) va sport formalarini ta'minlash hamda emblemalar tanlash. Bulardan tashqari sport bayramini o'tkazish joyini prazdnichno bezatish, har xil ko'rgazmalar bilan boyitish, fotomantajlar va xakozo.

Tashkiliyko'mita o'z ishini sport bayramini o'tish to'grisida muxokama bilan yakunlaydi.

Sport bayramini muvaffaqiyatli o'tishi dasturni aniq tushunarli va tayyorlanishiga bog'liq. Dasturni ishlab chiqilishi bayramning g'oyasi, mavzusi va mazmunidan kelib chiqishi lozim. Shu jumladan bog'chaning moddiy tamonlarini, ishtirok etuvchilarning jismoniy va sport tayyorgarligi, sport tadbirining katta-kichikligi, o'tkazish joyi va vaqtilarni xisobga olish zarur.

Sport bayram dasturini shunday tuzish kerakki, hamma chiqishlar bir- biri bilan bog'langan bo'lishi kerak, orada uzilish bo'lmasligi, takror hamda zerikarli bo'lmasligi lozim, har xil yurishlar, saf mashqlari, gimnastika, akrobatika, turli bellashuvlar, ashula va raqs mashqlari, savol javoblar vash u kabilar dasturga kiritilgan bo'lishi lozim. Shular qatorida



mashqlarni va chiqishlarni juda ko'paytirib yuborish yaxshi natijaga olib kelmaydi, bolalarda qiziqish, tabassum pasayadi.

Gimnastik chiqishlarni, mashqlarni, kombinatsiyalarni to'g'ri yoshiga, tayyorgarligiga nisbatan tanlash katta ahamiyatga ega.

Sport musobaqasi yoki bayramlarini yutug'i ko'pincha musiqani to'g'ri tanlashda, mashq mazmunini ochib beradigan, uni xarakteri va shakllariga javob beradigan bo'lishi kerak. Musiqa nafaqat sport bayramini to'laqonli o'tishiga, balki har xil chiqishlarga, turli mashqlarni samarali bajarishda ta'sir ko'rsatadi. Musiqa ijro etuvchilarga va taklif qilingan mehmonlarga yoqimli bo'lishi uchun bolalarga va kattalarga tanish bo'lgan musiqani, melodiyani tanlash maqsadga muvofiq bo'ladi.

### **Sport bayramlar ssenariysini tuzish metodikasi.**

Jismoniy tarbiyaning ahamiyati, uning qiymati, bolalar salomatligi bilan chambarchas bog'liq hamda boshlang'ich sinf o'kuvchilarining harakat faoligini oshiruvchi vosita sifatida ko'riladi. Jismoniy tarbiyaning rivojlanishi ommaviy sport tadbirlarini o'tkazish bilan bog'liliq. Ular sport musobaqalari, estafetalar, harakatli o'yinlar va x.k. Shuni ham aytish kerak-ki bunday o'yinlar bayramlar qadim zamondan o'tkazilib kelingan. Masalan har yili Forishda o'tkaziladigan milliy sport bayramlari. Ayniqsa bunday sport bayramlari O'zbekiston Respublikasi mustaqillik davrida tiklana boshladi va yildan-yilga yning keng ommaviyligi oshib bormoqda

Lekin bu sport bayramlari viloyat miqiyosida o'tkazilmoqda. Maktablardacha, boshlang'ich sinf o'kuvchilari bilan-chi? Yuqorida ko'rsatilgandek jismoniy tarbiya darslaridan tashqari o'tkaziladigan sport tadbirlari va bayramlar o'kuvchilarning harakat faoligini oshiradi, bolalar organizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi hamda ularning faol dam olishiga imkoniyat yaratadi.

Bu mavzu: "sport bayramlari ssenariyasini tuzish metodikasi" - bugungi kunda jismoniy tarbiyaning eng dolzarb masalalaridan biridir. Chunki, bu o'tkaziladigan tadbirlar bolalarda harakat faoligini oshirishga imkoniyat yaratadi, boshlang'ich sinf o'kuvchilarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga qiziqish uyg'otadi, sport to'garaklariga jalb qilinadi vash u kabilar. Oddiyroq gapirganda, turli sport bayramlar ssenariyasini tuzish uchun bolalar jismoniy tarbiyasini to'g'ri tassavur qilishimiz lozim. Undan tashqari qayrda, qachon, imlar bilan o'tkazilishini hamda mavjud sharoitni, imkoniyatlarni xisobga olgan xolda rejalashtirilsa va o'tkazilsa yaxshi bo'ladi.

Sport bayramlari o'quv yil davomida tarixiy sanalarga (vaqtlarga) bog'langan xolda o'tkazilishi maqsadga muvofiqdir. Masalan: "Xotin qizlar kuniga", "Navro'z bayramiga", "Bolalarni ximoya qilish xalqaro kuni"ga, "Konstitutsiya kuni"ga, "Jismoniy tarbiya va sport kuni"ga, "Salomatlik kuni"ga va x.k. bag'ishlangan sport bayramlarini o'tkazish mumkin. Demak, har bir chorakda bunday bayramlarni rejalashtirish maktabda jismoniy tarbiya va sport masalalarini ko'tarish hamda yaxshi yo'lga qo'yishga imkoniyat yaratadi.

Ushbu sport bayramlarini samarali o'tkazish uchun birinchi navbatda tashkiliy ko'mita tuziladi. U bayram dasturini ishlab chiqadi hamda reja ssenariyasini tuzadi va shu mo'ljallangan bayramga butun tayyorgarlik uchun kerak bo'lgan ishlar bo'yicha rahbarlik qiladi.



Ishlab chiqilgan sport bayrami dastur asida xay'at guruxlari o'z ishlariga jiddiy tayyorgarlik ko'radilar. Maxsus tuzilgan ish guruxi bayram o'tkazish joyini bezatishga katta e'tibor bilan qaraydilar. Ayniqsa maydonchalar, sport xonasi va boshqalar. Kerak sport anjomlari, sport buyumlari, kasbiy materiallar va boshqalar oldindan tayyorlangan bo'lishi zarur.

Sport bayramlarini o'tkazish uchun tuzilgan ko'mitaga maktab direktorii jismoniy tarbiya o'kituvchilari, ota-onalar, jismoniy tarbiya bo'yicha aktivistlar va faol sportchilar kiradilar. Ular ayrim ssenariyasini va dasturni ishlab chiqadilar hamda xay'atlar guruxini tuzudilar. Ndan tashqari har bir ko'mita a'zolari orasida qilinadigan ishlarni hamda vazifalarni yuklaydi.

Sport bayramini yuqori saviyada o'tkazish uchun maxsus vakolatli shaxslar guruxi (komissiya) tuziladi: texnik-moddiy ta'minlash guruxi-ular bayramni ochilish joyi; musobaqa o'tkazish joyi; kerakli buyumlar va sport anjomlari bilan ta'minlaydi. Bellashuvlar o'tkazish joyini bezatish uchun maxsus madaniy guruxi tuziladi - ular turli plakatlar, rasmlar, albom, atributlar, embelema, bayroqchalar, raketalar, koptoklar va boshqalarni tayyorlaydilar; musiqaviy badiy rahbar she'r, ashula, musiqalarni tanlaydi va kerak bo'lsa tuzatadi, tikadi va shu kabilar; yana bir gurux - bu jismoniytarbiya o'kituvchilari - ular bellashuv dasturi, xa'at a'zolariga musobaqa bayoni bilan ta'minlaydi va shu kabilar.

Yuqorida qayd etilgan maxsus vakolatli shuxslar guruxi "Bolalarni ximoya qilish xalqaro kuni"ga bag'ishlangan "Ona Vatanim - go'zal yurtim" mavzu bo'ymcha sport bayrami ssenariyasini tuzadilar, aniq o'tkazilish vaqti, mashqlar, musobaqalar, o'yinlar ketma-ketligi hamda har bir javobkar shaxslar ko'rsatiladi.

Yuqorida qisman jismoniy tarbiyaning kelib chiqishi, ayrim atamalarni o'zaro farqlanishi, jismoniy tarbiyaning rivojlanishi, sport musobaqalarini va bayramlarini qadim zamondan olib kelinishi hamda xozirgi kunlarda bu ommaviy sport tadbirlarini, bayramlarni tashkil qilinishi va o'tkazilishi ko'rsatib o'tilgan edi. Ayniqsa O'zbekiston Respublikasi mustaqillik davrida. Buning uchun mamlakatimiz imkoni boricha sharoitlar yaratmoqda.

"Sport bayramlari ssenariyasini tuzish metodikasi" hozirgi paytda aktual masalalaridan biridir. Chunki bu o'tkaziladigan tadbirlar bolalarda harakat faolligini oshirishga imkoniyat yaratadi. Bunday ssenariyani tuzish uchun bolalarda jismoniy tarbiyasining axamiyatini to'g'ri tasavvur qilishimiz lozim. Maktabgacha tarbiya muassasalarida.

O'quv rejasidagi jismoniy mashqlarning maxsus mashg'ulotlari bolalarni harakatga o'rgatish uchun asosiy bo'lib xisoblanadi. Bu jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida dastur materiallari o'zlashtiriladi, o'rgatish jarayonida sog'lomlashtirish, tarbiyalash va ta'limiy vazifalari xal etiladi.

Mashg'ulotlar o'z mazmuniga ko'ra jismoniy tarbiya dasturiga mos ravishda uch qisimdan iborat bo'lib-tayyorlov, asosiy va yakuniy qismlar bo'yicha tashkil qilinadi va o'tkaziladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan bu mashg'ulotlar yoshiga binoan 10 daqiqadan 35 daqiqagacha davom etadi. Xaftada 3 marta o'tkaziladigan bunday mashg'ulotlar bolalarning yuqori jismoniy tayyorgarlik darajasini, jismonan baquvvat, sog'lom barkamol avlodni tarbiyalashni ta'minlab beraolmaydi. Bolalarning harakatga bo'lgan talablarini qoniqtirish maqsadida jismoniy tarbiya shakllarini kompleks xolda olib borish lozim. Ayniqsa



ommaviy sport tadbirlari va bayramlarini muntazam olib borishga katta e'tibor bilan qarash kerak.

### **Salomatlik tushunchasi.**

Odamlar salomatligini saqlash va mustahkamlash jismoniy tarbiyaning asosiy vazifalaridan biri xisoblanadi. Salomatlik deganda, odam organizmining shunday bir holati tushuniladiki, bunda uning barcha funksiyalari tashqi muxit bilan muvofiqlashtirilgan bo'ladi va unda qandaydir kasalliklar bilan bog'liq bo'lgan o'zgarishlar ko'zga tashlanmaydi.

Sog'liqning qanday ahvolda ekanligini sub'ektiv yo'l (ya'ni so'rab- surishtirish) bilan va ob'ektiv tadqiqotlar o'tkazish asosida aniqlanadi.

Darsga qo'yiladigan muhim talablar: uning ta'lim va instruktiv yo'nalishi, o'quvchilarning salomatligi, jismoniy rivojlanishi va harakat tayyorgarligini hisobga olib, ularga tabaqali yondashuv; yuqori harakatchanligi va emotsionalligi; darslarda o'quvchilar mustaqil (uy topshiriqlar) jismoniy rivojlanishi va sifatlarni tarbiyalashda darslarda o'zlashtirgan oddiy harakat ta'sirni takrorlash uchun topshiriqlar oladilar, ularning bajarilishini tekshirish muntazam ravishda amalga oshiriladi. Darslar odatdagidek ochiq havoda o'tkaziladi. Bolalar sport kiyimlari va poyafzallarda ilk vaqtlarda harakat 15 S va undan yuqori bo'lganda trusik va maykada shug'ullanadilar. Harakat past bo'lganda esa mashq qiluvchi kostyumlarda, qishda harorat sharoitiga muvofiq keluvchi kiyimlar bilan bajaradilar.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarida darslar jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazilayotgan joylar sanitariya-gigiena talablariga, xavfsizlik qoidalariga qat'iy rioya qilishni talab qiladi.

Sog'liqlari tufayli maxsus tibbiy guruhlariga o'tkazilgan bolalar bilan jismoniy tarbiya mashg'ulotlari maxsus dastur bo'yicha alohida o'tkaziladi. Maktab direktori jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'tkazish uchun zaruriy sport inventarlari va uskunalari bilan ta'minlanishi va ulardan samarali foydalanish uchun javobgardir. O'quv tarbiya ishlari bo'yicha o'rinbosarlariga jismoniy tarbiya bo'yicha o'quv dasturlarining bajarilishi, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini sifatli o'tkazishlari va maxsus meditsina guruhiga o'tkazilgan o'quvchilar bilan mashg'ulotlar javobgarligi yuklatilgan.

### **References:**

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 5 martdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" PF-5368-sonli Farmoni. [www.lex.uz](http://www.lex.uz).
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" gi PQ-3031-sonli Qarori. [www.lex.uz](http://www.lex.uz).
3. Usmonxadjaev T.S., Meliev A. Milliy harakatli o'yinlar. – T.: O'qituvchi, 2000. – 114 b.
4. Salimov G.M. Milliy harakatli o'yinlar asosida 7-10 èshli o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish samaradorligi. Ped.fan. nomz.dis. Toshkent – 2007. - 146 b.
5. Olimov Sh.Sh. Ma'naviy-axloqiy tarbiya asoslari. (Monografiya). – T.: "Fan va texnologiya", 2015. - 228 bet.



6. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury (obshie osnovy teorii i metodik fizicheskogo vospitaniya; teoretiko-metodicheskie aspekty sporta i professionalno-prikladnykh form fizicheskoy kultury): Ucheb. Dlya i-tov fiz. Kultury. – M.: Fizkultura i sport, 1991. – 543 s.
7. Ibraximov S.O'. Uzluksiz ta'lim tizimida "Uch bosqichli sport musobaqalari" yordamida o'quvchi-talabalarni kompleks rivojlantirish parametrlarini kengaytirish mexanizmlari: Ped. fan.bo'y. fals. Dok. Diss. – Nukus: 2019. – 174 b.
8. Atoev A.Q., Salimov G'.M. "Xalq milliy harakatli o'yinlari" Darslik. T.: Buxoro. - 2005. – 81 b.
9. Akramov A.K. O'zbekistonda Olimpiya bilimlari asoslari. O'kuv ko'llanma. - Tashkent: O'zDJTInashriyot, 1997. – 115 b.
10. Ayrapetyans L.T. "Pedagogicheskie osnovy planirovaniya i kontrolya sorevnovatelnoy i trenirovochnoy deyatelnosti v sportivnykh igrax": Avtoref. dokt. dis. - M., 1992. - 41 s.