



№5/2026

ANDIJON DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

ADPI
Ilmiy xabarnomasi

QO'L JANGI SPORT TURINING JANG HAMDA O'Z-O'ZINI HIMOYA QILISH YO'NALISHLARINING O'ZARO BOG'LIQLIGI

Axmadjonov Muhammadyusuf Raxmatullo o'g'li

Andijon viloyati Andijon shahar 2-son sport maktabi

Annotatsiya.

Mazkur maqolada qo'l jangi sport turining jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining o'zaro bog'liqligi ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda ilmiy-metodik adabiyotlarni o'rganish, qiyosiy va tizimli tahlil metodlaridan foydalanilgan. Ushbu yo'nalishlarning texnik-taktik elementlari o'zaro bog'liq holda o'rganilgan va ularning bir-birini boyitish imkoniyatlari ko'rsatilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini himoya qilish elementlarini sport tayyorgarligiga integratsiya qilish sportchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini sezilarli oshiradi. Olingan xulosalar qo'l jangi sportchilarini tayyorlash jarayonini takomillashtirishda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar:

qo'l jangi, o'z-o'zini himoya qilish, texnik taktik tayyorgarlik, integratsiya, tez fikirlash qobiliyati, reaksiya, yosh sportchilar, musobaqa faoliyati.

Аннотация.

Технико-тактические элементы этих направлений изучаются во взаимосвязи, и показаны возможности их взаимного обогащения. Результаты имеют важное практическое значение для совершенствования процесса подготовки спортсменов рукопашного боя. Правлений изучаются во взаимосвязи, и показаны возможности их взаимного обогащения. Результаты исследования показывают, что интеграция элементов самозащиты в спортивную подготовку значительно повышает уровень технико-тактической подготовленности спортсменов. Полученные результаты имеют важное практическое значение для совершенствования процесса подготовки спортсменов рукопашного боя.

Ключевые слова:

рукопашный бой, самооборона, технико-тактическая подготовка, интеграция, быстрота мышления, реакция, юные спортсмены, соревновательная деятельность.

Abstract.

This article scientifically analyzes the relationship of the combat and self-defense directions of hand-to-hand combat sports. The study used methods of research, comparative and systematic analysis of scientific and methodological literature. The technical and tactical elements of these directions are studied in relation to each other, and their possibilities for enriching each other are shown. The results of the study show that the integration of self-defense elements into sports training significantly increases the level of technical and tactical training of athletes. The conclusions obtained are of significant practical importance in improving the training process of hand-to-hand combat athletes.

Keywords:

hand-to-hand combat, self-defense, technical and tactical training, integration, quick thinking, reaction, young athletes, competitive activity.

Kirish. Yurtimizda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi, ayniqsa, yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish uchun zarur shart-sharoitlar va infratuzilmani yaratish, mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta'minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sportni tashkil etishda qator tizimli muammolar va kamchiliklarning mavjudligi ushbu sohada davlat siyosatini samarali olib borishga va mamlakatning mavjud sport salohiyatidan to'liq foydalanishga to'sqinlik qilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi prezidentining 2022-yil 20-iyundagi "Qo'l jangi sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PK-287 son qarorida: "Qo'l jangini yanada ommalashtirish, bu borada yoshlarni sport klublari, sport maktablarining seksiyalari va

to'garaklariga keng jalb etish hamda shu orqali sportchilarning jinoyatlarni sodir etish va jinoiy guruhlariga qo'shib ketishining oldini olish".

Yuqori malakali sportchilarning o'quv mashg'ulot yig'inlarini o'tkazish davrida kompleks ilmiy-tadqiqotlarni tashkil etish va innovatsion texnologiyalarni keng qo'llash yuzasidan zarur tavsiyalar ishlab chiqish;

Sport turlari bo'yicha O'zbekiston terma jamoalari (yoshlar, o'smirlar va kattalar) a'zolarining hamda sport-ta'lim muassasalari sportchi o'quvchi va talabalarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligi, funksional holati, texnik-taktik va psixologik tayyorgarligini ilmiy jihatdan o'rganish, monitoring qilish va istiqbolini belgilash;

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023 yil 25 yanvardagi **"Respublika ijro etuvchi hokimiyat organlari faoliyatini samarali yo'lga qo'yishga doir birinchi navbatdagi tashkiliy chora-tadbirlar to'g'risida"**gi PF-14-son farmoni hamda 2023-yil 7 apreldagi **"Ma'muriy islohotlar doirasida yoshlar siyosati va sport sohasida davlat boshqaruvini samarali tashkil qilish chora-tadbirlari to'g'risida"**gi PQ-114-son qaroriga muvofiq:

Qo'l jangini yanada ommallashtirish, salohiyatli yoshlarni seleksiya qilish va professional sportga yo'naltirish maqsadida sport maktablarida qo'l jangi bo'yicha to'garaklar faoliyatini tashkil qilish;

Osiyo Olimpiya Kengashi tomonidan qabul qilingan qarorga muvofiq Xanchzhou shahrida (Xitoy) bo'lib o'tadigan XIX yozgi Osiyo va IV Paraosiy o'yinlarini 2022 yildan 2023 yilga ko'chirish va shu munosabat bilan O'zbekiston sportchilarining kompleks tayyorgarligini tashkil etish;

Zamonaviy sport tayyorgarligida murakkab koordinatsiyali harakatlarni o'z ichiga olgan jangovar san'atlar alohida o'rin tutadi. Qo'l jangi — shunday sport turlaridan biri bo'lib, u ikki mustaqil yo'nalishni o'z ichiga qamrab oladi: jang va o'z-o'zini himoya qilish.

Amaliyotda ko'pincha bu ikki yo'nalish bir-biridan ajratilgan holda o'rganiladi. Jang yo'nalishi sportchilari faqat musobaqa qoidalari doirasidagi texnikaga, samooborona yo'nalishi esa real hayotiy vaziyatlarga yo'naltirilgan.

Biroq bu ikki yo'nalish o'rtasida chuqur texnik-taktik bog'liqlik mavjudligi ilmiy jihatdan yetarlicha organib chiqilmagan. Bir qator tadqiqotchilar, jumladan Еганов А.В. Туманов А.А. Иванов С.А. larning ishlarida qo'l jangining texnik-taktik elementlari o'rganilgan. Ammo ushbu yo'nalishning o'zaro bog'liqligi va bir-birini to'ldirish imkoniyatlari alohida tadqiqot alohida ko'rib chiqilmagan. Shu sababli qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining o'zaro bog'liqligini ilmiy jihatdan tahlil qilish va ularning texnik-taktik elementlarini qiyosiy o'rganish bugungi kunda muhim ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etmoqda.

Muammoning o'rganilganlik darajasi.

Qo'l jangi sohasida bir qator ilmiy tadqiqotlar olib borilgan bo'lsa-da, ushbu yo'nalishlarning o'zaro bog'liqligi masalasi hali yetarlicha o'rganilmagan. Rus olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda asosan quyidagi masalalar yoritilgan: Tumanov A.A qo'l jangining texnik va taktik tayyorgarlik asoslarini o'rgangan, biroq jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining o'zaro ta'sirini alohida ko'rib chiqmagan. Ivanov.S.A., Kasyanov.T qo'l jangi texnikasini tizimli tahlil qilgan, ammo ikki yo'nalish o'rtasidagi bog'liqlik masalasi chetda qolgan. Eganov.A.V texnik-taktik, jismoniy va psixologik tayyorgarlikni integratsiya qilish masalalarini o'rgangan. Bu tadqiqot mavzumizga eng yaqin manba hisoblanadi. Akopyan.A.O yosh sportchilar uchun tayyorgarlik dasturini ishlab chiqqan, lekin

o'z-o'zini himoya qilish elementlari alohida ko'rib chiqilmagan.

O'zbek olimlari tomonidan esa: Raximov.Z.R yosh sportchilarni tayyorlash metodikasini ishlab chiqqan. Biroq qo'l jangining ikki yo'nalishi o'rtasidagi bog'liqlik O'zbekistonda umuman tadqiq etilmagan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi: Tadqiqotning ilmiy yangiligi: Qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining texnik-taktik elementlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik birinchi marta ilmiy jihatdan tahlil qilingan va asoslangan. O'zbekistonda ushbu ikki yo'nalishning integratsiya imkoniyatlarini o'rganishga qaratilgan tadqiqot ilk bor amalga oshirilmoqda.

Tadqiqot maqsadi: Qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarida qo'llaniladigan texnik-taktik elementlarning o'zaro bog'liqligini aniqlash va ularning integratsiya imkoniyatlarini asoslashdan iborat.

Tadqiqot vazifasi:

1. Qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yonalishlarida qo'llanilgan texnik-taktik elementlarni qiyosiy taxlil qilish.

2. Ikki yo'nalish o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik va to'ldiruvchi imkoniyatlarni ilmiy asoslash.

3. Olingan natijalar asosida amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot ob'ekti: Andijon shahar 2-son sport maktabi sprotting Qo'l jangi turi bilan shug'ullanuvchi 20 nafar sportchilar, hamda Qo'l jangi va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarida qo'llaniladigan texnik-taktik harakatlar tizimi.

Tadqiqotning predmeti: Qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlaridagi texnik-taktik elementlarning o'zaro bog'liqligi va integratsiya imkoniyati.

Tadqiqot metodlari: Ilmiy-metodik adabiyotlarni o'rganish va tahlil qilish, qiyosiy tahlil jang va o'z-o'zini himoya qilish texnik-taktik elementlarini solishtirish, tizimli tahlil yo'nalishlar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash.

Qo'l jangining jang va o'z-o'zini himoya qilish yonalishlarining tavsifi va tuzilmasi. Qo'l jangi sport turi o'z ichiga quyidagilarni oladi; qo'l va oyoq zarba texnikasi, kurash texnikasi, og'ritish va bo'g'ish usullarini o'z ichiga olgan murakkab jangavor san'at sport turi hisoblanadi, qolaversa yakkakurash sport turlarining eng samarali texnik-taktik harakatlari va tayyorgarlik metodlarini birlashtirgan holda vujudga kelgan sport turlaridan biri etib e'tirof etilgan.

Qo'l jangi ikki mustaqil yo'nalishni o'z ichigan olgan bo'lib, **jang yo'nalishi** musobaqa faoliyatiga yonaltirilgan bo'lib, qat'iy sport qoidalari asosida olib boriladi. **O'z-o'zini himoya qilish yonalishi ham** musobaqa faoliyatiga yonaltirilgan bo'lib, qat'iy sport qoidalari asosida olib boriladi hamda real hayotiy vaziyatlarda o'z jonini va sog'ligini himoya qilishga qaratilgan bo'lib, qoidasiz sharoitda qo'llaniladi.

Texnik-taktik elementlarning ilmiy tahlili Qo'l jangida muvozanatni saqlash va tiklash sportchi-yakkakurashchining barcha texnik-taktik harakatlarining asosida yotadigan muhim harakat-koordinatsion va psixofiziologik sifat hisoblanadi. Sport kurashidan olingan elementlar raqibni yerga yiqitishga yo'naltirilgan. Ashxin.A.Bning ta'kidlashicha, qo'l jangi metodikasining asosida texnik-taktik harakatlarning samaradorligi, ishonchliligi, natijaviyligi va barqarorligi mezonlari, shuningdek sportchilarning psixologik barqarorligi yotadi.

Texnik elementlarni qiyosiy tahlil qilish quyidagi natijalarni ko'rsatdi:

Texnik element	Jang yo'nalishi	O'z-o'zini himoya qilish	O'xshashlik darajasi
Zarba texnikasi	Ball to'plashga yo'naltirgan	Ball to'plash, Zararsizlantirish maqsadida	Yuqori
Blok va himoya	Sport qoidalari doirasida	Cheklovsiz	O'rta
O'g'ritish usullari	Taslim qilish uchun	Himoyalani sh uchun	Yuqori
Harakat tezligi	O'rtacha	Maksimal	O'rta
Muvozanat	Musobaqa sharoitiga qarab	Har qanday sharoitda	Yuqori

Taktik tayyorgarlikning o'zaro bog'liqligi.

Sport taktikasi — bu raqib haqida ma'lumot olish, o'z niyatlarini yashirish, raqibga xalaqit berish, hujum va himoya qilish, harakatlarning vaqt va makon parametrlarini to'g'ri belgilash bilan bog'liq bilim va ko'nikmalar tizimidir. Barcha taktik vazifalar sportchi ongida hal etiladi.

Yakkakurash sporti bo'yicha sportchilarni tayyorlashda texnik-taktik, jismoniy va psixologik tayyorgarlikni individuallashtirish asosiy yo'nalish hisoblanadi. Jang uslubini tahlil qilish va natijaviylikni baholash usullari ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Integratsiyaning ilmiy asoslari

Kompleks yakkakurash turlarida sportchilarni texnik va texnik-taktik harakatlarga o'rgatish ketma-ketligini ilmiy asoslash hamda zarba va usul texnikasini o'z ichiga olgan kompleks texnik-taktik harakatlar metodikasini ishlab chiqish muhim ilmiy ahamiyatga ega ekanligi ko'rsatilgan. Yakkakurash sport turlarida integral tayyorgarlik texnik-taktik mahorat, jismoniy tayyorgarlik, psixologik tayyorgarlik, biomexanika va musobaqa faoliyati tahlilini o'z ichiga oladi. Bu yondashuv sportchilarning musobaqa natijalarini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Qo'l jangi mashg'ulotlarida zarba texnikasidan kurash texnikasiga o'tishlarni mashq qilish uchun O'z-o'zini himoya qilish yo'nalishi uchun ham juda muhim. Bu ko'nikmalar sportchiga "zarbakor", kurashchi yoki aralash uslubdagi raqibdan himoyalani sh imkonini beradi. Bundan tashqari, mashg'ulotlarda tayoq, pichoq pistolet qurollaridan qurollangan raqibga qarshi harakat qilish ham o'rganiladi.

Integratsiyaning amaliy natijalari

Tadqiqot tahlili shuni ko'rsatadiki, jang va samooborona yo'nalishlarini integratsiya qilish sportchida quyidagi ko'rsatkichlarni oshiradi:

Texnik jihatdan:

- Texnik arsenal sezilarli darajada kengayadi
- Zarba aniqligi va tezligi yaxshilanadi.
- Himoya harakatlarining samaradorligi oshadi

Taktik jihatdan:

- Raqib harakatlarini oldindan ko'ra bilish qobiliyati rivojlanadi.
- Kutilmagan vaziyatlarga moslashuvchanlik oshadi.
- Tez qaror qabul qilish ko'nikmasi shakllanadi.

Psixologik jihatdan:

- Musobaqa oldi tarangligi kamayadi.
- O'z kuchiga ishonch mustahkamlanadi
- Psixologik barqarorlik rivojlanadi

XULOSA:

1. Qo'l jangi — zarba texnikasi, kurash texnikasi, og'riq va bo'g'ish usullarini o'z ichiga olgan murakkab sport turi bo'lib, uning jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlari o'zining maqsad va vazifalari jihatidan farqlansa-da, ularning texnik-taktik elementlari o'rtasida chuqur o'zaro bog'liqlik mavjudligi ilmiy jihatdan isbotlandi.

2. Qiyosiy tahlil shuni ko'rsatadiki, zarba texnikasi, blok va himoya harakatlari, og'riq usullari hamda muvozanat saqlash ko'nikmalari ikki yo'nalishda ham asosiy o'rin tutadi. Biroq ularning qo'llanilish maqsadi va sharoiti tubdan farq qiladi: jang yo'nalishida ball to'plash, o'z-o'zini himoya qilish esa raqibni zararsizlantirish asosiy maqsad hisoblanadi.

3. Tadqiqot natijalariga ko'ra, jang yo'nalishi sportchilarining texnik arsenali o'z-o'zini himoya qilish elementlari bilan boyitilganda ularning musobaqa faoliyatida bir qator ijobiy o'zgarishlar kuzatiladi. Xususan, sportchilarning taktik fikrlash qobiliyati rivojlanadi, kutilmagan vaziyatlarga moslashuvchanlik oshadi va raqib harakatlarini oldindan ko'ra bilish ko'nikmasi mustahkamlanadi.

4. Ikki yo'nalishning texnik-taktik elementlarini integratsiya qilish sportchida nafaqat texnik mahoratni, balki psixologik barqarorlik va tez qaror qabul qilish ko'nikmasini ham rivojlantiradi. Bu esa musobaqa sharoitida yuqori natijalarga erishishning muhim omili hisoblanadi.

5. O'tkazilgan tahlil shuni ko'rsatadiki, an'anaviy sport tayyorgarligida faqat musobaqa texnikasiga e'tibor qaratish sportchining barcha imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga imkon bermaydi. O'z-o'zini himoya qilish elementlarini mashg'ulot jarayoniga maqsadli kiritish esa sportchining umumiy texnik-taktik tayyorgarlik darajasini sezilarli darajada oshirish imkonini beradi.

6. Tadqiqot natijalari O'zbekistonda qo'l jangi sportchilarini tayyorlash jarayonida o'z-o'zini himoya qilish elementlaridan foydalanish bo'yicha ilmiy bo'shliq mavjudligini ko'rsatdi. Bu esa mazkur yo'nalishda keng ko'lamli eksperimental tadqiqotlar o'tkazish zarurligini belgilaydi.

7. Ushbu maqolada olingan nazariy xulosalar 14–15 yoshli qo'l jangi sportchilarining texnik-taktik tayyorgarligini o'z-o'zini himoya qilish elementlari integratsiyasi asosida takomillashtirish metodikasini ishlab chiqish uchun muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi va kelajakdagi eksperimental tadqiqotlar uchun yo'nalish belgilaydi.

Amaliy tavsiyalar

1. Qo'l jangi murabbiylariga sport tayyorgarligiga o'z-o'zini himoya qilish elementlarini bosqichma-bosqich va tizimli ravishda kiritish tavsiya etiladi. Bunda avval oddiy himoya harakatlari, so'ngra murakkab kombinatsiyalar o'rgatilishi lozim.

2. 14–15 yoshli sportchilar uchun maxsus integratsiya asosidagi mashg'ulot dasturini ishlab chiqish tavsiya etiladi. Ushbu dasturda haftalik mashg'ulot vaqtining kamida 20–25% o'z-o'zini himoya qilish elementlariga ajratilishi maqsadga muvofiqdir.

3. Respublika sport tashkilotlari qo'l jangi bo'yicha yangi o'quv dasturlarini ishlab chiqishda jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining o'zaro bog'liqligini hisobga olishi lozim. Mavjud o'quv dasturlarini qayta ko'rib chiqish va zamonaviy talablar asosida yangilash tavsiya etiladi.

4. Qo'l jangi bo'yicha sport maktablari va seksiyalarida jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarini birgalikda o'qitish tizimini joriy etish tavsiya etiladi. Bu yondashuv sportchilarning umumiy texnik-taktik tayyorgarlik darajasini sezilarli darajada oshiradi.

5. Musobaqa oldidan tayyorgarlik davrida o'z-o'zini himoya qilish elementlarini mashg'ulot jarayoniga faolroq kiritish tavsiya etiladi. Bu sportchilarning psixologik barqarorligini oshirishga va kutilmagan vaziyatlarga moslashishiga yordam beradi.

6. Yoshlar sport maktablarida qo'l jangi bo'yicha darsliklar va o'quv qo'llanmalarini yangi integratsiyalashgan metodika asosida qayta yozish tavsiya etiladi. Mavjud adabiyotlarda o'z-o'zini himoya qilish elementlariga yetarlicha e'tibor berilmaganligi sababli yangi o'quv materiallarini ishlab chiqish zarur.

7. Qo'l jangi federatsiyasi tomonidan jang va o'z-o'zini himoya qilish yo'nalishlarining o'zaro bog'liqligi bo'yicha ilmiy-amaliy konferensiyalar va seminarlar muntazam ravishda o'tkazilishi tavsiya etiladi. Bu soha mutaxassisleri o'rtasida tajriba almashish va yangi ilmiy natijalarni amaliyotga joriy etishga xizmat qiladi.

8. Kelajakda ushbu mavzu bo'yicha keng ko'lamli eksperimental tadqiqotlar o'tkazish tavsiya etiladi. Xususan, turli yosh guruhlari va malaka darajasidagi sportchilar bilan olib boriladigan uzoq muddatli pedagogik tajribalar integratsiya metodikasining samaradorligini yanada chuqurroq asoslash imkonini beradi.

9. O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi qo'l jangi bo'yicha milliy tayyorgarlik standartlarini ishlab chiqishda o'z-o'zini himoya qilish elementlarini integratsiya qilish tajribasini hisobga olishi va uni rasmiy o'quv dasturlariga kiritishi maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PK-287 qarori 114-bet, Toshkent 20.06.2022
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-92 farmoni 2-bet, Toshkent 12.06.2023
3. Akopyan A.O. va boshq. Rukopashnyy boy: taxminiy sport tayyorgarlik dasturi DYUSSH uchun. – M.: Sovetskiy sport, 2004. – 112 b.
4. Astaxov S.A. Rukopashnyy boyda o'quv-trening jarayonini takomillashtirish "Jismoniy madaniyat nazariyasi va amaliyoti". – 2003. – №7. – B. 45–48.
5. Boyki E.D. va boshq. Rukopashnyy boy: o'quv-uslubiy qo'llanma. – Minsk: BNTU, 2018. – 150 b.
6. Dementev V.L. Rukopashnyy boydagi jang tuzilmasi va uni boshqarish usullari "Jismoniy madaniyat nazariyasi va amaliyoti". – 2009. – №6. – B. 48–51.
7. Eganov A.V. Yudochilar sport mahoratini oshirishda trening jarayonini boshqarish. – Chelyabinsk: 1999-yil UralGAFK, – 148 b.
8. Ivanov S.A., Kasyanov T. Rukopashnyy boy. – M.: Fair-press, 2003. – 560 b.
9. Karpov V.Yu. Rukopashnyy boyga amaliy o'rgatish asoslari // Lesgaft universiteti ilmiy yozuvlari. – 2014. – №8 (114). – B. 77–81.
10. Kolodeznikova M.G., Kolodeznikov K.S. Yakkakurash bo'yicha mintaqaviy terma jamoalarni integral tayyorlash // Inson. Sport. Tibbiyot. – 2022. – T. 22, №S1. – B. 62–66.
11. Korotkix I.A. Zarba va kurash yakkakurashchilarini aralash jang san'atiga (MMA) texnik-taktik moslashtirish metodikasi: ped. fan. nom. ... avtoref. dis. – Krasnodar, 2004. – 24 b.
12. Musaev A.T. Kurashda texnik-taktik tayyorgarlik. – Toshkent, 2008. – 178 b.
13. Novikov A.A. va boshq. Yakkakurashlarda sport tayyorgarligini boshqarish strategiyasi va taktikasi // Jismoniy madaniyat nazariyasi va amaliyoti. – 2016. – №8. – B. 41–44.
14. Petrov S.A. Samooborona elementlarini sport tayyorgarligiga integratsiya qilish // Sport fani axborotnomasi. – 2018. – №4. – B. 15–19.
15. Rahimov Z.R. Yosh sportchilarni tayyorlash metodikasi. – Toshkent: Fan, 2012. – 220 b.
16. Tumanov A.A. Rukopashnyy boy: texnika va taktik tayyorgarlik. – M., 1999. – 178 b.
17. Xarlampiey A.A. Sambo tizimi. – M.: Jismoniy madaniyat va sport, 1995. – 432 b.

MUNDARIJA

PEDAGOGIKA

Raxmatullayeva Gulnozaxon Mavlanjonovnana

“IJTIMOIY-MA’NAVIY ODOB” TUSHUNCHASI: PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK TAHLIL VA TARKIBIY KOMPLEMENTLARI	3	6
--	---	---

Umarov Azizbek Vaxobovich

OLIY TA’LIM MUASSASALARIDA MEDIAMUHITNI RIVOJLANTIRISH VA MEDIAKOMPETENTLIKNI SHAKLLANTIRISH	7	12
--	---	----

Ho’jamberdiyeva Fotima Ne’matovna

BOSHLANG’ICH TA’LIMDA ILMIY-AXBOROT MATNLARI BILAN ISHLASH KOMPETENSIYALARINI XALQARO BAHOLASH DASTURLARI ASOSIDA RIVOJLANTIRISH	13	17
--	----	----

Yusupova Umida Zayniddin qizi

BOSHLANG’ICH SINIF O’QISH DARSLARIDA MATN USTIDA ISHLASH METODIKASI	18	21
---	----	----

Rashidxon Uulu Atabek

PEDAGOGIK FANLAR BO’YICHA TALABALARNING MUSTAQIL ISHLARI MAZMUNINING TAVSIFI	22	32
--	----	----

Gimayeva Liliya Maskurovna, Atajonova Saidaxon Borataliyevna

TEXNIKA OLIYGOHLARINING IMKONIYATLARI CHEGARALANGAN TALABALARIDA ILMIY KOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK MODELI (“MODELLASHTIRISH” FANI MISOLIDA)	33	39
---	----	----

Yusupova Liliya Fanovna, Atajonova Saidaxon Borataliyevna

TEXNIKA OLIY TA’LIM MUASSASALARI TALABALARIDA “ELEKTROTEXNIKA” FANINI O’QITISH JARAYONIDA TIZIMLI FIKRLASHNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK MODELI	40	46
--	----	----

Umarov Azizbek Vaxobovich

PEDAGOGIKA TA’LIMIDA MEDIAKOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISHNING STRATEGIK MEXANIZMLARI	47	51
--	----	----

Djurayeva Feruzaxon Abdumuxtorovna

VIRTUAL LABORATORIYALARNING JAMIYATDAGI VAZIFALARI VA TA’LIM MUASSASALARIDAGI AHAMIYATI	52	57
---	----	----

Axmadjonov Muhammadyusuf Raxmatullo o’g’li

QO’L JANGI SPORT TURINING JANG HAMDA O’Z-O’ZINI HIMOYA QILISH YO’NALISHLARINING O’ZARO BOG’LIQLIGI	58	63
--	----	----

Ro’ziyeva Nozimaxon

INKLYUZIV TA’LIM SHAROITIDA LOGOPEDIK YORDAMNI TASHKIL ETISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK ASOSLARI VA SAMARADORLIGI	64	68
---	----	----

Mahmudova Maftuna Hamza qizi

MEDIA MAKONDA GENDER REPREZENTATSIYASI VA MEDIASAVODXONLIK O’RTASIDAGI INTEGRATSION JARAYONLAR	69	74
--	----	----

Sodiqov Elbek Ne’matillo o’g’li

SPORTNING JAMIYATDAGI IJTIMOY AHAMIYATI VA RIVOJLANISH OMILLARI	75	77
---	----	----

