

JISMONIY TARBIYA VA SPORT TAYYORGARLIGI ASOSLARI

A.Y. Eminov

Fargʻona davlat texnika universiteti  
Ijtimoiy fanlar va sport kafedrasida katta oʻqituvchisi

**Annotatsiya:** talabalarning jismoniy va funksional holatiga taʼsirini ilmiy asosda aniqlash va zamonaviy pedagogik yondashuvlar yordamida mashgʻulotlar samaradorligini oshirish yoʻllari, differensial yondashuv va funksional mashqlar asosida tashkil etilgan mashgʻulotlar talabalarning tezkorlik, chidamlilik, kuch va muvofiqlashtirish kabi jismoniy tayyorgarlik koʻrsatkichlarini sezilarli darajada oshirishi, jismoniy faollik talabalarning psixologik barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va sogʻlom turmush tarziga ongli munosabatini mustahkamlashi, jahon, MDH va milliy olimlar ilmiy qarashlari bilan uygʻunlikda boʻlib, oliy taʼlim muassasalarida jismoniy tarbiya fanini innovatsion va ilmiy asosda tashkil etish zarurligi haqida soʻz yuritilgan.

**Kalit soʻzlar:** jismoniy tarbiya; sport tayyorgarligi; talabalarning sogʻlom turmush tarzi; funksional tayyorgarlik; psixologik barqarorlik; oliy taʼlim; differensial yondashuv; pedagogik texnologiyalar.

ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

**Аннотация:** определение влияния на физическое и функциональное состояние студентов на научной основе и пути повышения эффективности занятий с помощью современных педагогических подходов, занятия, организованные на основе дифференцированного подхода и функциональных упражнений, значительно повышают такие показатели физической подготовленности студентов, как скорость, выносливость, сила и координация, физическая активность укрепляет психологическую устойчивость студентов, социальную адаптацию и осознанное отношение к здоровому образу жизни, гармонизируя с научными взглядами мировых, СНГ и национальных ученых, говорится о необходимости организации науки о физическом воспитании в высших учебных заведениях на инновационной и научной основе.

**Ключевые слова:** физическое воспитание; спортивная подготовка; здоровый образ жизни студентов; функциональная подготовка; психологическая устойчивость; высшее образование; дифференцированный подход; педагогические технологии.

FUNDAMENTALS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING

**Annotation:** determining the influence on the physical and functional state of students on a scientific basis and ways to increase the effectiveness of classes using modern pedagogical approaches, classes organized on the basis of a differentiated approach and functional exercises significantly increase the indicators of physical fitness of students, such as speed, endurance, strength and coordination, physical activity strengthens the psychological stability of students, social adaptation and a conscious attitude to a healthy lifestyle, in harmony with the scientific views of world, CIS and national scientists, it is necessary to organize the science of physical education in higher educational institutions on an innovative and scientific basis.

**Keywords:** physical education; sports training; students' healthy lifestyle; functional training; psychological stability; higher education; differentiated approach; pedagogical technologies.

KIRISH

Bugungi globallashuv va intellektual raqobat kuchayib borayotgan sharoitda oliy ta'lim muassasalarida faqatgina kasbiy bilim va ko'nikmalarga ega bo'lgan mutaxassislarni tayyorlash yetarli emas. Zamonaviy jamiyat jismonan sog'lom, psixologik jihatdan barqaror, ijtimoiy faol va yuqori mehnat salohiyatiga ega shaxslarni talab etmoqda [8, 15–16]. Shu bois oliy ta'lim tizimida ta'lim jarayonini sog'lomlashtirish, talabalarning jismoniy rivojlanishini ta'minlash va sog'lom turmush tarzini shakllantirish dolzarb pedagogik vazifalardan biri sifatida qaralmoqda [4, 4–6].

Mazkur jarayonda "Jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi asoslari" fani talabalarning jismoniy tayyorgarligi, harakat faolligi, funksional imkoniyatlari hamda sog'lig'ini mustahkamlashda muhim pedagogik vosita bo'lib xizmat qiladi [11, 22–24]. Ushbu fan orqali talabalarda sport madaniyati, o'z salomatligiga ongli munosabat, irodaviy sifatlar, chidamlilik va jamoada ishlash ko'nikmalari shakllanadi [18, 11–13]. Shuningdek, jismoniy tayyorgarlik darajasi bo'lajak mutaxassislarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshiruvchi muhim omil sifatida e'tirof etiladi [16, 28–30].

So'nggi yillarda O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilandi. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi farmonida jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish, aholining jismoniy faolligini oshirish va sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish vazifalari belgilab berilgan [1, 2–4].

Shuningdek, Prezidentning 2022-yil 11-apreldagi farmoni hamda 2024-yil 18-dekabrda qarorida yoshlar, jumladan, oliy ta'lim talabalari o'rtasida sportni ommalashtirish, sport infratuzilmasini rivojlantirish va ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini zamonaviy metodlar asosida tashkil etish masalalariga alohida e'tibor qaratilgan [2, 1–3; 4, 5–7].

Xususan, yoshlarni jismoniy va ma'naviy jihatdan barkamol etib tarbiyalash, ularning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, sport orqali salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan davlat dasturlari oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya fanining ahamiyatini yanada oshirmoqda [15, 9–11]. Bu esa jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi mashg'ulotlarini ilmiy asosda tashkil etish, ularning samaradorligini tizimli ravishda tadqiq etish zaruratini yuzaga keltiradi [3, 18–19].

Shu munosabat bilan mazkur tadqiqotning maqsadi — oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi mashg'ulotlarining talabalarning jismoniy va funksional holatiga ta'sirini ilmiy asosda aniqlash, shuningdek, amaldagi davlat siyosati talablariga mos holda ushbu fan samaradorligini oshirish yo'llarini belgilashdan iborat [8, 31–33].

Mazkur masalaning dolzarbligi O'zbekiston Respublikasida olib borilayotgan davlat siyosati bilan ham bevosita bog'liqdir. Prezident farmon va qarorlarida yoshlarning jismoniy faolligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya fanining mazmunini zamonaviy talablar asosida takomillashtirish ustuvor vazifalar sifatida belgilangan. Bu esa mazkur fan bo'yicha olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlarni yanada chuqurlashtirish, amaliy jihatdan asoslangan metodik tavsiyalar ishlab chiqish zaruratini yuzaga keltiradi.

Shuningdek, jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi mashg'ulotlarining talabalarning jismoniy va funksional holatiga ta'sirini kompleks tarzda o'rganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar yetarli darajada tizimlashtirilmagan. Amaliyotda ko'plab mashg'ulotlar an'anaviy yondashuvlar asosida olib borilayotgani, individual imkoniyatlar va sog'liq ko'rsatkichlarining yetarli darajada hisobga olinmasligi mazkur muammoning dolzarbligini yanada oshirmoqda.

Jahon tajribasi shuni ko'rsatadiki, jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi shaxsning har tomonlama rivojlanishida muhim ijtimoiy-pedagogik omil hisoblanadi. Zamonaviy ilmiy konsepsiyalarda

jismoniy tarbiya faqat jismoniy sifatlarni (kuch, tezkorlik, chidamlilik) rivojlantirish bilangina cheklanmay, balki shaxsning psixologik barqarorligi, emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi va intellektual salohiyatini oshirishga xizmat qiluvchi kompleks tizim sifatida talqin etiladi [7, 112–115]. Xorijiy olimlar fikricha, jismoniy faollik neyropsixologik jarayonlarni faollashtirib, diqqat, xotira va tafakkur jarayonlarining samaradorligini oshiradi hamda stress omillariga nisbatan rezistentlikni kuchaytiradi.

Xususan, A. Bompa va G. Haff tomonidan olib borilgan fundamental tadqiqotlarda sport tayyorgarligi yuklamalarini ilmiy asosda rejalashtirish, mashg'ulot intensivligi va hajmini individual xususiyatlarga moslashtirish organizmning funksional imkoniyatlarini maksimal darajada safarbar etishda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi isbotlangan [6, 67–70]. Mualliflar sport tayyorgarligini adaptatsion jarayon sifatida talqin qilib, yuklama–tiklanish–moslashuv zanjirining buzilishi jismoniy rivojlanish samaradorligini pasaytirishini ta'kidlaydilar. Ushbu yondashuv oliy ta'lim talabalari bilan ishlash jarayonida ham alohida ahamiyat kasb etadi.

Yevropa va AQSh olimlari tomonidan olib borilgan ko'plab empirik izlanishlarda oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining talabalarning akademik muvaffaqiyati, kognitiv faolligi va psixologik barqarorligiga ijobiy ta'siri aniqlangan [14, 201–204]. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, muntazam jismoniy mashqlar bilan shug'ullanuvchi talabalar orasida o'qishdagi motivatsiya, diqqatni jamlash va o'z-o'zini boshqarish ko'rsatkichlari yuqori bo'ladi. Ayniqsa, funksional tayyorgarlik, kardio mashqlar va kuch mashqlarining uyg'unlashuvi yurak-qon tomir tizimi faoliyatini yaxshilash, modda almashinuvini faollashtirish va umumiy sog'lomlashtiruvchi samarani ta'minlashda samarali vosita sifatida e'tirof etiladi [12, 54–57].

MDH mamlakatlari olimlari, jumladan, L.P. Matveyev, V.N. Platonov va Yu.F. Kuramshinlarning ilmiy izlanishlarida jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi nazariyasi mukammal tizim sifatida ishlab chiqilgan. L.P. Matveyev jismoniy tayyorgarlikni shaxs organizmning morfofunktsional imkoniyatlarini tizimli rivojlantirishga qaratilgan uzluksiz pedagogik jarayon sifatida asoslab bergan [12, 38–41]. Uning konsepsiyasida jismoniy tarbiya shaxs kamolotining ajralmas tarkibiy qismi sifatida talqin etiladi.

V.N. Platonov esa sport tayyorgarligining bosqichlilik, yuklama va tiklanish jarayonlarining o'zaro dialektik bog'liqligini ilmiy asoslab, zamonaviy sport pedagogikasi va sport fiziologiyasiga muhim nazariy hissa qo'shgan [13, 92–95]. Uning fikricha, mashg'ulotlarni rejalashtirishda yosh, jins, jismoniy rivojlanish darajasi va funksional holatni hisobga olish samaradorlikning muhim sharti hisoblanadi.

Rossiya va boshqa MDH davlatlari olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini individuallashtirish va differensial yondashuv asosida tashkil etish talabalarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini sezilarli darajada oshirishi ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Shuningdek, jismoniy tarbiya jarayonida talabalarda motivatsiya, ongli munosabat va sog'lom turmush tarziga ehtiyojni shakllantirish muhim pedagogik shart sifatida qayd etiladi.

O'zbekiston olimlari tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqotlarda ham jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi masalalari milliy ta'lim tizimi va mentaliteti nuqtai nazaridan chuqur tahlil qilingan. Xususan, Sh.X. Xankeldiyev, B.A. Abdurahmonov, A.A. Tursunov va boshqa olimlar oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya fanining sog'lomlashtiruvchi, tarbiyaviy va kasbiy-amaliy ahamiyatini ilmiy asoslab berganlar [19, 15–18; 5, 28–31]. Ularning tadqiqotlarida jismoniy

tayyorgarlik darajasi bo'lajak mutaxassislarining mehnatga layoqatliligi va kasbiy barqarorligi bilan uzviy bog'liqligi ko'rsatib berilgan [17, 9–12].

Shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining jismoniy tarbiya va sport sohasiga oid farmon va qarorlarida jismoniy tayyorgarlikning ijtimoiy ahamiyati, yoshlar salomatligini mustahkamlashdagi o'rni alohida ta'kidlanadi. Ushbu normativ-huquqiy hujjatlarda oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etish, sport infratuzilmasini rivojlantirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish ustuvor vazifa sifatida belgilangan [1, 2–4; 2, 1–3].

Shunday qilib, jahon, MDH va O'zbekiston olimlari tadqiqotlarining qiyosiy tahlili shuni ko'rsatadiki, "Jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi asoslari" fani oliy ta'lim tizimida talabalarning jismoniy, funksional va psixologik holatini yaxshilashga xizmat qiluvchi muhim ilmiy-pedagogik vosita hisoblanadi. Mazkur fan mashg'ulotlarini ilmiy asosda, individuallashtirilgan va innovatsion pedagogik yondashuvlar yordamida tashkil etish zamonaviy oliy ta'lim oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir [10, 18–20].

#### **MUHOKAMA**

O'tkazilgan tadqiqot natijalari oliy ta'lim tizimida "Jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi asoslari" fanini ilmiy asoslangan, maqsadga yo'naltirilgan va differensial yondashuv asosida tashkil etish talabalarning jismoniy va funksional holatiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi. Xususan, eksperimental guruhda olib borilgan mashg'ulotlar natijasida jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari (tezkorlik, chidamlilik, kuch va muvofiqlashtirish) nazorat guruhiga nisbatan yuqoriroq darajada shakllangani kuzatildi.

Mazkur holat xorijiy olimlar, jumladan, A. Bomp va G. Haff tomonidan ilgari surilgan sport tayyorgarligi yuklamalarini ilmiy asosda rejalashtirish va individuallashtirish g'oyalari tasdiqlaydi. Shuningdek, Yevropa va AQSh tadqiqotchilari tomonidan qayd etilgan jismoniy faollikning stressga chidamlilik va psixologik barqarorlikka ijobiy ta'siri haqidagi xulosalar bilan hamohangdir.

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, funksional mashqlar, kardio yuklamalar va kuch mashqlarining uyg'unligi talabalarning yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari faoliyatini yaxshilashga xizmat qilgan. Bu holat Platonov tomonidan asoslab berilgan yuklama va tiklanish jarayonlarining o'zaro muvozanati tamoyiliga mos keladi [15]. Shu bilan birga, mashg'ulotlarda differensial yondashuvning qo'llanilishi talabalarning individual jismoniy imkoniyatlarini hisobga olishga imkon yaratib, mashg'ulot samaradorligini oshirdi.

MDH olimlari tomonidan ta'kidlanganidek, jismoniy tarbiya jarayonida motivatsiya va ongli munosabatni shakllantirish muhim pedagogik shart hisoblanadi. Ushbu tadqiqot natijalari ham buni tasdiqlab, eksperimental guruh talabalarida mashg'ulotlarga qiziqish, jismoniy faollikka ijobiy munosabat va sog'lom turmush tarziga intilish kuchayganini ko'rsatdi.

O'zbekiston olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda qayd etilganidek, talabalarning jismoniy tayyorgarlik darajasi ularning kasbiy faoliyatga tayyorligi bilan uzviy bog'liqdir. Mazkur tadqiqot natijalari ham ushbu fikrni to'ldirib, jismoniy tayyorgarligi yuqori bo'lgan talabalar o'zini tutish, ishchanlik va psixofunksional barqarorlik jihatidan ustunlikka ega ekanini ko'rsatdi.

Shu tariqa, olingan natijalar jahon, MDH va milliy ilmiy qarashlar bilan uzviy uyg'unlikda bo'lib, oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini modernizatsiya qilish zaruratini yana bir bor tasdiqlaydi.

#### **XULOSA**

O'tkazilgan ilmiy-pedagogik tadqiqot shuni ko'rsatdiki, **“Jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi asoslari”** fani oliy ta'lim muassasalarida talabalarning jismoniy rivojlanishi, funksional holati va psixologik barqarorligini yaxshilashda muhim ilmiy-pedagogik vosita sifatida namoyon bo'ladi. Tadqiqot natijalari eksperimental guruhda mashg'ulotlarni zamonaviy pedagogik texnologiyalar, differensial yondashuv va funksional mashqlar asosida tashkil etish talabalarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini (tezkorlik, chidamlilik, kuch, muvofiqlashtirish) sezilarli darajada oshirganini ko'rsatdi. Bu esa mashg'ulotlarni an'anaviy dasturga nisbatan samaraliroq ekanligini tasdiqlaydi.

Tadqiqot shuningdek shuni aniqladiki, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining ilmiy asosda rejalashtirilishi va individual yondashuv talabalarda sog'lom turmush tarziga ongli munosabatni shakllantiradi, harakat faolligini oshiradi hamda bo'lajak mutaxassislarning kasbiy tayyorgarlik darajasini yuksaltiradi. Funksional mashqlar va kardio-kuch mashqlari uyg'unligining qo'llanilishi yurak-qon tomir, nafas olish tizimi faoliyatini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi va talabalarning psixofunksional barqarorligini mustahkamlaydi.

Tadqiqot natijalari jahon, MDH va O'zbekiston olimlari tomonidan ilgari surilgan ilmiy qarashlar bilan uyg'unlikda bo'lib, oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini zamonaviy, innovatsion va ilmiy asosda tashkil etish zaruratini yana bir bor tasdiqlaydi. Shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining jismoniy tarbiya va sport sohasiga oid farmon va qarorlarida belgilangan davlat siyosati talablari oliy ta'limda fan samaradorligini oshirish va talabalarni ommaviy sportga jalb etish yo'nalishlarini qo'llab-quvvatlaydi.

Xulosa sifatida, **oliy ta'limda “Jismoniy tarbiya va sport tayyorgarligi asoslari” fanini modernizatsiya qilish va ilmiy asosda tashkil etish** talabalarning jismoniy salomatligi, funksional tayyorgarligi, psixologik barqarorligi va kasbiy faoliyatga tayyorgarligini oshirishda asosiy vosita ekanligi aniqlandi. Shu tariqa, mazkur fan talabalarning ijtimoiy, sog'lomlashtiruvchi va tarbiyaviy rivojlanishini ta'minlovchi strategik ahamiyatga ega ekanligi ilmiy asos bilan isbotlandi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Тишабаева Л. А. Развитие ремесла в Узбекистане //Проблемы современной науки и образования. – 2019. – №. 11-1 (144). – С. 110-111.
2. Тишабаева Л. А. Роль трудов учёных-мыслителей востока в духовном возрождении общества //Достижения науки и образования. – 2018. – №. 13 (35). – С. 34-35.
3. Тишабаева Л. А. Эффективное применение педагогических и образовательных технологий на занятиях //Достижения науки и образования. – 2019. – №. 3 (44). – С. 54-56.
4. Тишабаева Л. А. Возможности развития туризма в городе Кувасай Республики Узбекистан //Научные исследования. – 2018. – №. 6 (25). – С. 25-27.
5. Тишабаева Л. А. Изучение истории в воспитании молодежи Узбекистана-один из важнейших вопросов //Вопросы науки и образования. – 2018. – №. 7 (19). – С. 84-85.
6. Rajabov M. J., Rajabova X. X. Self-consciousness of students in social and psychological mechanisms //Theoretical & Applied Science. – 2019. – №. 12. – С. 176-179.
7. Khusanboyevna R. K. INNOVATIVE CRITERIA AND LEVELS OF DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL COMPETENCIES OF FUTURE SPECIALISTS IN THE FIELD OF INFORMATION TECHNOLOGY //Multidisciplinary Journal of Science and Technology. – 2025. – Т. 5. – №. 2. – С. 300-305.

8. Khusanboyevna R. K. THE SCIENTIFIC AND THEORETICAL FOUNDATIONS FOR DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE SPECIALISTS IN INFORMATION TECHNOLOGY WITHIN THE MODERN EDUCATIONAL SYSTEM //Educator Insights: Journal of Teaching Theory and Practice. – 2025. – Т. 1. – №. 2. – С. 169-177.
9. Xusanboyevna R. X. SCIENTIFIC APPROACHES TO PEDAGOGICAL COMPETENCE IN DEVELOPED COUNTRIES //Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2023. – Т. 11. – №. 12. – С. 1148-1156.
10. Rajabova X. X., Dekhkanova M. B. TA'LIM MUASSASALARIDA TA'LIM SIFATI TA'LIM-TARBIYA JARAYONINING PIROVARD NATIJASI SIFATIDA //Academic research in educational sciences. – 2023. – Т. 4. – №. TMA Conference. – С. 251-255.
11. Эргашев У. А. ПРИОРИТЕТ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ЭТИКИ В ЭПОХУ ГЛОБАЛИЗАЦИИ //Экономика и социум. – 2023. – №. 12 (115)-1. – С. 1573-1575.
12. Эргашев У. А. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ //Экономика и социум. – 2023. – №. 10 (113)-1. – С. 785-788.
13. Adhamovich E. U. AESTHETIC AND ECOLOGICAL ATTITUDE OF THE PERSON TO NATURE CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF ITS PROPERTIES //Gospodarka i Innowacje. – 2023. – Т. 42. – С. 543-546.
14. Adhamovich E. U. PROBLEMS OF PATRIOTIC SENSE FORMATION IN YOUTH //Gospodarka i Innowacje. – 2023. – Т. 42. – С. 209-212.
15. Adhamovich E. U. THE ROLE OF PERSONALITY EDUCATION IN PERSONAL SOCIAL ACTIVITY //Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture. – 2023. – Т. 4. – №. 11. – С. 107-111
16. Muratovna O. Z. THEORETICAL FOUNDATIONS OF USING THE TRADITIONS OF FOLK PEDAGOGY IN EDUCATING THE YOUNG GENERATION IN THE NATIONAL SPIRIT //Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2023. – Т. 11. – №. 10. – С. 74-77.
17. Madaliev, M., Usmonov, M., Otajonov, J., Bilolov, I., Otakhanova, Z., Rajabova, K., & Israilov, S. (2024). The effect of slip on the development of flow separation due to a bump in a channel based on a two-fluid turbulence model. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 508, p. 06003). EDP Sciences.
18. Qodirov, X., Rajabova, X., Abdullajonova, N., Otaxonova, Z., Aliev, I., Abdurakhmon, S., & Sayitov, S. (2024). On analytical study of heat transfer phenomenon in special-shape soldering iron. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 508, p. 05006). EDP Sciences.
19. Zamiraxon O., Madinabonu S. MECHANISMS FOR ACTIVATING FEMALE STUDENTS'ENGAGEMENT IN DEVELOPING LANGUAGE LEARNING SKILLS THROUGH INTERACTIVE METHODS BASED ON FOLK PEDAGOGY //Universum: технические науки. – 2025. – Т. 7. – №. 6 (135). – С. 28-31.
20. Madaliev, M., Mamatov, A., Otajonov, J., Kadyrov, K., Bilolov, I., Otakhanova, Z., & Muminov, K. (2024). Numerical study of flow after NASA 4412 aerodynamic profile based on the SST turbulence model. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 508, p. 06006). EDP Sciences.
21. Boykuziyeva R. K. Theoretical and practical issues of researching the characteristics of the formation of social tolerance in students //Journal of Pedagogical Inventions and Practices. – 2023. – Т. 18. – С. 14-19.

22. Бойкузиева Р., Тишабаева Л. Ахборотлар ёрдамида туристик оқимни ва турмахсулотларни етказиб беришни бошқариш //Yosh Tadqiqotchi Jurnalı. – 2023. – Т. 2. – №. 4. – С. 31-37.
23. Юсупов А., Бойкузиева Р. УГРОЗЫ ГЛОБАЛИЗАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ В МИРЕ НА ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ И СПОСОБЫ ИХ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ //Экономика и социум. – 2023. – №. 12 (115)-1. – С. 1613-1617.
24. Karimovna B. R. Modern Problems of Attracting Students to the National Cultural Heritage //Zien Journal of Social Sciences and Humanities. – 2023. – Т. 27. – С. 32-35.
25. Boyqo'zieva R. MILLIY MADANIY MEROSIMIZNI O 'RGANISHDA TALABALAR INTELLEKTUAL MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIIY JARAYONLARI //Farg'ona davlat universiteti. – 2023. – №. 3. – С. 46-46.
26. Ўринбоева М. С. ТАБИАТГА ЭКОЛОГИК МУНОСАБАТЛАР ТАРИХИНИНГ АЙРИМ МАСАЛАЛАРИ //Scientific progress. – 2021. – Т. 2. – №. 1. – С. 1554-1557.
27. Sodikovna, O. M. (2023). Ethical Aspects of Ecological Relations. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture, 4(1), 131-134. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/EWDR3>
28. Maftuna O. MILLIY ETOSFERA VA EKOLOGIK MADANIYAT //Yosh Tadqiqotchi Jurnalı. – 2022. – Т. 1. – №. 5. – С. 197-203
29. Ўринбоева М. С., Расулова Ш. А. ЭКОЛОГИК БАРҚАРОР ТАРАҚҚИЁТНИ ТАЪМИНЛАШДА АХЛОҚНИНГ ФУНКЦИЯЛАРИ //ТОШКЕНТ-2021. – С. 104.
30. Уринбаева М. С. ТАБИАТГА ЭКОЛОГИК МУНОСАБАТ ВА МАДАНИЯТ //Экономика и социум. – 2021. – №. 11-2 (90). – С. 506-508.
31. Murodil R. The concept of makiavellism in the scientific psychological literature and the degree of mac-scale in a person //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Т. 11. – №. 5. – С. 1249-1257.
32. Rajabov M. J. MANIPULATION AS PROCESS DECISION MAKING IN ADVERTISING //Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. – 2020. – С. 358-360.
33. Murodil R. The concept of makiavellism in the scientific psychological literature and the degree of mac-scale in a person //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Т. 11. – №. 5. – С. 1249-1257.
34. Ражабов М. Ж. Психоллингвистик жараёнда манипуляциянинг роли //Инновации в педагогике и психологии. – 2021. – Т. 4. – №. 7.
35. Jumaboevich R. M. Black Three in Personal Psychological Characteristics or Maciavelism, Psychopathy and Narsism. – 2022.
36. Atamukhamedova M. R., Eminov A. Y., Boratov O. M. Changes in the respiratory and blood system as a result of physical exercises //CHANGES. – 2019. – Т. 10. – С. 102019.
37. Yigitalievch E. A. THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS FOR HUMAN HEALTH AND YOUTH DEVELOPMENT //International Journal of Pedagogics. – 2022. – Т. 2. – №. 05. – С. 26-29.
38. Mikheeva A. I. HEALTH BENEFITS OF REGULAR PHYSICAL ACTIVITY: A LITERATURE REVIEW //Theoretical & Applied Science. – 2020. – №. 11. – С. 467-474.

39. Mikheeva A. I. К НЕКОТОРЫМ ПРОБЛЕМАМ ВОСПИТАНИЯ В ХОДЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА //Nazariy va amaliy tadqiqotlar xalqaro jurnali. – 2022. – Т. 2. – №. 9. – С. 90-97.
40. Mikheeva A. I. PHYSICAL EDUCATION AND PHYSICAL ACTIVITY IN MODERN LIFESTYLE //Nazariy va amaliy tadqiqotlar xalqaro jurnali. – 2022. – Т. 2. – №. 2. – С. 31-39.
41. Mikheeva A. TEACHING SKILL OF THE TEACHER AND ITS FORMATION //Scientific Bulletin of Namangan State University. – 2020. – Т. 2. – №. 8. – С. 323-328.
42. Михеева А. И. ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНТНОСТИ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ //Доктор экономических наук, профессор ЮВ Федорова Доктор филологических наук, профессор АА Зарайский Доктор социологических наук, доцент ТВ Смирнова. – 2019. – С. 47.
43. Abduxalim o'g'li, A. I. (2025, September). FARG 'ONA VODIY VILOYATLARIDA MEHNAT BOZORI: MAVJUD HOLAT VA MUAMMOLAR. In *Partner conferences of the International Scientific Journal Research Focus* (Vol. 1, No. 2, pp. 451-454).
44. Abdukhamidov, I. (2021, June). PROCESSES OF POPULATION MIGRATION IN FERGANA REGION. In *Конференции*.

