

YOSH VOLEYBOLCHILARNI TAYYORLASHDA JISMONIY SIFATLARNING VA HARAKATLI O'YINLAR O'RNI.

Sirojev Shoxrux Fayzullo o'g'li

Osiyo xalqaro universiteti

Jismoniy madaniyat kafedrası o'qituvchisi

Email: sirojevshoxruxfayzullougli@oxu.uz

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10995321>

Annotatsiya. *Yosh voleybolchilarni tayyorlashda jismoniy sifatlarning ahamiyati. Har xil sport turlarning spesifik jismoniy sifatlari bir-biridan farq qilishi. Voleybolchilar jismoniy sifatlarining o'zaro aloqadorligi. Yosh voleybolchilarni tayyorlashda harakatli o'yinlar o'rni va ahamiyati. Yosh voleybolchilarni tayyorlashda harakatli o'yinlardan foydalanish*

Kalit so'zlar: *Jismoniy sifatlar, harakatli o'yinlar, spesifika- maxsus tuzilishi.*

THE ROLE OF PHYSICAL QUALITIES AND ACTION GAMES IN THE TRAINING OF YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS.

Abstract. *The importance of physical qualities in the training of young volleyball players. The specific physical qualities of different sports differ from each other. Interrelationship of physical qualities of volleyball players. Role and importance of action games in training young volleyball players. Use of action games in the training of young volleyball players.*

Key words: *Physical qualities, action games, specific-special structure.*

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ПОДВИЖНЫХ ИГР В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ.

Аннотация. *Значение физических качеств в подготовке юных волейболистов. Конкретные физические качества разных видов спорта отличаются друг от друга. Взаимосвязь физических качеств волейболистов. Роль и значение подвижных игр в подготовке юных волейболистов. Использование подвижных игр в подготовке юных волейболистов.*

Ключевые слова: *Физические качества, игры-действия, видово-специальный состав.*

Zamonaviy voleybolda samarali o'yin ko'rsatish va yuqori natijalarga erishishi faqat o'ta shakllangan jismoniy tayyorgarlik evaziga amalga oshirilishi mumkin. Voleybolchilar uchun jismoniy sifatlarning ichida eng e'tiborlisi sakrovchanlik va sakrash chidamkorligidir (V.A. Titar 1991). Aynan shu sifatlarning aksariyat o'yin malakalarining samarali ijro etilishiga ta'sir ko'rsatadi.

Lekin bunday xulosadan voleybolchilar uchun boshqa jismoniy sifatlarni ahamiyati kamroq degan fikr kelib chiqishi kerak emas. Aksincha, tezkor harakatlanish, kuch bilan zarba berish, ish qobiliyatini tushirmasdan uzoq vaqt malakalarni samarali bajara olish qobiliyatlari ham yetakchi o'rinda turadi. Shuning uchun sport tayyorgarligi tezkorlik, kuch, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik sifatlariga alohida e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir. Chunki, ushbu sifatlarning yetarli darajada rivojlangan bo'lishi sport mahoratining samarali shakllanishiga olib keladi. Boshqacha qilib aytganda, bu sifatlarning sport mahoratini tez va mukammal o'sishi uchun eng zarur poydevoridir.

Insonning bolaligidagidek, odamzod tarixining dastlabki davrlarida o'yinlar hayotida muhim o'rin tutgan. O'yinlar yordamida insoniyat o'sgan ulg'aygan, chiniqqan, jisman baquvvat bo'lgan, aqlan, ruhan rivojlangan, ma'naviy kamol topgan. Xullas, o'yin odamzod taraqqiyotida katta ahamiyat kasb etgan. Buning sabablari quyidagicha:

Birinchidan, insonda o'yinga nisbatan tabiiy ehtiyoj bo'lib, u hayotdagi bo'shliqni to'ldirgan, inson tanadagi ortiqcha kuchni sarflashga, yetishmagan kuchni to'plashga yordam bergan.

Ikkinchidan, o'yinlar insonning turmushi, mehnati, tajribasi, tashvishi, kurashi, yutuqlari aksini topadi. O'yinlar orqali biz insoniyat tarixi, orzu-o'yi muammolari, niyatlarini o'rgansak bo'ladi.

Uchinchidan, o'yin inson madaniyatining eng qadimgi ko'rinishi, ko'pgina ma'naviy soha (raqs, tomosha-teatr, musiqa, sport marosim kabi) larning chashmasi sifatida xizmat qilgan.

To'rtinchidan, o'yinlar avlod-ajdodlarimizning sog'lomlashtirish vositasi hisoblangan.

Ota-bobolarimiz xalq o'yinlari va musobaqalari yordamida aqlan raso, ruhan tetik, jismonan baquvvat bo'lib kelgan. Sog'lom avlodlarni shakllantirishda o'yinlar asosiy omilga aylangan.

Beshinchidan, o'yinlar eng samarali tarbiya vositasi. Bolalar o'yinlar orqali hayotga tayyorgarlik ko'rgan, turmushdagi qiyinchiliklarni yengishni, mashq qilgan, ish va kurashda g'alaba qilishni o'rgangan.

Oltinchidan, o'yinlar ajdodlarimizning tajribasini o'zida uyg'unlashtiruvchi madaniy meros va zamondoshlarimizni, ayniqsa yosh avlodni aqliy, ruhiy va jismoniy barkamol bo'lishiga xizmat qiluvchi bebaho manbadir.

Demak, o'yinlar – xalqning tabiiy va tarixiy ehtiyoji asosida shakllangan ajdodlar turmushi, mehnati, tajribasi, kurashi, yutuqlarini boshqa shaklda aks ettiradigan, ko'pgina ma'naviy sohalar chashmasi, sog'lom avlodni shakllantiruvchi tarbiya vositasi va zamondoshlarimizning jismoniy ruxiy, aqliy rivojlanishga xizmat qiluvchi muhim omildir.

Mamlakatimizda o'sib kelayotgan yosh avlodni tarbiyalash o'smirlarning yuksak ma'naviy va jismoniy sifatlarini shakllanishida eng muhim vositalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o'yinlar maktabgacha yoshdagi va kichik maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasida katta o'rin egallaydi, chunki bu o'yinlar harakat malakalarining kompleks ravishda takomillashuviga, to'g'ri jismoniy rivojlanishiga, sog'liqni mustahkamlash hamda saqlashni ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Umum ta'lim maktabini isloh qilish yosh avlod tarbiyasi yanada kuchaytirish, ularni jamoachilik, mehnatsevarlik va jamiyat oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liqdir. Buning ma'nosi bolalarda maktabda o'qiy boshlagan birinchi kundanoq mehnatga muhabbat, uyushqoqlik, ishchanlik va boshlagan ishni oxiriga yetkazish xususiyatlarini tarbiyalash demakdir. Buning uchun tarbiyaning barcha vositalaridan, xususan bolalarning sevimli mashg'ulot harakatli o'yinlardan foydalanish ayni muddaodir.

Harakatli o'yinlar turli qiyinchiliklarni yengish va har xil fazilat va qobiliyatlarni ko'rsatishga doir jismoniy mashqlarni o'z ichiga oladi. Bundan tashqari odatda bolalarga quvonch bag'ishlaydigan musobaqalar ham harakatli o'yinlar jumlasiga kiradi.

Harakatli o'yinlar yurish, yugurish, sakrash, biror narsani irg'itish yoki uloqtirish, biror narsaga tirmashib chiqish kabi mashqlarni o'z ichiga oladi va bolaning xarakterlarini

takomillashtiradi. Bundan tashqari o'yinlar boshlang'ich sinf o'quvchilarida axloqiy sifatlarini ham rivojlantiradi. Bularga intizomlilik, do'stlik, bir-biriga bo'lgan munosabat, onglilik, jamoada o'zini tuta bilish va uning shartlari, diqqatini, obro'si uchun kurash, o'rtoqlariga beg'araz, yordam berish kabi fazilatlarni ham shakllantiradi. Masalan; «Epchil bolalar», «Quvlashmachoq», «Kim keldi» va hakozolar.

O'yinni tashkil qilish va o'tkazishda imkoni boricha o'quvchilarning tashabbuskori bo'lishi, faol ishtirok etishi uchun ularni rag'batlantirish juda muhim.

Bolalar ijodiy faollik ko'rsatib o'yin o'ynar ekanlar, tashkilotchilik qobiliyatiga ega bo'lib tarbiyalanadilar. Bir maqsad yo'lida o'rtog'iga yordam berish, mustaqil ravishda yoki o'rtoqlari bilan birga biror masala yuzasidan qaror qabul qilish ijodiy tashabbuskorlik namunasi hisoblanadi.

Agar bolalar o'yinni ilgariroq o'zlashtirib olgan bo'lsalar, o'yin paytida bolalarning faol bo'lishi o'qituvchining o'yinni o'tkazishga qanchalik tayyorlanganiga bog'liq bo'ladi. Ma'lumki, har bir o'yinning o'ziga xos xususiyatlari va qiyinchiliklari bo'ladi.

To'siq yoki qiyinchiliklarni yengish bilan bog'liq bo'lmagan, ya'ni ancha-muncha kuch-quvvat sarflashni talab qilmaydigan o'yinlar bolalarda qiziqish uyg'otmaydi.

Kichik maktab yoshi bilim ko'nikma va malakalar tarkib topishining, tasavvur hamda tushunchalar hosil bo'lishining boshlang'ich davridir. Xuddi mana shu davrda o'g'il va qizlarni muntazam hamda izchil tarbiyalash uchun katta imkoniyatlar vujudga keladi. Kichik maktab yoshidagi bolalarni tarbiyalash tizimida o'yinlar alohida rol o'ynaydi. Har xil o'yinlar topog'onlik va mehnatga munosabat hamda, bolalarning xarakteri va qobiliyatlari, dars usuliyati nuqtai nazaridan, hatto eng maqul bo'lgan bir xil sharoitdagina nisbatan ancha yaqqolroq ko'rinadi.

To'g'ri o'tkazilgan o'yin ko'p narsani o'rgatishga yordam beradi. Bolalarning barcha yosh bosqichlarida ularga ishonch va haqiqat sifatida xizmat qilgan hamda ularning zexni va bilimiga intilishi lozim bo'lgan o'yinlarga qiziqish susayib bormoqda. Vaholanki, bolalarni o'yinlarning kuch-quvvat va kulgi baxsh etadigan xilma-xil, jo'shkin va erkin vaziyatlariga olib kirish hamda jafokash pedegogikaning asriy savollariga tegishli javoblarni ana shu vaziyatlardan izlash kerak.

V.A.Suxamlinский o'yinlarda bolalar dunyoni ko'rinishni, shaxsning ijodiy qobiliyatlari aks etishini, o'yinlarsiz haqiqiy barkamollik ham bo'lmasligini o'qtirgan edi.

Hozirgi sharoitda o'zbek xalq o'yinlarining asosiy vazifasi o'z mazmuni va usuliyati bolalarning jamiyatimiz talablariga muvofiq yo'sinda tarbiyalanishini ta'minlash, ularda ahloqiy, irodaviy sifatlarini rivojlantirish ijodkor va bunyodkorlarga xos bilim, ko'nikma hamda malakalarni, vatanapvrrar fuqarolarga xos fazilatlarni shakllantirishdan iborat.

Qadimgi tarbiya tizimida o'yinlardan shaxsni shakllantirish vositasi sifatida keng foydalanilgan.

Qadimgi faylasuflardan Arastu ham bolalarning bo'sh vaqtni xushnud o'tkazish uchun o'yinlardan foydalanish zarurligini, chunki o'yinlar dilxushlikdan iborat bo'lib, xordiq chiqarishga yordam berishni o'qtirgan.

S.A. Shmakov o'yinlarning tarbiyaviy imkoniyatlarini ifodalab, shunday deb yozgan edi;

O'yin go'yo soyadek, bola bilan birga tug'ilgan, uning xamrohi, ishonchli do'stiga aylangan, lekin bu uni uzoq yil davom etishi uchun yaxshi deb hisoblaymiz. O'yin juda katta, ba'zan ko'z ilg'amas tarbiyaviy tomoni, g'oyat keng pedagogik imkoniyatlari tufayli insonlar e'tiborini qozonadi.

O'zbek xalq o'yinlarining tarbiyaviy ahamiyati haqida gap borar ekan, shuni aloxida takidlash lozimki, ular eng avvalo bolalarda o'z qishlog'iga, shahriga, Vatanga va u yerda yashovchi bircha xalqlarga muhabbat, hurmat hamda ehtirom hislarini, milliy g'ururni tarbiyalavdi. Eng muhimi o'zbek xalqining milliy madaniyatiga, o'tmishdagi va hozirgi turmushidagi milliy an'analari hamda san'atiga muhabbat uyg'otadi.

Shuningdek, o'quvchilarni halollikka sahovatli bo'lishiga o'rgatadi. Kattalarning tajribasini bolalar va yoshlarga, o'tkazishning vositasi sifatida hazmat qiladi, o'g'il va qizlarda mehnatga ongli munosabatni shakllantiradi, ularning kuchdi, chaqqon, serharakat, ziyrak, topqor, o'zaro hamkor bo'lishlariga yordam beradi.

O'zbek xalq o'yinlari orasida g'oyaviy-siyosiy aqliy, axloqiy, mehnat, estetik va jismoniy tarbiya bilan bog'liq, o'yinlar xam bor. Xalq milliy o'yinlari tarkibida harakatli o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyati juda kattadir. Bu to'g'risida mutaxassis va taniqli olimlar Usmonxujaev P.S, Nasriddinov F.R., Ataev A.K., Xoldorov T.X., Alimbekov I. Abdullaev A., Toshpulatov, Abdumalikov R va boshqalar mufassal bayon etganlar.

O'yin jarayonida kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda ijod moddiy va ma'naviy boyliklar yaratishning vositasi, nihoyat quvonch va zavq-shafq manbai bo'lgan mehnat xususiyatlariga doir tashanchalar shakllanadi. Ular jamoa mehnatining ahamiyatini bilib oladilar.

O'zbek xalq o'yinlari kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda bilish imkoniyatlari va tafakkurini rivojlantirish ular xotirasini buyumlar hamda tabiat ijtimoiy hayot voqealari to'g'risidagi turli ma'lumotlar bilan boyitish so'z boyligini ko'paytirish, ma'naviy qiziqish manbai tarbiyalashning ajoyib manbai hisoblanadi.

O'zbek xalq o'yinlarning juda katta tarbiyaviy imkoniyatlarini o'quvchilarda qat'iylik va dadillik kabi iroda sifatleri shakllanishda ko'rish mumkin. Shuningdek, o'quvchilarda sezgi, idrok, diqqat, xotira, xayol singari psixik jarayonlarning amalga oshirishining ayrim xususiyatlarini tahlil qilishda ham o'zbek xalq o'yinlarining tarbiyaviy imkoniyatlari yaqqolroq anglanadi.

O'yin jarayonidagi idrok kichik maktab yoshdagi o'quvchilarda kuzatuvchanlikni tarbiyalaydi. Jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish jarayonida bolada shuningdek harakat xotirasi ham rivojlanadi. Kichik yoshdagi o'quvchilar jismoniy tarbiya darslarida tahlil sintez va taqqoslash usullarini egallab, oladilar.

8-12 yoshli bolalar bilan eng oddiy harakatlar yurish, yugurish, sakrash va uloqtirish tahlil qilib turish zarurligini P.F.Lestgaft ham qayd qilgan edi.

Kichik maktab yoshidagi bolalarda irodaning tarkib topishi munosabati bilan ixtiyoriy xulq-atvor rivojlanadi. Bunga maktab va uydagi mehnat faoliyati, jismoniy mashqlar va undagi mehnat faoliyati, jismoniy mashqlar va o'yinlar yordam beradi. Kichik yoshdagi o'quvchilarning jismoniy, aqliy, axloqiy, estetik rivojlanishida o'yin katta ahamiyatga ega. A.S. Makarenkoning fikricha, aynan o'yinda bolaning kuch-qayrati namoyon bo'ladi, faolligi rivojlanadi, quvonch to'yg'usi paydo bo'ladi.

O'yin bolalikning yo'ldoshi. Bolalarni tarbiyalash ularni har tomonlama rivojlantirishda o'yin katta ahamiyatga ega. Bu juda ko'p o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar va bolalar ustida olib borilgan kuzatishlar bilan tasdiqlanadi. «Qarmoqcha», «Bo'ri zovur ichida», «Quyong'or polizda», «Sakrog'ich», «Tepar tosh», «Chexarda» kabi o'yinlar bolalardan sakrovchanlikni, sakrash chidamkorligini, ephillikni kuchlilikni talab etadi.

Turli harakatlar bolaning xissiyotiga ijobiy ta'sir etadi, irodasini mustahkamlaydi, mardlik va mustaqillikni rivojlantirishga yordam beradi. Bu o'z navbatida bolalarning kichik yoshdan axloqiy-ta'lim tarbiyasiga yaxshi ta'sir etadi. Bolalar turli xalq o'yinlari jarayonida o'z harakatidan quvonibgina qolmay balki hayotni sevishga, mehnat qilishga o'rganadi.

Bu biz uchun eng muhim bo'lgan ahloqiy tarbiyani shakllantirish xizmat qiladi. Boshqa xalqlarning barcha o'yinlari kabi, o'zbek xalqining milliy o'yinlari ham yoshlarni tarbiyalashda qimmatli vosita tariqasida xizmat qiladi. Xalq o'yinlarining tasnifi tarbiya, ermak, dam olishni yo'lga qo'yish vositasi sifatidagina emas balki jismoniy tarbiyaning muhim vositasi tariqasida ham katta ahamiyatga ega.

Xalq o'yinlari sakrovchanlik, chamalash, mo'ljallash kabi sifatlarni rivojlantiradi ularni jismoniy tarbiya dasrlarida qo'llash quyidagi xulosaga olib keladi; Qadimgi xalq o'yinlarini jismoniy tarbiya darslarida qo'llash o'quvchilarda juda katta qiziqish o'yg'otadi, natijada ularning jismoniy aqliy, irodaviy xislatlarining rivojlanishiga ijobiy ta'sir etadi.

REFERENCES

- 1.Yarasheva, D. (2024). TYPES AND EFFECTIVENESS OF FITNESS TRAINING. Modern Science and Research, 3(1), 299–307. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/28041>
- 2.Yarasheva, D. (2024). SUBJECTIVE AND SPORT. Modern Science and Research, 3(1). Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/28960>
- 3.Yarasheva, D. (2024). SPONSORSHIP RELATIONSHIPS IN SPORTS MARKETING. Modern Science and Research, 3(2), 337–345. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/29029>
- 4.Dilnoza, Y. (2023). SUB'YEKTIV VA SPORT.
- 5.Dilnoza, Y. (2024). SOG'LOMLASHTIRUVCHI MASHG'ULOTLARNING TURLARI VA SAMARADORLIGI.
- 6.Yarasheva Dilnoza. (2023). SPORTS PEDAGOGY BASED ON PSYCHOMOTOR AND DEVELOPMENT THEORIES. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 26–41. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue12-05>
- 7.Yarasheva Dilnoza. (2023). PHYSIOLOGICAL REACTIONS TO INTERNAL LOAD STUDY. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 47–56. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue12-07>
- 8.Yarasheva Dilnoza. (2023). SPORTS, CULTURE AND SOCIETY. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 152–163. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue11-17>
- 9.Yarasheva, D. (2024). IN HANDBALL GYMS: SAFE PHYSICAL EXERCISES AND INJURY PREVENTION. Modern Science and Research, 3(2), 23–32. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/30639>
- 10.Yarasheva, D. (2024). USE OF HANDBALL INDUSTRY AND TECHNOLOGY. Modern Science and Research, 3(2), 9–Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/30575>

11. Yarasheva, D. (2024). THE IMPORTANCE OF ENDURANCE IN HANDBALL. *International Bulletin of Engineering and Technology*, 4(3), 73–77. Retrieved from <https://internationalbulletins.com/intjour/index.php/ibet/article/view/1406>
12. Dilnoza, Y. (2023). GANDBOL MURABBIYLARINING FIKRIGA KO'RA, SPORTCHILARNING KO'RSATKICHLARIGA PSIXOLOGIK TA'SIR ETUVCHI OMILLAR. *Research and Publications*, 1(1), 86-100.
13. Dilnoza, Y. (2023). FOCUS ON AEROBIC (LI) TYPE OF MOTOR ACTIVITY BASED ON FITNESS PROGRAMS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(11), 81-90.
14. Yarasheva Dilnoza. (2023). METHODS OF ORGANIZING NON-TRADITIONAL FITNESS CLASSES. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(11), 61–72. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue11-09>
15. Yarashova, D. (2023). THE IMPACT OF PLAYING SPORTS IN EARLY CHILDHOOD ON SOCIAL DEVELOPMENT. *Modern Science and Research*, 2(10), 230–234. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/24325>
16. Ярашева, Д. (2023). СТИЛИ ОРГАНИЗАЦИИ НЕТРАДИЦИОННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 19(5), 6-10.
17. Дильноза Ярашева. (2023). ФИТНЕС КАК ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. *Proceedings of International Conference on Modern Science and Scientific Studies*, 2(283). Retrieved from <https://econferenceseries.com/index.php/icmsss/article/view/1777>
18. Yarasheva, D. (2022). BOLALARDA MASHQ QILISHNING AHAMIYATI. *PEDAGOGS jurnali*, 19(1), 139-142.
19. Yarashova, D. (2023). STRENGTH TRAINING AND STRENGTH TRAINING IN CHILDREN. *Modern Science and Research*, 2(9), 211–215. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/24177>
20. Yarasheva Dilnoza Ismail Qizi. (2023). TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS IN SPORTS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(10), 105–116. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue10-16>
21. Nuriddinov, A. (2023). Sport sotsiologiyasi: uning o'tmishdan hozirgi kungacha rivojlanishi va kelajakka umidlari. *Research and Publications*, 1(1), 74-85.
22. Nuriddinov, A. (2024). IMPACT OF GLOBALIZATION AND SPORTS. *International Bulletin of Engineering and Technology*, 4(3), 78-83.
23. Nuriddinov, A. (2024). A COMPILATION STUDY OF INNOVATION IN SPORT. *Modern Science and Research*, 3(2), 346-352.
24. Nuriddinov, A. (2024). KARL MARX AND THE THOUGHTS OF CLASS THEORY ON SPORTS CULTURE. *Modern Science and Research*, 3(1).
25. Nuriddinov, A. (2024). THE CONNECTION BETWEEN SPORT AND PHILOSOPHY. *Modern Science and Research*, 3(1), 308-317.

26. Nuriddinov, A. (2023). MANAGING THE PROCESS OF TALENT DEVELOPMENT IN SPORTS ANATASIA. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 121-132.
27. Nuriddinov, A. (2023). PHYSICAL ACTIVITY, HEALTH AND ENVIRONMENT. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 189-200.
28. Nuriddinov, A. (2023). Use Of Digital Sports Technologies in Sports Television. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 208-219.
29. Nuriddinov, A. (2023). A STUDY OF THE AGGRESSIVE STATUS OF FOOTBALL FANS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 73-80.
30. Nuriddinov, A. (2023). THE ROLE OF FAIR PLAY IN PHYSICAL EDUCATION. Modern Science and Research, 2(10), 244-250.
31. Nuriddinov, A., Sayfiyev, H., & Sirojev, S. (2023). WHY FOOTBALL IS THE FIRST SPORT THAT COMES TO MIND TODAY. Modern Science and Research, 2(9), 200-203.
32. Sirojev, S., Nuriddinov, A., & Sayfiyev, H. (2023). THE CONCEPT AND IMPORTANCE OF SHOOTING SPEED IN VOLLEYBALL. Modern Science and Research, 2(9), 187-191.
33. Bahodir o'g'li, N. A. (2023). YEVROPA MAMLAKATLARIDA YUQORI MALAKALI FUTBOLCHI VA MURABBIYLARNI TEXNIK TAKTIK HARAKATLARINI TADBIQ QILISH METODIKASI. THEORY AND ANALYTICAL ASPECTS OF RECENT RESEARCH, 2(14), 187-189.
34. Sirojev Shoxrux. (2023). BEHAVIORAL CHARACTERISTICS, PRINCIPLES AND WORKING METHODS OF COACHES. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 50-60.
35. Shoxrux, S. (2023). VOLEYBOLDA OTISH TEZLIGI TUSHUNCHASI VA AHAMIYATI. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(11), 913-917.
36. Sirojev, S. (2023). THE CONCEPT AND IMPORTANCE OF SHOOTING SPEED IN VOLLEYBALL. Modern Science and Research, 2(9), 187-191.
37. Sirojev Shoxrux. (2023). THE CONNECTION BETWEEN SPORTS AND LOGIC. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 97-106.
38. Sirojev Shoxrux. (2023). APPLICATIONS OF SPORT PSYCHOLOGY IN THE WORLD. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 107-120.
39. Sirojev, S. (2023). TEACHING ACTIVITIES AND PHILOSOPHY IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS. Modern Science and Research, 2(10), 235-243.
40. Sirojev Shoxrux. (2023). THE IMPORTANCE OF MUTUAL RESPECT AND KINDNESS IN SPORTS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 215-225.
41. Sirojev, S. (2024). EFFECTS OF SOCIAL PHOBIA ON SPORTS. Modern Science and Research, 3(1), 318-326.
42. Sirojev Shoxrux. (2023). STUDYING SPORTS PSYCHOLOGY. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 176-188.
43. Sirojev, S. (2024). EFFECTS OF WARM-UP AND STRETCHING EXERCISES ON PROPRIOCEPTION AND BALANCE. Modern Science and Research, 3(2), 353-361.

44. Fayzullo o'g'li, S. S. (2023). YEVRIPA ITTIFOQI VA SPORT. International journal of scientific researchers, 2(2), 7-16.
45. Sirojev, S. (2024). SPORTS MASSAGE. International Bulletin of Engineering and Technology, 4(3), 84-88.
46. Azamat Orunbayev. (2023). PANDEMIYA DAVRIDA MOBIL SOG'LIQNI SAQLASH VA FITNES DASTURLARI (PROGRAM). Research Focus International Scientific Journal, 2(7), 37-42. Retrieved from <https://refocus.uz/index.php/1/article/view/414>
47. Azamat Orunbayev. (2023). APPROACHES, BEHAVIORAL CHARACTERISTICS, PRINCIPLES AND METHODS OF WORK OF COACHES AND MANAGERS IN SPORTS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 133-151. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue11-16>
48. Azamat Orunbayev. (2023). GLOBALIZATION AND SPORTS INDUSTRY. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(11), 164-182.
49. Azamat Orunbayev. (2023). SOCIAL SPORTS MARKETING. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 121-134. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue12-17>
50. Azamat Orunbayev. (2023). RECOVERY STRATEGY IN SPORTS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 3(12), 135-147. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue12-18>