

YOSH GANDBOLCHILARGA O'QUV-MASHG'ULOT O'TKAZISH TAMOYILLARI

Fozilov Xasan Qudratullayevich

O'zDJTSU "Gandbol, regbi, chim ustida xokkey nazariyasi va uslubi katedri" professori.

Xolmo'minov Azizbek Akrom o'g'li

Merganov Jo'rabek Oybek o'g'li

O'zDJTSU 3-bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15206086>

Annotatsiya. Ushbu maqolada yosh gandbolchilarga o'quv-mashg'ulotlar o'tkazish tamoyillari tahlil qilindi. Tadqiqotda 12-14 yosh va 15-17 yosh guruhlarida o'tkazilgan mashg'ulotlar asosida jismoniy, psixologik va texnik o'zgarishlar tahlil qilingan. Mashg'ulotlar har bir yosh guruhining ehtiyojlariga moslashtirilgan bo'lib, individual va guruh yondashuvlari yordamida sportchilarning motivatsiyasi va texnik ko'nikmalari rivojlantirilgan.

Kalit so'zlar: yosh sportchilar, o'quv-mashg'ulotlar, tamoyillar, motivatsiya, psixologik holat, jismoniy tayyorgarlik, texnik ko'nikmalar, yosh guruhlar, samaradorlik, metodika.

ПРИНЦИПЫ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЫХ ГАНДБОЛИСТОВ

Аннотация. В этой статье анализируются принципы проведения учебных занятий для молодых гандболистов. В исследовании рассматриваются занятия для групп 12-14 лет и 15-17 лет, на основе которых анализируются физические, психологические и технические изменения. Занятия были адаптированы под потребности каждой возрастной группы, и с помощью индивидуальных и групповых подходов развивались мотивация и технические навыки спортсменов.

Ключевые слова: молодые спортсмены, учебные занятия, принципы, мотивация, психологическое состояние, физическая подготовка, технические навыки, возрастные группы, эффективность, методика.

PRINCIPLES OF TRAINING FOR YOUNG HANDBALL PLAYERS

Abstract. This article analyzes the principles of conducting training sessions for young handball players. The study examines sessions for the 12-14 and 15-17 age groups, based on which physical, psychological, and technical changes are analyzed. The sessions were tailored to the needs of each age group, with individual and group approaches helping to develop the athletes' motivation and technical skills.

Keywords: youth athletes, training sessions, principles, motivation, psychological condition, physical preparedness, technical skills, age groups, effectiveness, methodology.

Dolzarbligi. Yosh sportchilarga o'quv-mashg'ulotlar o'tkazishda samarali metodikalar va tamoyillarning yo'qligi, noto'g'ri qo'llanilishi sportchilarning natijalari va rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, yosh sportchilarning jismoniy, psixologik va texnik ko'nikmalarini shakllantirishda to'g'ri o'quv-mashg'ulotlar o'tkazishning ahamiyati katta. Yosh gandbolchilarga mos yondashuvlarni ishlab chiqish va ilmiy asosda o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish muhimdir.

Tadqiqotning maqsadi. Yosh gandbolchilarga o'quv-mashg'ulotlarni samarali tashkil qilish tamoyillarini ishlab chiqish va ularning samaradorligini tahlil qilish.

Tadqiqot vazifalari:

1. Yosh sportchilarga o'quv-mashg'ulotlar o'tkazish tamoyillarini tahlil qilish.
2. O'quv-mashg'ulotlarning jismoniy va psixologik ta'sirini o'lchash.
3. Yosh sportchilarning motivatsiyasi va ishonchini oshirishga qaratilgan metodikalarni ishlab chiqish.
4. O'quv-mashg'ulotlar samaradorligini baholash va tahlil qilish.

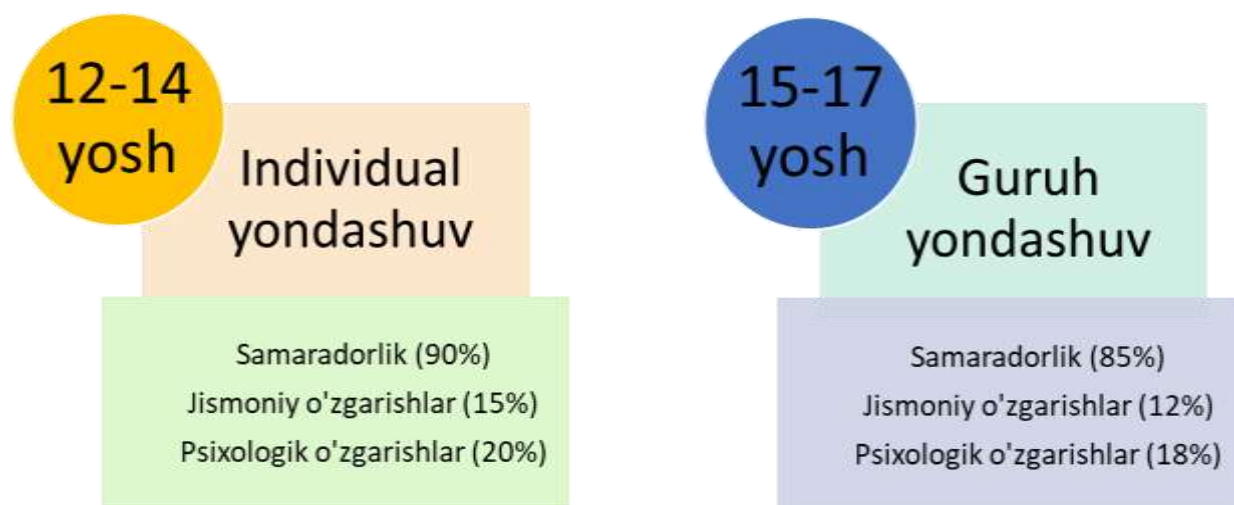
Tadqiqotning natijalari va ularning muhokamasi. O'quv-mashg'ulotlar va metodikalar asosida ilmiy manbaalarga tayanib tahlil o'tkazildi. Avvalgi tadqiqotlar va amaliy tajribalar asosida yangi yondashuvlar ishlab chiqildi. 12-14 yosh hamda 15-17 yosh guruhlarida o'quv-mashg'ulotlar o'tkazildi. Har bir guruhda mashg'ulotlar jismoniy tayyorgarlik, psixologik motivatsiya va texnik ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratildi.

Jismoniy o'zgarishlar (masalan, kuch, chidamlilik), psixologik holat (motivatsiya, ishonch) va texnik ko'nikmalarni o'lchash uchun maxsus testlar va o'lchovlar qo'llanildi.

Tadqiqot natijalari statistik usullar yordamida tahlil qilindi, shu jumladan, o'quv-mashg'ulotlarning samaradorligi va sportchilarning o'zgarishlari bo'yicha o'lchovlar solishtirildi.

Tadqiqot 12-14 yosh va 15-17 yoshdagi yosh guruhlarda amalga oshirildi. Har bir guruhda o'quv-mashg'ulotlari mos metodika asosida tashkil etildi. Mashg'ulotlar o'z ichiga jismoniy, texnik va psixologik mashg'ulotlarni oladi.

Har bir mashg'ulotda yosh sportchilarning yoshi, jismoniy tayyorgarlik darajasi va ehtiyojlari hisobga olindi.



Individual yondashuv (12-14 yosh): Har bir sportchining ehtiyojlari va jismoniy tayyorgarlik darajasi hisobga olinadi. Mashg'ulotlar maxsus dasturlar asosida tuziladi, shaxsiy maqsadlarga erishish uchun moslashtirilgan metodlar qo'llaniladi. Bunda individual texnikalar, kuch va chidamlilikni oshirishga qaratilgan mashqlar, shuningdek, psixologik holatni yaxshilash uchun motivatsiya bilan ishlash usullari (masalan, sportchini shaxsiy maqsadlariga erishishga rag'batlantirish) qo'llanadi.

Jismoniy mashqlar: Har bir sportchi uchun maxsus, uning jismoniy holatiga moslashtirilgan mashqlar. Bu mashqlar individual kuch va chidamlilikni oshirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, shaxsiy mushak guruhlarini rivojlantirish, tezlikni oshirish va kuchli futbol texnikalarini shakllantirish uchun alohida mashqlarni bajarish.

Psixologik yondashuv: Individual maqsadlar qo'yish, o'zini rivojlantirish va maqsadlarga erishishda rag'batlantirish. Sportchini yuqori motivatsiya bilan ta'minlash uchun psixologik treninglar va o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishga qaratilgan usullar (masalan, muvaffaqiyatni boshdan kechirish, o'z ustida ishlash). Psixologik o'zgarishlarni o'lchashda sportchilarning motivatsiya darajasidagi o'zgarishlar aniqlanadi. Buning uchun psixologik testlar yoki motivatsion so'rovlar o'tkaziladi.

Guruh yondashuvi (15-17 yosh): Bir nechta sportchi birgalikda mashg'ulotlarda ishtirok etadi. Bu yondashuvda guruhning umumiy natijalariga erishish uchun hamkorlik va motivatsiya muhim o'rin tutadi. Guruh mashg'ulotlarida texnik ko'nikmalarni birgalikda ishlash, tezkor qarorlar qabul qilish, jismoniy tayyorgarlikni oshirishga qaratilgan umumiy mashqlarni bajarish

uchun maxsus dasturlar ishlab chiqiladi. Guruhdagi o'zaro aloqalar va sportchilar o'rtasidagi raqobat ruhini oshirish uchun motivatsion elementlar qo'llanadi.

Jismoniy mashqlar: Guruh bilan birgalikda o'tkaziladigan mashg'ulotlar, jismoniy tayyorgarlikni oshirishga qaratilgan umumiy dasturlar. Masalan, guruh mashqlarida sportchilar bir-birini qo'llab-quvvatlashadi, jismoniy chidamlilik va kuchni oshirish uchun guruh ko'magi bilan maxsus mashqlar bajaraydilar.

Psixologik yondashuv: Guruhda o'zaro raqobat va hamkorlikni uyg'otish, bu orqali sportchilar o'rtasidagi motivatsiyani oshirishga qaratilgan mashg'ulotlar. Guruhning umumiy maqsadiga erishish uchun sportchilar bir-birini rag'batlantiradi va o'zaro yordam ko'rsatadi.

Psixologik o'zgarishlarni o'lchashda sportchilarning motivatsiya darajasidagi o'zgarishlar aniqlanadi. Buning uchun psixologik testlar yoki motivatsion so'rovlar o'tkaziladi.

Xulosa. Yosh guruhlarining mashg'ulotlar jarayonidagi jismoniy va psixologik o'zgarishlarini ifodalaydi. Yosh sportchilarning motivatsiya darajasi va jismoniy holatidagi o'zgarishlar ijobiy tomonga o'zgarganligini ko'rsatadi.

Tadqiqot yosh gandbolchilarga o'quv-mashg'ulotlarni samarali tashkil etishning ilmiy tamoyillarini ishlab chiqdi. Mashg'ulotlar jarayonida jismoniy va psixologik o'zgarishlar ijobiy natijalar ko'rsatdi.

Tadqiqotdan olingan natijalar yosh sportchilarga o'quv-mashg'ulotlar o'tkazishda qo'llanilishi mumkin. Ayniqsa, motivatsiyani oshirish va texnik ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan metodikalar sportchilarning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

REFERENCES

1. Habibjonova X.M., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarni kuch sifatlarini rivojlantirish va nazorat qilish // "Sustainability of education socio-economic science theory" xalqaro ilmiy-onlayn konferensiya. – 2024. – B. 122-126.
2. Xayitov B. N. Gandbol sport turida darvozabon texnik tayyorgarligini takomillashtirish metodikasi //International conference on multidisciplinary science. – 2025. – T. 3. – №. 1. – C. 104-108.
3. Xayitov B. N. Gandbolchilarni yillik tayyorgarlik mashg'ulotlarida texnik tayyorgarligini takomillashtirish metodikasi //INTERNATIONAL CONFERENCE ON INTERDISCIPLINARY SCIENCE. – 2025. – T. 2. – №. 2. – C. 59-67.

4. Xayitov B.N. O‘quv-mashg‘ulot guruhidagi gandbolchilarni texnik tayyorlash aspektlari // “Zamonaviy ilm-fan va ta’lim istiqbollari” ilmiy-amaliy konferensiya. – 2025. – B. 462-465.
5. Лях В.И. Координационных способности; диагностика и развитие – М; ТВГ.Дивизин., 2006—290с.
6. Ш.Ф.Тулаганов Показатели физической подготовленности гандболистов молодежной сборной команды Республики Узбекистан, Спортивні ігри, 2022. №2.
7. A.Sh.Muminov Improving the attacking-technical movements of 15-16-year-old handball players playing in the midfielder role - Eurasian Journal of Sport Science, 2023; 1(2): 6-11 <https://uzjournals.edu.uz/eajss/>
8. A.Sh.Mo‘minov, Malakali gandbolchilarda to‘p otish aniqligi va uni ta’minlovchi asosiy koordinatsion qobiliyatlarni shakllantirish tajribasi. UzMU xabarlar jurnali, 2023, [1/3/1] B. 95-98.
9. Мўминов А.Ш. Ёш гандболчиларнинг тезкорлик сифатини ривожлантириш технологияси. UzMU xabarlar jurnali, 2022, [1/10] Б. 105-108.
10. Мўминов А.Ш. Гандболчи-талабаларда танани чап ва ўнг томонга айлантириш таъсирида вақт-ораликни фарқлаш реакцияларининг ўзгариш динамикаси. ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал. 2022. 1 сон. Б. 44-46.
11. Мўминов А.Ш. Малакали гандболчиларнинг техник ҳаракатларини такомиллаштириш. (2023/1-сон). *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 12-16.
12. Мўминов А.Ш. 15-16 ёшли гандболчиларнинг тезкорлик сифатини ривожлантириш усул ва воситалари. (2022/5-сон). *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 25-29.
13. Мўминов А.Ш. Спорт педагогик маҳоратини ошириш (Гандбол) / Ўқув қўлланма, “ILMIY TEXNIKA AXBOROT – PRESS NASHRIYOTI”:, 2021. – 244 с.
14. Мўминов А.Ш. Dynamics of changes in time differences and muscle strength in qualified handball students during the academic year. Eurasian Journal of Sport Science: Vol. 1: Iss. 2, Article 41.2022 йил. - P. 255-257.
15. Хабибжанова Х.М., & Мўминов А.Ш., & Юсупова З.Э., (2021). Мусобақа шароитида марказ амплуасида ўйновчи гандболчиларнинг ҳужумдаги техник-тактик ҳаракатларини таҳлил қилиш ва баҳолаш. “ФАН-СПОРТГА” илмий назарий журнал, *Чирчиқ* – Б. 36-38.

16. Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Fan-Sportga. – 2023. – №. 1. – С. 12-15.
17. Muminov A. S. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.
18. Муминов А. Ш. МЕТОДЫ УЛУЧШЕНИЯ ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОЛИТРАВМЕ (СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ) //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2023. – Т. 3. – №. 1 Part 1. – С. 152-155.
19. Мўминов А. Ш. 15-16 ЁШЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕЗКОРЛИК СИФАТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ УСУЛИ ВА ВОСИТАЛАРИ //Fan-Sportga. – 2022. – №. 5. – С. 25-29.
20. Ikromov U., Mo'minov A. Sh. YUQORI MALAKALI GANDBOLCHILARNI KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH VA NAZORAT QILISH //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 99-105.
21. Икромов У., Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШНИНГ ВОСИТА ВА УСЛУБЛАРИ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 34-42.
22. Мельзиддинов Р. А. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ В МЕЖИГРОВЫХ ЦИКЛАХ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 5. – С. 30-37.
23. Мўминов А. Ш. Малакали гандболчи қизларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда айланма машғулотдан фойдаланиш самарадорлиги //Fan-Sportga. – 2024. – 2024. – Т. 3. – С. 86-91.
24. Fozilov X.Q. 10-11 yoshli gandbolchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish // “Zamonaviy futbolda innovatsion texnologiyalardan foydalanish istiqbollari” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani. 2023. – B.272-274.
25. Fozilov X.Q. Gandbolchilarning tezkor qarshi hujum tayyorgarligini takomillashtirish samaradorligini oshirish // “Zamonaviy futbolda innovatsion texnologiyalardan foydalanish istiqbollari” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani. 2023. – B.274-277.

26. Yusupov Z.Sh. Gandbol ixtisosligi talabalari SPMO mashg'ulotlarida hujum texnik faoliyatini sifat darajasini aniqlash va tahlil qilish //“Jismoniy madaniyat va sport: ta'lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar” Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. Buxoro. 2023. - B. 329-332.
27. Yusupov Z.Sh. Sport o'yinlari nazariyasi va uslubiyoti (tanlangan sport turlari bo'yicha gandbol) (o'quv-qo'llanma) 01/1336-A/F-son //“ITA-PRESS” MChJ nashriyoti. T.:2023.- 198 b.
28. Yusupov Z.Sh. Gandbol va tennischilarda funksional holatini taxlil qilsih //“Sport o'yinlarida ustuvor harakat qobiliyatlarini shakllantiruvchi innovatsion texnologiyalar” Respublika miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. Chirchiq. 2024. – B. 289-290.
29. Исроилов Р. И., Юсупова З. Э., Ҳабибжонов Х. М. ЁШ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ЧИДАМЛИЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ВОСИТА УСУЛЛАРИНИ ОПТИМАЛЛАШТИРИШ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 134-140.
30. Исроилов Р. И. и др. ГАНДБОЛЧИ ҚИЗЛАРНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ОШИРИШ УСЛУБИЯТИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Fan-Sportga. – 2023. – №. 1. – С. 20-22.
31. Исроилов Р. И. МУСОБАҚА ФАОЛИЯТИДА МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕЗКОР ҚАРШИ ҲУЖУМЛАРИНИ ТАҲЛИЛИ ҚИЛИШ //Fan-Sportga. – 2022. – №. 6. – С. 28-31.
32. A.Sh.Muminov Improving the attacking-technical movements of 15-16-year-old handball players playing in the midfielder role – Eurasian Journal of Sport Science, 2023; 1(2): 6-11 <https://uzjournals.edu.uz/eajss/>
33. A.Sh.Mo'minov, Malakali gandbolchilarda to'p otish aniqligi va uni ta'minlovchi asosiy koordinatsion qobiliyatlarni shakllantirish tajribasi. UzMU xabarlar jurnali, 2023, [1/3/1] B. 95-98.
34. Ikromov U., Mo'minov A. Sh. YUQORI MALAKALI GANDBOLCHILARNI KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH VA NAZORAT QILISH //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 99-105.
35. Икромов У., Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШНИНГ ВОСИТА ВА УСЛУБЛАРИ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 34-42.

36. Мўминов А. Ш. Малакали гандболчи қизларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда айланма машғулотдан фойдаланиш самарадорлиги //Fan-Sportga. – 2024. – 2024. – Т. 3. – С. 86-91.
37. Фозилов Х. Қ., Тулаганов Ш. Ф. Бурчак ўйинчиларининг техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш // Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 67-74.
38. Mo‘minov A. Sh. Sport o‘yinlarida shug‘ullanuvchi sportchilarning gandbol sport turi bo‘yicha jismoniy texnik-taktik tayyorgarlik darajasini tekshirish // NamDU Ilmiy Axborotnomasi. – 2024. – №. 11. – С. 927-930.
39. Мўминов А. Ш. Мусобақа олди даврида малакали марказ ўйинчиларини ҳужумдаги техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш //Fan-Sportga. – 2024. – №. 7. – С. 17-22.
40. Muminov A. Sh. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.
41. Muminov A. S. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.
42. Fozilov X.Q. Musobaqa davrida gandbolchilarning burchak o‘yinchilarida texnik-taktik harakatlarini baholash va tahlil qilish // FAN-SPORTGA ilmiy nazariy jurnal. 2023. 3-son. - B.81-84 [13.00.00. №16].
43. Мўминов А. Ш. Мусобақа олди даврида малакали марказ ўйинчиларини ҳужумдаги техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш //Fan-Sportga.–2024. – 2024. – Т. 7. – С. 17-22.
44. Фозилов Х. Қ., Тулаганов Ш. Ф. БУРЧАК ЎЙИНЧИЛАРИНИНГ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 67-74.
45. Bazarov Shahriyor Bakhtiyorugli, Tulaganov Shukhrat Furkatjanovich, Nematjon Mamadzhonov, Tolametov Abdujalil Abdujaparovich. Evaluation of the physical fitness of

- 10-12-year-old children playing handball through tests //INTERNATIONAL JOURNAL OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE. – 2025.- P. 1091-1098.
46. Х.К.Мадраимов, Ш.Ф.Тулаганов. ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШ ВА ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ //Fan-Sportga. – 2024. – №. 3. – С. 7-11.
47. Ш.Ф Тулаганов, Акромов Б. Н. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГАНДБОЛИСТОВ-ЮНОШЕЙ С УЧЕТОМ ИХ ИГРОВЫХ АМПЛУА //Jismoniy madaniyat: tarbiya, ta`lim, mashg`ulot– 2024. – №. 2. – С. 29-34.
48. Тулаганов Ш. Ф. ПЛАНИРОВАНИЕ НАГРУЗОК ГАНДБОЛИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ // Fan-Sportga. 2022. №5.
49. Кариева Р. Р. ВЗАИМОСВЯЗЬ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГАНДБОЛИСТОК И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ //Проблемы науки. – 2023. – №. 2 (76). – С. 73-76.
50. Кариева Р. Р. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ГАНДБОЛИСТОК ВЫСОКОГО КЛАССА //Проблемы педагогики. – 2021. – №. 7 (58). – С. 40-43.
51. Habibjonova X.M. Gandbol ixtisosligida tahsil oluvchi talaba qizlarning chaqqonlik jismoniy sifatini rivojlantirish va nazorat qilish vosita va uslublari // “Jismoniy tarbiya, sport mashg`ulotlari nazariyasi va uslubiyatining nazariy-amaliy muammolari” xalqaro ilmiy-amaliy anjumani. – 2022. – B. 841-843.
52. Habibjonova X.M., To`g`onboyev G`.A. Yuqori malakali gandbolchilarning mashg`ulot jarayonini tashkil etish muammolari // “Sport menejmenti va marketingi: muammolar, tendensiyalar va istiqbollar” xalqaro ilmiy-amaliy anjumani. – 2022. – B. 326-330.
53. Isroilov R.I., Habibjonova X.M. Gandbolchi qizlarning maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish uslubiyatini takomillashtirish // Fan-sportga ilmiy nazariy jurnal. – 2023. 1 son. – B. 20-22.
54. Исроилов Р.И., Юсупова З.Э., Ҳабибжонова Х.М. Ёш гандболчиларнинг чидамлилигини ривожлантириш восита усуллари оптималлаштириш // Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 134-140.

55. Исроилов Р.И., Азимқулов Б.А., Ҳабибжонов Х.М. Мусобақа фаолиятида бурчак амплуасида ўйнайдиган гандболчиларнинг ҳужум ўйин самарадорлигини таҳлил қилиш // Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 145-148.
56. Habibjonova X.M., Yusupova Z.E. Jismoniy tarbiya ta’limi jarayonida o‘qituvchi kasbiy mahoratining o‘rni // “Academic research in modern science” xalqaro ilmiy-onlayn konferensiya. – 2023. – B. 244-250.
57. Habibjonova X.M., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarni kuch sifatlarini rivojlantirish va nazorat qilish // Fan-sportga ilmiy nazariy jurnal. – 2023. 8 son. – B. 51-54.
58. Habibjonova X.M., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarni kuch sifatlarini rivojlantirish va nazorat qilish // “Sustainability of education socio-economic science theory” xalqaro ilmiy-onlayn konferensiya. – 2024. – B. 122-126.
59. Habibjonova X.M. Yusupova Z.E. Maxsus tayyorgarlik bosqichida yuklamalar yo‘nalishining hajmi dinamikasini tahlil qilish // “Futbolda ilmiy-metodik ta’minlash ishlarini rivojlantirish yo‘llari” xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya. – 2024. – B. 305-309.
60. Pavlov SH.K., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarda kuch hamda sakrovchanlikni rivojlantirish // “PEDAGOGS” xalqaro ilmiy tadqiqot jurnali. – 2022. 3 son. – B. 118-121.
61. Yusupova Z.E., Xayitov B.N. Malakali gandbolchilarni tayyorlashda guruh taktik harakatlarni takomillashtirishning vosita va uslublari // “Sport menejmenti va marketingi: muammolar, tendensiyalar va istiqbollar” xalqaro ilmiy anjuman. – 2022. – B. 360-364.
62. Habibjonova X.M., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarni kuch sifatlarini rivojlantirish va nazorat qilish // Fan-sportga ilmiy nazariy jurnal. – 2023. 8 son. – B. 51-54.
63. Habibjonova X.M., Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarni kuch sifatlarini rivojlantirish va nazorat qilish // “Sustainability of education socio-economic science theory” xalqaro ilmiy-onlayn konferensiya. – 2024. – B. 122-126.
64. Xayitov B.N. Yuqori malakali gandbolchilarning texnik tayyorgarligini takomillashtirish // // Fan-sportga ilmiy nazariy jurnal. – 2024. 7 son. – B. 47-50.
65. Mo‘minov A., Ibroximova A., Pirmatov J. SPORT MAKTABLARIDA MURABBIYLIK TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH:(ZAMONAVIY YONDASHUVLAR) //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 2. – С. 352-360.

66. Mo‘minov A., Ibroximova A., Olimov B. 14-15 YOSHLI FUTBOLCHILARDA TEZKORLIKNI RIVOJLANTIRISHNING VOSITA VA USULLARI //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 2. – С. 341-351.
67. Mo‘minov A., Ibroximova A., Sattorova S. SPORTDA JISMONIY TAYYORGARLIK VA TIKLANISH JARAYONINING MUVOFIQLIGI //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 2. – С. 370-378.
68. Мўминов А., Иброксимова А., Риксибаев С. БОЛАЛАРНИНГ МУВОЗАНАТ КОБИЛИЯТИНИ ШАКЛАНТИРИШДА МАКСУС ДЖИСМОНИ МАШКЛАР КОМПЛЕКСЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШ //Современная наука и исследования. – 2025. – Т. 4. – №. 2. – С. 361-369.