



UDK:378.1

Elyorбек TASHLANOV,
Andijon davlat universiteti bosqich doktoranti
E-mail:elyorbektashlanov554@gmail.com

FarDU professori, PhD X.To'xtaxo'jayev taqrizi asosida

“METHOD OF COMPREHENSIVE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS, TAKING INTO ACCOUNT PROFESSIONAL COMPETENCES”

Annotation

The article discusses the low level of motivation of students of physical culture in HEIs, the determination of a number of general tasks by our state, among them, special opinions related to physical culture in HEIs.

Key words: Physical practice, pedagogical process, social activity, physical maturity, physical education, physical culture.

“МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ С УЧЕТОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ”

Аннотация

В статье рассматривается низкий уровень мотивации студентов физической культуры в вузах, определение нашим государством ряда общих задач, среди них особые мнения, связанные с физической культурой в вузах.

Ключевые слова: Физическая практика, педагогический процесс, социальная активность, физическая зрелость, Физическое воспитание, Физическая культура.

“KASBIY KOMPETENSIYALARNI HISOBGA OLGAN HOLDA PEDAGOGIKA OLIY TA'LIM MUASSASALARI TALABALARINING JISMONIY FAZILATLARINI KOMPLEKS RIVOJLANTIRISH METODIKASI”

Annotatsiya

Maqolada hozirgi vaqtda OTMda jismoniy madaniyat talabalarining ushbu jarayonga bo'lgan motivatsiya darajasining pastligini, davlatimiz tomonidan bir qator umumiy vazifalarni belgilanishini, ular orasida OTMlarda jismoniy madaniyat bilan bog'liq alohida fikrlar to'g'risida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy amaliyot, pedagogik jarayon, ijtimoiy faollik, jismonan yetuklik, jismoniy tarbiya, jismoniy madaniyat.

Kirish. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, OTMda ta'lim olish davrida harakatlar faolligi va yoshlarning jismoniy holati sezilarli darajada yomonlashadi. Sababi ta'lim olayotganlarning sog'lom turmush tarzining yo'qligi

Qayd etilganlarning barchasi jismoniy tarbiya tizimini qayta qurish va takomillashtirishni talab qilishini ko'rsatdi, chunki jismoniy tayyorgarlikning pasayishi va talabalarining kasallanishning ko'payishi haqida ma'lum faktlar mavjud

Rossiya Federatsiyasi sobiq sport vaziri V.A.Fetisovning so'zlariga ko'ra, yoshlarning faqat 10% ga yaqinini sog'lom deb hisoblash mumkin. Aholining 8-10 foizi jismoniy madaniyat va sport bilan shug'ullanayotgan bo'lsa, iqtisodiy jihatdan rivojlangan mamlakatlarda bu ko'rsatkich 40-60% ga teng (V.A. Fetisov, 2003, 2006)

Maxsus tibbiy bo'limga kiritilgan talabalar soni ortib bormoqda (P.A. Vinogradov, 2000; N.A. Biryukov, 2009) 2015-yildagi ma'lumotlarga ko'ra, Ijevsk davlat qishloq xo'jalik akademiyasi 1-bosqich talabalarining 58% sog'lig'ida ozgarishlarga (nosog'lom) ega (L.N. Martyanova, 2015) Shunday qilib, jismoniy tarbiya va sport millat salomatligining kaliti bo'lib, sog'lig'i va jismoniy rivojlanishi yuqori bo'lgan Rossiya Federatsiyasi fuqarolari sonini ko'paytirish bo'yicha prezident siyosati talablarini bajarishga yordam beradi.

Sog'liq inson hayotini qo'llab-quvvatlash aortasi (N.K. Barsukova, 1994) Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti Nizomiga ko'ra: "Sog'liq – bu to'liq ijtimoiy-ma'naviy farovonlik holatidir".

Sog'liq - butun insoniyat hayotining ijtimoiy-biologik asosi sifatida davlat siyosati natijasidir, o'z fuqarolari uchun ruhiy talabni yaratib beradi ,bu o'zining organizmiga

munosabatda- taqdirini ro'yobga chiqarish uchun zaruriy asos sifatida qarash, zotini ko'paytirish, ijodiy mehnatni energetik ta'minlash, mukammal gen fondining kafolati, ijodkorlik va ma'naviyatni rivojlantirish uchun asos bo'lishi zarur.

N.A.Agadjanyanning ta'kidlashicha: "Sog'lik nimaligini tushunish uchun sog'lik haqidagi fanni yaratish zarur - inson salomatligi fiziologiyasini, maqsadli boshqarish va o'z vaqtida me'yordan chetga chiqishlarni tuzatish vositalarini ishlab chiqish" (V.N. Solovyov, 2005) X.A.Bekmansurov (2007) sog'lik pasportini yuritish zarurligi haqida ta'kidlab, chunki u oliy ta'lim muassasalari uchun ham zarur, ayniqsa pedagogika oliy o'quv yurtlari uchun ham dolzarbdir, uni tadbir etish bilan o'qituvchilar va talabalar ta'lim muassasalarida uni yuritish va monitoringda katta yordam ko'rsatishlari mumkin. (X.A. Bekmansurov, 2007) An'anaviy ta'lim tizimi sog'lomlik madaniyatini shakllantirish bilan shug'ullanmaydi, uning rivojlanishini sekinlashtiradi, charchashga sabab bo'ladi, motivatsion sferasini(muhitini) deformatsiyalaydi(shaklini o'zgartiradi). So'nggi yondoshuv an'anaviy ta'lim tizimida innovatsiyalar sohasidagi qarorlarning qabul qilinishini ko'rsatib o'tdi, bu sifat jihatidan qayta ko'rib chiqilishi zarur , bu davlat darajasida ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar bilan, jamiyat va shaxs, Rossiya oliy maktabining Yevropa ta'lim maydoniga kirib borilishi bilan bog'liq (A.P. Andreyev, 2002) Sovet davri yoshlarini tarbiyalashning ijobiy muvaffaqiyatlari ma'lum darajada yo'qotilgan. Ularning o'rnini umumiy erkinlik, bilim olishni ,ma'lum kasbni o'rganish va egallash istagining yo'qligi, xulq-atvor madaniyatining pastligi, o'ziga nisbatan nihoyatda past

talablar, kekxa avlodga hurmatsizlik ularni o'rmini egallagan (V. Baranov, 1987)

S.G. Nagovitsyn, A.N. Kalinichenko (2010) "2020-yilgacha jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish strategiyasi" dan chetlab, jismoniy bo'lmagan oliy ta'lim muassasalar talabalarining jismoniy madaniyatning zamonaviy tizimi jismoniy tarbiyani yosh avlodning umumiy madaniyati, sog'lom qiyofasi va kelajakdagi ishlab chiqarish, fan, madaniyat sohasidagi mutaxassislarining sport uslubi sifatida shakllanishida muhim ahamiyat kasb etishini ta'kidlamogda. (S.G. Nagovitsyn, A.N. Kalinichenko (2010),

So'nggi yillarda shaxsning sport madaniyati tushunchasi joriy etilishi OTMlarda jismoniy madaniyatni tashkil etishning mavjud shakllarini o'zgartirishga qaratilgan birinchi qadam bo'ldi. Shaxsning sport madaniyati-hodisa jamiyat tomonidan talab qilingan va sportjismoniy tarbiya texnologiyasida amalda qo'llanadigan hodisadir. L.I. Lubishevaning fikricha, ushbu tushuncha Rossiya OTMlarining ta'lim maydoniga qat'iy kirishi lozim(L.I. Lubisheva, 2000, 2001) "Jismoniy madaniyat talabalarining qadriyatlarini shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan vositadir" (B.C. Grant, 1992)

Jismoniy shaxsning sport madaniyatini tarbiyalash o'quv jarayoni maktabda boshlanadi va keyinchalik OTMda davom etadi va so'ngra jismoniy shaxsning professional-kasbiy amaliy jismoniy madaniyatini tarbiyalash o'rta maxsus o'quv yurti va OTMlarda davom etadi. Professional yo'nalishga ega bo'lgan jismoniy madaniyatning xususiyatlarini keyingi qismda keltirilgan.

1.2. OTM larda kasbiy yo'nalishning turli profillarida "jismoniy madaniyat" fanini

o'qitishning o'ziga xos xususiyatlari.

Hozirgi vaqtda kasbiy ta'lim muassasalarida shu bilan birga oliy ta'limda jismoniy madaniyat oldiga qo'yiladigan asosiy vazifalardan biri: jismoniy sifatlarni, harakat malakasini va organizmning psixofiziologik funksiyalarini preferensial (yuqori darajada) rivojlantirish va takomillashtirish, unga mehnat faoliyati jarayonida yuqori talablarqoyiladi (I.A. Vasselsova, 2006)

Ta'lim jarayoni subyektlarining sog'lig'ini past darajada bo'lishi ularning sifatli va yuqori kasbiy ta'lim olishiga o'sqinlik qiluvchi qo'shimcha salbiy tomonlarni keltirib chiqaradi va shu bilan birga kasbiy tayyorgarlikning yuqori darajasiga yetishishida ham Kasbiy ta'lim o'quv yurtlarining so'nggi yillardagi dasturlarida mustaqil bo'lim sifatida kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) berilgan (Yu.T. Jukovskiy, 1996)

Professional yo'nalishdagi jismoniy madaniyatga yondashuvlarni ko'rib chiqish lozim. Shunday qilib, V.M. Vidrin, L.I. Lubisheva, Y.M. Nikolayev tomonidan o'rganilgan jismoniy tarbiya va ta'limning nazariy tamoyillarini o'rganish kasbiy shaxsda nafaqat tana, balki ijtimoiy-madaniy jihatdan ham maqsadli shakllanish zarurligini ko'rsatadi (L.I. Lubisheva, 2001; V.M. Vydrin, 2003)

Mutaxassislar tomonidan OTM talabalarining jismoniy tarbiyasini faqat umumiy jismoniy madaniyatni shakllantirish vositasidan, bo'lg'usi mutaxassislarining shaxsiyatiga professional jismoniy madaniyatni shakllantirish vositasiga aylantirish muammosini dolzarbligini ta'kidladilar. (Kabachkov, 1996; N.V. Reshetnikov, 1998; I.A. Kavacheva, 2003)

Ba'zi mualliflar jismoniy tarbiya jarayonida kelajakda professional faoliyatga yuqori sifatli tayyorgarlik muammosi saqlanib qolganini ta'kidlaydilar (V.P. Jidkix, L.I., 2000; Lubisheva 2001; V.M. Naskalov, 2002; V.S. Yeykov, 2003; V.I. Ilinich, 2004 va boshqalar)

Yoshlarning jismoniy tarbiya muammosi ochib berilmoqda, uning hal etilmaganligi yosh avlodning

sog'lomlik darajasining pastligi, kasbiy faoliyatni amalga oshirish uchun jismoniy tayyorgarlikning yetarli emasligi, OTM talabalarining jismoniy madaniyat va sport bilan shug'ullanishga bo'lgan motivatsiyasi darajasining yuqori emasligi, bu esa kelgusida talaba shaxsining jismoniy madaniyat darajasining, keyinchalik professional jismoniy madaniyat darajasining tushib ketishi bilan ifodalanadi. (V.A. Grexovodov, 2007) Ishlab chiqarishning dinamik xususiyati, bilimlar hajmi yuqori texnologiyalar mutaxassislarini tayyorlash va malakasini oshirish jarayonida mehnat faoliyati xususiyatining sezilarli o'zgarishiga olib kelmoqda, insonning kasbiy kompetentligi va psixofiziologik tayyorgarligiga bo'lgan talablar ortib bormoqda. Bunday vaziyatda mutaxassislarini maqsadli, ko'p tarmoqli tayyorlashning ahamiyati oshib boradi, bu esa o'z navbatida kasbiy-qo'llanilgan jismoniy madaniyat (KQJT) holatida o'z aksini topadi (T.A. Popova, 2004; V.G. Kamaletdinov, 2008) V.V. Gorinevskiy ishlarida ishchining jismoniy madaniyati uning kasbga nisbatan, ishdagi kasbiy farqlar va organizm talablari bilan inobatga olinib qo'llanilishi lozim (S.I. Kirichenko, 1998) Kasblar bo'yicha ta'lim bosqichida tanlangan ish faoliyati uchun yetarli darajada professional amaliy jismoniy tayyorgarlik ta'minlash muhim ahamiyatga ega. Buning uchun umumiy jismoniy va texnik tayyorgarlik asosida tanlangan kasbga xos jismoniy qobiliyat va harakat malaka va ko'nikmalarni sezilarli darajada oshirish zarur. Turli profilli OTMlarda professional yo'nalishga ega darslarni o'tkazish xususiyatlarini hisobga olish zarur.

Qurilish oliy ta'lim muassasasida talabalarining kasbiy tayyorgarlikka yo'naltirilgan jismoniy tayyorgarligi o'quv jarayoniga quruvchi-muhandisining maxsus sifatleri, ishlab chiqarish sharoitlariga tez moslashish va kasbiy ishonchlik darajasini oshirishga imkon beradigan amaliy bilim, ko'nikma va qobiliyatlarning shakllanishini ta'minlashdan iborat. Muhandislarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarliklari bilan turli yillarda V.A. Kabachkov (1990), V.P. Jidkix (2000), O.V. Karavashkina (2003) shug'ullanishgan

A.A. Kondrashyevning ishlaridagi qurilish profili OTMlaridagi kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) ning tarkibi didaktik va rolli o'yinlar, harakatli va sport o'yinlaridan iborat. Kelajakdagi muhandislar uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) dasturlarini rejalashtirish va tuzish asoslari shaxsning jismoniy madaniyatini shakllantirishga imkon beruvchi treningning o'yin shakli bilan belgilanadi. Oliy ta'lim muassasalarining talabalarini uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) metodologiyasini takomillashtirish bo'yicha istiqbolli yo'nalish shaxsiyatga yo'naltirilgan ta'limdir (A.A. Kondrashev, 2003)

L.F. Kolokatova arxitektura-qurilish profili talabalarini uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) ni 2 ta bosqichga ajratib oldi. 1-bosqichda 1-kursdan 3-kursgacha bo'lgan davrda umumiy jismoniy tarbiya (UJT) va asosiy ishchi kasbi uchun zarur bo'lgan psixofiziologik funksiyalarini rivojlantirish va takomillashtirish. 2-bosqichda - 4 -kursdan 5-kursgacha bo'lajak quruvchi muhandislar uchun va arxitektorlar uchun 4-6 kurslarda asosiy e'tibor muhandis shaxsining tashkiliy qobiliyatlari va sifatlarini shakllantirishga qaratilgan (L.F. Kolokatova, 2002)

Mashinasozlik mutaxassisliklari talabalarini uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) chidamlilik va tana hamda qo'l mushaklarining umumiy chidamliligini va mustahkamligiga e'tibor qaratishni talab qiladi. Ushbu mutaxassislik uchun V.S. Yeykov quyidagi sport turlarini tavsiya qilindi: atletik gimnastika, sport o'yinlari, yengil atletika, suzish, umumiy jismoniy tayyorgarlik, chang'i sporti (V.S. Yeykov, 2003)

N.I. Kashin huquqni muhofaza qilish organlari (HMQO) OTMlarining kasbda qo'llaniladigan jismoniy

tayyorgarlik tarkibi va metodologiyasi bo'yicha takliflarni ilgari surdi. Huquqni muhofaza qilish idoralari xodimlarining kasbiy tayyorgarlik tizimini joriy holati va rivojlanish tendensiyalari birinchi navbatda talimni yanada gumanitarlashtirish muammosini ilgari suradilar. HMQO OTMlarda o'qishning dastlabki davrida jismoniy tayyorgarlikning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat: kadetlarni yangi turmush sharoitlariga moslashtirish jarayonini optimallashtirish; kuchlilik qobiliyati va chidamlilikka yo'naltirilgan rivojlantirish; qo'l jangi va to'siqlarni yengishda qo'llaniladigan harakat ko'nikmalarining shakllanishi. Tadqiq etilayotgan mashg'ulotlar kompleksida yetakchi o'rinni sambo, dyudo, karate va boksga tegishli mashg'ulotlar oldingi orinlarni egallaydi (N.I. Kashin, 2003)

Rossiya Federatsiyasi Ichki ishlar vazirligining talim muassasalari kadetlari kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) ni takomillashtirishning pedagogik shart-sharoitlarini D.A.Rukavishnikov tomonidan belgilab chiqilgan. U tana tizimlarining shakllanishi va rivojlanishining yosh xususiyatlarini, huquqni muhofaza qilish organlari xodimlarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik (KQJT)ni tashkil etishdagi individual farqlarini hisobga olib borishni taklif qildi; mustaqil o'z-o'zini jismoniy tarbiyalashni tashkil etish; kelgusidagi kasbiy faoliyati kontekstida jismoniy tayyorgarlikni amalga oshirish; Rossiya Federatsiyasi Ichki ishlar vazirligining talim muassasalari kadetlarini kasbiy qo'llashni takomillashtirishning pedagogik shart-sharoitlarini tizimli monitoring qilish (D.A.Rukavishnikov, 2006 y.) Shuningdek, IIB xodimlarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini (KQJT) tashkil etilishini Paramonov A.V. tomonidan nazorat qilib kuzatgan (A.V. Paramonov, 2006)

N.L.Volkova majmua "poligon"- huquqni muhofaza qilish organlari mutaxassislari uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlikda (KQJT) vaziyatli mashg'ulotlar dasturini ishlab chiqdi. Shuningdek, huquqni muhofaza qilish organlari mutaxassislari uchun sambo kurashi professional amaliy sport turi sifatida tanlandi (L.N.Volkova, 2005)

A.I. Panarin metallurgiya OTM talabalarini kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) o'rgangan. U tomonidan OTM talabalarini uchun jismoniy tarbiya dasturi ishlab chiqilgan, o'quv-mashq jarayoninig kasbda qo'llaniladigan talimiy tayyorgarlik yo'nalishida, uning tarkibida mustaqil mashg'ulotlarni tashkil etish, metallurgiya muhandisi uchun professional ahamiyatga ega funksiyalar va sifatlar mavjud bo'lgan. (A.I. Panarin, 2006)

A.K.Pashchenkov pedagogika OTMlarining talabalarini uchun kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) uchun qat'iy qo'llanilgan sport turlarini tanlab oldi. Bularga quyidagilar kiradi : turizm, sport orientatsiya, suzish, qo'l jangi. Shuningdek, sportning kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) ni boyitish va to'ldirish uchun: basketbol, voleybol, futbol, gimnastika, og'ir atletika sport turlari (A.K.Pashchenkov, 2004)

N.I.Golyakova tomonidan aerobika darslari yordamida bo'lajak pedagoglarning kasbda qo'llaniladigan jismoniy

tayyorgarlik (KQJT) ning ikkita yo'nalishini aniqladi. Birinchidan, pedagoglarning kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) talabalarning o'quv va kasbiy faoliyatga psixofiziologik tayyorgarligini ta'minlashi lozim, ikkinchidan, o'quvchilarni jismoniy madaniyat - sog'lomlashtirish tayyorgarlik ishlarini olib borishga (N.I. Golyakova, 2003) S.V.Saxarov keskin kontinental iqlim sharoitida issiqlik elektr stansiyalarining issiqlik qalqoni operatorlari bilan KQJT ni o'qitish metodikasini tuzdi. KQJT o'qitish metodikasi o'quv yuklamlarining kattaligi murabbiylarning funksional holati yillik va mavsumiy dinamikasiga qat'iy mos kelishiga asoslanadi; jismoniy mashqlarni va organizmni chiniqtirish texnologiyalarini kompleks qo'llash (suvmuolajasi, sauna) (S.V. Saxarov, 2005)

Qutqaruvchilar va o't o'chiruvchilarning jismoniy sifatlarini kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) ning zamonaviy usulini A.I. Murovitskiy asoslab ko'rsatdi. Bokschi'larni tezkorlik-kuch o'qitish metodikasini ishlab chiqdi (A.I. Murovitskiy, 2004)

Feytullayev M.M. Agromuhandis mutaxassislarni OTMlarida kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT)ni boks va g'irya sporti yordamida olib bordi. (M.M.Feitullayev, 2008)

Yengil atletika, yo'nalish bo'yicha yugurish, basketbol orqali mashqlar to'plamlarini yodda tutib, bajarish vositalari orqali fuqaro aviatsiyasi akademiyasi operator profili talabalarini o'rtasida operativ xotirani rivojlanishiga kasbda qo'llaniladigan jismoniy tayyorgarlik (KQJT) e'tibor qaratilgan (E.M. Slugachev, 2003)

Xulosa. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar asosida quyidagicha xulosaga kelish mumkin: hozirgi davrda oliy ta'lim muassasalari talabalarini orasida jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyatga bo'lgan e'tiborning yetarli emasligi ularning sog'lig'i, kasbiy tayyorgarligi hamda ijtimoiy faoliyatga tayyorlik darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish, uni kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishga yo'naltirish dolzarb masalaga aylangan.

Kasbiy yo'nalishga ega OTMlarda "jismoniy madaniyat" fanini o'qitish talabalarning nafaqat sog'lig'ini mustahkamlash, balki ularning kasbiy faoliyatiga mos jismoniy va psixofiziologik tayyorgarligini ta'minlashda ham muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotlarda ta'kidlanganidek, kasbiy faoliyat turiga qarab, jismoniy tayyorgarlik mazmuni va shakllari ham farq qiladi. Bu esa pedagogika oliy ta'lim muassasalari uchun ham, texnik va huquqni muhofaza qilish yo'nalishlari uchun ham o'ziga xos metodik

Xulosa qilib aytganda, talabalarining jismoniy fazilatlarini kasbiy kompetensiyalar asosida kompleks rivojlantirish nafaqat sog'lom turmush tarzini shakllantirishga, balki bo'lajak mutaxassislarning kasbiy tayyorgarligini yuksaltirishga ham xizmat qiladi. Bu borada yuqori samaraga erishish uchun o'quv jarayoniga yo'naltirilgan, motivatsiyaga asoslangan va kasbiy ehtiyojlarni hisobga olgan metodik yondashuvlar zarurdir.

ADABIYOTLAR

1. Karimov, A. (2019). Jismoniy tarbiya va sport: tamoyillar va metodlar. Andijon: Andijon davlat pedagogika instituti nashriyoti, 240 bet.
2. Tashkentov, S. (2018). Sport faoliyati va uning ijtimoiy ahamiyati. Tashkent: "O'zbekiston" nashriyoti, 300 bet.
3. Ismailov, M. (2020). Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Tashkent: "O'qituvchi" nashriyoti, 350 bet.
4. Sattorov, A. (2021). Jismoniy tarbiya mutaxassislarning kasbiy faoliyati. Samarqand: "Yangi avlod" nashriyoti, 180 bet.
5. Jumanov, N. (2019). Jismoniy tarbiya va sport psixologiyasi. Tashkent: "Ma'naviyat" nashriyoti, 210 bet.
6. Xolmuhamedov, R. (2017). Jismoniy tarbiya va sport sohasida pedagogik jarayon. Farg'ona: Farg'ona davlat universiteti nashriyoti, 250 bet.
7. Qodirov, O. (2021). Jismoniy tarbiya mutaxassislarning kasbiy kompetensiyasi. Andijon: Andijon davlat pedagogika instituti nashriyoti, 220 bet.
8. Baxtiyorov, U. (2022). Sportni rivojlantirish va uning ijtimoiy ahamiyati. Tashkent: "Yoshlar" nashriyoti, 300 bet.
9. Rahimov, S. (2018). Jismoniy tarbiya va sport: jahon tajribasi. Tashkent: "O'qituvchi" nashriyoti, 280 bet.

10. Muminov, D. (2020). Jismoniy tarbiya sohasida metodik tadqiqotlar. Nukus: "Sog'lom Avlod" nashriyoti, 240 bet.
11. Elektron manbalar:
12. www.sport.edu.uz. (2023). Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati. <https://www.sport.edu.uz> (Kiritilgan: 15 may 2025).
13. O'zbekiston Respublikasi Jismoniy Tarbiya va Sport Vazirligi. (2022). Jismoniy tarbiya sohasidagi yangiliklar. <https://www.sport.uz> (Kiritilgan: 12 may 2025).
14. Yusupov, R. (2020). Jismoniy tarbiya mutaxassislarning kasbiy kompetensiyasi. *Uzbekistan Pedagogical Journal*, 5(1), <https://www.pedagog.uz> (Kiritilgan: 10 may 2025).
15. Abduvaxidov, T. (2021). Jismoniy tarbiya sohasidagi zamonaviy yondoshuvlar. <https://www.sport.uz> (Kiritilgan: 12 may 2025).
16. Karimov, B. (2023). Jismoniy tarbiya mutaxassislari faoliyatining turlari va metodlari. *Pedagogik Fanlar jurnali*, 8(3), <https://www.pedfan.uz> (Kiritilgan: 14 may 2025).