

**BO'LAJAK JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARNI TAYYORLASH
TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH VA INNOVATSION-MOTIVATSION
YONDASHUVLARNI JORIY ETISHNING IJTIMOIIY PEDAGOGIK ZARURATI**

Parmonov Akmal Abdupattoyevich

Qo'qon Davlat Universiteti jismoniy madaniyat kafedrası o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15384539>

Annotatsiya: Bugungi kunda bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilariga motivatsion yondashuvlar va munosabatlar tizimini yaratishning ijtimoiy-pedagogik zarurati ortib bormoqda. Bu esa ularni o'qitish, kadr sifatida tayyorlash tizimini takomillashtirishni dolzarb vazifaga aylantirmoqda. Shu ma'noda bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini zamon talabalari asosida o'qitish, kasbiy bilim va ko'nikmalarini rivojlantirish kabi masalalar yoritilgan.

Kalit so'zlar: Ta'lim, tarbiya, pedagogika, tafakkur, jismoniy tarbiya, aqliy tarbiya, jismoniy rivojlanish, sport, tezlik, chaqqonlik, motiv, motivatsiya, istedot, tafakkur.

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ВНЕДРЕНИЯ В НЕЕ ИННОВАЦИОННЫХ И
МОТИВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ**

Пармонов Акмал Абдупаттоевич

Преподаватель кафедры физической культуры Кокандского государственного университета

Аннотация: Сегодня возрастает социально-педагогическая потребность в создании системы мотивационных подходов и взаимоотношений будущих учителей физической культуры. Это делает совершенствование системы их обучения и подготовки как кадров актуальной задачей. В этом смысле освещаются такие вопросы, как подготовка будущих учителей физической культуры на основе современных студентов, развитие их профессиональных знаний и навыков.

Ключевые слова: Образование, воспитание, педагогика, мышление, физическое воспитание, умственное воспитание, физическое развитие, спорт, быстрота, ловкость, мотив, мотивация, талант, мышление.

**THE SOCIAL PEDAGOGICAL NEED TO IMPROVE THE SYSTEM OF
TRAINING FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND INTRODUCE
INNOVATIVE AND MOTIVATIONAL APPROACHES TO IT**

Parmonov Akmal Abdupattoyevich

Teacher of the department of physical culture, kokand state university

Abstract: Today, the socio-pedagogical need to create a system of motivational approaches and relationships for future physical education teachers is increasing. This makes it an urgent task to improve the system of their education and training as personnel. In this sense, issues such as training future physical education teachers on the basis of modern students, and developing their professional knowledge and skills are covered.

Keywords: Education, upbringing, pedagogy, thinking, physical education, mental education, physical development, sports, speed, agility, motive, motivation, talent, thinking.

KIRISH

Zamonaviy pedagogika bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy bilim va ko'nikmalarini rivojlantirish, ularda yangicha dunyoqarash va tafakkurni tarbiyalash hamda jismoniy ta'lim sifati va samaradorligini oshirishda ularning kasbiy kompetentligidan yuqori darajada foydalana olishda motivatsion yondashuvdan foydalanish, motivatsion faoliyatni yuzaga keltirish va shu asosda ijtimoiy o'zgarishlarga erishish maqsad qilinmoqda.

Mazkur maqolada bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilariga motivatsion yondashuvlar va munosabatlar tizimini yaratish va shu asosida akmeologik motivatsiyani shakllantirishning ijtimoiy zarurati, pedagogik asoslari va psixologik omillari tadqiq etilgan.

Jismoniy tarbiya – sof sport musobaqalaridan iborat bo'lgan jarayongina emas, balki ushbu tarbiya orqali yoshlarda axloqiy irodaviy xislat va fazilatlar tarkib toptirilishidir. Jismoniy mashqlarni bajarish davomida yoshlarda kuch, tezlik, chaqqonlik, chidamlilik va egiluvchanlik tarbiyalanadi, ularning sog'ligi mustahkamlanadi, ish qobiliyatlari, aqliy faolligi oshiriladi, jasurlik, halollik, qat'iylik, mustaqillik kabi axloqiy xulq me'yorlari tarkib topadi, yetuklik sari qadam tashlanadi.

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida o'z kasbining mohir ustasi bo'lishga, professional faoliyatni yo'lga qo'yishga motivatsiyani shakllantirish, ularni ichki motivlarini kasbiy faoliyat samaradorligi uchun yo'naltirish dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

Motivatsiya – motivlarning harakatlanish jarayoni, insonni asosiy faoliyatga undovchi motivlar yig'indisi. Motiv esa fransuzchadan tarjima qilinganda, undovchi kuch, sabab degan ma'noni bildiradi. Pedagog olimlardan E.G'oziyev va R.Asomovalar ta'kidlanganidek, motiv va motivatsiya tizimi shaxsning faoliyati, muomalasi, xatti-harakatining ichki regulatsiyasi funksiyasini bajarib, ehtiyojini qondirish, xohish-istak, ezgu niyat, orzu-tilak, mayl, his-tuyg'u, ideal, iymon-e'tiqod, vijdon, maqsad qo'ya olish va boshqalarni amaliyotda ro'yobga chiqarishning bosh omili hisoblanadi. Rus olimi A.N.Leontev fikricha, shaxsni motivatsion muhiti butun hayoti davomida rivojlanib boradigan yaxlit tizim hisoblanadi. U o'z iyerarxiyasiga ega harakatlanuvchi hisoblanib, ehtiyojlar predmetini hamda individ holatini namoyon etadi. Shunday ekan, inson ong ostida turli xil ehtiyojlar mavjud bo'lib, bu ehtiyojlar inson xatti-harakatlarini, uning tashqi faolligini shakllantiradigan motivatsiyaga aylanishini anglatadi.

Motiv - inson faoliyatida muayyan maqsadni bajarishga sabab bo'luvchi omil, vaj. Motiv shaxsni harakatga va faoliyatga undovchi, ehtiyojning yuksak shakli sifatida paydo bo'luvchi ichki turtki hisoblanadi. Ehtiyoj va instinkt, mayl va hissiyot, ideal va boshqa motivlar jumlasiga kiradi. Hozirgi zamon psixologiyasida motiv atamasi sub'ektni faollashtiruvchi turli hodisa va holatlarni ifodalash uchun qo'llanadi. Xatti-harakat va faoliyat motivlarining majmuasi motivatsiya deyiladi. Demak, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlash tizimini takomillashtirishda ularni kasbiy rivojlanish uchun motivlarni shakllantirishga e'tiborni qaratish, innovatsion metodikani ishlab chiqishdir.

Motiv ehtiyoj negizida vujudga keladi va shakllanadi. Ehtiyojning barqarorlashuvi motivatsiyaning samarali shakllanishini ta'minlaydi. Harakat faoliyatning tarkibi bo'lganligi tufayli u faoliyatning maqsadi va motivi orqali boshqariladi. Ba'zan «motiv» tushunchasini «emotsiya», «maqsad», «ustanovka» atamaları bilan almashtirish hollari uchraydi. Goho turtki, qo'zg'ovchi, undovchi tushunchalari bilan aynanlashtiriladi. Shuning uchun ham, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida o'zining kasbiy faoliyatini to'g'ri yo'lga qo'yish, undan muvaffaqiyatga erishishga ichki undov, ehtiyojni shakllantirish va shu asosda ularni yo'naltirish talab etiladi.

ADABIYOTLAR TAHLIL VA METODLAR

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini innovatsion yondashuvlar asosida akmeologik motivatsion faoliyatga yo'naltirishda ulardagi faollik va ta'limiy zo'riqishni hisobga ham olib bilish lozim.

Boshqa bir olimlar P.Fress va J.Piaje fikricha, faoliyatni amalga oshirish uchun, yetarli darajada motivatsiya bo'lishi zarur. Biroq, motivatsiya o'ta yuqori bo'lsa, faollik va zo'riqish darajasi oshadi va bu o'z o'rnida faoliyat, xatti-harakat samaradorligini yomonlashishiga sabab bo'ladi. Shu nuqtai nazardan motivatsiyaning o'ta yuqori darajasi faoliyatda salbiy holatlarga olib kelishi mumkin bo'lgan negativ emotsional ta'sirlar: stress, hayajon, zo'riqishni keltirib chiqarishi mumkin. Bundan ko'rinadiki, motivatsiyaning o'ta yuqori darajasi har doim ham eng yaxshi jihat hisoblanmaydi. Boshqa bir olim D.Maklelland muvaffaqiyat motivatsiyasi bilim olish natijasida yetuklik davrida ham rivojlanishi mumkinligini tushuntiradi. U insonlardagi muvaffaqiyat motivatsiyasini namoyon etuvchi quyidagi xislatlarni ko'rsatadi:

- muvaffaqiyat motivatsiyasining maksimal sharoitidagi faoliyat ustuvorligi, ya'ni o'rtacha darajadagi vazifalarni bajarish;
- muvaffaqiyat motivatsiyasi har doim ham yuqori natijalarga olib kelmaydi. Shuningdek, yuqori ko'rsatkichlar doim ham muvaffaqiyat motivatsiyasining faollashgan natijasi hisoblanmaydi;
- qandaydir faoliyatni amalga oshirishda o'ziga shaxsiy javobgarlikni olish mas'uliyati. Xavf-xatar darajasi aniq yoki o'rtacha bo'lgan vaziyatlar, sharoitlar borki, muvaffaqiyatga erishishda tasodiflar ro'l o'ynamaydi.
- o'z faoliyatida erishgan natijalari haqida yetarlicha fikr bildirishni afzal ko'radi;
- inson yangiliklarga intiluvchan bo'lganligi uchun vazifalarni bajarishning yangicha, samarali yo'llarini izlab topishga harakat qiladi. Demak, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida innovatsion motivatsion faoliyatga yo'naltirishda ulardagi muvaffaqiyatga erishish istagi, ehtiyoji va shaxsiy mas'uliyatni to'g'ri muvozanatlay olish ko'nikmalarini shakllantirish ham dolzarb vazifalardan biridir.

Tadqiqotning maqsadi. jismoniy tarbiya o'qituvchilarning innovatsion motivatsion yondashuvlarni amalga oshirildi.

NATIJALARI VA MUXOKAMASI

Hozirda zaxiradagi kadrlardan o'z vaqtida foydalanilmasligi, kadrlarni yillab joyida "qotib qolishi", motivatsiyaning yo'qligi idora va tashkilotlarda kadrlar qo'nimsizligiga sabab bo'lmoqda. Kadrlarda tajriba, ko'nikma va malaka mujassam bo'lishi bilan birga, ularni qo'llab-quvvatlovchi ishonchli **"motivator"**, ya'ni uning tajribasini ommaga havola etuvchi **"hamkor"** bo'lishi o'ta muhim hisoblanadi. Insonda muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasining dominantligi o'zini-o'zi baholashni pasayishiga sabab bo'ladi. Qayta-qayta muvaffaqiyatsizlikka uchrash insonni o'ziga bo'lgan ishonchni pasayishiga, tushkunlikka va surunkali qo'rquvga olib kelishi mumkin. Ana shunday insonlarda asosan muvaffaqiyat motivatsiyasining rivojlanish darajasi ancha past bo'ladi. Shunday ekan, bo'lajak o'qituvchilarda ham motivatsion ta'lim orqali kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishish, shaxsiy rivojlanish asosida yuqori natijalarni ko'rsatish, o'quvchilarda jismoniy madaniyatni shakllantirishda jonbozlik ko'rsatishga yo'naltirish talab etiladi.

Mavjud ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish natijalari guvohlik berishicha, so'ngi yillarda turli xil darajada jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan talabalarning soni ortmoqda. Ko'pgina talabalar standart o'quv dasturlarida nazarda tutilgan yuklamalarni bajarishga to'liq

xolatda tayyor emasligi ma'lum bo'lmoqda. Bu ko'rinishdagi talabalar tomonidan mashg'ulotlar rejimlari (berilgan yosh guruhlari uchun fiziologik jixatdan asoslangan standartlarga muvofiq) doirasida tuzib chiqilgan o'quv mashg'ulotlari dasturlarini bajarish qiyin amalga oshiriladi. Bu xolat sezilarli sondagi talabalarning jismoniy tayyorgarligi va ular tomonidan bajariluvchi normativ testlar o'rtasidagi nomuvofiqlik bilan bog'liq xisoblanadi. "Ko'pgina talabalarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga nisbatan zaruriy motivatsiya mavjud emasligi vaziyatni yanada chuqurlashtiradi. Bunday talabalarda ko'pgina xolatlarda amaliy mashg'ulotlarda nafaol xolatda ishtirok etish, elementar mashqlarni bajarish holatida bo'lmaslik, jismoniy yuklamalardan qochish, shuningdek organizmning barcha tizimlarini optimal darajada funktsiya bajarishi uchun talab qilinuvchi natijaga erishishda qat'iylik namoyon bo'lmasligi kuzatiladi. Bunday talabalarning jismoniy faoliyatini faollashtirish muhim masala sifatida qolmoqda. Bu talabalarni o'qitish jarayoni uslubiyati va uni tashkil qilish o'ziga xos xususiyatlarga ega xisoblanadi. Bu xolat turli xil darajada jismoniy jixatdan rivojlanish va jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan talabalarga xarakterlarga oid holatlarni o'rgatishda yangi uslubiyatni ishlab chiqish talab qilinishiga olib keladi. Keyingi yillarda ta'lim tizimiga yangi innovatsion jarayonlarni keng tadbqiq etilishi kuzatilmog'da. Shu bilan birga innovatsiyalar ta'lim jarayonidagi tashabbuslarning jamlanishida va yangiliklarni kiritilishida ifodalanmog'da hamda ular birgalikda katta yoki kichik global o'zgarishlarga olib kelmog'adalar. Bir qator tadqiqotlarda oliy ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat va sport fanlarini o'qitishda, mashg'ulotlar jarayoniga yangi innovatsion, texnologik vositalarni qo'llab o'quv mashg'ulotlarini olib borishga yetarlicha e'tibor berilmayotganligi aniqlangan. O'qituvchi tayyorlashning namunaviy tizimi va uning individual, ijodiy faoliyati o'rtasida prinsipial qarama – qarshilik vujudga kelmog'da". Jismoniy madaniyat ta'limi sohasidagi mutaxassislar tayyorlash tizimini takomillashtirishda talabalarning kasbiy bilim, malaka va ko'nikmalarni egallash yo'lidagi ortib boruvchi faolligini taklif etadigan va rag'batlantiradigan o'quv jarayonini tashkil etishda yangi usul va yondashuvlar ishlab chiqish hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Respublikamizda ta'limning yangi paradigmalariga o'tishi nafaqat talabalarning o'zini o'zi natijaviy rivojlantirishga innovatsion yondashuvlarni, balki ushbu jarayonning metodologik asoslarini takomillashtirishni taqozo qilmog'da. Jumladan, "Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa, yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talabalariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish, shuningdek, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish ishlarini tizimli tashkillashtirish hamda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga yo'naltirilgan keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmog'da". Oliy ta'lim muassasalarida talabalar bilimining nazariy va amaliy mazmunini takomillashtirish, pedagogik kasbiy faoliyatida zarur bo'ladigan kasbiy bilim, ko'nikma va malakalarni rivojlantirish, kreativ ta'lim texnologiyalarini ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega.

Jismoniy tarbiya o'qituvchisining innovatsion faoliyati – ijodiy yondashuv, ijodiy faollik, yangilikni kiritishga texnologik va metodologik tayyorgarlik, yangicha fikrlash, muomala madaniyatida namoyon bo'ladi.

Jismoniy tarbiya o'qituvchilarini innovatsion faoliyatga tayyorlashda quyidagi yo'nalishlar inobatga olinadi:

- yangilikni idrok qilishga innovatsion tayyorgarlik;

● bo'lg'usi jismoniy tarbiya o'qituvchilarining Davlat ta'lim standartlari (DTS)da ko'rsatilgan o'quvchilarning egallashi lozim bo'lgan minimal talablarni ularda shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan faoliyatga ijodiy yondashishga o'rgatish;

- ijodkorlikka asoslangan faoliyatni tashkil qilish.

Innovatsiya jarayonlari, ularning funksiyalari, rivojlanish qonuniyatlari, mexanizmlari va uni amalga oshirish texnologiyalari, boshqarish tamoyillarining pedagogik asoslarini o'rganish – o'qituvchi faoliyatini jahon andozalariga mos holatda tashkil etishga imkon tug'diradi. Bunda jismoniy tarbiya o'qituvchisi innovatsion faoliyati yangilik kiritishning samarasini belgilovchi muayyan me'yorlardan foydalanishni talab qiladi. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisini innovatsion faoliyatga tayyorlash quyidagicha kechadi: mo'ljallangan yangilikni yalpi va uning alohida bosqichlari muvaffaqiyatini bashorat qilish; yangilikni boshqa innovatsiyalar bilan qiyoslash, ulardan samaradorini tanlab olish, ularning eng ahamiyatlisi va aniqlik darajasini aniqlash; yangilikni tatbiq etishning muvaffaqiyatlilik darajasini tekshirish; yangilikni tatbiq etadigan tashkilotning innovatsion qobiliyatiga baho berish.

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlashda quyidagi asosiy funksiyalar amalga oshiriladi:

- bo'lajak kasbiy faoliyatga ongli yondashuv tahlili;
- me'yorlarga nisbatan tanqidiy yondashuv;
- kasbiy yangiliklarga nisbatan ishtiyoqmandlik;
- ijodkorlikni shakllantirish;

– o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish, sog'lom turmush tarzi va intilishlarini kasbiy faoliyatida mujassam etish. Demak, jismoniy tarbiya o'qituvchisi innovatsion faoliyatda yangi pedagogik texnologiyalar, nazariyalar, konsepsiyalarning muallifi, ishlab chiqaruvchisi, tadqiqotchisi, foydalanuvchisi va targ'ibotchisi sifatida namoyon bo'ladi. Bo'lg'usi jismoniy tarbiya o'qituvchisini innovatsion faoliyatga tayyorlashda muayyan me'yorlardan foydalanish talab qilinadi. Bunday me'yorlar yangilik, maqbullik, yuqori natijalilik, ommaviy tajribalarda innovatsiyani ijodiy qo'llash imkoniyatlarini qamrab oladi.

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisi, ya'ni bugungi kun talabalarini innovatsion faoliyatga tayyorlashda quyidagi jihatlarga e'tiborni qaratishi lozim:

- bakalavriatura bosqichida tahsil olayotgan talabalarni ijodiy-motivatsion yo'naltirish, ya'ni ularning ijodiy qiziqishi, muayyan yutuqlarga intilishi inobatga olinishi zarur;
- kreativlik fazilatlarini tarkib toptirish, ya'ni ularning tanqidiy fikrlashi, baho bera olish qobiliyati, mushohada yuritish, refleksiya moyilligini o'stirish;
- o'z kasbiy faoliyatini baholashga o'rgatish, ya'ni ijodiy faoliyat metodologiyasini egallash, ziddiyatni ijodiy bartaraf qilish qobiliyati; ijodiy faoliyatda hamkorlik va o'zaro yordam berish qobiliyatini shakllantirish va boshqalar;
- talabalarda qat'iyatlilik, mas'uliyatlilik, halollik, haqiqatgo'ylik, o'zini tuta bilish va boshqa sifatlarni rivojlantirish.

O'qituvchining innovatsion faoliyatni samarali amalga oshirishi bir qator shart sharoitlarga bog'liq. Bunda o'qituvchining turli holatlarda ratsional vaziyatni o'z bilim va ilmiy faoliyati orqali amalga oshira olishi, o'z-o'zini faollashtirishi, o'z ijodkorligi, yaratuvchiligi muhim ahamiyat kasb etadi, o'qituvchi shaxsining kreativligini shakllantirish imkoniyatini beradi. Bo'lg'usi jismoniy tarbiya o'qituvchisini innovatsion faoliyatga tayyorlashda pedagogik jamoaning o'rni katta ahamiyat kasb etadi. Ta'lim sifatini oshirish jamiyatning barcha jabhalarida hayotni yaxshilashga olib keladi. Yangilik kiritish ta'lim sifatini oshirishning samarali vositasi bo'lganligi

uchun ham rivojlangan davlatlar ta'lim jarayoniga uzluksiz yangilik kiritishga harakat qiladilar. Ko'pgina mamlakatlar tajribasi shuni ko'rsatadiki, innovatsion jarayonlarda ta'lim tizimidagi barcha bo'g'inlar ishtirok etishi lozim. Ammo innovatsion jarayonlar yuqoridan pastga qarab harakatlansa va bunda o'qituvchi bo'ysunuvchi, ya'ni yangilikning faqat iste'molchisi bo'lib qolsa, u holda bu jarayon byurokratik tus oladi.

XULOSA

Bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlashda ta'limdagi motivatsion yondashuvning o'rni yuqori hisoblanadi va samaradorligi baland bo'ladi. Chunki motivatsion yondashuv talabalarning kasbiy faoliyatiga ehtiyoj va qiziqishlari asosida motivatsion munosabatni shakllantirish orqali ularni yo'naltirib boradi. Bu esa, bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy muvafaqiyatga erishish, kasbiy bilim va ko'nikmalarni egallash va ularni takomillashtirib borish istagini kuchaytirib yuboradi. Shu jumladan, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini ham motivatsion yondashuv asosida kasbiy faoliyatga tayyorlash o'zining samaradorligini ko'rsatadi.

Foydanalangan adabiyotlar

1. The role of the acmeologist approach in the development of acmeological motivation in future physical education teachers. Parmonov Akmal Abdupattayevich <https://www.gejournal.net/index.php/IJSSIR>.2023 y.
2. Improving the system of training teachers of future physical education and introducing innovative-motivational approaches to it. Parmonov Akmal Abdupattayevich. <https://www.gejournal.net/index.php/IJSSIR>.2023 y
3. Abdupattayevich, P. A. (2022). Specific methods and tasks for the physical development of primary school students with the help of games. International journal of social science & interdisciplinary research issn: 2277 -3630 Impact factor: 7.429, 11(10), 331-333.
4. Abdupattayevich P. A. Technology of formation of akmeological position in future teachers //World Bulletin of Social Sciences. – 2021. – T. 5. – C. 112-115. <https://www.scholarexpress.net>
5. Талипджанов А. А., Нурматов Б. Б., Пармонов А. А. Учебно-тренировочный процесс по футболу //International conference: problems and scientific solutions. – 2022. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7332922>
6. Improving the effectiveness of the training process of students. Parmonov Akmal Abdupattayevich. ISSN 2277-3630 (online), Published by International journal of Social Sciences & September-2023 .<https://www.gejournal.net/index.php/IJSSIR>
7. Methodological doctrine of the organization of the process of physical education through national traditions. Vol 10 Issue 06, June 2021. Nurmatov Bakhrom Bektemirovich Parmonov Akmal Abdupattayevich. <https://ijiemr.org/downloads/Volume-10/ISSUE-6>
8. Improvement of akmeological motivation of future physical education teacher. Vol. 2 No. 12, December 2021. ISSN: 2660-5570. <https://www.scholarzest.com>
9. Specific methods and tasks for the physical development of primary school students with the help of games. ijssir, Vol. 11, No. 10. October 2022. <https://www.gejournal.net/index.php/IJSSIR>
10. Model for the development of acmeological motivation in future physical education teachers on the basis of an axiological approach. nternational scientific conference “Innovative trends in science, practice and education” 2023 Munchen, (Germany)

11. Kerimov F.A. Yakka kurash elementlariga ega bo'lgan xarakatli o'yinlar. T.: Ilmiy texnika axboroti-press nashriyoti, 2020.-79 b.
12. Salomov R. S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati (Darslik). T., 2012 y.-297 b.
13. Tajibaev S.S. Usmir yakkakurashchilarning kompleks tayyorgarligida xarakatli o'yinlarni qo'llash metodikasini ilmiy pedagogik asoslash des. 2020.-53 b.
14. Tastanov N.A. Yuqori malakali yunon-rum kurashchilarining musobaqa faoliyatiga bog'liq tezkor-kuch tayyorgarligini rivojlantirish uslubiyati. / "Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va uslubiylatining zamonaviy muammolari" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari to'plami. T., 2015, II qism, B. 276-277.
15. To'yshiyev T.S. Yuqori malakali belbog'li kurashshilarning vazn toifasini inobatga olgan holda musobaqaoldi tayyorgarligini rejalashtirish. Ch.: 2024..diss, B. 122.