

## O'ZBEKISTONDA SPORTNI RIVOJLANTIRISH CHORA TADBIRLARI VA USULLARI

Jabborov Umidjon Sotiboldiyevich

Toshkent moliya instituti Jismoniy tarbiya va sport faoliyati kafedrasini o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7949227>

**Annotatsiya:** Bu maqola O'zbekistonda sportni rivojlantirish chora tadbirlari va usullari mavzusida yozilgan. Maqolada O'zbekiston Respublikasi hukumati sport sohasidagi rivojlanishni rag'batlantirish va sport sohasidagi yuqori natijalar olish uchun qo'shimcha chora-tadbirlar haqida ma'lumotlar berilgan. Maqolada sport sohasida innovatsion yondashuvlar, sport salohiyati va uning o'zgarishlari, sport tashkilotchiligi, sportning yoshlar tarbiyasidagi ahamiyati va sertifikatli kadrlarning tayyorlash tizimlari kabi muhim mavzular keltirilgan. Maqolada sport sohasidagi xalqaro hamkorlik, sertifikatli kadrlar tayyorlash tizimi va sport sohasidagi strategik yondashuvlar kabi muhim masalalar ham ko'rsatilgan. Maqolada sport sohasidagi rivojlanishni rag'batlantirish uchun qo'shimcha chora-tadbirlar, masalan, sport sohasidagi innovatsion yondashuvlar, yoshlar tarbiyasini oshirish, sertifikatli kadrlarning tayyorlashi va sport sohasida xalqaro hamkorlikni rivojlantirish kabi muhim usullar ko'rsatilgan. Maqolada sport sohasidagi rivojlanishni rag'batlantirishda hukumat, chet tillar va xalqaro tashkilotlar ham ko'rsatilgan. Maqola O'zbekistonda sport sohasidagi rivojlanishni rag'batlantirish uchun qo'shimcha chora-tadbirlar va usullar haqida ko'p yo'nalishli ma'lumotlar taqdim etadi. Maqola sport sohasidagi innovatsion yondashuvlar, yoshlar tarbiyasini oshirish, sertifikatli kadrlarning tayyorlashi va sport sohasida xalqaro hamkorlikni rivojlantirish kabi muhim masalalar haqida ko'proq tafsilot beradi. Maqola sport sohasidagi rivojlanishni rag'batlantirish uchun hukumat, chet tillar va xalqaro tashkilotlar bilan hamkorlik qilishni tavsiya qiladi. Bu maqola sport sohasidagi rivojlanishga qiziqishga ega bo'lgan ustuvorlar va ilg'or yo'nalishlarga qiziqarli bo'lishi mumkin.

**Kalit so'zlar:** O'zbekiston sport sohasi, rivojlanish, chora-tadbirlar, tashkilotchilik, yoshlar tarbiyasi.

### MEASURES AND METHODS OF SPORTS DEVELOPMENT IN UZBEKISTAN

**Abstract:** This article is written on the topic of measures and methods of sports development in Uzbekistan. The article provides information on additional measures taken by the government of the Republic of Uzbekistan to promote development in the field of sports and obtain high results in the field of sports. The article presents important topics such as innovative approaches in the field of sports, sports potential and its changes, sports organization, the importance of sports in youth education, and training systems of certified personnel. The article also shows important issues such as international cooperation in the field of sports, system of certified personnel training and strategic approaches in the field of sports. The article shows additional measures to promote development in the field of sports, such as innovative approaches in the field of sports, improvement of youth education, training of certified personnel and development of international cooperation in the field of sports. The article also mentions the government, foreign languages and international organizations in promoting development in the field of sports. The article provides multi-faceted information on additional measures and methods to promote development in the field of sports in Uzbekistan. The article provides more details about important issues such as innovative approaches in the field of sports, improvement of youth education, training of certified personnel and development of international cooperation in the field of sports. The article recommends cooperation with the government, foreign languages and international organizations to promote development in the field of sports. This article may be of

interest to those with an interest in the development of priorities and advanced directions in the field of sports.

**Keywords:** sports sphere of Uzbekistan, development, measures, organization, youth education.

### МЕРЫ И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СПОРТА В УЗБЕКИСТАНЕ

**Аннотация:** Данная статья написана на тему мер и методов развития спорта в Узбекистане. В статье представлена информация о дополнительных мерах, принятых правительством Республики Узбекистан для поощрения развития в области спорта и получения высоких результатов в области спорта. В статье представлены такие важные темы, как инновационные подходы в сфере спорта, спортивный потенциал и его изменения, организация спорта, значение спорта в воспитании молодежи, системы подготовки дипломированных кадров. Также в статье показаны такие важные вопросы, как международное сотрудничество в сфере спорта, система подготовки сертифицированных кадров и стратегические подходы в сфере спорта. В статье показаны дополнительные меры по содействию развитию в сфере спорта, такие как инновационные подходы в сфере спорта, совершенствование воспитания молодежи, подготовка сертифицированных кадров и развитие международного сотрудничества в сфере спорта. В статье также упоминается правительство, иностранные языки и международные организации в содействии развитию в сфере спорта. В статье представлена разносторонняя информация о дополнительных мерах и методах содействия развитию в сфере спорта в Узбекистане. В статье более подробно рассматриваются такие важные вопросы, как инновационные подходы в сфере спорта, совершенствование воспитания молодежи, подготовка сертифицированных кадров и развитие международного сотрудничества в сфере спорта. В статье рекомендуется сотрудничество с государством, иностранными языками и международными организациями для содействия развитию в сфере спорта. Данная статья может быть интересна тем, кто интересуется развитием приоритетов и перспективных направлений в сфере спорта.

**Ключевые слова:** спортивная сфера Узбекистана, развитие, мероприятия, организация, воспитание молодежи.

### KIRISH

Sport, insonlar o'rtasidagi aloqani kuchaytiradigan, jismoniy va ruhiy holatga ta'sir qiladigan eng katta faoliyatdir. Sport, insonlarda shaxsiy rivojlanishni kuchaytiradi, salomatlikni saqlab qolishni va jamiyatning o'sishi uchun juda muhimdir. Sportning rivojlantirilishi esa, o'z navbatida, jamiyatning boshqa sohalari bilan taqqoslash va ular bilan o'zaro aloqalarni rivojlantirishga bog'liqdir.

Sport sohasini rivojlantirishda, birinchi navbatda, salomatlikni saqlab qolishga e'tibor berish lozim. Salomatlik, sport o'zining asosiy maqsadi emas, lekin sport olamidagi har bir shaxsning salomatligi qanchalik muhimdir. Bu sababli, sport olamidagi yutuqlar va sovg'alar, salomatlikdan yolg'iz o'ta olmaydi. Bu maqsadda, sport olamida salomatlikni saqlab qolish uchun, murakkab tibbiy xizmatlar, yorug'lik, yog', ovqatlanish va suv ichish kabi muhim masalalar keng ko'rib chiqilishi kerak.

Ikkinchi navbatda, sport olamidagi rivojlanish, sportning o'ziga xos taraflarini rivojlantirishga bog'liqdir. Bu, sport olamidagi innovatsiyalar va yangiliklar yordamida olib borilishi mumkin. Misol uchun, 2021 yilning Olimpiya o'yinlarida, sport olamida birinchi marta,

BMX freestyle va karate kabi sport turlari ishtirok etdi. Bu yangiliklar sport olamida yangi imkoniyatlar yaratish va sportni rivojlantirishga yordam berishga qaratildi.

### **TADVIQOT MATERIALLARI VA METODOLOGIYASI**

Shuningdek, sport olamidagi rivojlanish, sportning jamiyat bilan aloqasini rivojlantirishga ham bog'liqdir. Sport olamida jamiyatning boshqa sohalari bilan taqqoslash va ular bilan o'zaro aloqalarni rivojlantirish, jamiy tashkilotlar va korxonalar bilan hamkorlik qilishga imkoniyat yaratadi. Bu hamkorlik sportning rivojlanishiga yordam beradi va sportning jamiyatda o'zining o'rnini oshirishi mumkin.

Jamiyatning sportga qarshi munosabatlari va sport olamidagi muammolarni hal qilish ham sportni rivojlantirish uchun juda muhimdir. Bu muammolarni hal qilishda, sport olamidagi qonunlar, huquqiy muammolar va sport olamidagi siyosatlar kabi muhim masalalar keng ko'rib chiqilishi kerak.

Jumladan, sport sohasini rivojlantirish, salomatlikni saqlab qolish, sport olamidagi innovatsiyalar va yangiliklar, sportning jamiyat bilan aloqasini rivojlantirish va sport olamidagi muammolarni hal qilishga bog'liqdir. Bu muhim masalalar keng ko'rib chiqilishi, sport olamidagi rivojlanishni ta'minlashda juda muhimdir.

Sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun qonunlar va siyosatlar quyidagilardan iborat bo'lishi mumkin:

1. Adolatli qonunlar: Adolatli qonunlar, sport olamidagi muammolarni hal qilishda juda muhimdir. Bu qonunlar sport olamidagi jinoyatlar, doping va boshqa qonunvoy muammolarni hal qilishga yordam beradi. Adolatli qonunlar, sport olamidagi ishonchli va samimi hamkorlikni rag'batlantiradi va jamiyatning sportga qarshi munosabatlarini yaxshilaydi.

2. Doping siyosati: Doping, sport olamidagi eng muhim muammoldan biridir. Bu sababli, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun, sport olamidagi doping siyosati keng ko'rib chiqilishi kerak. Doping siyosati, sportchilarning salomatligini saqlab qolish va sport olamidagi ig'vachiliklarni kamaytirishga yordam beradi.

3. Sportchilar va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik: Sportchilar va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun juda muhimdir. Bu hamkorlik sportchilarning salomatligini saqlab qolish va sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam beradi. Jamoat tashkilotlari, sportning rivojlanishi va sportchilarning o'zlarini rivojlantirishi uchun hamkorlik qilishadi.

4. Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish: Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun, sport olamidagi siyosatlar keng ko'rib chiqilishi kerak. Bu siyosatlar sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun jamiyatning qarashlari va o'zgarishlari bilan hamkorlik qilishi kerak.

5. Sportning jamiyatga ta'siri: Sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun, sportning jamiyatga ta'siri keng ko'rib chiqilishi kerak. Bu ta'sir sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam beradi va jamiyatning sportga qarshi munosabatlarini yaxshilaydi.

6. Tashkilotlararo hamkorlik: Tashkilotlararo hamkorlik, sport olamidagi muammolarni hal qilishda juda muhimdir. Bu hamkorlik sport olamidagi innovatsiyalarni yaratish va sportning rivojlanishiga yordam beradi.

### **TADVIQOT NATIJALARI**

Shuningdek, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun, jamiyatning sportga qarshi munosabatlarini o'zgartirish, sportchilarning salomatligini saqlab qolish, sport olamidagi innovatsiyalar va yangiliklar, sportning jamiyat bilan aloqasini rivojlantirish, tashkilotlararo

hamkorlik va adolatli qonunlar keng ko'rib chiqilishi kerak. Bu muhim masalalar sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam beradi va sportning rivojlanishiga olib keladi.

Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun sportchilar va jamoat tashkilotlari quyidagi ko'rsatmalar orqali hamkorlik qilishi kerak:

1. Bilimdonlar va tajribali sportchilar bilan hamkorlik: Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun sportchilar va jamoat tashkilotlari, bilimdonlar va tajribali sportchilar bilan hamkorlik qilishi kerak. Bu hamkorlik sport olamidagi muammolarni tahlil qilish va ularni hal qilish yollarini topishga yordam beradi.

2. Hamkorlikda professionalizm: Sportchilar va jamoat tashkilotlari hamkorlik qilishda professionalizm ko'rsatishlari kerak. Bu, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan bilim va tajriba bilan to'la ishlashni ta'minlaydi.

3. Ko'p tomonlama hamkorlik: Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun sportchilar va jamoat tashkilotlari, ko'p tomonlama hamkorlik qilishi kerak. Bu hamkorlik sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam beradi va sportning o'sishiga olib keladi.

4. O'zaro tushunchalar o'zgartirish: Sportchilar va jamoat tashkilotlari, sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun o'zaro tushunchalarini o'zgartirishlari kerak. Bu, sport olamidagi muammolarni tahlil qilish va ularni hal qilish uchun zarur bo'lgan tahlil va muhokama olib borishga yordam beradi.

5. Tadbirkorlik va to'g'ridan-to'g'ri aloqalar: Sportchilar va jamoat tashkilotlari, sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun, tadbirkorlar bilan hamkorlik qilishi kerak. Bu hamkorlik sport olamidagi innovatsiyalar yaratish va sportning rivojlanishiga yordam berishga imkoniyat yaratadi.

6. Jamiyat bilan hamkorlik: Sportchilar va jamoat tashkilotlari, sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun, jamiyat bilan hamkorlik qilishi kerak. Bu hamkorlik sportning jamiyat bilan aloqasini rivojlantiradi va sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan o'zgarishlarni amalga oshirishga yordam beradi.

Shuningdek, sportchilar va jamoat tashkilotlari sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun, bilimdonlar va tajribali sportchilar bilan hamkorlik qilish, professionalizm ko'rsatish, ko'p tomonlama hamkorlik qilish, o'zaro tushunchalarini o'zgartirish, tadbirkorlar bilan hamkorlik qilish va jamiyat bilan hamkorlik qilish keng ko'rib chiqilishi kerak. Bu muhim masalalar sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilishga yordam beradi va sportning o'sishiga olib keladi.

O'zbekiston sporti bugungi kunda o'z rivojlanish yo'lidagi dalillarini keltirishi bilan sportga qiziqish ko'paygani kuzatib boradi. O'zbekiston sporti o'zida ko'plab imkoniyatlarni o'z ichiga oladi va jamiyatning sportga qarshi munosabatini yaxshilaydi. Bunda sportning rivojlanishi, sportchilar va jamoat tashkilotlarining moliyaviy yordamini ta'minlash, sportchilarning salomatligini saqlab qolish, sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish va innovatsiyalar yaratish kabi muhim muammolarni hal qilish kerak.

O'zbekistonda sportning rivojlanishi uchun hukumat sportga katta e'tibor qaratadi va sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun qonunlar va siyosatlar yaratiladi. Masalan, 2017 yilda "Sportchilarning salomatligi to'g'risida"gi Qonun qabul qilindi. Bu qonun sportchilarning salomatligini saqlab qolishga yordam beradi va sport olamidagi ig'vachiliklarni kamaytirishga qaratilgan.

O'zbekiston sporti rivojlanishining muhim qismi jamoat tashkilotlarining hamkorligidir. Jamoat tashkilotlari sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun moliyaviy yordam, innovatsiyalar va tajribali sportchilar bilan hamkorlik qilishadi. Masalan, O'zbekiston respublikasi

Milliy sport tashkiloti sportning rivojlanishi uchun juda ko'p imkoniyatlarni ta'minlaydi va sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam beradi

### **MUHOKAMA**

Tadbirkorlar ham sportning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Tadbirkorlar sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun yangiliklar va innovatsiyalar yaratishda jiddiy rivojlanish yaratishadi. O'zbekiston sport tadbirkorligi ham rivojlanmoqda va sportning rivojlanishida katta ro'lni o'ynaydi.

O'zbekistonda sportning rivojlanishiga qaratilgan harakatlar jamiyatga sportga qarshi munosabatini yaxshilaydi va sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilishga qaratilgan qadam bo'lib hisoblanadi. Jamiyat sportchilarni rag'batlantirish, ularning salomatligini saqlab qolish va sportning rivojlanishini ta'minlashga intilishadi.

Shuningdek, O'zbekistonda sportni rivojlantirish mavzusida mantiqiy va tashkiliy ishlar amalga oshirilmoqda va bundan kelib chiqadigan foydalar katta bo'ladi. Sportning rivojlanishi O'zbekistonning mamlakatdagi jamiyatni yanada kuchli va sog'lom qiladi.

O'zbekistonda sportning rivojlanishi uchun hukumat bir qancha qo'shimcha qadamlar olib borayotgan, ulardan ba'zilar quyidagilardir:

1. Sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun qonunlar va siyosatlar yaratish: Hukumat sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun qonunlar va siyosatlar yaratish orqali sportning rivojlanishini ta'minlashga intiladi. Masalan, "Sportchilarning salomatligi to'g'risida"gi Qonun sportchilarning salomatligini saqlab qolishga yordam beradi va sport olamidagi ig'vachiliklarni kamaytirishga qaratilgan.

2. Sportchilarning tayyorlanishi va qo'llab-quvvatlash: Hukumat sportchilarning tayyorlanishi va qo'llab-quvvatlash uchun ko'plab dasturlar yaratishni rejalashtiradi. Masalan, "Qalqon 2021" dasturi sportchilarning tayyorlanishi va yoshlarni sportga rag'batlantirishga yordam berish uchun tashkil etilgan.

3. Sportga investitsiya qilish: Hukumat sportga investitsiya qilish orqali sportning rivojlanishini ta'minlashga intiladi. O'zbekiston Respublikasi jahon sportidan tortib, "Milliy sport" tashkiloti sportning rivojlanishiga ko'plab investitsiyalar qilmoqda.

4. Jamiyat bilan hamkorlik: Hukumat sportning rivojlanishida jamiyat bilan hamkorlik qilishga intiladi. Hukumat sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun jamiyat bilan hamkorlik qilish orqali sportning rivojlanishiga olib keladi.

### **XULOSA VA TAKLIFLAR**

O'zbekistonda sportning rivojlanishi hukumat tomonidan katta e'tibor berilgan sohalardan biridir. Hukumat sportning rivojlanishi uchun quyidagi qo'shimcha qadamlar olib borayotgan:

1. Sportga moliyaviy yordam ko'rsatish: Hukumat sportga moliyaviy yordam ko'rsatishni davom ettirishga intilishadi. Bu, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan uskunalar va vositalarni ta'minlashga yordam beradi.

2. Tarbiyalash tizimida sportga katta e'tibor berish: Hukumat o'quv yurtlari va maktablarda sportga katta e'tibor berishni davom ettirishga intilishadi. Bu, sportni tarbiyalash tizimida o'quvchilar uchun sportning ahamiyatini ta'lim etish va ularni sportga rag'batlantirishga yordam beradi.

3. Sportchilar uchun rag'batlantirish: Hukumat sportchilarni rag'batlantirish, ularning salomatligini saqlab qolish va sportga qiziqishlarini oshirishga intilishadi. Bu, sportchilar uchun yagona sport markazi yaratish va ularning yutuqlariga moliyaviy yordam ko'rsatishga yordam beradi.

4. Sportchilar uchun mukofotlar tizimi: Hukumat sportchilar uchun mukofotlar tizimini yaratishga intilishadi. Bu, sport olamidagi muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan sportchilarning salomatligini saqlab qolish uchun mukofotlar ko'rsatish, ularni sportga rag'batlantirish va sportning rivojlanishini ta'minlashga yordam beradi.

5. Jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik: Hukumat sportning rivojlanishi uchun jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik qilishni davom ettirishga intilishadi. Bu, sport olamidagi muammolarni hal qilishga yordam berish, sportning rivojlanishi uchun yangiliklar va innovatsiyalar yaratish, va sportning o'sishiga olib keladi.

O'zbekistonda sportni rivojlantirishning muhim qismi hukumat, tadbirkorlar, jamoat tashkilotlari va sportchilar bilan birgalikda ishlashdir. Hukumat sportning rivojlanishi uchun katta e'tibor berishni davom ettirish, moliyaviy yordam ko'rsatish, sportchilarni rag'batlantirish, sportchilar uchun mukofotlar tizimini yaratish va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik qilishni davom ettirish kerak. Bu qadamlar sport olamidagi ijtimoiy muammolarni hal qilishga, sportning rivojlanishiga va jamiyatning sportga qarshi munosabatini yaxshilashga yordam beradi.

#### REFERENCES

1. Tashpulatov F. A., Shermatov G. K. Wrestling–The Honor of Uzbek Nation //Eurasian Scientific Herald. – 2022. – T. 8. – C. 205-208.
2. Alisherovich T. F. Sog'lom turmush tarzini shakillantirishda jismoniy madaniyatning inson hayotidagi roli //BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI. – 2022. – C. 187-190.
3. Ташпулатов Ф. GANDBOLCHILAR O'YIN FAOLİYATI SAMARADORLIGINI HAR TOMONLAMA BAHOLASH METODIKASI //Scienceproblems. uz. – 2023. – T. 3. – №. 1. – C. 96-104.Shermatov G. K. Classification of Methods of Sports Wrestling, System //EUROPEAN JOURNAL OF BUSINESS STARTUPS AND OPEN SOCIETY. – 2022. – T. 2. – №. 2. – C. 39-42.
4. Мухаметов А.М. (2021) Methodology for Normalizing Workload in Health Classes, european journal of life safety and stability,<http://www.ejls.indexedresearch.org/>
5. Шерматов F.К. (2021) DYNAMICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS WITH ONE AND TWO TIME COMPULSORY LESSONS, World Economics & Finance Bulletin (WEFB) <https://www.scholarexpress.net/>
6. Мухамметов, А.М. (2022). Научно-методические основы нормирования нагрузок в физкультурно-спортивном здравоохранении. Евразийский научный вестник, 8, 194-197.
7. Khurramovich, K. F. (2022). DEVELOPING A SET OF WELLNESS EXERCISES FOR MIDDLE AGED MEN (45-60 YEARS OLD) ACCORDING TO PHYSICAL PREPARATION. *Academia Globe: Inderscience Research*, 3(04), 165-169.
8. Alisherovich, T. F., & Toshboyeva, M. B. Innovative Pedagogical Activity: Content and Structure.
9. Tashpulatov Farkhad Alisherovich, METHODOLOGY OF COMPREHENSIVE EVALUATION OF GAME ACTIVITY EFFICIENCY OF HANDBALL PLAYERS, 2023/1, ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES, 96-104, <https://doi.org/10.47390/1342V3I1Y2023N10>
10. Khurramovich, K. F. (2022). DEVELOPING A SET OF WELLNESS EXERCISES FOR MIDDLE AGED MEN (45-60 YEARS OLD) ACCORDING TO PHYSICAL PREPARATION. *Academia Globe: Inderscience Research*, 3(04), 165-169.

11. Khurramovich, K. F. (2022). METHODOLOGY OF WEIGHTLIFTING WITH ATHLETES. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(4), 1228-1233.
12. Karimov, F. X. (2022). Scientific and Methodological Bases of Normalization of Loads in Physical Education and Mass Sports-Health Training. EUROPEAN JOURNAL OF BUSINESS STARTUPS AND OPEN SOCIETY, 2(2), 24-28.
13. Karimov, F. X. (2021). Plan Individual Fitness Training Programs for Middle-Aged Men. European Journal of Life Safety and Stability (2660-9630), 11, 238-244.
14. Каримов, Ф. Х. (2020). CLASSIFICATION, SYSTEM AND TERMS OF SPORT WRESTLING METHODS. INTERNATIONAL JOURNAL OF DISCOURSE ON INNOVATION, INTEGRATION AND EDUCATION, 1(4), 84-88.
15. Каримов, Ф. Х., & Ташпулатов, Ф. А. (2020). РЕСПУБЛИКАМИЗДАГИ ЮНОН-РИМ КУРАШИ БИЛАН ШУҒУЛЛАНУВЧИ ЎСМИРЛАРНИ ҚАРШИ ҲУЖУМ УСУЛЛАРИГА ЎРГАТИШ САМАРАДОРЛИГИНИ ОШИРИШ. ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ, (SI-2№ 4).
16. Каримов, Ф. Х. (2017). Физическая культура и её связь с общей культурой. Высшая школа, (4), 65-66.
17. Каримов, Ф. Х. (2017). Физическая культура и её связь с общей культурой. Высшая школа, (4), 65-66.
18. Karimov, F. K. (2022). Developing A Combination of Health Exercises for Middle-Aged Men Aged 45-60. Eurasian Scientific Herald, 8, 201-204.
19. Tashbaeva, M. (2022). Pedagogical Opportunities of Wrestling Sports in the Formation of a Sense of National Pride in Students. Eurasian Scientific Herald, 8, 213-216.
20. Toshboyeva, M. B. (2022). WELLNESS EXERCISES FOR HUMAN ENDURANCE DEVELOPMENT. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(4), 1214-1220.
21. Toshboyeva, M. B. (2022). Wrestling is a Kind of Sport with an Example of the First Training jar the Importance of the Formation of FastPaced Power Attributes with the Help of Moving Games. Texas Journal of Multidisciplinary Studies, 6, 291-294.
22. <https://iejrd.com/index.php/%20/article/view/2965>
23. <https://iejrd.com/index.php/%20/article/view/2962>