

## ЁШ СУЗУВЧИЛАРНИ ЎРГАТИШНИНГ БОШЛАНГИЧ БОСҚИЧИДА ТАНЛОВНИНГ НАЗАРИЙ ЖИҲАТЛАРИ

Миржамолова Д.И.

MSF 53-23 гуруҳ талабаси

Матназаров Х.Й.

PhD. Илмий раҳбар

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10362311>

**Аннотация.** Спорт танлови муаммоси Ўзбекистон Республикаси жисмоний тарбия ва спортнинг асосий назарий ва амалий биотиббий муаммоларидан биридир. Спорт селекцияси назариясининг ривожланиши спорт ютуқлари даражасига ва умуман спорт фанининг ривожланишига таъсир қилади. Спорт фаолиятининг мақсади маълум бир шахс учун мумкин бўлган максимал спорт натижасига эришишдир.

**Таянч сўз ва тушунчалар:** сузиш, морфологик ва функционал кўрсаткичлар, спорт натижаси, тайёргарлик босқичлари, спорт танлови, юклама, узоқ муддатли машгулотлар.

### THE BEGINNING OF TEACHING YOUNG SWIMMERS THEORETICAL ASPECTS OF SELECTION AT THE STAGE

**Abstract.** The problem of sports competition is one of the main theoretical and practical biomedical problems of physical education and sports in the Republic of Uzbekistan. The development of the theory of sports selection affects the level of sports achievements and the development of sports science in general. The goal of sports activity is to achieve the maximum sports result possible for a certain person.

**Key words and concepts:** swimming, morphological and functional indicators, sports results, preparatory stages, sports selection, loading, long-term training.

### НАЧАЛО ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ ПЛАВЦОВ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОТБОРА НА ЭТАПЕ

**Аннотация.** Проблема спортивного отбора является одной из основных теоретических и практических медико-биологических проблем физического воспитания и спорта в Республике Узбекистан. Развитие теории спортивного отбора влияет на уровень спортивных достижений и развитие спортивной науки в целом. Целью спортивной деятельности является достижение максимально возможного спортивного результата для конкретного человека.

**Ключевые слова и понятия:** плавание, морфофункциональные показатели, спортивные результаты, подготовительные этапы, спортивный отбор, нагрузки, многолетняя тренировка.

Кириш. Аксарият спорт турлари, жумладан сузиш бўйича спорт ютуқларининг ўсиши спортчиларнинг индивидуал имкониятларини янада чуқурроқ ўрганишни тақозо этади. Энг юқори ютуқлар спортининг замонавий шароитида энг иқтидорли, истикболли спортчиларни аниқлаш алоҳида аҳамиятга эга, чунки рекорд ютуқлар ушбу спорт турига хос бўлган энг мақбул кўрсаткичларга эга бўлган спортчиларга

хосдир (Вайцеховский С.М., Никитский Б.Н., Булгакова Н. Ж., Платонов В.Н.).Бир томондан морфологик, функционал, психологик хусусиятлари билан ажралиб турадиган спортчилар турли фаолият шароитларига турлича мослашса, иккинчи томондан мақсадли фаолият энг иқтидорли спортчиларни танлаш ва уларнинг ўзига хос морфофункционал ҳолатини шакллантиришга таъсир қилади.

Адабиёт таҳлили ва методология. Олимпиада сув спорт турларида спорт натижаларининг жадал ривожланиши шуни кўрсатадики, катта юкламаларни бажаришга ҳам ҳажми, ҳам интенсивлиги бўйича мослашган энг иқтидорли спортчилар чемпион бўлишади. Болалар ва ўсмирлар спорт мактабларида,спорт йўналишидаги мактаб-интернатларда,олий спорт маҳорати мактабларида оммавий жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришга катта давлат маблағлари сарфланмоқда, бироқ оммавий спортда тиббий назоратнинг пастлиги, спортчиларни тайёрлашнинг кейинги босқичлари номукамаллиги ва спорт танловининг номукамал тизимлиги сабабли сузувчиларимизнинг жаҳон ареналаридаги ютуқлари сони жуда паст бўлиб қолмоқда.Спорт танлови – бу муайян спорт турида юқори натижаларга эриша оладиган энг иқтидорли болаларни ажратиб олиш жараёнидир.

Спортга йўналтирилганлик – спортчиларнинг мойиллиги ва қобилиятларини, уларнинг маҳоратини шакллантиришнинг индивидуал хусусиятларини ўрганиш асосида юқори спорт маҳоратига эришишнинг истиқболли йўналишларини белгилашдирб.Келажакда юқори натижаларни кўра билиш маълум бир спорт тури доирасида тор спорт мутахассислигини танлаш (спринт ёки стайер) билан боғлиқ бўлиши мумкин, буларга:

– кўп йиллик тайёргарликнинг индивидуал тузулмаси, юкламалар динамикасини ва ютуқларнинг ўсиш суръатларини аниқлаш;

– спортчининг спорт натижалари даражасига таъсир кўрсатиши мумкин бўлган тайёргарлик ва рақобат фаоллигининг етакчи омилларини аниқлаш;

– спортчи қобилиятининг ривожланишига салбий таъсир кўрсатадиган, унинг индивидуаллигига зиён етказадиган воситалар, усуллар, юкламаларни аниқлаш ва бартараф этиш жараёнлари киради.Спорт танлови профессионал танлов асосида вужудга келган ва ҳозирги босқичда у билан параллел равишда ривожланмоқда, у узоқ ва кўп босқичли хусусиятга эга ва бир мартали тадқиқот эмасдир. Спорт танловининг учта асосий тури мавжуд:

1. Спорт билан шуғулланишни хоҳловчиларни танлаш ва спортга йўналтириш;

2. Уларнинг тайёргарлигини ошириш мақсадида турли даражадаги терма жамоаларга киритиш учун саралаш;

3. Мусобақаларда иштирок этиш учун турли даражадаги терма жамоаларга саралаш. Спортни танлаш ва йўналтириш спортни такомиллаштиришнинг маълум бир босқичида бир мартали ҳодиса эмас, балки спортчининг бутун узоқ муддатли машғулотларини қамраб оладиган деярлиузлуксиз жараёндир. Бу ёш ривожланишининг алоҳида босқичида ёки узоқ муддатли машғулотларда қобилиятларни аниқлашнинг мумкин эмаслиги, шунингдек, мойиллик шаклида намоён бўладиган ва эришилган ирсий омиллар ўртасидаги муносабатларнинг мураккаб табиати билан

боғлиқдир. Танлаш ва йўналтириш жараёнида спортчи ҳақида тўлиқ маълумот олиш учун турли хил тадқиқотлар қўлланилади, буларга:

- соғлиқ ҳолати ва жисмоний ривожланиш даражаси;
- тана хусусиятлари;
- биологик ривожланишнинг хусусиятлари;
- асаб тизимининг хоссалари;
- спортчи организмнинг энг муҳим тизимларининг функционаллиги ва такомиллаштириш истиқболлари;
- ҳаракат сифатларининг ривожланиш даражаси ва уларни такомиллаштириш истиқболлари;
- спорт техникаси ва тактикасини ўзлаштириш, ҳаракат кўникмаларини ва техник-тактик схемаларни қайта куриш;
- ўқув ва рақобатбардош юктамаларни кўтара олиш қобилияти, тикланиш жараёнларининг интенсив оқими;
- мушакларнинг ҳаракати ва фазовий вақтни фарқлашнинг психофизиологик қобилиятлари, вазиятни оператив идрок этиш ва тўғри қарорлар қабул қилиш;
- мотивация, меҳнатсеварлик, қатъиятлилик, сафарбарлик тайёрлиги;
- рақобат тажрибаси, ҳамкорлар ва рақибларга мослашиш қобилияти, ҳакамликнинг ўзига хос хусусиятлари;
- асосий мусобақалар учун хос бўлган спорт маҳорати даражаси ва уни экстремал шароитларда амалга ошириш қобилияти кабилар киради.

Тадқиқотнинг мақсади. Спортчиларнинг ёши ва жинси, ривожланиш қонуниятлари, уларнинг морфологик, функционал, жисмоний ва психофизиологик ривожланиш жараёнларини инобатга олган ҳолда ёш сузувчиларни танлаш ва йўналтириш.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги. Сузиш спорти билан шуғулланишнинг бошланғич даврида ёш сузувчиларнинг келажақдаги юқори натижаларга эришиши учун уларни селектив танлаб олишни йўлга қўйиш самарадорлиги аниқланди.

Тадқиқотнинг объекти. Тадқиқот ишлари Термиз шаҳридаги Болалар ва ўсмирлар спорт мактабига тегишли ёпиқ бассейн иншоотида ўтказилди. Тадқиқот жараёнига Термиз шаҳри умумтаълим мактабларининг 10-12 ёшдаги 43 нафар ўқувчилари (шулардан 18 таси қиз) хоҳишлари инобатга олинган ҳолда жалб этилди.

Тадқиқот натижалари ва уларни муҳокама қилиш. Спорт танловининг самарадорлиги кўп жиҳатдан машғулот жараёнининг сифатига боғлиқ ва бу кўп жиҳатдан барча ёшдаги болаларнинг морфологик ва функционал хусусиятларини, тананинг ўсиши ва ривожланишининг индивидуал хусусиятларини, сезгирлик даврларни ҳисобга олиш даражасига боғлиқ бўлади. Бундан ташқари танлов бир ёки иккита, ҳатто муҳим мезонларга эмас, балки болалар ва ўсмирларнинг индивидуал хусусиятларини объектив баҳолай оладиган кўрсаткичларнинг бутун мажмуасига асосланиши керак. Танлаш босқичлари спортчиларнинг ёши ва жинси ривожланиш қонуниятлари, уларнинг морфологик, функционал, жисмоний ва

психофизиологик ривожланиш жараёнлари асосида белгиланади. Танлаш босқичларини таснифлаш мезони мақсадли бўлиши керак. Танловни ташкил қилиш бўйича бошқа нуқтаи назарлар мавжуд. Шундай қилиб, танловнинг тўрт босқичини ажратиш мақсадга мувофиқлиги ҳақида фикр билдирадилар:

- болалар ва ўсмирларни дастлабки танлаш босқичи;
- танланган контингентнинг танланган спорт тури бўйича муваффақиятли ихтисослашув талабларига мувофиқлигини чуқур текшириш босқичи;
- спортга йўналтирилганлик босқичи; – ўсмирлар спорт мактаби, вилоятлар, мамлакатлар терма жамоаларига саралаш босқичи танловни турли тана тизимларини камраб олувчи кўрсаткичлар тўпламига асосланган, спортчиларнинг потенциал имкониятларини чуқур синовдан ўтказишни талаб қиладиган муаммо сифатида кўриб чиқиш керак деган хулосага келади. Танлаш мезонларини ишлаб чиқиш учун асос жисмоний тайёргарлик хусусиятларининг ёш динамикасини, жисмоний ривожланиш ва восита қобилиятлари даражасини комплекс ўрганиш бўлиши керак. Ушбу кўрсаткичларнинг ривожланиш даражасини баҳолаш спортчиларнинг ёши ва спорт тажрибасига қараб амалга оширилади. Шу билан бирга, узоқ муддатли спорт танловининг биринчи ва иккинчи босқичларида асосий ролни генетик жиҳатдан аниқланган белгилар ўйнайди, улар машғулотлар таъсирида озгина ўзгарувчанлик билан тавсифланади. Кейинги босқичларда уларнинг роли пасаяди ва машғулотлар таъсирига боғлиқ бўлган техник, психологик ва функционал белгиларнинг қиймати ошади. Сузиш турли кучга эга бўлган циклик спорт туридир ва шароитлари билан бошқа спорт турларидан сезиларли даражада фарқ қиладди. Ҳозирги вақтда сузиш бўйича спорт ютуқларининг замонавий даражаси сузувчининг морфотипига қатъий аниқ талаблар қўяди. Шу муносабат билан, келажакдаги сузувчининг жисмоний кўрсаткичлари (антропометрик ва функционал хусусиятлари) бўйича салоҳиятини қандай тўғри баҳолаш ва келажакдаги натижаларни башорат қилиш учун қандай объектив маълумотлардан фойдаланиш кераклиги ҳақида савол туғилади.

Сузишда кўйидаги антропометрик ўлчовлар кенг қўлланилади, буларга тана узунлиги, тана оғирлиги, елка кенлиги, тос кенлиги, кўкрак қафасининг кўндаланг диаметри, сагиттал кўкрак диаметри, елка атрофи, билак атрофи, оёқ-кўл узунлиги (кўллар, оёқлар), кифт майдони, ўпканинг ҳаётлий сиғими, мушаклар кучи ва ишида иштирок этадиган қон томирлари, сувда сузиш қобилияти ва тананинг мувозанати каби кўрсаткичлар киради. Одатда, спорт сузиш амалиётида мураббийлар шахсий тажриба ва ўз сезгилари асосида табиий танланиш муаммоларини қисман ҳал қиладилар. Шу билан бирга, ёш ғолибларнинг 80 % катта сузиш спортидан кетишлари, яъни улар катта бўлганларида амалда юқори тоифали сузувчиларга айланмаслиги аниқланган. Маълум бўлишича, халқаро тоифадаги спорт усталари сузиш билан анъанавий тарзда 10-12 ёшдан шуғулланишни бошлашган. Шунинг учун спорт танловига уч босқичдан иборат бўлган дастлабки, асосий ва якуний жараён сифатида қаралади. 1-босқичда сузишдаги натижалар бўғимларнинг эгилувчанлигига, ҳаракатчанлигига, нафасни ушлаб туриш қобилиятига,

мувофиқлаштиришга, омадга боғлиқ бўлади. 2-босқичда 2 йиллик машғулотдан сўнг сузиш бўйича муваффақият давомат ва ўқув натижалари билан белгиланади. Танловнинг 3-босқичи 3-4 йиллик машғулотлардан сўнг сузувчининг ихтисослашувига олиб келади. Спортчиларнинг бу кўрсаткичлари мамлакатимизда ҳам, хорижда ҳам мутахассислар томонидан ўрганилиб, бу ерда барча ёшдаги спортчиларнинг истиқболи, жинси, малакаси, мутахассислиги ва роли белгиланади. Шунга кўра, ёш сузувчиларни танлаш ва истиқболларини башорат қилиш мезонларини ишлаб чиқиш юқори тоифали спортчиларни тайёрлашда долзарб муаммо ҳисобланади.

Хулоса. Дастлабки босқичдаги сузишни ўрганишда табиий ҳаракат қобилиятлари муҳимроқдир, улар (қўл кучи, сузиш вақтида қўллар билан зарба бериш кучи, ҳаракат вақтидаги бўғинлардаги ҳаракатчанлик) сувда ёки қуруқликда машқ қилиш бошланишидан олдин ҳам аниқланиши мумкин. Шахснинг морфо-функционал ҳолати ва спорт фаолияти ўртасидаги номувофиқлик бўлса, катта спортда экстремал юкламаларни енгиб ўтиш кўпинча танадаги патологик жараёнларнинг ривожланишига, унинг эрта қаришига ва психологик жароҳатларга олиб келади. Спортга ихтисослашиш инсоннинг биологик имкониятларини тақлиф этилаётган фаолиятга мос келишига асосланиши керак. Спортчилар морфологик ва функционал хусусиятлари билан фарқланади, спорт фаолиятининг турли экстремал шароитларига турлича мослашади. Бошқача қилиб айтганда, мақсадли спорт фаолиятининг экстремал омиллари энг мосларини танлаш ва уларнинг ўзига хос морфофункционал ҳолатини шакллантиришга таъсир қилади. Жисмоний хусусиятлар сузиш бўйича мусобақаларда муваффақиятга таъсир қилувчи кўрсаткичлардан бири ҳисобланади.

#### REFERENCES

1. Kazakov R. T. et al. MULTIMEDIA SYSTEMS AND DISTANCE LEARNING TECHNIQUES IN SPORTS SOX //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 99-105.
2. Kazakov R. T., Rasulov Q. Q. TRAINING IN INTERNATIONAL WRESTLING TECHNIQUES AND TACTICS //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 180-186.
3. Yusupova N. R. SOCIO-GENDER ASPECTS OF MODERN WOMEN'S SPORTS //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 118-124.
4. Kazakov R. T. THE MAIN PHYSICAL QUALITIES OF ATHLETES //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 719-725.
5. Kazakov R. THE METHOD OF IMPROVING PHYSICAL AND SPECIAL PHYSICAL FITNESS INDICATORS OF SHORT-DISTANCE RUNNERS //Журнал иностранных языков и лингвистики. – 2023. – Т. 6. – №. 2.
6. Казоқов Р.Т., Абдиев Б.С., Джўрабаев А.М., Бўриев Б.Ў. Спортчилар тайёрлаш тизимини бошқарув асослари турлари. // "OMMAVIY SPORT TADBIRLARINI



- TASHKIL ETISH: MUAMMOLAR, TENDENSIYALAR VA ISTIQBOLLAR"ЎзДЖТСУ, 1, 530-538
7. Kazoqov R., Jo'raqo'ziev O., Eshpo'latov S. ҚИСҚА МАСОФАГА ЮГУРУВЧИ СПОРТЧИЛАРНИНГ МАШҒУЛОТ ДАВРЛАРИНИ ТУЗИЛИШИ //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 4. – С. 5-11.
  8. Qutlimurodov I. X., Kazoqov R. T., Bo'ronov A. B. FUTBOLDA INNOVATSION TECHNOLOGIYALARNI QO'LLASH //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 11. – С. 111-117.
  9. Buriyev B. U., Qodirov R. R., Kazoqov R. T. Jismoniy tarbiya va sportda axborot kommunikatsiya texnologiyasining tuzilishi va tamoyillari //Ta'limda zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanishning innovatsion usullari. – 2021. – Т. 5. – №. 5. – С. 555-559.
  10. P.T Казоқов.,Талабаларга ахборот хавфсизлигини таъминлаш компонентлигини ривожлантиришнинг ҳуқуқий асослари.,Ўзбекистон давлат саънат ва маданият институти хабарлари 4 (12), 61-6811.Казоқов Р.Т.,Кейс стади технологияларидан фойдаланиб талабаларнинг масофавий таълим технологиялари асосида педагогик маҳоратини шакллантириш.,Замонавий футболни ривожлантириш тенденциялари:муаммо ва ечимлари 11 (1 ...
  11. Давурбаева М. Ж., Казоқов Р. Т., Мадаминов М. П. Интернет тармоқларида талаба ёшларнинг мустақил таълим олишдаги билим ва кўникмаларининг такомиллаштириш //SPORT MENEJMENTI VA MARKETINGI: MUAMMOLAR, TENDENSIYALAR VA ISTIQBOLLAR. – 2019. – Т. 1. – №. 5
  12. Казоқов Р. Т. Талабаларга ахборот хавфсизлигини таъминлаш компонентлигини ривожлантиришнинг ҳуқуқий асослари //Ўзбекистон давлат саънат ва маданият институти хабарлари. – 2019. – Т. 4. – №. 12. – С. 61-68.
  13. P.T Казоқов, Ш.Қ Бекназаров, Ибодов, А. И.Футболчиларнинг антропометрик ўлчамлари ва тезлик сифатлари орасидаги корреляциясини ўрганишда акт дан фойдаланиш.,Тиббиёт ва спорт 1 (10), 27-30.
  14. Казоқов, Р. Т., & Джўрабаев, А. М. Юлдашева К.А ЎЗБЕКИСТОНДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. *SPORT MENEJMENTI VA MARKETINGI: MUAMMOLAR, TENDENSIYALAR VA ISTIQBOLLAR*, 1-237.
  15. Джўрабаев А. М., Казоқов Р. Т. Биомеханик таҳлиллар асосида енгил атлетикачиларнинг функционал тайёргарлигидаги корреляция алоқаларининг таҳлили //Yoshlarni qo 'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili" ga bag 'ishlangan. – 2021. – Т. 4. – №. 4. – С. 198-208.
  16. Kazoqov R. T., Djurabaev A. M. Kredit modul tizimi nima //Ta'limni raqamlashtirish sharoitida pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish. – 2021. – Т. 4. – №. 4. – С. 198-206.
  17. Казоқов Р. Т., Джўрабаев А. М. Юлдашева КА ЎЗБЕКИСТОНДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ РИВОЖЛАНИШИ //SPORT MENEJMENTI VA MARKETINGI: MUAMMOLAR, TENDENSIYALAR VA ISTIQBOLLAR. – С. 1,237-240.

18. Казоқов Р. Т. и др. МАМЛАКАТИМИЗ ЯНАДА ЮКСАЛИШИДА БОЛАЛАР СПОРТИНИНГ ЎРНИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 5-11.
19. Казоқов Р. Т. и др. ПЕДАГОГИКА ОЛИЙ ТАЪЛИМДА КЕЙС-СТАДИ ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ АСОСИДА ПЕДАГОГИК МАҲОРАТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ЮЗАСИДАН ТАЖРИБА-СИНОВ ИШЛАРИНИНГ НАТИЖАЛАРИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 111-115.
20. Казоқов Р. Т. Кейс стади технологияларидан фойдаланиб талабаларнинг масофавий таълим технологиялари асосида педагогик маҳоратини шакллантириш //Замонавий футболни ривожлантириш тенденциялари: муаммо ва ечимлари. – Т. 11. – №. 1.
21. Казоқов, Р. Т., Джўрабаев, А. М., Бўриев, Б. Ў., & Ахматов, Ж. О. (2023). ПЕДАГОГИКА ОЛИЙ ТАЪЛИМДА КЕЙС-СТАДИ ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ АСОСИДА ПЕДАГОГИК МАҲОРАТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ЮЗАСИДАН ТАЖРИБА-СИНОВ ИШЛАРИНИНГ НАТИЖАЛАРИ. *Академические исследования в современной науке*, 2(6), 111-
22. Казоқов Р. Т., Мирзабдиллаева А. И., Мирзабдиллаева Х. И. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ТАРБИЯВИЙ ТАДБИРЛАРДА МИЛЛИЙ-МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 8. – С. 29-34.
23. Казоқов Р. Т. и др. ПЕДАГОГИКА ОЛИЙ ТАЪЛИМДА КЕЙС-СТАДИ ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ АСОСИДА ПЕДАГОГИК МАҲОРАТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ЮЗАСИДАН ТАЖРИБА-СИНОВ ИШЛАРИНИНГ НАТИЖАЛАРИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 111-115.
24. Kazoqov R. T., Djurabaev A. M. Kredit modul tizimi nima //Ta'limni raqamlashtirish sharoitida pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish. – 2021. – Т. 4. – №. 4. – С. 198-206.
25. Давурбаева М. Ж., Казоқов Р. Т., Мадаминов М. П. ТАЛАБА ЁШЛАРНИНГ МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ ОЛИШДАГИ БИЛИМ ВА КЎНИКМАЛАРИНИНГ ТАКОМИЛЛАШТИРИШДА ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИНГ АХАМИЯТИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 5. – С. 26-31.
26. Давурбаева М. Ж., Казоқов Р. Т., Мадаминов М. П. ТАЛАБА ЁШЛАРНИНГ МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ ОЛИШДАГИ БИЛИМ ВА КЎНИКМАЛАРИНИНГ ТАКОМИЛЛАШТИРИШДА ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИНГ АХАМИЯТИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 5. – С. 26-31.
27. Давурбаева М.Ж.,Казоқов Р.Т., Мадаминов М.П.Ёшларнинг мустақил таълим олишдаги билим ва кўникмаларининг такомиллаштиришда интернет ресурсларидан фойдаланишнинг ахамияти//ACADEMIC RESEARCH IN MODERN SCIENCE. - 2023/2/14. – Т. 2. – №. 5. – С. 26-31.
28. Казоқов Р. Т., Жўрақўзиев О. О., Эшпўлатов С. С. СПОРТ МУАССАСАЛАРИДА ТАРБИЯВИЙ ТАДБИРЛАРДА МИЛЛИЙ-МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТЛАРДАН

- ФОЙДАЛАНИШ // Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 13. – С. 238-248.
29. Казоқов Р.Т., Бўриев Б.Ў., Абдиев Б.Ш., Джўрабаев А.М., Туропов А.Р. КУРАШ МИЛЛИЙ СПОРТ ТУРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ АСОСИЙ ЎНАЛИШЛАРИ // МИЛЛИЙ КУРАШ ТУРЛАРИ ВА УЛАРНИНГ НАЗАРИЙ-АМАЛИЙ МУАММОЛАРИ. - 2023. – Т. 1. – №. 2. – С. 161-163.
30. Джўрабаев А. М., Казоқов Р. Т. Биомеханик таҳлиллар асосида енгил атлетикачиларнинг функционал тайёргарлигидаги корреляция алоқаларининг таҳлили // *Yoshlarni qo'lab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili*” ga bag ‘ishlangan. – 2021. – Т. 4. – №. 4. – С. 198-208.
31. Казоқов Р. Т., Расулов А. Ғ., Бўронов А. Б. СПОРТ МАКТАБЛАРИ ЎҚУВ-МАШҒУЛОТ ГУРУҲЛАРИДА ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ ТАНЛОВ УСЛУБИЯТЛАРИНИ АСОСЛАШ // Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 15. – С. 38-46.
32. Kazoqov R. T., Vo'ronov A. B. SPORTDAGI DOLZARB YANGILIKLAR // Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 15. – С. 47-56.
33. Kazoqov R. T., Pirnazarov S. A., Shamsiddinov S. X. STUDENTS LEARN TO ORGANIZE PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING AND CONTROL PHYSICAL DEVELOPMENT // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1195-1202.
34. Eshpo'latov S. S. METHODS AND PRINCIPLES OF IMPROVING TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS AND PHYSICAL TRAINING OF YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1296-1302.
35. Kazoqov R. T., Eshpo'latov S. S. YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS ARE THE PROCESSES OF ORGANIZING TRAINING SESSIONS // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1303-1310.
36. Pirmatov O. Z., Kazakov R. T. ROLE AND PLACE OF SPORTS AND ACTIVE GAMES IN THE GENERAL STRUCTURE OF EDUCATIONAL AND PRODUCTION PRACTICE // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 125-131.
37. Kazakov R. T., Rasulov Q. Q. TRAINING IN INTERNATIONAL WRESTLING TECHNIQUES AND TACTICS // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 180-186.
38. Kazoqov R., Akmuradov M. THE IMPORTANCE OF WORKING MEMORY IN MASTERING JUDO SPORTS TECHNIQUES IN ADOLESCENT ATHLETES // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 489-494.
39. Kazoqov, R., & Akmuradov, M. (2023). PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF JUDO. *Modern Science and Research*, 2(10), 481–488.
40. Kazoqov R. T., Umaraliyeva F. T. DRAW A KINESICYCLOGRAM OF SHORT-DISTANCE RUNNING AND BUILD A TIMELINE // *Modern Science and Research*. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1201-1208.



41. Kazoqov R. T. et al. IMPROVEMENT OF TECHNICAL TRAINING OF SHORT-DISTANCE ATHLETES //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1077-1084.
42. Kazoqov R. T. et al. STARTING TECHNIQUE IN SHORT DISTANCE RUNNING //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1070-1076.
43. Xalmuxamedov R. et al. ANALYSIS OF THE DEPENDENCE OF THE CONDITIONS OF THE MIDDLE MOUNTAIN OF INDICATORS OF THE INTENSITY ZONES OF TRAINING TRAINING LOADS OF QUALIFIED BOXER WOMEN //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 473-483.
44. Turdimuratov Y. A. O ‘ZBEKISTONDA BOLALAR SPORTINI RIVOJLANTIRISHGA OID DAVLAT SIYOSATI //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – Т. 2. – №. 2. – С. 144-152.
45. Турдимуратов Я. А. КОЧЕВОЕ ХОЗЯЙСТВО УЗБЕКОВ ЮЖНОГО УЗБЕКИСТАНА В КОНЦЕ XIX–НАЧАЛО XX ВВ //Educational Research in Universal Sciences. – 2022. – Т. 1. – №. 7. – С. 546-557.