

## ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ РИВОЖИДА АНТРОПОТЕХНИКАНИНГ АҲАМИЯТИ

**Н. Н. Назаров**

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети доценти

### АННОТАЦИЯ

Мақолада спорт техникаси ҳақида асосий тушунчалар келтирилган. Жисмоний маданиятни ривожлантиришда антропотехниканинг маъноси ҳам ёритилган. Спорт натижаларига еришишда антропотехниканинг роли аниқланади

**Калит сўзлар:** Жисмоний тарбия, спорт, жамият, антропотехника, фалсафий ёндашув, инсон, турмуш тарзи.

### ABSTRACT

The basic representations about sports technique are given in the article. Meaning of antropotechnique in development of physical culture also is submitted. The role of antropotechnique in achievement of sports results is determined

**Keywords:** Physical Education, Sports, Society, Anthropotechnics, Philosophical Approach, Human-being, Lifestyle

### КИРИШ

Бутун инсоният томонидан кўп йиллик тарих давомида яратилган моддий ва маънавий бойликлар мажмуаси умумжаҳон маданиятини ифодалайди. Ҳозирги замон фалсафаси нуқтаи-назаридан маданият инсон фаолияти технологияси, инсон тажрибасини тўплаш ва етказиб бериш, шунингдек уни баҳолаш ва англаш деб қаралади. Бунда инсоннинг шахсий жиҳатлари, унинг яширин имкониятларининг ошиши ҳам кўриб чиқилади. Инсон моддий ва маънавий маданий бойликлар яратиш, фаолиятининг турли соҳаларига фойдали ва инсоний, янги ва ижодий фикрлар киритиш, жамиятда тараққиётни вужудга келишига ҳисса қўшади.

Жисмоний тарбия ва спорт ҳам жамиятнинг тарихий ва фалсафий ривожланиш маҳсули ҳисобланади. Бунда жисмоний тарбия фақатгина гавда маданияти сифатида эмас, балки моддий ва маънавий бойликлар мажмуаси сифатида ҳам талқин этилади. Жисмоний тарбия ва спорт назариясининг ривожланиши,



замонавий кишининг маънавий ва жисмоний имкониятларининг кўп қиррали муаммоларини, шунингдек, унинг руҳий ва жисмоний такомиллашувига йўналтирилган восита, усул ҳамда технологияларни тадқиқ қилиш илмий билимлар, вазибалар ва ривожланиш қонуниятларига таянади.

### АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА МЕТОДОЛОГИЯ

Фалсафа бошқа фанлар каби жисмоний тарбия ва спорт тўғрисидаги билимлар, уларнинг таркибий қисмлари бу соҳадаги назарий ва амалий фанларнинг барча кенг қўламдаги мажмуини ишлаб чиқишдаги услублар асоси ҳисобланади. Бу ҳақда “В.Столяров, Н.Пономарев, Е.Косевич, И.Ротов, В.В.Кузнецов, Л.Матвеев, В.Люкевич, Н.Голотов, И.Муравов, В.Понамарчук, В.Бальсевич, Л.Лубышев, L. King, H.Lenk, M.Demel, Z.Cendrowski, R.Trzesniowski, Z.Krawczyk” [1] каби олимлар ўзларининг фалсафий ва услубий ишларида таъкидлаб ўтишган.

Энг муҳим фалсафий услубий муаммо спорт техникаси йўналишида категориялар, асосий қонун-қоидалар, мезонлар ва кўрсаткичларни ишлаб чиқиш ҳисобланиб, улар ёдамида фалсафий қоидалардан жисмоний тарбия ва спорт амалиётига ўтишда бўлиб, бу эса, фалсафий услублардан муайян билим жараёни ва амалий фаолиятда ҳар томонлама фойдаланиш имкониятини беради. Жисмоний тарбия айрим таркибий қисмлардан тузилган бир бутун тизим бўлиб, услубий ва технологик масалалар, яъни барча илмий йўналишларни ишлаб чиқишдаги фанлараро тадқиқотларни ҳал қилишда синергетик ёндашувни қўллаш объекти ҳисобланади.

Спорт техникаси, янги спорт жиҳозлари машқ қилиш мосламалари, қайд қилувчи ва ахборот берувчи мосламаларни яратиш бўйича тадқиқот олиб бориш ва ишлаб чиқиш жисмоний тарбия ва спорт ҳақидаги фанлар тизимидаги фанлараро алоқаларни ёрқин ифодалайди. Спорт техникаси лойиҳасини ишлаб чиқиш инсон фаолиятининг ўзига хос кўриниши бўлиб, унинг ривожланиши ижтимоий-иқтисодий омиллар, жамият эҳтиёжлари билан аниқланади. Бу жараён асосида ижодий иш ётади ва тадқиқотнинг бу объекти хусусиятлари кенг қамровлидир.

Техника ривожланишини таҳлил қилишга фалсафий ёндашув техника ва ахборот технологиялари ривожланган жамиятдаги инсон мавжудлигининг янги шакли билан боғлиқдир. Техниканинг ўзи қадим замонларданок фалсафий фикр юритиш мавзуси бўлиб келаётган бўлсада, техника фалсафаси кейинги ўн йилликларда янги фан сифатида ажралиб чиқаётган билимлар соҳасидир. Спорт техникаси



фалсафаси бугунги кунда ўз муаммоларини ўртага ташлаб, уларни кейинчалик ҳал қилиш йўлларни белгиламоқда. “Техниканинг мисли кўрилмаган парвози, ишлаб чиқариш технологияларининг тараққиёти инсониятнинг олам, одам ҳақидаги қарашларини чилпарчин қилиб ташлади. Радио, телеведения, ҳисоблаш техникаси, космосга чиқиш, ядро энергиясини жиловлаш, ген инженерияси, пластик материаллар бунга ўхшаш техникавий янгиликлар ажодларимизнинг тушига ҳам кирмаган қулайликларни яратиб турмуш кечириш тарзини тубдан ўзгартириб юборди” [2]. Ҳозирги замон техника фалсафаси яратувчи ва ундан фойдаланувчи инсон муаммоларини тадқиқ қилади. Техник муҳит таъсирида инсон менталетити ўзгаради, этник фарқлар йўқолади. Ана шуларни инобатга олган ҳолда “техникага қарши” оқимлар вужудга келмоқда.

Илгари техника фалсафий муаммо бўла оладими? деган савол қўйилган бўлса, эндиликда спорт техникаси фалсафа мавзуси бўла оладими? деган савол қўйилмоқда. Ҳозирги вақтда техника фалсафасининг маданий-фалсафий ва антропологик концепциялари ўрганилган ва ўрганилмоқда. Техника фалсафаси диққат марказида энг аввало халқ фаравонлигининг ошишига техника тараққиётининг таъсирини ўрганиш муаммолари туради. Техника жаҳон маданияти бир қисми бўлиб, у ҳаётимизнинг иқтисод, сиёсат, миллатлараро манфаатлар ва албатта спортнинг ажралмас қисми ҳисобланади. Илмий техника тараққиёти шароитида инсоннинг ташқи муҳит ва ишлаб чиқаришнинг ўзгарувчан шароитларига мослашуви катта аҳамият касб этади. Ижтимоий, иқтисодий ва техник туб ўзгаришлар жараёнида инсон табиий муҳитдан анча фарқ қилувчи “иккинчи муҳитни” яъни, “сунъий ҳаёт муҳити”ни яратади. Айтиш мумкинки, техника ривожини инсоннинг маънавий дунёси ривожланишига қараганда жадал суратларда ривожланиб бормоқда.

Турмуш тарзида ишлаб чиқаришдаги ўз фаолиятини яхшилаш учун инсон азалдан турли техник воситаларни яратиб келган ва қўллаган. Инсоннинг ривожланиши техник ўзгаришлар жараёнида бу воситалар узлуксиз мураккаблашиб борди ва такомиллашди. Худди шу жараён спорт анжомлари ва тренажёрлар яратилишида ҳам руй берди. Жисмоний тарбия ва спорт ривожланишининг муайян босқичларида мавжуд машғулот воситалари ижобий аҳамиятга эга бўлган, лекин кейинчалик улар спорт тайёргарлигининг яхшиланиши ва спорт ютуқларининг ўсишига етарли имкон бермади. Тажрибага таянган маълумотлар асосида техник қурилмалардан фойдаланиб, янги ягона такомиллашган



восита ва усулларни диалектик излаш руй берди. Ҳозирги пайтда машғулот дарслари шароитларини қулайлаштириш мақсад қилиб олинган. Қурилма ва тренажёрларни ясашда эргономика, биомеханика, инженерлик психологияси, дизайндан янги билимлар вужудга келмокда ва ривожлантирилмокда. Ҳозирги замонда техник воситаларни қўллаш билан бўладиган жисмоний машқларни бажариш шароитларидаги инсон фаолиятини ўрганувчи янги илмий йўналишларни шакллантириш зарурияти туғилди. Бундай илмий йўналишларнинг ривожланиши талабларга жавоб берувчи сифатлар даражасининг ошиши ва ҳаракат кўникмаларини эгаллашда мантикий ҳисоб ва бошқарув вазифаларининг кенг спектрини таъминлаб бериши мумкин. Замонавий спорт техникаси "атроф-муҳит-инсон" тизимида таркибий қисм бўлиб, бу тизим спорт машғулотида исталган натижаларга эришиш ва фазода, сув остида шошилишч ёрдамга муҳтож географик минтақаларда ва одатдаги меҳнат фаолиятида инсоннинг ишлаш қобилиятини сақлаб туриши учун бошқарув ва ўзаро таъсирнинг ягона механизмига бўйсунди.

Спорт техникаси сифатида ўрганиш ва шуғулланиш учун машғулот қурилмалари, жисмоний юктамаларни бажаришда организм ҳолати ҳамда фазо ва вақт кўрсаткичлари тўғрисидаги маълумотларни олиш учун асбоб ва аппаратларни томошабоғлар, микрорайонлар, мактаб ва аквамайдонларда жойлаштирилиши яхши самара беради. Организмни даволаш ва унинг вазифаларини тиклашда қўлланивчи кенг доирадаги техник воситалар тиббий техникага мансуб бўлиб, улар тиббиёт йўналишларида ўрганилади. Инсоннинг кўп қиррали фаолияти билан спорт техникаси ўзаро чамбарчас боғлиқдир. Жисмоний тарбия ва спортдаги техник воситаларнинг бутун спектри антропотехникага мансубдир, чунки у инсон манфаатлари учун мулжалланган. Унинг қўлланиш соҳалари жисмоний тарбия, жисмоний тайёргарлик ва спорт машғулоти кабилардир. Жисмоний тарбия ва спорт воситалари, шу жумладан техник воситалар шахснинг жамиятда ўзини-ўзи бошқариши, янада қулай шароитлар яратиш ва иқтисодий самарадорликка имкон яратиши учун йўналтирилган.

Жисмоний тарбиянинг ижтимоий-иқтисодий самарадорлигини аниқловчи омилларга касаллик миқдорини камайтириш ва умрни узайтириш, меҳнат унумдорлигини ошириш, жамоадаги барқарорлик, ишга лаёқатлилиқ ёшини узайтириш, ўқувчи ва талабаларда жисмоний тарбияда юқори спорт натижаларига эришиш, жароҳатдан кейинги тикланиш машғулотлари сифатини яхшилаш кабилар киради.



Жисмоний тарбия ва спортдаги антропотехниканинг ижтимоий, техник ва экологик атроф-муҳит билан ўзаро муносабатлари алоҳида аҳамият касб этади. Спорт техникаси ва инсоннинг баркамол ривожланишида узвий боғлиқлик намоён бўлади. Жисмоний воситаларни қўллаш жисмоний тарбия жараёнида илм олиш ва тарбия масаларини қўшиб олиб боришга имкон беради. Моддий тафаккур ва амалиёт жараёнида спорт техникасини яратувчи техник ва услубий билимлар тизимини келтириб чиқаради.

## МУҲОКАМА ВА НАТИЖАЛАР

Юқори малакали спортчиларни тарбиялашдаги инсоннинг ҳаракат имкониятлари заҳираларини очиб бериш йўллари излашни талаб қилади. Бунга тадрижий ривожланиш жараёнида шаклланган табиий ҳаракатларни тўлалигича такрорламасдан, балки юзага келган зарурият асосида келиб чиққан машқларни бажариш орқали эришиш йўллари кўрсатади. Бу ерда гап сунъий бошқарилувчи муҳитни таъминлаб берувчи тренажёрлар, техник воситалардан фойдаланиш ва инсоннинг юқори ва энг юқори жисмоний имкониятларини очувчи машғулотларнинг ўзаро боғлиқ тизими ҳақида боради.

Рус файласуф олими В.В.Кузнецов XXII Москва Олимпиадаси арафасида антропомаксимология илмий назариясини илгари суради. У бемор эмас, балки спорт ва бошқа шошилиш ҳаётини вазиятларда мўжизалар яратишга қодир соғлом одам ҳақида маълумотлар беради. Юқори ютуқлар спорти инсоннинг ўта юқори имкониятларини илмий ўрганиш учун беками-кўст шароитлар яратишини таъкидлайди(2). Спорт ривожланиш, таққослаш ва қобилиятларни намоён қилишнинг тарихан юзага келган мусобақа шакли бўлиб, техник воситалар эса энг юқори кўрсаткич ҳаракатларини ишлаб чиқиш ва спортда рекорд натижаларга эришиш имкониятини беради. Ҳаёт фаолиятининг тикланиши ўзаро таъсирни назорат қилиши мумкин бўлган шароитлар енгиллаштирувчи ва эҳтиётловчи қурилма ва мосламалар ёрдамида самаралироқ бўлади. Болалар билан бўладиган машғулотларда ёшдаги фарқларни ҳисобга олиб, соғломлаштириш майдончаларида янги қурилма ва мосламалар яратиш кўпроқ фойда келтиради.

Техник воситалар организмнинг руҳий, жисмоний юкламаларга мослашувига, ҳаракатлар мослашувининг яхшиланишига, организм фаолиятининг такомиллашувига имкон беради. Касбий-амалий жисмоний тайёргарлик ва тренажёрлар, кўришга оид, тактик таҳлил қилувчи асбобларга ва инсоннинг руҳий



фаолиятига талаблар йил сайин ошиб бормоқда. Жисмоний соғломлик ҳолати жамиятдаги қадриятлар тизимига боғлиқ ўзига хос шаклга эга бўлганлиги сабабли техник воситалар ва касбий-амалий жисмоний тайёргарликнинг аҳамияти янада ортади.

Жамиятдаги аксиологик устунликлар аввало жисмоний тарбиядаги антропотехника инсоннинг ҳаётий эҳтиёжларини қондиришга йўналтирилган. Жисмоний тарбиядаги тараққиёт диалектикаси унинг моддий таъминоти, яъни ашёлар олами билан жиддий боғлиқдир. Шунингдек, меҳнат қуролари ва воситалари вазифасини бажарувчи техник воситалар ҳам ашё сифатида қатнашиб, улар инсонлар ўртасидаги алоқаларни ўзаро муносабатларининг турли кўринишдаги шаклларида намоён бўлади. Антропотехниканинг шакл-шубҳасиз муҳимлиги унинг қўлланиши ва кейинчалик такомиллашуви инсонга фақат фойда келтиришдан, яъни ижобий ижтимоий натижалардан иборатдир.

Инсон манфаатлари учун соғлом ҳаёт ва ижтимоий-маданий муҳит яратиш зарур. Бундай муҳит спорт зал, бассейн, махсуслаштирилган тренажёр залидан иборат соғломлаштириш мажмуасида яратилади. Харакатларнинг таъсирини энгиллатувчи, машғулот қурилмалари ва тренажёрлардаги кенг кўламдаги таъсирлар бўйича муайян кетма-кетликда танлаб олинган машқлар мажмуасини қўллаш охир оқибатда соғломлаштирувчи жисмоний тарбия ғояларини самаралироқ бўлишига олиб келади. Ҳар бир шуғулланувчининг шахсий ўзига қулай жисмоний ҳолатини аниқлаш ва унга эришишда тўғри йўлни топишига имкон беради. Экологик таҳдид табиий шароитларда, айниқса юқори нурланиш бўлган муҳитли жойларда жисмоний тарбия машғулотларини чегаралаб қўйишга олиб келади. Қандай қилиб ифлосланган очиқ ҳавода машғулотлар ўтказиш ва сув ҳавзаларида сузишга ўргатиш, узоқ вақт офтобда юриш шишларнинг пайдо бўлишига олиб келишини била туриб офтобда товланиш мумкин?. Ана шундай шароитларда болаларни спортда юқори натижаларга эришишга йўналтириш, катта жисмоний юкларга бардош беришга олиб келиш мумкинми?. Бугунги кунга келиб, жисмоний тарбия ва спорт назарияси амалиётда юқоридаги каби бир қатор саволларга тўлиқ жавоб бера олмайди.

Жисмоний тарбия ва спортда ўргатиш аввалом бор харакат кўникмаларини эгаллаш жараёни билан боғлиқдир. “Аввало, ёшларда жисмоний тарбия ва спортга катта иштиёқ ва қизиқиш уйғотиб, уларни бу соҳага узлуксиз жалб қила оладиган, миллий таълим тизими доирасида ўтказиладиган, ёшларни



соғломлик ва гўзаллик ғоялари рўйхатида тарбиялайдиган оммавий спорт харакатини шакллантириши зарур(5). Ўқувчи талабалар сонининг тобора ортиб бориши янги ўқув тарбия технологиялари ёрдамида янада кўпроқ натижа билан рўёбга чиқади. Бунда ўқитишда кўргазмалар ва тушунтириш усуллари қўллаш билан бир қаторда видеокомпьютер технологиялари, бошқарилувчи ўзаро таъсир қурилмалари ёрдамида амалий ўқитишдан фойдаланиш самаралироқдир.

Техник воситалар ёрдамида ўқитиш ўқувчилар билим доирасини кенгайтиради, ўқитиш сифати ошади, ўқувчиларнинг ўқиш ва машғулотга бўлган шахсий ёндашуви ижобий томонга ўзгаради. Тартибга солинган таркибли машқлар шароитларида жисмоний юкларни бажаришда назорат қилинувчига ўзаро таъсир шароитлари яратилади. Шу билан бирга компьютерлашган тренажёр тизимини қўллаш билан боғлиқ имкониятлар туфайли мураббий ёки ўқитувчига энди бажарилган ишнинг ҳисоб китобини олиб бориш ва таҳлил ўтказиш керак бўлмай қолади. У педагогик жараёнларнинг ижодий томонига диққатини қаратиб, машғулотларда яқка тартиблиликни амалга ошириши мумкин. Шу билан бирга жисмоний тарбия ва спортда ўқитиш жараёни оддий ахборот беришдангина иборат бўлмасдан, балки мураккаб рухий жараён эканлигини ҳисобга олиш керак. Антропотехникани ўқув машғулоти жараёнига онгли равишда олиб кириш учун техник ғояларни ўта қулай ривожлантириш талаб қилинади. Шахсга ўзига ёқадиган жисмоний машқларни танлашда катта эркинлик берилади.

Жисмоний тарбия назарияси ва амалиётининг феномен хусусиятларининг бошқа доирадагилардан фарқи шундан иборатки, у инсондаги ижтимоий ва биологик борлиқни ўта табиий йўл билан бирлаштиради ва унинг ривожланишида умумфалсафий услубиёт асосида бирлаштирувчи омил сифатида махсус ишлаб чиқилган жисмоний тарбия билим ва технологиялари бўлиши лозим. Антропотехника жисмоний тарбияда тадқиқотлар ва ишланмаларнинг инсонпарвар йўналиши ҳисобланади. У инсон фаолиятининг табиий ва таркибий қисмини ифодалаб, унинг қобилиятларини оширади. Замонавий инсон бутун технократик муҳит ва антропотехникага нисбатан “homo sapiens technicus” бўлиб қолади. Инсон жисмоний тарбия йўналишида антропотехниканинг фаол иштирокчи бўлади. Техника тараққиётининг ютуқларидан янги аппарат ва тренажёрлар кўринишида фойдаланади. Шу туфайли ўзини-ўзи такомиллаштириб боради. Антропотехника ҳеч қачон анъанавий машғулоти



воситаларига қарши эмас, уни рад этмайди. Ҳар бир кишининг ҳаётда бўлгани каби ўзини-ўзи руёбга чиқаришида ҳамда жисмоний ривожланишини бошқариши учун ҳаракат фаоллигининг янги эҳтиёжлари қондирилишига ёрдам беради. Инсоннинг бутун умри давомида ҳаракат фаоллиги унинг ҳаёт тарзининг зарурий таркибий қисми бўлиб қолади. Замонавий спорт техникаси атрофдаги нарсалар муҳитининг ўзгаришига таъсир қилади ва шу билан бирга бу ўзгаришларнинг ижтимоий аҳамияти ортади. Янги антропотехника мутахасисларининг вазифаси инсонни ўраб турувчи нарсаларнинг уйғунлашувига кенг имкониятлар очишдир. Бу муаммони фалсафий англаш ва уни кейинчалик услубий ҳал қилишнинг жуда муҳимлиги шу билан боғлиқки, булар спортда ғайратни оширувчи воситаларни қўллаш каби салбий ҳолатларга қарши ҳисобланади. Антропотехника тадбиқ қилувчи янги технологиялар инсон ҳаёти учун хавfli дорилардан фойдаланмайдиган руҳий жисмоний заҳира имкониятларини очишга имкон яратади.

Инсон мураккаб ахборот энергетика тизими бўлиб, организмга таъқиқланган кўзғатувчи дорилар ва аноболикларни олиб кириш унинг мувозанати ва соғлом ҳаёт фаолиятининг бузилишига сабаб бўлади. Инсоннинг ақлий ва жисмоний ривожланиши ҳақидаги билимларнинг тўпланиши янги фан спорт информатикаси пайдо бўлишига олиб келди. ХХI асдаги информатика ва компьютер техникаси ютуқлари спорт амалиётида биологик қарши алоқага асосланган бошқа фан билан бир қаторда янги технологияларни қўллаш имконини беради. Масалан, мушакларнинг электр фаоллиги катталиги ҳақидаги ёруғлик ва овоз ахборотларини уланган электродларда қайд қилиниши орқали билиб бу жараёни онгли равишда бошқариш мушаклар кучини ривожлантириши мумкин.

## ХУЛОСА

Шубҳасиз, олий малакали спортчиларни тайёрлашда инсон организми биоэнергетикасининг яширин заҳиралари туғилиши ва ишлатилиши учун аппаратлар қўллана бошлайди. Масалан, юрак қон томир тизими ҳолатини назорат қилишда мушак мотонейтронлари ва амия нейронлари интеллектуал изометрик юкланмалар яратишда юкланмаларни ўзгартирувчи электромиограмма асбоби шулар жумласидандир. Бундай аппаратлар янги авлод антропотехникаси ҳисобланади. Унинг ёрдамида шахснинг космологик сифат ва қобилиятларидан фарқли бўлган руҳий жисмоний сифат ва қобилиятларини англаш ва



такомиллаштиришга асосланган инсон мавжудлигининг янги илмий усуллар мажмуаси руёбга чиқади. Хулоса ўрнида таъкидлашимиз лозимки, “Техника тараққиёти инсонларнинг ўз соғлиқлари ҳақида кўпроқ ўйлашларини шарт қилиб қўймоқда. Шу боис жисмоний тарбия билан шуғулланиш кишилар турмуш тарзининг зарурий элементига айланиб бормоқда” [3]. Антропотехникадан фойдаланиш спортнинг ривожланишида ижобий натижа беради. Спортдаги ютуқлар кўлами ошишига кенг йўл очади. Шунинг учун ҳам антропотехника ютуқларидан спорт йўналишида фойдаланиш самарадорлигини ошириб боравериш давр талаби бўлиб қолаверади.

## REFERENCES

1. Столяров В.И. Актуальные проблемы философии и социологии спорта// Теор. и практ. физ. культ. 1980, № 12, с. 7-10. Бальсевич В.К., Наталов Г.Г., Чернышенко Ю.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теор. и практ. физ. культ. 2018, № 6, с. 15 - 25. Krawczyk Z., Kosiewicz J. Filozofia kultury fizycznej. Konceptcje i problemy. T. I, II. - Warszawa, 2016.
2. Каримов Иброхим. Маънавият фалсафа ва ҳаёт.Т.Фан нашриёти.2017.-81-б.
3. Шатерников.Э.К. Насриддинов.Ф.Н., инсон омилини шакллантиришда жисмоний тарбия ва спорт.Тошкент”Ўқитувчи”. 2013 йил. 94-бет
4. Назаров Нурали Нормирзаевич. Жисмоний тарбия-соғлом турмуш тарзини шакллантириш омилларидан бири сифатида. Ижтимоий фикр. 2016 йил, 3-сон, 50-55-бетлар.
5. Назаров Нурали Нормирзаевич. Спортнинг маънавий тамойиллари ва соғлом авлод тарбияси. ЎзМУ Хабарлари махсус сон. 2013 йил, Махсус сон, 87-89-бетлар.
- 6.Якубов Фазлиддин Мухитдинович. Таълим жараёнида жисмоний маданият ва рухий баркамоллик уйғунлиги. “Science and Education” Scientific Journal. Uzbekistan. August 2020 1, 106-113.
7. Якубов Фазлиддин Мухитдинович. Бўлажак жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларида спорт тафаккури ва унинг услубларини яратиш орқали тафаккур тарзини такомиллаштириш йўллари // “Фан-спортга” илмий-назарий журнали, 2019 – №4 – Б. 23-28.
8. Назаров Нурали Нормирзаевич. Спорт ва унинг фалсафий мазмуни. Фалсафа ва ҳуқуқ. 2011 йил, 1-сон, 36-37-бетлар.
9. Якубов Фазлиддин Мухитдинович. Жисмоний тарбия ва спорт мутахассислари тафаккур тарзини спорт семиотикаси орқали ривожлантириш йўллари. “ЎзМУ ХАБАРЛАРИ” илмий амалий журнали, 2019. – №1/2 – Б. 211-215.

