ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ КУРАШЧИЛАРНИНГ РУҲИЙ ҲОЛАТИ – МУСОБАҚА ЖАРАЁНЛАРГА ТАЪСИРИ

Элёр Ҳақмуратович Қуватов
Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш муҳандислари институти Қарши филиали ўқитувчиси
elyorquvvatov847@gmail.com

АННОТАЦИЯ

Мураббийларнинг кундалик онгида тажовузкорлик, спорт фаолияти билан бирга спортчининг ҳиссий кайфиятининг зарурий хусусияти сифатида ҳамроҳ бўлади деган фикр бор. Мақолада ҳиссий реакцияларнинг намоён бўлиш даражаси кўп жиҳатдан курашчиларнинг шахсий хусусиятларига, шу жумладан юқори асабий фаолиятнинг индивидуал-типологик хусусиятларига боғлиқлиги кўрсатиб берилган.

Калит сўзлар: кураш, курашчи, руҳият, мусобақа, спорт, реакция, хусусият.

THE MENTAL STATE OF HIGHLY QUALIFIED WRESTLERS - THE IMPACT OF THE COMPETITION PROCESS

Elyor Haqmuratovich Quvatov
Teacher of Karshi branch of Tashkent Institute of Irrigation and Agricultural Mechanization Engineers
elyorquvvatov847@gmail.com

ABSTRACT

There is an idea in the daily minds of coaches that aggression accompanies sports activities as a necessary feature of an athlete’s emotional state. The article shows that the degree of manifestation of emotional reactions depends in many respects on the personal characteristics of the wrestlers, including the individual-typological characteristics of high nervous activity.

Keywords: wrestling, wrestler, psyche, race, sport, reaction, feature.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

КИРИШ

Қадимий қадриятларимиз, хусусан мардлик, жасурлик, ватанпарварлик, гуманизм ғояларини ўзида мужассам этган миллий спортимиз бўлган курашни оммалаштириш, ривожлантириш ва дунёга танитиш ҳамда ушбу қадриятимизни умумжаҳон дурдонасига айлантириш бўйича қатор ишлар амалга оширилмоқда.

Шу билан бирга, курашнинг тобора оммалашиб бораётганлиги нуфузли халқаро мусобақаларни ташкил қилишга, мавжуд инфратузилма ва моддий-техник базани модернизация қилишга, спорт инвентарлари ва кийимлари таъминотини яхшилашга, бу борада ишлаб чиқаришни кенгайтиришга, шунингдек, соҳа учун малакали кадрлар, тренерлар ва ҳакамлар тайёрлашга бўлган эътиборни янада кучайтиришни талаб этмоқда.[1,2]

Буюк аждодларимиздан мерос қолган кураш спортининг бой анъаналари ва қадриятларини келажак авлодларга етказиш, ўзбек спорти бренди номи билан курашнинг жаҳон аренасидаги ролини ошириш, ёшларнинг миллий спортга бўлган қизиқишларини қўллаб-қувватлаш ва рағбатлантириш орқали уларда ватанпарварлик туйғусини янада мустаҳкамлаш, аҳолининг барча қатламлари, айниқса, ёшларнинг, шунингдек, жаҳон халқларининг мазкур спорт тури билан шуғулланиши учун зарур шарт-шароитлар яратиш мақсадида давлатимиз раҳбари Ш.Мирзиёев томонидан бир қанча қарорлар имзоланди.

Кейинги йилларда асрлар давомида мардлик, бағрикенглик, олижаноблик ва ҳалолликнинг тимсоли сифатида эъзозланиб келинган, ўзбек халқининг тарихий мероси — “Кураш” миллий спорт турини қайта тиклашга алоҳида эътибор қаратилмоқда.

Давлатимизнинг бевосита қўллаб-қувватлаши натижасида кураш халқаро спорт тури сифатида кенг эътироф этилди, “кураш”, “ҳалол”, “таъзим”, “тўхта” ва “ёнбош” каби атамалар эса халқаро спорт луғати таркибидан мустаҳкам ўрин эгаллади. 1998-йил 6-сентябрда таъсис этилган Кураш халқаро ассоциацияси бугунги кунда сайёрамизнинг бешта қитъасидаги 129 та миллий федерацияни бирлаштирган.

2010-йилда Кураш халқаро ассоциацияси Олимпия ўйинлари дастурига киритиш учун буюртма беришда муҳим талаб ҳисобланган Жаҳон допингга қарши агентлигининг эътирофига сазовор бўлди.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

2017-йил 20-сентябрда Ашхобод шаҳрида бўлиб ўтган Осиё Олимпия кенгашининг 36-Бош ассамблеясида “Кураш” миллий спорт тури тарихда илк бор XVIII ёзги Осиё ўйинлари дастурига расман киритилди.

Кураш халқаро ассоциацияси ва Ўзбекистон Республикаси курашни халқаро спорт мусобақалари ва турнирлари дастурларига, келгусида эса Олимпия ўйинлари дастурига ҳам киритиш бўйича фаол тадбирларни амалга оширмоқда.

“Кураш” миллий спорт турини аҳоли, айниқса, вояга етмаганлар ва ёшлар ўртасида янада ривожлантириш ҳамда оммалаштириш, ўсиб келаётган авлодда миллий ифтихор ва ватанпарварлик туйғусини мустаҳкамлаш, шунингдек, жамиятда соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш ва жаҳон спорт майдонида юқори натижаларга эришишни таъминлаш мақсадида 6-сентябрь — “Кураш” миллий спорт тури куни сифатида белгиланди.[1,2]

АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА МЕТОДОЛОГИЯ

Кураш спорт тури ривожланишининг замонавий босқичи олимпиадага кирмаган турларининг тобора оммалашиб бораётганлиги билан ажралиб туради. Шу сабабли, Халқаро кураш ассосиацияси (IKA) мусобақа қоидаларини битта мақсад билан ўзгартиради –курашчиларни самарали техник ҳаракатларни фаоллаштириш ва рақобатбардошлигини ошириш мақсдида [3,4,5]. Шубҳасиз, курашчининг рақобатбардош фаолиятини фаоллаштириш ҳиссий стрессни кучайишига олиб келади, бу эса техник ҳаракатларни амалга ошириш самарадорлигига таъсир қилиши яққол кўриниб турибди [7]. Бироқ, ҳиссий реакцияларнинг намоён бўлиш даражаси кўп жиҳатдан курашчиларнинг шахсий хусусиятларига, шу жумладан юқори асабий фаолиятнинг индивидуал-типологик хусусиятларига ҳам боғлиқ [14]. Мураббийларнинг кундалик онгида тажовузкорлик, спорт фаолияти билан бирга спортчининг ҳиссий кайфиятининг зарурий хусусияти сифатида ҳамроҳ бўлади деган фикр бор [5,6]. Шунингдек, спорт фаолиятида тажовузкорликнинг намоён бўлиши спортчиларнинг ақлий захираларини сафарбар қилишга ёрдам берадиган омиллардан бири деган фикр ҳам бор [7,8]. Шу билан бирга, тажовузкорлик спортчининг ички ҳиссиётларини намоён қилишининг асосидир [6,10]. Кўпинча, спортдаги тажовуз бир ёки иккала спортчининг зўравонлик намойиши билан боғлиқ бўлиб, мусобақа қоидаларини бузганга ўхшайди. Шуни таъкидлаш керакки, спортдаги тажовузкорлик жанг бошловчиларининг мусобақа бошланишидан олдинги ички ҳиссий тажрибалари билан боғлиқ бўлиши мумкин. Спорт

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

фаолияти шароитида ҳиссий ташкилотнинг мураккаб механизмлари руҳий ва жисмоний стресс шароитида спортчиларнинг шахсий фазилатлари билан белгиланади. Спортчиларда пайдо бўлаётган ҳиссий ҳолатлар ташқи омилларнинг ички жараёнларга ўзига хос таъсири билан тавсифланади [12]. Спортчиларнинг руҳий ҳолатига ўзига хос ҳиссий таъсир қилиш жараёнлари психофизиологик функцияларни жалб қилиш билан боғлиқ. Ақлий ва физиологик жараёнларнинг нозик алоқаси спортчиларнинг психо-эмоционал ҳолатида намоён бўлади. Агар ақлий ҳодисалар ва физиологик тузилмалар ўртасидаги муносабатни кўриб чиқсак, натижада спорт фаолиятида ҳар қандай таъсирлар, сабаблар ёки шароитлар таъсир қилишини аниқлашимиз мумкин. Психофизиологик функциялар спорт фаолиятининг экстремал шароитида психо-эмоционал реакцияларни шакллантиришнинг асосий бўғини эканлигини ҳисобга олсак, спортчиларнинг эмоционал ва психофизиологик ҳолатлари ўртасида боғлиқликни кўриш мантиқан тўғри келади. Замонавий кураш рақобатбардош фаолият давомида ҳиссий тангликнинг кучайганлиги билан ажралиб туради. Кураш - бу ҳар хил психологик индивидуал хусусиятларга эга бўлган икки шахснинг тўқнашуви. Анъанага кўра кураш ва жанг санъатининг бошқа турлари тажовузкор спорт турлари сифатида белгиланади.

Аммо, руҳий ҳолатга эга бўлган интенсив фаолият шароитида курашчиларда пайдо бўладиган ҳис-туйғулар ўртасидаги боғлиқликни ўрганиш муаммоси пайдо бўлади.

Миллий кураш бўйича 15-17 ёшдаги Қарши олимпиа заҳиралари коллежи Вилоят терма жамоаси аъзолари бўлган 12 нафар юқори малакали спортчиларни кўриб чиқдик.

Тадқиқотда "Multipsixometr-05" психодиагностиканинг аппарат-дастурий комплекси ишлатилди. Тадқиқот усулларининг аккумуляторидан фойдаланилган: руҳий ҳолат даражасини баҳолаш (Luscher ранг тести [13]), тажовузкорлик даражасини аниқлаш (Buss va Darkee усули ёрдамида [14]), ҳиссий ҳаяжонланиш даражасини аниқлаш (ҳиссий қўзғалувчанлик), асабий жараёнларнинг мувозанатини аниқлаш (ҳаракатланаётган объектга реакция)орқали амалга оширилди.

Ёзма розилик ахлоқ қўмитаси тавсиясига ва Хелсинки Декларациясининг ахлоқий меъёрларига мувофиқ спортчилардан олинган. Статистик таҳлил учун Statistica 6.0 амалий дастурий таъминот тўпламидан фойдаланилди. Параметрик бўлмаган статистик таҳлил Wilcoxon тести бўйича қуйи (25%) ва юқори (75%) квартилларни аниқлаш билан ишлатилган.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

НАТИЖАЛАР

Барча спортчилар тажовузкорлик даражасига кўра икки гуруҳга бўлинган: биринчи гуруҳ - тажовуз даражаси паст бўлган полвонлар (7 спортчи), иккинчи гуруҳ - юқори даражадаги тажовузкор курашчилар (5 спортчи).

Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, тажовузкорлик даражаси паст бўлган курашчилар гуруҳи юқори даражадаги тажовузкор спортчилар гуруҳига нисбатан жисмоний ва оғзаки тажовузкорлик кўрсаткичларининг сезиларли даражада пастлиги билан ажралиб туради (1-жадвал). Тегишли натижалар умумий тажовузкорлик параметрлари бўйича олинган. Шахсий ва автоагрессивлик нуқтаи назаридан тажовузкорлик даражаси паст бўлган курашчиларда мутлақ ғалабаларнинг пасайиши тенденцияси мавжуд. Ҳиссий тажовуз кўрсаткичига кўра, турли даражадаги тажовузкор спортчиларнинг икки гуруҳи ўртасида фарқлар топилмади.

1-жадвал

Агрессиянинг намоён бўлиш даражаси ҳар хил бўлган полвонлардаги тажовузкорлик кўрсаткичлари (ўртача, пастки, юқори квартил)

Кўрсаткичлар	Агрессивликни пасайиши (n=7)	Агрессивликнинг кучайиши (n=5)
Оғзаки тажовуз (конв. бирлик)	3,00 3,00; 4,00	5,00* 3,00; 5,00
Жисмоний тажовуз (конв. бирлик)	3,00 3,00; 4,00	6,00* 3,00; 6,00
Шахсий тажовуз (конв. бирлик)	2,00 1,00; 3,00	3,0 3,00; 4,00
Автоагрессия (конв. бирлик)	2,00 0,00; 3,00	4,00 3,00; 4,00
Умумий тажовузкорлик (одатий бирликлар)	12,00 10,00; 13,00	18,00* 15,00; 22,00000

Эслатма. * - п <0,05, тажовузкорлик даражаси пасайган спортчилар гуруҳига нисбатан.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

Турли хил тажовузкор даражадаги курашчиларда руҳий ҳолатни ўрганиш натижалари (Лушер ранг тести бўйича) паст даражадаги спортчиларда "автоген нормадан четланиш" индикаторининг мутлақ қийматлари сезиларли даражада пасайганлигини кўрсатади (2-жадвал). Олинган факт, юқори даражадаги тажовузкор курашчиларга нисбатан, умумий аҳволда субъектив ноқулайлик мавжудлигини кўрсатади. Агрессивлиги паст бўлган курашчилар руҳий ҳолатида субъектив қулайликка эга.

Шу билан бирга, тажовузкорлик даражаси паст бўлган спортчиларда "Вегетатив коэффитсиэнт" кўрсаткичи юқори эканлиги аниқланди. Аниқланган натижалар автоном тизимларнинг паст даражадаги тажовузкор спортчиларда руҳий ҳолатни шакллантиришга қўшган ҳиссасини характерлайди.

2-жадвал

Турли хил тажовузкор даражаларга эга бўлган курашчиларнинг руҳий ҳолати кўрсаткичлари (ўртача, пастки, юқори квартил)

Кўрсаткичлар	**Агрессивликни пасайиши (п=7)**	**Агрессивликнинг кучайиши (п=5)**
Чарчоқ (конв. бирлик)	2,00 1,00; 4,00	2,50 1,50; 4,50
Ташвиш (конв. бирлик)	1,00 0,00; 2,00	2,00 1,00; 2,00
Автоген нормадан четга чиқиш (конв. бирлик)	12,00 8,00; 14,00	19,00* 14,00; 22,00
Эксантриклик (конв. бирлик)	10,00 8,00; 12,00	9,00 5,50; 11,50
Вегетатив коэффитсиэнт (анъанавий бирликлар)	15,00 11,00; 18,00	13,50* 7,00; 17,50

Эслатма. * - п <0,05, тажовузкорлик даражаси пасайган спортчилар гуруҳига нисбатан

Агрессивлиги паст бўлган курашчилар гуруҳида энг мақбул руҳий ҳолат кузатилади. Агрессивлиги паст бўлган курашчилар гуруҳидаги чарчоқ ва хавотир кўрсаткичлари пасайиш тенденциясига эга. Эксцентриклик индексининг ўсиш тенденцияси паст даражадаги тажовузкор спортчилар гуруҳида муросага келиш қобилиятига эга бўлган фаоллик ва муаммони амалга ошириш йўлларини излашни акс эттиради.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

Ҳиссий қўзғалувчанлик кўлами натижаларига кўра турли даражадаги тажовузкор курашчилар гуруҳлари ўртасида сезиларли фарқ мавжуд. Агрессивлиги пасайган курашчилар ғазаб ва хавотир + кўрсаткичларининг паст кўрсаткичларига эга. Тушкунлик даражаси пасайган курашчиларда ҳиссиётларни бошқариш кўрсаткичи анча юқори (3-жадвал).

3-жадвал

Турли даражадаги тажовузкор полвонлардаги эмоционал қўзғалиш кўлами кўрсаткичлари(медиан, пастки, юқори квартил)

Кўрсаткичлар	**Агрессивликни пасайиши (п=7)**	**Агрессивликнинг кучайиши (п=5)**
Ғазаб (конв. бирлик)	8,46 5,82; 9,74	10,50* 7,63; 12,84
Ташвиш (конв. бирлик)	5,87 3,52; 7,63	6,36* 4,54; 8,62
Ҳиссиётларни бошқариш (конв. бирлик)	6,74 5,03; 8,53	5,43* 3,54; 7,72

Эслатма. * - п <0,05, тажовузкорлик даражаси пасайган спортчилар гуруҳига нисбатан

МУҲОКАМА

Шундай қилиб, юқори малакали курашчилар гуруҳидаги агрессивлик даражасининг ортиши марказий асаб тизимидаги қўзғалиш жараёнлари мувозанатини тартибга солувчи механизмларга таъсир қилади. Юқори даражадаги тажовузкор курашчилар гуруҳида ҳаяжоннинг устунлиги сезгир ҳаракатларнинг барқарорлиги ва аниқлигини пасайишига олиб келади. Бундан ташқари, юқори маҳоратли курашчиларда тажовузкорлик даражасининг ошиши ҳиссиётлар устидан назоратни пасайтиради.

Олинган натижалар юқори малакали курашчиларда ҳиссиётлар ва руҳий ҳолатнинг намоён бўлиши ўртасидаги боғлиқликни кўрсатади. Жисмоний ва оғзаки тажовузнинг юқори даражаси субъектив ноқулайлик ҳисси, асаб тизимида қўзғалиш мавжудлиги ва натижада ҳис-туйғулар устидан назоратни йўқотиш билан боғлиқ. Юқори малакали курашчиларнинг паст даражадаги тажовузкорлиги руҳий ҳолатдаги субъектив қулайлик ҳисси ва қўзғалиш ва тормозланиш жараёнлари ўртасида мувозанат мавжуд бўлишига олиб келади.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

Баъзи муаллифлар тажовуз туйғу, мотив ёки психологик муносабат эмас, балки хулқ-атвор модели деб ҳисоблашади. Агрессия бу рақиблар ўртасидаги рақобатнинг аксидир ва турли хил ўзгаришларга дуч келиши мумкин. Бундан ташқари, агрессиянинг юқори даражадаги намоён бўлиши руҳий ҳолатнинг ёмонлашувига тўғри келади. Яъни чарчоқ ва хавотирнинг кучайиши, спортчиларнинг хулқ-атворидаги келишмовчиликнинг пасайиши ва ҳиссиётлар устидан назоратни йўқотишга олиб келади.

Агрессиянинг биологик механизмлари вегетатив функциялар томонидан агрессив хатти-ҳаракатларнинг қўллаб-қувватланишидан далолат беради. Ушбу ҳақиқат бизнинг тадқиқотимизда олинган. Агрессивлиги паст спортчилар юқори даражадаги тажовузкор спортчиларга қараганда автоном асаб тизимидан кўпроқ фойдаланиши аниқланди. Спортчиларда агрессивлик даражасининг пасайиши асабий жараёнларнинг қўзғалиши ва тормозланиши жараёнлари ўртасида мувозанат мавжудлиги сабабли восита маҳоратининг аниқлиги ва барқарорлигини оширишга ёрдам беради. Бизнинг тадқиқотларимиз Максвеллнинг маълумотларига мос келади, тажовузнинг намоён бўлиши спортчиларнинг ғазабланиш реакциялари натижасидир. Шундай қилиб, полвонларнинг тажовузкорлиги мақбул ҳиссиёт эмас, чунки бу руҳий ҳолатга ва натижада ҳаракат кўникмаларни бажариш сифатига салбий таъсир қилади.

ХУЛОСА

Мақолада юқори малакали курашчиларнинг ҳиссиётлари ва руҳий ҳолати ўртасидаги боғлиқлик ўрнатилди. Жисмоний ва оғзаки тажовузнинг юқори даражаси субъектив ноқулайлик ҳисси ва малакали спортчиларда асаб тизимида қўзғалиш жараёнининг устунлиги билан боғлиқ. Юқори даражадаги тажовузкорликнинг мавжудлиги юқори малакали курашчиларда ҳиссий стрессни ва субъектив ноқулайликнинг кучайишига олиб келади. Юқори малакали курашчилар ўртасида психо-эмоционал ҳолатнинг намоён бўлиш даражасини назорат қилиш машғулот жараёнига тузатишлар киритишга имкон беради.

REFERENCES

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 2 октябрдаги ПҚ-3306-сон қарори.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 4 ноябрдаги ПҚ-4881-сон қарори.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

3. Бобомуродов, Н. Ш. (2020). Features of development of physical qualities in the process of sports training of students. International Journal of Psychosocial Rehabilitation, Vol.24, Issue 09, 2020 ISSN: 1475-7192/ (4225-4229 бетлар)
4. Бобомуродов, Н. Ш. (2020). Структуры физической подготовленности курашистов “Вестник” науки и образования научно-методической журнал №4(82). Часть 2. 2020 (стр. 41-44)
5. Рузикулов, Б. Б. (2019). Морфо-функциональные показатели как критерии для прогнозирования перспективности футболистов с учетом возраста и игрового амплуа. Фан - спортга, (3), 57-62.
6. Э.Қувватов (2021) Курашчиларнинг анаэробик ишланмасини баҳолаш Academic Research in Educational Sciences, 2 (1), 18-22.
7. Рўзиқулов, Б. (2019). Узлуксиз таълим тизимида жисмоний тарбия ва спорт самарадорлигини ошириш. Муаллим ва узлуксиз таълим, (2), 145-149.
8. Рўзиқулов, Б. Б. (2020). Футболчиларнинг махсус чидамлилигини ривожлантиришнинг долзарб муаммолари. Academic Research in Educational Sciences, 1 (4), 260-265.
9. Бобомуродов, Н.Ш. (2020). Спорт мактаблари раҳбарларининг бошқарувчилик қобилиятини шакллантириш. Фан - спортга, 2020 (8), 50-52.
10. Бобомуродов, Н.Ш. (2018) Technique of Recording Technical and Tactical Actions in Fight Turon. // Eastern European Scientific Journal. – Germany, 2018. № 4 Ausgab. 16-19 p.p. [13.00.00 №1]
11. Бобомуродов, Н.Ш. Контроль и анализ действий в борьбе турон. // “Фан-спортга” илмий-назарий журнали. Тошкент, 2011, 4-сон. 25-27-бетлар. [13.00.00 № 16]
12. Бобомуродов, Н.Ш. Физиологический подход в прогнозировании перспективности борцов–туронистов. // “Муғаллим ҳем узликсиз билимлендириў” илмий-методикалық журнал. Нукус, 2019, 3-сон. 133-141-бетлар. [13.00.00 №20]
13. https://psytests.org/luscher/index.html
14. https://testometrika.com/society/test-buss-durkee/
15. Бобомуродов, Н.Ш. Турон яккакурашида техник-тактик ҳаракатларни аниқлаш. // “Педагогик таълим” илмий-назарий журнал. Тошкент, 2011 2-сон, 88-92-бетлар. [13.00.00 №6]
16. Бобомуродов, Н.Ш. Юқори малакали курашчиларнинг техник-тактик ҳаракатларини ривожлантириш методикаси. // “Педагогик таълим” Илмий-назарий журнал. Тошкент, 2011 3-сон. 101-107-бетлар. [13.00.00 №6]

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00389

17. Бобомуродов, Н.Ш. Морфо-функциональные подходы к проблеме повышения спортивной работоспособности у спортсменов, специализирующихся в дзюдо и в борьбе турон. // «Физическое развитие студентов в современном мире». Материалы Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 11-12 апреля 2019 г., С.36-43.
18. Рўзиқулов, Б. Б. (2020) Сравнительный анализ компонентного состава массы тела и функционального состояния футболистов различного игрового амплуа. Высшая школа: научные исследования. Материалы Межвузовского научного конгресса 2020, 111-117.
19. Рўзиқулов Б. Б. (2020) Физическое развитие и физическая работоспособность футболистов с учетом их игрового амплуа Актуальные вопросы науки и практики. Сборник научных трудов по материалам XXI Международной научно-практической конференции, 2020 года, г Анапа, 277-282.
20. Э.Қувватов (2020) Спорт педагогик маҳоратини ошириш машғулотларида мусобақа машқларини бажариш самарадолигини ошириш Фан - спортга, 2020 (6), 25-28.
21. Б.Рузикулов (2019) О взаимосвязи между характером физической работоспособности при нагрузках различной направленности и категориями соматотипов у юных футболистов. Халқаро илмий анжуман “Жисмоний тарбия ва спорт назарияси ва услубиётини замонавий тенденциялари” мавзусидаги Тошкент 2019 й 24-25 май. 339-344.