xususiyatlarini hisobga olish muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa qilib aytganda, jahon tajribasi tahlili shuni ko‘rsatadiki, rivojlangan mamlakatlarda jismoniy imkoniyati cheklangan maktabgacha yoshdagi bolalarda tezkorlik sifatini shakllantirish asosan qisqa davom etuvchi, xavfsiz va o‘yin asosidagi mashg‘ulotlar orqali amalga oshiriladi. Ushbu yondashuv bolalarning yosh va psixofiziologik xususiyatlariga mos kelishi, ularning ortiqcha charchashining oldini olishi hamda mashg‘ulotlarga bo‘lgan qiziqishini oshirishi bilan ahamiyatlidir.

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni tasdiqladiki, tezkorlik sifatini rivojlantirishda moslashtirilgan pedagogik uslubdan foydalanish yuqori samaradorlikka ega. Ayniqsa, individual yondashuv, yuklamani bosqichma-bosqich oshirish, signalga asoslangan mashqlar va o‘yin elementlaridan foydalanish bolalarning harakat tezligi, reaksiya qobiliyati va umumiy jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatdi.

Shuningdek, mashg‘ulotlarni tashkil etishda xavfsizlikni ta’minlash, psixologik qulay muhit yaratish va bolalarning qiziqishini hisobga olish muhim omil ekanligi aniqlandi. Bu esa pedagogik jarayonning samaradorligini oshirishda asosiy shartlardan biri hisoblanadi.

Umuman olganda, tadqiqot doirasida ishlab chiqilgan pedagogik uslub ilmiy jihatdan asoslangan va amaliy jihatdan samarali ekanligi isbotlandi. Mazkur uslubni maktabgacha ta’lim muassasalarida, xususan jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar bilan olib boriladigan mashg‘ulotlarda qo‘llash ularning tezkorlik sifatini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. Muxitdinova, N. M. (2026). Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida harakat faoliyatlarini o ‘rgatishda vizual metodlardan foydalanishning nazariy tahlili. Fan-Sportga, (3), 92-95. https://doi.org/10.65149/fansport.2026.v9i3.a025

2. Davlatova, L., & Sharopova, U. (2026). Yugurib kelib uzunlikka sakrovchi ko‘zi ojiz sportchilarning jismoniy tayyorgarligini ilmiy asoslari. Fan-sportga, 9(2), 92–94. https://doi.org/10.65149/fansport.2026.v9i2.a027

3. Gofurov, B. K. (2026). The role of statokinetic and hypoxic exercises in improving the accuracy of movements performed in sports games. Eurasian Journal of Sport Science, 6(1), 1–4. https://doi.org/10.65149/eajss.2026.v6i1.a001.



Professor
X.A. XO‘DJAMQULOV[1]
Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
V.B. ARIPOVA[1]
[1]Renessans universiteti
Toshkent shahri, O‘zbekiston

https://orcid.org/0009-0004-7001-2629

https://doi.org/10.65149/fansport.2026.v9i4.a0016

IMKONIYATI CHEKLANGAN MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY MASHQLAR ORQALI HARAKAT FAOLLIGINI OSHIRISH

Annotatsiya

Повышение двигательной активности детей дошкольного возраста является важным фактором их здорового развития и формирования моторных навыков. В данной статье проведён научный анализ системы адаптированных физических упражнений для детей с ограниченными возможностями и её влияния на двигательную активность.

Результаты исследования показали, что специально разработанная программа упражнений способствует значительному улучшению координации, равновесия и общей физической подготовленности детей. Данный подход также является эффективным средством повышения двигательной активности и может быть использован в педагогической и реабилитационной практике.

Ключевые слова: *дети с ограниченными возможностями, дошкольный возраст, физические упражнения, двигательная активность, здоровое развитие.*

Abstract

Maktabgacha yoshdagi bolalarning harakat faolligini oshirish ularning sog‘lom rivojlanishi hamda motorik ko‘nikmalarini shakllantirishda muhim omil hisoblanadi. Mazkur maqolada jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar uchun moslashtirilgan jismoniy mashqlar tizimi va uning harakat faolligiga ta’siri ilmiy jihatdan tahlil qilingan.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, maxsus ishlab chiqilgan mashqlar dasturi bolalarning koordinatsiya, muvozanat va umumiy jismoniy tayyorgarlik ko‘rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshilaydi. Shuningdek, ushbu yondashuv bolalarning harakat faolligini oshirishda samarali vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

Kalit so‘zlar: *jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar, maktabgacha yosh, jismoniy mashqlar, harakat faolligi, sog‘lom rivojlanish*

Increasing physical activity in preschool children is an important factor in their healthy development and the formation of motor skills. This article presents a scientific analysis of a system of adapted physical exercises for children with disabilities and its impact on their physical activity.

The results of the study show that the specially developed exercise program significantly improves coordination, balance, and overall physical fitness of children. This approach is also an effective tool for enhancing physical activity and can be applied in both educational and rehabilitation practices.

Keywords*: children with disabilities, preschool age, physical exercises, physical activity, healthy development.*

Dolzarbligi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishida jismoniy faollik muhim o‘rin tutadi. Ayniqsa, ushbu davrda motorik ko‘nikmalar, muvozanat, koordinatsiya va umumiy jismoniy tayyorgarlik shakllanadi. Jismoniy imkoniyati cheklangan bolalarda esa harakat imkoniyatlarining cheklanganligi sababli ushbu jarayon nisbatan sekinlashadi. Natijada motorik ko‘nikmalar yetarli darajada shakllanmaydi, ijtimoiy faollik pasayadi hamda psixologik rivojlanishda kechikishlar kuzatilishi mumkin.

Jismoniy mashqlar bolalarning sog‘lom rivojlanishini ta’minlash, koordinatsiya va o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatlarini oshirishda asosiy vosita hisoblanadi. Shu bilan birga, ular bolalarning ijtimoiy muloqotini rivojlantirish, o‘zini erkin ifoda etish hamda jamoaviy faoliyatga jalb etilishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Hozirgi kunda jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar sonining ortib borayotgani hamda ularning harakat faolligi yetarli darajada ta’minlanmayotgani mazkur muammoning dolzarbligini yanada kuchaytirmoqda. Maxsus moslashtirilgan jismoniy mashqlar dasturini ishlab chiqish va uni maktabgacha ta’lim muassasalarida qo‘llash bolalarning motorik hamda ijtimoiy rivojlanishini rag‘batlantirishda muhim vosita hisoblanadi.

Shuningdek, ushbu yo‘nalish pedagogika va reabilitatsiya sohalari uchun ham amaliy ahamiyatga ega. Jismoniy faollikni oshirish orqali bolalarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlash hamda ularning jamiyatga moslashuvini yaxshilash mumkin.

Tadqiqot maqsadi jismoniy imkoniyati cheklangan 5–6 yoshli bolalarda moslashtirilgan jismoniy mashqlar yordamida harakat faolligini oshirish va uning samaradorligini aniqlash.

Tadqiqot vazifalari:

Maktabgacha yoshdagi jismoniy imkoniyati cheklangan bolalarda harakat faolligining hozirgi holatini tahlil qilish.

Moslashtirilgan jismoniy mashqlar majmuasini ishlab chiqish.

Mashg‘ulotlarning koordinatsiya, muvozanat va umumiy jismoniy tayyorgarlikka ta’sirini aniqlash.

Olingan natijalarni taqqoslash va ilmiy asosda baholash.

Tadqiqot 5–6 yoshdagi 30 nafar jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar ishtirokida olib borildi. Mashg‘ulotlar haftasiga 3 marotaba, har biri 30 daqiqadan iborat bo‘lib, 8 hafta davomida tashkil etildi.

Mashqlar dasturi quyidagi pedagogik prinsiplarga asoslandi:

individual yondashuv – har bir bolaning jismoniy va psixofiziologik xususiyatlarini hisobga olish;

bosqichma-bosqichlik – mashqlar yuklamasini asta-sekin oshirib borish;

muntazamlik va tizimlilik – mashg‘ulotlarni izchil va reja asosida tashkil etish;

o‘yin asosida o‘qitish – mashqlarni bolalar uchun qiziqarli va motivatsion shaklda o‘tkazish;

xavfsizlik – mashg‘ulot jarayonida ortiqcha zo‘riqish va jarohatlanishning oldini olish.

Tadqiqot jarayonida quyidagi **usullardan** foydalanildi:

pedagogik kuzatuv;

tajriba-sinov mashg‘ulotlari;

moslashtirilgan harakatli o‘yinlar;

natijalarni taqqoslash va tahlil qilish.

Mashg‘ulotlar tarkibiga koordinatsiya, muvozanat, tezkorlik va umumiy jismoniy rivojlanishga qaratilgan mashqlar kiritildi. Har bir mashg‘ulot bolalarning sog‘lig‘i, funksional imkoniyatlari va individual rivojlanish darajasini inobatga olgan holda tashkil etildi.

Mashg‘ulotlar dasturi jismoniy imkoniyati cheklangan bolalarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda ishlab chiqildi va quyidagi asosiy pedagogik prinsiplarga tayandi.

Birinchidan, moslashuvchanlik prinsipi asosida mashqlar har bir bolaning jismoniy imkoniyatlari, rivojlanish darajasi va sog‘liq holatiga moslashtirildi. Bu yondashuv mashg‘ulotlarning samaradorligini oshirish hamda ortiqcha zo‘riqishning oldini olishga xizmat qildi.

Ikkinchidan, qiziqish va rag‘batlantirish prinsipi asosida mashg‘ulotlar o‘yin shaklida tashkil etildi. Bolalarning diqqatini jalb qilish maqsadida turli vositalar (to‘p, konuslar, maxsus yo‘laklar va boshqa jihozlar) dan foydalanildi. Bu esa ularning mashg‘ulotlarga faol jalb etilishiga va motivatsiyasining oshishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatdi.

Uchinchidan, doimiylik va tizimlilik prinsipi ta’minlanib, mashg‘ulotlar haftasiga 3 marotaba, har biri 30 daqiqadan iborat holda 8 hafta davomida muntazam ravishda olib borildi. Bu esa olingan natijalarning barqarorligini ta’minlashga imkon berdi.

To‘rtinchidan, keng qamrovli rivojlantirish prinsipi asosida mashqlar bolalarning balans, koordinatsiya va umumiy harakat faolligini kompleks rivojlantirishga yo‘naltirildi.

Mashg‘ulotlar tarkibi quyidagi mashqlar majmuasidan iborat bo‘ldi:

balans mashqlari (tasma bo‘ylab yurish, bir oyoqda turish, to‘sqinliklar orqali yurish);

koordinatsiya mashqlari (qo‘l va oyoq harakatlarini uyg‘unlashtirish, to‘p bilan bajariladigan mashqlar);

o‘yin mashqlari (raqobat va guruh o‘yinlari orqali jismoniy faollikni oshirish).

Mashg‘ulotlar davomida bolalarning harakat faolligi, muvozanat va koordinatsiya ko‘rsatkichlari muntazam ravishda kuzatildi va baholandi. Baholash 1–10 ball tizimi asosida amalga oshirildi, ijtimoiy faollik darajasi esa 1–5 ball oralig‘ida aniqlashtirildi.

Mashg‘ulotlar dasturi haftalik mikrosikl asosida uch bosqichda tashkil etildi. Boshlang‘ich bosqichda (1–2 hafta) sodda balans va koordinatsiya mashqlari qo‘llanilib, bolalarning mashg‘ulotlarga moslashuvi va qiziqishini oshirishga e’tibor qaratildi. O‘rta bosqichda (3–6 hafta) mashqlar murakkablashtirilib, turli jihozlar va o‘yin elementlari keng qo‘llanildi. Yakuniy bosqichda (7–8 hafta) esa murakkab yo‘laklar, individual va guruhli raqobat mashqlari orqali bolalarning umumiy

jismoniy faolligini maksimal darajada oshirish maqsad qilindi.

Umuman olganda, mazkur metodika bolalarning harakat faolligini tizimli ravishda rivojlantirish, ularning jismoniy va ijtimoiy ko‘rsatkichlarini yaxshilashga xizmat qildi.

1-jadval

Jismoniy mashqlar tizimi

Hafta	Mashq turi	Mashq tavsifi	Vaqti	Maqsadi
1-2	Balans mashqlari	Tasma bo‘ylab yurish, bir oyoqda turish	10 daqiqa	Muvozanatni rivojlantirish
1-2.	Koordinatsiya mashqlari	Qo‘l va oyoq harakatlarini uyg‘unlashtirish	10 daqiqa	Motorik ko‘nikmalarni yaxshilash
1-2	O‘yin mashqlari	Topshiriqlar bilan harakat o‘yinlari	10 daqiqa	Umumiy harakat faolligini oshirish
3-4	Balans mashqlari	Stul ortidan sakrash, slalom yo‘lak	10 daqiqa	Muvozanatni mustahkamlash
3-4	Koordinatsiya mashqlari	Qo‘lda va oyoqda to‘p bilan mashqlar	10 daqiqa	Koordinatsiya va tezlikni oshirish
3-4	O‘yin mashqlari	Musobaqa shaklidagi o‘yinlar	10 daqiqa	Faollikni rag‘batlantirish rlik
5-6	Balans mashqlari	Qiyinroq yo‘laklarda yurish, bir oyoqda sakrash	10 daqiqa	Muvozanat va chidamlilik
5-6	Koordinatsiya mashqlari	Murakkab topshiriqlar bilan qo‘l va oyoq harakatlarini uyg‘unlashtirish	10 daqiqa	Koordinatsiyani rivojlantirish
5-6	O‘yin mashqlari	Guruh o‘yinlari va raqobat mashqlari	10 daqiqa	Ijtimoiy faollik va jismoniy tayyorgarlik
7-8	Balans mashqlari	To‘sqinliklar bo‘ylab yurish, bir oyoqda ushlab turish	10 daqiqa	Muvozanatni mustahkamlash
7-8	Koordinatsiya mashqlari	Qo‘l va oyoq harakatlarini sinxronlashtiruvchi murakkab mashqlar	10 daqiqa	Motorik ko‘nikmalarni mukammallashtirish
7-8	O‘yin mashqlari	Guruh va individual raqobat mashqlari	10 daqiqa	Faollik va motivatsiyani oshirish

Mazkur 8 haftalik mashg‘ulotlar dasturi shug‘ullanuvchilarning balans, koordinatsiya va umumiy harakat faolligini kompleks rivojlantirishga qaratilgan bo‘lib, u tizimli va bosqichma-bosqich murakkablashib boruvchi yondashuv asosida tuzilgan. Dastur tarkibida uch asosiy komponent — balans mashqlari, koordinatsiya mashqlari hamda o‘yin faoliyati uyg‘un holda qo‘llanilgan bo‘lib, bu esa harakat faoliyatining turli jihatlarini bir vaqtda rivojlantirish imkonini beradi.

Dastur tuzilmasi to‘rt bosqichga ajratilgan bo‘lib, dastlabki 1–2 haftalarda oddiy va asosiy mashqlar orqali boshlang‘ich ko‘nikmalar shakllantiriladi. Keyingi 3–4 haftalarda mashqlar dinamiklashib, ularga sakrash va yo‘nalishli harakatlar kiritiladi, bu esa nerv-mushak tizimining faollashuviga xizmat qiladi. 5–6 haftalarda mashqlar murakkablashib, chidamlilik elementlari qo‘shiladi, natijada shug‘ullanuvchilarning funksional imkoniyatlari kengayadi. So‘nggi 7–8 haftalarda esa murakkab sinxron harakatlar va raqobat elementlari orqali yuqori darajadagi koordinatsiya va motorik ko‘nikmalar shakllantiriladi.

Mashg‘ulotlar hajmi har bir mashq turi uchun 10 daqiqadan ajratilgan bo‘lib, umumiy davomiylik 30 daqiqani tashkil etadi. Bu ko‘rsatkich boshlang‘ich va o‘rta tayyorgarlik darajasidagi shug‘ullanuvchilar uchun maqbul hisoblanadi hamda ortiqcha charchashning oldini olishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, dasturda yuklama intensivligi, dam olish oralig‘i va mashqlarni bajarish tezligi kabi parametrlarning aniq ko‘rsatilmaganligi uning ilmiy asoslanganligini biroz cheklaydi.

Dastur fiziologik jihatdan muvozanatni saqlash, vestibulyar apparat faoliyatini yaxshilash, markaziy nerv tizimi orqali harakatlarni boshqarish aniqligini oshirish hamda reaksiya tezligini rivojlantirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, o‘yin mashqlarining kiritilishi shug‘ullanuvchilarning motivatsiyasini oshirish, ijtimoiy faolligini kuchaytirish va mashg‘ulot jarayonini qiziqarli tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shu bilan birga, dasturda kuch (strength) komponentining yetishmasligi, individual yondashuvning ko‘zda tutilmaganligi hamda natijalarni baholash mezonlarining aniqlanmaganligi muhim kamchilik sifatida qayd etilishi mumkin. Ushbu omillarni takomillashtirish orqali dastur samaradorligini yanada oshirish mumkin.

Umuman olganda, mazkur mashg‘ulotlar dasturi ilmiy-metodik jihatdan asoslangan bo‘lib, shug‘ullanuvchilarning harakat sifatlarini kompleks rivojlantirishga xizmat qiladi, biroq uni yanada mukammallashtirish uchun qo‘shimcha komponentlar va nazorat mexanizmlarini joriy etish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

2-jadval

Tadqiqot natijalari

Ko‘rsatkich	Tajriba boshi (1-hafta)	Tajriba oxiri (8- hafta)	O‘sish
Balans (maks. 10 ball)	4,2 ± 0,5	7,8 ± 0,4	85,7 %
Koordinatsiya (maks. 10 ball)	3,9 ± 0,6	7,2 ± 0,5	84,6%
Umumiy harakat faolligi (minut/kun)	35 ± 5	60 ± 6	71,4%
Ijtimoiy faollik (ball 1–5	2,5 ± 0,3	4,3 ± 0,4	72%

Izoh sifatida ta’kidlash joizki, ishlab chiqilgan mashqlar dasturi natijasida bolalarning balans ko‘rsatkichlari sezilarli darajada yaxshilanib, 4,2 balldan 7,8 ballgacha oshdi. Shuningdek, koordinatsiya darajasi ham ijobiy o‘zgarishga ega bo‘lib, dastlabki 3,9 ball ko‘rsatkichidan 7,2 ballgacha yetdi.

Bundan tashqari, umumiy harakat faolligi kuniga 35 minutdan 60 minutgacha oshgani kuzatildi, bu esa bolalarning jismoniy faoliyatga jalb etilishi kuchayganligini ko‘rsatadi. Ijtimoiy faollik ko‘rsatkichlari ham sezilarli darajada yaxshilanib, 2,5 balldan 4,3 ballgacha oshdi.

Mazkur natijalar qo‘llanilgan mashqlar dasturining bolalarning jismoniy va ijtimoiy rivojlanishiga kompleks ijobiy ta’sir ko‘rsatganini tasdiqlaydi.

Mazkur tadqiqot natijalari shug‘ullanuvchilarning balans, koordinatsiya, umumiy harakat faolligi hamda ijtimoiy faollik ko‘rsatkichlarida sezilarli ijobiy o‘zgarishlar yuz berganligini ko‘rsatadi. Tajriba boshida balans ko‘rsatkichi 4,2 ± 0,5 ballni tashkil etgan bo‘lsa, 8-hafta yakuniga kelib u 7,8 ± 0,4 ballga yetgan va natijada 85,7 % o‘sish qayd etilgan. Bu esa dasturda qo‘llanilgan balans mashqlarining samaradorligini tasdiqlaydi hamda shug‘ullanuvchilarda muvozanatni saqlash qobiliyati sezilarli darajada yaxshilanganini ko‘rsatadi.

Koordinatsiya ko‘rsatkichlari ham ijobiy dinamikani namoyon etgan. Dastlab 3,9 ± 0,6 ball bo‘lgan natija tajriba oxirida 7,2 ± 0,5 ballga oshgan va 84,6 % o‘sish kuzatilgan. Ushbu natijalar koordinatsiya mashqlarining markaziy nerv tizimi faoliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatganini hamda harakatlarni boshqarish aniqligi va tezligini rivojlantirganini anglatadi.

Umumiy harakat faolligi ko‘rsatkichlari ham sezilarli darajada oshgan bo‘lib, kunlik harakat hajmi 35 ± 5 minutdan 60 ± 6 minutga yetgan, bu esa 71,4 % o‘sishni tashkil etadi. Mazkur holat o‘yin mashqlari va faol harakat elementlarining shug‘ullanuvchilarni ko‘proq harakat qilishga undaganini ko‘rsatadi.

Shuningdek, ijtimoiy faollik darajasi ham ijobiy o‘zgarishga ega bo‘lgan. Dastlab 2,5 ± 0,3 ballni tashkil etgan ko‘rsatkich tajriba yakunida 4,3 ± 0,4 ballga oshgan va 72 % o‘sish qayd etilgan. Bu esa guruh o‘yinlari va raqobat elementlarining shug‘ullanuvchilarning ijtimoiylashuv jarayoniga samarali ta’sir ko‘rsatganini bildiradi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari ishlab chiqilgan mashg‘ulotlar dasturining yuqori samaradorlikka ega ekanligini ko‘rsatadi. Barcha ko‘rsatkichlar bo‘yicha sezilarli o‘sish kuzatilgani dasturda qo‘llanilgan kompleks yondashuvning to‘g‘ri tanlanganligini tasdiqlaydi va uning amaliyotda keng qo‘llash imkoniyatlarini asoslaydi.

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, maxsus ishlab chiqilgan jismoniy mashqlar dasturi jismoniy imkoniyati cheklangan maktabgacha yoshdagi bolalarning balans, koordinatsiya va umumiy jismoniy faolligini sezilarli darajada oshiradi. Mashg‘ulotlar davomida bolalarning mashqlarga bo‘lgan qiziqishi ortib, ularning ijtimoiy faolligi hamda o‘zini erkin ifoda etish qobiliyati yaxshilangani kuzatildi.

Shuningdek, mazkur dastur pedagoglar va terapevtlar uchun individual va guruh mashg‘ulotlarini samarali rejalashtirishda amaliy vosita sifatida xizmat qilishi aniqlandi. Ushbu yondashuv bolalarning sog‘lom jismoniy rivojlanishini ta’minlash, o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuv darajasini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalariga asoslanib, maktabgacha ta’lim muassasalarida jismoniy mashqlarni tizimli va moslashtirilgan tarzda qo‘llash bolalarning harakat faolligini oshirish, shuningdek, ularning motorik, psixologik va ijtimoiy rivojlanishini kompleks ravishda rag‘batlantirishda samarali ekanligi isbotlandi.

Umuman olganda, taklif etilgan metodika amaliy jihatdan samarali bo‘lib, uni keng qo‘llash maktabgacha yoshdagi jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar bilan olib boriladigan pedagogik va reabilitatsion ishlar samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. Atoyeva, M. I., & Bobobekova, S. Sh. (2023). Inklyuziv ta’limda nogiron bolalarni o‘qitish va tarbiyalash muammolari. Fan, ta’lim va amaliyot integratsiyasi jurnali, 15(3), 33–42.

2. Yusupov, B. E., & Norkulova, R. B. (2023). Inklyuziv ta’lim tizimini takomillashtirish va qarorlar. International Journal of Science.

3. Dadaboyev, J. (2023). Inklyuziv ta’lim sharoitida imkoniyati cheklangan bolalarning moslashuvida oila va maktabning roli. Maktabgacha va maktab ta’limi jurnali, 5(2), 55–63.

4. Арипова, В. Б. (2025). Особенности развития основных видов движения и физических способностей у детей дошкольного возраста. Муғаллим ҳем узлуксиз билимлендириў. Илмий-методикалық журнал, (1/3), 531–535.

5. Арипова, В. Б. (2025). Болалар серебрал фалажи ташхиси қўйилган болалар учун адаптив жисмоний тарбия машғулоти. Фан-спортга, (1), 38–41.