

**SPORT MAKTABLARIDA MURABBIYLIK TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH:
(ZAMONAVIY YONDASHUVLAR)****Mo‘minov Abrorbek Shavkatovich**

O‘zDJTSU dotsenti, p.f.b.f.d (PhD)

Ibroximova Asaloy Yakubjon qizi

O‘zDJTSUning GB 51-22-gurux talabasi.

Pirmatov Jasur

SGB 53-20 gurux talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14838766>

Annotatsiya. Sport maktablarida murabbiylik tizimini takomillashtirish nafaqat sportchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, balki ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlash uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy yondashuvlar murabbiylik jarayoniga ilmiy asoslangan individual metodlarni tatbiq etish, smart-texnologiyalar yordamida sportchilarning jismoniy holatini monitoring qilish va murabbiylarning pedagogik hamda psixologik malakasini oshirishni o'z ichiga oladi. Murabbiylar malakasini oshirish, o'zaro tajriba almashinuvi va pedagogik texnologiyalarning tatbiqi sport maktablarida tayyorgarlik jarayonining samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Ushbu tezisdan murabbiylik tizimining takomillashtirish strategiyalari va zamonaviy sport ilm-fanining bu boradagi ilg'or yondashuvlari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: Sport maktablari, murabbiylik, individual yondashuv, smart-texnologiyalar, jismoniy monitoring, psixologik tayyorgarlik, motivatsiya, sport treningi, pedagogik metodlar, sportchilarning rivojlanishi.

**IMPROVING THE COACHING SYSTEM IN SPORTS SCHOOLS: (MODERN
APPROACHES)**

Abstract. Improving the coaching system in sports schools is important not only for improving the physical fitness of athletes, but also for ensuring their psychological and social development. Modern approaches include the application of scientifically based individual methods to the coaching process, monitoring the physical condition of athletes using smart technologies, and improving the pedagogical and psychological qualifications of coaches. Improving the qualifications of coaches, exchanging experiences, and applying pedagogical technologies significantly increase the effectiveness of the training process in sports schools. This thesis analyzes the strategies for improving the coaching system and advanced approaches of modern sports science in this regard.

Keywords: Sports schools, coaching, individual approach, smart technologies, physical monitoring, psychological preparation, motivation, sports training, pedagogical methods, athlete development.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ТРЕНЕРОВ В СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ: (СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ)

Аннотация. Совершенствование системы тренерской работы в спортивных школах имеет важное значение не только для повышения физической подготовки спортсменов, но и для обеспечения их психологического и социального развития. Современные подходы включают внедрение научно обоснованных индивидуальных методов в тренерский процесс, мониторинг физического состояния спортсменов с помощью смарт-технологий и повышение педагогической и психологической квалификации тренеров. Повышение квалификации тренеров, обмен опытом и применение педагогических технологий значительно увеличивает эффективность подготовительного процесса в спортивных школах. В данной тезисе анализируются стратегии совершенствования тренерской системы и передовые подходы современной спортивной науки в этой области.

Ключевые слова: спортивные школы, тренерская работа, индивидуальный подход, смарт-технологии, физический мониторинг, психологическая подготовка, мотивация, спортивные тренировки, педагогические методы, развитие спортсменов.

Sport maktablarida murabbiylik tizimi nafaqat sportchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, balki ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishini ham ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.

Bugungi kunda sport sohasida raqobatning oshishi, sportchilarni tayyorlash jarayonining kompleks yondashuvni talab qilishi, murabbiylik tizimining samaradorligini oshirishga ehtiyojni keltirib chiqarmoqda. Zamonaviy yondashuvlar, ilmiy tadqiqotlarga asoslanib, sportchilarni individual tarzda rivojlantirish, yangi texnologiyalarni joriy etish va murabbiylarning malakasini doimiy ravishda oshirishni ko'zda tutadi. Ushbu tezisda sport maktablarida murabbiylik tizimini takomillashtirish uchun zamonaviy yondashuvlarning ahamiyati, ularning sportchilarni tayyorlashdagi o'rni va samaradorligi tahlil qilinadi.

Sport maktablarida murabbiylik tizimini takomillashtirishning zamonaviy yondashuvlari bir nechta asosiy tamoyillarga asoslanadi. *Birinchidan*, ilmiy metodlarga asoslangan individual yondashuvlar sportchilarning jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Har bir sportchining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, individual trening rejalarini ishlab chiqish sportchilarning maksimal natijalarga erishishiga yordam beradi.

Buning uchun murabbiylar sportchilarning yoshini, jismoniy tayyorgarligini, psixologik holatini va boshqa faktorlarga asoslangan trening metodlarini qo'llashlari kerak. *Ikkinchidan*, zamonaviy texnologiyalar, xususan, sportchilarning jismoniy holatini monitoring qilish va trening jarayonlarini optimallashtirishda yordam beradigan smart-texnologiyalar, tahlil va monitoring tizimlari muhim ahamiyatga ega. Real vaqt rejimida sportchilarning faoliyatini kuzatish va ularning jismoniy holatini tahlil qilish, treninglarni optimallashtirishga imkon beradi. Bu esa sportchilarning natijalarini yaxshilash va ularning jarohatlanish xavfini kamaytirishga yordam beradi. *Uchinchidan*, murabbiylarning malakasini oshirish, pedagogik va psixologik bilimlarini takomillashtirish, sportchilarni nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham tayyorlashga yordam beradi. Murabbiylarning o'zaro hamkorligi, tajriba almashinuvi va zamonaviy pedagogik texnikalarga oid kurslar, seminarlar tashkil etish orqali sport maktablarida samarali murabbiylik tizimi yaratish mumkin. Shuningdek, ilmiy asoslangan trening metodlari sportchilarni yanada yuqori natijalarga olib boradi. Jismoniy tayyorgarlik va tiklanish jarayonlarini muvofiqlashtirish, sportchilarning tez tiklanishini ta'minlash uchun zarur. Psixologik tayyorgarlik, stressni boshqarish va musobaqa oldidan psixologik qo'llab-quvvatlash sportchilarning ishonchini oshiradi. Yaxshi kommunikatsiya va sportchilar o'rtasida motivatsiya yaratish, o'zaro tajriba almashish jamoaviy muvaffaqiyatni ta'minlaydi. Shuningdek, guruh shaklida treninglar sportchilarga o'zaro raqobatni yaratish va rivojlanish imkonini beradi.

Xulosa qiladigan bo'lsak, sport maktablarida murabbiylik tizimini takomillashtirishda zamonaviy yondashuvlarning qo'llanilishi, sportchilarning tayyorgarlik darajasini oshirish, ularning jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashga imkon yaratadi. Ilmiy asoslangan individual yondashuvlar, smart-texnologiyalar va murabbiylarning doimiy malaka oshirishi orqali sportchilarning natijalarini sezilarli darajada yaxshilash mumkin. Bunday tizim, sportchilarning tayyorgarlik jarayonini eng yuqori samaradorlik bilan boshqarish va rivojlantirish uchun zarur bo'lgan zamonaviy yondashuvlarni yaratishga imkon beradi. Bu esa, o'z navbatida, sportni rivojlantirishda yangi yondashuvlarni joriy etish va yuqori darajadagi sportchilarni tayyorlashga yordam beradi. Sport maktablarida murabbiylik tizimini takomillashtirish uchun zamonaviy yondashuvlar va innovatsion metodlarning joriy etilishi sportchilarning jismoniy, psixologik va texnik tayyorgarlik darajasini sezilarli darajada oshiradi. Individual yondashuvlar, zamonaviy texnologiyalar, murabbiylarning malakasini oshirish va ilmiy asoslangan metodlar yordamida sportchilarning imkoniyatlari maksimal darajada ochiladi. Shuningdek, psixologik tayyorgarlik va samarali kommunikatsiya sportchilarning ishonchini mustahkamlaydi va jamoaviy muvaffaqiyatga erishish uchun qulay sharoit yaratadi.

Bularning barchasi sportchilarning yuqori natijalarga erishishiga va sport maktablarida murabbiylik tizimining samaradorligini oshirishga imkon beradi. Sportning rivojlanishida bunday yondashuvlar muhim o'rin tutadi va kelajakda yuqori darajadagi sportchilarni tayyorlashda asosiy omilga aylanadi.

REFERENCES

1. Лях В.И. Координационные способности; диагностика и развитие – М; ТВГ.Дивизин., 2006—290с.
2. SH.F.Tulaganov, A.SH.Muminov, Injuries in handball players and ways to prevent them - Journal of Critical Reviews, 2020
3. Ш.Ф.Тулаганов Показатели физической подготовленности гандболистов молодежной сборной команды Республики Узбекистан, Спортивні ігри, 2022. №2.
4. Мўминов Абдорбек Шавкатович TOOLS AND METHODS OF DEVELOPMENT OF HANDBALL PLAYERS AT THE PRELIMINARY PREPARATION STAGE "Proceedings of 3rd International Multidisciplinary Scientific Conference Global Technovation" 2021.
5. Sh.F.Tulaganov Analysis of the interdependence of physical and technical training of handball players - Eurasian Journal of Sport Science, 2021.
6. A.Sh.Muminov Improving the attacking-technical movements of 15-16-year-old handball players playing in the midfielder role - Eurasian Journal of Sport Science, 2023; 1(2): 6-11 <https://uzjournals.edu.uz/eajss/>
7. A.Sh.Мо‘minov, Malakali gandbolchilarda to‘p otish aniqligi va uni ta‘minlovchi asosiy koordinatsion qobiliyatlarni shakllantirish tajribasi. UzMU xabarlar jurnali, 2023, [1/3/1] B. 95-98.
8. Мўминов А.Ш. Ёш гандболчиларнинг тезкорлик сифатини ривожлантириш технологияси. UzMU xabarlar jurnali, 2022, [1/10] Б. 105-108.
9. Мўминов А.Ш., Рахматиллаев М. (2021). Гандболчи-талабаларда турли функционал ҳолатлардан тўғриварида бурчакларидаги нишонларга отиш аниқлигини ўқув йили давомида ўзгариш динамикаси. *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 33-36.
10. Мўминов А.Ш. Гандболчи-талабаларда танани чап ва ўнг томонга айлантириш таъсирида вақт-оралиқни фарқлаш реакцияларининг ўзгариш динамикаси. *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*. 2022. 1 сон. Б. 44-46.
11. Мўминов А.Ш. Малакали гандболчиларнинг техник ҳаракатларини такомиллаштириш. (2023/1-сон). *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 12-16.
12. Мўминов А.Ш. 15-16 ёшли гандболчиларнинг тезкорлик сифатини ривожлантириш усул ва воситалари. (2022/5-сон). *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 25-29.

13. Мўминов А.Ш. Спорт педагогик махоратини ошириш (Гандбол) / Ўқув қўлланма, “ILMIY TEXNIKA AXBOROT – PRESS NASHRIYOTI”:, 2021. – 244 с.
14. Мўминов А.Ш. (2021). Точность дифференцировки пространственно-временных отношений по данным РДО у гандболистов до и после вестибулярной нагрузки на разных этапах годичного цикла подготовки. *ФАН-СПОРТГА илмий назарий журнал*, С. 69-71.
15. Мўминов А.Ш., & Розибоев М.М., & Азимкулов Б.А. (2021). Tools and methods of development of handball players at the preliminary preparation stage / *Proceedings of 3rd International Multidisciplinary Scientific Conference Global Technovation*, Granada, Spain – С. 5-6.
16. Мўминов А.Ш. (2021). Гандболчи-талабаларда танани чап ва ўнг томонга айлантириш таъсирида вақт-оралиқни фарқлаш реакцияларининг ўзгариш динамикаси. *International Multidisciplinary Scientific Conference on Educational Advancements and Historical Developments*. Berlin, Germany -Sydney, Australia – С. 5-6.
17. Мўминов А.Ш. Dynamics of changes in time differences and muscle strength in qualified handball students during the academic year. *Eurasian Journal of Sport Science*: Vol. 1: Iss. 2, Article 41.2022 йил. - P. 255-257.
18. Хабибжанова Х.М., & Мўминов А.Ш., & Юсупова З.Э., (2021). Мусобақа шароитида марказ амплусида ўйновчи гандболчиларнинг хужумдаги техник-тактик ҳаракатларини таҳлил қилиш ва баҳолаш. “*ФАН-СПОРТГА*” илмий назарий журнал, *Чирчиқ* – Б. 36-38.
19. Мўминов А.Ш., & Розибоев М.М., & Азимкулов Б.А. (2021). Tools and methods of development of handball players at the preliminary preparation stage / *Proceedings of 3rd International Multidisciplinary Scientific Conference Global Technovation*, Granada, Spain – С. 5-6.
20. Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Fan-Sportga. – 2023. – №. 1. – С. 12-15.
21. Muminov A. S. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.

22. Муминов А. Ш. МЕТОДЫ УЛУЧШЕНИЯ ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОЛИТРАВМЕ (СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ) //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2023. – Т. 3. – №. 1 Part 1. – С. 152-155.
23. Мўминов А. Ш. 15-16 ЁШЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕЗКОРЛИК СИФАТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ УСУЛИ ВА ВОСИТАЛАРИ //Fan-Sportga. – 2022. – №. 5. – С. 25-29.
24. Ikromov U., Mo‘minov A. Sh. YUQORI MALAKALI GANDBOLCHILARNI KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH VA NAZORAT QILISH //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 99-105.
25. Икромов У., Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШНИНГ ВОСИТА ВА УСЛУБЛАРИ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 34-42.
26. Мельзиддинов Р. А. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ В МЕЖИГРОВЫХ ЦИКЛАХ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 5. – С. 30-37.
27. Мўминов А. Ш. Малакали гандболчи кизларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда айланма машғулотдан фойдаланиш самарадорлиги //Fan-Sportga. – 2024. – 2024. – Т. 3. – С. 86-91.
28. Fozilov X.Q. 10-11 yoshli gandbolchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish // “Zamonaviy futbolda innovatsion texnologiyalardan foydalanish istiqbollari” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani. 2023. – B.272-274.
29. Fozilov X.Q. Gandbolchilarning tezkor qarshi hujum tayyorgarligini takomillashtirish samaradorligini oshirish // “Zamonaviy futbolda innovatsion texnologiyalardan foydalanish istiqbollari” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani. 2023. – B.274-277.
30. Yusupov Z.Sh. Gandbol ixtisosligi talabalari SPMO mashg‘ulotlarida hujum texnik faoliyatini sifat darajasini aniqlash va tahlil qilish //“Jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar” Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. Buxoro. 2023. - B. 329-332.
31. Yusupov Z.Sh. Sport o‘yinlari nazariyasi va uslubiyoti (tanlangan sport turlari bo‘yicha gandbol) (o‘quv-qo‘llanma) 01/1336-A/F-son //“ITA-PRESS” MChJ nashriyoti. T.:2023.- 198 b.
32. Yusupov Z.Sh. Gandbol va tennischilarda funksional holatini taxlil qilsih //“Sport o‘yinlarida ustuvor harakat qobiliyatlarini shakillantiruvchi innovatsion texnologiyalar” Respublika miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. Chirchiq. 2024. - B. 289-290.

33. Исроилов Р. И., Юсупова З. Э., Ҳабибжонов Х. М. ЁШ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ЧИДАМЛИЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ВОСИТА УСУЛЛАРИНИ ОПТИМАЛЛАШТИРИШ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 134-140.
34. Исроилов Р. И. и др. ГАНДБОЛЧИ ҚИЗЛАРНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ОШИРИШ УСЛУБИЯТИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Fan-Sportga. – 2023. – №. 1. – С. 20-22.
35. Исроилов Р. И. МУСОБАҚА ФАОЛИЯТИДА МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕЗКОР ҚАРШИ ҲУЖУМЛАРИНИ ТАҲЛИЛИ ҚИЛИШ //Fan-Sportga. – 2022. – №. 6. – С. 28-31.
36. A.Sh.Muminov Improving the attacking-technical movements of 15-16-year-old handball players playing in the midfielder role - Eurasian Journal of Sport Science, 2023; 1(2): 6-11 <https://uzjournals.edu.uz/eajss/>
37. A.Sh.Mo‘minov, Malakali gandbolchilarda to‘p otish aniqligi va uni ta‘minlovchi asosiy koordinatsion qobiliyatlarni shakllantirish tajribasi. UzMU xabarleri jurnali, 2023, [1/3/1] B. 95-98.
38. Ikromov U., Mo‘minov A. Sh. YUQORI MALAKALI GANDBOLCHILARNI KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH VA NAZORAT QILISH //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 99-105.
39. Икромов У., Мўминов А. Ш. МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШНИНГ ВОСИТА ВА УСЛУБЛАРИ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 34-42.
40. Мўминов А. Ш. Малакали гандболчи қизларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда айланма машғулотдан фойдаланиш самарадорлиги //Fan-Sportga. – 2024. – 2024. – Т. 3. – С. 86-91.
41. Фозилов Х. Қ., Тулаганов Ш. Ф. Бурчак ўйинчиларининг техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш // Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 67-74.
42. Mo‘minov A. Sh. Sport o‘yinlarida shug‘ullanuvchi sportchilarning gandbol sport turi bo‘yicha jismoniy texnik-taktik tayyorgarlik darajasini tekshirish // NamDU Ilmiy Axborotnomasi. – 2024. – №. 11. – С. 927-930.
43. Мўминов А. Ш. Мусобақа олди даврида малакали марказ ўйинчиларини ҳужумдаги техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш //Fan-Sportga. – 2024. – №. 7. – С. 17-22.

44. Muminov A. Sh. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.
45. Muminov A. S. EFFECTIVENESS OF DEVELOPING THE PHYSICAL PREPARATION OF SKILLED HANDBALL PLAYER GIRLS'WITH THE HELP OF CIRCULAR TRAINING //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5. – №. 03. – С. 247-258.
46. Fozilov X.Q. Musobaqa davrida gandbolchilarning burchak o'yinchilarida texnik-taktik harakatlarini baholash va tahlil qilish // FAN-SPORTGA ilmiy nazariy jurnal. 2023. 3-son. - B.81-84 [13.00.00. №16].
47. Мўминов А. Ш. Мусобақа олди даврида малакали марказ ўйинчиларини хужумдаги техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштириш //Fan-Sportga.–2024. – 2024. – Т. 7. – С. 17-22.
48. Фозилов Х. Қ., Тулаганов Ш. Ф. БУРЧАК ЎЙИНЧИЛАРИНИНГ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – №. 2. – С. 67-74.
49. Тўлаганов Ш. Ф., Мўминов А. Ш. ТУРЛИ МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ ЧАҚҚОНЛИК СИФАТИ КЎРСАТКИЧЛАРИНИ ТАҲЛИЛИЙ ЎРГАНИШ //Fan-Sportga. – 2021. – №. 1. – С. 23-25.
50. Bazarov Shahriyor Bakhtiyorugli, Tulaganov Shukhrat Furkatjanovich, Nematjon Mamadzhanov, Tolametov Abdujalil Abdujaparovich. Evaluation of the physical fitness of 10-12-year-old children playing handball through tests //INTERNATIONAL JOURNAL OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE. – 2025.- P. 1091-1098.
51. Х.К.Мадраимов, Ш.Ф.Тулаганов. ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШ ВА ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ //Fan-Sportga. – 2024. – №. 3. – С. 7-11.
52. Ш.Ф Тулаганов, Акрамов Б. Н. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГАНДБОЛИСТОВ-ЮНОШЕЙ С УЧЕТОМ ИХ ИГРОВЫХ АМПЛУА //Jismoniy madaniyat: tarbiya, ta'lim, mashg'ulot– 2024. – №. 2. – С. 29-34.
53. Тулаганов Ш. Ф. ПЛАНИРОВАНИЕ НАГРУЗОК ГАНДБОЛИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ // Fan-Sportga. 2022. №5.

54. Кариева Р. Р. Методика планирования нагрузок скоростно-силовой направленности в подготовительном периоде гандболисток групп спортивного совершенствования //Проблемы науки. – 2021. – №. 3 (62). – С. 53-55.
55. Кариева Р. Р. ВЗАИМОСВЯЗЬ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГАНДБОЛИСТОК И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ //Проблемы науки. – 2023. – №. 2 (76). – С. 73-76.
56. Кариева Р. Р. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ГАНДБОЛИСТОК ВЫСОКОГО КЛАССА //Проблемы педагогики. – 2021. – №. 7 (58). – С. 40-43.
57. Варламова Л., Ташпулатова Н., Набиев Т., Тулаганов С. и Кариева Р. (2022). ФИЛЬТРАЦИЯ ИЗОБРАЖЕНИЯ. *Евразийский журнал прав, финансовых и прикладных наук*, 2 (5), 212-216.