ISSN: 3060-4613

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI

- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohalari va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

№8
2025

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Elektron nashr. 224 sahifa,
1-avgust, 2025-yil.

BOSH MUHARRIR:
Karimova E'zoza Gapirjanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirli

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:
Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI
Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Mirzayeva F.O. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),dotsent
Doniyorov S. M. –"Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ
Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:
Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:
Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:
Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician
Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician
Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor
Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Shermuhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor
Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)
Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)
Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)
Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)
Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)
Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)
Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor
Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)
Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor
Mirzayeva F.O. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor
Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service
Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor
Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)
Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor
Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)
Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics
Ashurov R. R. – doctor of philosophy (PhD) in psychology
Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region
Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:
Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:
• Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
• Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)
Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):
• Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
• Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali

26.09.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan **№C-5669363** reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**

MUNDARIJA

Zamonaviy maktabgacha ta'lim tashkiloti direktori modeli:
tizimli boshqaruv yondashuvi asosida shakllanishi....14
Abdullayeva Nafisa Shavkatovna, Maraimova Muxtabar Pulatovna

O'smirlardagi nevroz holatining psixologik xususiyatlari....20
Abduraximov Doniyor Abdusaid o'g'li

Ta'lim siyosati va o'qituvchilarning kasbiy rivojlanishi:
xalqaro tajriba va o'zbekistonda amaliyot taqqoslamasi....25
Ahadova Mushtariybonu Akmal qizi

Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini
rivojlantirishning hozirgi holati va o'ziga xosligi....30
Beknazarova Muxlisa O'tkir qizi

Ta'lim sifatini oshirishda "Barkamol avlod" bolalar maktablarining zarurati va ahamiyati....33
Eshmuminova Oybarchin Botirovna

Bolalarda nutq kamchiliklari: etiologiya, rivojlanish dinamikasi va erta aralashuv....39
Isayeva Mushtariy Alisher qizi

Boshlang'ich sinf o'quvchilarini kitobxonlikka o'rgatish usullari....44
Maydonova Saboxat Sadulloyevna

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kitobxonlik vositasida badiiy adabiyot namunalariga qiziqishni
shakllantirishning o'ziga xos jihatlari....48
Mingbayeva Barno Ubaydullayevna

Pedagogical Characteristics in Enhancing Speaking Skills of Esp Learners
in English Language Classes Through Digital Technologies....52
Pardayeva Zulaykho Yusubjonovna

Nutq buzishlarida uchraydigan idrok jarayonining o'ziga xos xususiyatlari....55
Ruziyeva Guzal Shuxrat qizi

"Biologik savodxonlik" tushunchasi zamonaviy ta'lim paradigmasi kontekstida....59
Umaraliyeva Mamura Tashxodjayevna

O'qituvchi faoliyatida kasbiy madaniyatning o'rni....65
Umarova Feruzabonu Bobir qizi

Gamifikatsiyalangan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining 11–12 yoshli o'quvchilarda
emotsional barqarorlikka amaliy ta'siri....68
Tojiyev Baxriddin Baxtiyorovich

O'quvchi yoshlarni milliy qadriyatlar va an'analarga hurmat ruhida tarbiyalashning nazariy asoslari....72
Isokov Ravshanbek Ulug'bek o'g'li

Media va axborot savodxonligi 21-asr pedagoglarning asosiy kompetensiyasi sifatida....76
Boypolvonov Barot Djonqobulovich

Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining leksik kompetensiyasini takomillashtirishning
lingvistik va lingvometodik talqini....81
Ismoilova Zarnigor Raximjon qizi

O'quvchi yoshlarni milliy qadriyatlar va an'analarga hurmat ruhida tarbiyalashning nazariy asoslari....86
Isokov Ravshanbek Ulug'bek o'g'li

Pedagogik faoliyatda stress namoyon bo'lishiga ijtimoiy omillarning ta'siri....90
Jumanova Ug'iloy Sodiqjonovna

Oliy ta'lim muassasalarida nomutaxassislik yo'nalishlarida ingliz tilini o'qitishni takomillashtirish....96
Koshayeva Sansabila Kamiljanovna

Ijtimoiy-ekologik madaniyatni rivojlantirishda xalqaro tajribalar va ta'lim jarayonining o'rni....100
Mamajonova Fotimaxon O'ktamovna

Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kreativ kompetentligini rivojlantirishning ahamiyati....105
Murodova Madina Karim qizi

Elektrotexnika va elektronika fanini o'qitishning zamonaviy metodlari....108
Ortiqov Mironshoh Sodiqovich

Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini takomillashtirishda Blended learning texnologiyasini O‘zbekiston oliy ta’lim tizimiga tatbiq etish 110
Pakirdinova Sharofat Abdumutaljonovna

O‘zbekistonda ta’lim sohasi bo‘yicha strategik dasturlarni ishlab chiqish istiqbollari 115
Quronboyeva Mavluda Bahodirovna

Xalqaro baholash dasturlari va neyropedagogika 120
Sidiqova Yulduz Sobirovna

6-sinf o‘quvchilarida matn bilan ishlash ko‘nikmasini shakllantirish metodikasi 123
Xamroyeva Dilnoza Jahongir qizi

Talabalarda pedagogik qobiliyatlarni shakllantirishda pedagogik texnologiyalarning ahamiyati 128
Yusupov Ulug‘bek Kadirovich

Adabiy ta’lim jarayonida o‘quvchi ma’naviy kamolotini ta’minlashda motivatsiya uyg‘otish texnologiyalarini takomillashtirish 132
F. Zaynabuddinov

Развитие поликультурной компетентности студентов в образовательной среде вуза 135
Киреева Эльвина Фларитовна

Yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda pedagogik xususiyatlar 140
Sanayev Gayrat Shermuxamedovich

Maktabgacha yoshdagi bolalar muloqot madaniyatini tarbiyalashning pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish 144
Boybo‘riyeva Saodat O‘ralovna

Kattalar ta’limi texnologiyasi: muammolar, yondashuvlar va rivojlanish yo’nalishlari 148
Davletova A.

Yangi O‘zbekistonda inklyuziv ta’limni rivojlantirishning huquqiy asoslari 152
G‘aniyeva Gulrux Tavakkaljon qizi

Innovatsion ta’lim texnologiyalari asosida bo‘lajak o‘qituvchilarni ma’naviy-axloqiy sifatlarini rivojlantirish . 156
Madmarova Gulchexra Qodirovna

O‘lkashunoslik materiallarining oliy ta’lim jarayonida tarbiyaviy salohiyatini ochib berish 160
Mamajonov Mo‘minjon

Muhandislik grafikasi darslarida o‘quv faoliyatining shaxsga yo‘naltirilgan innovatsion modeli 165
Mamasidikova Gulnora Muhammad qizi

Sun’iy intellektga asoslangan ta’limiy resurslarning pedagogik imkoniyatlari 169
Muhiddinov Muhriddin Nuriddin o‘g‘li

Ijod maktablari o‘quvchilarining badiiy-ijodiy kompetensiyasini rivojlantirishda interfaol metodlarning ahamiyati 173
Nurmatova Shohistaxon Muhammadjonovna

Voleybolchi qizlarni tayyorlashning differensial vositalaridan foydalanish zarurligini, ularning o‘yin ampluasini hisobga olgan holda aniqlash usullari 178
Odilova Feruzaxon Valijon qizi

PIRLS baholash tizimini qo‘llash vositasida mustaqil o‘qishga o‘rgatishda IMEN texnologiyalaridan foydalanish 184
Olimjonova O‘g‘ilxon Abdurasul qizi

Yoshlar o‘rtasida internet qaramligi va ijtimoiy izolyatsiya zamonaviy Maugli sindromining klinik ko‘rinishlari 188
Polvanov Rasulbek Baxtiyarovich

Boshlang‘ich maktabda o‘zbek tili darslarida differensial ta’limdan foydalanishning pedagogik shart-sharoitlari 192
Rasulova Nozigul Abdivahid qizi

Ona tili va o‘qish savodxonligi darslarida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining nutqini takomillashtirish 196
Sharofova Nilufar Ilhom qizi

Xalqaro baholash dasturlari asosida ta’lim samaradorligini oshirishning pedagogik shart-sharoitlari (PIRLS misolida) 200
Tuxtasinova Munira Ibragimovna

Fransuz tili darslarida tabiatshunoslik atamalarini boshlang‘ich sinflarda shakllantirish va o‘rgatishning o‘ziga xos xususiyatlari 204
Umarova Madinabonu Bahodir qizi

O'smir psixologik salomatligini barqarorlashtirishda art-terapiyadan foydalanishning imkoniyatlari 208
Yusupxodjayeva Umida Baxodir qizi

Nofillologlarni (filolog bo'lmaganlarni) kasbiy aloqa madaniyatiga o'rgatish maqsadida zamonaviy ingliz tilining lingvometodik tahlili...214
Zarina Itolmasova

Forsayt va qaror qabul qilishni bog'lovchi kognitiv komponentlar...219
Hasanova Sumanbar Hamroqulovna

VOLEYBOLCHI QIZLARNI TAYYORLASHNING DIFFERENSIAL VOSITALARIDAN FOYDALANISH ZARURLIGINI, ULARNING O'YIN AMPLUASINI HISOBGA OLGAN HOLDA ANIQLASH USULLARI

Odilova Feruzaxon Valijon qizi
Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti
tayanch doktoranti

Annotatsiya: Mazkur tadqiqotda voleybolchilarni tayyorlashda differensial yondashuvlar zarurligini aniqlash usullari o'rganiladi. Texnik, jismoniy va taktik talablar tahlil qilinib, mashg'ulotlar samaradorligini optimallashtirish uchun tizimli yondashuv taklif etiladi. Tadqiqotda tabaqalashtirilgan ta'limning ahamiyatini asoslash maqsadida test sinovlari, ish faoliyatini tahlil qilish hamda qiyosiy baholash usullari qo'llaniladi. Tadqiqot natijalari voleybol mashg'ulotlarining rolga xos xususiyatlarini yoritib beradi va individual mashg'ulot rejalari asosida samarali metodologiyani ilgari suradi.

Kalit so'zlar: voleybol, differensial tayyorgarlik, rol o'ynash, texnik tayyorgarlik, jismoniy tayyorgarlik, taktika ishlab chiqish.

Abstract: This study explores methods for determining the necessity of differential training approaches for volleyball players based on their playing roles. By analyzing technical, physical, and tactical demands, a systematic approach is proposed to optimize training effectiveness. The research applies testing, performance analysis, and comparative evaluation to substantiate the importance of differentiated training. The results emphasize the role-specific nature of volleyball training and highlight effective methodologies for implementing individualized training plans.

Key words: volleyball, differential training, playing roles, technical preparation, physical conditioning, tactical development.

Аннотация: В данном исследовании изучаются методы определения необходимости дифференцированных подходов к тренировке волейболистов в зависимости от их игровых ролей. Посредством анализа технических, физических и тактических требований предлагается системный подход к оптимизации эффективности тренировочного процесса. В исследовании применяются тестирование, анализ производительности и сравнительная оценка для обоснования важности дифференцированной подготовки. Полученные результаты подчеркивают специфический характер волейбольной тренировки с учетом ролей и выделяют эффективные методики для внедрения индивидуальных планов тренировок.

Ключевые слова: волейбол, дифференцированная тренировка, игровые роли, техническая подготовка, физическая подготовка, тактическое развитие.

KIRISH

Hozirgi vaqtda voleybolchi qizlarni differensial tayyorlash tizimi, ularning o'yin ampluasidagi harakatlar samaradorligini oshirishga doir mavjud muammolarni hal qilishda katta qiyinchiliklar tug'dirmoqda. Voleybolchi qizlarning differensial mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazishdagi o'yin ampluasining darajasi past bo'lib, voleybolchi qizlarni tayyorlash jarayonining mantiqsiz tuzilmasi mavjudligi aniqlanmoqda. Sport faoliyati jarayonida voleybolchi qizlar turli munosabatlarga kirishadilar. Shuning uchun voleybolchi qizlarni differensial tayyorlash jarayonida turli jihatlarni modellashtirish, ularning o'yin ampluasini hisobga olish bilan bir qatorda, o'yindagi o'zaro psixologik ta'sir xususiyatlarini ham hisobga olish kerak.

Voleybolchi qizlarning o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial tayyorgarligi mashg'ulotlar va musobaqa faoliyati hajmining keskin oshishi bilan bog'liqdir. Tijoriylashtirish voleybolchi qizlarning musobaqa faoliyatiga ta'sir qildi, bu esa musobaqalar sonining keskin ko'payishi tufayli bir necha bor oshdi. Voleybolchi qizlar o'rtasida o'quv yuklamalari hajmini yanada oshirish tendensiyasi davom etib kelmoqda. Voleybolchi qizlarni differensial tayyorgarlik ularning o'yin ampluasini hisobga olgan holda individual imkoniyatlarini maksimal darajada oshirishga qaratilgan. Shu bilan birga, jamoa tayyorgarligini yaxshilash uchun voleybolchi qizlarni tayyorlashning individual va guruh usulidagi shakllarini malakali birlashtirish zarur. Jamoa tayyorgarliklarini takomillashtirish muammosini hal qilishda voleybolchi qizlarning o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial tayyorgarlikni amalga oshirish shartlari, omillari va texnologiyalarini modellashtirish kerak. Voleybolchi qizlarni differensial tayyorgarlik modeli, ularning o'yin ampluasini hisobga olgan holda, modellashtirishning uch xil darajasini o'z ichiga olishi zarur.

Birinchi daraja – voleybolchi qizlarning o'yin ampluasi bo'yicha ularni tayyorlashning namunaviy rejasini asoslashtirish va ishlab chiqish.

Ikkinchi daraja – quyidagilarni o'z ichiga oladi: voleybolchi qizlarning individual fazilatlarini shakllantirish va rivojlantirish; o'yin ampluasi orqali ularning jismoniy yuklamalarga moslashuvini aniqlashtirishni hisobga olish.

Uchinchi daraja – voleybolchi qizlarning o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial tayyorlashning ishlab chiqilgan modelini amalga oshirish.

Ushbu darajaning mazmuni quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- voleybolchilarni sifatli tayyorlash uchun tashkiliy-pedagogik shart-sharoitlarni yaratish;
- kadrlar tayyorlash turlari va tuzilmalarini rejalashtirish;
- uni har tomonlama nazorat qilish, voleybolchi qizlarni differensial tayyorlash jarayonini kuzatib, aniqlangan kamchiliklarni tuzatish zarur.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Voleybolchi qizlarni differensial tayyorlash jarayonida ularning o'yin ampluasi yordamida tayyorlashning muayyan qoidalari va tamoyillariga amal qilish zarur. Taklif etilayotgan tizimning yakuniy bo'g'ini – voleybolchi qizlarni o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial usul modelini ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot maqsadi: Voleybolchi qizlarni tayyorlash tizimidagi o'zgarishlar ularning o'yin ampluasini hisobga olgan holda mashg'ulotlar jarayonini tashkil etishga bevosita ta'sir ko'rsatdi. Voleybolchi qizlarning o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial tayyorlash yo'nalishini rivojlantirish zamonaviy voleybolning ustuvor vazifasi hisoblanadi. Tadqiqot vazifalari: Voleybolchi qizlar bilan mashg'ulot jarayonini tizimli ravishda tashkil etish sifatini oshirish, shuningdek, mashg'ulotlar davomida ularning o'yin ampluasi va individual harakat qobiliyatlarini hisobga olish tayyorgarlikni takomillashtirishning asosiy xususiyati sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu mashg'ulotlarning eng muhim natijasi – o'yinchilarning sport mahoratining oshishidir.

TAHLIL VA NATIJALAR

Hozirda malakali voleybolchi qizlarni tayyorlashda ularning o'yin ampluasini hisobga olgan holda differensial vositalardan maqsadli foydalanishga katta e'tibor qaratilmoqda. Bunday o'quv mashg'ulotlarini voleybolchi qizlar bilan tashkil etish tajribasi ularni o'tkazish bo'yicha qarashlarni qayta ko'rib chiqishni talab qiladi. Voleybolchi qizlarning o'yin ampluasining xususiyatlariga eng mos keladigan mashqlarni tanlash lozim. Mashg'ulotlar turli ampluadagi o'yinchilar uchun muammolarni hal qilishga imkon qadar yaqin bo'lishi kerak. Amaliyot shuni ko'rsatadiki, differensial mashg'ulot vositalaridan foydalanganda, o'yin ampluasini hisobga olgan holda, malakali voleybolchi qizlar musobaqa faoliyatiga tezda moslashadilar. Ushbu jarayonga aniqlik kiritish maqsadida pedagogik kuzatuv olib borildi.

1-jadval: **Voleybolchi qizlarni texnik tayyorgarligi bo'yicha o'tkazilayotgan an'anaviy mashg'ulotlarni va ularda mashqlarda texnikani qo'llash tajribasini o'rganish natijalari - 24 ta mashg'ulot (pedagogik kuzatuv natijalari)**

№	Texnik tayyorgarlik mashqlari	Takrorlanish soni – X (marta)	Mashqlarga sarflangan vaqt-X (daq./sek.)
1	To'pni to'g'ri qabul qilish va uzatish	30,6	4,4
2.	To'p uzatish (past berish):	18,3	1,6
3.	To'pga zarba berish	33,5	3,1
4.	To'siq qo'yish (blok)	21,7	1,8

5.	Hujum zarbalari uchun sakrash	48,9	5,9
6.	To'siq qo'yish uchun sakrash	34,3	3,5
7.	To'p uzatish uchun sakrash	11,8	1,6
8.	To'p kiritish uchun sakrash	9,9	1,3
9.	Hujumga tayyorgarlik jarayonida kengurucha", o'ng va chap oyoq bilan sakrab yugurish	27,2	3,8
10.	Mashg'ulotlarda to'pni maydondan chiqarmay olib qolish va to'g'ri himoya qilishg	8,7	3,9
24 ta mashg'ulotda o'rtacha - x		**24,7**	**2,9**
Umumiy ko'rsatkich - s		**247,4**	**28,8**

Voleybolchi qizlarning texnik tayyorgarligini ta'minlash juda muhim bo'lib, bu jarayonda ularning asosiy harakatlari, zarbalarni bajarish usullari, himoya va hujum texnikasi, hamda taktik jarayonlarga tayyorgarligiga alohida e'tibor qaratiladi. Quyida voleybolchi qizlarni tayyorlashda keng qo'llaniladigan an'anaviy mashg'ulot turlari haqida ma'lumot beriladi. Bu an'anaviy mashg'ulotlar voleybolchi qizlarni jismoniy, texnik va taktik jihatdan yuqori darajaga ko'tarishga yordam beradi. Mashg'ulotlarning samaradorligi murabbiyning professional darajasi va mashg'ulot jarayonida individual yondashuvga bog'liq. Hujum zarbalarini ijro etish uchun qo'llanadigan sakrash mashqlari o'rtacha 48,9 marta teng bo'lgan, ularni takrorlash uchun sarflanadigan vaqt 5,9 daq./sek. ni tashkil etgan. To'siq qo'yish uchun sakrashlar soni 34,3 marta bilan ifodalangan bo'lsa, ularni bajarishga 3,5 daq./sek. vaqt sarflangan.

Yuqorida kelib chiqib, musobaqa o'yinlarida eng ko'p marotaba ijro etiladigan sakrashlar soni hujum zarbalari va to'siq qo'yish usullarini bajarishga xizmat qiladi. Shunday ekan, voleybolchi qizlarda baland sakrash asosida sakrash chidamliligini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlarning soni mashg'ulotlar davomida 3–4 barobargacha orttirilishi maqsadga muvofiq, deb ta'kidlash mumkin. To'p uzatish uchun qo'llaniladigan mashqlarni takrorlash soni 11,8 martani, unga sarflanadigan vaqt 1,6 daq./sek. ni tashkil etgan. Mazkur ko'rsatkichlar ham yetarli hajmda qo'llanilmagan, deb ehtimol qilish mumkin. So'nggi 10–15 yillar davomida voleybol musobaqalarida yugurib kelib sakrash davomida to'p kiritish usuli ustuvor tendensiyaga aylanib bormoqda. Bunday usulni yuqori mahorat darajasida ijro etadigan o'yinchilarda ochko olish imkoni 90–100 % bo'lgani sababli aksariyat professional voleybol klublari trenerlari o'z mashg'ulotlarida yugurib kelib sakrab to'p kiritish usulini uzoq vaqt davomida mashq qilishga e'tibor qaratishlari kuzatiladi. Biz tomonidan kuzatilgan mashg'ulotlarda esa bunday mashqlar o'rtacha 9,9 martagacha takrorlangan, xolos. Ularni bajarish uchun sarflangan vaqt 1,3 daq./sek. ni tashkil etgan.

Voleybol nazariyasi, ayniqsa voleybolchi qizlarni tayyorlash amaliyotida, shunday terminologik muammolar ham kuzatilib turadiki, ayrim hollarda mutaxassis-trenerlar sakrash balandligi yoki sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirish jarayonida "rivojlantirish" va "tarbiyalash" atamalariga maqsadga muvofiq ravishda yondoshmaydilar. Jumladan, ma'lumki, aslida "rivojlantirish" atamasi, masalan, sakrovchanlik yoki sakrash chidamliligini oshirish maqsadida qo'llanilishi mumkin. Lekin, shu maxsus jismoniy sifatlarni muayyan texnik-taktik usul (zarba berish, to'siq qo'yish va h.k.) koordinatsiyasiga mos ravishda shakllantirilishi zarur bo'lsa, unda "sakrovchanlik" yoki "sakrash chidamliligini tarbiyalash" atamasiga asoslanish kerak bo'ladi. Shunday ekan, agar sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirish zarur bo'lsa, unda faqat shunga xos umumiy mashqlar yoki sakrash elementlaridan iborat estafetali mashqlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Kuzatilgan mashg'ulotlarda "kengurucha", o'ng va chap oyoq bilan sakrab yugurish kabi o'yin estafetalari takrorlash soni 27,2 martani, ularga sarflangan vaqt esa 3,8 daq./sek. ni tashkil etgani aniqlangan. Sakarash elementlaridan iborat harakatli o'yinlardan mashg'ulot davomida o'rtacha 8,7 marta foydalanilgan. Ularni ijro etishga sarflangan vaqt 3,9 daq./sek. ga teng bo'lgan. O'tkazilgan tahlil davomida aniqlandiki, 24 ta mashg'ulotda qo'llanilgan barcha turdagi sakrash mashqlarining o'rtacha soni 24,7 martani tashkil etgan bo'lsa, ularni ijro etishga sarflangan vaqt o'rtacha 2,9 daq./sek. ni tashkil etgan. Yoki barcha mashg'ulotlarda qo'llanilgan barcha sakrash mashqlarining soni 247,4 marta bilan ifodalangan bo'lsa, ularni ijro etish uchun sarflangan vaqt 28,8 daq./sek. ni tashkil etgan.

Qayd etilgan kuzatuv natijalaridan ko'rinib turibdiki, malakali voleybolchi talabalar bilan olib borilayotgan an'anaviy mashg'ulotlarda sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirish bo'yicha qo'llaniladigan sakrash mashqlarining o'rtacha hajmi ham, ularni ijro etish uchun ajratiladigan vaqt ham nihoyatda kam bo'lgan. Demak, mashg'ulotlarda ushbu jismoniy sifatlarni rivojlantirish maqsadida qo'llanilgan og'irliklar bilan (shtanga, to'ldirma to'p va sherikni yelkada ko'tarib o'tirib-turish mashqlari) o'tirib-turish mashqlari ulushini sakrash mashqlari hajmiga o'tkazish maqsadga muvofiq, deb ta'kidlash mumkin. Bundan tashqari, sakrash mashqlarini qo'llashda faqat sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirish ko'zda tutilmasligi, balki sakrash kinemati-

kasi (nusxasi)ni sakrab ijro etiladigan texnik-taktik usullar koordinatsiyasiga mos tartibda tarbiyalash mashqlari hajmini ham orttirish tavsiya etiladi. Pedagogik kuzatuv davomida voleybolchi-talabalar bilan olib boriladigan an'anaviy mashg'ulotlarda sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirish tajribasini yanada chuqurroq o'rganish maqsadida biz 58 nafar voleybolchilar va 15 nafar o'qituvchi-trenerlardan iborat respondentlar bilan ham so'rovnoma o'tkazdik. So'rovnoma natijalari ma'lum darajada yuqorida qayd etilgan holatlar va kuzatilgan ayrim muammolarning yuzaga kelish sabablarini ochib berishga imkon yaratdi, deb ehtimol qilish mumkin.

Masalan, so'rovnomaga jalb qilingan aksariyat respondentlar voleybolchi qizlarda sakrash balandligini oshirishda, sakrovchanlik va sakrash chidamliligini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydigan omillar, ularni nazorat qilish va baholash imkoniyatlari haqida yetarli bilim va to'liq tasavvurga ega emasliklari aniq bo'ldi. Jumladan, "Sakrash balandligi oyoqlarni ko'proq bukishga bog'liqmi?" deb nomlangan 1-savolga 58 nafar voleybolchi-respondentlardan 40 tasi (68,9 %) "ha", 18 tasi (31,03 %) "yo'q" deb ovoz berishdi. 15 nafar o'qituvchi-trener respondentlarning 6 nafari "ha" (40 %), 9 tasi (60 %) "yo'q" deb javob berishdi.

2-jadval: **So'rovnoma natijalarining tahlili bo'yicha ko'rsatgichlar**[1]

№	Savollar	MVR - n=58		O'TR - n=15	
		"ha"	"yo'q"	"ha"	"yo'q"
		soni/%		soni/%	
1.	Sakrash balandligi oyoqlarni ko'proq bukishga bog'liqmi	40/68,9	18/31,03	6/40	9/60
2.	Sakrash balandligi bosh-gavda-qo'llarning inersion harakatiga bog'liqmi	21/36,2	37/63,79	5/44,4	10/55,6
3.	Turli zonalardan zarba berishda sakrash koordinatsiyasi farqlanadimi	24/41,4	21/58,6	9/60	6/40
4.	Joydan vertikal sakrash kinematikasi to'siq qo'yishga xos sakrash kinematikasidan farqlanadimi	21/36,2	37/63,8	8/53,3	7/46,7
5.	Yugurib kelib sakrash va zarba berishdan so'ng depsinish joyiga qo'nish zarurmi	24/41,4	34/58,6	6/40	9/60
6.	Sakrash chidamkorligini baholash testini bilasizmi	12/20,7	29/30,6	10/66,7	5/33,3
7.	Sakrovchanlik va sakrash chidamkorligini rivojlantirish metodlarini bilasizmi	5/13,9	31/36,1	9/60	6/40
8.	Yosh voleybolchilarda sakrovchanlik yoki sakrash chidamkorligini og'irliklar bilan rivojlantirish tavsiya etiladimi	47/81,03	18,96	9/60	6/40
9.	Sakrovchanlik va sakrash chidamkorligini obrazli harakatli o'yinlar yordamida rivojlantirish afzalligini bilasizmi	28/48,3	30/51,7	10/66,7	5/33,3
10.	Sakrovchanlik yoki sakrash chidamkorligini "rivojlantirish" va "tarbiyalash" tushunchalarining farqini bilasizmi	1/1,72	57/98,2	6/40	9/60

Ma'lumki, joydan vertikal sakrashda ham, yugurib kelib sakrashda ham sakrash balandligi oyoqlarning optimal darajada bukilish burchagiga bog'liq bo'ladi. Oyoqlarni bukish burchagi ortiq bo'lsa ham, yetarli bo'lmasa ham sakrash balandligi sustroq bo'ladi. Odatda vertikal sakrashda oyoqlarni bukish burchagi 90° dan 120–125° gacha atrofida bo'lishi mumkin. Lekin hujum zarbalarini 4-zonaga baland uzatilgan to'pga nisbatan ijro etish uchun sakrashda oyoqlarni bukish burchagi 90–130° gacha, 3-zonaga past uzatilgan to'pga nisbatan zarba berish uchun esa sakrashda oyoqlarni bukish burchagi 60–90° atrofida bo'lishi mumkin. To'siq qo'yish uchun sakrashda ham oyoqlarni bukish burchagi 60–45° gacha bo'lishi maqsadga muvofiqdir.

"Sakrash balandligi bosh-gavda-qo'llarning inersion harakatiga bog'liqmi?" degan savolga 21 nafar (36,2%) voleybolchi-respondentlar "ha", 37 nafari (63,79%) esa "yo'q" deb javob yo'llashdi. O'qituvchi-trenerlarning 5 tasi "ha", 10 tasi "yo'q" deb fikr bildirishdi. Vertikal sakrash balandligini ta'minlashda nafaqat oyoqlarning tezkor va portlovchi kuchi muhim rol o'ynaydi, balki bosh-gavda, ayniqsa qo'llarning faol inersion harakati (ularni siltab, orqa-pastdan yuqoriga ko'tarish)ga ham asoslanadi. Agar ushbu harakatlar ilmiy jihatdan izohlanadigan bo'lsa, vertikal sakrash balandligi oyoqlarning bukilish-yozilish va bosh-gavdani tushirish-ko'tarish mexanikasini sinxron tartibda ijro etilishi, qo'llarning aerodinamik harakati (ularni siltab inersion kuchni yuzaga keltirish)ga mos kelishi bilan bog'liqdir. Qo'llarni orqa-pastdan yoysimon tartibda yuqoriga siltab ko'tarilishi inersion kuchni yuzaga keltirib, sakrash balandligini oshirishga qo'shimcha omil sifatida xizmat qiladi.

Odatda turli zonalardan hujum zarbalarini ijro etishda vertikal sakrash kinematikasi, biomekhanikasi va koordinatsiyasi bir-biridan tubdan farq qiladi. Biroq, ana shu ma'noda taqdim etilgan 3-savolga 58 nafar voleybolchi-respondentlardan faqat 37 nafari (63,8%) "ha" deb javob bergan bo'lsa, ularning 21 tasi (36,2%) "yo'q"

1 Izoh: MVR- malakali voleybolchi- respondentlar;UTR-o'qituvchi -trener respandjentlar.

deb javob bergan. 15 nafar oʻqituvchi-trener respondentlardan esa 60% "ha", 6 tasi (40%) "yoʻq" deb javob bergan. "Joydan vertikal sakrash kinematikasi toʻsiq qoʻyishga xos sakrash kinematikasidan farqlanadimi?" deb nomlangan 4-savolga 21 nafar voleybolchi-respondentlar "ha" (25%), ularning 43 nafari (74,13%) esa "yoʻq" deb fikr bildirishgan. Gap shundaki, joydan vertikal sakrashda oyoqlar 90° dan ortiq bukilishi kuzatiladi, qoʻllar pastdan yuqoriga siltab koʻtariladi. "Yugurib kelib sakrash va zarba berishdan soʻng depsinish joyiga qoʻnish zarurmi?" deb nomlangan 5-savolga 24 nafar voleybolchi-respondentlar (41,3%) "ha" javobini bergan boʻlsa, ularning 34 tasi (58,6%) "yoʻq" deb fikr bildirishgan. 15 nafar oʻqituvchi-trener respondentlarning 6 nafari bu savolga "ha" (40%), 9 nafari "yoʻq" (60%) deb ovoz bergan. Tadqiqotlar asosida isbotlanganki, yugurib kelib, hujum berish uchun voleybol toʻri oldida sakrashda, agar voleybolchi oʻzining inersion harakatini depsinish vaqtida toʻxtatib, tik vertikal yoʻnalishda sakray olmasa, u zarba berishdan soʻng oʻz inersiyasi bilan oldinroqqa qoʻnadi, natijada toʻrga tegib ketishi kuzatiladi va ochko yoʻqotilishi qayd etiladi. Shuning uchun yugurib kelib vertikal sakrash uchun yugurishning soʻnggi qadamida gavda-bosh va qoʻllar "orqa tomonda qoldiriladi", ya'ni umumiy ogʻirlik markazi tananing orqa qismidan joy olishi lozim. Ana shu qarama-qarshilikni bartaraf etish maqsadida voleybol boʻyicha murabbiylar oʻrtasida soʻrov oʻtkazdik. Tadqiqotda jami 58 respondent ishtirok etdi. Tadqiqotda voleybolchi qizlarni tayyorlashda ularning oʻyin ampluasini hisobga olgan holda differensiyalangan vositalardan foydalanish zaruriyatini belgilovchi omillar aniqlandi.

3 -jadval: **Voleybolchi qizlarni tayyorlashning differensial vositalaridan foydalanish zaruriyatini belgilovchi omillarning oʻyin ampluasini hisobga olgan holda (n=58, W>0,79) darajali tarkibi**

Ahamiyati (darajali joy)	Omillar	Koʻrsatkichi %
1	Differensiallashtirilgan mashgʻulotlardan foydalanishning yuqori ahamiyati turli ampluadagi oʻyinchilarning musobaqa faoliyatga tayyorlik darajasini oshirishni anglatadi	25,7
2	Differensiallashtirilgan mashgʻulot vositalarining turli ampluadagi oʻyinchilarning asosiy koʻrsatkichlariga ta'sirini maqsadli yoʻnaltirish	24,3
3	Sport mahoratining doimiy oʻsishi uchun differensial tayyorgarlik vositalaridan tizimli foydalanish zarurati	17,8
4	Voleybol jamoalari murabbiylarining uslubiy tayyorgarligi darajasini oshirish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish	12,2
5	Turli ampluadagi voleybolchi qizlarni tayyorlash jarayonida differensial oʻquv vositalaridan foydalanishning xilma-xilligi.	11,3
6	Turli ampluadagi oʻyinchilar uchun differensial oʻquv vositalaridan foydalanish qulayligi	8,7

Voleybolchi qizlarning jismoniy koʻrsatkichlari yuqori boʻlishi uchun sportchilarni tayyorlash jarayonida differensial oʻquv vositalaridan foydalanishga kuchli bogʻliqligi ham aniqlangan.

4 -jadval: **Har xil ampluadagi oʻyinchilarni tayyorlashning eng samarali vositalari va usullarini aniqlash boʻyicha voleybol jamoalari murabbiylarining fikrlarini oʻrganish uchun anketa**

№	Mablagʻlardan foydalanishni tasdiqlash	Ishonch hosil qilgan	rozilik bildiraman	ham rozi va rozi emasman	rozi emasman	Ishonch hosil qilmayman
1	Bogʻlovchi oʻyinchilari uchun aniq pastlar berish koʻnikmalarini rivojlantirish uchun maxsus mashqlar	1	2	3	4	5
2	Diagonal hujumchilar uchun sakrashni oʻrgatish va hujum qilish qobiliyatini rivojlantirish vositalari.	1	2	3	4	5
3	Markaziy blokchilar uchun blokka chiqish va birinchi temp bilan hujum qilish mahoratini rivojlantirish uchun maxsus mashqlar.	1	2	3	4	5
4	Universal oʻyinchining koʻnikmalarini rivojlantirish uchun maxsus mashqlar: kuchli zarbalar berish, blokirovka qilish, hujumda va himoyada teng darajada yaxshi oʻynash qobiliyati.	1	2	3	4	5
5	Libero oʻyinchilari uchun muvofiqlashtirish qobiliyatlari, reaksiya tezligi, chaqqonlik va harakatlar aniqligini rivojlantirish uchun maxsus mashqlar	1	2	3	4	5

5-jadval: **Voleybol jamoalari murabbiylari o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rov natijalari (n=15)**

№	Javob foizlari				
	Ishonch hosil qilgan	rozilik bildiraman	ham rozi va rozi emasman	Rozi emasman	Ishonch hosil qilmayman
1	73,3	21,4	5,3	–	–
2	67,7	25,1	7,2	–	–
3	71,4	22,3	6,3	–	–
4	70,5	25,3	4,2	–	–
5	73,2	21,3	5,5	–	–

XULOSA

Ushbu tadqiqot voleybolda differensial tayyorgarlik strategiyalariga bo‘lgan ehtiyojni aniqlash muhimligini ta’kidlaydi. Ixtisoslashgan jismoniy, texnik va taktik baholashlardan foydalanish murabbiylarga o‘yin rollari asosida ishlashni optimallashtiradigan maqsadli o‘quv dasturlarini ishlab chiqish imkonini beradi. Kelajakdagi tadqiqotlar uzoq muddatli moslashuvlar va rolga xos treninglarda jarohatlarning oldini olish strategiyalariga qaratilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Аврамова, Н. В. Вариативность двигательных действий волейболисток / Н. В. Аврамова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – №1. – С. 42–44.
2. Аврамова, Н. В., Бурцев А. В. Повышение физической подготовленности как ведущий фактор роста спортивного мастерства волейболисток 17–20 лет / Н. В. Аврамова, А. В. Бурцев // Инновации в спорте, физической культуре и спортивной медицине: Перм. Спорт. Мед. – 2012: сб. матер. Всеросс. науч.-практ. конференции с Междунар. участием (23–25 мая 2012). Пермь: ИПК “ОТиДО”, 2012. – С. 6–8.
3. Беляев, А. В., Булыкина Л. В. Основные упражнения как средство развития физических качеств волейболисток / А. В. Беляев, Л. В. Булыкина // Теория и практика физической культуры: Тренер: Журнал в журнале. – 2004. – С. 34–35.
4. Беляева, Е. Е. Волейбол: зал мяча / Е. Е. Беляева // Научный лидер. – 2022. – №52 (97). – С. 143–144.
5. Бен Саад Ш.М. Влияние времени прослеживания мяча на двигательную структуру и успешность приема снизу двумя руками в волейболе: 13.00.04: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Бен Саад Шейх Мульди. – Москва, 1987. – 22 с.
6. Бобина, О. Н., Головчук О. О. Специальная физическая подготовка игроков классического волейбола к соревнованиям по пляжному волейболу / О. Н. Бобина, О. О. Головчук // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: материалы XXIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвящённой памяти профессора Ю. Т. Ревякина (26–27 марта 2021 г.). – Томск, 2021. – С. 129–130.
7. Болтаев А.А. Малакали 15–16 ёшли волейболчиларда хужум самарадорлилигининг ўйин партиялари давомида ўзгариш динамикаси // Жисмоний тарбия ва спорт назарияси ва услубиятини ривожлантиришнинг замонавий тенденциялари халқаро илмий анжумани. – Болтаев А.А., 2019 йил 24–25 май. – С. 124–125.
8. Бородачев, С. В. Повышение эффективности атакующих действий квалифицированных волейболисток на основе использования методик психо-регуляции / С. В. Бородачев, Н. В. Луткова, Ю. М. Макаров, К. С. Соломенина // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №7. – С. 41.
9. Бриль, М.С. Индивидуализация в спортивных играх: трудности, опыт, перспективы / М. С. Бриль // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №5. – С. 32–36.
10. Бунаков, Е. А., Осиповский К. В. Использование подвижных игр в развитии сложной двигательной реакции на занятиях по волейболу / Е. А. Бунаков, К. В. Осиповский // Студенческий вестник. – 2019. – №28-1 (78). – С. 22–24.

13.00.00	Pedagogika fanlari
13.00.01	Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
13.00.02	Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
13.00.03	Maxsus pedagogika
13.00.04	Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
13.00.05	Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
13.00.06	Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohalari va bosqichlari bo'yicha)
13.00.07	Ta'limda menejment
13.00.08	Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09	Ijtimoiy pedagogika
07.00.00	Tarix fanlari
19.00.00	Psixologiya fanlari
01.00.00	Fizika-matematika fanlari
02.00.00	Kimyo fanlari
03.00.00	Biologiya fanlari
09.00.00	Falsafa fanlari
10.00.00	Filologiya fanlari
11.00.00	Geografiya fanlari

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2025. №8

© Materiallar koʻchirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida koʻrsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan Oʻzbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C–5669363 reyestr raqami tartibi boʻyicha roʻyxatdan oʻtkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzilimiz: Toshkent shahar, Yunusobod tumani
19-mavze, 17-uy.