



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



№10
2025

- 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 sohaları 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

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 1946 sahifa,
3-oktyabr, 2025-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

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
Shermuhhammadov 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 doktori (DSc), 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" gazetalarini 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), dotsent
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

Shermuhhammadov 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 Pedagogical Sciences (DSc), 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)

Tillashayova 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, Associate Professor

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

The Use of Innovative Pedagogical Technologies in the Development of Critical Thinking	16
<i>Gulnar Atakhanova Orinbaevna</i>	
Current Aspects of Designing and Implementing Extracurricular Educational Activities at the Primary General Education Level.....	20
<i>Amankosova Dinara Gabitovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tizimida tarbiyachi shaxsiyati va kasbiy mahorati shakllanishining nazariy asoslari....	24
<i>Axmadaliyeva Moxlaroy To'xtapolatovna</i>	
Pedagogical Model and Stages of Teaching Subjects Through a Project-Based Approach	28
<i>Bannayev Qosimjon</i>	
Lotin tili va zamonaviy tibbiy terminologiya: tarixi, vazifasi va amaliy ahamiyati	31
<i>Eshmurodova Shirin Oybekovna</i>	
Motor alaliyaning nonutqiy simptomatikasi	34
<i>Isayeva Mushtariy Alisher qizi</i>	
Talabalar etnomadaniy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik-psixologik omillari	38
<i>Isomiddinov Asliddin Baxriddin o'g'li</i>	
Texnologiya darslarida o'quvchilarning texnik savodxonligini robototexnika elementlari asosida rivojlantirish.....	41
<i>Jabborova Umida</i>	
Fizika fanini mutaxassislik fanlari integratsiyasi asosida o'qitishda bo'lajak muhandislarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari	45
<i>Xayrullayev Asliddin Isatullayevich</i>	
Talaba tomonidan mutaxassislik tilini o'zlashtirishda monologik nutqni o'rgatishning samarali usullari masalasi haqida.....	51
<i>Karimov N. M.</i>	
Zamonaviy pedagog kadrlar tayyorlashda kasbiy motiv va motivatsiyaning o'rni	54
<i>Melikova Elnora Shuxratovna</i>	
Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarini tayyorlashda pragmatik kompetensiyaning roli.....	58
<i>Mustafayeva Nilufar Ulashovna</i>	
O'quvchilarda iqtisodiy tafakkurni rivojlantirishning pedagogik strategiyalari	62
<i>Nishonova Dilafuz</i>	
Computer-Based Formative Assessment: Advantages and Challenges in Teaching English to High School Students	66
<i>Obidjonova Shokhista Bakhtiyorovna</i>	
Metata'lim texnologiyalari asosida bo'lajak maktabgacha ta'lim mutaxassislarini tayyorlash tizimini takomillashtirish.....	70
<i>O'rolboyeva Durdona Sayfiddin qizi</i>	
Sun'iy intellekt asosidagi darslarning an'anaviy darslarga nisbatan samaradorligini qiyosiy tahlil qilish.....	73
<i>Rasulev Bobirjan Atxamovich</i>	
Pedagogik faoliyatda pedagogning kasbiy taraqqiyoti motivatsiyasining psixologik xususiyatlari	78
<i>Rustamova Surayyo Shaxobiddinovna</i>	
Innovatsion kompetentlik tushunchasi va uning ilmiy-pedagogik asoslari.....	84
<i>Soliyev Eliyor Ravshan o'g'li</i>	
Nutqida nuqsoni bo'lgan bolalar eshituv idrokini o'yinlar yordamida rivojlantirishning samarali usullari	88
<i>Xalilova Shahnoza</i>	
Zamonaviy ta'limda kommunikativ kompetensiyaning o'rni va ahamiyati.....	92
<i>Yaqubova Nigoraxon Ibrohimjon qizi</i>	
Soliq yuki – mamlakat soliq soliq tizimining asosiy mezonidir	97
<i>Suyunov Otabek Shuxrat o'g'li</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish va takomillashtirish yo'llari	101
<i>Ibodova Sarvinoz Sayfilloyevna</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida hospital pedagogika fanini o'qitishning dolzarb masalalari va uning uslubiy ta'minoti	106
<i>Inogamova Dilfuza Rahmatullaevna</i>	



Chizma geometriya va kompyuter grafikasi: an'anaviy fan va zamonaviy texnologiyaning uyg'unlashuvi .	111
<i>Raximov A. M., Tairova N. S., Sabirova D. U., Xasanova S. T., Tashpulatov R. X.</i>	
Геймификация в обучении английскому языку на начальном этапе обучения	114
<i>Курбанова Назира Низомиддиновна</i>	
Talabalarda tanqidiy va evristik fikrlashni shakllantirishda raqamli texnologiyalarning o'rni	117
<i>Adjdiyev Nayrullo Nazrulloevich</i>	
Konstruktiv yondashuv asosida tabiiy fanlar (science)ni o'qitish metodikasi.....	122
<i>Amirullayeva Barno Abdulhaqovna</i>	
Kimyo o'qitishda o'quvchilarning ijodiy faoliyatini shakllantirishning tajriba-sinov natijalari.....	126
<i>Artiqov Maqsud Bahodirovich, Babanazarova Ayzada Omirbaevna</i>	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarni bilingvist sifatida shakllantirishda til o'rganish ko'nikmalari va kompetentsiyalarining rivojlanishi	131
<i>Axmadjonova Gulira'no Muxtorjon qizi</i>	
Talabalarning ijtimoiy kompetensiyalarini shakllantirishda kooperativ ta'limning metodik yondashuvlari.....	135
<i>Botiraliyeva Gulobar Mahamadismoil qizi</i>	
Talabalarni intellektual faoliyatga tayyorlashda ijtimoiy sherikchilikning pedagogik va metodik asoslari	139
<i>Dilbarjonov Avazbek Ravshanbek o'g'li</i>	
Teacher-Centered and Child-Centered Methods in Early Childhood Education: Insights From Finland and Uzbekistan	143
<i>Djaparova Gulnoza</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida "Metodik mahorat kuni" va "Metodik mahorat soati"ni tashkil etish	150
<i>Do'stov Davron Zulhaydarovich</i>	
Theoretical, Methodological, and Practical Factors of Differentiated Education	155
<i>Ergash Shonazarovich Khasanov</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning intellektual qobiliyatini rivojlantirishda kognitiv yondoshuv	160
<i>Gulbahor Xamidova</i>	
Mustaqil ta'lim – mustahkam bilim.....	164
<i>Halima Shukurova Sunatullayevna</i>	
Integrating Google Classroom and Project-Based Learning for Enhanced Synchronous and Asynchronous Education.....	168
<i>Inomkhojaeva Shodiyakhon Abdukodirkhoja qizi</i>	
O'quvchilarning innovatsion fikrlash ko'nikmalarini takomillashtirishning nazariy asoslari.....	174
<i>Mamadaliyev Axadjon G'aniboyevich</i>	
Hududiy rivojlanishda innovatsion yondashuvlarni strategik boshqaruvga integratsiya qilish yo'llari.....	177
<i>Mo'minov Fazliddin Xusniddin o'g'li</i>	
O'rta yoshdagi ayollarda harakat faoliyatini rivojlantirishda milliy o'yinlarning pedagogik ahamiyati	184
<i>Mustafoev Sherali</i>	
Pedagogical and Psychological Foundations of Developing Higher-Order Thinking Skills in Students.....	188
<i>Nasimova Zarina Isomiddin kizi</i>	
Pedagogik ijodkorlikning kasbiy professionallikda namoyon bo'lish xususiyatlari.....	193
<i>Numonova Dildor Umurzoqovna</i>	
Ko'zi oqiz boshlang'ich sinf o'quvchilarining kommunikativ kompetentsiyasini o'rganishning nazariy asoslari	196
<i>Qarshiboyev Asliddin</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil etish masalalari.....	200
<i>Qilichova Marxabo Xudayqulovna</i>	
The Transformation of Existential Thought in British Literature: Iris Murdoch's Philosophical Humanism and the Reinterpretation of Freedom	204
<i>Rahmonqulova Zarnigor Nasimjon qizi</i>	
Sportchilarning elektron platformalardan foydalanishning metodik tahlili	209
<i>Saydullayev Zafar Erkinovich</i>	
Adabiy ta'limda estetik tarbiya	216
<i>Sharipov Elmurod Sa'dulla o'g'li</i>	
O'qituvchi-trenerning ko'p qirrali kasbiy-pedagogik funksiyalari	220
<i>Sulaymonov Jaxongir Solijonovich</i>	
Uzluksiz kasbiy rivojlanishda art-pedagogikaning o'qituvchilar hissiy farovonligiga ta'siri	223
<i>Suvanova Kamola Raimqul qizi</i>	

Raqamlashtirish muhitida umumta'lim maktablarida ta'lim sifatini oshirish	226
<i>Xamidova Komila Maxmudovna</i>	
Oliy ta'limda kvest texnologiyasi yordamida fizika fanining murakkab tushunchalarini o'zlashtirish samaradorligini oshirish metodikasi.....	231
<i>Yo'ichiyev Shaxriyor Xusanovich, O'rinboyeva Kumushoy Sultonbek qizi</i>	
Совершенствование профессиональных компетенций будущих инженеров на основе интегративного подхода	235
<i>Умарова Гулчехра Абитовна</i>	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning aqliy qobiliyatining psixologik xususiyatlari	238
<i>Alanazarova Sholpan Artikbaevna, Artiqbaeva Miyassar Jumanazarovna</i>	
Biologiya ta'limida innovatsion metodlarni joriy etishda ta'lim menejmentining roli.....	241
<i>Allayorova Maloxat Normaxmat qizi</i>	
Integrating Innovative Technologies for the Enhancement of Speech and Communication Skills Among Learners With Intellectual Disabilities in Uzbekistan: Pedagogical Approaches and Developmental Outcomes	244
<i>Donisheva Gulruy Akhrorkulovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini o'quvchilar o'qish savodxonligini rivojlantirishga metodik jihatdan tayyorlash.....	247
<i>Doniyarov Mavlonbek Arabovich</i>	
Kimyoviy birikmalarda bog'lar sonini hisoblashning yangi matematik usullari.....	252
<i>Ergashev Vahob Ergashevich</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining mantiqiy tafakkurini rivojlantirish pedagogik muammo sifatida	257
<i>G'aniyeva Maftuna Abduaziz qizi</i>	
Pedagogika oliy o'quv yurtlarida steam fanlarini raqamli texnologiyalar asosida o'qitishning metodik asoslari	261
<i>Jamolova Sitara Muzaffar qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining matematik tafakkurini rivojlantirishda didaktik o'yinlar va interaktiv metodlardan foydalanish samaradorligi	264
<i>Mamadiyurov Jamol</i>	
Zamonaviy ta'lim jarayonida talabalar mustaqil faoliyatini rivojlantirishda pedagogik yondashuvlar.....	268
<i>Mamayusupova Nafisa Abdulatifovna</i>	
Para yengil atletikachilarda nayza uloqtirish texnikasini takomillashtirish uslubiyati	271
<i>Qiyomova Shohsanam Yarash qizi</i>	
Difficulties in Enhancing Communicativeness of Pre-Service English Teachers.....	275
<i>Kurbonova Maftuna Fakhriddinovna, Mirzayeva Gulshan Azamatovna</i>	
Principles of Teaching Basic Foreign Language Skills (EFL)	278
<i>Samandarova Gulsara Ismatilloevna</i>	
O'quvchilarning innovatsion ta'lim muhitida tayanch kompetensiyalarini shakllantirishning dolzarbligi	282
<i>Toshpulatova Farida Radjabovna</i>	
Корпоративная культура педагогов и внутренняя стабильность ДОО	286
<i>Буранова Шохноза Абдуразаковна</i>	
Развивать личностные качества учащихся на уроках географии.....	290
<i>Шадиева Нигора Шариповна</i>	
Raqamli texnologiyalar yordamida oliy ta'lim sifatini oshirishda innovatsion yondashuvlar	295
<i>Baytileuova Gulnaz Quralbay qizi</i>	
Yangi avlod pedagoglarini tayyorlash: kompetensiyalar va qadriyatlarining roli.....	298
<i>Ro'ziboyeva Ma'mura Abdunabiyevna</i>	
Astronomiya fanini o'qitishda integrativ yondashuvdan foydalanib o'qitishning ta'lim tizimidagi o'rni	301
<i>Barakayeva Sarvinov To'iqunovna</i>	
Alohida e'tiborga muhtoj bolalar bilan ishlashda yangi pedagogik texnologiyalarni qo'llash.....	305
<i>Usmonov Salohiddin Dushan o'g'li, Namozova Sevinch Asqar qizi</i>	
Ma'naviy-axloqiy sifatlarni tarbiyalashda pedagogik qadriyatlarining ustuvorligi.....	310
<i>Jumayeva Gulnara Tursunpulatovna</i>	
Talabalarni maktabgacha ta'lim tashkilotlarini maqsadli boshqarishga tayyorlashning nazariy asoslari	314
<i>Mahmudova Zulfiya Xomitovna</i>	
Pedagogical Methodology Improve Students' Professional Mobility in Acquisition of Specialty.....	319
<i>Khidirova Muhabbat Murodillayevna</i>	



Boshlang'ich sinf ona tili darslarida pedagogik texnologiyalardan foydalanish	322
<i>Ismoilova Surmaxon Amonovna, Yusupova Mohinur</i>	
Qoraqalpoqlarning dehqonchilik marosimlari	326
<i>Orinboyeva Go'zal Polatovna</i>	
The Complexity of Training Teaching Staff for Work in Public Schools Organized in Medical Stations in Uzbekistan.....	330
<i>Inogamova Dilfuza Rakhmatullaevna</i>	
Boshlang'ich ta'lim texnologiya fanini o'qitishda STEM yondashuvi orqali o'quvchilarda mustaqil va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish.....	335
<i>Jabbarova Zuhra Omondullayevna</i>	
Eshitishda nuqsoni mavjud bolalarni nutqini shakllantirish metodikasi	338
<i>Z. N. Mamarajabova</i>	
5–7-sinf qizlarida raqamli texnologiyalar ta'sirida tarbiya jarayonining o'ziga xosliklari.....	341
<i>Abdurazoqova Marg'uba Muhammad qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni rivojlantirish diagnostikasi: metodlar va natijalar ..	345
<i>Abduxamidova Dilorom Abdumuminovna</i>	
PISA topshiriqlari asosida o'quvchilarda tadqiqotchilik ko'nikmalarini shakllantirish	349
<i>Axunjanova Shirmonoy Isroiljonovna</i>	
Bo'lajak surdotarjimonlar uchun faoliyat turlarini tanlashda ko'maklashish	354
<i>Dehqanova Muborakxon G'iyosiddinovna</i>	
Mustaqil ta'limni tashkillashtirishda tarjimadan foydalanish jarayonlari	357
<i>Erkayev Elmira Temirovich</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishda kreativ va tanqidiy fikrlash kompetensiyalarining o'rni.....	361
<i>Jumayeva Muxlisa Shokir qizi</i>	
Tasks, Exercises, and Activities in the English Classroom: Differences, Similarities, and Effective Use	366
<i>Qodirov Olim Odilovich</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda kommunikativ kompetentlikni rivojlantirish masalalari	372
<i>Safarova Mohichehra Xonzafarovna</i>	
Malaka oshirish tizimida boshlang'ich sinf o'qituvchilarini tabiiy-ilmiy savodxonligini rivojlantirish masalalari.....	376
<i>Saidova Dilnoza Maripovna</i>	
O'zbekiston va Yaponiya dzyudo trenerlarining mashg'ulot jarayonlarini qiyosiy tahlili.....	380
<i>Sharipov Xabibullo Abduqahhorovich</i>	
"Kompyuter lingvistikasi"ning rivojlanish tendensiyasi.....	386
<i>Xusanboyeva Muxlisa Ikrojon qizi</i>	
Педагогические технологии стратегического развития взаимного сотрудничества организаций дошкольного образования и родителей.....	392
<i>Тухлиев Муслимбек Шерзод угли</i>	
Oliy ta'limda inklyuziv ta'lim tizimini joriy etish muammolari	397
<i>Dilbar Nurkeldiyeva</i>	
Ixtisoslashtirilgan ta'lim muasasalarida tarbiyaning o'rni.....	401
<i>Laylo Sharopovna Nurmuxamedova</i>	
Intellektida kamchiligi bo'lgan bolalarning ijtimoiylashuvida muloqotning shakllanish xususiyatlari.....	405
<i>Shahnoza Amirsaidova</i>	
Aqli zaif bolalarga ta'lim jarayonida o'yin faoliyatini shakllantirishning ahamiyati.....	409
<i>Ziyodullayeva E'zoza Ne'matjonovna</i>	
Pedagogik texnologiyalar metodlarini tanlash va qo'llashning umumiy mezonlari	412
<i>Abdullayeva Komila Tursunovna</i>	
Didaktik o'yinlar vositasida 2-sinf o'quvchilarida bog'lanishli nutq ko'nikmalarini shakllantirishning pedagogik imkoniyatlari	416
<i>Askarova Gulayim Arislan qizi</i>	
Yugurib kelib uzunlikka sakrovchilarda tezkorlikni samarali va jadal rivojlantirishni ilmiy asoslash.....	420
<i>Avazov Shukrullo Ibatovich, Nuraliyeva O'g'iloy Shomurotovna, Mustafayev Ismoil Nuralio'g'li</i>	
Boshlang'ich sinflarda kreativ ta'limning o'ziga xos xususiyatlari va zaruriyati.....	425
<i>Axmedova Mastura Jamoliddinovna</i>	
Imkoniyati cheklangan o'quvchilarda tabiatshunoslik kompetensiyasini shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	430
<i>Azizova Dilnora</i>	

Bo'lajak shifokorlarda tibbiy – deontologik kompetensiyalarni shakllanishida tibbiy amaliyotning ahamiyati.....	435
Babadjanova Gulchexra Baxtiyarovna	
Bolaning aqliy rivojlanishini yoritadigan ko'rsatkichlar	440
Bozorboyev Javlon Davlatali o'g'li	
Bo'lajak oligofrenopedagoglarning kasbiy-metodik kompetensiyalarini rivojlantirish xususiyatlari.....	445
Daminova Maftuna Asqarali qizi	
Kreativ pedagogika fani va mantiqiy fikrlash kompetentligi orasidagi bog'liqlik.....	449
Diyora Egamberdiyeva	
Oilani mustahkamlovchi va ajralishiga olib keluvchi omillar	454
Haqberdiyev Jamoliddin Abdug'affor o'g'li	
Quality Management as a Functional and Attributive Characteristic of Modern Management.....	458
Jabbarbergenova Bibimaryam Amangeldievna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ijodiy faoliyatini rivojlantirishda pedagogik va psixologik jarayonlar	464
Mamedova Maxfuza Erkinovna	
Huquqiy ong va madaniyatni shakllantirishda yuridik ta'limning roli: tahlil va takliflar	470
Mansurova Zilola Akromxonovna	
Pedagogik ta'limda klaster yondashuvi: O'zbekiston va jahon tajribasi	474
Nafisa Tokhirova Dilshod qizi	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishning nazariy-pedagogik asoslari: zamonaviy yondashuvlar va innovatsion imkoniyatlarning integratsiyasi asosida shakllanish jarayoni.....	478
Norqulov Lutfullo Mamarajabovich	
Montessori metodikasi va undagi bolalar sensomotorikasini rivojlantirishga doir tajribalar tahlili	484
Parmonova Laylo Iloxomovna	
Molekulyar fizikani modellashtirish orqali o'qitish metodikasini takomillashtirish.....	488
Q. U. Tog'ayeva	
Milliy tarbiyada raqamli vositalardan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari	493
Qo'shnazarova Nozima Maxmutjon qizi	
Learning Intercultural Communication Through Social Media: the Approach of Modern Students	498
Raxmonqulova Feruza Akmal qizi	
Aqliy rivojlanishda muammolari bor maktab o'quvchilarida geometrik tushunchalarni shakllantirishning nazariy asoslar.....	502
Shodiyeva Navbaxor Xabibulla qizi	
Logopedning kasbiy faoliyatida deontologiya va kompetentlikning roli va ahamiyati	506
Temurova Gulchexra Xudoqulovna, Isomitdinova Shaxinabonu Zavqiddin qizi	
STEAM ta'limida lego konstrukturlarining o'rni va ahamiyati.....	511
Toshpulatova Farida Radjabovna	
Diagnostikasi va rehabilitatsiya qilishda eshitishda nuqsoni bo'lgan bola va ularning ota-onalari bilan bog'liq muammolar.....	514
Toshpulova Nodira Sultonmurod qizi	
Talabalarni maktabgacha ta'lim tashkiloti va ota-onalar hamkorligi o'rtasidagi o'zaro munosabat shakllari.....	518
Turdiqulova Luiza Zayniddinovna	
O'zbekistonda ESG tamoyillarining ta'limga integratsiyasi: yutuqlar, muammolar va istiqbollari	522
Tursunova Shahzoda Baxromovna	
Maktabgacha yoshdagi aqli zaif bolalarning fazoviy tasavvurlarini shakllantirish	526
Xamidova Muyassar Polsaidovna	
Mustaqil ta'limni tashkil etishning asosiy didaktik prinsiplari.....	530
Yuldashev Shukrullo	
Комплексная методика развития и обучения юных футболистов	536
Ортиков Умиджон Худойбердиевич	
Особенности деятельности детей с нарушением зрения	544
Юсупова Назира	
Integration of Music and Language: Creative Approaches to Teaching English to Music Students	548
Akbarova Moxichexra	



Ingliz tilida yozuv malakalarini takomillashtirishda baholash metodikasi.....	553
<i>Alimardonova Malika Botir qizi</i>	
Yosh kurashchilarni jismoniy va aqliy rivojlantirishda basketbol o'yinining ahamiyati	560
<i>Haqnazarov Qurbon Qo'shayevich</i>	
Voleybol murabbiylarining innovatsion fikrlash qobiliyatini shakllantirish usullari	566
<i>Haqqulov Akbar Abdiraupovich</i>	
Sociolinguistic Competence and Intercultural Communicative Competence: Intertwining Concepts and Practical Implications	571
<i>Kuchmurodova Gulnora Khatamovna</i>	
Ilk qadam davlat dasturida steam ta'lim elementlaridan foydalanish imkoniyati	575
<i>Nazarova Aziza Sohib qizi</i>	
Kasbiy rivojlanish jarayonida rahbar shaxsiy sifatlarini rivojlantirishning zamonaviy yo'nalishlari.....	579
<i>Roziqova Nazokat Alisher qizi</i>	
Deontologik yondashuvning nazariy-pedagogik asoslari va uning ta'lim tizimidagi ahamiyati	583
<i>Tashpulatova Nodira Olimjon qizi</i>	
Kasbiy-pedagogik tayyorgarlikda fanlararo integratsiya asosida boshlang'ich ta'lim yo'nalishi o'qituvchilarining metodik salohiyatini oshirish yo'llari.....	586
<i>Xashimova Aziza Alisherovna</i>	
Природа и механизм действия биологических иммуностимуляторов на организм животных	590
<i>Койилова Мехринисо Джураевна</i>	
Badiiy asarlar ustida ishlash jarayonida boshlang'ich sinf o'quvchilarining emotsional intellektini shakllantirish mezonlari	594
<i>Jamalova Kamola Shahobiddinovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirish asosida fizika o'qitish metodikasini takomillashtirish	600
<i>Musurmonova Shaxnoza Dilshod qizi</i>	
Futbolchilarda texnik tayyorgarlikni takomillashtirishning ilmiy-metodik asoslari.....	606
<i>Babayev Anvarjon Axmedovich</i>	
Semantik afaziya va uni bartaraf etish yo'llari	611
<i>Umida O'tabasarova Mexmanovna, G'anieva Gulrux Tavakkaljon qizi</i>	
Сравнительный анализ национальных видов борьбы Японии.....	616
<i>Даминов Илхом Аширралиевич</i>	
Pedagogik jarayonda kognitiv rivojlanishga ta'sir qiluvchi omillar va bu faoliyatni rivojlantiruvchi interaktiv metodlar va texnologiyalar	621
<i>Abdiraimova Gulrux Samad qizi</i>	
Aqli zaif kichik maktab yoshidagi bolalarda o'qishni o'zlashtirishga motivatsion tayyorlikni shakllantirish ...	625
<i>Abdunazarov Abdumutal Olimovich, Xaitboyeva Kumushxon Farxodjon qizi</i>	
Psixik rivojlanishida kechikishi bo'lgan bolalar nutqini rivojlantirishda neyrokorreksiya mashg'ulotlarning ahamiyati	628
<i>Akramova Xafiza Samadovna, Jumanova Mashhura Shokir qizi</i>	
Pedagogik amaliyotning bo'lajak o'qituvchilar tayyorlash tizimidagi o'rni	632
<i>Aliyeva Mavjudaxon Baxromjon qizi</i>	
O'zbek tili darslarida media matnlardan foydalanish usullari.....	637
<i>Allakhova Bagdagul Djoldasbayevna</i>	
Media axborot vositalarining bolalar va o'smir yoshlarga ta'siri.....	640
<i>Arobova Shohsanam Akram qizi</i>	
Biologiya ta'limida tizimli-faoliyatli yondashuvning nazariy-metodologik asoslari.....	645
<i>Asrorova Odinaoy Otabek qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi dizartirik bolalarning so'z boyligini rivojlantirish yo'llari	650
<i>Azizova Nilyufar Mirziyadovna</i>	
Ijtimoiy pedagog faoliyatida innovatsion yondashuvlar	656
<i>Bahriddinova Gavhar Oydinovna</i>	
Ta'lim tizimida deontologik yondashuvlarning pedagogik imoniyatlari.....	659
<i>Boboxujayev Johonmirzo Umar o'g'li</i>	
Zamonaviy ta'limda imkoniyati cheklangan bolalarga nisbatan inklyuziv yondashuv.....	662
<i>Djurayeva Hurshida</i>	
Libos va aksessuarlar orqali milliy estetik didni shakllantirishning pedagogik mexanizmlari	666
<i>Doniyorova Shahnoza Erkin qizi</i>	

Mantiqiy fikrlashni rivojlantiruvchi mashg'ulotlarni tashkil etish bosqichlari mazmuni	672
Dosbayeva Shahnoza Abdurahimovna	
Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga chet tili o'rgatishning pedagogik-psixologik asoslari.....	675
Ergasheva Xilola Yunusxonovna	
Use of Artificial Intelligence in Teaching English as a Foreign Language for Uzbekistan General Schools.....	679
Feruz Zokirova Adham qizi	
Efferent motor afaziya va uni bartaraf etish yo'llari.....	682
G'anieva Gulrux Tavakkaljon qizi	
O'quvchilarda ekologik kompetensiyani shakllantirish: biologiya darslarida global ekologik muammolar tahlili.....	686
Ibragimova Sitara Akmal qizi	
Ba'zi 3D-metallarining 2-amino-5-allitio-1,3,4-tiadiazol bilan kompleks birikmalarini o'rganish	690
Jumaniyazova Gulxumar Karimbayevna	
Tizimli bilish kompetentligining mazmuni va uning maktabgacha ta'limdagi o'rni	696
Mirazimova Muxabbat Normatovna	
O'qituvchilik mahorati va axloqiy madaniyatning mushtarakligi.....	700
Nabiyev Islom Karimovich	
Qarshi shahrida turizm menejerlarining kasbiy malakasini uzluksiz takomillashtirishni ta'minlash	706
Normurodova Zebo Eshmaxmatovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida moslashuvchan kompetensiyalarni shakllantirishning metodik asoslari....	710
Nuriddinova Diyora Isaqali qizi	
Mediasavodxonlik vositasida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining tanqidiy fikrlashini rivojlantirishning pedagogik xususiyatlari.....	714
Pardayev Asror Ikromovich	
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirish metodikasi	718
Qayumova Mahfuzaxon Alisher qizi	
Yuqori sinf o'quvchilarining ma'naviy kompetentligini jadidlarning pedagogik qarashlari asosida shakllantirish metodikasi (Temurbeklar maktablari misolida)	724
Quldashv Murodjon G'aniyevich	
Bugungi voleybolda to'p uzatish texnikasi va aniqligini 13–14 yoshdan boshlab aylanish harakatlari ta'sirida shakllantirish afzalligi	727
Rejapov O'tkirbek G'ayratjon o'g'li	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga bolalar o'yin folklorini o'rgatishda tolerantlikni rivojlantirishning metodik usullari va texnologiyalari.....	733
Ro'ziboyeva Madina Salimovna	
Pedagogik muloqot tushunchasi va uning o'ziga xos xususiyatlari	737
Ro'zimatova Maxpuza	
Intellektual qadriyatlarning talaba yoshlar aksiologik hayotiy pozitsiyasini shakllantirishdagi roli	743
Rustam Latipov Mamadaliyevich	
Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarini tayyorlashda AI-platformalarni integratsiyalashning amaliy mexanizmlari	747
Rustamov Kamoliddin Ziyodillo o'g'li	
Maktab biologiya ta'limida individuallashtirish texnologiyasidan foydalanish metodikasi.....	754
Savutova Malohat Erkinovna	
Bo'lajak o'qituvchilarning turizm sohasiga bo'lgan munosabatini o'rganishning ijtimoiy-pedagogik metodikasi.....	760
Shodiyorov Rustam Xasan o'g'li	
Bo'lajak harbiy xizmatchilarda deontologik yondashuvlar asosida raqamli muloqot madaniyatini shakllantirish.....	764
Soyibnazarov Baxtiyor Abdunazar o'g'li	
Pedagogika oliy o'quv yurtlarida umumiy yer bilimi fanidan amaliy mashg'ulotlar tizimini kasbiy faoliyatga yo'naltirishning dolzarb masalalari.....	770
Sultanova N. B.	
Ijtimoiy reabilitatsiyani amalga oshirishda tibbiy-psixokorreksion maslahat ishlar mazmuni.....	775
Suvanqulova Shaxnoza Karimqulovna	
Blokcheyn texnologiyasining ta'lim jarayonida qo'llanilishi va imkoniyatlari	780
Suyumov Jo'rabek Yunusaliyevich	



Oila va xotin-qizlar tizimida kollaborativ madaniyatning o'ziga xos xususiyatlari	783
<i>Tojibayeva Nazokatxon</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining tafakkurini rivojlantirishda interfaol metodlarning o'rni	787
<i>To'xtasinova Nigoraxon Azizxon qizi</i>	
Oliy o'quv yurtlarida analitik kimyo fanini o'qitishning samaradorlik ko'rsatkichlari	793
<i>Umrbekova Maftuna Ulug'bek qizi</i>	
Antroposentrik yondashuv asosida o'quvchilarda insonparvarlik fazilatlarini shakllantirish yo'llari	796
<i>Xamidova Nigora Ibrohimovna</i>	
Обучение говорению на русском языке абитуриентов с помощью настольных игр	800
<i>Абдулахадова Шохида</i>	
Особенности педагогической деятельности и их виды	803
<i>Мавжудова Ш. С., Мирходжаева Д.</i>	
Развитие критического мышления младших школьников на уроках читательской грамотности	808
<i>Мухаммадиева Марифат Мурод кизи</i>	
Искусство подбора слов: стилистические и семантические возможности перифраз	811
<i>Юлдашева Дилноза Бекмуродовна</i>	
Zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida talabalarda reflektiv tafakkurni rivojlantirishning vazifalari va pedagogik imkoniyatlari	815
<i>Abdullayeva Ziroatxon Qurbonovna</i>	
The Human Factor in AI-Mediated English Instruction: Balancing Technology and Pedagogical Expertise	818
<i>Ikramova Aziza Aminovna</i>	
Madaniyat tushunchasi va uni xorijiy til o'qitishda o'rganish zarurati	823
<i>Ma'murova Farangiz Ne'matovna</i>	
O'quvchilarda tanqidiy tafakkurni shakllantirish: zamonaviy pedagogik yondashuvlar va ularning samaradorligi	827
<i>Ostonova Ma'mura Ulug'bek qizi</i>	
Ko'zi oqib boshlang'ich sinf o'quvchilarining kommunikativ kompetentsiyasini o'rganishning nazariy asoslari	830
<i>Qarshiboyev Asiddin</i>	
Farzand tarbiyasida ota-onaning pedagogik-psixologik malakalari	834
<i>Xojimirzayeva Shaxnoza Shokir qizi</i>	
Darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarni kasb-hunarga yo'llashning tashkiliy-ilmiy asoslari	839
<i>Xolmatov Pardaboy Qoraboevich</i>	
Методология типологического и сравнительного анализа детского фольклора	844
<i>Азмиева Э. Э.</i>	
Maktabgacha ta'lim elementar matematik tushunchalarni rivojlantirish zarurati	851
<i>Xoldarova F. M.</i>	
Multimadaniy muhitda pedagoglarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish mexanizmlari	854
<i>Gulyamova Nafisa Burikulovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda milliy qadriyat tushunchalarini shakllantirishda oila va mahallaning roli	858
<i>Rizayeva Xusniya Ubayevna</i>	
Raqamli pedagogika: zamonaviy ta'limda innovatsion texnologiyalar roli	861
<i>Maxmudova Dilnoza Xaytmirzaevna</i>	
Badiiy adabiyot – maktabgacha yoshdagi bolalarda estetik dunyoqarashni shakllantiruvchi omil sifatida	865
<i>Xujamberdiyeva Shahnoza Kupaysinovna</i>	
Yangi O'zbekistonda inklyuziv ta'lim islohatlar bosqichida	868
<i>Boyqulov Azamat Maxram o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktor o'rinbosarlarining menejerlik ko'nikmalarini rivojlantirishning xorijiy tajribasi va uni mahalliy sharoitda qo'llash imkoniyatlari	871
<i>Maxamadaliyeva Ezoza Rustamxo'ja qizi</i>	
Oliy badiiy pedagogik ta'lim muassasasida bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarini maktab o'quvchilarida illyustrativ rasm ishlashga oid kompetensiyalarini shakllantirishga tayyorlashning mazmuni	875
<i>Sobirov Sarvar Tursunmurotovich</i>	
Kasb-hunar maktablarida fizika fanini steam integratsiyasi asosida o'qitishning nazariy-didaktik asoslari	878
<i>Mamatxonov Yorkin Abduraimjanovich, Soliyeva Mubinabonu Zokirjon qizi</i>	
Inklyuziv ta'lim sharoitida olib boriladigan pedagogik faoliyat imkoniyatlari	885
<i>Abidova Nilufar Zakirovna</i>	

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarni kasbga yo'naltirish: pedagogik yondashuvlar va amaliy tajribalar.....	888
<i>Ahmedova Lola Abdivasi qizi</i>	
Aqli zaif o'quvchilarni ijtimoiy-maishiy kompetensiyasini shakllantirishning asosiy komponentlari va samarali omillari.....	893
<i>Anvarova Dilfuza Akramjanovna</i>	
O'quv topshiriqlari orqali 6-sinf o'quvchilarining pragmatik kompetensiyasini rivojlantirishning ilmiy-metodologik asoslari.....	896
<i>Ashirboyeva Nafisa Aminboyevna</i>	
Talabalarda ijtimoiy faollik ko'nikmalarini takomillashtirish va uning amaliy ahamiyati.....	900
<i>Ergasheva Maftunaxon Avazbekovna</i>	
Talabalarda zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida reflektiv tafakkurni rivojlantirish.....	904
<i>Ergasheva Nigora Dilshodjon qizi</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarni kasbga qiziqishlarini rivojlantirishning pedagogik va psixologik xususiyatlari.....	907
<i>Isabekova Dilafuz Shermirzayevna, Gazibekova Gulvaza Ergashovna</i>	
Innovatsion ta'lim texnologiyalarini qo'llashning nazariy asoslari.....	913
<i>Murodov Akmal Djayliboyevich</i>	
Maktabgacha ta'lim yoshdagi intellektida nuqsoni bo'lgan bolalarning estetik muomala madaniyatini tarbiyalash.....	917
<i>Po'latova Parida</i>	
Fizika fanini o'qitishda raqamli ta'lim vositalarining samaradorligi.....	920
<i>Saparova Gulmira Baxtiyorovna</i>	
Rus tilini o'qitishda an'anaviy va audiovizual usullarning qiyosiy tahlili.....	923
<i>Umarov Aziz Avazovich</i>	
An Analysis of The Importance of Teaching English at the Primary Level.....	927
<i>Vasila Almetova Sunnatullayevna</i>	
Muammoli ta'lim texnologiyalarini ta'lim jarayonida qo'llash.....	931
<i>Adizova Nodira Baxtiyorovna</i>	
"Informatika va axborot texnologiyalari" fanidan iqtidorli o'quvchilar bilan ishlashning ilmiy-pedagogik yondashuvlari.....	936
<i>Akmaljon Xushvaqtov</i>	
Iqtidorli talabalar bilan ishlash pedagogik muammolari.....	939
<i>Delov To'liqin Erkinovich</i>	
Rinolaliya nutq nuqsonining anatomik jihatdan kelib chiqishi.....	945
<i>Kabirova Zarnigor Raxmonjon qizi</i>	
Methodology for Teaching Modal Verbs in English Lessons.....	949
<i>Kholnazarova Vazira Bozor qizi</i>	
The Use of Mobile Apps to Build Vocabulary Proficiency.....	953
<i>Kosimov Sunnat Ravshan ugli</i>	
Disability Terminology in Uzbek: Etymological Evolution and Future Trends.....	957
<i>Kuchkarova Xurshida</i>	
Bo'lajak muhandislarni grafik dasturlar yordamida loyihaviy-konstruktorlik kompetentligini rivojlantirish (muhandislik va kompyuter grafikasi fani misolida).....	964
<i>Madaminov Javlonbek Zafarjonovich</i>	
Ijodiy tafakkurni rivojlantirishda interaktiv darsliklarning pedagogik imkoniyatlari.....	968
<i>Mirzaakbarov Dilshod Davlatboyevich</i>	
Sog'lom turmush tarzi – jismoniy madaniyati sohibi sifatida jismoniy mashqlar komplekslarini tuzish va bajarishda amal qilinadigan qoidalar.....	971
<i>Musayev Zarifjon Tursunaliyevich</i>	
Bo'lajak defektologlarning pedagogik mas'uliyatini oshirish.....	974
<i>Nodira Mirboboyeva</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarni kreativ yondashuv asosida innovatsion faoliyatga tayyorlash texnologiyasini takomillashtirish modeli.....	977
<i>Odamboyeva Mehrimon Norimon qizi</i>	
O'quvchini muloqot qilish ko'nikmalarini shakllantirishda kitobxonlikning o'rni.....	981
<i>Qurbanova O'g'iloy Axrorovna</i>	



Sharq mutafakkirlari asarlari vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijtimoiy faollik ko'nikmalarini rivojlantirishning afzalliklari.....	985
<i>Rejabboyeva Muxarram Odiljon qizi</i>	
Pedagogik ta'lim jarayonida raqamli nazorat tizimlaridan foydalanish samaradorligi va rivojlantirish yo'nalishlari	989
<i>Samijonov Azizbek Ismoiljon o'g'li</i>	
Dizartriya nutq kamchiligini bartaraf etishda muassasa, logoped va oilaning hamkorligi.....	992
<i>Shermatova Yukut Sabirovna</i>	
Kulolchilik va an'anaviy o'yinchoqlarni o'quvchilar kasb tanlash jarayonida qo'llash metodikasi	995
<i>Soliyeva Diyora Bobur qizi</i>	
O'zbekistonda inkluziv ta'lim va uning me'yoriy-huquqiy asoslari	998
<i>Temirov Nabijon Soliyevich, Esonova Klaraxon Mahmamin qizi</i>	
Oila va xotin-qizlar tizimida kollaborativ madaniyatning o'ziga xos xususiyatlari	1001
<i>Tojibayeva Nazokatxon</i>	
Sun'iy intellekt yordamida talaffuz va tinglab tushunish ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasi	1005
<i>Tojiyev Olimjon Haqberdi o'g'li</i>	
Boshlang'ich ta'lim tizimi muammo va istiqbollari sotsiologik tadqiqotlar asosida.....	1008
<i>Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi</i>	
Oliy ta'lim talabalarida integrativ yondashuv asosida tanqidiy fikrlash kompetentligini rivojlantirish metodikasi	1011
<i>Xalimova Mashraboy Vaxidovna, Botirova Mavluda To'xtasin qizi</i>	
5–6 yoshli bolalarda ekologik madaniyatni rivojlantirishda o'yinli texnologiyalarini qo'llashning pedagogik shart-sharoitlari	1015
<i>Xolboyeva Gulnora Ulashovna, Dolliyeva Xayrigul Namoz qizi</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda kasbiy kompetentlikning namoyon bo'lishi psixologik fenomen sifatida	1018
<i>Xoshimova Y. I.</i>	
Inklyuziv ta'lim sharoitida pedagogik va psixologik yondashuvlarning mazmuni.....	1023
<i>Xudoyqulova Aziza Anvar qizi</i>	
Pedagogik ta'limda mediakompetentlikni shakllantirish jarayonida raqamli resurslardan foydalanish samaradorligi.....	1026
<i>Yuldashov Sherzod Sattorovich</i>	
Особенности развития эмоционального интеллекта у дошкольников	1029
<i>Жамолова Зарнигор Баходир кизи</i>	
Стратегии лингвистического моделирования в обучении русскому языку и их роль в формировании идентичности студентов.....	1033
<i>Рузметова Наргиза Ахмедовна, Рузметова Хилола Абдушориповна</i>	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarini matematik mushohada yuritishga o'rgatish	1038
<i>Dehqonova Mahliyo Shuhrat qizi</i>	
Tarbiyachi inklyuziv kompetentligi va zamonaviy ta'limda uning o'rni.....	1041
<i>Haydarova Namuna</i>	
Using Story-Based Role-Play Activities to Enhance Speaking Skills of Primary School Learners.....	1044
<i>Mohigul Nizomididinova</i>	
Axborot va telekommunikatsion vositalari imkoniyatlaridan foydalanish orqali talabalarni badiiy qadriyatlarga qiziqtirish.....	1049
<i>Soliyeva Maftuna Tirkash qizi</i>	
Ruhiy rivojlanishning susayish sabablari va klinik xarakteristikasi	1053
<i>Xamrayeva Iroda Sayfullayevna</i>	
Ona tili darslarida zid ma'noli so'zlarning o'quvchilar nutqini rivojlantirishdagi vazifalari	1056
<i>Xusanova Gulruksor To'liqin qizi</i>	
Ta'lim tizimida neyrolingvistik dasturlash (NLD)ning ilmiy-metodologik asoslari	1059
<i>Xolikova Dilobarxon Maxsitovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy identitet va vatanparvarlikni shakllantirish texnologiyalari	1062
<i>Primkulova Iroda Berdimurodovna</i>	
Informatika o'qitishda veb texnologiyalardan foydalanishning ahamiyati	1067
<i>Xatamqulova Gulsanamxon Salimjonovna</i>	
Talabalarning ingliz tilida o'qish ko'nikmalarini rivojlantirishda interaktiv metodlardan foydalanish.....	1071
<i>Esmuratov Muzaffar Elamonovich</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Bo'lajak maxsus pedagoglarni korreksion mashg'ulotlarda logotexnik mashqlar tizimidan foydalanishga tayyorlash omillari..... 1073 Maxmudov Xurshidjon Shuxratovich
	Inklyuziv ta'lim jarayonida boshlang'ich sinf o'quvchilarini antroposentrik yondashuv asosida tarbiyalash mexanizmi 1076 Oppoqxo'jayev Xojixuja Azimjon o'g'li
	Nutqida muammosi mavjud bolalarning ijtimoiy adaptatsiya xususiyatlarini o'rganishning pedagogik asoslari 1081 Ne'matullayeva Mushtariy Laziz qizi
	Mutaxassislik modullarini integrativ o'qitishning mazmuni va shart-sharoitlari 1084 Maxmudova Madinaxon Sobirxonovna
	Talabalarda divergent tafakkurni rivojlantirish usullari 1091 Adizova Nigora Baxtiyorovna
	Milliy tarbiya tizimida milliy tilning o'rni (jadid pedagoglari qarashlari misolida) 1096 Almuratova Gulbaxor Mansur qizi
	Kompetensiyaviy ishlab chiqarish bo'yicha pedagogika kollejlari o'quvchilarining o'quv-bilish "yaratish" faol modeli 1100 Ashirov Abdurashid Ravshanovich
	Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida deontologik madaniyatning tarkibiy qismlari va pedagogik, psixologik tahlili 1106 Axadova Mahliyo Xalimovna
	Scientific and Methodological Foundations of the Development of Universal Competencies of Students.. 1109 Bakhtiyor Suvonkulov
	Maktabgacha 5-6 yoshdagi bolalarni badiiy adabiyot bilan tanishtirishning yosh bilan bog'liq xususiyatlari va tarbiyachining mahorati 1113 Daminova Shoxista Farxodovna
	Gospital pedagogika – shifoxona va maktab o'rtasidagi ko'prikdir 1117 Dilmurod Alimov
	Rus tili o'qituvchilarining kasbiy faoliyati asoslari 1121 Ergashov Ma'murjon Mominjonovich
	Muhandislik ta'limida smart-ta'lim texnologiyalari va adaptiv loyihalash kompetensiyasining nazariy-metodologik asoslari 1125 G. Sh. Tursunova
	6–7 yoshli bolalarda ikkinchi tilni o'rgatish orqali ijodiy tafakkurni rivojlantirish: metodik yondashuvlar 1130 G'aniyeva Shahlo Abduqahhor qizi
	Sun'iy intellekt vositalari orqali bo'lajak o'qituvchilarda axborotlar bilan ishlash kompetensiyasini shakllantirish 1138 Inadullayeva Sevara Qahramonovna
	Jadid adabiyotini o'qitishda dekonstruktiv yondashuv va samarali pedagogik strategiyalar 1141 Isabayeva Asida Yusufjonovna
	Kimyo ta'limida natriy va uning birikmalarini o'qitishda pinbord usulining metodik imkoniyatlari..... 1146 Iskandarov Aybek Yuldashevich, Axmedova Nargiza Rustamovna
	Sifat menejmenti zamonaviy menejmentning funksional xarakteristikasi sifatida..... 1149 Jabbarbergenova Bibimaryam Amangeldiyevna
	Development of Speed-Strength Abilities of Qualified Wrestlers in Sports Improvement Groups..... 1155 Jumadurdiyev Bahodir Xolmamatovich, Komilov Aziz Xoshimovich
	Odam va hayvonlar fiziologiyasi fanining oliy ta'lim tizimidagi o'rni va didaktik ahamiyati 1160 Kaljanov Damir Maxsetbayevich
	Psychological Preparation of Young Judo Players Before and During Competitions 1165 Komilov Aziz Xoshimovich, Jumadurdiyev Bahodir Xolmamatovich
	Boshlang'ich sinf o'quvchilarining kreativ fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish 1171 Komilova Farog'at Numonjon qizi
	Tarbiya innovativ metodlarining oilada tutgan o'rni..... 1176 Marimbayeva Bibidona Rinat qizi
	Tibbiyot texnikumi o'quvchilarining mustaqil ishlari orqali kognitiv ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi 1180 Matchanova Malika Maxmudovna
	Pedagogik innovatsiyalar va yangi metodologik yondashuvlar: Design Thinking, Project-Based Learning, Problem-Based Learning onlayn shaklda 1183 Muydinjonov Ziyodjon Rafiqjon o'g'li



Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlarining kasbiy tayyorgarligi va rivojlanishidagi pedagogik shart-sharoitlar	1187
<i>N. Sh. Djumaniyazova</i>	
Badiiy gimnastikachilarda egiluvchanlik sifatini rivojlantirishning nazariy asoslari	1190
<i>Nazarova Mohinur Atxam qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining metodik tayyorgarligini takomillashtirish texnologiyasi.....	1195
<i>Nishonova Durdona Olimjon qizi</i>	
Politeknikumlarda "Veb dasturlash" fanini o'qitishda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish metodikasi	1201
<i>Nuriddinova Gulnigor Taxirjanovna</i>	
O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlari uchun "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi (uchinchi nashri) dagi o'zgarishlar	1205
<i>Otahanova Manzura G'ofurovna</i>	
Sog'lom turmush tarzi vositasida oliy ta'lim muassasasi talabalarining jismoniy salomatligini pedagogik strategiyalar orqali rivojlantirish metodikasi.....	1210
<i>Qayumov Shohruh Abduljalol o'g'li, Norqulov Shokir Muzaffarovich, Karimova Mohinur Abduljalol qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida yozgi sog'lomlashtirish va chiniqtirish davrida ta'lim-tarbiya jarayoni sifatini ta'minlash	1214
<i>Qurbonova Asal Dilshod qizi</i>	
O'quvchilarining kreativligini rivojlantirish bosqichlari	1218
<i>Safarova Madina Azamat qizi</i>	
Fizika fanini o'qitishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish	1222
<i>Shag'ataeva Uldanay O'serbay qizi</i>	
Oliy ta'lim tizimida klasterli yondashuvni qo'llash orqali talabalar induktiv va deduktiv fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishning nazariy-metodologik asoslarini takomillashtirish	1227
<i>Shermatova Saxobaxon Rahmonberdi qizi</i>	
Milliy qadriyatlar asosida tasviriy san'atni o'qitishning zamonaviy yondashuvlari	1231
<i>Sherov Dilshod Reyimberganovich</i>	
Ta'lim jarayonida o'qituvchilarni baholashda interaktiv va moslashuvchan usullar	1236
<i>Sayfuddinova Kavsar Rahmatulloh qizi</i>	
Nogiron bolalarni tekshirishda psixologik-pedagogik diagnostikaning ahamiyati	1239
<i>Umarova Sabxon Minavvarovna, Yuldasheva Dilbarxon Turg'unovna</i>	
Ingliz tili darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining muloqot qobiliyatini rivojlantirish	1242
<i>Xalilova Muxlisa Ulug'bek qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning kreativ qobiliyatlarini rivojlantirish bosqichlari.....	1247
<i>Xayitov Jonibek Xolboboyevich</i>	
Pedagoglarning uzluksiz kasbiy rivojlanish jarayonini individuallashtirishning pedagogik tizimini takomillashtirish	1250
<i>Xudoyberdiyeva Janona Rustamovna</i>	
Bo'lajak pedagoglarning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning psixologik-pedagogik xususiyatlari	1254
<i>Axmedov Akmal Yusufovich, Muhammadjonova Zarnigor Shokirjon qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda matematik mantiqiy fikrlashni rivojlantiruvchi metod va vositalar	1258
<i>Eshonqulova Shafoat Ergashevna, Eshonqulov Sherzod Ummatovich, Samandarova Shahnoza</i>	
Muhandislik ta'limida smart-ta'lim texnologiyalari va adaptiv loyihalash kompetensiyasining nazariy-metodologik asoslari.....	1262
<i>G. Sh. Tursunova</i>	
Professional Needs of Deputy Directors at Secondary Schools.....	1266
<i>Jambilov Nurillo Xabibilloevich</i>	
Virtual reallik texnologiyalari yordamida ta'lim samaradorligini oshirish imkoniyatlari	1269
<i>Mamadjonova Nozima Adhamovna</i>	
AI or Corpus: Which is Better for Teaching English Vocabulary?	1272
<i>Munajat Sultonova</i>	
O'quvchilarni kasbga yo'nal tirishning pedagogik asoslari	1275
<i>Raxmatullayeva Durdona Ravshanovna</i>	
Ingliz tilida talabalarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish metodikasi (sohaviy matnlarni o'qishni o'rgatish misolida)	1278
<i>Shahobiddinova Dilnavoz Bahodir qizi</i>	

Muhandislik grafikasi ta'limida raqamli transformatsiya: o'quv jarayonini takomillashtirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar (Cad, 3D modellashtirish, VR) roli	1281
Tadjiyeva Feruza Muxtarovna	
Raqamli ta'lim ekotizimi: AKT asosida axborot-ta'lim muhiti va virtual laboratoriyalarni joriy etish tajribasi	1286
Toshkentov Akmal Mamirovich	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarida chiroyli yozish texnologiyalarini rivojlantirish pedagogik muammo sifatida.....	1290
Usmonova Gulnoza Abdurashid qizi	
Теория коммуникации как методологическая основа изучения трансформации языковой нормы в эпоху цифровых медиа.....	1294
Дилшодбеков Темур Дилшодбек угли	
Значение усвоения учебных материалов в процессе формирования биологических понятий у учащихся.....	1297
У. О. Шарибаева	
Specifics of Teaching Professional Terminology to Students of Economic Specialties	1301
Хамдамов Рамзбек Мадаминжонович	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarni kasbga yo'naltirish: pedagogik yondashuvlar va amaliy tajribalar.....	1306
Ahmedova Lola Abdivasi qizi	
Madaniyat tushunchasi va uni xorijiy til o'qitishda o'rganish zarurati.....	1311
Ma'murova Farangiz Ne'matovna	
Grafik organayzer tushunchasining mohiyati va uning turlari	1315
Nabijanov Yusufjon Inomiddin o'g'li	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirishning ilmiy metodik asoslari.....	1319
Xidirova Gavhar Babaqul qizi	
Pedagogik nizo va stress holatlarida o'qituvchining o'zini boshqarish malakasini shakllantirish	1322
Razzakova Dilnoza Akramovna	
Kompyuter grafikasi darslarida loyihaviy yondashuvni amalga oshirishning metodik asoslari.....	1326
Nazarova Shahnoza Shokirovna	
Kichik yoshdagi o'quvchilarda universal ta'limiy faoliyatlarni shakllantirish nazariyasi.....	1330
Abdullayev A'zimjon Abduvali o'g'li	
ART pedagogikaning tarixi va kelib chiqishi	1335
M. K. Abulova	
Dasturiy-didaktik ta'minot asosida talabalarning kiberpedagogik kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	1338
Bekchonova Shoira Bazarbayevna	
Bo'lajak pedagoglarning fasilitatsion kompetentligini raqamli texnologiyalar vositasida rivojlantirish mexanizmi	1342
Eshmatova Go'zaloy Ziyoyidin qizi	
Mashqalali o'qitilgan qaraqalpaq adabiyati saba'ida qollanilgan abzalqlari	1346
Jaksimova Urziya Jumabaevna	
Forming Primary-School Teachers' Creative Pedagogical Culture Through Professional Reflection.....	1349
Komiljonova Dilyoraxon	
Professional ta'limda o'quvchilarda tadqiqotchilik ko'nikmalarini shakllantirishning nazariy-metodik asoslari (fizika ta'limi misolida).....	1352
Kosimova Yanglish Baxtiyorovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishda ertak terapiyasidan foydalanish	1355
Mamataliyeva Mahbuba Abduvoris qizi	
Oliy ta'lim muassasalarida imkoniyati cheklangan talabalarni ijtimoiy moslashtirish tizimini takomillashtirishning nazariy-pedagogik asoslari	1358
Nazarova Zarrina Allaberdiyevna	
Mantiqiy fikrlashni rivojlantirish texnologiyalari asosida pedagogik loyihalashtirish	1361
Polvonova Yulduzxon Saparboyevna	
SMART texnologiyalar asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilari kasbiy mahoratini shakllantirish modeli	1364
Qipchaqova Yorqinoy Hamidjonovna	
Talabalarda emotsional intellektni boshqarishning ijtimoiy-psixologik usullari.....	1368
Rustamova Barno Abduxalilovna	



Nofilologik ta'lim yo'nalishi talabalariga chet tili o'qitish jarayonida pragmatik kompetensiyani rivojlantirish xususiyatlari.....	1371
Sadirova Dinara Sadikovna	
The Effectiveness of Project-Based Collaborative Learning in Improving English Speaking Skills of High School Students.....	1378
Salikhova N. I., Izzetullah Zeki	
Jadidlarning pedagogik merosi va zamonaviy ta'limda akmeologik yondashuv integratsiyasi.....	1383
Shodiyeva Nasiba Rustamovna	
Serebral falajli bolalar uchun xavfsiz muhit yaratish.....	1387
Shokirova Shaxnoza Dilmurodovna	
Diplomatik hujjatlar bilan ishlashning pedagogik modeli	1391
Sobirova Shahlo Jamolovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini kreativ fikrlashga o'rgatishning zamonaviy usullari.....	1394
Suyarov Adham Begmuradovich	
Globalization and The Changing Role of English Teachers in Non-Native Contexts	1399
Toirova Shohida Kamolovna	
The Role of the Literary Heritage of the Timurid Era in Shaping National Identity and Spiritual Values	1402
Tokhliyeva Shafolat Rustam kizi	
Mantiqiy fikrlashni rivojlantirishning mavjud ilmiy-nazariy tavsiflari	1405
Toshboyeva Saida	
Talabalarning mustaqil ish loyihagini ishlash jarayonidagi ruhiy holatlari	1408
Uzaqbaeva Venera Abatbaevna, Kubeysinova Nilufar Maxmutovna	
O'qituvchilarda mantiqiy fikrlash kompetensiyasini shakllantirishning mazmuni va mexanizmlari	1412
Xursanova Zilola Mirzaxolmatovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarda ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarni shakllantirish: metod va yondashuvlar	1416
Ziyayev Adxamjon	
Developing Students' Speech Skills Based on Multimodal Approach in English Teaching	1419
Bultakova Mokhinur Shuhratboy qizi	
Kreativ yondashuv asosida talabalarni tarbiyaviy faoliyatga tayyorlashning samarali yo'llari	1422
G. M. Adizova	
A Comparative Study of Linguistic and Cultural Expression in Uzbek and English Literary Discourse.....	1426
Ismoilova Shakhnoza Ilkhomovna	
Fitrat asarlarida vatanparvarlik va milliy ong masalalarining talqini.....	1429
Isomiddinov Yo'ldosh Yusubboyevich	
Bo'lajak tarbiyachilarni pedagogik mahoratni egallash jarayonini takomillashtirish.....	1433
Jabborova Marifat Qodiraliyevna	
Umumta'lim maktablarida ijtimoiy sheriklik asosida ta'lim samaradorligini oshirish mexanizmlari	1436
Kumush Xamrakulova	
Ekologik bilimlar asosida maktabgacha yoshdagi bolalarda tabiatga qadriyatli munosabatlarni shakllantirishning tarixiy asoslarini o'rganishda xorijiy tajribalar.....	1440
Mirxamidova Maftunaxon Xusanboy qizi	
O'yin nomlarining lingvomadaniy ahamiyati	1444
Matmusayeva Muhayyo Azamovna	
Umumta'lim maktablarida elektroliz jarayonini o'qitish metodikasi	1446
O'rinova Ozodaxon O'ljayevna, Toshtemirov Asadbek	
Bo'lajak maktabgacha ta'lim tizimi pedagoglarining ekoestetik madaniyatini rivojlantirishda ekologik ta'lim-tarbiyaning o'рни	1450
Oygu Ashurova Anvarjonovna	
Inklyuziv ta'limda alohida ta'lim ehtiyojlari bo'lgan bolalar majburiyat yuklatilgan shaxslar emas.....	1453
Mo'minov Sulton Akbar o'g'li, Toshmurodova Muxabbat Nazaraliyevna	
Nogironligi bo'lgan o'smir bolalarni ota-onalari bilan hamkorlikda ijtimoiy hayotga moslashtirish samaradorligini oshirish.....	1460
Salixova Gulnoza Maxmudovna	
Talabalarning o'quv faoliyatini o'yinli texnologiyalar asosida tashkil etishning nazariy asoslari	1463
Umarov Nurbek Irkinovich	
Maxsus maktablarda eshitishida nuqsoni bor bolalar nutqini interfaol metodlar orqali rivojlantirish	1466
Teshaboyeva Feruza Raximovna	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Media to'garaklarini gospital ta'limda tashkil etishga oid xorijiy tajribalar tahlili..... 1469 Abduraximova Nozimaxon Baxadirovna
	Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining intellektual ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish tizimi..... 1475 Abduraxmonova Noila Nasim qizi
	Raqamli transformatsiyaning mohiyati, xususiyatlari va sotsiomadaniy jarayonlarga ta'siri..... 1479 Bakirov Otabek Bo'ranovich
	Ingliz tilini o'qitishda mediatexnologiya vositalarini tadbqiq qilishning optimal shakl va usullari..... 1484 Eshboyev Shoira Azamatovna
	Singapur, Angliya, Rossiya va O'zbekiston o'quv dasturlarida o'qish savodxonligi yondashuvlari 1488 Eshonkulova Hilola Rajab qizi
	O'quv mashg'ulotlarini tarbiyaviy funksiyalarini amalga oshirishda uchraydigan muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari..... 1492 Fayziyeva Maftuna Ilxomovna
	Badiiy asarlarni o'rganish jarayonida bolalarni bilish ko'nikmalarini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari 1496 Jaloldinova Madinaxon Xojakanovna
	Oliy harbiy ta'lim tizimida kursantlarning psixologik moslashuvi va shaxsiy shakllanishining psixologik omillari..... 1499 Kushbayev Sardor Kenjabayevich
	Nutqi to'liq rivojlanmagan bolalarning so'zlashuv nutqini rivojlantirishning samarali usullari 1502 Lola Ibragimova
	Bo'lajak iqtisodchi mutaxassislar uchun mustaqil ta'limni tashkil etish modeli 1506 Muqimova Zulxumor Ziyataliyevna
	4K modeli asosida darslarni tashkil etish..... 1511 Nazarova Mavluda Uktamovna
	Ota-onalarning bolalar tarbiyasidagi mas'uliyatini oshirishda pedagogik targ'ibotning o'рни..... 1514 Ochilova Dilrabo Ibragimovna
	Tasviriy faoliyat vositasida maktabgacha yoshdagi bolalarning kombinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish .. 1517 Raxmatova Gulobod Tuyboy qizi
	Muhandislik ta'limida texnologik tafakkurni rivojlantirishning zamonaviy yondashuvlari 1520 Turayeva Nargiza Nasrullayevna
	Logistik tizimlarda axborot kommunikatsiya texnologiyalari fanini o'qitishda zamonaviy metodlarning o'рни va ahamiyati..... 1524 Ulug'murodova Nargiza Norovna
	Experimental Justification and Evaluation of the Effectiveness of a Gymnastics Exercise Complex Based on a Differential Approach In The Prevention of Metabolic Syndrome and Overweight In Women of Reproductive Age..... 1528 Urazova Muborak Yuldoshevna
	PIRLS xalqaro tadqiqotida o'qituvchi omilining o'quvchilar natijasiga ta'siri..... 1532 Usmonova Yulduz Abdusaid qizi
	Когнитивные стили обучающихся как ключевой нейропсихологический компонент 1537 Эгамбердиева Фарида Октамовна
	Markaziy Osiyoda dizaynning rivojlanish istiqbollari..... 1540 Abdijalilov Abdivohid Abdihalimovich
	Bo'lajak oilaviy shifokorlarning boshqaruvchanlik kompetensiyalarini shakllantirishda didaktik imkoniyatlar 1544 Yusupova Shaxnoza Qodirjonovna, Abduvahobova Nozima Rahmanovna
	Oliy ta'lim sifatining ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotga ta'siri 1549 Alimova Mavluda Shuxratbekovna
	Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining kasbiy malakalarini takomillashtirish metodikasi (filologiya va tillarni o'qitish: ingliz tili yo'nalishi misolida) 1553 Axadova Shaxnoza Odiljonovna
	Algorithmic Filtering and Social Polarization 1556 Azizova Shodiya Utkur kizi
	Malaka oshirish jarayonida pedagoglarning huquqiy madaniyatni rivojlantirishmetodlari 1560 Boymirzayeva Raximaxon Xoshimjonovna



Globalashuv sharoitida oilaning an'anaviy qadriyatlari va zamonaviy tendensiyalari nisbati	1565
<i>Ergashova Guljahon Akmal qizi</i>	
Turli yoshdagi maktabgacha yoshdagi bolalarda (5–6 va 6–7 yosh) kognitiv rivojlanishni tashkil etishda o'yin turlarini tanlashning pedagogik asoslari	1569
<i>Fozilova Odina Nabiyevna</i>	
Tibbiy ta'lim talabalarining amaliy ko'nikmalarini rivojlantirishda interaktiv simulyatorlardan foydalanishning nazariy asoslari	1572
<i>Abdullajanov Baxrom Rustamjanovich, Yakubbekova Mavluda Kozimjonovna, Isakov Qobiljon Komiljon o'g'li</i>	
Fitrat asarlarida vatanparvarlik va milliy ong masalalarining talqini	1576
<i>Isomiddinov Yo'ldosh Yusubboyevich</i>	
“Temurbeklar maktabi” o'quvchilarining mustaqil ishlash kompetensiyalarini elektron ta'lim resurslari vositasida rivojlantirishning samaradorlik darajasi	1580
<i>Jumayev Javlonbek Abduqahhor o'g'li</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining ingliz tilida og'zaki nutqini qo'shiqlar orqali shakllantirishning psixolingvistik masalalari	1585
<i>Karimova Dilyora Raximjon qizi</i>	
Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashni pedagogik loyihalashtirishda reflektiv yondashuvi turlari	1589
<i>Nurmanov Alisher Shaymardonovich</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak o'qtuvchilarni raqamli texnologiyalar vositasida kasbiy-pedagogik faoliyatga tayyorlash jarayonlarini takomillastirish	1591
<i>Sh. A. Abdullayev</i>	
Tibbiy ta'limda talabalar kognitiv tafakkurini rivojlantirish texnologiyalarining nazariy-metodik asoslari	1594
<i>Abdullajanov Baxrom Rustamjanovich, Supichakov Xondamir Xamidovich, Yusupova Shaxnoza Kadirjanovna, Isakov Qobiljon Komiljon o'g'li</i>	
O'quvchilarda ingliz tilidagi lingvistik kompetensiyani shakllantirishda tizimli yondashuvning roli	1598
<i>Tojiyeva Anora Baxtiyorovna</i>	
Inklyuziv ta'lim tushunchasi va rivojlanish bosqichlari	1602
<i>Toshboltayeva Malohatoy Valijon qizi</i>	
Raqamli ta'lim muhitida o'quvchilarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirish	1605
<i>Turobova Nilufar Umedullayevna</i>	
Bo'lajak pedagoglarda fasilitatorlik sifatlarini rivojlantirishning samaradorligi	1610
<i>Xamidova Sabrina Abduvahob qizi</i>	
Tibbiy ta'limda interaktiv simulyatorlardan foydalanishning didaktik imkoniyatlari	1615
<i>Abdullajanov Baxrom Rustamjanovich, Yakubbekova Mavluda Kozimjonovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning dialogik nutqini o'stirishda kompyuter o'yinlarining o'rni	1620
<i>Yalgasheva Zilola Haziratkul qizi</i>	
O'quvchilarda kreativlik ko'nikmalarini shakllantirish	1624
<i>Yuvashov Sherzod Ulmasovich</i>	
Формирование лингвокультурной компетенции студентов-филологов в процессе изучения русского языка как неродного	1628
<i>Имомалиев Шукурулло Шухратович</i>	
“Time Management” tushunchasi va oliy ta'lim muassasalari talabalarining o'quv yutuqlari o'rtasidagi bog'liqlik	1631
<i>Sirojova Nafisa Isomiddin qizi</i>	
Oilaviy shifokorlarni tayyorlashda boshqaruvchanlik kompetensiyalarini rivojlantirish: mazmuni va turlari ..	1635
<i>Yusupova Shahnoza Qodirjanovna, Abduvahobova Nozima Rahmonovna</i>	
Birlamchi sogliqni saqlash tizimida oilaviy shifokorni tayyorlashda an'anaviy institutsional yondashuv (adabiyotlar sharhi)	1639
<i>Abduvaxobova Nozima Raxmanovna, Yusupova Shaxnoza Qodirjanovna</i>	
Oila shifokorining tibbiy faoliyatining kommunikativ asoslarini rivojlantirish	1643
<i>Yusupova Shaxnoza Kadirjanovna, Abduvahobova Nozima Rahmanovna</i>	
Oilaviy shifokorlarni tayyorlashda boshqaruv kompetensiyalarini shakllantirish (adabiyotlar sharhi)	1652
<i>Yusupova Shaxnoza Qodirjanovna, Abduvaxobova Nozima Rahmonovna</i>	
Dyuzdo sportining xalqaro maydondagi rivojlanish istiqbollari va o'zbekiston tajribasi	1657
<i>Tangriyev Abdullo Tovashovich</i>	
Challenges in Organizing Scientific Research Activities of Future Educators	1666
<i>Abdullaeva Ozoda Odiljon kizi</i>	
Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda ijtimoiy xulq-atvor va ijtimoiy munosabatlarning rivojlanishi	1670
<i>Abduvaxobova Nodira Abdusalam qizi</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	O'zbekistonda yoshlarni ijtimoiy-pedagogik hamkorlikda tarbiyalash ustuvor masala sifatida 1674 Abirova Umida Nazarovna
Reflektiv yondashuv asosida xorijiy til ta'limida metakognitiv kompetensiyani shakllantirishning pedagogik mexanizmlari 1678 Alimov Jamshid Ravshanovich	
O'zbek folklor raqs san'ati motivlari asosida talabalarning madaniy kompetentligini rivojlantirish metodikasi 1683 Asror Allayarov	
Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar nutq madaniyatiga ta'siri (global tajribalar va O'zbekiston misolida tahlil) ... 1687 Azimjonova Shahnoza Dilshodbek qizi, Xoldarov Bexruzбек Mansurbek o'g'li	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda dizartriyaning namoyon bo'lish darajalari 1691 Berdibekova Zilola Sherzod qizi	
Sotsial-pedagogik tamoyillar asosida talabalarni axborot addiksiyasidan himoyalash nazariyasi 1696 Djumayeva Xulkarxon Muhammadjonovna	
O'quvchilarning STEM fanlariga qiziqishini oshirish uchun samarali o'qitish metodlari 1700 Eranova Aziza Axmamat qizi, Djumayev Axmamat Shermamatovich, Shodiyeva Nazira Qudratovna	
Dizartriya bolalarda nutq va harakat jarayonlarini o'rganish va neyropsixologik yondashuv asosida korreksiyalash 1705 Gapurova Dilnoza Tajibayevna, Odilova Sevara Bahriddin qizi	
Duduqlanuvchi bolalarda nafas funksiyasi va nutqiy nafasni rivojlantirish 1708 Isamova Gulchexrabonu Marvar qizi	
Bo'lajak pedagoglarda informatsion dunyoqarashni takomillashtirish metodikasi 1713 Jumayev Umidjon G'ofir o'g'li	
Bo'lajak o'qituvchilarda san'at asarlarini idrok etish kompetensiyalarini rivojlantirish 1718 Kadirova Zarina	
Abdulla Avloniy asarlarini o'qitishda interfaol ta'lim texnologiyalari va lingvokulturologik kompetensiyani rivojlantirish imkoniyatlari 1721 Karaxodjayeva Maxfuza Xamidullaevna	
O'smirlarda agressiv xulq-atvorni psixokorreksiyalash dasturining samaradorligi tahlili 1726 M. I. Kushanova	
Maktabgacha yoshdagi yengil dizartriya bolalar lug'at boyligini innovatseon texnologiyalar vositasida rivojlantirish 1731 Mamatova Aziza Bo'riboevna, Xayrulloeva Marjona Tuychi qizi	
Pedagogik ta'lim sohasida ta'lim sifatini takomillashtirish masalalari 1734 Mirzayeva Faroxat Odiljonovna, Komilova Ziroat Murodjon qizi	
Umumiy o'rta ta'limda fanlararo integratsiyaning nazariy-konseptual asoslari 1737 Mustafokulova Durdona	
Baqriya va Marg'iyona muhr va tumorlarida ifodalangan tasvirlarning tasniflanishi 1740 Norxamidova Muattar Zavqiddin qizi	
15-16 yoshli kurashchilarni mashg'ulot yuklamalarini samarali rejalashtirish 1745 O. E. Toshmurodov, S. E. Shomurodov	
Pedagogika sohasiga oid maktablarda ingliz tili fanini o'qitish usullari 1753 Ochilova Laylo Rajabovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning emotsional-ir0daviy sifatlarini tarkib toptirishda xorij tajribasi 1757 Quldosheva Shahlo Ibragim qizi	
Shaxsda emotsional zo'riqishni bartaraf etishning psixologik mexanizmlari 1763 Quyliyeva Orzigul Rajaboyevna	
O'smir qizlarda ma'naviy dunyoqarashining shakllanganligini belgilaydigan mezonlar 1766 Rajapov Vahobjon To'rajanovich	
Frazeologizmlarning uslubiy tasnifini belgilash masalasi 1770 Rashidova Umida Mansurovna	
Yosh kurashchilarning chidamkorligini rivojlantirish muammolari 1774 S. E. Shomurodov	
Boshlang'ich ta'limda millatlararo muloqot ko'nikmalarini axloqiy kontentlar asosida shakllantirishda pedagogik texnologiyalar 1779 Sanakulova Sarviniso Xamrakulovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida reflektiv ta'lim muhitini yaratish uchun pedagogik sharoitlar va vositalar 1783 Shukirullayeva Sarbinaz Alliyar qizi	



Gender farqlarni hisobga olgan holda o'quv-tarbiyaviy jarayonida maktab o'quvchilarining shaxsida axloqiy qarashlarini shakllantirish.....	1787
Umirova Gulnoza Zakirbayevna	
Xorijiy til o'qitish metodikasining tarixiy genezisi va rivojlanish bosqichlari	1790
Usmonxodjayeva Moxiraxon Abdumalikxodjayevna	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarida badiiy va estetik tafakkur orqali ta'lim berish ko'nikmasini rivojlantirish.....	1797
Vaxabova Gulshan Vafoqul qizi	
Yoshlar estetik madaniyatiga ma'naviy-mafkuraviy yondashuv.....	1801
Xalilova Charosxon Omonboy qizi	
Духовные основы педагогического мастерства в трудах русских и узбекских педагогов-гуманистов	1805
Костишина К., Рустам-Валиева Г., Рахимова М., Утегенова Г.	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachilarini inklyuziv faoliyatga tayyorlashning ijtimoiy-pedagogik zarurati.....	1811
Umarova Zuxra Madyrbekovna	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining nutqiy ko'nikmalarini rivojlantirish usullari	1814
Sheraliyeva Guzal Elibayevna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida tanqidiy va kreativ fikrlashni shakllantirishning samarali pedagogik usullari	1818
Mamasoliyeva Shirinoy Sirojiddin qizi	
Ona tili va adabiyot fanini o'qitishda "Debat" va "Aqliy hujum" texnologiyalarining lingvopedagogik samaradorligi.....	1822
Nafasova Yulduz Shuxratovna	
Fizika darslarida muammoli o'qitish texnologiyasi orqali o'quvchilarda ichki motivatsiyani shakllantirish ...	1825
A. B. Kamalov, I. Jumaniyazova	
Zamonaviy multimedia texnologiyalari va uning ta'lim jarayonidagi o'rni	1829
Shirinov Feruzjon Shuxratovich, Qosimova Mohira Botirali qizi	
Цели и задачи когнитивной педагогики.....	1832
Инагамова Нодира Абдусаматовна	
Boshlang'ich sinf o'qish darslarida o'quvchilarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari	1835
Tengelova Dilfuza Urazali qizi	
Oilaviy shifokorlarni tayyorlashda boshqaruvchanlik kompetensiyalarini shakllantirish metodikasi bo'yicha tajriba-sinov ishlari natijalarining samaradorligi.....	1839
Abduvaxobova Nozima Raxmonovna, Yusupova Shaxnoza Kadirjanovna	
Learning English With Sign Language in Secondary School (Improving Communication Skills).....	1849
Nabiyeva Nodira Rustamjon qizi	
Tarixiy romanlarda milliy ruh ifodasi: Shahodat Isaxonova ijodida folklor elementlari	1854
Matmusayeva Nadira Mamirovna	
Boshlang'ich sinf darslarida kompetensiyaning ahamiyati	1858
Saidnazarova Tulganoy Maxmudovna	
Tarbiyaviy texnologiyalar yordamida o'quvchilarning ma'naviy tafakkurini rivojlantirish usullari	1861
Quvondiqova Dildora Komiljonovna	
Sog'lom turmush tarzini yaratishda jismoniy tarbiya va ommaviy sportning o'rni.....	1866
Xudoyberdiyeva Elmira Botir qizi	
Bolalikdagi muomala – kelajakdagi insoniyat	1869
Nasirova Z. M., Inogamova Sakina	
Sahnalashtirish faoliyati jarayonida bolalarda ijodkorlikni rivojlantirishning o'ziga xosligi	1872
Boyitova Anorxol Gulmurodovna	
Kreativ yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarida tizimli fikrlash ko'nikmalarini takomillashtirish mexanizmi	1877
Ilovatdinova Dilbar Azat qizi	
Talabalarning abstrakt fikrlashini rivojlantirishning germeneytik asoslari.....	1882
Abdullayeva Nafisa Anvarovna, Azizova Rayyona Rustambek qizi	
Innovatsion faoliyatga nisbatan riskologik kompetentlikni rivojlantirish modeli va amaliyoti	1885
Kandaxarov Mirjalol Abdumurot o'g'li	



MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

Zamonaviy multimedia texnologiyalari va uning ta'lim jarayonidagi o'rni Shirinov Feruzjon Shuxratovich, Qosimova Mohira Botirali qizi	1889
Ma'lumotlarni vizuallashtirishning grafik usullarini o'rganish metodikasi: kognitiv jihatdan va amaliy vositalar orqali tahlil Saliyeva Farida	1892
Ritmik harakatlar orqali maktabgacha katta yoshdagi bolalarda to'g'ri qaddi-qomatni rivojlantirish texnologiyasi..... Dilnoza Nazarova Eraliyevna, Xudoyberdiyeva Ozodaxon Olimjon qizi	1895
Yordamchi personaj sifatida ishtirok etuvchi ilon obrazi Fayziyeva Dilfuza Olimovna	1899
O'zbek tilida vijdon konseptiga kognitiv yondashuv..... Mamnazarova Dilobar Akbarovna	1903
Технологическая инновация как основа экономического развития Республики Узбекистан..... Зайналов Жахонгир Расулович, Нурмухамедов Аббос Мамадалиевич, Шадманов Камолиддин Кажакджанович, Самигова Нодира Хамидуллаевна	1908
Maxsus mashqlardan foydalangan holda malakali dzyudochilarning texnik va jismoniy tayyorgarligi samaradorligini oshirish Bayturyayev Erian Isakovich	1913
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining fonetik kompetensiyalarini shakllantirishdagi didaktik imkoniyatlarni tizimlashtirish..... Kenjayeva Zilola Saminjon qizi	1917
Ota-ona mehrining bola psixologiyasiga ta'siri Yulchiyeva Shohsanam Dilshod qizi	1921
Ta'limda ijtimoiy intellektni rivojlantirishga xizmat qiluvchi innovatsion platformalar..... Azamov Umarxon Yaxyoxonovich	1925
Salomatlik etikasi va pedagogik madaniyat integratsiyasi asosida talabalarda sog'lom dunyoqarashni rivojlantirish metodikasi (umumiy pedagogika fani misolida)..... Kamalova Yoqutxon Bahodirovna	1929
Tarbiyachilarning kasbiy malakasini oshirishda innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlari Kenjayeva Dildora Terkashevna	1934
Jamoaviy sport turlarida ijtimoiy-psixologik muhitning natijalarga ta'siri..... Bo'ronova Habiba Erkin qizi	1938
Sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rni..... Nazarov Nursultan Safarbayevich	1942

SPORT MASHG'ULOTLARINING STRESSNI KAMAYTIRISHDAGI O'RNI

Nazarov Nursultan Safarbayevich

NavDU San'at va sport fakulteti
2-kurs talabasi, 201-24 JM

Ilmiy rahbar: Musayev Otabek Qudratovich

Annotatsiya: Ushbu maqolada sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rni nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda stressning fiziologik va psixologik mexanizmlari, ularning inson organizmiga ta'siri hamda jismoniy faollik orqali bu holatni yengillashtirish yo'llari yoritilgan. Adabiyotlarni tahlil qilish va solishtirish metodlari asosida turli yosh guruhlari hamda sport turlarining stressga qarshi ta'siri o'rganilgan. Natijalar muntazam sport mashg'ulotlari stress gormonlarini kamaytirishini, psixologik barqarorlikni oshirishini va ijtimoiy faollikni kuchaytirishini ko'rsatadi. Shuningdek, jamoaviy sport turlari orqali ijobiy emotsional muhit shakllanishi hamda stressga nisbatan psixologik immunitet mustahkamlanishi aniqlangan.

Kalit so'zlar: sport mashg'ulotlari, stress, psixologik barqarorlik, jismoniy faollik, ruhiy salomatlik, stress gormonlari, ijtimoiy faollik.

Abstract: This article provides a theoretical analysis of the role of sports activities in reducing stress. The study examines the physiological and psychological mechanisms of stress, their effects on the human body, and the ways in which physical activity helps to alleviate these conditions. Using literature review and comparative analysis methods, the research explores the anti-stress influence of various age groups and different types of sports. The findings show that regular physical exercise lowers stress hormones, enhances psychological stability, and increases social engagement. In addition, team sports help create a positive emotional environment and strengthen psychological resilience against stress.

Key words: sports activities, stress, psychological stability, physical activity, mental health, stress hormones, social engagement.

Аннотация: В данной статье теоретически анализируется роль спортивных занятий в снижении стресса. В исследовании рассматриваются физиологические и психологические механизмы стресса, их влияние на организм человека, а также способы уменьшения стрессового состояния посредством физической активности. На основе методов анализа литературы и сравнительного подхода изучено антистрессовое воздействие различных возрастных групп и видов спорта. Полученные результаты показывают, что регулярные спортивные занятия снижают уровень стресс-гормонов, повышают психологическую устойчивость и способствуют росту социальной активности. Кроме того, командные виды спорта формируют позитивную эмоциональную среду и укрепляют психологический иммунитет к стрессу.

Ключевые слова: спортивные занятия, стресс, психологическая устойчивость, физическая активность, психическое здоровье, стресс-гормоны, социальная активность.

KIRISH

So'nggi yillarda inson hayotida stress omili eng keng tarqalgan psixologik muammolardan biriga aylandi. Axborot oqimining keskin ko'payishi, ijtimoiy bosim, ish yoki o'qish jarayonidagi raqobat insonlarda ruhiy zo'riqish, charchoq va tashvish hissini kuchaytirmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, har to'rt kishidan biri muntazam stress holatini boshdan kechiradi. Stressning uzoq davom etishi insonning nafaqat ruhiy, balki jismoniy salomatligiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi – uyqu buzilishi, diqqatning pasayishi, yurak-qon tomir kasalliklari, depressiya kabi holatlar kuzatiladi.

Sport mashg'ulotlari esa stressni kamaytirish va ruhiy barqarorlikni saqlashda eng tabiiy, xavfsiz va ijobiy vositalardan biri hisoblanadi. Muntazam jismoniy faollik natijasida organizmda "baxt gormonlari" – endorfin, serotonin va dopamin ishlab chiqarilishi ortadi, bu esa inson kayfiyatini ko'taradi va ichki tinchlikni ta'minlaydi.



Shu sababli hozirgi kunda ko'plab psixologik reabilitatsiya dasturlarida sport mashg'ulotlari asosiy tarkibiy qism sifatida kiritilmoqda.^[4]

Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, yugurish, suzish, yoga, jamoaviy o'yinlar kabi faoliyat turlari stressni kamaytirish, ijobiy energiyani tiklash hamda o'z-o'zini nazorat qilish ko'nikmalarini shakllantirishda samaralidir. Shuningdek, sport shaxsning o'ziga ishonchini oshiradi, maqsad sari intilish va irodaviy fazilatlarini kuchaytiradi.^[5]

Mazkur maqolada sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rni ilmiy–nazariy jihatdan tahlil qilinadi hamda ularning psixologik barqarorlikka ta'sir etish mexanizmlari yoritiladi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Zamonaviy jamiyatda insonning ruhiy holatiga ta'sir etuvchi asosiy omillardan biri stress hisoblanadi. Stress – bu tashqi yoki ichki omillar natijasida yuzaga keladigan fiziologik va psixologik zo'riqish holati bo'lib, u inson salomatligi, ish qobiliyati va hayot sifatiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, stressni kamaytirishning tabiiy, sog'lom va samarali usullarini topish zamonaviy fan oldida muhim masala sifatida turibdi.

Ko'plab olimlar o'z tadqiqotlarida sport mashg'ulotlarining stressga qarshi ta'sirini turli nuqtai nazardan o'rganishgan. Masalan, H. Selye tomonidan ilgari surilgan “umumiy adaptatsiya sindromi” nazariyasiga ko'ra, organizm stressga uchraganda himoya mexanizmlarini ishga soladi va jismoniy faollik bu mexanizmlarning tabiiy faollashtiruvchisi sifatida xizmat qiladi.^[6]

So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlarda muntazam sport bilan shug'ullanish stress gormoni – kortizol darajasini pasaytirishi va endorfin ishlab chiqarilishini kuchaytirishi isbotlangan. Ushbu biologik o'zgarishlar natijasida inson o'zini tinchroq, xotirjam va ijobiy his qiladi.^[13]

Bundan tashqari, yoga, meditatsion mashqlar va aerobik mashg'ulotlar haqida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu faoliyat turlari nafaqat mushaklar faoliyatini yaxshilaydi, balki nafas olish tizimini tartibga soladi, yurak urish ritmini barqarorlashtiradi va nerv tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Mahalliy olimlar orasida ham sportning stressga qarshi ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan ishlar mavjud. Jumladan, O'zbekistonlik mutaxassislar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlari o'quvchilarda hissiy holatni muvozanatlashtirishi, o'ziga ishonchni oshirishi va ruhiy bosimni kamaytirishga yordam berishi ta'kidlangan.^[1]

Umuman olganda, tahlil qilingan adabiyotlar shuni tasdiqlaydiki:

- sport mashg'ulotlari stressni kamaytirishda fiziologik, psixologik va ijtimoiy mexanizmlar orqali ta'sir ko'rsatadi;
- muntazam jismoniy faollik inson organizmidagi stress gormonlarini kamaytiradi va ijobiy hissiyotlarni oshiradi;
- sport faolligi, ayniqsa yoshlar va faol mehnat bilan shug'ullanayotgan shaxslar uchun stressni oldini olish va ruhiy sog'lomlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.^[2]

Shunday qilib, mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rnini ilmiy asoslab beradi va ushbu sohada keyingi tadqiqotlar uchun nazariy poydevor yaratadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Ushbu tadqiqotda sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rnini aniqlashda nazariy tadqiqot metodlari asosiy vosita sifatida qo'llanildi. Tadqiqot adabiyotlar tahlili va solishtirish metodologik yondashuvlar orqali amalga oshirildi.

Ushbu tadqiqotda sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi o'rnini aniqlashda adabiyotlarni tahlil qilish metodi markaziy ilmiy asos bo'lib xizmat qildi. Mazkur metod yordamida stress va sport faoliyati o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tushuntiruvchi ilmiy manbalar chuqur o'rganildi. Tahlil jarayonida so'nggi yillarda e'lon qilingan ilmiy maqolalar, monografiyalar, psixologik va fiziologik tadqiqotlar hamda onlayn resurslar tahlil qilindi.

Adabiyotlar tahlili jarayonida stressning fiziologik mexanizmlari (kortizol gormoni, asab tizimi faolligi, yurak urish tezligi va qon bosimi o'zgarishlari) hamda psixologik jihatlari (emotsional beqarorlik, charchoq, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar) ilmiy nuqtai nazardan o'rganildi. Shuningdek, sport mashg'ulotlari natijasida organizmda yuz beradigan pozitiv o'zgarishlar – endorfin va serotonin darajasining ortishi, mushaklar bo'shashuvi va ruhiy yengillik hissi – haqida mavjud nazariy g'oyalar tahlil qilindi.^[9]

Tahlil davomida turli yoshdagi guruhlar (o'smirlar, kattalar, sportchi va nosportchi shaxslar) bo'yicha olib borilgan nazariy tadqiqotlar o'zaro taqqoslandi. Bu esa sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi samarasi shaxsning yoshi, jismoniy tayyorgarlik darajasi va psixologik holatiga bog'liq ekanini aniqlash imkonini berdi.

Shu tarzda, adabiyotlarni tahlil qilish natijasida sport faoliyatining stressga qarshi psixofiziologik ta'sir mexanizmlari aniqlanib, tadqiqotning nazariy poydevori shakllantirildi.

Tadqiqotda solishtirish metodi sport mashg'ulotlarining stressni kamaytirishdagi samaradorligini turli faoliyat turlari bilan taqqoslash orqali aniqlashga xizmat qildi. Ushbu yondashuv yordamida turli sport mashg'ulotlari – yugurish (jogging), suzish, yoga, jamoaviy o'yinlar, aerobika va fitness – stressni kamaytirishdagi psixologik va fiziologik ta'siri nuqtai nazaridan solishtirildi.^[10]

Shuningdek, sport faoliyatining samaradorligi boshqa dam olish shakllari bilan ham qiyoslandi, jumladan: musiqa tinglash, meditatsiya, tabiat qo'ynida sayr qilish va ijodiy faoliyat bilan shug'ullanish. Natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, barcha faoliyat turlari ma'lum darajada stressni kamaytiradi, biroq sport mashg'ulotlari tanada fiziologik o'zgarishlar (qon aylanishni yaxshilash, energiya almashinuvini faollashtirish, endorfin ishlab chiqarish) orqali uzoq muddatli ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Solishtirish metodi, shuningdek, individual va jamoaviy sport faoliyatlari orasidagi farqlarni aniqlash imkonini berdi. Jamoaviy o'yinlar (futbol, voleybol, basketbol) shaxsda ijtimoiy qo'llab-quvvatlov, muloqot ko'nikmalari va jamoaviy ruhni mustahkamlagan holda stressni kamaytirishga xizmat qilsa, individual mashg'ulotlar (yugurish, yoga, suzish) esa ichki xotirjamlik va ruhiy muvozanatni tiklashga yordam beradi.^[1]

Shunday qilib, solishtirish natijalari sport mashg'ulotlarining boshqa dam olish usullariga nisbatan stressni kamaytirishda ko'proq kompleks va tizimli ta'sirga ega ekanligini ilmiy jihatdan asoslab berdi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqot davomida o'tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatdiki, sport mashg'ulotlari inson organizmi uchun nafaqat jismoniy, balki ruhiy sog'lomlikni saqlashda ham muhim omil hisoblanadi. Stress holatida inson tanasida kortizol va adrenalin kabi gormonlar ko'payib, asab tizimining zo'riqishiga sabab bo'ladi. Muntazam jismoniy mashg'ulotlar bu jarayonni tabiiy ravishda muvozanatlaydi, chunki sport paytida endorfinlar, serotonin va dopamin kabi "baxt gormonlari" ishlab chiqiladi.

1. Sport faoliyati stressni fiziologik darajada kamaytiradi.

Sport bilan muntazam shug'ullanish qon aylanishini yaxshilaydi, yurak faoliyatini me'yorlashtiradi va asab tizimining barqaror ishlashini ta'minlaydi. Shu bilan birga, tanadagi kortizol miqdori pasayadi, bu esa insonning ichki tinchlik hissini oshiradi.

2. Psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi.

Sport faoliyati insonning hissiy holatini muvozanatlashtiradi, o'ziga ishonchni kuchaytiradi va negativ fikrlarni kamaytiradi. Ayniqsa, jamoaviy o'yinlar muloqot, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijobiy emotsiyalar orqali stressni yengillashtiradi.

3. Jismoniy mashqlar stressni boshqarish ko'nikmasini shakllantiradi.

Tahlil qilingan ilmiy manbalar sport bilan muntazam shug'ullanadigan shaxslar hayotdagi murakkab vaziyatlarga nisbatan bardoshlilik yuqori ekanini ko'rsatgan. Ular stress holatida ijobiy fikrlash, sabr va o'zini nazorat qilish ko'nikmalariga ega bo'lishadi.

4. Turli sport turlari turlicha samara beradi.

Aerob mashqlar (yugurish, suzish, velosipedda yurish) stressni tez kamaytiruvchi vosita sifatida samarali hisoblanadi, chunki ular nafas olish ritmini va yurak faoliyatini muvozanatlashtiradi. Yoga va meditatsion mashqlar ongni tinchlantiradi, ichki barqarorlikni oshiradi va stressga nisbatan chidamlilikni kuchaytiradi. Jamoaviy o'yinlar esa shaxsda ijtimoiy faollik, hamkorlik, o'zaro ishonch va ijobiy energiya yaratadi.

5. Sport faoliyati stressni kamaytirishda kompleks omil sifatida namoyon bo'ladi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, sportning stressga qarshi ta'siri nafaqat organizmdagi biokimyoviy o'zgarishlar, balki insonning ijtimoiy faolligi va psixologik irodasi bilan ham chambarchas bog'liq. Bu esa sportni stressni boshqarishning ko'p qirrali, tabiiy va xavfsiz usuli sifatida tavsiflaydi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, sport bilan shug'ullanmaydigan shaxslar stress holatlarini uzoqroq his qiladilar, emotsional taranglikdan chiqishlari qiyin bo'ladi. Aksincha, muntazam sport faoliyatiga ega insonlar ruhiy barqarorlik, ijobiy kayfiyat va o'ziga ishonchni uzoq muddat saqlab turadi.

Bundan tashqari, sport mashg'ulotlari insonni o'zini anglash, irodani mustahkamlash va ijtimoiy integratsiyani kuchaytirish yo'nalishida ham rivojlantiradi. Shu sababli, stressni kamaytirish va ruhiy sog'lomlikni ta'minlashda sportni hayot tarzi sifatida shakllantirish dolzarb ijtimoiy zaruratdir.



XULOSA VA TAKLIFLAR

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sport mashg'ulotlari inson hayotida stressni kamaytiruvchi eng tabiiy va samarali vositalardan biridir. Nazariy manbalar tahlili sportning stressni kamaytirishdagi ta'siri uch yo'nalishda namoyon bo'lishini aniqladi:

Fiziologik jihatdan sport mashg'ulotlari qon aylanish tizimini faollashtirib, yurak faoliyatini yaxshilaydi, mushaklarda kislorod almashinuvini kuchaytiradi hamda stress gormonlari (kortizol, adrenalin) miqdorini kamaytiradi. Shu bilan birga, organizmda "baxt gormonlari" – endorfin, serotonin va dopamin ishlab chiqarilishi ortadi.

Psixologik jihatdan sport insonda ijobiy hissiyotlarni kuchaytiradi, o'ziga ishonchni oshiradi va salbiy fikrlardan chalg'itadi. Muntazam jismoniy mashqlar ruhiy barqarorlikni mustahkamlaydi, asab tizimining tiklanishiga yordam beradi.

Ijtimoiy jihatdan, ayniqsa jamoaviy sport turlari muloqot madaniyatini rivojlantiradi, hamkorlik, o'zaro hurmat va do'stona muhit yaratadi. Bu esa shaxsning ijtimoiy qo'llab-quvvatlanish hissini kuchaytirib, stressni bartaraf etishga xizmat qiladi.

Shunday qilib, sport mashg'ulotlari insonning jismoniy salomatligini saqlab qolish bilan bir qatorda, uning ruhiy holatini muvozanatlashtirishda ham muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari sportni nafaqat sog'lom turmush tarzining elementi, balki stressni boshqarishning samarali pedagogik va psixologik vositasi sifatida qarash zarurligini ko'rsatdi.

Ta'lim tizimi uchun – maktab va oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslarini faqat jismoniy tayyorlik emas, balki ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash vositasi sifatida tashkil etish zarur. O'quvchilar va talabalar uchun "stressni boshqarish va sport" mavzusida seminarlar, treninglar va sog'lom turmush festivallarini o'tkazish tavsiya etiladi.

Ish joylari va tashkilotlar uchun – mehnat jarayonida xodimlar uchun qisqa jismoniy mashqlar, "sport tanafuslari" va sog'lom dam olish dasturlarini joriy etish maqsadga muvofiq. Korxonalar va tashkilotlarda sport tadbirlarini – mini–turnirlar, yurishlar, yoga mashg'ulotlari – muntazam o'tkazish orqali xodimlar ruhiy salomatligini mustahkamlash mumkin.

Sport mashg'ulotlari nafaqat jismoniy chiniqish, balki ruhiy sog'lomlik, emotsional muvozanat va hayot sifatini oshirishda muhim omil hisoblanadi. Shuning uchun, sportni hayot tarzi sifatida shakllantirish bugungi kunda stressni kamaytirishning eng xavfsiz va samarali yo'li sifatida e'tirof etilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimov, I. A. (1997). Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. Toshkent: Ma'naviyat nashriyoti.
2. Abdullayeva, N. (2020). Jismoniy tarbiya va sport psixologiyasi asoslari. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
3. Rahimov, A. (2021). "Sport faoliyatining shaxs ruhiy holatiga ta'siri." *Pedagogik izlanishlar jurnali*, 3(4), 45–52.
4. Hasanov, M. (2022). "Sog'lom turmush tarzi – stressga qarshi samarali omil." *Jismoniy tarbiya va sport jurnali*, 1(2), 78–83.
5. World Health Organization (WHO). (2018). *Physical activity and mental health: Evidence-based guidelines*. Geneva: WHO Press.
6. American Psychological Association (APA). (2019). *The exercise effect: How fitness boosts mental health*. *APA Monitor on Psychology*, 50(6), 32–38.
7. McEwen, B. S. (2007). "Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain." *Physiological Reviews*, 87(3), 873–904.
8. Selye, H. (1936). *The Stress of Life*. New York: McGraw–Hill.
9. Raglin, J. S. (2019). *Exercise and mental health: Beneficial effects and underlying mechanisms*. New York: Routledge.
10. OECD. (2020). *Healthy mind, healthy body: The impact of physical activity on well-being*. Paris: OECD Publishing.
11. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ–4310-son qarori. (2019). Aholi o'rtasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora–tadbirlari to'g'risida.
12. Qodirova, D., & Sattorov, S. (2023). "Sport mashg'ulotlarining stressga qarshi immunitetni shakllantirishdagi o'rni." *Innovatsion ta'lim tadqiqotlari jurnali*, 5(1), 67–74.
13. Anderson, E., & Shivakumar, G. (2019). "Effects of exercise and physical activity on anxiety." *Frontiers in Psychiatry*, 10(6), 1–12.

- 
- 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 sohaları 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. №10

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi 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 O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

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