



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



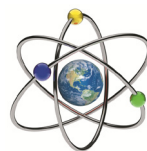
№1
2026

- 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

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 326 sahifa,
5-yanvar, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapirjanovna – 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)
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

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)

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, 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

Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

“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

Talabalarda tolerantlikni shakllantirish zarurati va samaradorligi.....	28
Bafayev Muxiddin Muxammadovich	
Muhandislik grafikasi bo'yicha raqamli kompetensiyalarni shakllantirishda grafik dasturlardan foydalanish metodikasini yaratish	34
Axmatova Asila Akmaljon qizi	
Investigation on the Efficacy of Pedagogical Approaches in Virtual Learning	37
Burkhonova Zarafuz Qobilovna, Makhmudov Shaxboz Muzzafarovich	
The Role of Input And Interaction in Second Language Acquisition.....	40
Dilorom Poyonova	
Muhandislik yo'nalishida kartografiya fanini integratsiyalashgan holda o'qitish	45
Kazakbayeva Muxabbat Turabayevna	
Incorporation of Moocs Into the Digital Educational Framework for the Development of Professional Speech Culture.....	49
Kudrat-Zoda Kamola Alisherovna	
Pedagogical Strategies for Enhancing Students' Creative Thinking Throughout the Learning Process	52
Makhmudova Ugliy Baxtiyarovna	
Kognitiv yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning media savodxonligini rivojlantirish	57
Mirzayeva Mayramxon Zaynobiddinovna	
Transformatsion yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning sun'iy intellekt savodxonligini rivojlantirish.....	61
Mirzayeva Ziyoda Uktamjonovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni tanqidiy fikrlashga o'rgatish	65
Qurbonboyeva Gulnoza Mahmud qizi	
An Online Service that Integrates Up-To-Date Content From Well-Known Mooc Platforms	68
Rakhimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Abdurahmonova Osiyo Jahongirovna	
The Fourth Phase of Distance Education: Integrated Technologies and Moocs	71
Rahimberdiyev Rustam Abdunasirovich, TaranenkoTatyana Viktorovna	
Gamifikatsiya orqali iqtidorli o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini oshirish	74
Rustamova Manzura Mirkamolovna, Xaytbayeva Malika Qobil qizi	
Boshlang'ich ta'lim fanlarini didaktik o'yinlar orqali tushuntirish	77
Rustamova Manzura Mirkamolovna, Shomaxsudova Diyora Dilshod qizi	
O'smirlar orasida alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniya profilaktikasi	80
Sh. F. Mustafayeva	
Educational Physics Experiments: Methods and Didactic Strategies for Developing Critical Thinking in Students	85
Turayev Alimjan Bahriddinovich	
The Problems of Remote Learning Technology and Global Trends in University Education Development.....	88
Tursunov Begzod Sherzodovich, Shukurova Madina	
A Case Study of Humanities Disciplines Using Massive Open Online Courses as a Resource for Blended Learning.....	91
Tursunov Begzod Sherzodovich, Eshkabilov Kodirali Davlatmuratovich	
Modern Education and Training Practices for Future Dentists	94
Turumova Marjona Bahodirovna	
Kommunikativ yondashuv asosida nutqiy kompetensiyani shakllantirish.....	98
Tuxtayeva Mehriyo Shavkatovna	



Maktabgacha ta'lim jarayonida mutaxassislik fanlarini o'qitishda zamonaviy pedagogik yondashuvlar: amaliy muammolar va ularning innovatsion yechimlari	102
<i>Xabibulayeva Shaxrizoda O'ktam qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim yo'nalishi talabalarda nutq o'stirish darslari orqali Soft Skills ko'nikmalarini rivojlantirishning nazariy pedagogik psixologik asoslari	106
<i>Xoldarova Mubina Qudratbek qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida rivojlantiruvchi muhit va uning turlari	110
<i>Xolmirzayeva O'g'iloy Murotali qizi</i>	
Развитие компетенций студентов-биологов в изучении языков	114
<i>Абдуллаева Нигора Курбановна</i>	
Формирование интереса и повышение эффективности школьного урока физической культуры	118
<i>Мукимов Олим Эргашевич</i>	
Incorporation of Massive Open Online Courses Into the Higher Education Framework	122
<i>Rakhimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Nasrullayev Javlonbek Tal'atjonovich</i>	
Совершенствование инновационной методики социально-педагогической деятельности будущих педагогов в полилингвальной среде с использованием искусственного интеллекта	125
<i>Хужаниязова Гузаль Юлдашевна</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kreativ faoliyatini xalq og'zaki ijodi asosida rivojlantirish	130
<i>Abduraximova Muxabbat Allayevna</i>	
Boshlang'ich sinf matematika darslarida o'rganiladigan nostandart masalalar	133
<i>Karimova Kunduz Ruzibayevna, Yo'ldosheva Tojigul Ulug'bek qizi</i>	
Video-marketingning iste'molchilar jalb qilinishiga ta'siri: Tiktok va Youtube misolida.....	138
<i>Rustamova Ma'mura Asqar qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning kognitiv jarayonlarini diagnostika qilish	141
<i>Shorustamboyeva Shahnoza Ulug'bekovna</i>	
The use of Visualization Technology as a New Trend in Teaching the English Language	144
<i>Tursunoy Ortiqova</i>	
Didaktik drama asosida kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda narrativ yondashuvning asosiy tushunchalari tahlili	149
<i>Xolbayeva Dildora Azizovna, Sadiyeva Shaxnoza Xusanovna</i>	
Tibbiyot oliy ta'lim muassasalarida biokimyo fanini o'qitishda work-based learning metodikasini qo'llash ..	153
<i>Mamadaliyeva Zarina Raxmat qizi</i>	
Bo'lajak shifokorlarni tibbiy amaliyotga tayyorlash metodikasini takomillashtirish.....	156
<i>Murtazayeva Nasiba Komiljonovna</i>	
Autizm spektri buzilishi bo'lgan bolalar uchun inklyuziv ta'limni tashkil etish	159
<i>Xusnidinova Saodat</i>	
Muloqot madaniyati asosida liderlik fazilatlarini shakllantirishning samarali usullari	163
<i>Djumayeva Dildora Isroilovna</i>	
Integrating Quizlet, Kahoot, and Padlet Into Vocabulary Instruction: An Experimental Study With Undergraduate Philology Students.....	167
<i>Inoyatova Umida Boxadir qizi</i>	
Advantages and Disadvantages of Teaching Students Via Competent Based Approach in Order to Improve Their Listening and Speaking in Finland	171
<i>Abdukhakimova Kamola Akmalovna, Rahmatova Mohijahon Ahmad qizi</i>	
Kimyo ta'limida iqlim o'zgarishlariga oid ilmiy ma'lumotlar asosida qaror qabul qilish kompetensiyasini rivojlantirish	175
<i>Akbarova Saidaxon Rustamovna</i>	
Tibbiyot oliy ta'limida pediatriya talabalari klinik fikrlashini rivojlantirishda muammoli ta'lim metodlarining roli.....	180
<i>Atadjanova Shaira Xalilovna, Umardulov Muxtorali Islomkulovich</i>	

Individual ta'lim muhiti asosida bo'lajak maktabgacha ta'lim tarbiyachilarini kasbiy-metodik tayyorlashni takomillashtirish.....	185
<i>Azamatova Dildora Shuxrat qizi</i>	
Boshlang'ich ta'lim-tarbiya tizimida raqamli ta'limni joriy etishning innovatsion yondashuvlari va samaradorlik omili.....	189
<i>Babayeva Dilnoz Xaydarovna</i>	
O'qish savodxonligini oshirishda xalqaro tadqiqotlarning o'rni (PISA va PIRLS)	192
<i>Barakayeva Shahnoza Fazliddin qizi</i>	
Yosh rahbarlarda boshqaruv stressining namoyon bo'lishi va boshqaruv faoliyatiga moslashuv muammolari: ta'lim tizimi sharoitida psixologik holat tahlili.....	195
<i>Djavgarova Dilfuza Shuxrat qizi</i>	
Sun'iy intellekt va katta ma'lumotlardan foydalanish asosida oliy ta'lim muassasalarida boshqaruv samaradorligini oshirish strategiyalari.....	199
<i>Duvlayeva Nozigul Xolmuxammad qizi</i>	
Enhancing English Learners' Pronunciation Through AI-Based Language Applications.....	203
<i>Egamova Munisa Khakim kizi</i>	
Maktab ta'lim tizimining dars jarayonlarida elektron qo'llanmalardan samarali foydalanish.....	208
<i>Kodirov Akbar Shuxratovich</i>	
Improving the Methodology of Teaching Biochemistry in Medical Higher Education Institutions Through Virtual Laboratory Tools	213
<i>Mamadaliyeva Zarina Rakhmat kizi</i>	
O'smirlarda kommunikativ tolerantlik muammosining nazariy-metodologik asoslari.....	218
<i>Mirsidikova Aziza Mirvohidovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini tashkil etishning nazariy asoslari	221
<i>Muxtorova Xusnidaxon Abdug'oprovna</i>	
Improving the Theoretical and Methodological Foundations for Integrating Generative Artificial Intelligence Technologies Into English Language Teaching in Higher Education	226
<i>Nigmatova Nozimakhon Ulugbek kizi</i>	
Maktabgacha ta'lim va oila hamkorligi: zamonaviy yondashuvlar va ilmiy asoslar.....	229
<i>Omondavlatova Diyora Otabekovna</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida iqtidorli talabalarning ilmiy va ijodiy kompetensiyalarini aniqlashga yo'naltirilgan axborot tizimini yaratish	233
<i>Ovxunov Iqboljon Abdunabiyevich, Ro'zimatova Saidaxon Abdivoxiid qizi</i>	
O'quvchilarni o'zbek xalq og'zaki ijodi namunalari vositasida vatanparvarlik ruhida tarbiyalash pedagogik muammo sifatida.....	237
<i>Qodirqulov Nodirbek Hamroqul o'g'li</i>	
Oliy ta'lim tizimida talaba-qizlarning kasbiy, madaniy va kommunikativ faoliyatlarini samarali tashkil etish	242
<i>Qurbonova G. M.</i>	
Kasbiy tayyorgarlik jarayonida refleksiv yondashuvning metodologik asoslari	245
<i>Raxmatova Shaxnoza Oybek qizi</i>	
Inkluziv ta'limda pedagogik diagnostika: maxsus ehtiyojli o'quvchilarning o'quv yutuqlarini baholash	248
<i>Norqobilova Rayxona Davlatovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachilarining umummadaniy kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyalari.....	252
<i>Saidova Nigora Olimovna, Jo'rayeva Nilufar Rustamjon qizi</i>	
Pedagogical Strategies for Enhancing Students' Creative Thinking Throughout the Learning Process	254
<i>Shaymatova Aziza</i>	
Dasturiy-metodik majmuani ishlab chiqish bosqichlari hamda pedagogik talablar.....	259
<i>Soliyeva Gavharoy Yodgorjon qizi</i>	
Nutq kamchiliklarini bartaraf etishda maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda pedagogik metod va o'yinlarning samaradorligi	265
<i>Suyarova Orzigul Sodiq qizi</i>	



Yoshlarni nikohga tayyorlashda shaxsiy omillar va psixologik yetuklik.....	269
To'xtamatova Nargizaxon Abdullayevna, Buranova Sevara Sa'dullayevna	
O'zbekiston umumiy o'rta ta'lim tizimida rahbarlarning liderlik kompetensiyalarining hozirgi holatini diagnostika qilish	273
Taylakova Dilnoza Norbekovna, Latifova Mavjuda Xurramovna	
Ta'limga o'qib tushinishni sun'iy intellekt bilan integratsiya qilish imkoniyatlari va pedagogik strategiyalari.....	276
Umarov Bahrom Norboyevich	
Talabalar mobilligi jarayonida pedagogik qo'llab-quvvatlash mexanizmlari.....	281
Xabibullayev Alimardon Xidoyatillayevich	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarni tayyorlashda kompetensiyaviy yondashuvning roli va ahamiyati.....	286
Yo'ldosheva Iqbol Bekbo'lsin qizi	
Boshlang'ich sinflarda chet tilini o'rganishning ahamiyati va undagi zamonaviy yondashuvlar	289
Yoqubjonova Mohlaroyim Abdumalik qizi	
O'smir shaxsida refleksiyani shakllanishida ota-ona munosabatlarning ta'siri	292
Yulchiboyeva Dilfuza Ergasheva	
Boshlang'ich ta'limda geymifikatsiya orqali til kompetentligini rivojlantirish.....	297
Zakirova Sohila Muxtoraliyevna, Nurmuhamedova Dilshoda Zaynobiddin qizi	
Профессиональная этика педагога высшего учебного заведения	302
Журабекова Хабиба Мадаминовна	
Ортодонтியда миотерапиya: миогимнастик дентоальвеоляр apparatlarni qo'llashning taqqoslama tavsifi	305
Tursunov Begzod Sherzodovich, Sayfulayeva Aziza Anvarovna	
Музейная педагогика на уроках воспитания в средней школе: методика включения музейных практик в процесс обучения и воспитания подростков	308
Умрихина Виктория Игоревна	
21st Century Dental Innovation Technologies: An Overview	314
Khojimurodov Burkhon Ravshanovich	
Цели и задачи педагогических систем, основанных на конструктивизме в общеобразовательных школах	317
Шарипова Шахноза Шавкат кизи	
Способы повышения мотивации учащихся при изучении русского языка.....	321
Эшонкулов Хамрокул Маматкулович	



BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARINING SOG'LOM TURMUSH TARZINI TASHKIL ETISHNING NAZARIY ASOSLARI

Muxtorova Xusnidaxon Abdug'oporovna

Andijon davlat universiteti

Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasining o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada muallif tomonidan boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini tashkil etishning nazariy asoslari yoritiladi. Unda sog'lom turmush tarzining mazmun-mohiyati, uning tarkibiy qismlari hamda boshlang'ich ta'lim yoshidagi bolalar uchun ahamiyati ilmiy-pedagogik nuqtayi nazardan tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich sinf o'quvchilari, sog'lom turmush tarzi, nazariy asoslar, jismoniy faollik, sog'lom ovqatlanish, shaxsiy gigiyena, kun tartibi, pedagogik hamkorlik, salomatlikni mustahkamlash, ta'lim-tarbiya jarayoni.

Abstract: This scientific article elucidates the theoretical foundations of organizing a healthy lifestyle for primary school students. It analyzes the essence and content of a healthy lifestyle, its components, and its significance for children of primary school age from a scientific and pedagogical perspective.

Key words: primary school students, healthy lifestyle, theoretical foundations, physical activity, healthy nutrition, personal hygiene, daily routine, pedagogical collaboration, health promotion, educational process.

Аннотация: В данной научной статье автором освещаются теоретические основы организации здорового образа жизни учащихся начальных классов. В ней с научно-педагогической точки зрения анализируются сущность и содержание здорового образа жизни, его составляющие, а также значение для детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: учащиеся начальных классов, здоровый образ жизни, теоретические основы, физическая активность, здоровое питание, личная гигиена, режим дня, педагогическое сотрудничество, укрепление здоровья, учебно-воспитательный процесс.

KIRISH

Umumiy o'rta ta'lim muassasalarining asosiy vazifalaridan biri maktab yoshidagi bolalarning sog'lig'ini saqlash va mustahkamlashdan iborat. Ushbu muammoni hal etishda ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya fanining roli muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzini to'g'ri tashkil etishning ajralmas qismi hisoblanadi. Hozirgi vaqtda ma'lumki, optimal tarzda tashkil etilgan harakat rejimi, shu jumladan maktab va darsdan tashqari mashg'ulotlarda qo'llaniladigan sog'lomlashtirish yo'nalishidagi jismoniy tarbiyaning turli shakllari boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy va ruhiy salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, maktab ta'limini isloh qilish sharoitida boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lig'ini saqlash va mustahkamlashda tizimli jismoniy tarbiya hamda sportning roli sezilarli darajada oshib bormoqda. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining salomatligi va ish faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan gigiyenik, ijtimoiy-iqtisodiy, demografik hamda madaniy omillar orasida jismoniy tarbiya va kundalik tartib darajasi ta'sir intensivligi jihatidan muhim o'rin tutadi, ya'ni turli xil faoliyat va dam olish turlarini to'g'ri almashtirish, shuningdek, to'g'ri ovqatlanishni tashkil etish shular jumlasidandir.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Abdurauf Fitrat ijtimoiy tarbiya negizida jismoniy tarbiyani tashkil etish, shaxsni sog'lom va baquvvat qilib tarbiyalash alohida ahamiyat kasb etishini ta'kidlaydi. Uning "Rahbari najot" asarining "Bola tarbiyasi" nomli bobida badan tarbiyasini tashkil etish borasida quyidagi fikrlar ilgari surilgan: "Badan tarbiyasiga qadim zamonlardan boshlab katta ahamiyat berilgan. Insonning butun a'zolari sog'lom va quvvatga ega bo'lmasa, unda inson uzoq yashamaydi. Agar inson tanasidagi a'zolaridan biriga halal tegsa, u kishi ishdan qo'lini tortib, bosh-

qalarga muhtojga aylanadi". Abu Ali ibn Sinoning "Kitob al-Qonun fit-tib" asarida sog'lom turmush tarziga amal qilish uchun turli tavsiyalar berilgan. Ular quyidagilardan iborat:

- badantarbiya bilan shug'ullanish;
- cho'milish va chiniqish;
- ovqatlanish tadbiri;
- suv va ichimliklar tadbiri;
- uyqu rejimi.

Azaldan sog'lom turmush tarzini to'g'ri tashkil etishga alohida e'tibor qaratib kelingan bo'lib, bu holat yuqoridagi asarlarda ham o'z ifodasini topgan. Shunga qaramay, so'nggi yillarda mamlakatimizda sog'liqni saqlash ko'rsatkichlarining biroz pasayish tendensiyasi kuzatilmoqda. Bu holat, ayniqsa, bolalar, o'smirlar va yoshlar orasida yaqqol namoyon bo'lmoqda. Yosh avlod salomatligi davlat va jamiyatni alohida tashvishga solmoqda. Ko'plab o'qituvchilar, psixologlar, gigiyenistlar va fiziologlar bolalar hamda o'smirlar salomatligini muhofaza qilish va targ'ib etish borasidagi noqulay vaziyatni katta tashvish bilan qayd etmoqdalar. Maktab yoshidagi bolalarning kasallanish tuzilishida tayanch-harakat tizimi buzilishlari birinchi, asab tizimi kasalliklari ikkinchi, nafas olish va yurak-qon tomir tizimlari kasalliklari uchinchi, ko'rish organlari kasalliklari va allergik reaksiyalar to'rtinchi o'rinni egallaydi. Chuqurlashtirilgan tibbiy ko'riklar natijalari shuni ko'rsatadiki, maktab yoshidagi bolalarning 70% dan ortig'i sog'lig'ida turli xil anormalliklarga ega bo'lib, umumta'lim maktablari bitiruvchilarining 80% (harbiy yoshdagi yigitlar) jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlikning past darajasiga ega.

Maktab yillarida qad-qomat va ko'rishning buzilishi soni 4-5 barobar, ovqat hazm qilish kasalliklariga chalingan bolalar soni esa 3-4 barobar ortadi. Sog'lig'i sababli maxsus tibbiy guruhga tayinlangan maktab o'quvchilari soni yildan-yilga ortib bormoqda. Shu bilan birga, maktab o'quvchilari sog'lig'idagi buzilishlar sonining o'quv yuklamasining hajmi va intensivligiga bog'liqligi aniq kuzatilmoqda. Maktab yoshidagi bolalar sog'lig'i butun xalqning kelajagi uchun jiddiy tashvish tug'diradi. Maktab yoshidagi bolalarning jismoniy va ruhiy salomatligi yomonlashuvining sabablari nafaqat xavf omillari va yomon odatlar (chekish, spirtli ichimliklar iste'moli, giyohvand moddalar, noto'g'ri ovqatlanish, ta'limning ortiqcha yuklanishi, jismoniy harakatsizlik) bilan, balki ta'lim muassasalarida bolalar, o'smirlar va o'quvchilar uchun sog'lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan terapevtik, profilaktik va tarbiyaviy ishlarning yetishmasligi bilan ham izohlanadi ^[14].

Bundan tashqari, boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lig'i yomonlashuvining asosiy sabablaridan biri akademik ortiqcha yuklama va jismoniy harakatsizlik hisoblanadi. Chuqurlashtirilgan umumta'lim maktablarida yosh o'quvchilarning intellektual qobiliyatlarini rivojlantirishga ustuvor e'tibor qaratiladi. Kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, aksariyat innovatsion ta'lim muassasalarida (liseylar, ixtisoslashtirilgan maktablar hamda matematika, biologiya va chet tillari chuqurlashtirib o'qitiladigan sinflarda) o'quv jarayoni haddan tashqari yuklangan bo'lib, bolalar kuniga 5-6 soat o'qiydi. Majburiy darslar va uy vazifalaridan tashqari, boshlang'ich sinf o'quvchilari qo'shimcha ta'lim muassasalarida darsdan tashqari vaqtlarda klublar, bo'limlar va studiyalarda mashg'ulotlarda qatnashadilar. Boshlang'ich sinflarda 45 daqiqadan ortiq davom etadigan 4-5 ta dars o'tkazilishi holatlari keng tarqalgan bo'lib, bu yosh o'quvchilar uchun og'irlik qiladi. O'quv jarayoniga yuqori darajadagi mualliflik dasturlarining jadal joriy etilishi, ixtiyoriy kurslarning ko'payishi va boshlang'ich sinf o'qituvchilarining tezkor o'quv yutuqlariga intilishi salbiy oqibatlariga olib kelmoqda. Bolalarning turli xil faoliyat turlari o'rtasida muvozanatning yo'qligi, o'quv jarayoni rejimining buzilishi hamda uning sog'liq imkoniyatlari va holatiga mos kelmasligi boshlang'ich sinf o'quvchilarining ish qobiliyatining pasayishiga va kasallanish darajasining oshishiga sabab bo'lmoqda. Shu munosabat bilan kun davomida o'quv, o'yin va mehnat faoliyatlarining oqilona almashinuvi boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy va ruhiy salomatligini saqlash hamda mustahkamlashning eng muhim sharti hisoblanadi. Bolaning jismoniy va ruhiy salomatligi asoslari bolalik va o'smirlar davrida shakllanadi. Shu sababli bolalar salomatligi va sog'lom turmush tarziga yoshligidan g'amxo'rlik qilish zarur. Sog'lom turmush tarziga o'rgatish va sog'liqqa mas'uliyatli munosabatni shakllantirish go'daklikdan boshlanishi lozim. Maktab yoshidagi bolalar sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash mamlakatimiz ta'lim va sog'liqni saqlash sohasidagi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Demografik vaziyatni yaxshilash, aholining turmush darajasi va sifatini oshirish maqsadida mamlakatimizda bir qator ustuvor ijtimoiy davlat dasturlari qabul qilingan, jumladan: "Sog'lom avlod yili" (2000-yil), "Sihat-salomatlik yili" (2005-yil), "Sog'lom bola yili" (2014-yil), "Sog'lom ona va bola yili" (2016-yil). Ushbu dasturlar oilani ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ta'lim va tibbiy xizmatlar sifatini oshirish hamda aholining sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish zarurligini ta'kidlaydi. Hozirgi vaqtda sog'lomlashtirish yo'nalishida jismoniy tarbiya va sport vositalaridan foydalangan holda oqilona tashkil etilgan harakat faoliyatining maktab o'quvchilari sog'lig'iga ijobiy ta'siri



borligi shubhasizdir. Buni olimlar – o'qituvchilar, fiziologlar, biologlar va gigiyenistlarning jismoniy tarbiya hamda bolalar va o'smirlarning motor faoliyati rejimini gigiyenik jihatdan asoslashga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlari tasdiqlaydi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Olimlar boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalashning samarali vositalari, shakllari va usullarini aniqlashga, umumta'lim maktablari va oilalar sharoitida maktab o'quvchilarining harakatlantiruvchi faoliyati rejimini optimallashtirishga katta e'tibor beradilar. So'nggi paytlarda mamlakatimizda maktab yoshidagi bolalar bilan tizimli jismoniy tarbiya va sportni tashkil etishning moddiy-texnik bazasini yaratish va kengaytirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Sog'lom maktab o'quvchilari uchun jismoniy tarbiyaning mazmuni va shakllari batafsil belgilab berilgan bo'lib, ilmiy, uslubiy hamda dasturiy-me'yoriy materiallar aniqlashtirilmoqda. So'nggi yillarda jismoniy tarbiya va sport sohasida katta miqdorda ilmiy tadqiqotlar olib borildi, maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish hamda bolalar va o'spirinlarning harakatlantiruvchi faoliyati rejimini gigiyenik asoslash bo'yicha nomzodlik va doktorlik dissertatsiyalari himoya qilindi.

L.V. Abdulmanova va boshqa olimlarning dissertatsiya tadqiqotlarida maktabgacha hamda maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasi, ta'lim muassasalarida harakatlantiruvchi rejimini tashkil etish bo'yicha ilmiy-uslubiy tavsiyalar berilgan. Biroq ushbu dissertatsiyalarda sog'liqni shakllantirish texnologiyasini loyihalashning pedagogik tamoyillari yetarlicha qamrab olinmagan, shuningdek, sog'lig'ida muammosi bor bolalarni jismoniy tarbiyalash dasturini amalga oshirishning pedagogik shartlari to'liq ochib berilmagan.

Ilmiy, pedagogik va tibbiy adabiyotlarda maktabgacha hamda maktab yoshidagi nogiron bolalarning jismoniy tarbiyasiga bag'ishlangan o'quv-uslubiy qo'llanmalar va ilmiy maqolalar mavjud. Ilmiy maqolalar, dissertatsiya tadqiqotlari hamda o'quv qo'llanmalari sog'lig'ida muammosi bor bolalarning jismoniy tarbiyasiga bag'ishlangan. Mazkur olimlar jismoniy tarbiyani maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning jismoniy hamda ruhiy salomatligini mustahkamlash va saqlashning asosiy vositalaridan biri deb hisoblaydilar va o'qituvchilarga sog'lomlashtirish yo'nalishida jismoniy madaniyatdan foydalanish bo'yicha bir qator tavsiyalar beradilar. Sog'lom maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi masalalari ilmiy va uslubiy adabiyotlarda keng yoritilgan hamda chuqur tahlil qilingan. Maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasiga bag'ishlangan ko'plab o'quv qo'llanmalari, monografiyalar va ilmiy maqolalar mavjud. Biroq ushbu ishlarda sog'lig'ida muammosi bor va jismoniy rivojlanishi sust bo'lgan maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasining o'ziga xos xususiyatlari yetarlicha hisobga olinmagan. Bu ishlar mualliflari deyarli sog'lom maktabgacha yoshdagi bolalar va boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakatlantiruvchi faolligini o'rganib chiqib, maktabgacha ta'lim muassasasi hamda umumta'lim maktabi sharoitida ularning harakatga bo'lgan ehtiyoji to'liq qondirilmasligini aniqlaganlar. Ular maktabgacha ta'limdan tizimli maktab ta'limiga o'tish bilan bolalarda harakatlantiruvchi faollik keskin kamayishini qayd etganlar. Bu holat bir qator olimlar va o'qituvchilarning tadqiqotlarida alohida ta'kidlangan [15, 18, 90, 162, 168].

Olimlarning fikriga ko'ra, bolaning maktabga kelishi bilan harakatlantiruvchi faollik maktabgacha davrga nisbatan ikki baravar kamayadi. Shuni hisobga olgan holda, ular boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakatlantiruvchi rejimini kengaytirishni hamda harakatlantiruvchi faollikning kunlik hajmini yosh me'yorlariga yetkazishni tavsiya etadilar.

Ilmiy tadqiqotlar harakatlantiruvchi faoliyatning to'g'ri me'yorlarini gigiyenik asoslashga, maktabgacha va boshlang'ich sinf yoshidagi bolalar uchun jismoniy faoliyatni gigiyenik me'yorlashning ilmiy asoslarini ishlab chiqishga bag'ishlangan. Harakatlantiruvchi faollikni oshirish maqsadida ushbu olimlar maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning kundalik faoliyatida jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridan muntazam foydalanishni taklif etadilar. Ularning tavsiyalariga ko'ra, boshlang'ich sinf o'quvchilarining kunlik jismoniy faolligi kamida bir soat bo'lishi lozim. Salomatlikni mustahkamlash va boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat yetishmovchiligini bartaraf etish uchun jismoniy tarbiyaning turli shakllaridan foydalanish tavsiya etiladi. Biroq mazkur olimlarning tadqiqotlarida sinfdan tashqari vaqtlarda boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakatlantiruvchi faoliyati rejimini tashkil etishning pedagogik asoslari, bolalarning harakatlantiruvchi faoliyatiga pedagogik rahbarlik qilish usullari, sog'lomlashtirish yo'nalishi bo'yicha qo'shimcha mashg'ulotlarni tashkil etish tamoyillari va shakllari yetarlicha ochib berilmagan.

So'nggi yillarda tibbiy-pedagogik, fiziologik hamda psixologik-gigiyenik tadqiqotlar natijalari bolalar va o'smirlar uchun jismoniy faoliyatni gigiyenik me'yorlashning ilmiy asoslarini ishlab chiqishga xizmat qildi. Ushbu olimlarning fikriga ko'ra, jismoniy faoliyatning haftalik hajmi va rejimi boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun 8-12 soat miqdorida bo'lishi lozim bo'lib, bu organizmning jismoniy faoliyatga bo'lgan biologik ehtiyojini qondiradi. Bir qator taniqli olimlar, fiziologlar va gigiyenistlarning fikriga ko'ra, kichik maktab yoshidagi bolalarda kundalik harakatlanish faolligining to'g'ri me'yori harakatga bo'lgan biologik ehtiyojni to'liq qondiradigan, ularning funksional imkoniyatlariga mos keladigan, salomatlikni mustahkamlovchi va ish samaradorligini oshiruvchi ko'rsatkich sifatida e'tirof etilishi mumkin.

L.I. Abrosimova va boshqa olimlarning ilmiy ishlari jismoniy ish qobiliyati va funksional imkoniyatlarni o'rganishga, o'quvchilar organizmining o'quv hamda jismoniy faoliyatga moslashuvini tahlil qilishga, shuningdek, bolalar uchun jismoniy faoliyatni gigiyenik me'yorlashning ilmiy-uslubiy asoslarini ishlab chiqishga bag'ishlangan. Mazkur olimlar bolalarning jismoniy va aqliy ko'rsatkichlarini o'rganib, maktabgacha va boshlang'ich sinf yoshidagi sog'lig'i zaiflashgan hamda tez-tez kasallanadigan bolalarda yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarining funksional imkoniyatlari pasayganligini aniqlaganlar. Ular ruxsat etilgan jismoniy faoliyat darajalarini belgilab, maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasi uchun ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqqanlar. Olimlarning tadqiqotlarida boshlang'ich sinflarda aqliy ish yukini asossiz ravishda oshirishning salbiy amaliyoti mavjudligi hamda ta'lim dasturlari mazmunining asosan bolalarning aqliy (intellektual) rivojlanishiga qaratilganligi aniqlangan.

TAHLIL VA NATIJALAR

Sog'lom turmush tarzi – inson hayotining turli jabhalarini rivojlantirish, faol va uzoq umr ko'rish hamda ijtimoiy funksiyalarni to'liq bajarish, mehnatda, ijtimoiy, oilaviy va kundalik hayotda, shuningdek bo'sh vaqtlarni mazmunli o'tkazishda faol ishtirok etishning zaruriy sharti bo'lib, inson faoliyatining sog'lig'ini saqlash, mustahkamlash va yaxshilashga qaratilgan o'ziga xos, maqsadli shaklidir. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini tashkil etish nihoyatda muhimdir, chunki bu yoshdagi bolalar uchun sog'lom turmush tarzi nafaqat jismoniy, balki ruhiy va ijtimoiy rivojlanish uchun ham zarur hisoblanadi. Sog'lom turmush tarzini ta'minlashga yordam beradigan asosiy jihatlari qatoriga to'g'ri ovqatlanish, ya'ni o'quvchilarga foydali va muvozanatli ovqatlar – meva, sabzavotlar, sut mahsulotlari hamda to'liq donli mahsulotlarni taqdim etish, shuningdek shakarli ichimliklar va tez tayyorlanadigan ovqatlardan saqlanishga rag'batlantirish; uyqu tartibini to'g'ri yo'lga qo'yish, ya'ni yetarli miqdorda va sifatli uyquni ta'minlash, har kuni bir xil vaqtda uxlash va ertalab o'qishga tayyor holatda uyg'onishni shakllantirish; gigiena qoidalariga amal qilish, jumladan qo'l yuvish, tishlarni tozalash va shaxsiy gigiena vositalaridan to'g'ri foydalanish kabi oddiy, ammo muhim odatlarni mustahkamlash; ijtimoiy aloqalar va psixologik salomatlikni rivojlantirish, ya'ni o'quvchilarga ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatish, do'stlar bilan ijobiy munosabatlarni rivojlantirish hamda stressni boshqarishda yordam berish kiradi. Psixologik salomatlikni ta'minlash uchun bolalar bilan muntazam muloqot olib borish alohida ahamiyatga ega.

Shuningdek, sog'lom turmush tarzini tashkil etishda jismoniy tarbiyaning o'rni beqiyosdir, chunki u nafaqat bolalarning jismoniy holatini yaxshilaydi, balki sog'lom odatlar va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishga ham xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya bolalarning mushak va suyak tizimini mustahkamlash, yurak-qon tomir tizimini rivojlantirish orqali umumiy sog'lomlikni ta'minlaydi va energiya darajasining oshishiga olib keladi. Sport va jismoniy mashqlar orqali bolalar sog'lom turmush tarzini qabul qilishni o'rganib, o'z salomatliklariga bo'lgan e'tiborini oshiradilar hamda jismoniy faoliyatni kundalik hayotlariga singdirishga odatlanadilar.

Bundan tashqari, jismoniy mashqlar aqliy va hissiy rivojlanishga ham ijobiy ta'sir ko'rsatib, bolalarda o'zini boshqarish, sabr-toqat, mas'uliyat va jamoada ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi. Sport faoliyati bolalar o'rta-sida hamkorlik, o'zaro hurmat va ishonchni rivojlantiradi, shuningdek jamoadagi o'z rolini anglash va boshqalar bilan samarali muloqot qilishni o'rgatadi. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishga bo'lgan munosabatlarni umumlashtirib aytganda, inson mavjud ekan, uning salomatligi, ayniqsa o'sib kelayotgan avlodni jismoniy jihatdan baquvvat qilib tarbiyalash va favqulodda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan vaziyatlarga tayyorlash masalasi har doim jamiyat e'tiborida bo'lib kelgan va har bir davrda ushbu masalaga o'ziga xos yondashuvlar shakllangan.

Bir necha asrlar ilgari yashab ijod qilgan mutafakkir olimlarimiz asarlarining tahlili ham sog'lom turmush tarzi masalalariga alohida e'tibor qaratilganini ko'rsatadi, chunki mazkur manbalarning aksariyatida bolaning jismoniy jihatdan sog'lom etib tarbiyalanishi ustuvor vazifa sifatida talqin etilgan. Jumladan, ma'rifatparvar Abdulla Avloniyning "Badanning salomat va quvvatli bo'lmog'i insonga eng kerakli narsadur. Chunki o'qimoq, o'qitmoq, o'rganmoq, o'rgatmoq uchun insonga kuchli, kasalsiz jasad lozimdir" degan fikri inson salomatligi masalasi o'sha davrning o'zidayoq diqqat markazida bo'lganini anglatadi hamda bugungi kunda ham o'z dolzarbligi va muhim ahamiyatini saqlab qolayotganini tasdiqlaydi.

XULOSA

Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, aksariyat umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya va bolalarning harakatlantiruvchi faol shakllariga yetarlicha e'tibor berilmaydi. Bu holat boshlang'ich sinf o'quvchilarida ortiqcha charchoqqa olib keladi, ularning umumiy ish qobiliyatini pasaytiradi hamda harakat yetishmovchiligini yuzaga keltiradi, bu esa ularning sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatib, jismoniy rivojlanishiga jiddiy zarar yetkazadi.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Гончаров М.Ю. Обоснование комплексной методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2018. – 23 с.
2. Евсеев Л.Г. Развитие выносливости у детей 7-8 лет и пути ее повышения на уроках физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2011. – 20 с.
3. Змановский Ю.Ф. Двигательная активность и закаливание – ведущие факторы укрепления здоровья // Дошкольное воспитание. – 1979. – № 8. – С. 45-46.
4. Крюкова Е.А. Личностно-развивающие образовательные технологии: монография. – Волгоград: Перемена, 2018. – 195 с.
5. Логвина Т.Ю. Оптимизация режима двигательной активности дошкольников в зависимости от их возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Минск, 2001. – 19 с.
6. Тимофеева Е.А. Физическое воспитание детей в детском саду и семье: методическое пособие для воспитателей и родителей. – М.: Просвещение, 1977. – 75 с.
7. Юрко Т.П. Уровень морфофункционального развития дошкольников в оценке влияния средств физического воспитания // В кн.: Научные основы гигиенического нормирования физических нагрузок для детей и подростков. – М., 2012. – С. 35-42.

- 
- 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

2026. №1

© 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.

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