



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№2(2)
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 AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



*Elektron nashr. 454 sahifa,
2-fevral, 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
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), 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" gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), 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

Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), 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

Kasbiy mahorat va tajribalarni rivojlantirishning mazmuni, shakl va usullari	22
<i>Yo'ldasheva Feruzaxon Shavkatbekovna</i>	
O'zbek tili darslarida 5E modelini qo'llash orqali ta'lim sifatini oshirish: Chimboy tumani 36-sonli ixtisoslashtirilgan maktab misolida	26
<i>Kojamuratova Ulbosin Punkitbaevna</i>	
Shaxs ijtimoiy faolligi: tushuncha va tahlil.....	29
<i>Baxriyeva Nargiza Axmadovna</i>	
Fiziognomika va psixologik yondashuvlar asosida portret qalamtasviri ta'limini takomillashtirish.....	33
<i>Babadjanov Axmadjan Xudayberdiyevich</i>	
Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini pedagogik texnologiyalar asosida rivojlantirish	37
<i>Nusharov Bobir Bolbekovich</i>	
Личностные характеристики как ассимиляция системы отношений младших школьников и предмет воспитательного воздействия учителя	41
<i>Олимова Азиза Кахрамоновна</i>	
"Vitagen ta'lim texnologiyalari" asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini o'quvchilarda perseptiv qobiliyatni rivojlantirishga o'rgatishning didaktik imkoniyatlari	47
<i>Tursunboyeva Kamola Ilxomjon qizi</i>	
Ekologik ta'lim va tarbiya asosida talabalarda ekoturistik madaniyatni rivojlantirishning pedagogik-metodik asoslari.....	50
<i>Kamolov Baxtiyor Xasanboyevich</i>	
Individual ta'lim trayektoriyasi: maktabgacha yoshdagi bolalarda ekspressiv nutq buzilishlarining o'ziga xos xususiyatlari	54
<i>Fayziyeva Nozima Oybek qizi</i>	
Boshlang'ich sinf matematika darslarida mantiqiy masalalardan foydalanish samaradorligi	59
<i>Ibragimova Nozima Ulug'bekovna, Pardayeva Hosila Qudratulla qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishda tarbiyachining kreativ roli	64
<i>Botirova Lobar Kamolovna</i>	
O'quvchilarda mantiqiy fikrlashni rivojlantirish.....	69
<i>Kaipova Tazagul, Kaipova Elmira</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini zamonaviy kasb-hunarlariga qiziqitirishda integrativ usullardan foydalanish	73
<i>Ergasheva Nigora Erkinovna</i>	
Proposals for the Development of Education in Teaching Musical-Historical and Theoretical Subjects	76
<i>Sobirova Gulkhayo Aktamjonovna</i>	
Raqamli ta'lim sharoitida talabalarda mediakompetentlikni rivojlantirishning nazariy asoslari.....	81
<i>Rustemov Abseit Trijan o'g'li</i>	
Hamkorlik ko'nikmalarini takomillashtirishga oid tajriba-sinov ishlarini tashkil etish mazmuni	85
<i>Baxramova O'ramol Uralovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining matn ustida ishlash orqali o'quvchilarning nutqiy kompetensiyalarini rivojlantirishda nazariy asoslanish mohiyati.....	88
<i>Boxodirova Muxlisa Xoljigitovna</i>	
Zoologiya fanini o'qitish jarayonida talabalarining ilmiy-tadqiqot faolligini rivojlantirish mexanizmlari	92
<i>Dushekeeva Nasiba Rustembaevna, Arepbaev Islambek Muratbaevich</i>	
Ingliz tilini o'rganishda zamonaviy texnologiyalarning roli	96
<i>Ergasheva Mehriyona</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyalanuvchilarining tasviriy ko'nikmalarini shakllantirishning nazariy asoslari	100
<i>Jummayeva Sayyora Shokir qizi</i>	



The Role of Digital Technologies and Virtual Reality in Modern English Teaching Methodologies	104
Seilkhanova Rita Nurniyazovna, Kalbaeva Mexriban Elbrus qizi	
Sog'lom separatsiya orqali yoshlar sog'lig'ini mustahkamlash: tibbiy-psixologik yondashuvning empirik tahlili	109
Mavlyanova Surayo Sultanaliyevna	
Badiiy-tarixiy meros asosida pedagog shaxsini tarbiyalash: nazariya va amaliyot uyg'unligi	112
Qodirova Mavluda Maxodir qizi	
Gamified Programming Platforms: Analysis and Recommendations	116
Ra'nokhon Ne'matjon kizi Rakhimova	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida giperaktiv bolalar bilan ishlashning ilmiy-nazariy asoslari	123
Raimqulova Sojida Abdusaid qizi	
Qandli diabet bilan og'riqan bemorlarga pedagogik yordam ko'rsatish tizimi.....	126
Shermatova Yakut Sabirovna	
O'smirlar o'rtasida kiberbulling	129
Tashbekova Aziza Mirsuxbatovna	
Uzoq muddatli davolanishga muhtoj bolalar uchun tyutorlik yordamini tashkil etish	132
Tolipova Pokiza Xasan qizi, Isamuxamedova Dildora Raxmatilayevna	
Zamonaviy maktablarda xavfsizlik madaniyatining roli.....	135
Turdiyeva Zilola Jalilovna	
Global akademik reyting va raqobat muhitida xalqaro olimpiadalarning o'rni	138
Xalikova Umida Mirovna	
Tarbiyachining bolalarni tasviriy faoliyatga o'rgatish jarayonidagi o'rni	143
Xasanova Shaxnoza To'xtasinovna, Rahimova Umida Abdurasul qizi	
Biologiya darslarida TIMSS topshiriqlarini integratsiyalash.....	148
Zayniyev Suxrobjon Islombek o'g'li, Komiljonova Muslima Shuxrat qizi	
О трансверсальных компетенции воспитателя дошкольного образования.....	153
Садыкова Шоиста Акбаровна, Назарматова Дилшода Умаралиевна	
Talaba-yoshlarni mustaqil oilaviy hayotga tayyorlashning pedagogik-psixologik xususiyatlari	156
Kushakova Gulnora Egamkulovna	
Yosh oilalarda ajralishlarni bartaraf etishning pedagogik mexanizmlarini aksiologik yondashuv asosida takomillashtirish	160
Normurodova Gulnora Ikromovna	
Maktabgacha ta'lim tarbiyachilarining innovatsion faoliyatini rivojlantirish mexanizmlari	164
Mamadaliyeva Dildora Alisher qizi	
Psixologik zo'ravonlikning o'smirlarda destruktiv xulq shakllanishiga ta'siri	168
Jurakulova Dildora Ziyadullayevna	
Maktab maslahatchilarining boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyalari	172
Kazakova Saxiba Abdurayimovna	
Kichik maktab yoshi o'quvchilarida ongli intizomni tarbiyalashning samarali usullari.....	178
Ziyayev Adxamjon	
Lingvokulturologiyada konsept tushunchasining nazariy talqini	182
Jo'rayeva Nozima Nozim qizi	
Sport takomillashuvi bosqichida voleybolchilarning sakrash qobiliyatini rivojlantirish texnologiyasi	185
Shaimardanov Sherbek Abdurashid o'g'li	
Eshitishida nuqsoni bo'lgan bolalarda nutq rivojlanishining pedagogik-psixologik xususiyatlari	189
Teshaboyeva Feruza Raximovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasiga oilaning katta avlodi va ularning ta'siri.....	192
Ashirova Sojida Baxromovna	
Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarining kasbiy-metodik tayyorgarligini differensial yondashuv asosida o'qitishning tarixiy pedagogik ildizlari	196
Bekmuratova Shoxida Ne'matjonovna	

Talabalarda yozuv kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	200
Jabborova Salomat Abdijalilovna	
Integrativ o'qitish asosida bo'lajak logopedlarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish mazmuni.....	204
Maxmudova Madinaxon Sobirxonovna	
6-7 yoshli bolalarda mehnatsevarlik xislatlarini shakllantirishda xalq og'zaki ijodidan foydalanish	208
Kasimova Dilrabo Baxadirovna, Omonxonova Muzayamxon Sarvar qizi	
Bo'lajak surdopedagoglarni koxlear implantli bolalar bilan ishlashga tayyorlashda amaliy mashg'ulotlarni tashkil etish texnologiyasi	213
Raximova Xurshidaxon Sadikovna	
Yevropa muhandislik ta'limi tajribasi asosida texnika yo'nalishlari talabalarida texnik kompetentlikni rivojlantirishning pedagogik mexanizmlari	217
Xalikova Nargiza Abduvaliyevna	
Tilning obrazli kuchi: perifrazalar turlari va xususiyatlari	221
Yuldasheva Dilnoza Bekmurodovna	
Inklyuziv ta'lim sharoitida boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan ishlashning pedagogik va psixologik xususiyatlari.....	224
Zayirkulova Nozima Ilyas qizi	
Mentorlik faoliyatida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish	229
Zikriyayev Zokir Mamirovich	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida mustaqil fikrlashni rivojlantirish.....	232
Xadicha Muxammadiyeva Karomatovna, Sunnatullayeva Amina	
Professional kompetentlik va uning shaxs psixologik xususiyatlari bilan o'zaro bog'liqligi	235
Artikova Nodira Shavkat qizi	
Talaba qizlarni jismoniy faolligini rivojlantirish tasnifi va ularni orgatish metodikasi.....	240
Otasheva Oysanamxon Hamidulla qizi	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda shaxslararo munosabatlar o'rtasidagi bog'liqlik	245
Bekchanova Kuvanch Roximovna	
Voleybolchilarni tayyorlashda differensial vositalaridan foydalanishning zarurligini, ularning o'yin amplusini hisobga olgan holda aniqlash usullari	249
Kambarov Kozimjon Ibragimovich	
2-toifa diabet bilan bog'liq stressga qarshi kurashish strategiyalari va psixologik holatlar	254
Sadikova Umida Botirovna	
Boshlang'ich ta'limda vizual va multimediyaviy texnologiyalarning pedagogik-psixologik ahamiyati	258
Raximova Faridabonu Alisher qizi	
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida VARK modeli asosida multimodal o'qitishni tashkil etish (OAK talablariga mos maqola).....	261
Raximova Mushtariy Alisher qizi	
Raqamli ta'lim muhitida veb-texnologiyalar asosidagi platformalarning dasturiy ta'minotini ishlab chiqish va optimallashtirish	264
Zoxidov Jahongir Botirxonovich	
Eshitishda nuqsoni bo'lgan koxlear implantli bolalar og'zaki nutqini umumta'lim jarayonida ona tili darslarida rivojlantirish metodikasi.....	272
Isoqjonova Dilfuzaxon Muxtorjon qizi	
Bo'lajak surdopedagoglarni mustaqil ta'lim jarayonida kasbiy malakani shakllantirishning samarali metodlari	276
Teshabayeva Oyguil Fazliddinovna	
Yetuklik yoshidagi ayollarda hayotdan qoniqish darajasiga o'ziga ishonch va o'z-o'zini qadrlashning ta'siri	280
M. R. Sultonova	
Shifoxonalarda tashkil etilgan maktablarda bemor o'quvchilar bilan faoliyat olib boruvchi pedagoglarga qo'yiladigan talablar	284
Umarova Saboxon Minavvarovna, Abdusattorova Gulxumor	



Chet til ta'limida mustaqil ishni tashkil etish masalalariga doir	287
Erkayev Elmirza Temirovich	
10–11 yoshli futbolchilarda tezkorlik sifatini rivojlantirish metodikasi.....	294
Ishmuratov Hasanboy Karimjonovich	
Jismoniy tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining samaradorligini oshirish usullari	298
Yaqubov Arslon Maxmudovich	
Mahmudxo'ja Behbudiy faoliyati va uning o'rganilishi	301
Dinora Eshboyeva Alisher qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarda axloqiy kompetensiyalarni kasbiy faoliyatida qo'llay olish. Axloqning kelib chiqishi va asoslanish masalasini nazariy tahlil qilish	306
Shaxayev Bauirjan Seytgalievich	
Maktabgacha ta'limda STEAM ta'lim texnologiyalarini qo'llashda raqamli ta'lim texnologiyalaridan foydalanish	310
Ahmedova Zuhraxon Mamurovna	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarda elementar matematik tasavvurlarni shakllantirishning dolzarbligi va zaruriyati	314
Mirzabayeve Zebo Umarovna	
Elektrolitlarda elektr toki mavzusini o'qitishda noto'g'ri tasavvurlar va ularni bartaraf etish metodikasi	317
Xoliqov Qurbonboy To'ychiyevich	
Mediata'lim asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining milliy tarbiya faoliyatini takomillashtirish .	323
Ibodullaeva Dildora Shukrulla qizi	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida inklyuziv ta'limga jalb etilgan imkoniyati cheklangan bolalar bilan ishlashda montessori metodikasining uyg'unligi	327
Ismatova Shodiya Ne'matilla qizi, Xaydarova Shaxlo Narzullayevna	
XIV asr oxiri va XV asr boshlari turkiy tillar taraqqiyotini o'rganishda "Kitob ul-Bulg'at" asarining lingvistik tadqiqi	332
Tursunaliyeva Muslimabonu Abduvosit qizi	
Informatika ta'limida interfaol o'quv majmualari asosida o'yinli texnologiyalarni qo'llash orqali o'quvchilarning bilim va kompetensiyalarini rivojlantirish.....	336
Nabiyev Feruz Abdumannonovich	
STEAM loyihalari asosida maktab o'quvchilarida tadbirkorlik ko'nikmalarini shakllantirish.....	341
Choriyor Maxmatraimov Eshmatovich	
Psixolog talabalarda tolerantlik va madaniyatlararo kompetensiyalarni shakllantirish	345
Akbaraliyeva Asilaxon Tojiddinovna	
Raqamli ta'lim muhitining pedagogik salohiyati asosida o'quvchilarning kreativ qobiliyatlarini rivojlantirish (texnologiya fanini o'qitish misolida).....	348
Kulboyeva Dilnoza Abdug'ofurovna	
O'zbek tili – faxrim, g'ururim	351
H. Shukurova, M.Jumanazarova	
Zamonaviy dars – pedagogik ijodkorlikning asosiy maydoni.....	355
M. Kuzibayeve	
Talabalarni ta'lim jarayonida sun'iy intellekt elementlaridan foydalanishga tayyorlash metodikasini takomillashtirish.....	358
Mastonov Jahongir Mamatqul o'g'li	
Raqamli maktabda yashil o'quv dasturi: kengaytirilgan va virtual reallik texnologiyalari bilan integratsiyaning pedagogik modeli.....	362
Maxmudov Abdiqodir Yusupovich	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida kasbiy faoliyat jarayonida pedagogik empatiyani shakllantirish pedagogik muammo sifatida	367
Orinbaeva Jarqinay Djuginis qizi	
Gamified Programming Platforms: Analysis and Recommendations	371
Ra'nokhon Ne'matjon kizi Rakhimova	



Bo'lajak o'qituvchilarning raqamli kompetentligini rivojlantirishda nazariya va amaliyot integratsiyasi muammolari	377
Sh. A. Xujakulov, T. B. Kadirov	
Uzoq muddat davolanayotgan bolalarning matematik savodxonligini oshirishda fanlararo bog'lanishning roli.....	383
Tursunova Dildora Ziyadullayevna, Ochilov Orazbek Qosim o'g'li	
Sayyid Burhoniddin Muhaqqiq Termiziyning "Maorif" asarida bilish etikasi va ma'naviy-axloqiy tarbiya	387
Tursunova Nilufar Samiyevna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining og'zaki nutqini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari	393
Tursunova Saida Isakovna	
Yosh avlodni tarbiyalashda hamkorlik tarbiya texnologiyasining o'rni	396
Pirlijeva Gulmira Botir qizi	
Integrativ raqamli-didaktik yondashuv asosida interfaol o'quv majmuallardan foydalanish muammolari va rivojlanish istiqbollari.....	400
Nabiyev Feruz Abdumannonovich, Mamanazarov Baxrom Jumonovich	
Eshitishda nuqsoni bo'lgan bolalarni tasviriy faoliyatda bilish jarayonlarini rivojlantirish	405
Sadirova Kamola Giyozovna	
Kurash sport turining yoshlar jismoniy va ma'naviy rivojlanishidagi ahamiyati.....	409
O'razboyeva Adiba Abdug'ani qizi	
Bo'lajak oilaviy shifokorlarning kasbiy motivatsion rivojlanishini ta'minlashning pedagogik yondashuvlari.	413
Xalmuxamedov Bobir Taxirovich	
О развитии учебно-познавательной деятельности студентов	418
М. Халикова	
Психологические механизмы искажения истины в процессе социализации: нормативно-когнитивная модель и смешанное эмпирическое исследование	421
С. Ю. Нишанов	
Методы повышения речевой активности студентов в процессе обучения иностранному языку.....	425
Утешова Зернегул Хурметуллаевна	
Prenatal va erta chaqaloqlik rivojlanishi va rivojlanishning biologik asoslari	429
N. Mirbabayeva	
O'smir shaxsining rivojlanishi	433
Matyakubova Shohista Odamboy qizi	
O'zbekistonning ma'naviy va madaniy hayotida jadidlarning tutgan o'rni	435
N. M. Qodirova	
Development of Physical Qualities Through the Use of Special Physical Exercises With Student Participation.....	439
Rikhsiev Dilshod Shavkatovich	
Tabiiy fan darslarida STEAM ta'lim texnologiyasidan foydalanishning ahamiyati	442
Umaraliyeva Baxtilaxon Raxmonali qizi	
Special Physical Exercises in Coxarthrosis During the Preoperative and Postoperative Periods of Rehabilitation.....	446
Valiev Farrukh Nigmatjonovich	
Роль цифровых технологий и дидактических принципов в учебных практик.....	449
Байметов М. М.	

TALABA QIZLARNI JISMONIY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISH TASNIFI VA ULARNI ORGATISH METODIKASI

Otasheva Oysanamxon Hamidulla qizi

Andijon davlat pedagogika instituti

Maktabgacha ta'lim kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirishning nazariy-metodologik asoslari, uning pedagogik tasnifi hamda samarali o'qitish texnologiyalari kompleks yondashuv asosida ilmiy tahlil qilinadi. Tadqiqotning dolzarbligi oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan qizlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, harakat faolligini oshirish va jismoniy sifatlarini tizimli rivojlantirish zarurati bilan asoslanadi.

Tadqiqot jarayonida ilmiy-nazariy tahlil, pedagogik kuzatuv, tajriba-sinov ishlari, qiyosiy va diagnostik baholash, shuningdek, metodik modellashirish usullaridan foydalanildi. Jismoniy faollik intensivlik darajasi, mashg'ulot yo'nalishi, funksional ta'sir ko'lamini hamda pedagogik maqsadlariga ko'ra tasniflandi. Talaba qizlar organizmining morfo-funksional xususiyatlarini inobatga olgan holda metodik model ishlab chiqildi.

Tadqiqot natijalari differensial yondashuv, yuklamani bosqichma-bosqich oshirish, motivatsion-pedagogik qo'llab-quvvatlash hamda interfaol mashg'ulot texnologiyalarini qo'llash jismoniy faollik ko'rsatkichlarining sezilarli darajada ortishiga xizmat qilishini ko'rsatdi. Olingan natijalar oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini takomillashtirish, gender xususiyatlarini hisobga olgan holda o'qitish metodikasini optimallashtirish uchun metodik asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: jismoniy faollik, talaba qizlar, jismoniy tarbiya, pedagogik tasnif, o'qitish metodikasi, sog'lom turmush tarzi, metodik model, differensial yondashuv.

Abstract: This article provides a scientific justification of the theoretical and methodological foundations for developing physical activity among female university students, including its pedagogical classification and effective instructional technologies based on an integrated approach. The relevance of the study is determined by the need to promote a healthy lifestyle, enhance motor activity, and ensure systematic development of physical qualities among students in higher education institutions.

The research employed theoretical analysis, pedagogical observation, experimental procedures, comparative and diagnostic assessment, as well as methodological modeling. Physical activity was classified according to intensity level, exercise orientation, functional impact, and pedagogical objectives. A methodological model was developed considering the morpho-functional characteristics of female students.

The findings demonstrate that a differentiated approach, gradual load progression, motivational-pedagogical support, and the application of interactive instructional technologies significantly improve physical activity indicators. The results contribute to the enhancement of physical education programs in higher education and provide a methodological basis for optimizing gender-sensitive teaching strategies.

Key words: physical activity, female students, physical education, pedagogical classification, teaching methodology, healthy lifestyle, methodological model, differentiated approach.



Аннотация: В статье представлено научное обоснование теоретико-методологических основ развития физической активности студентов, ее педагогической классификации и эффективных технологий обучения на основе комплексного подхода. Актуальность исследования обусловлена необходимостью формирования здорового образа жизни, повышения двигательной активности и системного развития физических качеств у обучающихся высших учебных заведений.

В ходе исследования применялись методы теоретического анализа, педагогического наблюдения, опытно-экспериментальной работы, сравнительного и диагностического анализа, а также методического моделирования. Физическая активность классифицирована по уровню интенсивности, направленности упражнений, характеру функционального воздействия и педагогическим целям. Разработана методическая модель с учетом морфофункциональных особенностей организма студентов.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что дифференцированный подход, поэтапное увеличение физической нагрузки, мотивационно-педагогическая поддержка и применение интерактивных образовательных технологий способствуют существенному повышению показателей физической активности. Результаты исследования могут быть использованы для совершенствования системы физического воспитания в высшем образовании с учетом гендерных особенностей обучающихся.

Ключевые слова: физическая активность, студентки, физическое воспитание, педагогическая классификация, методика обучения, здоровый образ жизни, методическая модель, дифференцированный подход.

KIRISH

Zamonaviy globallashtirish va raqamlashtirish sharoitida oliy ta'lim tizimi oldida turgan eng muhim vazifalardan biri – talaba yoshlarning sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash, ularning jismoniy rivojlanish darajasini oshirish hamda sog'lom turmush tarzini barqaror shakllantirishdan iborat. Bu jarayonda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari muhim ijtimoiy-pedagogik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Ayniqsa, talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirish masalasi nafaqat ta'limiy, balki tibbiy-biologik, psixologik va ijtimoiy jihatdan ham dolzarb ilmiy-amaliy muammo sifatida e'tirof etilmoqda. Chunki so'nggi yillarda yoshlar orasida kamharakatlilik (gipodinamiya), noto'g'ri kun tartibi, stress omillari va raqamli texnologiyalarga haddan tashqari bog'liqlik jismoniy faollik darajasining pasayishiga olib kelmoqda.

Talaba qizlar organizmi o'ziga xos morfo-funksional va psixofiziologik xususiyatlarga ega bo'lib, jismoniy yuklama va mashg'ulotlarni rejalashtirishda bu omillarni albatta hisobga olish zarur. Jismoniy faollikni ilmiy asosda tashkil etish yurak-qon tomir tizimi faoliyatini yaxshilash, mushak kuchi va chidamliligini rivojlantirish, modda almashinuvi jarayonlarini faollashtirish, shuningdek, psixoemotsional holatni barqarorlashtirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, muntazam jismoniy mashg'ulotlar talaba qizlarning o'quv va kasbiy faoliyatidagi ish qobiliyatini oshiradi, diqqat va xotira jarayonlarini faollashtiradi hamda ijtimoiy moslashuv darajasini kuchaytiradi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy faollikni rivojlantirish bo'yicha ko'plab tadqiqotlar mavjud bo'lsa-da, talaba qizlarga yo'naltirilgan, ularning individual imkoniyatlari, qiziqishlari va motivatsion ehtiyojlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilgan metodik tizimlar yetarli darajada tizimlashtirilmagan. Amaldagi jismoniy tarbiya dasturlarida ko'pincha umumiy yondashuv ustun bo'lib, gender xususiyatlari va differensial yuklama tamoyillari yetarlicha aks etmaydi. Natijada mashg'ulotlarning samaradorligi pasayadi va ishtirokchilarning barqaror motivatsiyasi shakllanmaydi.

Shu nuqtai nazardan, jismoniy faollikni ilmiy-pedagogik jihatdan tasniflash, uning turlarini maqsad, intensivlik, funksional ta'sir va o'quv-uslubiy yo'nalishlar bo'yicha guruhlash muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday tasnif jismoniy mashg'ulotlarni rejalashtirish, yuklama me'yorini belgilash, o'qitish vosita va metodlarini tanlashda metodik asos bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa, interfaol pedagogik texnologiyalar, modulli o'qitish, individual dasturlash, monitoring va diagnostika vositalarini joriy etish orqali mashg'ulotlar samaradorligini sezilarli darajada oshirish mumkin.

Tadqiqot muammosi shundan iboratki, oliy ta'lim muassasalarida talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar ko'p hollarda an'anaviy shaklda tashkil etilmoqda, zamonaviy metodik yondashuvlar va shaxsga yo'naltirilgan texnologiyalar yetarli darajada qo'llanilmayapti. Bu esa jismoniy tayyorlik ko'rsatkichlarining barqaror o'sishiga to'sqinlik qiladi.

Mazkur maqolaning maqsadi – talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirishning nazariy-metodologik asoslarini chuqur tahlil qilish, jismoniy faollik turlarining pedagogik tasnifini ishlab chiqish hamda ularni o'qitishning samarali, ilmiy asoslangan metodikasini taklif etishdan iborat. Tadqiqot vazifalariga jismoniy faollik tushunchasining mazmun-mohiyatini aniqlashtirish, tasnif mezonlarini belgilash, o'qitish metodlari va vositalarini tizimlashtirish hamda tajriba-sinov natijalari asosida metodik modelni asoslash kiradi.

Tadqiqot natijalari oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini modernizatsiya qilish, talaba qizlarning jismoniy faolligini oshirishga yo'naltirilgan o'quv-metodik dasturlarni takomillashtirish hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qilishi bilan ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Talaba yoshlarning jismoniy faolligini rivojlantirish masalasi jismoniy tarbiya nazariyasi, sport pedagogikasi, yosh fiziologiyasi hamda sog'lom turmush tarzi konsepsiyasi doirasida ko'plab mahalliy va xorijiy tadqiqotchilar tomonidan o'rganilgan. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy faollik inson salomatligini mustahkamlovchi, funksional imkoniyatlarini kengaytiruvchi hamda ijtimoiy moslashuv darajasini oshiruvchi asosiy omillardan biri sifatida talqin etiladi.

Jismoniy faollikning nazariy asoslari va uning sog'liq bilan uzviy bog'liqligi ko'plab fundamental tadqiqotlarda yoritilgan bo'lib, unda muntazam harakat faoliyatining yurak-qon tomir, nafas olish va tayanch-harakat tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy jihatdan asoslangan. Sport pedagogikasi yo'nalishidagi tadqiqotlarda jismoniy mashg'ulotlarni rejalashtirish, yuklamani me'yorlash va bosqichma-bosqich oshirish tamoyillari jismoniy rivojlanish samaradorligining muhim sharti sifatida ko'rsatiladi. Shu bilan birga, jismoniy tayyorgarlikni oshirishda individual yondashuv, funksional diagnostika va monitoring tizimining ahamiyati alohida ta'kidlanadi.

Pedagogik tadqiqotlarda jismoniy faollikni tasniflash masalasi ham muhim o'rin tutadi. Ayrim mualliflar jismoniy faollikni intensivlik darajasi (past, o'rta, yuqori), energiya sarfi, mashg'ulot davomiyligi va funksional yo'nalishiga ko'ra guruhlashni taklif etadi. Boshqa ilmiy yondashuvlarda esa jismoniy faollik sog'lomlashtiruvchi, rivojlantiruvchi, sportga yo'naltirilgan va rekreativ yo'nalishlarda tasniflanadi. Bu tasniflar mashg'ulotlarni metodik jihatdan to'g'ri tashkil etish, maqsadli dasturlar ishlab chiqish hamda kutilayotgan natijalarni aniqlashda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Xorijiy ilmiy tadqiqotlarda talaba yoshlar, ayniqsa qizlar jismoniy faolligining pasayish tendensiyasi alohida muammo sifatida qayd etilgan. Tadqiqotchilar bu holatni ijtimoiy omillar, o'quv yuklamasi, motivatsiya yetishmasligi, o'ziga ishonch darajasi va harakat madaniyatining yetarli darajada shakllanmaganligi bilan izohlaydi. Shu sababli ko'plab ishlarda motivatsion muhit yaratish, qiziqarli va variativ mashg'ulot dasturlarini joriy etish, guruhli va interfaol mashg'ulot shakllaridan foydalanish tavsiya etiladi.

Gender yondashuviga asoslangan tadqiqotlarda qizlar organizmining anatomik-fiziologik xususiyatlari, moslashuv mexanizmlari hamda psixologik qabul qilish omillari hisobga olinishi zarurligi asoslab berilgan. Mualliflar tomonidan qizlar uchun moslashtirilgan jismoniy yuklama, estetik yo'nalishdagi mashqlar, ritmik gimnastika, fitnes dasturlari va sog'lomlashtiruvchi mashg'ulot turlari yuqori samaradorlik berishi qayd etiladi. Shuningdek, emotsional ijobiy fon, qo'llab-quvvatlovchi pedagogik muhit va natijani vizual baholash vositalari qatnashuv faolligini oshirishi aniqlangan.

Metodik manbalarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'qitishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar – modulli o'qitish, differensial yondashuv, kompetensiyaviy model, interfaol metodlar va raqamli monitoring vositalaridan foydalanish samarali natija berishi ta'kidlanadi. Ayniqsa, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim modeli jismoniy tayyorgarlik darajasi turlicha bo'lgan talabalarda barqaror rivojlanish dinamikasini ta'minlash imkonini beradi.

Tahlil qilingan adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, jismoniy faollikni rivojlantirish bo'yicha umumiy nazariy va metodik asoslar yetarli darajada ishlab chiqilgan bo'lsa-da, aynan talaba qizlarga moslashtirilgan, tasnif va o'qitish metodikasini yagona tizimga birlashtirgan kompleks pedagogik model yetarli darajada yoritilmagan. Mazkur tadqiqot aynan shu bo'shliqni to'ldirishga, ya'ni talaba qizlar jismoniy faolligini tasniflash va uni o'qitish metodikasini tizimli asosda ishlab chiqishga yo'naltirilganligi bilan farqlanadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot doirasida talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirishga yo'naltirilgan metodik model ishlab chiqildi va amaliy mashg'ulotlar jarayonida tajriba-sinov asosida joriy etildi. Tadqiqot natijalari jismoniy faollikni ilmiy asoslangan holda tasniflash, mashg'ulotlarni differensial rejalashtirish hamda o'qitishning interfaol metodlarini qo'llash yuqori samaradorlik berishini ko'rsatdi.

Tajriba jarayonida jismoniy faollik quyidagi mezonlar asosida tasniflandi: intensivlik darajasi (past, o'rta, yuqori), funksional yo'nalishi (sog'lomlashtiruvchi, rivojlantiruvchi, moslashtiruvchi), mashg'ulot shakli (individual, guruhli, modulli) hamda pedagogik maqsadi (ta'limiy, rivojlantiruvchi, motivatsion). Ushbu tasnif asosida mashg'ulot dasturlari qayta tuzildi va talaba qizlarning jismoniy tayyorgarlik darajasi, sog'liq holati hamda qiziqishlariga mos ravishda moslashtirildi.



Tajriba-sinov ishlari natijalariga ko'ra, metodik model asosida tashkil etilgan mashg'ulotlarda ishtirok etgan talaba qizlarda quyidagi ijobiy o'zgarishlar kuzatildi:

- umumiy harakat faolligi ko'rsatkichlari barqaror oshdi;
- chidamlilik, egiluvchanlik va muvozanat sifatlarida sezilarli rivojlanish qayd etildi;
- mashg'ulotlarda ishtirok etish intizomi va davomati yaxshilandi;
- jismoniy mashqlarga nisbatan ichki motivatsiya va qiziqish darajasi ortdi;
- o'z-o'zini nazorat qilish va jismoniy holatini baholash ko'nikmalari shakllandi.

Diagnostic o'lchovlar shuni ko'rsatdiki, bosqichma-bosqich yuklama berish, mashqlarni variativ tanlash va funksional nazorat elementlarini qo'llash ortiqcha zo'riqish holatlarining kamayishiga hamda moslashuv ko'rsatkichlarining yaxshilanishiga olib keldi. Interfaol mashg'ulot usullari (stansiya usuli, aylanma mashg'ulot, juftlikda ishlash, mini-guruh dasturlari) qo'llanilgan guruhlarda mashg'ulot samaradorligi an'anaviy usullarga nisbatan yuqori bo'ldi.

So'rovnomaga va pedagogik kuzatuv natijalari talaba qizlarning aksariyati moslashtirilgan va tanlov asosidagi mashg'ulot formatini ma'qullaganini ko'rsatdi. Ayniqsa, fitnes yo'nalishlari, ritmik mashqlar, funksional gimnastika va sog'lomlashtiruvchi komplekslar yuqori qiziqish uyg'otdi. Bu esa metodik modelda mashg'ulot turlarini diversifikatsiya qilish zarurligini tasdiqladi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, jismoniy faollikni tasnif asosida rejalashtirish, differensial va shaxsga yo'naltirilgan o'qitish metodikasini joriy etish talaba qizlarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari va mashg'ulotlarga barqaror jalb etilish darajasini sezilarli oshiradi. Tadqiqot natijalari ishlab chiqilgan metodik yondashuvning pedagogik jihatdan samarali va amaliyotga tatbiq etish mumkinligini tasdiqlaydi.

TAHLIL VA NATIJALAR

O'tkazilgan tadqiqot natijalari talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirish jarayonini ilmiy asosda tasniflash va metodik jihatdan to'g'ri tashkil etish yuqori pedagogik samaradorlikka ega ekanligini ko'rsatdi. Olingan ma'lumotlar jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi sohasidagi mavjud ilmiy qarashlar bilan uyg'un holda bo'lib, jismoniy mashg'ulotlarni individuallashtirish, yuklamani me'yorlash va motivatsion omillarni kuchaytirish zarurligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Adabiyotlar tahlilida ko'plab tadqiqotchilar jismoniy faollikni oshirishda differensial yondashuv muhimligini ta'kidlagan bo'lsa, mazkur tadqiqot natijalari aynan talaba qizlar auditoriyasida bu yondashuv yanada muhimroq ekanini ko'rsatdi. Chunki ularning jismoniy tayyorgarlik darajasi, funksional imkoniyatlari va psixologik qabul qilish xususiyatlari sezilarli darajada farqlanadi. Tajriba jarayonida moslashtirilgan yuklama va variativ mashqlar qo'llanilgan guruhlarda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari an'anaviy, bir xil dastur asosida shug'ullangan guruhlariga nisbatan yuqori bo'ldi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, jismoniy faollikni faqat mashqlar majmuasi sifatida emas, balki pedagogik boshqariladigan, motivatsiya, nazorat va tahlil elementlarini o'z ichiga olgan tizim sifatida tashkil etish zarur. Interfaol mashg'ulot texnologiyalarining joriy etilishi ishtirokchilarning faolligini oshirdi, mashg'ulot jarayonida emotsional ijobiy muhitni shakllantirdi va ichki rag'batni kuchaytirdi. Bu holat sport pedagogikasida faol o'qitish metodlari samaradorligi haqidagi ilmiy qarashlarni amaliy jihatdan tasdiqlaydi.

Shuningdek, tadqiqot davomida jismoniy faollik turlarini intensivlik, funksional yo'nalish va pedagogik maqsad asosida tasniflash mashg'ulotlarni rejalashtirishni ancha aniqlashtirgani kuzatildi. Tasniflangan yondashuv o'qituvchiga mashg'ulot mazmunini maqsadli boshqarish, yuklama balansini saqlash va kutilayotgan natijani oldindan modellashtirish imkonini berdi. Bu esa metodik boshqaruvning tizimlilik darajasini oshirdi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, talaba qizlarda jismoniy mashg'ulotlarga barqaror qiziqish uyg'otishda mashg'ulot turini tanlash erkinligi, natijani vizual kuzatish, o'z-o'zini baholash elementlari va kichik guruhlarda ishlash usullari muhim rol o'ynaydi. Bu omillar shaxsga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi bilan mos keladi va jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga ham samarali tatbiq etilishi mumkinligini ko'rsatadi.

Shu bilan birga, tadqiqot ayrim cheklavlarga ham ega. Jumladan, tajriba-sinov ishlari ma'lum bir kontingent doirasida olib borildi va barcha oliy ta'lim muassasalariga to'liq umumlashtirish uchun kengroq tanlama talab etiladi. Kelgusida turli yosh bosqichlari, sog'liq guruhlari va ta'lim yo'nalishlari kesimida keng qamrovli tadqiqotlar o'tkazish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Umuman olganda, olingan natijalar talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirishda ilmiy asoslangan tasnif, differensial metodika va interfaol pedagogik texnologiyalarni uyg'un qo'llash eng maqbul yondashuv ekanini ko'rsatdi hamda jismoniy tarbiya tizimini metodik jihatdan takomillashtirish zarurligini asoslab berdi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Mazkur tadqiqot talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirish muammosini nazariy va amaliy jihatdan kompleks yondashuv asosida o'rganish imkonini berdi. Tadqiqot jarayonida jismoniy faollikning mazmun-mohiyati, uning pedagogik va funksional ahamiyati tizimli tahlil qilindi hamda talaba qizlar organizmining morfo-funksional va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tasnif mezonlari ishlab chiqildi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, jismoniy faollikni intensivlik darajasi, funksional yo'nalishi va pedagogik maqsadiga ko'ra tasniflash mashg'ulotlarni ilmiy asosda rejalashtirish va boshqarishda muhim metodik asos bo'lib xizmat qiladi. Ishlab chiqilgan metodik model asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar talaba qizlarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari, harakat faolligi darajasi va mashg'ulotlarga nisbatan motivatsiyasini sezilarli darajada oshirdi.

Aniqlanishicha, differensial yondashuv, bosqichma-bosqich yuklama berish, interfaol o'qitish metodlari, variativ mashg'ulot dasturlari va motivatsion-pedagogik qo'llab-quvvatlash elementlarini qo'llash jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligini oshiradi. Ayniqsa, shaxsga yo'naltirilgan metodika va tanlov asosidagi mashg'ulot turlarini joriy etish talaba qizlarning barqaror ishtiroki va ichki qiziqishini ta'minlaydi.

Tadqiqot asosida quyidagi ilmiy-amaliy xulosalarga kelindi: talaba qizlar jismoniy faolligini rivojlantirish gender va individual xususiyatlarni hisobga olgan holda tashkil etilganda yuqori natija beradi; jismoniy faollikning ilmiy tasnifi mashg'ulotlarni metodik jihatdan optimallashtirish imkonini yaratadi; interfaol va modulli mashg'ulot texnologiyalari harakat faolligi va motivatsiyani oshiradi; pedagogik nazorat va o'z-o'zini baholash mexanizmlarini joriy etish barqaror rivojlanish dinamikasini ta'minlaydi.

Tadqiqot natijalari oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari mazmunini yangilash, o'qitish metodikasini takomillashtirish hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga yo'naltirilgan o'quv-uslubiy dasturlarni ishlab chiqishda metodik asos bo'lib xizmat qilishi mumkin. Kelgusida mazkur yo'nalishda kengroq empirik tadqiqotlar olib borish va raqamli monitoring texnologiyalarini joriy etish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi. Aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish chora-tadbirlari to'g'risida. – Toshkent, 2019.
2. O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya fanini rivojlantirish konsepsiyasi. – Toshkent, 2021.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – Москва: Академия, 2021.
4. Bompa T., Buzzichelli C. Periodization: Theory and Methodology of Training. – Human Kinetics, 2019.
5. McArdle W., Katch F., Katch V. Exercise Physiology: Nutrition, Energy, and Human Performance. – Wolters Kluwer, 2021.
6. World Health Organization. Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. – Geneva, 2020.
7. American College of Sports Medicine. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. – 11th ed. – 2021.
8. Sallis J., Owen N., Fisher E. Ecological Models of Health Behavior. – Jossey-Bass, 2018.
9. Karimov F.A., Rasulov A.A. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
10. Abdullayev A., Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
11. Usmonxo'jayev T., Xo'jayev F. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi. – Toshkent, 2019.
12. Axmedov R. Talabalar jismoniy tayyorgarligini oshirish metodikasi. – Toshkent, 2022.

- 
- 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. №2(2)

© 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.