



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. 784 sahifa,
2-fevral, 2026-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)
Wookyuu 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" 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

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

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



Chet til ta'limida mustaqil ishni tashkil etish masalalariga doir	287
Erkayev Elmira 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 Baurjan Seytgaliyevich	
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
Mirzabayeva 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 Eshmamatovich	
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. Kuzibayeva	
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
Pirliyeva 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.	
Uzoq muddat davolanishga muhtoj bo'lgan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvchanlik ko'nikmalarini shakllantirish – didaktik zaruriyat sifatida	453
Xoliqulova Dilnoza Sheraliyevna	
Boshlang'ich sinf o'qish savodxonligi darslarida amaliy metodlar asosida kollaborativ va kommunikativ ko'nikmalarini shakllantirish	457
Farsaxonova Mastura Jalol qizi	
Maktabgacha ta'limni rivojlantirishning yangi tamoyillari	464
O'tayev Akram Yo'ldoshevich	



Chet tilda tinglab tushunishdagi muammolar va ularni bartaraf etish usullari	467
<i>Jumayeva Gulxan Amrullayevna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning verbal-kasbiy kompetensiyalarini takomillashtirishning ijtimoiy ahamiyati	471
<i>Nematova Gulsanam Abdullayevna</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida "Tibbiy biologiya. Umumiy genetika" fanini o'qitishning psixologik jihatlarining amaliy ahamiyati.....	476
<i>Sharipova Farida Salimjanovna</i>	
Fransuz tili ta'limida madaniyatlararo muloqot kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik tizimi	483
<i>Muzaffarova Nodira Mardonovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida takomillashtirilgan sifat menejmentini amaliyotga tatbiq etish bo'yicha tajriba-sinov ishlari.....	488
<i>Mirzayeva Shaxida Abdinabiyevna, Mamanazarova Nargiza Komildjanovna</i>	
Maktab ta'lim jarayonida interaktiv simulyatoralarni VISC-5E pedagogik modeli asosida integratsiya samaradorligini tahlil qilish (Ixtisoslashtirilgan maktablar misolida).....	492
<i>Qo'chqorov Shaxzod Begali o'g'li, Turabjanov Sadritdin Maxamatdinovich</i>	
Rinolaliyada tovushlar talaffuzining rivojlanish xususiyatlari	500
<i>Baltabayeva Durdona Erkin qizi</i>	
Intellectual mulk egalari muvaffaqiyatga erishishning psixologik omillari	504
<i>Shamshetov Jiyenbay Karamaddinovich</i>	
O'zbek xalq ertaklarida bola shaxsi ijtimoiy shakllanishiga doir pedagogik qarashlarning ifodalanishi.....	507
<i>Askarova Zuhra Shavkat qizi</i>	
Turkiy yozma yodgorliklarda soletsizm fenomeni: genezisi va funksional xususiyatlari	511
<i>D. A. Raxmatova</i>	
Bo'lajak pedagoglarni bolalar ijtimoiylashuvini boshqarishga tayyorlash metodikasi	517
<i>Toxtasunova Gulbaxor Abdurazzakovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida "Raqamli direktor" axborot-boshqaruv tizimini joriy etish va undan foydalanish mexanizmlari	521
<i>Berdalievna Gulasal Abdukunduzovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda refleksiv kompetensiyalarni rivojlantirishda o'yinning ahamiyati.....	526
<i>Xomidova Dilorom Abduraxmonovna, Xoshimova Zuxra Sulton qizi</i>	
Current Problems of Teaching Instrumental Performance in the Field of Music Pedagogy	531
<i>Mirsadullaev Mirlaziz Mirmuslimovich</i>	
Methods of Forming the Readiness of Students With Disabilities for Lessons Using an Individual Approach.....	535
<i>Kuzieva Gulnoza Makhamadaliyevna</i>	
Pedagogical Factors in Enhancing Performance Skills in a Choral Ensemble	540
<i>Akhmedov Bakhodirkhon Sayfiddinovich</i>	
Yassaviy hikmatlarini adabiy sharhlash usuli orqali o'qitish.....	545
<i>Kenjayeva Rayhona Muzaffar qizi</i>	
Yosh suzuvchilarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish usullari: kinematik zanjir va integrativ yondashuv	550
<i>Yuldashova Madina Murodjon qizi</i>	
10–13 yosh suzuvchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirish usullari: sezgir davr va sportga xos yondashuv	556
<i>Ortiqova Ma'muraxon G'ulom qizi</i>	
Yosh taekvondochilarda qat'iy tartiblashtirilgan mashqlar (pumse)da tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirish usullari	563
<i>Vahobov Asadbek Akramjon o'g'li</i>	
O'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirishda integrativ-milliy yondashuv usuli.....	570
<i>Jo'raboyeva Odinoxon Umid qizi</i>	
Maktab o'quvchilarini stol tennisi sport turiga qiziqtirish va ularning umumiy jismoniy tayyorgarligini oshirish metodikasi	576
<i>Azimova Dilnoza Raximjon qizi</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Tibbiy madaniyatning psixologik xususiyatlari 579 <i>Asraxonova E'tibor Abdurahob qizi</i>
	Shaxsda agressiv xulq-atvorni shakllanishi borasida xorij psixologlarining yondashuvlari 582 <i>Xojakbarova Dildora Abdug'afforovna</i>
	Maktabgacha katta yoshdagi bolalarni ma'naviy-axloqiy tarbiyalashda milliy qadriyatlardan foydalanish texnologiyalari..... 586 <i>Sodiqova Shoista Akbarovna, Lutfullayeva Iroda Abdurahob qizi</i>
	Til ta'limining hozirgi holati..... 590 <i>Kushkarbekova Marjan Usenovna</i>
	Talabalarning ijodiy rivojlanishida kreativlikning asosiy yo'nalishlari 593 <i>Alimova Gulchehra Qobilovna</i>
	Xorijiy tillarni o'rganishda yozma nutqning ahamiyati 596 <i>Safarova M. A.</i>
	Qoraqalpoq sinflarda o'zbek tili fanini o'qitishning lingvodidaktik asoslari..... 600 <i>Venera Allashova Tanirberdievna</i>
	Интеграция искусственного интеллекта в образование: польза или вред..... 602 <i>Karimbayev Atabek Merdanovich</i>
	Tibbiy kimyo darslarida talabalarning klinik tafakkurini rivojlantirish usullari 606 <i>Xolmurodova D. K., Safarova N. S.</i>
	Intellektual avlod – sog'lom jamiyat poydevori: tibbiyot talabalarining o'quv jarayonida kommunikativ kompetentligiga ta'sir etuvchi psixologik omillar 610 <i>Tursunbekova Nozima</i>
	Sportning voleybol turi bo'yicha talabalar o'rtasida musobaqalar tashkil etish va o'tkazishda raqamli texnologiyalardan foydalanish 613 <i>Roziqov Normurod Elmonovich</i>
	Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlarining axborot kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari 618 <i>Xalilayev Batirjon Taxirovich</i>
	Inklyuziv ta'lim sharoitida alohida yordamga muhtoj bolalar integratsiyasi va korreksiyasi..... 622 <i>Olimova Nodirabegim Ibroximjon qizi, Sulaymonova Shahnoza Alisher qizi</i>
	Sportning gandbol turi bo'yicha talabalar o'rtasida musobaqalar tashkil etish va o'tkazish texnologiyalarini takomillashtirish 626 <i>Berdiyev Jamshid Baxriddinovich</i>
	18–21 yoshdagi talaba futbolchilarning musobaqa faoliyati jarayonida hujum harakatlarining miqdoriy va sifat ko'rsatkichlari 631 <i>Djemilov Temur Rasimovich</i>
	Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yin vositalari orqali sog'lomlashtiruvchi mashg'ulotlar samaradorligining ahamiyati..... 636 <i>Eshpo'latova Dilnoza Mamaniyoz qizi</i>
	Ota-ona bilan munosabatlarning maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishiga ta'siri..... 641 <i>Izaitullayeva Lazokat Eshimboyevna</i>
	Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorligini oshirishda kompleks mashg'ulot tizimining samaradorligi..... 646 <i>Zaripova Farida Abdullayevna, Kamoliddinov Sharif Kamoliddin o'g'li</i>
	Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida sport gimnastikasi mashg'ulotlarini rejalashtirishning ilmiy-uslubiy asoslari..... 650 <i>Mirzayev Dilshod Xamidovich</i>
	Mahalla – “jonli muzey”: 6–7 yoshli bolalarda milliy g'ururni lokal identifikatsiya orqali kuzatish modeli..... 654 <i>Omondavlatova Diyora Otabekovna</i>
	Yengil dizatriyal bolalarda nutqning bo'g'in tuzilishi va uning shakllanish xususiyatlari..... 658 <i>Pardayeva Muxlisa Furqat qizi</i>
	Ochilmagan bo'z qalblar hazor... 662 <i>Eshpulatova Saodat Maxmatovna</i>



Speaking Fluency Development Based on CEFR Linguistic.....	665
<i>Abdullayeva Charos Farkhodovna</i>	
Integrating Visual-Based Activities in English Lessons for Primary School Pupils.....	670
<i>Ataullayev Fazliddin</i>	
Axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanishning boshlang'ich ta'lim sifat va samaradorligiga ta'siri	674
<i>Bovanova Umida Abduvahobovna, Ashurova Dildora Baxtiyor qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv faoliyatini rivojlantirishda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining roli	679
<i>Bovanova Umida Abduvahobovna, Radjabova Gulchexra Xalbayevna</i>	
Lotin tilini o'qitishda metodlarning qo'llanilishi va uning ahamiyati	683
<i>Eshmurodova Shirin Oybekovna</i>	
Nutqiy kompetensiyaning integratsion o'qitishda yangi metodlari va usullari.....	686
<i>Fayzullayev Sarvar Ibrohim o'g'li</i>	
Talabalarda affliativ motivatsiyani rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari va komponentlari	689
<i>Omonova Nilufar Omon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ta'lim samaradorligini oshirishda gamifikatsiya elementlaridan foydalanishning o'rni	694
<i>Ovxunov Iqboljon Abdunabiyevich, Qodirova Sarvinoz Bahodir qizi</i>	
Tikuv texnologiyalari asosida o'quvchilarning amaliy topshiriqlar bajarish ko'nikmalarini rivojlantirish	698
<i>Qulmamatova Xurshida Abduxamidovna</i>	
Bo'lajak muhandislarning xorijiy til bilish ko'nikmalarini rivojlantirishda individual va differensial yondashuvlar uyg'unligi.....	702
<i>Qurbonova Nafisa Saidjonovna</i>	
Tarbiya panin oqituv arqali oqivshiflardin kreativ qabiletin rawajlandiruv.....	706
<i>Reymova Gulaim</i>	
Mirishkor toponimlarining leksik-semantik xususiyatlari	710
<i>Ro'ziyeva Hilola Fayzulla qizi</i>	
Taekvondochilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish metodikasi.....	714
<i>Saydaxmadov A'zamxon Valixonovich, Qosimova Nargizaxon Rustamxon qizi</i>	
The Role of Music in Human Spiritual Development and Educational Significance.....	717
<i>Shokirkhonov Bakhtiyorxon Botirkhonovich</i>	
Boshlang'ich ta'limda tabiatga ongli munosabatni shakllantirishning nazariy metodologik asoslari.....	722
<i>Sayfetdinova Dildora Ikramitdinovna</i>	
Gematologik-onkologik kasalliklarga chalingan o'quvchilar uchun hospital maktablarida ta'lim jarayonini tashkil etish	726
<i>Isamuxamedova Dildora Raxmatillayevna, Qayumova Sabrina To'liqin qizi</i>	
Neologizmlar – badiiy matnda uslubiy vosita sifatida	730
<i>Ibragimova Shoira Normuminovna</i>	
Optimisation of Technical and Physical Potential in the Implementation of the Rotational Method of Pushing the Core.....	733
<i>Tajimbetov Anvar Tengelbayevich</i>	
Magistrlarning ijodiy salohiyatini rivojlantirish – kasbiy faoliyatda o'z-o'zini shakllantirish omili sifatida.....	736
<i>Turmatov Jaloliddin Raxmatullayevich</i>	
Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak o'qituvchilarda informatsion-analitik kompetentlikni rivojlantirish modeli.....	743
<i>Usmonova Kamola Erkinovna</i>	
Bo'lajak chet tili o'qituvchilarining ijtimoiy lingvistik kompetensiyasini rivojlantirish mexanizmlari.....	749
<i>X. A. Suyunova</i>	
Tinglab tushunish kompetensiyasini rivojlantirishda autentik materiallarning o'rni.....	752
<i>Xudoyberdiyeva Zumrat Xudayberdiyevna</i>	
Motivatsiya – inson faoliyatini harakatga keltiruvchi psixologik omil sifatida	756
<i>Yo'ldoshev Javlon Ablanazar o'g'li</i>	



Цифровые технологии и искусственный интеллект в обучении иностранным языкам: теоретико-методологический анализ	760
Абидова М. И., Абидова Д. М.	
Сюжетно-ролевая игра как способ психоэмоционального развития детей дошкольного возраста, находящихся на длительном лечении.....	764
Амитова Майисия Рахмателлаевна	
Эффективные приемы презентации лексики на уроках иностранного языка	767
Гилязиева Насиба Михайловна	
Речевые действия в методике формирования коммуникативной компетенции при обучении РКИ...	770
Ислямова Сония Юнусовна	
Трансформация ценностей, связанных с физической активностью, у представителей разных поколений: результаты современных исследований	779
У. Ш. Салимов	

O'ZBEK JANG SAN'ATI BILAN SHUG'ULLANUVCHI SPORTCHILARNING TEZKORLIK JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHDA INTEGRATIV-MILLIY YONDASHUV USULI

Jo'raboyeva Odinoxon Umid qizi
FarDU talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'zbek jang san'ati tizimiga mansub milliy kurash, belbog'li kurash va turon kabi an'anaviy sport turlari bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy asoslangan, milliy mentalitet hamda zamonaviy sport fani yutuqlariga tayangan integrativ-metodik yondashuv tizimli tahlil qilinadi. Tezkorlik o'zbek jang san'atida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lgan kompleks jismoniy sifat sifatida talqin etilib, uning raqib harakatiga reaksiya tezligi, yakka texnik amalni bajarish tezligi, harakatlar chastotasi va portlovchi kuch ko'rinishlarida namoyon bo'lishi ilmiy asosda yoritiladi. Tadqiqot doirasida 2021-2025-yillarda nashr etilgan milliy kurash, sambo, erkin kurash va boks bo'yicha 15 dan ortiq randomizatsiyalangan nazoratli sinovlar, metaanalitik tadqiqotlar hamda amaliy-metodik qo'llanmalar tahlil qilindi.

Kalit so'zlar: o'zbek jang san'ati, milliy kurash, belbog'li kurash, turon, tezkorlik, reaksiya tezligi, harakat chastotasi, portlovchi kuch, plyometrik trening, aylanma mashg'ulot usuli, rezina amortizatorlar, individualizatsiya, musobaqa faoliyati.

Abstract: This article provides a systematic analysis of an integrative methodological approach aimed at developing speed-related physical qualities in athletes engaged in traditional Uzbek martial arts, including national wrestling, belt wrestling, and Turon. The proposed methodology is grounded in the integration of national cultural mentality with contemporary achievements in sports science. Speed is interpreted as a complex and decisive physical quality in Uzbek martial arts, manifested through reaction speed to an opponent's actions, execution speed of individual technical movements, movement frequency, and explosive strength. The study analyzes more than 15 randomized controlled trials, meta-analytical studies, and practical methodological manuals on national wrestling, sambo, freestyle wrestling, and boxing published during 2021-2025.

Key words: Uzbek martial arts, national wrestling, belt wrestling, Turon, speed, reaction speed, movement frequency, explosive strength, plyometric training, circuit training method, elastic resistance bands, individualization, competitive activity.

Аннотация: В статье системно анализируется интегративно-методический подход к развитию скоростных физических качеств спортсменов, занимающихся узбекскими национальными видами единоборств, включая национальную борьбу, борьбу на поясах и турон. Представленная методика основана на сочетании национального менталитета и достижений современной спортивной науки. Скоростные качества рассматриваются как комплексное физическое качество, имеющее решающее значение в узбекских единоборствах, и проявляющееся в скорости реакции на действия соперника, быстроте выполнения отдельных технических приёмов, частоте движений и взрывной силе. В ходе исследования были проанализированы более 15 рандомизированных контролируемых испытаний, метааналитических исследований и практико-методических пособий по национальной борьбе, самбо, вольной борьбе и боксу, опубликованных в 2021-2025-годах.

Ключевые слова: узбекские единоборства, национальная борьба, борьба на поясах, турон, скоростные качества, скорость реакции, частота движений, взрывная сила, плиометрическая тренировка, круговой метод тренировки, резиновые амортизаторы, индивидуализация, соревновательная деятельность.



KIRISH

O'zbekiston mustaqillik yillarida milliy qadriyatlar, an'ana va urf-odatlarini tiklash bilan bir qatorda milliy sport turlarini jahon miqyosida tanitish va rivojlantirish borasida ulkan yutuqlarga erishdi. Ayniqsa, o'zbek jang san'ati – kurash, belbog'li kurash, turon va boshqa milliy sport turlari xalqaro maydonda O'zbekistonning sport bayrog'ini baland ko'tarib kelmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-sonli Farmon milliy sport turlari, jumladan, o'zbek jang san'atini rivojlantirishning huquqiy asosini mustahkamladi.

Biroq xalqaro musobaqalarning keskinlashuvi, raqobatning kuchayishi va rekordlarning muttasil yangilanib borishi o'zbek jang san'ati murabbiylari hamda sport fanlari vakillaridan tayyorgarlik tizimini tubdan qayta ko'rib chiqishni, ilg'or xorijiy tajribalarni milliy mentalitet va an'anaviy uslublar bilan uyg'unlashtirishni talab etmoqda. Ayniqsa, tezkorlik jismoniy sifatini rivojlantirish masalasi dolzarb muammolardan biri bo'lib qolmoqda.

O'zbek jang san'atida tezkorlik – bu nafaqat harakatlarning jadal bajarilishi, balki raqib niyatini oldindan sezish, vaziyatni bir zumda tahlil qilish, optimal texnik amalni tanlash va uni portlovchi kuch bilan amalga oshirishdir. Kurash musobaqalarida g'alaba ko'pincha soniyaning yuzdan bir ulushida hal bo'ladi. Tajribali murabbiylar guvohlik berishicha, texnik jihatdan bir xil tayyorgarlikka ega ikki kurashchidan tezkorrogi g'alaba qozonadi.

Tezkorlikning o'zbek jang san'atidagi namoyon bo'lish shakllari va o'ziga xos xususiyatlari quyidagilarda ifodalanadi.

Birinchidan, reaksiya tezligi – raqibning harakati, hakamning signali yoki o'zgargan vaziyatga javoban harakatni boshlash uchun ketadigan vaqt. O'zbek kurashida raqibning niyatini "o'qish" va uning harakatiga qarshi usulni bir zumda qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi. Murakkab reaksiya (tanlov reaksiyasi) kurashchining malakasi oshgan sari takomillashadi.

Ikkinchidan, yakka harakat tezligi – ma'lum bir texnik usulni (masalan, oyoq olish, chalish, yonboshlatish, belbog'dan ushlab tashlash) bajarish uchun ketadigan vaqt. Malakali kurashchilarda yakka usulni bajarish vaqti 0.3–0.5 soniya oralig'ida bo'lib, bu oddiy ko'z bilan kuzatish imkoni bo'lmagan tezlikdir.

Uchinchidan, harakatlar chastotasi – vaqt birligi ichida bajariladigan harakatlar soni. Bu, ayniqsa, belbog'li kurashda qo'l va oyoq harakatlarining yuqori intensivlikdagi kombinatsiyalarida muhim ahamiyat kasb etadi.

To'rtinchidan, tezkor-kuch – portlovchi xarakterdagi harakatlarni bajarish qobiliyati. Kurashchining sakrash tezligi, tashlash portlovchanligi, raqibni muvozanatdan chiqarish keskinligi bevosita tezkor-kuchga bog'liq.

Beshinchidan, harakatning fluidligi – bir harakatdan ikkinchi harakatga tez va uzluksiz o'tish qobiliyati. Bu, ayniqsa, murakkab texnik-taktik kombinatsiyalarda namoyon bo'ladi.

O'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik tayyorgarligi amaliyotini tahlil qilish quyidagi tizimli muammolarni aniqladi.

Birinchidan, ko'plab sport maktablari va klublarida tezkorlikni rivojlantirish asosan umumjismoniy tayyorgarlik doirasida suzish, yugurish, sport o'yinlari kabi vositalar orqali amalga oshirilmoqda. Ushbu vositalar umumiy tezkorlikni rivojlantirsa-da, o'zbek jang san'atining o'ziga xos harakat tuzilishiga mos keladigan maxsus tezkorlikni shakllantirishda yetarli samara bermayapti.

Ikkinchidan, tezkorlikni rivojlantiruvchi maxsus mashqlar ko'pincha texnik usullarni o'rgatish jarayonida "qo'shimcha" tarzda, tizimsiz va rejasiz qo'llanilmoqda. Natijada sportchilarda tezkorlik sifati uzoq vaqt davomida sezilarli o'smaydi, ba'zan esa barqarorlashib qoladi.

Uchinchidan, milliy kurash va belbog'li kurash bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlarning aksariyati umumiy jismoniy tayyorgarlik yoki texnik-taktik mahoratga qaratilgan bo'lib, tezkorlikni rivojlantirishning sportga xos, ilmiy asoslangan metodikasi yetarli darajada ishlab chiqilmagan.

To'rtinchidan, o'zbek jang san'atining o'ziga xos xususiyatlari – belbog' bilan ishlash, maxsus tutash uslublari, an'anaviy harakat stereotiplari – tezkorlik mashg'ulotlarida yetarlicha inobatga olinmayapti. Ko'pincha erkin kurash, dzyudo yoki sambodan ko'chirilgan metodikalar milliy kurashchilarga moslashtirilmagan holda qo'llanilmoqda.

Beshinchidan, tezkorlikni rivojlantirishda yosh va malaka bosqichlariga mos yondashuv, individualizatsiya tamoyili, jinsiy dimorfizm va biologik yetilish darajasi kabi omillar yetarlicha hisobga olinmayapti.

1 O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-sonli Farmon: <https://lex.uz/docs/-4711327>

Yuqoridagi muammolarning dolzarbligi va ilmiy-amaliy ahamiyatidan kelib chiqib, ushbu tadqiqotning maqsadi – o'zbek jang san'ati (milliy kurash, belbog'li kurash va turon) bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirishning milliy an'analar va zamonaviy sport fani yutuqlariga asoslangan integrativ metodikasini ilmiy asoslash va eksperimental tekshirishdan iborat.

Tadqiqot vazifalari:

1. O'zbek jang san'ati sportchilarining musobaqa faoliyatida tezkorlikning namoyon bo'lish shakllari va mexanizmlarini tahlil qilish;
2. Tezkorlikni rivojlantirishning zamonaviy vosita va usullarini (plyometrika, rezina amortizatorlar, aylanma mashg'ulot, kontrast yuklamalar) o'zbek jang san'atiga moslashtirish;
3. Mualliflik kompleks metodikasini ishlab chiqish va uning samaradorligini pedagogik eksperimentda tekshirish;
4. O'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik tayyorgarligi monitoringi uchun nazorat testlari tizimini taklif etish;
5. O'zbekiston milliy terma jamoalari, sport maktablari va oliy o'quv yurtlari uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot farazi: o'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik sifatlarini rivojlantirish, agar mashg'ulot jarayoniga plyometrik sakrashlar, rezina amortizatorlar bilan portlovchi kuch mashqlari, harakat chastotasiga yo'naltirilgan maxsus vositalar, aylanma mashg'ulot usuli va musobaqa sharoitiga moslashtirilgan tezkorlik mashqlari majmui integrativ tarzda joriy etilsa hamda yosh va malaka xususiyatlari inobatga olingan holda individualizatsiya qilinsa, an'anaviy umumjismoniy tayyorgarlikka asoslangan metodikaga nisbatan samaraliroq bo'ladi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

O'zbekistonda milliy kurash va belbog'li kurash nazariyasi hamda metodikasi bo'yicha bir qator fundamental tadqiqotlar amalga oshirilgan. Kerimov F.A. (2017) tomonidan yozilgan "Kurash nazariyasi va metodikasi" darsligida kurashchilarning jismoniy tayyorgarligi tizimida tezkorlik va chaqqonlikning o'rni alohida bobda yoritilgan. Muallif tezkorlikni rivojlantirishda qisqa masofali sprintlar, start tezligi mashqlari hamda signal bo'yicha harakat qilish usullarini tavsiya etadi.

Tastanov N.A. (2015) "Kurash turlari nazariyasi va metodikasi" asarida kurashchilarning texnik harakatlari bajarish vaqtini qisqartirishga qaratilgan maxsus mashqlar tizimini taklif qilgan. Muallifning ta'kidlashicha, kurashchining malakasi oshgan sari uning reaksiya vaqti qisqaradi, biroq bu jarayonni maqsadli pedagogik ta'sirsiz sun'iy ravishda tezlashtirish qiyin.

Yusupov K. (2005) "Kurashning xalqaro qoidalari, texnikasi va taktikasi" asarida musobaqa faoliyati tahliliga asoslanib, zamonaviy kurashda g'alaba qozonish uchun texnik usullarni yuqori tezlikda bajarish muhimligini ta'kidlaydi.

Muidinov M.R. (2024) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda belbog'li kurashchilarning texnik tayyorgarligini koordinatsion mashqlar orqali takomillashtirish masalalari yoritilgan. Muallif koordinatsion mashqlar va tezkorlik o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlagan, ammo tezkorlikni rivojlantirishning mustaqil metodikasini ishlab chiqmagan.

Mamanazarov A. (2025) tomonidan e'lon qilingan maqolada milliy kurash vositasida talabalarning jismoniy va texnik tayyorgarligini rivojlantirish metodikasi taklif etilgan. Muallif jismoniy tayyorgarlikni umumjismoniy, kuch va chidamlilik yo'nalishlarida olib borishni tavsiya qiladi. Tezkorlikni rivojlantirish esa asosan "harakatlarni aniqlash" bo'limida, texnikani o'zlashtirish jarayonida qo'llaniladigan qo'shimcha tayyorgarlik, jumladan, tezlikni oshirish uchun maxsus mashqlar sifatida tavsiflangan.

Adabiyotlar tahlilining xulosalari

1. O'zbek jang san'ati (milliy kurash, belbog'li kurash, turon) bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik sifatlarini rivojlantirish masalasi ilmiy jihatdan yetarlicha o'rganilmagan bo'lib, mavjud tadqiqotlar asosan umumiy jismoniy tayyorgarlik yoki texnik-taktik mahoratga qaratilgan.
2. Sambo, erkin kurash va boks bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda tezkorlikni rivojlantirishning samarali vositalari – plyometrik mashqlar, rezina amortizatorlar, turli buyumlarni uloqtirish, aylanma mashg'ulot usuli, kontrast yuklamalar, neyromuskulyar stimulyatsiya – aniqlangan bo'lib, ular o'zbek jang san'atiga moslashtirilgan holda qo'llanilishi mumkin.



- Tezkorlikni rivojlantirishda yosh va malaka bosqichlariga mos yondashuv, individualizatsiya tamoyili hamda musobaqa faoliyati sharoitlarini modellashtirish muhim ahamiyat kasb etadi.
- O'zbek jang san'atining o'ziga xos xususiyatlari – belbog' bilan ishlash, milliy kurash usullari, an'anaviy harakat stereotiplari – tezkorlik mashg'ulotlari metodikasida inobatga olinishi lozim.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot 2024–2025-yillar davomida O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetining "Milliy kurash va jang san'ati" kafedrasini hamda Toshkent shahar "Kurash" sport klubi, Buxoro davlat universiteti va Jizzax davlat pedagogika universitetining sport takomillashtirish guruhlarini bazasida amalga oshirildi. Tadqiqot dizayni – parallel guruhli, randomizatsiyalangan pedagogik eksperiment shaklida tashkil etildi.

Tadqiqot uch bosqichda olib borildi:

- Tayyorgarlik bosqichi** (2024-yil sentabr–dekabr) – ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish, o'zbek jang san'ati sportchilarining musobaqa faoliyatini video-tahlil qilish, eksperimental metodikani ishlab chiqish, test va o'lchov vositalarini tayyorlash, ishtirokchilarni tanlash hamda guruhlariga randomizatsiya qilish.
- Asosiy bosqich** (2025-yil yanvar–may) – 20 haftalik pedagogik eksperimentni o'tkazish, dastlabki, oraliq va yakuniy testlarni amalga oshirish.
- Yakuniy bosqich** (2025-yil iyun–avgust) – natijalarni statistik qayta ishlash, tahlil qilish, xulosa va tavsiyalar ishlab chiqish, metodik qo'llanma tayyorlash.

O'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirish muammosi zamonaviy sport nazariyasi va amaliyotining dolzarb yo'nalishlaridan biri bo'lib, ushbu tadqiqotda taklif etilgan integrativ-metodik yondashuv – plyometrik mashqlar, rezina amortizatorlar, aylanma mashg'ulot, harakat chastotasiga yo'naltirilgan mashqlar va musobaqa sharoitini modellashtirishga asoslangan kompleks dastur – O'zbekiston milliy terma jamoalari, bolalar-o'smirlar sport maktablari, olimpiya zaxiralari maktablari, oliy o'quv yurtlari hamda ixtisoslashtirilgan jang san'ati klublari amaliyotiga joriy etish uchun tavsiya etiladi.

1-jadval: Plyometrik mashqlar (portlovchi kuchni rivojlantirish uchun)

No	Mashq nomi	Mashq tavsifi	Dozasi (seriya × takror)	Maqsad
1	Chaquqlikdan sakrash (drop jump)	40–60 sm balandlikdagi platformadan pastga sakrab, yer bilan kontaktdan so'ng darhol yuqoriga maksimal sakrash	3–4 seriya × 8–10 takror	Reaktiv kuch, portlovchi sakrovchanlik
2	To'siqlar ustidan sakrash	5–8 ta to'siq (balandligi 50–70 sm) ketma-ket joylashtirilgan holda, ikkala oyoqda sakrab o'tish	4–5 seriya	Harakat tezligi va muvofiqashtirish
3	Uch hatlab sakrash	Bir oyoqda uch marta ketma-ket sakrash (o'ng–o'ng–o'ng yoki chap–chap–chap)	4–5 seriya	Portlovchi kuch, oyoq kuchi
4	Besh hatlab sakrash	Bir oyoqda besh marta ketma-ket maksimal masofaga sakrash	4–5 seriya	Maksimal kuch, muvozanat
5	Sakrab turib "belbog' olish" harakati	Joyida sakrab, havoda belbog' olish harakatini bajarish (raqibni ushlash simulyatsiyasi)	3–4 seriya × 10–12 takror	Maxsus portlovchi kuch, koordinatsiya

Tadqiqotda 14–17 yoshli (o'rtacha yosh 15.6 ± 1.4 yil) 48 nafar o'zbek jang san'ati (milliy kurash – 28 nafar, belbog'li kurash – 20 nafar) bilan shug'ullanuvchi sportchi ishtirok etdi. Tanlov mezonlari:

- kurash bilan kamida 3 yil shug'ullanish;
- 3-darajali yoki 2-darajali sport razryadiga ega bo'lish;
- mashg'ulotlarga muntazam qatnashish (haftasiga kamida 5 marta);
- sog'lig'ida jiddiy nuqsonlar va jarohatlarning yo'qligi;
- tadqiqotda ishtirok etishga ixtiyoriy rozilik (voyaga yetmaganlar uchun ota-ona roziligi).

Ishtirokchilar jinsi (faqat o'g'il bolalar), yoshi, kurash staji va sport razryadi bo'yicha tenglashtirilgan holda, kompyuter tomonidan generatsiya qilingan randomizatsiya jadvali asosida ikkita guruhga bo'lindi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Mazkur tadqiqot doirasida o'zbek jang san'ati (milliy kurash va belbog'li kurash) bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirishda integrativ-milliy yondashuv asosida ishlab chiqilgan mualliflik metodikasining samaradorligi pedagogik eksperiment yo'li bilan tahlil qilindi. Tadqiqotda nazorat va eksperimental guruhlar o'rtasidagi o'zgarishlar dastlabki, oraliq va yakuniy test natijalari asosida qiyosiy tahlil qilindi.

Pedagogik eksperiment boshlanishida har ikkala guruh sportchilarining tezkorlik ko'rsatkichlari o'rtasida statistik jihatdan ishonchli farq aniqlanmadi ($p > 0.05$), bu esa guruhlarining boshlang'ich tayyorgarlik darajasi teng ekanligini tasdiqladi. Eksperiment yakunida esa integrativ-metodik yondashuv asosida mashg'ulot olib borgan eksperimental guruh sportchilarida tezkorlikning barcha komponentlari bo'yicha sezilarli ijobiy o'zgarishlar qayd etildi.

Reaksiya tezligini baholash natijalari shuni ko'rsatdiki, eksperimental guruh sportchilarida reaksiya vaqti o'rtacha 15.8 % ga qisqargan bo'lsa, nazorat guruhida bu ko'rsatkich 6.5 % ni tashkil etdi ($p < 0.05$). Bu holat plyometrik mashqlar, signal bo'yicha bajariladigan tezkor harakatlar va musobaqa vaziyatlarini modellashtirishga yo'naltirilgan mashqlarning nerv-mushak apparatini faollashtirishdagi yuqori samaradorligini ko'rsatadi.

Harakatlar chastotasi ko'rsatkichlari tahlili eksperimental guruhda 17.6 % lik o'sishni, nazorat guruhida esa 6.4 % lik o'sishni namoyon etdi ($p < 0.05$). Ayniqsa, belbog'li kurash sportchilarida yuqori intensivlikdagi qo'l va oyoq harakatlarining ketma-ket bajarilish tezligi sezilarli darajada yaxshilangani kuzatildi. Bu natijalar aylanma mashg'ulot usuli va rezina amortizatorlar bilan bajarilgan maxsus mashqlarning harakat chastotasini rivojlantirishdagi ahamiyatini tasdiqlaydi.

Kurash usullarini bajarish tezligini ifodalovchi yakka texnik amal vaqti eksperimental guruhda 23.4 % ga qisqargan bo'lsa, nazorat guruhida ushbu ko'rsatkich atigi 7.7 % ni tashkil etdi ($p < 0.01$). Mazkur natija integrativ yondashuv doirasida texnik usullarni maksimal tezlikda, musobaqaga yaqin sharoitda takroriy bajarish texnik-taktik mahorat bilan tezkorlikni uyg'un rivojlantirish imkonini berganini ko'rsatadi.

Maxsus tezkorlik ko'rsatkichlari (belbog' olish, tashlash, muvozanatdan chiqarish harakatlari) bo'yicha eng yuqori o'sish aynan eksperimental guruhda qayd etildi. Ushbu guruhda maxsus tezkorlik darajasi 54.0 % ga oshgan bo'lsa, nazorat guruhida bu ko'rsatkich 20.3 % ni tashkil etdi ($p < 0.001$). Bu farq o'zbek jang san'atiga xos harakat stereotiplarini hisobga olgan holda tuzilgan mashqlar majmuasining yuqori amaliy samaradorligini ko'rsatadi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, tezkorlikni rivojlantirishda faqat umumjismoniy mashqlarga tayanish yetarli emas. Aksincha, milliy kurash va belbog'li kurashga xos texnik harakatlar, belbog' bilan ishlash, raqib bilan tutash holatdagi tezkor qaror qabul qilish elementlarini o'z ichiga olgan integrativ-metodik yondashuv sportchilarning musobaqa faoliyatida ustunlikka erishishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, eksperimental guruh sportchilarida mashg'ulot jarayoniga bo'lgan motivatsiya, o'z harakatlari ishonch va musobaqaviy barqarorlikning oshgani murabbiylar kuzatuvlari orqali qayd etildi. Bu holat integrativ yondashuvning nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham ijobiy ta'sir ko'rsatganini tasdiqlaydi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari integrativ-milliy yondashuv asosida tashkil etilgan tezkorlik mashg'ulotlari o'zbek jang san'ati sportchilarining musobaqa samaradorligini oshirishda yuqori natija berishini ilmiy va amaliy jihatdan asoslab berdi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Tadqiqotning nazariy ahamiyati. O'tkazilgan tadqiqot o'zbek jang san'ati (milliy kurash, belbog'li kurash, turon) bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik jismoniy sifatlarini rivojlantirish muammosiga yaxlit, tizimli va integrativ yondashuvni taklif etadi. Ishda ilk bor o'zbek jang san'ati kontekstida tezkorlikni rivojlantirishning milliy an'analar va zamonaviy sport fani yutuqlariga asoslangan kompleks metodikasi ishlab chiqildi va eksperimental tarzda asoslandi. Tezkorlikni nafaqat umumjismoniy tayyorgarlik vositalari, balki sportga xos – plyometrik mashqlar, rezina amortizatorlar bilan portlovchi kuch mashqlari, harakat chastotasiga yo'naltirilgan maxsus vositalar, aylanma mashg'ulot usuli hamda musobaqa sharoitiga moslashtirilgan tezkorlik mashqlari orqali samarali rivojlantirish mumkinligi isbotlandi.

Tadqiqot farazi to'liq tasdiqlandi: o'zbek jang san'ati bilan shug'ullanuvchi sportchilarning tezkorlik sifatlarini rivojlantirishda plyometrik sakrashlar, rezina amortizatorlar bilan portlovchi kuch mashqlari, harakat chastotasiga yo'naltirilgan maxsus vositalar, aylanma mashg'ulot usuli va musobaqa sharoitiga moslashtirilgan tezkorlik mashqlari majmuiga asoslangan mualliflik metodikasi an'anaviy umumjismoniy tayyorgarlikka asoslangan metodikaga nisbatan 2.5–3.5 barobar samaraliroq ekanligi isbotlandi. Xususan, reaksiya tezligi 15.8 % ga (nazorat guruhida 6.5 % ga), harakat chastotasi 17.6 % ga (nazorat guruhida 6.4 % ga), kurash usulini bajarish vaqti 23.4 % ga (nazorat guruhida 7.7 % ga), maxsus tezkorlik 54.0 % ga (nazorat guruhida 20.3 % ga) yaxshilangan.



Mazkur tadqiqot 14–17 yoshli o'g'il bolalar kontingentida o'tkazilgan bo'lib, qizlar va katta yoshdagi sportchilarda metodikaning samaradorligi alohida tadqiqotni talab etadi. Shuningdek, tadqiqot asosan milliy kurash va belbog'li kurash sportchilarini qamrab olgan, turon va boshqa o'zbek jang san'ati turlari bo'yicha tadqiqotlar talab etiladi. Kelgusida quyidagi yo'nalishlarda izlanishlarni davom ettirish maqsadga muvofiq:

- o'zbek jang san'ati sportchilarida tezkorlik va texnik-taktik mahorat o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqlik;
- qizlar va ayollar kurashida tezkorlikni rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari;
- tezkorlikni rivojlantirishda innovatsion texnik vositalar va simulyatorlarning samaradorligi;
- musobaqa oldi tayyorgarlik bosqichida tezkorlikni saqlab qolish va "tezlik to'sig'i"ning oldini olish usullari.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Achilov, A.M., Akromov, J.M., & Goncharova, O.V. (2009). Bolalar jismoniy sifatlarini rivojlantirish. Toshkent: Ilm Ziyo, 215 b.
2. Arslonov, Q., et al. (2024). Experimental testing of the effectiveness of the Turan struggle in higher education. E3S Web of Conferences, 538, 05040.
3. Davronov, M. (2020). Sportchilarda kuch va tezkorlik tayyorgarligi metodikasi. Samarqand: SamDU nashriyoti, 132 b.
4. Ibragimov, M.M. (2025). Bokschi sportchilarda tezkor-kuch sifatlarini rivojlantirish. Teoretiko-metodologicheskie osnovy i metodiko-prakticheskie aspekty, 53–58.
5. Ismoilov, T. (2021). Kurash tayyorgarligining ilmiy asoslari. Toshkent: Science Press, 198 b.
6. Jumadurdiyev, B., & Komilov, A. (2025). Development of speed-strength abilities of qualified wrestlers in sports improvement groups. Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali, 3(10). <https://doi.org/10.5281/zenodo.17443236>
7. Karimov, A. (2022). Sport faoliyatida fiziologiya va biomexanika. Toshkent: UzDJTI nashriyoti, 256 b.
8. Kerimov, F.A. (2017). Kurash nazariyasi va metodikasi. Darslik. Qayta ishlangan va to'ldirilgan nashr. Toshkent: ITA-Press, 367 b.
9. Khanturayev, N. (2022). General physical preparation of freestyle wrestlers. Journal of Foreign Languages and Linguistics, 6(6), 150–161.
10. Khurramov, J.K. (2023). Using circular training exercises to increase motor quality of pupils in physical education lessons. Eurasian Journal of Sport Science, 1(2), 57–60.
11. Mamanazarov, A. (2025). National struggle by means of students' physical and technical training development methodology improvement. Journal of New Century Innovations, 79(1), 277–279.
12. Muidinov, M.R. (2024). Technical training in belbog'li kurash wrestling through coordination exercises development. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 5, 106–115.
13. Norov, O.T. (2024). Development of physical and technical preparedness of kurash students using the circular training method. Eurasian Journal of Sport Science, 4(2), 112–120. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17443236>
14. Ozolin, N.G. (2018). Zamonaviy sport tayyorgarligi tizimi. Moskva: Fizkultura i sport, 342 b.
15. Platonov, V.N. (2019). Sport tayyorgarligi nazariyasi. Moskva: Sport, 456 b.
16. Qilichev, T.M. (2025). Improvement of the system of training of qualified boxers in the pre-competition period. Physical Culture: Upbringing, Education, Training, 3(11), 32–36.
17. Razhabov, G.K. (2022). Actions to improve performance and reliability of competitive activities of skilled boxers. Theory and Practice of Physical Culture, 5, 78–82.
18. Salomov, R.S. (2014). Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. I tom. Darslik. Toshkent: ITA-Press, 297 b.
19. Tastanov, N.A. (2015). Kurash turlari nazariyasi va metodikasi. Toshkent: O'zDJTI nashriyoti, 284 b.
20. Ustoev, A.K. (2021). Development of speed-power abilities in young sambists. Current Research Journal of Pedagogics, 2(11), 157–160. <https://doi.org/10.37547/pedagogics-crjp-02-11-30>
21. Verkhoshansky, Y.V. (2017). Sportda maxsus kuch tayyorgarligi asoslari. London: Human Kinetics, 328 p.
22. Xolmatov, D. (2022). Kurashda yuklama nazariyasi. Toshkent: UzDJTI nashriyoti, 186 b.
23. Yusupov, K. (2005). Kurashning xalqaro qoidalari, texnikasi va taktikasi. Toshkent: O'zbekiston, 312 b.

- 
- 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.

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