



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti

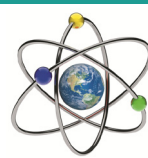


№3(1)
2026

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

M AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 1096 sahifa,
2-mart, 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)
Woosyu 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 instituti 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

O'zbek oilalarida ona-bola munosabatlari va ularning oilaviy emotsional muhitni shakllantirishdagi ahamiyati.....	18
<i>Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna</i>	
O'quvchi yoshlarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish – ijtimoiy-pedagogik muammo sifatida	22
<i>Mirzayeva Faroxat Odiljonovna</i>	
Raqamli muhit ta'sirida bolalar psixikasidagi transformatsiya jarayonlari.....	30
<i>Abdullayeva Sh. H.</i>	
Turli yosh davrlaridagi shaxslarda o'zini o'zi faollashtirish xususiyatlarining tafovutlanishi	33
<i>Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o'g'li</i>	
Bolalarni maktab ta'limiga intellektual tayyorlash va vitagen tajribasini rivojlantirishga metodik yondashuvlar.....	37
<i>Abdullayeva Feruza Shavkatovna</i>	
Boshlang'ich sinflarda tabiiy fanlarni steam asosida o'qitishning interfaol metodlari	42
<i>Aliqarshiyeva Durdona Sharofiddin qizi</i>	
O'simliklar guruhlari mavzusini o'quvchilarga tushuntirishda interfaol metod va vositalardan foydalanishning samaradorligi.....	49
<i>Dehqonboyev Muhammad To'liqin o'g'li</i>	
Kichik maktab yoshidagi shaxsda ma'naviy-axloqiy qadriyatlarni rivojlantirishning pedagogik shartlari	55
<i>Jo'rayev Avazbek Umar o'g'li</i>	
Matematika o'qitish jarayonida o'quvchilarning mantiqiy kompetentligini shakllantirish	59
<i>Kalandarova Maxliyo Aslonovna</i>	
Raqamli ta'lim sharoitida bo'lajak o'qituvchilarni pedagogik madaniyatini rivojlantirishda raqamli ta'lim imkoniyatlaridan samarali foydalanish.....	63
<i>Kamalova Dilrom Olimjon qizi</i>	
Maktabgacha ta'limni rivojlantirish – kelajak avlod kamolotiga qaratilgan strategik islohot.....	68
<i>Kamolova Gavhar Akbarovna</i>	
Axloqiy qadriyatlar asosida milliy ertaklardan foydalanish texnologiyasi.....	71
<i>Kayumova Nargiza Mirziyatrovna, Xo'jayeva Sharofat Olimjon qizi</i>	
Insult bilan xastalangan bemorlarda nutq buzilishlari korreksiyasiga yondashuvlar	74
<i>Maxkamova Laylo Majidovna</i>	
Milliy ta'lim tizimini yangilash va rivojlantirishning strategik modeli	77
<i>Mengliqulova Maftuna Abdullayevna</i>	
Yangi O'zbekistonda ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlik va uning shaxs psixikasiga deterministik ta'siri	82
<i>Nishonova Oydinoy Mashrabjon qizi</i>	
Talabalarning mustaqil ta'lim faoliyatini tashkil etishda o'qituvchining fasilitatorlik roli	86
<i>Sariyeva E'tibor Matchanboyevna, Urazbayeva Sabohat Ortiqbayevna, Yuldasheva Gavxaroy O'rinboy qizi</i>	
Raqamli ta'lim platformalaridan foydalanishning bugungi holati: muammo va imkoniyatlari	90
<i>Suyarov Xurshid Baxriddinovich</i>	
Tarbiya darslarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining kommunikativ kompetensiyasini shakllantirish metodikasi.....	95
<i>Toshpo'latova Guldona Tulqin qizi</i>	
Kreativ yondashuvni shakllantirishda o'qituvchining innovatsion faoliyatini shakllantirish metodikasi	98
<i>Usarova Marg'uba Nazar qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kommunikativ nutq malakasini rivojlantirishning metodologik asoslari.....	102
<i>Vaisova Yodgora Sardorbek qizi</i>	
Destruktiv oilalarda shaxslararo munosabat psixologiyasi	106
<i>Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna</i>	



Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlarining axborot kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	110
<i>Xalilayev Batirjon Taxirovich</i>	
O'quvchilarning individual ta'lim ehtiyojlarini aniqlash mezonlarining pedagogik va raqamli diagnostik asoslari	114
<i>Xalknazarova Aysuliw Maxsetbaevna</i>	
Klinik integratsiya asosida farmakologiya fanini o'qitish modelini ishlab chiqish	118
<i>Xasanboyeva Nafisaxon Abdullojonovna</i>	
Yurak glikozidlaridan zaharlanishni oldini olishni o'qitishning metodik-pedagogik asoslari	121
<i>Xoliqova Oyistaxon Yuldashevna</i>	
Oliy ta'lim tizimida raqamli transformatsiya sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning universal va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasi	125
<i>Xurramov Anvar Jumanazarovich</i>	
Studying the Role of Magic Numbers and Nucleon Shells in Nuclear Structure	129
<i>Yakubova Shoxidaxon Qodirovna, Dehqonova Ohista Qosimjonovna</i>	
Методика адаптивного физического воспитания молодежи с интеллектуальными нарушениями посредством специализированных гимнастических упражнений	133
<i>Аслонова Гуллола Акрам кизи</i>	
Понятие эмоционально-оценочной лексики	137
<i>Каримбаев Ниятбай Шарипович, Усенова Гульзира Женгисбай кызы</i>	
Изучение русского языка с использованием цифровых платформ: потребности, проблемы и решения	140
<i>Умарова Дильфуза Маматкуловна</i>	
Инклюзивное образование в Республике Узбекистан: сравнение с мировым опытом	144
<i>Пирманова Бахора Эшмухаммадовна</i>	
Inklyuziv ta'lim jarayonida empatiya va rahm-shafqatning pedagogik ahamiyati	148
<i>Olimova Sarvara Sobitxon qizi</i>	
Bo'lajak defektologlarni oila bilan ishlashga tayyorlashning nazariy asoslari	152
<i>M. B. Muxtorova</i>	
Maktabgacha yoshdagi eshitishida nuqsoni bor bolalarni talaffuzga o'rgatish metodlari	156
<i>Bo'ronova Suksoraxon Behzodjon qizi</i>	
The Role of Identity, Motivation, and Investment in Teaching English at School (Experimental Study)	160
<i>Shahobova Sitara Baxromovna</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda umummadaniy kompetentlikni rivojlantirish jarayonining zamonaviy ta'lim paradigmasiga mos pedagogik modeli	166
<i>Olimova Dilrabo Nurali qizi</i>	
Raqamli transformatsiya sharoitida tikuvchilik va dizayn ta'limida innovatsion pedagogik yondashuvlar asosida talabalar kasbiy kompetentligini rivojlantirish muammolari va istiqbollari	169
<i>Umarova Fotima Abduraximovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarini zamonaviy darsliklardan samarali foydalanishga o'rgatishning interaktiv metodlari	172
<i>Kosimova Gullola Mullajonovna</i>	
Iqtisodiy ixtisoslik talabalari kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning metodologik asoslarini takomillashtirish: rus tili fanini o'qitishda	176
<i>Nuraliyeva Maftuna G'ulomovna</i>	
Raqamli texnologiyalar asosida bo'lajak o'qituvchilarning metodik tayyorgarligini rivojlantirish bosqichlari	182
<i>Xidirova Nodira Abduganiyevna</i>	
Maktabgacha ta'limda ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda pedagogning kompetensiyasi	185
<i>Eshmuratova Gauxar Maxsudovna</i>	
Frazeologik birliklar identifikatsiyasi	188
<i>Omadjon Azamov Burxonovich</i>	

O'smirlik davrida empatiya rivojlanishiga ijtimoiy tarmoqlar va virtual muloqotning ta'siri	192
Qodirova Zebuniso Malikovna	
Pedagogical Mechanisms for Enhancing the Competitiveness of Higher Education Services in the Context of Socio-Economic Globalization	197
Babayeva Lola Ibragimovna	
Integrativ yondashuv asosida talaba qizlarda jismoniy madaniyatni rivojlantirishning pedagogik tizimini takomillashtirishning dolzarbligi	202
M. X. To'xtamisheva	
Murakkab nuqsonli bolalarni umumta'lim maktablariga tayyorlash jarayonida logopedning kommunikativ malakasini shakllantirishning nazariy va amaliy asoslari.....	207
Abdubokiyeva Adiba Baxodir qizi	
Oliy ta'limda mustaqil ta'lim mazmunini kognitiv kompetensiyalarga yo'naltirib tashkil etish	211
Adashova Guljaxon Muxammadjonovna	
STEAM yondashuvi asosida tayyorlov guruh bolalarining bilish faoliyatini faollashtirishning samarali yo'llari	215
G. B. Maxmudova	
Bo'lajak oligofreno-pedagoglarning kompetentlik faoliyatini tashkil etishning psixologik-pedagogik shart-sharoitlari	219
Jumaboyev Nurillo Xayrullo o'g'li	
Sun'iy intellekt asosida ta'lim sifatini monitoring qilish mexanizmlarini takomillashtirish	223
Jumanazarova G. U.	
Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarda duduqlanishni o'yin asosida bartaraf etish texnologiyalari	227
Jumanazarova Gullola Yoqubjanovna, Mamatqulova Sarbarxon Axmadjon qizi	
Axloqiy qadriyatlar asosida milliy ertaklardan foydalanish texnologiyasi.....	230
Kayumova Nargiza Mirziyatovna, Xo'jayeva Sharofat Olimjon qizi	
Sharq va G'arb mutafakkirlari merosida shaxs tarbiyasi masalalari	233
Mirabzalova Zaxro Shuhrat qizi	
Oliy ta'limda talabalarning o'z-o'zini personallashtirishini tashkil qilish	238
Shamsiddinova Adiba Muzaffar qizi	
Формирование интеллектуальных умений детей старшего дошкольного возраста в условиях цифровой образовательной среды	242
Скрыльников Юрий Степанович	
Динамика становления профессионально значимых личностных качеств будущих педагогов.....	246
Тиллашайхова Хосият Азаматовна	
Hamid Olimjon ijodining shakllanishidagi manbalar va ijodiy omillar.....	250
U. A. Jumanazarov	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyalanuvchilari moslashuvining psixologik yondashuvi	254
G. R. Ibragimova, Abdulkarimova Dilfuza	
Tarixiy obidalar asosida tasviriy san'at talabalari ijodiy kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasi	258
Qurvanboyeva Diyora Muzaffar qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarda sotsial intellekt va shaxslilik kamolotning o'zaro bog'liqligi	262
Avlayev Orif Umirovich	
AR texnologiyasi asosida kompyuter arxitekturasini o'qitishni takomillashtirishning pedagogik asoslari....	267
Saidkarimxonova Dilnozaxon Saidazizxon qizi	
Sun'iy intellektning ixtisoslashgan ta'lim muassasalari bitiruvchilarini tayyorlash sifatini oshirishdagi o'rni	273
Ubbiyev Alisher Tairovich	
Inklyuziv ta'lim bo'yicha respublikada olib borilayotgan faoliyat	277
Sattorova Mohira Aminqulovna	
Tasviriy faoliyat jarayonida maktabgacha tayyorlov guruh bolalarida emotsional intellektni shakllantirish .	281
Namzabayeva Lola Zakirovna, Malikova Umida Nurliboy qizi	
Sport maktablarida 12–14 yoshli gandbolchilarda to'pni ilish va uzatish texnikasini takomillashtirish metodikasini ishlab chiqish	285
Ismatullayeva Fotima Rustam qizi	



Методология изучения этнопсихологических аспектов понимания долга перед родителями: цели, задачи и гипотезы исследования	289
Эргашев П. С., Азимова Х. А.	
Uzluksiz ta'lim tizimida metakompetensiyalarni rivojlantirish strategiyalari va ularning tasnifi	292
Xurramov Anvar Jumanazarovich	
Fundirlash konsepsiyasi – kelajak pedagoglarining asosiy poydevori	296
G'oyimov Umar Eshmurodovich	
Pedagogik oliy ta'lim muassasalarida qo'llanilayotgan metodik ta'minotning hozirgi holati: tahliliy o'rganish	301
Xujamkulova Nafisa Ruzikulovna	
Pedagogik metod: intellekt xaritalar yordamida lazerlarning amaliyotda qo'llanilish sohalarini vizuallashtirish	307
Olimjonova Nigina Sobirjon qizi	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti guruhlarida rivojlanish markazlarini tashkil etish	312
G. R. Ibragimova, Normamatova Rayhona Alisher qizi	
Pedagogik o'yinlar va interaktiv faoliyatlarning ta'lim jarayonidagi o'rni	317
Qodirova Sevara Shuxratovna	
Shaxs psixikasi rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar	325
Boboyeva Maxsuda Ataxonovna, Rajapboyeva Ozoda Shuxrat qizi, Karimova Malohat O'rinboy qizi	
Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanishning sifat samaradorligi	329
Hasanova Dilnora Rustam qizi, Ehnazarov Jo'raqul	
Integratsion yondashuv asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy sifatlarini shakllantirishning metodik tizimi	333
Boynazarova Munajat	
O'yin faoliyati orqali kasbga yo'naltirish mexanizmlari	337
Allaberdiyeva Kumri Xamrayevna, Toshmurodova Marjona	
Модель методического сопровождения педагогов доо в развитии математической грамотности и логического мышления старших дошкольников на основе игровых технологий	340
Гаухар Джанпеисова	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining baholash malakasini rivojlantirish muammolari va imkoniyatlari	347
Majidova Hilola Eshquvat qizi	
Формирование коммуникативной компетенции студентов на занятиях узбекского и иностранных языков: интегративный подход	351
Турланова Сауле Дадажановна	
Ta'lim jarayonida digital storytelling metodidan foydalanish orqali o'quvchilarning ijodiy yozuv kompetensiyasini shakllantirish	357
Maxsetova Zuxra Torebayevna	
Futbol mashg'ulotlarida kreativ yondashuvlarni qo'llash amaliyoti	361
Karimov Odiljon Baxadirovich	
Oliy ta'limda talabalarining kreativligini rivojlantirishda sun'iy intellektdan foydalanishning nazariy-metodologik asoslari (amaliy matematika yo'nalishi misolida)	364
Samatova Munira Dilshod qizi	
Подготовка к школе как условие развития коммуникативных умений у детей дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи	368
Ахмедова З. М., Абдурахмонова М. А.	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini rivojlantiruvchi ta'limni amalga oshirishga talaba motivatsiyaviy-qadriyatli munosabatlari tizimi shakllanganligi darajalari va ularning sifatiiy tavsifi	373
Ergasheva Matluba Burxonovna	
Ritmik va ijodiy gimnastika mashqlari orqali bolalarda estetik didni shakllantirish metodlari	378
Kamchiyev Salimberdi Xudayberdiyevich	

Interaktiv ta'lim platformalari asosida informatika va axborot texnologiyalari faniga oid kompetensiyalarni rivojlantirish samaradorligi.....	382
Karimov Feruz Raimovich	
Koxlear implantli bolalar og'zaki nutqini shakllantirishda qo'llaniladigan zamonaviy usullar	386
Mamasiddikova Maftuna Akbarjon qizi	
Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining media savodxonligini oshirishning zamonaviy pedagogik texnologiyalari.....	389
Masharibova Lobar Rayimberganovna	
Duduqlanuvchi bolalarda verbal muloqot ko'nikmalarini o'yin texnologiyalari asosida rivojlantirish.....	393
Mirtoyeva Shohruza Ibjohimjon qizi	
Maktab voleybol sport to'garaklari mashg'ulotlarida harakatli o'yinlardan foydalanish	396
Ortug'mat Jumanov, Zarina Abdusattarova	
Talabalar mustaqil ta'limini samarali tashkil etish omillari va mexanizmlari.....	400
Raxmatova Nargiza Dolibayevna	
Bola nutqining rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi salbiy va ijobiy muhit omillari. XXI asr taraqqiyotida nutq faoliyatining shakllanishi.....	403
Ro'ziyeva Nozimaxon Oybek qizi	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyalanuvchilarining ijodkorligini ijtimoiy-pedagogik faoliyatda rivojlantirish texnologiyasi.....	406
Sadikova Dilafuz Xusanovna, Butayeva Gavhar Xudoyorovna	
Fan va tabiatni tanishtirish orqali maktabgacha katta yoshdagi bolalarni rivojlantirish usullari	410
Sh. T. Musulmonova	
15-17 yoshgacha bo'lgan kurashchilarni yillik yuklamalarini taqsimlash	413
Qirgiboyev Shaxbozbek Aslidin o'gli, Xamidjonov Muhammadbobir Ulug'bek o'gli	
Davlat boshqaruvi tizimida korrupsiyaviy xavf-xatarlarni baholash va prognozlash metodologiyasi.....	416
Sotvoldiyev Akbarjon Umidjon o'g'li	
O'smirlar orasida tengdoshlar bosimi va uning psixologik ta'siri	419
Toshpo'latova O'giloy Baxtiyor qizi	
Boshlang'ich ta'limda o'quvchilarni shaxsiy rivojlantirish.....	422
Turdiyeva Raxima Kurbanovna	
Matnli topshiriqlar vositasida ona tili darslarida o'quvchilarning kreativ tafakkurini rivojlantirish	426
Yulbarsov Ochilbek Obidjon o'g'li, Isayeva Gulnur Shakirjanovna	
Методы исследования сенсомоторных эффектов и внимания у детей дошкольного возраста.....	432
Г. С. Алиходжаева	
Роль театрализованной деятельности в формировании представлений о родине у дошкольников .	436
Г. С. Алиходжаева, У. О. Мамадалиева	
Логическое мышление детей 5–7 лет в вариативном дошкольном образовании: нормативные основания и концептуальная модель	440
Г. Э. Джанпеисова, В. В. Горбунова, Э. З. Убайдуллаева	
O'qitishning maqsad va vazifalarini talabalarning bo'lajak pedagogik faoliyatini modellashtirish sifatida ...	444
Murodova Umida Dilmurodovna	
Развитие прагматической компетенции аудирования с помощью инновационных технологий в обучении немецкому языку	449
Саидова Махсудахон Аббасовна	
Развитие профессиональной подготовки будущих воспитателей в системе высшего педагогического образования.....	452
Собирова Пошшаой Эркин кизи	
Современные педагогические концепции и структурные элементы игровых технологий.....	455
Хафизова Машхура Аминовна	
Davolanish ehtiyojiga ega bo'lgan bolalarga tibbiy-psixologik yondashuvlar	458
Po'latxo'jayeva Malika Rustamovna	
Equal Voice in the Classroom: A Gender-Based Approach	463
Gafurova Nodira Ravshanovna	



Matematik tafakkur kompetensiyalarini rivojlantirishda singapur ta'lim modelining innovatsion pedagogik yondashuvlari.....	468
<i>Sanobar Ibragimovna Kenjayeva</i>	
Boshlang'ich sinf mikrodars ishlanmasining texnologik xaritasini yaratish usullari.....	475
<i>Yusupova Gulshiraxan Zinatdinovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning pedagogik ahamiyati	479
<i>Sodiqova Gulbahor G'ofurjon qizi, Abduvohidova Rayhona Nuriddin qizi</i>	
6–7 yoshdagi bolalarni maktab ta'limiga tayyorlashda mantiqiy fikrlashga o'rgatishning ahamiyati	484
<i>Sultonova Sitara Zarif qizi</i>	
Debat texnologiyalari va akademik yozuv ko'nikmalarini rivojlantirish.....	488
<i>Gulamov Shavkat Maxmudovich</i>	
Kognitiv yuk nazariyasi asosida boshlang'ich sinflarda ingliz tili o'quv jarayonini optimallashtirish	492
<i>G'ulomova Moxinur Inomjon qizi</i>	
Muloqot madaniyati va liderlik ko'nikmalarining shakllanishidagi psixologik-pedagogik omillar	497
<i>Putatova Odinaxon Xamidovna</i>	
Tarbiyaviy ishlarni tashkil etish pedagogik muammo sifatida	501
<i>Qulmatova Xurshida Abdurahmonovna</i>	
O'quvchilarga algebrani o'qitishning dolzarb masalalari.....	504
<i>Qodirova B., Ibragimov N.</i>	
Bo'lajak biologiya o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini takomillashtirish masalalari	509
<i>Axmadjanova Moxiyat Sadriyevna</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning elektron ta'lim resurslari va innovatsion dasturlar bilan ishlash ko'nikmalarini shakllantirish.....	513
<i>Sultansaidova Mushtariy Abzalxanovna</i>	
Jo'rg Oruell asarlarida davr va shaxs fojiasi	516
<i>Xatamova Kumush Javxar qizi</i>	
“Tabiiy fanlar” fanini o'qitish texnologiyasini STEAM yondashuvi asosida tuzish metodikasi	519
<i>Imankulov Nurbek Tursunkul o'g'li, Ashirov Shamshidin Annazarovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'quv faoliyatiga samarali ta'sir etuvchi irodaviy sifatlar	525
<i>Ma'rufjonova Rohila Lutfulla qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida texnik ijodkorlikni shakllantirishning mazmuni va metodikasi	528
<i>Xudaykulova Saida Zakirovna</i>	
Aqli zaiflik va autizm spektri buzilishining klinik-pedagogik farqlari	533
<i>Zakirova Fozilaxon Zafarjon qizi</i>	
STEAM yondashuvi asosida kreativ fikrlashni shakllantirishning didaktik imkoniyatlari.....	538
<i>Erkinov Ozodbek Faxriddin o'g'li</i>	
Neologizmlar – badiiy matnda uslubiy vosita sifatida	540
<i>Ibragimova Shoira Normuminovna</i>	
Nutq nuqsoniga ega bo'lgan bolalar ota-onalarini logopedik korreksion ishiga jalb etish	543
<i>Jumanazarova Gullola Yoqubjanovna, Abdullayeva Gulzoda Abdurazzoq qizi</i>	
Rus tili darslarining samaradorligini oshirishda nutqiy kompetensiyani shakllantirishning ilmiy-metodik asoslari.....	546
<i>Jurayeva Nilufar Shovkat qizi</i>	
Autizm spektridagi bolalarda nutqni rivojlantirish uchun sensor integratsiya usullarining ta'sirini o'rganish.....	549
<i>Mo'minova Gulnora Qurvonali qizi</i>	
Yosh taekvondochilarni maxsus mashqlar yordamida kyorugi texnikasini rivojlantirish	552
<i>Sheraliyev Sarvarbek Soxibjon o'g'li</i>	
“Motivatsion yondashuv” hamda “kreativ fikrlash” tushunchalarining mazmun va mohiyati	556
<i>Toshnazarova Mohinur O'sarali qizi</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning muloqot madaniyatini rivojlantirishda kompetensiyaviy yondashuvning o'rni	559
<i>Umarova Feruzabonu Bobir qizi</i>	

Ta'lim falsafasining ijtimoiy-madaniy evolyutsiyasi	562
<i>Uzakova Zahroxon Muhammad Zarif qizi</i>	
Fizika ta'limida ijodiy tafakkurni shakllantirishning innovatsion modeli: muammoli ta'lim va interfaol metodlar asosida kompetensiyaviy yondashuv	565
<i>Yusupov Kodirjan Batirovich</i>	
Игровые проекты как средство обучения предлогам английского языка.....	569
<i>Нуратдинова Наргиза Бахтияровна</i>	
Формирование межкультурной коммуникативной компетенции через изучение речевого этикета в цифровой среде (мессенджеры и социальные сети)	572
<i>Юсупова Сохила Сайфиевна</i>	
Maktabgacha ta'lim yoshdagi bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish.....	575
<i>Shamiyeva Manzura Fayzullayevna</i>	
Pedagogik ta'lim muassasalarida bo'lajak o'qituvchilar valeologik kompetentligini rivojlantirishning mazmuni va mohiyati	579
<i>Sardorxon Quvondiqov</i>	
Pedagogik ta'lim muassasalari bo'lajak o'qituvchilarida integrativ yondashuv – milliy g'urur tuyg'usini rivojlantirish yondashuvi sifatida.....	584
<i>Miraxmedov Fatxulla</i>	
Bolalarni xavfsiz, erkin, o'yinga asoslangan va do'stona muhitda tarbiyalash – muvofiqlashtirishning yangi standartlari.....	590
<i>Mamadaliyeva Dilfuza Baxtiyorovna</i>	
Alisher Navoiyning "Arba'in" asaridagi qit'alarda sahih hadislarining badiiy talqini	595
<i>Nematullayeva Madina Zafarovna</i>	
Umumta'lim maktablarida chizmachilik fanini o'qitishda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish istiqbollari	598
<i>Xalimov Moxir Karimovich</i>	
Biologiya fanini o'qitishni modernizatsiyalash bo'yicha zamonaviy yondashuvlar.....	603
<i>Axmadjanova Mohiyat Sadriyevna</i>	
Dizariya shakllarining klinik-pedagogik tavsifi	607
<i>Iminjonova Moxichexra Alimardon qizi</i>	
Oliy ta'limda kechki ta'lim talabalarining o'quv faolligini oshirishda faollashtiruvchi interaktiv ma'ruza metodining didaktik strukturasi va pedagogik imkoniyatlari.....	611
<i>Axmedova Zilola Muxtor qizi</i>	
Оптимизация процесса самообразования студентов русской филологии в условиях современного образовательного пространства	617
<i>Азизова Д. А.</i>	
Bo'lajak tarixchilarda tarix falsafasining zamonaviy konsepsiyalariga doir bilimlarni rivojlantirishning amaliy texnologik tizimi.....	622
<i>Anvarjonov Ahrorjon Ahadjon o'g'li</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini mehnatsevarlikka tarbiyalashda pedagogik texnologiyalarning turlari va ularni qo'llash imkoniyatlari.....	625
<i>Xudaybergenova Adolat Usmanovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni ijtimoiy-axloqiy tarbiyalashda maktabgacha ta'lim tashkiloti va oilaning hamkorligi.....	629
<i>Jumanova Fotima Uralovna, Azimova Zebxon Tohirovna</i>	
4K yondashuvi asosida dars topshiriqlarini ishlab chiqish.....	635
<i>Boboyeva Nafosat Tulqin qizi</i>	
O'quv-tarbiya jarayonida pedagogik diagnostika.....	639
<i>Xolmatova Ziroatxon Anvarovna</i>	
Raqamli ta'lim muhitida tadqiqotchilik ko'nikmalarini rivojlantirishning ahamiyati.....	642
<i>Abdullayeva Ozoda Odiljon qizi</i>	
O'yinchilarning texnik va taktik tayyorgarligi.....	645
<i>Madaminov Oribdjan Nishanbayevich</i>	



Ta'lim jarayonida gamifikatsiya va didaktik o'yinlar orqali metakognitiv kompetensiyalarni shakllantirish metodikasi.....	648
<i>Xayrullina Parizod Farg'at qizi</i>	
Dual ta'lim sharoitida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchisining kasbiy kompetentligini baholash mezonlari va monitoring tizimi.....	651
<i>Umurov Zarif Latifboyevich</i>	
Boshlang'ich sinflarda folklor asarlarini aksiologik yondashuv asosida o'qitish metodikasi	660
<i>Aytmuratova Elvira Ersultanovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilari tanqidiy fikrlashining psixologik va pedagogik mohiyati.....	663
<i>Haydarova Kamola Ergashboy qizi</i>	
Differensial ta'limning nazariy-konseptual asoslari.....	667
<i>Rasulova Nozigul Abdivoxid qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tasviriy faoliyatga o'rgatishda kreativ shaxsni shakllantirish bo'yicha metodik tavsiyalar	671
<i>Rizoyeva Muslima Raxmonovna</i>	
Информационная компетентность через призму филологии: ключевые факторы формирования ...	679
<i>Хикматов Нодир Назимджанович</i>	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarida qadriyatlar tizimini shakllantirishning samarali yo'llari	683
<i>Mamatova Zarena Abduljalilovna</i>	
O'zbekiston va Angliyada pedagogik ta'lim tizimining tarixiy asoslari.....	686
<i>Miramatova Laylo Ravshanjon qizi</i>	
Innovatsion ta'lim muhitida o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	690
<i>Nilufar Xalikova Mirkadirovna</i>	
Badmintonchilarda maxsus chaqqonlik tayyorgarligining o'yin faoliyatiga ta'siri	694
<i>Samadova Uktabar Hasanovna</i>	
<i>Maktab direktorlarining boshqaruv ko'nikmalarini rivojlantirishda sinergetik</i>	
yondashuvning o'рни va ahamiyati	698
<i>Yusupova Dilnoza Fayzullayevna</i>	
Pedagogical Essence of Improving Students' Collaborative Skills Through Multi-Vector Approaches	702
<i>Turemuratova Aziza Begibaevna, Otelbayeva Muhayyo Alisher qizi</i>	
Tasviriy san'at mashg'ulotlarining maktabgacha yoshdagi bolalarda kognitiv, estetik va ijodiy rivojlanishiga ta'siri	708
<i>Shaymuradov Taxir Zamanovich</i>	
Oliy ta'limda ma'naviy-ma'rifiy kompetensiyalarni baholash mezonlari: falsafa fanining o'quv jarayoniga integratsiyasi	713
<i>Abdullayev Akmal Nasriddinovich</i>	
Klasterli ta'lim muhitida bo'lajak o'zbek tili va adabiyoti o'qituvchilarining innovatsion kompetentligini rivojlantirish metodlari.....	717
<i>Abdurahmonov Maqsad Bekjonovich</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutqiy rivojlanishning yetakchi omillari.....	720
<i>Abduvosiyeva Mahmuda Xamidullo qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kreativ sifatlarini oshirish: zamonaviy yechimlar va muammolar	724
<i>Abduxalimova Yulduz Normurod qizi</i>	
Maktablarda sun'iy intellekt asosida xorijiy tillarni o'qitish afzalliklari	728
<i>Altmisheva Iroda Mavlonovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda boshqaruv madaniyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari.....	731
<i>Ashurov Yusuf Alisher o'g'li</i>	
Bolalikni qayta anglash: mariya montessori pedagogik qarashlarining ilmiy asoslari	735
<i>Ismatullayeva Madinabonu Akmaljon qizi</i>	
14-15 yoshli o'quvchilarning jismoniy tarbiya vositalari orqali jismoniy tayyorgarligi samaradorligini oshirish metodi	740
<i>Karimboyev Og'abek Qadamboyevich</i>	

O'zbekiston xalqlarining amaliy san'ati va ma'naviy merosini o'rganish: tarixiy va pedagogik jihatlar	744
Kayumov Erkin Kazakbayevich	
Fizika ta'limida kognitiv texnologiyalar asosida talabalarning mantiqiy va analitik tafakkurini rivojlantirish yo'llari	748
Madumarov Shodonbek Az'amjonovich	
Maktabgacha ta'lim tizimini rivojlantirish jarayonlarida pedagogik-psixologik bilimlarning ahamiyati	751
Muratova Shaxnoza Ibatovna	
Yoshlar o'rtasida ijtimoiy hamkorlikni mustahkamlashda pedagogik resurslar va hamkorlik infratuzilmasining ahamiyati	754
Matnazarov O'ktam Latipovich	
Maxsus pedagogika o'qituvchilarining pedagogik va psixologik tayyorgarlik darajasi	757
Oxunov Ilxomjon Abdunabiyeich	
Funksional bog'liqlikni tushunishda vizual-eksperimental metodning samaradorligi	760
Qobilova Nargiza Anvarovna, Shamuratov Zafar Ergashevich	
The Psychological Importance of Emotional Intelligence and Stress Resilience in Increasing Professional Efficiency of Primary School Pedagogues	766
Tajiboyeva Odinakhon	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida mashg'ulotlar jarayoni sifatini monitoring qilish vositasi sifatida	769
Tashbayev Naim Sadikovich	
Axloqiy tafakkur va axloqiy qaror qabul qilish kompetensiyasi tushunchasining pedagogik-psixologik mohiyati	773
Temirova Oydina Muhiddinova	
Oliy ta'lim muassasalarida "Muhandislik kompyuter grafikasi" fanini o'qitishning metodik asoslari va zamonaviy yondashuvlari	776
Xamidov Dilshod Olimjon o'g'li	
Kasbiy ta'lim rahbarlarining individual yondashuv asosida kompetensiyasini rivojlantirish mexanizmlari ...	780
Yangiboyev Kamol Norboyevich	
Тема экологических проблем как элемент духовно-нравственного воспитания студентов в произведениях Чингиза Айтматова	784
Абдулвохидов Элёр	
Девиантное поведение школьников в образовательной среде: проблемы классификации и гендерные особенности восприятия педагогами	789
Алимжанова Матлюба Юнусовна	
Анализ проблем развития профессиональной иноязычной компетенции по английскому языку у студентов медицинских вузов	793
Исраилова Илона Халитовна	
Психолого-педагогические условия использования изобразительной деятельности как средства стимуляции коммуникативных навыков у воспитанников с синдромом дауна	798
Каримова Регина Шовкатовна	
Методика развития специальной физической подготовленности футболистов 11–12 лет с использованием современного инновационного оборудования	802
Мирзабаев Диёрбек Камилович	
Нейроигра как эффективное средство развития познавательных и регуляторных функций у детей дошкольного возраста	805
Намазбаева Лола Закировна, Маткаримова Шарира Рахимжановна	
Методы и приёмы технологии развития критического мышления в курсе "Общая педагогика": опыт проектирования учебного процесса в вузе	809
Янкина Рано Садыковна	
Oliy ta'lim muassasalarida muloqot madaniyatini shakllantirish orqali verbal zo'ravonlikni bartaraf etish texnologiyalari	817
Oqmirzayeva Baxtigul Bahodir qizi	
Tashvishli buzilishlarni korrektsiya qilishda kognitiv-bixevioristik terapiya usullari	821
Sattarova Shahnoza Qo'chqarovna, Xamroyeva Zarina Shaxriyevovna	



Rahbar va pedagogik muhit: nazariy va amaliy asoslar	824
<i>Xodjimatrova Nazira Toshmatovna, Gaziyeva Nigora Shamsiddinova</i>	
O'smirlik – deviant xulq shakllanishi uchun senzitiv davr sifatida	827
<i>Sattarova Shahnoza Qo'chqarovna, Erkinjonova Raximaxon Baxtiyor qizi</i>	
Цифровые образовательные технологии как средство формирования коммуникативной компетенции при обучении русскому языку как иностранному	830
<i>Ескараева Г. Б.</i>	
Kredit-modul tizimi sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning amaliy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	833
<i>Muxiddinova Nilufar Baxodirovna</i>	
Talabalar mediakompetentligini baholash usullari va mezonlari	839
<i>Alimov Zokir Chori o'g'li</i>	
STEAM ta'lim texnologiyasi orqali tabiiy fanlarni o'qitish va o'quvchilarda kreativ fikrlash qobiliyatini shakllantirish	844
<i>Ergasheva Malohat Tursunovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning ijodiy salohiyatini aniqlash va baholash mezonlari	847
<i>Hamzayeva Nigina Azamjonovna</i>	
Uzoq muddatli davolanishga muhtoj bolalarni o'qitishda fanlararo bog'liqlik	852
<i>Musayeva Dilfuza Abdurahmonova</i>	
Ta'limda muloqot madaniyatini shakllantirishga qaratilgan metodlar tizimini ilmiy tahlil qilish	857
<i>Kobulova Maktuba Urmonjonovna</i>	
Shaxs psixologik portreti va unga oid ilmiy-nazariy yondashuvlar	862
<i>Ataqulov Bekzod Abdurashitovich</i>	
Zamonaviy didaktik paradigmadagi talabalar ta'lim natijalarini tashxislash	866
<i>Tursunova Feruza Otaqulovna</i>	
Ingliz tilini bilishning sport talabalari uchun ahamiyati	869
<i>Azimova Umirxon Odilovna</i>	
Sharq mutafakkirlarining ta'lim-tarbiyaga oid ma'naviy va axloqiy qarashlari	873
<i>Baxtiyor Suvankulov</i>	
Oliy ta'limda talabalarning mustaqil va ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borishning metodik asoslari	877
<i>Abduraxmonova Dinara Yusupovna</i>	
Tarbiya jarayonida pedagogik boshqaruv uslublari: nazariy asoslar va amaliy mexanizmlar	881
<i>Farsaxonova Dilafruz Rizaxonovna</i>	
Maktabgacha ta'lim davlat talablari va o'quv dasturlarida nutq hamda mustaqil fikrlash masalalari	886
<i>Mirzoyeva Nigora Shavkatjonovna, Qobilova Dildora</i>	
Zamonaviy ta'lim texnologiyalari orqali talabalarning kasbiy loyihaviy kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik xususiyatlari	890
<i>Xamidova Feruza Turdiyevna</i>	
Raqamli davr bolasini tarbiyalashda psixologik muvozanatni saqlash orqali sog'lom shaxsni shakllantirish	896
<i>Hakimova Ziyoda Ibrohim qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik intellektini shakllantirishda innovatsion ta'lim texnologiyalarining samaradorligi	900
<i>Xolbozorova Nasiba Xolbozar qizi</i>	
O'qish savodxonligini rivojlantirishda qo'llaniladigan nazariy modellar	903
<i>Abdiraimova Xusnobod Samat qizi</i>	
Talabalar mustaqil ta'limini individuallashtirish metodlari	910
<i>Arzikulova Surayyo Fayzullayevna</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirishning amaliy asoslari	914
<i>Xoliqulova Kumush Ilxom qizi</i>	
Psixologik-pedagogik yondashuvlar asosida mahdudlik holatlarini bartaraf etishning takomillashtirilgan metodikasi (maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyalanuvchilari misolida)	919
<i>Mamatqulova Dinora Yunus qizi</i>	



Ilg'or pedagogik texnologiyalar orqali maktabgacha yoshdagi bolalarda kreativlikni rivojlantirish	923
<i>Uzoqova Husnora</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda ilk matematik tasavvurlarni shakllantirish jamiyatning asosiy talabi sifatida	927
<i>Toshimova Gulzoda Jamoliddinovna</i>	
Sun'iy intellekt vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarining iqtisodiy va moliyaviy savodxonligini shakllantirish mexanizmlari	930
<i>Jumayeva Feruza Sayidovna</i>	
O'qish savodxonligi darslarida matn ustida ishlash (2-sinf misolida).....	936
<i>Abdiyeva Shakila Ishkuvatovna</i>	
Turistik faoliyatda ijtimoiy muloqot kompetensiyasini takomillashtirishning pedagogik asoslari.....	941
<i>Abdullayeva Sevara Yuldashevna</i>	
Oilaning katta avlodi va maktabgacha yoshdagi bolalar o'rtaqidagi psixologik munosabatlarning nazariy asoslari	944
<i>Ashirova Sojida Baxromovna</i>	
Yosh pedagoglarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda tajriba almashishning ilmiy-metodik asoslari va usullari	948
<i>Dildora Rustam qizi Fozilova</i>	
Maktabga tayyorlov bosqichida o'quvchilar grafomotorikasini individual yondashuv asosida rivojlantirishning pedagogik mexanizmlari	951
<i>Jumayev Sanjar Soatmumin o'g'li</i>	
Uzluksiz ta'limda inklyuziv yondashuvning samaradorligini ta'minlovchi pedagogik va ijtimoiy omillar.....	955
<i>Kobilova Shaxnoza Xudayshukurovna</i>	
Tolerantlik tushunchasining mohiyati va uning ta'lim tizimidagi ahamiyati.....	958
<i>Kurbanova Shoirra Abduraximovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarni mashg'ulotlar jarayonida TRIZ texnologiyasi bilan tanishtirishning ahamiyati.....	961
<i>Meliboyev Anvar Rashidovich</i>	
The Conceptual Framework and Pedagogical Affordances of Vtss: A New Paradigm for Specialised Instruction.....	964
<i>Nilufar Sabirova</i>	
O'zbek oilalarida axloqiy tarbiya munosabatlarini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	967
<i>Qurbonova Go'zal Saydaxmatovna</i>	
Fizika o'qitishda 4K kompetensiyalarni shakllantirishning nazariy asoslari	973
<i>Saydayev Obid Bahodir o'g'li</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarida innovatsion faoliyat ko'nikmalarini takomillashtirishning modulli texnologiyalari	979
<i>Saliyeva Perdexan Alimbetovna</i>	
Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak ijtimoiy soha xodimlarining kognitiv kompetentligini rivojlantirish	984
<i>Qaxxorov Shahriyor Yodgorovich</i>	
Maktabgacha ta'limda ma'naviy-axloqiy tarbiyani amalga oshirish usullari.....	987
<i>Sattorova Shaxlo Axadovna, Omonova Shoxista Anvar qizi, Raximova Durdona Murot qizi</i>	
Ta'lim tizimida sun'iy intellekt elementlaridan foydalanishning afzalliklari	990
<i>Sulaymanova Dildora Baxtiyorovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ekologik sanalarga bag'ishlab ma'rifiy tadbirlar o'tkazishning afzalliklari.....	993
<i>Tohirova Baxtigul Hasanboy qizi</i>	
Pedagogik ta'limda talabalarning gnoseologik motivatsiyasini rivojlantirish zaruriyati	996
<i>Xudoyqulova Dilrabo Shodmonovna</i>	
Сопоставление русских и узбекских пословиц: сходства, различия и культурный контекст	1000
<i>Касымова Феруза Суннатовна</i>	
Теоретические аспекты развития мотивационной сферы в психологии изучения личности	1003
<i>Маликова Эвелина Тимуровна</i>	



Психологическая устойчивость личности в исследованиях узбекских учёных: теоретический анализ и применение концепции	1007
Саитходжаев Зуфар Хусан угли	
Biologiya ta'limida kognitiv yondashuv asosida o'quvchilarning universal o'quv faoliyatlarini shakllantirish	1011
Daminova Fayoz Abdixakimovna	
Milliy musiqa merosini zamonaviy ta'limda saqlash muammolari va yechimlari.....	1014
Haydarov Qutlug' Hamdamovich	
Sun'iy intellekt: maktabgacha ta'lim tashkilotining taraqqiyotini ta'minlovchi zamonaviy texnologiya sifatida.....	1017
Axmadaliyeva Mohlaroy Toxtapo'latovna	
Shukur Xolmirzayevning ijtimoiy-etnografik folklorizm yaratish mahorati	1021
Mamayusupova S. M.	
Androgogik va interfaol metodlarni jismoniy tarbiya mashg'ulotlarda foydalanish samaradorligi.....	1024
Normamatov Muxiddin Abdumuminovich	
Tinglab tushunishning psixolingvistik xususiyatlari.....	1028
O. V. Kon	
Gi de Mopassanning hikoyachilik mahorati va badiiy uslubi.....	1032
Yuldashev Bahodir Bekmuratovich	
Художественный мир и стилистическая система прозы Патрика Модяно.....	1035
Давронова Зульфия Бобоевна	
Umumta'lim maktablari yuqori sinf o'quvchilarini vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda pedagogik qarashlar	1041
Xamidov Amin Abdulloevich	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qish darslarida kreativ fikrlashga o'rgatish	1044
Abduvahob Eshmurodov	
Talabalarda tibbiy bilimlarini rivojlantirishda "Svetofo" metodining ahamiyati va xususiyatlari	1047
Akbarova Dono Rahmatdjonovna	
Yosh davrlariga qarab harakat koordinatsiyasining rivojlanish bosqichlari va badiiy gimnastikada ritmning ahamiyati.....	1051
Beknazarova Lobar Shokir qizi	
Mashq va topshiriqlar tizimi orqali talabalarining komparativ-kreativ fikrlashini shakllantirish.....	1055
Mohinbonu Usmonova	
Maktabgacha ta'lim muassasalarida milliy qadriyatlar asosidagi kompetensiya metodlarini takomillashtirish	1058
Hamdamova Manzura Zuvaydillayevna	
Akademik ko'nikma va uning tipologik tasnifi	1062
N. J. Isakulova	
Формирование коммуникативной компетентности детей старшего дошкольного возраста в процессе взаимодействия со сверстниками.....	1068
Намазбаева Лола Закировна, Умерова Зарема Ремзиевна	
Formativ baholashning nazariy asoslari va fizika fanida qo'llash imkoniyatlari	1073
Sobirov Avazbek Anvarovich	
Jismoniy tarbiya darslarida milliy o'yinlardan foydalanish	1078
Ibragimov Shuhratbek	
Interaktiv ta'lim muhitida o'quvchilarning kasbiy-ma'naviy tasavvurlarini boyitish yo'llari.....	1082
Mutallibjonov Ma'rufjon	
O'tkir Rahmat ijodida qo'llanilgan kognitiv metaforalar.....	1088
Maxammatova Feruza Olimovna	
Tarbiya darslarida muammoli ta'lim texnologiyasi orqali o'quvchilarning mustaqilligini rivojlantirish	1092
Qurbaniyozova Mardona Fayzulla qizi	



YOSH DAVRLARIGA QARAB HARAKAT KOORDINATSIYASINING RIVOJLANISH BOSQICHLARI VA BADIY GIMNASTIKADA RITMNING AHAMIYATI

Beknazarova Lobar Shokir qizi

Axborot texnologiyalari va menejment universiteti
pedagogika kafedrası stajyor-o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada yosh davrlariga qarab harakat koordinatsiyasining rivojlanish bosqichlari hamda badiiy gimnastikada ritmning ahamiyati ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Harakat koordinatsiyasi insonning jismoniy rivojlanish jarayonida bosqichma-bosqich shakllanib, maktabgacha yosh davrida asosiy harakat ko'nikmalari paydo bo'lishi, kichik maktab yoshida ularning takomillashuvi, o'smirlik davrida esa murakkab va aniq muvofiqlashtirilgan harakatlarning rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Shuningdek, badiiy gimnastikada ritm tuyg'usining harakat aniqligi, ifodaliligi va musiqaga mos ravishda bajarilishidagi o'rni asoslab berilgan. Ritm sportchi harakatlarining uyg'unligi, estetik ko'rinishi hamda texnik mahoratini oshirishda muhim omil sifatida ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: vaqt, fazo, parametr, periferik, muvofiqlashtirish, motor, ritm, differensiya, morfofunktsional, biomexanik, temp, dinamik, pozitsiya.

Abstract: This article scientifically and theoretically analyzes the stages of development of movement coordination depending on age and the importance of rhythm in rhythmic gymnastics. Movement coordination is gradually formed in the process of human physical development and is characterized by the emergence of basic movement skills in preschool age, their improvement in primary school age, and the development of complex and precisely coordinated movements during adolescence. In addition, the role of the sense of rhythm in rhythmic gymnastics in ensuring the accuracy, expressiveness, and harmonious performance of movements with music is substantiated. Rhythm is considered an important factor in improving the harmony, aesthetic appearance, and technical skills of an athlete's movements.

Key words: time, space, parameter, peripheral, coordination, motor, rhythm, differentiation, morphofunctional, biomechanical, tempo, dynamics, position.

Аннотация: В данной статье научно-теоретически проанализированы этапы развития координации движений в зависимости от возрастных периодов, а также значение ритма в художественной гимнастике. Координация движений формируется постепенно в процессе физического развития человека и характеризуется появлением основных двигательных навыков в дошкольном возрасте, их совершенствованием в младшем школьном возрасте, а также развитием сложных и точно координированных движений в подростковом возрасте. Кроме того, обоснована роль чувства ритма в художественной гимнастике в обеспечении точности, выразительности и согласованности движений с музыкальным сопровождением. Ритм рассматривается как важный фактор, способствующий гармоничности движений спортсмена, их эстетичности и повышению технического мастерства.

Ключевые слова: время, пространство, параметр, периферический, координация, моторика, ритм, дифференциация, морфофункциональный, биомеханический, темп, динамика, позиция.

KIRISH

Hozirda mamlakatimizning barcha hududlarida ommaviy sportning inson va oila hayotidagi muhim ahamiyati, uning jismoniy va ma'naviy sog'lomlikning asosi ekanini targ'ib-tashviq qilish, hayotga katta umid bilan kirib kelayotgan yoshlarni zararli odatlardan asrash, ularga o'z qobiliyat va iste'dodlarini ro'yobga chiqarishlari uchun zarur shart-sharoitlar yaratish, ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish hamda maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish borasida muhim va dolzarb vazifalar turibdi.

Hozirda ayniqsa bolalarni go'dalikdan boshlab ommaviy va mustaqil jismoniy mashg'ulotlarga keng jalb qilish, chiniqtirish, xususan sog'lom, baquvvat, chidamli, chaqqon bo'lib o'sishlariga jiddiy e'tibor berish juda zarur.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Harakat koordinatsiyasi masalasi jismoniy tarbiya nazariyasi va sport fiziologiyasida keng o'rganilgan. Ayniqsa, Lev Vigotskiy, Nikolay Bernshteyn hamda Pyotr Lesgaft ishlarida harakat faoliyatining yoshga bog'liq rivojlanish qonuniyatlari ilmiy asoslab berilgan. Bernshteyn harakatlarni boshqarishning darajali tizimini ishlab chiqqan bo'lib, unga ko'ra koordinatsiya markaziy asab tizimining bosqichma-bosqich yetilishi bilan rivojlanadi. U harakatni boshqarishda afferent va efferent signallar muvozanati muhimligini ta'kidlaydi. Maktabgacha yosh (3-6 yosh) – asosiy harakat ko'nikmalari shakllanadi, muvozanat va ritmik sezgi rivojlanadi. Kichik maktab yoshi (7-10 yosh) – koordinatsion qobiliyatlar intensiv rivojlanadi; bu davr “sezgir davr” deb baholanadi.

O'smirlik (11-14 yosh) – tezlik, chaqqonlik va murakkab koordinatsiya elementlari shakllanadi. Katta o'smirlik (15-17 yosh) – harakatlarni ongli boshqarish va texnik mukammallik kuchayadi. Выготский harakat rivojlanishini psixik jarayonlar bilan uzviy bog'laydi. Uning “yaqin rivojlanish zonasini” nazariyasiga ko'ra, murabbiy yoki pedagog rahbarligida bajarilgan murakkab harakatlar keyinchalik mustaqil ko'nikmaga aylanadi. Bu ayniqsa gimnastika kabi texnik sport turlarida muhimdir. Zamonaviy sport pedagogikasi bo'yicha adabiyotlarda (Платонов, Матвеев va boshqalar) koordinatsion qobiliyatlarni 7-12 yosh oraliqida rivojlantirish eng samarali ekani ta'kidlanadi. Chunki bu davrda markaziy asab tizimining plastiklik darajasi yuqori bo'ladi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Kuch, fazoviy va vaqt parametrlarini aniq boshqarish bilan tavsiflangan hamda markaziy va periferik motor tizimlarining teskari aloqa (ish markazlaridan asab markazlariga impulsni uzatish) asosida murakkab o'zaro ta'siri bilan ta'minlangan muvofiqlashtirish ko'nikmalari yoshga bog'liq xususiyatlarga ega.

Shunday qilib, 4-6 yoshli bolalarda muvofiqlashtirish rivojlanishining past darajasi va simmetrik harakatlarning beqaror muvofiqlashtirilishi kuzatiladi. Ularning motor ko'nikmalari yo'naltirish, ortiqcha motor reaksiyalarining ko'pligi fonida rivojlanadi va harakatlarni farqlash qobiliyati past bo'ladi.

7-8 yoshda harakat koordinatsiyasi tezlik parametrlari va ritmning beqarorligi bilan tavsiflanadi.

11 yoshdan 13-14 yoshgacha mushaklar kuchini differentsiatsiyalash aniqligi oshadi va ma'lum bir harakat tempini takrorlash qobiliyati yaxshilanadi.

13-14 yoshdagi o'smirlar murakkab harakat koordinatsiyasini o'zlashtirishning yuqori qobiliyati bilan ajralib turadi, bu funksional sensomotor tizimning shakllanishining tugallanishi, barcha analitik tizimlar o'rtasidagi o'zaro ta'sirning maksimal darajasiga erishish va ixtiyoriy harakatning asosiy mexanizmlarining shakllanishi bilan bog'liq.

14-15 yoshda fazoviy tahlil va harakat koordinatsiyasining biroz pasayishi kuzatiladi.

16 yoshdan 17 yoshgacha harakat koordinatsiyasi kattalar darajasiga qadar yaxshilanishda davom etadi va mushaklar kuchini differentsiatsiyalash optimal darajaga yetadi.

Badiiy gimnastika mashg'ulotlarida harakatlarni muvofiqlashtirishning asosiy tarkibiy qismlari ritm, moslashuvchanlik va muvozanat hisoblanadi. Ritm motor-muvofiqlashtirish sifati sifatida tashqi va ichki omillar ta'sirida tanadagi morfofunktsional, biomexanik va aqliy jarayonlarning bir xil, izchil o'zgarishini ifodalaydi. Ritm tirik tizimlarning ishlashining asosidir. Busiz jarayonlarning o'zini o'zi boshqarishi, o'zgaruvchan atrof-muhit sharoitlariga moslashishi, gomeostazni saqlashi va jismoniy mashqlar ta'sirida fiziologik jarayonlarning sinxronlashuvi mumkin emas. Harakat harakatlari ham ma'lum bir ritmgaga ega, ya'ni turli kattalikdagi harakatlarning muntazam almashinishi bilan tavsiflanadi. Har qanday mashq ma'lum bir davomiylikka (temp) va harakatlarning muntazam taqsimlanishiga (dinamika) ega. Temp va dinamikaning optimal kombinatsiyasi bilan maksimal amplituda va harakat erkinligiga erishiladi, bu esa uyg'un motor harakatlariga olib keladi.

Natijada uyg'unlik, temp va dinamika ritmning asosiy tarkibiy qismlari hisoblanadi. Motor ritmi quyidagi asosiy komponentlarga ega:

- temp – murakkab motor harakatining individual harakatlarini bajarish tezligi;
- dinamika – har bir harakatni bajarishga sarflanadigan kuch;
- garmoniya – harakat tempining va dinamikasining optimal uyg'unligi.

Harakat tempi asosan fiziologik funksiyalarning tabiatini belgilaydi. Temp qanchalik yuqori bo'lsa, tanaga yuklama shunchalik ortadi. Shuning uchun sog'liqni mustahkamlash maqsadida yuqori sifatli o'quv va mashg'ulot jarayonini tashkil etishda hamda mustaqil jismoniy mashqlarni bajarishda tananing barcha fiziologik tizimlari va funksiyalarining normal ishlashini ta'minlaydigan optimal tempni belgilash muhimdir. Jismoniy holat va jismoniy tayyorgarlik darajasiga qarab, tananing harakat tempining oshishiga javobi turlicha bo'ladi. Shu sababli mashg'ulot yuklamasining asta-sekin oshirilishi mashg'ulotlarni to'g'ri tashkil etishning asosiy shartlaridan biri hisoblanadi. Ritmning yana bir muhim komponenti dinamika bo'lib, u harakatni bajarish jarayonida kuchning taqsimlanishini ifodalaydi.



TAHLIL VA NATIJALAR

Murakkab jismoniy mashq tayyorgarlik harakatlaridan, texnikaning asosiy bo'g'inidan va yakuniy harakatlardan iborat. Kuch shunga mos ravishda taqsimlanadi: asta-sekin o'sib boradi, maksimal qiymatiga yetadi va keyin yana kamayadi. Koordinatsion mashg'ulotlar harakati paytida tanani yanada mukammal boshqarish qobiliyati sifatida namoyon bo'ladi. Koordinatsion harakatlarga erishish uchun kuch sarflashning asosiy momentini aniqlash kerak, shundan so'ng qolgan bog'lovchi harakatlarni bajarish ancha osonlashadi.

Ritmni rivojlantirish mashqlari.

1-mashq. Yugurish paytida har beshinchi yugurish qadamida tanangizni o'ngga, har o'ninchi qadamda esa tanangizni chapga 180° aylantiring.

2-mashq. Yugurish paytida chap oyog'ingizga urg'u bilan qadam qo'ying. Qadamlaringiz amplitudasi teng va tezligingiz bir xil bo'lishi kerak.

3-mashq. Yugurish paytida har ikkinchi va beshinchi yugurish qadamida qo'llaringizni qarsak chaling.

4-mashq. Maksimal tezlanishda (30 m) yuguring.

"Tezlanish" paytida yugurish qadamlari sonini, shuningdek, tezlanishdan oldin va keyin barcha qo'shimcha qadamlarni aniqlang. Motor-muvofiqlashtirish sifatida elastiklik – bu insonning ma'naviy va ichki dunyosini aks ettiruvchi, shakl va ritm jihatidan uyg'un harakatdir. Muayyan harakat koordinatsiyasi sifati sifatida elastiklik individual uslubga asoslangan va uzoq muddatli, maxsus tashkil etilgan faoliyat orqali rivojlanadi. Elastiklikni rivojlantirish mashqlari.

Oyoqlaringizni yelka kengligida bir-biridan ajratib turing. Tanangizni tabiiy ravishda tekis tuting, qo'llaringiz bo'shashgan holda yon tomonlarda bo'lsin. Boshlang'ich pozitsiyadan boshlab, boshingizni va yelkangizni oldinga egib, qo'llaringizni polga parallel ravishda yarim cho'kkalagan holda bajaring (orqangiz yoysimon va yumaloq, boshingiz qo'llaringiz orasida). Bu pozani 10-15 soniya ushlab turing va boshlang'ich pozitsiyaga qayting. Yarim cho'kkalab mashqni yumshoq va silliq bajaring. Eng keng tarqalgan xato – tanani tekis tutgan holda cho'kkalab mashq qilish va pastki oyoq-qo'llarni noto'g'ri joylashtirishdir. Oyoqlaringizni yelka kengligida bir-biridan ajratib turing. Tanangizni tabiiy ravishda tekis tuting, qo'llaringizni bo'shashgan holda yon tomonlarda ushlang. Boshlang'ich pozitsiyadan oyoq barmoqlaringizga baland ko'tarilib, boshingizni va yelkangizni oldinga egib, qo'llaringizni polga parallel ravishda yarim cho'kkalagan holda bajaring (orqangiz yumaloq va yoysimon, boshingiz qo'llaringiz orasida). Ushbu pozani 10-15 soniya ushlab turing va boshlang'ich pozitsiyaga qayting. Yarim cho'kkalab mashqni yumshoq va silliq bajaring. Mashqni bajarish jarayonida to'satdan va burchakli harakatlardan saqlanang.

Oyoqlaringizni yelka kengligida bir-biridan ajratib turing. Torsoni tabiiy ravishda tekis tuting, qo'llaringizni bo'shashgan holda yon tomonlarda ushlang. Boshlang'ich pozitsiyadan oyoq barmoqlaringizga baland ko'tarilib, qo'llaringizni yuqoriga ko'taring, kaftlaringizni oldinga qarating. Keyin orqangizni egib, yarim cho'kkalagan holda mashqni bajaring. Qo'llaringizni silliq tarzda orqaga siljiting, harakat oxirida tirsak va bilaklar biroz egilgan bo'lsin. Umurtqa pog'onasi ketma-ket egiladi: avval bel sohasi, keyin ko'krak va bo'yin sohalari. Harakat bosh bilan yakunlanadi. Oyoqlaringizni yelka kengligida bir-biridan ajratib turing. Torsoni tabiiy ravishda tekis tuting, qo'llaringizni bo'shashgan holda yon tomonlarda ushlang. Boshlang'ich pozitsiyadan boshlab, orqangizni egib yarim cho'kkalashni bajaring va tizzalaringizni oldinga, so'ngra kestirib, bel hamda ko'krak umurtqa pog'onangizni to'lqinsimon harakatga keltiring. "To'lqin" yelkalarigiz harakati bilan tugaydi. Ushbu mashqni bajarayotganda kestirib tovoningizdan o'tmang. Dastlab harakat bir xil mushak tarangligi bilan o'rtacha tezlikda bajariladi, keyin temp, tezlik va taranglik o'zgaradi. Murakkab harakatlarni bajarishda fazoda va vaqtda harakatlanish qobiliyati ma'lum darajada barqarorlikni saqlashni talab qiladi. Tegishli darajadagi barqarorliksiz murakkab motor harakatlarining oqilona texnikasini o'zlashtirish qiyin. Kerakli muvozanat darajasiga tana qismlarining oqilona o'zaro joylashishi, harakatlanuvchi tizim erkinlik darajalarini minimallashtirish, mushaklar kuchini o'z vaqtida qayta taqsimlash va yuqori darajadagi fazoviy yo'nalish orqali erishiladi, bu esa tegishli jismoniy tayyorgarliksiz mumkin emas.

Yuqoridagilarga asoslanib, ushbu harakat koordinatsiyasi uchun quyidagi ta'rifni berish mumkin: muvozanat – harakatning tayanch va tayanchsiz bosqichlarida tanani hamda uning alohida komponentlarining barqarorligini saqlab qolish qobiliyatidir. Barqaror muvozanatni saqlash qobiliyatini rivojlantirish uchun muvozanat mashqlari (yog'och yoki bochka ustida yurish va boshqalar) hamda vestibulyar apparat funksiyalarini yaxshilash mashqlari (to'satdan to'xtash va yo'nalishni o'zgartirish bilan yugurish, 180° va 360° burilishlar bilan bir nechta sakrashlar, akrobatik mashqlar va boshqalar) qo'llaniladi. Muvozanatni rivojlantirish mashqlari.

Texnikasi: arqon bilan sakrash. Arqonning har bir aylanishida ikkala oyog'ingizni birga ushlab, uning ustidan sakrab o'ting. Takrorlashlar soni: 1 daqiqadan iborat uchta set. O'ng va chap oyoqlarda navbatma-navbat sakrang. Faqat bitta oyoqda sakrang. Bir sakrashdan so'ng qo'llaringizni oldingizda chalishtiring. Har bir sakrash bilan ikkita sakrashni bajaring. Arqonni orqangizdan oyoqlaringizga yaqinlashishi uchun teskari yo'nalishda aylantiring va yuqorida tavsiya etilgan sakrashlarning birini bajaring.



Texnikasi: cho'kkalab o'tirish holatidan boshlang. Cho'kkalab o'tirish holatidan sakrab, qo'llaringizni va oyoqlaringizni keng yoying, so'ng qo'nish holatiga qayting. Tempni o'rtacha darajada saqlang. 10-15 marta takrorlang. Iloji boricha balandroq sakrashga harakat qiling. Yuqoriga sakrashda tanangizni havoda iloji boricha kengroq oching. Qo'nish paytida tanani barqaror tuting. Oyoqlaringiz uchlariga, keyin esa tovonigizga qo'nishga harakat qiling. Har bir sakrash seriyasidan keyin nafasingizni boshqaring.

Texnikasi: boshlang'ich pozitsiyani qabul qiling – tanangiz tabiiy ravishda tekis, oyoqlaringiz birga, oyoqlar bir-biriga tegib turadi va qo'llaringiz bo'shashgan. Boshlang'ich pozitsiyadan boshlab, ikkala oyog'ingizni birga ushlab yonma-yon sakrang. Iloji boricha tezroq bajarang. Har bir to'plamda 10 marta takrorlang. To'piq jarohatlarining oldini olish uchun sakrashdan keyin oyoqlaringiz uchlariga qo'ning. Kuch va tezlik oshib borishi bilan temp, amplituda va takrorlanishlar sonini oshiring. Har bir sakrash seriyasidan keyin nafasingizni nazorat qiling.

Texnikasi: ushbu mashqni sherik bilan bajarang. Sheriklar bir-biriga qaragan holda, kaftlarini yelkalariga qo'ygan holda boshlaydi. Boshlang'ich pozitsiyadan boshlab ikkala sherik ham bir qadam orqaga chekinadi va muvozanatni saqlay olmaguncha orqaga chekinishni davom ettiradi.

Agar sizda yelka og'rig'i yoki yelka jarohatlari bo'lsa, bu mashqni bajarish tavsiya etilmaydi. Yiqilmaslik uchun muvozanatni saqlashga harakat qiling. Asosiy mushak guruhlarini rivojlantirishga qaratilgan dinamik aerobika ham muvofiqlashtirishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Dinamik aerobika vazn kamayishiga yordam beradigan, kuch va chidamlilikni rivojlantiradigan hamda tanani shakllantiradigan qarshilik mashqlari, turli xil presslar, cho'kkalashlar va egilishlarni o'z ichiga oladi. Natijada tana kislorod bilan boyiydi, metabolism tezlashadi va ortiqcha yog'lar yonadi; kuch, chidamlilik, chaqqonlik va muvofiqlashtirish rivojlanadi, bo'g'imlarning moslashuvchanligi hamda harakatchanligi oshadi; harakatlar ishonchli va ifodali bo'ladi; surunkali charchoq yengillashadi, infeksiyalarga va charchoqqa chidamlilik ortadi hamda tana yoshartiriladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, koordinatsion (muvofiqlashtirish) mashg'ulotlari harakat ketma-ketligini optimalashtirish, intensiv sport bilan shug'ullanish va o'zini yanada ishonchli his qilish imkonini beradi. Badiiy gimnastika mashg'ulotlarida muvofiqlashtirish ko'nikmalarini rivojlantirish tanani yaxshiroq nazorat qilishni ta'minlaydi, bu esa kundalik mashg'ulotlar davomida ham foyda keltiradi.

Yiqilish va natijada jarohatlar xavfi yosh oshgani sari ortadi. Shuning uchun mashg'ulot dasturiga muvozanat mashqlarini kiritish juda muhimdir. Asosiy harakatlarni muntazam bajarish insonning har tomonlama jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, yurak-qon tomir, nafas olish va asab tizimlari faoliyatini yaxshilaydi hamda mushaklar va tayanch-harakat tizimini mustahkamlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. В. И. Лях. Координационные способности школьников. – Москва: Просвещение, 2006.
2. Н. Г. Озолин. Настольная книга тренера. – Москва: Астрель, 2003.
3. Л. А. Карпенко. Художественная гимнастика. – Москва: Всероссийская федерация художественной гимнастики, 2003.
4. А. А. Абдуллаев. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
5. P. C. Саломов. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. – Toshkent, 2014.

- 
- 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



AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №3(1)

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

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

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