



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



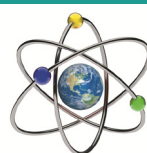
№4(1)
2026

- 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. 506 sahifa,
2-aprel, 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)
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Doniyorov S. M. – "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
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
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

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers “Yangi O'zbekiston” and “Pravda Vostoka”, Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate 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

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

Yangi O'zbekistonning mintaqaviy va global geosiyosiy pozitsiyasi: milliy o'zlik va media reprezentatsiya tahlili	16
Salim Doniyorov	
Axborot kommunikatsiya texnologiyalari vositasida o'quvchilarning adabiy tahlil kompetensiyasini shakllantirish	21
Djo'rayev Yorqin Xolnizozovich, Xoldarova Gulchehra Tajibayevna	
Adabiy tahlil kompetensiyasini shakllantirishda elektron darsliklar va multimedia vositalaridan foydalanish.....	26
Djo'rayev Yorqin Xolnizozovich	
Ta'limdagi hurfikrlikni rivojlantirishning pedagogik asoslari.....	29
Yunusov Dilshod Raxmatovich	
Boshlang'ich ta'limda kompetensiyaviy yondashuv asosida o'quvchilarda tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi.....	32
Aliqulova Habiba Bahranovna	
Ayollar boksida jismoniy tayyorgarlikning yosh qizlar salomatligiga ta'siri	36
Majidov Ruslan Rustam o'g'li, Komilova Ismigul O'ktamjon qizi	
Talaba-yoshlarda internet risklarning oldini olishning pedagogik modeli	41
Muradova Maftuna Komilovna, Mamadaliyeva Umida Isroiljonovna	
Диагностика креативности студентов педагогических вузов в процессе изучения специальных дисциплин.....	44
Уразова Марина Батыровна, Соибова Толифа Дилмуродовна	
STEAM yondashuvi asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarida kommunikativ kompetentlikni shakllantirishning metodik xususiyatlari.....	49
Tashibekova Munajat Xoshimovna	
Mariya Montessori ta'limida bolalarning mustaqilligini va ijodiy faoliyatini rivojlantirishning pedagogik-didaktik shart-sharoitlari.....	53
Asqarova Ma'mura Sadriddinovna	
O'spirinlik yoshida namoyon bo'ladigan agressiv xulqning psixologik xususiyati	59
Atajanova Xurjon Pirnazar qizi	
O'zbekiston jurnalistikasining rivojlanishida jadidlarning o'rni: jurnalistikada yangi trend	64
Murtozayeva Nigora Murtoza qizi	
Virtual ta'lim texnologiyasining ta'lim jarayonini takomillashtirishdagi ahamiyati.....	67
Muxsiyeva Aziza Shamsitdinovna	
Kelajakdagi o'qituvchilarning pedagogik kreativligini ta'limiy o'yinlar orqali rivojlantirish yo'llari	69
N. A. Musayeva	
Talabalarda lisoniy tafakkurni shakllantirishga psixolingvistik yondashuvning didaktik tamoyillari	76
Odiljonova Kamola Abduvosit qizi	
Strategies for Overcoming Difficulties in Using Authentic Materials in English Language Teaching	81
Qosimov Jaloliddin Abduvali o'g'li	
Oliy ta'lim muassasalarida mustaqil ta'limni tashkil etishning pedagogik imkoniyatlari	84
Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna	
Inspektor-psixologlarda ijtimoiy-psixologik kompetentlikning kasbiy faoliyatdagi ahamiyati	87
Raxmanova Dilnoza Farmanovna	
Qo'ng'iro't tumani toponimlarining leksik-semantik va genetik xususiyatlari	90
Shamshaddinova Saodat Saparbayevna	
Variativ yondashuv asosida 5–9-sinf o'quvchilarida valeologik madaniyatni rivojlantirishning didaktik modeli va metodik ta'minoti	93
Shamuratov Asqar Abdullayevich	



The Structural Composition and Developmental Stages of Critical Thinking Skills.....	98
<i>Shuxratjon Ismoiljonov Boymirza o'g'li</i>	
Yosh rahbar kadrlarni lavozimlarga tayinlashning psixologik xususiyatlari.....	106
<i>Sobitov Otabek</i>	
O'zbekistonda erta turmush qurish masalasi va uning psixologik tahlillari.....	111
<i>Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi</i>	
Adaptiv sportning inklyuziv ta'lim tizimida alohida ta'limga ehtiyoji bo'lgan o'quvchilarning jismoniy va funksional rivojlanishidagi ahamiyati.....	114
<i>Xasanova Sarvinov To'liqinjon qizi</i>	
Yosh futbolchilarda texnik mahoratni rivojlantirishda differentsiallashgan mashg'ulotlar modelini qo'llash samaradorligi	118
<i>Zayniddinov Tojiddin Baxriddinovich</i>	
Фразеологизмы как носители культуры: проблемы перевода и методы обучения	123
<i>Хамидова Гулноза Турсунбой кизи</i>	
Talabalarni kreativ yondashuv asosida tarbiyaviy–innovatsion faoliyatga tayyorlash jarayonlari.....	127
<i>Adizova G. M.</i>	
Iqtidorli bolalarni psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlash	131
<i>Ismoilova Adolat Anvarovna</i>	
STEAM – ta'lim texnologiyasi asosida o'quvchilarning fazoviy tasavvurlarini rivojlantirish metodikasi	134
<i>So'fiboyeva Gulchehra Mamurjonovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy ko'nikmalar va kompetentlikni shakllantirishning pedagogik asoslari.....	138
<i>Fayzullayeva Xovoxon Xayrullo qizi</i>	
Inklyuziv ta'limga muhtoj bolalar bilan ishlashda tarbiyachining roli.....	142
<i>Mansurova Lobar Luqmon qizi, Boqiyeva E'zoza Mashrab qizi</i>	
Rivojlanishida nuqsoni bor bolalarni ta'lim-tarbiyalashning ilmiy-pedagogik asoslari.....	146
<i>Tojiboyeva Osiyoxon Alisher qizi</i>	
Xalqaro ta'lim tashkilotlari faoliyatining nazariy asoslari.....	150
<i>Abdusamadova Aziza Kamoliddin qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarni ijtimoiy texnologiyalar asosida ijtimoiy-pedagogik faoliyatga tayyorlash tizimi sifatida.....	153
<i>Shanazarov Otabek</i>	
Maktabgacha ta'limda STEAM yondashuvini loyiha asosida joriy etishning pedagogik strategiyalari	158
<i>Radjapova Xuzra Tirkashevna, Abdullayeva Sarviniso</i>	
Matematika ta'limida modellashtirishning psixologik va metodik asoslari: disum loyihasi tahlili.....	161
<i>Xaydarov Xurshid Ismatovich</i>	
Darsdan tashqari mashg'ulotlarda gandbolchilarning tezkorligini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari.....	166
<i>Ismatullayeva Zuhra Rustam qizi</i>	
Osiyo xalq o'yinlari asosida jismoniy tarbiya jarayonini samarali tashkil etishning pedagogik shartlari	170
<i>Abdullayev Yashnarjon Mahkamovich</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning innovatsion kompetentligini shakllantirishda klasterli ta'lim muhitining imkoniyatlari.....	173
<i>Abduraxmanov M. B.</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida tanqidiy fikrlash.....	178
<i>Chinaliyeva Ayjamal Baxitjanovna</i>	
Talabalarda raqamli ta'lim madaniyatini rivojlantirish.....	181
<i>Eshqurbonova Nafisa Bahodir qizi</i>	
Blended Educational Technologies in Higher Education: A Systematic Analysis of Foreign Research.....	183
<i>Fozilova Maxina Adashevna</i>	
Voyaga yetmaganlarda deviant xulq shakllanishida ijtimoiy-psixologik omillarning roli.....	188
<i>Galdiyeva Mehribon Durdiyevna, Saydazimov Alisher Nurali o'g'li</i>	

Boshlang'ich tayyorlov guruhida ulotqirish texnikasi elementlarini o'rgatish samaradorligi.....	191
<i>Hayitmurodova Nasiba Abdusalimovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida tarbiya fanini o'qitishning metodik tayyorgarligini takomillashtirish zaruriyati.....	197
<i>Inoyatova Zulfiya Xamdammovna</i>	
Talabalarni ilmiy-tadqiqot faoliyatiga jalb etishning metodologik asoslari.....	199
<i>Karimova Madinabonu Dilshodbek qizi</i>	
Kompetentligini baholash mezonlari va indikatorlarini ishlab chiqish	203
<i>Kayumov Oybek Achilovich</i>	
Kasbiy refleksiya asosida bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik mahoratini rivojlantirish.....	209
<i>Miraxmedova Mubina Mirxalil qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida nutq ko'nikmalarini rivojlantirish.....	211
<i>Nisanbayeva Akmaral Kaldibayevna</i>	
Maxsus ta'lim dasturlari orqali iqtidorli talabalarining ijodiy salohiyatini rivojlantirish	214
<i>Rayimova Shahlo Sobirjon qizi</i>	
STEAM ta'limida ijtimoiy intellektni rivojlantirish metodlari	217
<i>Toshev Elbek Choriyevich</i>	
Innovatsion texnologiyalar va ularning tasviriy san'at o'qituvchilarini tayyorlash tizimidagi roli.....	223
<i>Usmanov Botir Allaberdiyevich</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning ijtimoiy kompetensiyasini rivojlantirishda volontyorlik faoliyatining ahamiyati.....	227
<i>Xalilova Dilnoza Furkatovna</i>	
Boshlang'ich sinflarda robototexnikaning ahamiyati va o'rni	230
<i>Xodiyeva Dilrabo Pirimovna</i>	
Working With Visual AIDS in Teaching English in Primary Education	233
<i>Yunusova Nodira Akhmadjanovna</i>	
Teatr texnologiyalarini maktabgacha ta'limga integratsiya qilishning pedagogik shartlari	237
<i>Abdullayeva Aziza Abdurazzoq qizi, Salimova Dilmira Farxodovna</i>	
The Psychological Impact of Social Media on Youth	242
<i>Dilfuza Qarshiboyeva</i>	
Maktab direktori nutq etiketi – ta'lim menejmentida jamoatchilik bilan samarali muloqot asosi	246
<i>Islamova Dilfuza Dilshodovna</i>	
Dizatriyali bolalar monologik nutqini innovatsion texnologiyalar orqali rivojlantirish.....	250
<i>Pardayeva Muxlisa</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishida bilish jarayonlarning ahamiyati.....	257
<i>Xaydarova Umidaxon Baxromjon qizi</i>	
Enhancing the Professional Competence of English Language Teachers.....	259
<i>Karimova Dilshoda Sodiqjon qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda montessori metodi bo'yicha sezgir davrlar	264
<i>Tojiakhmedova Maftuna Umarjon qizi</i>	
"Personal learning assistant" vositalari asosida bo'lajak pedagoglarni tayyorlash tizimidagi zamonaviy tendensiyalar tahlili.....	268
<i>Muradova Maftuna Komilovna, Turobova Ro'zoy Bekmurotovna, Xayrullayev Mo'minbek Anvar o'g'li</i>	
Boshlang'ich sinf o'qish savodxonligi darslarida adabiy-nutqiy kompetensiyalarni shakllantirish metodikasi.....	272
<i>Ravshanova Dildora Sagdullayevna</i>	
Raqamli ta'lim sharoitida elektron axborot-ta'lim muhitining mohiyati va tarkibiy tuzilmasi.....	279
<i>Temurov Sobirjon Yo'ldoshevich</i>	
Zamonaviy ta'lim menejmentida innovatsion yondashuvlarning ahamiyati (boshlang'ich ta'lim misolida) ..	283
<i>Pardaboyev Doston</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti va oilaning hamkorligida qadriyatlar tarbiyasining amaliy asoslari	286
<i>Xaydarova Mavluda Mo'yidinjon qizi</i>	



Zamonaviy pedagogik va axborot-kommunikatsiya texnologiyalari integratsiyasi asosida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish bosqichlari va samarali shakllari.....	292
<i>G'oziyeva Mohlaroyim Qodirxon qizi</i>	
Alohida ta'lim ehtiyojiga ega bo'lgan bolalarning (aqliy nuqson) ovqatlanish tartibi	295
<i>Sh. M. Ro'ziyeva</i>	
Boshlang'ich sinflarda ona tili darslarida imlo savodxonligini oshirishda geymifikatsiya o'yini orqali samarali tashkil etish	299
<i>Mergenbaeva Asiya Erkebaevna</i>	
Musiqa o'qituvchisining pedagogik muloqatining ta'lim jarayonidagi ahamiyati	304
<i>S. M. Raxmonberdiyeva</i>	
Ijtimoiy-maishiy hayotga yo'naltirish darslarida zaif eshituvchi o'quvchilarning nutqini rivojlantirish	307
<i>Abdulxamidova Gulnoza</i>	
Ispaniya davlati ijtimoiy hayoti, madaniyati va o'ziga xos ta'lim tizimi	311
<i>Umarova Malika Xisabidinovna, Sabirova Nodira Ibrohimovna</i>	
Ertaklardagi so'zlardan foydalangan holda nutqi rivojlanmagan bolalarda muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish metodologiyasi	316
<i>G'opporova Mahliyoxonim</i>	
Tarbiya fanida hadislar va milliy qadriyatlarni integratsiya qilishning pedagogik imkoniyatlari	319
<i>Axmedov Boburjon Vasikovich</i>	
Chaqiriqqacha harbiy ta'lim tizimida o'quv-biluv kompetensiyalarini rivojlantirishning innovatsion yondashuvlari	324
<i>Mirzayev Shavkat Turdibayevich</i>	
Mustaqil ta'lim olish faoliyati tushunchasining pedagogik mohiyati va tarkibiy tuzilmasi (fizika fani bo'yicha).....	328
<i>Esanmurodov Otamurod Boboqand o'g'li</i>	
Oliy ta'limda immersiv yondashuvning mohiyati.....	333
<i>Muradova Maftuna Komilovna, Jontemirova Nozima Abdijabbor qizi</i>	
Yengil atletika mashg'ulotlari tizimida sportchilarning psixologik tayyorgarligini shakllantirish va rivojlantirishning ilmiy-pedagogik asoslari.....	337
<i>Yigitaliyev A. F.</i>	
Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasida o'quvchilarning harakat faolligini rivojlantirishning zamonaviy pedagogik mexanizmlari.....	343
<i>D. R. Abdusalomov</i>	
Futbolchilarni tayyorlash jarayonida innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llashning samaradorligi...	348
<i>Mirbabayev Muzaffar Ismatillayevich</i>	
Empirik tushunchalar va ularning hospital pedagogikadagi pedagogik-psixologik roli	353
<i>Sapayeva Mavluda Shanazarovna</i>	
Ayollarga nisbatan zo'ravonlikka qarshi kurash va huquqiy himoya.....	357
<i>Ibragimova Feruza Bahodirxonovna</i>	
Integrativ yondashuv asosida kongruentlik kompetensiyasini shakllantirishga ta'sir etuvchi omillar.....	362
<i>Kamalova Dilobar Tairovna</i>	
Og'ir atletikachilarning ko'p yillik tayyorgarlik jarayonini tashkil etish	366
<i>Raximov Farxod Maxmudovich</i>	
Haqiqiy materiallardan foydalangan holda o'qishni o'rgatish	370
<i>Axmedov Husen Uzairovich</i>	
Maktabgacha ta'limda innovatsion va fiziologik yondashuvlarning o'ziga xos xususiyatlari.....	376
<i>Ruziyeva Gulsara Temirqulovna</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida talaba-yoshlarning jismoniy tarbiyasi.....	380
<i>Nazarov Zokir Abdurahmonovich</i>	
Tafakkur va mantiqiy fikrlash bo'lajak pedagog shaxsining nutq madaniyati omili sifatida	383
<i>A. Sh. Jumayev</i>	
Bo'lajak musiqa o'qituvchilarida turizm vositasida tolerantlikni rivojlantirish pedagogik muammo sifatida.....	386
<i>Abdumannatova Aziza Abdumajit qizi</i>	

Zamonaviy didaktik vositalar asosida talabalarning kasbiy tayyorgarligini takomillashtirishning ilmiy-nazariy asoslari.....	390
<i>Asobayeva Noila Samatovna</i>	
Axborot texnologiyalarini kasbiy faoliyatda qo'llash" fanidan amaliy va laboratoriya mashg'ulotlarini samarali tashkil etish	395
<i>Axmedova Zebixon Siddikovna</i>	
Talaba shaxsini ma'naviy-axloqiy tarbiyalashga qo'yilgan pedagogik talablar	399
<i>Boliyev Uchqun Ismatovich</i>	
Translation of Phraseological Units in Mass Media Texts.....	402
<i>Eshmurodova Ziyodaxon Urinbayevna</i>	
Phraseologisms in Modern Russian: A Corpus-Based Analysis of Structural, Semantic, and Functional Dynamics	405
<i>Farkhod Kholmatov</i>	
Yosh sportchilarda sprinterlik qobiliyatlarini rivojlantirishda o'yin uslubidagi mashqlarning o'rni.....	413
<i>G'oibov Yusufali Buxoraliyevich</i>	
Imitatsion mashqlarni nutqni avtomatizatsiyalash jarayonida qo'llash metodikasi	417
<i>G'aniyeva Muhabbat Lutfullayevna</i>	
1879-1894-yillarda yevropa va aqshdagi asos soluvchi laboratoriyalar evolyutsiyasi orqali eksperimental psixologiya genezisining qiyosiy-tarixiy tahlili.....	420
<i>Haydarov Farhod Ilnazarovich</i>	
Maktab direktori nutq etiketi – ta'lim menejmentida jamoatchilik bilan samarali muloqot asosi	423
<i>Islamova Dilfuza Dilshodovna</i>	
Bolalarda gigiyeniya qoidalarini o'rgatishning pedagogik ahamiyati	427
<i>Kalkonova Lutfiya Yusufovna, Safarova Qizlarxon</i>	
Kasbiy refleksiya va portfolio metodining ta'lim jarayonidagi ahamiyati	430
<i>Ismoilova Adolat Anvarovna, Kamoliddinova Mahliyoxon Zohidjon qizi</i>	
Практическая работа по развитию логического мышления учащихся начальных классов через дидактические игры	433
<i>Отажонов Ж. М., Мамарасулова М. А.</i>	
Umumta'lim maktablarida "tarbiya" fanini o'qitish jarayonida mavjud muammolar, ularning sabablari va takomillashtirish yo'llari.....	436
<i>Mamirova Shaxnoza Xudoyqulovna</i>	
Word Formation and Vocabulary Enrichment in Modern English and Uzbek Languages	440
<i>Muminova Feruza Muratdjanovna</i>	
Nodavlat ta'lim tashkilotlarining maktabgacha ta'lim tizimidagi o'rni va rivojlanish tendensiyalari	443
<i>Muminova Nargiza Sabitdjanovna</i>	
Shaxs taraqqiyotining turli bosqichlarida refleksiyaning rivojlanishi	447
<i>N. I. Xalilova</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda inklyuziv kompetensiyalarni rivojlantirishning pedagogik asoslari	450
<i>Omanqulova Shohida Nematillo qizi</i>	
Bo'lajak pedagoglarda gender madaniyatni shakllantirishda milliy qadriyatlar va zamonaviy yondashuvning uyg'unligi	455
<i>O'tkirova Zuhraon Ahmedjanovna</i>	
Developing Listening and Speaking Skills in Middle School	458
<i>Rakhmonova Dilrabokhon Salokhiddin kizi</i>	
Bolalarda gigiyena qoidalarini o'rgatishning pedagogik ahamiyati	461
<i>Kalkonova Lutfiya Yusufovna, Safarova Qizlarxon</i>	
Avlodlar nazariyalari haqidagi mulohazalarning nazariy tahlili: baby boomerlar, X, Y, Z avlodlari.....	464
<i>Umarova Sitora Muxlisovna, Sharifova Mahtob Murodjonovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida kasbiy kompetentlikni rivojlantirishning nazariy asoslari	467
<i>Abrorxonova Kamolaxon Abrorxon qizi, Sofoyeva Oysha Davlatyorovna</i>	
Boshlang'ich sinflarda arifmetik amallarni o'rgatishning samarali metodlari.....	470
<i>Solijonova Mavluda Zokir qizi</i>	



Ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini takomillashtirishning nazariy-metodologik asoslari.....	472
<i>Toxirov Botirjon G'ofurjon o'g'li</i>	
Chaqiriqqacha harbiy ta'limda talabalarning harbiy ko'nikmalarini shakllantirishda psixologik omillarning o'rni.....	477
<i>Tursunov Shaxzod Ramazonovich</i>	
Bolalarning jismoniy faolligini oshirish va jismoniy rivojlantirish bo'yicha noan'anaviy jismoniy mashqlarning ahamiyati	480
<i>Xalmatova Nasiba Bozorboyevna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida ekologik tafakkurni rivojlantirish muammolari	485
<i>Yaxshiboyeva Nargiza Rustamqulovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv-bilish faolligini rivojlantirishda bolalar adabiyotidan foydalanish ..	488
<i>Yuldoshova Mehriniso Ochildiyevna</i>	
Hosila va uning tatbiqlarini o'rgatishda zamonaviy yondashuvlar	491
<i>Absamatov Zuxriddin Axmad o'g'li</i>	
Развитие речи у детей как ключевой фактор формирования личности.....	496
<i>Дустова Дилдора Собиржановна</i>	
Boshlang'ich sinflarda geometrik tasavvurlarni shakllantirish metodikasi	498
<i>Imamova Nasiba Xurramovna</i>	
Дидактические основы подготовки будущих педагогов к лекционной деятельности.....	501
<i>Нодира Азаматова</i>	



ALOHIDA TA'LIM EHTIYOJIGA EGA BO'LGAN BOLALARNING (AQLIY NUQSON) OVQATLANISH TARTIBI

Sh. M. Ro'ziyeva

MTTDMQTMOI

"Maktabgacha va inklyuziv ta'lim metodikasi" kafedrası dotsenti

Annotatsiya: Aqliy nuqsonli bolalarning ovqatlanish tartibini ilmiy asosda tashkil etish masalalari yoritiladi. Ushbu toifadagi bolalarda uchraydigan fiziologik, biokimyoviy va metabolik o'zgarishlar tahlil qilinib, to'g'ri va muvozanatli ovqatlanishning ularning jismoniy hamda aqliy rivojlanishidagi ahamiyati asoslab beriladi. Shuningdek, nutriyentlarga bo'lgan ehtiyoj, ratsional ovqatlanish prinsiplari, ovqatlanish rejimini optimallashtirish yo'llari hamda sensor-xulqiy xususiyatlarni inobatga olgan holda ovqatlanirish yondashuvlari ko'rib chiqiladi. Individual yondashuv asosida ovqatlanish tizimini tashkil etish, vitamin-mineral ta'minotni nazorat qilish va maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ovqatlanish sifatini oshirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Kalit so'zlar: aqliy nuqsonli bolalar, inklyuziv ta'lim, ovqatlanish tartibi, nutriyentlar, ratsional ovqatlanish, metabolizm, vitaminlar va minerallar, omega-3, immunitet, ovqat hazm qilish, sensor xususiyatlar, individual yondashuv, MTT ovqatlanishi.

Abstract: The issues of scientifically grounded organization of nutrition for children with intellectual disabilities are examined. Physiological, biochemical, and metabolic changes characteristic of this group are analyzed, and the importance of proper and balanced nutrition for their physical and cognitive development is substantiated. Particular attention is given to nutrient requirements, principles of rational nutrition, optimization of dietary regimes, and feeding approaches considering sensory and behavioral characteristics. Practical recommendations are developed for organizing nutrition systems based on an individual approach, monitoring vitamin and mineral intake, and improving the quality of nutrition in preschool educational institutions.

Key words: children with intellectual disabilities, inclusive education, dietary regimen, nutrients, balanced nutrition, metabolism, vitamins and minerals, omega-3, immunity, digestion, sensory characteristics, individual approach, preschool nutrition.

Аннотация: Рассматриваются вопросы научно обоснованной организации питания детей с интеллектуальными нарушениями. Анализируются физиологические, биохимические и метаболические изменения, характерные для данной категории детей, а также обосновывается значение правильного и сбалансированного питания для их физического и умственного развития. Освещаются потребности в нутриентах, принципы рационального питания, пути оптимизации режима питания и подходы к кормлению с учётом сенсорно-поведенческих особенностей. Разрабатываются практические рекомендации по организации системы питания на основе индивидуального подхода, контролю витаминно-минерального обеспечения и повышению качества питания в дошкольных образовательных организациях.

Ключевые слова: дети с интеллектуальными нарушениями, инклюзивное образование, режим питания, нутриенты, рациональное питание, метаболизм, витамины и минералы, омега-3, иммунитет, пищеварение, сенсорные особенности, индивидуальный подход, питание в ДОУ.

KIRISH

Bugungi kunda bolalar salomatligini muhofaza qilish va ularning to'liq rivojlanishini ta'minlash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, aqliy nuqsoni bor bolalar uchun to'g'ri va muvozanatli ovqatlanishni tashkil etish alohida ahamiyat kasb etadi. Aqliy nuqsoni bor bolalarda ishtaha buzilishi, hazm qilish muammolari, vitamin yetishmovchiligi kabi holatlar kuzatiladi. Shu sababli to'g'ri ovqatlanish ularning rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Jamiyat taraqqiyotining muhim ko'rsatkichlaridan biri – sog'lom va barkamol avlodni shakllantirish hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, maktabgacha yoshdagi bolalar, ayniqsa, aqliy nuqsoni bor bolalar salomatligini ta'minlash dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Aqliy nuqsoni bor bolalar (intellek-

tual rivojlanishida nuqsoni bo'lgan bolalar)da markaziy asab tizimi faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari mavjud bo'lib, bu holat ularning modda almashinuvi, ovqat hazm qilish jarayonlari va nutriyentlarni o'zlashtirishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, mazkur toifadagi bolalar uchun ovqatlanishni tashkil etish nafaqat fiziologik ehtiyoj, balki tibbiy-pedagogik vazifa sifatida qaraladi. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, aqliy nuqsoni bor bolalarda metabolik jarayonlar sekin kechadi, nutriyentlarning so'rilishi pasaygan bo'ladi, vitamin va minerallar tanqisligi yuqori darajada uchraydi, neyromediatorlar sintezi buziladi.

Bu esa quyidagi asoratlarga olib keladi: kognitiv faoliyat pasayishi, diqqat va xotira buzilishi, emotsional beqarorlik, immunitetning susayishi. Shu sababli, to'g'ri ovqatlanish miya faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi, neyron aloqalarni mustahkamlaydi, bolaning adaptatsiyasini yengillashtiradi. Ovqatlanish tartibi kun davomida 4–5 mahal ovqatlanishni tavsiya etadi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Alohida ta'lim ehtiyojiga ega bo'lgan bolalarning, xususan aqliy nuqsoni bor bolalarning ovqatlanishi masalasi xalqaro va milliy miqyosda dolzarb ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) tomonidan ishlab chiqilgan "Child Nutrition Guidelines" 2021 tavsiyalarida bolalar organizmining yoshga xos fiziologik ehtiyojlari, energiya balansi va nutriyentlar muvozanatini ta'minlash asosiy omil sifatida ko'rsatiladi. Ushbu manbada ayniqsa mikroelementlar yetishmovchiligi bolalarda aqliy rivojlanishning sekinlashishiga olib kelishi ilmiy asoslangan. FAO tomonidan ishlab chiqilgan "Dietary guidelines" 2020 hujjatida esa ratsional ovqatlanishning asosiy prinsiplari, jumladan, oziq-ovqat xilma-xilligi va sifatli mahsulotlardan foydalanish bolalar salomatligini mustahkamlashda muhim omil sifatida yoritilgan.

UNICEF tashkilotining "Nutrition for Children with Disabilities" materiallarida alohida ehtiyojli bolalarning ovqatlanishidagi o'ziga xosliklar keng tahlil qilingan. Ushbu manbaga ko'ra, bunday bolalarda ovqat hazm qilish tizimi, nutriyentlarni o'zlashtirish va sensor qabul qilish jarayonlari farqlanishi sababli individual yondashuv zarur hisoblanadi. Ayniqsa, ovqatning teksturasi, ta'mi va ko'rinishi bolalarning ovqatni qabul qilishiga bevosita ta'sir etishi qayd etilgan. Shu bilan birga, aqliy nuqsoni bor bolalarda oqsil, omega-3 yog' kislotalari, temir va yod kabi moddalar yetishmovchiligi kognitiv rivojlanishga salbiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy jihatdan asoslab berilgan.

O'zbekistonlik olimlardan Sh.M. Ro'ziyeva tadqiqotlarida bolalar va parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi, ratsionni to'g'ri tashkil etish hamda oziq-ovqat mahsulotlarining biologik qiymatini oshirish masalalari yoritilgan. Muallifning ta'kidlashicha, bolalar ovqatlanishida gigiyenik talablar, energiya me'yorlari va nutriyentlar nisbatini hisobga olish muhimdir. Shuningdek, amaldagi SanQvaN № 0016–21 hujjatida bolalar ovqatlanishining me'yorlari, kaloriya talablari va oziq-ovqat mahsulotlarini tanlash mezonlari aniq belgilab berilgan. Ushbu ilmiy va me'yoriy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, aqliy nuqsoni bor bolalarning ovqatlanishini tashkil etishda kompleks, individual va ilmiy asoslangan yondashuv zarur hisoblanadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotda ma'lumotlar kompleks yondashuv asosida yig'ildi. Birlamchi ma'lumotlar maktabgacha ta'lim tashkilotlarida aqliy nuqsoni bor bolalarning ovqatlanish jarayonini kuzatish, ota-onalar va tarbiyachilar o'rtasida so'rovnomaga o'tkazish hamda yarim tuzilgan intervyular orqali olindi. Kuzatuv jarayonida bolalarning ovqat qabul qilish chastotasi, ratsion tarkibi va sensor reaksiyalari qayd etildi. Ikkilamchi ma'lumotlar esa amaldagi me'yoriy hujjatlar, jumladan SanQvaN talablari, shuningdek WHO, UNICEF va FAO tavsiyalari asosida tahlil qilindi. Olingan ma'lumotlar miqdoriy va sifat jihatdan qayta ishlanib, taqqoslash, guruhlash va foizli tahlil usullari qo'llanildi. Statistik tahlilda o'rtacha ko'rsatkichlar aniqlanib, turli guruhlar o'rtasidagi farqlar solishtirildi. Sifat tahlilida esa intervyu va kuzatuv natijalari mazmuniy jihatdan tahlil qilinib, asosiy tendensiyalar ajratib olindi. Natijalar asosida mavjud ovqatlanish tizimining samaradorligi baholandi va muammoli jihatlar aniqlashtirildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Nutriyentlar – organizmning hayot faoliyatini ta'minlovchi asosiy moddalar bo'lib, ularga oqsillar, yog'lar, uglevodlar, vitaminlar va mineral moddalar kiradi. Inson organizmining nutriyentlarga bo'lgan ehtiyoji quyidagi omillarga bog'liq: yosh (bolalarda yuqori), jins, fiziologik holat (homiladorlik, laktatsiya), jismoniy faollik, iqlim sharoiti. Asosiy nutriyentlar normasi (bolalar uchun):

- oqsil – 1,5–3 g/kg vazn, o'sish va to'qimalar tiklanishi uchun;
- yog' – umumiy kaloriyaning 25–30 %, energiya va gormonlar uchun;
- uglevodlar – 50–60 %, asosiy energiya manbai;
- vitaminlar va minerallar – immunitet va metabolizm uchun zarur.



Ilmiy xulosa: nutriyentlar muvozanati buzilsa, gipovitaminoz, anemiya, semirish yoki ozib ketish, immunitet pasayishi kuzatiladi.

Ratsional ovqatlanish – bu organizm ehtiyojlariga mos, muvozanatli va xavfsiz ovqatlanish tizimidir. Barcha nutriyentlar to'g'ri nisbatda bo'lishi kerak. Ratsionda go'sht, sut mahsulotlari, sabzavot va mevalar, don mahsulotlari bo'lishi shart. SanPiN talablariga mos bo'lishi, ratsion tuzishda kaloriya hisoblanishi, nutriyent balansi tekshirilishi va biologik qiymat baholanishi zarur.

Ovqatlanish tartibini optimallashtirish ovqat qabul qilish vaqti va chastotasini to'g'ri tashkil etishni anglatadi. Kuniga 4–5 mahal ovqatlanish, 3–4 soatlik oraliq, bir vaqtda ovqatlanish (rejim) muhim hisoblanadi. Kaloriya taqsimoti quyidagicha:

- nonushta – 25 %, tushlik – 35–40 %,
- ikkinchi tushlik – 10–15 %,
- kechki ovqat – 20–25 %.

Muhim qoidalar: kechki ovqat uxlashdan 2–3 soat oldin iste'mol qilinadi, ortiqcha shirinlik cheklanadi, suv iste'moli nazorat qilinadi.

Ilmiy xulosa: to'g'ri rejim hazmni yaxshilaydi, moddalar almashinuvini barqarorlashtiradi va bolalarda ish qobiliyatini oshiradi.

Fiziologik va biokimyoviy xususiyatlar jihatidan aqliy nuqsoni bor bolalarda quyidagi o'zgarishlar kuzatiladi:

- fermentlar aktivligining pasayishi,
- ichak mikrobiotasining disbalansi,
- oqsil almashinuvining buzilishi,
- glyukoza metabolizmining izdan chiqishi.

Miya faoliyati uchun asosiy energiya manbai – glyukoza hisoblanadi. Uning yetarli darajada yetkazib berilmasligi diqqatning susayishi, fikrlashning sekinlashishi va charchoqning kuchayishiga olib keladi. Shuningdek, omega-3 yog' kislotalari neyron membranalarining tarkibiy qismi bo'lib, ularning yetishmovchiligi kognitiv pasayishga sabab bo'ladi.

Nutriyentlarga bo'lgan ehtiyoj nuqtai nazaridan aqliy nuqsoni bor bolalar uchun quyidagi moddalar alohida ahamiyatga ega:

- oqsillar – neyromediatorlar sintezi uchun zarur (manbalari: go'sht, tuxum, baliq);
- yog'lar (ayniqsa omega-3) – miya rivojlanishi uchun muhim (manbalari: baliq, yong'oq);
- uglevodlar – asosiy energiya manbai bo'lib, murakkab uglevodlar ustun bo'lishi kerak;
- vitaminlar (V guruhi – asab tizimi uchun, D vitamini – immunitet uchun);
- minerallar (temir – gemoglobin uchun, yod – aqliy rivojlanish uchun, sink – immunitet uchun).

Ratsional ovqatlanish prinsiplari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- balanslashganlik – barcha nutriyentlarning mutanosibligi,
- regulyarlik – bir xil vaqtda ovqatlanish,
- individual yondashuv – har bir bolaning holatiga qarab yondashish,
- sifatli mahsulotlar – tabiiy va xavfsiz mahsulotlardan foydalanish,
- gigienik talablar – sanitariya qoidalariga rioya qilish.

Ovqatlanish rejimi kunlik 5 mahal ovqatlanishdan iborat bo'lib, quyidagicha taqsimlanadi:

- nonushta – 25 %,
- ikkinchi nonushta – 10 %, tushlik – 35 %,
- ikkinchi tushlik – 15 %,
- kechki ovqat – 15 %.

Ushbu taqsimot energiyaning kun davomida teng taqsimlanishiga yordam beradi.

Sensor va xulq-atvor bilan bog'liq jihatlar nuqtai nazaridan aqliy nuqsoni bor bolalarda ovqat rangiga sezgirlik, teksturaga toqatsizlik, ta'mni qabul qilmaslik holatlari kuzatiladi. Shu sababli ovqat vizual jihatdan jozibali bo'lishi, tekstura bosqichma-bosqich o'zgartirilishi va majburlashdan qochish lozim. Bu yondashuvlar integratsiyasi bolaning kompleks rivojlanishini ta'minlaydi. Aqliy nuqsoni bor bolalarni to'g'ri ovqatlantirish ularning jismoniy va aqliy rivojlanishida hal qiluvchi omil hisoblanadi. Ilmiy asoslangan yondashuv, muvozanatli ratsion va individual reja orqali ularning hayot sifati sezilarli darajada yaxshilanadi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Individual ovqatlanish dasturlarini joriy etish, vitamin-mineral nazoratni kuchaytirish, ota-onalarni o'qitish, MTTda dietolog lavozimini joriy etish hamda ovqat sifatini laborator nazorat qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Aqliy nuqsoni bor bolalarning ovqatlanishini to'g'ri tashkil etish ularning jismoniy sog'ligi, aqliy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ushbu toifadagi bolalarda modda almashinuvi, ovqat hazm qilish va nutriyentlarni o'zlashtirish jarayonlari o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, bu esa maxsus yondashuvni talab etadi. Muvozanatli va ratsional ovqatlanish orqali organizmning energiya ehtiyoji qondiriladi, neyromediatorlar sintezi qo'llab-quvvatlanadi va miya faoliyati yaxshilanadi. Ayniqsa, oqsil, omega-3 yog' kislotalari, vitaminlar va mineral moddalar yetarli darajada ta'minlanganda bolalarning kognitiv faoliyati, diqqat va xotirasi sezilarli darajada yaxshilanadi.

Shuningdek, ovqatlanish rejimiga rioya qilish, ya'ni kuniga 4–5 mahal ovqatlanish va kaloriyani to'g'ri taqsimlash hazm jarayonini barqarorlashtiradi hamda umumiy sog'lom rivojlanishni ta'minlaydi. Sensor va xulq-atvor xususiyatlarini inobatga olgan holda ovqatlantirish esa bolalarning ovqatni qabul qilish jarayonini yengillashtiradi. Umuman olganda, aqliy nuqsoni bor bolalar uchun ovqatlanishni tashkil etish kompleks yondashuvni talab etadi va u nafaqat tibbiy, balki pedagogik va ijtimoiy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Sh.M. Ro'ziyeva. Bolalar va parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi.
2. SanQvaN № 0016–21 – Bolalar ovqatlanishi me'yorlari.
3. WHO. Child Nutrition Guidelines, 2021.
4. UNICEF. Nutrition for Children with Disabilities.
5. FAO. Dietary guidelines, 2020.

- 
- 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. №4(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.

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