



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№4(2)
2026

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

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 210 sahifa,
13-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

Alohida ehtiyojga muhtoj bolalarga matematika darslarida integratsion yondashuvni amalga oshirish	10
Mamadjanova Ma'muraxon Kadirjanovna	
O'quvchilarda raqamli madaniyatni shakllantirishning nazariy asoslari.....	13
Boltayeva Go'zal Komilovna	
Inkluziv ta'lim sharoitida o'qituvchilarning metodik tayyorgarligini aniqlash metodologiyasi	21
D. Sh. Jo'rayeva, J. A. Jovliyev	
Bolalarda leksik-grammatik nutq kamchiliklarini bartaraf etishda kontekstli texnologiyalardan foydalanish	25
Abdullayeva Yoqutjon Qalandar qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasi	30
Abduvaliyeva Sabina Kurbonali qizi	
O'g'il bolalarni oilaviy munosabatlarga tayyorlashning pedagogik-psixologik asoslari.....	35
Aripov Shokirjon Olimovich, Raxmatillayeva Sug'diyona Muhammadjon qizi	
Pedagogik intuitsiyani rivojlantirishga yo'naltirilgan zamonaviy metodikalar	39
Axmedov Jaloliddin Oribovich	
The Impact of AI-Generated English Learning Materials Based on Uzbek Rural Life on the Learning Motivation of Rural Students.....	42
Baxramova Malika Muzaffarovna	
Raqamli kutubxonalarda sun'iy intellekt imkoniyatlaridan foydalanish texnologiyalari va imkoniyatlari	47
Choriyeva Zarina Anvarbek qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida orfografik savodxonlikni shakllantirishning nazariy-pedagogik asoslari ...	50
D. Teshaboyev, M. Sotvoldiyeva	
Oliy ta'limda tblt metodik modeli asosida baholash tizimini takomillashtirish	53
Djurayeva Nargiza Kudratillayevna	
Yangi O'zbekiston ta'lim tizimida pedagogik etikaning rivojida xorijiy mamlakatlar tajribasi.....	59
Dushayeva Nazokat Sharofiddinovna	
Uilyam Shekspir tragediyalarining o'zbek adabiyotidagi o'rni.....	62
Ergasheva Mehriyona	
Qizlarning oilaviy kompetensiyasi uchun ijodiy pedagogika: Koreya dizayn ta'limi modelini O'zbekiston kontekstiga moslash.....	65
G'ayratova Mohidil Zafar qizi	
Jismoniy tarbiya darslarida va darsdan tashqari mashg'ulotlarda umumrivojlantiruvchi mashqlardan foydalanish metodikasi	69
Maksetova Nurjamal Kuatovna	
Integrativ ta'lim muhitida bo'lajak surdopedagoglarning metodik kompetensiyalarini shakllantirish	72
Malikova Xurshida Ikramovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarda ko'p uchraydigan tovush talaffuzi kamchiliklari va ularni bartaraf etishda lopedik usullar.....	75
Moxirabonu G'aniyeva Adxam qizi	
Talabalarga an'anaviy xonandalik ijrochiligini o'rgatishning pedagogik yondashuvlari.....	78
Muxammadova Ozoda Muzrabovna	
Hayotiy sifat tushunchasini psixologik mazmuni.....	82
N. G. Pulatova	
Inklyuziv ta'lim sharoitida alohida ehtiyojlarga ega o'quvchilarni qo'llab-quvvatlashning kompleks yondashuvlari	85
Nazarova Dildora Asatovna, Abdurashidova Feruza Qaxramonovna	
Inklyuziv ta'lim tizimida o'qituvchining ko'p qirrali pedagogik faoliyati va uning nazariy asoslari	89
Nazarova Dildora Asatovna, Axmedova Aziza Temurovna	



Xo'ja ahmad Yassaviy e'tiqod tarbiyasi haqida.....	93
<i>Norova Sevara Uyg'un qizi</i>	
Matritsa va uning determinanti mavzusini o'qitish orqali bo'lajak iqtisodchilarning analitik tafakkurini rivojlantirish texnologiyalari.....	97
<i>Nuriddinov Jalolxon Tursunboy o'g'li, Otaboyev Muxsinjon Muqimjonovich</i>	
Odam anatomiyasi darslarida interfaol va multimedia vositalaridan foydalanish yo'llari.....	104
<i>Nurmatov Norqobil Jo'rayevich, Qo'chqorova Moxira Dilmurod qizi, Boxodirova Nilufar Ikrom qizi</i>	
AQSh ta'lim tizimining o'ziga xos jihatlari va bugungi kundagi rivojlanishi.....	110
<i>Orishev Jamshid Bahodirovich</i>	
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida nutqiy kompetensiyalarini shakllantirishda xorijiy ta'limi tajribalari.....	116
<i>Pardayeva Gulbahor Jalg'ashovna</i>	
Kreativ ta'lim texnologiyalarining pedagogik mohiyati.....	119
<i>Sariboyev Nurali Abdunazarovich</i>	
Shaxsga yo'naltirilgan ta'limning zamonaviy pedagogik tizimdagi o'rni.....	122
<i>Siddiqov Azamat Muhammadjon o'g'li</i>	
Konstruktiv yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarida 4K ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasi.....	126
<i>Sobirova Sarvinoz Quvondiqovna</i>	
Criteria of Scientific Activity Implementation of Physical Culture Education Students.....	133
<i>Sapayev Ruzmat Radjapovich</i>	
O'smir yoshdagi o'quvchilarning ma'naviy ehtiyojlarini shakllantirishning nazariy asoslari.....	136
<i>Tilovova Qizlarxon Ishpulat qizi</i>	
PIRLS tadqiqotida so'rovnomalarning qamrov doirasida maktab muhiti.....	141
<i>To'qliyeva Matluba Boqiyevna</i>	
Onlayn til o'rganish platformalarining esl o'quvchilarining og'zaki nutq ishonchi (speaking confidence) ga ta'siri.....	146
<i>Tojiboyeva Shohistaxon, Omonova Nargiza</i>	
Katta maktabgacha yoshdagi bolalarda dialogik nutqni rivojlantirishda kommunikativ o'yinlarning ahamiyati.....	151
<i>Toshpo'latova Sevinch O'ral qizi</i>	
Maktab o'quvchilarining jismoniy sifatlarini tarbiyalashning samarali uslublari.....	155
<i>Turdiyev Azam Xasanovich</i>	
O'quvchilarda tayanch kompetensiyalarni rivojlantirishda xalqaro baholash tizimini tatbiq etish imkoniyatlari.....	158
<i>Turobov Mamarajab Sodiq o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'limda ijodiy va mantiqiy fikrlashni rivojlantirish.....	163
<i>Umirzoqova Surayyo Xudoyberdiyevna</i>	
Talabalarda perspektiv tasvir bajarishga oid ko'nikmani shakllantirishda CAD dasturlaridan amaliy foydalanish imkoniyatlari.....	165
<i>Valiyev A'zamjon Nematovich, Toxirov Sardorbek Muzaffar o'g'li</i>	
Duduqlanishni bartaraf etishda qo'llaniladigan usullar va vositalar.....	173
<i>Xasanova Barnoxon Abdusattor qizi</i>	
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida o'quvchilarning yozma nutqini rivojlantirish usullari.....	176
<i>Xudoyberdiyeva Dildora Nazarjon qizi, Mambetova Lobar Mirzavali qizi</i>	
Duduqlanishga ega bolalar nutqini rivojlantirishda kompleks korreksion ishlar tizimi.....	179
<i>Xusanova Nozimaxon Zuxriddin qizi</i>	
Sirdaryo viloyatida tabiat va mehnat jarayonlarining tasviriy san'at orqali estetik va ekologik ifodasi.....	182
<i>Yorlaqova Malika Ahmad qizi</i>	
The Relevance of Artificial Intelligence in Teaching the English Language.....	186
<i>Yusupova Gulnoza Mirzoyevna</i>	
Umumta'lim maktabida boshlang'ich sinf o'quvchilarida kuzatiladigan nutq xususiyatlari.....	189
<i>Zairova Nigora</i>	

Teatr texnologiyalarini maktabgacha ta'limga integratsiya qilishning pedagogik shartlari	193
<i>Abdullayeva Aziza Abdurazzoq qizi, Salimova Dilmira Farxodovna</i>	
Педагогические технологии совершенствования физических качеств как основы здорового образа жизни	197
<i>Журабаев Абдукарим Маматкулович</i>	
Формирование духовно-нравственной компетентности будущих учителей как педагогическая проблема	200
<i>Зокиржонova Ф. Р., Рихситиллаева Д. Р., Меликузиева Ш. А.</i>	
Межкультурный диалог как инструмент воспитания гармоничной личности в школе	203
<i>Махмудхожаев Ориф Бахтиёрович</i>	
Talaba yoshlarining ma'naviy madaniyatini rivojlantirishda zamonaviy yondashuvlar	205
<i>Xojametov Ajiniyaz Andriyanovich</i>	
Методика формирования познавательных интересов у младших школьников в процессе выполнения творческих заданий на уроках русского языка	207
<i>Юлдашева Тахмина Бону Гайратовна</i>	



MAKTAB O'QUVCHILARINING JISMONIY SIFATLARINI TARBIYALASHNING SAMARALI USLUBLARI

Turdiyev Azam Xasanovich

O'zbekiston Respublikasi Mudofaa vazirligi maxsus avariya-tiklash
boshqarmasi jismoniy tayyorgarlik va sport boshlig'i

Annotatsiya: Mazkur maqolada maktab o'quvchilarining jismoniy sifatlarini rivojlantirishda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish masalalari tahlil qilinadi. Xususan, aylanma mashq uslubiyatidan foydalanish orqali o'quvchilarning kuch qobiliyatlarini rivojlantirishning ilmiy asoslari yoritilgan. Tadqiqot natijalari mazkur uslubning o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishda samarali ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, maktab o'quvchilari, jismoniy sifatlar, aylanma mashq uslubiyati, kuch qobiliyati, jismoniy tayyorgarlik.

Abstract: This article analyzes the effective organization of physical education classes and the development of students' physical qualities. In particular, the scientific basis of developing strength abilities of schoolchildren using the circuit training method is highlighted. The results of the study show that this method positively affects the improvement of students' physical fitness.

Key words: physical education, school students, physical qualities, circuit training method, strength ability, physical fitness.

Аннотация: В данной статье анализируются вопросы эффективной организации уроков физического воспитания в процессе развития физических качеств школьников. В частности, освещаются научные основы развития силовых способностей учащихся с использованием метода круговой тренировки. Результаты исследования показывают, что данный метод оказывает положительное влияние на повышение уровня физической подготовленности школьников.

Ключевые слова: физическое воспитание, школьники, физические качества, метод круговой тренировки, силовые способности, физическая подготовленность.

KIRISH

Bugungi kunda mamlakatimizda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish jarayonida jismoniy tarbiya va sportga alohida e'tibor qaratilmoqda. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni hamda sohaga oid normativ-huquqiy hujjatlarda yosh avlodni jismonan barkamol qilib tarbiyalash, ularning jismoniy tayyorgarligini oshirish muhim vazifa sifatida belgilangan ^[1]. Bu esa, o'z navbatida, jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish, o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslarini takomillashtirishni talab etadi. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy mashqlar inson organizmiga kompleks ta'sir ko'rsatadi ^[2].

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Maktab o'quvchilarining jismoniy sifatlarini rivojlantirish bugungi ta'lim tizimining eng dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Zamonaviy jamiyat sharoitida yosh avlodni har tomonlama barkamol, jismonan sog'lom, ruhiy jihatdan barqaror shaxs sifatida tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor vazifalaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda ^[3]. Shu nuqtai nazardan, jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishiga tizimli yondashuvni joriy etish hamda ilg'or pedagogik texnologiyalardan foydalanish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Jismoniy tarbiya tizimining asosiy maqsadi o'quvchilarning sog'ligini mustahkamlash, ularning jismoniy rivojlanish darajasini oshirish, hayotiy zarur harakat ko'nikmalarini shakllantirish hamda sog'lom turmush tarziga bo'lgan ehtiyojni rivojlantirishdan iborat ^[4]. Shu bilan birga, jismoniy tarbiya darslari orqali o'quvchilarda intizom, irodaviy sifatlar, jamoaviylik va mas'uliyat hissi shakllantiriladi.

Hozirgi kunda mamlakatimizda ta'lim tizimini tubdan isloh qilish jarayonida jismoniy tarbiya va sport sohasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. Ta'lim sohasidagi normativ-huquqiy hujjatlar, davlat dasturlari hamda strategik qarorlar yosh avlodni jismonan barkamol qilib tarbiyalash, ularning jismoniy tayyorgarligini oshirish va ommaviy sportni rivojlantirishni ustuvor vazifa sifatida belgilab berilmoqda. Bu esa jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishda ilmiy asoslangan yondashuvlarni qo'llashni talab etadi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, jismoniy mashqlar inson organizmiga kompleks ta'sir ko'rsatadi. Ular mushak tizimini rivojlantiradi, yurak-qon tomir tizimi faoliyatini yaxshilaydi, nafas olish jarayonlarini faollashtiradi hamda moddalar almashinuvini tezlashtiradi. Shuningdek, jismoniy mashg'ulotlar asab tizimi faoliyatini yaxshilab, stress va ruhiy zo'riqishlarni kamaytirishga xizmat qiladi ^[5]. Shu sababli jismoniy tarbiya darslari nafaqat jismoniy, balki psixologik sog'lomlikni ta'minlashda ham muhim ahamiyatga ega.

Maktab yoshidagi bolalar organizmi tez rivojlanish bosqichida bo'lib, bu davr jismoniy sifatlarni shakllantirish uchun eng qulay davr hisoblanadi. Ayniqsa, kichik va o'rta maktab yoshidagi o'quvchilarda egiluvchanlik, tezkorlik va koordinatsion qobiliyatlar yuqori darajada rivojlanadi ^[6]. Shu bois bu yosh davrida jismoniy mashg'ulotlarni to'g'ri tashkil etish orqali yuqori natijalarga erishish mumkin.

Jismoniy sifatlari - kuch, tezkorlik, chidamlilik, egiluvchanlik va chaqqonlik kabi komponentlardan iborat bo'lib, ular o'zaro uzviy bog'liq holda rivojlanadi. Har bir sifatning rivojlanishi o'ziga xos metod va vositalarni talab etadi. Masalan, kuch sifatini rivojlantirish uchun qarshilik mashqlari, chidamlilik uchun uzoq davom etadigan mashqlar, tezkorlik uchun esa qisqa muddatli yuqori intensivlikdagi mashqlar qo'llaniladi ^[7].

Jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etishda pedagogik uslublarning to'g'ri tanlanishi muhim ahamiyatga ega. Amaliyotda asosan so'z uslubi, ko'rgazmali uslub va amaliy uslublar qo'llaniladi. So'z uslubi orqali o'qituvchi mashqning mohiyatini tushuntiradi, ko'rgazmali uslub yordamida mashqlar namoyish etiladi, amaliy uslub esa bevosita harakat faoliyatini bajarish orqali o'rganishni ta'minlaydi. Ushbu uslublarning uyg'unlashgan holda qo'llanilishi o'quvchilarning bilim va ko'nikmalarini samarali shakllantiradi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Zamonaviy jismoniy tarbiya tizimida innovatsion metodlardan foydalanish alohida ahamiyat kasb etmoqda. Shunday metodlardan biri - aylanma mashq uslubi bo'lib, aylanma mashq uslubi turli mashqlarni ketma-ket bajarish orqali organizmga kompleks ta'sir ko'rsatishga asoslangan bo'lib, qisqa vaqt ichida yuqori samaradorlikka erishish imkonini beradi ^[8]. Ushbu uslub o'quvchilarning barcha mushak guruhlarini bir vaqtning o'zida rivojlantirishga xizmat qiladi.

Aylanma mashq uslubi mashg'ulotlar maxsus "stansiyalar" asosida tashkil etiladi. Har bir stansiyada ma'lum bir mashq bajariladi va o'quvchilar belgilangan vaqt davomida ushbu mashqni bajarib, keyingi stansiya o'tadilar. Bu esa mashg'ulotlarning dinamikligini oshiradi, o'quvchilarning qiziqishini kuchaytiradi hamda ularning faol ishtirokini ta'minlaydi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, aylanma mashq uslubi mashg'ulotidan foydalanish o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini sezilarli darajada oshiradi. Xususan, kuch, chidamlilik va tezkorlik ko'rsatkichlari yaxshilanadi, yurak-qon tomir tizimi faoliyati mustahkamlanadi hamda umumiy ish qobiliyati ortadi. Bundan tashqari, ushbu metod o'quvchilarda mustaqil ishlash, o'zini nazorat qilish va mas'uliyat hissini shakllantirishga ham yordam beradi.

Jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda individual yondashuvni ta'minlash muhim omillardan biridir. Har bir o'quvchining jismoniy rivojlanish darajasi, sog'lig'i va qobiliyatlari turlicha bo'lganligi sababli mashg'ulotlar tabaqalashtirilgan holda tashkil etilishi lozim. Bu esa har bir o'quvchining imkoniyatlaridan kelib chiqib, samarali natijalarga erishish imkonini beradi.

Jismoniy sifatlari insonning harakat faoliyatini samarali amalga oshirishini ta'minlaydi. Ular kuch, tezkorlik, chidamlilik, egiluvchanlik va chaqqonlik kabi asosiy komponentlardan iborat bo'lib, har bir sifatning rivojlanishi alohida metodik yondashuvni talab etadi. Shu bilan birga, ushbu sifatlari o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, birining rivojlanishi boshqasiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi ^[9].

Jismoniy tarbiya darslarida qo'llaniladigan metodlar orasida so'z, ko'rgazmali va amaliy uslublar alohida o'rin tutadi. So'z uslubi orqali o'qituvchi mashqlarni tushuntiradi va yo'naltiradi, ko'rgazmali uslub orqali mashqlarni namoyish etadi, amaliy uslub esa o'quvchilarning bevosita faol ishtirokini ta'minlaydi. Ushbu uslublarning kompleks qo'llanilishi o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi.

Zamonaviy pedagogik texnologiyalar orasida aylanma mashq uslubi alohida ahamiyatga ega. Ushbu uslub turli mashqlarni ketma-ket bajarish orqali o'quvchilarning jismoniy sifatlarni kompleks rivojlantirishga



imkon beradi. Aylanma mashqlar “stansiyalar” asosida tashkil etilib, har bir stansiyada ma’lum bir jismoniy mashq bajariladi. Bu usul mashg’ulotlarning qiziqarli va dinamik o’tishini ta’minlaydi.

Shuningdek, mashg’ulotlar davomida yuklamalarni to’g’ri me’yorlash muhim ahamiyatga ega. Ortiqcha yuklama o’quvchilarning charchashiga va salomatligiga salbiy ta’sir ko’rsatishi mumkin, yetarli darajada yuklama berilmasligi esa kutilgan natijani bermaydi. Shu bois yuklamalar bosqichma-bosqich oshirib borilishi lozim.

Jismoniy tarbiya darslarida o’quvchilarning sog’lig’ini nazorat qilish, ularning funksional holatini baholash ham muhim hisoblanadi ^[10]. Bu orqali mashg’ulotlarning samaradorligini oshirish va salbiy holatlarning oldini olish mumkin.

XULOSA

Maktab o’quvchilarining jismoniy sifatlarini rivojlantirishda jismoniy tarbiya darslarini ilmiy asosda tashkil etish muhim ahamiyatga ega. Aylanma mashq uslubiyati esa ushbu jarayonda samarali vosita sifatida xizmat qiladi. Ushbu metodni keng joriy etish, innovatsion texnologiyalar bilan boyitish hamda individual yondashuvni kuchaytirish orqali o’quvchilarning jismoniy tayyorgarligini yanada oshirish mumkin. Kelgusida mazkur yo’nalishda ilmiy tadqiqotlarni davom ettirish, jismoniy tarbiya metodikasini takomillashtirish hamda ilg’or tajribalarni amaliyotga joriy etish muhim vazifalardan biri bo’lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati:

1. O’zbekiston Respublikasi “Ta’lim to’g’risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
2. Kerimov F.A., Umarov M.N. Sport nazariyasi. – Toshkent, 2005.
3. O’zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-6099-son Farmoni. – 2020.
4. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent, 2005.
5. Matveev L.P. Теория и методика физической культуры. – Москва, 2008.
6. Platonov V.N. Система подготовки спортсменов. – Киев, 2004.
7. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. – Москва, 1990.
8. Вомпа Т. Theory and Methodology of Training. – USA, 2009.
9. Harre D. Principles of Sports Training. – Berlin, 1982.
10. Ozolin N.G. Современная система спортивной тренировки. – Москва, 2010.

- 
- 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.