



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston  
Milliy Pedagogika  
Universiteti



No5(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. 56 sahifa,  
6-may, 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

Fizika ta'limida integratsiyalashgan yondashuv: mazmuni va ahamiyati.....	10
<a href="#">Doniyorova Iroda Baxtiyor qizi</a>	
Zamonaviy boshlang'ich ta'lim: milliy dastur, kompetensiya va xorijiy tajriba integratsiyasi.....	14
<a href="#">Omonova Nilufar Parda qizi</a>	
The Role of Environmental Project-Based Learning in Developing EFL Learners' Productive Skills.....	19
<a href="#">Xujanova Shaxina Abdullayevna</a>	
Boshlang'ich sinflarda integratsiyalashgan ta'limning pedagogik aspektlari .....	24
<a href="#">Eshpo'latova Elnora Yo'ldoshovna</a>	
Talabalarda stressga barqarorlikning nazariy va amaliy tahlili.....	29
<a href="#">Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li, Maxmudova Shahzoda Maksudovna</a>	
Malakaviy o'quv amaliyoti jarayonida bo'lajak tarbiyachilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda didaktik ta'minotning ahamiyati.....	32
<a href="#">Ramozonova Bahoroy Sadriddinovna</a>	
Oliy ta'limda raqamli pedagogikaning institutsionallashuvi: boshqaruv, siyosat va raqamli transformatsiya strategiyalari.....	36
<a href="#">Nuraliyeva Dilshoda Yo'lichiboy qizi</a>	
Aholini jismoniy sog'lomlashtirishda sog'lomlashtiruvchi mashg'ulotlarni tashkil etish metodikasi.....	41
<a href="#">V. Sh. Raximov</a>	
O'spirinlik davrida motiv va motivatsion sohalarning kasb tanlashdagi o'rni .....	46
<a href="#">Rayimqulova S., Pulatova R., Do'smatova S., Matyakubova Shohista Odamboy qizi</a>	
Tarbiyachi shaxsining shakllanishida psixologik determinantlarning roli .....	51
<a href="#">Vasila Yusupova</a>	



# TALABALARDA STRESSGA BARQARORLIKNING NAZARIY VA AMALIY TAHLILI

Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti  
Amaliy psixologiya kafedrası v.b. dotsenti,  
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Maxmudova Shahzoda Maksudovna

Amaliy psixologiya kafedrası talabasi

**Annotatsiya:** Oliy ta'lim muassasalarining quyi va yuqori bosqich talabalarida stressga barqarorlik darajalarining qiyosiy tahlili yoritiladi. Tadqiqotda 1-kurs va 4-kurs talabalarining stressli vaziyatlarga bardoshliliği maxsus test metodikasi yordamida o'rganilib, olingan natijalar qiyosiy tahlil qilindi. Talabalarning o'qish davri davomida stressga nisbatan psixologik chidamliligining o'zgarish sabablari ilmiy jihatdan asoslangan hamda stressga barqarorlikni oshirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

**Kalit so'zlar:** stress, stressga barqarorlik, talaba, psixologik xususiyatlar, moslashuv (adaptatsiya), akademik stress, koping-strategiya.

**Abstract:** A comparative analysis of stress resilience levels among lower- and upper-level students in higher education institutions is presented. The study examined the stress tolerance of 1st-year and 4th-year students using a specialized testing methodology, and the obtained results were comparatively analyzed. The reasons for changes in students' psychological resilience to stress during their academic period are scientifically substantiated, and practical recommendations for improving stress resilience are proposed.

**Key words:** stress, stress resilience, student, psychological characteristics, adaptation, academic stress, coping strategies.

**Аннотация:** Представлен сравнительный анализ уровней стрессоустойчивости у студентов младших и старших курсов высших учебных заведений. В исследовании стрессоустойчивость студентов 1-го и 4-го курсов изучалась с использованием специальной тестовой методики, а полученные результаты подвергнуты сравнительному анализу. Научно обоснованы причины изменения психологической устойчивости к стрессу у студентов в процессе обучения, а также разработаны практические рекомендации по повышению их стрессоустойчивости.

**Ключевые слова:** стресс, стрессоустойчивость, студент, психологические характеристики, адаптация, академический стресс, копинг-стратегии.

## KIRISH

Hozirgi zamonaviy globallashuv va jadal axborot almashinuvi davrida oliy ta'lim tizimidagi yuqori intellektual yuklamalar talabalar ruhiyatiga kuchli ta'sir ko'rsatuvchi asosiy stress omillaridan biri bo'lib qolmoqda. Talabalik davri shaxsning kasbiy shakllanishi va ijtimoiy moslashuvi bilan bog'liq murakkab bosqich bo'lganligi sababli, ularda turli darajadagi emotsional zo'riqishlar va akademik stress holatlari kuzatiladi. Shu munosabat bilan, talabalarining stressli vaziyatlarda o'zini tutish mexanizmlarini va stressga barqarorlikni oshirishni o'rganish bugungi kun psixologiya fanining eng dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Mazkur tadqiqot ishida talaba yoshlarning stressga chidamlilik darajasi aniqlanib, 1- va 4-kurslar kesimida qiyosiy tahlil qilindi.

## MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Stress muammosi juda ko'plab olimlar tomonidan o'rganilgan bo'lishiga qaramasdan, stressga barqarorlikni tadqiq etishga bag'ishlangan tadqiqotlar soni juda ko'p emasligini ko'rishimiz mumkin. Lekin shunga qaramasdan, bir qator olimlar stressga barqarorlik tushunchasini ilmiy va amaliy jihatdan tadqiq etishga erishganlar.

Tadqiqotchilardan V.A. Bodrov va A.A. Oboznov "stressga barqarorlik" atamasini qo'llaydi hamda bunda ular shaxsning ekstremal ekologik omillar ta'siriga va kasbiy faoliyatga zaruriy moslashish darajasi bilan tavsiflanadigan insonning integral xususiyatini anglatadi; shaxs organizmi va psixikasi zahiralarning faollashuv darajasi bilan belgilanadi; uning funksional holati va ishlashi ko'rsatkichlarida namoyon bo'ladi [2].

A.A. Baranov, shuningdek, stressga barqarorlik atamasini qo'llab, bu ichki psixofiziologik gomeostazni ta'minlaydigan va hayotning tashqi hissiy sharoitlarining ta'sirini qulaylashtiradigan shaxs, shaxs va faoliyat sub'ekti sifatida insonning ajralmas psixologik xususiyatini tushunadi. Shunga ko'ra, stressga barqarorlik faoliyat natijasiga ta'sir qiluvchi xususiyat va tizim sifatida shaxsning doimiylikini ta'minlaydigan xususiyat sifatida ko'rib chiqilishi mumkin [1].

Tadqiqotchi B.B. Velichkovskiy "stressga individual barqarorlik" atamasini kiritadi, bu insonning turli psixosozial stresslar va yashash muhitining omillari ta'siriga ruhiy va jismoniy salomatlikka salbiy qisqa muddatli va uzoq muddatli ta'sir ko'rsatmasdan muvaffaqiyatli moslashishiga olib keladigan tizimli xususiyat sifatida tavsiyanadi [3]. Muallifning ta'kidlashicha, stressga individual qarshilikni baholash barqaror shaxsiy xususiyatlarning ham, holatlarda aks ettirilgan vaziyat komponentlarining ta'sirini hisobga olishni talab qiladi.

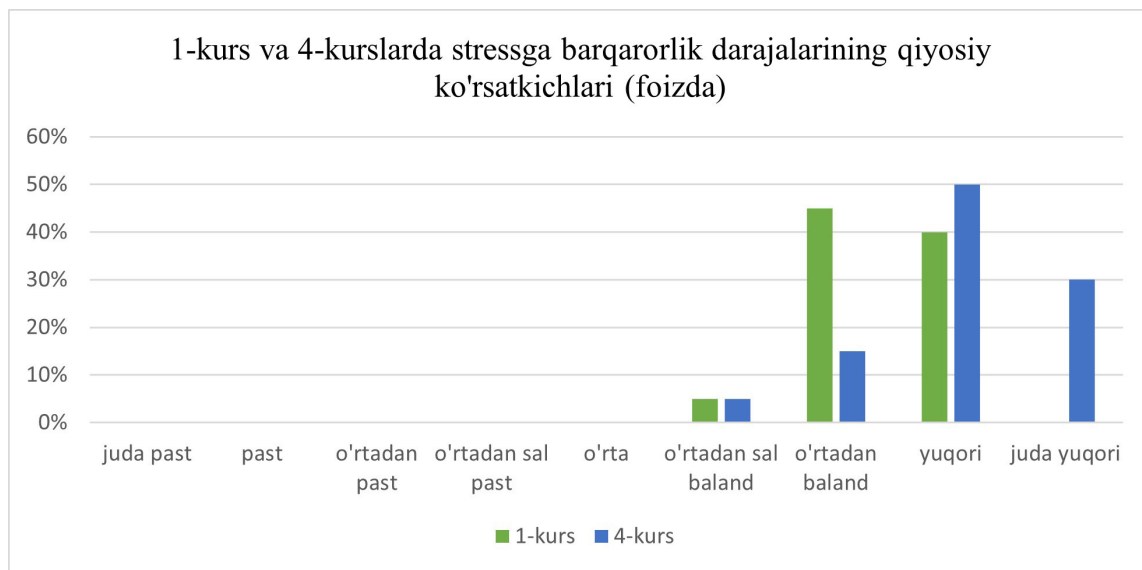
### TADQIQOT METODOLOGIYASI

Talabalarda stressga barqarorlik namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlarini o'rganish maqsadida respublikamizdagi oliy o'quv yurtida tahsil olayotgan 1-kurs va 4-kurs talabalari bilan empirik tadqiqot o'tkazildi. Tadqiqotda sinaluvchilarning hayot tajribalari, o'quv faoliyatidagi ko'nikma va malakalari ortgani sari ularning stressga barqarorlik darajasi ham ortishi mumkin ekanligi faraz qilindi hamda "Shaxsning stressga barqarorligini aniqlash" testidan foydalanildi.

Mazkur metodika talabalarining stressli vaziyatlarga qay darajada barqaror ekanligini aniqlashga xizmat qiladi.

### TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqotda sinaluvchilarning yosh xususiyatlariga ko'ra ularning stressga barqarorlik darajasi qanday ekanligini o'rganish tadqiqot vazifasi sifatida belgilandi va olingan natijalar quyidagi rasmda o'z aksini topgan.



1-rasm: 1- va 4-kurs talabalarida stressga barqarorlik darajalarining qiyosiy ko'rsatkichlari (foizda)

Shaxsning stressga barqarorligini aniqlash testi bo'yicha olingan natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, 1-kurs va 4-kurs talabalarining stressga nisbatan barqarorlik darajalarida sezilarli tafovutlar mavjud. Tadqiqotda ishtirok etgan 1-kurs talabalarida asosiy ko'rsatkichlar o'rtadan baland (45 %) va yuqori (40 %) darajalarda to'plangan. Ushbu guruhda juda yuqori (9-daraja) ko'rsatkich 0 %ni tashkil etdi. Bundan shuni anglash mumkinki, 1-kurs talabalar hali o'quv jarayoni va yangi muhitga moslashish bosqichida bo'lib, ularda stressni boshqarishning maksimal darajasi hali to'liq shakllanmagan.

Aksincha, 4-kurs talabalarining stressga barqarorlik ko'rsatkichlari 1-kurs talabalariga nisbatan sezilarli darajada yuqori. Xususan, 4-kurslarning deyarli yarmi, ya'ni 50 %ida stressga bardoshlilikning yuqori darajasi kuzatilgan bo'lsa, 30 %ida juda yuqori (9-daraja) stressga barqarorlik namoyon bo'lgan.

Umumiy hisobda qaralganda, 1-kurslarga nisbatan 4-kurs talabalarining 80 %ida stressga juda kuchli bardoshlilik mavjud ekanligi aniqlangan.



Shuningdek, 4-kurs talabalaridagi stressga bardoshlilikning yuqori ekanligi ularning o'quv jarayonidagi ko'p yillik tajribaga ega ekanligi, psixologik adaptatsiyasining yakunlanganligi va murakkab vaziyatlarda qaror qabul qilish ko'nikmalarining shakllanganligi bilan izohlanadi. To'rt yillik tajriba davomida talabalarda, xususan, akademik stressga nisbatan psixologik immunitet shakllanadi hamda vaqtni boshqarish ko'nikmalari rivojlanadi.

4-kurs talabalaridagi stressga barqarorlikning yuqoriligi o'quv yillari davomida shakllangan koping-strategiyalar (stressni yengish usullari) bilan ham bog'liq. 1-kurslarda esa stressga barqarorlik darajasining o'rtacha ekanligi ularning yangi ijtimoiy muhitga moslashish jarayoni, ya'ni maktab tizimidan oliy ta'lim tizimiga o'tishi, nazorat haftalaridagi o'quv yuklamalarining yuqoriligi hamda mustaqil hayotga ko'nikish davri qiyinchiliklari bilan izohlanadi.

O'tkazilgan tadqiqot natijalariga asoslanib, talabalarda stressga barqarorlikni oshirish maqsadida quyidagi tavsiyalarni berish mumkin:

- 1-kurs talabalar uchun moslashuv va stressni boshqarish bo'yicha treninglar tashkil etish;
- relaksatsiya usullarini (nafas mashqlari, meditatsiya) o'rgatish va amaliyotga joriy etish;
- ta'lim jarayonida qo'llab-quvvatlovchi psixologik muhit yaratish va individual yondashuvni kuchaytirish;
- sog'lom turmush tarzini shakllantirish (uyqu, ovqatlanish, jismoniy faollik);
- talabalar o'rtasida ijobiy ijtimoiy muhitni rivojlantirish.

## XULOSA VA TAKLIFLAR

Keltirilgan tahlillardan shuni xulosa qilish mumkinki, sinaluvchilarning natijalariga ko'ra yuqori kurs talabalar quyi kurslarga nisbatan stressli vaziyatlarga chidamlaroq ekanligi aniqlangan. Bu esa ta'lim jarayonida, ayniqsa, 1-kurs talabalar bilan psixoprofilaktik ishlarni olib borish zarurligini ko'rsatadi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari talabalarda stressga barqarorlikni shakllantirishda psixologik qo'llab-quvvatlash, moslashuv jarayonini to'g'ri tashkil etish hamda stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega ekanligini tasdiqlaydi.

Mazkur tadqiqot natijalari oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish, talabalarining ruhiy salomatligini mustahkamlash hamda ularning ta'lim jarayoniga samarali moslashuvini ta'minlashda amaliy ahamiyat kasb etadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Баранов А.А. Психологическая стрессоустойчивость и мастерство педагога: теоретические и прикладные аспекты: автореф. дис. ... докт. психол. наук. – СПб., 2002. – 41 с.
2. Бодров В.А., Обознов А.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 4. – С. 32.
3. Величковский Б.Б. Многомерная оценка индивидуальной устойчивости к стрессу: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2007. – 27 с.

- 
- 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. №5(2)**

---

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

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

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