



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



No6(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. 594 sahifa,
5-iyun, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Wookyuu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
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

Bitiruvchi talabalarning qadriyatlar tizimining psixologik xususiyatlari	10
<i>Abdulazizova Muslima, Abdurasulova Sevinch, Ikromova Aziza, Iskanderova Sayyora</i>	
Oila va ta'lim tizimida raqamli xavfsizlik madaniyatini shakllantirish va uning psixologik omillari.....	14
<i>Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li, Yo'lchiyeva Zarinabonu Sanjarali qizi</i>	
Ta'lim tizimida sun'iy intellekt texnologiyalarining o'rni	18
<i>Abdullayeva Arofatxon Abdavaxobovna, Mirzahamdov Shahriyor Botir o'g'li</i>	
O'quvchilarni sport musobaqalariga tayyorlashda jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy kompetensiyasining tarkibiy tuzilmasi va rivojlanish mexanizmlari	22
<i>Abduraximov Ziyodullo Xojiakbar o'g'li, Tuxtapulatov Shahobiddin Nuriddinovich, Nasimov Ulug'bek Orif o'g'li</i>	
Ta'limni raqamli transformatsiyalash sharoitida o'quv jarayonini tashkil etishning integratsion shakllarini qo'llash metodikasi.....	28
<i>Allamova Shoxista Shavkat qizi</i>	
Surxon vohasida sog'liqni saqlash tizimi: muammolar va yechimlar (Sherobod tumani misolida, 1925–1945-yillar).....	33
<i>Allamurotov Asadbek Baxtiyor o'g'li</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida kasbga yo'naltirish tizimini takomillashtirish	37
<i>Axmedova Muxabbat Axmedovna</i>	
Ko'p o'zgaruvchili funktsiyaning oraliq qiymatlari haqidagi teoremlar va ularning isbotlari	42
<i>Boqiyev X. X., Muxtorova Sevinch Asad qizi, Yuldoshova E'zoza Ravshan qizi</i>	
Bo'lajak mutaxassislarining huquqiy tafakkurini rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari	46
<i>D. M. Xolnazarova</i>	
Oilaviy tarbiya samaradorligini oshirishda innovatsion yondashuvlar: tajriba-sinov natijalari asosida	49
<i>Ibragimova Aziza Toshniyazovna</i>	
Bo'lajak tabiiy fanlar o'qituvchilarining metodik kompetentligini shakllantirishda interaktiv integratsiyaning roli	55
<i>Jo'rayeva Xushro'ya Yaxyoxon qizi</i>	
Corrective Feedback in Foreign Language Learning Acts as a Vital Tool for Improving Accuracy With Research Indicating.....	58
<i>Kamalova Dilnoza Kurbanbayevna</i>	
Doping va halollik masalasi: sportdagi dolzarb muammo.....	64
<i>Kobilov Sobir Donakulovich</i>	
Yunon-rum kurashi bilan shug'ullanuvchi sportchilarning teknik va taktik harakatlarini takomillashtirish usullari.....	69
<i>Muhtorov Abdusattor Abdupatto o'g'li</i>	
3-4 yoshli bolalarda nutqning grammatik tuzilishini shakllantirishning psixolingvistik asoslari	75
<i>Rasulova Xulkaroy Abduhalil qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda gender identifikatsiyasini rivojlantirishda ota-onalar bilan ishlashning mobil ilovaga asoslangan innovatsion modeli	80
<i>Razzoqova Mahliyo Qosimjonovna</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida geografiya fanining zamonaviy metodik yondashuvlari va o'qitishning samaradorligi.....	84
<i>Sunnatillayeva Zarina Sulaymon qizi</i>	
Boshlang'ich ta'limda zamonaviy texnologiyalardan foydalanishning samaradorligini oshirish usullari	88
<i>Usmonov Salohiddin, Jo'rayeva Rayhona</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining konfliktologik kompetentligini rivojlantirish konsepsiyasi	94
<i>Latipova Ma'rifat Salohiddin qizi, Zaripova Xolida Baxtiyor qizi</i>	
O'quvchilarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning interfaol metodlari.....	100
<i>Zokirov Mirzaraxim Abdualiyevich</i>	
O'quv jarayonida innovatsion baholash texnologiyalarining ilmiy-pedagogik mazmuni	103
<i>Sobirova Marjona Shavkat qizi</i>	
Taekvondochilarning musobaqa davrida hujumkorlik jihatlarini oshirish	110
<i>Abdufattoyev Abrorjon Abduraxmon o'g'li</i>	



Gender yondashuv asosida talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashning pedagogik imkoniyatlari.....	114
<i>Shokirova Hilola Abduraxmon qizi</i>	
Ingliz tilida tinglab tushunish malakasini rivojlantirishda raqamli ta'limning samaradorligi	120
<i>Aytimbetova U. T.</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning ijodiy kompetensiyalarini rivojlantirishda raqamli texnologiyalardan foydalanish ...	124
<i>Axmedova Nazokat Erkinovna</i>	
"Inklyuziv ta'lim. gospital pedagogika" fanida dasturiy-metodik ta'minotning mazmuniy-texnologik va monitoring-dagnostik komponentlari.....	128
<i>Azamxonov Baxodir Sayitkamolxonovich</i>	
Ingliz tilida og'zaki nutq ko'nikmalarini rivojlantirishda 5–6-sinf o'quvchilari uchun samarali usullar	132
<i>Rajabova Zarafshon Davronovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy nutq madaniyatini shakllantirishning innovatsion-metodik asoslari	135
<i>Tuxtayeva Mehriyo Shavkatovna</i>	
Boshlang'ich sinflarda sifat so'z turkumini o'rganish mazmuni.....	140
<i>Usmonova Gulnoza Jaloliddin qizi</i>	
Образность современной медицинской терминологии	144
<i>Дулдулова Наргиза Ашимовна, Мирзаахмедова Нигора Ашимовна</i>	
Развитие исследовательской компетентности младших школьников посредством межпредметной проектной деятельности.....	148
<i>Мухтарова Лобар Абдиманнабовна, Нормаматова Розия Уктам кизи</i>	
Психолого-педагогические риски цифровой образовательной среды	153
<i>Рузметова Хилола Абдушариповна, Моминова Мадина Шукурулла кизи</i>	
"TALIA": система контент-генерации на основе ИИ для подготовки учителей	157
<i>Хасанов Зафар Шавкат угли</i>	
Artificial Intelligence in Foreign Language Education: Enhancing Critical Thinking and Academic Communication Skills	164
<i>Allamuratov Gofur Ashurovich</i>	
Talabalarning bolalardagi ijtimoiy moslashuvni shakllantirishga kasbiy tayyorgarligini takomillashtirish.....	169
<i>Inomova Mahliyo Yusuf qizi</i>	
Jamoaviy va yakkakurashchi professional sportchilar motivatsiyasining ijtimoiy-psixologik farqlari	172
<i>Qaimova Gulmira Uchqun qizi</i>	
Maktabgacha ta'limda steam yondashuvini loyiha asosida joriy etishning pedagogik strategiyalari.....	176
<i>Radjapova Zuxra Tirkashevna, Abdullayeva Sarviniso</i>	
Katta guruh tarbiyalanuvchilarida steam kompetensiyalarini shakllantirishning pedagogik va yoshga oid psixologik xususiyatlari.....	179
<i>Radjapova Zuxra Tirkashevna, Rakhimova Laylo Hamidjon qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarning axloqiy fazilatlarini shakllantirishning zamonaviy pedagogik yondashuvlari.....	183
<i>Yakubova Zilola Zikirovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining divergent fikrlashlarini rivojlantirish	187
<i>Adizova Nigora Baxtiyorovna, Akbarova Sarvinoz Sadriddinovna</i>	
Bo'lajak tarix o'qituvchilarida tarixiy tafakkur fenomenini rivojlantirish.....	191
<i>Djumaniyazov Farxod Ulugbekovich</i>	
Pedagogical Conditions for Developing Professional Motivation of Economics Students Through Gamification in English Language Classes.....	196
<i>Bobokeldieva Maftuna Abdusamad qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida bilish faoliyatlarini shakllantirish asoslari	203
<i>Urunov Abduxalil Madjidovich</i>	
STEAM yondashuvi vositasida fizika fanida o'quvchilarning maxsus kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasi	208
<i>Jo'rayev H. O., Avezov I. Yo., Sharipov S. B.</i>	
STEAM ta'limi vositasida maktabgacha yoshdagi bolalarning innovatsion fikrlashini rivojlantirish	214
<i>Cho'ponova Sharifa Bozor qizi, Achilov Obid Muzrobovich</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining konstruksiyalash va modellashtirish kompetensiyalarini rivojlantirish.....	219
<i>Haydarov Mirjalol Shog'dorovich</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining kasbiy shakllanish individual trayektoriyasini loyihalash metodikasi	222
	M. B. Sheraliyeva	
	Raqamli davrda kitobxonlik madaniyati va adabiyotning roli	228
	Nabiyeva Sharifa Ismailovna, Ergasheva Mehriyona O'lmas qizi	
	Jismoniy tarbiya ta'limida sun'iy intellektdan foydalanish imkoniyatlari	231
	O'razboeva Adiba Abdug'ani qizi	
	Milliy kashtachilik asosida 5-sinf o'quvchilarining estetik tarbiyasini takomillashtirishning pedagogik imkoniyatlari	236
	Olimova Dilnoza Murodullo qizi	
	Aralash ta'lim texnologiyalari asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining metodik tayyorgarligini 5E modeli vositasida takomillashtirish	240
	Rajabova Nodirabegim Komilovna	
	Oliy ta'lim talabalarining jismoniy sifatlarini rivojlantirishning metodik tizimini takomillashtirish	245
	Raximov Bobirjon Abdurasulovich	
	Raqamli pedagogikaning zamonaviy ta'lim rivojlanishidagi o'rni	250
	Tojiyeva Asila Abdimannon qizi, Pardayeva Ra'no Eshboyevna	
	Ajdodlar siymosini ifodalash vositasida talabalarni milliy iftixor ruhida tarbiyalash jarayoni pedagogik muammo sifatida	255
	Xaitov Zufar Asroralievich	
	Готовность к обучению в школе у детей подготовительной группы	260
	Шералиев Сарварбек Сохибжон угли	
	Oliy ta'lim muassasasi talabalarining mustaqil ishini tashkil etishga oid nazariy yondashuvlar tahlili	263
	Asadova Zarina Axmadovna	
	Grammatik tarjima metodining asosiy tamoyillari va xususiyatlari	272
	Erkinova Madina Komil qizi	
	Umumta'lim maktablarini boshqarishda sinf rahbarlari faoliyatining pedagogik mohiyati	275
	Komilova Ziroatxon Murodjon qizi	
	Maktabga tayyorlov guruhida bolalarni savodga tayyorlashda rivojlanish markazlarining metodik ta'minotini takomillashtirish texnologiyalari	282
	Maxmutazimova Yulduz Raxmatovna, Avazova Gulshoda Shodi qizi	
	Turizm sohasi talabalarining ingliz tilidagi kasbiy diskursida uchraydigan kommunikativ to'siqlar va ularni bartaraf etish mexanizmlari	289
	Usmonova Zilola Javlon qizi	
	Chet tilini kasbiy fanlar bilan integratsiyalashda cilil modelining pedagogik xususiyatlari	294
	Yo'ldoshev Otabek Abdug'aniyevich, Amirkulov Asliddin Shuxratovich	
	Bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarini integrativ yondashuv asosida kompetensiyalarini rivojlantirish	299
	Rajabova Dilfuza Abdumajitovna	
	Социально-психологические особенности проявления тревожности и страха у жертв торговли людьми в подростковом возрасте	303
	Махмудова Д. А.	
	Adabiy asarlarda xronotop muammosining badiiy ahamiyati	306
	Yaqubjonov Iqboljon Odiljonovich	
	Maktabgacha yoshdagi bolalarni intellektual rivojlantirishda sensor integratsiya yondashuvining ahamiyati ..	311
	To'rayeva Charosxon Shavkat qizi	
	Boshlang'ich sinf darslarida ekologik tarbiyani shakllantirishning samarali metodlari	316
	Rahmonova Mavluda Suvon qizi, Safarova Rushana Murodullo qizi	
	Badiiy asarlarni o'qitishda empatik yondashuvning metodik imkoniyatlari	320
	Shoyimova Shoiri Sanakulovna	
	Bolalar me'yoriy ontogenezida yozuv va grafomotor ko'nikmalarini rivojlanishi	323
	Alimova Kamola Xayrulla qizi	
	Yosh voleybolchilarda o'yin qarorini qabul qilish (Decision-making) ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi	328
	Azimova Gulnoza Karimjon qizi	
	Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining pedagogik tayyorgarligini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	333
	Muxamadaliyeva Madinabonu Bohodirjon qizi	



Raqamli egizak texnologiyasi asosida bo'lajak muhandislarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish metodikasi	336
<i>Sorimsokov Uchqun Soatboy o'g'li</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga integrativ mashqlar orqali ta'lim berishning ahamiyati.....	340
<i>Zokirov Javohir G'aybullo o'g'li</i>	
Voleybol sport turini o'rgatish va uning mohiyati	345
<i>Eshbayev Ximmat Ablakul o'g'li</i>	
Qizlarning jamiyatdagi ijtimoiy faolligini oshirishning psixologik mexanizmlari	348
<i>Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi</i>	
Oliy ta'lim professor-o'qituvchilarining kasbiy rivojlanishi va qadriyatlar integratsiyalashuvining o'ziga xosligi	352
<i>A. Bozorov</i>	
Nutqiy etiket madaniyatning bosh bo'g'ini sifatida	357
<i>Abdurahmonova Kamola Erkin qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim yo'nalishi talabalarida ingliz tilida kasbiy yo'naltirilgan leksik kompetensiyani rivojlantirishga qo'yilgan zamonaviy talablar	362
<i>Axmatqulova Maxfuza Shuhrat qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti bolalarning rivojlanishida muhim omil sifatida	370
<i>M. Xo'jamberdiyeva, Abduvohidova Shaxnoza</i>	
Jismoniy mashqlar orqali stress va emotsional zo'riqishlarni kamaytirish imkoniyatlari.....	373
<i>Baxodirova Gulyora Nuriddin qizi</i>	
Kasbiy ta'limning raqamli transformatsiyasi va o'quvchilarni kasbga yo'naltirishning ilmiy-pedagogik asoslari	378
<i>Biysenov Temirbek</i>	
Boshlang'ich sinf ona tili ta'limida raqamli texnologiyalardan foydalanishning didaktik asoslari	382
<i>Bo'libekova Maftuna Shermuxammadovna</i>	
"Tarbiya" darslarini tashkil etish texnologiyalari	388
<i>Boltayeva Marjona Oybek qizi, Samadova Mahbuba Nutfullo qizi</i>	
Challenges in Translating Behavioral Verbs: A Lexicographic Perspective from English and Uzbek.....	392
<i>Elchayev Zokhidjon Akhmatovich</i>	
Zamonaviy ta'lim tizimida raqamli texnologiyalarni qo'llashning istiqbolli yo'nalishlari	396
<i>Ernazarov Zohid Nazarovich</i>	
Tejamkor ta'lim muhitida kaizen texnologiyasi vositasida bo'lajak o'qituvchilarning boshqaruv madaniyatini rivojlantirish.....	400
<i>Eshonkulova Shaxnoza Bayturayevna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda innovatsion pedagogik texnologiyalar vositasida tabiiy fanlarga doir bilimlarni shakllantirish	403
<i>Nuriddinova Maysara Ikromovna, Eshonqulova Uralbuvish Fayzullayevna</i>	
Raqamli transformatsiya jarayonida bo'lajak o'qituvchilarda pedagogik mahoratni rivojlantirish	406
<i>G. X. Narzullayeva, F. M. Miraximova</i>	
Ekologik omillarning yosh sprinterlarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirishdagi va musobaqa faoliyatidagi o'rni (Orol bo'yi mintaqasi misolida).....	411
<i>Genjemuratova Guljaxon Berdimbetovna</i>	
Emotsional intellekt konsepsiyasining rivojlanish bosqichlari	416
<i>Giyasova Nozimaxon Qahramon qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarning tadqiqotchilik faoliyatini rivojlantirish	419
<i>Imamova Nilufar Zabiyyulla qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyachi-pedagoglarni tayyorlashda dual yondashuv	422
<i>Israilova Xusnida Adilovna</i>	
Legaltech va Lawtech: global istiqbollar, muammolar va imkoniyatlar	427
<i>Kalandarova Gavhar Sulaymanovna, Nematov Dilshodbek</i>	
Kasbiy faoliyatda muloqot madaniyati va nutq mahoratini rivojlantirishning metodologik jihatlari.....	432
<i>Kalandarova Gavhar Sulaymanovna, Raxmatullayeva Shaxnoza</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'qish ko'nikmalarini ingliz tilida shakllantirishda o'qitish metodlarining ahamiyati	435
<i>Kamalova Saida Maxamat Ibraximovna</i>	

Bo'lajak maktabgacha ta'lim pedagoglarini kasbiy faoliyatga tayyorlashda kreativ yondashuvning pedagogik imkoniyatlari	439
<i>Kambarova Dilfuza Salijanovna</i>	
Maktabdan tashqari ta'lim tizimida o'qituvchilarning motivatsiyasini oshirishda psixologik qo'llab-quvvatlashning o'rni	443
<i>Karimova Nigora</i>	
Bo'lajak pedagoglarning intellektual-artistik mahoratini rivojlantirishda mikromodulli mobil ta'lim (M-Learning) texnologiyasining loyihasi	447
<i>Karribojeva Lobarxon Fayzulla qizi</i>	
Raqamli ta'lim platformasi yordamida texnologiya darslarida o'quvchilarning kreativligini rivojlantirish.....	452
<i>Raxmatov A'zam Ashur o'g'li, Kenjayeva Marjona Komil qizi</i>	
CEFR standartlari asosida ielts imtihoniga tayyorlash metodikasi	457
<i>Mavlyanova Nilufar Suvankulovna, Ahadova Go'zal Ismatullojevna</i>	
Project-Based Learning in Professional Education	461
<i>Mukhtarova Nozima Kuchkarovna</i>	
Kreativ kompetensiya- zamonaviy o'qituvchi muhim kasbiy sifatining ustuvor omili	464
<i>Nazarova Madinabonu Narzi qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim muassasalaridagi bolalarning ijtimoiy moslashuvini ta'minlashda psixologik xizmatning o'rni.....	468
<i>Nosirova Muhabbat Pirmurod qizi, Jabborova Malohat Azimovna</i>	
Yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni oshirishda psixologik treninglarning ahamiyati.....	472
<i>Nozimbojeva Muqaddas Abdulvohid qizi</i>	
Brayl sistemasidagi boshlang'ich sinflarda tabiiy fanlarni o'qitishda interfaol usublardan foydalanish.....	477
<i>Nuriddinova Maysara Ikramovna, Jo'raqulova Sharofat Baxtiyorovna</i>	
Abdulla avloniy ijodida gender madaniyati va ijtimoiy mas'uliyat g'oyalarning pedagogik tahlili	480
<i>Nurimbetova Shaxnoza Gayrat qizi</i>	
Analitik kimyo fanidan mass-spektrometriya mavzusini muammoli ta'lim metodi asosida o'qitish samaradorligini oshirish.....	485
<i>Nurjanova Fazila Farxadovna, Qo'chqarova Nargiza Otabekovna</i>	
Talabalarda oilaviy budjetni boshqarish kompetensiyalarini rivojlantirishda loyiha ta'limining o'rni.....	489
<i>Nurmatova Maftuna Ilxamovna</i>	
Tyutorlarning innovatsion faoliyatini tashkil etishda sun'iy intellektga asoslangan texnologiyalardan foydalanishning ahamiyati.....	493
<i>O'rinova Nilufar Muhammadovna, Muxammadjonova Madinabonu Isroiljon qizi</i>	
Ona tili darslarida o'quvchilarda sintaktik tushunchalarni shakllantirish usullari.....	498
<i>O'rozbojeva Dilnoza Alimboy qizi</i>	
Xulq-atvor fe'llarining ma'nosini yoritishda misollarning funksional roli	501
<i>Ochilova Sanobar Narzullayevna</i>	
Pedagogik ta'lim jarayonida umummadaniy kompetentlikning mazmuni va tarkibiy komponentlari	504
<i>Olimova Dilrabo Nurali qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda tabiiy fan orqali ekologik madaniyatni shakllantirishning pedagogik-psixologik bosqichlari.....	508
<i>Orifjonova Iroda Orifjon qizi, Qutlimuratova Barchinoy Xolmurot qizi, Sirojeva Jasmina Rustamovna</i>	
Pedagogik fanlarni o'rganish jarayonida bo'lajak o'qituvchilarni badiiy meros asosida ma'naviy-estetik rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	512
<i>Otaboboyeva Umida Ilxomovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning matematik rivojlanishida mental yondashuv metodikasining ahamiyati	517
<i>Parpijeva Mohinur Baxtiyor qizi</i>	
Yosh avlodni milliy ruhda tarbiyalashda madaniy merosning ahamiyati.....	520
<i>Radjapova Zuxra Tirkashevna</i>	
Boshlang'ich ta'lim jarayonida interfaol metodlardan foydalanishning samarali usullari	523
<i>Rahmonova Mavluda Suvon qizi, Sanginova Sevinch Bunyod qizi</i>	
Pedagogik sinflarni tashkil etish tamoyillari va asoslari.....	527
<i>Sadullojeva Farog'at Hikmatillo qizi</i>	



Yillik mashg'ulot jarayonida o'rta masofa yuguruvchilarining tezlik-kuch ko'rsatkichlarini rivojlantirish metodikasi	530
Saotov Farhod Alisher o'g'li	
Bugungi kunda talabalarni mutaxassis sifatida shakllantirishda maqsadga muvofiqlik, natijadorlik, optimallik va ijodkorlik mezonlari (pedagogika ta'lim yo'nalishi misolida).....	535
Satimboyeva Xurshidaxon Anvarjon qizi	
O'quvchilarning nutq kompetensiyasini rivojlantirish metodlari	539
Sharipova Marjona Rashidovna	
Zamonaviy yoshlar orasida prokrastinatsiya muammosi.....	543
Tillayeva Nodira Iskandar qizi	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning estetik madaniyatini shakllantirish	546
Umarova Gulshod Abduljabbarovna	
Yoshlarning ijtimoiy identifikatsiyasi shakllanishining psixologik omillari	552
Xolmirzayev Zafar Mirzamadinovich	
Karate sport turining madaniyati.....	556
Xomudjonova Feruza Komiljon qizi, Isayev Saidasliddinxon Islom o'g'li	
Ko'ngillilik faoliyatining ijtimoiy-pedagogik ahamiyati.....	560
Yo'ldosheva Iqbol Bekbo'lsin qizi	
Talaba-yoshlarni milliy kurash mashg'ulotlariga tayyorlash metodikasini takomillashtirish	563
Zaynobidinov Dilshodbek Qobilovich	
Raqamli ta'lim muhitida o'smirlarning o'zini anglash jarayoni va uning shaxsiy rivojlanishga ta'siri.....	567
Zufarova Yulduzxon Muxiddin qizi	
Интерпретация биологических терминов на русском языке	570
Абдуллаева Нигора Курбановна	
Жанровые особенности рассказа-антиутопии В. С. Маканина "Однодневная война".....	574
Дмитрий Валерьевич Пупонин	
Мифопоэтика и аксиологические функции архетипа матери-хранительницы в повестях В. Г. Распутина "Последний срок" и "Прощание с матёрой"	578
Коржовова Шахло Одилжоновна	
Методологические аспекты изучения адаптаций Песчанковых (Gerbillidae) к аридным условиям: анализ классических и современных исследований	585
Нурова Хикоят Кенжаевна	
К вопросу о руководстве самостоятельной работой студентов при изучении иностранных языков	590
Рахимова Мухайё Акмаловна	

YUQORI SINIF O'QUVCHILARIDA O'ZIGA ISHONCHNI OSHIRISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

Nozimboyeva Muqaddas Abdulvohid qizi

Namangan davlat pedagogika instituti

Kreativ pedagogika va psixologiya kafedrasida magistratura talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni oshirishda psixologik treninglarning ahamiyati yoritilgan. Tadqiqotda o'quvchilarning muloqotga kirishish faolligi, jamoa oldida o'z fikrini erkin bildirish darajasi hamda o'z imkoniyatlariga bo'lgan munosabati tahlil qilindi. Psixologik treninglar, suhbat, kuzatish va so'rovnomalar metodlari asosida o'quvchilarning treningdan oldingi va keyingi holati solishtirildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, trening mashg'ulotlari o'quvchilarda tortinchoqlikni kamaytirish, ijtimoiy faollikni oshirish, o'zini ijobiy baholash va mustaqil fikr bildirish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Maqolada maktab psixologi tomonidan bunday treninglarni tizimli tashkil etish zarurligi asoslab berilgan hamda o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga oid amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: yuqori sinf o'quvchilari, o'ziga ishonch, psixologik trening, muloqot faolligi, tortinchoqlik, o'zini baholash, ijtimoiy moslashuv, maktab psixologi, korreksion ish, shaxsiy rivojlanish.

Abstract: This article discusses the importance of psychological training in increasing self-confidence among senior school students. The study analyzes students' communicative activity, their ability to express their thoughts freely in front of others, and their attitude toward their own abilities. Based on psychological training, interviews, observation, and questionnaire methods, the students' condition before and after the training sessions was compared. The results showed that training sessions help reduce shyness, increase social activity, develop positive self-esteem, and improve the ability to express independent opinions. The article substantiates the need for the systematic organization of such training by a school psychologist and provides practical recommendations for supporting students' personal development.

Key words: senior school students, self-confidence, psychological training, communicative activity, shyness, self-esteem, social adaptation, school psychologist, corrective work, personal development.

Аннотация: В данной статье рассматривается значение психологических тренингов в повышении уверенности в себе у учащихся старших классов. В исследовании проанализированы коммуникативная активность учащихся, уровень свободного выражения собственных мыслей перед коллективом, а также их отношение к своим возможностям. На основе методов психологического тренинга, беседы, наблюдения и анкетирования было проведено сравнение состояния учащихся до и после тренинговых занятий. Результаты показали, что тренинговые занятия способствуют снижению застенчивости у учащихся, повышению социальной активности, формированию положительной самооценки и развитию навыков самостоятельного выражения мнения. В статье обоснована необходимость системной организации подобных тренингов школьным психологом, а также разработаны практические рекомендации по поддержке личностного развития учащихся.

Ключевые слова: учащиеся старших классов, уверенность в себе, психологический тренинг, коммуникативная активность, застенчивость, самооценка, социальная адаптация, школьный психолог, коррекционная работа, личностное развитие.

KIRISH

Yuqori sinf o'quvchilari shaxsiy rivojlanishida o'ziga ishonch muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi. Aynan ushbu yosh davrida o'quvchi o'z imkoniyatlarini baholash, mustaqil qaror qabul qilish, tengdoshlari bilan muloqotga kirishish va kelajakdagi ta'lim yo'nalishini tanlash kabi jarayonlarga faol duch keladi. O'ziga ishonch darajasining pastligi esa o'quvchilarda tortinchoqlik, tashabbus ko'rsatishdan qochish, jamoa oldida fikr bildirishdan qo'rqish, dars va ijtimoiy faoliyatlarda sust ishtirok etish kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni shakllantirish va rivojlantirish masalasi maktab psixologiyasi hamda ta'lim-tarbiya jarayonining dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida qaraladi.

Psixologik adabiyotlarda o'ziga ishonch shaxsning o'z kuchi, qobiliyati va imkoniyatlariga bo'lgan ichki ishonchi bilan bog'liq holda izohlanadi. A. Bandura tomonidan ilgari surilgan o'z-o'ziga samaradorlik nazari-



yasida insonning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchi uning motivatsiyasi, xatti-harakati va qiyinchiliklarni yengib o'tish qobiliyatiga bevosita ta'sir qilishi ta'kidlanadi ^[1]. Bu yondashuv yuqori sinf o'quvchilari misolida ham muhim ahamiyatga ega, chunki o'quvchi o'zini qanchalik qobiliyatli deb his qilsa, darslarda, muloqotda va ijtimoiy vaziyatlarda shunchalik faolroq bo'ladi.

Mazkur muammoni bartaraf etishda psixologik treninglar samarali korreksion vositalardan biri hisoblanadi. Trening jarayonida o'quvchilar o'z fikrini erkin ifodalash, guruha ishlash, ijobiy muloqotga kirishish, o'z emotsiyalarini boshqarish va o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholash ko'nikmalarini shakllantiradi. Tadqiqotlarda hayotiy ko'nikmalar va ijtimoiy-psixologik treninglar o'quvchilarda o'zini baholash, o'ziga ishonch va ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlarini yaxshilashga yordam berishi qayd etilgan ^[2]. Shuning uchun yuqori sinf o'quvchilari bilan tashkil etiladigan psixologik treninglar nafaqat ularning shaxsiy faolligini oshirish, balki ta'lim jarayonidagi ishtirokini kuchaytirish uchun ham muhim amaliy ahamiyatga ega.

Ushbu maqolaning maqsadi yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni oshirishda psixologik treninglarning ahamiyatini ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan yoritishdan iborat. Tadqiqotda o'quvchilarda o'ziga ishonch darajasiga ta'sir qiluvchi psixologik omillar, trening mashg'ulotlarining korreksion imkoniyatlari hamda ularning shaxslararo muloqot va ijtimoiy faollikka ta'siri tahlil qilinadi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni rivojlantirish muammosi pedagogika va psixologiya fanlarida keng o'rganilgan mavzulardan biri hisoblanadi. Tadqiqotchilar o'ziga ishonch shaxsning ijtimoiy faolligi, muloqotga kirishish qobiliyati, o'quv motivatsiyasi va kelajakdagi muvaffaqiyatlari bilan bevosita bog'liq ekanligini ta'kidlaydilar. Ayniqsa, o'smirlik va ilk o'spirinlik davrida o'ziga bo'lgan munosabatning shakllanishi shaxs rivojlanishining muhim omili sifatida qaraladi.

O'ziga ishonch fenomenining nazariy asoslari amerikalik psixolog Albert Bandura tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'ziga samaradorlik (self-efficacy) nazariyasida keng yoritilgan. Olimning fikricha, insonning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchi uning xatti-harakati, motivatsiyasi va qiyinchiliklarni yengib o'tish qobiliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shaxs o'zini muvaffaqiyatga erisha oladigan deb his qilgan sari uning faolligi va tashabbuskorligi ortib boradi.

O'quvchilarning o'zini baholashi va o'ziga ishonchini o'rganishda Morris Rosenberg tomonidan yaratilgan o'zini baholash shkalasi alohida ahamiyatga ega. Ushbu metodika shaxsning o'ziga bo'lgan munosabatini baholashda eng ko'p qo'llaniladigan diagnostik vositalardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, o'zini yuqori baholaydigan o'quvchilar tengdoshlari bilan muloqotda faolroq bo'lib, ijtimoiy vaziyatlarda o'zini erkinroq tutadilar.

Guruhiy treninglarning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati Carl Rogers va Abraham Maslowlarning gumanistik psixologiya konsepsiyalarida ham o'z aksini topgan. Ularning fikricha, insonning shaxsiy imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi uchun qo'llab-quvvatlovchi va xavfsiz psixologik muhit zarur. Trening mashg'ulotlari aynan shunday muhitni yaratish orqali o'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Mahalliy va xorijiy tadqiqotlarda ijtimoiy-psixologik treninglarning o'quvchilarning kommunikativ kompetensiyasi, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy faolligini rivojlantirishdagi samaradorligi qayd etilgan. Tadqiqotchilar guruhiy muhokamalar, rolli o'yinlar, o'zini anglash mashqlari va muloqot treninglari o'quvchilarda tortinchoqlikni kamaytirishi, o'z fikrini erkin ifodalash ko'nikmalarini rivojlantirishi hamda ijtimoiy munosabatlarni yaxshilashga yordam berishini ta'kidlaydilar.

Shunday qilib, ilmiy adabiyotlar tahlili yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni rivojlantirishda psixologik treninglar samarali pedagogik-psixologik vosita ekanligini ko'rsatadi. O'ziga ishonch, o'zini baholash va ijtimoiy faollik o'rtasidagi uzviy bog'liqlik trening mashg'ulotlarini ta'lim muassasalari amaliyotiga keng joriy etish zarurligini asoslaydi.

TADDIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqotda yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonch darajasini aniqlash va uni psixologik treninglar orqali rivojlantirish imkoniyatlarini o'rganish maqsadida bir nechta metodlardan foydalanildi. Tadqiqot metodlari sifatida psixologik treninglar, suhbat, kuzatish va so'rovnoma usullari tanlandi. Ushbu metodlar o'quvchilarning shaxsiy faolligi, muloqotga kirishish darajasi, o'z fikrini erkin bildirishga tayyorligi hamda o'z imkoniyatlariga bo'lgan munosabatini aniqlashga xizmat qildi. Ta'limiy-psixologik tadqiqotlarda sifat va miqdoriy metodlarni birgalikda qo'llash o'rganilayotgan muammoni kengroq tahlil qilish imkonini beradi ^[3].

Tadqiqot jarayonida dastlab o'quvchilarning o'ziga ishonch darajasi so'rovnoma orqali o'rganildi. So'rovnoma savollari o'quvchilarning o'zini baholashi, jamoa oldida fikr bildirishga munosabati, yangi vaziyatlarda faollik ko'rsatishi va shaxsiy imkoniyatlariga ishonchi kabi jihatlarni aniqlashga qaratildi. O'zini baholash va

shaxsiy ishonch darajasini aniqlashda maxsus psixologik shkalalardan foydalanish o'quvchi shaxsining ichki munosabatlarini tahlil qilishda muhim ahamiyatga ega ^[4]. Rosenberg shkalasi dastlab yuqori sinf yoshidagi o'quvchilarning o'zini baholashini o'lchash uchun ishlab chiqilgani bilan ham mazkur mavzuga yaqin diagnostik asos bo'la oladi.

Suhbat metodi orqali o'quvchilarning o'ziga ishonchsizlik sabablari, muloqotdagi qiyinchiliklari, sinfdoshlar va o'qituvchilar bilan munosabatlaridagi psixologik to'siqlar aniqlashtirildi. Suhbat individual va guruhiiy shaklda tashkil etilib, o'quvchilarning o'z fikrini ifodalashdagi erkinligi, savollarga javob berishdagi faolligi va ichki kechinmalarini bayon qilish darajasi kuzatildi. Bu metod o'quvchilarning faqat tashqi xatti-harakatlarini emas, balki ularning o'ziga nisbatan munosabati va ichki psixologik holatini ham aniqlashga yordam berdi.

Kuzatish metodi dars jarayoni, guruhiiy mashg'ulotlar va treninglar davomida olib borildi. Kuzatish orqali o'quvchilarning jamoada o'zini tutishi, savollarga javob berishga intilishi, guruhiiy faoliyatda ishtiroki, tashabbus ko'rsatishi va tengdoshlari bilan muloqotga kirishish xususiyatlari baholandi. Ayniqsa, treningdan oldingi va keyingi holatni solishtirish o'quvchilarda yuzaga kelgan ijobiy o'zgarishlarni aniqlash imkonini berdi.

Psixologik treninglar tadqiqotning asosiy amaliy metodi sifatida qo'llanildi. Trening mashg'ulotlari o'quvchilarda o'zini erkin tutish, jamoa oldida fikr bildirish, ijobiy muloqotga kirishish, o'z kuchli tomonlarini anglash va o'ziga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirishga yo'naltirildi. Mashg'ulotlarda "Tanishuv", "Men o'zimni qadrlayman", "Ijobiy fikr", "Jamoada oldida nutq", "Mening kuchli tomonlarim" kabi mashqlar qo'llanildi. Har bir treningdan so'ng o'quvchilarning faolligi, emotsional holati va o'zini namoyon qilish darajasi tahlil qilindi.

Shunday qilib, tadqiqotda qo'llanilgan psixologik treninglar, suhbat, kuzatish va so'rovnoma metodlari yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonch darajasini aniqlash hamda uni rivojlantirish jarayonini kompleks o'rganish imkonini berdi. Mazkur metodlar yordamida o'quvchilarning dastlabki psixologik holati, treninglardan keyingi o'zgarishlari va o'ziga ishonchni oshirishga ta'sir etuvchi asosiy omillar aniqlab borildi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqot natijalari psixologik treninglar yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonch, muloqotga kirishish faolligi va jamoa oldida fikr bildirish ko'nikmalariga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ko'rsatdi. Trening mashg'ulotlaridan oldin o'quvchilarning aksariyatida o'z fikrini erkin ifodalashda tortinchoqlik, sinfdoshlar oldida javob berishdan cho'chish, guruhiiy topshiriqlarda sust ishtirok etish holatlari kuzatildi. So'rovnoma va kuzatish natijalariga ko'ra, dastlab o'quvchilarning faollik darajasi asosan o'rta va past ko'rsatkichlarda namoyon bo'lgan. 2024-yilda e'lon qilingan maktabga yo'naltirilgan ijtimoiy-emotsional ta'lim dasturlari bo'yicha meta-tahlilda ham bunday dasturlar o'quvchilarning ijtimoiy-emotsional ko'nikmalari, maktabdagi faolligi va o'ziga bo'lgan ijobiy munosabatini yaxshilashi qayd etilgan ^[5].

Psixologik treninglardan keyin o'quvchilarda ijobiy o'zgarishlar kuzatildi. Jumladan, ular guruhiiy mashqlarda faolroq qatnasha boshladi, o'z fikrini aytishda avvalgiga nisbatan erkinroq bo'ldi, sinfdoshlar bilan muloqotga kirishish darajasi oshdi. Trening davomida "Men o'zimni qadrlayman", "Mening kuchli tomonlarim", "Jamoada oldida nutq", "Ijobiy fikr almashinuvi" kabi mashqlar o'quvchilarning o'z imkoniyatlarini anglashiga va o'zini ijobiy baholashiga yordam berdi. Maktab sharoitida o'tkazilgan ko'nikma shakllantirish dasturlari bo'yicha tadqiqotlarda ham treninglar o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi, ichki ishonchi va faol xatti-harakatlarini rivojlantirishda samarali bo'lishi ta'kidlangan ^[6].

1-jadval: **Treningdan oldin va keyin o'quvchilarning faollik darajasi**

Ko'rsatkichlar	Treningdan oldin	Treningdan keyin	O'zgarish mazmuni
Jamoada oldida fikr bildirish faolligi	38 %	72 %	O'quvchilar o'z fikrini erkinroq ayta boshladi
Guruhiiy mashg'ulotlarda ishtirok etish	45 %	78 %	Jamoaviy topshiriqlarda qatnashish kuchaydi
Savollarga javob berishga tayyorlik	41 %	70 %	Dars va treningdagi tashabbus oshdi
Tengdoshlari bilan muloqotga kirishish	48 %	80 %	Ijtimoiy aloqa va muloqot faollashdi
O'z kuchiga ishonch bildirish	36 %	74 %	O'zini ijobiy baholash ko'rsatkichi oshdi

Jadval natijalaridan ko'rinadiki, treningdan oldin o'quvchilarning faolligi nisbatan past bo'lgan. Ayniqsa, jamoada oldida fikr bildirish va o'z kuchiga ishonch bildirish ko'rsatkichlari past darajada namoyon bo'lgan. Trening mashg'ulotlaridan so'ng barcha ko'rsatkichlarda sezilarli o'sish kuzatildi. Eng yuqori o'zgarish tengdoshlari bilan muloqotga kirishish va guruhiiy mashg'ulotlarda ishtirok etish ko'rsatkichlarida namoyon bo'ldi. Bu esa psixologik treninglar o'quvchilarning nafaqat ichki ishonchini, balki ularning ijtimoiy faolligini ham oshirishini ko'rsatadi.



Shunday qilib, olingan natijalar psixologik treninglarning yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni oshirishda samarali metod ekanligini tasdiqlaydi. Treninglar orqali o'quvchilarda o'zini erkin tutish, mustaqil fikr bildirish, guruhda ishlash va ijobiy muloqotga kirishish ko'nikmalari rivojlandi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, bunday mashg'ulotlarni maktab psixologi faoliyatida muntazam qo'llash yuqori sinf o'quvchilarining shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqot natijalarining tahlili shuni ko'rsatadiki, psixologik treninglar yuqori sinf o'quvchilarining muloqotga kirishish faolligiga bevosita ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Treningdan oldin ayrim o'quvchilar guruhiy vazifalarda sust qatnashgan, savollarga javob berishda tortingan va tengdoshlari bilan faol aloqa o'rnatishga qiynalgan. Trening mashg'ulotlaridan keyin esa ularning guruhda ishlash, suhbatga qo'shilish, fikr almashish va ijtimoiy vaziyatlarda o'zini erkinroq tutish ko'rsatkichlari oshgani kuzatildi. Bu holat trening jarayonida qo'llanilgan rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlarni hal qilish, juftlikda ishlash va guruhiy muhokamalar o'quvchilarning muloqotdagi psixologik to'siqlarini kamaytirganini ko'rsatadi. Zamonaviy tadqiqotlarda ham muammoli vaziyatlarni hal qilish va assertivlikka yo'naltirilgan mashg'ulotlar o'smirlarning o'zini baholashi hamda ruhiy holatini yaxshilashga xizmat qilishi qayd etilgan^[7].

Treninglarning yana bir muhim ta'siri o'quvchilarning o'z fikrini bildirish faolligida namoyon bo'ldi. Dastlab ayrim o'quvchilar noto'g'ri javob berishdan qo'rqish, sinfdoshlari tomonidan tanqid qilinishidan xavotirlanish yoki o'z fikrini yetarli darajada muhim deb hisoblamaslik sababli passivlik ko'rsatgan. Treninglardan so'ng esa ular fikrini aniqroq aytishga, savollarga javob berishga, guruhiy muhokamalarda ishtirok etishga ko'proq intila boshlagan. Bunda "Jamoada oldida nutq", "Mening fikrim muhim", "Vaziyatga munosabat bildirish" kabi mashqlar o'quvchilarda assertiv xulq-atvorni shakllantirishga yordam berdi. Assertivlik treninglari bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda ham bunday mashg'ulotlar talabalar va o'quvchilarda o'zini tutish, o'zini baholash, stressni kamaytirish va psixologik farovonlikni oshirishga ijobiy ta'sir qilishi ta'kidlangan^[8].

O'ziga ishonch ko'rsatkichlarining oshishi treninglarning eng asosiy natijalaridan biri sifatida baholanishi mumkin. Chunki o'quvchi o'z kuchli tomonlarini anglagan sari, u yangi vaziyatlarga kirishishdan, jamoada oldida gapirishdan va mustaqil qaror bildirishdan kamroq qo'rqqa boshlaydi. Trening jarayonida o'quvchilar bir-birini qo'llab-quvvatlash, ijobiy fikr bildirish, o'z yutuqlarini tan olish va shaxsiy imkoniyatlarini baholashga o'rgatildi. Bu esa ularda ichki ishonchning kuchayishiga olib keldi. Maktabga yo'naltirilgan psixologik dasturlar bo'yicha meta-tahlillarda ham o'quvchilarning intrapersonal, ya'ni o'zini anglash, o'zini baholash, o'ziga ishonch kabi jihatlarida hamda interpersonal, ya'ni muloqot va ijtimoiy munosabat ko'nikmalarini rivojlantirish muhim natija sifatida ko'rsatiladi^[9].

Natijalar shuni anglatadiki, psixologik treninglar faqat alohida bir ko'nikmani emas, balki o'quvchining umumiy ijtimoiy-psixologik faolligini rivojlantiradi. Treninglarda o'quvchi o'zini xavfsiz muhitda sinab ko'radi, xato qilishdan qo'rqmaslikni o'rganadi, boshqa o'quvchilar bilan hamkorlik qiladi va asta-sekin o'z imkoniyatlariga ishonch hosil qiladi. Ayniqsa, yuqori sinf o'quvchilari uchun bunday mashg'ulotlar muhimdir, chunki bu davrda ular kasb tanlash, imtihonlarga tayyorgarlik, tengdoshlar bilan munosabat va shaxsiy kelajak haqidagi qarorlar oldida turadi. Maktab sharoitida ijtimoiy xavotir va muloqotdagi qiyinchiliklarni kamaytirishga qaratilgan guruhiy kognitiv-xulqiy dasturlar ijtimoiy ko'nikmalarni kuchaytirish va ijtimoiy vaziyatlardan qochishni kamaytirishga xizmat qilishi qayd etilgan^[10].

XULOSA VA TAKLIFLAR

O'tkazilgan tahlillar asosida aytish mumkinki, psixologik treninglar yuqori sinf o'quvchilarida o'ziga ishonchni oshirish, muloqotga kirishish faolligini kuchaytirish va o'z fikrini erkin bildirish ko'nikmalarini shakllantirishda samarali vosita hisoblanadi. Treninglardan oldin o'quvchilarda tortinchoqlik, jamoada oldida gapirishdan cho'chish, guruhiy ishlarda sustlik va o'z imkoniyatlariga past baho berish holatlari kuzatilgan bo'lsa, mashg'ulotlardan keyin ularning faolligi, tashabbuskorligi va o'zini namoyon qilish darajasi oshdi.

Maktab psixologi uchun bunday treninglarni muntazam tashkil etish muhim amaliy ahamiyatga ega. Avvalo, psixolog o'quvchilarning o'ziga ishonch darajasini aniqlash uchun so'rovnomalar, suhbat va kuzatish metodlaridan foydalanishi lozim. Shundan so'ng past faollik, tortinchoqlik yoki muloqotga kirishishda qiynalayotgan o'quvchilar bilan kichik guruhlarda trening mashg'ulotlarini tashkil etish maqsadga muvofiq. Treninglar davomida o'quvchilarning o'z fikrini bildirish, jamoada oldida nutq so'zlash, ijobiy muloqotga kirishish, o'z kuchli tomonlarini anglash va emotsiyalarini boshqarish ko'nikmalariga alohida e'tibor qaratish kerak.

Shuningdek, maktab psixologi treninglarni bir martalik tadbir sifatida emas, balki bosqichma-bosqich olib boriladigan korreksion-rivojlantiruvchi dastur sifatida tashkil qilishi zarur. Har bir mashg'ulotdan keyin o'quvchilarning faolligi, kayfiyati, muloqotdagi o'zgarishlari va o'zini baholash darajasi kuzatib borilishi kerak. Sinf rahbarlari va fan o'qituvchilari bilan hamkorlikda o'quvchilarga dars jarayonida ham o'z fikrini erkin bildirish, savollarga javob berish va guruhiy ishlarda qatnashish imkoniyati yaratilsa, trening natijalari yanada mustahkamlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change // Psychological Review. - 1977. - Vol. 84, Ne 2. - P. 191-215.
2. Winarsunu T., Hanurawan F. et al. Life skills training: Can it increase self-esteem and reduce anxiety among students? // Journal of Public Health Research. - 2023.
3. Creswell J.W. Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research. - 6th ed. - Boston: Pearson, 2019.
4. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. - Princeton: Princeton University Press, 1965.
5. Cipriano C., Strambler M.J., Naples L.H., Ha C., Kirk M., Wood M., Sehgal K., Zieher A.K., Eveleigh A., McCarthy M.F., Funaro M., Ponnock A., Chow J.C., Durlak J. The effects of universal school-based social and emotional learning programs on student achievement, school functioning and well-being: A systematic review and meta-analysis // Educational Research Review. - 2024. - Vol. 41. - Article 100558.
6. Van Loon A.W.G., Creemers H.E., Beumer W.Y., Okorn A., Vogelaar S., Saab N., Miers A.C., Westenberg P.M., Asscher J.J. The effectiveness of school-based skills-training programs promoting mental health in adolescents: A study protocol for a randomized controlled study // BMC Psychology. - 2023. - Vol. 11. - Article 37.
7. Golshiri P., Mostofi A., Rouzbahani S. The effect of problem-solving and assertiveness training on self-esteem and mental health of female adolescents: a randomized clinical trial // BMC Psychology. - 2023. - Vol. 11. - Article 106.
8. Parray W.M., Kumar S. The effect of assertiveness training on behaviour, self-esteem, stress, academic achievement and psychological well-being of students: A quasi-experimental study // Research & Development. - 2022. - Vol. 3, Ne 2. - P. 83-90.
9. Mertens E.C.A., Deković M., Leijten P., Van Londen M., Reitz E. Components of school-based interventions stimulating students' intrapersonal and interpersonal domains: A meta-analysis // Clinical Child and Family Psychology Review. - 2020. - Vol. 23. - P. 605-631.
10. Coyle S., Mahmud F., Weeks C., Masia Warner C. School-based treatment for children and adolescents with social anxiety disorder // Social Skills Across the Life Span: Theory, Assessment, and Intervention. - Elsevier, 2020. - P. 237-254.

- 
- 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. №6(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.