



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



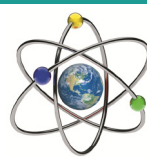
No9(1)
2026

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

M

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 386 sahifa,
2-sentyabr, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

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

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

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

“Maktabgacha va maktab ta'limi” jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

“Maktabgacha va maktab ta'limi”
jurnali

26.09.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti
Administratsiyasi huzuridagi Axborot
va ommaviy kommunikatsiyalar
agentligi tomonidan **№C-5669363**
reyestr raqami tartibi bo'yicha
ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**

MUNDARIJA

O'smirlarda hissiy bezovtalikning psixologik determinantlari sifatida o'z-o'zini baholash va o'ziga munosabat xususiyatlari.....	10
Ibraymova Altinay Esemuratovna	
Bo'lajak pedagoglar shaxsiyatida ksenofobiya xavfi: kasbiy deformatsiya omillari va uning pedagogik faoliyatga ta'siri	16
Abdiraximova Dildora Begimkulovna	
Biologiya ta'limida sun'iy intellektdan foydalanish: didaktik imkoniyatlar, muammolar va metodik yechimlar.....	20
Raxmatov Uchkun Ergashevich	
Talabalarda mediasavodxonlik va tanqidiy fikrlash o'rtasidagi psixologik bog'liqlik.....	28
Adizova Muxabbat Muxitdinovna	
Oliy ta'lim rahbar-kadrlarida stressogen vaziyatlarni boshqarishning pedagogik-psixologik o'ziga xos jihatlari	32
Sultonov Mansur G'aniyevich	
Boshlang'ich ta'limda individual yondashuv orqali o'quvchilarning ta'lim natijalarini yaxshilash	37
Latipova Ma'rifat Salohiddin qizi, Bo'tayeva Saodat Xudoyor qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarning raqamli resurs bazasini yaratish kompetensiyasi: tuzilma va mezonlar.....	41
Qo'qonboyeva Durdona Faxriddin qizi	
Biologiyani o'qitishda zamonaviy ta'lim metodlari.....	44
Joldasbayeva Gulchexra Maksetbayevna	
Organik fotoelementlarning moslashuvchanligini oshirish.....	49
Jalolova Pokiza Muzaffarovna	
Dzyudo sport turida texnik tayyorgarlikni takomillashtirishda maxsus mashqlardan foydalanish samaradorligi.....	54
Ko'palov Sanjar Ulug'bekovich	
Interactive Methods for Developing Sociolinguistic Competence in Higher Education	59
Baxramova Diyora Sanjar qizi	
Texnika yo'nalishi talabalarini ishlab chiqarish muhitiga tayyorlashda CDIO va sanoat korxonalari hamkorligining pedagogik imkoniyatlari	66
Gaffarov Xasan Ravshanovich	
Onkologik bemorlarga tashxisni bildirish madaniyati va uning psixologik oqibatlari (O'zbekiston misolida)...	70
Jonpo'lotova Manzura Jahonovna	
Malaka oshirish jarayonida rahbar-kadrlarning SOFT-kompetensiyalarini rivojlantirish samaradorligi.....	75
Axrorova Umida Xamidullayevna	
Refleksiv ta'lim muhitida o'z-o'zini baholash ko'nikmalarini rivojlantirishning didaktik parametrlari tizimi	81
Sadikova Shaxnoza Ulug'bek qizi	
Loyihaviy faoliyat asosida talabalarda mustaqil ta'lim kompetensiyalarini shakllantirish mexanizmlari	87
Jabborov Toxirjon Maqsudali o'g'li	
Biologiya fanini o'qitishda biologiya (maxsus pedagogika: logopediya) yo'nalishi talabalarining tanqidiy fikrlashini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	91
Hakimova Musharraf Fozilovna, Hasanova Zebo Davlatovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishda bolalar adabiyotining didaktik imkoniyatlari	96
Homiyatova Mavluda Amon qizi	
Boshlang'ich sinflarda raqamli ta'lim muhitini yaratish va interaktiv metodlardan foydalanish.....	101
Karimova Nargiza Raximovna	
Maktabgacha ta'limda raqamli texnologiyalar asosida bolalarning soft skillsini rivojlantirish: interaktiv va sun'iy intellektga asoslangan yondashuvlar	109
Mamatqulova Nozimaxon Shavkat qizi	



Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida innovatsion pedagogik faoliyat ko'nikmalarini rivojlantirish: kvazi-eksperimental tadqiqot.....	116
Nozimabonu Tojiboyeva	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining axborotni tekshirish va dalillarga asoslangan xulosa chiqarish ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi.....	124
Abduraxmonova Gulandam Anvarjonovna	
Funksional yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik mahoratini takomillashtirishning ustuvor jihatlari.....	130
Safarov Dilmurod Zoirovich	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'quv faoliyati samaradorligini oshirishda o'qish savodxonligining ahamiyati	135
Turg'unboyev Sirojiddin Faxriddinovich	
Sun'iy intellekt vositalaridan foydalanish asosida matematika fanini o'qitishda o'quvchilarning kreativ fikrlashini rivojlantirish metodikasi.....	140
Sultonova Shahnoza Yusuf qizi	
Boshlang'ich sinflarda ingliz tili o'qitish metodikasini yosh omili asosida takomillashtirish.....	147
Akhmadaliyeva Nargizakhon Abdumalik qizi	
Tengdoshlar bilan munosabat sifatiga oilaviy muhitning bilvosita ta'siri	153
Baratullayeva Dilnoza Xabibullo qizi	
Bolalar kiyimlari va ular bilan bog'liq urf-odatlar (Buxoro vohasi misolida).....	156
G'iyosova Zarina Yusuf qizi	
Bo'lajak biologiya o'qituvchilarining kasbiy-metodik kompetentligi rivojlanganlik darajalarini kvalimetrik shkala asosida baholash	160
Niyozova Shahlo Abdusaitovna	
Bionika asosida maktabgacha yoshdagi bolalarda ixtirochilik qobiliyatlarini rivojlantirishning samarali metodlari	167
Jumaboyeva Maxliyo Rashidbek qizi	
Talabalarning bilish faolligini oshirishning pedagogik mexanizmlari.....	172
Hakimova Mushtariybonu Hamid qizi	
Kredit-modul ta'lim tizimida talabalar mustaqil ta'limini neyropedagogik yondashuv asosida tashkil etishning pedagogik-didaktik tamoyillari.....	178
Farrux O'. Ibragimov	
Kichik maktab yoshdagi bolalarning o'quv faoliyatiga moslashishining pedagogik-psixologik xususiyatlari	185
G'ofurova Madina Ikromjon qizi	
Rashk muammosining ijtimoiy-psixologik mazmun-mohiyati.....	189
Ummatova Sitora Shavkatulloyevna	
Bo'lajak o'qituvchilarda axborotni tanqidiy tahlil qilish ko'nikmasini rivojlantirishning ilmiy-nazariy aspektlari	196
Salayeva Sitora Serali qizi	
Nabi Jaloliddin ijodida tarixiy tafakkur va zamonaviylik uyg'unligi	201
Matchanova Mastura Baxrom qizi	
Geometriyani o'qitishda interaktiv metodlardan foydalanish	205
Sultonova Dilrabo Yusuf qizi	
ESP ta'limida syllabus design va uning arxitektura-qurilish yo'nalishlaridagi ahamiyati.....	210
Xayitova Dilnoza Bahtiyorovna	
Цифровизация и глобализация как факторы трансформации французского языка в XXI веке	214
Давронова Зульфия Бобоевна	
Key Highlights of a Dialect for Extraordinary Purposes.....	219
Berdiyeva Mekhriniso Kholmammatovna	
Transformatsion liderning maktabgacha ta'lim tizimidagi strategik va pedagogik ahamiyati.....	223
Mustafoev Maqsudbek Olim o'g'li	

Milliy komponentlarga asoslangan tasviriy san'at ta'limining asosiy metodik tamoyillari.....	227
Baltayeva Xalima Toraboyevna	
Arxitektura ta'limida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning kompetensiyaviy modeli	231
Abduvosiqova Dilafruz Djalaliddinova	
Bo'lajak tarix o'qituvchisi pedagogik-psixologik tayyorgarligining nazariy-konseptual modeli	236
Toshpo'latova Shaxnoza Shuhratovna	
The Impact of the Flipped Classroom Model in Uzbek Secondary Schools: Participation and Engagement	240
Khamidova Shabnam Gulakhmadovna	
Sharq va G'arb pedagogik an'analarida sun'iy intellekt vositasida tarbiya jarayonini transformatsiyalash: qiyosiy tahlil va metodologik yondashuvlar.....	244
Jamolova (G'anijonova) Mushtariybegim Bobirjon qizi	
Sport tayyorgarligi tizimida trenerlar faoliyatining mazmuni, tuzilishi va zamonaviy talablari	249
Ismailova Dildora Qudratullayevna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni son sanoqqa o'rgatishda didaktik vizual vositalarning turlari va ularning pedagogik ahamiyati.....	255
Kushakova Gulnora Egamqulovna, Valiyeva Sabina Shavkat qizi	
Bo'lajak tarbiyachilarning kognitiv-integrativ mobilligi, mohiyati va tarkibiy komponentlari.....	262
Mirzayeva Kamola Ikrom qizi	
Kursantlarda kasbiy tayyorgarlikni takomillashtirishda ma'naviy-axloqiy qadriyatlarning psixologik-pedagogik ahamiyati.....	267
Shermatova Nazokat Safarovna	
PISA topshiriqlari asosida 5-sinf o'quvchilarining ilmiy tadqiqotlarni loyihalash kompetentsiyasini shakllantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari.....	271
Zulayxo Mamajanova	
Лингводидактические основы развития письменной речи студентов на материале жанра травелога	275
Тахирова Маъсуда Абдужаббор кизи, Хазраткулова Мохира Азизбековна	
Migrant oilalarning bola psixikasiga ta'siri	280
Baxtiyor Odilovich Saidov	
Трансформация рекламного дискурса в социальных сетях.....	284
Икрамова Мунира Маруфжановна	
Bo'lajak biologiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini oshirishda web-platformalardan foydalanish modeli.....	289
Akramova Mohinabonu Mirg'olib qizi	
Teaching Translation Equivalence Through Comparative Analysis of Simultaneous and Written Translation: An Experimental Study in Uzbek-English Translation Education.....	294
Iskandarova Risolat Ravshanbekovna	
Oliy ta'limda falsafa fanini o'qitishning ahamiyati va dolzarbligi	299
Ismadiyrov Komil Maxamadiyrovich	
Anorganik kimyoda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishga asoslangan pedagogik tajriba-sinov ishlarining matematik-statistik tahlil natijalari.....	304
Boboyarova Nilufar Saydullayevna	
Maktabgacha yoshdagi duduqlanuvchi bolalar nutq nuqsonlarini qo'g'irchoq teatri asosida bartaraf etish texnologiyalarini takomillashtirish	310
Xasanbayeva Gulbahor Nasrullayevna, Arslanova Madina Mansurovna	
Musiqqa o'qituvchilarida cholg'u ijrochilik ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish (fortepiano asarlari misolida)	313
Rahimberganova Zuhra Shuxrat qizi	
Yosh xodimlarni kasbga moslashtirishda zamonaviy pedagogik metodlarning o'rni va ahamiyati	317
Adilov Baxadir Tanatarovich	



Bo'lajak o'qituvchilarni millatlararo muloqot madaniyatini rivojlantirishga tayyorlashning diagnostik mezonlari va ko'rsatkichlari	321
Atamuratov Dilshod	
Концептуальные основы развития навыков академического вокального исполнительства у студентов образовательных программ по направлению "Музыкальное образование"	325
Ахмедова Чарос Ильхомовна	
Muammoli ta'lim orqali o'quvchilarning kognitiv kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik mexanizmlari	332
Bekchanova Sabohat Matrasulovna	
Ixtisoslashtirilgan va ijod maktablari direktorlari kreativ salohiyatining tarkibiy tuzilmasi va baholash mezonlari	338
G'aniyeva Zarina Itolmas qizi	
Maktabgacha ta'limda inkluziv muhitni shakllantirish: mavjud muammolar va innovatsion pedagogik yechimlar	342
Gulyamova Aziza Otabek qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy madaniyatshunoslik kompetensiyasini shakllantirish metodikasi	346
Komiljonova Mohinur Allabergan qizi	
Tibbiyot oliy ta'lim muassasalarida talabalarning global kommunikativ motivatsiyasini shakllantirish: pedagogik yondashuvlar	350
Qoravoyeva Shoira Zafarjon qizi	
Tafakkur muammosining pedagogik va psixologik asoslari	353
Shixova Inobat Omonovna	
Integral yondashuv asosida bo'lajak musiqa o'qituvchisining kasbiy tayyorlashda xorij tajribasi	358
Usmanova Shaxnoza Baxodirovna	
Arab tilidagi akademik matnlarni o'qib tushinishda sun'iy intellektdan foydalanishning metodik imkoniyatlari	363
Xalilova Hilola Sharopovna	
Pedagogika ta'lim yo'nalishi talabalarida deontologik kompetentlikning mazmuni, tarkibiy komponentlari va funksiyalari	368
Yaqubova Donoxon Xo'janazar qizi	
Kognitiv yondashuv asosida sonning butun va kasr qismi qatnashgan tenglamalarni o'qitish metodikasi ...	372
Boboqulova Munisa Shavkat qizi	
Ta'lim sifatini monitoring qilishda elektron tizimlardan foydalanish samaradorligini oshirish: amaliy muammolar va takomillashtirish modeli	376
Oripova Shahzoda Zafarjon qizi	
Специфика подготовки фигуристов-одиночников на тренировочном этапе	380
Тохинова Шохсанам Фарход кизи	



СПЕЦИФИКА ПОДГОТОВКИ ФИГУРИСТОВ- ОДИНОЧНИКОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

Тохинова Шохсанам Фарход кизи

PhD, докторант 1-го курса Узбекского государственного университета физической культуры и спорта

Аннотация: Фигурное катание на коньках представляет собой сложнокоординационный вид спорта, отличающийся высокой технической сложностью и многообразием двигательных действий. Его привлекательность обусловлена сочетанием сложных по координации движений, включающих различные комбинации базовых элементов, с высокой эстетической выразительностью, что вызывает значительный интерес у зрителей и любителей данного вида спорта. Вместе с тем внешняя лёгкость и плавность выполнения шагов, спиралей, вращений и прыжков является результатом длительной, целенаправленной и разносторонней работы спортсмена. Цель исследования заключалась в определении взаимосвязи между объёмом отдельных компонентов технической подготовки фигуристов-одиночников в структуре тренировочного процесса и его эффективностью, а также спортивными результатами. В исследовании приняли участие спортсменки, занимающиеся фигурным катанием на базовом уровне подготовки. В экспериментальной группе было скорректировано соотношение общей физической, специальной физической, хореографической и ледовой подготовки. Результаты проведённого исследования показали, что предложенное распределение различных видов подготовки способствует повышению качества тренировочного процесса и положительной динамике показателей по основным направлениям подготовки спортсменок.

Ключевые слова: фигурное катание, техническая подготовка, компоненты технической подготовки, уровень катания, хореографическая подготовка.

Annotatsiya: Konkida figurali uchish – yuqori texnik murakkablik va harakatlar xilma-xilligi bilan ajralib turadigan murakkab koordinatsion sport turidir. Uning jozibadorligi asosiy (baza) unsurlarning turli birikmalarini o'z ichiga olgan murakkab koordinatsion harakatlarning yuksak estetik ifodalilik bilan uyg'unlashuvi bilan izohlanadi va bu tomoshabinlar hamda ushbu sport ixlosmandlarida katta qiziqish uyg'otadi. Shu bilan birga, qadamlar, spirallar, aylanishlar va sakrashlarni bajarishdagi tashqi yengillik va ravonlik sportchining uzoq muddatli, maqsadli va har tomonlama mehnati samarasidir. Tadqiqotning maqsadi mashg'ulot jarayoni tuzilmasida figurali uchuvchilarning texnik tayyorgarligining alohida komponentlari hajmi va uning samaradorligi, shuningdek, sport natijalari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashdan iborat. Tadqiqotda asosiy tayyorgarlik darajasida figurali uchish bilan shug'ullanuvchi sportchi qizlar ishtirok etdi. Tajriba guruhida umumiy jismoniy, maxsus jismoniy, xoreografik va muz tayyorgarligi nisbatiga tuzatish kiritildi. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, turli xil tayyorgarlik turlarining taklif etilgan taqsimoti mashg'ulot jarayoni sifatini oshirishga va sportchilarni tayyorlashning asosiy yo'nalishlari bo'yicha ko'rsatkichlarning ijobiy o'zgarishiga yordam beradi.

Kalit so'zlar: figurali uchish, texnik tayyorgarlik, texnik tayyorgarlik tarkibiy qismlari, uchish mahorati darajasi, xoreografik tayyorgarlik.

Abstract: Figure skating is a complex coordination sport characterized by high technical complexity and a variety of motor actions. Its attractiveness is due to the combination of complex coordination movements, including various combinations of basic elements, with high aesthetic expressiveness, which sparks significant interest among spectators and sports enthusiasts. At the same time, the external ease and smoothness of performing steps, spirals, rotations, and jumps is the result of a long, purposeful, and multifaceted effort by the athlete. The aim of the study was to determine the relationship between the volume of individual technical training components in the structure of the training process and its effectiveness, as well as sports results. The study involved female athletes engaged in figure skating at a basic level of preparation. In the experimental group, the ratio of general physical, special physical, choreographic, and ice training was adjusted. The results of the study showed that the proposed distribution of various types of training contributes to improving the quality of the training process and to positive changes in performance indicators across the main areas of athlete preparation.

Key words: figure skating, technical training, components of technical training, skating level, choreographic training.



ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях успешное выступление фигуриста на соревнованиях во многом определяется способностью качественно выполнять сложные прыжковые каскады и вращения, своевременно изменять положения тела и позы, а также поддерживать необходимую скорость и динамичность выполнения элементов. По мнению ряда специалистов^[1-4], техническая подготовленность является одним из ключевых компонентов общей системы подготовки спортсмена. В связи с этим особую значимость приобретает вопрос оптимального соотношения основных составляющих тренировочного процесса в фигурном катании, к которым относятся общая физическая, специальная физическая, ледовая и хореографическая подготовка. Рациональное сочетание данных направлений позволяет обеспечить комплексное развитие спортсмена и создать необходимые условия для повышения эффективности тренировочного процесса и совершенствования спортивного мастерства.

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ

Проблема совершенствования технической подготовки фигуристов-одиночников рассматривается в исследованиях, посвящённых биомеханическим основам выполнения двигательных действий, развитию физических качеств и оптимизации структуры тренировочного процесса.

В работах В.И. Виноградовой [1] и А.Н. Мишина^[2, 3] подробно рассматриваются биомеханические особенности движений фигуриста, техника выполнения сложных элементов и значение рационального управления двигательными действиями при подготовке спортсменов.

Вопросы планирования технической подготовки фигуристов в годичном тренировочном цикле исследованы О.В. Кудрявцевой^[4]. Автор подчёркивает необходимость рационального распределения средств подготовки с учётом этапа спортивного совершенствования и специфики технических задач.

Значимость хореографической подготовки в совершенствовании двигательной выразительности и композиции соревновательной программы отмечается в исследованиях М.В. Пружининой и соавторов^[5, 6]. Представленные исследования подтверждают необходимость сочетания технических и хореографических средств в подготовке спортсменов сложнокоординационных видов спорта.

Современные исследования также направлены на изучение технико-спортивного мастерства и координационных способностей юных фигуристов. С.В. Федорова^[7] рассматривает особенности технико-спортивного мастерства юных фигуристов, а в других работах^[8, 9] исследует развитие координационных способностей спортсменов на этапе начальной подготовки.

Анализ научных источников показывает, что отдельные компоненты подготовки фигуристов изучены достаточно подробно. Вместе с тем недостаточно исследован вопрос комплексного перераспределения объёма общей физической, специальной физической, хореографической и ледовой подготовки применительно к юным фигуристам-одиночкам на тренировочном этапе. В связи с этим представляет научный и практический интерес определение оптимального соотношения указанных компонентов и оценка его влияния на показатели технической подготовленности спортсменов.

МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Практическая часть научной работы была реализована на базе Республиканской школы высшего спортивного мастерства г. Ташкент (РШВСМ). К тестированию были привлечены 14 юных фигуристок в возрастной категории от 10 до 12 лет, осваивающих данный вид спорта на этапе базовой подготовки. Для проведения сравнительного анализа выборку равномерно распределили на две независимые группы по семь спортсменок в каждой:

- контрольная группа (КГ) – тренировалась по стандартному учебному плану;
- экспериментальная группа (ЭГ) – занималась с учётом внедрения новой методики.

На констатирующем (первичном) этапе авторы провели детальный аудит стартового уровня мастерства фигуристок-одиночниц. Диагностике подвергся комплексный срез технико-физической оснащённости, включающий следующие блоки:

- специализированные физические кондиции;
- хореографическая пластика и базовые позиции;
- общий уровень технической грамотности;
- специфические ледовые навыки (качество скольжения, владение коньком).

Фоновые результаты тестирования, демонстрирующие исходный уровень сформированности ключевых технических навыков до начала формирующего воздействия, систематизированы ниже.

Таблица 1: Стартовые показатели базовых элементов технической подготовленности спортсменок до внедрения экспериментальной программы спортсменок до внедрения экспериментальной программы

№	Диагностируемые параметры (критерии оценки)	Среднее значение в ЭГ	Среднее значение в КГ	Расчетный критерий (t)
1	Качество скольжения и базовые навыки	6,2	6,0	1,0
2	Связующие шаги и транзишены (переходы)	4,2	4,1	0,8
3	Чистота практического исполнения	4,8	4,7	0,9
4	Уровень хореографической постановки	6,3	4,7	1,7
5	Музыкальность и интерпретация образа	4,2	4,0	0,9

АНАЛИЗ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Анализ стартовых показателей и специфика тренировочного процесса. Детальное изучение результатов констатирующего среза свидетельствует о том, что базовый навык владения коньком у представительниц обеих выборок находится на сопоставимом, но недостаточно высоком уровне. Средний балл за качество катания составил 6,0 в контрольной (КГ) и 6,2 в экспериментальной (ЭГ) группах. Подобные цифры прямо указывают на необходимость форсированного совершенствования техники скольжения, поскольку эксперты охарактеризовали мягкость и плавность хода при выполнении большинства программных элементов лишь как “приемлемые”. Что касается других оценочных критериев, то до начала вмешательства спортсменки демонстрировали практически идентичную плотность результатов. Так, владение связующими шагами (транзишенами) было оценено в 4,1 и 4,2 балла для КГ и ЭГ соответственно. Уровень чистоты исполнения элементов составил 4,7 и 4,8 балла. Однако в блоке “хореография” наблюдался определённый разброс: представительницы контрольной группы получили в среднем 4,7 балла, тогда как девочки из экспериментальной группы показали результат в 6,4 балла.

Организация и регламент формирующего эксперимента. Годичный макроцикл спортсменок-фигуристов традиционно дробится на специфические макро- и микроциклы. Апробация нашей инновационной методики пришлась непосредственно на подготовительный период. Для фигуристок-одиночниц, проходящих третий год учебно-тренировочного этапа, мы скорректировали привычное процентное распределение нагрузок. В рамках исследования соотношение видов подготовки в КГ и ЭГ (в процентном выражении) выглядело следующим образом:

- общая физическая подготовка (ОФП) – 15% в КГ против 10% в ЭГ;
- специализированная физическая подготовка (СФП) – 20% в КГ против 15% в ЭГ;
- хореографическая подготовка (ХП) – 20% в КГ и увеличенные 25% в ЭГ;
- ледовая практика (ЛП) – 45% в КГ и доминирующие 50% в ЭГ.

Согласно актуальным нормативным требованиям (в частности, Приказу Минспорта РФ № 38), недельная тренировочная нагрузка для данной возрастной категории должна составлять 22 академических часа, распределённых на 12 полноценных занятий. Исходя из этого государственного стандарта, классический план контрольной группы включал 3 часа на ОФП, по 4,5 часа на СФП и зал хореографии, а также 10 часов практической работы на льду. Внедрение новаторского подхода в экспериментальной выборке потребовало перераспределения времени: тренировки непосредственно на ледовой арене были расширены до 11 часов еженедельно.

Специфика экспериментальной методики. Формирование безупречного технического арсенала является фундаментом в фигурном катании, так как именно от него зависит способность юного атлета осваивать сложнейшие сложно-координационные двигательные акты. В нашей экспериментальной программе мы намеренно усилили хореографический блок, частично сократив часы на классическую ОФП. Чтобы форсировать процесс изучения обязательных фигур, в тренировочный процесс активно внедрялась “сухая” отработка (в зале): девочки выполняли специфические партерные упражнения, закрепляя мышечную память и навыки баланса в статических позах. Параллельно с этим урезание часов СФП позволило добавить ценного ледового времени для шлифовки компонентов программы непосред-



ственно в условиях реального скольжения. Особый акцент был сделан на ледовую хореографию. Её первостепенная задача заключалась в адаптации эстетических движений тела к биомеханике скольжения, а также в детальной “чистке” соревновательных постановок^[5, 6].

Огромное внимание в ЭГ уделялось музыкальному сопровождению: спортсменок учили не просто механически выполнять элементы, а органично сливаться с мелодией, развивая чувство ритма и способность к глубокой художественной интерпретации своего проката. Оценка эффективности экспериментальной программы. После завершения этапа с перераспределённым объёмом тренировочных часов была проведена повторная контрольно-переводная диагностика. Её целью выступала оценка динамики прироста спортивных показателей и проверка гипотезы о результативности внедрённого тренировочного распределения (Таблица 2).

Таблица 2: Статистический анализ компонентов технической подготовленности спортсменок контрольной и экспериментальной групп по окончании формирующего эксперимента

Оцениваемые критерии (параметры)	Экспериментальная группа (ЭГ), $X \pm \sigma$	Контрольная группа (КГ), $X \pm \sigma$	Уровень статистической значимости (p)
Уровень скольжения и катания	7,3 $\pm$ 0,6	6,7 $\pm$ 0,5	p < 0,05
Связующие шаги и транзишены	5,6 $\pm$ 0,4	4,6 $\pm$ 0,4	p < 0,05
Качество и чистота исполнения	7,2 $\pm$ 0,3	6,4 $\pm$ 0,5	p < 0,05
Хореографическая выразительность	7,4 $\pm$ 0,4	6,2 $\pm$ 0,4	p < 0,05
Артистизм и интерпретация музыки	6,5 $\pm$ 0,5	5,8 $\pm$ 0,4	p < 0,05

Обсуждение и качественная интерпретация результатов. Сравнительный математико-статистический анализ итоговых данных (представленных в табл. 2) наглядно демонстрирует превосходство фигуристок из экспериментальной группы над их ровесницами из контрольной выборки по всем без исключения диагностируемым параметрам. Отклонение нулевой гипотезы и статистическая достоверность выявленных сдвигов подтверждаются превышением эмпирических значений t-критерия Стьюдента над критическим порогом ($t > 2,55$ при уровне значимости $p < 0,05$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В частности, существенный прогресс зафиксирован по критерию “уровень катания” (7,3 балла в ЭГ против 6,7 балла в КГ). Оптимизация ледовой практики позволила фигуристам экспериментальной группы существенно усовершенствовать биомеханику скольжения: заметно возросли скоростные характеристики и мягкость ходовых движений без видимого увеличения энергозатрат. Спортсменки начали осознанно и уверенно применять глубокое рёберное катание при построении дуг различной направленности, улучшилась точность и чистота сопряжения элементов на фазах захода и выезда. Повысилась степень микроконтроля над лезвием конька, что выразилось в общей непринуждённости движений при выполнении сложнокоординационных связок. Качественные изменения затронули и композиционную структуру соревновательных программ. Фигуристки экспериментальной группы стали гармонично интегрировать разнообразные и оригинальные связующие элементы (транзишены) на всём протяжении проката.

Отдельно стоит выделить эстетико-артистическую составляющую: спортсменки ЭГ продемонстрировали зрелое понимание музыкального материала, стилистическую выдержанность и слитность избранного художественного образа с физическими действиями на льду. Грамотная архитектура программы и правильная акцентуация кульминационных моментов подтверждают высокую практическую ценность и обоснованность предложенной коррекции тренировочного процесса.

Список использованной литературы:

1. Виноградова В.И. Основы биомеханики прыжков в фигурном катании на коньках: монография / В.И. Виноградова. – Москва : Советский спорт, 2013. – 216 с.
2. Мишин А.Н. Фигурное катание как космический полет / А.Н. Мишин, В.А. Шапиро. – Санкт-Петербург : Реноме, 2014. – 296 с.
3. Мишин А.Н. Биомеханика движений фигуриста / А. Н. Мишин. – Москва : Физкультура и спорт, 2001. – 144 с.



4. Кудрявцева О.В. Оптимизация планирования технической подготовки фигуристов-одиночников в годичном цикле в тренировочных группах / О.В. Кудрявцева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 5. – С. 38–41.
5. Пружинина М.В. Реализация программы дополнительного предпрофессионального образования по фитнес-аэробике в предметной области “Хореография” / М.В. Пружинина, К.Н. Пружинин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 180–183.
6. Пружинина М.В. Совершенствование соревновательной композиции в спортивной аэробике на этапе начальной подготовки / М.В. Пружинина, К.Н. Пружинин, О.В. Кулешова // Интернет-журнал Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – Том 8, № 1. – URL: <https://mirnauki.com/PDF/63PDMN120.pdf> (дата обращения: 09.01.2021).
7. Федорова С.В. Сравнительный анализ технико-спортивного мастерства юных фигуристов // Научно-методический журнал “Духовное просвещение” Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2024. – Т. 5, № 8. – С. 82–90. <https://doi.org/10.37547/mesmj-V5-l8-11>.
8. Федорова С.В. Развитие координационных способностей юных фигуристов 7–8 лет // Журнал педагогических изобретений и практики. – 2022. – № 7. – С. 87–89. <https://zienjournals.com/index.php/jpip/article/view/1239>.
9. Тохирова Ш.Ф. Обучение фигуристов 10–11 лет прыжкам с множественным вращением с использованием вестибулярного тренажера “Ротатор” // Журнал дошкольного и школьного образования. – 2025. – 2 дек. – DOI: 10.5281/zenodo.18098344.

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



AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №9(1)

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

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

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