



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



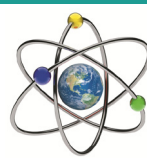
№10(1)
2026

- 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. 582 sahifa,
2-oktyabr, 2026-yil.*

BOSH MUHARRIR:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ashurov Ramzidin Ramazonovich – Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (Phd), dotsent

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
Karimova E.G. – Sotsiologiya fanlari nomzodi, dotsent
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
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 instituti dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Raxmonova Z. A. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
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
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:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Ashurov Ramzidin Ramazonovich – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate 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

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

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

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

Rakhmonova Z.A. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate 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

Raqamli oliy ta'lim boshqaruvida kommunikativ kreativlikni rivojlantirishning tashkiliy pedagogik mexanizmi	10
Mamatova Xilola Muxiddinovna	
Ta'lim jarayonida sun'iy intellektdan foydalanishning ijobiy va salbiy jihatlari: tizimli tahlil va strategik yondashuvlar	14
Zamira Nishanova	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda muloqot va ijodiy faoliyat orqali o'zini namoyon etish ko'nikmalarini shakllantirish	17
Abdug'afforova Navbahoroy Botirjon qizi	
Raqamli sivilizatsiya davrida oliy ta'limda axborot-analitik kompetensiyani shakllantirishning nazariy-pedagogik asoslari	22
Oybek Davlatov	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishda o'yin texnologiyalarining ahamiyati	27
Bekmuhammedova Muhlisa Abdusattarovna	
Jaloliddin Rumiy asarlarida komil inson va shaxsiy kamolot masalalari	33
Qodirova Madina Odiljon qizi	
Interfaol ta'lim texnologiyalari asosida o'quvchilarning ijodiy va tanqidiy fikrlash kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	37
Ergasheva Shaxnoza Baxtiyor qizi	
Rhythmic Gymnastics: a Harmony of Art and Sport	42
Hurshida Murzoyeva	
Sport to'garaklari mashg'ulotlarining talaba-yoshlar jismoniy rivojlanishiga ta'siri	46
Jabborova Sevara Asroqul qizi	
Inklyuziv ta'lim sub'yektlari hamkorligini boshqarishning innovatsion pedagogik mexanizmlari	51
Kuranboyeva Ozoda Xakimovna	
Maktabdan tashqari ta'lim muhitining o'quvchilar ijtimoiy-emotsional rivojlanishiga ta'sir etuvchi pedagogik omillari	57
Mexriniso Nosirova	
Yangi O'zbekistonda maktabgacha va maktab ta'limi tizimi uchun zamonaviy pedagog kadrlar tayyorlashning rivojlanish istiqbollari	61
Sodiqova Yulduzxon Maxamat qizi	
Integrating Culture in Language Teaching and Developing Intercultural Tolerance: Pedagogical Approaches and Classroom Implications	65
Tairova Ruzakhon Umidbek qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida darsga ijobiy munosabatlarni shakllantirish va rivojlantirish texnologiyalari	71
Tursunbayeva Yulduz	
Sun'iy intellekt asosidagi adaptiv ta'lim muhitining pedagogik-psixologik nazariy asoslari	75
Xakimov Utkirbek Ilhomjon o'g'li	
O'zbek xalq cholg'ulari orkestri ijrochiligi san'atining rivojlanish tarixi va uning pedagogik ta'limdagi o'rni ...	79
Miskinova Sabina Ziyadxon qizi	
Преодоление узбекско-русской лингвокультурной интерференции при текстоворждении студентов-филологов: методический аспект	85
Тахирова Маъсуда Абдужаббор кизи	
Инновационные методы преподавания русского языка в вузах Узбекистана: развитие коммуникативной и речевой компетенции учащихся	91
Шокаримова Камола Абдуллаевна	



Boshlang'ich sinf o'quvchilarida yumshoq ko'nikmalarni shakllantirishning nazariy-metodologik asoslari....	98
<i>Yakubjonov Xasan Qahramonovich</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ilmiy-ijodiy kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyalari	103
<i>Umarov Xusniddin Egamboyevich</i>	
Sport maktabi o'quvchilarida yengil atletika intervalli mashg'ulotlari yordamida chidamlilikni oshirish	107
<i>Shuxrat Xudoyberdiyev Mamayusupovich, Abduqahhorov Nuriddin Xabibulloyevich</i>	
O'zbek va jahon adabiyoti matnlarini qiyosiy tahlil qilishda sun'iy intellekt va kompyuter lingvistikasining o'rni	112
<i>Sodikova Makhliyo</i>	
Milliy va umuminsoniy qadriyatlarga asoslangan harbiy tarbiya metodlari	117
<i>A'zamov Inom Salimjonovich</i>	
Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining inklyuziv ta'lim sharoitida o'quvchilar bilan ishlashda STEAM yondashuvidan foydalanish metodikasini takomillashtirish	121
<i>Abidjanova Vasila To'likinovna</i>	
Kommunikativ topshiriqlar asosida ingliz tilida gapirish ko'nikmasini rivojlantirishning metodik imkoniyatlari	129
<i>Prenova Gulsara Barlikbayevna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining pedagogik nutqiy kompetentligini rivojlantirishning nazariy asoslari	134
<i>Meyliqulova Manzura Abdullayevna</i>	
Kasbiy ta'lim sifatini boshqarishda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish	138
<i>Ne'matova Zarina Furqat qizi</i>	
Kimyoning asosiy tushuncha va qonunlarini aksiomatik asosda talqin qilishning ilmiy-pedagogik ahamiyati	141
<i>Kamolova Nargiza Ibragimovna</i>	
Моделирование процесса формирования патриотизма у курсантов на основе культурного наследия казахской и узбекской интеллигенции	147
<i>Малдыбаев Куандик Бекбауович</i>	
Bo'lajak tarjimonlarda mumtoz asarlardagi leksik-frazeologik birliklarni tarjima qilish kompetensiyasini shakllantirish ("Firdavs ul-iqbol" asari misolida)	152
<i>Borasulova Dilnoza Dilmurodjon qizi</i>	
WHY I+1 is Not the ZPD: Reassessing Input-Based and Sociocultural Accounts of EFL Development	155
<i>Sattarova Zulxumor Nodirbek kizi</i>	
Лингвометодическая компетенция учителя русского языка: генезис понятия и структура в современной педагогической науке	159
<i>Икрамова Мунира Маруфжановна</i>	
Kasbiy axloq va pedagogik madaniyat masalasini tadqiq etishda ilmiy tadqiqot metodlarining o'rni va vazifalari	163
<i>Kazakov Shavkat Norqobilovich</i>	
Kichik maktab yoshidagi bolalar nutq faoliyatida ijtimoiy muhitning psixologik roli	168
<i>Shadiyev Feruz Djaxonovich</i>	
Intellektida nuqsoni bo'lgan kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning so'z boyligini boyitishda o'yin texnologiyasidan foydalanish	173
<i>Xolmuxamedova Zilola Azimovna</i>	
PIRLS xalqaro baholash dasturida matn bilan ishlashning asosiy turlari va ularni boshlang'ich ta'limda qo'llash metodikasi	178
<i>Yusupova Gulshiraxan Zinatdinovna</i>	
Ona tili ta'limida sun'iy intellekt vositalaridan foydalanish orqali o'qituvchilarning kasbiy mahoratini oshirish	183
<i>Toshmatova Yulduz Olloqulovna</i>	
Kompetentlikka asoslangan ta'limda pedagogning kasbiy madaniyatining o'rni	190
<i>Xojamov Ilhomjon Rahmonaliyevich</i>	

Boshlang'ich ta'limda darslik va o'quv lug'atlari integratsiyasi asosida o'quvchilarning lingvistik-kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	195
Ergasheva Tuyg'unoy Shavkatjon qizi	
Bo'lajak musiqa ta'limi o'qituvchilarining raqamli-pedagogik kompetensiyasini rivojlantirishning integrativ-metodik modelini takomillashtirish	201
Ataboyeva Muxlisa Azimjon qizi	
Raqamli ta'lim nazariyasi va metodikasi asosida oliy ta'lim pedagoglarining kasbiy faoliyatini takomillashtirish	209
Choriyeva Lobar Fayzullo qizi, Safarov Azamat Rasul o'g'li	
Inklyuziv ta'limda o'quvchilarning individual ehtiyojlarini aniqlash va ularga mos pedagogik yondashuvlarni tashkil etish	214
Avazova Ozoda Ashurali qizi	
Integrativ yondashuv asosida talabalarining kreativ faoliyatini rivojlantirishning pedagogik texnologiyalari ...	219
Abdusabirova Laylo Azizjon qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining imloviy savodxonligini oshirish usullari	224
Ashurova Zilolaxon Baxodir qizi	
Boshlang'ich ta'limda Jeopardylabs platformasi asosidagi o'yin-topshiriqlarning dars samaradorligidagi ahamiyati	229
Atayeva Baxrinisa Abduvaxidovna	
Tasviriy san'at talabalarida perseptiv qobiliyatlarni rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari	233
Bazarova Muyassarxon Maxamadyusubovna	
What Trainee English Teachers Notice in AI-Generated Assessment Tools: Fault Detection in Two Tesol Cohorts	238
Dildora Kdirbayeva	
Zamonaviy didaktik vositalar asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish mexanizmi	246
Ergasheva Ma'mura Suyunovna	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida "Ilk qadam" milliy o'quv dasturi asosida bolalarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlashning pedagogik asoslari	250
Ergasheva Umrinisso Komilovna	
Aqli zaif bolalarda kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishning diagnostik mezonlari va ko'rsatkichlari ...	254
Hamraqulova Durdona Dilshod qizi	
Parent Preparation for Meaningful Participation in Inclusive Education	258
Muazzam Bakhtierovna Abdurakhmanova	
Oliy ta'limning nofilologik yo'nalishlarida til ta'limi darsliklari mazmunini bosqichma-bosqich loyihalash	262
Muxamedova Muhlisa Avazjon qizi	
Interyer dizayn ta'limida sun'iy intellekt: bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini shakllantirish metodikasi	268
Rustamov Kamoliddin Ziyodulla o'g'li	
Differences Between Professional and Amateur Boxing	273
Shuhrat Dilmuradov	
Лингводидактический потенциал интерактивного обучения в развитии речевой компетенции пятиклассников	277
Ергашева Эльвира Владимировна	
Теория, метод и профессиональное действие: пути модернизации дисциплины "Методика преподавания родного языка" в педагогическом вузе	281
Шоира Баймурадовна Бабаева	
Yozma nutq kompetensiyasini rivojlantirishga yo'naltirilgan kognitiv-grafomotor mashqlar tizimi	285
Rashidova Saida Ravshonbek qizi	
4-sinf o'qish savodxonligi darslarida o'quvchilarning ijodiy fikrlash qobiliyatini shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	289
To'xtaxo'jayeva Shaxnoza Muhammadumar qizi	



Ingliz tilini o'qitishda formativ baholash tizimini takomillashtirishning pedagogik asoslari	294
<i>Allayarova Muhabbat Xudayarovna</i>	
Pedagogical Conditions for Establishing an Integrative Approach to Developing Students' Didactic Competence	300
<i>Orazova F. O.</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida empatik liderlikka asoslangan boshqaruv mexanizmlarini takomillashtirish	306
<i>Umarova Moxinur Shukuroxunovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachilarining pedagogik faoliyatini metodik loyihalashning zamonaviy holati va mavjud muammolari.....	312
<i>Temirova Shahloxon Xoshimjon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida lingvistik tafakkurni rivojlantirishning kognitiv-lingvodidaktik asoslari	317
<i>Abdullayeva Dilovar Bahrullayevna</i>	
"Avesto" ta'limotida ma'naviy-axloqiy qarashlarning pedagogik xususiyatlari	321
<i>Aliyev Islambek Tursinbayevich, Ibragimova Farangiza Oybekjon qizi</i>	
O'quvchilarda milliy tuyg'ularni shakllantirishning ilmiy – pedagogik asoslari	326
<i>Begmatova Nasiba Safarbayevna</i>	
Fizikadan nostandart va olimpiada masalalarini yechish orqali o'quvchilarning muhandislik kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasi.....	330
<i>Jo'rayev Farxod Isroilovich</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda divergent-kasbiy fikrlash kompetensiyasini shakllantirishda kreativ yondashuvning didaktik imkoniyatlari.....	338
<i>Xolbo'tayeva Dilfuza Usmon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida vaqtni boshqarish kompetensiyalarini shakllantirishda mustaqil ta'lim topshiriqlarining pedagogik imkoniyatlari.....	346
<i>Norova Nargiza Xalmamat qizi</i>	
Katta yoshdagi ayollarda metabolik salomatlikni yaxshilashga yo'naltirilgan sog'lomlashtiruvchi jismoniy mashg'ulotlar metodikasi	350
<i>Ruziyeva Raxima Bobojonovna</i>	
Technology-Integrated English Writing Instruction: a Tpack-Based Approach to Competence Development.....	357
<i>Omonova Maftuna Shermatovna</i>	
Disleksiyali o'quvchilar bilan individual ishlashning psixologik-pedagogik asoslari	362
<i>Toshpo'latova Go'zal Fayzullo qizi</i>	
Maktab o'quvchilarini jismoniy va ma'naviy-axloqiy tarbiyalashda o'lkashunoslik-turistik faoliyatning integrativ pedagogik modeli (Qashqadaryo viloyati misolida).....	366
<i>Yodgorov Mansurjon Abduraximovich</i>	
Sun'iy intellekt texnologiyalaridan ingliz tili ta'limida foydalanishning ahamiyati	372
<i>Buriyeva Zarnigor Tolibjonovna</i>	
Ko'p qirrali figuralarni o'rgatishda raqamli platformalardan yoki dasturlardan o'rganish metodikasi	376
<i>Uraimova Durdona Baxodirjon qizi</i>	
O'zbekiston va Amerika Qo'shma Shtatlari ta'lim tizimida maktab boshqaruvining innovatsion mexanizmlarini qiyosiy tahlil qilish	381
<i>Jamolov Fazliddin Nuriddin o'g'li</i>	
Sun'iy intellektli o'quv vositalarini yaratuvchi ta'lim muhitlarining qiyosiy tahlili.....	387
<i>Sadikova Dilshoda Aminjon qizi</i>	
Bo'lajak maktabgacha ta'lim pedagoglarida mediatarbiya orqali tanqidiy fikrlashni rivojlantirish metodikasi... ..	392
<i>Umirzoqova Malika Mamadi qizi</i>	
Kasbiy ta'lim o'quvchilarining liderlik kompetentligini raqamli kollaborativ faoliyatda rivojlantirish bo'yicha xorijiy yondashuvlar.....	397
<i>Sanayeva Sogdiana Ziyadullayevna</i>	



Bo'lajak o'qituvchilarda raqamli ijodkorlikni shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	403
<i>Sotbarova Dilfuza Ilhom qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining ingliz tilida produktiv muloqot ko'nikmalarini akmeologik yondashuv va storytelling texnologiyasi asosida rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	409
<i>Turdiyeva Feruza Sobirjon qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida individual yondashuvning yetishmasligi va ta'lim sifatiga ta'siri	417
<i>Xushnazarova Ma'mura Nodirovna, Mannopova Nilufar Ziyovuddin qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida pedagogik baholash va psixologik tashxis: farqlanishi va tarbiyachi kasbiy vakolatining chegaralari	422
<i>Зайнутдинова Дилобар Нуритдиновна</i>	
Geometriya o'qitish metodikasini takomillashtirishda turk geometriyasi masalalarini yechish usullaridan foydalanishning ahamiyati	429
<i>Imomnazarova Nurjaxon Toktaboyevna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida inklyuziv ta'limni rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	436
<i>Otahanova Manzura G'ofurovna</i>	
Predikativlik - umumlingvistik qonuniyat (ingliz, fransuz va o'zbek tillari misolida)	441
<i>Kurbanova Raxima Abdullayevna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni milliy qadriyatlar ruhida tarbiyalashning ahamiyati	450
<i>Eshmuratova Gauxar Maxsudovna</i>	
Badiiy matnlar asosida talabalarining lingvomadaniy kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	455
<i>Ochilxonov Abduljalolxon Davron o'g'li</i>	
O'qituvchining kasbiy faoliyatida oilaviy omilning ijtimoiy-psixologik ahamiyati	461
<i>Turdimatova Elnaza Erkinjon qizi</i>	
Pedagogik amaliyot pedagogik otm talabasi uchun ijtimoiy, kasbiy moslashuv maktabi sifatida	465
<i>Choriyeva Mehribonu Baxtiyor qizi</i>	
Implementing Competency-Based Education (CBE) in English Language Teaching: Principles, Frameworks, and Performance-Based Assessment	470
<i>Erkinova Lutfiya Qudratovna</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda kasbiy-pedagogik madaniyatni rivojlantirish texnologiyasi	474
<i>Giyasova Mushtariy Abdiganiyevna</i>	
Ta'lim samaradorligini ta'minlashda axborot ta'lim resurslari imkoniyatlari	477
<i>Qurbonova Nafisa Ilxom qizi, Meyliyeva Shahodat Ulug'bek qizi</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida inklyuziv ta'limni tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari	481
<i>Umarova Marg'uba Ulug'bek qizi</i>	
Alaliyali bolalarda nutqkompetensiyasini rivojlantirishning neyrokognitiv multimodal texnologiyalari	484
<i>Usarova Madina Odil qizi</i>	
Raqamli avlodda "4K" kompetensiyalarini rivojlantirishda pedagogik-didaktik imkoniyatlari	489
<i>Haqnazarova Sarvina Kuvat qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida qat'iyatlilik, mas'uliyat, sabr-toqat, mustaqillik va maqsadga intiluvchanlikni tarbiyalash	492
<i>Ma'rufjonova Rohila Lutfulla qizi</i>	
Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishning didaktik jihatlarini	497
<i>Otanazarova Anora Og'aboy qizi</i>	
Talabalar jismoniy faolligini oshirishda sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuvning integratsiyasi	502
<i>Sirojov Otajon Orifjonovich</i>	
Maktabda sport tadbirlarini tashkil qilish va o'tkazish texnologiyasi	507
<i>Urinova Firuza Azimovna</i>	
Katta yoshdagi ingliz tili o'rganuvchilarining kognitiv kompetensiyalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan individual ta'lim trayektoriyalarini loyihalashning nazariy-metodik asoslari	512
<i>Yoqubjanova Diyora Dilshodbek qizi</i>	



Ta'lim platformalaridan foydalanish asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining funksional savodxonligini rivojlantirish imkoniyatlari.....	518
Oynabekova Sojida Akbar qizi	
Shaxsga yo'naltirilgan o'qitish tizimida pedagogik monitoringning tarkibiy tuzilmasi va mazmunini takomillashtirish.....	524
Choriyeva Z. T., Tog'ayeva Shahrizoda	
Maxsus pedagogika fanlarida nazariya va amaliyot uyg'unligini ta'minlash usullari hamda texnologiyalari...	529
Maqsudova Nodira Alijonovna	
Nutqida nuqsoni bo'lgan bolalarning bog'langan nutqini rivojlantirishda kreativ storytelling texnologiyasidan foydalanish.....	534
Keldiyarova Vazira Botirovna	
Ta'lim tizimida iqtisodiy savodxonlikni rivojlantirishning nazariy-tarixiy evolyutsiyasi va metodologik asoslari.....	540
Sharipova Go'zal Jumanazar qizi	
Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kreativlikni rivojlantirish samaradorligi	544
Soliyeva Shoir Abdurashitovna	
Talabalarning psixoemotsional barqarorligini ta'minlovchi hissiyotlarni boshqarish mexanizmlari	552
Musinova Nozira Mirzadjanovna	
Ta'lim tizimini boshqarishda boshqaruv tamoyillarining o'rni va ahamiyati	557
Rajabova Nargiza Ahmadovna	
Alfa avlodida qadriyatlar rivojlanishida sun'iy intellekt vositalaridan foydalanishning ijobiy va salbiy jihatlari	563
Jo'rayeva Difuza Abdug'aniyevna	
Boshlang'ich ta'limda kreativ fikrlashni rivojlantirishning innovatsion pedagogik texnologiyalari	569
Jumayeva Muxlisa Shokir qizi	
Tarkibida azot, oltingugurt va fosfor saqlagan ligandlarda silikagel matritsasiga nokovalent immobillangan 3d-metallar kompleks birikmalari sintezi	575
Xudoyorova Nilufar Qaxramon qizi	



TALABALARDA SOG'LOM TURMUSH TARZI VA HAYOTIY KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHNING DIDAKTIK JIHATLARI

Otanazarova Anora Og'aboy qizi
Omon school xususiy maktabi psixologi

Annotatsiya: Maqolada talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishda didaktik yondashuvlarning ahamiyati o'rganiladi. Sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish orqali talabalar nafaqat jismoniy salomatlikni saqlash, balki ijtimoiy va psixologik barqarorlikni mustahkamlash imkoniyatiga ega bo'ladilar. Maqolada zamonaviy pedagogik texnologiyalar, interfaol usullar va amaliy mashg'ulotlarning roliga e'tibor qaratilgan.

Kalit so'zlar: talabalar, sog'lom turmush tarzi, hayotiy ko'nikmalar, didaktik yondashuv, pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar.

Abstract: The article examines the importance of didactic approaches in the formation of a healthy lifestyle and life skills in students. By developing a healthy lifestyle and life skills, students will have the opportunity not only to maintain physical health, but also to strengthen social and psychological stability. The article focuses on the role of modern pedagogical technologies, interactive methods, and practical exercises.

Key words: students, healthy lifestyle, life skills, didactic approach, pedagogical technologies, interactive methods.

Аннотация: В статье рассматривается важность дидактических подходов в формировании здорового образа жизни и жизненных навыков у студентов. Развивая здоровый образ жизни и жизненные навыки, студенты имеют возможность не только сохранять физическое здоровье, но и укреплять социальную и психологическую устойчивость. В статье уделяется внимание роли современных педагогических технологий, интерактивных методов и практических занятий.

Ключевые слова: студенты, здоровый образ жизни, жизненные навыки, дидактический подход, педагогические технологии, интерактивные методы.

KIRISH

Zamonaviy ta'lim jarayonida talabalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish katta ahamiyat kasb etadi. Sog'lom turmush tarzi nafaqat jismoniy salomatlikni saqlashga yordam beradi, balki talabalarni ruhiy barqarorlik, ijtimoiy moslashuvchanlik va intellektual faoliyatga tayyorlaydi.

Hayotiy ko'nikmalar esa talabaning kundalik hayotda muvaffaqiyatli bo'lishi, muammolarni samarali hal qilishi, vaqt va resurslarni to'g'ri boshqarishi, shuningdek, stress va emotsional qiyinchiliklarni yengishi uchun zarurdir. Shu bois, ta'lim jarayonida sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni birgalikda rivojlantirish pedagogik jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi.

Maqolaning maqsadi - talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishda didaktik yondashuvlarning samaradorligini o'rganish, zamonaviy pedagogik texnologiyalar va interfaol metodlarning ahamiyatini aniqlashdan iborat.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalar muammosi tibbiyot (valeologiya), psixologiya va pedagogika fanlari tutashgan nuqtada shakllangan bo'lib, xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan turli jihatlardan o'rganilgan.

Rus olimi Yu. P. Lisitsin inson salomatligini belgilovchi omillarni tahlil qilib, turmush tarzi ular orasida yetakchi o'rin tutishini, ya'ni salomatlikning taxminan yarmi aynan turmush tarziga bog'liq ekanligini asoslab bergan^[9].

I. I. Brexman salomatlik haqidagi fan sifatida valeologiyaga asos solgan bo'lsa^[10], E. N. Vayner valeologiyani oliy ta'lim muassasalari uchun o'quv fani sifatida tizimlashtirgan^[11].



Bizningcha, ushbu ishlar sog'lom turmush tarzining nazariy-konseptual asoslarini yaratib bergan, biroq ularda asosiy e'tibor tibbiy-biologik jihatlariga qaratilib, mazkur bilimlarni talabalarga yetkazishning didaktik mexanizmlari yetarlicha ishlab chiqilmagan.

Amerikalik tadqiqotchilar N. Belloc va L. Breslou yirik empirik tadqiqot asosida salomatlik holati muntazam uyqu, nonushta qilish, me'yoriy vazn, jismoniy faollik, chekmaslik va spirtli ichimliklardan tiyilish kabi kundalik odatlar bilan bevosita bog'liqligini isbotlagan ^[12].

A. Antonovskiy esa "salyutogenez" konsepsiyasini ilgari surib, insonning stressni yengish qobiliyati uning hayotni tushunarli, boshqariladigan va mazmunli deb his qilishiga bog'liqligini ko'rsatgan ^[13].

N. Belloc va L. Breslou aniqlagan odatlar maqolamizdagi sog'lom turmush tarzi komponentlarini (jismoniy faollik, sog'lom ovqatlanish, uyqu va dam olish) tanlashda asos bo'ldi.

A. Antonovskiy yondashuvi esa stressni boshqarish nafaqat tibbiy masala, balki o'rgatilishi mumkin bo'lgan hayotiy ko'nikma ekanligi haqidagi fikrimizni tasdiqlaydi.

Hayotiy ko'nikmalar tushunchasi Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) hujjatlarida ilmiy-amaliy jihatdan asoslangan. JSST hayotiy ko'nikmalarni insonga kundalik hayot talablari va qiyinchiliklarini samarali yengish imkonini beruvchi moslashuvchan va ijobiy xulq-atvor qobiliyatlari sifatida ta'riflab, qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish, ijodiy va tanqidiy fikrlash, samarali muloqot, shaxslararo munosabatlar, o'zini anglash, empatiya, his-tuyg'ular va stressni boshqarishdan iborat o'nta asosiy ko'nikmani ajratgan ^[14].

G. Botvin va K. Griffin hayotiy ko'nikmalarni o'rgatish dasturlari yoshlar orasida zararli odatlarning oldini olishda samarali ekanligini empirik jihatdan asoslagan ^[15], A. Bandura esa xulq-atvor o'zgarishida shaxsning o'z imkoniyatlariga ishonchi (self-efficacy) hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatgan ^[16].

M. Zubair va S. Ahmed hayotiy ko'nikmalar ta'limini universitet talabalari kontekstida ko'rib chiqqan ^[8].

Muallif sifatida biz JSST tasnifini maqoladagi hayotiy ko'nikmalar tizimining asosi sifatida qabul qilamiz. Ammo JSST hujjatlari asosan maktab yoshidagi o'quvchilarga mo'ljallanganligini, talabalik davri esa mustaqil hayotga va kasbiy shakllanishga o'tish bilan bog'liq o'ziga xos ehtiyojlarga ega ekanligini hisobga olib, ularni oliy ta'lim sharoitiga moslashtirish zarur deb hisoblaymiz. A. Bandura nazariyasi esa faoliyatga yo'naltirilgan amaliy mashg'ulotlarning an'anaviy ma'ruzalarga nisbatan samaraliroq ekanligini psixologik jihatdan izohlaydi.

Oliy ta'lim muassasalarida salomatlikni mustahkamlash masalasi JSSTning "salomatlikni mustahkamlovchi universitetlar" konsepsiyasi ^[6] va Okanagan xartiyasida ^[18] rivojlantirilgan bo'lib, ularda salomatlikni universitet faoliyatining barcha jabhalariga - o'quv jarayoni, kampus muhiti va boshqaruvga singdirish g'oyasi ilgari surilgan.

D. Natbim salomatlik savodxonligini funksional, interaktiv va tanqidiy darajalarga ajratgan ^[17], D. Kolb tajriba orqali o'qitish siklini asoslagan ^[19], D. Jonson va R. Jonson esa hamkorlikda o'qitish nazariyasini ishlab chiqqan ^[4]. I. V. Savitskaya oliy ta'limda salomatlikni mustahkamlovchi pedagogik yondashuvlarni tahlil qilgan ^[3].

Fikrimizcha, "butun universitet" yondashuvi O'zbekiston oliy ta'lim muassasalari uchun ham dolzarb, chunki amaliyotda sog'lom turmush tarzi masalalari ko'pincha faqat jismoniy tarbiya mashg'ulotlari doirasida cheklanib qolayotganini kuzatish mumkin. D. Kolb hamda D. Jonson va R. Jonsonlarning g'oyalari maqolada taklif etilayotgan loyiha asosida o'qitish, guruh ishlari va simulyatsion mashg'ulotlarning nazariy asosini tashkil etadi.

O'zbekistonda mazkur masalaning huquqiy asoslari "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun ^[20] va O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5924-son Farmoni ^[21] bilan mustahkamlangan.

Mahalliy olimlardan K. Mahkamjonov, R. Salomov va I. Ikromovlar jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasiga oid ilmiy-uslubiy asoslarni ishlab chiqqan ^[22].

O'. Tolipov va M. Usmonboyeva ^[23], N. N. Azizxo'jayeva ^[24] pedagogik texnologiyalar va interfaol metodlarni ta'lim jarayoniga tatbiq etishning nazariy-amaliy asoslarini yoritgan.

S. Abdukarimov talabalarda sog'lom turmush tarzining pedagogik ahamiyatini ^[1], A. Karimov va N. Rustamova hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish metodlarini ^[2], B. Rustamov interfaol pedagogik texnologiyalar yordamida talabalarni sog'lom turmush tarziga o'rgatish masalarini ^[5], L. Karimova esa talabalarda stressni boshqarish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishni ^[7] tadqiq etgan.

Mahalliy tadqiqotlarni yuqori baholagan holda shuni ta'kidlash lozimki, ularda sog'lom turmush tarzi asosan jismoniy tarbiya, hayotiy ko'nikmalar esa psixologik tayyorgarlik doirasida, ya'ni bir-biridan alohida ko'rib chiqilgan. Bizning fikrimizcha, sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalar o'zaro uzviy bog'liq: masalan, stressni boshqarish va vaqtini rejalashtirish ko'nikmalari sog'lom odatlarni barqaror saqlashning zaruriy sharti hisoblanadi. Shu bois, ularni yagona didaktik tizim doirasida rivojlantirish masalasi yetarlicha o'rganilmagan bo'lib, ushbu maqola aynan shu bo'shliqni qisman to'ldirishga qaratilgan.

Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish masalasi bugungi kunda juda dolzarb hisoblanadi. Globalizatsiya, raqamli texnologiyalarning keng qo'llanilishi, shuningdek, tezkor hayot ritmi yoshlarning jismoniy va ruhiy salomatligiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli, talabalarni nafaqat bilim va malaka bilan, balki sog'lom hayot tarzi va hayotiy ko'nikmalar bilan ham ta'minlash pedagogik jarayonning muhim vazifasiga aylanmoqda.



TADQIQOT METODOLOGIYASI

Sog'lom turmush tarzi talabalar orasida kasalliklarning oldini olish, jismoniy rivojlanish, stressni boshqarish va samarali o'qish qobiliyatini oshirishga yordam beradi. Hayotiy ko'nikmalar esa ularning shaxsiy va professional hayotda muvaffaqiyatga erishishiga zamin yaratadi. Shu bilan birga, mazkur mavzu ta'lim jarayonida interfaol va innovatsion pedagogik usullarni joriy etish, talabalarni mustaqil va mas'uliyatli shaxs sifatida shakllantirish imkonini beradi.

Shuning uchun talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishni o'rganish va amaliyotga tatbiq etish nafaqat pedagogik, balki ijtimoiy va sog'liqni saqlash nuqtai nazaridan ham katta ahamiyatga ega.

Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonida didaktik yondashuvlar katta ahamiyatga ega. Didaktika ta'lim jarayonining nazariy va amaliy asoslarini belgilab, bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirishga yordam beradi. Ushbu bo'limda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishning asosiy didaktik jihatlari ko'rib chiqiladi.

1. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishning didaktik asoslari:

- **Faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv.** Talabalar sog'lom turmush tarzi bilan bog'liq vazifalarni mustaqil bajarish, mashg'ulotlarda faol ishtirok etish orqali o'rganadilar. Masalan, sport mashg'ulotlari, sog'lom ovqatlanish bo'yicha amaliy treninglar va sog'liqni monitoring qilish mashg'ulotlari.
- **Integratsiyalashgan o'qitish.** Sog'lom turmush tarzi tushunchalari boshqa fanlar bilan bog'lanadi. Masalan, biologiya, kimyo, psixologiya va ijtimoiy fanlar orqali sog'lom hayotning nazariy va amaliy jihatlari o'rgatiladi.

2. Hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish metodlari:

- **Muammolarni hal qilish.** Talabalar kundalik hayotdagi turli vaziyatlarda qaror qabul qilish, resurslarni boshqarish va stressni yengish ko'nikmalarini shakllantiradilar.
- **Ijtimoiy va kommunikativ ko'nikmalar.** Guruh ishlari, muhokamalar va loyihaviy mashg'ulotlar orqali talabalar muloqot, hamkorlik va liderlik qobiliyatlarini rivojlantiradilar.
- **Shaxsiy samaradorlik.** Vaqtini boshqarish, o'zini tashkil etish va mas'uliyatni oshirish kabi ko'nikmalar talabalarga mustaqil va mas'uliyatli shaxs bo'lishga yordam beradi.

3. Pedagogik texnologiyalar va interfaol usullarning roli:

- **Simulyatsion o'yinlar.** Sog'lom turmush tarzi bilan bog'liq vaziyatlarni amaliy o'rgatish uchun interaktiv o'yinlar va rolli mashg'ulotlardan foydalanish samarali hisoblanadi.
- **Vazifa va loyiha asosida o'qitish.** Talabalar sog'lom hayot va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan loyihalarni mustaqil yoki guruhda bajaradilar.
- **Raqamli texnologiyalar.** Mobil ilovalar, onlayn kurslar va monitoring tizimlari orqali talabalar o'z sog'lig'ini kuzatib borish va o'zini rivojlantirish imkoniga ega bo'ladi.

4. Amaliy natijalar va kuzatishlar:

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, didaktik yondashuv asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar talabalarda sog'lom turmush tarzi odatlarini shakllantiradi, stressni boshqarish va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi hamda ijtimoiy moslashuvchanlikni oshiradi.

1-jadval: Sog'lom turmush tarzi komponentlari va ularni rivojlantirish metodlari

Sog'lom turmush tarzi komponenti	Talabalarda rivojlantirish usullari	Didaktik yondashuvlar
Jismoniy faollik	Sport mashg'ulotlari, fitnes, sayr	Faoliyatga yo'naltirilgan o'qitish
Sog'lom ovqatlanish	Sog'lom ovqatlanish bo'yicha seminarlar, amaliy mashg'ulotlar	Integratsiyalashgan o'qitish
Stressni boshqarish	Meditatsiya, relaksatsiya mashg'ulotlari, psixologik treninglar	Individual yondashuv, interfaol metodlar
Uyqu va dam olish	Uyqu gigiyenasi bo'yicha ma'ruzalar, maslahatlar	Vazifa va loyiha asosida o'qitish



2-jadval: Hayotiy ko'nikmalar va ularni shakllantirish metodlari

Hayotiy ko'nikmalar	Rivojlantirish usullari	Interfaol metodlar
Vaqtni boshqarish	Loyihalar va kun tartibini rejalashtirish	Vazifa va loyiha asosida mashg'ulotlar
Stressni boshqarish	Psixologik treninglar, relaksatsiya mashg'ulotlari	Simulyatsion o'yinlar
Muammolarni hal qilish	Case-study, real vaziyatlarni tahlil qilish	Guruh muhokamalari
Ijtimoiy va kommunikativ ko'nikmalar	Guruh ishlari, debatlar, seminarlar	Rol o'yinlar, interaktiv mashg'ulotlar

TAHLIL VA NATIJALAR

Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishda didaktik yondashuvlar samaradorligini muhokama qilganda, bir nechta muhim jihatlar ajralib turadi. Avvalo, faoliyatga yo'naltirilgan va interfaol metodlar talabalarning qiziqishini oshiradi, ularni mashg'ulotlarda faol ishtirok etishga undaydi. Bu esa nafaqat bilim va ko'nikmalarni egallash, balki shaxsiy mas'uliyatni rivojlantirishga ham yordam beradi.

Shuningdek, hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishdagi individual yondashuv muhim ahamiyatga ega. Har bir talaba o'zining shaxsiy xususiyatlari, qiziqishlari va imkoniyatlariga qarab, vaqtni boshqarish, stressni yengish va ijtimoiy muloqot qobiliyatlarini o'rganadi. Shu nuqtai nazardan, guruh ishlari va loyihaviy mashg'ulotlar talabalarda hamkorlik va liderlik ko'nikmalarini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Pedagogik texnologiyalar, xususan, raqamli resurslar va simulyatsion o'yinlar ta'lim jarayonini yanada samarali qiladi. Masalan, sog'lom turmush tarzi bo'yicha interaktiv ilovalar talabalarga o'z jismoniy faolligi va ovqatlanish odatlarini monitoring qilish imkonini beradi, bu esa ularni o'zini tahlil qilish va o'zini rivojlantirishga yo'naltiradi.

Biroq amaliyot shuni ko'rsatadiki, ba'zi talabalar interfaol va individual mashg'ulotlarga yetarli darajada jalb qilinmaydi. Shu sababli, pedagogik jarayonda motivatsiya va rag'batlantirish tizimlarini takomillashtirish, mashg'ulotlarni talabalar qiziqishlariga moslashtirish dolzarb masala hisoblanadi.

Umuman olganda, talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha didaktik yondashuvlar samarali natijalar beradi, ammo ularning muvaffaqiyati pedagoglarning malakasi, metodik vositalarning innovatsionligi va talabalarning faol ishtirokiga bog'liq.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish ta'lim jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, didaktik yondashuvlar va interfaol pedagogik usullar talabalarda jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatlikni mustahkamlash, stressni boshqarish, muammolarni hal qilish va vaqtni samarali rejalashtirish kabi hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishda samarali bo'ladi. Shu bilan birga, talabalarning o'zini rivojlantirish va shaxsiy mas'uliyatni oshirishga bo'lgan qiziqishi kuchayadi.

1. Ta'lim jarayonida sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan interfaol mashg'ulotlar va loyihaviy ishlar ko'paytirilishi kerak.
2. Raqamli texnologiyalar va mobil ilovalar orqali talabalar sog'liqni monitoring qilish va o'zini baholash imkoniyatlarini kengaytirish tavsiya etiladi.
3. Pedagogik jarayonda individual yondashuvni kuchaytirish, talabalarning shaxsiy qiziqishlari va imkoniyatlariga moslashtirilgan mashg'ulotlarni joriy etish muhimdir.
4. Talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha pedagoglarning malakasini oshirish va innovatsion metodlarni tatbiq etish tavsiya etiladi.

Shu tarzda, didaktik yondashuv va zamonaviy pedagogik texnologiyalarni uyg'unlashtirish orqali talabalarda sog'lom turmush tarzi va hayotiy ko'nikmalarni samarali rivojlantirish mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdukarimov, S. (2020). Talabalarda sog'lom turmush tarzi va uning pedagogik ahamiyati. Toshkent: O'qituvchi.
2. Karimov, A. & Rustamova, N. (2021). Hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish metodlari. Toshkent: Fan va ta'lim.
3. Savitskaya, I.V. (2019). Pedagogical Approaches to Health-Promoting Education in Universities. Moscow: Higher School of Education.
4. Johnson, D.W., & Johnson, R.T. (2017). Cooperative Learning: Theory and Practice. Boston: Allyn & Bacon.
5. Rustamov, B. (2022). Interfaol pedagogik texnologiyalar yordamida talabalarni sog'lom turmush tarziga o'rgatish. Toshkent: Innovatsion Ta'lim.



6. World Health Organization. (2021). Health-promoting Universities: Concept, Implementation, Evaluation. Geneva: WHO.
7. Karimova, L. (2020). Talabalarda stressni boshqarish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish. Samarqand: SamDU Nashriyoti.
8. Zubair, M., & Ahmed, S. (2018). Life Skills Education for University Students. Karachi: Education Press.
9. Лисицын, Ю.П. (1982). Образ жизни и здоровье населения. Москва: Знание.
10. Брехман, И.И. (1990). Валеология - наука о здоровье. Москва: Физкультура и спорт.
11. Вайнер, Э.Н. (2021). Валеология: учебник для вузов (11-е изд.). Москва: ФЛИНТА.
12. Belloc, N.B., & Breslow, L. (1972). Relationship of physical health status and health practices. Preventive Medicine, 1(3), 409-421.
13. Antonovsky, A. (1987). Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco: Jossey-Bass.
14. World Health Organization. (1994). Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools (WHO/MNH/PSF/93.7A.Rev.2). Geneva: WHO.
15. Botvin, G.J., & Griffin, K.W. (2004). Life Skills Training: Empirical findings and future directions. Journal of Primary Prevention, 25(2), 211-232.
16. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191-215.
17. Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. Health Promotion International, 15(3), 259-267.
18. Okanagan Charter: An International Charter for Health Promoting Universities and Colleges. (2015). Kelowna, Canada.
19. Kolb, D.A. (1984). Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
20. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. (2020-yil 23-sentabr, O'RQ-637-son).
21. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillash-tirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-son Farmoni. (2020-yil 24-yanvar).
22. Mahkamjonov, K., Salomov, R., & Ikromov, I. (2008). Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. Toshkent.
23. Tolipov, O'., & Usmonboyeva, M. (2006). Pedagogik texnologiyalarning tatbiqiy asoslari. Toshkent: Fan.
24. Azizxo'jayeva, N.N. (2006). Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. Toshkent: Fan.

- 
- 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. №10(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.