



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



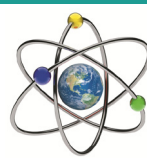
№10(1)
2026

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

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	

TALABALAR JISMONIY FAOLLIGINI OSHIRISHDA SOG'LOM TURMUSH TARZI, MOTIVATSIYA VA KOMPETENSIYAVIY YONDASHUVNING INTEGRATSIYASI

Sirojov Otajon Orifjonovich

Navoiy davlat universiteti

“Sport faoliyati turlari” kafedrası p.f.f.d.(PhD)., professor

otajonsirojov@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarning jismoniy faolligini oshirishda sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuvning integratsiyalashgan pedagogik imkoniyatlari tahlil qilinadi. Tadqiqotda jismoniy faollikni faqat jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bilan cheklab qo'ymasdan, uni talabaning kundalik hayot tarzi, sog'lom xulq-atvori, ichki motivatsiyasi, o'zini-o'zi boshqarish va salomatlik kompetensiyasi bilan uzviy bog'lash zarurligi asoslanadi.

Ilmiy-metodik adabiyotlar, jismoniy faollik bo'yicha xalqaro tavsiyalar va o'zini-o'zi belgilash nazariyasiga asoslangan tadqiqotlar tahlil qilindi. Natijada talabalarning jismoniy faolligini oshirishga xizmat qiluvchi motivatsion, aksiologik, kompetensiyaviy va faoliyatga yo'naltirilgan mexanizmlar tizimlashtirildi hamda “sog'lom turmush tarzi - motivatsiya - kompetensiya - jismoniy faollik” integrativ modeli taklif qilindi. Model doirasida individual maqsad qo'yish, raqamli monitoring, refleksiya, o'z-o'zini baholash va guruhli faoliyatdan foydalanish bo'yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqildi.

Kalit so'zlar: talaba, jismoniy faollik, sog'lom turmush tarzi, motivatsiya, kompetensiya, kompetensiyaviy yondashuv, salomatlik kompetensiyasi, jismoniy tarbiya, o'zini-o'zi boshqarish, raqamli monitoring, pedagogik integratsiya.

Abstract: This article analyzes the integrated pedagogical potential of a healthy lifestyle, motivation, and a competency-based approach in increasing the physical activity of higher education students. The study substantiates the need to consider physical activity not only within the framework of physical education classes but also in close connection with students' daily lifestyles, health-promoting behavior, intrinsic motivation, self-regulation, and health competence. Scientific and methodological literature, international recommendations on physical activity, and studies based on self-determination theory were analyzed.

As a result, motivational, axiological, competency-based, and activity-oriented mechanisms contributing to increased physical activity among students were systematized, and an integrative model of “healthy lifestyle - motivation - competence - physical activity” was proposed. Within the framework of this model, methodological recommendations were developed for the use of individual goal setting, digital monitoring, reflection, self-assessment, and group activities.

Key words: student, physical activity, healthy lifestyle, motivation, competence, competency-based approach, health competence, physical education, self-regulation, digital monitoring, pedagogical integration.



Аннотация: В статье анализируются интегрированные педагогические возможности здорового образа жизни, мотивации и компетентностного подхода в повышении физической активности студентов высших образовательных учреждений. Обосновывается необходимость не ограничивать физическую активность исключительно занятиями по физическому воспитанию, а рассматривать её во взаимосвязи с повседневным образом жизни студента, здоровьесберегающим поведением, внутренней мотивацией, саморегуляцией и компетентностью в области здоровья.

Проанализированы научно-методическая литература, международные рекомендации по физической активности и исследования, основанные на теории самодетерминации. В результате систематизированы мотивационные, аксиологические, компетентностные и деятельностно-ориентированные механизмы, способствующие повышению физической активности студентов, и предложена интегративная модель "здоровый образ жизни - мотивация - компетентность - физическая активность". В рамках модели разработаны методические рекомендации по использованию индивидуальной постановки целей, цифрового мониторинга, рефлексии, самооценки и групповой деятельности.

Ключевые слова: студент, физическая активность, здоровый образ жизни, мотивация, компетентность, компетентностный подход, компетентность в области здоровья, физическое воспитание, саморегуляция, цифровой мониторинг, педагогическая интеграция.

KIRISH

Zamonaviy oliy ta'lim tizimida talabani kasbiy tayyorgarligi faqat nazariy bilim va kasbiy ko'nikmalar bilan belgilanmaydi. Jismoniy, psixologik va ijtimoiy salomatlik, o'z faoliyatini boshqarish qobiliyati ham shaxsiy va kasbiy rivojlanishning muhim komponentlari hisoblanadi. Raqamli texnologiyalarning ta'lim jarayoniga keng kirib kelishi talabalar o'quv faoliyatining katta qismini kompyuter, planshet va smartfonlar orqali bajarishiga olib kelmoqda. Shu sharoitda uzoq vaqt o'tirib ishlash, harakat faolligining kamayishi va jismoniy mashg'ulotlarga ajratiladigan vaqtning qisqarishi jismoniy faollikni oliy ta'limning muhim pedagogik vazifalaridan biriga aylantiradi.

Jismoniy faollikni faqat sport mashg'ulotlari doirasida ko'rib chiqish yetarli emas. U yurish, faol dam olish, transportdagi harakat, kundalik faoliyat va rejalashtirilgan jismoniy mashqlarni ham qamrab oladigan keng faoliyat sifatida talqin qilinadi. Shu sababli talabani umumiy jismoniy faolligini oshirish uchun o'quv mashg'ulotlari, mustaqil faoliyat, kundalik harakatlar va sport faoliyatini o'zaro bog'lash zarur.

Maqolaning asosiy maqsadi oliy ta'lim muassasalari talabalarining jismoniy faolligini oshirishda sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuvning o'zaro integratsiyasiga asoslangan pedagogik mexanizmlarni ilmiy-metodik jihatdan asoslash hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Maqsadga muvofiq quyidagi vazifalar belgilandi:

- talabalarining jismoniy faolligini oshirishning pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash;
- sog'lom turmush tarzining jismoniy faollikni shakllantirishdagi o'rnini tahlil qilish;
- jismoniy faollik motivatsiyasining asosiy komponentlarini aniqlash;
- kompetensiyaviy yondashuv asosida salomatlik kompetensiyasini shakllantirish mexanizmlarini aniqlash;
- sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaning integrativ modelini ishlab chiqish;
- oliy ta'lim jarayoniga mazkur modelni tatbiq etish bo'yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqish.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Maqolada foydalanilgan ilmiy-metodik manbalar tahlili jismoniy faollik, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuv o'rtasidagi bog'liqlikni tizimli ko'rib chiqish imkonini beradi. Jismoniy faollikni oshirish masalasi sog'lom turmush tarzi, shaxsiy motivatsiya, o'zini-o'zi boshqarish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash omillari bilan birgalikda qaraladi.

O'zini-o'zi belgilash nazariyasiga asoslangan tadqiqotlar jismoniy faollik bilan avtonom motivatsiya, kompetentlik hissi va faoliyatning shaxsiy qiymatini anglash o'rtasida ijobiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Maqolada keltirilgan 2025-yilgi tizimli sharhda ham kompetentlik hissi, ichki va shaxsiy qiymatga asoslangan motivatsiyaning jismoniy faollik bilan bog'liqligi qayd etilgan.

Shu bilan birga, adabiyotlar bir xil xulosaga olib kelmaydi: ayrim intervensiyalarda motivatsion yondashuvning mustaqil ta'siri statistik jihatdan sezilarli bo'lmagan. Bu holat motivatsiyani real faoliyat muhiti, pedagogik qo'llab-quvvatlash, individual maqsad, kompetensiya va monitoring bilan birgalikda tashkil etish zarurligini ko'rsatadi.



Mavjud tahlil asosida maqolada uch yo'nalish integratsiyasi taklif etiladi: "Nima uchun?" - motivatsiya; "Nimani bilaman va bajara olaman?" - kompetensiya; "Qanday yashayman?" - sog'lom turmush tarzi. Ularning natijaviy ifodasi "Qanchalik faolman?" - jismoniy faollik bilan belgilanadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotning metodologik asosini talabaning shaxsiy faolligi va o'zini-o'zi boshqarishiga yo'naltirilgan kompetensiyaviy hamda faoliyatga yo'naltirilgan yondashuvlar tashkil etadi. Shuningdek, sog'lom turmush tarzi qadriyatli yo'nalish, motivatsiya esa jismoniy faoliyatni davom ettirishga xizmat qiluvchi ichki omil sifatida qaraladi.

Tadqiqotda ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, tizimlashtirish, umumlashtirish va pedagogik modellashtirish metodlaridan foydalanildi. Manbalardagi nazariy qarashlar jismoniy faollikni tashkil etishning pedagogik komponentlari bilan qiyoslandi va ularning o'zaro bog'liqligi tizimlashtirildi.

Tadqiqotning predmetini oliy ta'lim sharoitida talabalar jismoniy faolligini sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etishning mazmuni, mexanizmlari va metodik vositalari tashkil etadi. Mazkur maqolada empirik pedagogik tajriba natijalari, tanlanma hajmi yoki statistik ko'rsatkichlar keltirilmaganligi sababli natijalar konseptual-tahliliy va pedagogik modellashtirish natijalari sifatida talqin qilinadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tahlil natijasida talabalarining jismoniy faolligini uch asosiy darajada tashkil etish mumkinligi aniqlandi: o'quv jismoniy faolligi, mustaqil jismoniy faollik va kundalik hayotdagi jismoniy faollik. O'quv faolligiga jismoniy tarbiya mashg'ulotlari, sport to'garaklari va musobaqalar; mustaqil faollikka talabaning shaxsiy tashabbusiga asoslangan mashqlar; kundalik faollikka yurish, zinadan foydalanish va faol tanaffuslar kiradi.

Komponent	Mazmuni	Pedagogik vazifa
O'quv faolligi	Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari	Harakat ko'nikmalarini rivojlantirish
Mustaqil faollik	Individual mashqlar	O'z-o'zini boshqarishni shakllantirish
Kundalik faollik	Yurish, faol tanaffus va boshqalar	Harakatsiz vaqtni kamaytirish
Sport faolligi	Musobaqa va to'garaklar	Ijtimoiy va motivatsion rivojlanish
Raqamli monitoring	Qadam, vaqt, yuklama monitoringi	O'z-o'zini nazorat qilish

Tahlil natijasida salomatlik kompetensiyasining kognitiv, motivatsion, amaliy, regulativ, refleksiv va aksiologik komponentlardan tashkil topishi aniqlandi. Mazkur komponentlar bilimni amaliy faoliyat, o'z-o'zini nazorat qilish va salomatlikka qadriyatli munosabat bilan birlashtiradi.

Komponent	Kutiladigan natija
Kognitiv	Jismoniy faollik va sog'lom turmush tamoyillarini biladi
Motivatsion	Faol hayot tarziga ehtiyoj sezadi
Amaliy	Mashqlarni mustaqil bajaradi
Regulativ	Yuklama va mashg'ulot vaqtini boshqaradi
Refleksiv	Natijalarini tahlil qiladi
Aksiologik	Salomatlikni qadriyat sifatida qabul qiladi

Tadqiqot-tahlil asosida "sog'lom turmush tarzi - qadriyat va anglash - ichki motivatsiya - maqsad qo'yish - jismoniy faoliyat - o'z-o'zini nazorat qilish - refleksiya - salomatlik kompetensiyasi - barqaror sog'lom xulq-atvor" ketma-ketligiga asoslangan integrativ model ishlab chiqildi. Model chiziqli emas, siklik xarakterga ega: talaba natijasini baholaydi, yangi maqsad belgilaydi va faoliyatni davom ettiradi.

Integrativ modelni amalga oshirishning asosiy mexanizmlari sifatida individual maqsad qo'yish, raqamli monitoring, refleksiv kundalik, guruhli faoliyat va o'z-o'zini baholash belgilandi. Raqamli monitoringda qadamlar soni, faoliyat davomiyligi, yurak urish tezligi, mashg'ulot chastotasi va intensivligi kabi ko'rsatkichlardan foydalanish mumkin, biroq ma'lumotning o'zi emas, balki uni tahlil qilish va pedagogik qarorga aylantirish kompetensiyasi ustuvor hisoblanadi.



Texnologiya	Amalga oshirish shakli	Kutiladigan natija
Muammoli ta'lim	"Nima uchun yoshlar kam harakat qiladi?"	Muammoni anglash
Loyiha metodi	"30 kun faol hayot" loyihasi	Mustaqil faoliyat
Gamifikatsiya	Ball, bosqich, topshiriqlar	Qiziqish
Raqamli monitoring	Mobil ilovalar	O'z-o'zini nazorat
Refleksiya	Faoliyat kundaligi	O'zini baholash
Guruhli mashg'ulot	Jamoaviy sport faoliyati	Ijtimoiy motivatsiya
Individual yondashuv	Shaxsiy reja	Autonomiya

Natijalar muhokamasi

Olingan nazariy-tahliliy natijalar jismoniy faollikni oshirishda motivatsiyaning o'zi yetarli emasligini ko'rsatadi. Barqaror faoliyat uchun motivatsiya pedagogik muhit, individual maqsad, o'z-o'zini nazorat qilish, refleksiya va kompetensiyaviy natijalar bilan birlashtirilishi lozim. Shu jihatdan maqolada taklif etilgan integrativ model mavjud yondashuvlarni yagona pedagogik tizimda bog'lashga qaratilgan.

Kompetensiyaviy yondashuvning muhim jihati shundaki, talabaniq faqat jismoniy mashqlar haqida bilimga ega bo'lishi yetarli natija sifatida qabul qilinmaydi. Talaba mashqlarni tanlay olishi, yuklamani boshqarishi, o'z jismoniy holatini baholashi va muntazam mashg'ulotni mustaqil tashkil qila olishi kerak. Shu sababli baholashda jismoniy ko'rsatkichlar bilan bir qatorda motivatsion, kognitiv, amaliy, regulativ, refleksiv va aksiologik ko'rsatkichlarni ham hisobga olish taklif etiladi.

Yo'nalish	Ko'rsatkichlar
Jismoniy	Faollik chastotasi, davomiyligi, yuklama
Motivatsion	Ichki qiziqish, maqsadga intilish
Kognitiv	Sog'lom turmush tarzi haqidagi bilim
Amaliy	Mashqlarni mustaqil bajarish
Regulativ	Yuklamani boshqarish
Refleksiv	Faoliyat natijasini tahlil qilish
Aksiologik	Salomatlikka qadriyatli munosabat

Maqolada taklif etilgan metodik yondashuvning muhim sharti individual rivojlanishga yo'naltirilgan baholashdir. Raqobatga asoslangan gamifikatsiya barcha talabalarning jismoniy imkoniyatlari bir xil emasligi sababli ehtiyotkorlik bilan qo'llanishi kerak. Asosiy mezon boshqa talabalar bilan taqqoslash emas, balki talabaniq o'z avvalgi natijasiga nisbatan rivojlanishi bo'lishi maqsadga muvofiq.

Amaliy tavsiyalar

Oliy ta'lim muassasalarida integrativ modelni amalga oshirish uchun quyidagi mexanizmlardan foydalanish tavsiya etiladi:

- "Faol talaba" dasturini joriy etish: individual maqsad, haftalik faoliyat rejasi, jismoniy mashqlar kundaligi, raqamli monitoring, haftalik refleksiya va oylik o'z-o'zini baholash;
- "30 kun faol hayot" loyihasini tashkil etish va faol kunlar soni, aerob faoliyat vaqti, kuch mashqlari, faol tanaffuslar hamda subyektiv holatni kuzatish;
- uzoq davom etadigan nazariy mashg'ulotlar orasida qisqa harakatli tanaffuslardan foydalanish;
- talabalarni o'zining avvalgi natijalari bilan taqqoslashga asoslangan individual rivojlanish tamoyilini qo'llash;
- o'qituvchi, guruhdoshlar va ta'lim muassasasi tomonidan qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit yaratish;
- jismoniy faollikni semestr yoki o'quv yili davomida izchil tashkil etish.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Talabalar jismoniy faolligini oshirish zamonaviy oliy ta'limning muhim pedagogik vazifalaridan biri sifatida qaralishi lozim. Jismoniy faollikni faqat jismoniy tarbiya darslari bilan chegaralash talabaniq sog'lom hayot tarzini shakllantirish uchun yetarli emas. U o'quv, mustaqil, sport va kundalik hayotdagi harakat faoliyatining o'zaro birligida tashkil etilishi zarur.



Tahlil natijasida sog'lom turmush tarzi, motivatsiya va kompetensiyaviy yondashuvning integratsiyasi jismoniy faollikni oshirishning pedagogik mexanizmi sifatida asoslandi. Sog'lom turmush tarzi talabani qadriyatli yo'nalishini, motivatsiya faoliyatga ichki tayyorgarligini, kompetensiyaviy yondashuv esa faoliyatni mustaqil tashkil qilish, nazorat qilish va baholash qobiliyatini ta'minlaydi.

Taklif etilgan integrativ model talabani jismoniy faolligini kundalik hayotga kiritish, individual maqsad qo'yish, raqamli monitoring, refleksiya va o'z-o'zini baholashni yagona pedagogik siklga birlashtiradi. Shu bilan birga, ushbu maqolada empirik tajriba-sinov va statistik natijalar keltirilmagan. Shuning uchun modelning amaliy samaradorligini keyingi bosqichda nazorat va tajriba guruhlarida asosida pedagogik tajriba, diagnostik mezonlar hamda matematik-statistik tahlil orqali tekshirish maqsadga muvofiq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: World Health Organization, 2020.
2. World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour: At a Glance. Geneva: WHO, 2021.
3. UNESCO. Quality Physical Education: Guidelines for Policy-Makers. Paris: UNESCO, 2015.
4. O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi. Ilmiy jurnallarda chop etiladigan ilmiy maqolalar mazmuni va sifatiga bo'lgan umumiy texnik talablar.
5. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 4-dekabrda PQ-421-son "Jamoaviy sport turlarini rivojlantirish va iqtidorli yoshlarni saralab olish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori.
6. Tangriyev A. Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini individuallashtirishning samaradorligi: kompetensiyaviy yondashuv asosida // Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali. - 2026.
7. Qo'ziyeva F.I. Talabalarda sog'lom turmush madaniyatini shakllantirishda gender yondashuvning pedagogik imkoniyatlari // Qo'qon DPI. Ilmiy xabarlar jurnali. - 2026. - Vol. 8, № 5. - B. 1721-1725.

- 
- 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.