



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№10(2)
2026

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

M

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 268 sahifa,
9-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 institute 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

Muassisi: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

Hamkorlarimi: 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 Preschool 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

Ikraxanova 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 Olii 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

Informatika ta'limida gamifikatsiya texnologiyalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari.....	10
Xalikov Akbar Tilovberdiyevich	
Terminologik kompetensiya bo'lajak shifokor kasbiy kompetentligining komponenti sifatida	14
Namazova Munavvar Oltibekovna	
Alisher Navoiy merosi asosida ota-onalarning pedagogik kompetentligini rivojlantirish	17
Rashidov Javohir Akram o'g'li	
Negotiating Communicative Power and Social Hierarchy in English and Uzbek Literary Discourse: A Comparative Pragmalinguistic Study	22
Nodirabegim Xonturaeva	
STEM yondashuvi asosida o'quvchilarda robototexnika ko'nikmalarini shakllantirishning ilmiy-pedagogik jihatlari.....	31
Nasimova Hikoyat Nosirovna	
O'quvchilarda fuqarolik pozitsiyasini shakllantirishning pedagogik xususiyatlari	37
Po'latova Barno Raximjon qizi	
Ingliz va o'zbek o'rta asrlar adabiyotining shakllanishi va taraqqiyot omillari: qiyosiy-tipologik tahlil	41
Atanazarova Shoxida Baxramovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida milliy qadriyatlarni sel texnologiyasi asosida shakllantirishning metodik imkoniyatlari.....	47
Normurotova Aziza Karim qizi	
Tarjimonlik kompetensiyalarini rivojlantirish	52
Karayeva Karima Nabiyevna	
Ixtisoslik modullari asosida bo'lajak logopedlarning diagnostik-korreksion kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	57
Sarimsoqova Maftuna Obidjon qizi	
O'smir yoshdagi o'quvchilarda internet tobeligining psixologik omillari va uni bartaraf etish yo'llari.....	61
Toshpo'latova Nodira Xudjamurodovna	
Maktabgacha ta'lim yoshidagi giperaktiv bolalarga ta'lim berishning psixologik asoslari	65
Jumanova Nasiba Sherboyevna	
Kasbiy ta'limda "media va axborot savodxonligi" fanini o'qitishda o'quvchilarning loyihalash kompetensiyalarini shakllantirishning nazariy-pedagogik asoslari	69
Shomirzayev Baxtiyor Nazarovich	
O'quvchilarda fuqarolik pozitsiyasini shakllantirishning pedagogik xususiyatlari	74
Po'latova Barno Raximjon qizi	
Blended-learning modeli asosida iqtisodiyot fanining o'quv samaradorligini oshirish va o'quv natijalarining sifatini baholash.....	78
Abdimurodova Luiza Abdimurod qizi	
Tpack modeli asosidagi mashqlar tizimi orqali talabalarning lingvokognitiv kompetensiyasini rivojlantirish....	85
Allamuratov G'ofur Ashurovich	
Periphrasis as a Mechanism of Secondary Nomination in English And Uzbek: a Comparative Linguo-Semantic Study	90
Fazilov Odil	
Fizika ta'limida STEAM yondashuvi asosida barqaror rivojlanish kompetensiyalarini shakllantirish.....	97
Omonova Sitara Zafar qizi	
Raqamli ta'lim muhitida generativ sun'iy intellekt vositalaridan samarali foydalanish orqali pedagoglarning raqamli kompetentligini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	102
Rizayeva Sanobar Davlataliyevna	



Oliy ta'lim professor-o'qituvchilarining kasbiy rivojlanish sinergetik ekotizimini adaptiv transformatsiyalash mexanizmlari	108
<i>Supiyeva Buxolida Abduvaliyevna</i>	
Rahbar kadrlarning boshqaruv kompetensiyalarini baholashda psixologik-intellektual o'yin texnologiyalaridan foydalanish	113
<i>To'raxo'jayeva Ra'no Rustam qizi</i>	
Matn bilan ishlashning zamonaviy texnologiyalari (10-sinf ona tili darslari misolida)	118
<i>Xamroyeva Dilnoza Jahongir qizi</i>	
Развитие познавательной активности учащихся 6 классов госпитальной школы в процессе самостоятельной работы по ботанике с использованием ИКТ	124
<i>Баходирова Камола Комиловна, Хошимова Гулзода Ойбековна, Рустамова Нозима Фазлиддиновна</i>	
Развитие медиаменталитета студентов в условиях интеграции искусственного интеллекта и витатенных образовательных технологий: модель, методы и критерии оценки	130
<i>Рустамова Нодира Рустамовна</i>	
O'quvchilarning aqliy mehnat kompetensiyasini rivojlantirishda tafakkur operatsiyalarining o'rni	137
<i>Eshmonov Moxirjon Baxtiyor o'g'li</i>	
Yosh bokschilarni tezlik reaksiya dinamikasini rivojlantirish mexanizmlari	140
<i>Malikzoda Abdulatif Abdubannon o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida bolalarning ijtimoiy moslashuvini shakllantirishda pedagog-tarbiyachining roli	148
<i>Rahmonqulova Xolida Bosimovna</i>	
10–12 yoshli futbolchilarda aerobik chidamlilikni rivojlantirishda maxsus suzish mashqlari kompleksining ilmiy-metodik asoslari	152
<i>Akromov Shoxrux Jamshid o'g'li</i>	
Fikr tarbiyasiga oid nazariy yondashuvlar, konsepsiyalar va metodologik mexanizmlar	159
<i>Ismoilova Gulrux Ulug'bekovna</i>	
Milliy identiklikning nazariy-konseptual asoslari va jamiyat taraqqiyotidagi ijtimoiy-falsafiy ahamiyati	163
<i>Salimov Doniyor Musurmonovich</i>	
Authentic Materials in Preschool English Teaching	169
<i>Eshboeva Durdona Alisher qizi</i>	
Elektron o'quv adabiyotlarni yaratish metodikasi	174
<i>Adasheva Mavludaxon Umataliyevna</i>	
Axborot-ta'lim resurslaridan foydalanishning zamonaviy metod va yondashuvlari: "resurs - metod - natija" modeli	180
<i>Alijonova Shahnozaxon Kozimjon qizi, Hojiyeva Zulfiya O'ktamovna</i>	
Ko'rishda nuqsoni bor shaxslar ijtimoiy integratsiyasining shaxsiylik omillari	184
<i>Tohirova Mohigul Umir qizi</i>	
Oliy ta'limda moslashuvchan ta'lim shakllari sharoitida kompetensiyaga asoslangan o'qitish metodikasini raqamli transformatsiya qilish modeli	190
<i>Xojimurodova Muxlisa Fayzulla qizi</i>	
Tayyorlov guruhidagi bolalarning atrof-muhitga mas'uliyatli munosabatini shakllantirishning innovatsion texnologiyalari	195
<i>Sirojiddinova Nilufar Qodirali qizi</i>	
Bo'laklab integrallash formulasini muammoli ta'lim usulida o'rgatish metodikasi	200
<i>Zaxriddinova Shaxlo Zahiriddin qizi, Arabova Jasmina Oybek qizi</i>	
Maktab matematika kursida trigonometriyani o'qitishda vizuallashtirish va raqamli texnologiyalardan foydalanishning nazariy-metodik asoslari	205
<i>Turg'unpo'latova Shahnoza Sarvarjon qizi, Adashev Jobir Kadirovich</i>	
Internetdan samarali foydalanishga doir lokus nazoratni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari	211
<i>Abduraimova Farida Ilhomovna</i>	
Neyropedagogik texnologiyalar asosida o'quvchilarning o'quv-bilish qobiliyatlarini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	215
<i>Abdixodirova Go'zal Erali qizi</i>	



Dual ta'lim asosida bo'lajak maktabgacha ta'lim mutaxassislarining kasbiy kompetensiyalarini shakllantirish mexanizmi: tarkibiy qismlar va baholash mezonlari	220
Akmalova Mohinur Zafar qizi	
Fanlararo integratsiya vositasida bo'lajak maktabgacha ta'lim mutaxassislarining kreativ-pedagogik kompetensiyasini rivojlantirish	224
Asqarova Fayoz Jasur qizi	
Ingliz tilini o'qitishda yozish ko'nikmalarini rivojlantirishning sun'iy intellekt imkoniyatlari asosidagi metodik yondashuvlari	228
Axmedova Sarvinov Hikmatovna	
O'smir yoshidagi qizlarning xulqi og'ishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar	232
Erkinjonova Raximaxon Baxtiyor qizi	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirishning pedagogik-metodik asoslari	237
Jabborova Ro'za O'rinbayevna	
Ingliz tili o'qituvchilarining kasbiy faoliyatida sun'iy intellekt vositalaridan foydalanish.....	244
Mahamatnabiyeva Barno Abduqodir qizi	
O'zbekistonda sog'lom turmush tarzini ta'minlovchi ustuvor yo'nalishlar	250
Sadikova Asila Baxtiyor qizi	
Koxlear implantli bolalarni inklyuziv ta'lim muhitiga moslashtirishning pedagogik shart-sharoitlari va metodikasi.....	255
Najimova Muxabbat Teshaboyevna	
12–14 yoshli futbolchilarning jismoniy va psixologik holatini rivojlantirishda musobaqaoldi emotsional tayyorgarlikning ahamiyati	259
Nazarov Rustam Nurali o'g'li	
Darslarni tashkil etish mexanizmlarini takomillashtirish.....	263
Shamsiyeva Inobat Qosimjonovna	



12–14 YOSHLI FUTBOLCHILARNING JISMONIY VA PSIXOLOGIK HOLATINI RIVOJLANTIRISHDA MUSOBAQAOLDI EMOTSIONAL TAYYORGARLIKNING AHAMIYATI

Nazarov Rustam Nurali o'g'li

Alfraganus university Pedagogika va psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi

Rustamjon9426@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-0162-5719>

Annotatsiya: Maqolada 12-14 yoshli futbolchilarning jismoniy va psixologik tayyorgarligini o'zaro uyg'un rivojlantirish, musobaqaoldi emotsional holatini baholash hamda rivojlantiruvchi trening vositalarini o'quv-mashg'ulot jarayoniga kiritish masalalari yoritilgan. Tadqiqotda qo'llangan diagnostik yondashuvlar va 200 nafar futbolchi ishtirokidagi ma'lumotlar asosida iroda kuchi, xavotirlik va emotsional intellekt ko'rsatkichlaridagi o'zgarishlar tahlil qilinadi. Natijalar musobaqaoldi psixologik tayyorgarlikni jismoniy va texnik-taktik mashqlar bilan birgalikda tashkil etish zarurligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: yosh futbolchilar, jismoniy tayyorgarlik, psixologik holat, emotsional barqarorlik, iroda kuchi, xavotirlik, emotsional intellekt, musobaqaoldi tayyorgarlik, pedagogik trening.

Abstract: The article addresses the integrated development of physical and psychological readiness in 12-14-year-old footballers, the assessment of their pre-competition emotional state, and the incorporation of developmental training tools into the training process. Based on diagnostic approaches and data from 200 footballers, the study analyzes changes in indicators of willpower, anxiety, and emotional intelligence. The results demonstrate the necessity of integrating pre-competition psychological preparation with physical and technical-tactical training.

Key words: young footballers, physical preparation, psychological state, emotional stability, willpower, anxiety, emotional intelligence, pre-competition preparation, pedagogical training.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы комплексного развития физической и психологической готовности футболистов 12–14 лет, оценки их предсоревновательного эмоционального состояния, а также внедрения в тренировочный процесс средств развития соответствующих качеств. На основе методов диагностики и данных, полученных при обследовании 200 футболистов, анализируются изменения показателей волевых качеств, тревожности и эмоционального интеллекта. Результаты исследования подтверждают необходимость интеграции психологической подготовки к соревнованиям с физической и технико-тактической подготовкой.

Ключевые слова: юные футболисты, физическая подготовка, психологическое состояние, эмоциональная устойчивость, волевые качества, тревожность, эмоциональный интеллект, предсоревновательная подготовка, педагогическая подготовка.

KIRISH

Zamonaviy futbolda sport natijasi faqat jismoniy va texnik mahorat bilan belgilanmaydi. O'yin davomida tezkor qaror qabul qilish, o'zgaruvchan vaziyatga moslashish, jamoadoshlar bilan samarali hamkorlik qilish va bosim ostida emotsional muvozanatni saqlash ham muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, 12–14 yosh davrida futbolchilarning jismoniy rivojlanish sur'atlari, funksional imkoniyatlari va psixologik xususiyatlari bir xil bo'lmagan sababli mashg'ulotlarni individual yondashuv asosida tashkil etish talab etiladi.

Frontal usulda barcha futbolchilar bir vaqtning o'zida bir xil mashqlarni bajaradilar. Kichik guruhlarda mashg'ulotlar, masalan, himoya va hujum chizig'i futbolchilarining vazifalaridan kelib chiqqan holda tashkil etiladi. Individual usul esa futbolchining tayyorgarlik darajasi va individual xususiyatlarini hisobga olish imkonini beradi hamda darvozabonlarni tayyorlash jarayonida keng qo'llaniladi ^[1].

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Nazariy tayyorgarlik jarayonida futbol texnikasi va taktikasi, o'yin qoidalari, mashg'ulot metodikasi hamda musobaqa faoliyatiga oid bilimlarni o'zlashtirish futbolchilarning amaliy tayyorgarligini yanada samarali tashkil etishga xizmat qiladi. Nazariy mashg'ulotlarni amaliy mashg'ulotlar bilan uzviy bog'lash taktik vazifalarni ongli ravishda tushunish va ularni o'yin sharoitida samarali qo'llash imkonini kengaytiradi ^[2].

Shuningdek, o'quv-mashg'ulot jarayonini rejalashtirishda haftalik mikrotsikllar tuzilishi, yuklamaning hajmi va shiddati, tiklanish oralig'i hamda musobaqa taqvimini o'zaro uyg'unlashtirilishi zarur. Mashg'ulot vositalarini mikrotsikl ichida maqsadli taqsimlash futbolchilarning ortiqcha charchashining oldini olish, tayyorgarlik darajasini nazorat qilish va musobaqaga optimal funksional holatda kirib borish imkonini beradi ^[3].

T. S. Usmonxo'jayev yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda mashg'ulot yuklamalarini yosh va individual xususiyatlarga moslashtirish muhimligini ta'kidlaydi.

Yu. V. Verxoshanskiy sportchilar tayyorgarligida jismoniy yuklamalarning hajmi va shiddatini ilmiy asosda boshqarish sport natijadorligini oshirishning muhim omili ekanligini asoslaydi.

L. P. Matveyev sport mashg'ulotlarini davrlashtirish, mikrotsikllarni oqilona rejalashtirish hamda yuklama va tiklanish jarayonlari uyg'unligini ta'minlash zarurligini ko'rsatadi.

Jens Bangsbo futbolchilarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirishda aerob va anaerob imkoniyatlarni rivojlantirish, mashg'ulotlarni o'yin faoliyati talablariga moslashtirish muhimligini qayd etadi.

R. Martens sportchilarning psixologik tayyorgarligida o'ziga ishonch, motivatsiya va musobaqaoldi xavotirini boshqarish sport natijalariga ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi.

Futbolchilarni tayyorlash jarayoni o'quv-mashg'ulotlarni ilmiy asosda tashkil etish, sportchilarning tayyorgarlik darajasini muntazam nazorat qilish va pedagogik nazorat natijalariga muvofiq mashg'ulot yuklamalarini boshqarish asosida amalga oshiriladi. Jismoniy tayyorgarlik o'quv-mashg'ulot jarayonining muhim tarkibiy qismi bo'lib, u umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikdan tashkil topadi. Mazkur tayyorgarlik turlari o'zaro uzviy bog'langan holda futbolchilarning funksional imkoniyatlari, umumiy ish qobiliyati hamda futbol faoliyatiga xos jismoniy sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi holatini aniqlash va undagi o'zgarishlar dinamikasini kuzatish uchun pedagogik nazoratni muntazam amalga oshirish zarur ^[4].

Xususan, 12-15 yoshli futbolchilar bilan ishlashda mashg'ulot vositalari va yuklamalarni ularning rivojlanish darajasiga moslashtirish, jismoniy sifatlar bilan bir qatorda texnik-taktik tayyorgarlikni ham izchil takomillashtirib borish lozim. Yoshga mos yondashuv futbolchilarning funksional imkoniyatlarini oqilona rivojlantirish, ortiqcha zo'riqishning oldini olish hamda keyingi sport mahorati bosqichlariga tayyorlash imkonini beradi ^[5].

Yosh futbolchilarning tayyorgarligini takomillashtirishda jismoniy, texnik-taktik va psixologik komponentlarni alohida-alohida emas, balki o'zaro bog'liq tizim sifatida rivojlantirish maqsadga muvofiq. Musobaqaoldi xavotirini boshqarish, o'ziga ishonchni mustahkamlash, maqsadga intiluvchanlik va iroda sifatlarini rivojlantirish sportchining mavjud imkoniyatlarini musobaqa sharoitida to'liq namoyon etishiga ko'maklashadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotning maqsadi - 12-14 yoshli futbolchilarning jismoniy va psixologik tayyorgarligini uyg'un rivojlantirishda musobaqaoldi emotsional tayyorgarlikning o'rnini tahlil qilish hamda rivojlantiruvchi trening vositalarini qo'llash bo'yicha metodik yondashuvlarni asoslash.

Tadqiqot materiallari sifatida 12-14 yoshli futbolchilar tayyorgarligini o'rganishga bag'ishlangan ishda keltirilgan ma'lumotlardan foydalanildi. Dastlabki diagnostik tadqiqotda Xorazm viloyatidan 70 nafar, Namangan viloyatidan 65 nafar, Toshkent shahri va Chirchiq shahridan 65 nafar, jami 200 nafar futbolchi ishtirok etgan. Nazorat va tajriba guruhlarini bilan ishlash, psixodiagnostik metodikalar va pedagogik testlardan foydalanish qayd etilgan.

Tadqiqotda ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, pedagogik kuzatuv, anketa so'rovi, pedagogik testlash, antropometriya, pedagogik tajriba va matematik-statistik tahlil usullari qo'llangan. Psixologik holatni baholashda iroda kuchini baholash metodikasi, Spilberger-Xanin reaktiv va shaxsiy xavotirlik shkalalari hamda emotsional intellekt komponentlariga oid ko'rsatkichlar o'rganilgan. Treninggacha va treningdan keyingi ayrim ko'rsatkichlar Wilcoxon mezonini orqali qiyoslangan.

Ushbu maqolada mavjud bo'lgan ma'lumotlarni tahliliy umumlashtirish asosida tayyorlandi.

Dastlabki diagnostika natijalariga ko'ra, umumiy tanlanmada iroda kuchi ko'rsatkichi 8-30 ball oralig'ida bo'lib, o'rtacha qiymati $20,06 \pm 4,09$ ballni tashkil etgan. Hududlar kesimida standart og'ish ko'rsatkichlarining bir-biriga yaqinligi ishtirokchilarning iroda kuchi natijalarida keskin hududiy farqlar mavjud emasligini tavsifiy jihatdan ko'rsatgan. Spilberger-Xanin metodikasi bo'yicha reaktiv xavotirlikning umumiy o'rtacha ko'rsatkichi 42,37 ballni ($SD=8,46$), shaxsiy xavotirlik esa 44,19 ballni ($SD=8,91$) tashkil etgan. Bu ma'lumotlar musobaqaoldi psixologik holatini baholashda faqat umumiy kuzatuv bilan cheklanmay, standartlashtirilgan diagnostika vositalaridan foydalanish zarurligini ko'rsatadi.



Rivojlantiruvchi trening dasturi yakunida iroda kuchi ko'rsatkichlari ijobiy o'zgargan ishtirokchilar ulushi yuqori bo'lgan. Umumiy tanlanmadagi 200 nafar futbolchining 125 nafarida (62,5%) iroda kuchi ko'rsatkichlari oshgan, 17 nafarida (8,5%) pasaygan, 58 nafarida (29,0%) esa o'zgarish kuzatilmagan. Hududlar kesimida treninggacha va treningdan keyingi farqlar statistik jihatdan ahamiyatli bo'lgan: Xorazm viloyatida $Z=-4,99$; $p<0,001$, Namangan viloyatida $Z=-4,65$; $p<0,001$, Toshkent shahri va Chirchiq shahrida $Z=-4,87$; $p<0,001$.

12-14 yoshli futbolchilarda rivojlantiruvchi trening dasturidan keyin reaktiv va shaxsiy xavotirlik ko'rsatkichlarining o'zgarish dinamikasi (Wilcoxon mezon, $n=200$)

Hududlar	Ko'rsatkich	Dinamika	n	O'rtacha rang	Ranglar summasi	Z	p
Xorazm viloyati ($n=70$)	Reaktiv xavotirlik	Pasaygan	38	25,86	982,50	-3,18	0,001
		Oshgan	13	26,42	343,50		
		O'zgarmagan	19	-	-		
	Shaxsiy xavotirlik	Pasaygan	41	27,30	1119,50	-3,47	0,001
		Oshgan	12	25,96	311,50		
		O'zgarmagan	17	-	-		
Namangan viloyati ($n=65$)	Reaktiv xavotirlik	Pasaygan	34	23,84	810,50	-2,86	0,004
		Oshgan	13	24,42	317,50		
		O'zgarmagan	18	-	-		
	Shaxsiy xavotirlik	Pasaygan	37	25,03	926,00	-3,12	0,002
		Oshgan	12	24,92	299,00		
		O'zgarmagan	16	-	-		
Toshkent shahri va Chirchiq shahri ($n=65$)	Reaktiv xavotirlik	Pasaygan	36	24,31	875,00	-3,02	0,003
		Oshgan	12	25,08	301,00		
		O'zgarmagan	17	-	-		
	Shaxsiy xavotirlik	Pasaygan	39	25,90	1010,00	-3,31	0,001
		Oshgan	11	24,09	265,00		
		O'zgarmagan	15	-	-		

Izoh: - $p<0,001$ darajasida statistik ahamiyatli farq; - $p<0,01$ darajasida statistik ahamiyatli farq; - $p<0,05$ darajasida statistik ahamiyatli farq; Z - Wilcoxon mezonining standartlashtirilgan qiymati; n - respondentlar soni.

Rivojlantiruvchi trening dasturidan keyin 12-14 yoshli futbolchilarning reaktiv va shaxsiy xavotirlik ko'rsatkichlarida yuz bergan o'zgarishlar Wilcoxon mezon asosida tahlil qilindi. Olingan natijalar barcha tadqiqot hududlarida xavotirlik ko'rsatkichlarining, asosan, pasayish yo'nalishida o'zgarganligini ko'rsatdi.

Xorazm viloyatida reaktiv xavotirlik 38 nafar, shaxsiy xavotirlik esa 41 nafar futbolchida pasaygan bo'lib, treninggacha va treningdan keyingi natijalar o'rtasidagi farqlar statistik jihatdan ahamiyatli bo'ldi (mos ravishda $p=0,001$ va $p=0,001$). Namangan viloyatida reaktiv xavotirlikning pasayishi 34 nafar, shaxsiy xavotirlikning pasayishi 37 nafar futbolchida kuzatildi va aniqlangan farqlar ham statistik ahamiyat kasb etdi ($p=0,004$; $p=0,002$). Toshkent shahri va Chirchiq shahri guruhida esa reaktiv xavotirlik 36 nafar, shaxsiy xavotirlik 39 nafar futbolchida kamayib, tegishli farqlar $p=0,003$ va $p=0,001$ darajasida qayd etildi.

Umumiy tanlanma bo'yicha reaktiv xavotirlik 108 nafar futbolchida (54,0%) pasaygan, 38 nafarida (19,0%) oshgan, 54 nafarida (27,0%) esa o'zgarish kuzatilmagan. Shaxsiy xavotirlik ko'rsatkichida 117 nafar futbolchida (58,5%) pasayish, 35 nafarida (17,5%) oshish va 48 nafarida (24,0%) barqaror holat qayd etilgan. Demak, har ikki ko'rsatkich bo'yicha ham pasayish holatlari oshish va o'zgarishsiz qolish holatlariga nisbatan ustunlik qilgan.

TAHLIL VA NATIJALAR

Mazkur natijalar rivojlantiruvchi trening dasturidan keyin yosh futbolchilarning xavotirlik darajasida umumiy ijobiy dinamika yuzaga kelganligini ko'rsatadi. Ayniqsa, shaxsiy xavotirlikning 58,5 foiz ishtirokchida pasaygan mazkur ko'rsatkich bo'yicha nisbatan barqarorroq o'zgarish kuzatilganligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, ayrim futbolchilarda xavotirlik darajasining oshishi yoki o'zgarishsiz qolishi trening ta'sirining barcha ishtirokchilarda bir xil namoyon bo'lmaganligini, natijalar individual-psixologik xususiyatlar va boshlang'ich emotsional holat bilan bog'liq ravishda farqlanishi mumkinligini anglatadi.



Psixologik ko'rsatkichlar tahlilida xavotirlikni maqbullashtirish, o'z emotsiyalarini boshqarish va o'zini o'zi undash ko'nikmalarida ijobiy dinamika qayd etilgan. Emotsional intellektning emotsional bilimdonlik, o'z emotsiyalarini boshqarish va o'zini o'zi undash komponentlarida statistik jihatdan ahamiyatli ijobiy o'zgarishlar aniqlangan. Empatiya va boshqalarning emotsional holatini anglash ko'rsatkichlarida ijobiy siljishlar kuzatilgan bo'lsa-da, ular statistik jihatdan ishonchli darajaga yetmagan. Bu holat psixologik sifatlarning turli sur'atlarda shakllanishi va ayrim ko'nikmalar muntazam, uzoqroq pedagogik ta'sirni talab etishi mumkinligini anglatadi.

Olingan natijalar musobaqaoldi tayyorgarligida psixologik treninglarni alohida, mashg'ulotdan uzilgan faoliyat sifatida emas, balki jismoniy va texnik-taktik tayyorgarlik bilan uyg'unlashtirib tashkil etish zarurligini asoslaydi. Masalan, kichik tarkibli o'yinlar, raqib qarshiligidagi mashqlar va vaqt-makon cheklangan topshiriqlar sportchidan bir vaqtning o'zida jismoniy faollik, tezkor qaror qabul qilish, emotsional o'zini boshqarish va jamoaviy muloqotni talab qiladi.

Metodik jihatdan mashg'ulot jarayoniga kognitiv, emotsional-regulyativ, motivatsion-irodaviy, kommunikativ-empatik va amaliy-xulqiy komponentlarni kiritish tavsiya etiladi. Bunda sportchilarga o'z holatini anglash, musobaqaoldi hayajonini boshqarish, aniq maqsad qo'yish, muvaffaqiyatsiz vaziyatdan keyin faoliyatni davom ettirish va jamoadoshlarini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan topshiriqlar berilishi mumkin. Yuklama hajmi va shiddati futbolchilarning yoshi, jismoniy imkoniyati va individual psixologik xususiyatlariga moslashtirilishi lozim.

XULOSA VA TAKLIFLAR

12-14 yoshli futbolchilarning tayyorgarligi jismoniy, texnik-taktik va psixologik komponentlarning o'zaro bog'liqligi asosida tashkil etilishi kerak.

Tadqiqotda qatnashgan 200 nafar futbolchi bo'yicha olingan ma'lumotlar iroda kuchi va xavotirlikni standartlashtirilgan metodikalar yordamida muntazam baholash zarurligini ko'rsatadi.

Rivojlantiruvchi treningdan keyin futbolchilarning 62,5 foizida iroda kuchi ko'rsatkichlari oshgan; hududlar kesimida treninggacha va treningdan keyingi farqlar $p < 0,001$ darajasida statistik ahamiyatga ega bo'lgan.

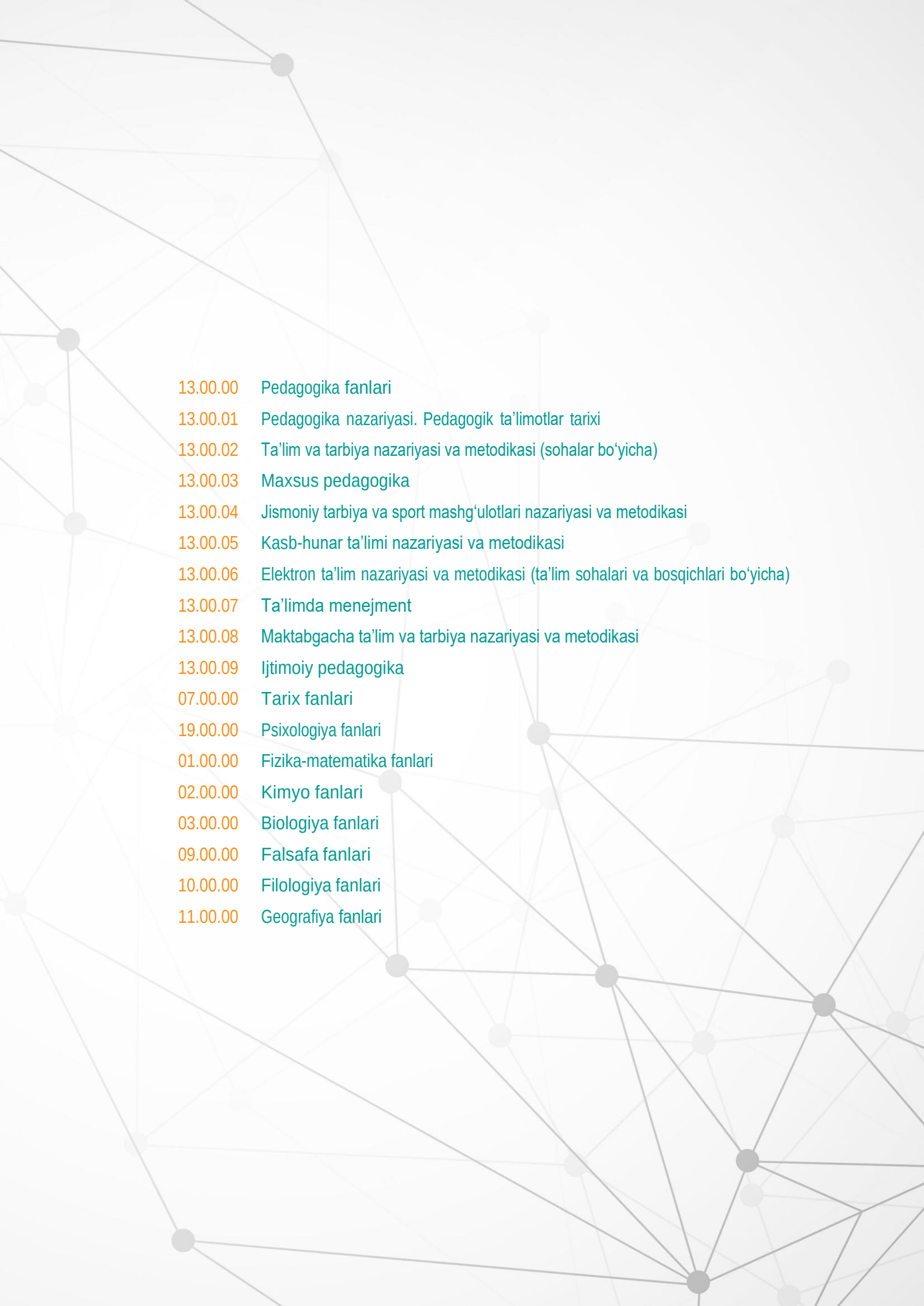
Emotsional o'zini boshqarish va o'zini o'zi undash ko'nikmalarini rivojlantirish musobaqaoldi tayyorgarligining muhim yo'nalishi hisoblanadi.

Empatiya kabi ayrim ko'rsatkichlarda barqaror natijaga erishish uchun uzoqroq va tizimli pedagogik ta'sir zarur bo'lishi mumkin.

Murabbiylarga psixologik trening elementlarini futbolga xos jismoniy va texnik-taktik mashqlar bilan uyg'unlashtirish, yuklamalarni individuallashtirish va natijalarni muntazam pedagogik nazorat qilish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Пономарев Д.А., Черноусов Ю.А. Футбол. Курс лекций: учебно-методическое пособие. - Воронеж: Воронежская государственная академия спорта, 2022. - 39 с.
2. Губа В.П., Лексаков А.В. Теория и методика футбола: учебник. - М.: Спорт, 2015. - 568 с.
3. Антипов А.В. Система многолетней подготовки спортивного резерва в футбольных академиях: дис. д-ра пед. наук: 13.00.04. - Мытищи, 2021. - 338 с.
4. Shaymardanov D.B. Futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi: uslubiy qo'llanma. - Chirchiq, 2020. - 72 b.
5. Pirmatov O.Z. Futbol nazariyasi va uslubiyati (Futbolning texnika va taktikasi): o'quv qo'llanma. - Toshkent: "o'zkitob-savdonashriyoti" NMIU, 2023. - 185 b.

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



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №10(2)

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

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

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