



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



№11
2025

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

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 586 sahifa,
4-noyabr, 2025-yil.

BOSH MUHARRIR:

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

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
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
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Doniyorov S. M. – "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalar tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:

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

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

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

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician

Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician

Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor

Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor

Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)

Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)

Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)

Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)

Woogyu 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

Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)

Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor

Mirzayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor

Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service

Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor

Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)

Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)

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

“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

Oilaning maktabgacha yoshdagi bolalar estetik tarbiyasidagi o'rni	24
<i>Abdullayeva Ma'sudaxon Abdubannayevna</i>	
Bo'lajak informatika o'qituvchilarini pedagogik faoliyatga metodik tayyorlash texnologiyalari	27
<i>Abdubannoyeva Muxlisaxon Iqboljon qizi, Abdullayev Alibek Qodiraliyevich</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida bulutli xizmatlardan foydalanish zaruriyati	30
<i>Abdullayev Alibek Qodiraliyevich, Turdaliyeva Muslimaxon Jahongir qizi</i>	
Raqamli texnologiyalar yordamida fortepiano chalishni o'rgatish metodikasi	34
<i>Abduvaxobova Nilufar Abdumannon qizi</i>	
Maktabda fizika fanini o'qitishda innovatsion yondashuv	38
<i>Alinazarova Mahfuza</i>	
Tasavvufdagi "komil inson" konsepsiyasining hozirgi ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv sifatida talqini	43
<i>Aqilxonov Saidolimxon Abdurashid o'g'li</i>	
Tabiiy-ilmiy savodxonlikni shakllantirish omillari va pedagogik shart-sharoitlar	48
<i>Choriyeva Gulbaxor Shotemirovna</i>	
Robototexnika fanini o'qitishda axborot texnologiyalaridan foydalanib mustaqil ta'limni tashkil etish	53
<i>Elmonov Sirojiddin Mamadiyarovich</i>	
Xalqaro baholash dasturlarida boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'qish savodxonligini baholash bo'yicha jahon tajribasi	58
<i>Ergasheva S. T.</i>	
Boshlang'ich ta'limda tabiiy fanlar orqali o'quvchilarning kognitiv salohiyatini rivojlantirish	61
<i>Eshmamatova Dilnoza Jovli qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning aqliy salohiyatini oshirishda tarbiyachi mahorati	64
<i>Karimova Gulzodaxon Marufjon qizi</i>	
Bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishni takomillashtirish	68
<i>Hojikarimova Gulasal Tadjaliyevna</i>	
Xorijiy talabalarga o'zbek tilini o'rgatishda elektron platformalar yaratish	71
<i>Jo'rayeva Matluba</i>	
Bo'lajak o'qituvchilar uchun raqamli ta'lim muhitini modellashtirish va uning samaradorlik omillari	74
<i>Komilova Z. X.</i>	
O'qituvchi kasbiy faoliyatida muloqot madaniyati	80
<i>M. Yu. Mahkamova</i>	
Psixologiya fanini o'qitishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar va talabalarda tahliliy fikrlashni shakllantirish masalalari	86
<i>Madazizova Difuza Raxmatullayevna</i>	
Integrating Listening and Speaking Skills in ESP (English for Specific Purposes) Classes	90
<i>Madina Tilavova</i>	
Bolalarni maktabga tayyorlash jarayonida neyropedagogik yondashuvlar	94
<i>N. O. Saidova</i>	
Tibbiyot oliy ta'lim muassasalarida radiologiya fanini o'qitishda raqamli texnologiyalarning metodologik roli	99
<i>Nazarova Gulchexra Shuxratdjonovna</i>	
Ijodkorlik tushunchasining mohiyati va uning ta'limdagi roli	103
<i>Ochilova Dilbar Isroilovna</i>	
Alaliyani boshqa nutqiy nuqsonlar bilan farqli xarakteristikasi	108
<i>Oripova Zilola</i>	
Ingliz tilini o'qitishda suggestopediya metodini joriy etishning samaradorligi	113
<i>Pulatova Sitora Abdurazzoq qizi</i>	
Oliy ta'lim muassasalari menejerlarining kasbiy-boshqaruv kompetentligi tushunchasi va uning tarkibiy qismlari	118
<i>Qarshiboyev Sharof Egamnazarovich</i>	
Koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishning yosh badmintonchilar texnik-taktik tayyorgarligiga ta'siri	122
<i>Qurbanova Ilmira Alisher qizi</i>	



Blended Learning	125
Quvandikova Xadicha	
Fizika darslarida zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish	129
Raxmanov Valijon Turdaliyevich, O'razaliyev Alijon Xasan o'g'li	
"Qurilish jarayonlari texnologiyasi" fanida loyihalash kompetentligining tarkibiy tuzilmasi va uni raqamli ta'limga moslashtirish	135
Raxmonova Nazokat Umaraliyevna	
Vitagen texnologiyalar asosida talabalar mediamentalitetini rivojlantirishda sun'iy intellekt (AI) dasturlaridan foydalanishning tahliliy modeli	140
Rustamova Nodira Rustamovna	
Talabalarda kooperativ ta'lim asosida motivatsiyani rivojlantirish usullari	145
Sitora Toshmatova	
STEAM yondashuvi asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarida kreativ kompetensiyani shakllantirishning zaruriyati	149
Tashibekova Munajat Xoshimovna	
Musiqqa ta'limining pedagogik asoslari va metodik tizimi	153
Toshpulatova Saida Kuzibaevna	
Texnologiya fanini o'qitishda eng samarali metodlardan foydalanish	158
Turdiyeva Shahzoda Eshdavlat qizi	
Enhancing University Students' Self-Directed Learning Through Edtech Tools	161
Ulasheva Lobar	
Fanlararo loyiha ishlarini tashkil etish orqali o'quvchilarning dizayn fikrlash salohiyatini oshirish	164
Valiyeva Nargiza Athamboyevna	
Alohida ta'lim ehtiyojiga ega o'quvchilarning kasbiy faoliyatga tayyorlashning pedagogik-psixologik asoslari	169
Xakimova Sarvinov Sharifjon qizi	
Sun'iy intellekt asosida yaratilgan ta'lim platformalari: samaradorlik tahlili va pedagogik yondashuvlar	173
Xanbabayev Xakimjon Ikramovich, Erkinov Jasurbek Hasanjon o'g'li	
Tasavvufdagi "muhosaba" va "tafakkur" amallarining o'z-o'zini refleksiya metodlari sifatida qo'llanilishi	176
Xoshimov Nuriddin Mamadaliyevich	
Milliy sport va ommaviy o'yinlarning badiiy-estetik ahamiyati	182
Yaxyayeva Sojida Abdurahimovna	
Ota-ona mehrining bola psixologiyasiga ta'siri	185
Yulchiyeva Shohsanam Dilshod qizi	
Nutq rivojlanishi orqada qolgan bolalarda qo'llaniladigan innovatsion usullari samaradorligi	189
Ahmedova Nargiza Muzaffarovna	
Факторы, сдерживающие развитие науки в контексте требований к диссертационным работам	193
Зайналов Жахонгир Расулович, Нурмухамедов Аббос Мамадалиевич, Шадманов Камолиддин Кажакджанович, Самигова Нодира Хамидуллаевна	
Структура и стратегии развития предметных компетенций	197
Наимова Мафтунабону Файзулложоновна	
Психологическая консультация: современная практика, задачи и перспективы развития	203
Раупова Шохида Ахроровна	
Подготовка будущих педагогов к инклюзивному обучению детей с ограниченными возможностями здоровья: задачи и перспективы	207
Сайфутдинова Насиба Нурматовна	
Формирование иноязычной грамотности у курсантов военных вузов: социально-психологические факторы	211
Сулейманова Нилуфар Камиловна	
O'qituvchi shaxsiy kompetensiyasining mohiyati va pedagogik faoliyatdagi o'rni	214
Abdiraxmonova Guliston Muzaffar qizi	
Bolalarda axloqiy qadriyatlarni shakllantirish jarayonining milliy va umuminsoniy tamoyillari	218
Abdumutalipova Gulshodaxon Nurbek qizi	
Fuqarolik jamiyatida huquqiy madaniyat va uni rivojlantirish jarayonlari	221
Abdusalimova Shaxnoza Quduratullayevna	
Ta'lim menejmenti tizimida o'qituvchining nutq madaniyatini rivojlantirish strategiyalari	224
Abduxalilova Iroda Nozimxonovna	

O'zbekistonda yoshlarni ijtimoiy-pedagogik hamkorlikda tarbiyalashda "Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasi"ning ustuvor vazifalari	229
Abirova Umida Nazarovna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini inklyuziv ta'lim sharoitida differensiyalashtirilgan dars mashg'ulotlarini tashkil etishga o'rgatish (kompetentligini shakllantirish/rivojlantirish) usullari.....	232
Adhamova Diyora Sanjar qizi	
Musobaqa faoliyati samaradorligini oshirishda sambochilarning energiya sarfi va tiklanish mexanizmlari tahliliy	239
Tangriyev Abdukarim Tovashevich	
Aksiologik yondashuv asosida bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining harakat faolligini takomillashtirishning ijtimoiy-pedagogik zaruriyati	244
Hafizov Shahriyor Shavkatovich	
Bo'lajak tarbiyachilarning transversal: tanqidiy va innovatsion fikrlash kompetensiyalari	248
Jaloliddinova Maftunaxon Mahmudjon qizi	
Axborotning gnoseologik mohiyati	256
Kamolova Munajatxon Jaloldinovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlantirish yo'llari	259
Mamatova Aziza Bo'riboyevna	
Akademik litseylarda kimyo fanini o'qitishda raqamli ta'lim texnologiyalaridan foydalanish imkoniyatlari	262
Maxamadiyev Sharofiddin Jumaboyevich	
Pedagogik oliy ta'limda talabalarning kasbiy ijtimoiylashuvini korporativ madaniyat asosida rivojlantirish metodikasi.....	267
Maxkamova Dilafruz Aliyevna	
Bo'lajak o'qituvchilar uchun xorijiy tillarni o'qitishda lingvomadaniy yondashuv	271
Normamatova Kamola Gulmamat qizi	
O'zbek tili izohli lug'atida iboralarning grammatik tavsifi (bosh komponentli iboralar misolida).....	274
S. Sh. Azamatova	
Oila instituti va gender tenglikni ta'minlashning ijtimoiy-huquqiy muammolari	277
Salayeva Aziza Muhammadmurot qizi	
Gender yondashuv asosida talaba-qizlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning namunaviy mezonlari	282
Xolova Mohigul Shavkatovna	
Pedagogika yo'nalishi talabalari huquqiy savodxonligini rivojlantirish metodlarini takomillashtirish	287
Xudoyberganov Atham	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida leksik komponentlikni TRIZ texnologiyasi yordamida rivojlantirish	291
Zokirova Sohila Muxtoraliyevna, Fayzullayeva Nazokat Uchqun qizi	
Цифровизация и трансформация образования как социально-педагогическое явление	295
Кадилова Наргиза Азаматовна	
Методика формирования креативного мышления у студентов-филологов на основе проблемно-ориентированных заданий (на материале английского языка)	298
Мамырбаева Дина	
Структура и стратегии развития предметных компетенций	304
Наимова Мафтунабону Файзулложоновна	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda morfologik kompetentlikni shakllantirish	308
Ganiyeva Shodiya Azizovna	
Модель "4+1+1" как ключевой механизм в системе практической подготовки учителей музыки.....	313
Мухитдинова Малохатхон Саиджабборовна	
Tarbiya fanini o'qish samaradorligini oshirishda raqamli texnologiyalardan foydalanish	317
Nazarova Nasiba Abdullayevna	
Tarbiyachining kasbiy psixologik xususiyatlari.....	320
Shamshetova Anjim Karamaddinovna	
Boshlang'ich ta'limda tarbiya nazariyasi va metodologiyasi	323
Bo'ronova Iroda Bo'ronovna	
Yosh dzyudochi qizlarning mashg'ulotlar jarayonida jismoniy tayyorgarligini oshirish texnologiyalari	327
Matmurotova Iroda Baxtiyor qizi	
"Odob us-solihin" asarida yoritilgan axloqiy-didaktik g'oyalar va uning pedagogik mazmuni	332
A. N. Nusratov	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini kasbiy kompetentligini takomillashtirishning metodik asoslari	336
Xolmatov Pardaboy Qoraboevich, Abdurasulova Dilnoza	



Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilari faoliyatida loyihalashtirishning o'rni	342
<i>Abdusattorova Go'zalxon Abdulxabib qizi</i>	
Tibbiyot va frazeologiya inson omilida	346
<i>Achilov Muzaffar Norquliyevich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida fazoviy tasavvurlarni rivojlantirishda matematikaning ahamiyati	349
<i>Mamasaidova Muhabbat Abdulalom qizi, Akbaraliyeva Marjona Xurshid qizi</i>	
Ekoestetik kompetensiyani shakllantirishning xorijiy va milliy tajribalar tahlili	354
<i>Alijonova Maftuna Maxamadjon qizi</i>	
Pedagogik jarayonda talabalarda qadriyatli munosabatlarni shakllantirish mexanizmlari	359
<i>Alikulova Muxayyo Sherovna</i>	
Ingliz ritsarlik romanlarining lingvopoetik tahlili	362
<i>Durdona Boychayeva, Aliyeva Elmira</i>	
Maktabgacha ta'limda estetik tarbiya berishning pedagogik asoslari	365
<i>Altibayeva Gulbaxor Majitovna</i>	
Kasbiy kompetensiya tushunchasining mazmuni mohiyati va tarkibiy tuzilmasi	369
<i>Axmadjonova Jasmina Jamshid qizi</i>	
Developing Writing Competence Among CEFR B1 and Ielts Learners Experiencing Difficulties in English Language Acquisition	374
<i>Ayturaev Majid Mavlankhanovich</i>	
Ta'lim jarayonida ijtimoiy intellektni rivojlantirishning milliy qadriyatlarga asoslangan modeli	378
<i>Azamov Umarxon Xayyoxonovich</i>	
Complications in Teaching Argumentative Speech to Students in Grades 8–9	383
<i>Buribayeva Aziza Ismatillaevna</i>	
Interfaol o'yinlar orqali maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni shakllantirishning pedagogik asoslari	386
<i>Buriyeva Aziza Nematovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida maktabgacha katta yoshdagi bolalarning ijodiy faolligini shakllantirish	390
<i>Davronova Sevinch</i>	
O'quvchilarda milliy va umummadaniy kompetensiyani rivojlantirishda maqollardan foydalanish bo'yicha manbaalar tahlili	394
<i>Boltayeva Barno, Eliboyeva Surayyo Abdukarim qizi</i>	
Social Roots and Psychological Consequences of Domestic Violence	399
<i>Dumarova Gulmira Kozimbekovna, Mamadaliyeva Gulmira, Sultonova Zulhayo</i>	
The Transversal-Methodical Competence of a Preschool Educator is the Foundation of Effective And Quality Education	402
<i>Ergasheva Barno Ziyaviddin kizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning innovatsion yo'llari	406
<i>Erkinova Mehriniso Ro'ziboyevna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'qish savodxonligini oshirish strategiyalari	411
<i>Eshonkulova Hilola Rajab qizi</i>	
Ta'lim jarayonida o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi muloqotning bilish faoliyatiga ta'siri	415
<i>Habibova Shyira Baxtiyorovna</i>	
Ruhiy rivojlanishi sustlashgan boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'qish buzilishlarini aniqlash va bartaraf etish	419
<i>Ikromova Sarvinov Siroj qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda riskologik kompetentlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	424
<i>Jabborova Dilafruz Furqatovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda chet tili o'rganish jarayonida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning psixologik asoslari	428
<i>Jurayeva Sug'diyona Shamsiddin qizi</i>	
Transforming Education: The Impact of Emerging Technologies on Modern Pedagogical Practices	431
<i>Kadirova Ferangiz Himmatillo qizi</i>	
Salomatlik etikasi konsepsiyasi va pedagogik madaniyat – talabalar ma'naviyati va dunyoqarashini shakllantirishdagi roli	435
<i>Kamalova Yoqutxon Bahodirovna</i>	

Tarbiyachilarning kasbiy mahoratini takomillashtirish va pedagogik faoliyat samaradorligini oshirish omillari	439
<i>Kenjayeva Dildora Terkashevna</i>	
Maktab ta'lim tizimida innovatsiyalarning o'rni va ahamiyati	443
<i>Kistabayeva Gulchexra Djurakulovna</i>	
Kichik maktab yoshi davrida o'quv faoliyati va o'quv motivlarining shakllanishi	448
<i>Latifa Zarifovna Korayeva</i>	
Maktabgacha ta'lim tizimining raqamlashtirilishi: xalqaro tajriba va istiqbollar	451
<i>Mahmudova Zulfiya Homidovna, Hoshimova Dilnoza Boymirzoevna</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarini dizayn tafakkurga o'rgatishda STEAM yondashuvining didaktik imkoniyatlari	454
<i>Mamadaminova Munisa Maxmudjon qizi, Boboxonova Shodiyona Rustam qizi</i>	
Tabiatni asrash – kelajakni asrash: Buxoro misolida	459
<i>Mardonova Saodat Muzaffarovna</i>	
Bo'lajak pedagoglarda o'z-o'zini baholash kompetentligini shakllantirish va rivojlantirish	463
<i>Meyliyeva Nafosat Gulomovna</i>	
Sun'iy intellektning ta'limda kognitiv va metakognitiv jarayonlarga ta'siri	466
<i>Murodov Ulug'bek O'tkir o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'limda inklyuziv ta'limning tashkil etilishi	470
<i>Mustofoyeva Muhabbat Husniddin qizi</i>	
The Effectiveness of Art Therapy in Working With Children Experiencing Emotional Stress	473
<i>Nargiza Khayrullayevna Ortikova, Laziz Azizovich Normuratov</i>	
Maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchilarining musiqiy qobiliyatlarini rivojlantirish mexanizmlari	477
<i>Ortiqov Akmaljon Abdusalom o'g'li</i>	
CLIL metodining O'zbekiston ta'lim tizimida qo'llanilishi	481
<i>Qarshiyeva Sarvinoz Ural qizi</i>	
The Use of Mobile Apps to Build Vocabulary Proficiency	486
<i>Kosimov Sunnat Ravshan ugli</i>	
Yoshlar tafakkurini rivojlantirish va ma'naviyatini oshirishda tasviriy san'atning o'rni	490
<i>Quvonchbek Abduxamidov</i>	
Axborot texnologiyalari ta'sirida san'at tushunchasining o'zgarishi	494
<i>Rajabova Laylo O'tkir qizi</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish texnologiyalari	498
<i>Ramozonova Bahoroy Sadriddinovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining nutqiy kompetensiyalarini shakllantirishda innovatsion yondashuvlarning pedagogik asoslari	501
<i>Yusufzoda Shabnam Yunus, Rashidova Saida Ravshonbek qizi</i>	
Axborot texnologiyalarini fizika darslarida qo'llash	506
<i>Raxmanov Valijon Turdaliyevich, O'razaliyev Alijon Xasan o'g'li</i>	
Axborot xavfsizligini o'qitishda sun'iy intellektidan foydalanish afzalliklari	510
<i>Raxmetova Lazzat</i>	
Eshitishda nuqsoni bo'lgan bolalarning psixologik xususiyatlarining o'ziga xosligi	513
<i>S. A. Mamatisayeva</i>	
Androgogik yondashuvning integrativ metodikasi	517
<i>Sattorova Shaxlo Axadovna</i>	
Gendered Language in Uzbek and English Media Discourse	520
<i>Sultonova Charos Iskandar kizi</i>	
Maktabga tayyorlov yoshdagi bolalarda ijtimoiy ekologik dunyoqarashni shakllantirishga ta'sir qiluvchi omillar	527
<i>Suyunova Matluba Abdusaidovna</i>	
Empatiya shifokor–pasiyent munosabatida: tibbiyot talabalarining psixologik tayyorgarligi	531
<i>Tajiboyeva Odinaxon Rustamjon qizi, Qurbonova Fotima Farhodjon qizi</i>	
Modern Approaches to Teaching Grammar	534
<i>Tuychiyev Azamat Farkhod ugli</i>	
The Importance of Psychological Preparation of Preschool Children for School Education	538
<i>Turamov Muhammadzohid Rustamjon o'g'li</i>	



Bo'lajak maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyachi-pedagoglarining kasbiy-axloqiy kompetentligini rivojlantirish	541
<i>Xabibullayeva Sayyoraxon Maxamadali qizi</i>	
Imkoniyati cheklangan va sog'lom bolalar faoliyatida universal ta'limning imkoniyati	544
<i>Xolmatova Sarvinoz Raxmatilla qizi</i>	
Kurashchilarning umumiy va maxsus sport tayyorgarliklari.....	548
<i>Xudoyberganov Javlonbek Soatboy o'g'li</i>	
Tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida ekologik kompetentlik tushunchalarini rivojlantirish bosqichlari.....	551
<i>Yarova Gulhayo Fazliddin qizi</i>	
Arxitektura va dizayn yo'nalishi bitiruvchilarini kasbga yo'naltirish vositasida axborot almashish jarayonlarini optimallashtirish metodikasini takomillashtirish.....	555
<i>Kuchimov M. K.</i>	
Yuqori sinf o'quvchilarining ma'naviy kompetentligini jadidlarning pedagogik qarashlari asosida shakllantirish metodikasi (Temurbeklar maktablari misolida)	559
<i>Quldashev Murodjon G'aniyevich</i>	
Лингвистическое исследование влияния социальных сетей на синтаксические изменения в языке современного поколения.....	562
<i>Шавилова Наталья Сергеевна</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchisining nutq madaniyati.....	566
<i>Islamova Dilfuza Dilshodovna, Gulimbayeva Barno</i>	
Особенности гражданского воспитания обучающихся в системе "школа–маҳалла" в Узбекистане ...	570
<i>Хайдаров Шавкат Шамсиддин угли</i>	
Mantiqiy masalalarni bajarishning metodik usullari	575
<i>Tosheva Yulduz</i>	
Bo'lajak ofitserlarni harbiy-vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda pedagogik-psixologik omillar (jamoat xavfsizligini ta'minlash bo'linmalari misolida)	579
<i>Yarmatov Akbar Normurotovich</i>	
Yosh harbiy xizmatchi ofitserlarda muloqot madaniyatini samarali shakllantirish muammosining xorijiy tadqiqotlardagi talqini	582
<i>Matyakubov Elyor Rajapovich</i>	



KURASHCHILARNING UMUMIY VA MAXSUS SPORT TAYYORGARLIKLARI

Xudoyberganov Javlonbek Soatboy o'g'li

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi kafedrası
dotsenti v.b., p.f.f.d (PhD)

Annotatsiya: Maqolada kurashchilarning umumiy va maxsus sport tayyorgarliklari hamda kurash sportida yuksak natijalarga erishish jarayoni haqida qisqacha ma'lumot bayon etilgan.

Kalit so'zlar: kurash, mashg'ulot, sport, jismoniy tayyorgarlik, mahorat, texnika, taktika, natija.

Abstract: The article briefly describes the general and special physical training of wrestlers, as well as the process of achieving high performance in the sport of wrestling.

Key words: wrestling, training, sport, physical preparation, skill, technique, tactics, result.

Аннотация: В статье кратко описываются общая и специальная спортивная подготовка борцов, а также процесс достижения высоких результатов в спортивной борьбе.

Ключевые слова: борьба, тренировка, спорт, физическая подготовка, мастерство, техника, тактика, результат.

KIRISH

Mamlakatda yuksak madaniyatga ega bo'lgan, har tomonlama yetuk hamda jismonan sog'lom insonni shakllantirish maqsadida aholining jismoniy tarbiya va sport sohasidagi malaka va bilimlarini oshirishga qaratilgan ustuvor yo'nalishlar belgilangan. Iqtidorli sportchilarni tanlab olish (seleksiya) jarayoniga innovatsion shakl va usullarni joriy etish maqsadida 2015-yil 4-sentabrdagi O'RQ-394-son¹ "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi qonuniga kiritilgan o'zgartish va qo'shimchalar, shuningdek, 2020-yil 4-noyabrdagi PQ-4881-son² "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qaror dastur sifatida amal qilib kelmoqda.

Kurash mashg'uloti sport faoliyatining bir shakli hisoblanadi. Sport – jismoniy madaniyatning asosiy qismi bo'lib, shug'ullanuvchining sport mahoratini oshirish va sport turlarida yuksak natijalarga erishish jarayonidir. Sport mashg'ulotlari va musobaqalari sportchilarning texnik, taktik hamda jismoniy tayyorgarligini amalga oshiradi va ularning sport mahoratini bellashuvlar jarayonida namoyon qilishga imkon yaratadi. Sport insonni musobaqalashish jarayoniga jismonan tayyorlashning uslub va vositalaridan tashkil topadi. Musobaqalashish jarayonida insonning jismoniy va ruhiy barkamolligi namoyon bo'ladi hamda erishilgan natijalar bilan baholanadi. Sportning jismoniy tarbiyadan farqi – unda bellashish maqsad qilib belgilanadi. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida deyarli bir xil mashqlar va harakatlar bajariladi, lekin sportchi o'z oldiga qo'ygan vazifa sport musobaqalariga tayyorgarlik ko'rish hamda musobaqalarda o'zining jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligini namoyon etish orqali raqobatlashishdan iborat bo'ladi. Jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishda esa asosiy maqsad – organizm sog'lig'ini mustahkamlash va jismoniy fazilatlarni etarli darajada rivojlantirishdir.

Sport sog'likni mustahkamlash, jismonan va ruhan barkamol qilib tarbiyalash bilan birga, maroqli hordiq chiqarish hamda sport bilan kasb sifatida shug'ullanish imkonini beradi. Sport – musobaqalashish jarayoni va unga tayyorgarlik shakllarini o'z ichiga oladi. Uning o'ziga xos qonuniyatlari va talablari mavjud. Sport g'alabaga intilish, yuksak natijalarga erishish, jismoniy, ruhiy va ma'naviy sifatlarni yuqori darajada takomillashtirishni talab etadi. Zamonaviy sport ommaviy sport va yuqori natijalar sportiga bo'linadi. Sportning bu shakllari uning ko'p qirraligi va bir-biridan keskin farq qilishini ko'rsatadi. Ommaviy sport tadbirlari sog'likni mustahkamlash, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlikni oshirish hamda maroqli xordiq chiqarishni maqsad qilib belgilaydi. Bunday tadbirlarning vazifalari – organizm a'zolari faoliyatini takomillashtirish, tana tuzilishi ko'rkamligini ta'min-

¹ <https://lex.uz/ru/docs/-2742233?ONDATE=05.11.2023%2000>

² <https://lex.uz/uz/docs/-5080074?ONDATE=13.06.2023>



lash, jismoniy rivojlanishni muvofiqlashtirish, umumiy va kasbiy ishchanlikni orttirish, hayotiy zarur harakat malaka va ko'nikmalarni shakllantirish, maroqli dam olish hamda jismonan barkamollikka erishishdan iboratdir. Ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaning maqsadi – yoshlarni sport turlari bilan ommaviy shug'ullanishga jalb etishdir. Kurash turlari bo'yicha o'quv mashg'ulotlari jarayonida, shuningdek, bo'sh vaqtlar davomida ham shug'ullanish mumkin.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

So'nggi yillarda sport tayyorgarligining ilmiy asoslarini chuqur o'rganish, xususan, kurash sport turida umumiy va maxsus tayyorgarlik masalalariga oid adabiyotlar keng tahlil qilinmoqda. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, umumiy tayyorgarlik (UT) sportchining mushak kuchini oshirish, aerob va anaerob chidamlilikni rivojlantirish, jismoniy fazilatlarini muvozanatli takomillashtirishda asosiy omil hisoblanadi. Bompa (1999) o'zining "Periodization in Sports" asarida sport mashg'ulotlarini bosqichma-bosqich rejalashtirish orqali maksimal natijalarga erishish mumkinligini ilmiy asoslab bergan. Zatsiorskiy (2000) "Science and Practice of Strength Training" nomli ishida kuch va tezlikni rivojlantirishning fiziologik mexanizmlarini tahlil qilib, ularning o'zaro bog'liqligi sportchi tayyorgarligining umumiy samaradorligini oshirishini ta'kidlaydi. Platonov (2013) "Sport Training Theory" asarida yosh sportchilar uchun umumiy tayyorgarlikning yoshga xos fiziologik, psixologik va texnik jihatlarini yoritgan. Uning fikricha, sportchi jismoniy yetuklik darajasiga qarab, yuklamalarni individual tarzda taqsimlashi zarur. Shu bilan birga, maxsus tayyorgarlik (MT) bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlar kurash sportining o'ziga xos jismoniy, texnik va taktik jihatlarini chuqur o'rganishni talab etishini ko'rsatadi.

Verkhoshanskiy (1985) "Speed and Strength in Sport" asarida kurashga xos tezkorlik va kuch mashqlarini uyg'unlashtirish sportchining portlovchi kuchini oshirishda muhim ahamiyat kasb etishini asoslagan. Froning va Kraemer (2004) "Strength Training for Wrestlers" asarida kurash texnikasini kuch tayyorgarligi bilan integratsiyalash zarurligini ta'kidlab, maxsus mashqlar tizimini ishlab chiqqan. Platonov (2013) o'z ishlarida raqib bilan ishlash strategiyasi, kurash texnikasini takomillashtirish hamda individual taktik rejalashtirishning sport natijalariga bevosita ta'sirini ko'rsatgan. Bompa va Haff (2009) periodizatsiya nazariyasini yanada chuqurlashtirib, umumiy va maxsus tayyorgarlik jarayonlarining bir-birini to'ldirishi sportchi holatini barqarorlashtirish va jarohatlanish xavfini kamaytirishda hal qiluvchi omil ekanini qayd etgan. Shuningdek, Verkhoshanskiy (1985) kuch va tezlikni oshirish mashqlari maxsus texnika mashqlari bilan uyg'un holda bajarilganda, organizmning moslashuv jarayonlari jadallashishi, sportchining umumiy jismoniy imkoniyatlari yuqori darajada rivojlanishini ta'kidlaydi. Ushbu adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, kurash sportida tayyorgarlik jarayonlarini ilmiy asosda tashkil etish, umumiy va maxsus tayyorgarlik bosqichlarining o'zaro uzviy bog'liqligini ta'minlash, sportchining jismoniy, texnik va psixologik sifatlarini kompleks rivojlantirish orqali natijadorlikni sezilarli darajada oshirish mumkin.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Ushbu tadqiqotning maqsadi yoshlarni kurash turlariga ularning qiziqishlari va jismoniy qobiliyatlariga muvofiq tanlash zarurligini asoslashdan iborat. Kurash mashg'ulotlari asosan ommaviy sport tadbirlari shaklida tashkil etiladi. Shu bilan birga ommaviy sport bilan bir qatorda "yuqori natijalar sporti" yoki "katta sport" degan tushuncha ham shakllangan bo'lib, katta sportning maqsadi ommaviy sportdan keskin farq qiladi. Katta sport turli yo'nalishlarda yuksak natijalarga erishish, xalqaro musobaqalarda g'alabalarga erishish orqali belgilanadi. Kurash sportida yuksak natijalarga erishish uchun kurashchilarni tayyorlash bir necha bosqichdan iborat bo'lgan maxsus rejalariga asoslanadi. Bu bosqichlarning asosiy vazifasi kurashchilarning jismoniy barkamolligini shakllantirish, texnik va taktik mahoratlarini takomillashtirish, shuningdek ularning ma'naviy, ruhiy va axloqiy sifatlarini rivojlantirishdan iboratdir. Sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining inson organizmiga foydali, jismonan rivojlantiruvchi ta'siri beqiyos ekanligi ko'plab tadqiqotlarda ta'kidlangan. Yoshlarning sog'ligini mustahkamlash, ularni jismoniy barkamol qilib tarbiyalash mamlakatimizning muhim vazifalaridan biridir. Har bir ta'lim muassasasi yoshlarga bilim berish bilan birga ularning jismoniy tarbiyasi va sog'lig'ini saqlash masalalarini ham hal etishi lozim. Sport organizmni chiniqtiradi, insonning irodasini, qat'iyatini va xarakterini shakllantiradi, shuningdek aqlan teran fikrlashga o'rgatadi. Sport yordamida insonlar jismonan sog'lom, bardam, hayotiy muammolarga moslashuvchan hamda maqsadga intiluvchan shaxslar sifatida shakllanadilar. Sport mashg'ulotlari va musobaqalarda g'alabalarga erishish, sevimli jamoaning muvaffaqiyatidan faxrlanish insonda g'urur va ijobiy ruhiyatni oshiradi.

Zamonaviy texnologiyalar jadallik bilan rivojlanib borayotgan asrimizda jismoniy mehnatga bo'lgan ehtiyoj keskin kamayib bormoqda. Natijada insonlar orasida sustkashlik, loqaydlik, harakatsizlik va turli kasalliklarga moyillik ortib bormoqda. Tamaki mahsulotlari chekish, alkogol va narkotik moddalar iste'moli kabi zararli illatlar ham keng tarqalayotgani kuzatiladi. Sport esa bu illatlarning eng samarali dushmani va ularning da'vosidir. Shu bois, hayotda muvaffaqiyatli bo'lishning muhim omillaridan biri muntazam sport mashg'ulotlaridir. Ta'lim tizimida sport tadbirlarini tashkil etish, yoshlarni ommaviy sport bilan shug'ullanishga jalb etish, iqtidorli sportchi o'quvchi va talabalarni qo'llab-quvvatlash yoshlar sporti faoliyatining asosiy yo'nalishlaridan biridir. Yoshlar sportining



o'ziga xos jihati shundaki, u o'quvchi va talabalarni sport mashg'ulotlariga ommaviy jalb etish imkoniyatini yaratadi. Bunday mashg'ulotlar jismoniy tarbiya darslari jarayonida hamda darsdan tashqari bo'sh vaqtlarida tashkil etilishi mumkin. Yoshlar sportining yana bir afzalligi shundaki, bunday mashg'ulotlarda barcha o'quvchi va talabalar teng huquqli ishtirok etish imkoniga ega bo'ladi. Yoshlar kurash mashg'ulotlari jarayonida o'z kurash mahoratlarini oshirish, jismoniy fazilatlarini takomillashtirish bilan birga kurash musobaqalariga, shuningdek Universiadalarga tayyorgarlik ko'radilar. Shuni ta'kidlash joizki, kurash mashg'ulotlari ixtiyoriy bo'lib, ular o'quvchi va talabalar o'quv jarayonining majburiy qismiga kiritilmaydi. Kurash harakatlari kurashchining turish holati, gilam bo'ylab siljish harakatlari, qo'l, oyoq va gavda bilan bajariladigan harakatlar hamda uloqtirish texnikasidan iborat. Bellashuv jarayonlarida esa bu harakatlarni samarali bajarish qobiliyati hujum va himoya taktikalari sifatida namoyon bo'ladi.

Kurashchilarning turish shakllari uch asosiy masofaga bo'linadi:

- yaqin masofa – bunda kurashchilar bir-biriga tegib turadilar;
- o'rta masofa – bunda kurashchilar uzatilgan qo'l masofasida turadilar;
- uzoq masofa – bunda kurashchilar 1–2 metr oralig'ida joylashadilar.

Turish shakllari baland, o'rta va past holatlarda bo'lishi mumkin. Shuningdek, kurashchilar o'ng, chap yoki to'g'ri holatda turish shakllarini egallaydilar. Kurashchilar gilam bo'ylab harakatlanib, belbog'idan, qo'l yoki yaktagidan ushlab uchun yaqinlashadilar. Bu siljish harakatlari yurib, yugurib, qadamlab, juft qadam tashlab yoki yon tomonga harakatlanish shaklida bajariladi. Kurashchilarning siljish, usul qo'llash va bir-birini ushlabga qaratilgan harakatlari tayyorlov, asosiy harakatlar va usullarga bo'linadi. Kurashchilarning ushlab shakllari va uloqtirish usullari.

Kurashchilarning bir-birlarini ushlab shakllari:

- belbog'idan va qo'lidan ushlab;
- belbog'idan va yaktagidan ushlab;
- belbog'idan va bo'ynidan ushlab;
- belbog'idan va gavda qismlaridan ushlab shakllarida bo'ladi.

Shu bilan birga ushlab shakllarida belbog'idan ushlab va oyog'idan ilish, yaktagidan ushlab va oyog'idan ilish harakatlari ham bajariladi. Yaktakdan ushlabda yaktak elkasidan, yaktak etagidan, yaktak yoqasidan ushlab shakllari uchraydi. Kurashchilar dastlabki sport tayyorgarlik guruhida uloqtirish mashqlarini oddiydan murakkabga qarab o'rgatib boradilar. Kurash malakasi va maxorat ortib borishi bilan kurash usullarini xususiy-lashtirish imkoniyati paydo bo'ladi.

Kurashda asosan uloqtirish harakatlari quyidagilarga bo'linadi:

- elkadan oshirib uloqtirish;
- orqadan oshirib uloqtirish;
- biron bir oyog'i bilan raqibning xuddi shunday oyog'ini tashqi tomondan ilib uloqtirish;
- elkadan ilib uloqtirish.

Uloqtirishning o'tirib yoki egilib elkasidan oshirib uloqtirish, sonidan oshirib uloqtirish; ichki tomondan ilish; chap oyoq bilan raqibning chap yoki o'ng oyog'ini ilish; ichki tomondan qoqib yiqitish kabi shakllari ko'p qo'llaniladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, uloqtirish va yiqitish usullarini bellashuv jarayonlarida samarali qo'llashda taktik harakatlardan keng foydalanish muhimdir. Taktik harakatlarga tezkor va qat'iy hujum, qarshi hujum, sekin rejali bosim o'tkazish, aldash va soxta harakatlar, manevr va razvedka hamda fint ishlatish kiradi. Hujum harakatlarida raqibning nozik joylarini aniqlash, uning harakatlanish tezligi, kuchi va inertsiasidan foydalangan holda ishlash yuqori sport mahoratini talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Achilov T. S. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi (Milliy kurash). Darslik. – Toshkent, 2020.
2. Achilov T. S., Xudoyberganov J. S. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma. – Toshkent, 2023.
3. Achilov T. S., Nazarov A. I., Toshpulatov S. K. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi (Milliy kurash). Darslik. – Toshkent, 2023.
4. Xudoyberganov J. S. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. Darslik. – Toshkent, 2024.
5. Xudoyberganov J. S. Kurashchilarda jismoniy sifatlarni rivojlantirishning pedagogik asoslari. Monografiya. – Toshkent, 2024.
6. Taymurodov A., Atajanov S. Kurash: sport pedagogik mahoratni oshirish. – Toshkent, 2018.

- 
- 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

2025. №11

© 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.