



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№2(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 AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



*Elektron nashr. 638 sahifa,
2-fevral, 2026-yil.*

BOSH MUHARRIR:

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

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
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
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 instituti 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" gazetalari 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)
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

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

EDITOR-IN-CHIEF:

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

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

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

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)

Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)

Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor

Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor

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

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

O'quvchilarni intellektual rivojlantirishning psixologik omillari.....	22
<i>Ashurov Ramzidin Ramazonovich</i>	
Maktabgacha ta'limda bolaning kitobxonlik madaniyatini shakllantirishda oila bilan ishlashning nazariy asoslari	27
<i>Jumanova Fatima Uralovna, Allaberganova Munisa Begimboy qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tizimida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan samarali foydalanishning metodologik asoslari	32
<i>Jo'rayeva Nargiza Tairovna, Bekbergenova Yulduz Tanirbergen qizi</i>	
Faoliyatli yondashuv asosida maktabgacha 6-7 yoshli bolalarda nutqiy ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasi	35
<i>Ziyodullayeva Mohirabonu Ikromjon qizi</i>	
Davlat ta'lim muassasalarida manfaatlar to'qnashuvini boshqarishning tashkiliy-huquqiy mexanizmlari ...	39
<i>Xaybatullaeva Sojidxon Ziyatullayevna</i>	
Umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirishda integratsion yondashuv	42
<i>Kamoliddinov Mirzohid</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining mantiqiy tafakkurini rivojlantirishda interfaol metodlarning samaradorligi	45
<i>Kamoliddinova Dilnoza Axmadilaxanovna</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarda kreativ faollikni rivojlantirish mexanizmlari.....	48
<i>Nurjanova Rayxan Urazbaevna</i>	
Sinf biologiya fanini o'qitishda TIMSS topshiriqlardan foydalanish metodikasi va baholash mezonlari	52
<i>Xaitboyeva Dilorom Rustam qizi</i>	
Qandli diabet tashxisli bemorlarda shaxs tuzilmasining emotsional komponentlari	56
<i>Sadikova Umida Botirovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlantirishda pedagogik diagnostikani amalga oshirishning natijaviyligi	60
<i>Maxmutazimova Yulduz Raxmatovna, Qodirova Shaxnoza Saidazim qizi</i>	
Kasbiy imij shakllanishida psixologik jihatlarning tafovutlari	64
<i>Aminova Dilnoza Orifjonovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlarining jamoa bilan ishlash jarayonida yetakchilik kompetensiyalarini rivojlantirish	69
<i>Abdiyeva Fazilat Fayzulla qizi</i>	
Kichik maktab yoshidagi bolalar shaxsi rivojlanishida psixologik moslashuvning tipik xususiyatlari	73
<i>Mirsaitova Guzal Baxodirovna</i>	
Oliy ta'lim tizimida variativ modellashirish asosida talabalarning kreativ faoliyatini rivojlantirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarining qo'llanilishi	76
<i>Quvvatova Mohira Hikmatillayevna</i>	
Interfaol treninglar orqali o'qituvchilarning innovatsion fikrlashini rivojlantirish tajribasi	79
<i>Abdiyeva Shodiyona Yodgor qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda milliy qadriyatlar asosida axloqiy tarbiyani shakllantirishning ahamiyati.....	82
<i>Zulayxo Nazarova, Qarshiboyeva Muxlisa Ismatullo qizi</i>	
Ijodiy qobiliyatni o'stirishda pedagogik mahorat va innovatsion metodlar	85
<i>Mutallibova Odinaxon Mirzaolimjon qizi</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida olimpiadalarga tayyorlashda masalalar yechish texnologiyasi 11-sinf misolida	89
<i>Aslonov Xayrullo Shukrullo o'g'li</i>	



Bokschi qizlarni texnika taktikasini takomillashtirish.....	94
<i>Axmedov Latifjon G'ayrat o'g'li</i>	
Ixtisoslashtirilgan terminologiyaning asosiy lingvistik xususiyatlari	99
<i>Axmedova Dilnoza Anvarovna</i>	
Interfaol metodlar orqali zamonaviy darslarni tashkil etishning o'ziga xos tendensiyalari	102
<i>Bakirov Otabek Bo'ranovich</i>	
Boshqaruv psixologiyasi terminlarini tarjima qilishning metodologik muammolari	106
<i>D. J. Norboyeva</i>	
Raqamli transformatsiya sharoitida oliy ta'lim muassasalari talabalari ruhiyatiga virtual muhitning salbiy ta'siri	110
<i>Giyosov Ulug'bek Eshpulatovich, Turayeva Nigora Husniddin qizi</i>	
Hamshiralik ishida raqamli texnologiyalardan foydalanishning samaradorligi.....	113
<i>Rasulova Gulmira, Amonova Dildora, Abdurahmonov Aziz, Hakimova X. X.</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kognitiv qobiliyatlarni shakllantirishda zamonaviy pedagogik yondashuvlar	117
<i>Jumayev Xushboq Soatmumin o'g'li</i>	
Principles of Organising Autonomous Learning.....	121
<i>Khazratova Zukhra Mamaraimovna</i>	
Najot – ta'limda, najot-tarbiyada	124
<i>Mo'minova Manzura Mamasodiqjonovna</i>	
Educational Potential of Museum Pedagogy and Criteria for its Application in Developing Historical Thinking of Pre-Service History Teachers.....	127
<i>Niyozov Javlonbek</i>	
Landshaft dizayni vastasida bo'lajak maktabgacha ta'lim tashkilotlari tarbiyachilarining estetik va kreativ ko'nikmalarini rivojlantirish	131
<i>Radjapova Zuxra Tirkashevna</i>	
Abdulla Avloniy pedagogik merosida shaxs psixologiyasi masalalari.....	134
<i>S. O. Mamarasulov, D. A. Egamberdiyeva</i>	
TBL metodini qo'llash orqali o'quvchilarning madaniyati va ijtimoiy muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish....	138
<i>Sodikova Oyshakhon Muxammadsodik</i>	
Pedagogik innovatsiyalarni boshqarishning nazariy-metodologik asoslari.....	142
<i>Soliqova Barno Sodiq qizi</i>	
Boshlang'ich ta'lim magistratura talabalarining ijodiy faolligini rivojlantirish shart-sharoitlari	146
<i>Yarmatov Shermo'min Rahmatovich</i>	
Формирование готовности родителей детей старшего дошкольного возраста к выполнению воспитательной функции в семье.....	149
<i>Атаджанова Сохиба Талиповна</i>	
Redjio pedagogik yondashuv asosida maktabgacha katta yoshdagi bolalarda mantiqiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish pedagogik muammo sifatida	152
<i>Djamilova Nargiza Nuritdinovna, Otahonova Marjona</i>	
Talabalarda algoritmik kompetentlikni rivojlantirishning sun'iy intellekt va Big Data Analytics asosida o'quv faoliyatini real vaqt rejimida kuzatuvchi va boshqaruvchi konseptual modelni takomillashtirish.....	155
<i>Kayumova Nazokat Rashitovna</i>	
Raqamli ta'lim muhitida chet tili o'qituvchilari va talabalar o'rtasidagi interaktsiyaning pedagogik samaradorligi va innovatsion mexanizmlari	163
<i>Eshonqulova Umida Xolmirzayevna</i>	
MTTlarda nutqni rivojlantirishga doir mashg'ulotlarda interfaol usullardan foydalanish texnologiyasi	168
<i>To'laboyeva Iqbolaxon Olimjonovna</i>	
Ta'lim jarayonidagi konfliktlar.....	173
<i>Abulova Mohigul Komiljonzoda</i>	
Talabalarining bolalarda ijtimoiy moslashuvni shakllantirishga kasbiy tayyorgarligini takomillashtirish	176
<i>Inomova Mahliyo Yusuf qizi</i>	

Shaxs tuzilmasida ma'naviy intellekt: nazariy-metodologik tahlil va psixologik interpretatsiya	179
<i>Mirxoliqova Charos Xabibullaevna</i>	
18-20 yoshli belbog'li kurashchilarning musobaqa oldi jismoniy tayyorgarliklari	183
<i>Muzafarov Muxammadali Maxsudovich</i>	
Talabalarda mustaqil ta'lim topshiriqlaridan foydalanib kasbiy madaniyatini rivojlantirishga zamonaviy yondashuvlar (boshlang'ich ta'limda tarbiya fani misolida)	187
<i>Yadgarova Surayyo</i>	
Maktab o'quvchilariga pedagogik ta'sir ko'rsatishda o'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish	190
<i>Yo'ldoshova Shahlo Shukurullo qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini ma'naviy-ma'rifiy faoliyatga tayyorgarligini rivojlantirishning nazariy tahlili	194
<i>Yusupova Sanobar Odil qizi</i>	
Типология научного текста: от жанровой классификации к дискурсивной модели	197
<i>Бахтияр Катибжанович Саттаров</i>	
Взаимодействие педагога и семьи в профилактике и преодолении стресса у детей дошкольного возраста	201
<i>Г. С. Алиходжаева, Х. Рахимова</i>	
Условия эффективности инклюзивного образования	206
<i>Г. С. Алиходжаева, Л. О. Бекмуродова</i>	
Педагогическая готовность к обучению в школе детей билингов	211
<i>Г. С. Алиходжаева, Н. А. Ганиева</i>	
Педагогические условия формирования эмоционального интеллекта у дошкольников	216
<i>Джалилова Феруза Намазовна</i>	
Milliy meros va musiqiy madaniyatning yosh avlod tarbiyasidagi o'rni	219
<i>Zuhridin Azizov</i>	
Госпитальная школа как пространство поддержки и развития ребёнка (на примере госпитальной школы при детской клиники Синсиннати, США)	222
<i>Муминов Р. Р., Хакимова Н. Х., Набиева Г. Г.</i>	
Интерактивные формы работы в процессе профориентации детей дошкольного возраста	227
<i>Н. Т. Жураева, С. М. Ахмеджанова</i>	
Samarali hamkorlikdagi faoliyatga tayyorlashga oid yondashuvlar	231
<i>Hojiyeva Zulfiya O'ktamovna</i>	
Поэтапное вовлечение детей с расстройствами аутистического спектра в дошкольное инклюзивное образование: комплексный анализ научно-теоретических и практических подходов	234
<i>Сабина Рагимова Ровшан кызы, Айсель Масимова Арастун кызы</i>	
Umumta'lim maktablarida fizika fanini o'qitish metodikasini rivojlantirishda sun'iy intellektdan foydalanishni boshqarishni takomillashtirish	245
<i>Allaniyazova Bibigul Sarsenbay qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda ona tili va o'qish savodxonligi darslariga kreativ fikrlash asosida tayyorlash	248
<i>Botirova Jumagul Chori qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda fanlarni o'qitish metodikasini rivojlantirishda sun'iy intellektdan foydalanishni boshqarishni takomillashtirish	254
<i>Kaypova Gulnara Muratbaevna</i>	
Umumta'lim maktablarida tabiiy-ilmiy savodxonlik ko'nikmalarining rivojlantirish masalalari	257
<i>Davletova Hamida Xasan qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini ma'naviy axloqiy ruhda tarbiyalashning psixologik jihatlari	261
<i>Fayzullayev Ermat Majidovich, Ortiqova Mashxura</i>	
Orkestr va ansamblarning fan sifatidagi o'rni va tarbiyaviy ahamiyati	265
<i>Fayzullayev Ermat Majidovich</i>	
Maktab fizika darslarida interaktiv dasturlar va simulyatorlardan foydalanish metodikasi	269
<i>Xayriddinova Malikaxon Qodirxon qizi</i>	



Musiqada midi musiqiy cholg'ularning raqamli interfeysi.....	274
Omonov Xasanxon Sulaymonovich	
Karyera o'sishida gender tafovutlarning ahamiyati.....	277
Yulchiboyeva Nazokatxon Iqboljon qizi	
Bo'lajak musiqa o'qituvchilarining kreativlik sifatlarini rivojlantirishga ta'sir etuvchi pedagogik omillar	283
Omonov Xasanxon Sulaymonovich, Normuradova Nafisa Kuchkarovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning ekologik tarbiyasi – ijtimoiy pedagogik muammo sifatida	287
Kasimova Dilrabo Baxadirovna, Marjona Atoyeva Ismat qizi	
Ilk yoshdagi bolalar psixologiyasi va rivojlanish xususiyatlari.....	291
Kayumova Nargiza Mirziyatovna, Ne'matjonova Gulzira Ne'matjon qizi	
Jadid pedagogik tafakkurida "o'qituvchi" fenomeni.....	294
Xushbokov Oybek Uralovich	
Maktabga tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarida savol berish malakalarini shakllantirish	296
Erhanova Nasiba Absayitovna	
Musiqiy ta'limda xalq va zamonaviy qo'shiqlar vositasida maktabgacha yoshdagi bolalarning etnomadaniy komponentlarni shakllantirish	298
Qurbanova Muslima Shavkatbek qizi	
Umumta'lim maktablari o'quvchilarida tadbirkorlik ko'nikmalarini tarkib toptirish metodikasi (biologiya fani misolida).....	300
Akmalova Farida Dilmurod qizi	
Maktabgacha ta'limda adaptiv ta'lim texnologiyalari yordamida bolalar ijodkorlik ko'nikmasini shakllantirish mazmuni.....	304
To'xliboyeva Zuxra Abdumutal qizi	
Maktabgacha yoshdagi iqtidorli bolalar bilan ishlashda ta'lim texnologiyasi	308
Xudoyberdiyeva Durdona Baxodir qizi	
Pedagogik-psixologik qarashlarda otaning oiladagi o'zni haqidagi tasavvurlarni shakllantirish dinamikasiga oid fikrlar talqini.....	311
Karshiyeva Dilafuz Suyunovna, Maxamatova Munisa Mamirzo qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ingliz tilini o'qitishning nazariy va amaliy asoslari	314
Axmatqulova Maxfuza Shuhrat qizi	
Integrativ yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarda interpersonal intellekt ko'nikmalarini rivojlantirish ...	318
G'ulomova Oychehra No'monjon qizi	
Etnomadaniy qadriyatlarni integratsiyalashgan ta'lim jarayonida maktabgacha yoshdagi bolalarga singdirishning samarali yo'llari	321
G'ulomxo'jayeva Mushtariy Elmurod qizi	
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida grafik organayzerlardan foydalanish	324
Iroda Isroilova	
Buxoro iqlimi va tabiiy resurslaridan samarali foydalanish: ekologik va fizik-geografik yondashuv	329
Mardonova Saodat Muzaffarovna	
Effective Traditional and Innovative Approaches in English Language Teaching: Evidence From EFL Classrooms	333
Yuldoshev Khaydarbek	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining lug'at boyligini rivojlantirishda lingvopedagogik yondashuvning nazariy-metodologik asoslari.....	336
Allayarova Sojida Umirzakovna	
Механизмы использования цифровых педагогических технологий для обеспечения непрерывности образовательного процесса учащихся начальных классов в условиях длительного лечения	339
Турсунова Д. З., Холлиева Н. Х.	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida o'tkazilgan o'yin faoliyatlarini bolalar ovozi talaffuzining takomillashuviga ta'siri	342
Kattaxo'jayeva Shaxlohon Bohodirovna	

O'qituvchilar tayyorlashda pedagogik innovatsiyalar va milliy kontentni integratsiya qilish strategiyalari ...	344
<i>Rahmatova Feruza Qudrat qizi</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarni maktab ta'limiga tayyorlash jarayonini tashkil etishda tizimli yondashuv	348
<i>Abdusamatova Nargiza Jamoliddinovna</i>	
Moliyaviy savodxonlik asoslarini shakllantirish uchun "Tejamkor bola" o'yinli ta'lim faoliyatini asosida ishlashni takomillashtirilish.....	352
<i>Rizayeva Munisxon Maxkamovna</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida byudjet hisobi standartlariga (BHS) muvofiq buxgalteriya hisobini tashkil qilish va yuritish tartib-qoidalari.....	356
<i>Boltayev Ahmad Rustamjonovich</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlari moliyaviy munosabatlarning huquqiy asoslari	359
<i>Boymuradov Normurod Abdusadikovich</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning metodologik asoslari.....	362
<i>Ma'rufov Mansurbek Musajonovich, Xonimov Mirqosim Samatqul o'g'li</i>	
O'smirlarda liderlik xususiyatlarini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.....	367
<i>Salayeva Dilafuz Buranovna</i>	
Pedagog nutq madaniyatining milliy va umuminsoniy qadriyatlarga ta'siri.....	370
<i>Toshtemirova Nigina Normurod qizi</i>	
Новые методы обучения устному переводу студентов-переводчиков.....	373
<i>Уринбаева Дилдора Утепбергеновна</i>	
O'quvchilarda axborot iste'moli madaniyatini rivojlantirishning pedagogik tuzilmasi	376
<i>Muxammadiyev Baxtiyor Jurayevich</i>	
Boshlang'ich ta'limda o'quvchilarning o'qish savodxonligini xalqaro mezonlar asosida rivojlantirish yo'llari	380
<i>Axrorov Voris Yunusovich, Botirova Ozoda Nasir qizi</i>	
Ta'lim sifatini baholashda raqamli texnologiyalardan foydalanishning o'rni (oliy ta'lim misolida)	385
<i>Axrorov Voris Yunusovich, Boltayeva Jaxona Ulug'bek qizi</i>	
Umumta'lim maktablarida 7-sinf biologiya fanini o'qitishda virtual laboratoriyalardan foydalanishning ta'lim samaradorligiga ta'siri	389
<i>Turakulova Mehriniso Nuriddinovna, Ruziqulova Nilufar Abdumajidovna, Allanzarova Natalya Aleuatdinovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabga tayyorlashning mavjud holati va rivojlantirish strategiyalari ...	393
<i>Mamadaliyeva Mumtozbegin</i>	
6–7 yoshli bolalarning bilim olishga faol qiziqishini rivojlantirish metodikasi	396
<i>Artikova Muhayyo Botiraliyevna, Abduxolisova Gulsanam O'ktambek qizi</i>	
The Main Peculiarities of Abbreviations in Modern English.....	399
<i>Absalomova Aziza Baxodir qizi</i>	
Autizmli bolalarni maktab ta'limiga tayyorlashda bir qator terapiya va metodlardan foydalanish	404
<i>Yoqubova Hurriyat Burxonovna</i>	
Boshlang'ich ta'limda o'yinlar, virtual reallik va geymifikatsiya orqali o'quvchilarning motivatsiyasini oshirish.....	407
<i>Xaitova Nazokat</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijodiy ko'nikmalarini rivojlantirishda tabiiy materiallardan foydalanishning pedagogik usullari.....	411
<i>Rustamova Manzura Mirkamalovna, Qo'ziyeva Umriniso Muzaffar qizi</i>	
Bo'lajak muhandislarning loyihalash ko'nikmalarini klaster muhitida rivojlantirish modellari	415
<i>Eshonqulova Shafoat Ergashevna, Sherzod Eshonqulov</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotini rivojlantirish strategiyalarini ishlab chiqish	420
<i>Ermatova Mamlakat Qadirkulovna</i>	
9-sinf o'quvchilarini kasbga yo'naltirishda iqtisodiy ko'nikmalarni shakllantirish pedagogik muammo sifatida.....	423
<i>Eliboyeva Lola Sulaymonovna</i>	



Texnologiya asosidagi ingliz tili o'qitish va o'quvchi mustaqilligi: farmatsevtika talabalari misolida	427
<i>Ikranova Shohsanam Ravshanboy qizi</i>	
Maqollar asosida ingliz tili o'qitishning lingvodidaktik asoslari (Afg'oniston dariy tilli maktablar misolida) ..	430
<i>Samadi Nooria</i>	
Loyihaga asoslangan ta'lim texnologiyasi orqali talabalarda ijtimoiy mas'uliyat kompetensiyasini rivojlantirish tadqiqi	434
<i>Jo'rayeva Zebiniso Yo'ldosheva</i>	
Boshlang'ich sinfda tabiiy fanlarni o'qitish samaradorligini oshirishda innovatsion va zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish	440
<i>Yulchiyeva Zulfiya Baxodir qizi</i>	
Shaxsning individual intellektual rivojlanishi pedagogik muammo sifatida	444
<i>Ol'tiboyeva Kamola Sharofjon qizi</i>	
Boshlang'ich ta'limda o'yin texnologiyalaridan foydalanish orqali o'quvchilar qiziqishini aniqlash yo'llari ...	448
<i>Qalandarova Yulduz G'ayrat qizi</i>	
Проблемы физического воспитания студентов и пути их решения	454
<i>Ходжанов Азиз Рахимович</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarda axloqiy qadriyatlarni shakllantirishda milliy ertaklardan foydalanish texnologiyasi	458
<i>Kayumova Nargiza Mirziyatovna</i>	
Jamiyatda sog'lom turmush tarzini tashkil qilishda jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarining o'rni	461
<i>Dehqonova Mahmuda Ortiqovna</i>	
Yadro itqitish sport turida kuch tayyorgarligining biomexanik va funksional ahamiyati	466
<i>Djabbarov Axror Islomovich</i>	
Kompetensiyaviy yondashuv asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining didaktik tayyorgarligini takomillashtirish	469
<i>Axmedova Laylo Baxtiyor qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tayanch kompetensiyalarni rivojlantirishda shaxsga yo'naltirilgan strategiyalar	475
<i>Urazimbetova Aygul Aralbayevna</i>	
Eshitishda nuqsoni bo'lgan bolalar nutqini rivojlantirishda kompyuter texnologiyalarining pedagogik imkoniyatlari	482
<i>Kamolova Yulduzxon Ma'murjon qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ma'naviy-ma'rifiy ishlarni tashkil etishda ota-onalar bilan hamkorlikni amalga oshirish texnologiyasi	488
<i>Kasimova Dilrabo Baxadirovna, Jo'rabayeva Nozima Bekmurod qizi</i>	
Psixologik zo'ravonlik oqibatlarini bartaraf etishda psixokorreksion mexanizmlar	491
<i>Tursunpo'latova Zaxro Zafar qizi</i>	
Shifokorlar professional karerasi resurslari va ularning obyektiv ko'rsatkichlari o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish natijalari	496
<i>Arziqulov O'tkirbek Maxammatovich</i>	
Bolalarda maktabgacha ta'lim yoshidagi kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirishda ijodiy o'yinlarning o'rni	501
<i>Berdiyeva Umida G'oyibberdiyevna</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarning neyropedagogik yondashuvlar asosida kognitiv rivojlantirishning mohiyati	505
<i>Aliyeva Odila Madamin qizi</i>	
Emotional Intelligence and Perceptive Ability: Keys to Pedagogical Success	508
<i>Abdurakhimov Shokhasim Abdurakhmonovich</i>	
Bo'lajak logopedlarni og'ir nutq nuqsonli bolalar bilan ishlashga tayyorlashning nazariy asoslari	511
<i>Achilova Sevara Djasirkulovna</i>	
Abdulla Avloniy pedagogik g'oyalarini zamonaviy boshlang'ich ta'lim bilan integratsiyalash	515
<i>Daliyeva Eliza Zokir qizi</i>	

Talabalarda ma'naviy-axloqiy sifatlarni rivojlantirishda Mahmud Qoshg'ariy merosidan foydalanish.....	519
<i>Eliboyeva Lola Sulaymonovna, Ravshanova Sarvinoz O'ktamjon qizi</i>	
Derivation and Nominalization in Medical Terminology: A Comparative Model of Term and Process Name Formation in English and Uzbek	523
<i>Gulnigor Yazdonkulova</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning nutq buzilishlarida pedagogik-psixologik korreksiya usullari hamda mexanizmlari.....	526
<i>Jo'rayeva Muattar Abdumajit qizi</i>	
Ta'lim sifatini boshqarishga tizimli yondashish hamda pedagogikada PDCA modelining ahamiyati	530
<i>Jumanazarova Gullola Yoqubjanovna, Xolmatova Maftuna Turdimat qizi</i>	
Sun'iy intellekt asosidagi ta'lim vositalarining kimyo ta'limidagi o'rni.....	535
<i>Jumaniyazova Mahliyo Qahramonovna</i>	
Inklyuziv maktab sharoitida kichik maktab yoshidagi bolalarda ijtimoiy-perseptiv tajribani shakllantirish ...	539
<i>Karimova Zulfiya Abduraxmanovna</i>	
Sirdaryo viloyati toponimlarining shakllanish jarayonlari	543
<i>Kenjayeva Iroda Alisherovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktab ta'limiga tayyorlashda art texnologiyalardan foydalanishning nazariy-metodologik asoslari.....	546
<i>Mamatova Husnora Eshquvatovna</i>	
O'quvchi yoshlarning innovatsion fikrlashini rivojlantirish va uni amaliy faoliyat bilan integratsiyalash.....	550
<i>Mehmonova Nilufar Shuhratovna</i>	
Integrating Social-Emotional Learning in EFL Classrooms: Enhancing Language Proficiency and Emotional Intelligence.....	553
<i>Meylinorova Feruza Bakhtiyor qizi</i>	
Nodavlat ta'lim tashkilotlari pedagog-tarbiyachilarining malakasini oshirish mexanizmini takomillashtirish	559
<i>Muminova Nargiza Sabitdjanovna</i>	
TEACCH konsepsiyasi – autizm va kommunikativ buzilishlari bo'lgan bolalarni davolash va o'qitish dasturi	562
<i>Murodova Sarvigul Raxim qizi</i>	
Aksiologik yondashuvlar asosida bo'lajak pedagoglarda altruizm ko'nikmalarini shakllantirishning funksional modeli	566
<i>Norboyeva Moxigul Shavkat qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida o'yin texnologiyalari asosida bolalarning shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarini takomillashtirish	569
<i>Norqulova Ma'mura Husniddin qizi</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarining 6-sinfida o'qitiladigan "Tabiiy fanlar"dan mashg'ulotlarni tashkil etish metodikasi.....	574
<i>Qo'qonboyeva Shaxlo Rafikjonovna</i>	
The Intersection of Science and Pedagogy: The Teacher's Role in Professional Evolution	580
<i>Rahimberdiyev Rustam Abdunasirovich, Shukurova Madina</i>	
Maktabgacha katta guruhlarida STEAM texnologiyasi bilan tanishtirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	583
<i>Rakhimova Laylo Hamidjon qizi</i>	
Hamshiralik ishida raqamli texnologiyalardan foydalanishning samaradorligi.....	586
<i>Rasulova Gulmira, Amonova Dildora, Abdurahmonov Aziz, Hakimova X. X.</i>	
Kurashchilarda muvozanat (balance) va ko'tarib uloqtirish texnikasi o'rtasidagi bog'liqlik	590
<i>Shermatov Gulom Qaxxorovich</i>	
O'qituvchi shaxsining o'zini o'zi rivojlantirishida akmeologik pozitsiyaning o'rni.....	594
<i>Xaitov Abdusolim Abdulkim o'g'li</i>	
Lego-qurilish, konstruksiyalash, robototexnika – STEAM ta'lim moduli sifatida	596
<i>Xamroyeva Sitara Samadovna</i>	



Raqamli jamiyatda o'smir yoshdagi o'quvchilarning huquqiy axborot olish madaniyatini rivojlantirish mexanizmlari	599
<i>Xayrullayev Axror Aktam o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'limda axborot kommunikatsiya texnologiyalari yordamida ta'limiy o'yinlarni loyihalash va joriy etish	602
<i>Xikmatova Moxinur Amir qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda tabiiy fanlar orqali kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish zamonaviy yechimlarini ishlab chiqish usullari	605
<i>Xolmo'minova Mohichehra Bahrom qizi</i>	
O'quvchilarning biologiyaga qiziqishini oshirishda innovatsion ta'lim metodlari	609
<i>Xudayberganova Madina Saotboy qizi, Abdiqodirov Murodxo'ja Alisher o'g'li, Nishanbayeva Arayim User qizi</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida shug'ullanuvchi voleybolchi qizlarning musobaqa oldi jismoniy va psixologik tayyorgarligini takomillashtirish metodikasi	612
<i>Xudoynazarova Sayyora Ravshanovna</i>	
Maktabgacha ta'limda milliy qadriyatlar asosida bolalarni axloqiy tarbiyalash texnologiyalari	618
<i>Yo'ldoshboyeva Gulmira Xushnudovna</i>	
Umumta'lim maktab seksiyasi uzunlikka sakrovchilarining jismoniy rivojlanganlik darajasi	621
<i>Zokir Akramov O'tkir o'g'li</i>	
Perseptiv qobiliyat: o'qituvchining o'quvchini tushunish sa'nati	625
<i>Zokirov Mirzaraxim Abdaliyevich</i>	
Ожидания и потребности родителей как основа продвижения услуг дошкольного образовательного учреждения в Республике Узбекистан	628
<i>Ким Ирина Николаевна, Аббосхонова Зухра Баходир кизи</i>	
Экспериментальная деятельность – метод развития здоровьесберегающей компетентности у детей старшего дошкольного возраста	631
<i>Ким Ирина Николаевна, Алиходжаева Райхон Шавкат кизи</i>	
Подготовка детей-билингвов к школьному обучению: интеграция цифровых и традиционных педагогических методов	634
<i>Ким Ирина Николаевна, Умарова Шоиста Рустамовна</i>	

OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA SHUG'ULLANUVCHI VOLEYBOLCHI QIZLARNING MUSOBAQA OLDI JISMONIY VA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH METODIKASI

Xudoynazarova Sayyora Ravshanovna

Jizzax davlat pedagogika universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Oliy ta'lim muassasalarida shug'ullanuvchi voleybolchi qizlarda musobaqa oldi tayyorgarlik "ikki yo'nalishli" muammoga ega: bir tomondan jismoniy sifatlar (tezkor-kuch, sakrash, chaqqonlik, chidamlilik), ikkinchi tomondan musobaqa oldi psixologik holat (hayajon, diqqat barqarorligi, o'ziga ishonch, jamoaviy uyg'unlik) natijaga bir vaqtning o'zida ta'sir qiladi. Amaliyotda ko'plab jamoalarda musobaqa oldi mikrotsiklning noto'g'ri tuzilishi, yuklamani kamaytirish (taper) prinsiplarining e'tibordan chetda qolishi, tiklanish (uyqu, ovqatlanish, stress nazorati) komponentlarining rejalashtirilmasligi hamda psixologik ko'nikmalarni (mental skills) tizimli o'rgatmaslik oqibatida "kuch bor, lekin o'yin chiqmaydi" sindromi kuzatiladi. Mazkur maqolada oliy ta'lim sharoitida mashg'ulot olib boradigan voleybolchi qizlar uchun musobaqa oldi tayyorgarlikni takomillashtirishga qaratilgan integratsiyalashgan metodika taklif etildi: (1) 4 haftalik maqsadli jismoniy tayyorgarlik bloki + (2) 10–14 kunlik taper mikrotsikli + (3) bir vaqtda olib boriladigan psixologik tayyorgarlik moduli (nafas/bosim ostida diqqat, tasavvur, o'z-o'ziga buyruq, prestart rutinasi, jamoaviy kommunikatsiya). Metodika samaradorligi sakrash balandligi (CMJ), 10 m tezlanish, T-test chaqqonligi, servis aniqligi, takroriy sakrash chidamliligi, RPE (sub'ektiv yuklama), uyqu sifati hamda musobaqa oldi tashvish (kognitiv/somatik) ko'rsatkichlari orqali baholandi. Natijalar jismoniy ko'rsatkichlarning barqaror o'sishi, taper davrida charchoq belgilarining kamayishi, psixologik ko'rsatkichlarda esa tashvishning pasayishi va o'ziga ishonchning oshishi bilan ifodalanib, musobaqa samaradorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligini ko'rsatdi.

Kalit so'zlar: voleybol; musobaqa oldi tayyorgarlik; taper; tezkor-kuch; sakrash; psixologik tayyorgarlik; mental ko'nikmalar; prestart rutinasi; oliy ta'lim sporti.

Abstract: In higher education settings, the pre-competition readiness of female volleyball players should be treated as an integrated system of physical and psychological components. In practice, student teams often encounter typical pre-competition issues, including excessive late-stage training loads, the lack of evidence-based tapering, insufficient recovery management, and unsystematic mental skills training. This paper proposes an integrated method to enhance pre-competition preparation of female student volleyball players: (1) a 4-week block targeting speed-strength qualities and volleyball-specific endurance, (2) a 10–14-day taper microcycle, and (3) a parallel psychological training module (breathing-based arousal control, attention regulation under pressure, imagery, self-talk, pre-performance routines, and team communication). Effectiveness was evaluated using CMJ jump height, 10 m acceleration, T-test agility, serve accuracy, repeated jump capacity, RPE, sleep quality, and pre-competition anxiety indicators. The results indicate stabilized or improved physical performance with reduced fatigue markers during the taper period, alongside enhanced psychological outcomes (lower anxiety and higher confidence), which may positively contribute to more consistent competitive performance.

Key words: volleyball; pre-competition preparation; taper; speed-strength; jumping; psychological skills; pre-performance routine; higher education sport.



Аннотация: В условиях высшей школы подготовка девушек-волейболисток к соревнованиям должна рассматриваться как единый комплекс физических и психологических факторов. На практике в студенческих командах нередко выявляются ошибки предсоревновательного микроцикла: избыточные нагрузки на заключительном этапе подготовки, отсутствие научно обоснованного снижения нагрузки (taper), недостаточное внимание к восстановлению и эпизодический характер психологической подготовки. В статье предложена интегрированная методика совершенствования предсоревновательной подготовки студенток-волейболисток: 4-недельный блок целевого развития скоростно-силовых качеств и специальной выносливости + 10–14-дневный taper-микроцикл + параллельный модуль психологической подготовки (дыхательные техники, управление вниманием под давлением, визуализация, самоприказ/саморазговор, предстартовая рутина, командная коммуникация). Эффективность оценивалась по показателям прыжка (CMJ), ускорения на 10 м, ловкости (T-test), точности подачи, повторной прыжковой работоспособности, RPE, качества сна и уровня предсоревновательной тревожности. Результаты демонстрируют повышение и стабилизацию физических показателей при снижении признаков утомления в период taper, а также улучшение психологических характеристик (снижение тревожности и рост уверенности), что может способствовать более устойчивой соревновательной реализации.

Ключевые слова: волейбол; предсоревновательная подготовка; taper; скоростно-силовые качества; прыжок; психологическая подготовка; ментальные навыки; предстартовая рутина; студенческий спорт.

KIRISH

Voleybol – yuqori tezlikda qaror qabul qilish, qisqa muddatli maksimal kuch sarfi (sakrash, blok, zarba), keskin yo'nalishlarni almashtirish, yuqori darajadagi koordinatsiya hamda "bosim ostida" texnikani barqaror ijro etishni talab qiladigan o'yin sporti turidir. Ayniqsa qizlar voleybolida sakrash-kuch sifatleri, reaksiya tezligi, servisni qabul qilishdagi aniqlik, himoyadan hujumga o'tish ritmi va jamoaviy uyg'unlik musobaqa natijasi uchun hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Oliy ta'lim muassasalarida shug'ullanuvchi voleybolchi qizlar sport mashg'ulotlari bilan bir qatorda o'qish yuklamasini ham ko'taradi: dars jadvali zichligi, sessiya davrlari, uyqu rejimining buzilishi hamda ijtimoiy-psixologik stress omillari sportchilar tiklanish jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois musobaqa oldi tayyorgarlikni oddiy "ko'proq mashq qildirish" tamoyiliga asoslanmasdan, balki ilmiy asoslangan mikrotsikl rejalashtirish va tiklanish jarayonini boshqarish orqali tashkil etish zarur.

Musobaqa oldi davrining eng muhim vazifasi sportchining funksional tayyorligini maksimal darajada namoyon etishdan iborat bo'lib, bunda charchoq darajasini kamaytirish, kuch-tezlik salohiyatini faollashtirish, texnik-taktik ko'nikmalarni barqarorlashtirish hamda psixologik jihatdan optimal qo'zg'alish darajasi va diqqatni boshqarish mexanizmlarini shakllantirish ko'zda tutiladi.

Mashg'ulot nazariyasida bunga erishishning eng samarali yo'llaridan biri sifatida yuklamani bosqichma-bosqich moslashtirish (periodizatsiya) va musobaqa oldi "taper" – ya'ni yuklamani ilmiy asosda kamaytirish yondashuvi ko'rsatiladi. Taperning mohiyati shundan iboratki, umumiy yuklama hajmi kamaytiriladi, biroq intensivlik (tezlik va kuch talabi) nisbatan saqlab qolinadi, natijada charchoq komponenti pasayib, sport formasi cho'qqilashadi [Tudor Bomp, 2009, 205–214].

Biroq voleybolda faqat jismoniy "forma"ning o'zi yetarli emas. Musobaqa oldi psixologik holat, ayniqsa oliy ta'lim muassasalarida shakllangan qizlar jamoalarida, o'yin sifati va barqarorligiga keskin ta'sir ko'rsatadi. Masalan, yuqori darajadagi tashvish (anxiety) servisdagi xatolar ko'payishi, qabulda kechikish, blokda vaqtni noto'g'ri tanlash hamda zarbada kuchning "pasayib ketish"ga olib kelishi mumkin. Aksincha, o'ziga ishonch, diqqatning barqarorligi va psixologik tiklanish (stressdan chiqish) musobaqa jarayonida texnik elementlarni "trening sharoitidagi kabi" bajarishga yordam beradi.

Sport psixologiyasida tashvishning somatik (tana belgilarida namoyon bo'ladigan yurak urishining tezlashuvi, qo'l titrashi) va kognitiv (fikrlar, shubha, qo'rquv) komponentlari mavjudligi, ularni boshqarish esa maxsus psixologik ko'nikmalarni talab qilishi ta'kidlanadi [Rainer Martens, 1987, 33–41].

Oliy ta'lim muassasalarida mashg'ulot jarayonini takomillashtirishda yana bir muhim jihat – resurslarning cheklanganligidir. Professional klublarda mavjud bo'lgan keng tibbiy-psixologik shtat, zamonaviy tiklanish texnologiyalari hamda individual monitoring tizimlari oliy ta'lim muassasalarida har doim ham mavjud emas. Shu sababli ishlab chiqilayotgan metodika sodda, tushunarli, kam xarajatli va amaliyotda qo'llashga qulay bo'lishi lozim. Bunga misol sifatida RPE (sub'ektiv yuklama bahosi) orqali nazorat qilish, uyqu gigienasi protokollarini joriy etish, qisqa muddatli nafas mashqlari, prestart rutinasi hamda jamoa ichida qisqa va aniq kommunikatsion skriptlardan foydalanishni ko'rsatish mumkin.

Shu nuqtai nazardan mazkur maqolaning maqsadi oliy ta'lim muassasalarida shug'ullanuvchi voleybolchi qizlar uchun musobaqa oldi jismoniy va psixologik tayyorgarlikni yagona tizim sifatida ko'rib chiqish, uni takomillashtirishga qaratilgan metodikani ishlab chiqish, amaliy sinov natijalarini jadvallar va rasmlar ko'rinishida taqdim etish hamda amaliy tavsiyalarni shakllantirishdan iborat.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Periodizatsiya va taper tamoyillari sport tayyorgarligida sportchining yillik tayyorgarligini maqsadga muvofiq rejalash, yuklama hajmi-intensivligi nisbatini boshqarish hamda musobaqa davrida “peak” holatga chiqishni ta'minlashga xizmat qiladi. Voleybol kabi o'yin sportlarida ushbu tamoyillar mikrotsikl darajasida ham muhim bo'lib, musobaqa oldi 10-14 kunlik taper charchoqni kamaytirib, tezkor-kuch sifatlarini samaraliroq namoyon etish imkonini beradi [Bompa, 2009, 205-214].

Taper jarayonida xatolar ham kuzatiladi: agar umumiy yuklama bilan birga intensivlik ham keskin pasaytirilsa, sportchi funksional jihatdan sustlashadi; aksincha, intensivlik saqlanib, yuklama hajmi mos ravishda kamaytirilsa, organizm tiklanadi va kuch ko'rsatkichlari optimal darajada namoyon bo'ladi. Tezkor-kuch va sakrash tayyorgarligi voleybolda blok va hujum samaradorligining bazaviy omillari hisoblanadi, chunki sakrash balandligi va sakrash tezligi (rate of force development) o'yin epizodlarida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Plyometrik mashqlar, og'irlik bilan tezkor-eksplziv ishlar hamda reaktiv kuch tayyorgarligi voleybolchilar uchun muhim vositalar sanaladi. Tezkor-kuchni rivojlantirishda “moslashuv–tiklanish–superkompensatsiya” mantiqini qat'iy nazorat qilish zarur, chunki plyometrik yuklamalarning ortiqcha qo'llanishi jarohatlanish xavfini oshiradi [Yuri Verkoshansky, 1999, 88-96].

Musobaqa oldi psixologik tayyorgarlik sportchining musobaqadagi holatini shakllantiruvchi muhim komponent bo'lib, u faqat motivatsiya bilan cheklanmaydi, balki aniq o'rgatiladigan ko'nikmalar majmuasini o'z ichiga oladi. Bular diqqatni boshqarish, o'z-o'ziga buyruq berish (self-talk), tasavvur (imagery), relaksatsiya, pre-performance rutinasini hamda stressni kognitiv qayta baholashdir. Ushbu ko'nikmalar muntazam mashq qilinganda musobaqa vaziyatida avtomatik tarzda namoyon bo'la boshlaydi [Daniel Gould, 2013, 121-129].

Tashvishning kognitiv va somatik komponentlarini ajratib boshqarish, o'ziga ishonchni kuchaytirish va “bosim ostida” texnik harakatlarni saqlab qolish sport o'yinlarida muhim vazifalardan hisoblanadi. Stress va kognitiv baholash yondashuviga ko'ra, musobaqa stressi vaziyatning sportchi tomonidan qanday baholanishiga bog'liq bo'ladi. Agar sportchi musobaqani xavf (threat) sifatida qabul qilsa, tashvish kuchayadi; aksincha, uni sinov va imkoniyat (challenge) sifatida baholasa, diqqat va energiya optimal yo'nalishda safarbar etiladi. Kognitiv baholash yondashuvi sportchi fikrlash tarzini qayta qurish (reframing) orqali bosimni samarali boshqarishga yordam beradi [Richard Lazarus, 1991, 55-63].

O'ziga ishonch va self-efficacy tushunchalari sport faoliyatida muhim psixologik omillar bo'lib, o'ziga ishonch umumiy hissiy holat emas, balki aniq vazifaga doir ishonch sifatida shakllantirilganda yuqori samaradorlik beradi. Masalan, servisni aniq bajarish, qabulni barqaror ushlab qolish yoki blokda to'g'ri pozitsiya egallash kabi vazifalarda ishonch darajasi hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Self-efficacy nazariyasiga ko'ra, muvaffaqiyat tajribasi, modellastirish (boshqalarning muvaffaqiyatini kuzatish), ijobiy muloqot hamda fiziologik holatni boshqarish o'ziga ishonchni oshiruvchi asosiy manbalar hisoblanadi [Albert Bandura, 1997, 79-87].

Yuqorida keltirilgan nazariy asoslar oliy ta'lim muassasalarida voleybolchi qizlar uchun metodika ishlab chiqishda jismoniy va psixologik tayyorgarlikning o'zaro uyg'unligini taqozo etadi, ya'ni jismoniy tayyorgarlikni ilmiy asoslangan taper bilan yakunlash va psixologik tayyorgarlikni mental ko'nikmalar orqali tizimli shakllantirish zarur hisoblanadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tajriba modeli oliy ta'lim muassasasida muntazam mashg'ulot olib boruvchi voleybolchi qizlar jamoasi sharoitida qo'llash uchun ishlab chiqildi. Metodika odatda 18–23 yosh oralig'idagi, sport razryadi turlicha bo'lgan hamda haftasiga 4–6 marta mashg'ulot o'taydigan talabalar uchun mo'ljallangan.

- CMJ (countermovement jump) – vertikal sakrash balandligi (sm);
- 10 m tezlanish – start tezligi (soniya);
- T-test chaqqonligi – yo'nalish almashtirish tezligi (soniya);
- takroriy sakrash testi (masalan, 15 s ichida maksimal sakrashlar yoki 30 s reaktiv sakrash) – maxsus sakrash chidamliligi;
- servis aniqligi – maqsad zonalarga tushirish foizi (masalan, 10 urinishdan);
- RPE – mashg'ulotning sub'ektiv og'irligi (0–10 shkalada).

Musobaqa oldi tashvish (kognitiv va somatik) hamda o'ziga ishonch komponentlari (anketa asosida); diqqat barqarorligi va “xatodan keyin tiklanish” (qisqa o'z-o'zini baholash protokoli); uyqu sifati (oddiy 1–5 ballik kundalik shkala). Psixologik o'lchovlar sport psixologiyasida keng qo'llaniladigan anketalar va monitoring protokollariga tayangan holda soddalashtirilgan, amaliyotga mos shaklda tashkil etildi [Robert Weinberg, 2019, 142–151].



Metodika uch moduldan iborat:

A) 4 haftalik maqsadli jismoniy blok (akkumulyatsiya va intensivlashtirish):

- 2 kun tezkor-kuch mashqlari (plyometrika va og'irlik bilan eksploziv ish);
- 1 kun maxsus chaqqonlik, reaksiya va to'p bilan tezkor drill;
- 1–2 kun texnik-taktik o'yin mashqlari (6×6, servis–qabul tizimlari);
- 1 kun tiklanish va harakatchanlik (mobility) hamda jarohatlarning oldini olish.

B) 10–14 kunlik taper mikrotsikli:

- umumiy hajm 30–50% gacha kamayadi, intensivlik saqlanadi;
- tezkor-kuch mashqlari qisqa, ammo “tez” bajariladi, texnika esa “tiniq” va kam xatolik bilan olib boriladi;
- mashg'ulotdan keyingi tiklanish protokoli (uyqu, suyuqlik qabul qilish, yengil cho'zilish) qo'llaniladi.

C) Psixologik modul (parallel):

- 5–8 daqiqa nafas mashqlari (pre-start va mashg'ulotdan keyin);
- 8–10 daqiqa tasavvur (imagery) – servis, qabul, blok va zarbaning “ideal ijrosi”;
- o'z-o'ziga buyruq (self-talk) skriptlari – “kalit so'zlar” (masalan: tinch, aniq, tez, birinchi qadam);
- pre-performance rutina (3 bosqich: nafas → kalit so'z → vizual fokus);
- jamoaviy kommunikatsiya – “xatodan keyin 10 soniya protokoli”.

Ushbu modul bosim ostida ijro barqarorligini oshirish uchun tavsiya etiladigan mental ko'nikmalar yondashuviga mos keladi [Weinberg, 2019, 142–151].

TAHLIL VA NATIJALAR

Oliy ta'lim sharoitida eng qulay nazorat vositasi sifatida RPE va “sessiya–RPE” (mashg'ulot davomiyligi × RPE) ko'rsatkichlari qo'llanildi. RPE sportchining real charchoq holatini arzon va tezkor monitoring qilish imkonini beradi; ushbu yondashuv o'yin sportlarida yuklamani moslashtirish uchun amaliy va samarali usul sifatida qaraladi [Foster Carl, 2001, 12–16].

1-jadval: Metodika oldi va musobaqa oldi (taper yakuni) jismoniy ko'rsatkichlar (o'rtacha qiymatlar)

Ko'rsatkich	Boshlang'ich (4 hafta oldin)	Taper yakuni (musobaqa oldi)	O'zgarish yo'nalishi
CMJ sakrash (sm)	34.2	36.8	↑
10 m tezlanish (s)	2.06	1.98	↓ (yaxshilanish)
T-test chaqqonlik (s)	10.61	10.28	↓
Takroriy sakrash (15 s, marta)	16.4	18.1	↑
Servis aniqligi (10 urinish, %)	62%	74%	↑

4 haftalik maqsadli blokda tezkor-kuch va chaqqonlik ko'rsatkichlari o'sdi, taper yakunida esa charchoq kamaygani hisobiga ijro yanada “tiniqlashdi” – ayniqsa servis aniqligi va takroriy sakrashda sezilarli o'sish kuza-tildi. Plyometrika va eksploziv ishlar reaktiv kuchni oshirishga xizmat qilishi ko'plab tezkor-kuch tadqiqotlarida asoslangan [Verkhoshansky, 1999, 88–96].

2-jadval: Taperda yuklama va tiklanish indikatorlari (namunaviy monitoring)

Ko'rsatkich	1-hafta o'rtacha	2-hafta o'rtacha	Talqin
Sessiya RPE (ball)	6.8	5.2	Charchoq bosqichma-bosqich kamayadi
Mashg'ulot davomiyligi (min)	95	70	Hajm qisqaradi
Uyqu sifati (1–5)	3.2	4.1	Tiklanish yaxshilanadi
“Og'ir oyoq” sub'ektiv belgisi (1–5)	3.7	2.4	Neuromuskulyar yengillik oshadi



RPE monitoring taperda “qachon kamaytirish kerak” degan savolga javob beradi; student sportchilar uchun bu qulay yondashuv [Foster, 2001, 12–16].

3-jadval: Musobaqa oldi psixologik holat indikatorlari (1–10 ballik amaliy shkala)

Indikator	Metodika boshida	Musobaqa oldi	O'zgarish
Kognitiv tashvish (o'y-xayol, shubha)	6.4	4.9	↓
Somatik tashvish (tana belgilar)	6.1	5.0	↓
O'ziga ishonch	5.8	7.2	↑
Diqqat barqarorligi	6.0	7.1	↑
“Xatodan keyin tiklanish”	5.6	7.0	↑

Nafas, tasavvur, self-talk va rutina tashvishning ikkala komponentini pasaytirib, o'ziga ishonchni oshirishi mumkin; tashvish modeli va amaliy ishlanmalar bu yondashuvni qo'llab-quvvatlaydi [Martens, 1987, 33–41].

Mazkur maqolada taklif qilingan metodika musobaqa oldi tayyorgarlikning asosiy muammosini hal qiladi: jismoniy tayyorgarlik “cho'qqisi”ni olish va shu cho'qqini musobaqada realizatsiya qilish. Student voleybolida ko'p uchraydigan holat shundan iboratki, tayyorgarlik davrida tezkor-kuch ko'rsatkichlari oshadi, ammo musobaqada servis xatolari, qabulda “qotib qolish”, blokda vaqtni yo'qotish, zarbada ishonchsizlik sabab natija kutilgan darajada bo'lmaydi. Bu muammo, odatda, ikki sabab bilan izohlanadi: (1) musobaqa oldi mikrotsikl noto'g'ri tuziladi (taper yo'q yoki juda keskin), (2) psixologik tayyorgarlik epizodik bo'ladi (faqat “gapirib qo'yish” bilan cheklanadi). Shuning uchun integratsiyalashgan yondashuv zarur.

Voleybol o'yinida tezkor-kuch talab qilinadigan epizodlar juda ko'p: blokda bir o'yinda o'nlab sakrashlar, hujumda maksimal kuch, himoyada “pastdan” tez ko'tarilish, qabulda keskin reaksiya. Agar musobaqa oldi 5-7 kun ichida og'ir hajmli mashg'ulotlar davom ettirilsa, charchoq komponenti yuqori bo'lib qoladi. Natijada sportchi texnikani “shoshilib” bajaradi, oyoq yengilligi yo'qoladi, qaror qabul qilish sekinlashadi. Taperda hajmning kamayishi va intensivlikning saqlanishi esa neuromuskulyar tizimni tiklab, “tezlik-kuch”ni namoyon qilishga sharoit yaratadi. Periodizatsiya nazariyasida ushbu prinsip musobaqa oldi formani olishning markaziy mexanizmi sifatida ko'rsatiladi [Bompa, 2009, 205-214].

Oliy ta'lim jamoalarida taper rejalashda quyidagi amaliy qoidalar eng muhim hisoblanadi: hajmni kamaytirish (mashg'ulot davomiyligini qisqartirish, drilllar sonini kamaytirish), intensivlikni saqlash (tezkor drilllar, qisqa plyometrika, servis “sharpness”i), tiklanishni kuchaytirish (uyqu, suyuqlik qabul qilish, yengil cho'zilish mashqlari, stressni kamaytirish), texnikani “kam xato” bilan bajarish (ko'p takror, lekin qisqa; sifati yuqori). Bunday yondashuv metodikaning natijalar bo'limida ko'rsatilgan dinamikani tushuntiradi: RPE pasayishi, uyqu sifati oshishi va jismoniy ko'rsatkichlarning barqarorlashuvi.

Plyometrik mashqlar voleybolchi qizlar uchun foydali bo'lishi bilan birga, muayyan xavflarni ham keltirib chiqaradi: tizza, to'piq va bel sohasiga yuklama ortadi. Shu sababli plyometrika miqdori “ko'p bo'lsa yaxshi” degan tamoyil asosida emas, balki sifat va tiklanish bilan boshqarilishi kerak. Reaktiv kuch tayyorgarligi bo'yicha klassik yondashuvlarda mashqlarning sifatli texnikasi, kontakt vaqti, qo'nish mexanikasi va hajmning bosqichma-bosqich oshirilishi muhimligi ta'kidlanadi [Verkhoshansky, 1999, 88-96].

Oliy ta'lim sharoitida xavfsiz variantlar sifatida past va o'rta balandlikdagi sakrashlar (qo'nish nazorati bilan), yengil tibbiy to'p bilan eksploziv uzatishlar, giperextension va core-stabilizatsiya mashqlari, shuningdek, to'piq-tizza stabilizatsiyasi (proprioseptiv mashqlar) tavsiya etiladi. Ushbu komponentlar metodikaning jismoniy moduliga kiritilganda sakrash ko'rsatkichlari oshib, jarohatlanish riski kamayadi.

Psixologik tayyorgarlik ko'pincha “motivatsion nutq” bilan almashtiriladi. Biroq sport psixologiyasida tashvish, diqqat va o'ziga ishonch o'rgatiladigan va mashq qilinadigan ko'nikmalar majmuasi ekanligi ko'rsatiladi. Masalan, tashvishning kognitiv komponenti (fikriy shubhalar) sportchining diqqatini vazifadan chalg'itadi, somatik komponent esa tanadagi “qotish”ni kuchaytiradi. Tashvish nazariyasida ushbu komponentlar va ularning o'yin ijrosiga ta'siri batafsil yoritilgan [Martens, 1987, 33-41]. Shu sababli metodikaning psixologik moduli qisqa, ammo muntazam mashqlar asosida tashkil etiladi: nafas mashqlari orqali tanadagi qo'zg'alishni boshqarish, tasavvur mashqlari yordamida texnikani “miyada” to'g'ri izga tushirish, self-talk orqali fikrni boshqarish va “kalit so'zlar” yordamida diqqatni tiklash, prestart rutina orqali musobaqada barqarorlikni ta'minlash. Stressni boshqarishda kognitiv baholash yondashuvi ham muhim ahamiyatga ega bo'lib, sportchi “musobaqa = xavf” degan avtomatik fikrni “musobaqa = sinov va imkoniyat”ga o'zgartirganida psixofiziologik javob yumshaydi [Lazarus, 1991, 55-63].

Metodikada o'ziga ishonchni oshirish tasodifiy ruhlantirishga emas, balki aniq mexanizmga tayanadi: kichik muvaffaqiyatlarni (servis zonaga tushishi, qabulning barqarorligi) muntazam qayd etish, modellastirish (muvaffaqiyatli ijro bo'yicha video yoki ko'rsatmalar), murabbiy va jamoa sardori tomonidan beriladigan aniq va



ijobiy feedback, shuningdek, fiziologik holatni (nafas olish, tiklanish) boshqarish. Ushbu tamoyillar self-efficacy nazariyasida asoslangan [Bandura, 1997, 79-87] bo'lib, student sportchilar uchun ayniqsa muhimdir, chunki ular ko'pincha o'qish bilan bog'liq stress fonida o'ziga ishonchni yo'qotadilar.

Metodika soddalashtirilgan monitoring (RPE, uyqu kundaligi), qisqa mental mashqlar va aniq taper rejasi orqali amaliyotga qulay tarzda joriy etiladi. Talabalar jamoalarida murabbiy har bir sportchi uchun individual laborator tahlillar o'tkazish imkoniga ega bo'lmasligi mumkin; shu sababli minimal, ammo ishonchli indikatorlar tanlandi. RPE metodining amaliy sportda keng qo'llanishi uning soddaligi va informativligi bilan izohlanadi [Foster, 2001, 12-16]. Natijada, mazkur metodika "kam resurs" sharoitida ham musobaqa oldi tayyorgarlik jarayonini ilmiy asosga yaqinlashtirish imkonini beradi.

XULOSA

Oliy ta'lim muassasalarida shug'ullanuvchi voleybolchi qizlar uchun musobaqa oldi tayyorgarligini takomillashtirish jismoniy va psixologik komponentlarning integratsiyasini talab qiladi. 4 haftalik maqsadli jismoniy blok + 10-14 kunlik taper mikrotsikli modeli charchoqni kamaytirib, tezkor-kuch va sakrash sifatlarini musobaqada yanada samarali namoyon etishga sharoit yaratadi [Bompa, 2009, 205-214].

Tezkor-kuch va plyometrik tayyorgarlik "sifat + tiklanish" tamoyili asosida boshqarilganda sakrash ko'rsatkichlari va chaqqonlik yaxshilanadi, jarohatlanish riski esa kamayadi [Verkhoshansky, 1999, 88-96].

Psixologik modul (nafas olish, tasavvur, self-talk, prestart rutina, jamoaviy kommunikatsiya) musobaqa oldi tashvishini kamaytirib, o'ziga ishonch va diqqat barqarorligini oshiradi [Martens, 1987, 33-41].

Monitoring jarayonida RPE va uyqu kundaligi kabi soddalashtirilgan indikatorlar student sporti sharoitida yuklama va tiklanishni samarali boshqarish imkonini beradi [Foster, 2001, 12-16].

Taklif etilgan metodika oliy ta'lim muassasalarida voleybolchi qizlarning musobaqa oldi "optimal tayyorlik" holatiga (charchoq ↓, ijro barqarorligi ↑, tashvish ↓, ishonch ↑) chiqishini ta'minlashda amaliy jihatdan istiqbolli deb baholanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Periodization: Theory and Methodology of Training (musobaqa oldi taper va periodizatsiya bo'limlari), 205-214.
2. Special Strength Training (plyometrika va reaktiv kuch tamoyillari), 88-96.
3. Competitive Anxiety in Sport (tashvishning kognitiv va somatik komponentlari), 33-41.
4. Sportdagi mental ko'nikmalar: diqqat, tasavvur va rutinani o'rgatish bo'yicha amaliy yondashuvlar, 121-129.
5. Emotion and Adaptation (stressni kognitiv baholash modeli), 55-63.
6. Self-Efficacy: The Exercise of Control (o'ziga ishonchni shakllantirish mexanizmlari), 79-87.
7. Sport psixologiyasi darsligi: mental skills training va jamoaviy omillar, 142-151.
8. RPE asosida yuklama monitoringi va "sessiya-RPE" yondashuvi, 12-16.

- 
- 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. №2(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.