



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№4(3)
2026

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

M

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 568 sahifa,
16-aprel, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijanovna – 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)
Woogyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Doniyorov S. M. – “Yangi O'zbekiston” va “Pravda Vostoka” gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
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
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

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers “Yangi O'zbekiston” and “Pravda Vostoka”, Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor

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

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

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

Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor

Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics

Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor

Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region

Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun

Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

“Maktabgacha va maktab ta'limi” jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

“Maktabgacha va maktab ta'limi”
jurnali

26.09.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti
Administratsiyasi huzuridagi Axborot
va ommaviy kommunikatsiyalar
agentligi tomonidan **№C-5669363**
reyestr raqami tartibi bo'yicha
ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**



MUNDARIJA

Raqamli savodxonlikni rivojlantirishda sun'iy intellekt vositalarining pedagogik va metodologik imkoniyatlari.....	10
Shermanova Feruza Djumaboyevna	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarining o'quv ishlari bo'yicha direktor o'rinbosarlarining boshqaruv madaniyati	15
Xurramov Anvar Vafqulovich	
5–7 yoshli bolalar jismoniy rivojlanishida futbol o'yin elementlarining pedagogik ahamiyati	19
Olim Ziyoyev Toshpulatovich	
Bo'lajak tarbiyachilarning ijtimoiy kompetensiyalarini shakllantirish usullari.....	23
Ashirov Abdirashid Ravshanovich, G'ulomova Durdona Shovkat qizi	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodikasi	26
Ashirov Abdirashid Ravshanovich, Olimjonova Humora	
Algebra va funksiya: SAT matematikasining asosi	30
Abdullayev G'ayratjon Mutalipovich	
Psixologik savodxonlikning psixologik xizmat samaradorligini ta'minlashdagi nazariy va amaliy asoslari ...	34
Fayzullayev Mirzaodil Mirzamurodovich	
Zamonaviy ta'lim jarayonida talabalarda pedagogik odobni rivojlantirish muammosi	40
Fayzullayeva Feruza Aktamjon qizi	
Yosh oilalarning mustahkamligiga zamonaviy axborot vositalaridan foydalanishning ta'siri	44
Kushakova Nargiza Islambaevna	
Strategic Educational Management: Methods for Improving Teaching and Learning Outcomes	47
Majitova Munisa Oybek qizi	
Talabalarda ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	51
Normurodova Qunduz Tursun qizi	
Oliy ta'lim muassasalarida masofaviy ta'lim texnologiyalaridan foydalanish mexanizmlarini takomillashtirish	54
Nurmaxmatov Lutfulla Abduxomid o'g'li	
Savod o'rgatish davrida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish metodikasi	58
Po'latova Sitara Olimjonovna	
Yosh sportchilarni tarbiyalash va huquqiy himoya qilishning pedagogik mexanizmlari	62
Rahmonov Amirshoh Abdumuxtorovich	
Bo'lajak kimyo o'qituvchisining metodik tayyorgarligini takomillashtirish.....	66
Shomurotova Sh. X.	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida lingvistik kompetensiyani rivojlantirishning metodika asoslari	70
Shukurova Zarina Mirobid qizi, Mambetova Lobar Mirzavali qizi	
Boshlang'ich sinf o'qituvchisining innovatsion kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik asoslari	73
Zaripova Mushtariybonu Otabek qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarning ijtimoiy-emotsional kompetentligini rivojlantirishda art-pedagogik texnologiyalar .	77
Suvanov Kamola Raimqul qizi	
O'quvchilarning mustaqil fikrlash samaradorligini oshirishda muammoli ta'lim texnologiyasining o'rni.....	81
Zikriyoyeva Feruza Sadullo qizi	
Обучение основам ультразвуковой диагностики с использованием метода “Каждый учит каждого” ...	85
Набиев Абдулло Абдувохидович	
To'lepbergen Qayipbergenov asarlarida komil insonni tarbiyalash masalalari	88
Xabibnazarova Saiyra Baxitbayevna	
Alisher Navoiyning “Hayrat ul-abror” asari orqali boshlang'ich sinf o'quvchilarida ma'naviy fazilatlarni shakllantirish	91
Karamatova Dilfuza Sadinovna, Mahmudova Niginabonu Mizrof qizi	
Ekologik muammoli vaziyatlar orqali kimyo fanida kreativ tafakkurni rivojlantirish metodikasi.....	96
Ibodullayeva M. I., Dinnazarova F. S.	



Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalari asosida masofaviy ta'limni tashkil etish metodikasi	101
<i>Saydullayev Zafar Erkinovich</i>	
Talabalarni milliy hunarmandchilik vositasida samogen tarbiyalashda tarixiylik tamoyili.....	104
<i>Allanov Shuxrat Qilichovich</i>	
“Harry Potter” asarining o‘zbekcha tarjimasida stilistik vositalarni qayta yaratish masalalari.....	108
<i>Fayziyev Baxodir Baxshilloevich</i>	
Maktabgacha ta’limda bolalar nutqini o‘stirishning integratsiyalashgan texnologiyalaridan foydalanish.....	112
<i>Imamova Nilufar Zabiyxulla qizi, Nurmatova Gulchexra Baxadirovna</i>	
Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida lingvistik kompetensiyani rivojlantirishning metodik asoslari	116
<i>Shukurova Zarina Mirobid qizi, Mambetova Lobar Mirzavali qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni milliy qadriyatlar asosida tarbiyalash	119
<i>Eshonqulova Ma’suda Habibovna</i>	
Yosh oilalarda nikoh barqarorligini ta’minlovchi psixologik omillar	123
<i>Islomova Ozoda Isomiddin qizi</i>	
Aqliy rivojlanishida orqada qolgan bolalarni inklyuziv ta’limda o‘qitish metodologiyasi	127
<i>Abdullayeva Maftuna</i>	
Maktabgacha ta’lim tashkilotida xavfsiz psixologik muhit yaratishning pedagogik ahamiyati	131
<i>Turayeva Gulchexra Urayimovna, Ziyaeva Umida Xolmat qizi</i>	
STEAM asosida kollaborativ ta’lim muhitida metakompetensiyalarni rivojlantirish.....	135
<i>Axmadova Malika</i>	
Yosh sportchilarni sportga yo’naltirish va sportchilarni tanlash muammolari (futbol sport turi misolida)	139
<i>Xotamov Jaloliddin Xusnitdin o‘g‘li</i>	
Biologiyada amaliy tajribalar o‘tkazishning zamonaviy virtual yechimlari.....	143
<i>Mirzayeva Nodira Abduxamidovna</i>	
Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida ekologik madaniyatni shakllantirishning ahamiyati.....	146
<i>D. P. Xodiyeva, M. Sh. To‘rayeva</i>	
Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida kreativlikni shakllantirish metodikasi (texnologiya darslari misolida)	150
<i>Abrorxonova Kamolaxon Abrorxon qizi, Jurayeva Ozoda Ortiq qizi</i>	
Boshlang‘ich sinflarda matematika fanini o‘rgatishda raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish.....	154
<i>G‘. Yu. Eshmirzayev</i>	
O‘quvchilarning ilmiy tafakkurini rivojlantirishda kimyo ta’limining o‘rni va o‘ziga xos jihatlari.....	157
<i>Kamolova Nargiza Ibragimovna</i>	
Bilingvizm (ikki tillilik) sharoitida o‘quvchilarning nutq madaniyatini rivojlantirishning pedagogik asoslari	161
<i>Mapruza Embergenova</i>	
Zamonaviy jamiyatda gender sotsializatsiyasi va psixologik jins xususiyatlari: maskulinlik, femininlik va androginlikning empirik tahlili	167
<i>Nasrullayeva Asolat Abdumalik qizi</i>	
Bo‘lajak muhandislarda chiziqli tenglamalar sistemalari va ularning amaliy tatbiqlarini o‘qitish haqida	171
<i>Qushmurotov Umurbek Ibadillayevich</i>	
Bo‘lajak tibbiyot xodimlarining xorijiy til kompetensiyasini rivojlantirish bo‘yicha tajriba-sinov ishlari natijalari	177
<i>Raximova Nigora Atakulovna</i>	
Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ko‘p ma’noli so‘zlar ustida ishlash orqali nutqiy qobiliyatini rivojlantirish .	180
<i>Xo‘jayeva Durdonaxon Maqsud qizi, Rustamova Zulfiya Xolmirzayevna</i>	
Pul qadriyatining o‘smirlik davrida shakllanishiga ta’sir etuvchi milliy, ijtimoiy va psixologik omillar: iqtisodiy ijtimoiylashuvning psixodinamik yondashuvda tahlili.....	184
<i>Xolmurotova Mahbuba Maxmudovna</i>	
O‘smirlarda koping xulq-atvor shakllanishida ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlarining psixologik xususiyatlari	189
<i>Yarmatova Sanobar Jo‘rayevna</i>	
Raqamli ta’lim muhitida talabalarning matematik kompetensiyalarini rivojlantirishda interfaol metodlar	193
<i>Norquvatova Diyora Davron qizi</i>	
Teatr texnologiyalarini maktabgacha ta’limga integratsiya qilishning pedagogik shartlari.....	197
<i>Abdullayeva Aziza Abdurazzoq qizi, Salimova Dilmira Farxodovna</i>	

Системно-функциональное моделирование и эмпирический анализ нравственно-волевой детерминации в профессиональной деятельности военнослужащих	201
Зохиоров Нодирбек Улугбекович	
Kimyo fanini o'qitishda muommali ta'lim metodining o'rni va amaliy ahamiyati	205
Kultayev Kuzibay Kazakbayevich	
Rolli o'yinlar asosida maktabgacha yoshdagi bolalarni erta kasbga yo'naltirishning pedagogik shart-sharoitlari	209
Niginabonu Fayzullayeva	
Boshlang'ich sinflarda PIRLS va TIMSS talablariga mos ta'lim texnologiyalarini qo'llashning didaktik asoslari	214
Qurbonova Maxtuma Fazliddinovna, Mamedova Maxfuza Erkinovna, Omonova Gulandom Davlatovna	
Raqamli texnologiyalar vositasida virtual laboratoriyalarni o'qitish	219
Tilovova Turdixol Baratovna	
Hosila va uning tadbirlarini o'rgatishda zamonaviy yondashuvlar	222
Absamatov Zuxriddin Axmad o'g'li	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining diskursiv kompetensiyasini shakllantirish texnologiyalarini amaliyotda qo'llash usullari	228
Dauletnazarova Ainura Kayirbaevna	
O'quvchilar o'rtasida bullingni oldini olish va pedagogik-psixologik omillarni bartaraf etish yo'llari	233
U. A. Alibayeva	
Yosh avlodning milliy tarbiyasini shakllantirishda xalq pedagogikasining pedagogik-psixologik mexanizmlari	236
O. K. Kadambayeva	
Bo'lajak logopedlar rinolaliyani og'ir nutq nuqsoni sifatida o'rganishda qo'llaniladigan topshiriqlarning ahamiyati	240
Achilova Sevara Djasirkulovna	
Tarjima mashqlari orqali nemis tili (DaF) darsida kommunikativ kompetensiyani shakllantirish	243
Musayeva Guzal Ne'matillayevna	
O'tkir Rahmat she'rlari lingvopoetikasi	247
Xoldarova Gulchehra Tajibayevna	
Проблемы и тенденции развития грамматики русского языка	250
Юлдашев Баходир Бекмуратович	
O'smir taekvondochilarning qo'l-oyoq kuchining an'anaviy mashg'ulotlar davomida o'sish sur'ati	253
A. X. Norov	
Инновационные педагогические технологии в преподавании русского языка и проблемы повышения качества подготовки кадров	259
Адилова Солияхон	
Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining qobiliyatlari va imkoniyatlarini rivojlantirish	263
Muminjonova Muhayyo G'ulomovna	
Nutqning ijtimoiy-psixologik va lingvistik xususiyatlari	268
Sh. I. Nurmatova, G. B. Xujamova	
Boshlang'ich sinflarda kreativ ta'lim muhitini shakllantirish va o'quv materiallarining ahamiyati	271
Abdullayeva Uljalg'as Tulegen qizi	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida shaxsiy pedagogik kompetensiyani aniqlash metodologiyasi	274
D. O'. Yo'ldosheva, J. A. Jovlijev	
Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga badiiy adabiyot vositasida ijtimoiy xulq madaniyati bilan tanishtirishning ahamiyati	278
Daminova Shoxista Farxodovna	
Using the Method of Mnemonics in Teaching English Idioms: Enhancing Retention and Comprehension in EFL Learners	281
Dusmamadova Gulsum Shukhratovna	
Sun'iy intellekt asosida shaxsiylashtirilgan matematika ta'limining o'quvchilar natijalariga ta'siri	284
Jurayeva Gulshanoy Turdiyevna	
Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirishda axborot oqimlarining ijobiy ta'sirlari	288
Karimova Umida Alijon qizi	



Viruslar replikasiyasining molekulyar asoslari va uni o'qitishda "Case-study" metodining samaradorligi.....	293
<i>O'. E. Xo'janazarov, B. B. Ishmo'minov, M. Fayzieva, M. Xayitmuratova</i>	
Psixodiagnostik metodikalar asosida talabalarning xarakter aksentuatsiyasining gender farqlarini o'rganish.....	298
<i>Sh. Allanazarova, R. Janabaeva</i>	
"Muhofazaga olingan hududlar" modulidan talabalarning bilimni nazorat qilishga mo'ljallangan nostandart testlardan foydalanish metodikasi	301
<i>Saidmuratov Shoxid Xusanovich, Ishmo'minov Bobur Botir o'g'li, Abdvohidova Madina Ilhomjon qizi, Matkomilova Feruza Xasan qizi</i>	
Ergonomik yondashuv asosida registrator ofisi ish jarayonlarini modellashtirish va takomillashtirish	307
<i>To'xtamurodov Azizbek Azimjon o'g'li</i>	
Sport turlarini tasniflash va sport mashg'ulotlarini kompleks monitoring qilishning ilmiy-metodologik asoslari	311
<i>Ilhomjon Axmedovich Tursunaliyev</i>	
Понятие академической грамотности в современной педагогике и лингводидактике	315
<i>Худжамова Хуснора Диёр кизи</i>	
Innovatsion ta'lim texnologiyalari vositasida maktabgacha yoshdagi bolalarning intellektual qobiliyatini shakllantirish ijtimoiy muammo sifatida.....	318
<i>Altibayeva Gulbaxor Majitovna</i>	
Ethnolinguistic Aspects of Ecological Ethics: Conceptualizing "Nature" in English and Uzbek Phraseological Systems.....	325
<i>Zubaydullayeva Zarina</i>	
Matematik mantiq asosida oliy ta'lim talabalari uchun mantiqiy tafakkurni rivojlantirishning bosqichli-integrativ metodikasini takomillashtirish	329
<i>Zaxiriddinova Shahlo Zahiriddin qizi</i>	
Parataekvondochilar-ning musobaqa oldi tayyorgarligi: ilmiy-asoslangan yondashuv va samaradorlik tahlili.....	334
<i>Abdulfattoyev Abrorjon Abduraxmon o'g'li</i>	
Developing Functional Literacy Through Combined Interactive Strategies in Secondary School.....	337
<i>Matkarimova Nurjamal Sultamurat qizi</i>	
Bolaning ijtimoiylashuvida ertaklarning tutgan o'rni va ahamiyati.....	343
<i>Ergasheva Mastura Isaqul qizi</i>	
Umumiy o'rta ta'lim tizimida ekologik tarbiyani amalga oshirishning pedagogik shart-sharoitlari.....	347
<i>Abdimo'minova Muhayyo Samadullayevna</i>	
Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy pedagogik faoliyatga tayyorlash.....	352
<i>Anorjonova Komila Xayyom qizi</i>	
Dual ta'lim tizimida Germaniya tajribasi.....	356
<i>Davlatov Keldiyor Davlatovich</i>	
Talabalarning mustaqil ta'limni nazariy asoslari, tasniflari va o'qitish metodlari.....	359
<i>Jumayev Ruzokul Xoliqulovich</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida zamonaviy pedagogik boshqaruv tizimi.....	364
<i>Jurayeva Shalola Dehqonboyevna</i>	
O'zbekiston sharoitida gospital pedagogikaning rivojida o'zbek va rus tillarining o'rni va ahamiyati	369
<i>Munira Khodjakhanova</i>	
Zamonaviy ilg'or xorijiy tajribalar asosida hasharotlar mavzusini o'qitishda kreativ usullarni qo'llashning immersiv imkoniyatlari	372
<i>Raxmatova Salima Togaymuradovna</i>	
O'zbekiston janubiy hududlarida brokkoli yetishtirishda agrotexnik tadbirlarni optimallashtirish metodikasi.	377
<i>Salomov Boxodir Salomovich</i>	
O'quvchi yoshlarda iqtisodiy bilim va ko'nikmalarini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	382
<i>Shoimova Gulxayo Sherzod qizi</i>	
Matematika va musiqa uyg'unligi orqali o'quvchilarning ijodiy fikrlashini rivojlantirish.....	387
<i>Umarova Munojatxon Xolmuxeimedovna</i>	
Chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik fani o'qituvchilarini tayyorlashning nazariyasi va metodikasi... ..	391
<i>Uzoqov Akram Avazovich</i>	

Noqonuniy xatti-harakatlarning kelib chiqishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik va pedagogik omillar.....	394
<i>Xoliqov Allamurod Abdijabbor o'g'li</i>	
Training Future Speech Therapists to Address Sensory Discrimination Disorders in Preschool Children....	399
<i>Xudayarova Dilnoza Mirvali kizi</i>	
6-sinf adabiyot fanidan Abay va Avaz O'tar ijodini o'rganish darslarida o'quvchilarning adabiy-nutqiy kompetensiyalarini rivojlantirish	402
<i>Yuldasheva Noila Ravshan qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarning o'quv-bilish faoliyatini loyihalash kompetentligini rivojlantirish muammosi: nazariy tahlil va yondashuvlar	406
<i>Ziyodova Zarina Qodir qizi</i>	
Ingliz tilini bilish darajasi va kasbiy kompetensiya o'rtasidagi bog'liqlik.....	411
<i>Xamdanova Shaxnoza Yusupaliyevna</i>	
Algorithmic Accountability and Digital Sovereignty: Implementation Pathways for AI Legal Frameworks in Developing Nations.....	414
<i>Rahimova Nargiza Khamidullaevna, Ahmadjonov Shohruhbek Rustamjon o'g'li</i>	
Ta'lim – barqaror kelajakni shakllantirishning asosiy drayveri	420
<i>A. X. Aripova</i>	
Nutqning jo'yallik kommunikativ sifati va ahamiyati yuzasidan ayrim qaydlar	425
<i>Xaydarova Muborak</i>	
Raqamli boshqaruv muhitida maktab ta'limini tashkil etish	429
<i>Abdullayev Sherzodbek</i>	
Insonning psixologik holatini ifodalovchi frazeologik birliklarning ingliz va o'zbek tillaridagi lingvistik xususiyatlari.....	434
<i>Abdusattorova Dinara Abduvahob qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ta'limda loyihaviy tadqiqotchilik ko'nikmalarini shakllantirish	437
<i>Azimov Yunus Yusupovich, Ruziyeva Zulayxo Samatovna</i>	
Ilk o'spirinlik davrida kreativlik pedagogik muammo sifatida	440
<i>B. X. Xushboqov</i>	
Badiiy asarlarda o'smirlar nutqining psixolingvistik xususiyatlari.....	444
<i>Murodova Mexrinov Yaxyojon qizi</i>	
Pedagogik yo'nalishdagi oliy ta'lim muassasalari talabalarida akademik madaniyatni shakllantirishning mazmuni	447
<i>Nuriddinov Qandil Jaloliddinovich</i>	
Odami anatomiyasi va fiziologiyasi kursini o'qitishda raqamli ta'lim platformalari talabalar kognitiv faolligini oshirishdagi determinant	451
<i>Uchqurova Zarina Shavkatovna</i>	
Optimization of Personalized Digital Learning Trajectories of Students in Higher Education Based on Artificial Intelligence and Cluster Approach	455
<i>Taylakova Guli Bekmuratovna</i>	
Fiscal and Customs Mechanisms for Harmonizing State and Investor Interests in Oil and Gas Projects.....	460
<i>Ergashev Muhubbek Aslamovich</i>	
Boshlang'ich ta'limda raqamli texnologiyalardan foydalanish	465
<i>Atayeva Baxrinisa Abduvaxidovna</i>	
Futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligida jismoniy va texnik tayyorgarlikni takomillashtirish metodologiyasi	468
<i>Raimov Davlatnur Ilhomjonovich</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda ma'naviy-axloqiy yetuklikni shakllantirishda tarbiyaviy texnologiyalardan foydalanish samaradorligi.....	473
<i>Asrorova Lola</i>	
Kimyo fani ta'limidagi innovatsiyalar: zamonaviy yondashuvlar va ularning tasniflanishi.....	478
<i>Ishmanova Zohida Ubaydullayevna</i>	
Boshlang'ich ta'limda STEAM yondashuvi asosida o'quv jarayonini tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari	481
<i>Isyeva Maftuna Bobomurod qizi</i>	
Ontogenez jarayonida bolalarda eshituv idrokining shakllanishi va rivojlanish qonuniyatlarini tadqiq etish..	485
<i>Shokirova Shaxnoza Dilmurodovna, Nig'matova Movluda Asatulla qizi</i>	



Yadro tizimlarining muvozanatli xossalarini o'rganish metodlarining qiyosiy tahlili.....	489
Mamajonov Raxmatullo Ma'mirjon o'g'li	
Pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar va inklyuziv yondashuvning boshlang'ich ta'limda o'qish savodxonligini rivojlantirishga ta'siri	494
Jo'rayeva Zulfizar Abdunabiyevna	
Onlayn kommunikatsiya muhiti ta'sirida talaba qizlarning nikohga nisbatan psixologik munosabatlarining shakllanishi.....	497
Qosimova Go'zal Asomiddin qizi, Xujakeldiyeva Dilshoda Toshpo'lat qizi	
Memrise platformasidagi lingvistik yondashuvlar va ularning til o'zlashtirishga ta'siri	501
Omonova Shahruza Xamro qizi	
Sportchilarda psixofiziologik ko'rsatkichlar bilan musobaqa natijadorligi o'rtasidagi bog'liqlik	506
Nazarov Sobir Usmonovich	
Oliy ta'lim muassasasi talabalarida belbog'li kurash mashg'ulotlarini takomillashtirish mexanizmlarining psixologik va pedagogik xususiyatlari.....	510
Isakov Shuxratbek Muydinovich	
Ixtisoslashgan maktab o'quvchilariga yog'och o'ymakorligi fanini zamonaviy vositalar orqali o'qitishni rivojlantirish	515
Abdurashidxonova Muslimaxon Baxodirxon qizi	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda fantaziya va tasavvurni rivojlantirish psixologik-pedagogik muammo sifatida.....	522
Babayeva Ug'iloy Voxid qizi	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda estetik tarbiyani rivojlantirishda tasviriy faoliyatning o'rni	524
Iskandarova Umida Qochqor qizi	
O'quvchilarning so'z boyligini oshirishda hikoya qilish metodining roli	527
Kamolova Malika Zafar qizi	
Learning by doing konsepsiyasi asosida bo'lajak o'qituvchilarning kvazikasbiy faoliyatini tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari.....	530
Karimova Sabina Muxiddin qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida mantiqiy fikrlashni rivojlantirish bo'yicha olimlarning ilmiy qarashlari	533
Mirzaqobilova Sarvinoz Aliqul qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga "fe'l so'z turkumi"ni didaktik o'yinlar orqali o'rgatish metodikasi	538
Oltinova Bahora	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda tafakkur xususiyatlarining gender tafovutlari	541
Pulatova Gulnoza Murodilovna	
Gamifikatsiya texnologiyasi talabalarning o'quv motivatsiyasini rivojlantirishning muhim vositasi sifatida ...	545
Sattarova Maftuna Ravshan qizi	
O'zbekiston umumiy o'rta ta'lim maktablarida pedagogik konfliktlar tipologiyasini o'rganib borishning amaliy istiqbollari.....	548
Umarova Zuxra Abduraxmanovna	
O'qish savodxonligi darslarida o'quvchilarning nutqiy savodxonligini rivojlantirishning pedagogik asoslari..	552
Utegenova Dilnoza Ayyg'ali qizi	
Hujum zarbasi texnikasini takomillashtirishda tezkor-kuch sifatlarini rivojlantirish	555
Yuldashev Sardorbek Adilbekovich	
Среда речи и квесты для сотрудничества детей 6-7 лет.....	559
Мухаммадиева Фарангиз Санжарбек кизи, Каримкулова Шохсанам Одил кизи	
O'zbekistonda imkoniyati cheklangan bolalarni ijtimoiylashuvi ta'limni rivojlantirishning muhim vazifasi sifatida	564
Fayzieva Ubayda Yunusovna	

FUTBOLCHILARNING KO'P YILLIK TAYYORGARLIGIDA JISMONIY VA TEXNIK TAYYORGARLIKNI TAKOMILLASHTIRISH METODOLOGIYASI

Raimov Davlatnur Ilhomjonovich
Guliston davlat pedagogika instituti

Annotatsiya: Futbolchilarning ko'p yillik sport tayyorgarligi murakkab, ko'p bosqichli hamda uzluksiz pedagogik jarayon bo'lib, unda sportchining jismoniy, texnik, taktik va psixologik sifatlari izchil shakllantiriladi. Zamonaviy futbolning yuqori tezkorligi va raqobatbardoshligi tayyorgarlik tizimini ilmiy asosda tashkil etishni taqozo etadi. Shu bois metodologik yondashuvlar va asosiy tamoyillarni aniqlash mazkur ilmiy ishning nazariy hamda amaliy poydevorini belgilaydi.

Kalit so'zlar: futbolchilar tayyorgarligi, ko'p yillik sport tayyorgarligi, jismoniy tayyorgarlik, texnik tayyorgarlik, sport metodologiyasi, mashg'ulot jarayoni, yuklama va dam olish, funksional tayyorgarlik, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, kuch sifati, texnik ko'nikmalar, taktika elementlari, o'yin samaradorligi, yoshga xos xususiyatlar, sport pedagogikasi, mashg'ulotni rejalashtirish, sport natijadorligi, individuallashtirish.

Abstract: Long-term sports training of football players is a complex, multi-stage, and continuous pedagogical process in which the athlete's physical, technical, tactical, and psychological qualities are systematically developed. The high pace and competitiveness of modern football necessitate a scientifically grounded organization of the training system. Therefore, identifying methodological approaches and core principles forms the theoretical and practical foundation of this research.

Key words: football training, long-term sports training, physical training, technical training, sports methodology, training process, load and recovery, functional training, speed, agility, endurance, strength qualities, technical skills, tactical elements, game effectiveness, age characteristics, sports pedagogy, training planning, sports performance, individualization.

Аннотация: Многолетняя спортивная подготовка футболистов представляет собой сложный, многоступенчатый и непрерывный педагогический процесс, в котором последовательно формируются физические, технические, тактические и психологические качества спортсмена. Высокая скорость и конкурентоспособность современного футбола требуют научно обоснованной организации системы подготовки. В связи с этим определение методологических подходов и основных принципов исследования составляет теоретическую и практическую основу данной научной работы.

Ключевые слова: подготовка футболистов, многолетняя спортивная подготовка, физическая подготовка, техническая подготовка, спортивная методология, тренировочный процесс, нагрузка и отдых, функциональная подготовка, скорость, ловкость, выносливость, силовые качества, технические навыки, элементы тактики, эффективность игры, возрастные особенности, спортивная педагогика, планирование тренировок, спортивная результативность, индивидуализация.

KIRISH

Zamonaviy futbol yuqori intensivlik, tezkor qaror qabul qilish va doimiy ravishda takomillashib borayotgan taktik talablar bilan tavsiflanadi. Shu nuqtai nazardan, futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligi ilmiy asoslangan va tizimli tashkil etilgan mashg'ulot jarayonini talab etadi. Futbolda samarali natijaga erishish, avvalo, jismoniy va texnik tayyorgarlikning uyg'un rivojlanishiga bog'liq bo'lib, ular o'yin faoliyatining asosiy poydevorini tashkil etadi.

Futbolchilarning ko'p yillik sport tayyorgarligi bosqichma-bosqich amalga oshiriladigan murakkab jarayon bo'lib, unda yoshga xos xususiyatlar, individual imkoniyatlar hamda yuklamalarning asta-sekin oshirib borilishi hisobga olinadi. Har bir bosqichda tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik va kuch kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirish bilan bir qatorda, to'pni boshqarish, aniq uzatmalar berish, dribling va zarba berish kabi texnik ko'nikmalarni takomillashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu komponentlarning uyg'unligi futbolchining o'yin



davomida samarali harakat qilishini ta'minlaydi. So'nggi yillarda sport metodologiyasida mashg'ulot jarayonini to'g'ri rejalashtirish, yuklama va dam olish nisbatini optimal tashkil etish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Yuklama va tiklanish o'rtasidagi muvozanatni saqlash jarohatlarning oldini olish, funksional tayyorgarlikni oshirish hamda uzoq muddatli sport natijalarini barqaror rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi. Shu bilan birga, mashg'ulotlarni individuallashtirish orqali har bir futbolchining o'ziga xos xususiyatlari inobatga olinib, mashg'ulot samaradorligi yanada oshiriladi.

Shunga qaramay, futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligi jarayonida jismoniy va texnik tayyorgarlikni takomillashtirishga qaratilgan metodologik yondashuvlarni yanada chuqurlashtirish zarurati saqlanib qolmoqda. Mazkur ishda aynan shu jarayonda samarali usul va tamoyillarni aniqlash hamda ularni amaliyotga joriy etish masalalari ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari sport pedagogikasi rivojiga hissa qo'shishi va murabbiylar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etishi kutilmoqda.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

- Ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish – mavjud nazariy manbalarni o'rganish orqali muammoning dolzarbligini aniqlash;
- Pedagogik kuzatish – mashg'ulot jarayonini muntazam nazorat qilish;
- Pedagogik tajriba (eksperiment) – taklif etilgan metodikani amaliyotda sinovdan o'tkazish;
- Testlash usullari – jismoniy sifatlarni aniqlash (30 m yugurish, "shuttle run", 1000 m yugurish, sakrash testlari);
- Texnik ko'nikmalarni baholash – uzatma aniqligi, dribling tezligi, zarba aniqligi orqali;
- Matematik-statistik tahlil – olingan natijalarni qayta ishlash va ularning ishonchligini aniqlash.

Tadqiqotning metodologik asoslari sport pedagogikasi nazariyasi, ko'p yillik sport tayyorgarligi konsepsiyasi, mashg'ulotlar nazariyasi, yosh fiziologiyasi hamda zamonaviy trening texnologiyalariga tayanadi.

Futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini takomillashtirishda tizimli, kompleks, faoliyatli, shaxsga yo'naltirilgan, individuallashtirilgan va innovatsion yondashuvlar qo'llanildi.

Tizimli yondashuvga ko'ra, futbolchining tayyorgarligi yagona tizim sifatida qaraladi. Jismoniy sifatlari (kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik), texnik ko'nikmalar, taktik tafakkur va funksional imkoniyatlar o'zaro uzviy bog'liq holda rivojlanadi. Mashg'ulot jarayonida yuklamalar rejalashtirilishi, nazorat qilinishi va baholanishi yagona tizim asosida tashkil etiladi. Ushbu yondashuv har bir komponentning umumiy natijaga ta'sirini aniqlash imkonini beradi.

Kompleks yondashuv futbolchilar tayyorgarligini turli fanlar integratsiyasi asosida o'rganishni nazarda tutadi. Pedagogika, fiziologiya, biomexanika, sport tibbiyoti va psixologiya yutuqlari birgalikda qo'llanadi. Bunda jismoniy rivojlanish, texnik harakatlar samaradorligi, funksional ko'rsatkichlar va psixologik holat birgalikda baholanadi. Bu esa tayyorgarlik samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Texnik ko'nikmalar real o'yin sharoitida shakllantiriladi. Mashg'ulotlar kichik tarkibli o'yinlar, situatsion mashqlar, modellashtirilgan musobaqalar orqali tashkil etiladi. Natijada futbolchining qaror qabul qilish tezligi, o'yin tafakkuri va amaliy samaradorligi oshadi.

Har bir futbolchining yosh, tayyorgarlik darajasi, morfo-funksional ko'rsatkichlari va psixologik xususiyatlari hisobga olinadi. Yuklamalar differensiallashtiriladi, individual reja tuziladi va nazorat amalga oshiriladi. Bu ortiqcha zo'riqishning oldini oladi hamda sportchining maksimal imkoniyatlarini yuzaga chiqaradi. Futbolchining kasbiy kompetensiyalari – taktik tafakkur, kommunikativlik, tezkor qaror qabul qilish, intizom va o'zini boshqarish ko'nikmalari shakllantiriladi. Bu musobaqa faoliyatidagi barqarorlikni ta'minlaydi.

Zamonaviy testlash uskunalar, video tahlil, GPS monitoring va matematik-statistik dasturlar qo'llanadi. Bu natijalarni aniq qayd etish hamda ilmiy asoslangan xulosalar chiqarish imkonini beradi.

Tadqiqot jarayonida ilmiylik, obyektivlik, tizimlilik, uzluksizlik, bosqichma-bosqichlik, individuallashtirish, variativlik, samaradorlik hamda sog'lomlashtirish tamoyillariga qat'iy amal qilindi. Ushbu tamoyillar mashg'ulot yuklamalarini to'g'ri rejalashtirish, natijalarni ishonchli baholash hamda sportchilar salomatligini saqlashga xizmat qiladi.

Keltirilgan metodologik yondashuvlar va tamoyillar futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligida jismoniy va texnik tayyorgarlikni samarali tashkil etishning ilmiy asosini tashkil etadi. Ularning uyg'un qo'llanilishi sport natijalarining barqaror o'sishini ta'minlab, yuqori malakali futbolchilarni tayyorlashga xizmat qiladi.

Mazkur metodologik yondashuvlarning amaliyotga joriy etilishi mashg'ulot jarayonini optimallashtirish, yuklamalarni ilmiy asosda boshqarish hamda futbolchilarning jismoniy va texnik ko'rsatkichlarini barqaror rivojlantirishga imkon beradi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqotning obyekti sifatida futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarlik jarayoni, xususan, ularning jismoniy va texnik tayyorgarligini rivojlantirish tizimi olindi. Tadqiqotda asosan 16–20 yoshdagi yosh futbolchilar ishtirok etib, ularning mashg'ulot jarayonidagi jismoniy sifatleri (tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik, kuch) hamda texnik ko'nikmalari (to'pni boshqarish, uzatma, zarba, dribling) o'rganildi.

Tadqiqot vazifalari:

- futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligi darajasini aniqlash;
- mashg'ulot jarayonida qo'llanilayotgan metod va vositalarni tahlil qilish;
- samarali metodik yondashuvlarni ishlab chiqish;
- takomillashtirilgan mashg'ulot dasturining samaradorligini aniqlash.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy tamoyillarga amal qilindi: ilmiylik, obyektivlik, tizimlilik, uzluksizlik, bosqichma-bosqichlik, individuallashtirish, variativlik, samaradorlik va sog'lomlashtirish. Ushbu tamoyillar mashg'ulotlarni optimallashtirish, sport natijalarini ishonchli baholash hamda sportchilarning sog'lig'ini saqlashni ta'minlaydi. Matematik-statistik tahlil usullari natijalarning ishonchliliigi va validligini tekshirishga xizmat qildi.

Tadqiqotning metodologik yondashuvlari futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligini ilmiy asosda boshqarishning konseptual modelini shakllantiradi. Ularning o'zaro uyg'unligi mashg'ulot jarayonini optimallashtirib, jismoniy sifatlar hamda texnik mahoratning barqaror rivojlanishini ta'minlaydi. Shuningdek, metodologik asoslarning puxta ishlab chiqilishi tadqiqot natijalarining nazariy ahamiyatini kengaytirib, amaliyotga joriy etish samaradorligini oshiradi.

Tadqiqot jarayonida o'tkazilgan pedagogik tajriba natijalari shuni ko'rsatdiki, takomillashtirilgan metodika asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini sezilarli darajada oshirishga xizmat qildi.

Tajriba boshida va yakunida o'tkazilgan test natijalari tahliliga ko'ra, tajriba guruhidagi futbolchilarda quyidagi o'zgarishlar kuzatildi:

- tezkorlik ko'rsatkichlari o'rtacha 8–12% ga yaxshilandi;
- chaqqonlik va koordinatsiya darajasi sezilarli oshdi;
- chidamlilik ko'rsatkichlari (1000 m yugurish natijalari) 10–15% ga yaxshilandi;
- kuch sifati va sakrash balandligi ijobiy o'sish ko'rsatdi.

Texnik tayyorgarlik bo'yicha ham ijobiy natijalar qayd etildi:

- uzatmalar aniqligi va tezligi oshdi;
- dribling bajarish vaqti qisqardi;
- darvozaga zarba berish aniqligi yaxshilandi;
- o'yin davomida texnik harakatlarni bajarish samaradorligi ortdi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, mashg'ulotlarni individuallashtirish, yuklama va dam olishni to'g'ri taqsimlash, shuningdek, jismoniy va texnik tayyorgarlikni uyg'un holda rivojlantirish futbolchilarning umumiy sport natijadorligini oshiradi. Shuningdek, tahlil natijalariga ko'ra, yoshga xos xususiyatlarni hisobga olish va bosqichma-bosqich yuklama berish metodikasi uzoq muddatli tayyorgarlik jarayonida eng samarali yondashuvlardan biri ekanligi aniqlandi.

Ko'p yillik tayyorgarlikda yuklamalarni rejalashtirish va boshqarish modeli

Ushbu bobda futbolchilarning ko'p yillik sport tayyorgarligi jarayonida mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirish, nazorat qilish va boshqarishning ilmiy-metodik modeli ishlab chiqildi. Model makro-, mezo- va mikrotsikllar asosida yuklamalarni rejalashtirish, individualizatsiya hamda monitoring mexanizmlarini o'z ichiga oladi. Ko'p yillik sport tayyorgarligi konsepsiyasi sportchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini uzoq muddat davomida bosqichma-bosqich rivojlantirishga qaratilgan nazariy va amaliy yondashuvdir. Futbolchilarni yuqori natijaga tayyorlash jarayonida yuklamalarni rejalashtirish va boshqarish sportchilarning funksional va texnik imkoniyatlarini maksimal darajada oshirishga xizmat qiladi. Mashg'ulot jarayonida intensivlik, hajm, dam olish va tiklanish jarayonlari o'rtasidagi nisbat sportchining ortiqcha charchamasligi va jarohat xavfini kamaytirish, shuningdek, tayyorgarlik samaradorligini oshirish imkonini beradi.



1-jadval: Tayyorlov bosqichlari bo'yicha yuklama yo'nalishlari

No	Bosqich	Yosh	Ustuvor vazifa	Yuklama xususiyati
1	Boshlang'ich	10–12	Harakat ko'nikmalari	Past–o'rta hajm
2	Maxsus	13–15	Jismoniy-texnik rivojlanish	O'rta hajm, o'suvchi intensivlik
3	Chuqurlashtirilgan	16–18	Maxsus chidamlilik	Yuqori hajm
4	Sport mahorati	18+	Natijadorlik	Individual boshqariladigan

Yuqoridagi jadval ko'p yillik tayyorgarlikning har bir bosqichida mashg'ulotning maqsadga muvofiq tuzilishini, intensivlik va hajm darajasini tizimli ravishda belgilashda metodologik asos sifatida ishlatiladi. Jadval futbolchilarning funksional tayyorgarlik darajasi, texnik aniqlik va taktika ko'nikmalarini baholash, mashg'ulot yuklamalarini optimallashtirish hamda pedagogik nazoratni amalga oshirishda muhim vosita vazifasini bajaradi. Shu orqali mashg'ulot jarayonida makrotsikl, mezotsikl va mikrotsikl darajasidagi yuklamalarni doimiy monitoring va korreksiya qilish imkoniyati yaratiladi.

2-jadval: Makrotsikl rejalashtirish modeli

No	Davr	Davomiylik	Vazifa	Yuklama tavsifi
1	Tayyorgarlik	8–10 hafta	Bazaviy sifatlar	Hajm yuqori
2	Musobaqa	12–16 hafta	Sport formasi	Intensivlik yuqori
3	O'tish	3–4 hafta	Tiklanish	Past yuklama

Makrotsiklning har bir davri mezotsikl va mikrotsiklga bo'linib, haftalik va kunlik mashg'ulotlar rejalashtiriladi. Masalan, tayyorlov davrining bir mezotsikli aerobik chidamlilikni oshirishga qaratilgan bo'lsa, unga mos mikrotsiklda har kuni yugurish, chidamlilik mashqlari va texnik kombinatsiyalar kiritiladi. Musobaqa davrida esa mezotsikl intensiv o'yin amaliyotlariga qaratilgan bo'lsa, mikrotsikl kunlik mashg'ulotlarni intensivlik va hajm jihatidan optimallashtirish, tiklanish mashqlarini kiritish bilan muvofiqlashtiriladi. Shu tarzda, makrotsiklning har bir davri harakat va yuklama strategiyasiga mos holda tizimli va individualizatsiyalangan shaklda amalga oshiriladi.

3-jadval: Mikrotsikl namunasi

No	Kun	Yo'nalish	Davomiylik (min)	Intensivlik %
1	Dushanba	Texnik	90	70
2	Seshanba	Kuch	80	75
3	Chorshanba	Chidamlilik	100	65
4	Payshanba	Texnik-taktik	90	70
5	Juma	O'yin	90	80
6	Shanba	Tiklanish	60	50

Haftalik mikrotsikl futbolchilarning jismoniy va texnik sifatlarini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu mikrotsikl mashg'ulotlarining kunlik va haftalik taqsimoti jismoniy yuklamalarni bosqichma-bosqich oshirish, tezkorlik, chidamlilik, kuch kabi asosiy sport sifatlarini shakllantirish hamda texnik va taktika ko'nikmalarini mustahkamlashga qaratilgan. Mashg'ulotlarning intensivligi, davomiyligi va tarkibi makrotsikl va mezotsikl maqsadlariga mos ravishda sozlanadi, bu esa sportchining individual imkoniyatlari va tiklanish tezligini hisobga olgan holda maksimal natijaga erishishga imkon beradi.

4-jadval: Monitoring va nazorat tizimi

No	Nazorat turi	Ko'rsatkichlar	Davriylik
1	Joriy	YUT, subyektiv baho	Har mashg'ulot
2	Oraliq	Sprint, sakrash, testlar	Oyiga 1 marta
3	Yakuniy	Kompleks testlar	Yiliga 1–2 marta

Monitoring va nazorat tizimi mashg'ulot jarayonining samaradorligini baholash, futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarlik darajasini aniqlash, shuningdek, mashg'ulot yuklamalarini individual va kollektiv darajada moslashtirish imkonini beradi. Ushbu tizim doimiy va oraliq nazorat, testlar va pedagogik kuzatuvlar orqali sportchilarning funksional holatini monitoring qiladi hamda ortiqcha charchoq va jarohatlar xavfini minimallashtiradi. Shu bilan birga, nazorat natijalari asosida mashg'ulot rejasida o'zgarishlar kiritish, intensivlik va hajmni optimallashtirish, jismoniy, texnik va taktika ko'nikmalarini izchil rivojlantirish imkoniyati yaratiladi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Modelning amaliy ahamiyati shundan iboratki, u yuklamalarni ilmiy boshqarish, ortiqcha charchoqning oldini olish, sport formasi barqarorligini ta'minlash hamda futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi.

Ko'p yillik tayyorgarlikda yuklamalarni rejalashtirish va boshqarish modeli sportchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligini izchil rivojlantirish, ortiqcha charchoq va jarohatlar xavfini kamaytirish, shuningdek, yuqori natijaga erishish uchun metodologik asos sifatida xizmat qiladi. Ushbu model makro-, mezo- va mikrotsikl darajasida yuklamalarni tizimli, ilmiy asoslangan va individual yondashuv bilan boshqarishni ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi – Sport tayyorgarligi bo'yicha me'yoriy hujjatlar. Toshkent, 2020-yil.
2. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti – Futbol nazariyasi va metodikasi. Toshkent, 2019-yil.
3. A. Abdullayev – Futbolchilarni tayyorlash metodikasi. Toshkent, 2018-yil.
4. R. Qodirov – Yosh futbolchilarni tayyorlash asoslari. Toshkent, 2021-yil.
5. Sh. Xudoyberdiyev – Jismoniy tayyorgarlik nazariyasi va metodikasi. Toshkent, 2017-yil.
6. N. Karimov – Sport mashg'ulotlarini rejalashtirish asoslari. Toshkent, 2016-yil.
7. M. Rasulov – Futbolda texnik va taktik tayyorgarlik. Toshkent, 2022-yil.
8. Губа В.П., Стула А., Кромке К. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы. – М.: Спорт, 2017. – 254 с.
9. Губа В.П., Лексаков М.С. и др. Теория и методика футбола. – М.: Спорт, 2020. – 624 с.
10. Делляль А., Зайченко А. Физическая подготовка футболистов. – М.: Перформинг Форвард, 2022. – 231 с.
11. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Спорт, 2019. – 201 с.

- 
- 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. №4(3)

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

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

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