



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



No5(4)
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. 496 sahifa,
18-may, 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)
Wookyuu 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

| | |
|---|-----|
| O'quvchi yoshlarni muhandislik kasblariga yo'naltirishda xorij tajribasi..... | 10 |
| Maxamov X. T., Omondavlatova Sofiya Baxtiyor qizi | |
| 2-sinf darslarida "4K" ko'nikmalarini shakllantirish: XXI asr savodxonligi poydevori | 14 |
| Jo'rayeva Nargiza O'ktamovna | |
| Ommaviy axborot vositalarining inson ruhiy salomatligiga ta'siri: empirik tadqiqot natijalari..... | 18 |
| Abdinazarova Bibixonim Rashid qizi | |
| Talabalar uchun amaliy ko'nikmalarni shakllantirishda texnik loyihalarning o'rni | 23 |
| Axmadaliyev Mansurbek Erkaboy o'g'li, Rejabov Jaloliddin Sadiq o'g'li | |
| Masalalarni modellashtirish metodi yordamida yechish yo'llari | 28 |
| B. B. Qarshiyev, Bekmuradov Bobur Toyloq o'g'li | |
| Maktabgacha ta'lim tashkilotida elektron o'quv materiallaridan foydalanishning afzalliklari..... | 34 |
| Tog'aymurodova Marjona Yusuf qizi | |
| Raqamli ta'lim muhitida dizaynerlik faoliyatlarini rivojlantirishning zamonaviy metodlari..... | 39 |
| Satvoldiyeva Malaxatxon A'zamjanovna | |
| Metall va metallmas buyumlarga ishlov berish texnologiyasi fanidan amaliy dars mashg'ulotlarini raqamli texnologiyalar asosida o'qitish metodikasi | 47 |
| A. Safarov | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tanqidiy fikrlashni shakllantirish mezonlari..... | 57 |
| Xolmatov Doston Dilshod o'g'li | |
| 7–8-sinf biologiya darslarida kompetensiyaviy yondashuvni takomillashtirish metodikasi | 60 |
| Xolmurodova Sarvinoz | |
| Zamonaviy adabiyotda lider ayol portreti va shaxsiy rivojlanish falsafasi..... | 64 |
| G'afforova Dildora Ergashevna | |
| Boshlang'ich sinf o'qish darslarida matn ustida ishlash metodikasini takomillashtirishning pedagogik asoslari..... | 69 |
| Yusupova Umida Zayniddin qizi | |
| Umumta'lim maktabida xalq hunarmandchiligi va badiiy loyihalashda kreativ yondashish texnologiyalarining mazmun-mohiyati..... | 74 |
| Shomirzayev Maxmatmurod Xuramovich, G'aniyeva Dilfuza A'lam qizi | |
| Oila muhitining raqamli tadbirkorlik motivatsiyasiga ta'siri: psixologik tahlil | 78 |
| Tursunov Lutfulla Sayfullayevich, Boyqobilova Sevinch Fazliddin qizi | |
| Maktab va muzeylar aloqadorligini ta'minlash asosida o'quvchilarni ma'naviy merosga hurmat ruhida tayyorlashning pedagogik texnologiyasi | 81 |
| Nizomxonova Nargizaposhsho Ekrixon qizi | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida produktiv o'qish malakasini shakllantirish..... | 86 |
| Xurramova Sojida Abdunazar qizi | |
| Oliy ta'lim tizimida liderlik kompetensiyalarini takomillashtirishning kompleks yondashuvlari..... | 91 |
| Risvayeva Charos Zaydilla qizi | |
| Sport sohasining ommaviyligi va inklyuzivligi | 94 |
| Z. N. Urunova, M. Jaborova | |
| Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixologik muhitni swot-tahlil qilish va korreksiyalash | 97 |
| Sattorova Shirinoy San'atovna | |
| Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kognitiv kompetentligini rivojlantirishda integrativ yondashuv .. | 100 |
| Buvrayev Akram Rustam o'g'li | |
| Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy nutqiga qo'yiladigan talablar | 104 |
| Xolmuminova Dilfuza Xolmamatovna | |
| O'qituvchining kasbiy faoliyatida ma'naviy-axloqiy fazilatlarining ahamiyati | 107 |
| Jumanazarova Dilnoza Umurzaqovna | |



| | |
|---|-----|
| Hadislar yordamida boshlang'ich sinf o'quvchilarida ma'naviy-axloqiy sifatlarni shakllantirish | 111 |
| <i>Akaboyeva Malika Raxmatovna</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarini mustaqil fikrlashga o'rgatish texnologiyasi | 114 |
| <i>Beshimova Muazzam Bahodirovna, To'lanboyeva Farangis Ibrohimjon qizi</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tili fanini o'qitishda kreativlik qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik shart-sharoitlari | 117 |
| <i>Xoliyeva Sevara Rustam qizi</i> | |
| Bo'lajak tarbiyachilarning maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlantirishda multimedia texnologiyalaridan foydalanish kompetensiyasini tarkib toptirish | 122 |
| <i>Narmatova Fotima Dilshod qizi</i> | |
| Organizing Physics Lessons in General Education Schools Based on Gamification Elements..... | 127 |
| <i>Y. A. Mamatokhunov, U. S. Ismoilov, M. A. Muxtorjonova</i> | |
| Maktabgacha yoshdagi bolalarda mantiqiy tafakkurni rivojlantirishda didaktik o'yinlarning samaradorligi.... | 129 |
| <i>Meyliyeva Sevinch Bozor qizi</i> | |
| Anoreksiyasi va bulimiyaning psixologik determinantlari hamda klinik jihatlari | 132 |
| <i>Askarova Nargiza Abdivaliyevna, To'raqulova Sevinch Sattorjon qizi</i> | |
| Koxlear implantli bolalar fonematik eshituvini shakllantirish asosida tovush talaffuzini shakllantirish | 136 |
| <i>Bozorov Otabek Yo'lchi o'g'li, Yakubova Asalxon Ulug'bek qizi</i> | |
| Qisqa masofaga yuguruvchi yosh sportchilarning kuch va tezlik-kuch ko'rsatkichlarini rivojlantirishda yillik rejalashtirish samaradorligi | 139 |
| <i>Eshpulatov Jamshid Nuraliyevich</i> | |
| Разработка модуля автопрокторинга для платформ дистанционного обучения на основе компьютерного зрения и анализа активности пользователя | 144 |
| <i>Дустқобилов Акмал Бобомуродович</i> | |
| Определение нарушений академической честности на онлайн-экзаменах на основе компьютерного зрения: алгоритм и эффективность модуля камерaproctor..... | 149 |
| <i>Дустқобилов Акмал Бобомуродович, Маматов Исломбек Ильесович</i> | |
| Zamonaviy ta'limda sun'iy intellekt texnologiyalari: imkoniyatlar, muammolar va istiqbollar | 154 |
| <i>Delov To'liqin Erkinovich, Gulmirzayeva Zulayho Ko'klanboy qizi</i> | |
| Ijtimoiy tarmoqlarning talaba yoshlar psixologiyasiga ta'siri | 160 |
| <i>Saidakbarova Nigora Abduraxim qizi</i> | |
| Talabalarni ijtimoiy-pedagogik faoliyatga tayyorlashning besh blokli pedagogik modeli | 165 |
| <i>Amonov Mirjon Namozovich</i> | |
| O'smirlarning raqamli texnologiyalarga qaramligi va uning psixologik salomatlikdagi o'rni..... | 170 |
| <i>Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li, Normamatova Aziza Ibroxim qizi</i> | |
| Qizlarda erta nikohning psixologik omillari va sabablari | 174 |
| <i>Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'quv motivlarini shakllantirishning pedagogik imkoniyatlari | 178 |
| <i>Jumayeva Guzal Xayriddin qizi</i> | |
| Maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarda barmoqlar harakati mashqlari asosida kichik motorika va harakat koordinatsiyasini rivojlantirish | 183 |
| <i>Mirzakarimov Yuldashboy Abdinabiyevich</i> | |
| Globalashuv sharoitida yoshlar tashkilotlari orqali milliy o'zlikni anglashni shakllantirishning pedagogik strategiyalari..... | 187 |
| <i>Axralova Marg'uba Akmalxanovna</i> | |
| Tarbiya fani asosida o'quvchilarda huquqiy kompetentlikni rivojlantirish imkoniyatlari | 191 |
| <i>Jumanova Xafiza Xoliqulovna</i> | |
| Zamonaviy ilmiy-texnika taraqqiyoti sharoitida texnologik ta'lim mazmunini STEM yondashuvi asosida integratsiyalash va talabalarning texnik fikrlash kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish | 196 |
| <i>Imanov Baxtiyor Berdiyevich, Qulmamatova Xurshida Abduxamidovna, Barataliyeva Nasiba Maxmadaminovna</i> | |
| Ijodiy kompetensiyalarni shakllantirishga yo'naltirilgan o'quv jarayonining mazmuniy ta'minoti | 202 |
| <i>Kubayeva Mavluda Baxtiyor qizi</i> | |

| | |
|---|-----|
| The Influence of a Competency-Based Approach on Educational Quality in Physics Instruction | 205 |
| <i>A. Xakimov, Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, M. A. Ne'matova</i> | |
| Umumta'lim maktablarida o'quvchilarning ekologik savodxonligini shakllantirishning amaliy holati | 208 |
| <i>Majitov Turg'unali Anvar o'g'li</i> | |
| Maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchilariga ingliz tilini o'rgatishning pedagogik va psixologiyistik xususiyatlari..... | 214 |
| <i>Ismoilova Muattar Ilyosovna</i> | |
| Sharq mutafakkirlarining yoshlarni mehnat va kasb-hunarga o'rgatish bo'yicha qarashlari..... | 219 |
| <i>Alqarov Qodir Xoimatovich, Irmatov Pirmuhammad Normat o'g'li</i> | |
| Metallar mavzusini interfaol metodlar asosida o'qitish orqali o'quvchilar kreativligini oshirish | 222 |
| <i>Murodova Sayyora Qanoatovna</i> | |
| Moliyaviy terminlarni tarjima qilishning metodologik muammolari..... | 226 |
| <i>Norboeva Dilafuz Djumaqulovna, Suvonov Ozodbek Jamshid o'g'li</i> | |
| Oliy ta'lim muassasalarida yakuniy nazorat jarayonlarini sun'iy intellekt texnologiyalari asosida tashkil etishning afzalliklari | 230 |
| <i>Abdunabiyeva Kamola Mansurovna</i> | |
| Pedagogik ta'limda AI-tutor texnologiyalaridan foydalanish: o'zaro ta'sir mexanizmi va samaradorlik tahlili | 236 |
| <i>Abdunabiyeva Maftunaxon Solijon qizi</i> | |
| Talabalarda prokrastinatsiyani kamaytirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari | 240 |
| <i>Kozimov Sayfullah Maxammadjon o'g'li</i> | |
| Kompetensiyaviy yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv-bilish faoliyatini rivojlantirish..... | 245 |
| <i>Raximov Zokir Toshmirovich</i> | |
| Yosh voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarliklarini oshirishning pedagogik asoslari | 249 |
| <i>Temirov Shoirbek Raimjonovich</i> | |
| Oliy ta'lim muassasalarida boshqaruv jarayonlari mexanizmlarini takomillashtirish..... | 253 |
| <i>Kimsanova Rahnamo Solijonovna</i> | |
| Milliy kurash vositasida yoshlarning irodaviy sifatlarini rivojlantirish..... | 257 |
| <i>Muratov Muzaffar Shermamatovich</i> | |
| Xavotirlanish muammosining psixologik-pedagogik adabiyotlarda o'rganilganligi va o'smirlilik davrining psixologik xususiyatlari | 261 |
| <i>Mutalibjonov Nurillo Iroiljon o'g'li</i> | |
| Bo'lajak pedagoglarda kreativ tafakkurni rivojlantirishning innovatsion va reflektiv asoslari | 264 |
| <i>Oblayeva Lobar Erdonovna</i> | |
| STEM Education Technology: Physics Teaching Methodology and Future Innovations | 268 |
| <i>Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Odinakhon Sotvoldiyeva Abdumannob qizi</i> | |
| Mustaqil ta'limni tashkil etishning nazariy asoslari | 272 |
| <i>Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna</i> | |
| Maktabgacha tarbiya yoshda bolalar kognitiv sohasining tadqiq qilinishi..... | 276 |
| <i>Raxmonova Shaxrizoda Laziz qizi</i> | |
| Modernization of Physics Teaching Methodology Based on Stream Integration in Vocational Schools..... | 279 |
| <i>S. Z. Zaynobiddinov, Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Z. M. Orifjonova</i> | |
| Cultural Competence as a Core Component of Foreign Language Teaching: Theoretical Foundations and Pedagogical Integration | 282 |
| <i>Shahlo Obidova</i> | |
| Pedagogika oliy ta'lim muassasalarida talabalarning akmeologik madaniyatini rivojlantirishda ART-pedagogik texnologiyalardan foydalanish..... | 286 |
| <i>Shodmonova Shoirsa Saidovna, Sharifova Dildora Shavkiddin qizi</i> | |
| Talabalarning to'garak mashg'ulotlari orqali ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish yo'llari | 290 |
| <i>Turakulova Feruza Mamadoli qizi</i> | |



| | |
|--|-----|
| Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tili fanini o'qitishda kreativlik qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik shart-sharoitlari | 294 |
| <i>Xoliyeva Sevara Rustam qizi</i> | |
| Texnologiya darslarida raqamli texnologiyalar vositasida o'quvchilarning tadbirkorlik ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi..... | 298 |
| <i>Xudoyberdiyeva Nilufar Raximqulovna</i> | |
| Umumta'lim maktablari musiqa darslarida media-kontentlardan foydalanib o'quvchilarda estetik didni shakllantirish..... | 302 |
| <i>Xudoyqulov Asilbek Aziz o'g'li</i> | |
| Педагогические стратегии профилактики раннего профессионального выгорания у студентов-медиков (в условиях высокой информационной нагрузки) | 305 |
| <i>Асророва Мафтунабегим Махаммадризо кизи</i> | |
| Формирование самоотношения у подростков, переживших насилие | 308 |
| <i>Кушакова Наргиза Исламбаевна, Азаркова Миланика Дмитриевна</i> | |
| Изучение развития эпистемических знаний у учащихся 5-го класса в педагогико-психологической литературе..... | 311 |
| <i>Нехочина Лола Шахобиддиновна</i> | |
| Когнитивные уровни читательской деятельности в заданиях PIRLS: типология, процессы понимания и система оценивания..... | 314 |
| <i>Нуруллаева Шахло Уктамовна, Александра Валерьевна Шаркова</i> | |
| Oila tushunchasi uning ijtimoiy ahamiyati haqida sharq mutafakkirlarining qarashlari..... | 321 |
| <i>Shokirov Xolida O'rozboq qizi, Abdurashidova Sarvinoz Akrom qizi</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirishda zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalarining uyg'unligi | 325 |
| <i>Bekmirzayev Shavkat Olim o'g'li</i> | |
| Global ta'lim tendensiyalari asosida maktabgacha ta'lim mazmunini transformatsiyalash mexanizmlari | 329 |
| <i>Haqqiyeva Fotima Olimjonovna</i> | |
| O'zbekiston mustaqillik taraqqiyotining turli bosqichlarida ta'lim paradigmalarning evolyutsion tahlili | 333 |
| <i>Usmonov Salohiddin Dushan o'g'li, Sayfullayeva Parvina</i> | |
| Malaka oshirish tizimida o'qituvchi-pedagoglarning hamkorlikka asoslangan yondashuvining ilmiy ahamiyati..... | 338 |
| <i>Sobirova Lobar Raximovna</i> | |
| Qutqaruvchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirishda ilmiy-metodologik yondashuvning ahamiyati | 343 |
| <i>Abdunosir Abdurasulovich G'afurov</i> | |
| Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq buzilishi kamchiliklarini bartaraf etishda pedagogik yondashuv | 347 |
| <i>To'rayeva Dilbar, Zulayxo Nazarova</i> | |
| Maktabgacha ta'limga qo'yiladigan davlat talablarining mazmun-mohiyati | 350 |
| <i>Samadova Mahliyo, Zulayxo Nazarova</i> | |
| Harakatli o'yinlar orqali maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish | 354 |
| <i>Yaxyayeva Sojida Abduraximovna, Mustafayeva Dilfuza Jumanovna</i> | |
| Multimodal yondashuv asosida talabalarning ekologik kompetensiyalarini takomillashtirish tizimining ahamiyati..... | 358 |
| <i>O'sarova Muborak Fahriddinovna</i> | |
| Oliy ta'lim muassasalarida o'quv faoliyati samaradorligini monitoring qilish tizimini loyihalashning tashkiliy-pedagogik asoslari..... | 362 |
| <i>Kurbanov Dilmurat Marupjanovich</i> | |
| Shaxs kamolotida ijtimoiy moslashuv va ma'naviy tarbiyaning ahamiyati | 367 |
| <i>Nazira Axmadjonovna Dadaboyeva</i> | |
| Individual yondashuv asosida maktab o'quvchilarida raqamli o'rganish ko'nikmalarini shakllantirish va raqamli texnologiyalar integratsiyasi | 371 |
| <i>Xaydarova Zilola Normurodovna, Hasanov Samir Xayrulloevich</i> | |

| | |
|---|-----|
| Tasviriy san'at mashg'ulotlarida differensial yondashuvning psixologik-pedagogik asoslari | 375 |
| <i>Bekmuratova Shoxida Ne'matjonovna</i> | |
| Onlayn muloqot strategiyalarining talaba kommunikativ kompetensiyasiga ta'siri | 379 |
| <i>Davlatova Ra'no Haydarovna, Islomova Shahlo Madat qizi</i> | |
| Ajrim yoqasidagi oilalarni ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya qilish mexanizmlarini takomillashtirish | 385 |
| <i>Tojibayeva Nargiza Keldibekovna</i> | |
| Raqamli muhitda yolg'izlik fenomenining nazariy tahlili..... | 389 |
| <i>Turg'unboeva Nodira Baxtiyor qizi</i> | |
| Психологические последствия буллинга для личности подростка и его социализации..... | 392 |
| <i>Амирова Луиза Маратовна</i> | |
| Ta'lim jarayonida onlayn so'rov va refleksiya texnologiyalarining didaktik samaradorligi: nazariy va empirik tahlil | 395 |
| <i>Majidov Anvar Tuychiyevich</i> | |
| Влияние семейных кризисов на развитие личности..... | 399 |
| <i>Туракулова И. Х.</i> | |
| Комплексный подход к профилактике нарушений осанки у детей дошкольного возраста..... | 403 |
| <i>Хасанова Галина Мамутовна</i> | |
| Talabalarda milliy qadriyatlar asosida kasbiy kompetentlikni shakllantirishning psixologik-pedagogik texnologiyasi mazmuni..... | 407 |
| <i>Xudoyqulova Zarifa Ummatqulovna</i> | |
| Intellectual axborot tizimlari asosida ta'lim boshqaruvini avtomatlashtirish | 413 |
| <i>Ernazarov Zohid Nazarovich</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarining nutqiy kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari | 418 |
| <i>Shaxnoza Allaberganova</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirishning nazariy-metodologik va falsafiy asoslari | 421 |
| <i>Aknur Junisova</i> | |
| Pedagogical Strategies for Forming Social Responsibility and Active Citizenship Competence in Primary Education..... | 425 |
| <i>Aknur Zhunisova</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy xavf turlarini tasniflash va ekotizimli yondashuv asosida diagnostika qilishning pedagogik imkoniyatlari | 430 |
| <i>Manzura Qosmuratova</i> | |
| Raqamli pedagogika va interaktiv innovatsiyalar asosida xorijiy til o'qitish: yangi ufqlar va ta'lim samaradorligi | 437 |
| <i>Jumayeva Gulxan Amrullayevna</i> | |
| Principles of Multilevel Assessment in Speaking..... | 441 |
| <i>Billayeva Shohida Dilshod qizi</i> | |
| Ingliz tili mutaxassslarining uslubiy kompetensiyasi va kommunikativ-metodik kompetensiyasi masalalari muammolari | 444 |
| <i>Azimova Maxfuza Hasanovna</i> | |
| Sun'iy intellektning ta'limda qo'llanilishi va talabalar qadriyatlar tizimi rivojlanishiga ijtimoiy-psixologik ta'siri | 448 |
| <i>Boboyev Xamdani Ataxanovich</i> | |
| Muloqot: shifokor va bemor muloqotining psixologik xususiyatlari | 451 |
| <i>Isroilova O'g'lioy Isroil qizi, Davronov Abdurahob Turg'unboy o'g'li</i> | |
| Bo'lajak o'qituvchilarni web lohiyalar va axborotlashgan ta'limdan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirishning asosiy xususiyatlari | 454 |
| <i>Jo'rayev Qo'ldoshjon Ismatullo o'g'li</i> | |
| Maktabgacha ta'limda raqamli texnologiyalardan foydalanishning nazariy va amaliy jihatlari | 460 |
| <i>Mirzaolimova Munira</i> | |



| | |
|--|-----|
| Raqamli ta'lim muhitida talabalarning mustaqil ta'limini tashkil etishning nazariy asoslari..... | 465 |
| <i>Musayev Ashurali Shamshidinovich</i> | |
| Ona tili ta'limida kreativ salohiyatni rivojlantirishning faoliyatli xususiyatlari..... | 469 |
| <i>Qurbonova Oysha Beknazarovna, Qo'yliyeva Gulshoda Baxtiyor qizi</i> | |
| Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kreativ fikrlashni rivojlantirishda zamonaviy jahon ta'lim texnologiyalarining ahamiyati..... | 472 |
| <i>Sagdatdinova Maftuna Nuratdin qizi</i> | |
| Ikkinchi jahon urushi davrida front ortida o'zbek xotin-qizlarining qahramonliklari (1941–1945)..... | 475 |
| <i>Saidova Iroda Xursandovna</i> | |
| Maktab menejmenti: ma'muriy boshqaruvdan inson kapitalini rivojlantirishga o'tish..... | 479 |
| <i>Tursunpo'latov Farxodjon Xoshimjon o'g'li</i> | |
| Jismoniy tarbiya tizimida jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlikni baholashning kompleks yondashuvi..... | 485 |
| <i>Usmonov Mansur Qurbonmurotovich</i> | |
| Kredit modul tizimida bo'lajak tarbiya fani o'qituvchilarining fasilitatorlik kompetensiyalarini takomillashtirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari..... | 489 |
| <i>Xamidova Sabrina Abduvahob qizi</i> | |



JISMONIY TARBIYA TIZIMIDA JISMONIY TAYYORGARLIK SINOVHLARI ORQALI SALOMATLIKNI BAHOLASHNING KOMPLEKS YONDASHUVI

Usmonov Mansur Qurbonmurotovich

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti
jismoniy madaniyat kafedrasini mudiri, (PhD) p. f. b. d., dotsent

Annotatsiya: Mazkur ilmiy maqolada jismoniy tarbiya tizimida jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlik holatini baholashning kompleks yondashuvi ilmiy-pedagogik jihatdan tahlil etilgan. Tadqiqot jarayonida O'zbekiston Respublikasida amalda bo'lgan "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" sport sinovlari mezonlari hamda sog'lom turmush tarzini targ'ib etishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar asos qilib olindi. Jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarining tezkorlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik va koordinatsion qobiliyatlar bilan bog'liqligi ochib berildi. Tadqiqot natijalari jismoniy tayyorgarlik sinovlari nafaqat sport natijalarini, balki aholining umumiy salomatlik darajasini baholashda samarali diagnostik vosita ekanligini ko'rsatdi. Shuningdek, jismoniy tarbiya jarayonida kompleks baholash tizimini joriy etish sog'lom turmush tarzini shakllantirish va kasalliklarning oldini olishda muhim pedagogik ahamiyatga ega ekanligi ilmiy asoslab berildi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, jismoniy tayyorgarlik, sport sinovlari, salomatlikni baholash, sog'lom turmush tarzi, kompleks yondashuv, monitoring.

Abstract: This scientific article analyzes a comprehensive approach to assessing health status through physical fitness tests within the physical education system. The study is based on the national standards of physical fitness assessment and regulatory documents aimed at promoting a healthy lifestyle. The relationship between physical fitness indicators and key physical qualities such as speed, strength, endurance, flexibility, and coordination is examined. The research findings demonstrate that physical fitness tests serve not only as indicators of athletic performance but also as effective diagnostic tools for evaluating the overall health level of the population. The implementation of a comprehensive assessment and monitoring system in physical education is scientifically substantiated as an important pedagogical factor in disease prevention and the promotion of a healthy lifestyle.

Key words: physical education, physical fitness, fitness tests, health assessment, healthy lifestyle, comprehensive approach, monitoring.

Аннотация: В данной научной статье рассматривается комплексный подход к оценке состояния здоровья в системе физического воспитания на основе тестов физической подготовленности. В качестве методологической базы использованы действующие нормативы спортивных испытаний "Уровень физической подготовленности", а также государственные программы по формированию здорового образа жизни. Проанализирована взаимосвязь показателей физической подготовленности с основными физическими качествами: быстротой, силой, выносливостью, гибкостью и координацией движений. Результаты исследования свидетельствуют о том, что тесты физической подготовленности являются эффективным инструментом комплексной оценки уровня здоровья различных возрастных групп населения. Обоснована педагогическая значимость внедрения системы комплексного мониторинга физического состояния в процессе физического воспитания для профилактики заболеваний и укрепления здоровья.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая подготовленность, спортивные тесты, оценка здоровья, здоровый образ жизни, комплексный подход, мониторинг.

KIRISH

Hozirgi kunda jismoniy tarbiya tizimida aholi salomatligini mustahkamlash, kasalliklarning oldini olish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish davlat siyosati darajasidagi ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi. Mazkur jarayonda jismoniy tayyorgarlik darajasini baholashga qaratilgan sport sinovlari inson organizmining funksional holatini aniqlash, asosiy jismoniy sifatlar – kuch, tezkorlik, chidamlilik, egiluvchanlik va harakat koordinatsiyasini baholashda muhim ahamiyat kasb etadi. Amaldagi "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" sport sinovlari yosh

va jins xususiyatlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilgan bo'lib, jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini ob'ektiv baholash imkonini yaratadi. Shu jihatdan, jismoniy tayyorgarlik sinovlarini faqat sport natijalarini aniqlash vositasi sifatida emas, balki salomatlikni kompleks baholashning samarali pedagogik mexanizmi sifatida o'rganish ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Mazkur mavzuning dolzarbligi, birinchi navbatda, sog'lom turmush tarzini keng joriy etishga qaratilgan davlat dasturlari va normativ-huquqiy hujjatlar bilan chambarchas bog'liq. Xususan, PKM-478 doirasida aholi o'rtasida jismoniy faollikni oshirish, salomatlik ko'rsatkichlarini muntazam monitoring qilish hamda profilaktik chora-tadbirlarni kuchaytirish vazifalari belgilab berilgan. Jismoniy tayyorgarlik sinovlari asosida salomatlikni kompleks baholash tizimini jismoniy tarbiya jarayoniga joriy etish orqali individual va guruhiy salomatlik holatini aniqlash, xavf omillarini barvaqt belgilash hamda jismoniy yuklamalarni ilmiy asosda moslashtirish imkoniyati yuzaga keladi. Shu sababli, jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlikni baholashning kompleks yondashuvini ilmiy jihatdan asoslash jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti uchun dolzarb ilmiy muammo hisoblanadi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi jismoniy tarbiya tizimida amalda qo'llanilayotgan jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali aholining salomatlik holatini baholashning kompleks yondashuvini ilmiy-pedagogik jihatdan asoslash hamda jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarining salomatlik indikatorlari sifatidagi ahamiyatini aniqlashdan iborat.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Jismoniy tarbiya tizimida jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash va uni salomatlik ko'rsatkichlari bilan bog'liq holda o'rganish masalasi zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda alohida dolzarblik kasb etmoqda. Abdullaev va Kadirov tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini baholashda kompleks yondashuvning ustun jihatlari ochib berilgan. Mualliflar jismoniy sifatlarni alohida emas, balki o'zaro bog'liq tizim sifatida baholash salomatlik holatini aniqlashda yuqori ishonchlilikni ta'minlashini ilmiy asoslab berganlar. Ushbu yondashuv jismoniy tayyorgarlik sinovlarini umumiy funksional holatning integral ko'rsatkichi sifatida qo'llash imkoniyatini kengaytiradi.

Funksional holatni baholash va monitoring qilish masalalari Ponomarev va Ponomareva ishlarida chuqur yoritilgan. Mualliflar jismoniy madaniyat va sport bilan shug'ullanuvchilarning salomatligini saqlashda muntazam monitoringning ahamiyatini ta'kidlab, jismoniy yuklamalarni individuallashtirish zarurligini ko'rsatadilar. Tadqiqot natijalari jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarining funksional holatni baholashda asosiy diagnostik mezon sifatida xizmat qilishini tasdiqlaydi. Bu esa jismoniy tarbiya tizimida kompleks baholash modellarini joriy etish uchun ilmiy asos yaratadi.

Shklyarenko va Aleshichev tomonidan o'rta maxsus ta'lim muassasalari talabalari misolida jismoniy madaniy faoliyatni tashkil etishda kompleks yondashuvning pedagogik samaradorligi o'rganilgan. Mualliflar jismoniy tayyorgarlik, salomatlik va tarbiyaviy maqsadlarni yagona tizim asosida amalga oshirish jismoniy tarbiya jarayoni samaradorligini oshirishini ta'kidlaydilar. Ushbu yondashuv jismoniy tayyorgarlik sinovlarini faqat nazorat vositasi sifatida emas, balki salomatlikni mustahkamlashga xizmat qiluvchi pedagogik mexanizm sifatida ko'rish zarurligini ko'rsatadi.

Xalqaro tadqiqotlarda ham jismoniy tayyorgarlik va salomatlik monitoringi o'rtasidagi uzviy bog'liqlik keng yoritilgan. Xususan, Cale, Harris va Chen tomonidan olib borilgan ilmiy ishlar jismoniy tarbiya jarayonida salomatlik, jismoniy faollik va fitnes ko'rsatkichlarini kompleks monitoring qilishning hozirgi holati hamda kelgusi istiqbollarni tahlil qiladi. Mualliflar maktab va ta'lim muassasalarida jismoniy tayyorgarlik testlarini salomatlikni baholash vositasi sifatida qo'llash xalqaro tajribada o'zini oqlayotganini ta'kidlaydilar. Mahalliy tadqiqotlarda jismoniy faollik va sog'lom turmush tarzi masalasiga alohida e'tibor qaratilgan. Usmonov M. tomonidan talabalarning jismoniy faolligini oshirish yo'llari o'rganilib, jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish salomatlikni yaxshilashning asosiy omili sifatida qaraladi. Muallifning xulosalari jismoniy tarbiya tizimida baholash sinovlarini amaliyotga yo'naltirilgan holda takomillashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Shuningdek, Salimov U. tadqiqotida Surxondaryo viloyati talabalarining sog'lom turmush tarzi va jismoniy faollikka bo'lgan munosabati tahlil qilingan. Muallif talabalar o'rtasida jismoniy faollik darajasi va salomatlik holati o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlab, jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini baholash orqali profilaktik chora-tadbirlarni kuchaytirish mumkinligini asoslaydi. Ushbu manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy tayyorgarlik sinovlari asosida salomatlikni baholashning kompleks yondashuvi jismoniy tarbiya tizimining samaradorligini oshirish, aholi salomatligini mustahkamlash va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda muhim ilmiy-pedagogik ahamiyatga ega. Mazkur holat tanlangan tadqiqot mavzusining nazariy va amaliy jihatdan dolzarb ekanligini tasdiqlaydi.



TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot jismoniy tarbiya tizimida jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlik holatini baholashning kompleks yondashuvini aniqlashga qaratilgan bo'lib, uni amalga oshirishda tizimli, kompleks va integrativ metodologik yondashuvlar qo'llanildi. Tadqiqotning nazariy-metodologik asosini jismoniy tarbiya va sport nazariyasi, salomatlik monitoringi hamda jismoniy tayyorgarlikni baholashga oid mahalliy va xorijiy ilmiy tadqiqotlar tashkil etdi. Xususan, jismoniy tayyorgarlikni kompleks baholashga oid yondashuvlar (Abdullaev, Kadirov; Shklyarenko, Aleshichev), funksional holat monitoringi konsepsiyalari (Ponomarev, Ponomareva), shuningdek, jismoniy tarbiya jarayonida salomatlik va fitnesni baholash bo'yicha xalqaro tajribalar (Cale, Harris, Chen) tadqiqotning ilmiy-metodik poydevori sifatida qabul qilindi.

Tadqiqotda quyidagi ilmiy usullardan foydalanildi: ilmiy-pedagogik adabiyotlarni tahlil qilish va umumlashtirish, me'yoriy-huquqiy hujjatlarni o'rganish, pedagogik kuzatuv, jismoniy tayyorgarlik sinovlarini o'tkazish, funksional holat ko'rsatkichlarini baholash hamda solishtirma tahlil. Jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlashda tezkorlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik va harakat koordinatsiyasini baholovchi standartlashtirilgan sport sinovlari qo'llanildi. Ushbu ko'rsatkichlar salomatlikning umumiy holatini aks ettiruvchi funksional parametrlar bilan taqqoslanib, ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik aniqlandi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Olingan natijalarni qayta ishlashda matematik-statistik tahlil usullari qo'llanilib, jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarining salomatlik indikatorlari sifatidagi ishonchligi baholandi. Tadqiqot jarayonida kompleks monitoring yondashuvi asosida jismoniy tayyorgarlik sinovlarini jismoniy tarbiya jarayoniga joriy etishning pedagogik samaradorligi tahlil qilindi. Metodologik yondashuvlar tadqiqotning maqsadi va vazifalariga mos ravishda tanlanib, natijalarning ilmiy asoslanganligi hamda amaliyotga yo'naltirilganligini ta'minlashga xizmat qildi.

1-jadval: **Jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarining salomatlik holati bilan bog'liqligi (umumlashtirilgan natijalar)**

| Jismoniy sifatlar | Baholash vositasi (sinov) | O'rtacha natija (ball) | Salomatlikka ta'sir darajasi |
|--------------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------------|
| Tezkorlik | 30 m yugurish | 4,2 | Yuqori |
| Kuch | Tortilish / o'tjmaniya | 4,0 | O'rtacha–yuqori |
| Chidamlilik | 1000 m yugurish | 4,4 | Yuqori |
| Egiluvchanlik | Oldinga egilish | 3,8 | O'rtacha |
| Harakat koordinatsiyasi | Kompleks harakat testi | 4,1 | O'rtacha–yuqori |

Jadval izohi. Ma'lumotlardan ko'rinib turibdiki, chidamlilik va tezkorlik ko'rsatkichlari salomatlik holati bilan eng yuqori bog'liqlikka ega. Ayniqsa, chidamlilik testlari yurak-qon tomir hamda nafas olish tizimining funksional holatini aks ettirib, salomatlikni baholashda asosiy indikator sifatida namoyon bo'ldi. Egiluvchanlik ko'rsatkichlari salomatlik bilan o'rtacha darajada bog'liq bo'lib, asosan harakat apparati holatini ifodalashi aniqlandi. Olingan natijalar Abdullaev va Kadirov tomonidan taklif etilgan jismoniy tayyorgarlikni kompleks baholash yondashuvi samaradorligini tasdiqlaydi. Shuningdek, Ponomarev va Ponomareva ta'kidlagan funksional holat monitoringining zarurligi mazkur tadqiqot natijalarida o'z ifodasini topdi. Jismoniy tayyorgarlik sinovlari asosida olingan ma'lumotlar muntazam monitoring orqali salomatlikdagi salbiy o'zgarishlarni barvaqt aniqlash imkonini berishi isbotlandi.

Xalqaro tadqiqotlar (Cale, Harris, Chen) bilan qiyosiy tahlil shuni ko'rsatdiki, jismoniy tayyorgarlik va salomatlik ko'rsatkichlarini birgalikda baholash jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligini oshiradi. Mahalliy tadqiqotlar (Usmonov, Salimov) natijalari ham jismoniy faollik darajasi yuqori bo'lgan talabalarda salomatlik ko'rsatkichlari yaxshiroq ekanligini tasdiqlab, mazkur ish natijalarini ilmiy jihatdan qo'llab-quvvatlaydi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlikni baholashning kompleks yondashuvi jismoniy tarbiya tizimida samarali ilmiy-pedagogik mexanizm ekanligini ko'rsatdi. Ushbu yondashuv jismoniy tarbiya jarayonini individuallashtirish, profilaktik tadbirlarni kuchaytirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qiladi.

XULOSA

Tadqiqot natijalari jismoniy tayyorgarlik sinovlari (tezkorlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik va harakat koordinatsiyasi) salomatlik holatini baholashda ishonchli va integral diagnostik ko'rsatkichlar ekanligini ilmiy jihatdan tasdiqladi. Jismoniy tayyorgarlik darajasi yuqori bo'lgan ishtirokchilarda funksional holat ko'rsatkichlarining barqaror va ijobiy ekanligi aniqlandi. Jismoniy tayyorgarlik sinovlarini kompleks yondashuv asosida

qo'llash salomatlikni baholashda bir tomonlama ko'rsatkichlarga tayangan baholashga nisbatan yuqori samara berishi isbotlandi. Bu holat jismoniy tarbiya jarayonida salomatlik monitoringini tashkil etishda kompleks baholash tizimining ustunligini ko'rsatadi.

Olingan natijalar mahalliy va xorijiy tadqiqotlarda (Abdullaev, Kadirov; Ponomarev; Shklyarenko; Cale va boshqalar) keltirilgan ilmiy xulosalar bilan uyg'un bo'lib, jismoniy tayyorgarlik sinovlari asosida salomatlikni baholash jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishning ilmiy asoslangan yo'nalishi ekanligini tasdiqlaydi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida jismoniy tayyorgarlik sinovlarini muntazam ravishda o'tkazib borish va ularni salomatlik holatini baholashning asosiy monitoring vositasi sifatida joriy etish tavsiya etiladi.

Jismoniy tayyorgarlik sinovlari natijalari asosida mashg'ulot yuklamalarini individuallashtirish hamda salomatlikda salbiy o'zgarishlar kuzatilgan hollarda profilaktik chora-tadbirlarni o'z vaqtida amalga oshirish maqsadga muvofiq. Jismoniy tarbiya tizimida salomatlikni baholashning kompleks yondashuviga asoslangan yagona diagnostik modelni ishlab chiqish va uni ta'lim muassasalari amaliyotiga joriy etish sog'lom turmush tarzini shakllantirish samaradorligini oshiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Абдуллаев М.Ж., Кадиров Р.Х. Otsenka fizicheskoy podgotovlennosti uchashchikhsya: kompleksnyy podkhod, teoretiko-metodologicheskie osnovy i metodiko-prakticheskie aspekty. – 2025. – B. 3.
2. Пономарев А.Э., Пономарева И.А. Aktualnye problemy monitoringa funktsionalnogo sostoyaniya zanimayushchikhsya fizicheskoy kulturoy i sportom // Izvestiya Tulsogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kultura. Sport. – 2019. – № 5. – B. 40-47.
3. Шкляренко А.П., Алешичев П.П. Kompleksnyy podkhod v organizatsii fizkulturnoy deyatel'nosti studentov srednego professionalnogo obrazovaniya // Pedagogika fizicheskoy kultury i sporta: problemy i perspektivy. – 2020. – B. 156-168.
4. Cale L., Harris J., Chen M.H. Monitoring health, activity and fitness in physical education: its current and future state of health // Sport, Education and Society. – 2014. – T. 19. – № 4. – B. 376-397.
5. Усмонов М. Talabalarning jismoniy faolligini oshirish yo'llari // Journal of Universal Science Research. – 2025. – 3(5). – B. 117-119.
6. Salimov U. Analysis of the attitude of students of the Surkhandarya region to a healthy lifestyle and physical activity // Society and Innovation. – 2021. – 2(3).

- 
- 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. №5(4)

© 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.