



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



No6(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. 116 sahifa,
12-iyun, 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

Maktab o'quvchilarining musiqiy tafakkurini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari	10
<i>Abilov Muslim Normuxammadovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini milliy qadriyatlar ruhida tarbiyalashning pedagogik ahamiyati.....	14
<i>Bolqiyev Axmad</i>	
Jamiyat muhitida radikalizmning oldini olishga qaratilgan uzluksiz profilaktika tizimini yaratish	17
<i>Axmedova Iroda Shaxitbekovna</i>	
Inklyuziv ta'lim va gospital pedagogikani rivojlantirishda pedagogning tashkilotchilik madaniyati: nazariy va amaliy aspektlar	22
<i>Djabborov Ma'sud Bahriddinovich, Arolova Zarina Lochin qizi</i>	
Developing Sociolinguistic Competence in Intensive Teaching of Foreign Languages to Adults	28
<i>G. R. Tolibova</i>	
Языковая выразительность и художественный мир сказки "Муха-Цокотуха"	31
<i>Garifullina Alsu Robert qizi</i>	
Boshlang'ich sinflarda nasriy asarlarni o'qitish	35
<i>Ibodullayeva Madina Muzaffar qizi</i>	
Nutq kamchiligiga ega bo'lgan bolalarda nutq faoliyatining yuzaga kelish xususiyatlari	38
<i>Ibroximova Fotimaxon Qobiljon qizi</i>	
Rezervga bo'shatilgan harbiy xizmatchilarni fuqarolik hayotiga ijtimoiy-psixologik reintegratsiyasining nazariy-metodologik tahlili (CTP dasturi misolida).....	42
<i>Ikmatullayev G'ayrat Zokirovich</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining o'quv motivatsiyasini innovatsion pedagogik texnologiyalar asosida rivojlantirish yo'llari	47
<i>Islamova Fotima Shamsiddinovna, Ismoilova Mohinur Faxriddin qizi</i>	
Raqamli ta'lim muhitida milliy o'quv dasturini amaliyotga joriy etishning asosiy tamoyillari	52
<i>Mamanazar Djumayev</i>	
Turli vazn toifalaridagi dzyudochilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish	61
<i>I. B. Matmuratova</i>	
Maktabgacha ta'limda xalqaro monitoring va baholash dasturlarining o'rni	65
<i>Mutalova Dilnoza Abdurashidovna</i>	
Raqamli texnologiyalar orqali o'quvchilarning intellektuallik koeffitsientini rivojlantirish va zamonaviy ko'nikmalarini shakllantirish	69
<i>Normamatova Sevinch Asror qizi</i>	
Ona tilidan o'quvchilarning pragmatik kompetensiyasining rivojlanganlik darajasini aniqlash mezonlari.....	73
<i>Ollqova O'g'iljon Mamanazarovna</i>	
Oliy ta'limda adaptiv raqamli ta'lim texnologiyalari asosida o'quv jarayoni samaradorligini oshirish modeli ...	77
<i>Quchqarova Dilnovoz Shaymaxammad qizi</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning kasbiy kompetensiyalarini autentik videomateriallar asosida rivojlantirish metodikasi	81
<i>Qurbonova Shalola Ilhomiddinovna</i>	
Jadid ma'rifatparvarlari pedagogik merosini tadqiq etishning zamonaviy ijtimoiy-pedagogik ahamiyati	84
<i>Raxmatova Dilbar Anvar qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining funksional savodxonligini xalqaro baholash dasturlari asosida rivojlantirish	88
<i>Shavqiddin Burxonov</i>	
Development of Students' Artistic Taste and Aesthetic Education as a Pedagogical Problem.....	91
<i>Temirov Murodjon Anvarovich</i>	
O'smirlarda huquqiy madaniyatni shakllantirishda ma'naviy-ma'rifiy faoliyatning pedagogik imkoniyatlari... 95	
<i>Umarov Qobiljon</i>	



Ta'lim va tarbiya tizimida falsafiy yondashuvning pedagogik asoslari 98 Umurov Sharif Rajabovich	98
Boshlang'ich sinf ona tili darslarida so'z turkumlariga oid mashg'ulotlar ustida ishlash 102 Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi	102
Методические основы развития критического мышления обучающихся при изучении информационных технологий в условиях использования искусственного интеллекта 106 Панжиева Назокат Нормаматовна	106
Динамика морфологической системы современного русского языка в условиях цифровизации 111 Тураева Дилфуза Даминовна	111



TURLI VAZN TOIFALARIDAGI DZYUDochILARNING TEXNIK- TAKTIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH

I. B. Matmurotova

Jizzax davlat pedagogika universiteti
 Jismoniy tarbiya va sport fakulteti katta o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada dzyudochi qizlarni tayyorlashda texnik-taktik tayyorgarligini oshirishga qaratilgan model ishlab chiqish hamda toj va qarshi usullarni qo'llash uslubi, shu bilan birga texnik-taktik tayyorgarligini oshiruvchi vosita va usullar saralangan hamda ularni qo'llash to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: dzyudo, toj usuli, qarshi usullar, podsechka, sport mashg'ulotlari, texnik-taktik, mashqlar majmuasi, seoinage, yoko-shiho-Gatame, Kesa-gatame, Kami-shiho-Gatame, pasdan ilib olishlar, oyoqdan chalishlar, algoritm.

Abstract: This article examines the development of a model aimed at improving the technical and tactical training of female judokas, the methodology for applying crown and counter-measures, as well as the means and methods for improving technical and tactical preparation, and provides information on their application.

Key words: judo, crown technique, counter techniques, kick, sports training, technical-tactical, exercise complex, seoinage, Yoko-shiho-Gatame, Kesa-gatame, Kami-shiho-Gatame, pass catches, kicks, algorithm.

Аннотация: В данной статье представлена информация о разработке модели, направленной на повышение технико-тактической подготовки девушек-дзюдоисток, а также методике применения коронных и встречных приемов, а также отборе средств и методов, повышающих технико-тактическую подготовку, и их применении.

Ключевые слова: дзюдо, коронный прием, контрприемы, подсечка, спортивные тренировки, технико-тактические, комплекс упражнений, сеоинэге, йоко-сико-гатаме, Кеса-гатаме, Ками-сико-гатаме, перехваты с передачи, ноги, алгоритм.

KIRISH

Mamlakatimizda dzyudoning olimpiya sport turi sifatida ommaviyligini oshirish, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish tizimini takomillashtirish, milliy terma jamoalarimizning nufuzli sport musobaqalarida yuqori natijalarga erishishini ta'minlash yangi tizimini yo'lga qo'yish muhim ahamiyat kasb etmoqda. "Dzyudo sport turini ommaviy sport turlaridan biriga aylantirish, iqtidorli sportchilarni aniqlash, tanlash va saralash (seleksiya) hamda ularni professional sportchilar sifatida tayyorlash" kabi vazifalarni amalga oshirish belgilangan.

Hozirgi sport amaliyotida Qurolli Kuchlar va huquqni muhofaza qilish organlarining jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlari dasturiga dzyudoni bosqichma-bosqich kiritish, ular tizimidagi ta'lim muassasalari o'quvchi-talabalari uchun ushbu sport turi bo'yicha fakultativ mashg'ulotlar va to'garaklar tashkil qilish muhim masalaga aylanmoqda. Bu esa mashg'ulotlarga zamonaviy vosita va uslublarni joriy etishni taqozo etadi. Ayniqsa, yosh dzyudochi qizlarning mashg'ulotlarida usul va qarshi usullarni uyg'unlashtirish, maxsus jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish va kuch hamda tezkor-kuch sifatlarini takomillashtirish muammolari dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Turli vazn toifalaridagi dzyudochi qizlarni texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

1. Turli vazn toifalaridagi dzyudochilarni texnik-taktik tayyorgarligini oshiruvchi vositalarni saralash.
2. Turli vazn guruhlaridagi dzyudochilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish modelini ishlab chiqish.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Respublikamizdagi qator A.N. Abdiyev, N.N. Azizov, A.Yu. Bagdasarov, O.J. Dadabayev, S.E. Qodirov, I.B. Aliyev, A.T. Tangriyev, F.R. Turayev kabi mutaxassislar tomonidan dzyudochilarning tayyorgarlik turlarini takomillashtirish, ularning jismoniy tayyorgarligini zamonaviy uskunalar orqali aniqlash va baholash, musobaqa faoliyatini tahlil etish asosida tayyorgarlik jarayonining rejalarini ishlab chiqish, nazariya va amaliyotning uzviyligini ta'minlash masalalari bo'yicha hamda boshqa mutaxassislar tomonidan malakali dzyudochilarni tayyorlashga oid turli ilmiy-tadqiqot ishlari olib borilgan.

TAHLIL VA NATIJALAR

Turli vazn guruhleri dzyudochilarining texnik-taktik tayyorgarligi, mashg'ulot va musobaqa faoliyatining avval aniqlangan o'ziga xos xususiyatlariga tayangan holda belgilandi. Yosh dzyudochilarni vazn toifalari bo'yicha tayyorlashda model tavsifi juda muhim hisoblanadi. Buni inobatga olib, turli vazn guruhleri dzyudochilarining texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishning umumiy modeli ishlab chiqildi. Ushbu model uch kurashli (yengil, o'rta va og'ir vaznlilarga ajratib) vazifalarni bajarish uchun asos bo'lib xizmat qildi.

Turli vazn toifasidagi dzyudochi qizlarning texnik-taktik tayyorgarligini oshirish modelini amalga oshirish uchun musobaqa faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini modellashtiruvchi maxsus shartlar ajratib olindi. Bunda dzyudochilarning toj usullari texnikasini shakllantirish, qarshiliksiz va sherikning to'liq bo'lmagan qarshiligi sharoitida toj usullari texnikasini takomillashtirish hamda mashg'ulot bellashuvlarining turli sharoitlarida toj usuli texnikasini takomillashtirish muhim omil sifatida qaraldi.

Dzyudochilarning toj usullari texnikasini shakllantirish "yengil vaznlilar", "o'rta vaznlilar" va "og'ir vaznlilar" musobaqa faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda optimal texnik harakatlarni tanlash asosida amalga oshirildi. Yosh dzyudochilarni toj usulida tayyorlashda vazn toifalari bo'yicha tabaqalashtirilgan mashg'ulotlar olib borildi (1-rasmga qarang).



1-rasm: Turli vazn guruhlaridagi dzyudochilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish modeli



Turli vazn guruhlaridagi dzyudochilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish modelida asosan toj usulidan foydalanishga e'tibor qaratildi. Bunda yengil, o'rta va og'ir vazn toifalari uchun toj usulidan foydalanib texnik harakatlar o'rgatildi. Shu bilan birga, ushbu modelning eng samarali tarafi shundaki, noqulay sharoitlarda ham toj usulini bajarish hamda moslashtirishga e'tibor qaratildi. Bunda texnikani takomillashtirish, sherik bilan juftlikda burilish, tashlash, statik zo'riqish sharoitida hamda rezinalarda bajariladigan harakatlarga o'rgatildi. Shu bilan birga, turgan holatda o'quv-trenirovka bellashuvlarining turli sharoitlarida toj usulida tashlash texnikasiga o'rgatishda bosib olishdagi bellashish, qarshi usullar, o'ng va chap tomonlama raqibga qarshi hamda parterda bellashishga urg'u berildi.

Mazkur model turli vazn guruhlaridagi dzyudochi qizlarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish jarayonini ilmiy asosda tashkil etishga qaratildi. Bu dzyudochilarning individual morfofunktsional xususiyatlari, jismoniy tayyorgarlik darajasi va vazn toifasiga xos dzyudo uslublarini hisobga olgan holda ishlab chiqilgan kompleks tizim hisoblanadi. Ushbu modelning asosiy maqsadi dzyudochi qizlarda texnik harakatlarni taktik jihatdan samarali qo'llash, musobaqa vaziyatlariga moslashuvchanlikni oshirish va bellashuv olib borish strategiyasini takomillashtirishdan iborat.

Modelning tuzilmasi o'zaro bog'liq bo'lgan bir necha turlardan iborat bo'lib, ular maqsadli yo'naltirilgan tayyorgarlik, mazmuniy ta'minot, metodik yondashuv, mashg'ulot vositalari va nazorat-baholash tizimini qamrab oldi. Mazmuniy komponentda turli vazn toifalariga xos texnik-taktik harakatlar majmuasi ajratib ko'rsatilgan bo'lib, yengil vazn toifasidagi sportchilar uchun tezkorlik, harakatchanlik va kombinatsion usullar ustuvor bo'lsa, og'ir vazn toifasida kuchga asoslangan, barqaror va nazoratli texnikani oshirishga e'tibor qaratildi. Ushbu model tabaqalashtirilgan yondashuv asosida amalga oshirilib, mashg'ulot jarayonida individual va guruhli mashqlar, modellashtirilgan bellashuv vaziyatlari, sparring mashg'ulotlari, video tahlil va muammoli topshiriqlardan keng foydalanildi. Har bir vazn toifasi uchun yuklama hajmi va intensivligi mos ravishda optimallashtirilib, texnik-taktik harakatlarning samaradorligini oshirish imkonini berdi.

Nazorat va baholash tizimi dzyudochilarning texnik aniqligi, taktik fikrlash darajasi, qaror qabul qilish tezligi va musobaqaviy samaradorligi kabi mezonlar asosida olib borildi. Modelni amaliyotga joriy etish natijasida dzyudochi qizlarning individual imkoniyatlariga mos texnik-taktik tayyorgarlik darajasi oshib, ularning musobaqalardagi natijadorligi sezilarli darajada yaxshilanishi ilmiy jihatdan asoslab berildi.

To'liqsiz qarshilik ko'rsatish sharoitida turli vazn guruhlaridagi dzyudochi qizlarning toj usullari texnikasini takomillashtirish quyidagi mashg'ulot topshiriqlari yordamida amalga oshirildi. Bunda taqlid mashqlarini bajarish orqali (sheriksiz) toj usulida tashlash texnikasini, sherigi bilan toj usulida to'p tashlashga burilish texnikasini, sherik bilan toj usulida tashlash texnikasini, statik zo'riqish sharoitida uchlikda (ikki sherik bilan) toj usulida tashlash hamda toj usulida tashlash texnikasini qo'llagan holda takomillashtirish, rezinalar yordamida bajariladigan imitatsion mashqlarni ham uyg'unlikda amalga oshirildi.

O'quv-mashg'ulot bellashuvlari sharoitida turli vazn toifasidagi dzyudochi qizlarning toj usullari texnikasini takomillashtirish quyidagi mashg'ulot topshiriqlari yordamida amalga oshirildi. Bunda ushlar holatidagi bellashuv, qarshi usullarga qurilgan bellashish, "o'ng tomonlama" raqib bilan kurash, "chap tomonlama" raqib bilan kurash, parter holatiga urg'u berib bellashuvlar olib borildi.

Butun tayyorgarlik jarayoni (tajriba davri) uch oydan ortiq davom etdi va nazorat, saralash hamda asosiy musobaqalarni o'z ichiga olgan mashg'ulot yilining bitta mezotsiklini tashkil etdi. Tajriba-sinov rejasi 3 ta mezotsikl, 18 ta mikrotsikldan iborat bitta makrotsikl doirasida amalga oshirildi. Tayyorgarlik samaradorligini nazorat qilish dzyudochilarning maxsus jismoniy va texnik-taktik tayyorgarligining asosiy ko'rsatkichlarini kuzatish (monitoring) yordamida amalga oshirildi. Bu turli vazn guruhlaridagi dzyudochilar tayyorgarligining haqiqiy natijasi rejalashtirilgan natija bilan mos kelmagan taqdirda, mashg'ulot yuklamasining hajmi va shiddati parametrlari bo'yicha mashg'ulot rejasi mazmuniga tezkor tuzatish kiritish imkonini berdi. Ushbu model bir vaqtning o'zida uchta vazn toifasi bo'yicha toj usulini mustahkamlash hamda sport musobaqalarida yuqori natijalarga erishish imkoniyatlarini oshirdi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Mazkur ilmiy asoslangan dzyudochilarni tayyorlashda texnik-taktik tayyorgarligini oshirish modelini qo'llash natijasida shug'ullanuvchilarda texnik-taktik tayyorgarligida o'sishlar kuzatildi. Dzyudochi qizlarning texnik tayyorgarligi 13,5 % ga, taktik tayyorgarligi 14,3 % ga yaxshilandi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 20-iyundagi PQ-286-son "Dzyudo sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 3-noyabrdagi PQ-414 son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori, Lex.uz

3. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 13-fevraldagi 118-son "2019-2023-yillarda O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish konsepsiyasi to'g'risida"gi qarori, Lex.uz
4. Monteiro L.F. Structure et Cont Energetiques des Combats de Judo // Poster presentations judo Conference, -Munich, Germany. 24 Yuly 2001. pp - 24-25.
5. Ахмедов Ф.Ш., Мусобақа олди тайёргарлигининг дзюдочилар психологик ҳолатига таъсири // Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети. Фан-Спортга журнали. Чирчиқ. 2020. - 4-сон. - Б.76-78.
6. Дадабаев О.Ж., Юқори малакали дзюдочиларда ўқув-машғулот жараёнини режалаштириш хусусиятлари // Жисмоний тарбия ва спорт илмий тадқиқодлар институти.Фан-Спортга журнали. Чирчиқ. 2020.- 2-сон. Б.20-23.
7. Qodirov S.E. Sport takomillashuv guruhlarida malakali dzyudochilarning kuch va tezkor-kuch qobiliyatlarini rivojlantirish: Diss. ... ped. nauk. - Chirchiq: O'zDJTSU, 2023. - 120 b.

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



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №6(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.