



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston  
Milliy Pedagogika  
Universiteti



№7(1)  
2026

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

# M

# AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 568 sahifa,  
1-iyul, 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)  
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)  
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)  
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent  
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor  
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor  
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 ta'lim muhitida o'quvchilarning milliy qadriyatlarga oid tasavvurlarini shakllantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari.....	10
<b>Davlatnazarova Ziyodabonu Muxtor qizi</b>	
Talabalarning xulqidagi devyatsiya darajasining yuqorilab ketishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar.....	16
<b>Ergashev Jo'rabek Xalilovich</b>	
Zo'rvonlikka uchragan bolalarni va ularning oilalarini zo'rvonlikdan himoya qilishning normativ-huquqiy va ijtimoiy-psixologik asoslari.....	19
<b>Ergasheva Gullolaxon Nosirjon qizi</b>	
Tinglab tushunish kompetensiyasining psixolingvistik va pedagogik asoslari.....	24
<b>Jonbo'tayeva Maxarramxon</b>	
O'z-o'zini rivojlantirish kompetensiyasining kasbiy kompetentlik tizimidagi o'рни.....	27
<b>Kutliyeva Feruzaxon Yusupovna</b>	
Eshitishda nuqsoni bo'lgan bolalarning ijtimoiylashuvini ta'minlashga xizmat qiluvchi zamonaviy kompleksni rivojlantirish.....	31
<b>Yunusov Mirsaid Xudayarovich, Istamova Sevdo Ashirqul qizi</b>	
Elektr tizimlari dinamik barqarorligini STEAM va Spiral (Regressus, Progressus) metodlari asosida o'qitish.....	35
<b>Safarov Xoliyor Sayyid Safar o'g'li</b>	
O'quvchilarda badiiy-estetik did va dizaynerlik ko'nikmalarini rivojlantirish metodikasi.....	39
<b>Norbutayeva Dilafuz Abdurasulovna</b>	
Talabalarda ijtimoiy yetuklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari va uning ta'lim sifatiga ta'siri.....	43
<b>Rahimova Nazokatxon Kasimjonovna</b>	
Model for Improving Students' Professional Competencies Based on Motivational Learning Approach.....	49
<b>Alibekova Mahzuna</b>	
Bo'lajak tarix o'qituvchilarining tarixiy tafakkurini shakllantirishning tuzilmasi va pedagogik komponentlari... 54	54
<b>Djumaniyazov Farxod Ulugbekovich</b>	
Yengil atletika bilan shug'ullanuvchi 14-16 yoshli sportchi qizlarda mashg'ulotlar davomiyligi.....	59
<b>Oralova Bibixol Husniddin qizi, G'ulomova Maftuna Sayfulla qizi</b>	
Boshlang'ich ta'limda ingliz tilini o'yinlar orqali o'rgatish.....	64
<b>Ruzmetova D. A.</b>	
Bo'lajak texnologiya fani o'qituvchisining axloqiy faoliyatini shakllantirishda pedagogik vositalarning imkoniyatlari.....	68
<b>Saydanova Dilafuz Sadirdinovna</b>	
Xorijiy tajribalar va zamonaviy yondashuvlar asosida tyutorlar kasbiy salohiyatini rivojlantirishda malaka oshirish tizimini takomillashtirish.....	75
<b>Ubaydullayev Zuxriddin Botirovich</b>	
Effective Classroom Activities for Developing Speaking Skills Among EFL Learners.....	79
<b>Akhmatova Munisa Orif qizi</b>	
Xalqaro va milliy baholash dasturlarini hisobga olgan holda boshlang'ich ta'lim mazmunini yangi ta'lim trendlari bilan boyitish.....	86
<b>Gulmira Abdullayeva, Egamberganova Yorqinoy Ollobergan qizi</b>	
Ijtimoiy tarmoqlarning shaxs identifikatsiyasiga ta'sirining ijtimoiy-psixologik omillari.....	90
<b>Tojiboyeva Nodiraxon Tursunaliyevna</b>	
Analysis of the Methodology for Developing Students' Creative Thinking Competence Using Artificial Intelligence Tools Based on STEAM Educational Technologies.....	94
<b>Tursunaliyeva Nazokat Tokhir qizi</b>	



Oliy ta'lim muassasalarida e-Portfolio ma'lumotlarini markazlashmagan tarzda boshqarishning afzalliklari va muammolari .....	102
<i>Yusupova Dono Adambayevna, Jalolov Tursunbek Sadriddinovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining inklyuziv-tolerantlik haqidagi qarashlari tahlili .....	110
<i>Amangeldiyeva Adolat Ravshanbek qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarni savod o'rgatishga tayyorlashning samarali shakl, metod va didaktik vositalari .....	115
<i>Go'zal Qurbonova</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarda hayot xavfsizligi ko'nikmalarini shakllantirishning dolzarb pedagogik masalalari.....	121
<i>Muratova Munavvar O'rol qizi</i>	
Tarkibida toponimlar mavjud maqol va matallarning lingvomadaniy xususiyatlari va ularni o'qitishning lingvodidaktik asoslari.....	126
<i>Usmonova Zamira Jaxongirovna</i>	
Psixologik-pedagogik tadqiqotlarda tassavur fenomenologiyasi .....	130
<i>Axmedova Shaxlo Shoxob qizi</i>	
Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish metodikasi (haykaltaroshlik san'ati misolida).....	133
<i>Panayeva Maloxat Muminovna</i>	
Взаимосвязь склонности к сравнению внешности, интернет-зависимости и уровня притязаний у студентов-юношей .....	136
<i>Багдасарова Диана Левоновна</i>	
Роль каракалпакской народной национальной музыки в формировании духовно-нравственных качеств учащихся .....	141
<i>Зарымова Турсынай Бердибай кызы</i>	
A Review of the Literature on Stem Cells in Dentistry .....	145
<i>Ruziyeva Kamola Akhtamovna</i>	
Bolalar musiqa va san'at maktablarida estrada san'atini o'qitish masalalari (gitara cholg'usi misolida) .....	150
<i>Abdullayev O'tkir Sadullayevich</i>	
Talabalarda innovatsion kasbiy kompetentlikni rivojlantirish texnologiyalari .....	154
<i>Avezov Davronbek Soburovich</i>	
O'zbek xalq pedagogikasi an'alarining zamonaviy ta'lim tizimidagi transformatsiyasi .....	158
<i>Erkaboyeva Nigora Shermatovna</i>	
Texnika va iqtisodiyot yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalari talabalarida ingliz tilini mustaqil o'rganishning psixologik-pedagogik xususiyatlari .....	163
<i>Mamatqodirova Gulnigor Rustamjonovna</i>	
Yangi dunyoviy tartibotning shakllanishi jarayonida siyosiy taraqqiyot barqarorligi va xavfsizligini ta'minlash muammolari .....	168
<i>Nazarov Alisher Narimanovich</i>	
Ota-onasiz tarbiyalanayotgan o'smir o'g'il bolaning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.....	171
<i>Qodirov Jahongir Neymat o'g'li</i>	
Kutubxona muhitida talabalarining mustaqil ta'lim faoliyatini tashkil etishning innovatsion modellari.....	176
<i>Qosimova Xolida Nabiyevna</i>	
Jismoniy imkoniyati cheklangan maktabgacha yoshdagi bolalarda milliy harakatli o'yinlar orqali jismoniy sifatlarni rivojlantirish .....	179
<i>Raxmatullayeva Durdoni Fazliddin qizi</i>	
Personalized Approach to the Treatment of Generalized Periodontitis in the Prediction of Cardiovascular Complications Based on Salivary Proteomic Profiling.....	182
<i>Shodiev O. U., Nazarova N. Sh., Agababayan I. R.</i>	
O'smirlarda irratsional ustanovkalar shakllanishining ijtimoiy-psixologik omillari .....	187
<i>Toshboltayeva Nodira</i>	
Роль интерактивного лингвокультурологического пространства в формировании лингвокультурной компетенции студентов национальных групп филологических направлений.....	191
<i>Рустамова Ферузахон Махмуджановна</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Talabalarining darsdan tashqari vaqtda mustaqil ravishda jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishini shakllantirish ..... 196 Dusanov Shuxrat Abdiraakovich
	Kutubxona muhitida talabalarining mustaqil ta'lim faoliyatini tashkil etishning innovatsion modellari ..... 201 Qosimova Xolida Nabiyevna
	Jismoniy tarbiya darslarida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-pedagogik kompetensiyasini takomillashtirish mexanizmlari ..... 205 Xoliqnazarov Azamat Begaliyevich
	Oliy ta'lim talabalarida kreativ fikrlashni fanlararo integratsiya asosida shakllantirish ..... 209 Allanazarova Dilobar Baxromovna
	"Alpomish" dostonida obrazlar nutqidagi pedagogik qarashlar ..... 213 Boboqulova Aziza Adizovna
	Researching the Biochemistry and Physical Chemistry of Oral Fluid in Kids Who Are Acting Strangely ..... 217 Eraliyeva Zulfiya Makhmudovna, Buzrukhoda Javohir
	Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini mikro matnlarni o'qitishga qaratilgan kognitiv metodlar ..... 222 I. Matrasulova
	Boshlang'ich sinf o'quvchilarining yozma nutq ko'nikmalarini shakllantirishda raqamli didaktik vositalardan foydalanish metodikasi ..... 225 Komilova Dilnozaxon Abdulhayevna, Xoliqova Mubinabonu Jamoliddin qizi
	Oliy ta'lim muassasalarida onomastik leksikani lingvokulturologik yondashuv asosida o'qitishning strategik-metodik asoslari ..... 229 Mamatqulova Baxtixon Ravshanovna
	Raqamli matnlarning lisoniy va pragmatik xususiyatlari ..... 232 Mashrapova Sevara Xabibovna
	Extensive Pelvic Ureteral Abnormalities and Reconstructive Operations in Patients ..... 237 Mukhsinov Sardor
	Pedagogikada metodlardan foydalanish ..... 241 Maxmudova Nargiz Djumaniyazovna
	Diqqat yetishmasligi giperaktivlik buzilishini davolash usullari ..... 245 Otbasarova Umida Mexmonovna, Inogamova Rano Bahodirovna
	Talabalaridagi sanogen tafakkurning psixologik xususiyatlarini empirik tadqiq etish masalasi ..... 249 Tulyaganova Dilnoza Ulug'bek qizi
	Raqamli ta'lim texnologiyalaridan foydalanishning xorijiy va milliy tajribasini qiyosiy tahlil qilish ..... 253 Abdullayev Sherzodbek
	Context, Intention, and Meaning in English Language Teaching: Developing Pragmatic Awareness in Learners of English as a Foreign Language ..... 256 Keldiyarova Shakhriyoda, Keldiyarova Mohlaroyim
	Maktabgacha yoshdagi bolalarni steam yondashuvi yordamida og'zaki muloqotga o'rgatish mashqlar tizimi ..... 267 Yunusova Malika Miralimovna
	Культурные и исторические коды франции в автобиографической прозе марселя паньоля ..... 270 Рахманкулова Дилафруз Азимовна
	Трансформация роли преподавателя в условиях цифровизации высшего образования ..... 274 Рахматова Нигина Ислумовна
	Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tasviriy san'atning tutgan o'rni ..... 278 Sultonova Marxabo
	Boshlang'ich sinf matematika darslarida matematik tasavvurlarni shakllantirish metodikasi ..... 283 Akramova Fotimabonu Kurbonovna
	Boshlang'ich sinflarda matematika fanini o'qitishda sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish imkoniyatlari ..... 288 Axmedov Muslimjon Usmonovich
	Boshlang'ich ta'limda musiqa ta'limini sun'iy intellekt va shaxsga yo'naltirilgan pedagogika asosida tashkil etishning ilmiy-metodik asoslari ..... 295 Djumabayeva Muqaddas



“Suvning agregat holatlari va tabiatda aylanishi” mavzusini o‘rgatishda 4K ko‘nikmasini rivojlantirish .....	300
<i>Esnazarov Abdiganiy Jamalatdinovich</i>	
Raqamli vositalar asosida mexatronika va robototexnika yo‘nalishi talabalarini o‘qitishning pedagogik-psixologik xususiyatlari .....	307
<i>Ikromov Muhammad-Anasxon Xakimjon o‘g‘li</i>	
Najmiddin Kubroning ilmiy merosi .....	311
<i>Jahongir Jumanov</i>	
Oliy ta‘lim muassasalarida talabalarda tejamkorlikni shakllantirishning o‘rni.....	314
<i>Jo‘rayev Alisher Tursinboyevich</i>	
Milliy va umuminsoniy qadriyat fenomenining pedagogik tadqiqotlarda o‘rganilishi.....	318
<i>Jovliyev Jo‘rabek Alisher o‘g‘li</i>	
Jazo muddatini o‘tayotgan shaxslarda emotsional buzilishlarning ijtimoiy-psixologik sabablari .....	322
<i>Manzitov Baxtiyor Tolibovich</i>	
Maktabgacha ta‘lim jarayonida o‘yin texnologiyalarini qo‘llashning pedagogik asoslari va samaradorligi ....	329
<i>Nyutonova Xilola Lochinbekovna, Mayliyeva Nasiba Axmedovna</i>	
Ta‘lim menejmentida Predictive Analytics texnologiyalaridan foydalanish istiqbollari .....	332
<i>Primqulova Aziza Mirzaahmad qizi</i>	
Yosh sportchilarda tezlik-kuch sifatlarini rivojlantirish usullari .....	337
<i>Chariyev Ulug‘bek Abdujabbarovich, Radjabov Jaxongir Furkatovich</i>	
Z avlod psixologik xususiyatlariga mos zamonaviy tarbiya texnologiyalari .....	342
<i>Ravshanov Sanjar Tolibjonovich</i>	
Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish texnologiyasida refleksiya mexanizmining o‘rni .....	346
<i>Raxmonova Mahfuzaxon Xasan qizi</i>	
Iqtisodiy o‘shishning mohiyati .....	350
<i>Sayfiddinova Sabina Muhiddinovna</i>	
Dasturlash ko‘nikmalarini baholashda generativ sun‘iy intellekt va gamifikatsiya integratsiyalashgan arxitektura modelini ishlab chiqish.....	353
<i>Sultonov Ravshonbek Otonazarovich</i>	
Ta‘lim klasteri sharoitida talabalarning loyihalash kompetensiyalarini rivojlantirishning zaruriyati .....	356
<i>Sultanova Dilnura Abdurashidovna</i>	
Stereometriya darslarida o‘quvchilarning fazoviy tasavvurini va tasvirlash savodxonligini 3D modellashtirish vositasida rivojlantirish .....	359
<i>Sultonova Shahnoza Yusuf qizi, Sultonova Dilrabo Yusuf qizi</i>	
Chayon zahrlashning biologik xususiyatlari, toksikologik ta‘siri va biotexnologiyadagi istiqbolli qo‘llanilishi.....	365
<i>To‘xtamurodova Feruza</i>	
Sun‘iy intellekt va raqamli ta‘lim texnologiyalari integratsiyasi asosida oliy ta‘limda fizika fanini o‘qitish metodikasini takomillashtirish.....	369
<i>Usubjonova Durdona Fazliddin qizi</i>	
Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida ta‘lim va tarbiya maqsadlarini o‘yin mexanikasiga integratsiya qilishning interaktiv modulli texnologiyalarini takomillashtirish .....	373
<i>Xolmatova Dilshoda Sherali qizi</i>	
Особенности формирования совместной познавательной деятельности в образовательном процессе.....	378
<i>Абдрахманова А. С.</i>	
Влияние корпоративной культуры вуза на формирование профессиональных ценностей студенческой молодежи.....	383
<i>Бекбаев Рауф Рустамович</i>	
MTMgacha katta yoshdagi bolalarda ijtimoiy-hissiy munosabatlarni shakllantirish imkoniyatlari.....	389
<i>Boymurodova Surayyo Eshqvat qizi</i>	
Musiqa madaniyati asosida deviant xulqli o‘quvchilar bilan ishlashning pedagogik modeli va samaradorligi .....	393
<i>Jabborova Muattar Xatamovna</i>	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS	Uzluksiz ta'lim tizimida biologiya fani o'qituvchilarining kompetentligini rivojlantirish..... 398 <a href="#">Mamadaliyeva Barnoxon O'ktamovna</a>	398
	Focusing on the Practical and Technical Aspects of Dutar Performance and Enhancing this Process..... 403 <a href="#">Muyassarxon Adiljanovna Achildieva, Shodiyeva Shahinabonu Shoirjon qizi</a>	403
	Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining professional kompetensiyasini rivojlantirish metodikasi ..... 409 <a href="#">Olloberganova Fazilat Tangriberganovna</a>	409
	Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarining vizual kompetensiyalarini rivojlantirishda dizayn tafakkuriga asoslangan pedagogik texnologiyalarni takomillashtirish ..... 415 <a href="#">Shomurodov Oybek Norqulovich</a>	415
	Ta'lim jarayonida o'quvchilarda empatiyani rivojlantirishning neyropedagogik texnologiyalari..... 421 <a href="#">Kamaladin Kuronboyevich Matyaqubov</a>	421
	Talabalarda ijtimoiy yetuklikni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari va uning ta'lim sifatiga ta'siri..... 425 <a href="#">Rahimova Nazokatxon Kasimjonovna</a>	425
	Talabalar iqtisodiy xulq-atvorining ijtimoiy-psixologik determinantlari: gender tahlili ..... 431 <a href="#">Yuldosheva Gavhar O'tkirovna</a>	431
	Study of the Structural and Semantic Features of Simple Sentences in English and Uzbek..... 435 <a href="#">Askar Abdullaev</a>	435
	Farosat tarbiyasini rivojlantirishda tarixiy-madaniy yondashuvning o'rni va ahamiyati..... 440 <a href="#">Abdimuratova Gulzar Matniyazovna</a>	440
	O'quvchilarga alyuminiy elementini o'rgatishda hayot bilan bog'lab 4K ko'nikmasini shakllantirish..... 445 <a href="#">Abdug'aniy Esnazarov Jamalatdinovich</a>	445
	Turizm sohasida xizmat ko'rsatish sifatini oshirishda ijtimoiy muloqot kompetensiyasining o'rni..... 449 <a href="#">Abdullayeva Sevara Yuldashevna</a>	449
	O'quvchilarda emotsional intellektni shakllantirishning innovatsion metodlari va diagnostikasi..... 454 <a href="#">Kamaladin Kuronboyevich Matyaqubov</a>	454
	The Role of Gymnastics in Promoting Holistic Development Among Preschool Children: Physical, Cognitive, and Social Perspectives..... 458 <a href="#">Kosimov Bekzod Zoirovich</a>	458
	Pedagogical and Managerial Factors in Developing Communicative Creativity Among Higher Education Leaders ..... 462 <a href="#">Mamatova Khilola Mukhiddinovna</a>	462
	NLA in Developing Presentation Competence in English B2 Learners ..... 470 <a href="#">Normatova Yulduz</a>	470
	Ta'lim sohasidagi yetakchi yondashuvlar..... 474 <a href="#">Rajabova Lola Raxmatullayevna</a>	474
	Physalis alkekengi o'simligidan flavonoidlarni ajratib olishning biotexnologik usullari va jarayon ko'rsatkichlarini maqbullashtirish ..... 478 <a href="#">S. B. Xidirova</a>	478
	Badiiy ta'lim amaliyotiga klaster yondashuvi asosida ta'lim integratsiyasini joriy etishning strategik yo'nalishlari va metodologik asoslari..... 484 <a href="#">Sultanov Xaytboy Eraliyevich</a>	484
	Boshlang'ich sinf o'quvchilarining nutqiy kompetensiyasini rivojlantirishda lug'at ustida ishlashning pedagogik ahamiyati ..... 489 <a href="#">Xabibullayev Umidxon Fayzulla o'g'li</a>	489
	Gamifikatsiya texnologiyalari vositasida bo'lajak o'qituvchilarda tanqidiy fikrlash kompetensiyalarini rivojlantirish..... 493 <a href="#">Abdullayev Javohir Ismoil o'g'li</a>	493
	Turizm sohasida xizmat ko'rsatish sifatini oshirishda ijtimoiy muloqot kompetensiyasining o'rni..... 496 <a href="#">Abdullayeva Sevara Yuldashevna</a>	496
	Qoraqalpoq prozasida inson psixologiyasi ..... 502 <a href="#">Dosbergenova Miyrigul Sadiratdinovna</a>	502



Yuqori sinf o'quvchilarining ingliz tilidagi kommunikativ kompetensiyasini rivojlantirishda veb-resurslardan foydalanishning metodik asoslari.....	505
<b>Karimova Guljahon Zarifovna</b>	
Oliy ta'limda inklyuziv ta'lim rivojining xalqaro va milliy tajribasi.....	510
<b>Mamasiddikova Maftuna Akbarjon qizi</b>	
Deconstructing Power in the Digital Age: A Pedagogical Framework for Analyzing Political Terminology in Uzbek and International Media .....	516
<b>Ochilova Dilnora Hayotovna</b>	
Ta'lim sohasidagi yetakchi yondashuvlar.....	520
<b>Rajabova Lola Raxmatullayevna</b>	
Bo'lajak pedagoglarda darslarni integratsiyalash jarayonida o'qituvchi faoliyatini loyihalashtirish mazmuni .....	525
<b>Shukurova Laziza Shokir qizi</b>	
Гендерно маркированная лексика в русском и узбекском языках.....	529
<b>Мохигул Абдужабборова, Гулноз Нигматова</b>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarda rivojlantiruvchi markazlar asosida ekologik madaniyatni shakllantirishga yo'naltirilgan tadqiqot metodikasi.....	533
<b>Suvanova Sevara Baxodir qizi</b>	
Роль цифровых образовательных инструментов в развитии языковой компетенции учащихся 10-11 классов Республики Каракалпакстан .....	539
<b>Утемуратов Улугбек Нурадинович</b>	
Innovatsion yondashuv asosida talabalarning boshqaruv malakalarini rivojlantirish tizimining oliy ta'lim muassasalaridagi hozirgi holati.....	544
<b>Eshankulova Nargiza Xayitmuratovna</b>	
Bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ mahoratini shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari .....	549
<b>Ismoilov Muhammadkarim Miraxmat o'g'li</b>	
Huquqbuzarlik sodir etishga moyil shaxslarda addiktiv xulq-atvorning nazariy-psixologik asoslari .....	554
<b>Izzatov Sherzod Samad o'g'li</b>	
Yoshlarning harbiy xizmatga bo'lgan munosabatini shakllantirishning o'ziga xos xususiyatlari .....	558
<b>Rashidov Abdurashid Murodullayevich</b>	
Sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish metodikasi .....	563
<b>Oralova Bibixol Husniddin qizi, Sanayev Ikrom Iskandar o'g'li</b>	



# SPORT GIMNASTIKASI BILAN SHUG'ULLANUVCHI O'QUVCHILARDA MUVOZANAT SAQLASH QOBILIYATINI RIVOJLANTIRISH METODIKASI

Oralova Bibixol Husniddin qizi  
Shahrisabz davlat pedagogika instituti  
"Jismoniy madaniyat" kafedrasida o'qituvchisi

Sanayev Ikrom Iskandar o'g'li

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Tadqiqot davomida muvozanat qobiliyatining sport gimnastikasidagi o'rni, uning texnik elementlarni sifatli bajarish hamda sport natijalarini oshirishdagi ahamiyati tahlil qilindi. Shuningdek, muvozanatni rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashqlar, vestibulyar apparat faoliyatini takomillashtiruvchi vositalar va mashg'ulotlarni tashkil etish metodikasi o'rganildi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, muvozanat qobiliyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan mashqlarni tizimli ravishda qo'llash o'quvchilarning koordinatsion tayyorgarligini, harakat aniqligini va murakkab gimnastik elementlarni bajarish samaradorligini oshirishi aniqlandi. Maqolada sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan bo'lib, ular murabbiylar va pedagoglar faoliyatida foydalanish uchun tavsiya etiladi.

**Kalit so'zlar:** sport gimnastikasi, muvozanat saqlash qobiliyati, koordinatsion qobiliyatlar, vestibulyar apparat, jismoniy tayyorgarlik, maxsus mashqlar, harakat koordinatsiyasi, texnik tayyorgarlik, gimnastik elementlar, sport mahorati.

**Abstract:** This article discusses the theoretical and practical foundations of developing balance skills in students engaged in artistic gymnastics. During the study, the role of balance skills in artistic gymnastics, its importance in the quality performance of technical elements and improving sports results were analyzed. Also, special exercises aimed at developing balance, tools that improve the activity of the vestibular apparatus, and methods for organizing training sessions were studied. According to the results of the study, it was found that the systematic use of exercises aimed at developing balance skills increases students' coordination readiness, accuracy of movement, and the effectiveness of performing complex gymnastic elements. The article develops practical recommendations for developing balance skills in artistic gymnastics, which are recommended for use in the activities of coaches and teachers.

**Key words:** artistic gymnastics, balance ability, coordination abilities, vestibular system, physical fitness, special exercises, motor coordination, technical training, gymnastic elements, sports performance.

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются теоретические и практические основы развития навыков равновесия у учащихся, занимающихся спортивной гимнастикой. В ходе исследования анализируется роль навыков равновесия в спортивной гимнастике, их значение для качественного выполнения технических элементов и улучшения спортивных результатов. Также изучены специальные упражнения, направленные на развитие равновесия, инструменты, улучшающие активность вестибулярного аппарата, и методы организации тренировочных занятий. По результатам исследования установлено, что систематическое использование упражнений, направленных на развитие навыков равновесия, повышает координационную готовность учащихся, точность движений и эффективность выполнения сложных гимнастических элементов. В статье разработаны практические рекомендации по развитию навыков равновесия в спортивной гимнастике, которые рекомендуется использовать в деятельности тренеров и преподавателей.

**Ключевые слова:** спортивная гимнастика, способность к поддержанию равновесия, координационные навыки, вестибулярный аппарат, физическая подготовка, специальные упражнения, координация движений, техническая подготовка, гимнастические элементы, спортивное поведение.

## KIRISH

Sport gimnastikasi murakkab koordinatsion sport turlaridan biri bo'lib, sportchilardan yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlik, harakat aniqligi, tezkorlik, egiluvchanlik va muvozanat saqlash qobiliyatini talab etadi. Muvozanat saqlash qobiliyati sport gimnastikasining barcha mashq va elementlarini muvaffaqiyatli baja-

rişda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, gimnastik snaryadlarda bajariladigan mashqlar, aylanishlar, sakrashlar va murakkab kombinatsiyalar vaqtida tana holatini boshqarish hamda fazoviy yo'nalishni to'g'ri aniqlash sportchining texnik mahoratini belgilovchi muhim ko'rsatkichlardan sanaladi. Shu sababli muvozanat qobiliyatini rivojlantirish sport gimnastikasi bo'yicha mashg'ulotlar tizimining ajralmas qismi bo'lib, u o'quvchilarning harakat faoliyatini takomillashtirish, texnik xatolarni kamaytirish va sport natijalarini oshirishga xizmat qiladi. Zamonaviy sport pedagogikasi va sport fiziologiyasi sohasidagi tadqiqotlar muvozanat qobiliyatining vestibulyar apparat faoliyati, nerv-mushak koordinatsiyasi hamda markaziy asab tizimining funksional imkoniyatlari bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatmoqda.

Bugungi kunda sport gimnastikasida yuqori natijalarga erishish uchun o'quvchilarning koordinatsion qobiliyatlarini, xususan, muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning ilmiy asoslangan metodikalarini takomillashtirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Amaliyotda ko'plab murabbiylar muvozanatni rivojlantirish mashqlaridan foydalanayotgan bo'lsalar-da, ularni yosh va individual xususiyatlarni hisobga olgan holda tizimli qo'llash masalalari yetarlicha o'rganilmagan. Shuningdek, sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus vositalar, innovatsion mashqlar va pedagogik yondashuvlardan samarali foydalanish zarurati mavjud. Mazkur holatlar sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish metodikasini ilmiy jihatdan asoslash, uning samaradorligini aniqlash hamda amaliyotga tatbiq etish bo'yicha tadqiqotlar olib borishning dolzarbligini belgilaydi.

**Tadqiqot maqsadi.** Sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning nazariy va amaliy asoslarini o'rganish hamda maxsus mashqlar va pedagogik yondashuvlar asosida uning samaradorligini oshirish metodikasini ishlab chiqishdan iborat.

#### **Tadqiqot vazifalari:**

1. Sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatining nazariy asoslari hamda uning sport mahoratini shakllantirishdagi ahamiyatini tahlil qilish.
2. Muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga ta'sir etuvchi pedagogik, fiziologik va metodik omillarni aniqlash hamda ularning o'zaro bog'liqligini yoritib berish.
3. Sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan samarali mashqlar, vositalar va metodik yondashuvlarni tizimlashtirish hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

### **MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI**

Sport gimnastikasi insonning jismoniy sifatlarini har tomonlama rivojlantiruvchi, harakat koordinatsiyasi va muvozanat saqlash qobiliyatini takomillashtiruvchi eng murakkab sport turlaridan biri hisoblanadi. Gimnastika mashg'ulotlari jarayonida sportchilarning muvozanatni boshqarish, fazoviy mo'ljal olish, harakatlarni aniq muvofiqlashtirish hamda murakkab texnik elementlarni bajarish ko'nikmalari shakllanadi. Shu sababli sport gimnastikasida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish masalasi sport pedagogikasi va sport fiziologiyasi sohalarida muhim ilmiy yo'nalishlardan biri sifatida e'tirof etiladi.

Hakimjonov M.X. va Yo'ldashev S.A. yosh gimnastikachilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish va texnik mahoratini shakllantirish masalalarini tadqiq etgan. Mualliflar sport gimnastikasida muvaffaqiyatga erishish ko'p jihatdan sportchilarning koordinatsion qobiliyatlari, tezkorlik, kuch va muvozanat darajasiga bog'liqligini qayd etadilar. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashqlar texnik elementlarni bajarish sifatini oshirishga hamda murakkab harakatlarni tezroq o'zlashtirishga yordam beradi. Mualliflar tomonidan tavsiya etilgan mashqlar tizimi sportchilarni bosqichma-bosqich tayyorlashda samarali vosita sifatida baholangan.<sup>[2]</sup>

Qodirov I. tomonidan ilgari surilgan shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalari konsepsiyasi sport mashg'ulotlarini tashkil etishda ham muhim metodologik ahamiyatga ega. Muallif ta'lim jarayonida har bir o'quvchining individual xususiyatlari, qiziqishlari va imkoniyatlarini hisobga olish zarurligini ta'kidlaydi. Mazkur yondashuv sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish metodikasini ishlab chiqishda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki o'quvchilarning yosh, jismoniy tayyorgarlik va koordinatsion imkoniyatlari turlicha bo'lganligi sababli mashqlar yuklamasi va murakkablik darajasini individual tarzda belgilash yuqori samaradorlikni ta'minlaydi.<sup>[5]</sup>

Morgunova I.I. tomonidan yaratilgan "Gimnastika va uni o'qitish metodikasi" o'quv qo'llanmasida gimnastikaning nazariy asoslari, mashg'ulotlarni tashkil etish metodikasi hamda gimnastik mashqlarni o'rgatish jarayonining pedagogik xususiyatlari keng yoritilgan. Muallifning ta'kidlashicha, gimnastik mashqlarni o'zlashtirishda muvozanat saqlash qobiliyati markaziy o'rin egallaydi, chunki sportchi har qanday statik yoki dinamik harakatni bajarishda tana holatini nazorat qila olishi zarur. Asarda vestibulyar apparat faoliyatini rivojlantirish



va koordinatsion qobiliyatlarni takomillashtirishga qaratilgan mashqlar tizimi tavsiya etilgan bo'lib, ular yosh gimnastikachilar tayyorgarligida muhim ahamiyat kasb etadi.<sup>[1]</sup>

Sayfiyev H.X. (2025) sport gimnastikasi mashg'ulotlarining yosh sportchilar rivojlanishiga ta'sirini o'rganar ekan, ushbu sport turi o'quvchilarning nafaqat jismoniy, balki psixologik va funksional tayyorgarligini ham rivojlantirishini ta'kidlaydi. Muallifning fikricha, muntazam gimnastika mashg'ulotlari natijasida vestibulyar apparat faoliyati yaxshilanadi, harakatlarni boshqarish aniqligi ortadi hamda muvozanat saqlash qobiliyati sezilarli darajada rivojlanadi. Tadqiqotda muvozanat qobiliyatining sport natijalariga bevosita ta'sir qiluvchi omillardan biri ekanligi ilmiy asoslangan.<sup>[3]</sup>

Artikova N.V. sport gimnastikasi vositalari orqali jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirish masalalarini tadqiq qilib, gimnastika mashqlarining koordinatsion va muvozanat qobiliyatlarini rivojlantirishdagi ahamiyatiga alohida to'xtalib o'tadi. Muallif sport gimnastikasi vositalari organizmning funksional imkoniyatlarini kengaytirishi, mushaklararo muvofiqlikni oshirishi va harakatlar aniqligini takomillashtirishini qayd etadi. Tadqiqot natijalari muvozanat saqlashga yo'naltirilgan mashqlarni muntazam qo'llash sportchilarning umumiy jismoniy tayyorgarligini sezilarli darajada yaxshilashini ko'rsatgan.<sup>[4]</sup>

Tahlil qilingan ilmiy manbalar sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish sport mahoratini oshirishning muhim omillaridan biri ekanligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, mavjud tadqiqotlarning aksariyati muvozanat qobiliyatini umumiy koordinatsion tayyorgarlik tarkibida o'rganishga qaratilgan bo'lib, aynan sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilar uchun maxsus metodik tavsiyalar va pedagogik mexanizmlar yetarli darajada ishlab chiqilmagan.

Xulosa qilib aytganda, ilmiy adabiyotlar tahlili sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish jismoniy tayyorgarlik, texnik mahorat va sport natijalarini oshirishning muhim sharti ekanligini tasdiqlaydi. Shu bois muvozanat qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy asoslangan metodikalarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish bugungi kunda sport pedagogikasining dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolada sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik va metodik asoslari yoritilib, ushbu qobiliyatni takomillashtirishda qo'llaniladigan maxsus mashqlar, vositalar hamda samarali metodik yondashuvlarning ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish orqali o'quvchilarning koordinatsion tayyorgarligi va texnik mahoratini oshirish imkoniyatlari ilmiy jihatdan asoslab beriladi.

## TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish metodikasining samaradorligini aniqlashga qaratildi. Tadqiqotning metodologik asosini jismoniy tarbiya va sport nazariyasi, sport pedagogikasi, sport fiziologiyasi hamda koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishga oid zamonaviy ilmiy yondashuvlar tashkil etdi. Tadqiqotda o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik mexanizmlari o'rganildi.

Tadqiqot jarayonida nazariy va empirik metodlardan kompleks foydalanildi. Nazariy metodlar sifatida ilmiy-pedagogik, psixologik va uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish hamda tizimlashtirish usullaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali sport gimnastikasida muvozanat saqlash qobiliyatining o'zni, uni rivojlantirish vositalari va metodlari hamda mavjud ilmiy yondashuvlar o'rganildi.

Empirik tadqiqot metodlari sifatida pedagogik kuzatish, suhbat, test sinovlari va pedagogik tajriba metodlari qo'llanildi. Pedagogik kuzatish orqali o'quvchilarning muvozanat saqlashga oid harakat faoliyati, mashqlarni bajarish sifati va koordinatsion tayyorgarlik darajasi o'rganildi. Tajriba jarayonida o'quvchilar nazorat va tajriba guruhlariga ajratilib, tajriba guruhida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashqlar majmuasi qo'llanildi. Ushbu mashqlar tarkibiga gimnastik o'rindiq ustida mashqlar, bir oyoqda turish mashqlari, aylanishlardan keyingi muvozanatni tiklash mashqlari, beqaror tayanchlarda bajariladigan mashqlar hamda vestibulyar apparat faoliyatini rivojlantiruvchi mashqlar kiritildi.

Tadqiqot davomida o'quvchilarning muvozanat saqlash qobiliyati maxsus testlar yordamida baholandi. Jumladan, bir oyoqda turish davomiyligi, dinamik muvozanat ko'rsatkichlari, harakatlarni muvofiqlashtirish aniqligi hamda gimnastik elementlarni bajarish sifati mezon sifatida olindi. Olingan natijalar matematik-statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, tajriba va nazorat guruhlari ko'rsatkichlari o'rtasidagi farqlar aniqlandi.

Tadqiqotning ilmiy-metodik yondashuvi sport gimnastikasi mashg'ulotlari jarayonida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishning tizimli, bosqichma-bosqich va maqsadga yo'naltirilgan metodikasini ishlab chiqishga asoslandi. Ushbu yondashuv o'quvchilarning koordinatsion tayyorgarligini oshirish, texnik elementlarni bajarish sifati yaxshilash hamda sport natijalarini yuqori darajaga ko'tarishga xizmat qildi.

## TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqot davomida sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan maxsus metodikaning samaradorligi o'rganildi. Tajriba-sinov ishlari davomida o'quvchilar nazorat va tajriba guruhlariga ajratilib, tajriba guruhida muvozanat qobiliyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan maxsus mashqlar majmuasi qo'llanildi. Ushbu mashqlar tarkibiga bir oyoqda turish mashqlari, gimnastik o'rindiqlarda harakatlanish, aylanishlardan keyin muvozanatni tiklash, beqaror tayanchlarda mashqlar bajarish hamda vestibulyar apparat faoliyatini rivojlantiruvchi mashqlar kiritildi. Nazorat guruhida esa mashg'ulotlar an'anaviy dastur asosida tashkil etildi.

Dastlabki diagnostika natijalari har ikki guruh o'quvchilarining muvozanat saqlash qobiliyati ko'rsatkichlari deyarli bir xil darajada ekanligini ko'rsatdi. Tadqiqot boshida o'quvchilarning aksariyatida statik va dinamik muvozanatni saqlashda ayrim qiyinchiliklar kuzatildi. Ayniqsa, murakkab aylanishlardan keyin tana holatini nazorat qilish, tor tayanchda harakatlanish va gimnastik elementlarni bajarishda barqarorlikni saqlash ko'rsatkichlari yetarli darajada shakllanmaganligi aniqlandi.

Tajriba yakunida tajriba guruhi o'quvchilarida muvozanat saqlash qobiliyati sezilarli darajada yaxshilangani kuzatildi. Bir oyoqda turish davomiyligi ortdi, harakatlarni muvofiqlashtirish aniqligi yaxshilandi hamda murakkab gimnastik elementlarni bajarishdagi xatolar soni kamaydi. O'quvchilar tomonidan muvozanatni talab qiluvchi mashqlarni bajarish sifati oshib, harakatlarning texnik jihatdan to'g'ri bajarilishi ta'minlandi. Nazorat guruhida ham ijobiy o'zgarishlar kuzatilgan bo'lsa-da, ularning o'sish sur'ati tajriba guruhiga nisbatan past bo'ldi.

Tadqiqot natijalari muvozanat saqlash qobiliyati bilan koordinatsion tayyorgarlik o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Maxsus mashqlarni muntazam qo'llash natijasida o'quvchilarning fazoviy mo'ljal olish qobiliyati, harakat reaksiyasi tezligi va tana qismlarini boshqarish ko'nikmalari rivojlandi. Bu esa sport gimnastikasida texnik elementlarni muvaffaqiyatli bajarish uchun muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, gimnastik snaryadlarda bajariladigan mashqlar vaqtida o'quvchilarning harakat aniqligi va tana muvozanatini saqlash darajasi sezilarli ravishda oshgani qayd etildi.

Muvozanat qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan mashqlar vestibulyar apparat faoliyatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Mashg'ulotlar davomida aylanishlar, sakrashlar va murakkab koordinatsion mashqlarni bajarish natijasida o'quvchilarning bosh aylanishiga chidamligi ortdi, tana holatini tez tiklash qobiliyati shakllandi. Bu holat sport gimnastikasining texnik jihatdan murakkab elementlarini o'zlashtirish jarayonini sezilarli darajada yengillashtirdi.

Tadqiqot davomida olingan natijalar Morgunova I.I., Hakimjonov M.X., Yo'ldashev S.A. hamda Sayfiev H.X. tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlar natijalari bilan uyg'unlik kasb etdi. Ularning tadqiqotlarida ham koordinatsion qobiliyatlar va muvozanat sport gimnastikasidagi muvaffaqiyatning muhim omili sifatida baholangan. Mazkur tadqiqot esa ushbu ilmiy qarashlarni amaliy tajriba natijalari bilan boyitib, muvozanatni rivojlantirishga qaratilgan maxsus metodikaning samaradorligini tasdiqladi.<sup>[1.2.3.4.5]</sup>

Muhokama natijalari shuni ko'rsatdiki, sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish tasodifiy emas, balki maqsadli va tizimli ravishda tashkil etilishi zarur. Mashqlar yuklamasining bosqichma-bosqich oshirib borilishi, o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish hamda maxsus vositalardan foydalanish metodikaning samaradorligini oshiruvchi asosiy omillar sifatida namoyon bo'ldi. Shu bilan birga, muvozanat qobiliyatining rivojlanishi nafaqat sport natijalariga, balki o'quvchilarning umumiy jismoniy tayyorgarligi, harakat madaniyati va o'ziga bo'lgan ishonchining ortishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Tadqiqot natijalari asosida sport gimnastikasi mashg'ulotlarida muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan maxsus mashqlar majmuasidan muntazam foydalanish o'quvchilarning koordinatsion tayyorgarligi va texnik mahoratini oshirishning samarali vositasi ekanligi aniqlandi. Bu esa sport gimnastikasi bo'yicha mashg'ulotlar mazmunini takomillashtirish va sportchilar tayyorgarligini yanada samarali tashkil etish imkonini beradi.

## XULOSA VA TAKLIFLAR

Sport gimnastikasi bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarda muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirish sport mahoratini oshirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot natijalari muvozanat qobiliyati sportchilarning koordinatsion tayyorgarligi, harakat aniqligi, fazoviy mo'ljal olish hamda murakkab gimnastik elementlarni muvaffaqiyatli bajarishida muhim ahamiyat kasb etishini ko'rsatdi. Shu bois sport gimnastikasi mashg'ulotlari jarayonida muvozanatni rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashqlarni tizimli ravishda qo'llash zarur hisoblanadi.

Tadqiqot davomida ishlab chiqilgan metodika asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar o'quvchilarning statik va dinamik muvozanat ko'rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshilashga xizmat qildi. Maxsus mashqlar majmu-



sidan foydalanish natijasida o'quvchilarning vestibulyar apparati faoliyati takomillashdi, harakatlarni boshqarish aniqligi oshdi hamda texnik elementlarni bajarish sifati yaxshilandi. Bu esa sport gimnastikasi mashg'ulotlarining samaradorligini oshirish va sport natijalarini yaxshilash imkonini berdi.

Tadqiqot natijalari muvozanat saqlash qobiliyatini rivojlantirishda o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish, mashqlar yuklamasini bosqichma-bosqich oshirib borish hamda innovatsion pedagogik yondashuvlardan foydalanish muhim ekanligini tasdiqladi. Mazkur omillar mashg'ulotlarning samaradorligini oshirish bilan birga o'quvchilarning sportga bo'lgan qiziqishi va motivatsiyasini ham kuchaytiradi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Morgunova I.I. Gimnastika va uni o'qitish metodikasi. – Toshkent: Ilm-Ziyo, 2014. – 240 b.
2. Hakimjonov M.X., Yo'ldashev S.A. Yosh gimnastikachilarning sport gimnastikasi bo'yicha jismoniy sifatlarini rivojlantirish va texnik mahoratini shakllantirish // Oriental Renaissance: Innovative, Educational, Natural and Social Sciences. – 2022. – T. 2. – № 12. – B. 461–466.
3. Sayfiyev H.X. Sport gimnastikasi mashg'ulotlarining yosh sportchilar rivojlanishiga ta'siri // Pedagogik tadqiqotlar jurnali. – 2025. – T. 3. – № 2. – B. 159–163.
4. Artikova N.V. Sport gimnastikasi vositalari orqali oliy o'quv yurti talaba qizlarining jismoniy tayyorgarligini takomillash-tirish // Universal Journal of Social Sciences, Philosophy and Culture. – 2026. – T. 4. – № 32. – B. 55–57.
5. Qodirov I. Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalari asosida tarix darslarini samarali tashkil etish // Xalq ta'limi. – B. 68–72.

- 
- 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. №7(1)**

---

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

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

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