№6/2026



ADPI
Ilmiy xabarnomasi

ISSN 2181-4309

TALABALARNING JISMONIY FAOLLIGI VA SOG'LOM OVQATLANISH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR

Turg'untoshev Muxlisbek Ilhomjon o'g'li
Andijon davlat pedagogika instituti

Annotatsiya.
Maqolada oliy ta'lim muassasasi talabalarining jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirishga oid zamonaviy yondashuvlar nazariy jihatdan tahlil qilingan. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining jismoniy faollik va ovqatlanish bo'yicha tavsiyalari, xorijiy tizimli sharhlar hamda mahalliy tadqiqotlar natijalari umumlashtirilgan. Talabalar xulq-atvoriga ta'sir etuvchi omillar shaxsiy, ijtimoiy, jismoniy muhit va makro darajalar bo'yicha tasniflangan. Tahlil asosida kompetensiyaviy, raqamli, ijtimoiy-ekologik va motivatsion yondashuvlarni birlashtiruvchi integrativ model taklif etilgan hamda uni pedagogika oliy ta'lim muassasalarida joriy etish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.
Kalit so'zlar:
talaba, jismoniy faollik, sog'lom ovqatlanish, sog'lom turmush tarzi, ko'nikma, zamonaviy yondashuv, raqamli texnologiyalar, o'z-o'zini nazorat qilish, integrativ model.

Аннотация.
В статье теоретически проанализированы современные подходы к развитию физической активности и навыков здорового питания студентов высших учебных заведений. Обобщены рекомендации Всемирной организации здравоохранения, результаты зарубежных систематических обзоров и отечественных исследований. Факторы, влияющие на поведение студентов, классифицированы по индивидуальному, социальному, средовому и макроуровням. Предложена интегративная модель, объединяющая компетентностный, цифровой, социально-экологический и мотивационный подходы, а также разработаны рекомендации по её внедрению в педагогических вузах..
Ключевые слова:
студент, физическая активность, здоровое питание, здоровый образ жизни, навык, современный подход, цифровые технологии, самоконтроль, интегративная модель.

Abstract.
The article theoretically analyses modern approaches to developing physical activity and healthy eating skills among university students. It synthesises the World Health Organization recommendations, international systematic reviews and national studies. Factors shaping student behaviour are classified at individual, social, physical-environment and macro levels. An integrative model combining competency-based, digital, socio-ecological and motivational approaches is proposed, together with recommendations for its implementation in pedagogical higher education institutions.
Keywords:
student, physical activity, healthy eating, healthy lifestyle, skill, modern approach, digital technologies, self-monitoring, integrative model.

Kirish. Bugungi kunda kattalar orasida jismoniy faollik yetishmasligi global sog'liqni saqlash muammolaridan biriga aylandi. Xalqaro tadqiqotlarga ko'ra, dunyo bo'yicha yetarli jismoniy faollikka ega bo'lmagan kattalar ulushi 2010-yildagi 26,4 foizdan 2022-yilda 31,3 foizga oshgan [12]. Mualliflar hozirgi tendensiya saqlansa, 2030-yilgacha jismoniy faolsizlikni 15 foizga kamaytirish bo'yicha global maqsadga erishilmasligini ta'kidlaydi [12].

Talabalik davri bu muammo ayniqsa keskin namoyon bo'ladigan bosqichdir. Talaba ota-ona nazoratidan chiqib, kun tartibi, ovqatlanishi va bo'sh vaqtini mustaqil boshqarishga o'tadi. Uzoq muddat o'tirib o'qish, imtihon davridagi stress, arzon va tez tayyorlanadigan oziq-ovqatning qulayligi sog'lom odatlarni susaytiradi [9]. Aynan shu davrda shakllangan xulq-atvor namunalari keyingi hayotda ham saqlanib qolishi sababli, oliy ta'lim muassasasi sog'lom turmush tarzini shakllantirishda hal qiluvchi muhit hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasida bu yo'nalish davlat siyosati darajasida qo'llab-quvvatlanmoqda. 2026-yil 25-martdan kuchga kirgan "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'RQ-1123-son Qonunda ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni tashkil etish (41-modda) hamda Oliy ta'lim vazirligining talabalar sport tadbirlarini tashkil etishdagi vakolatlari (10-

modda) belgilangan [1]. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.Mirziyoyevning 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son Farmoni bilan muntazam jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanuvchi aholi ulushini 2025-yilgacha 30 foizga yetkazish vazifasi qo'yilgan va oliy ta'lim muassasalarida "Talabalar sport o'yinlari"ni tashkil etish nazarda tutilgan [2]. 2020-yil 30-oktabrdagi PF-6099-son Farmonda esa jismoniy faollik va to'g'ri ovqatlanish yagona sog'lom turmush tarzi siyosati doirasida qaralib, ta'lim muassasalarida "sport daqiqalari"ni joriy etish hamda tuz, shakar va yog' iste'molini kamaytirish vazifalari belgilangan [3]. Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlashga oid chora-tadbirlar PQ-4887-son Qarorda alohida nazarda tutilgan [4]. Biroq me'yoriy talablar va sport tadbirlari o'z-o'zidan talabada kundalik jismoniy faollik va to'g'ri ovqatlanish ko'nikmasini hosil qilmaydi. Buning uchun xulq-atvorni o'zgartirishga qaratilgan, ilmiy asoslangan pedagogik yondashuvlar zarur.

Tadqiqotning maqsadi — talabalarning jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirishga oid zamonaviy yondashuvlarni nazariy tahlil qilish va ularni birlashtiruvchi integrativ modelni asoslash.

Tadqiqot vazifalari:

1. Jismoniy faollik va sog'lom ovqatlanish bo'yicha xalqaro me'yorlarni hamda talabalar xulq-atvoriga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash.
2. Xorijiy va mahalliy tadqiqotlarda qo'llanilgan yondashuvlarning samaradorligini qiyosiy tahlil qilish.
3. Pedagogika oliy ta'lim muassasalari sharoitiga mos integrativ model va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Mavzuga oid manbalarni to'rt guruhga ajratish mumkin: xalqaro me'yoriy tavsiyalar, xulq-atvor omillari tadqiqotlari, aralashuv dasturlari samaradorligi bo'yicha sharhlar va mahalliy pedagogik tadqiqotlar.

Xalqaro me'yoriy tavsiyalar. F.Bull va hammualliflar tomonidan e'lon qilingan JSST 2020-yilgi tavsiyalariga ko'ra, kattalar haftasiga kamida 150–300 daqiqa o'rtacha intensivlikdagi yoki 75–150 daqiqa yuqori intensivlikdagi aerob faollik bilan shug'ullanishi lozim. Bundan tashqari, haftada kamida 2 kun barcha asosiy mushak guruhlarini kuchaytiruvchi mashqlar bajarish va o'tirib o'tkaziladigan vaqtni qisqartirish tavsiya etiladi [10]. JSSTning sog'lom ovqatlanish bo'yicha tavsiyalarida kuniga kamida 400 g meva va sabzavot iste'mol qilish, erkin shakar ulushini sutkalik energiyaning 10 foizidan, yog'larni 30 foizidan kam saqlash hamda tuzni kuniga 5 g dan oshirmaslik belgilangan [13]. Ushbu ko'rsatkichlar talabalar ko'nikmalarini baholash uchun o'lchanadigan mezon bo'lib xizmat qiladi.

Xulq-atvor omillari. T.Deliens va hammualliflari fokus-guruh tadqiqoti asosida talabalar ovqatlanishiga ta'sir qiluvchi omillarni to'rt darajada tasniflagan. Bular shaxsiy (ta'm afzalligi, o'z-o'zini tartibga solish, bilim, vaqt tanqisligi, stress), ijtimoiy (ota-ona nazoratining kamayishi, tengdoshlar ta'siri), jismoniy muhit (kampusdagi oziq-ovqatning mavjudligi va narxi) hamda makro muhit (reklama, ijtimoiy-madaniy me'yorlar) omillaridir [9]. Mualliflar yotoqxonada yashash, talabalik turmush tarzi va imtihon davrlari ushbu omillar ta'sirini kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi sharoit ekanini ko'rsatgan [9]. Bu natija J.Sallis va hammualliflari asoslagan ijtimoiy-ekologik modelga mos keladi: xulq-atvor bir vaqtning o'zida bir necha darajadagi ta'sirlar natijasida shakllanadi [14].

Aralashuv dasturlari samaradorligi. R.Plotnikoff va hammualliflarining 41 ta tadqiqotni qamrab olgan tizimli sharhi va meta-tahlilida jismoniy faollikka qaratilgan tadqiqotlarning 62 foizida, ovqatlanishga qaratilganlarining 50 foizida sezilarli ijobiy o'zgarish qayd etilgan [11]. Eng samarali deb o'quv kursiga kiritilgan, pedagog bilan muntazam yuzma-yuz aloqaga asoslangan, natija bo'yicha qayta aloqa beradigan va o'z-o'ziga ishonchni (self-efficacy) oshirishga qaratilgan dasturlar topilgan. Faqat ma'ruza yoki axborot materiallari tarqatish bilan cheklangan dasturlar kamroq samara bergan [11]. O'z-o'ziga ishonch tushunchasi A.Bandura ijtimoiy-kognitiv nazariyasining markaziy tushunchasi bo'lib, sog'liqni mustahkamlashda bilim, maqsad qo'yish va o'z-o'zini nazorat qilishni asosiy mexanizm sifatida ko'rsatadi [7]. K.Brickwood va hammualliflarining meta-tahlili esa iste'molchi faollik trekerlaridan (qadam o'lchagich, aqlli soat) foydalanish jismoniy faollikni oshirishini ko'rsatgan [8].

Mahalliy tadqiqotlar. B.Jurayev va A.Egamberdiyev pedagogika oliy ta'lim muassasalarining transformatsiyasi sharoitida talabalar jismoniy faolligi muammosini tahlil qilib, ta'lim muassasasida jismoniy tarbiya va to'g'ri ovqatlanish uchun sharoit yaratish zarurligini asoslagan [6]. A.Atanazarova talabalarda sog'lom turmush tarzi hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirishning didaktik jihatlarini o'rganib, muvozanatli ovqatlanish, muntazam jismoniy faollik va stressni boshqarishni yagona tizimda o'rgatish lozimligini ta'kidlagan [5].

Tahlil shuni ko'rsatadiki, mahalliy tadqiqotlarda asosan tarbiyaviy va didaktik jihatlar yoritilgan, xorijiy tadqiqotlarda esa raqamli vositalar va xulq-atvorni o'zgartirish texnikalari samaradorligi isbotlangan. Biroq ushbu yondashuvlarni pedagogika OTM sharoitida yagona tizimga birlashtiruvchi model yetarlicha ishlab chiqilmagan. Ushbu bo'shliq tadqiqotimizning ilmiy muammosini belgilaydi.

Tadqiqot metodologiyasi

Tadqiqot nazariy xarakterga ega bo'lib, unda quyidagi usullardan foydalanildi:

- **me'yoriy-huquqiy hujjatlar tahlili** — jismoniy tarbiya va sport sohasidagi davlat siyosatini belgilovchi hujjatlar o'rganildi;
- **tizimli adabiyotlar tahlili** — JSST tavsiyalari, xalqaro tizimli sharh va meta-tahlillar hamda mahalliy ilmiy maqolalar tanlab olindi;
- **qiyosiy tahlil** — turli yondashuvlarning maqsadi, vositalari va isbotlangan samaradorligi taqqoslandi;
- **umumlashtirish va modellashtirish** — tahlil natijalari asosida integrativ model tuzildi.

Manbalarni tanlashda ikki mezonga amal qilindi: tadqiqot obyekti oliy ta'lim talabalari yoki kattalar bo'lishi va natijalar ekspertlar taqrizidan o'tgan nashrlarda yoki xalqaro tashkilotlar hujjatlarida e'lon qilingan bo'lishi. Me'yoriy-huquqiy asos sifatida O'RQ-1123-son Qonun, PF-5924, PF-6099-son Farmonlar va PQ-4887-son Qaror [1–4], nazariy asos sifatida esa ijtimoiy-kognitiv nazariya [7], ijtimoiy-ekologik model [14] va xulq-atvor o'zgarishining transnazariy modeli [15] olindi.

Tahlil va natijalar

Tahlil natijasida talabalarning jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirishda to'rtta asosiy zamonaviy yondashuv ajratildi (1-jadval). Ularning har biri

muammoning alohida darajasiga ta'sir qiladi, shu sababli yakka holda qo'llanganda cheklangan natija beradi.

1-jadval. Talabalarning jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirishdagi zamonaviy yondashuvlar

Yondashuv	Asosiy g'oyasi	Pedagogik vositalar	Ilmiy asosi
Kompetensiyaviy	Bilimni emas, amaliy ko'nikmani shakllantirish	Ovqatlanish ratsionini tuzish, mashg'ulot rejasini ishlab chiqish, keys-topshiriqlar	Kursga kiritilgan dasturlar eng samarali [11]; didaktik yondashuv [5]
Motivatsion-kognitiv	O'z-o'ziga ishonch va ichki motivatsiyani oshirish	SMART maqsad qo'yish, o'z-o'zini kuzatish kundaligi, qayta aloqa	Ijtimoiy-kognitiv nazariya [7]; qayta aloqaning samarasi [11]
Raqamli	Faollik va ovqatlanishni real vaqtda kuzatish	Qadam o'lchagich, aqlli soat, mobil ilovalar, Telegram-kanal va chellenjlar	Faollik trekerlari samarasi [8]
Ijtimoiy-ekologik	Sog'lom tanlovni oson tanlovga aylantirish	Oshxonada sog'lom menyu, yotoqxonada sport burchagi, tengdosh-yetakchilar	Ekologik model [14]; muhit omillari [9]

1-jadval ma'lumotlari ko'rsatadiki, ko'rib chiqilgan mahalliy tadqiqotlarda asosan kompetensiyaviy va didaktik yondashuv ustun, raqamli va ijtimoiy-ekologik yondashuvlar esa kam qo'llaniladi. Holbuki, faqat axborot berishga asoslangan dasturlarning samarasi pastligi xalqaro tadqiqotlarda qayd etilgan [11].

Integrativ model. Yuqoridagi yondashuvlarni birlashtirish maqsadida biz to'rt komponentli integrativ model taklif etamiz (2-jadval). Modelda talabaning xulq-atvor o'zgarishi bosqichlari [15] hisobga olinadi: tayyorgarlik bosqichidagi talabaga motivatsion ta'sir, harakat bosqichidagi talabaga esa raqamli nazorat va qayta aloqa ustuvor bo'ladi.

2-jadval. Talabalarning jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirishning integrativ modeli

Komponent	Mazmuni	Natija ko'rsatkichi
Maqsadli-motivatsion	Talabaning xulq-atvor o'zgarishi bosqichini aniqlash, shaxsiy maqsad qo'yish	Talabalarning maqsad qo'ygan ulushi
Mazmuniy	"Sog'lom turmush tarzi" moduli: JSST me'yorlari, ratsion tuzish, mashg'ulot rejasi [10; 13]	Test va amaliy topshiriq natijalari
Texnologik	Faollik trekerlari, mobil ilovalar, guruhli chellenjlar, haftalik qayta aloqa	Kunlik qadamlar soni, haftalik faollik daqiqalari

Komponent	Mazmuni	Natija ko'rsatkichi
Muhit	Kampus oshxonasi menyusi, yotoqxonada sport sharoitlari, tengdosh-yetakchilar	Muntazam shug'ullanuvchilar ulushi

Modelning afzalligi shundaki, u talabaga ta'sirni bir vaqtning o'zida shaxsiy, ijtimoiy va muhit darajalarida tashkil etadi. Natija ko'rsatkichlari o'lchanadigan bo'lgani uchun model samaradorligini pedagogik tajriba-sinov orqali tekshirish mumkin. Model O'RQ-1123-son Qonunning 41-moddasida belgilangan ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni tashkil etish talablarini hamda PF-6099-son Farmonda nazarda tutilgan sog'lom turmush tarzini keng joriy etish vazifalarini oliy ta'lim darajasida amalga oshirishga xizmat qiladi [1; 3].

Xulosa va takliflar

Talabalarning jismoniy faolligi va sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini rivojlantirish faqat axborot berish bilan emas, balki shaxsiy, ijtimoiy va muhit darajalarida kompleks ta'sir ko'rsatish orqali samarali bo'ladi. Tahlil natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Dunyoda jismoniy faolsizlik ortib bormoqda (2022-yilda kattalarning 31,3 foizi) [12], talabalik davrining o'ziga xos omillari esa bu xavfni kuchaytiradi [9].
2. JSST tavsiyalari [10; 13] talabalar ko'nikmalarini baholash uchun aniq va o'lchanadigan mezonlarni beradi.
3. Xalqaro tajribada o'quv kursiga kiritilgan, qayta aloqa va o'z-o'ziga ishonchni oshirishga asoslangan hamda raqamli vositalardan foydalanadigan dasturlar samaraliroq ekani isbotlangan [8; 11].
4. Taklif etilgan integrativ model to'rt komponent — maqsadli-motivatsion, mazmuniy, texnologik va muhit komponentlarini yagona tizimga birlashtiradi.

Takliflar:

- pedagogika OTMlarida "Sog'lom turmush tarzi va ovqatlanish madaniyati" tanlov fanini yoki jismoniy madaniyat fani doirasida alohida modulni joriy etish;
- talabalarning jismoniy faolligi va ovqatlanishini semestr boshida va oxirida standart so'rovnomalar orqali monitoring qilish;
- "Talabalar sport o'yinlari"ni [2] raqamli chellenjlar (masalan, fakultetlararo qadam musobaqasi) bilan to'ldirish;
- kampus oshxonalari va yotoqxonalarda sog'lom tanlovni qo'llab-quvvatlovchi sharoit yaratish;
- bo'lajak pedagoglarni sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi tengdosh-yetakchi sifatida tayyorlash.

Keyingi tadqiqotlarda taklif etilgan modelning samaradorligini pedagogik tajriba-sinov ishlari orqali empirik tekshirish rejalashtirilgan.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasining 2026-yil 24-martdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'RQ-1123-son Qonuni. — https://lex.uz/docs/-8093787
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-son Farmoni. — https://lex.uz/docs/-4711327

3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 30-oktabrdagi "Sog'lom turmush tarzini keng joriy etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-6099-son Farmoni. — https://lex.uz/docs/-5077667
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10-noyabrdagi "Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-4887-son Qarori. — https://lex.uz/docs/-5090241
5. Atanazarova A. Talabalarda sog'lom turmush tarzi hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirishning didaktik jihatlari // Conference of Natural and Applied Sciences in Scientific Innovative Research. — 2025. — Vol. 2, No. 1. — B. 77–84. — DOI: 10.5281/zenodo.14657524
6. Jurayev B., Egamberdiyev A. Oliy ta'lim transformatsiyasi sharoitidagi jismoniy faollik muammosi // Ta'lim fidoyilari. — 2023. — B. 192–199. — DOI: 10.5281/zenodo.10035883
7. Bandura A. Health promotion by social cognitive means // Health Education & Behavior. — 2004. — Vol. 31, No. 2. — P. 143–164.
8. Brickwood K.J., Watson G., O'Brien J., Williams A.D. Consumer-based wearable activity trackers increase physical activity participation: systematic review and meta-analysis // JMIR mHealth and uHealth. — 2019. — Vol. 7, No. 4. — e11819.
9. Deliens T., Clarys P., De Bourdeaudhuij I., Deforche B. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions // BMC Public Health. — 2014. — Vol. 14. — Art. 53. — DOI: 10.1186/1471-2458-14-53
10. Bull F.C., Al-Ansari S.S., Biddle S. et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour // British Journal of Sports Medicine. — 2020. — Vol. 54, No. 24. — P. 1451–1462. — DOI: 10.1136/bjsports-2020-102955
11. Plotnikoff R.C., Costigan S.A., Williams R.L. et al. Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis // International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. — 2015. — Vol. 12. — Art. 45. — DOI: 10.1186/s12966-015-0203-7
12. Strain T., Flaxman S., Guthold R. et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants // The Lancet Global Health. — 2024. — Vol. 12, No. 8. — P. e1232–e1243. — DOI: 10.1016/S2214-109X(24)00150-5
13. World Health Organization. Healthy diet: fact sheet. — 2026. — https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet
14. Sallis J.F., Owen N., Fisher E.B. Ecological models of health behavior // Glanz K., Rimer B.K., Viswanath K. (eds.). Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice. 4th ed. — San Francisco: Jossey-Bass, 2008. — P. 465–485.
15. Prochaska J.O., Velicer W.F. The transtheoretical model of health behavior change // American Journal of Health Promotion. — 1997. — Vol. 12, No. 1. — P. 38–48.

MUNDARIJA

U.B.Ismoilov
MOBIL TA'LIM TEXNOLOGIYALARI VOSITASIDA TALABALARNING MUSTAQIL NOTIQLIK FAOLIYATINI TASHKIL ETISHNING DIDAKTIK ASOSLARI 195 201

Parpiev Tursunboy Hojiyevich
SHERALI JO'RAYEV QO'SHIQLARINING YOSHLAR MA'NAVIY TARBIYASIGA TA'SIRINI BAHOLASHNING PEDAGOGIK MEZONLARI 202 205

G'aniyev Abduqahhor Gadoyevich
SUN'IY INTELLEKT DAVRIDA TA'LIM TRANSFORMATSIYASI..... 206 210

Umarov Azizbek Vaxobovich
PEDAGOGIKA YO'NALISHI TALABALARIDA MEDIAKOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISHNING MAVJUD HOLATI VA MUAMMOLARI 211 215

Umarov Azizbek Vaxobovich
MEDIAKOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISHDA AXBOROTLI YONDASHUVNING PEDAGOGIK MOHIYATI VA IMKONIYATLARI 216 220

Turg'untoshev Muxlisbek Ilhomjon o'g'li
TALABALARNING JISMONIY FAOLLIGI VA SOG'LOM OVQATLANISH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR 221 226

Abdullayev Muxammadimin Egamberdiyevich
ETNOPEDAGOGIK QADRIYATLAR – O'QUVCHI-YOSHLARDA MILLIY O'ZLIKNI ANGLASHNING ASOSI SIFATIDA 227 231

Q.Q.Toshtemirov
INKLYUZIV TA'LIMDA BOLALARNI MUSIQIY TARBIYALASHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH..... 232 238

Xabibullayeva Madinaxon Muxtorjon qizi
TA'LIM MUHITIDA PSIXOLOGIK XAVFSIZLIK DARAJASINI DIAGNOSTIKA QILISH VA PEDAGOGIK TAKOMILLASHTIRISH YO'LLARI 239 243

A.A.Zaparov, M.D.Samatova
EKONOMETRIKANI O'QITISHDA TALABALARNING KREATIV FIKRLASH KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY-METODIK ASOSLARI 244 249

Mamasodiqova Xusnida Rahimjon qizi
XALQARO BAHOLASH DASTURLARI (PISA, TIMSS, PIRLS) YONDASHUVLARI ASOSIDA MAKTABGACHA TA'LIM SIFATINI OSHIRISH..... 250 252

Abduvaxobova Mubinaxon Azizbek qizi
O'ZBEK VA INGLIZ TILLARIDA EMOTSIONAL KONSEPTLARNING FRAZEOLOGIK VERBALIZATSIYASI: LINGVOKOGNITIV VA LINGVOMADANIY TAHLIL 253 257

