

ZAMONAVIY UZLUKSIZ TA'LIM SIFATINI OSHIRISH: INNOVATSIYA VA ISTIQBOLLAR, 2023 yil.



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY  
TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR  
VAZIRLIGI



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
MAKTABGACHA VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



TOSHKENT DAVLAT  
PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

## ZAMONAVIY UZLUKSIZ TA'LIM SIFATINI OSHIRISH: INNOVATSIYA VA ISTIQBOLLAR

халқаро конференцияси

международной конференции  
**ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА СОВРЕМЕННОГО  
НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ:  
ИННОВАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

of the international conference  
**IMPROVING THE QUALITY OF MODERN  
CONTINUING EDUCATION: INNOVATIONS AND  
PROSPECTS**

TOSHKYENT - 2023

### **Тахрир хайъати аъзолари**

- Киргизбаев А.К. - ТДПУ ректори  
Абдуллаева Б.С. - ТДПУ проректори  
Муслимов Н.А. - ТДПУ профессори  
Медетова Р.М. - ТДПУ доценти  
Якубжанова Д. - ТДПУ катта илмий ходим-изланувчиси  
Абдазимов А. - ТДПУ Илмий тадқиқотлар, инновациялар ва илмий педагогик кадрлар тайёрлаш бўлими бошлиғи

### **Тақризчилар:**

- Ярматов Р. - ЖДПУ доценти, педагогика фанлари локтори  
Шодиева М. - педагогика фанлари локтори, доцент  
Саидова М. - педагогика фанлари локтори, доцент

### **Техник тахрир аъзолари:**

- Абсаломов Т.. - ТДПУ бўлим бошлиғи  
Юлдашев Ф. - ТДПУ таянч докторанти

## YOSH VOLEYBOLCHILAR JISMONIY RIVOJLANISHI VA TAYYORGARLIGI

Tojiboyev Muzaffar Ma`rufovich, Toshkent tibbiyot akademiyasi o`qituvchisi,  
Keldiyorov Rustambek Akram o`g`li, Toshkent davlat pedagogika universiteti talabasi  
Hakimov Diyor Rustam o`g`li, Toshkent davlat pedagogika universiteti talabasi

Mustaqillik yillarida o`zbek xalqi o`zining fidokorona mehnatlari bilan jamiyat hayotining barcha soxalarida ulkan muvaffaqiyatlarni qo`lga kiritib, jahondagi eng taraqqiy etgan davlatlar qatoridan joy oldi.

Mamlakatimizda sog`lom avlodni tarbiyalash ulkan qadriyat hisoblanib, insonning baxtli yashashi, o`qishi, mehnat qilishi uchun hamma sharoitlar yaratilmoqda.

Aholini keng qatlamini jismoniy madaniyat va sportga jalb qilish va bu orqali jamiyatda sog`lom turmush tarzini shakllantirish, kelajagimiz egalarini har tomonlama barkamol qilib voyaga yetkazish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Bundan tashqari O`zbekiston Respublikasi Prezidentining "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to`g`risida"gi<sup>1</sup>, "Yuqumli bo`lmagan kasalliklar profilaktikasi, sog`lom turmush tarzini qo`llab-quvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to`g`risida"gi qarori<sup>2</sup> va sport soxasiga tegishli boshqa me`yoriy-xuquqiy hujjatlar bu masalalarning yechimi va xuquqiy asosi bo`lib xizmat qilmoqda.

Ushbu konseptual hujjatlar jismoniy tarbiya va sport sohasida ulkan islohotlar, beqiyos bunyodkorlik ishlarini amalga oshirish imkoniyatini yaratdi. So`nggi yillar ichida yurtimiz hududlarida, hatto uzoq qishloq va tumanlarda ham ko`pdan ko`p zamonaviy sport inshootlari barpo etildi va ayni kunda ular farzandlarimiz, halqimiz xizmatida faoliyat ko`rsatib kelmoqda.

Ko`p yillik Sport trenirovkasi uzoq muddatli pedagogik jarayon bo`lib, muayyan yosh guruhlarida o`ziga xos dastur asosida mashg`ulotlar o`tkazish bilan ifodalanadi.

Shug`ullanuvchi bolalarning nasliy va hayot davomida jismoniy, psixologik va morfofunktsional imkoniyatlariga qarab, ular kichik yosh guruhidan katta yosh guruhiga o`tkazilishi mumkin.

Voleybolchilarning mahorat darajasi oshirish to`g`risida to`g`ri bolalarni ilk yoshlik chog`idan boshlab voleybol o`yiniga rejali va malakali raviushda ommaviy o`rgatishga bog`liq. Faqat bola organizmi sistemalarini yoshiga qarab rivojlanish qonuniyatlarini xisobga olgan o`yin sirlarini o`rgatish va trenirovka qildirishning qo`llanishi natijasidagina yuqori klassdagi voleybolchilar tayyorlash vazifasining to`liq xal etishi mumkin.

Organizm funksiyalarining rivojlanishda markaziy nerv sistemasidagi avvalo uning oliy bo`lagi bosh miya po`stlog`i etakchi ro`l o`ynaydi. Jinsiy etilish davriga kelib nert sistemasining rivojlanishi deyarli batamom tugallanadi. Miyadagi xarakat analizatori yadrosini etilishi jarayoni 12-13 yoshlarga kelib tugallanadi. Katta yarim

<sup>1</sup> O`zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora- tadbirlari to`g`risida"gi PQ- 3031-sonli Qarori. <http://lex.uz>

<sup>2</sup> O`zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 18 dekabrda "Yuqumli bo`lmagan kasalliklar profilaktikasi, sog`lom turmush tarzini qo`llab-quvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to`g`risida"gi PQ-4063-son qarori <http://lex.uz>

sharlar funksiyalarini qaytadan qurishini bolalarni xulq atvori psixikasida o'z aksini topadi.

O'smirlik yoshida bolalarning umumiy psixik qiyofasi ayniqsa tez o'zgaradi. Bolada o'z o'zini namoyon qila borish jarayoni boshlanadi. 8-10 yoshda tafakkur va xotira muxim o'zgarishlari roy beradi. Talim va tarbiya jarayonida mantiqiy fikr va astrakt tafakkur qilish qobilyati rivojlanadi. O'rganilayotgan harakatlarga mantiqiy yondashish paydo bo'ladi. Xotira ishdagi o'zgarishlar shunga ifodalanadiki, esga olish ancha kichik yoshda bo'lgandek aniq xodisalardan umumiy xulosalar chiqarishga qarab bormaydi, balki umumiy tasavvurlardek borliqdagi konkret xodisalarni ayrim detalarini xotirada tiklashga qarab boradi. Shuning uchun bu yoshda voleybol texnikasini o'rgatishni yaxlit usul asosida olib borish maqsadga muvofiq.

Bolalarda xarakatlarni eslab qolish qobiliyati yosh oshib borgan sari ham miqdor, ham sifat jihatdan o'zgaradi. Bolalarning eslab qolish qobilyati 7 yoshdan 12 yoshgacha bo'lgan davrda juda tez o'sib boradi. Bu davrda erkin xarakatlar kordinatsiyasi ancha yaxshilanadi. Harakatlarga avvaliga qaraganda ancha kam kuch sarflanadi. Ular ancha aniq va tez bajariladigan bolib boradi.

9-10 yoshli bolalar voleybol o'yinini eng oddiy usullarini nisbatan oson o'zlashtirib oladilar, shu bilan birga kattaroq yoshda ularni yanada takomillashtirish ishi ancha muvofaqiyatli bo'ladi.

13-14 yoshli bolalarda koordinatsiyasi bo'yicha murakkab xarakatlarni o'rganishda bu davrining to'xtovchi tasiri sezilarlidir. Bolalar bilan ishlovchi trener va pedagoglar shuni xisobga olishlari kerakki, bolalar voleybol bilan qancha erta shug'ullana boshlasa ularda shug'ullanuvchilar imkoniyatlariga mos bo'lgan xarakat ko'nikmalari shunchalik tez va oson xosil qilinadi.

Bolalik yoshida sport bilan shug'ullanish agar tog'ri usul bilan olib borilsa, organizmning shakllanishiga ijobiy tasir ko'rsatadi. Bu tasir 2 xil namoyon boladi; bunda antropometrik belgilar tez o'sadi va funksional o'zgarishlar buda ishchanlik qobiliyati o'sadi.

Jismoniy mashqlarning suyak sistemasining rivojlanishiga tasiri ayniqsa sezilarlidir. Masalan, juda ko'p tadqiqotlar bolalar umurtqa pogonasining juda ham qayishqoqligi va uzoq vaqt ko'p zo'r berish natijasida nato'g'ri xolatda bo'lishi tufayli qiyshayib qolishi mumkinligi xaqida dalolat beradi. 8-9 yoshli bolalarning umurtqa pog'onasi juda ham xarakatchan bo'ladi. Bolalarda bo'yin va ko'krak qafasi maktab yoshiga kelib qotadi. Umurtqa pog'onasi qiyshayishi tufayli kuzatiladigan qad qomatdagi buzilishning ko'pchiligi 11-15 yoshlarda ro'y beradi. Bu yoshda umurtqa pog'onasi to'g'ri rivojlanish uchun umurtqa muskullari mustaxkamligiga yordam beruvchi mashqlar bajarilishi juda muximdir.

Bolalik yoshida suyak qotishi jarayoni ham tugallanmagan bo'lishini xisobga olish kerak. 9-11 yoshlarda kelib odatda qo'l barmoqlarning suyagi, bir oz qiyinroq 10-13 yoshlarda bilak va jag' suyaklari qotadi. Umrov suyagi, ko'krak suyagi, yelka va bilak suyaklari 20-25 yoshlarga oyoq panjalarining suyak va oyoq kafti va tovonining orqasidagi 15-21 va 17-21 yoshlarga kelib to'liq qotadi.

O'smirlik yoshida gavdaning o'sish surati yuqori bo'lishi va gavda og'irligining ortishi qayd qilinadi. Gavdaning bo'yiga qarab o'sishi o'smirlarda

asosan 17-18 yoshlarda tugallanadi. Shuning uchun katta balandlikdan sakrab tushayotgan qattiq deqsinish, to'p uchun kurashayotganda elka bilak to'xtash va keskin, o'ng va chap oyoqlarga notekis nagruzka berish bel va tos suyaklarining qo'shilib ketilishicha, ularning noto'g'ri o'sishiga sabab bo'ladi. Oyoqlariga xaddan tashqari nagruzka berish, agar suyak qotishi jarayoni tugallanmagan bo'lsa, oyoqning tuya ayniq bo'lib qolishiga sabab bo'ladi. Bolalar skeletining jadal rivojlanishi ularning muskullari paylari bog'lovchi bo'g'im aparatlarining shakllanishi bilan mustaxkam bog'langan.

Bolada 8-yoshda muskullar og'irligi gavda og'irligining 27 foiz ni 12 yoshda 29,4 foizni; 15-yoshda 32 foizni 18 yoshda 44,2 foizgacha tashkil etadi . Muskullar funksional xossalari 7-yoshdan 10 yoshgacha bo'lgan davrda jiddiy o'zgaradi . 14-15 yoshli bolaning muskullari o'zining funksional xossalari ko'ra katta yoshlik kishining muskullaridan uncha farq qilmaydi. 11 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan davrda voleybolchilarning muskul kuchi bir tekisda rivojlanib bormaydi. 13-15 yoshgacha muskul kuchi eng quyi o'sadi. Asosiy kuch ko'rsatkichlari 73,2 dan 103,2 kg gacha yani 30 kg ga ortadi 15-17 yoshda absolyut muskul kuchi kam o'zgaradi, faqat 16-20 yoshlarda u katta kishiga xos bo'lgan darajada bo'ladi. 17-19 yoshlarda voleybolchilarda asosiy kuch miqdori 126; 136,3; 159,1 kg ga etadi. Asosiy kuch ko'rsatkichlarining o'rtacha yillik o'sishi voleybolchilarda 12,3 kg tashkil etadi. 12 yoshdan 18 yoshgacha muskul kuchining o'sishi ko'rsatuvchi maksimal miqdor tovon muskullari bilan xarakterlanadi [7].

Yosh sportchilarda tezlikni rivojlantirishni dinamikasi o'ziga xos xususiyatlarga ega. 7 yoshdan 12 yoshgacha bo'lgan davrda xarakterlar surati tez o'sib boradi. Xarakterlarning tezligi va ixtiyoriy chastotasi , shuningdek ularning maksimal suratini saqlab turishi qobiliyati 14-15 yoshlarga kelib oxiri natijaga yaqin bo'lgan ahamiyatga erishadi. Voleybolchilarning 60m ga yugirish natijalar 12-15 yosh orasida o'sib boradi 15 yoshdan keyin esa ular bir oz slabiylashadi, bu xol keyinchalik "tezlik bareri" ning xosil bolishiga olib kelishi mumkin. Agar 60 m ga yugirishdagi natijalari 11 yoshdan 18 yoshgacha 1,4 sek ga yaxshilansa 12 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan davrda uning maksimal miqdori 1,16 sek ni tashkil etadi . Keyingi yillarda natijalar juda kam yaxshilanib boradi. Bolalar va o'smirlarning organizmi nagruzkalariga yaxshi moslashadi. Shuning uchun 8 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan davr tezlikni rivojlantirish va xarakterlar tezligini oshirish uchun eng qulay vaqt xisoblanadi. Tezlik va kuch sifatlarining rivojlanishi ham yosh ortgan sari qat'iy oshib boradi. Ular 13 yoshdan 16 yoshgacha eng yuqori darajada rivojlanadi. Bu davrlarda turgan joydan balandlikga sakrash natijalarining yillik o'sish ko'rsatkichi 3,7 va 6,2 sm ga tengdir 11 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan davr sakrash balandligi 24 sm ga ortadi. Bolalarda chaqqonlikning yoshga qarab rivojlanishining 10 yoshgacha ancha jadal bo'ladi. Keyingi yillarda chaqqonlik harakat apparati funksional imkoniyatlarining qat'iy ortish hisobiga anchagina rivojlanadi [5-7].

Kichik maktab yoshi 7-11 yosh egiluvchanlikni rivojlantirish uchun eng qulay yoshdir . Xuddi shu yoshlarda bo'g'imlarda harakatchanlik bilan muskullarni baquvvat bo'lishi o'rtasida o'timam nisbat kuzatiladi. Maksimal tezlikni 75% iga to'g'ri keladigan tezlik bilan yugurish uzunligi bo'yicha aniqlanadigan chidamlilikni eng ko'p o'sishi 13-14 yoshlardan kuzatiladi, 15-16 yishda chidamlilik kamayadi. Bu

maksimal tezlikning o'sishi va buning natijasida ish quvvatining ortishi bilan tushuntiriladi. 17 yoshda o'smirlarda chidamlilik yana ortadi.

Shuni qayd qilish kerakki, jismoniy mashqlar, jumladan voleybol bilan shug'ullanish ta'sirida yosh sportchilarda jismoniy sifatlarning rivojlanishidagi biologik qonuniyatlar o'zgarmaydi. Aktiv pedagogik ta'sir ularning ancha yuqori darajada rivojlanishi ro'y berayotgan yoshda nagruzkani kamaytirmaslik muhim ahamiyatga ega. Xarakat faoliyati faqat tayanch harakat apparatining rivojlanishi bilan emas, balki shu apparatga hizmat qiluvchi ichki organlar va sistemalarning funkcionol imkoniyatlari bilan ham beriladi.

Bolalar organizmining jinsiy yetilishi davridan o'sish va rivojlanishi haqidagi malumotlar jismoniy nagruzkani tayyorlash nuqtai nazardan muhim ahamiyat kasb etadi. Bu davr jinsiy yetilishi davrining boshlanish muddatlaridagi individual o'zgarishlar bilangina emas, balki bir xil yosh gruppasidagi o'smirlarda uning o'tib borishi jadaligining har xil bo'lishi bilan ham harakterlanadi. Bir yilda tug'ilgan o'smirlarning jinsiy yetilishidagi individual suroarlar harakat funksiyasining umumiy salomatlikni rivojlanish darajasiga, shuningdek yurak qon-tomir sistemasining bir qo'lingdagi muskul ishiga muvofiqlashishi harakterga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. 14 yoshlik voleybolchilar orasida katta yoshli kishi holatiga erishgan o'smirlarni ham, shuningdek yetilish belgilarining shakllanishida bolalik belgilari bo'lgan bolalarni ham uchratishi mumkun.

Shuning uchun nagruzka miqdorini yoki normativ talablarni aniqlash uchun sportchining biologik yoshining hisobga olish zarurki ikkilamchi jinsiy belgilarning rivojlanganlik darajasi uning asosiy mezonlaridan iborat. Tahminan 12,5 yoshda bolalarning tovushi o'zgaradi 13 yoshda qovuqlarda tuklar paydo bo'ladi. Tegishlicha 13,5 -14 yoshlarda emchak uchlari va hiqildoq kimirchaklarining robertat o'zgarishlari ro'y beradi. Eng ohirida 14 yosh-u 1,5oylarda qo'ltiq ostida tuklar paydo bo'ladi bolalar organizmi vegetativ sistemalarining muskul ishiga ko'rsatadigan reaksiyalari harakteriga qarab ularning funkcionol imkoniyatlari haqida fikr yurtish mumkun. Bolalarda mashq bilan malaka hosil qilish davri katta yoshli kishilarga qaraganda o'rtacha – qisqa, shuning uchun terenirolfka mashg'ulotidagi chizish yozish vaqt jihatdan uzoq bo'lmasligi kerak. Bu markaziy nerv sistemasining funkcionol imkoniyatlari hamda muskul, yurak – tomir, nafas olish va organizmning boshqa sistemalarining funkcionol imkoniyatlari bilan bog'liqdir. 9-12 yoshlik bolalarning bajarayotgan ishga tez moslashish qobilyati qayd yetib yosh sportchilarning vegetativ faoliyatidagi bazi xususiyatlarini ko'rsatib o'tish zarur. Masalan, jismoniy nagruzka vaqtida bolaning yuragi katta yoshli kishining yuragidan ko'proq energiya sarflaydi, chunki 13-14 yoshlik o'smirlarda qonning bir minutdagi hajmi asosan yurak faoliyatining tezlashuvi hisobiga ko'payadi, bunday yurak urishi hajmi biroz ortadi. 8-9 yoshdan 16-18 yoshgacha bo'lgan davrda bolalarda yurakning qisqarish chastotasi 30% ga, tinch holatdagi energiya sarfi esa 40-45% ga kamayadi. Jismoniy nagruzka katta bo'lganda bu ko'rsatgichlar kattaroq bolalarda kichik bolalarga qaraganda ancha ko'p o'sib boradi. Bolalarning bir hil harakatdan tez zerikishlarini hisobga olib, mashg'ulotlar harakterini o'z vaqtida o'zgartirish maqsadga muofiqdir. Yuqori darajadagi ishchanlik qobiliyatini saqlab qolishi uchun voleybol trenirolfkalarida tanaffuslar tez-tez bo'lishi, lekin uzoq davom etmasligi

kerak. Uzoq vaqt beharakat turish bolalarning mashg'ulotlarga bo'lgan qiziqishlarni kamaytiradi va mashg'ulot natijalariga salbiy ta'sir ko'satadi. Mashg'ulotlar vaqtidagi qisqa tanafuslarni amalda isbot qilingan, chunki bolalarning charchog'i tezda yo'qoladi, nega deganda bolalardagi ishdan keyingi tiklanish davri kattalarga qaraganda qisqa bo'ladi, eng qisqa tiklanish davri 11-12 yoshli bolalarda bo'ladi. Nafas olish organlari yurak tomir sistemasi bilan mustahkam aloqada ishlaydi. Nafas olish apparatining o'lchamlari va funksional imkoniyatlari yoshi o'sish bilan ortib boradi. Ko'krak qafasi nafas olish harakatlari natijasida tobora kengayib va o'sib boradi. O'g'il bolalarda 7 yoshdan 12 yoshgacha ko'krak qafasi aylanasi 67,8 cm gacha ortadi, o'pkalarning hayotiy sig'imi 1400mm dan 2200mm gacha ko'payadi.

Bolalarning nafas olish muskullarini rivojlanishi chuqur nafas olishni ta'minlaydi. Muskullarning jadal ishlashi vaqtida zarur bo'lgan o'pka ventilatsiyasining ancha ortishiga imkon yaratadi. O'g'il bolalarda nafas olish muskullar kuchi yosh o'sish bilan o'zgaradi biroq u 8 yoshdan 11 yoshgacha juda tez ortadi [25]. Trenerning jismoniy, texnik va taktik tayorgarlikka doir trenirovka mashg'ulotiga kiritilgan har bir mashqning energetik, qimmatini aniq belgilash trenirovka vositalari va metodlarini to'g'ri hamda maqsadlarini muvofiq tanlashga imkon beradi [9].

### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.**

1. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni. (2015. 4.09) Xalq so'zi- Toshkent, 2015.5-sentabr.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida"gi Farmoni. – Toshkent: "Adolat", 2017. -112 b.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora- tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli Qarori.
4. Ayrapetyants L.R. Voleybolning rasmiy qoidalari. -T.: 2002.
5. Ayrapetyants L.R. Voleybol. -T.: Zar qalam, 2006. -24 s.
6. Nasimov R. Yosh voleybolchilarni jismoniy rivojlanishini, jismoniy texnik va taktik tayorgarligini aniqlash usullari. –T.: 1995
7. Po'latov A.A. Voleybol –T.: 1997
8. Po'latov A.A., Isroilov Sh.X. Voleybol nazariyasi va uslubiyoti. //o'quv qo'llanma. –T.: 2007. -148 b.
9. Po'latov A.A. Yosh voleybolchilar tezkor kuch sifatlarini shakllantirish uslubiyoti. //o'quv qo'llanma. –T.: 2008. -38 b.

Raximova Saboxat Qaxramon qizi <b>JISMONIY TARBIYA VA SPORTDA FARAZ QILISHNING NAZARIY AHAMIYATI</b>	490
Рустамов Лазизбек Хусанбоевич <b>ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ В ФИЗИОЛОГИИ СПОРТА</b>	494
Таирова Мапрат Таировна <b>СОДЕРЖАНИЕ И ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ</b>	497
Tojiboyev Muzaffar Ma`rufovich, Keldiyorov Rustambek Akram o`g`li, Hakimov Diyor Rustam o`g`li <b>YOSH VOLEYBOLCHILAR JISMONIY RIVOJLANISHI VA TAYYORGARLIGI</b>	499
Xabibullaeva Dilrabo Yunus qizi, Panjiyeva Sokina Rasul qizi, Kamolova Zulfiyaxon Saidazim qizi <b>МАКТАВГАЧА YOSHDAGI BOLALARNING SUZISHGA O`RGATISHDA GIGIYENIK TALABLARNING O`ZIGA XOS XUSUSIYATLARI</b>	504
Исянов Фуат Тимурович <b>ЯЗЫК ПРОГРАММИРОВАНИЯ PYTHON</b>	508
<i>Исянова Асалия Тимуровна</i> <b>ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ДИЗАЙНА ИНТЕРЬЕРА ДО НАШИХ ДНЕЙ</b>	511
Рената Константиновна Ивашина <b>ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА</b>	513
Shodiyeva Matluba Jo`Rayevna <b>AKMEOLOGIK YONDASHUV ASOSIDA O`QITUVCHILARNI UZLUKSIZ KASBIY RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYALARI</b>	515
Ramozonova Boxoroy Sadriddinovna <b>МАЛАКАВИЙ O`QUV AMALIYOT JARAYONIDA BO`LAJAK TARBIYACHILARNI KASBIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHDA PEDAGOGIK MEKANIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH</b>	521
Xalikova Guli Tashtemirovna <b>KREATIV YONDASHUV ASOSIDA BO`JALAK O`QITUVCHILARDA INNOVATSION SALONIYATNI RIVOJLANTIRISH</b>	526
Ишбаева Назира Абдураимовна <b>КАСБИЙ ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ЖАРАЁНИДА ТИНГЛОВЧИЛАРНИНГ ДИДАКТИК КОМПЕТЕНТЛИЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ</b>	530
Рузикулова Нигора Шухратовна <b>ЎҚУВ МАТЕРИАЛЛАРИНИ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ҚИЛИШГА ЎРГАТИШ АСОСИДА ЎҚУВЧИЛАРНИНГ КОМПЕТЕНТЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ</b>	535
Асадова Шахло Рахматилла кизи <b>ПРИЧИНЫ АКТУАЛЬНОСТИ УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ</b>	539
M.A.Rasulova <b>OG`ZAKI NUTQNI O`RGATISH TEXNOLOGIYALARI</b>	543
Uteпов Sanjarbek Shamuratovich <b>UCHINCHI RENESSANS BUNYODKORLARI</b>	545
Davidova Dilrabo Tadjibayevna <b>YANGI O`ZBEKISTON MAKTAB OSTONASIDAN BOSHLANADI</b>	547
Киличов Ақобир Қодирович <b>УМУМИЙ ЎРТА ТАЪЛИМ МАКТАБЛАРДА ФИЗИКА ФАНИНИ ЎҚИТИШДА ИЗЧИЛЛИК ТАМОЙИЛИНИ ҚЎЛЛАШ АСОСИДА ТАКОМИЛЛАШТИРИШ</b>	554
Musayeva Shahlo Quدراتovna, Komilova Shaxzoda Bahodir qizi <b>XALQ OG`ZAKI IJODI NAMUNASIDAN ERTAKLARINING IJTIMOIIY HAYOTIDA TUTGAN O`RNI</b>	559
Ibraximjanova Gavxar Amanbayevna	561