

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



ILMIY  
AXBOROTNOMA

2025

NAMANGAN DAVLAT UNIVERSITETI  
ILMIY AXBOROTNOMASI

- НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК НАМАНГАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
- SCIENTIFIC BULLETIN OF NAMANGAN STATE UNIVERSITY





# NAMANGAN DAVLAT UNIVERSITETI

## ILMIY AXBOROTNOMASI

### Bosh muharrir

Turg'unov Sobitxon  
Toshpo'latovich  
Pedagogika fanlari doktori,  
professor

### Mas'ul muharrir

Rasulov A'zamjon Avazjonovich  
Texnika fanlari bo'yicha falsafa  
doktori, dotsent

### Mas'ul muharrir o'rinbosari

Imomov Otabek  
Normirzayevich  
Biologiya fanlari bo'yicha falsafa  
doktori, dotsent

### Texnik muharrir

Xoshimov Sardorbek Nozimjon  
o'g'li

### "NamDU ilmiy axborotnomasi – Научный вестник НамГУ"

2019-yildan boshlab O'zbekiston  
Respublikasi Oliy attestatsiya  
komissiyasi Rayosati qarori  
bilan quyidagi fan sohalari  
bo'yicha OAKning  
dissertatsiyalar asosiy ilmiy  
natijalarini chop etish tavsiya  
etilgan ilmiy nashrlar ro'yxatiga  
kiritilgan.

01.00.00-Fizika-matematika  
fanlari (14)

02.00.00-Kimyo fanlari (18)

03.00.00-Biologiya fanlari (17)

09.00.00-Falsafa fanlari (24)

10.00.00-Filologiya fanlari (26)

13.00.00-Pedagogika  
fanlari (30)

### Tahrir hay'ati a'zolari

#### Fizika-matematika fanlari:

Xatamov Nosirjon Muydinovich, fizika-matematika fanlari doktori, dotsent  
Abdulazizov Baxromjon Toshmirza o'g'li, fizika-matematika fanlari doktori, dotsent  
Sattarov Iskandar Abu-alievich, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent  
Dexqonov Farrux Nuriddin o'g'li, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent  
Boytilayev Dilmurod Axmataliyevich, fizika-matematika fanlari nomzodi, katta ilmiy  
xodim  
Baymatov Paziljon Jamoldinovich, fizika-matematika fanlari nomzodi, dotsent  
Davlatov Abror Borijon o'g'li, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori dotsent  
Inoyatov Shukurillo Turg'unboyevich, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori,  
dotsent  
Jalolov Ravshan Maxmudjonovich, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori,  
dotsent  
Xolboyev Azamat G'anisherjon o'g'li, fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
Maxammadaliyev Muxtor Tursunmuxammad o'g'li, fizika-matematika fanlari bo'yicha  
falsafa doktori

#### Kimyo fanlari:

Abdullayev Shavkat Vaxidovich, kimyo fanlari doktori, professor  
Sultonov Boxodir Elbekovich, kimyo fanlari doktori, professor  
Karimov Abdurashid Musaxonovich, kimyo fanlari doktori, professor  
Xolmatov Dilshod Sottorjonovich, texnika fanlari doktori, dotsent  
Sattarov Tulqinjon Abdusattor o'g'li, texnika fanlari nomzodi, dotsent  
Muradov Murod Toxirjonovich, kimyo fanlari bo'yicha falsafa doktori

#### Biologiya fanlari

Tojibayev Komiljon Sharobiddinovich, biologiya fanlari doktori, professor, akademik  
Dexqonov Davron Burxonovich, biologiya fanlari doktori, dotsent  
Batoshov Avazbek Risqulovich, biologiya fanlari doktori, professor  
Turginov Orzimat Turdimatovich, biologiya fanlari doktori, katta ilmiy xodim  
Komilov Doniyor Jo'rayevich, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori  
Egamberdiyev Mehmonjon Xudoyberdiyevich, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori,  
dotsent  
Xoshimov Xushbaxt Rustamjon o'g'li, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori

#### Texnika fanlari

Ataxanov Shuhrat Nuriddinovich, texnika fanlari doktori, dotsent  
Abdullayev Olim Gulamjanovich, texnika fanlari doktori, dotsent  
Dadaxanov Musoxon Xoshimxonovich, texnika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent  
Jo'rayev Sherali Umarjonovich, texnika fanlari bo'yicha falsafa doktori

#### Qishloq xo'jaligi fanlari

Sulaymonov Inomjon Jamoldinovich, qishloq xo'jaligi fanlari nomzodi, dotsent  
Turg'unov Muzaffar Mirzaraxmatovich, qishloq xo'jaligi fanlari bo'yicha falsafa doktori

#### Tarix fanlari

Rasulov Abdullajon Nuritdinovich, tarix fanlari doktori, professor  
Dexkanov Narimon Burxonjonovich, siyosiy fanlari doktori, professor  
Haydaraliyev Shuhrat Abdulazizovich, tarix fanlari nomzodi, dotsent  
Madraximov Zoxid Sharofovich, tarix fanlari nomzodi, dotsent  
Xalmuratov Baxtiyor Rejvaliyevich, tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent  
Erqo'ziyev Anvarjon Ashurovich, tarix fanlari nomzodi, dotsent  
To'xtabayev A'zamjon Sharipxo'jayevich, tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

“NamDU ilmiy axborotnomasi –  
Научный вестник НамГУ”  
jurnali O‘zbekiston Matbuot va  
axborot agentligining  
17.05.2016-yildagi  
08-0075 -raqamli guvohnomasi  
hamda O‘zbekiston  
Respublikasi Prezidenti  
Administratsiyasi huzuridagi  
Axborot va ommaviy  
kommunikatsiyalar agentligi  
(AOKA) tomonidan 2020-yil  
29-avgust kuni  
1106-sonli guvohnomaga binoan  
chop etiladi. “NamDU Ilmiy  
Axborotnomasi” elektron nashr  
sifatida xalqaro standart turkum  
raqami  
(ISSN-2181-1458) ga ega.

Ilmiy axborotnomaning  
2025-2-soni NamDU  
Muvofiqlashtiruvchi  
Kengashining 2025-yil  
27-fevraldagi 2-sonli yig‘ilishida  
muhokama qililib, ilmiy  
to‘plam sifatida chop etishga  
tavsiya etilgan  
(Bayonnoma № 2).  
Maqolalarning ilmiy saviyasi va  
keltirilgan ma‘lumotlar uchun  
mualliflar javobgar hisoblanadi.  
Jurnal har oyda o‘zbek, rus va  
ingliz tillarida elektron shaklda  
chop etiladi.

**Maqolalar quyidagi rasmiy  
web sahifa orqali qabul  
qilinadi:**

[journal.namdu.uz](http://journal.namdu.uz)

**Tahririyat manzili:**  
Namangan shahar, Boburshox  
ko‘chasi, 161-uy  
**e-mail:** science@namdu.uz

### **Iqtisodiyot fanlari**

Mahmudov Bahriddin Jo‘rayevich, iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Sirojiddinov Kamoliddin Ikromiddinovich, iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent  
Baymirzayev Dilmurod Nematovich, iqtisodiyot fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Yoqubjonova Xulkaroy Yoqubovna, iqtisodiyot fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Abdullayev Zafarbek Safibullayevich, iqtisodiyot fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent

### **Falsafa fanlari**

Talapov Baxriddin Alijanovich, falsafa fanlari doktori, professor  
Jo‘rayev Ro‘zimat To‘xtasinov, siyosiy fanlari doktori, professor  
Gaffarova Gulchehra Gulamjanovna, falsafa fanlari doktori, professor  
G‘apparov Elyorjon Otabekovich, falsafa fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Sodirjonov Muxriddin Maxamadaminovich, sotsiologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD), dotsent  
Muydinova Moxira Mukumjanovna, sotsiologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent

### **Filologiya fanlari**

Uluqov Nosirjon Muxammadaliyevich, filologiya fanlari doktori, professor  
Jafarov Botir Sattarovich, filologiya fanlari doktori, professor  
Sadikov Zoxid Yaqubjanovich, filologiya fanlari doktori, professor  
Dosbayeva Nargiza Turg‘unpo‘latovna, filologiya fanlari doktori, professor  
Tojiboyev Ilxomjon Usmonovich, filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
Karimova Farida Isakovna, filologiya fanlari doktori, dotsent  
Siddiqov Qosimjon Abilovich, filologiya fanlari nomzodi, dotsent  
Darvishov Ibroxim O‘rmanovich, filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Qo‘ziyev Umidjon Yandashaliyevich, filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Yuldashev Otabek Toshpulat o‘g‘li, filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent

### **Geografiya fanlari**

Jumaxanov Shavkatjon Zairjanovich, geografiya fanlari doktori, dotsent  
Nazarov Abdug‘affor Abdujabborovich, geografiya fanlari doktori, dotsent  
Mirzaaxmedov Xamidullo Saydamatovich, geografiya fanlari nomzodi, dotsent  
Soliyev Iqboljon Raxmonberdiyevich, geologiya-minerologiya fanlari bo‘yicha falsafa  
doktori, PhD

### **Pedagogika fanlari**

Asqarova O‘g‘iloy Mamashakirovna, pedagogika fanlari doktori, professor  
Xujamberdiyeva Shaxnoza Kupaysinovana, pedagogika fanlari doktori, professor  
Muminova Dilafro‘z Akbaraliyevna, pedagogika fanlari doktori, dotsent  
Hamidova Muxayyoxon Obidovna, filologiya fanlari nomzodi, professor  
Shodmanov Qodirjon Odilxanovich, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent  
Toshibekova Munajat Xoshimovna, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
Inamov Dilmirza Dedamirzayevich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori, dotsent  
Madaminov Baxodir Sharifjonovich, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent  
Urinov Bahrom Jamoliddinovich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
Sarimsakova Dilafuz Muhammadjonovna, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori,  
dotsent  
Axmedov Bexzod Madaminjonovich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
Rashidova Nodira Habibullayevna, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori

### **Tibbiyot fanlari**

Abdullayev G‘ofurjon Rahimjanovich, biologiya fanlari doktori, professor  
Nurmatov Yodgormirza Xatammirzayevich, tibbiyot fanlari doktori  
Abdullayev Ulug‘bek Ubaydullayevich, tibbiyot fanlari nomzodi  
Mirzaolimov Mirzohid Mirzavaliyevich, biologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori

NAMANGAN DAVLAT  
UNIVERSITETI  
ILMIY AXBOROTNOMASI, [2025-2]  
ISSN:2181-1458  
ISSN:2181-0427



13.00.00-PEDAGOGIKA  
journal.namdu.uz  
PEDAGOGICAL

I.M.Mambetnazarov

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti  
Nukus filiali ilmiy ishlar, fan va innovatsiyalar bo'yicha direktor o'rinbosari

UO'K (UDK, UDS):797.1213.00.04

### PAST SHIDDATLI VA YUQORI HAJMLI MASHG'ULOT DAVOMIDA ESHKAK ESHISH TEXNIKASIDAGI O'ZGARISHLAR TAXLILI

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada yuqori hajmli va past shiddatli mashg'ulotlar, xususan bir soatlik eshkak eshish mashqlari, shug'ullanuvchilarni jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishi hamda texnikasidagi o'zgarishlarni zamonaviy usullar orqali aniqlash xususiyatlari to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan.

**Kalit so'zlar.** Past shiddatli, yuqori xajmli mashg'ulot, texnika o'zgarishlari, Concept 2, bel va tosning aylanishi, musobaqa faoliyati, eshkak eshish va yurak urish tezligi, kuch ko'rsatkichlari.

I.M.Mambetnazarov

Uzbekistan is a state of physical education  
University of Nukus, Discipline and Innovation  
Director Sharinboasari Uzbekistan

### LOW INTENSITY AND DURATION OF LONG-TERM CLASSES

**Annotation.** This article was presented data on the characteristics of high-volume and low-intensity training, in particular, one-hour rowing exercises, the development of physical fitness of participants and the detection of changes in technique using modern methods.

**Keywords.** Low-intensity, high-volume training, technique changes, Concept 2, lumbar and pelvic rotation, competitive activity, rowing and heart rate, strength indicators.

И.М.Мамбетназаров

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта  
Заместитель директора по научной работе, науке и инновациям Нукусского филиала

### НИЗКАЯ ИНТЕНСИВНОСТЬ И ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ДЛИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

**Аннотация.** В данной статье представлены данные об особенностях высокообъемных и низкоинтенсивных тренировок, в частности, часовых гребных упражнений, развитии физической подготовленности участников и выявлении изменений в технике с использованием современных методов.

**Ключевые слова.** Низкоинтенсивные, высокообъемные тренировки, изменения в технике, Концепция 2, поясничная и тазовая ротация, соревновательная деятельность, гребля и частота сердечных сокращений, силовые показатели.

#### Dolzarbligi.

Bugungi kunda Jahonda akademik eshkak eshish sportida kuchli raqobat va sport natijalarining doimiy o'sib borishi sharoitida mashg'ulot jarayoni va musobaqa faoliyatini boshqarish tizimini takomillashtirish, oqilona sport tayyorgarligining samarali yo'nalishlarini tanlash, ko'p yillik tayyorgarlik bosqichining o'ziga xos xususiyatlarini aks ettiruvchi vazifalarni amalga oshirish kabi vazifalar belgilab berilgan [2;1-3-b]. Shu bilan birag, Olimpiada va jahon chempionatidagi jamoaviy qayiqarning rekord natijalari tez-tez yangilanib turishi,

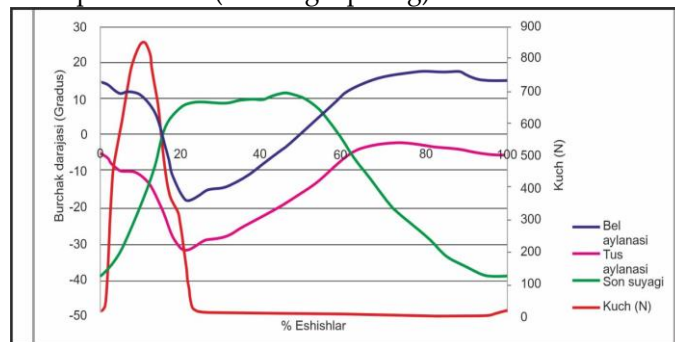
jamoaviy qayiq'larga eshkak eshuvchilarni saralashda innovasion va texnologik jihatdan uslublarning takomillashib borishi sababli sportchilarni tanlash va jamoaviy qayiq'larga ekipajlarni shakllantirishda uzgacha uslublarini yaratish trenerlar va soha mutaxassislari, olimlar uchun dolzarb muammolardan biri bo'lib qolmoqda.

**Tadqiqolt maqsadi.** Past shiddatli va yuqori hajmli mashg'ulot davomida eshkak eshish texnikasidagi o'zgarishlarni aniqlash va tahlil qilishdan iborat.

**Tadqiqot vazifalari.** 1. Eshkak eshuvchilarni texnikasidagi o'zgarishlarni o'rganish va taxlil qilish. 2. Eshkak eshuvchilarni past shiddatli va yuqori xajmli ko'rsatkichlarini taxlil qilish.

**Tadqiqot natijalari va ularning muhokamasi.** Tadqiqotimiz davomida eshkak eshuvchilarni texnik xatolarini taxlil qilishga e'tibor qaratdik. Yuqori hajmli va past shiddatli mashg'ulotlar, xususan bir soatlik eshkak eshish mashqlari, ko'pincha malakali eshkakchilarning jismoniy holatini yaxshilash uchun qo'llanildi. Dastlabki tadqiqotlarda mashg'ulotlar davomida texnika yomonlashishi charchashb psixologik zo'riqish orqali nomoyon bo'lishi mumkinligi aniqlandi. Ushbu tadqiqot malakali eshkak eshuvchilar eshkak eshish ergometrida bir soat davomida texnikani saqlab qolishlari mumkin. Kuch hosil qilish va umurtqa pog'onasi harakatlarini baholash uchun elektromagnit qurilma tenzodatchikdan foydalanildi. Tajribada oltita malakali eshkak eshuvchilar jalb qilindi. Barcha sinovchilar xonada joylashgan Concept 2 eshkak eshish ergometrida o'zlarining odatiy uslublaridan foydalangan holda besh daqiqalik chigil yozdi mashqlaridan so'ng bir soat davomida daqiqasiga 18-20 marta eshkak eshish va yurak urish tezligi 130-150 zarba oralig'ida bo'lgan holda mashq bajarishdi. Eshkak eshish texnikasi va kuch ko'rsatkichlari har 10 daqiqada qayd etib borildi. Eshkakchilarning elita guruhi bir soatlik mashg'ulot davomida o'zlarining eshkak eshish texnikasi va kuch ko'rsatkichlarini saqlab qolishga muvaffaq bo'ldi. Ba'zi ko'rsatkichlarda ozgina o'zgarishlar kuzatildi, eshkak eshishning dastlabki yetti daqiqasidan so'ng chiqish kuchi taxminan 10 N ga pasayishi va bir soatlik mashq oxirida oyoq bukilishining uch darajaga o'zgarishi, bu esa chanoqning oldinga biroz ko'proq burilishiga mos keladi. Biroq, bunday o'zgarishlar chiniqish ta'sirini aks ettiradimi yoki charchashning dastlabki belgilari taxlil qilindi. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, past shiddatli va yuqori hajmli ergometrida eshkak eshish mashg'ulotlari tajribali va yuqori malakali eshkakchilar guruhining texnikasiga salbiy ta'sir ko'rsatmasligi aniqlandi. Shu bilan birga malakali eshkak eshuvchilari eshish kinematikasida eshishning butun masofasi davomida hech qanday o'zgarishlar namoyon etmasligi, eshkakchilarga texnikani mukammal egallash uchun yetarli darajada chigal yozish mashqlari zarurligi aniqlandi. Keyin sinovchilardan bir soat davomida doimiy ravishda 2-darajali intensivlikda eshkak eshishni davom ettirishlari so'raldi. Bu ko'pchilik sportchilar uchun daqiqada 18-20 marta eshkak eshish tezligiga to'g'ri keldi va yurak urish tezligi taxminan daqiqada 130-150 martagacha yetdi. Bu eshkakchilar orasida ergometrida uzoq muddatli mashg'ulotlar paytida qo'llaniladigan standart intensivlikdir. Bir soatlik sinov davomida sportchining ruxsati bilan oltita besh daqiqalik

texnik yozuvlar amalga oshirildi. A) mashg'ulotning 2-7 daqiqasida; B) 14-19 daqiqada; C) 24-29 daqiqada; D) 32-37 daqiqada; E) 44-49 daqiqada va F) 49-54 daqiqada. Bu eshkak eshish yozuvi davrlarining boshida va oxirida har qanday tezlashuv yoki sekinlashuvi taxlil qilib borildi. Shu bilan birga tadqiqotimiz davomida eshaka eshuvchilarni bel aylanasi, tos aylanasi, son suyagi graduslarda aniqlab taxlil qilib borildi (1-rasmga qarang).



**1-rasm. Sinovdan o'tkazishning 4 chi oralig'ida bitta sinovchidan olingan ma'lumotlar**

Olingan o'rtacha natijalar 1-rasmga keltirilgan bo'lib, u eshkak eshish paytida bel va tosning aylanishini o'xshash tarzda aks ettiradi. Ular turli kattaliklarga ega bo'lsada, oldingi tadqiqotlarda kuzatilgan son bo'g'imining bukilishi va yozilishining odatiy ko'rinishini ham namoyish etdi. Concept 2 maxsus kompyuter dasturidan foydalanib, yuklama sezgichi va yurak qisqarish chastotasi bir vaqtning o'zida yozib olindi. So'ngra bu ma'lumotlar maxsus tahlil dasturidan o'tkazildi. Dastur har bir eshishning boshlanishini aniqlash uchun kuch ma'lumotlaridan foydalanildi va eshishni foiz nuqtalarida tasvirladi, bunda 0% eshish boshlanishini, 100% esa eshish tugashini ifodalaydi. Dastur eshish boshlanishini taranglik kuchi paydo bo'lgan nuqta sifatida aniqlandi. Bu nuqta dastardagi 30 n kuch chegaraviy qiymatiga o'rnatildi. Eshish tugashi taranglik kuchi ishlab chiqarilishi to'xtagan nuqta sifatida aniqlandi (30 n dan past kuch sifatida belgilandi). Boshqa bir dastur har bir yozuvdagi eshish nuqtasining har bir foizi uchun o'rtacha eshish ma'lumotlarini hisoblab chiqildi.

**Xulosa,** ushbu tadqiqot shuni ko'rsatadiki, yuqori darajali sportchilar texnikani o'zgartirmasdan ergometrida uzoq muddatli mashg'ulot seanslarini bajara olishadi. Bu holat ularning bir necha yil davomidagi sport tayyorgarligi va bunday mashg'ulotlarga moslashishning yaxshilanishiga sabab bo'ladi. Past shiddatli va yuqori hajmli mashg'ulot davomida eshkak eshish texnikasidagi o'zgarishlarni zamonaviy usullarda aniqlab texnik xatolarni bartaraf etishga xarakat qildik. Bunda bel, tos, son aylanasi graduslari yaxshilanishiga erishildi.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-son "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 5 noyabrda PQ-5279-son "Sport ta'limi tizimini tubdan takomillashtirish orqali Olimpiya va Paralimpiya sport turlari bo'yicha sportchilar zaxirasini shakllantirish sifatini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida" qarori.
3. Корбут В.М., Исраилова Р.Г. Спорт педагогик маҳоратини ошириш (эшкак эшиш). Ўқув қўлланма. Т.: Илмий техника ахбороти-пресс нашриёти, 2018. - 124 б
4. Колдуэлл Дж. С., Макнейр П. Дж., Уильямс М. (2003) Влияние повторяющихся движений на сгибание поясницы и активность мышц, выпрямляющих позвоночник, у гребцов. Клиническая биомеханика 18, 704-711
5. Долан П., Адамс МА (1998) Повторяющиеся подъемные задачи утомляют мышцы спины и увеличивают изгибающий момент, действующий на поясничный отдел позвоночника. Журнал биомеханики 31, 713-721
6. Эванс К., Рефшауге К.М., Адамс Р.Д., Барретт Р. (2008) Кинематика замаха у опытных гольфистов-мужчин после тренировки по паттингу. Журнал ортопедической и спортивной физиотерапии 38, 425-433.
7. Булл АМ, МакГрегор АН (2000) Измерение движения позвоночника у гребцов: использование электромагнитного устройства. Клиническая биомеханика 15, 772-776.
8. Matnazarov X.Yu. Eshkak eshish nazariyasi va uslubiyati. Darslik. T.: "O'zbekitobsavdonashriyoti" 2020. - 238 b.

<b>Boshlang'ich sinflarda aqli zaif o'quvchilarning o'quv xulq-atvorini shakllantirish orqali o'quv-ijtimoiy faolligini oshirish.</b>	
M.Arslanova.....	766
<b>Umumta'lim maktablarida fizikadan masalalar yechish orqali olimpiadalarga tayyorlash metodikasini rivojlanishida nufuzli va mintaqaviy xalqaro olimpidalarning ahamiyati.</b>	
X.Aslonov, Sh.Yo'lchiyev.....	770
<b>Texnika yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalarida umumkasbiy fanlarni o'qitishda zamonaviy yondashuvlar.</b>	
N.Baxriddinova.....	774
<b>Bo'lajak xorijiy til o'qituvchilarini kasbiy o'zini-o'zi rivojlantirishning pedagogik mazmuni.</b>	
D.Zaylobidinova.....	778
<b>The theory, structure, principles, and methods of improving the professional competence of future english teachers.</b>	
D.Karimova.....	782
<b>Bo'lajak muhandis-texnologlarning kasbiy va shaxsiy qobiliyatlarini rivojlantirish modeli.</b>	
L.Haydarov.....	784
<b>Past shiddatli va yuqori hajmli mashg'ulot davomida eshkak eshish texnikasidagi o'zgarishlar taxlili.</b>	
I.Mambetnazarov.....	789
<b>Eshitishi bo'yicha nogironligi bo'lgan o'quvchilarga matematika darslarini tashkil qilish jihatlari.</b>	
S.Mamatisayeva.....	792
<b>Ta'lim sifatini oshirishda gibridd texnologiyalarining o'rni.</b>	
Z.Kurbonov.....	796
<b>Masofaviy ta'limni tashkil etishda professor-o'qituvchilar faoliyati ko'rsatkichlarining tahlili.</b>	
B.Shovaliyev, B.Haqnazarov.....	801
<b>Innovatsion menejment va tashkilotlarda kreativlikni rivojlantirish.</b>	
G'.Nabiyev.....	805
<b>Ijodkorlik qobiliyatlarini shakllantirish zarurati.</b>	
Z.Mirgaziyeva.....	808
<b>Fan olimpiadalarini o'tkazishning shakllanishi va uni takomillashtirish yo'llari.</b>	
N.Mirzayeva.....	812
<b>Virtual laboratoriya tajribalarining molekulyar fizika bo'limini o'rganishda talabalarining bilim darajasiga ta'siri.</b>	
B.Muhammadiyev.....	815
<b>Dunyo ta'lim tizimida steam konsepsiyasi – aniq fanlarni o'qitishning amaliy va nazariy asosi sifatida talqin etilishi.</b>	
M.Muydinova.....	818
<b>Koreys tili yo'nalishi talabalarining mustaqil ta'limini tashkil etishda raqamlashtirish texnologiyalaridan foydalanish.</b>	
N.Xo'janazarova.....	822
<b>Texnika oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlash mazmuniga qo'yiladigan zamonaviy talablar.</b>	
Y.Najmiddinova.....	826
<b>Oliy ta'limda inklyuziv ta'limning sifat va samaradorlikka ta'siri.</b>	
Z.To'xtasinova.....	829
<b>Optika fanini o'qitishda raqamli resurslar va multimedia vositalarining integratsiyasi.</b>	
J.Nazirov.....	833
<b>8-10 yoshdali taekvondochilarni maxsus va jismoniy tayyorgarligini optimallashtirish.</b>	
A.Nuritdinov.....	837
<b>Особенности использования интерактивных методов в организации уроков русского языка.</b>	
Г.Каипова.....	840
<b>Boshlang'ich sinf o'quvchilarining nutqiy komponentlarini rivojlantirishning ilk bosqishlari.</b>	
Sh.Obidova.....	843
<b>Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy shakllanishi: maqsadga muvofiqlik, natijadorlik, optimallik va ijodkorlik mezonlari konteksti.</b>	
K.Otamirzayeva.....	847
<b>Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak muhandislarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish.</b>	
Y.Sultanova.....	853
<b>Harbiy-pedagogik ta'lim jarayonida bo'lajak ofitserlarda "Soft skills" ko'nikmalarini rivojlantirishning o'ziga xos jihatlari.</b>	