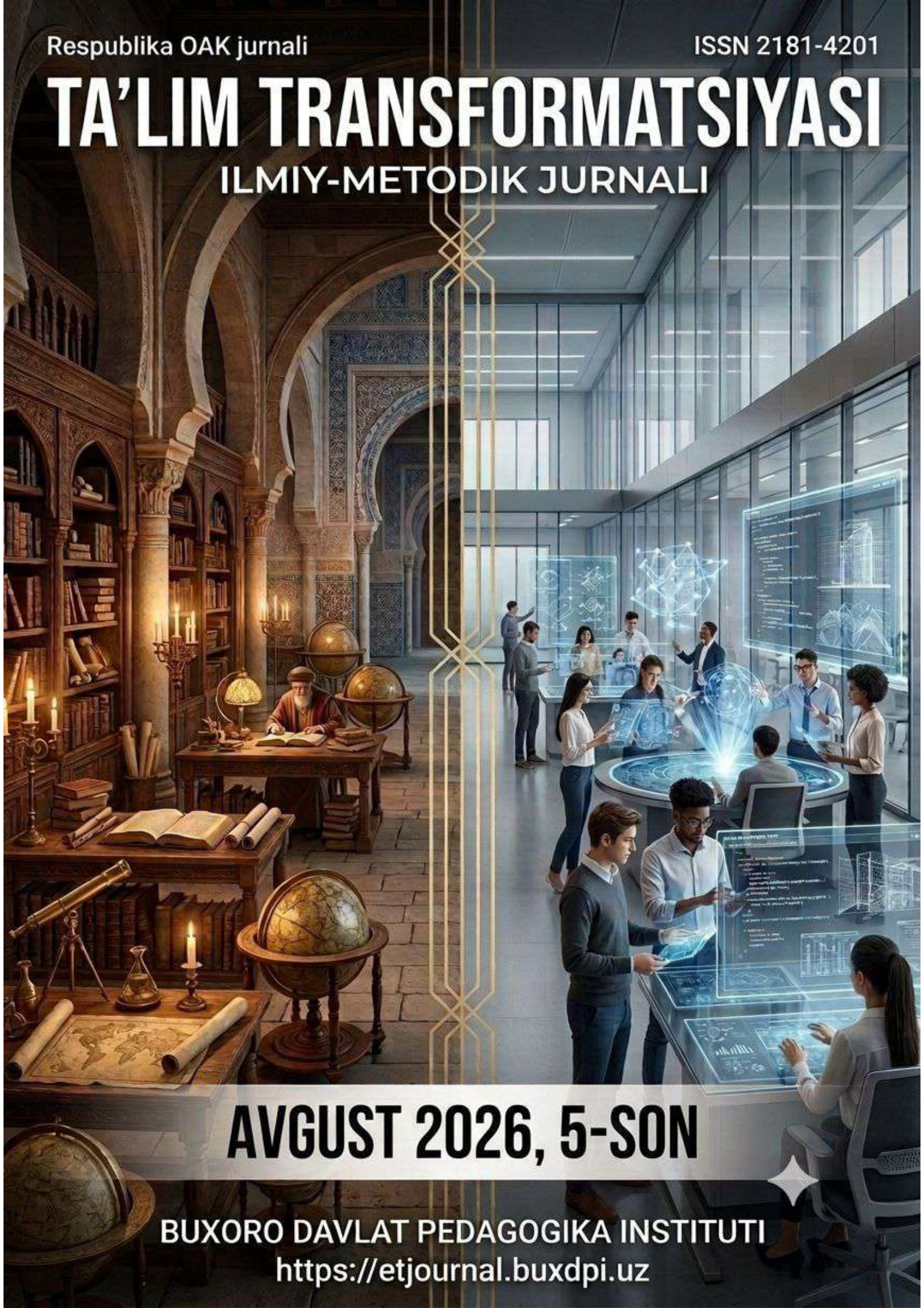


Respublika OAK jurnali

ISSN 2181-4201

TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

ILMIY-METODIK JURNALI



AVGUST 2026, 5-SON

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI
<https://etjournal.buxdpi.uz>



BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

ILMIY – METODIK JURNAL

№. 5

BUXORO – 2026

CHUQURLASHTIRILGAN IXTISOSLIK BOSQICHIDA UZOQ MASOFAGA YUGURUVCHILARNING MASHG'ULOT JARAYONINI BOSHQARISH MUAMMOLARI

Sirojev Shoxrux Fayzullo o'g'li,

Osiyo Xalqaro Universiteti Jismoniy Madaniyat kafedrası o'qituvchisi

sirojevshoxruxfayzullougli@oxu.uz

Annotatsiya. Ushbu maqolada chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichida uzoq masofaga yuguruvchilarning mashg'ulot jarayonini tizimli va maqsadli boshqarish muammolari ilmiy-metodik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda sportchining model tavsiflari, yillik sikl va mikrosikllardagi yuklamalar hajmi hamda shiddatini o'zaro muvofiqlashtirish, shuningdek, zamonaviy musobaqa taqvimini sharoitida pedagogik nazorat va modellashtirish usullarini qo'llash samaradorligi yoritilgan. Shu bilan birga, yuguruvchilarning funksional imkoniyatlari, energetik ta'minot rejimlari (aerob, anaerob va aralash) hamda innovatsion kompyuter texnologiyalariga asoslangan monitoring tizimlarining sport natijalarini oshirishdagi o'rni asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: chuqurlashtirilgan ixtisoslik, uzoq masofaga yugurish, boshqaruv tizimi, model tavsiflari, yillik sikl, aerob va anaerob rejim, mezosikl, mikrosikl, pedagogik nazorat, modellashtirish, innovatsion texnologiyalar.

ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ БЕГУНОВ НА ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

Сироев Шохрух Файзулло угли,

Преподаватель кафедры физической культуры Международного университета «Азия»

sirojevshoxruxfayzullougli@oxu.uz

Аннотация. В статье с научно-методических позиций анализируются проблемы системного и целенаправленного управления тренировочным процессом бегунов на длинные дистанции на этапе углубленной специализации. Рассматриваются модельные характеристики спортсмена, согласование объема и интенсивности нагрузок в годичном цикле и микроциклах, а также эффективность педагогического контроля и моделирования в условиях современного календаря соревнований. Обоснована роль функциональных возможностей бегунов, режимов энергообеспечения (аэробного, анаэробного и смешанного) и систем мониторинга, основанных на инновационных компьютерных технологиях, в повышении спортивных результатов.

Ключевые слова: углубленная специализация, бег на длинные дистанции, система управления, модельные характеристики, годичный цикл, аэробный и анаэробный режим, мезоцикл, микроцикл, педагогический контроль, моделирование, инновационные технологии.

PROBLEMS OF MANAGING THE TRAINING PROCESS OF LONG-DISTANCE RUNNERS AT THE STAGE OF ADVANCED SPECIALIZATION

Sirojev Shoxrux Fayzullo ugli,

Lecturer, Department of Physical Culture, Asia International University

sirojevshoxruxfayzullougli@oxu.uz

Abstract. The article provides a scientific and methodological analysis of the problems of systematic and goal-oriented management of the training process of long-distance runners at the stage of advanced specialization. It examines athlete model characteristics, coordination of training volume and intensity within the annual cycle and microcycles, and the effectiveness of pedagogical control and modeling under the conditions of the modern competition calendar. The role of runners' functional capacities, energy-supply regimes (aerobic, anaerobic, and mixed), and monitoring systems based on innovative computer technologies in improving athletic performance is

substantiated.

Keywords: advanced specialization, long-distance running, management system, model characteristics, annual cycle, aerobic and anaerobic regime, mesocycle, microcycle, pedagogical control, modeling, innovative technologies.

Kirish. Sport tayyorgarligini boshqarishdagi tizimli yondashuv sportchining namunaviy model tavsiflarini hisobga olish zaruratini belgilab beradi. Ushbu tavsiflar tayyorgarlik faoliyatining asosiy komponentlarini real o'lchov birliklarida ifodalaydi. Boshqariladigan obyektning kelajakdagi natijalari va funksional holatini oldindan baholash sport mashg'ulotlari jarayonini boshqarishning muhim vazifalaridan biridir.

Sportda boshqaruv har doim aniq maqsadga yo'naltirilishi, mashg'ulot vositalari va usullari maqsadga muvofiq tanlanishi, rejaning bajarilishi pedagogik nazorat qilinishi hamda aniqlangan og'ishlarga o'z vaqtida korreksiya kiritilishi lozim. Bunday boshqaruv sikli sportchining joriy imkoniyatini aniqlash, kutilayotgan natijani belgilash, yuklamalarni oqilona taqsimlash, kundalik va haftalik monitoring olib borish hamda mashg'ulot mazmunini takomillashtirib borishni nazarda tutadi.

Chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichining asosiy vazifasi uzoq masofaga yuguruvchining keyingi sport mahorati uchun barqaror funksional va jismoniy tayyorgarlik poydevorini yaratishdan iborat. Shu bilan birga, yillik yuklama hajmi, mashg'ulot shiddati, energiya ta'minoti rejimlari va musobaqa taqvimini o'rtasidagi nomuvofiqlik sport natijalarining turg'unlashishi yoki pasayishiga olib kelishi mumkin. Mazkur maqolaning maqsadi uzoq masofaga yuguruvchilar mashg'ulotini boshqarishning nazariy-metodik asoslarini tizimlashtirish va amaliy tavsiyalarni umumlashtirishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili. Sport mashg'ulotini boshqarish masalasi ilmiy adabiyotlarda sportchining funksional holatini baholash, yuklamalarni davrlashtirish va mashg'ulot ta'sirini nazorat qilish bilan bog'liq holda yoritiladi. V.K. Balsevich sportchi holatini fiziologik va funksional ko'rsatkichlar orqali kuzatish zaruratiga e'tibor qaratadi [1]. M.S. Olimov va O.I. Pavlova yengil atletikachilarni ko'p yillik tayyorlashda yillik hajm, mashg'ulotlar soni va energetik yo'nalishlar nisbatini bosqichma-bosqich tashkil etish masalalarini yoritadilar [2; 3].

V.N. Platonov zamonaviy musobaqa taqvimini sharoitida tayyorgarlikni davrlashtirish, musobaqa oldi mezosikllarini modellashtirish va sport formasini maqsadli boshqarish masalalarini asoslaydi [4]. I.P. Ratov va R.S. Salomovning yondashuvlarida yuqori texnologiyali sport tayyorgarligi, murabbiy-sportchi hamkorligi va pedagogik boshqaruvning tizimli xususiyatlari muhim o'rin egallaydi [5; 6]. F.P. Suslov esa zamonaviy mashg'ulot siklining tuzilishi va yuklamalar dinamikasini tashkil etish masalalariga e'tibor qaratadi [7].

Tahlil qilingan manbalar uzoq masofaga yuguruvchilar tayyorgarligida yillik, mezosiklik va mikrosiklik yuklamalarni o'zaro bog'liq tizim sifatida ko'rish zarurligini ko'rsatadi. Biroq chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichida yuklama hajmi va shiddatini sportchining individual funksional holati, malaka darajasi hamda zamonaviy musobaqa taqvimini bilan birlashtiruvchi amaliy boshqaruv tavsiyalarini tizimlashtirish dolzarb masala bo'lib qolmoqda.

Metodologiya. Tadqiqot nazariy-analitik xarakterga ega bo'lib, unda tizimli, faoliyatga yo'naltirilgan va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlardan foydalanildi. Ilmiy va ilmiy-metodik manbalarni tahlil qilish, taqqoslash, tasniflash, umumlashtirish hamda nazariy modellashtirish usullari qo'llanildi. Ushbu usullar mashg'ulot jarayonining maqsadi, yuklama parametrlari, nazorat mexanizmlari va kutilayotgan natijalar o'rtasidagi bog'lanishlarni aniqlash imkonini berdi.

Tahlil birligi sifatida yillik mashg'ulotlar soni, umumiy yugurish hajmi, aerob, aralash va anaerob rejimlardagi masofa, yurak urish tezligi zonalari, sakrash mashqlari hamda sport o'yinlari hajmi qabul qilindi. Ko'rsatkichlar tayyorgarlik yillari va sport razryadlari bo'yicha qiyoslandi.

Natijalar mazmuniy tahlil asosida izohlanib, mashg'ulot jarayonini boshqarish bo'yicha amaliy yo'nalishlar shakllantirildi.

Metodologik cheklov sifatida maqolada mustaqil tajriba-sinov, laboratoriya o'ldiruvlari yoki yangi statistik ma'lumotlar keltirilmaganini qayd etish lozim. Shu sababli berilgan xulosalar manbalardagi ko'rsatkichlarni nazariy umumlashtirish va qiyosiy tahlil qilish natijalariga asoslanadi.

Muhokama. Sportchining real holati bilan rejalashtirilgan model ko'rsatkichlari o'rtasidagi farq haqida tezkor ma'lumot olish musobaqa oldi mashg'ulotlari mazmunini obyektiv korreksiyalashga xizmat qiladi. Boshqaruv jarayonida quyidagi ketma-ketlik muhim:

- sportchining joriy funksional va jismoniy imkoniyatini aniqlash;
- erishilishi lozim bo'lgan natija va muddatni belgilash;
- yugurish, kuch va chidamlilik mashqlarini me'yoriy taqsimlash;
- kundalik va haftalik pedagogik nazorat olib borish;
- aniqlangan kamchiliklar asosida reja va mikrosikllarni tuzatish.

Yillik sikl va mezosikllardagi yuklamalar dinamikasi

Manbalarda mezosikldagi mashg'ulot yuklamalarining umumiy hajmi yillik hajmning 24–25 foizigacha bo'lishi mumkinligi ko'rsatiladi. Oylik siklda ayrim yo'nalishlar bo'yicha maksimal yuklama hajmini quyidagi nisbatlarda tashkil etish maqsadga muvofiq deb qaraladi [2; 3; 7]:

- **umumiy chidamlilikni rivojlantirish** — 20,7%;
- **kuch sifatlarini rivojlantirish** — 16,0%;
- **tezkor-kuch sifatlarini rivojlantirish** — 14,0%;
- **tezkor chidamlilikni rivojlantirish** — 12,5%;
- **tezkorlik imkoniyatlarini rivojlantirish** — 12,7%.

Uzoq masofaga yuguruvchilarning asab-mushak apparati holatini hisobga olgan holda, kuzgi-qishki tayyorgarlik davrida yugurish rejimlarini yurak urish tezligi (YuUT) bo'yicha quyidagi intensivlik zonalarida taqsimlash tavsiya etiladi:

- **1-mezosikl (aerob rejim):** YuUT 120–140 zar/daq;
- **2-mezosikl (aralash rejim):** YuUT 141–150 zar/daq;
- **3-mezosikl (aerob-anaerob rejim):** YuUT 151–160 zar/daq;
- **4-zona (shiddatli yuklamalar):** YuUT 161–180 zar/daq;
- **5-zona (anaerob rejim):** YuUT 180 zar/daq va undan yuqori.

Tayyorgarlik yillari bo'yicha yuklama hajmlari

Chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichida yillik yuklama hajmi sportchining tayyorgarlik yili va malaka darajasiga muvofiq izchil oshiriladi. Birinchi yilda aerob rejimdagi masofa 1600–2000 km, aralash rejim 300 km va anaerob rejim 100 kmni tashkil etishi mumkin. Ikkinchi yilda bu ko'rsatkichlar mos ravishda 2200–2600 km, 500 km va 120–125 kmga, uchinchi yilda esa 2800–3400 km, 600 km va 150 kmga yetadi. Keyingi bosqichlarda aerob hajm 3000–3800 km, aralash rejim 600–800 km, kross yugurishi 2000 kmgacha, sakrash mashqlari 10–12 km va sport o'yinlari 30–40 soatgacha rejalashtiriladi [2; 3].

M.S. Olimov va O.I. Pavlova ma'lumotlarini umumlashtirish II razryadli yuguruvchilar yiliga 320–330 ta mashg'ulotda 2660–3000 km masofa bosib o'tishi, I razryadli sportchilarda esa 350 ta mashg'ulotda umumiy yugurish hajmi taxminan 3196 kmga yetishi mumkinligini ko'rsatadi [2; 3]. Tayyorgarlik bosqichlari va sport razryadlari bo'yicha qiyosiy ko'rsatkichlar 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval. Tayyorgarlik bosqichlari va sport razryadlari bo'yicha mashg'ulot yuklamalari ko'rsatkichlari

Tayyorgarlik parametri razryad	1-yil tayyorgarli k	2-yil tayyorgarli k	3-yil tayyorgarli k	II razryadli sportchilar	I razryadli sportchilar
--------------------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------	----------------------------

Tayyorgarlik parametri razryad	1-yil tayyorgarli k	2-yil tayyorgarli k	3-yil tayyorgarli k	II razryadli sportchilar	I razryadli sportchilar
Mashg'ulotlar soni (yillik)	—	—	—	320–330 ta	350 ta
Umumiy yugurish hajmi (km)	2000–2400 km	2820–3225 km	3550–4150 km	2660–3000 km	3196±48,6 km
Aerob rejim (km)	1600–2000 km	2200–2600 km	2800–3400 km	2287–2600 km	2675±30,4 km
Aralash rejim (km)	300 km	500 km	600 km	279±8,2 km	402±12,7 km
Anaerob rejim (km)	100 km	120–125 km	150 km	94–120 km	19–94 km
Sakrash mashqlari depsinish	—	—	10–12 km	7000–10000 m (depsinish)	9800±195 depsinish
Sport o'yinlari (soat)	—	—	30–40 soat	25–40 soat	20±1,5 soat

Zamonaviy musobaqa taqvimini va boshqaruv muammolari

Zamonaviy tijorat musobaqalari va xalqaro startlar taqvimining kengayishi an'anaviy davrlashtirish tizimini moslashtirishni talab qiladi. Musobaqa mavsumi tig'iz bo'lgan sharoitda tayyorgarlik seriyali startlarda barqaror natija ko'rsatishga yo'naltirilishi zarur [4]. Bevosita musobaqa oldi mezosiklida hajmni faqat kamaytirish emas, balki to'liqsimon sxema asosida boshqarish maqsadga muvofiq. Manbalarda to'rt haftalik ketma-ketlikda yuklama hajmini 70, 45, 55 va 30 foiz nisbatlarida o'zgartirib borish misoli keltiriladi [2; 7].

Innovatsion texnologiyalar va pedagogik hamkorlik

Mashg'ulot jarayonini boshqarishda murabbiy va sportchining tahliliy hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Sportchining intellektual va kasbiy tayyorgarligi ortib borishi unga nazorat natijalarini anglash, yuklamaga munosabat bildirish va individual rejalashtirishda faol ishtirok etish imkonini beradi [5; 6].

Biokimyoviy va funksional ko'rsatkichlarni onlayn rejimda monitoring qilish, kompyuter modellashtirish va matematik-statistik tahlil vositalari yordamida sportchi holatini diagnostika qilish pedagogik xatolarni erta aniqlashga xizmat qiladi. Raqamli monitoring yuklama, tiklanish va funksional holat o'rtasidagi nomuvofiqlikni o'z vaqtida ko'rsatib, individual mikrosikllarga tuzatish kiritish imkonini beradi [1; 5].

Natija. Nazariy va qiyosiy tahlil chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichida mashg'ulot jarayonini boshqarish bo'yicha quyidagi natijalarni umumlashtirish imkonini berdi:

1. **Ratsional taqsimot.** yillik va mezosiklik yuklamalarni aerob, anaerob hamda aralash rejimlar bo'yicha oqilona nisbatda taqsimlash, shiddatli yuklamalarni esa sportchining funksional holatiga muvofiq rejalashtirish zarur;
2. **Moslashuvchan modellashtirish.** tig'iz musobaqa taqvimiga moslashishda musobaqa oldi bosqichida to'liqsimon yuklama sxemalari va individual tayyorgarlik dasturlaridan

foydalanish maqsadga muvofiq;

3. **Raqamlashtirish va monitoring.** onlayn funksional monitoring va kompyuter diagnostikasi pedagogik nazoratning tezkorligi hamda aniqligini oshiradi;
4. **Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv.** murabbiy va sportchining o'zaro tahliliy hamkorligiga tayangan holda, sportchining individual imkoniyatlariga mos mikrosikllarni rejalashtirish lozim;
5. **Pedagogik nazorat.** mashg'ulot rejasini sportchining joriy holati va model ko'rsatkichlari bilan muntazam taqqoslash, aniqlangan og'ishlar asosida o'z vaqtida korreksiya kiritish boshqaruvning uzluksizligini ta'minlaydi.

Xulosa. Uzoq masofaga yuguruvchilarni chuqurlashtirilgan ixtisoslik bosqichida tayyorlash samaradorligi yuklama hajmini oddiy oshirish bilan emas, balki mashg'ulotning maqsadi, energiya ta'minoti rejimi, sportchining funksional holati va musobaqa taqvimini yagona boshqaruv tizimida uyg'unlashtirish bilan belgilanadi. Yillik sikl, mezosikl va mikrosikllarni izchil modellash, muntazam pedagogik nazorat, raqamli monitoring hamda murabbiy–sportchi hamkorligi sport natijalarini barqaror oshirish va ortiqcha zo'riqish xavfini kamaytirishning muhim shartlaridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Balsevich V.K. Ocherki po fiziologii fizicheskogo vospitaniya i sporta. – M.: Fizkultura i sport.
2. Olimov M.S. Yengil atletikachilarni tayyorlash metodikasi. – Toshkent.
3. Pavlova O.I. Pedagogicheskaya tekhnologiya podgotovki legkoatletov na etapakh mnogoletney podgotovki. – M.
4. Platonov V.N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. – Kiev: Olimpiyskaya literatura.
5. Ratov I.P. Kontsepsiya «Vysokotekhnologichnoy sportivnoy podgotovki». – M.
6. Salomov R.S. Sport mashg'ulotining nazariy asoslari. – Toshkent: ITA-PRESS.
7. Suslov F.P. Struktura sovremennogo trenirovochnogo tsikla v sporte. – M.

MUNDARIJA

PEDAGOGIKA , PSIXOLOGIYA VA METODIKA	
AKMEOLOGIK YONDASHUV ASOSIDA TALABALARNING INDIVIDUAL JISMONIY YUKLAMALARINI OPTIMALLASHTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH Mansurov Olimjon Odil o'g'li	4
CHUQURLASHTIRILGAN IXTISOSLIK BOSQICHIDA UZOQ MASOFAGA YUGURUVCHILARNING MASHG'ULOT JARAYONINI BOSHQARISH MUAMMOLARI Sirojev Shoxrux Fayzullo o'g'li	11
CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIM DIDAKTIKASIDA TARBIYALASHNING ASOSIY YO'NALISHLARI Bozorov Aziz Abloqulovich	16
DIFFERENSIAL YONDASHUV ASOSIDA BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA TASVIRIY SAN'AT KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK ASOSLARI Bozorova Hamida Shukrilloevna	23
CHIZMACHILIK FANINI SUN'IIY INTELLEKTDAN FOYDALANIB O'QITISHNI RIVOJLANTIRISH METODIKASI Omonova Rayxon	26
JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA REGBI ELEMENTLARIDAN FOYDALANISH ORQALI TALABALARNING HARAKAT KOORDINATSIYASINI RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYASI E.E. Jumayev	31
JISMONIY MADANIYAT YO'NALISHI TALABALARIGA KURASH TEXNIK HARAKATLARINI O'RGATISHNING UYG'UNLASHTIRILGAN METODIK MODEL G'ulomov Nasillo Baxshullo o'g'li	34
BO'LAJAK PEDAGOGLARDA HUQUQIY KOMPETENSIYALARNI SHAKLLANTIRISH MEZONLARI VA INDIKATORLARI Mirzayev Toxirjon Turg'unovich	43
ISSIQ IQLIMDA MASHG'ULOT YUKLAMASINI RPE VA YURAK URISH CHASTOTASI YORDAMIDA BAHOLASH I.I. Saidov	55
IMOM ABU HOMID G'AZZOLIY QARASHLARI ASOSIDA FARZAND TARBIYASINING METODOLOGIK VA NAZARIY ASOSLARINI TADQIQ ETISH Isoqova Gulnoz Ulug'bek qizi	61
RAQAMLI MONITORING VOSITALARI ORQALI YOSH KURASHCHILAR YUKLAMASINI OPTIMALLASHTIRISH Karim Mahramov	67

TALABALARNING REFLEKSIV KOMPETENSIYASINI SHAKLLANTIRISHNING MAVJUD HOLATI Jumayeva Azizabonu Mo'min qizi	74
IQTIDORLI O'QUVCHILAR BILAN ISHLASHGA DOIR TAJRIBALAR Kattaqulova Nozbibi Shokir qizi	82
MINIATYURA SAN'ATIDA AN'ANAVIY VA ZAMONAVIY TASVIRIY VOSITALARNING UYG'UNLIGI Nozimova Muhabbat Akram qizi	85
DIGITAL TECHNOLOGY FOR L2 LISTENING DEVELOPMENT: CALL, MALL, CAPTIONS, VR, AND AI Juraboeva Nigina Olimjon kizi	95
ISSIQ IQLIM SHAROITIDA GIDRATATSIYA TARTIBINING YOSH YENGIL ATLETIKACHILARNING FUNKSIONAL HOLATI VA JISMONIY ISH QOBILIYATIGA TA'SIRI Nuriddinov Axrorjon Bahodir o'g'li	99
GANDBOLCHI TALABA QIZLARDA JISMONIY SIFATLARNI RIVOJLANTIRISHDA BOSQICHMA-BOSQICH YUKLAMA BERISH METODIKASI Dilnoza I. Yarasheva	105
OLIY TA'LIM MUASSASALARI TALABALARIGA BOSQON ULOQTIRISH TEXNIKASINI O'RGATISHNING PEDAGOGIK VA METODIK ASOSLARI Sarvinoz Iskandar qizi	111
GIMNASTIKA VOSITALARI ORQALI BO'LAJAK JISMONIY MADANIYAT O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK IMKONIYATLARI Saidova Mahbuba Ayubovna	118
BOSHLANG'ICH TAYYORLOV GURUHIDAGI SPORT GIMNASTIKACHILARDA MOSLASHUVCHANLIKNI RIVOJLANTIRISH METODIKASINING SAMARADORLIGI Sayfiyev Hikmatullo Xayrulloevich	127
THE APPLICATION OF THE PEDAGOGICAL CONCEPT OF JADID SCHOOLS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM Shamsullayeva Ruxsatoy Sunnatullayevna	134
MULTIMEDIA VOSITALARI ASOSIDA TALABALARNING MUSTAQIL FIKRLASH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASI Toshova To'ygul Amin qizi	141
INKLYUZIV TA'LIM MUHITIDA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING HAYOTIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK MEKANIZMLARI Urunova Dilafr'o'z Muzafarovna	145
МАКТАБ КЛАСТЕРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ИННОВАЦИОН, КОМПЕТЕНЦИАВИЙ ВА РЕСУРСЛАРГА АСОСЛАНГАН ЁНДАШУВЛАР Максуда Умаровна Бадалова	153
ЭВОЛЮЦИЯ ПОНЯТИЯ «КОММУНИКАТИВНАЯ	158

КОМПЕТЕНЦИЯ» В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ: ОТ ЯЗЫКОВОГО ЗНАНИЯ К ИНТЕГРАТИВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ХАРАКТЕРИСТИКЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ Нуруллаева Гузал Анваровна	
FILOLOGIYA FANLARI	
ОТ ПЕРЕЖИВАНИЯ К СМЫСЛУ: АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА ИНТЕРПРЕТАЦИОННОГО ОСВОЕНИЯ ПОЭЗИИ А. АХМАТОВОЙ В ПРОЦЕССЕ ЯЗЫКОВОГО И ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ Жабборова Гулчехра Жобировна	168
NUTQIY AKTNI TADQIQ ETISHNING LINGVOPRAGMATIK VA ANTROPOSENTRIK MEZONLARI Akramova Surayo Renatovna	174
TILNI O'RGANISH JARAYONIDA SUN'IY INTELLEKTNING KALIT JIHATLARI VA UNDAN SAMARALI FOYDALANISH STRATEGIYALARI: RAQAMLI DAVR TILSHUNOSLIGINING YANGI UFQLARI Boymurodova Nishona Yunus qizi	178
IMOM G'AZZOLIY ASARLARIDA "ILM" KONSEPTINING LINGVOKOGNITIV TALQINI Barnoyeva Zarina Sayfiddinovna	184
ПУТЬ К СМЫСЛУ ЧЕРЕЗ СИМВОЛ: АВТОРСКАЯ МЕТОДОЛОГИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ТВОРЧЕСТВА А. БЛОКА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ЛИТЕРАТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Жабборова Гулчехра Жобировна	189
INGLIZ XALQ ERTAKLARI LINGVOMADANIY-DIDAKTIK MIKROKORPUSINI SHAKLLANTIRISH: TANLASH MEZONLARI VA ANNOTATSIYA MODELI Djabbarova Feruza Azamovna	194
JOMIY VA NAVOIY IDIOSTILIDA "LA'L" KONSEPTI VA UNING METAFORIK XUSUSIYATLARI Tavakkal Choriyev	200
SUN'IY INTELLEKT ASOSIDAGI ADAPTIV TOPSHIRIQLARNING TALABALAR KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHDAGI O'RNI Shabonova Shaxnoza Baxriddinovna	213
ANIQ VA TABIIY FANLAR	
BO'LAJAK BIOLOGIYA O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHGA QO'YILADIGAN ZAMONAVIY TALABLAR Hamdamova Nozima Mukimovna	218
GRAFIK SAVODXONLIKNI BAHOLASHDA ANIMATSION DIAGNOSTIKA VOSITALAR Xo'janiyozov Shokir Rustamovich	225