

TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

ILMIY-METODIK JURNALI

10.00.00 FILOLOGIYA FANLARI

13.00.00 PEDAGOGIKA FANLARI



SENTYABR 2026, 6-SON

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



**BUXORO DAVLAT
PEDAGOGIKA
INSTITUTI**

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

TA'LIM TRANSFORMATSIYASI ILMIY – METODIK JURNAL

№. 6

BUXORO – 2026

SOG‘LOM TURMUSH TARZINING MA’NAVIY ASOSLARI

Rahimboyev Rustamjon Abdurahmon o‘g‘li,

Buxoro shahri, O‘zbekiston

rahimboyevrustamjon2002@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada sog‘lom turmush tarzining shakllanishida ma’naviy-axloqiy qadriyatlarning o‘rni, shaxsning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatligini ta’minlashda ma’naviy omillarning ahamiyati tahlil etilgan. Sog‘lom turmush tarzi faqat jismoniy faollik, to‘g‘ri ovqatlanish yoki zararli odatlardan voz kechish bilan cheklanmasdan, insonning o‘z salomatligiga ongli munosabati, hayotiy maqsadi, o‘zini boshqarishi, mas’uliyati va ma’naviy madaniyati bilan bog‘liq yaxlit hodisa sifatida yoritilgan. Tadqiqotda sog‘lom turmush tarzining ma’naviy asoslarini shakllantiruvchi asosiy omillar tizimlashtirilib, ta’lim muassasalarida mazkur yo‘nalishdagi tarbiyaviy ishlarni takomillashtirish bo‘yicha ilmiy-amaliy xulosalar ishlab chiqilgan.

Tayanch so‘zlar: sog‘lom turmush tarzi, ma’naviyat, ma’naviy qadriyat, sog‘liq madaniyati, axloq, shaxs, o‘zini boshqarish, mas’uliyat, sog‘lom xulq-atvor, tarbiya.

ДУХОВНЫЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Рахимбоев Рустамжон Абдурахмон угли,

г. Бухара, Узбекистан

rahimboyevrustamjon2002@gmail.com

Аннотаци: В статье анализируется роль духовно-нравственных ценностей в формировании здорового образа жизни личности, а также значение духовных факторов в обеспечении физического, психического и социального здоровья человека. Здоровый образ жизни рассматривается не только как совокупность физической активности, рационального питания и отказа от вредных привычек, но и как целостное отношение человека к собственному здоровью, основанное на самоконтроле, ответственности, жизненных целях и духовной культуре. Систематизированы основные факторы формирования духовных основ здорового образа жизни и разработаны научно-практические рекомендации по совершенствованию воспитательной работы в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, духовность, нравственные ценности, культура здоровья, личность, самоконтроль, ответственность, здоровое поведение, воспитание.

SPIRITUAL FOUNDATIONS OF A HEALTHY LIFESTYLE

Rahimboyev Rustamjon Abdurahmon ugli,

Bukhara, Uzbekistan

rahimboyevrustamjon2002@gmail.com

Abstract: This article analyzes the role of spiritual and moral values in the formation of a healthy lifestyle and examines the importance of spiritual factors in maintaining a person's physical, psychological and social well-being. A healthy lifestyle is considered not only as a combination of physical activity, balanced nutrition and avoidance of harmful habits, but also as an integrated system of conscious attitudes toward personal health, self-regulation, responsibility, life goals and spiritual culture. The study systematizes the main factors that determine the spiritual foundations of a healthy lifestyle and develops scientific and practical recommendations for improving educational and upbringing activities aimed at promoting health culture.

Keywords: healthy lifestyle, spirituality, moral values, health culture, personality, self-control, responsibility, healthy behavior, education.

KIRISH

Bugungi kunda inson salomatligini muhofaza qilish, sog‘lom va faol hayot kechirish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish hamda aholida sog‘lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish dunyo miqyosida muhim ijtimoiy-pedagogik vazifalardan biri sifatida qaralmoqda. Sog‘liq tushunchasiga zamonaviy yondashuv uning faqat kasallik yoki jismoniy holatning yo‘qligi bilan belgilanmasligini, balki insonning ruhiy, ijtimoiy va ma’naviy farovonligi bilan ham uzviy bog‘liqligini ko‘rsatadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti tomonidan ilgari surilgan sog‘liqni mustahkamlash konsepsiyasida insonning sog‘lig‘ini yaxshilash jarayonida uning bilimlari, hayotiy ko‘nikmalari va o‘z salomatligini boshqarish imkoniyatlarini kengaytirish muhimligi ta’kidlanadi.

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish masalasiga faqat tibbiy yoki jismoniy tarbiya nuqtayi nazaridan yondashish bugungi shaxs rivojlanishining murakkab tabiatini to‘liq aks ettirmaydi. Chunki insonning kundalik hayotidagi xatti-harakatlari uning dunyoqarashi, ehtiyojlari, qadriyatlari, irodasi, maqsadlari va o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati bilan chambarchas bog‘liq. Masalan, jismoniy mashqlarning sog‘liq uchun foydali ekanini bilishning o‘zi yetarli emas; mazkur bilimni amaliy xulq-atvorga aylantirish uchun shaxsda intizom, mas’uliyat, qat’iyat va o‘z faoliyatini rejalashtirish ko‘nikmalari ham shakllangan bo‘lishi zarur.

O‘zbekiston sharoitida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish davlat siyosatining muhim yo‘nalishlaridan biriga aylangan. Xususan, sog‘lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni rivojlantirishga qaratilgan davlat siyosati aholining jismoniy faolligini oshirish, sog‘lom odatlarni shakllantirish va salomatlikni muhofaza qilishning profilaktik mexanizmlarini kuchaytirishga yo‘naltirilgan. Ta’lim sohasidagi davlat siyosatida ham shaxsning har tomonlama rivojlanishi, uning bilim, ko‘nikma va kompetensiyalarini shakllantirish masalalariga alohida e’tibor beriladi.

Shu nuqtayi nazardan, sog‘lom turmush tarzining **ma’naviy asoslarini** tadqiq etish alohida ilmiy ahamiyat kasb etadi. Chunki ma’naviy yetuklik insonning o‘z xatti-harakatlariga tanqidiy munosabatda bo‘lishi, uzoq muddatli manfaatlarni qisqa muddatli istaklardan ustun qo‘yishi, o‘z salomatligini qadrlashi va sog‘lom hayot tarzini shaxsiy qadriyatga aylantirishiga xizmat qiladi.

Sog‘lom turmush tarzi bilan ma’naviyat o‘rtasidagi bog‘liqlikni, avvalo, insonning o‘ziga, boshqalarga va jamiyatga bo‘lgan munosabati orqali tushuntirish mumkin. O‘z salomatligini qadrlaydigan inson nafaqat o‘ziga nisbatan mas’uliyatli bo‘ladi, balki uning xatti-harakatlari oilasi, mehnat jamoasi va jamiyat manfaatlariga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli sog‘lom turmush tarzi individual odatlar yig‘indisi emas, balki muayyan ma’naviy-axloqiy mezonlar asosida tashkil etiladigan ijtimoiy xulq-atvor tizimidir.

TADQIQOT OBYEKTI

Tadqiqot obyekti sifatida shaxsda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni va mazkur jarayonda ma’naviy-axloqiy omillarning namoyon bo‘lish xususiyatlari belgilandi.

Tadqiqot predmetini sog‘lom turmush tarzining ma’naviy asoslari, shaxsning sog‘liqni qadrlashga yo‘naltirilgan qadriyatlari, o‘zini boshqarish, mas’uliyat, irodaviy sifatlar, sog‘lom xulq-atvor motivlari va ta’lim-tarbiya vositalari tashkil etadi.

Tadqiqotning maqsadi sog‘lom turmush tarzining ma’naviy asoslarini nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning tarkibiy komponentlarini aniqlash va ta’lim jarayonida shaxsning sog‘lom hayot kechirish madaniyatini rivojlantirish imkoniyatlarini asoslashdan iborat.

Mazkur maqsaddan kelib chiqib quyidagi vazifalar belgilandi: sog‘lom turmush tarzi tushunchasining mazmunini aniqlashtirish; uning ma’naviy-axloqiy mohiyatini ochib berish; sog‘lom xulq-atvorni belgilovchi ma’naviy omillarni tizimlashtirish; ta’lim va tarbiyaning sog‘lom hayot tarzini shakllantirishdagi imkoniyatlarini tahlil qilish; sog‘lom turmush tarzining ma’naviy asoslarini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

QO‘LLANILGAN METODLAR

Tadqiqotda nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, tizimli yondashuv, umumlashtirish, pedagogik kuzatish elementlari va ilmiy manbalarni kontent tahlil qilish metodlaridan foydalanildi. Mazkur metodlar orqali sog‘lom turmush tarzi, sog‘liq madaniyati, ma’naviyat, shaxs tarbiyasi va sog‘lom xulq-atvor bilan bog‘liq ilmiy qarashlar o‘zaro qiyoslandi.

Tizimli yondashuv asosida sog‘lom turmush tarzi shaxsning alohida bir xususiyati sifatida emas, balki bilim, motivatsiya, qadriyat, xulq-atvor va ijtimoiy muhitning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadigan yaxlit tizim sifatida ko‘rib chiqildi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining sog‘liqni mustahkamlashga oid yondashuvida ham sog‘lom xulq-atvorni rivojlantirish uchun insonning shaxsiy ko‘nikmalari bilan bir qatorda qo‘llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit zarurligi ko‘rsatiladi.

OLINGAN NATIJALAR VA ULARNING TAHLILI

Tadqiqot natijasida sog‘lom turmush tarzining ma’naviy asoslarini bir nechta o‘zaro bog‘liq komponentlar orqali ifodalash mumkinligi aniqlandi. Ular **sog‘liqni qadrlash, mas’uliyat, o‘zini boshqarish, maqsadlilik, irodaviy barqarorlik, axloqiy me’yorlarga amal qilish va ijtimoiy daxldorlik** kabi tarkibiy qismlarni o‘z ichiga oladi.

Birinchi muhim komponent — **sog‘liqni qadriyat sifatida anglash**. Inson o‘z salomatligini oddiy biologik holat sifatida emas, balki uning hayotiy faoliyati, mehnat qobiliyati, oilaviy farovonligi va ijtimoiy faolligining muhim sharti sifatida qabul qilganida sog‘lom xulq-atvorning ichki motivatsiyasi shakllanadi. Bunday yondashuvda sog‘lom ovqatlanish, jismoniy faollik, uyqu va dam olish tartibiga rioya qilish tashqi nazorat natijasi emas, balki shaxsning ichki ehtiyojiga aylanadi.

Ikkinchi komponent — **shaxsiy mas’uliyat**. Sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda inson o‘z salomatligi uchun mas’ul ekanini anglab yetishi muhim. Bunda “sog‘lig‘im bilan nima bo‘lishi davlat, shifokor yoki boshqa shaxsning vazifasi” degan passiv munosabatdan “mening kundalik tanlovlarim sog‘lig‘imga ta’sir qiladi” degan faol pozitsiyaga o‘tish kuzatiladi. Mazkur yondashuv shaxsning sog‘lom xatti-harakatlarini barqarorlashtirishga xizmat qiladi.

Uchinchi komponent — **o‘zini boshqarish va iroda**. Sog‘lom turmush tarzi ko‘pincha muntazamlilikni talab qiladi. Bir martalik jismoniy mashq yoki qisqa muddatli parhez sog‘lom turmush tarzining to‘liq mazmunini ifodalamaydi. Sog‘lom odatlarning shakllanishi uchun inson o‘z vaqtini, ehtiyojlarini va xatti-harakatlarini nazorat qila olishi kerak. Shu jihatdan irodaviy sifatlar sog‘lom turmush tarzining ma’naviy-psixologik tayanchi sifatida namoyon bo‘ladi.

To‘rtinchi komponent — **hayotiy maqsadlilik**. Insonning sog‘lom bo‘lishga bo‘lgan intilishi uning kelajak haqidagi tasavvurlari bilan bog‘liq. Aniq maqsadga ega bo‘lgan shaxs sog‘liqni ushbu maqsadga erishishning muhim sharti sifatida ko‘radi. Masalan, kasbiy rivojlanish, ilmiy faoliyat, oilaviy farovonlik yoki ijtimoiy faoliyatga intilish insonda o‘z salomatligini asrashga nisbatan barqaror motivatsiyani yuzaga keltirishi mumkin.

Beshinchi komponent — **axloqiy madaniyat**. Sog‘lom turmush tarzi insonning faqat o‘ziga nisbatan munosabati bilan cheklanmaydi. Shaxsning atrofdagilarga zarar yetkazmaslik, jamoat joylarida sanitariya-gigiyena talablariga amal qilish, boshqalarning sog‘lig‘ini hurmat qilish, zararli odatlarni targ‘ib qilmaslik kabi xatti-harakatlari ham sog‘liq madaniyatining muhim ko‘rsatkichlaridir.

Oltinchi komponent — **ijtimoiy daxldorlik**. Inson salomatligi uning atrofidagi ijtimoiy muhit bilan bevosita bog‘liq. Shu sababli sog‘lom turmush tarzini shakllantirish faqat individual tarbiya bilan cheklanib qolmasligi kerak. Oila, ta’lim muassasasi, mahalla, mehnat jamoasi va boshqa ijtimoiy institutlarning sog‘lom muhit yaratishdagi hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining sog‘liqni mustahkamlash konsepsiyasida ham sog‘liq uchun qulay siyosat, qo‘llab-quvvatlovchi muhit, shaxsiy

ko'nikmalarni rivojlantirish va jamoaviy harakat o'zaro bog'liq yo'nalishlar sifatida ko'rsatilgan.

Sog'lom turmush tarzining ma'naviy asoslarini shakllantirishda **ta'lim muassasasining roli** alohida e'tiborga loyiq. Ta'lim jarayoni orqali talabaga sog'lom hayotning biologik yoki tibbiy jihatlar haqida ma'lumot berish bilan birga, uning qadriyatlar tizimini rivojlantirish, sog'liqni ongli ravishda qadrlashga o'rgatish va sog'lom xulq-atvor motivlarini shakllantirish mumkin.

Bunda tarbiyaviy tadbirlarning mazmuni ham muhim. Sog'lom turmush tarziga oid tadbirlar faqat “sport bilan shug'ullanish kerak”, “to'g'ri ovqatlanish kerak” kabi umumiy chaqiriqlardan iborat bo'lib qolmasligi lozim. Talaba sog'lom turmush tarzining **nima uchun zarurligini, uning kelajakdagi hayoti va kasbiy faoliyatiga qanday ta'sir ko'rsatishini** anglab yetishi kerak.

Shu nuqtayi nazardan, sog'lom turmush tarzi tarbiyasida muammoli vaziyatlar, hayotiy misollar, muhokama va munozaralar, refleksiv topshiriqlar, individual sog'lomlashtirish rejalarini ishlab chiqish, sport va madaniy tadbirlarni birlashtirish kabi pedagogik usullardan foydalanish maqsadga muvofiq.

Talabalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish jarayonida **shaxsiy namuna** ham katta tarbiyaviy ahamiyatga ega. Professor-o'qituvchining o'z salomatligiga munosabati, mehnat va dam olish tartibi, muloqot madaniyati, sportga munosabati va sog'lom xulq-atvori talabalar uchun bevosita ijtimoiy-pedagogik namuna vazifasini bajaradi. Shu sababli sog'lom ta'lim muhitini yaratish faqat maxsus fanlar yoki tadbirlar doirasidagi vazifa emas, balki butun ta'lim muassasasining umumiy madaniyatiga aylanishi kerak.

Sog'lom turmush tarzining ma'naviy asoslarini shakllantirishda milliy qadriyatlarning imkoniyatlaridan ham samarali foydalanish mumkin. O'zbek xalqining tarixiy-madaniy merosida mehnatsevarlik, poklik, tartiblilik, o'zini tiyish, kattalarga hurmat, oilaga sadoqat, jamiyat oldidagi mas'uliyat kabi qadriyatlar muhim o'rin egallaydi. Ularni zamonaviy sog'liq madaniyati bilan uyg'unlashtirish yoshlarning sog'lom turmush tarziga bo'lgan ijobiy munosabatini mustahkamlashi mumkin.

Shu bilan birga, sog'lom turmush tarzining ma'naviy asoslarini shakllantirishda **raqamli muhitning** ta'sirini ham e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. Bugungi yoshlar sog'liq, ovqatlanish, sport, psixologik farovonlik va boshqa mavzulardagi ma'lumotlarning katta qismini internet va ijtimoiy tarmoqlardan oladi. Shuning uchun sog'liq bilan bog'liq axborotni tanqidiy baholash, ishonchli manbalarni ajrata bilish va noto'g'ri tavsiyalardan himoyalash ko'nikmalari ham sog'liq madaniyatining tarkibiy qismiga aylanmoqda.

Umuman olganda, tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, **sog'lom turmush tarzi ma'naviyatdan ajratilgan holda shakllanmaydi**. Insonning sog'lom hayot kechirishga bo'lgan ehtiyoji uning qadriyatlari, maqsadlari, irodasi, mas'uliyati va ijtimoiy munosabatlari bilan mustahkamlangandagina barqaror odatga aylanadi.

ILMIY YANGILIK

Tadqiqotning ilmiy yangiligi sog'lom turmush tarzining ma'naviy asoslarini yagona tizim sifatida tavsiflovchi tarkibiy modelning taklif etilganligida namoyon bo'ladi. Mazkur modelda **qadriyat – anglash – motivatsiya – o'zini boshqarish – amaliy xulq-atvor – ijtimoiy mas'uliyat** o'zaro uzviy bog'langan jarayon sifatida qaraladi.

Tadqiqot davomida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda faqat bilim berish yetarli emasligi, bilimning shaxsiy e'tiqod va qadriyatga, qadriyatning esa kundalik xulq-atvorga aylanishi zarurligi nazariy jihatdan asoslandi.

Shuningdek, sog'lom turmush tarzi tarbiyasini ta'lim jarayonining alohida yo'nalishi sifatida emas, balki **ma'naviy-axloqiy, jismoniy, psixologik va ijtimoiy tarbiyaning integratsiyalashgan yo'nalishi** sifatida tashkil etish zarurligi aniqlandi.

XULOSA

Sogʻlom turmush tarzi inson hayotining jismoniy jihatlarinigina emas, balki uning maʼnaviy dunyosi, qadriyatlari, dunyoqarashi va xulq-atvorini ham qamrab oluvchi murakkab ijtimoiy-pedagogik hodisadir. Shaxs sogʻlom turmush tarzini ongli ravishda tanlashi uchun unda sogʻliqni qadrlash, oʻz xatti-harakatlari uchun masʼuliyatni his etish, oʻzini boshqarish, maqsadga intilish va irodaviy barqarorlik kabi sifatlar shakllangan boʻlishi zarur.

Tadqiqot natijalari asosida sogʻlom turmush tarzining maʼnaviy asoslarini shakllantirishda quyidagi yoʻnalishlarga ustuvor ahamiyat berish maqsadga muvofiq: taʼlim jarayonida sogʻliq qadriyatini shakllantirish; talabalarda shaxsiy masʼuliyat va oʻzini boshqarish koʻnikmalarini rivojlantirish; sogʻlom xulq-atvorni ragʻbatlantiruvchi taʼlim muhitini yaratish; professor-oʻqituvchilarning shaxsiy namunasidan samarali foydalanish; milliy va umuminsoniy qadriyatlarni sogʻliq madaniyati bilan uygʻunlashtirish; raqamli axborot muhitida sogʻliq bilan bogʻliq maʼlumotlarni tanqidiy baholash koʻnikmalarini shakllantirish.

Demak, sogʻlom turmush tarzini shakllantirishning eng muhim sharti insonning sogʻliqni tashqi talab sifatida emas, balki **shaxsiy va ijtimoiy qadriyat** sifatida qabul qilishidir. Bunday yondashuv taʼlim oluvchilarning nafaqat jismoniy salomatligini, balki ularning maʼnaviy-psixologik barqarorligi, ijtimoiy faolligi va hayot sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. N.N. Azizxoʻjayeva. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – Toshkent: Oʻzbekiston Yozuvchilar uyushmasi Adabiyot jamgʻarmasi nashriyoti, 2006. – 160 b.
2. J.Gʻ. Yoʻldoshev, S.A. Usmonov. Pedagogik texnologiya asoslari. – Toshkent: Oʻqituvchi, 2004. – 104 b.
3. Oʻzbekiston Respublikasining “Taʼlim toʻgʻrisida”gi Qonuni. OʻRQ-637-son, 2020-yil 23-sentabr.
4. Oʻzbekiston Respublikasi Prezidentining “2022–2026-yillarga moʻljallangan Yangi Oʻzbekistonning taraqqiyot strategiyasi toʻgʻrisida”gi PF-60-son Farmoni. – 2022-yil 28-yanvar.
5. World Health Organization. Ottawa Charter for Health Promotion. – Geneva: WHO, 1986.
6. World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. – Geneva: WHO, 2020.

MUNDARIJA

PEDAGOGIKA, PSIXOLOGIYA VA METODIKA	
SHAXSDA SOG‘LOM TURMUSH TARZI KO‘NIKMASINI RIVOJLANTIRISH Rahimboyev Rustamjon Abdurahmon o‘g‘li	4
O‘ZBEK VA INGLIZ SOMATIK MAQOLLARIDA KONSEPTUAL METAFORA, METONIMIYA VA PRAGMATIK VAZIFALAR Xamdamova Gulshan Xamroyevna	9
TALABALARNING INGLIZ TILIDA O‘QISH KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA PSIXOLOGIK OMILLARGA YO‘NALTIRILGAN INTERAKTIV METODLARDAN FOYDALANISH METODIKASI Turayeva Xurshida Toxirovna	16
BOSHLANG‘ICH TA‘LIMDA TASVIRIY SAN‘ATNI STEAM YONDASHUVI ASOSIDA O‘QITISHNING DIDAKTIK TAMOYILLARI Ibadullayeva Shaxnoza Ilxamovna, G‘ulomova Shahruza Faxritdinovna	21
BOSHLANG‘ICH SINFLARDA TASVIRIY SAN‘AT DARSLARINI INTEGRATIV YONDASHUV ASOSIDA TASHKIL ETISH METODIKASI Ibadullayeva Shaxnoza Ilxamovna, Boymuradova Tursuntosh Ilhom qizi	28
FORMATIV BAHOLASHNING “360 DARAJA” MODEL: INGLIZ TILI DARSLARIDA O‘Z-O‘ZINI, O‘ZARO VA O‘QITUVCHI TOMONIDAN BAHOLASHNI INTEGRATSIYA QILISH METODIKASI Xoldorova Shahlo Shuhratjon qizi	34
BOLALARNI MAKTABGA TAYYORLASHDA PEDAGOG VA TARBICHILARINING KASBIY MALAKALARI ASOSIDA PSIXOLOGIK TRENINGLARDAN FOYDALANISHNING UMUMIY ASOSLARI Jo‘rayeva Dilnoza O‘ktam qizi	40
BO‘LAJAK BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARIDA ADAPTIV PEDAGOGIK TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARINI TAKOMILLASHTIRISH Kuldosheva Sabohat Otamurodovna	44
BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARI BILAN O‘TKAZILADIGAN JISMONIY TARBIYA MASHG‘ULOTLARINING XUSUSIYATLARI VA SHAKLLARI Ibadova Zamira Rashidovna	51
BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARIDA IJTIMOIIY-MA‘NAVIY QADRIYATLARNI SHAKLLANTIRISH (TARBIYA FANI MISOLIDA) Jabborova Azizaxon Husniddin qizi	58

XORIJIY TIL O'QITUVCHILARI TOMONIDAN FRANSUZ TILINI O'RGATISHDA QO'LLANILADIGAN METODOLOGIK TAMOYILLAR Hojiyeva Gulchehra Salimovna	65
INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES FOR DEVELOPING ENTREPRENEURIAL CULTURE AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONTEXT OF GLOBALIZATION Niyazov Mirshod Khayatovich	74
RAQAMLI TA'LIMDA SUN'YI INTELLEKT: PEDAGOGIK LOYIHALASHNING YANGI YONDASHUVLARI Xolliyev Nurbek Askarovich	79
"TALABALAR SPORT FAOLIYATINI TAKOMILLASHTIRISHDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING ILMIY-METODIK ASOSLARI" Jo'rayeva Zarifa Oltinboy qizi	89
SOG'LOM TURMUSH TARZINING MA'NAVIY ASOSLARI Rahimboyev Rustamjon Abdurahmon o'g'li	95
PEDAGOGICAL CONDITIONS AND A TASK-BASED MODEL FOR DEVELOPING THE SPEECH COMPETENCE OF FUTURE ENGLISH LANGUAGE TEACHERS Zaripova Soxiba Orif qizi,	100
RAQAMLI TA'LIM SHAROITIDA INGLIZ TILINI O'QITISH METODIKASINI SUN'YI INTELLEKT TEXNOLOGIYALARI ASOSIDA MODERNIZATSIYA QILISH Zokirjonova Maftuna Shuxratovna	110
BO'LAJAK O'QITUVCHILAR TAYYORLOVI: ZAMONAVIY TALABLAR VA TRANSFORMATIV RIVOJLANISH Safarova Nigora Nasillovna	118
SUN'YI INTELLEKT TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH ASOSIDA BO'LAJAK INGLIZ TILI O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH Yaxyayeva Madina Ibrohim qizi	124
METHODOLOGY FOR ENHANCING COMMUNICATIVE COMPETENCES OF LANGUAGE UNIVERSITY STUDENTS THROUGH THE APPLICATION OF COACHING TECHNOLOGIES. Abbasova Nargiza Kabilovna	129
SOME REMARKS ON THE WORKS OF EASTERN PANDOM Umarova Sitora Mukhlisovna	134
ICHKI TURIZMNI RIVOJLANTIRISHDAGI DAVLAT DASTURLARINING O'RNI VA AHAMIYATI (O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MISOLIDA) Mo'minova Ozodaxon Dilmurodjon qizi	143
SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY FAOLLIKNING O'RNI VA AHAMIYATI A.B.Jaksimuratov	145
FILOLOGIYA FANLARI	
O'ZBEK TILIDA EMOTIKON VA EMOJI BIRLIKLARINING LINGVISTIK VAZIFALARI	153

Umurzakova Zuxraxon Yusupjon qizi	
INGLIZ VA O'ZBEK LINGVOMADANIYATLARIDA "DARAXT-INSON" METAFORASI: QIYOSIY LINGVOMADANIY TAHLILI Ibragimova Gulshan Raimovna	158
ЖОМИЙ ВА НАВОИЙ ШЕЪРИЙ ИДИОСТИЛИНИ ҚИЁСИЙ-ЛИНГВОПОЭТИК ТАДҚИҚ ЭТИШНИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ Чориев Таваккал Равшанович	162
TALABALARDA YOZMA NUTQ KOMPETENSIYASINI SHAKLLANTIRISH VA XALQARO BAHOLASH MEZONLARI TAHLILI Alimardonova Malika Botir qizi	172
PRESERVATION AND TRANSFORMATION OF NATIONAL-CULTURAL COMPONENTS IN FOLK TALES RETOLD BY GENERATIVE ARTIFICIAL INTELLIGENCE Fayyozjon Azimov	176
THE FREQUENCY OF METAPHORICAL USES OF THE LEXEME YURAK IN ABDULLA QODIRIY'S BYGONE DAYS: A CORPUS-BASED ANALYSIS Shodiyeva Madinabonu Shavkat qizi	183
TARIXIY VOQEALARNING YANGICHA TALQINI (XAYRIDDIN SULTONNING "YALDO KECHASI" ROMANI ASOSIDA) UO'K 821.512.133 Xo'jamurodova Oydin Xo'jamurod qizi	192
BOLALAR SHE'RIYATIDA YUMORNING POETIK TABIATI VA UNI TAHLIL QILISH MEZONLARI Qobilova Aziza Ahrorovna	197
ОТ ЯЗЫКОВОГО ФЕНОМЕНА К ИССЛЕДОВАНИЮ: ФЕНОМЕН- ОРИЕНТИРОВАННОЕ ОБУЧЕНИЕ РУССКОМУ ЯЗЫКУ В УЗБЕКСКИХ ГРУППАХ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ГЕНЕРАТИВНОГО ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА. Мустафаева Дилфуза Нематиллоевна	205
РОЛЬ ИСТОРИЧЕСКИХ ФАКТОВ В ФОРМИРОВАНИИ ОБРАЗА АМИРА ТИМУРА В УЗБЕКСКОЙ И АНГЛИЙСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ Пулатова Мохичехра Темировна	213
ANIQ VA TABIIY FANLAR	
CHAQIRIQQACHA HARBIY TA'LIM YO'NALISHI TALABALARNING O'QUV MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISHNING QONUNIYATLARI. Aminov Pahlavon Hamid o'g'li	219
HUDUDLARDA ISHLAB CHIQRISH KUCHLARINI OQILONA JOYLASHTIRISHNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI Axmedova Nozima Fayzulloevna	227
AKSIYADORLIK JAMIYATLARIDA UZOQ MUDDATLI AKTIVLAR HISOBINI YURITISHDA ERP TIZIMLARINING O'RNİ: AMALIYOT VA MUAMMOLAR Yusupova Nilufar Qasimovna	233

BIOKIMYO FANINI SUN'IIY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARINI QO'LLAB OLIB BORILGAN TAJRIBA- SINOV NATIJALARINING MATEMATIK-STATISTIK TAHLILI G.A.Ixtiyarova, J.M.Sharopov, N.Z.Eshchanova, S.M.Axmedova	239
SUN'IIY INTELLEKT VOSITALARI YORDAMIDA BO'LAJAK INGLIZ TILI O'QITUVCHILARINING DARSNI LOYIHALASH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASI	248
Zokirova Sitorabonu Shokirjonovna	