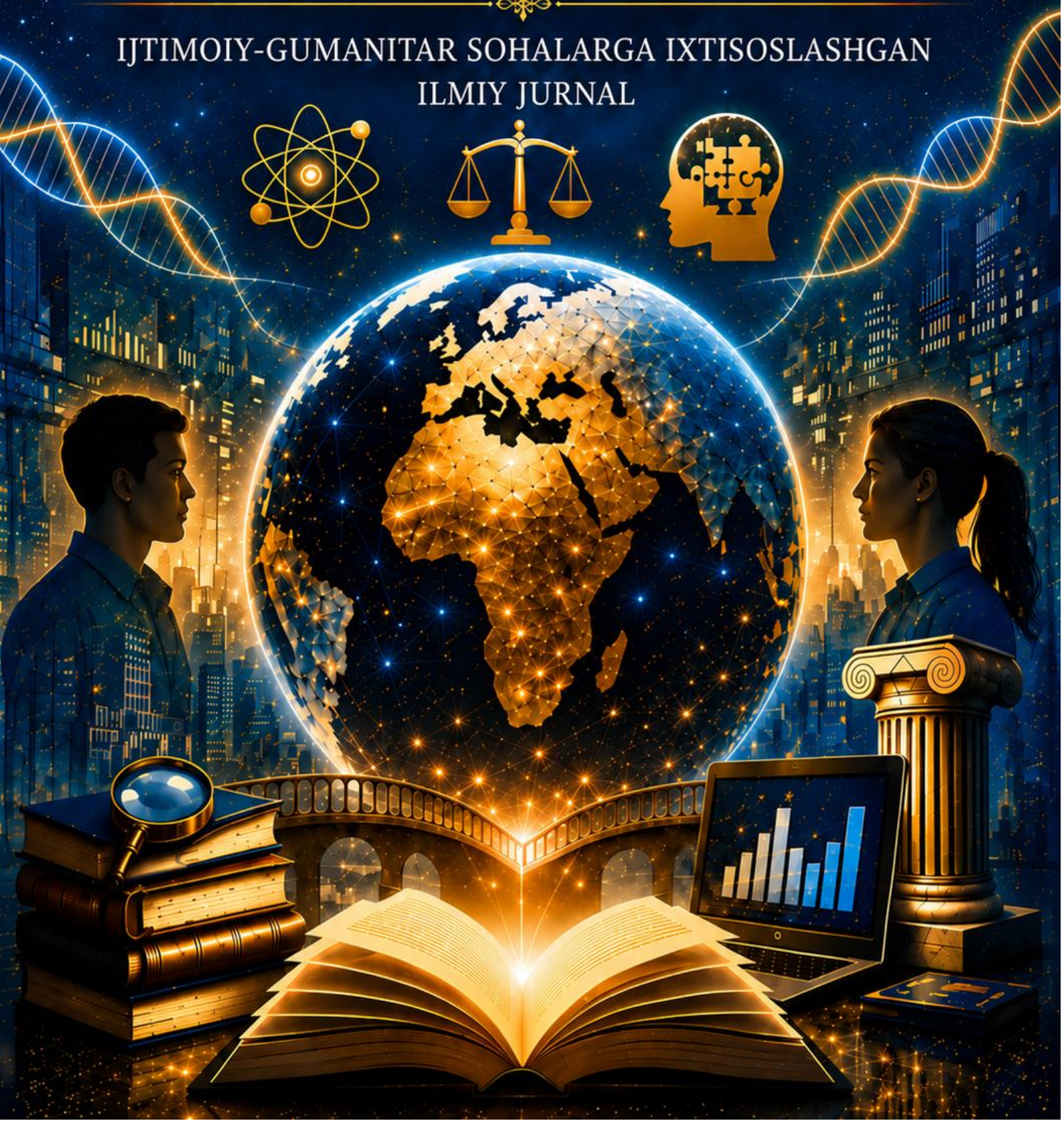
№6 2026

ISSN: 3093-9240

FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR

IJTIMOIY-GUMANITAR SOHALARGA IXTISOSLASHGAN ILMIY JURNAL



FANLARARO ILMIY TADQIQOTLAR
ilmiy-amaliy metodologik jurnal

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
научно-практический и методологический журнал

INTERDISCIPLINARY SCIENTIFIC RESEARCH
scientific-practical and methodological journal



№6 2026

Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Raqamli texnologiyalar vazirligi huzuridagi Axborotlashtirish va telekommunikatsiyalar sohasida nazorat inspeksiyasi tomonidan 2026-yil 5-may sanasida davlat ro‘yxatidan o‘tkazilib, 1564147-sonli rasmiy guvohnoma asosida faoliyat yuritadi.

BOSH MUHARRIR:

Ashurov Ramzidin Ramazonovich
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

TAHRIRIYAT VA EKSPERT KENGASHI

Rejep Uzyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Blinova Yelena Yevgeyevna – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina Natalya Yuryevna– psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Abdullayeva Barno Sayfutdinovna – pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Ibragimova Gulsanam Ne’matovna – pedagogika fanlari doktori, professor
Mamurov Bahodir Baxshullayevich – pedagogika fanlari doktori, professor
Filippova Oksana Gennadevna– pedagogika fanlari doktori, professor (Rossiya)
Abdazimov Azizjan Abdusabirovich - pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Mirzayeva Faroxat Odiljonovna – pedagogika fanlari doktori(DSc), professor
Akramova Gulbahor Renatovna – pedagogika fanlari doktori(DSc), professor
Bafayev Muxiddin Muxammatovich – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Ismoilova Nurjahon Zuxuriddinovna – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Farfiyeva Kamola Adhamdjanovna – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Atabayeva Nargis Batirovna – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Jabborov Xazrat Xusenovich – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Akramov Mirmuhsin Rustamovich – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Tuychieva Saodat Melikuziyevna – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Ravshanov Lochinbek Urinovich – psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
Gadoyeva Mavlyuda Ibragimovna– filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Rasulov Zubaydullo Izomovich – filologiya fanlari doktori (DSc), professor
Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li – psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Taniyeva Guldona Mamajonovna – tarix fanlari doktori, professor
Davlatova Saodat Tilovberdievna – tarix fanlari doktori, professor
Qurbonova Manzila Bozorovna – tarix fanlari nomzodi, professor
Turdiyev Bexruz Sobirovich – falsafa fanlari doktori, professor
Mirashirova Nargiza Anvarovna – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), professor
G‘ayipova Nargiza Anorbayevna – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Botirova Dilafruz Bozorovna – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Alimova Yelena Gennadiyevna – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Жексенбаева Гульнур – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) (Qozog‘iston)
Kudratova Lola Ravshanovna – psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Ismatulloyev Abdullo Nasrulloyevich - psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Jalilov Nodirjon Azamatovich – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Vaxobov Anvar Abdusattor o‘g‘li – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Raxmatova Mehriniso Musinovna – filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Rahmatullayev Sharofiddin Nematullayevich - filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Xalilova Ruxsora Raupovna – filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Bobojonov Shavkat Ulug‘bekovich – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Sharipov Shoxruz Faxriddin o‘g‘li – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Bo‘tayev Jonibek Shodiyevich – tarix fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
Bobojonova Feruza Xayatovna – tarix fanlari nomzodi, dotsent

Mas’ul muharrir:
Xayitov Xayotjon Xikmat o‘g‘li

Texnik muharrir
Salimova Aziza Zoyirovna

Ingliz tili muharriri
Abduraximov Doniyor Abdusaid o‘g‘li

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Ашуров Рамзидин Рамазонович
доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент

РЕДАКЦИОННО-ЭКСПЕРТНЫЙ СОВЕТ

Реджеп Узюрек – доктор психологических наук, профессор (Турция)
Блинова Елена Евгеньевна – доктор психологических наук, профессор (Россия)
Стоюхина Наталья Юрьевна – кандидат психологических наук, доцент (Россия)
Абдуллаева Барно Сайфутдиновна – доктор педагогических наук (DSc), профессор
Ибрагимова Гульсанам Неъматовна – доктор педагогических наук, профессор
Мамуров Баходир Бахшуллаевич – доктор педагогических наук, профессор
Филиппова Оксана Геннадьевна – доктор педагогических наук, профессор (Россия)
Абдазимов Азизжан Абдусабирович – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Мирзаева Фарохат Одилжоновна – доктор педагогических наук (DSc), профессор
Акрамова Гульбахор Ренатовна – доктор педагогических наук (DSc), профессор
Бафаев Мухиддин Мухамматович – доктор психологических наук (DSc), доцент
Абдуллаева Дилбар Убайдуллаевна – доктор психологических наук (DSc), профессор
Исмоилова Нуржахон Зухуриддиновна – доктор психологических наук (DSc), профессор
Фарфиева Камола Адхамджановна – доктор психологических наук (DSc), профессор
Атабаева Наргис Батировна – доктор психологических наук (DSc), профессор
Жабборов Хазрат Хусенович – доктор психологических наук (DSc), профессор
Акрамов Мирмухсин Рустамович – доктор психологических наук (DSc), профессор
Туйчиева Саодат Меликузиевна – доктор психологических наук (DSc), профессор
Равшанов Лочинбек Уринович – доктор психологических наук (DSc), профессор
Гадоева Мавлюда Ибрагимовна – доктор филологических наук (DSc), профессор
Расулов Зубайдулло Изомович – доктор филологических наук (DSc), профессор
Курбонбоев Азимбек Назирбой угли – доктор психологических наук (DSc), доцент
Таниева Гулдона Мамажоновна – доктор исторических наук, профессор
Давлатова Саодат Тиловбердиевна – доктор исторических наук, профессор
Курбонова Манзила Бозоровна – кандидат исторических наук, профессор
Турдиев Бехруз Собирович – доктор философских наук, профессор
Мираширова Наргиза Анваровна – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, профессор
Гайипова Наргиза Анорбаевна – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Ботирова Дилафруз Бозоровна – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Алимова Елена Геннадьевна – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Жексенбаева Гульнур – доктор философии (PhD) по психологическим наукам (Казахстан)
Кудратова Лола Равшановна – доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент
Исматуллоев Абдулло Насруллоевич – доктор философии (PhD) по психологическим наукам
Жалилов Нодиржон Азаматович – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Вахобов Анвар Абдусаттор угли – доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Рахматова Мехринисо Мусиновна – доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
Рахматуллаев Шарофиддин Нематуллаевич – доктор философии (PhD) по филологическим наукам
Халилова Рухсора Рауповна – доктор философии (PhD) по филологическим наукам, доцент
Бобожонов Шавкат Улугбекович – доктор философии (PhD) по историческим наукам, доцент
Шарипов Шохруз Фахриддин угли – доктор философии (PhD) по историческим наукам
Бутаев Жонибек Шодиевич – доктор философии (PhD) по историческим наукам
Бобожонова Феруза Хаятовна – кандидат исторических наук, доцент

Ответственный редактор
Хайитов Хаётжон Хикмат угли

Технический редактор
Салимова Азиза Зойировна

Редактор английского языка
Абдурахимов Дониёр Абдусаид угли

EDITOR-IN-CHIEF

Ashurov Ramzidin Ramazonovich
Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor

EDITORIAL AND EXPERT BOARD

Rejep Uzyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Türkiye)
Blinova Yelena Yevgeyevna– Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)
Stoyukhina Natalya Yuryevna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor (Russia)
Abdullaeva Barno Sayfutdinovna– Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
Ibragimova Gulsanam Nematovna– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Mamurov Bakhodir Bakhshullaevich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Filippova Oksana Gennadevna– Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Russia)
Abdazimov Azizjan Abdusabirovich– Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
Mirzaeva Faroxat Odiljonovna – Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
Akramova Gulbahor Renatovna– Doctor of Science (DSc) in Pedagogy, Professor
Bafaev Muxiddin Muxammatovich– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Associate Professor
Abdullaeva Dilbar Ubaydullaevna– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Ismoilova Nurjakhon Zukhuriddinovna– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Farfiyeva Kamola Adhamdjanovna– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Atabaeva Nargis Batirovna– Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Jabborov Khazrat Khusenovich – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Akramov Mirmukhsin Rustamovich – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Tuychieva Saodat Melikuziyevna – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Ravshanov Lochinbek Urinovich – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Professor
Gadoyeva Mavlyuda Ibragimovna– Doctor of Science (DSc) in Philology, Professor
Rasulov Zubaydullo Izomovich – Doctor of Science (DSc) in Philology, Professor
Qurbonboev Azimbek Nazirboy ugli – Doctor of Science (DSc) in Psychology, Associate Professor
Taniyeva Guldona Mamajonovna – Doctor of Historical Sciences, Professor
Davlatova Saodat Tilovberdievna – Doctor of Historical Sciences, Professor
Qurbonova Manzila Bozorovna – Candidate of Historical Sciences, Professor
Turdiev Bexruz Sobirovich – Doctor of Philosophical Sciences, Professor
Mirashirova Nargiza Anvarovna – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Professor
Gayipova Nargiza Anorbayevna– Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Botirova Dilafruz Bozorovna – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Alimova Yelena Gennadiyevna – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Gulnur Zheksenbaeva – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology (Kazakhstan)
Kudratova Lola Ravshanovna – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Ismatulloev Abdullo Nasrulloevich – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology
Jalilov Nodirjon Azamatovich – Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
Vaxobov Anvar Abdusattor ugli – Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogy, Associate Professor
Raxmatova Mehriniso Musinovna – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor
Rahmatullayev Sharofiddin Nematullayevich – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology
Khalilova Rukhsora Raupovna – Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor
Bobojonov Shavkat Ulug‘bekovich – Doctor of Philosophy (PhD) in History, Associate Professor
Sharipov Shokhruz Fakhriddin ugli – Doctor of Philosophy (PhD) in History
Butayev Jonibek Shodievich– Doctor of Philosophy (PhD) in History
Bobojonova Feruza Khayatovna – Candidate of Historical Sciences, Associate Professor

Responsible editor
Khayitov Khayotjon Khikmat ugli

Technical editor
Salimova Aziza Zoyirovna

English language editor
Abduraximov Doniyor Abdusaid ugli

KURSANT VA TALABALARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH VA EKSTREMAL SHAROITLARDA HARAKAT QILISH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING INNOVATSION YONDASHUVLARI

Yulliyev Nuriddin Jumanazarovich
IIV Akademiyasi Jangovar va jismoniy tayyorgarlik kafedrasi dotsenti
p.f.b.f.d(PhD)
nuriddin0122@gmail.com

Annotatsiya. Maqolada kursant va talabalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish hamda murakkab vaziyatlarda maqsadga muvofiq harakat qilish ko‘nikmalarini shakllantirishning nazariy-metodologik asoslari tahlil qilinadi. Tadqiqotning maqsadi individual yuklama, vaziyatli mashqlar, raqamli simulyatsiya va refleksiv tahlilni birlashtiruvchi pedagogik modelni ishlab chiqishdan iborat. Ilmiy manbalarning maqsadli tahlili, qiyoslash va konseptual modellashtirish usullari qo‘llanilgan.

Jismoniy sifatlarning rivojlanishi, vaziyatli topshiriqni bajarish sifati va ko‘nikmaning yangi sharoitga ko‘chirilishi mustaqil baholash yo‘nalishlari sifatida ajratilgan. Kursantlar va talabalar uchun vazifalar mazmunini farqlash, murakkablikni bosqichma-bosqich oshirish hamda qayta aloqa asosida mashg‘ulotni tuzatish taklif etilgan. Modelning empirik samaradorligi tekshirilmagan. Takliflarni amaliyotga joriy etishdan oldin yuklama mezonlari, baholash vositalari va tajriba protokolini sinovdan o‘tkazish talab etiladi.

Kalit so‘zlar: kursant, talaba, jismoniy tayyorgarlik, funksional mashg‘ulot, vaziyatli ta’lim, simulyatsiya, ekstremal sharoit, ko‘nikmalar transferi, debrifing.

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ И СТУДЕНТОВ И ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ДЕЙСТВИЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Аннотация. В статье рассматриваются теоретико-методологические основы развития физической подготовленности курсантов и студентов и формирования навыков целесообразных действий в сложных ситуациях. Цель исследования состоит в разработке педагогической модели, объединяющей индивидуализированную нагрузку, ситуационные упражнения, цифровую симуляцию и рефлексивный анализ. Использованы целенаправленный анализ научных источников, сопоставление и концептуальное моделирование.

Развитие физических качеств, качество выполнения ситуационного задания и перенос навыков в новые условия выделены как самостоятельные направления оценивания. Предложены дифференциация заданий для курсантов и студентов, постепенное повышение сложности и коррекция занятий на основе обратной связи. Эмпирическая эффективность модели не проверялась. До её внедрения необходима апробация параметров нагрузки, оценочных инструментов и исследовательского протокола.

Ключевые слова: курсант, студент, физическая подготовленность, функциональная тренировка, ситуационное обучение, симуляция, экстремальные условия, перенос навыков, дебрифинг.

INNOVATIVE APPROACHES TO IMPROVING THE PHYSICAL FITNESS OF CADETS AND STUDENTS AND DEVELOPING SKILLS FOR OPERATING IN EXTREME CONDITIONS

Abstract. This article examines the theoretical and methodological foundations of physical fitness development and context-appropriate action in challenging situations among cadets and university students. The aim is to develop a pedagogical model integrating individualized exercise loads, scenario-based practice, digital simulation, and reflective analysis. Targeted literature analysis, comparison, and conceptual modelling were used.

Physical fitness, scenario performance, and transfer to unfamiliar conditions are distinguished as separate assessment domains. The proposed approach differentiates tasks for cadets and students, increases complexity progressively, and uses feedback to adjust training. The model has not been empirically evaluated. Its implementation requires pilot testing of workload criteria, assessment instruments, and the research protocol.

Keywords: cadet, university student, physical fitness, functional training, scenario-based learning, simulation, extreme conditions, skill transfer, debriefing.

KIRISH

Jismoniy tayyorgarlik kursant va talabalarning ta’lim faoliyatida harakat imkoniyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Murakkab vaziyatdagi faoliyat esa kuch, chidamlilik va tezkorlik bilan birga vaziyatni anglash, muhim axborotni ajratish, harakatni muvofiqlashtirish hamda qarorni sharoitga moslashtirishni talab etadi. Shu sababli jismoniy nazorat mashqidagi yuqori natija favqulodda vaziyatda to‘g‘ri qaror qabul qilishning bevosita ko‘rsatkichi sifatida talqin qilinmasligi kerak.

Kursantlar va talabalarni yagona tayyorgarlik dasturi asosida baholash ularning o‘quv maqsadlari o‘rtasidagi farqlarni yashirishi mumkin. Kursantlar uchun xizmat vazifalari bilan bog‘liq jismoniy va tashkiliy harakatlar ustuvor ahamiyatga ega. Umumiy oliy ta’lim talabalari uchun sog‘lomlashtiruvchi jismoniy rivojlanish, xavfni anglash, xavfsiz evakuatsiya va o‘z vakolati doirasida yordam chaqirish kabi hayotiy ko‘nikmalar asosiy yo‘nalish bo‘lishi mumkin. Ixtisoslashgan kasbiy harakatlar tegishli o‘quv dasturi mavjud bo‘lgandagina kiritiladi.

MAVZUNING O‘RGANILGANLIGI VA METODOLOGIYASI

Tadqiqot muammosi jismoniy rivojlanish, vaziyatli harakat va ko‘nikmalar transferini ta’lim maqsadlariga mos ravishda birlashtirishdan iborat. Innovatsion yondashuvning mazmuni texnik vositalar soni bilan emas, mashqni tanlash, individuallashtirish, qayta aloqa olish va natijani tekshirish o‘rtasidagi izchil bog‘liqlik bilan belgilanadi.

Tadqiqotning maqsadi kursant va talabalarning jismoniy tayyorgarligi hamda murakkab sharoitlarda harakat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun differensial va bosqichli pedagogik modelni asoslashdir. Buning uchun jismoniy mashg‘ulot va simulyatsion ta’limga oid dalillar qiyoslanadi, model tarkibi belgilanadi, baholash mezonlari hamda keyingi empirik tekshiruv yo‘nalishlari ishlab chiqiladi.

Tanlashda ta’lim oluvchilar tarkibi, tadqiqot dizayni, mashg‘ulotning mazmuni va baholangan natijaning maqola maqsadiga muvofiqligi hisobga olindi. Harbiy xizmatdagi shaxslar, universitet talabalari va tibbiy ta’lim oluvchilar haqidagi ishlar bir xil dalil sifatida birlashtirilmadi. Manbalar jismoniy rivojlanish, vaziyatli faoliyat, raqamli vositalar va refleksiv tahlil yo‘nalishlari bo‘yicha qiyoslandi. Statistik natijalarni umumlashtirish yoki metatahlil bajarilmadi.

Helén va hammualliflar [5] harbiy xizmatchilarda 19 haftalik yuqori intensiv funksional mashg‘ulotni an’anaviy tayyorgarlik bilan qiyoslagan. Tajriba guruhida 12 daqiqalik yugurish masofasining o‘sishi 11,6%, taqqoslash guruhida 5,7% bo‘lgan; o‘zgarishlar o‘rtasidagi farq statistik ahamiyatga ega deb qayd etilgan ($p = 0,027$). Boshlang‘ich tayyorgarligi eng yuqori bo‘lgan ishtirokchilarda jismoniy natijalar yaxshilanmagan. Bu kuzatuv yuklamani dastlabki imkoniyatga moslashtirish zarurligini asoslaydi. Guruhlar harbiy bo‘linmalar asosida shakllantirilgani va ishtirokchilar faqat erkaklar bo‘lgani natijalarni boshqa ta’lim guruhlariga ko‘chirishni cheklaydi.

Sterczala va hammualliflar (2023) 39 nafar chaqiruv yoshidagi kattada kuch va quvvat mashqlarini interval mashg‘ulot bilan birlashtirgan 12 haftalik dasturdan so‘ng bir qator harbiy kasbiy topshiriqlar ko‘rsatkichlari yaxshilanganini aniqlagan. Barcha jismoniy ko‘rsatkichlarda bir xil o‘zgarish kuzatilmagan. Ushbu tanlanmani

kursantlar guruhi deb atash mumkin emas; annotatsiyadagi oldin-keyin natijalar alohida nazorat guruhi bilan tasdiqlangan sababiy samara sifatida talqin qilinmaydi.

Universitet muhitida o‘tkazilgan Uni-HIIT randomizatsiyalangan tadqiqotida 53 nafar talaba qatnashgan. Eather va hammualliflar [3] sakkiz haftalik dasturdan so‘ng kardiorespirator tayyorgarlik va qo‘llarga tayanib gavdani ko‘tarish natijasida guruhlararo vaqtga bog‘liq yaxshilanishni qayd etgan. Biroq xavotir va subyektiv stress bo‘yicha statistik ahamiyatli ta’sir aniqlanmagan. Ushbu natija jismoniy tayyorgarlikdagi yutuqlarni psixologik barqarorlikning avtomatik o‘sishi sifatida talqin qilishga asos bermaydi.

Cavaleri va hammualliflarning 27 nafar fizioterapiya talabasi ishtirokidagi pilot randomizatsiyalangan tadqiqotida past stress sharoitida o‘rgangan guruh muayyan klinik ko‘nikmani yuqoriroq sifatda bajargan [2]. Kichik tanlanma va topshiriqning klinik xususiyati umumlashtirishni cheklaydi. Shunga qaramay, ushbu dalil yangi harakatni o‘rganish bosqichida ortiqcha bosim berish ehtiyotkorlik bilan baholanishi kerakligini ko‘rsatadi. Kursantlarda optimal murakkablik darajasi alohida tadqiqotda aniqlanishi lozim.

Liaw va hammualliflar 120 nafar tibbiyot va hamshiralik yo‘nalishi talabasi bilan o‘tkazgan tadqiqotda kompyuterga asoslangan virtual reallik hamda yuzma-yuz simulyatsiya orqali jamoaviy tayyorgarlikni qiyoslagan [6]. Faoliyat sifati va stress bo‘yicha guruhlar o‘rtasida statistik ahamiyatli farq aniqlanmagan. Bunday natija ikki usulning mutlaq tengligini yoki virtual mashg‘ulot jismoniy amaliyotni to‘liq almashtirishini isbotlamaydi. Maqola doirasida raqamli simulyatsiya vaziyatni tahlil qilish va qaror ketma-ketligini mashq qilish vositasi sifatida ko‘rib chiqiladi.

Pedagogik modelda o‘quv maqsadi, bajariladigan faoliyat va baholashning o‘zaro muvofiqligi Biggsning konstruktiv muvofiqlashtirish tamoyiliga tayanadi [1]. Mashqdan keyingi muhokamani tuzishda Eppich va Cheng [4] taklif etgan PEARLS yondashuvidagi o‘zini baholash, yo‘naltirilgan muhokama va aniq qayta aloqa elementlaridan foydalanish mumkin. Ushbu konseptual asoslar mahalliy dastur samaradorligining tayyor isboti emas, uni loyihalash uchun metodik tayanchdir.

Model diagnostika, individual jismoniy rivojlantirish, bosqichli vaziyatli mashq, refleksiv tahlil va transferni baholash qismlarini birlashtiradi. Jarayonning har bir qismi keyingi mashg‘ulot mazmunini aniqlashtirish uchun ma’lumot beradi. Dastlabki baholashdan keyin umumiy dastur o‘zgarmas tarzda qo‘llanmaydi: topshiriqning murakkabligi ta’lim oluvchining tayyorgarligi va kuzatilgan xatolariga qarab tuzatiladi.

Diagnostikada jismoniy tayyorgarlik, harakat texnikasi, oldingi mashg‘ulot tajribasi va o‘quv vazifasini tushunish darajasi ajratib baholanadi. Sinov natijalari mashg‘ulotga qo‘yish bo‘yicha tashkilotda belgilangan tartib bilan birga ko‘rib

chiqiladi. Kuch yoki chidamlilik natijasi past bo‘lgan ishtirokchi uchun vaziyatli fikrlash topshirig‘i soddalashtirilishi shart emas; aksincha, jismoniy yuklama uning imkoniyatiga moslashtiriladi. Bu ikki yo‘nalishdagi ehtiyojlarni chalkashtirmaslikka yordam beradi.

Jismoniy rivojlantirish qismida aerob chidamlilik, kuch, harakatni boshqarish va tiklanishning o‘zaro muvofiqligi ko‘zda tutiladi. Mashg‘ulot hajmi, shiddati, dam olish oralig‘i va murakkabligi alohida rejalashtiriladi. Funksional yoki interval mashq barcha ishtirokchilar uchun bir xil me’yorda belgilanmaydi. Yuklama kundaligi bajarilgan ish, subyektiv zo‘riqish va tiklanish haqidagi kuzatuvlarni jamlash vositasi bo‘lishi mumkin. Raqamli qurilmalardan olingan ko‘rsatkichlar o‘qituvchi kuzatuvi bilan birga talqin qilinadi.

Vaziyatli mashqlar avval barqaror sharoitda harakat algoritmini o‘zlashtirishdan boshlanadi. Keyin topshiriqning bitta belgisi o‘zgartiriladi: axborot tartibi, vaqt chegarasi yoki jamoa a’zolari vazifasi. Keyingi bosqichda bir nechta omil birlashtirilishi mumkin. O‘tish mezoni faqat bajarish tezligi emas, asosiy harakatlarning to‘g‘riligi va xavfsizlik talablariga rioya etishidir. Xato ko‘payganda murakkablik pasaytiriladi va zarur harakat qayta mashq qilinadi.

1-jadval.

Model qismlarini ta’lim guruhiga moslashtirish

Model qismi	Kursantlar uchun	Talabalar uchun
Jismoniy rivojlantirish	O‘quv dasturidagi xizmat vazifalariga mos kuch va chidamlilik mashqlari	Boshlang‘ich darajaga mos umumiy jismoniy rivojlanish va harakat ko‘nikmalari
Vaziyatli topshiriq	Belgilangan kasbiy vakolat doirasida rollar va harakat ketma-ketligini muvofiqlashtirish	Xavfni aniqlash, xavfsiz yo‘nalishni tanlash va yordam chaqirish
Simulyatsiya	Kasbiy ssenariydagi axborot almashinuvi va qarorlarni mashq qilish	Tushunarli kundalik favqulodda vaziyat ssenariylarini tahlil qilish
Murakkablikni oshirish	Avval o‘zlashtirilgan kasbiy harakatlarga qo‘shimcha vaziyat omillarini kiritish	Asosiy xavfsiz harakatlar barqarorlashgach, vazifa shartlarini o‘zgartirish
Qayta aloqa	Kasbiy tartib, jamoaviy kelishuv va xatolarning sabablarini muhokama qilish	Harakat maqsadi, xavfsiz tanlov va keyingi tuzatishni tushuntirish

Jadvaldagi farqlash tavsiyaviy bo‘lib, ta’lim muassasasining aniq o‘quv dasturi bilan muvofiqlashtirilishi kerak. Talabalar guruhining kasbiy yo‘nalishi, kursantlarning ixtisosligi va mavjud jihozlar mashg‘ulot mazmuniga ta’sir qiladi. Teng pedagogik imkoniyat yaratish barcha guruhlarga bir xil jismoniy yuklama berishni anglatmaydi.

Raqamli simulyatsiya vaziyatdagi belgilarni ajratish, qaror variantlarini taqqoslash va axborot almashinuvini qayta kuzatishga xizmat qilishi mumkin. Shu maqsad uchun murakkab virtual muhit shart emas: videovaziyat, interaktiv ssenariy yoki vaqt belgisi qo‘yilgan kuzatuv ham qo‘llanishi mumkin. Jismoniy kuch sarfi, muvozanat va real jihoz bilan harakat qilish talab etiladigan ko‘nikmalar amaliy mashg‘ulotda tekshiriladi. Vositaning pedagogik qiymati o‘quv maqsadiga qo‘shgan hissasi orqali baholanadi.

Debrifingda ta’lim oluvchi bajarilgan harakatni tasvirlaydi, tanlovini asoslaydi va muqobil variantni taklif etadi. O‘qituvchi kuzatilgan hodisa bilan taxminni ajratib, xatoning sababini aniqlashtiradi. Muhokama keyingi mashqda bajariladigan aniq tuzatish bilan yakunlanadi. Masalan, jamoaga xabar berish kechikkan bo‘lsa, takroriy mashq aynan axborotning mazmuni, adresati va tasdiqlanishiga yo‘naltiriladi. Bunda umumiy tanbeh o‘rniga kuzatiladigan harakat muhokama qilinadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Natijalarni baholash va empirik tekshiruv loyihasi

Baholashda jismoniy imkoniyat, vaziyatli faoliyat va transfer natijalari alohida ko‘rsatiladi. Bitta umumiy ball yuqori jismoniy ko‘rsatkich hisobiga muhim xatoni yashirishi mumkin. Shu sababli xavfsizlikka oid jiddiy xatolar mustaqil qayd etiladi; bajarish vaqti esa topshiriqning to‘g‘riligi bilan birga talqin qilinadi. Ikkinchi jadval modelni tekshirish uchun taklif etilayotgan yo‘nalishlarni ifodalaydi.

2-jadval.

Baholash yo‘nalishlari va talqin chegaralari

Yo‘nalish	Kuzatiladigan dalil	Talqin va tekshirish sharti
Jismoniy tayyorgarlik	Tanlangan standart sinovda masofa, vaqt, takrorlar yoki kuch ko‘rsatkichi	Bir xil protokol va sharoit; natija qaror sifatining o‘rnini bosmaydi
Vaziyatli harakat	Muhim belgilarni aniqlash, qarorni asoslash, ketma-ketlik va jamoaviy aloqa	Oldindan yozilgan kuzatuv mezonlari; baholovchilar kelishuvini tekshirish

Xavfsizlik	Jiddiy xatolar, qoidaga rioya etish va mashqni to‘xtatish holatlari	Tezlikdagi yutuq xavfsizlik buzilishini qoplamaydi
Ko‘nikmaning saqlanishi	Mashg‘ulotdan keyingi belgilangan muddatda qayta bajarish	Muddat oldindan belgilanadi; qayta mashq qilish ta’siri qayd etiladi
Yangi vaziyatga transfer	Oldindan mashq qilinmagan ssenariyda tamoyilni qo‘llash	Ssenariy talablari qiyoslanadi; real ekstremal hodisadagi samara deb talqin qilinmaydi

Baholash varag‘ida har bir mezon kuzatiladigan tavsif bilan ifodalanishi kerak. «Yaxshi harakat qildi» o‘rniga «muhim axborotni jamoaga yetkazdi va qabul qilinganini tekshirdi» kabi tavsif ishlatiladi. Mezonga muvofiq tartibli darajalar yoki hodisani qayd etish shakli tanlanadi. Ularning mazmuniy muvofiqligi mutaxassislar muhokamasida, qo‘llanishi esa pilot sinovda tekshiriladi. Tekshirilmagan mezonlarni validatsiyalangan shkala deb atash mumkin emas.

Keyingi empirik tadqiqotda kursantlar va talabalar alohida qatlamlar sifatida ko‘rib chiqilishi maqsadga muvofiq. Tajriba boshlanishidan oldin asosiy natija, o‘lchash vaqti va taqqoslash sharti belgilanadi. Masalan, yangi ssenariydagi vaziyatli harakat sifati asosiy natija, jismoniy ko‘rsatkichlar va ko‘nikmaning saqlanishi qo‘shimcha natijalar bo‘lishi mumkin. Tanlanma hajmi oldindan tanlangan asosiy natija va amaliy jihatdan muhim farqqa asoslanib hisoblanadi.

Imkoniyat bo‘lsa, dastur va taqqoslash shartiga taqsimlash tasodifiy amalga oshiriladi. Guruhlar yaxlit o‘quv bo‘linmalari sifatida taqsimlansa, klaster tuzilmasi tanlanma hisobida va tahlilda e’tiborga olinadi. Taqqoslash guruhida mashg‘ulot davomiyligi, o‘qituvchi e’tibori va o‘lchash sharoitlarining imkon qadar mosligi ta’minlanadi. Boshlang‘ich tafovutlar, mashg‘ulotga qatnashish va qo‘shimcha jismoniy faoliyat qayd etiladi.

Statistik usul natijaning o‘lchov turi va tadqiqot dizayniga qarab tanlanadi. Uzluksiz ko‘rsatkichlar uchun boshlang‘ich qiymatga tuzatish kiritilgan kovariatsion tahlil yoki takroriy o‘lchovlarni hisobga oluvchi aralash model ko‘rib chiqilishi mumkin. Binar xato ko‘rsatkichlari va tartibli baholar uchun ularga mos modellar talab etiladi. Hisobotda guruhlararo farq, effekt o‘lchami va 95 foizlik ishonch oralig‘i beriladi; faqat p qiymati bilan cheklanish yetarli emas.

Baholovchilararo ishonchlilik ham o‘lchov turiga muvofiq tekshiriladi: uzluksiz baholar uchun sinf ichidagi korrelyatsiya koeffitsiyenti, kategoriyali yoki tartibli baholar uchun mos kappa koeffitsiyenti tanlanishi mumkin. Videoyozuvlar imkon qadar guruhga mansublikni bilmaydigan baholovchi tomonidan tahlil

qilinadi. Yetishmayotgan ma’lumotlar sababi, tadqiqotdan chiqish holatlari, noxush hodisalar va ko‘p sonli taqqoslashlarga munosabat oldindan rejalashtiriladi.

Ishtirokchilar bilan tajriba o‘tkazishdan avval tegishli etik ko‘rib chiqish va xabardor rozilik tartibi bajarilishi kerak. Kursantning xizmat yoki o‘quv bo‘ysunuvi ishtirokning ixtiyoriyligiga ta’sir qilmasligi lozim. Videoyozuv va individual natijalardan foydalanish maqsadi, ularga kirish hamda saqlash tartibi protokolda belgilanadi. Bular kelajakdagi empirik ish shartlari bo‘lib, hozirgi nazariy maqolada etik ruxsat olingani da’vo qilinmaydi.

Taklif etilayotgan yondashuv jismoniy yuklama va vaziyat murakkabligini alohida boshqarish imkonini beradi. Bir mashqda ikkala omilni birdan oshirish qaysi unsur xatoga sabab bo‘lganini aniqlashni qiyinlashtirishi mumkin. Shu bois dastlab alohida komponentlarni o‘zlashtirish, so‘ng ularni birlashtirish taklif etiladi. Bu tartib metodik faraz bo‘lib, uning optimal ketma-ketligi va dozasini empirik tekshirish zarur.

Adabiyotlarda ijobiy jismoniy o‘zgarish qayd etilishi barcha mashg‘ulot turlarini bir xil samarali deb baholashga asos bermaydi. Ishtirokchilarning boshlang‘ich tayyorgarligi, mashg‘ulotga qatnashishi, o‘lchov usuli va vazifa mazmuni natijaga ta’sir qiladi. Harbiy yoki klinik ta’limdagi dalillarni umumiy universitet muhitiga ko‘chirishda maqsad va vakolatlar farqi saqlanishi kerak. Raqamli muhitdagi muvaffaqiyat real jismoniy faoliyatga transferni alohida tekshirish zaruratini bartaraf etmaydi.

Tadqiqotning asosiy cheklovi mahalliy empirik ma’lumotlarning yo‘qligidir. Manbalar maqsadli tanlangani sababli adabiyotlar qamrovi to‘liq emas; xatolik xavfi standart vosita bilan tizimli baholanmagan. Ayrim natijalar kichik tanlanma yoki boshqa kasbiy guruhlarga tegishli. Modelda keltirilgan baholash mezonlari, yuklama boshqaruvi va transfer topshiriqlari amaliy sinovdan o‘tmagan. Shu sababli maqola tayyor samaradorlik dalilini emas, tekshiriladigan pedagogik taklifni taqdim etadi.

XULOSA

Kursant va talabalarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirishni murakkab vaziyatlarda harakat qilish ko‘nikmalaridan ajratmagan holda, ularning natijalarini mustaqil baholash zarur. Jismoniy ko‘rsatkichning o‘sishi qaror sifati, xavfsiz harakat yoki ko‘nikmaning yangi sharoitga ko‘chirilishini o‘z-o‘zidan tasdiqlamaydi. Adabiyotlar tahlili ushbu farqlashni saqlash uchun asos beradi.

Taklif etilgan model individual diagnostika, maqsadga mos jismoniy rivojlantirish, bosqichli vaziyatli mashqlar, debrifing va transferni tekshirishdan tashkil topadi. Kursantlar hamda talabalar uchun topshiriqlar kasbiy maqsad va tayyorgarlik darajasiga qarab farqlanadi. Modelni joriy etishdan oldin uning mezonlari va protokolini pilot sinovda tekshirish, keyin esa taqqoslash guruhi bilan

samaradorligini baholash lozim. Shu tartib pedagogik taklifni dalillar bilan asoslangan amaliy dasturga aylantirish imkonini beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Biggs, J. (1996). Enhancing teaching through constructive alignment. Higher Education, 32, 347-364. https://doi.org/10.1007/BF00138871
2. Cavaleri, R., Withington, A., Chalmers, K. J., & Blackstock, F. (2023). The Influence of Stress on Student Performance during Simulation-Based Learning: A Pilot Randomized Trial. ATS Scholar, 4(4), 474-489. https://doi.org/10.34197/ats-scholar.2022-0042OC
3. Eather, N., Riley, N., Miller, A., Smith, V., Poole, A., Vincze, L., Morgan, P. J., & Lubans, D. R. (2019). Efficacy and feasibility of HIIT training for university students: The Uni-HIIT RCT. Journal of Science and Medicine in Sport, 22(5), 596-601. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.11.016
4. Eppich, W., & Cheng, A. (2015). Promoting Excellence and Reflective Learning in Simulation (PEARLS): Development and rationale for a blended approach to health care simulation debriefing. Simulation in Healthcare, 10(2), 106-115. https://doi.org/10.1097/SIH.0000000000000072
5. Helén, J., Kyröläinen, H., Ojanen, T., Pihlainen, K., Santtila, M., Heikkinen, R., & Vaara, J. P. (2023). High-Intensity Functional Training Induces Superior Training Adaptations Compared With Traditional Military Physical Training. Journal of Strength and Conditioning Research, 37(12), 2477-2483. https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000004559
6. Liaw, S. Y., Sutini, Chua, W. L., Tan, J. Z., Levett-Jones, T., Ashokka, B., Pan, T. L. T., Lau, S. T., & Ignacio, J. (2023). Desktop Virtual Reality Versus Face-to-Face Simulation for Team-Training on Stress Levels and Performance in Clinical Deterioration: a Randomised Controlled Trial. Journal of General Internal Medicine, 38, 67–73. https://doi.org/10.1007/s11606-022-07557-7

SPONTANEOUS ONLINE SHOPPING AS A STRESS-COPING MECHANISM Alena Garber., Railya Kereyeva	6
HARBIY XIZMATCHILAR FAOLIYATIDA IJOBIY IMIJINING PSIXOLOGIK JIHATLARI Ravshanov Lochinbek Urinovich	14
ALFRED ADLER INDIVIDUAL PSIXOLOGIYASIDA SHAXS SIBLING MAQOMI TALQINI G‘ayibova Nargiza Anorbayevna	20
QANDLI DIABETGA CHALINGAN SHAXSLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIK VA INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNING O‘ZARO ALOQADORLIGI Sadikova Umida Botirovna	27
O‘QITUVCHILARDA KASBIY STRESSNING YUZAGA KELISHIGA TA’SIR ETUVCHI INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK OMILLAR Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna	35
OLIY TA’LIMDA SOG‘LOM PSIXOLOGIK MUHITNI SHAKLLANTIRISHNING ASOSIY OMILLARI Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi	43
O‘SMIRLIK DAVRIDA INKLYUZIV TA’LIM MUHITIDA IJTIMOIY TOLERANTLIKNING PSIXOLOGIK MOHIYATI Mirsidikova Aziza Mirvohidovna	50
HARBIY XIZMATCHILARDA KASBIY DEFORMATSIYANI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK TEXNOLOGIYALARI Qodirov G‘olibjon Tolibjon o‘g‘li	63
TA’LIM JARAYONIDA DEONTOLOGIK TAMOYILLAR ASOSIDA NIZOLARNI BOSHQARISH Mirzayeva Faroxat Odiljonovna	70
PEDAGOGIK TAFAKKUR TARIXIDA FIKR TARBIYASI: YONDASHUVLAR VA ZAMONAVIY TA’LIMDA QO‘LLANISH IMKONIYATLARI Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna	78

KREATIV YONDASHUV ASOSIDA BO‘LAJAK INGLIZ TILI O‘QITUVCHILARINING LINGVOMETODIK KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH **Yuldasheva Umida Maxmudovna**	**85**
KURSANT VA TALABALARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH VA EKSTREMAL SHAROITLARDA HARAKAT QILISH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING INNOVATSION YONDASHUVLARI **Yulliyev Nuriddin Jumanazarovich**	**92**
SUN’IY INTELLEKTDAN FOYDALANGAN HOLDA TIBBIYOT OLIY TA’LIM MUASSASALARI TALABALARINING AXBOROT KOMPETENTSIYALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI ISHLAB CHIQISH TEXNOLOGIYASI **Sayfullaeva Dilbar Izzatillaevna**	**101**
KASBIY MADANIYATSHUNOSLIK KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHDA KOMPETENSIYAVIY YONDASHUVNING IMKONIYATLARI **Komiljonova Mohinur Alllabergan qizi**	**110**
“TARBIYA” DARSLARIDA RAQAMLI HIKOYALAR ORQALI O‘QUVCHILARDA HALOLLIK, MAS’ULIYAT VA MEHR-OQIBAT FAZILATLARINI SHAKLLANTIRISH **Abdullayeva Surayyo Babojonovna**	**119**
O‘ZBEKISTONDA KIMYO O‘QITISH METODIKASINING SHAKLLANISHI VA TARIXIY TARAQQIYOTI **Sulaymonqulov Islomjon**	**131**
GLOBALLASHUV SHAROITIDA IJTIMOIY HIMOYA TERMINOLOGIYASINING TRANSFORMATSIYASI VA UNI MILLIY TERMIN SHAKLIDA TAKOMILLASHTIRISH MUAMMOLARI **Elmirzayeva Maftuna Do‘smurod qizi**	**136**

BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINI SHE’RIY ASARLAR TAHLILIGA TAYYORLASHNING ILMIY-METODIK ASOSLARI 145
Mullayeva Madina Qudratovna