

“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral
BO‘LAJAK PEDAGOGLARNI O‘QUVCHILARDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHGA O‘RGATISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

Isokova Sevara Abdumannonovna
Guliston davlat universiteti o‘qituvchisi
e-mail: sevaraisokoval@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-1133-4583>

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18973739>

Annotatsiya. Mazkur maqolada bo‘lajak pedagoglarni o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga o‘rgatish metodikasini takomillashtirish masalalari tahlil qilinadi. Globallashuv va raqamli taraqqiyot sharoitida axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining ta‘lim jarayoniga joriy etilishi sog‘lom hayot madaniyatini rivojlantirishda muhim omil sifatida baholanadi. Tadqiqot doirasida 91 nafar talaba o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rovnoma asosida ularning sog‘lom turmush tarziga munosabati, metodik tayyorgarligi hamda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish ko‘nikmalari o‘rganildi. Natijalar respondentlarning aksariyati ushbu yo‘nalishda o‘zini tayyor deb hisoblashini ko‘rsatdi, biroq ayrim talabalarda amaliy va metodik tajriba yetishmasligi aniqlandi. Olingan ma‘lumotlar asosida amaliy mashg‘ulotlarni ko‘paytirish, trening va seminarlarni tashkil etish, raqamli resurslardan foydalanish hamda fanlararo integratsiyani kuchaytirish metodikasi takomillashtirishning ustuvor yo‘nalishlari sifatida belgilandi. Tadqiqot natijalari bo‘lajak pedagoglarni sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etishga tayyorlashda innovatsion yondashuv va nazariya-amaliyot integratsiyasini rivojlantirish zarurligini tasdiqlaydi.

Kalit so‘zlar: sog‘lom turmush tarzi, bo‘lajak pedagoglar, pedagogik kompetensiya, metodik tayyorgarlik, raqamli ta‘lim muhiti, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, innovatsion pedagogik texnologiyalar, amaliy mashg‘ulotlar, fanlararo integratsiya, sog‘lom hayot madaniyati.

Аннотация. В данной статье анализируются вопросы совершенствования методики обучения будущих учителей формированию здорового образа жизни у учащихся. В контексте глобализации и цифрового развития внедрение информационно-коммуникационных технологий в образовательный процесс рассматривается как важный фактор в развитии культуры здорового образа жизни. В рамках исследования, на основе анкетирования 91 студента, изучалось их отношение к здоровому образу жизни, методическая готовность и навыки использования современных педагогических технологий. Результаты показали, что большинство респондентов считают себя готовыми в этой области, но некоторым студентам не хватает практического и методического опыта. На основе полученных данных в качестве приоритетных направлений совершенствования методики были определены увеличение практической подготовки, организация тренингов и семинаров, использование цифровых ресурсов и укрепление междисциплинарной интеграции. Результаты исследования подтверждают необходимость инновационного подхода и развития интеграции теории и практики при подготовке будущих учителей к пропаганде здорового образа жизни.

Ключевые слова: Здоровый образ жизни, будущие учителя, педагогическая компетентность, методическая подготовка, цифровая образовательная среда, информационно-коммуникационные технологии, инновационные педагогические технологии, практические занятия, междисциплинарная интеграция, культура здорового образа жизни.

Annotation. This article analyzes the issues of improving the methodology for teaching future teachers to form a healthy lifestyle in students. In the context of globalization and digital development, the introduction of information and communication technologies into the educational process is considered an important factor in developing a culture of healthy living. As part of the study, based on a questionnaire conducted among 91 students, their attitude to a healthy lifestyle, methodological readiness, and skills in using modern pedagogical technologies were studied. The results showed that the majority of respondents consider themselves ready in this area, but some students lack practical and methodological experience. Based on the data obtained, increasing practical training, organizing training and seminars, using digital resources, and strengthening interdisciplinary integration were identified as priority areas for improving the methodology. The results of the study confirm the need for an innovative approach and developing theory-practice integration in preparing future teachers to promote a healthy lifestyle.

“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral

Keywords: healthy lifestyle, future teachers, pedagogical competence, methodological training, digital learning environment, information and communication technologies, innovative pedagogical technologies, practical exercises, interdisciplinary integration, healthy lifestyle culture.

Kirish

Bugungi globallashuv va raqamli taraqqiyot davrida axborot-kommunikatsiya texnologiyalari ta’lim-tarbiya tizimining ajralmas tarkibiy qismiga aylanib, jamiyat hayotining barcha jabhalariga chuqur kirib bormoqda. Ayniqsa, oliy ta’lim muassasalarida bo‘lajak pedagoglarni kasbiy faoliyatga puxta tayyorlash jarayonida raqamli ta’lim muhitidan samarali foydalanish, ularda o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga oid bilim, ko‘nikma va kompetensiyalarni rivojlantirishning muhim omili sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Jahonning rivojlangan mamlakatlari tajribasi shuni ko‘rsatadiki, bo‘lajak o‘qituvchilarda sog‘lom hayot madaniyatini shakllantirishda zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalaridan oqilona foydalanish ta’lim samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Elektron darsliklar, raqamli platformalar, virtual mashg‘ulotlar, interaktiv taqdimotlar hamda multimediya resurslari orqali sog‘lom turmush tarziga oid nazariy bilimlar amaliy mashg‘ulotlar bilan uyg‘unlashtirilmoqda. Natijada, talabalarda mustaqil fikrlash, tahliliy yondashuv va kasbiy mas‘uliyat tuyg‘usi tobora mustahkamlanib bormoqda.

Hozirgi davrda aniq, tabiiy, ijtimoiy va pedagogik fanlarni o‘qitishda innovatsion ta’lim texnologiyalaridan foydalanish asosida ta’lim jarayonining sifati va samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy-tadqiqotlar izchil amalga oshirilmoqda. Ushbu jarayonlar yoshlarning jismoniy faolligi, ruhiy barqarorligi, sog‘lom ovqatlanish madaniyati, gigiyena qoidalariga rioya etish hamda zararli odatlardan voz kechish ko‘nikmalarini shakllantirish bilan chambarchas bog‘liq holda rivojlanmoqda.

Mamlakatimizda axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi bo‘lajak pedagoglarni o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga tayyorlash metodikasini tubdan yangilash va modernizatsiya qilish zaruratini yuzaga keltirmoqda. Ta’lim jarayoniga kompetensiyaviy, shaxsga yo‘naltirilgan, motivatsion va innovatsion yondashuvlarni joriy etish orqali talabalarda sog‘lom hayot tamoyillarini targ‘ib etish bo‘yicha metodik mahorat shakllantirilmoqda.

Bugungi kunda kompyuter dasturlari, mobil ilovalar, virtual treninglar va raqamli monitoring tizimlari yordamida jismoniy mashqlar, psixologik barqarorlik, sog‘lom ovqatlanish hamda shaxsiy gigiyenaga oid jarayonlarni vizual va interaktiv shaklda o‘rgatish imkoniyatlari kengayib bormoqda. Bu esa bo‘lajak pedagoglarning innovatsion fikrlashini rivojlantirib, ularning metodik tayyorgarligini yanada mustahkamlashga xizmat qilmoqda.

Shuningdek, mamlakatimizda yosh avlodning jismoniy, intellektual va ma’naviy-axloqiy barkamolligini ta’minlash, ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlarga sadoqat ruhida tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida e’tirof etilmoqda. Bu jarayonda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan pedagogik faoliyat jamiyat barqarorligi va taraqqiyotining muhim omili hisoblanadi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining oliy ta’lim tizimini rivojlantirish, uzluksiz ma’naviy tarbiyani takomillashtirish hamda raqobatbardosh kadrlar tayyorlashga qaratilgan farmon va qarorlari mazkur tadqiqot mavzusining dolzarbligini belgilab bermoqda. Ushbu hujjatlarda belgilangan ustuvor vazifalarni amalga oshirishda bo‘lajak pedagoglarni o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga o‘rgatish metodikasini takomillashtirish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot metodologiyasi

Tadqiqotning obyekti sifatida bo‘lajak pedagoglarni o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga o‘rgatish metodikasini takomillashtirish jarayoni. Tadqiqotning usullari. Tadqiqotda pedagogik kuzatuv, so‘rov, suhbat, anketa, usullaridan foydalanildi.

Natijalar va ularning tahlili

Tadqiqot doirasida “Bo‘lajak pedagoglarni o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga o‘rgatish metodikasini takomillashtirish” mavzusida oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar o‘rtasida so‘rovnoma o‘tkazildi. So‘rovnoma bo‘lajak pedagoglarning sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etish borasidagi bilimlari, ko‘nikmalari, munosabati hamda metodik tayyorgarlik darajasini aniqlashga qaratildi.

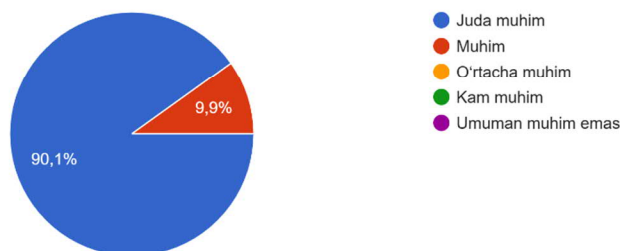
So‘rovnoma natijalari respondentlarning aksariyati sog‘lom turmush tarzini shakllantirish pedagogik faoliyatning muhim tarkibiy qismi ekanligini yuqori darajada baholaganini ko‘rsatdi. Talabalarning katta qismi ushbu yo‘nalish kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyat uchun muhim omil

“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral

hisoblanishini ta’kidlagan. Bu holat bo‘lajak pedagoglarda sog‘lom hayot madaniyatiga nisbatan ijobiy munosabat shakllanganidan dalolat beradi.

Tahlil natijalariga ko‘ra, respondentlarning muayyan qismi oliy ta’lim muassasasida sog‘lom turmush tarziga oid nazariy bilimlar yetarli darajada berilayotganini bildirgan bo‘lsa, ayrim talabalar ushbu bilimlarning amaliy mashg‘ulotlar bilan yetarlicha uyg‘unlashtirilmaganini qayd etgan. Bu esa ta’lim jarayonida nazariya va amaliyot integratsiyasini yanada kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

Sizningcha, bo‘lajak pedagog sifatida o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish qanchalik muhim?
91 o‘tvet



Mazkur so‘rovnoma “Bo‘lajak pedagog sifatida o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish qanchalik muhim?” degan savol asosida o‘tkazilib, unda jami 91 nafar respondent ishtirok etdi.

Olingan natijalarga ko‘ra:

- Respondentlarning 90,1 % qismi ushbu masalani “juda muhim” deb baholagan;
- 9,9 % respondentlar esa “muhim” deb hisoblagan;
- “O‘rtacha muhim”, “kam muhim” va “umuman muhim emas” variantlari bo‘yicha javoblar qayd etilmagan.

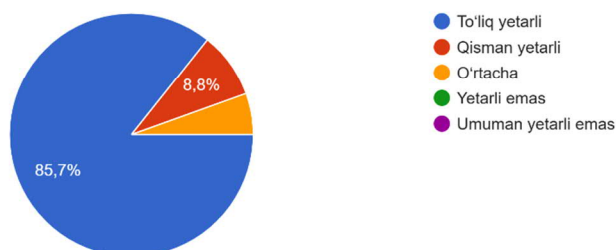
Bu natijalar shuni ko‘rsatadiki, so‘rovnomada ishtirok etgan talabalarning deyarli barchasi sog‘lom turmush tarzini shakllantirishni bo‘lajak pedagog faoliyatining muhim tarkibiy qismi sifatida e‘tirof etmoqda.

Ayniqsa, respondentlarning mutlaq ko‘pchiligi (90,1 %) ushbu masalani “juda muhim” deb baholagani, bo‘lajak pedagoglarda sog‘lom hayot madaniyatiga nisbatan yuqori darajadagi ijobiy munosabat shakllanganidan dalolat beradi. Bu esa ularning kelajakda o‘quvchilar salomatligini mustahkamlash, jismoniy faollikni oshirish va sog‘lom odatlarni targ‘ib etishga tayyor ekanliklarini ko‘rsatadi.

Shuningdek, “muhim” deb javob bergan 9,9 % respondentlar ham mazkur yo‘nalishning ahamiyatini tan olgan bo‘lib, ular sog‘lom turmush tarzini shakllantirish pedagogik faoliyatning zaruriy vazifalaridan biri ekanligini e‘tirof etganlar.

E‘tiborlisi shundaki, so‘rovnomada salbiy yoki befarq munosabat bildirgan respondentlar mavjud emas. Bu holat oliy ta’lim muassasalarida sog‘lom turmush tarziga oid targ‘ibot ishlari ma’lum darajada samarali olib borilayotganini ham ko‘rsatadi.

Oliy ta’lim muassasasida sog‘lom turmush tarziga oid bilim va ko‘nikmalar Sizga yetarli darajada berilayaptimi?
91 o‘tvet



“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral

Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, respondentlarning mutlaq ko‘pchiligi (85,7 %) oliy ta‘lim muassasasida sog‘lom turmush tarziga oid bilim va ko‘nikmalar yetarli darajada berilayotganini e‘tirof etgan. Bu holat ta‘lim jarayonida sog‘lom hayot madaniyatini shakllantirishga qaratilgan ishlar tizimli ravishda olib borilayotganidan dalolat beradi.

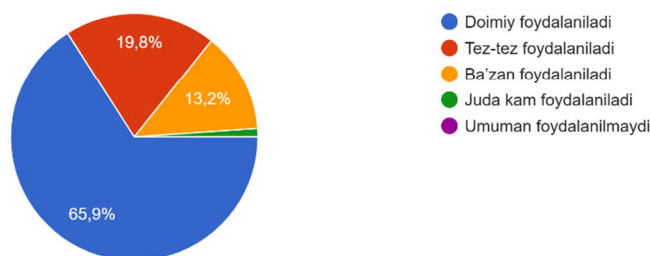
Shu bilan birga, 8,8 % respondent bilimlar qisman yetarli ekanligini bildirgan. Bu ko‘rsatkich ta‘lim jarayonida ayrim jihatlarni takomillashtirish zarurati mavjudligini ko‘rsatadi. Ayniqsa, amaliy mashg‘ulotlar, interaktiv treninglar va innovatsion metodlardan foydalanish ko‘lamini kengaytirish maqsadga muvofiqdir.

5,5 % respondentning “o‘rtacha” deb baholashi esa nazariy bilimlar mavjud bo‘lsa-da, ularning amaliy ko‘nikmaga aylanish jarayoni to‘liq shakllanmagan bo‘lishi mumkinligini anglatadi. Bu holat nazariya va amaliyot integratsiyasini kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

E‘tiborlisi, salbiy javoblarning mavjud emasligi oliy ta‘lim tizimida sog‘lom turmush tarziga oid ta‘lim sifati yetarli darajada ekanligini tasdiqlaydi.

Dars jarayonida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etuvchi zamonaviy pedagogik texnologiyalar (trening, loyiha, interfaol mashg‘ulotlar)dan foydalaniladimi?

91 OTBET



Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, respondentlarning asosiy qismi (65,9 %) dars jarayonida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etuvchi zamonaviy pedagogik texnologiyalardan muntazam foydalanilayotganini bildirgan. Bu holat ta‘lim jarayonida innovatsion yondashuvlar amaliyotga keng joriy etilayotganidan dalolat beradi.

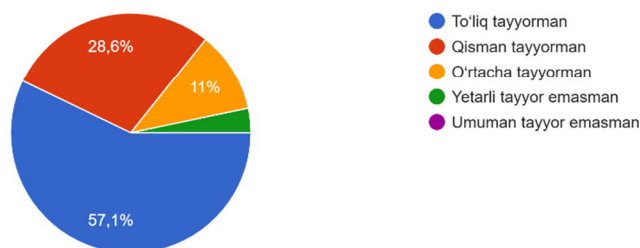
Shuningdek, respondentlarning 19,8 % qismi ushbu texnologiyalardan tez-tez foydalanilishini qayd etgan. Bu ko‘rsatkich pedagoglar tomonidan interfaol metodlar samarali qo‘llanilayotganini, biroq ularning yanada tizimli tatbiq etilishi zarurligini ko‘rsatadi.

13,2 % respondent “ba‘zan foydalaniladi” deb javob bergan. Bu holat ayrim fanlar yoki mashg‘ulotlarda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish darajasi yetarli emasligini anglatadi. Ayniqsa, barcha fanlarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga yo‘naltirilgan interfaol metodlarni integratsiyalash zarurati mavjud.

Juda kam foydalaniladi degan javobning 1,1 % ni tashkil etishi esa ayrim hollarda metodik tayyorgarlik yetishmasligi yoki moddiy-texnik bazaning cheklanganligi bilan izohlanishi mumkin.

Siz kelajakdagi pedagogik faoliyatingizda o‘quvchilarda sog‘lom turmush madaniyatini shakllantirishga tayyorman, deb hisoblaysizmi?

91 OTBET



Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, respondentlarning yarmidan ko‘prog‘i (57,1 %) o‘zini o‘quvchilarda sog‘lom turmush madaniyatini shakllantirishga to‘liq tayyor deb hisoblaydi. Bu holat bo‘lajak pedagoglarda mazkur yo‘nalish bo‘yicha yetarli bilim, ko‘nikma va ijobiy motivatsiya shakllanganidan dalolat beradi.

“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral

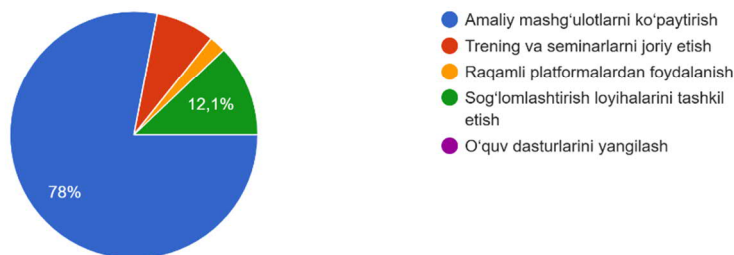
Shuningdek, respondentlarning 28,6 % qismi o‘zini qisman tayyor deb baholagan. Bu ko‘rsatkich bo‘lajak pedagoglarda nazariy bilimlar mavjud bo‘lsa-da, amaliy tajriba yetishmasligi sababli ishonch darajasi to‘liq shakllanmagan bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi.

11 % respondentning “o‘rtacha tayyorman” deb javob berishi esa ushbu yo‘nalishda metodik tayyorgarlikni yanada kuchaytirish zarurligini anglatadi. Ayniqsa, amaliy mashg‘ulotlar, treninglar va pedagogik amaliyot jarayonida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

3,3 % respondentning o‘zini yetarli darajada tayyor emas deb hisoblagani ayrim talabalar bilan individual ishlash, maslahat va metodik yordamni kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

Sizingcha, bo‘lajak pedagoglarni sog‘lom turmush tarziga o‘rgatish metodikasini takomillashtirish uchun qaysi yo‘nalishlar eng muhim?

91 o‘tvet



Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, respondentlarning mutlaq ko‘pchiligi (78 %) bo‘lajak pedagoglarni sog‘lom turmush tarziga o‘rgatish metodikasini takomillashtirishda eng muhim omil sifatida amaliy mashg‘ulotlar sonini ko‘paytirishni tanlagan. Bu holat talabalar nazariy bilimlardan ko‘ra, amaliy faoliyat orqali ko‘nikma va malakalarni shakllantirishga katta ehtiyoj sezayotganini ko‘rsatadi.

12,1 % respondent sog‘lomlashtirish loyihalarini tashkil etishni muhim yo‘nalish sifatida belgilagan. Bu esa talabalarda sog‘lom turmush tarzini real hayotiy faoliyat bilan bog‘lashga intilish kuchli ekanligini anglatadi.

7,7 % ishtirokchi trening va seminarlarni joriy etishni ustuvor yo‘nalish deb hisoblagan. Bu yo‘nalish bo‘lajak pedagoglarning metodik bilimlarini chuqurlashtirish va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda muhim o‘rin tutadi.

Raqamli platformalardan foydalanishni tanlagan respondentlar ulushi nisbatan kam (2,2 %) bo‘lsa-da, bu yo‘nalish zamonaviy ta‘lim sharoitida muhim ahamiyatga ega hisoblanadi. Mazkur ko‘rsatkich raqamli texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlarini yanada keng targ‘ib etish zarurligini ko‘rsatadi.

“O‘quv dasturlarini yangilash” variantining deyarli tanlanmaganligi respondentlar mavjud o‘quv dasturlarini qisman qoniqarli deb baholayotganini yoki amaliy jihatlariga ko‘proq e‘tibor qaratayotganini anglatadi.

So‘rovnoma natijalari bo‘lajak pedagoglarning zamonaviy pedagogik va raqamli texnologiyalardan foydalanish borasidagi tayyorgarlik darajasi bir xil emasligini ko‘rsatdi. Respondentlarning aksariyati dars jarayonida elektron resurslar, mobil ilovalar hamda interaktiv platformalardan foydalanilayotganini e‘tirof etgan bo‘lsa-da, ayrim talabalar ushbu vositalardan samarali foydalanish uchun zarur bo‘lgan metodik ko‘nikmalar yetarli darajada shakllanmaganini ta‘kidladilar. Bu holat raqamli pedagogik kompetensiyalarni yanada rivojlantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Tadqiqot davomida bo‘lajak pedagoglarning kelgusidagi kasbiy faoliyatida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etishga bo‘lgan tayyorlik darajasi ham tahlil qilindi. Olingan natijalarga ko‘ra, respondentlarning katta qismi o‘zini o‘quvchilarda sog‘lom hayot madaniyatini shakllantirishga tayyor deb baholadi. Shu bilan birga, ayrim talabalar metodik tajriba va amaliy ko‘nikmalarning yetishmasligini ushbu yo‘nalishdagi faoliyatda asosiy muammo sifatida ko‘rsatdilar.

Shuningdek, so‘rovnoma ishtirokchilari sog‘lom turmush tarzini shakllantirish metodikasini takomillashtirish bo‘yicha muhim takliflarni bildirdilar. Xususan, amaliy mashg‘ulotlar hajmini oshirish, trening va seminarlarni muntazam tashkil etish, raqamli ta‘lim resurslaridan keng foydalanish hamda fanlararo integratsiyani kuchaytirish eng ustuvor yo‘nalishlar sifatida belgilandi. Bu takliflar

“Ilmiy tadqiqotlarni amaliyotga joriy qilishning muammo va yechimlari” mavzusidagi onlayn xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallar to‘plami. NamDU - 2026-yil 20-21-fevral

ta’lim jarayonini amaliyotga yo’naltirish va bo’lajak pedagoglarning kasbiy tayyorgarligini yanada mustahkamlashga xizmat qiladi.

Xulosa

O’tkazilgan tadqiqot va so’rovnoma natijalari bo’lajak pedagoglarni o’quvchilarda sog’lom turmush tarzini shakllantirishga o’rgatish masalasi bugungi ta’lim tizimida muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega ekanligini tasdiqladi. Respondentlarning aksariyati sog’lom hayot madaniyatini pedagogik faoliyatning muhim tarkibiy qismi sifatida baholaganligi, ushbu yo’nalishga nisbatan yuqori darajadagi mas’uliyat va ijobiy munosabat shakllanganidan dalolat beradi.

So’rovnoma natijalari bo’lajak pedagoglarning sog’lom turmush tarziga oid bilim va ko’nikmalari umumiy jihatdan yetarli darajada shakllanganini ko’rsatdi. Biroq ayrim respondentlarda amaliy tajriba, metodik tayyorgarlik hamda raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish bo’yicha ma’lum kamchiliklar mavjudligi aniqlandi. Bu esa ta’lim jarayonida nazariya va amaliyot integratsiyasini yanada kuchaytirish zarurligini ko’rsatadi.

Tadqiqot davomida bo’lajak pedagoglarning zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo’llashga nisbatan ijobiy munosabati hamda sog’lom turmush tarzini targ’ib etishga bo’lgan tayyorlik darajasi yuqori ekanligi aniqlandi. Shu bilan birga, respondentlar tomonidan ilgari surilgan takliflar asosida amaliy mashg’ulotlar sonini oshirish, trening va seminarlarni tizimli tashkil etish, raqamli ta’lim resurslaridan keng foydalanish hamda fanlararo integratsiyani rivojlantirish muhim ustuvor yo’nalishlar sifatida belgilandi.

Olingan natijalar bo’lajak pedagoglarni o’quvchilarda sog’lom turmush tarzini shakllantirishga tayyorlash metodikasini takomillashtirish zaruratini ilmiy asosda tasdiqlaydi. Xususan, innovatsion pedagogik texnologiyalarni keng joriy etish, amaliyotga yo’naltirilgan mashg’ulotlarni ko’paytirish hamda metodik qo’llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish ta’lim samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot natijalari asosida ishlab chiqilgan metodik tavsiyalar oliy ta’lim muassasalarida bo’lajak pedagoglarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish, ularni sog’lom turmush tarzini targ’ib etishga tayyorlash hamda yosh avlodni jismoniy, ruhiy va ma’naviy jihatdan barkamol shaxs sifatida tarbiyalash jarayonini yanada takomillashtirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdumannonovna, I. S. (2022). Bionic upper limb prostheses: Comparative analysis and use prospects.
2. Abdumannonovna, I. S. (2023). The Importance Of Proper Nutrition In Maintaining Human's Health. *JournalNX*, 9(5), 96-99.
3. Mukhamedova, M., Eshmamatov, O., Izzatullayev, S., Kucharova, M., Isroilov, S., & Kurbanova, S. (2025). Exploring the Impact of Environmental Stressors on Reproductive Health and Fertility Rates in Human and Animal Populations. *Journal of Animal Environment*, 17(1), 251-264.
4. S.A.Isokova Sport biomexanikasi. O’quv qo’llanma. – Toshkent “Metodist nashriyoti” 2025, 148 b.
5. Sunnatulla, I. (2023). Improving the competences of conducting sports competitions and refereeing among students in the conditions of digitalization. *Confrencea*, 11(1), 149-153.
6. Исакова, С. А., & Карабаев, Х. Н. (2021). Актуальность физического воспитания в системе образования Узбекистана. *Проблемы педагогики*, (4 (55)), 54.
7. Исакова, С. А., & Карабаев, Х. Н. (2021). СИЛА ВОДЫ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ НЕВЕРОЯТНЫХ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ. *Проблемы педагогики*, (4 (55)), 56-57.