

**PROFESSIONAL TA'LIMNI RIVOJLANTIRISH INSTITUTI  
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI  
DSc.05/29.12.2023. Ped 48.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT TEXNIKA UNIVERSITETI**

**RAVSHANOV BEXRUZ XASANOVICH**

**KASBIY TA'LIM TASHKILOTLARIDA SOG'LOM TURMUSH TARZI  
VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR UYG'UNLIGI ORQALI KASBIY  
KOMPETENSIYANI RIVOJLANTIRISH METODIKASI**

**13.00.05 – Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi**

**Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi  
AVTOREFERATI**

**Toshkent – 2025**

UO‘K: 377.091.3:796:004

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati  
mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)  
по педагогическим наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD)  
on pedagogical sciences**

**Ravshanov Bexruz Xasanovich**

Kasbiy ta’lim tashkilotlarida sog‘lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar uyg‘unligi orqali kasbiy kompetensiyani rivojlantirish metodikasi.....3

**Равшанов Бехруз Хасанович**

Методика развития профессиональной компетенции в организациях профессионального образования через гармонию здорового образа жизни и цифровых технологий.....23

**Ravshanov Bekhruz Khasanovich**

Methodology for developing professional competence in vocational education institutions through the harmony of a healthy lifestyle and digital technologies. ....47

**E’lon qilingan ishlar ro‘yxati**

Список опубликованных работ

List of published works.....52

**PROFESSIONAL TA'LIMNI RIVOJLANTIRISH INSTITUTI  
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI  
DSc.05/29.12.2023. Ped 48.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT TEXNIKA UNIVERSITETI**

**RAVSHANOV BEXRUZ XASANOVICH**

**KASBIY TA'LIM TASHKILOTLARIDA SOG'LOM TURMUSH TARZI  
VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR UYG'UNLIGI ORQALI KASBIY  
KOMPETENSIYANI RIVOJLANTIRISH METODIKASI**

**13.00.05 – Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi**

**Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi  
AVTOREFERATI**

**Toshkent – 2025**

**Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasida B2025.2.PHD/Ped4649 raqam bilan ro'yxatga olingan.**

Dissertatsiyasi Buxoro davlat texnika universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengashning veb-sahifasida (<http://ipitvet.uz>) va "Ziyonet" Axborot ta'lim portalida ([www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)) joylashtirilgan.

**Ilmiy rahbar:**

**Ximmataliyev Do'stnazar Omonovich**  
pedagogika fanlari doktori, professor

**Rasmiy opponentlar:**

**Hamidov Jalil Abdurasulovich**  
pedagogika fanlari doktori, professor

**Ma'murov Bahodir Baxshulloyevich**  
pedagogika fanlari doktori, professor

**Yetakchi tashkilot:**

**Qarshi davlat universiteti**

Dissertatsiya himoyasi Professional ta'limni rivojlantirish instituti huzuridagi ilmiy darajalar beruvchi DSc.05/29.12.2023.Ped.48.01 raqamli Ilmiy kengashning 2025 yil "16" 10 soat 14<sup>30</sup> dagi majlisida bo'lib o'tadi (Manzil: 100095, Toshkent shahar, Ziyo ko'chasi, 76-uy. Tel.: (99871) 246-92-17, faks: (99871) 246-90-37, e-mail: [pedagogikinnovatsiyalar@edu.uz](mailto:pedagogikinnovatsiyalar@edu.uz))

Dissertatsiya bilan Professional ta'limni rivojlantirish institutining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (129 raqami bilan ro'yxatga olingan). Manzil: 100095, Toshkent shahar, Olmazor tumani, Chimboy 2, 96-uy. Tel.: (+99871) 246-92-17, faks: (+99871) 246-92-17).

Dissertatsiya avtoreferati 2025 yil "02" 10 kuni tarqatildi.  
(2025 yil "02" 10 dagi 19 - raqamli reestr bayonnomasi).



**R.X.Djurayev**  
Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash raisi, p.f.d., professor, akademik

**S.Yu.Ashurova**  
Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash kotibi, p.f.d., (DSc), professor

**H.Sh.Kadirov**  
Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash qoshidagi ilmiy seminar rasi, p.f.d., (DSc), professor

## **KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)**

**Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati.** Jahonda ta'lim sohasining zamonaviy bosqichda jadal rivojlanib borayotgani kasbiy ta'lim mazmunini yangilash, o'quvchilarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish va raqamli texnologiyalarni ta'lim jarayoniga samarali integratsiya qilish orqali kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish zaruratini yuzaga keltirmoqda. Xususan, zamonaviy mehnat bozorida raqobatbardosh mutaxassisni tayyorlash nafaqat kasbiy bilim va ko'nikmalarga, balki jismoniy va psixologik sog'lomlik, sog'lom turmush tarzini yuritish, shuningdek, raqamli savodxonlik darajasiga ham bevosita bog'liq bo'lmoqda. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining (AKT) barcha sohalarga, jumladan, ta'limga chuqur kirib borishi kasbiy ta'lim tashkilotlari (KTT) oldiga yangi vazifalarni qo'ymoqda. Bugungi kunda KTT o'quvchilarni nafaqat o'z kasbining yetuk bilimdoni, balki o'z hayotida AKT vositalaridan maqsadli foydalanadigan sog'lom fikrli, mustaqil qaror qabul qiluvchi va zamonaviy texnologiyalarni puxta o'zlashtirgan shaxs sifatida shakllantirish zaruriyati dolzarb masalaga aylanmoqda. Shu munosabat bilan, kasbiy ta'limda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish bilan bir qatorda, raqamli texnologiyalar asosida o'quvchilarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishga qaratilgan metodik yondashuvlar, pedagogik texnologiyalar, o'quv-uslubiy materiallar va raqamli resurslar majmuini ishlab chiqish va tatbiq etish ta'lim tizimining muhim yo'nalishiga aylangan.

Dunyo miqyosida professional ta'lim muassasalari o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy faollikni ta'minlash, psixologik barqarorlikni rivojlantirish va raqamli kompetensiyalarni mustahkamlashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Chunki zamonaviy sharoitda sog'lom turmush tarzi nafaqat shaxsiy hayot sifatini oshirish, balki kasbiy faoliyat samaradorligini ham belgilovchi muhim omilga aylanmoqda. Shu sababli ko'plab mamlakatlarda ta'lim jarayonida sport mashg'ulotlari, psixologik treninglar, sog'lom ovqatlanish madaniyatini targ'ib qilish, shuningdek, raqamli ta'lim resurslari orqali individual rivojlanishni qo'llab-quvvatlash tizimli tarzda yo'lga qo'yilgan.

Respublikamizda ta'lim tizimini yangilash, zamonaviy texnologiyalarning taraqqiy etishi ta'lim mazmuniga innovatsion o'zgartirishlar kiritish uchun "Ta'lim va tarbiya tizimining barcha bo'g'inlari faoliyatini bugungi zamon talablari asosida takomillashtirish" muhim vazifa sifatida qaralmoqda.

Ta'limni axborotlashtirish jarayoni, ayniqsa, kasbiy ta'lim tashkilotlarida zamonaviy ta'lim vositalari, masofaviy o'qitish platformalari, raqamli simulyatorlar, sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi virtual interaktiv kontentlar yordamida o'quvchilarning tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish, axborot bilan ishlash ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qilmoqda. Shu bilan birga o'qituvchi (o'qituvchi, murabbiy va boshqalar) va o'quvchi (o'quvchi, sportchi) o'rtasida masofaviy ta'lim sharoitida axborot faoliyatini va axborot o'zaro aloqasini amalga oshirish, elektron ta'lim resurslarining, shu jumladan tarqatilgan internet-resursning mazmuni va uslubiy

ahamiyatini baholash, jismoniy tarbiyani o'qitishning o'ziga xosligi va turli sport turlarining xususiyatlarini hisobga olgan holda ixtisoslashtirilgan ma'lumotlar bazalarini shakllantirish, o'quvchilar va sportchilarning jismoniy hamda psixologik holatini nazorat qilish masalalari bilan bir qatorda, ularning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ya'ni muntazam jismoniy faollikni ta'minlash ham dolzarb hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 16-oktabrdagi "Kasbiy ta'limda malakali kadrlar tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va xalqaro ta'lim dasturlarini joriy qilish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-158-sonli Farmoni, 2022-yil 28-yanvardagi "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi" to'g'risidagi PF-60-sonli Farmoni, 2020-yil 30-oktabrdagi "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" PF-6099-sonli Farmoni, 2020-yil 6-oktabrdagi "Axborot texnologiyalari sohasida ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, ilmiy tadqiqotlarni rivojlantirish va ularni IT-industriya bilan integratsiya qilish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4851-sonli Qarori, 2020-yil 6-noyabrdagi Ta'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida PQ-4884-sonli Qarorlari hamda mazkur faoliyatga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalar tadqiqotning metodologik asosi sifatida xizmat qiladi.

**Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi.** Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalar rivojlanishining 1. "Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, xuquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda, innovasion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari" ustuvor yo'nalishiga muvofiq bajarilgan.

**Muammoning o'rganilganlik darajasi.** Bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash hamda zamonaviy axborot texnologiyalarni sohada qo'llash muammosi bo'yicha xorijiy mamlakatlar va vatanimiz olimlari tomonidan ko'plab tadqiqot ishlari olib borilgan. Kasb ta'limining shakllanish va rivojlanish jarayoni, qonuniyatlari va tendensiyalari, bo'lajak mutaxassislarni kasbiy pedagogik faoliyatga tayyorlash muammolari R.X.Djurayev<sup>1</sup>, Sh.E.Qurbonov, P.T.Magzumov, U.N. Nishonaliyev, A.R.Xodjabayev, X.F.Rashidov, U.I.Inoyatov, N.A.Muslimov, Sh.S.Sharipov, S.Yu.Ashurova, M.B.Urazova, N.Sh.Shodiyev, Q.T.Olimov, N.N. Karimova, B.A. Nazarova va boshqalar tomonidan tadqiq qilingan. Ta'limda axborot texnologiyalari va o'qitishning zamonaviy metodik vositalaridan foydalanishning nazariy va amaliy asoslari A.A.Abduqodirov, U.Sh.Begimqulov, U.Yuldashev, N.I.Tayloqov, J.A.Xamidov, O.X.Turakulov, J.Turmatov, A.Jo'rayev va boshqalar tomonidan o'rganilgan.

---

<sup>1</sup> Djo'raev R.X. Ta'limda interfaol texnologiyalar.–Toshkent, 2010. 87b, Qurbonov. Sh.E., Seytxalilov E. Kadrlar tayyorlash milliy dasturi: pedagogik ilmiy tadqiqot muammolari va yo'nalishlari. – T.: Fan, 1999 y. – 189 b, Нишоналиев У.Н. Формирование личности учителя трудового обучения: проблемы и перспективы. –Т.: Фан, 1990. – 86 стр. Ходжабаев А.Р. Научно-педагогические основы учебно-методического комплекса подготовки учителя труда: Автореф. дис... док. пед. наук. – Ташкент, 1992. – 42 с., Muslimov N.A. Elektron darslik yaratish metodik tamoyillari va texnologiyalari //Infocom.uz, 2004 y. – 62-66 b, Urazova M.B. Bo'lajak kasb ta'lim pedagogini loyihalash faoliyatiga tayyorlash texnologiyasini takomillashtirish: Pedagogika fan. Bo'yicha doktorlik (dsc) diss. Avtoreferati. – T.: 2015.-78 b., Olimov Q.T. Kasb ta'limi metodikasi. Mashg'ulotlik // "Fan va texnologiyalar" nashriyoti. - Toshkent, 2016. - 328 bet.

D.D.Sharipova<sup>2</sup>, N.Sh.Mannapova, S.Isломov, A.Isimova, F.A.Yuldashev, R.Haydarov va boshqalar jismoniy tarbiya orqali sog‘lom turmush tarzini shakllantirish va pedagogik kompetensiyani rivojlantirish yo‘nalishida tadqiqotlar olib borgan.

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalangan holda jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlashda xorijiy mamlakatlari olimlari V.K.Balsevich, A.N.Bleer, V.Yu.Volkov, Yu.D.Jeleznyak, V.V.Zaitseva, Ch.T.Ivankov, L.I.Lubysheva, D.G.Mindiashvili, P.K.Petrov, A.V.Samsonova, V.A.Taymazov, A.I.Fedorov, J.K.Xolodov va boshqalar tadqiqot ishlarini olib borishgan.

Yuqoridagi keltirilganlarga ko‘ra, mamlakatimiz va xorijda bo‘lajak mutaxassislarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishga alohida e‘tibor berilayotganini ko‘ramiz. Ammo, axborotlashgan jamiyatning tezkorlik bilan rivojlanib borishi, kasbiy ta‘lim tashkilotlarida o‘qiyotgan o‘quvchilarning zamonaviy axborot texnologiya vositasi asosida tayyorlash, kasbiy kompetentligini rivojlantirish muammosi chuqur, har tomonlama o‘rganilmaganligini qayd etish mumkin.

**Tadqiqotning dissertatsiya bajarilgan oliy ta‘lim yoki ilmiy-tadqiqot muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog‘liqligi:** Dissertatsiya tadqiqoti Professional ta‘limni rivojlantirish institutining IL-5821081323-raqamli “Dual ta‘lim tizimida kadrlar tayyorlashning innovatsion ta‘lim texnologiyalarini ishlab chiqish” (2023-2025 yy.) mavzusidagi loyihasi doirasida bajarilgan.

**Tadqiqotning maqsadi:** kasbiy ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar uyg‘unligi orqali kasbiy kompetensiyani rivojlantirish metodikasini takomillashtirishdan iborat.

#### **Tadqiqotning vazifalari:**

kasbiy ta‘lim tashkilotlarida sport mahoratini oshirish fanini sog‘lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar bilan uyg‘unlashtirish orqali o‘quvchilarda kasbiy tayyorgarlik, rag‘bat va sog‘liqni rivojlantirish shart-sharoitlarini hamda ularning nazariy asoslarini ishlab chiqish;

Kasbiy ta‘limda jismoniy tarbiyani sog‘lom turmush tarzi konsepsiyasi bilan uyg‘unlashtirish modeli va uning pedagogik asoslarini tahlil qilish;

o‘quvchilarning kasbiy tayyorgarligida nazariy ta‘lim jarayonlari bilan sportga oid amaliy mashg‘ulotlarni integratsiyalash asosida amaliy ko‘nikmalarni shakllantirish, jamoaviy hamkorlikni rivojlantirish va shaxsiy mas‘uliyat hissini oshirishga yo‘naltirilgan uslublarni metodik jihatdan takomillashtirish;

jismoniy tarbiya, raqamli texnologiyalar va ta‘lim hamda sport integratsiyasining o‘zaro ta‘siri natijasida o‘quvchilarda shakllanayotgan didaktik, tarbiyaviy va kasbiy kompetensiya ko‘rsatkichlarini tajriba-sinov jarayonlari asosida pedagogik va statistik jihatdan tahlil qilish, shuningdek, ushbu natijalarga tayangan holda amaliyot uchun ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish.

**Tadqiqotning obyekti:** kasbiy ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom turmush tarzi va

---

<sup>2</sup> Шарипова Д.Д. Научно-педагогические основы гигиенического воспитания школьников : На примере школ Узбекистана : диссертация ... доктора педагогических наук в форме научного доклада : 13.00.01. - Ташкент, 1990. - 44 с

raqamli texnologiyalar uyg'unligi orqali kasbiy kompetensiyani rivojlantirish jarayoni.

**Tadqiqotning predmeti:** kasbiy ta'lim tashkilotlarida sog'lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar uyg'unligi orqali kasbiy kompetensiyani rivojlantirish mazmuni, shakl, metodlari va vositalari.

**Tadqiqotning ilmiy yangiligi** quyidagilardan iborat:

kasbiy ta'lim tashkilotlarida sport mahoratini oshirish fanini sog'lom turmush tarzi g'oyalari va raqamli texnologiyalar bilan uyg'unlashtirish orqali o'quvchilarda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishga xizmat qiluvchi innovatsion pedagogik shart-sharoitlar tizimi aniqlanib, ularning nazariy-metodik asoslari ishlab chiqilgan;

kasbiy ta'lim tashkilotlarida jismoniy tarbiyani sog'lom turmush tarzi konsepsiyasi bilan uyg'unlashtirish bo'yicha model taklif etilib, unda jismoniy faollik natijasida shakllanadigan kasbiy ko'nikmalar va salomatlik ko'rsatkichlarining pedagogik asoslari tahlil etilgan;

ta'lim (nazariy) bilan sport (amaliy) integratsiyasining pedagogik mexanizmlari keng qamrovda ochib berilgan, bu jarayonda o'quvchilarda kasbiy motivatsiya, jamoaviy fikrlash va salohiyatni oshirish (Team building, Flipped classroom, Asynchronous training, Dalton rejasi) ta'lim metodlari asosda takomillashtirilgan;

jismoniy tarbiya, raqamli texnologiyalar va ta'lim-sport uyg'unligining o'zaro ta'siri asosida tajriba-sinov natijalari ilmiy-nazariy jihatdan statistik tarzda umumlashtirilib, kasbiy tayyorgarlik jarayonida ham salomatlik, ham amaliy kompetensiya rivojini ta'minlovchi innovatsion yondashuvlar bo'yicha aniq metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

**Tadqiqotning amaliy natijalari** quyidagilardan iborat:

Raqamli texnologiyalar asosida kadrlarini tayyorlash samaradorligini oshirish va bo'lajak mutaxassisliklarni kasbiy tayyorgarligini rivojlantirish va ta'lim jarayonini takomillashtirish; tadqiqotning mazmuni va asosiy yo'nalishlarini nazariy jihatdan asoslash bo'yicha mahalliy va xorijiy manbalarni qiyosiy-tahliliy o'rganish; vazifalarni aniq belgilash; amaliyotda tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi, tadqiqot obyekti va predmetining maqsadga muvofiqligini aniqlash bilan belgilanadi.

“Sport o'yinlari” nomli darslik hamda “Jismoniy tarbiya va sport” nomli o'quv qo'llanmasidan kasbiy ta'lim tashkilotlarining o'quv jarayonida foydalanilmoqda.

Kasbiy ta'lim tashkilotlarida jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi o'quvchilarini kasbiy tayyorlash sifatini oshirishga qaratilgan 36 soatga mo'ljallangan “Bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash va ularning kompetentligini rivojlantirish” o'quv dasturi kasbiy ta'lim tashkilotlari o'quvchilarining mustaqil o'zlashtirishda foydalanilgan.

O'qituvchilar hamda o'quvchilar ta'lim samaradorligini aniqlashga va o'quvchilarning kasbiy rivojlantirishga qaratilgan raqamli texnologiya o'quv bazasidan unumli foydalanilmoqda.

**Tadqiqot natijalarining ishonchligi.** Xorijda hamda OAK ro'yxatidagi nashrlarda bosilgan maqolalar, xalqaro va respublika miqyosidagi ilmiy konferensiya materiallari, ilmiy-metodik takliflarning amaliyotga tadbiiq etilgani; tadqiqot vazifalariga mos keluvchi tadqiqot metodlarining qo'llanilganligi; shuningdek, matematik-statistik qayta ishlov berilganligi va tegishli idoralar tomonidan tasdiqlanganligi bilan belgilanadi.

**Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati.** Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati shundan iboratki, taklif etilayotgan model, darslik, o'quv-qo'llanmalar raqamli texnologiyaning asosiy xizmatlaridan foydalangan holda ishlab chiqilganligi, kasbiy ta'lim tashkilotlarida kadrlar tayyorlash sifati va samaradorligini oshirishi, tizimli yondashuv asosida o'quv jarayonini tashkil etishi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati shundan iboratki, metodik tavsiyalar, ishlab chiqilgan pedagogik model, o'quv-uslubiy ta'minot va raqamli texnologiyalarga asoslangan platformalar kasbiy ta'lim tashkilotlari o'quvchilarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy faollikni oshirish, shuningdek, raqamli vositalardan foydalangan holda kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish samaradorligini oshirishga xizmat qilganligi bilan belgilanadi.

**Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi.** Raqamli texnologiyalar muhitini yaratish orqali bo'lajak mutaxassislarni kasbiy rivojlantirish metodikasini takomillashtirishga qaratilgan tadqiqot natijalari asosida:

mustaqil ta'lim o'quv jarayoniga yo'naltirilgan raqamli ta'lim kontentlari hamda telekonferensiya texnologiyalari imkoniyatlaridan integrativ foydalanishga doir takliflardan IL-58-21081323 raqamli-Dual ta'lim tizimida kadrlar tayyorlashning innovatsion ta'lim texnologiyalarini ishlab chiqish mavzusidagi innovatsion loyiha bajarishda foydalanilgan (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024 yil 20-dekabrda 02/01-01-151-son ma'lumotnomasi). Mazkur takliflar, kasbiy ta'lim tashkilotlari jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi o'quvchilarining axborot texnologiyalar asosida mustaqil o'zlashtirishga tayyorgarligini takomillashtirishga xizmat qilgan;

HTML/CSS, va PHP (Laravel) asosida yaratilgan multimediali o'qitish platformasi imkoniyatlaridan foydalanish orqali bo'lajak mutaxassislar va o'qituvchining AKT bo'yicha kompetentligini rivojlantirishga oid ilmiy va metodik ishlanmalaridan bitiruvchilarning AKT bo'yicha kompetentligini rivojlantirishga qaratilgan variativ o'quv dasturi mavzulari mazmunini ishlab chiqishda foydalanilgan (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024 yil 20-dekabrda 02/01-01-151-son ma'lumotnomasi). Mazkur o'quv kursi bitiruvchilarning raqamli texnologiyalar orqali kasbiy kompetentligini oshirish metodikasini takomillashtirishga xizmat qiladi;

raqamli texnologiyalar muhitida kasbiy o'sishni ta'minlovchi ko'rsatkichlar (jumladan, innovatsion pedagogik resurslar, test dasturlari, elektron materiallar hamda amaliy dasturlarni ishlab chiqish ko'nikmalari) asosida o'qituvchilar va bitiruvchilarning axborot-kommunikatsiya texnologiyalari (AKT) sohasidagi

kompetentligini rivojlantirishga yo'naltirilgan "Bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash va ularning kompetentligini rivojlantirish" nomli maxsus o'quv dasturi ishlab chiqilgan.

Ushbu dastur doirasida raqamli ta'limning metodik ta'minoti ishlab chiqilib, "Infokommunikatsion texnologiyalardan foydalangan holda bo'lajak mutaxassislarni kasbiy faoliyatga tayyorlash" (Jismoniy tarbiya yo'nalishi misolida) nomli o'quv platformasi (DGU 15403 raqamli guvohnoma bilan tasdiqlangan) hamda "Sport o'yinlari" darsligi yaratildi va amaliyotga joriy etilgan. (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024 yil 20-dekabrda 02/01-01-151-son ma'lumotnomasi). Mazkur o'quv va metodik ta'minot o'quv jarayoni sifati va samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

**Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi.** Mazkur tadqiqot natijalari 4 ta xalqaro va 3 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanida muhokamadan o'tkazilgan.

**Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi.** Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 22 ta ilmiy-metodik ish, jumladan, 1 ta darslik, 2 ta o'quv-qo'llanma, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasi tomonidan doktorlik dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop yetish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 7 ta maqola, shundan 5 tasi respublika va 2 tasi xorijiy jurnalda chop etilgan, O'zbekiston Respublikasi intellektual mulk agentligidan 1 ta mualliflik guvohnomasi olingan.

**Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi.** Dissertatsiya ishi kirish, uch bob, 120 sahifa matn, rasmlar, jadvallar, xulosa va tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati hamda ilovalardan iborat.

## DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

**Kirish** qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati asoslangan; fan va texnologiyalarning ustuvor yo'nalishlariga bog'liqligi ko'rsatilgan, muammoning o'rganilganlik darajasi yoritilgan, tadqiqotning maqsadi va vazifalari, obyekti va predmeti belgilangan, tadqiqotning usullari, ilmiy yangiligi va amaliy natijalari bayon qilingan, olingan natijalarning ishonchliligi, ilmiy va amaliy ahamiyati asoslab berilgan, tadqiqot natijalarining amaliyotga joriy etilganligi, e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi bo'yicha ma'lumotlar keltirilgan.

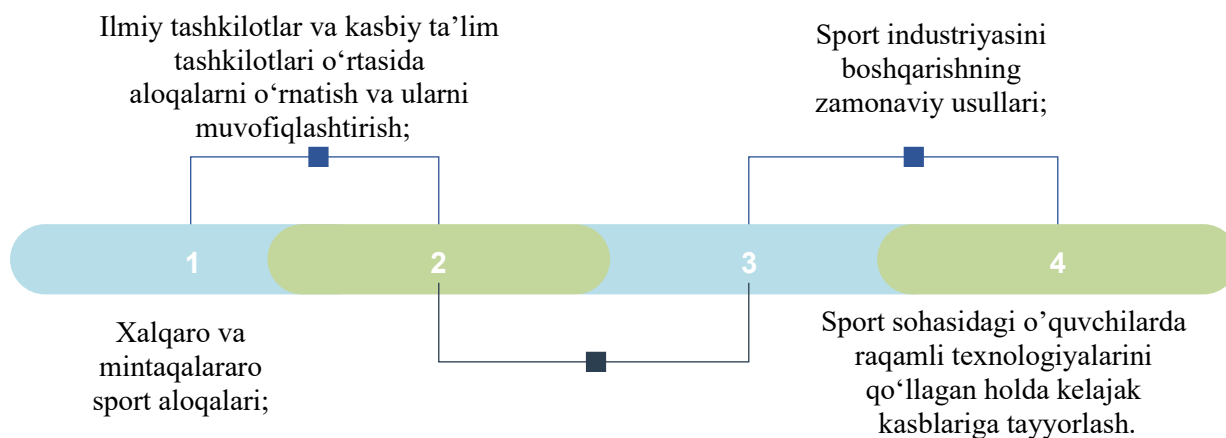
Dissertatsiyaning "**Kasbiy ta'limda sog'lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar uyg'unligining ilmiy nazariy-asoslari**" deb nomlangan birinchi bobida tadqiqot muammosiga doir ilmiy nazariy adabiyotlarning qiyosiy tahlili asosida o'quvchilarni kasbiy tayyorlashning ilmiy-pedagogik asoslari, konseptual yondashuvlari, ta'limni modernizatsiyalash sharoitida kasbiy rivojlantirishga qo'yilayotgan zamonaviy talablar tahlili keltirilgan, bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlashga ta'sir etuvchi omillar (faoliyatli yondashuv, kompetentli yondashuv va shaxsga yo'naltirilgan yondashuv)ning malaka talablari bilan o'zaro integrativ aloqadorligi yoritilgan.

Nazariy manbalar mazmuni bilan tanishish shuni ko'rsatdiki, mehnat bozorining rivojlanishi va real ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni hisobga olgan holda,

kasbiy ta'lim tashkilotlarida raqamli texnologiyalardan foydalanib bo'lajak mutaxassislarni kasbga tayyorlash hamda jismoniy tarbiyani kasbiy faoliyat bilan uyg'unlashtirish dolzarb va ustuvor vazifalardan biri hisoblanmoqda.

Sog'lom turmush tarzining tarkibiy qismlaridan biri sifatida jismoniy tarbiya qadimdan turli omillar (harakatli o'yinlar, jismoniy mashqlar, musobaqalar, sayohatlar, sog'lomlashtiruvchi tabiiy vositalar – suv, havo, quyosh, shaxsiy gigiyena va boshqalar) orqali jamiyat hayotida faol qo'llanib kelingan. Bunga tarixiy va madaniy manbalardagi ma'lumotlar dalil bo'la oladi. Jumladan, "Avesto", "To'maris", "Alpomish", "Go'ro'g'li", "Qirq qiz" kabi qadimiy yozma manbalar jismoniy tarbiyaning ildizlari chuqur tarixga ega ekanini ko'rsatadi. Bunday manbalar nafaqat O'zbekistonda, balki boshqa ko'plab davlatlarda ham uchraydi va ularning ilmiy-nazariy jihatlari bugungi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan.

Soha mutaxassislarning ta'kidlashicha bugungi kunda axborotni qo'llab-quvvatlashning an'anaviy shakllari mutlaqo yetarli emas, chunki amaliy natijalarga erishish va eng qisqa vaqt ichida dolzarb muammolarni hal qilish uchun tashkiliy, ilmiy, texnik va iqtisodiy kuch va vositalarni birlashtirish zarur. Shu bois, axborot tizimlari va jarayonlarining qo'llanilishini ishlab chiqish va tashkil etish, boshqaruvning turli darajalarida qarorlar qabul qilishda axborot texnologiyalari va tizimlaridan foydalanishga yangi yondashuvlar talab etiladi. Shuningdek, jismoniy tarbiya va sport kasbida raqamli texnologiya vositalaridan foydalanish quyidagilarni ta'minlaydi (1-rasm):



**1-rasm. Jismoniy tarbiya va sport yo'nalishida raqamli texnologiyalardan foydalanishning afzalliklari**

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining asosiy maqsadlaridan biri — o'quvchilarning sog'lig'ini asrash va mustahkamlashdir. Bunda sog'lom turmush tarzi yetakchi omil sifatida e'tirof etilib, uning asosiy tamoyillarini yoshlik davrida egallash katta yoshdagi insonlarning hayot tarzi shakllanishida muhim rol o'ynaydi.

Mazkur yo'nalishda S.V.Guryev an'anaviy jismoniy tarbiya usullarini zamonaviy axborot texnologiyalari bilan uyg'unlashtirib, kompyuter texnikasi asosida maktabgacha yoshdagi bolalarda sog'lom hayot tarzini tarkib toptirish

bo'yicha metodologik yondashuvni taklif etadi. Tadqiqotchining axborot vositalari o'quv jarayonini yangi, yuqori darajada tashkil etish, o'quv materialini to'liqroq o'zlashtirishni ta'minlash va shu bilan inson shaxsini rivojlantirishga hissa qo'shish imkonini beradi, degan fikri maqsadga muvofiq. Bundan tashqari, sport mashqlarini modellashtirishda matematik usullardan foydalanish, kerakli yechimni tezroq va samaraliroq topish imkonini beradi.

Raqamli texnologiyalar sportchining bilim sohasini avtomatlashtirishdan tashqari, ularni kasbga tayyorlash va jismoniy tarbiya o'qituvchilari, murabbiylar malakasini oshirish bo'yicha o'quv jarayonlarini axborot-metodik ta'minlashni va avtomatlashtirishni ta'minlaydi hamda sport hakamlari, boshqaruv xodimlari va boshqalarni turli musobaqalar va sport tadbirlari haqidagi so'ngi yangiliklardan xabardor qilish imkoniyatini beradi. Shuningdek, sport tadbirlaridan reportajlar haqida audio va video materiallar ko'rinishida ma'lumotlarni to'plash va taqdim etish, televideniya va radio muhbirlari, ommaviy axborot vositalari muhbirlari bilan sinflarda va sport maydonchalarida konferensiyalar va brifinglar o'tkazish imkoniyatini ta'minlaydi. Shu bilan birga, internet global tarmog'ida musobaqalar taqdim etish va raqobat veb-saytlarini yaratish imkoniyati mavjud.

Shunday qilib, raqamli texnologiyaning maqsadi:

1. Kerakli ma'lumotlarni to'plash va qayta ishlash, materiallarni yaratish jarayoni, turli sport tashkilotlari shu jumladan xorijiy tashkilotlar bilan axborot o'zaro aloqasi jarayonlarini avtomatlashtirish orqali sport industriyasini boshqarish samaradorligini oshirish.

2. Jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi bo'yicha mutaxassislar tayyorlashni, sportning turlarini hisobga olgan holda sportchilarni tayyorlash tizimidagi o'quv-mashq jarayonini, shuningdek jismoniy tarbiya yo'riqchilari, murabbiylar, sport hakamlari malakasini oshirishni axborot-metodik ta'minlash; va boshqalar.

3. Turli sport tadbirlarini axborot bilan ta'minlash.

Jahon miqyosida bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini tayyorlashda raqamli texnologiyalardan foydalanish masalasida ilmiy tadqiqot ishlari, barcha bilim sohalarida o'quv kurslari hamda darsliklar ko'rinishidagi ochiq ta'lim manbalarini taqdim etuvchi elektron fondlar yaratish va amaliyotga joriy etish yuzasidan ko'plab ilmiy tadqiqotlar yetakchi ta'lim muassasalari tomonidan olib borilmoqda.

Shunday qilib, tadqiqot davomida xorijda hamda respublikamizda jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi bo'yicha bitiruvchilarning kelajakdagi kasbiy faoliyatida raqamli texnologiya vositalaridan foydalanish bo'yicha yetarli darajada ilmiy tadqiqot ishlari tayyorlanmaganligini ko'rishimiz mumkin.

Yuqoridagi tahlillarga hamda olimlarning ilmiy izlanishlariga asoslanib, biz ishchi ta'rifni quyidagi keltirib o'tamiz. Bizning fikrimizcha – Sog'lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalarni uyg'unlashtirish mexanizmi-jismoniy sifatlar, kasbiy faoliyatga bo'lgan munosabati, unda zarurat va qiziqishi, intilishlari, faoliyatdan maqsadi, hamda amalda qo'llashidan iborat.

Dissertatsiya ishining **“Raqamli texnologiyalar asosida sog'lom turmush tarzi va kasbiy faoliyat uyg'unligini ta'minlash metodikasi”** deb nomlangan

ikkinchi bobida Sogʻlom turmush tarzi va kasbiy kompetensiyaning uygʻunligini taʼminlovchi metodik model, kasbiy taʼlim tashkilotlarida boʻlajak mutaxassislarni raqamli texnologiyalardan foydalangan holda kasbiy tayyorlashning didaktik taʼminoti, kasbiy faoliyatda sogʻlom hayot prinsiplarini qoʻllashni raqamli vositalar yordamida oʻrgatish metodikasi bayon etilgan.

Shu oʻrinda biz tomondan boʻlajak mutaxassislarni oʻqitish asosida kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonida raqamli texnologiya oʻquv-metodik taʼminotidan foydalanish orqali mutaxassis tayyorlashning tuzilma-modelini aniqlashga harakat qilindi. Taʼkidlash zarurki, “Sogʻlom turmush tarzi va raqamli kompetensiyaning uygʻunligini taʼminlovchi metodik model” tushunchasi turli olimlar tomonidan turlicha talqin qilingan. Koʻpchilik olimlar mutaxassis modeli deganda, muayyan ixtisoslik boʻyicha mutaxassisning umumlashtirilgan obrazi hisoblangan, oʻrganiladigan obyektning asosiy tavsifini aks ettiruvchi va bayon etuvchi oʻxshashlikni tushunishgan.

Oʻtgan 20 yil davomida oʻquv jarayoniga axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini joriy etish boʻyicha sezilarli ijobiy tajriba toʻplandi. Raqamli texnologiyalar kasbiy kompetensiyani takomillashtirish uchun qimmatli va mazmunli salohiyatga ega ekanligi va oʻquvchining kasbiy rivojlanishiga hissa qoʻshishi isbotlandi. Biroq, tadqiqot natijalariga koʻra, boʻlajak mutaxassislarni tayyorlash jarayonida pedagogik loyihalarni amalga oshirishda zamonaviy axborot texnologiyalari oʻqituvchilar amaliyotida yetarli darajada qoʻllanilmayapti. Ayniqsa, jismoniy tarbiya va sport yoʻnalishida raqamli vositalardan sogʻlom turmush tarzini targʻib qilish va uni amaliyotga integratsiya qilish imkoniyatlari yetarlicha ishga solinmagan. Bu esa, kelajak mutaxassislarida sogʻlom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qiluvchi taʼlim mazmuni va metodlarini yanada takomillashtirish zaruratini yuzaga keltiradi.

Biz tomondan olib borilgan tadqiqot ishi davomida sogʻlom turmush tarzi va raqamli kompetensiyaning uygʻunligini taʼminlovchi metodik modelini ishlab chiqishni **3 ta bosqichga** ajratdik.

**Birinchi bosqichda** quyidagilar inobatga olindi:

oʻquv jarayonida raqamli axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish sharoitida oʻquvchilarning kasbiy tayyorligi uchun zarur boʻlgan pedagogik omillarni aniqlash;

oʻquvchilarning taʼlimiy faoliyatida dasturiy taʼminotdan foydalanish, texnik hamda metodik vositalarni oʻzlashtirish darajasini baholash;

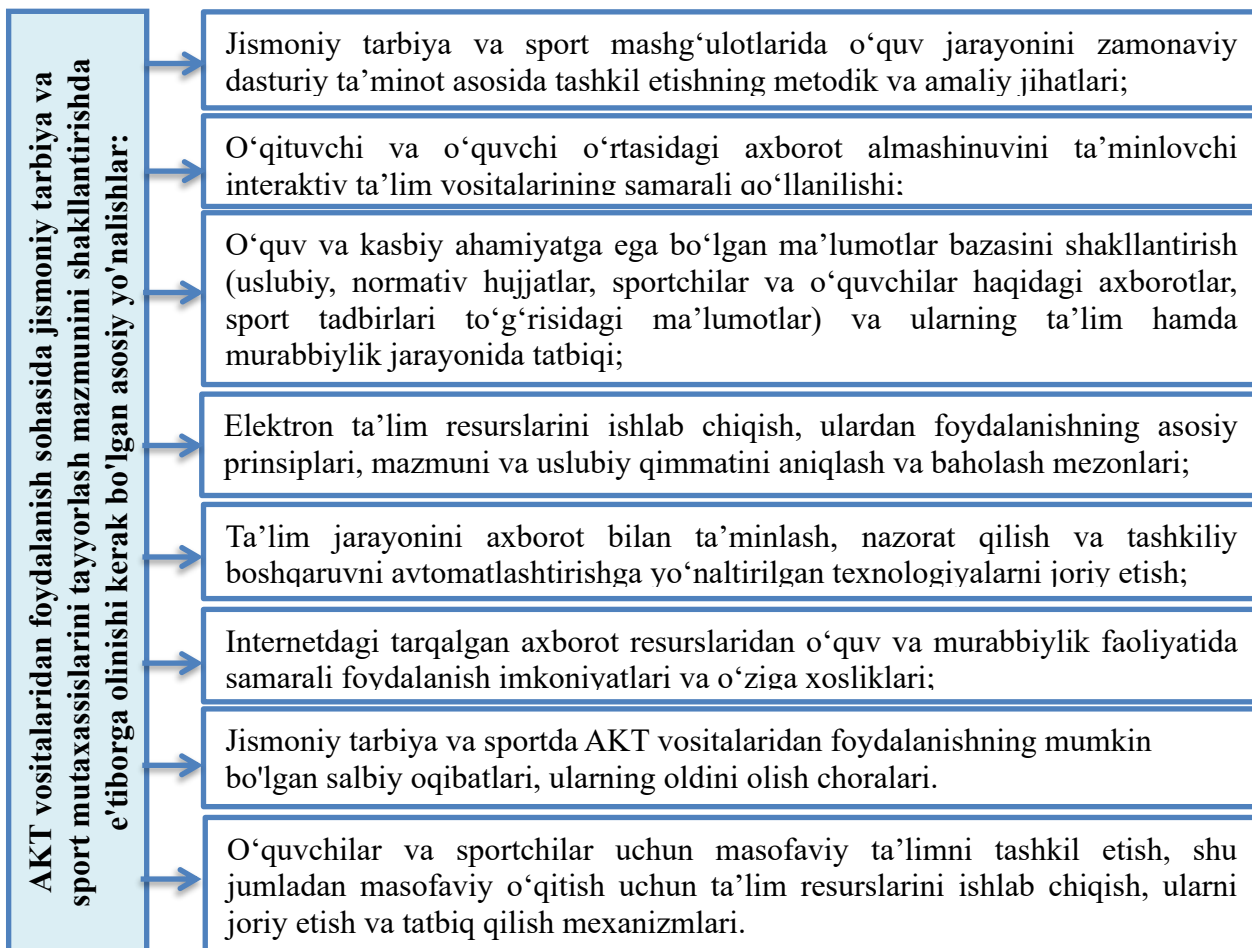
oʻquvchilarga yoʻnaltirilgan metodikaga asoslangan “Informatika”, diagnostik, amaliy, tuzatuvchi oʻqitish usullarini bosqichma-bosqich joriy etilishi;

axborot faoliyati jarayonida mutaxassisning kasbiy rivojlanishi uchun oʻquvchilarning ijobiy motivatsiyasini rivojlantirilishini taʼminlash.

Yuqoridagi birinchi taʼlim bosqichida kasbiy taʼlim tashkiloti oʻquvchilari oʻz kasbiy mahoratini oshirishda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish jarayonida quyidagi kompetensiyalar rivojlanadi: tayyorgarlik, mazmun-operatsion, kasbiy bilimlarni sintez qilish qobiliyati; integral tizimlar va

texnik jarayonlarni modellashtirish, funksiyalarni aniqlash va bu jarayonlarni tuzish; samarali-baholovchi.

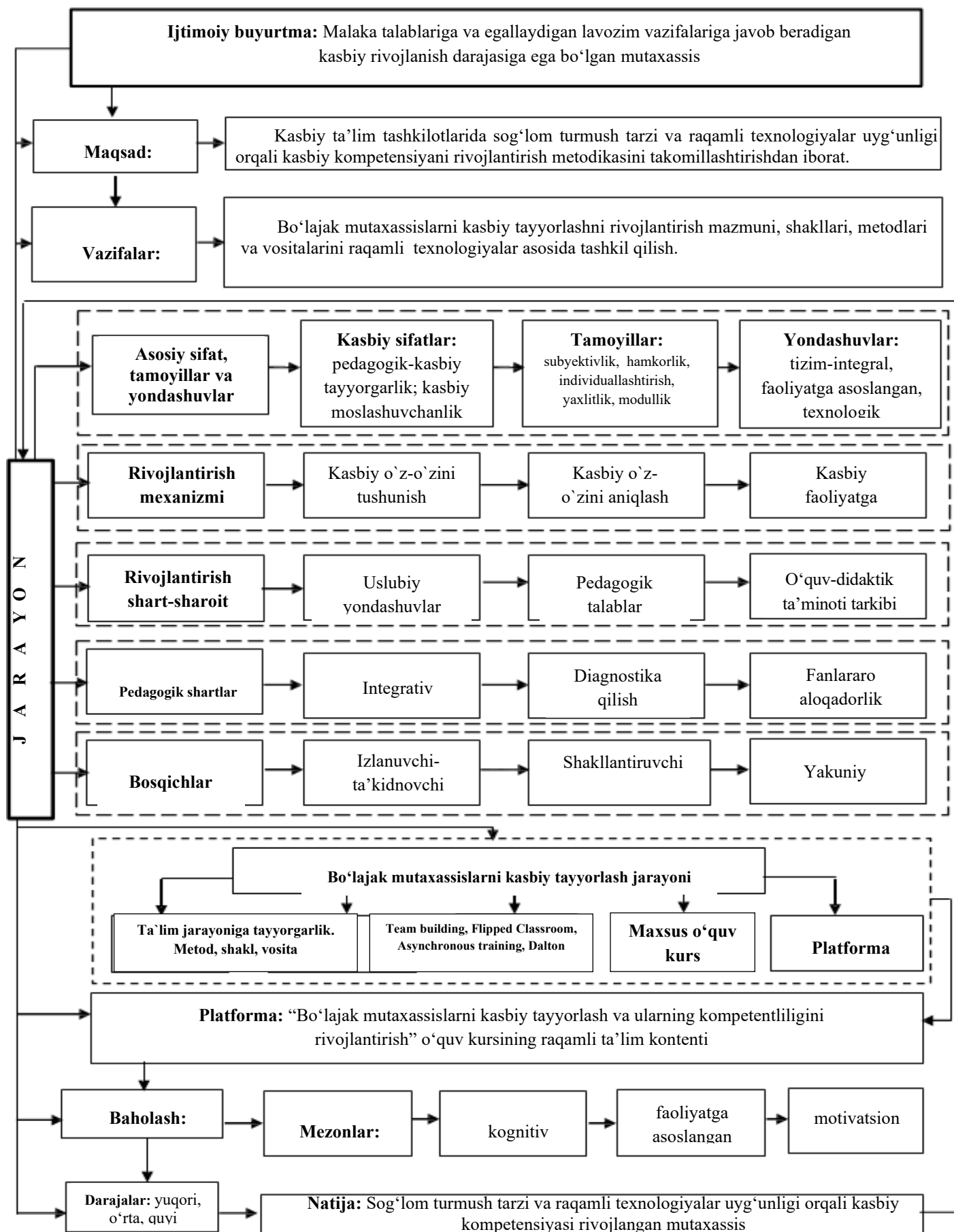
**Ikkinchi bosqich.** AKT vositalaridan foydalanish sohasida jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini tayyorlash mazmunini shakllantirishda e'tiborga olinishi kerak bo'lgan asosiy yo'nalishlar aniqlandi (2-rasm):



**2-rasm. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini tayyorlashda AKT vositalaridan foydalanish mazmunini shakllantirishdagi asosiy yo'nalishlar**

**Uchinchi bosqich.** Jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi o'quvchilarini tayyorlash jarayonida mazmuni hisobga olinishi kerak bo'lgan axborot faoliyatining asosiy tarkibiy qismlarini (loyihaviy, konstruktiv, tashkiliy, kommunikativ, diagnostik) taqdim etamiz.

O'quvchilarning kasbiy rivojlanishining har bir keyingi bosqichi avvalgisiga tayanadi va shu bilan o'quvchilarning kasbiy tayyorgarlikning butun jarayoni davomida maqsadli kasbiy rivojlanishini ta'minlaydi. Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda biz dastlab, raqamli texnologiyalardan foydalangan holda bo'lajak mutaxassislarini kasbiy tayyorlash modelini keltirib o'tamiz (3-rasmga qarang) va uni qo'llash asosida jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi o'quvchilarini kasbiy tayyorlash mexanizmini takomillashtirishga erishamiz.



**3-rasm. Sog'lom turmush tarzi va kasbiy kompetensiyaning uyg'unligini ta'minlovchi metodik model**

Raqamli texnologiyalardan foydalangan holda bo'lajak mutaxassislarni kasbga tayyorlash modeli maqsad, yondashuvlar (tizim-integral, faoliyatga asoslangan, texnologik), tamoyillarni (sub'ektivlik, hamkorlik, individuallashtirish, yaxlitlik, modullik) o'z ichiga oladi. O'rganilayotgan jarayonni tashkil etish: bosqichlari, (izlanuvchi-ta'kidlovchi, shakllantiruvchi, yakuniy), pedagogik shartlar; mezonlari (kognitiv, faoliyatga asoslangan, motivatsion) va ularning shakllanish darajalari (yuqori, o'rta, quyi), (natija) sog'lom turmush tarzi va raqamli texnologiyalar uyg'unligi orqali kasbiy kompetensiyasi rivojlangan mutaxassis.

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish jarayonida o'quvchilarning **kasbiy rivojlanishi mezonlari tizimiga quyidagilar kiradi:** kognitiv, motivatsion va faoliyatga asoslangan.

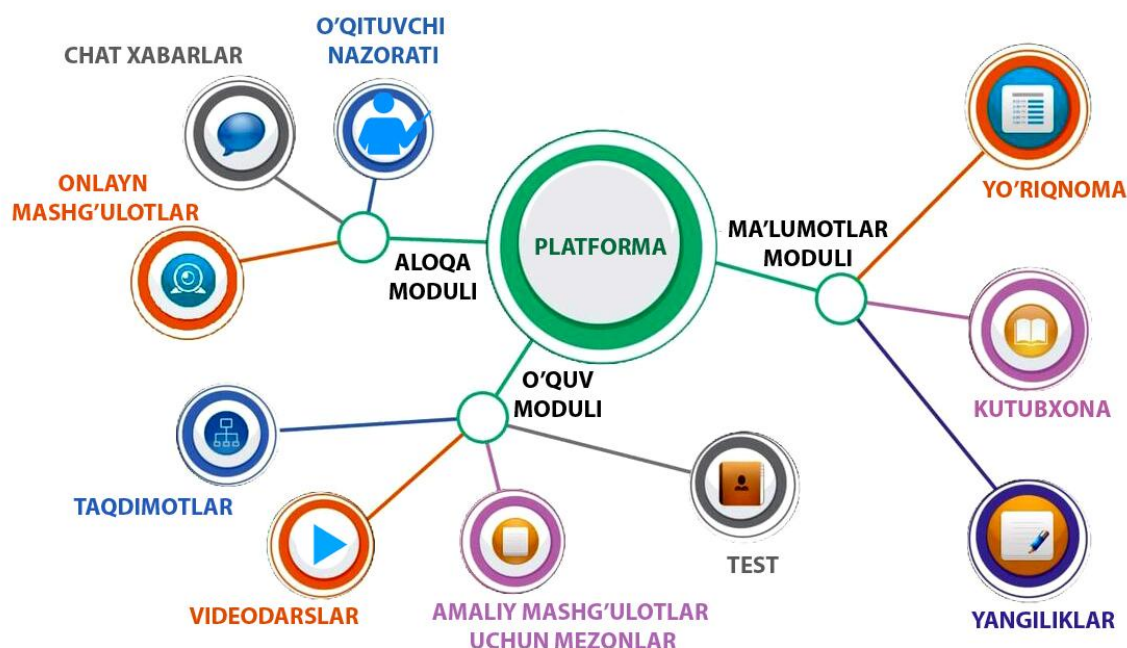
**Kognitiv mezonlar** quyidagilarni o'z ichiga oladi: kognitiv va kasbiy qiziqishlarning o'zaro mosligi; o'rganilayotgan fanlar bo'yicha bilimlarni egallashga bo'lgan barqaror ehtiyoj; umumiy kasbiy bilimlarni oshirishga intilish; tanlangan kasbiy faoliyat mazmuni to'g'risida yetarli ma'lumotga ega bo'lish; kasbiy ahamiyatga ega bo'lgan fazilatlar haqida bilimga ega bo'lish hamda shaxsiy fazilatlarining tanlangan kasb talablariga mos kelishi.

**Motivatsion mezon**-bu o'quvchilarning tanlagan kasbga nisbatan ijobiy munosabati, o'quv jarayoniga ongli va faol yondashuvi, erishilgan natijalardan qoniqish hissi, kasbiy tayyorgarlikka mas'uliyat bilan qarashi, doimiy ravishda o'z ustida ishlashga intilishi hamda mehnat bozorida raqobatbardosh bo'lish istagini ifodalaydi.

**Faoliyat mezonining** ko'rsatkichlari orasida biz ko'nikmalarni aniqladik: o'quv va axborot faoliyatining adekvat maqsadlari, mazmuni va usullarini tanlash; bilimlarni sintez qilish, uni bir tarmoqdan boshqasiga o'tkazish, jarayonlarni tahlil qilish va birlashtirish.

O'quvchilarning kasbiy tayyorgarligi bo'yicha ta'lim muassasasi faoliyatini tashkil etish quyidagilarni o'z ichiga oladi: Kasbiy ta'lim tashkilotlarining o'quv jarayonini axborotlashtirish sharoitida bo'lajak mutaxassisning kasbiy tayyorgarlikning ishlab chiqilgan tarkibiy-funksional modelini amalga oshirish; bo'lajak mutaxassislarning kasbiy tayyorlash uchun asos bo'lgan **"Bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash va ularning kompetentligini rivojlantirish"** o'quv kursini ishlab chiqish va undan foydalanish, ushbu kursini o'qitishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar, hamkorlikda o'qitish, loyiha usuli va ko'p bosqichli o'rganish.

Shu bilan birga mazkur o'quv dasturini o'qitish maqsadida uning raqamli ta'lim kontentlari ishlab chiqildi (4-rasm). Axborot texnologiyalari asosida ishlab chiqilgan mazkur dastur ta'minot bo'lajak mutaxassislar uchun mustaqil ta'limga yo'naltirilgan.



#### **4-rasm. “Bo‘lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash va ularning kompetentligini rivojlantirish” o‘quv kursining raqamli ta’lim kontenti bo‘limlari.**

Ta’lim jarayonida raqamli qurilmalar, dasturiy vositalar va axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanib, bo‘lajak mutaxassislarning nazariy bilimlari, amaliy ko‘nikmalari, tahlil va muammolarni yechish qobiliyatlari, shuningdek, sport faoliyati samaradorligini oshirish uchun zarur kompetensiyalarini shakllantirish va rivojlantirishni ta’minlovchi texnologik tizim bu raqamli texnologiyalar hisoblanadi.

Ushbu ta’lim formatini loyihalash ssenariylari o‘quvchilarning bevosita o‘yin jarayoniga qo‘shilishi bilan tavsiflanadi. Raqamli texnologiyalar yordamida o‘rganish o‘yin shaklini kiritish yuqori ta’lim natijalariga erishishga yordam beradi.

O‘quvchilarning bilim olish ehtiyojlari va imkoniyatlarini o‘rganish shuni ko‘rsatadiki, mustaqil ta’limda samarali platformalardan foydalanish eng keng tarqalgan amaliyotlardan biri hisoblanadi.

O‘quvchilar ushbu turdagi o‘yin faoliyatining jozibali tomoni sifatida mantiq, e’tibor, aqlning rivojlanishiga hissa qo‘shadi.

O‘quvchilarning ta’lim motivatsiyasini oshirish va guruh tadqiqot faoliyatini tashkil etish hamda ularni aniqlash:

O‘quvchilarning o‘zaro aloqasi bo‘lgan qismi yoki barcha ma’lumotlar loyiha zanjiridan kelib chiqqan holda, ehtiyojga yo‘naltirilgan faoliyat;

Olib borilgan turli izlanishlar ko‘rsatilishicha, o‘quvchilarni tayyorlashda axborot texnologiya vositalarini yaratish, ularni takomillashtirish muammosi tadbiiq etilmagan.

Tadqiqotimiz doirasida dars mashg‘ulotlari o‘quvchilarning kasbiy tayyorgarligini rivojlantirish uchun biz tomondan qo‘llanilgan “Flipped

Classroom”, “Asynchronous training”, “Dalton rejasi”, “Team Building” innovatsion ta’lim texnologiyalari asosida o‘tkazildi.

### **Flipped Classroom (Teskari sinf)**

Flipped Classroom – bu an’anaviy dars jarayonini teskari qilishga asoslangan innovatsion yondashuv bo‘lib, unda o‘quvchilarga nazariy materiallar (ma’ruzalar, tushuntirishlar) darsdan oldin mustaqil o‘rganish uchun raqamli vositalar orqali taqdim etiladi. Dars jarayonida esa vaqt asosan amaliy mashg‘ulotlar, muhokama, tahlil va qo‘llashga yo‘naltiriladi.

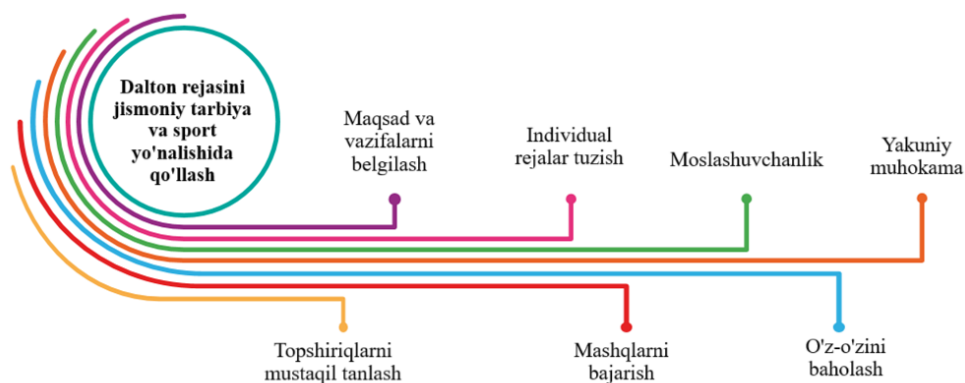
**Asynchronous training** - bu o‘quvchilarning bir xil materialni turli vaqt va joylarda o‘rganishi haqidagi g‘oya. Bu atama ko‘pincha onlayn ta’lim bilan bog‘liq bo‘lib, unda o‘quvchilar o‘qish, topshiriq yoki faoliyatni o‘z tezligida va o‘zlari tanlagan vaqtda bajarishadi. Bu yondashuv, ayniqsa, o‘quvchilar turli vaqt zonalarida yashasa yoki texnologiyadan foydalanish imkoniyati cheklangan bo‘lsa foydali bo‘ladi.

**“Team Building”- (Jamoatuzish)** metodi - bu jamoa ichidagi ishonch, hamkorlik va o‘zaro tushunishni rivojlantirishga qaratilgan usul bo‘lib, guruh a‘zolarining birgalikda ishlash qobiliyatini oshirishga yordam beradi. Ushbu metod odatda o‘yinlar, musobaqalar va muammolarni jamoaviy hal qilish usullari orqali amalga oshiriladi.

Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarida ushbu metod qo‘llanganda quyidagi ijobiy natijalarga erishish mumkin: jamoaviy ishlashni yaxshilaydi, sportchilarning ruhiy barqarorligini oshiradi, rahbarlik va strategik fikrlash qobiliyatlarini rivojlantiradi, o‘quvchilarda motivatsiyani kuchaytiradi, hamda jismoniy faollikni yanada qiziqarli va samarali qiladi.

**Dalton rejasi** - bu XX asrning boshlarida amerikalik pedagog Yelena Parkhurst tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, u o‘quv jarayonini individual yondashuv asosida tashkil etishni maqsad qilgan. Mazkur tizim an’anaviy sinf darslari o‘rniga o‘quvchiga mustaqil ishlash, o‘z qobiliyatiga mos sur’atda rivojlanish va mas’uliyatni o‘z zimmasiga olish imkonini beradi.

Quyida Dalton rejasini jismoniy tarbiya darsida qanday qo‘llash mumkinligi haqida qadam-baqadam yondashuv keltirib o‘tamiz (5-rasm):



### **5-rasm. Dalton rejasini dars mashg‘ulotlarida qo‘llash**

O‘qituvchi Dalton rejasiga muvofiq, yo‘l-yo‘riq beruvchi va kuzatuvchi sifatida ishtirok etadi. U o‘quvchilarga yordam beradi, lekin ularning mustaqil

ishlashiga imkon yaratadi. O'qituvchi o'quvchilarning qiyinchiliklarga duch kelganida yoki qo'shimcha maslahat kerak bo'lganda yordam beradi.

Bu vositalar bo'lajak mutaxassislarni zamonaviy kasbiy faoliyatga tayyorlashda muhim ahamiyatga ega. Ular ta'lim jarayonini interaktiv, moslashuvchan va samarali qiladi, o'quvchilarning raqamli savodxonligini oshiradi va ularni bozor talablariga javob beradigan malakali mutaxassislar sifatida tayyorlaydi.

Tadqiqot ishining **“Ta'lim va sport integratsiyasi asosida kasbiy faoliyatni rivojlantirish bo'yicha tajriba-sinov ishlari va uning natijalari”** deb nomlangan uchinchi bobida pedagogik tajriba sinovni tashkil etish, o'tkazish, o'quvchilar uchun tashkil etilgan 36 soatlik maxsus o'quv kursi samaradorligi, baxolash mezonlari va ularning tahliliy natijalari keltirilgan.

Tadqiqot davrida bitiruvchilarni, shu jumladan kasbiy ta'limi tashkilotlarida o'quvchilarni tayyorlash jarayonining nazariy asoslari asosida tajriba-sinov ishlarni tashkil etishga alohida e'tibor qaratildi. Tajriba sinov ishlarini tashkil etishning maqsadi bo'lajak mutaxassislarni kasbiy faoliyatga tayyorlashga imkon beradigan pedagogik sharoit va vositalardan samarali foydalanish darajasini aniqlashdir.

Tajriba-sinov ishi uch bosqichda 2022-2023, 2023-2024 yillar mobaynida amalga oshirilgan. Tajriba-sinov va nazorat guruhlarida jami 278 nafar o'quvchilar ishtirok etdi.

Tajriba-sinov ish jarayonida quyidagilar aniqlandi: o'quvchilar tomonidan jismoniy tarbiya va sport yo'nalishi bo'yicha bilim va ko'nikmalarni egallash; o'quvchilarning o'quv faoliyatiga motivatsiyasi; olingan qobiliyatlarni qo'llash; belgilangan yo'nalish bo'yicha qoldiq bilimlari; bo'lajak mutaxassislarni sportga bo'lgan o'rganishga munosabati.

2022-2023, 2023-2024 yillar davomida o'tkazilgan asoslovchi tajriba-sinov ishi bosqichida bo'lajak mutaxassislarni fanlarni o'zlashtirishda hamda kasbiy tayyorlashda muammosining mavjud holati o'rganishga qaratilgan pedagogik faoliyat tashkil etildi. **Ushbu bosqichda:**

bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash uchun zarur bo'lgan-o'quv reja, o'quv ustaxonalarining (sport zal) moddiy-texnik bazasi, fan dasturlari va o'quv adabiyotlari, malaka talablari tahlil qilindi;

40110301-“Jismoniy tarbiya va sport” yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan o'quvchilarning sport turlari bo'yicha kasbiy tayyorlash holati tekshirildi; shuningdek yuqorida ko'rsatib o'tilgan ta'lim muassasalari bitiruvchilarining tayyorgarlik holati (bilimlari) tahlil qilindi;

“Jismoniy tarbiya va sport” yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan o'quvchilarni o'rganishda yuqorida nomlari qayd etilgan ta'lim muassasalarida o'quvchilarning raqamli texnologiyalardan foydalangan holda kasbiy tayyorlash bo'yicha pedagogik tajribalari o'rganildi va umumlashtirildi;

o'quv jarayonida kompyuter va dasturlashtirilgan ta'lim vositalaridan foydalanish tajribasiga ega bo'lgan va ega bo'lmagan o'quvchilardan intervyu olindi va ular bilan so'rovnomalar o'tkazildi;

Kasbiy ta'lim tashkilotlarining 40110301-“Jismoniy tarbiya va sport” yo‘nalishida tahsil olayotgan o‘quvchilarning o‘qishga motivatsiyasi darajasini aniqlash uchun O.S.Grebenyuk va M.I.Rojkovlar tomonidan ishlab chiqilgan anketadan foydalanildi.

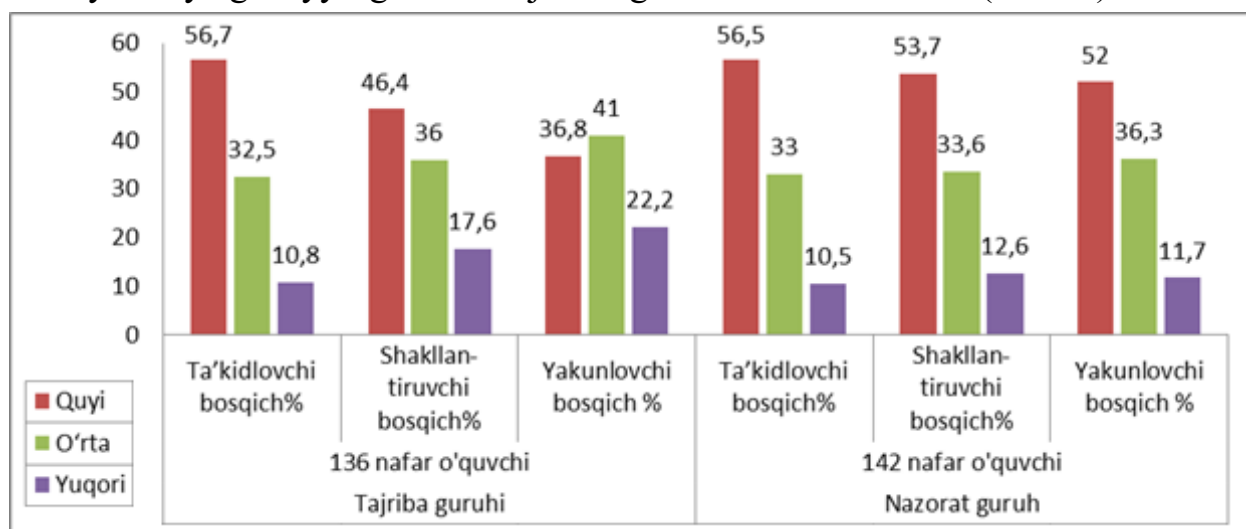
Tajriba-sinov natijalarining haqiqiylikini ta'minlash uchun matematik-statistik ishlov berildi (1-jadval).

1-jadval

**Kasbiy ta'lim tashkilotlarida 2022-2023, 2023-2024 yillarida o‘quvchilar o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari bo‘yicha o‘tkazilgan tajriba sinov ishlari natijalari**

Tayyorgarlik darajalari	Tajriba guruhi 136 nafar o‘quvchi			Nazorat guruh 142 nafar o‘quvchi		
	Ta’kidlovchi bosqich %	Shakllantiruvchi bosqich%	Yakunlovchi bosqich %	Ta’kidlovchi bosqich %	Shakllantiruvchi bosqich%	Yakunlovchi bosqich %
	Quyi	56,7	46,4	36,8	56,5	53,7
O‘rta	32,5	36	41	33	33,6	36,3
Yuqori	10,8	17,6	22,2	10,5	12,6	11,7

Olingan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, tajriba-sinovdan oldin tajriba guruhida o‘quvchilarning 56.7 foizi uchun kasbiy faoliyatga quyi darajasi shakllangan, tajribadan keyin esa 36,8 foiz. O‘rta daraja, tajribadan oldin 32,5 foiz edi, undan keyin u 41 foizni ko‘rsatdi. Tajribadan oldin 10,8 foizni, tajriba-sinovdan keyin esa 22,2 foizni ko‘rsatdi. Tajriba-sinovdan keyin tajriba guruhi ko‘rsatkichining muhim dinamikasi kasbiy ta'lim tashkilotlari o‘quvchilarining kasbiy faoliyatga tayyorgarlik darajasining o‘shishini aks ettiradi. (6-rasm)



**6-rasm. Kasbiy ta'lim tashkilotlarida 2022-2023, 2023-2024 yillarida o‘quvchilar o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari bo‘yicha o‘tkazilgan tajriba sinov ishlari natijalaridiagrammasi.**

Ushbu ko‘rsatkichlarga asoslangan holda o‘quvchilarning mualliflik metodikasi asosida o‘qitish samaradorlikni aniqlash uchun o‘tkazilgan tajriba natijalariga ko‘ra, eksperimental va nazorat guruhlarida o‘rtacha o‘rganish darajasi Student matematik-statistik usuli orqali tahlil qilindi.

## Miqdoriy mezon ko'rsatkichlari

Ko'rsatkichlar	Tajriba guruhi		Nazorat guruhi	
	Tajriba boshida	Tajriba oxirida	Tajriba boshida	Tajriba oxirida
O'rtacha arifmetik qiymat (x,y)	3,72	4,38	3,58	3,71
Samaradorlik ko'rsatkichi $\eta$	1,12		1,03	
O'rtacha qiymat ishonch oralig'i $a_x, a_y$	[3,57; 3,87]	[4,26; 4,51]	[3,43; 3,73]	[3,55; 3,86]
O'rtacha qiymat standart xatolik ( $S_x, S_y$ )	0,74	0,63	0,75	0,77
Aniqlanish ko'rsatkichi ( $S_x, S_y$ )	2,05	1,48	2,14	2,11
Styudent statistikasi (T)	6,63		1,48	
Ko'rsatkichlar xulosasi	H <sub>1</sub> gipoteza qabul qilinadi.		H <sub>0</sub> gipoteza qabul qilinadi.	

Shunday qilib, tajriba-sinov jarayonida kasbiy ta'lim tashkilotlarida olingan natijalarning qiyosiy tahlili quyidagicha bo'ldi: (Farg'ona vil) Qo'qon pedagogika kollejida 1,13% (13%) samaradorlikka erishilgan bo'lsa, (Jizzax vil) Paxtakor pedagogika kollejida 1,10% (10%), (Surxandaryo vil) Denov pedagogika kollejida 1,10% (10%) samaradorlikka erishilgan, (Qashqadaryo vil) Koson pedagogika kollejida esa 1,11% (11%) samaradorlikka erishilgan. Bo'lajak mutaxassislarni kasbiy faoliyatga tayyorgarlash modelining samarali ishlashi uchun pedagogik shart-sharoitlarni tekshirish, tajribani aniqlash va nazorat qilish bosqichlarida natijalarni tashxislashda, tanlangan barcha mezonlarga ko'ra, tajriba guruhi o'quvchilari nazorat guruhi o'quvchilariga qaraganda o'rtacha 1,12 (12%) yuqori natijalarga erishganligi aniqlandi. Buni K.Pirson ( $\chi^2$ ) (xi-kvadrat) ning statistik mezoni yordamida olingan nazorat va tajriba guruhi ma'lumotlarini miqdoriy tahlil qilish orqali tasdiqladi.

Tajriba-sinov ish jarayonida olingan natijalar kasbiy ta'lim tashkilotlari o'quvchilarining mustaqil ish jarayonida innovatsion faoliyatga tayyorgarlash modelining ishlashi uchun ushbu ishning birinchi bobida nazariy jihatdan asoslanganligini isbotladi.

Yuqorida olib borilgan matematik statistik tahlildan xulosa qilib aytish mumkinki, tajriba guruhlarida qo'llanilgan metodika va o'quv ta'minotidan foydalanish samaradorli bo'lib, o'tkazilgan tajriba-sinov tahlillari uni respublikamiz miqyosida ommalashtirishga asos yaratdi.

### UMUMIY XULOSALAR

Raqamli texnologiyalar va sog'lom turmush tarzini uyg'unlashtirish asosida bo'lajak mutaxassislarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish bo'yicha olib borilgan ilmiy-tadqiqot ishlari natijasida quyidagi xulosalar aniqlandi:

1. Kasbiy ta'lim tashkilotlarida sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish va uni o'quv jarayoniga integratsiya qilish bo'yicha mavjud pedagogik shart-sharoitlar tahlil qilindi. Raqamli texnologiyalarning (mobil ilovalar, virtual trenajyorlar, interaktiv platformalar) imkoniyatlari aniqlanib, ularni samarali tatbiq etish uchun zarur tashkiliy, metodik va texnik asoslar belgilandi.

2.40110301 – “Jismoniy tarbiya va sport” yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish va kasbiy kompetensiyani rivojlantirishga xizmat qiluvchi nazariy-metodik asoslar ilmiy jihatdan asoslab berildi. Bu jarayonda raqamli vositalar orqali individual yondashuv, sog‘lom ovqatlanish, jismoniy faollik va psixologik barqarorlik kabi komponentlar uzviy bog‘liq holda o‘rganildi.

3. Kasbiy kompetensiyani rivojlantirishga yo‘naltirilgan integratsion model ishlab chiqildi. Model tarkibiga sog‘lom turmush tarzini qo‘llab-quvvatlovchi kommunikativ, boshqaruvchanlik, tashkilotchilik, maxsus va shaxsiy sifatlar, psixologik barqarorlik, metodik mahorat, innovatsion yondashuv, kreativlik, ilmiy-tadqiqotchilik, o‘zini rivojlantirish va mehnat bozoriga moslashuv kabi kompetensiyalar kiritildi.

4. Sog‘lom turmush tarzi tamoyillari asosida o‘quvchilarning kasbiy tayyorgarligini oshirish uchun “Team Building”, “Flipped Classroom”, “Dalton rejasi” va “Asynchronous training” kabi ilg‘or metodlar, raqamli platformalar orqali joriy qilindi. Ushbu metodlar o‘quvchilarda jismoniy faollik, sog‘lom odatlar va professional ko‘nikmalarni birgalikda rivojlantirishga xizmat qildi.

5. Raqamli texnologiyalar asosida ishlab chiqilgan 36 soatlik integratsion dastur fanlarni samarali o‘zlashtirish, sog‘lom turmush tarzi elementlarini o‘quv jarayoniga kiritish va o‘quvchilarda zarur bilim, ko‘nikma va malakalarni shakllantirish uchun optimal shart-sharoitlar yaratishda yuqori natija berdi.

6. Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, raqamli texnologiyalar va sog‘lom turmush tarzi tamoyillarini uyg‘unlashtirgan o‘quv jarayoni o‘quvchilarda kasbiy faoliyatga bo‘lgan motivatsiyani oshiradi, ularni faol ishtirokga undaydi va bu orqali kasbiy kompetensiya darajasining oshishiga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

7. Kasbiy tayyorgarlikni oshirish maqsadida olib borilgan tajriba-sinov ishlari yakunida o‘quvchilarning kasbiy tayyorlik darajasi ortgani aniqlandi. Tadqiqotda ilgari surilgan g‘oyalarning amaliy asoslanganligi matematik-statistik tahlillar orqali tasdiqlandi. Ta’lim muassasalarida tajriba guruhning nazorat guruhlarga nisbatan 12% foizga yuqoriligi isbotlandi.

Dissertatsiya xulosalari asosida bo‘lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash bo‘yicha quyidagi **tavsiyalar** ishlab chiqildi:

1. Kasb va mutaxassisliklarning murakkablik darajasidan inobatga olib kasbiy ta’lim tashkilotlarini ta’lim dasturlarini ishlab chiqishda bo‘lajak mutaxassislarning kasbiy faoliyatdagi lavozim tasniflari orqali ishlab chiqish tavsiya etiladi.

2. Kasbiy ta’lim tashkilotlari o‘quvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda “36 soat mustaqil o‘zlashtirishga mo‘ljallangan “Bo‘lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlash va ularning kompetentligini rivojlantirish” o‘quv kurs dasturini va “Sport o‘yinlari” nomli darslikdan foydalanish tavsiya etiladi.

3. Jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishi o‘quvchilarining kasbiy kompetentligini oshirish bo‘yicha yaratilgan raqamli texnologiya va “Jismoniy tarbiya va sport” nomli o‘quv qo‘llanmalardan samarali foydalanish o‘quvchilarning kasbiy kompetentligini oshirish imkonini beradi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.05/29.12.2023.Ped 48.01 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ  
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ ИНСТИТУТЕ  
РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  

---

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**

**РАВШАНОВ БЕХРУЗ ХАСАНОВИЧ**

**МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ  
В ОРГАНИЗАЦИЯХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЧЕРЕЗ ГАРМОНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ЦИФРОВЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ**

**13.00.05 – Теория и методика профессионального образования**

**АВТОРЕФЕРАТ**  
**диссертации на соискание ученой степени доктора**  
**философии (PhD) по педагогическим наукам**

**Ташкент – 2025**

**Тема диссертации на соискание ученой степени доктора философии (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии под номером B2025.2.PhD/Ped4649.**

Диссертация выполнена в Бухарском государственном техническом университете.

Автореферат диссертации размещен на трех языках (узбекском, русском, английском (резюме)) на веб-сайте Научного совета (<http://ipitvet.uz>) и Информационно-образовательном портале "Ziyonet" ([www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)).

**Научный руководитель:**

**Химматалиев Дустназар Омонович**  
доктор педагогических наук, профессор

**Официальные оппоненты:**

**Хамидов Джалил Абдурасулович**  
доктор педагогических наук, профессор

**Маъмуров Баходир Бахшуллоевич**  
доктор педагогических наук, профессор

**Ведущая организация:**

**Каршинский государственный университет**

Защита диссертации состоится на заседании Ученого совета при Институте развития профессионального образования № DSc.05/29.12.2023.Ped 48.01 «16» 10 2025 года в 14:00. (Адрес: 100095, г. Ташкент, Алмазарский район, ул. Чимбой, 2-я, дом 96. Тел.: (+99871) 246-92-17; факс: (+99871) 246-92-17; электронная почта: [pedagogikinnovatsiyal@edu.uz](mailto:pedagogikinnovatsiyal@edu.uz)).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Института развития профессионального образования (регистрационный номер 129). (Адрес: 100095, г. Ташкент, Алмазарский район, ул. Чимбой, 2, дом 96. Тел.: (+99871) 246-92-17; факс: (+99871) 246-92-17).

Автореферат диссертации распространен: «02» 10 2025 года.  
(Отчет 19 цифрового регистра от 02 10 2025 года.).



**Р.Х.Джураев**  
Председатель Научного совета по  
присуждению ученых степеней,  
д.п.н., профессор, академик

**С.Ю.Ашурова**  
Ученый секретарь Научного  
совета по присуждению ученых  
степеней, д.п.н., профессор

**Х.Ш.Кадиров**  
Председатель научного семинара  
при Научном совете по  
присуждению ученых степеней,  
д.п.н., профессор

## **ВВЕДЕНИЕ (аннотация докторской (PhD) диссертации)**

**Актуальность и необходимость темы.** В современном мире динамичное развитие сферы образования на современном этапе обуславливает необходимость обновления содержания профессионального образования, формирования у обучающихся здорового образа жизни и развития профессиональных компетенций посредством эффективной интеграции цифровых технологий в образовательный процесс. В частности, подготовка конкурентоспособного специалиста на современном рынке труда напрямую связана не только с профессиональными знаниями и навыками, но также с физическим и психологическим здоровьем, ведением здорового образа жизни, а равно с уровнем цифровой грамотности. Глубокое проникновение информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) во все сферы, включая образование, ставит перед организациями профессионального образования (ОПО) новые задачи. На сегодняшний день актуальной проблемой становится формирование у учащихся не только высокой профессиональной компетентности, но и способности целенаправленно использовать средства ИКТ в собственной жизни, быть самостоятельными в принятии решений и уверенно осваивать современные технологии. В связи с этим, наряду с пропагандой здорового образа жизни в профессиональном образовании, важным направлением образовательной системы становится разработка и внедрение методических подходов, педагогических технологий, учебно-методических материалов и цифровых ресурсов, ориентированных на развитие профессиональных компетенций обучающихся на основе цифровых технологий.

В мировом масштабе уделяется особое внимание формированию у обучающихся профессиональных образовательных учреждений здорового образа жизни, обеспечению физической активности, развитию психологической устойчивости и укреплению цифровых компетенций. Это связано с тем, что в современных условиях здоровый образ жизни становится важным фактором, определяющим не только качество личной жизни, но и эффективность профессиональной деятельности. Поэтому во многих странах в образовательный процесс системно внедряются спортивные занятия, психологические тренинги, пропаганда культуры здорового питания, а также поддержка индивидуального развития посредством цифровых образовательных ресурсов.

В нашей Республике обновление системы образования и развитие современных технологий рассматриваются как важная задача для внесения инновационных изменений в содержание образования, в частности — «совершенствование деятельности всех звеньев системы образования и воспитания на основе требований современности».

С учётом вышеизложенного, процесс информатизации образования, особенно в профессиональных образовательных организациях, способствует формированию у обучающихся навыков критического мышления, принятия правильных решений в проблемных ситуациях, работы с информацией с

использованием современных средств обучения, дистанционных образовательных платформ, цифровых симуляторов и виртуального интерактивного контента, пропагандирующего здоровый образ жизни. В частности, речь идёт об информационном обеспечении учебного процесса и автоматизации организационного управления; о безопасном использовании в занятиях по физическому воспитанию и спорту оборудования, подключенного к компьютеру, программного обеспечения и технических средств; об осуществлении информационной деятельности и информационного взаимодействия между преподавателем (учителем, тренером и др.) и обучающимся (учеником, спортсменом), в том числе в условиях дистанционного образования; об оценке содержания и методической значимости электронных образовательных ресурсов, включая распределённые интернет-ресурсы; о формировании специализированных баз данных с учётом специфики преподавания физического воспитания и особенностей различных видов спорта; а также о вопросах контроля физического и психологического состояния обучающихся и спортсменов, которые приобретают особую актуальность.

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит реализации задач, Указ Президента № ПФ-158 от 16 октября 2024 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки квалифицированных кадров в профессиональном образовании и внедрению международных образовательных программ», Указом Президента Республики Узбекистан № УП-60 от 28 января 2022 года «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022–2026 годы», Указом Президента Республики Узбекистан № УП-6099 от 30 октября 2020 года «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта», Постановлением Президента Республики Узбекистан от 6 октября 2020 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы образования в сфере информационных технологий, развитию научных исследований и их интеграции с IT-индустрией», Постановлением Президента Республики Узбекистан № ПП-4884 от 6 ноября 2020 года «О дополнительных мерах по дальнейшему совершенствованию системы образования и воспитания» а также другими нормативно-правовыми актами, относящимися к данной сфере, определены задачи, которые служат методологической основой настоящего исследования.

**Зависимость исследований от приоритетных направлений развития науки и техники Республики.** Данное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и техники республики I. «Пути формирования системы инновационных идей и их реализации в социально-правовом, экономическом, культурном, духовно-образовательном развитии информированного общества и демократического государства».

**Степень изученности проблемы.** По проблеме профессиональной подготовки будущих специалистов, а также применения современных

информационных технологий в данной сфере, зарубежными и отечественными учёными проведено значительное количество исследований. Процесс становления и развития профессионального образования, его закономерности и тенденции, проблемы подготовки будущих специалистов к профессионально-педагогической деятельности исследовались Р.Х. Джураевым<sup>1</sup>, Ш.Э. Курбановым, П.Т. Магзумовым, У.Н. Нишоналиевым, А.Р. Ходжабаевым, Х.Ф. Рашидовым, У.И. Иноятовым, Н.А. Муслимовым, Ш.С. Шариповым, С.Ю. Ашуровой, М.Б. Уразовой, Н.Ш. Шодиевым, К.Т. Олимовым, Н.Н. Каримовой, Б.А. Назаровой и другими. Теоретические и практические основы использования информационных технологий и современных методических средств обучения в образовании были изучены А.А. Абдукодировым, У.Ш. Бегимкуловым, У. Юлдашевым, Н.И. Тайлоқовым, Ж. Хамидовым, О.Х. Туракуловым, Ж. Турматовым, А. Жураевым и другими исследователями.

Д.Д.Шарипова<sup>2</sup>, Н.Ш.Маннапова, С. Исламов, А. Исимова, Ф.А.Юлдашев, Р. Хайдаров и другие проводили исследования в направлении формирования здорового образа жизни посредством физического воспитания и развития педагогической компетентности.

При подготовке специалистов в области физического воспитания и спорта с использованием информационно-коммуникационных технологий исследования проводили зарубежные учёные В.К. Бальсевич, А.Н. Блеер, В.Ю. Волков, Ю.Д. Железняк, В.В. Зайцева, Ч.Т. Иванков, Л.И. Лубышева, Д.Г. Миндиашвили, П.К. Петров, А.В. Самсонова, В.А. Таймазов, А.И. Фёдоров, Ж.К. Холодов и другие.

Из приведённого выше видно, что как в нашей стране, так и за рубежом уделяется особое внимание развитию профессиональной компетентности будущих специалистов. Однако следует отметить, что в условиях стремительного развития информационного общества проблема подготовки обучающихся профессиональных образовательных организаций на основе современных средств информационных технологий и развития их профессиональной компетентности остаётся недостаточно глубоко и всесторонне исследованной.

**Связь исследования с планами научно-исследовательской работы высшего учебного или научно-исследовательского учреждения, в котором выполняется диссертация.** Научно-исследовательская работа выполнена в рамках проекта Института развития профессионального образования ІІ-5821081323 «Разработка инновационных образовательных

---

<sup>1</sup> Джураев Р.Х. Интерактивные технологии в образовании.-Ташкент, 2010. 87 с., Курбанов. Ш.Э., Сейтхалилов Э. Национальная программа подготовки кадров: проблемы и направления педагогических научных исследований. - Т.: Фан, 1999. - 189 с., Нишоналиев У.Н. Формирование личности учителя трудового обучения: проблемы и перспективы. -Т.: Фан, 1990. - 86 стр., Ходжабаев А.Р. Научно-педагогические основы учебно-методического комплекса подготовки учителя труда: Автореф. дис... док. пед. наук. – Ташкент, 1992. – 42 с., Муслимов Н.А. Методические принципы и технологии создания электронного учебника //Infosom.uz, 2004. - С. 62-66., Уразова М.Б. Совершенствование технологии подготовки будущего педагога профессионального образования к проектной деятельности: Педагогическая наука. Докторская (DSc) диссертация. Автореферат. - Т.: 2015.-78 с., Олимов К.Т. Методика профессионального образования. Занятие // Издательство "Наука и технологии." Ташкент, 2016. - 328 с.

<sup>2</sup> Шарипова Д.Д. Научно-педагогические основы гигиенического воспитания школьников : На примере школ Узбекистана : диссертация ... доктора педагогических наук в форме научного доклада : 13.00.01. - Ташкент, 1990. - 44 с

технологий подготовки кадров в системе дуального образования» (2023-2025 гг.)

**Цель исследования:** заключается в совершенствовании методики развития профессиональной компетентности в профессиональных образовательных организациях посредством интеграции здорового образа жизни и цифровых технологий.

**Задачи исследования:**

разработать педагогические условия и их теоретические основы для развития профессиональной подготовки, мотивации и уровня здоровья учащихся посредством интеграции дисциплины повышение спортивного мастерства со здоровым образом жизни и цифровыми технологиями в учреждениях профессионального образования;

проанализировать модель интеграции физического воспитания с концепцией здорового образа жизни в профессиональном образовании и её педагогические основы;

методическое совершенствование приёмов формирования практических навыков в профессиональной подготовке обучающихся на основе интеграции теоретических учебных процессов с практическими занятиями по спорту, направленных на развитие командного сотрудничества и повышение чувства личной ответственности;

педагогический и статистический анализ показателей дидактической, воспитательной и профессиональной компетентности, формирующихся у обучающихся в результате взаимного воздействия физического воспитания, цифровых технологий, образования и спорта в рамках опытно-экспериментальной работы, а также разработка научно обоснованных рекомендаций для практики на основе полученных результатов.

**Объектом исследования:** процесс развития профессиональной компетентности в профессиональных образовательных организациях посредством интеграции здорового образа жизни и цифровых технологий.

**Предметом исследования:** Содержание, формы, методы и средства развития профессиональной компетентности в организациях профессионального образования через гармонию здорового образа жизни и цифровых технологий.

**Научная новизна исследования заключается в следующем:**

выявлена система инновационных педагогических условий, способствующих формированию профессиональных компетенций у обучающихся профессиональных образовательных организаций посредством интеграции предмета «Физическая культура» с идеями здорового образа жизни и цифровыми технологиями, а также разработаны их теоретико-методические основы;

предложена модель интеграции физического воспитания с концепцией здорового образа жизни в профессиональных образовательных организациях, в рамках которой проанализированы педагогические основы формирования

профессиональных навыков и показателей здоровья в результате физической активности;

раскрыты педагогические механизмы интеграции образования (теоретической подготовки) и спорта (практических занятий), при этом усовершенствованы методы обучения, направленные на формирование профессиональной мотивации, развитие командного мышления и повышение потенциала обучающихся (Team building, Flipped classroom, Asynchronous training, план Дальтона);

на основе анализа взаимного влияния физического воспитания, цифровых технологий и интеграции образования и спорта обобщены результаты опытно-экспериментальной работы в научно-теоретическом и статистическом аспектах, разработаны конкретные методические рекомендации по инновационным подходам, обеспечивающим развитие как здоровья, так и практических компетенций в процессе профессиональной подготовки.

**Практическими результатами исследования являются:**

повышение эффективности подготовки кадров на основе цифровых технологий, развитие профессиональной подготовки будущих специалистов и совершенствование образовательного процесса; сравнительно-аналитическое изучение отечественных и зарубежных источников в целях теоретического обоснования содержания и основных направлений исследования; чёткое определение задач; апробация результатов исследования на практике, установление целесообразности объекта и предмета исследования;

использование в учебном процессе профессиональных образовательных организаций учебника «Спортивные игры» и учебного пособия «Физическое воспитание и спорт»;

разработанная 36-часовая учебная программа «Профессиональная подготовка будущих специалистов и развитие их компетентности», направленная на повышение качества профессиональной подготовки обучающихся по направлению «Физическое воспитание и спорт» в профессиональных образовательных организациях, внедрена для самостоятельного освоения обучающимися;

преподаватели и обучающиеся эффективно используют цифровую образовательную базу для определения результативности обучения и профессионального развития обучающихся.

**Достоверность результатов исследования.** Исследование характеризуется публикацией статей в зарубежных изданиях и изданиях, входящих в перечень ВАК, представлением материалов на международных и республиканских научных конференциях, внедрением научно-методических предложений в практику; использованием методов исследования, соответствующих задачам работы; а также проведением математико-статистической обработки данных и их утверждением соответствующими учреждениями.

### **Научная и практическая значимость результатов исследования.**

Научная значимость результатов исследования заключается в том, что предлагаемая модель, учебник и учебные пособия разработаны с использованием основных сервисов цифровых технологий, что обеспечивает повышение качества и эффективности подготовки кадров в профессиональных образовательных организациях, а также организацию учебного процесса на основе системного подхода.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что разработанные методические рекомендации, педагогическая модель, учебно-методическое обеспечение и платформы, основанные на цифровых технологиях, способствуют формированию у студентов учреждений профессионального образования культуры здорового образа жизни, повышению их физической активности, а также эффективности развития профессиональной компетентности с использованием цифровых средств.

**Внедрение результатов исследования.** На основе результатов исследования, направленного на совершенствование методики профессионального развития будущих специалистов посредством создания цифровой образовательной среды:

предложения по интегративному использованию цифрового образовательного контента, ориентированного на самостоятельное обучение, и возможностей технологий телеконференций были использованы при выполнении инновационного проекта «Разработка инновационных образовательных технологий подготовки кадров в цифровой-дуальной системе образования IL-58-21081323» (Справка Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан № 02/01-01-151 от 20 декабря 2024 г.). Указанные предложения способствовали повышению готовности обучающихся профессиональных образовательных организаций по направлению «Физическое воспитание и спорт» к самостоятельному освоению знаний на основе информационных технологий;

научные и методические разработки по развитию компетентности будущих специалистов и преподавателей в области ИКТ с использованием мультимедийной обучающей платформы, созданной на основе HTML/CSS и PHP (Laravel), были применены при разработке содержания вариативных учебных программ, направленных на развитие компетентности выпускников в сфере ИКТ (Справка Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан № 02/01-01-151 от 20 декабря 2024 г.). Данный учебный курс служит совершенствованию методики повышения профессиональной компетентности выпускников посредством цифровых технологий;

разработана специальная учебная программа «Профессиональная подготовка будущих специалистов и развитие их компетентности», направленная на развитие компетентности преподавателей и выпускников в области информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) на основе показателей профессионального роста в цифровой образовательной среде

(включая инновационные педагогические ресурсы, тестовые программы, электронные материалы и навыки разработки прикладных программ);

в рамках данной программы создано методическое обеспечение цифрового образования, разработана и внедрена учебная платформа «Подготовка будущих специалистов к профессиональной деятельности с использованием инфокоммуникационных технологий (на примере направления Физическое воспитание)» (подтверждено цифровым свидетельством № DGU 15403), а также учебник «Спортивные игры». Указанные учебно-методические ресурсы внедрены в практику и способствуют повышению качества и эффективности образовательного процесса (Справка Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан № 02/01-01-151 от 20 декабря 2024 г.).

**Апробация результатов исследования.** Результаты данного исследования были обсуждены на 4 международных и 3 республиканских научно-практических конференциях.

**Публикации результатов исследования.** По теме диссертации опубликовано в общей сложности 22 научно-методических работ, в том числе: 1 учебник, 2 учебных пособия, 7 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций (из них 5 — в республиканских и 2 — в зарубежном журнале), а также получено 1 авторское свидетельство Агентства по интеллектуальной собственности Республики Узбекистан.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, трёх глав, заключения и рекомендаций, списка использованной литературы и приложений. Общий объем диссертации составляет 120 страниц текста с рисунками и таблицами.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

Во **введении** диссертации обоснованы актуальность и необходимость выбранной темы; показана её связь с приоритетными направлениями науки и технологий, раскрыта степень изученности проблемы, определены цель и задачи, объект и предмет исследования, изложены методы исследования, научная новизна и практические результаты, обоснована достоверность полученных данных, их научная и практическая значимость, представлена информация о внедрении результатов исследования в практику, их публикации, а также о структуре и объёме диссертации.

В первой главе, озаглавленной **«Научно-теоретические основы интеграции здорового образа жизни и цифровых технологий в профессиональном образовании»**, на основе сравнительного анализа научной и теоретической литературы по исследуемой проблеме представлены научно-педагогические основы профессиональной подготовки обучающихся, концептуальные подходы, а также проанализированы современные требования к профессиональному развитию в условиях

модернизации образования. Освещена взаимосвязь факторов, влияющих на профессиональную подготовку будущих специалистов (деятельностный, компетентностный и личностно-ориентированный подходы), с квалификационными требованиями.

Изучение содержания теоретических источников показало, что с учётом развития рынка труда и реальных социально-экономических условий использование цифровых технологий при подготовке будущих специалистов в профессиональных образовательных организациях, а также интеграция физического воспитания с профессиональной деятельностью являются одними из наиболее актуальных и приоритетных задач.

Физическое воспитание как составная часть здорового образа жизни издавна активно применялось в общественной жизни посредством различных факторов (подвижные игры, физические упражнения, соревнования, путешествия, оздоровительные природные средства — вода, воздух, солнце, личная гигиена и др.). Об этом свидетельствуют данные исторических и культурных источников. В частности, такие древние письменные памятники, как «Авесто», «Томарис», «Алпомиш», «Гурогли», «Кырк кыз» показывают, что корни физического воспитания уходят в глубокую древность. Подобные источники встречаются не только в Узбекистане, но и во многих других странах, и их научно-теоретическое значение не утратило своей актуальности и в наши дни.

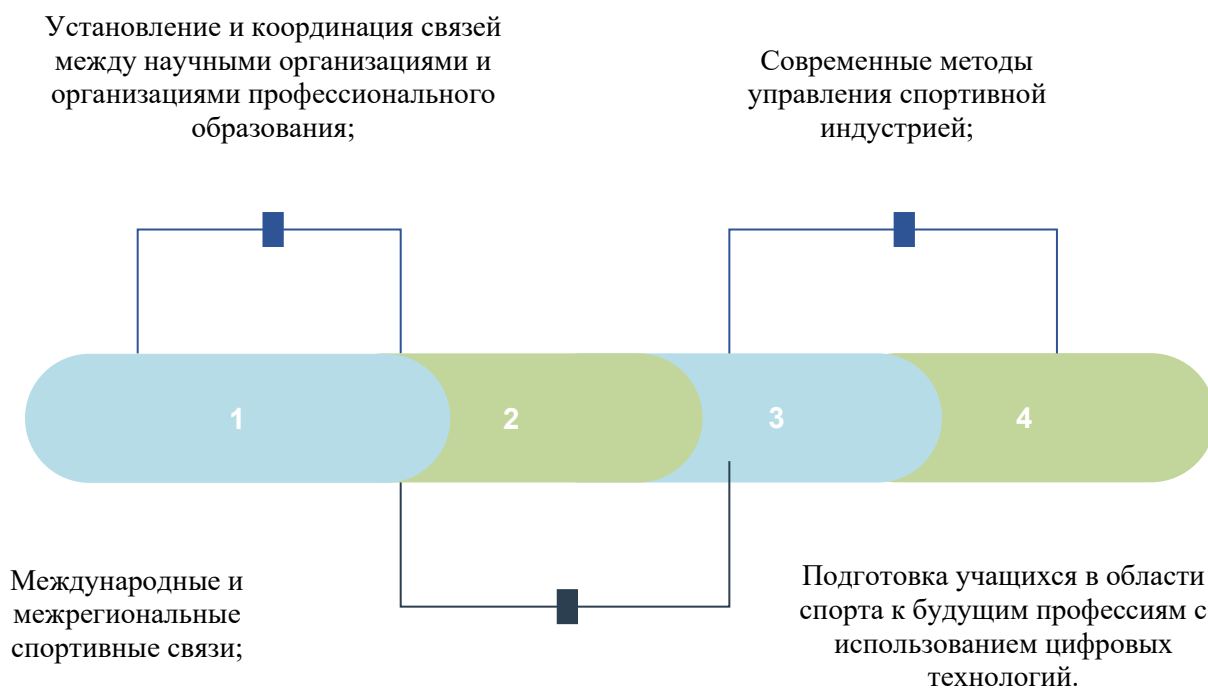
По мнению специалистов, в современных условиях традиционные формы информационной поддержки абсолютно недостаточны, так как для достижения практических результатов и решения актуальных и значимых проблем в кратчайшие сроки необходимо объединение организационных, научных, технических и экономических ресурсов и средств. Поэтому разработка и организация применения информационных систем и процессов, а также внедрение новых подходов к использованию информационных технологий и систем при принятии управленческих решений на различных уровнях становятся необходимостью.

Кроме того, использование средств цифровых технологий в профессии физического воспитания и спорта обеспечивает следующее (см. рис. 1):

Одной из основных целей занятий по физическому воспитанию является сохранение и укрепление здоровья обучающихся. При этом здоровый образ жизни признаётся ведущим фактором, а овладение его основными принципами в молодом возрасте играет важную роль в формировании жизненного уклада взрослого человека.

В данном направлении С.В. Гурьев предложил методологический подход к формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста на основе интеграции традиционных методов физического воспитания с современными информационными технологиями и использованием компьютерной техники. По мнению исследователя, средства информационных технологий позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечить более полное усвоение учебного материала и тем самым

внести вклад в развитие личности. Кроме того, использование математических методов при моделировании спортивных упражнений позволяет быстрее и эффективнее находить необходимые решения.



**Рисунок 1. Преимущества использования цифровых технологий в направлении физического воспитания и спорта**

Цифровые технологии не только автоматизируют сферу знаний спортсмена, но и обеспечивают информационно-методическое сопровождение и автоматизацию образовательных процессов по подготовке специалистов, повышению квалификации учителей физического воспитания и тренеров, а также информирование спортивных судей, управленческих работников и других специалистов о последних новостях, связанных с различными соревнованиями и спортивными мероприятиями. Программные средства также позволяют собирать и представлять информацию о спортивных мероприятиях в форме аудио- и видеоматериалов, организовывать конференции и брифинги с телерадиожурналистами и представителями средств массовой информации в классах и на спортивных площадках. Кроме того, существует возможность представления соревнований в глобальной сети Интернет и создания специализированных сайтов о спортивных мероприятиях и соревнованиях.

Таким образом, цель цифровых технологий заключается в следующем:

1. Повышение эффективности управления спортивной индустрией за счёт автоматизации процессов сбора и обработки необходимой информации, создания материалов, а также информационного взаимодействия с

различными спортивными организациями, включая зарубежные.

2. Обеспечение информационно-методического сопровождения подготовки специалистов по направлению «Физическая культура и спорт», учебно-тренировочного процесса подготовки спортсменов с учётом специфики различных видов спорта, а также повышения квалификации инструкторов по физическому воспитанию, тренеров и спортивных судей.

3. Информационное обеспечение различных спортивных мероприятий.

На мировом уровне исследования по использованию цифровых технологий в подготовке будущих специалистов в области физического воспитания и спорта связаны с созданием и внедрением компьютеризированной учебной среды, сетей для повышения квалификации преподавателей, электронных фондов, предоставляющих открытые образовательные ресурсы в виде курсов и учебников по всем областям знаний, а также с их практическим применением ведущими образовательными учреждениями.

Таким образом, в ходе исследования можно отметить, что как за рубежом, так и в нашей Республике недостаточно подготовлено научных исследований, посвящённых использованию средств цифровых технологий в будущей профессиональной деятельности выпускников по направлению «Физическое воспитание и спорт».

Основываясь на приведённом выше анализе и научных изысканиях учёных, мы предлагаем следующее рабочее определение. По нашему мнению, механизм интеграции здорового образа жизни и цифровых технологий — это совокупность физических качеств, отношения к профессиональной деятельности, потребностей и интересов, стремлений, целей деятельности, а также её практического применения.

Во второй главе диссертации, озаглавленной «**Методика обеспечения интеграции здорового образа жизни и профессиональной деятельности на основе цифровых технологий**», изложена методическая модель, обеспечивающая интеграцию здорового образа жизни и профессиональной компетентности; представлено дидактическое обеспечение профессиональной подготовки будущих специалистов в профессиональных образовательных организациях с использованием цифровых технологий; раскрыта методика обучения применению принципов здорового образа жизни в профессиональной деятельности с помощью цифровых средств.

В данном контексте нами предпринята попытка определить структурную модель подготовки специалистов на основе использования цифрового учебно-методического обеспечения в процессе обучения будущих специалистов и их профессиональной подготовки. Следует отметить, что понятие «методическая модель, обеспечивающая интеграцию здорового образа жизни и цифровой компетентности» трактуется учёными по-разному. Многие исследователи под моделью специалиста понимают обобщённый образ специалиста по определённой специальности, отражающий и описывающий основные характеристики изучаемого объекта.

За последние 20 лет был накоплен значительный положительный опыт внедрения информационно-коммуникационных технологий в учебный процесс. Доказано, что цифровые технологии обладают ценным и содержательным потенциалом для совершенствования профессиональной компетентности и внесения вклада в профессиональное развитие обучающегося. Однако, по результатам исследований, современные информационные технологии в процессе подготовки будущих специалистов недостаточно применяются в педагогических проектах в практике преподавателей. Особенно это касается направления «Физическое воспитание и спорт», где возможности использования цифровых средств для пропаганды здорового образа жизни и его интеграции в практику задействованы в недостаточной степени. Это, в свою очередь, обуславливает необходимость дальнейшего совершенствования содержания и методов обучения, направленных на формирование у будущих специалистов здорового образа жизни.

В ходе проведённого нами исследования разработка методической модели, обеспечивающей интеграцию здорового образа жизни и цифровой компетентности, была разделена на три этапа.

**На первом этапе** учитывались следующие положения:

определение педагогических факторов, необходимых для профессиональной подготовки обучающихся в условиях использования цифровых информационно-коммуникационных технологий в учебном процессе;

оценка уровня овладения обучающимися программным обеспечением, техническими и методическими средствами в их учебной деятельности;

поэтапное внедрение методов обучения, основанных на методике, ориентированной на обучающегося, включая информатику, диагностические, практические и коррекционные методы;

обеспечение развития положительной мотивации обучающихся для их профессионального роста в процессе информационной деятельности.

На данном первом этапе у обучающихся профессиональных образовательных организаций в процессе использования информационно-коммуникационных технологий для повышения профессионального мастерства формируются следующие компетенции: подготовительная, содержательно-операционная, способность к синтезу профессиональных знаний; моделирование интегральных систем и технических процессов, определение функций и построение этих процессов; эффективная и оценочная компетентность.

**Второй этап.** Были определены основные направления, которые необходимо учитывать при формировании содержания подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту в области использования средств ИКТ (см. рис. 2):

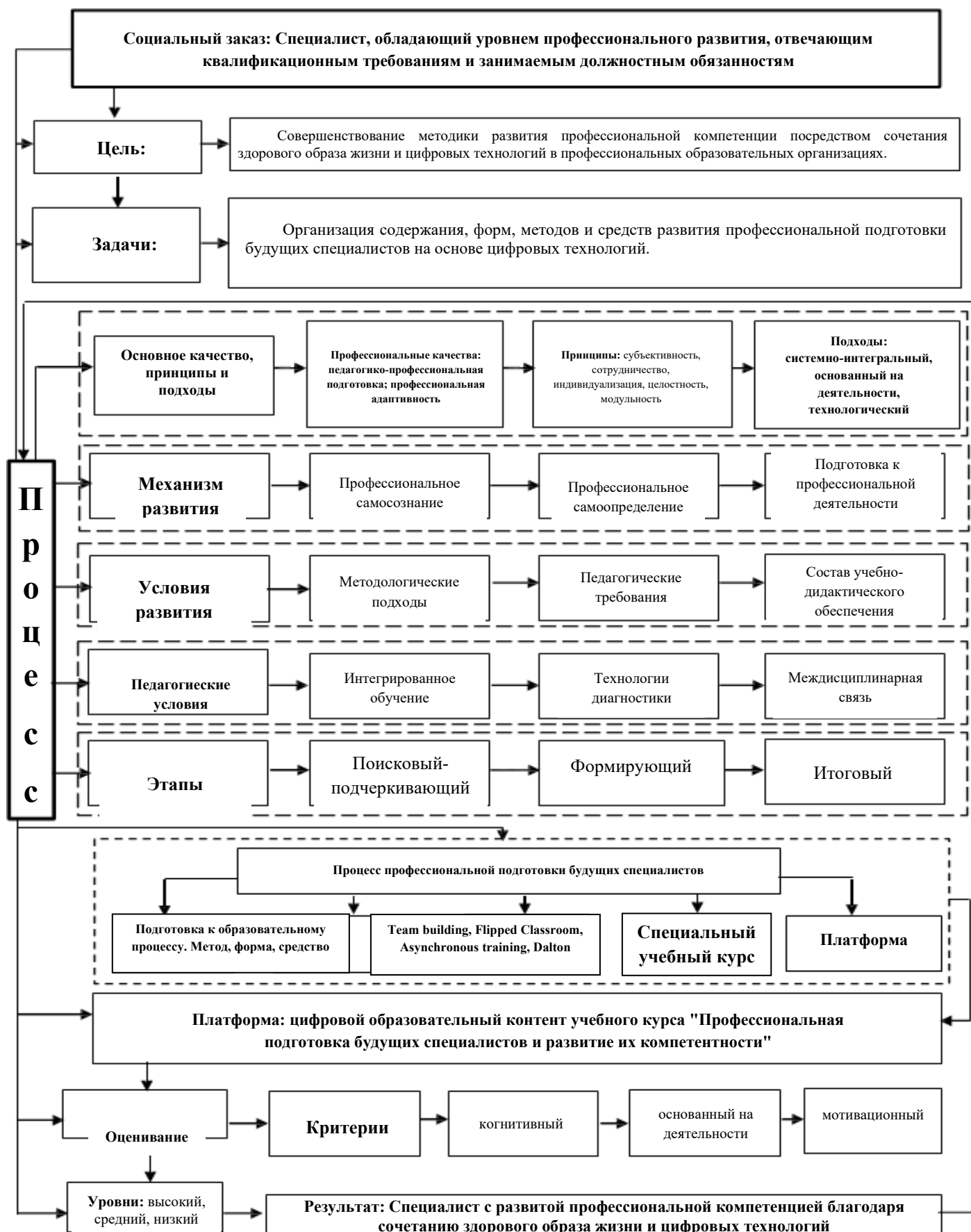


**Рисунок 2. Основные направления формирования содержания использования средств ИКТ в подготовке специалистов по физическому воспитанию и спорту**

**Третий этап.** В процессе подготовки обучающихся по направлению «Физическое воспитание и спорт» представлены основные компоненты информационной деятельности (проектировочный, конструктивный, организационный, коммуникативный, диагностический), которые необходимо учитывать.

Исходя из вышеизложенного, мы представляем модель профессиональной подготовки будущих специалистов с использованием цифровых технологий (см. рис. 3), применение которой позволяет усовершенствовать механизм подготовки обучающихся по направлению «Физическое воспитание и спорт».

Модель профессиональной подготовки будущих специалистов с использованием цифровых технологий включает в себя цель, подходы (системно-интегративный, деятельностный, технологический), принципы (субъективность, сотрудничество, индивидуализация, целостность, модульность).



**Рисунок 3. Комплексная методическая модель, обеспечивающая интеграцию здорового образа жизни и профессиональной компетентности**

Организация изучаемого процесса предполагает этапы (поисково-констатирующий, формирующий, итоговый), педагогические условия; критерии (когнитивный, деятельностный, мотивационный) и уровни их сформированности (высокий, средний, низкий). Итогом является специалист с развитой профессиональной компетентностью, обеспеченной интеграцией здорового образа жизни и цифровых технологий.

В систему критериев профессионального развития обучающихся в процессе использования информационно-коммуникационных технологий входят: **когнитивный, мотивационный и деятельностный.**

**Когнитивные критерии** включают: соответствие когнитивных и профессиональных интересов; устойчивую потребность в освоении знаний по изучаемым дисциплинам; стремление к повышению общепрофессиональных знаний; наличие достаточной информации о содержании выбранной профессиональной деятельности; знание профессионально значимых качеств, а также соответствие личностных качеств требованиям выбранной профессии.

**Мотивационный критерий** выражается в положительном отношении обучающихся к выбранной профессии, их осознанном и активном подходе к учебному процессу, чувстве удовлетворения достигнутыми результатами, ответственном отношении к профессиональной подготовке, стремлении постоянно работать над собой, а также в желании быть конкурентоспособными на рынке труда.

**Критерии деятельностного характера** включают умения: выбирать адекватные цели, содержание и методы учебной и информационной деятельности; синтезировать знания, переносить их из одной области в другую, анализировать и интегрировать процессы.

Организация деятельности образовательного учреждения по профессиональной подготовке обучающихся включает: реализацию разработанной структурно-функциональной модели профессиональной подготовки будущего специалиста в условиях информатизации образовательного процесса в профессиональных организациях; разработку и использование учебного курса «Профессиональная подготовка будущих специалистов и развитие их компетентности» как основы для подготовки, с применением современных педагогических технологий, обучения в сотрудничестве, проектного метода и многоуровневого обучения.

Для преподавания данного учебного курса были разработаны его цифровые образовательные контенты (см. рис. 4). Данное программное обеспечение, созданное на основе информационных технологий, ориентировано на самостоятельное обучение будущих специалистов.



**Рисунок 4. Разделы цифрового образовательного контента учебного курса «Профессиональная подготовка будущих специалистов и развитие их компетентности».**

Цифровые технологии представляют собой технологическую систему, которая посредством использования цифровых устройств, программных средств и информационно-коммуникационных технологий обеспечивает формирование и развитие у будущих специалистов теоретических знаний, практических навыков, умений анализа и решения проблем, а также компетенций, необходимых для повышения эффективности спортивной деятельности.

Сценарии проектирования данного формата обучения характеризуются непосредственным включением обучающихся в игровой процесс. Введение игровой формы обучения с использованием цифровых технологий способствует достижению более высоких образовательных результатов.

Изучение потребностей и возможностей обучающихся показывает, что в самостоятельном обучении одной из наиболее распространённых практик является использование эффективных образовательных платформ.

Привлекательной стороной игровой деятельности подобного типа для обучающихся является её вклад в развитие логики, внимания и интеллектуальных способностей.

**Повышение учебной мотивации обучающихся, организация групповой исследовательской деятельности и её выявление** заключаются в следующем:

деятельность, ориентированная на потребности, осуществляется на основе взаимного взаимодействия обучающихся либо всей информации, вытекающей из проектной цепочки;

как показывают проведённые исследования, в подготовке обучающихся проблема создания и совершенствования средств информационных технологий пока остаётся нереализованной.

В рамках нашего исследования учебные занятия, направленные на развитие профессиональной подготовки обучающихся, проводились на основе инновационных образовательных технологий: «Flipped Classroom» (перевернутый класс), «Asynchronous training» (асинхронное обучение), «Dalton plan» (Дальтон-план), «Team Building» (формирование команды).

**Flipped Classroom (перевернутый класс).** Данный инновационный подход основан на инверсии традиционного урока: обучающимся предоставляются теоретические материалы (лекции, объяснения) для самостоятельного изучения до занятия с использованием цифровых средств, а в ходе занятий основное время отводится на практические упражнения, дискуссии, анализ и применение знаний.

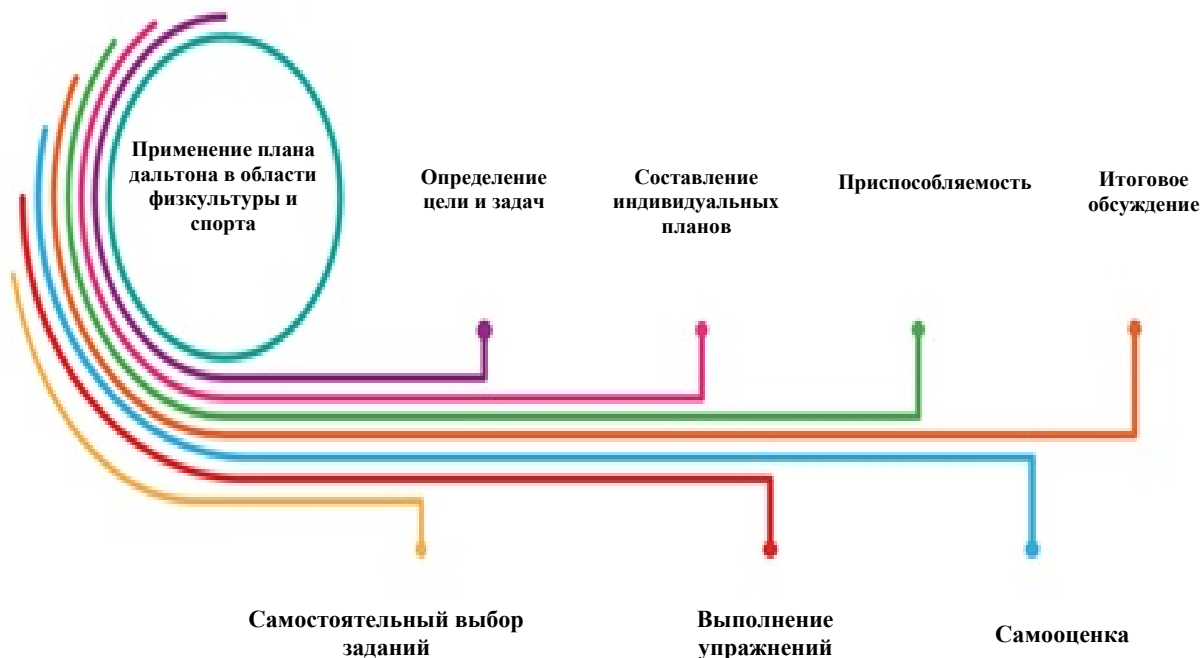
**Asynchronous training (асинхронное обучение).** Концепция предполагает, что обучающиеся изучают один и тот же материал в разное время и в разных местах. Этот подход тесно связан с онлайн-образованием, где студенты выполняют задания и осваивают материалы в собственном темпе и в удобное для них время. Особенно полезен он при территориальной разобщённости обучающихся или ограниченном доступе к технологиям.

**Team Building (формирование команды).** Метод направлен на развитие доверия, сотрудничества и взаимопонимания в коллективе, способствует повышению способности группы работать совместно. Обычно реализуется через игры, соревнования и коллективное решение проблемных ситуаций. В физическом воспитании и спортивной подготовке данный метод обеспечивает улучшение командного взаимодействия, укрепление психологической устойчивости спортсменов, развитие лидерских и стратегических навыков, повышение мотивации, делает занятия более интересными и эффективными.

**Dalton Plan (Дальтон-план).** Методика, разработанная в начале XX века американским педагогом Хеленой Паркхерст, предусматривает организацию учебного процесса на основе индивидуального подхода. В отличие от традиционных уроков, система предоставляет обучающемуся возможность самостоятельной работы, развития в собственном темпе и принятия ответственности за результаты обучения.

Ниже приведён поэтапный подход к применению Дальтон-плана на уроках физического воспитания (см. рис. 5).

В соответствии с Далтон-планом преподаватель выступает в роли наставника и наблюдателя. Он оказывает помощь обучающимся, но при этом создаёт условия для их самостоятельной работы. Преподаватель поддерживает обучающихся в случае возникновения трудностей или при необходимости в дополнительных консультациях.



**Рисунок 5. Применение Далтон-плана на учебных занятиях**

Эти средства имеют важное значение в подготовке будущих специалистов к современной профессиональной деятельности. Они делают образовательный процесс интерактивным, гибким и эффективным, повышают цифровую грамотность обучающихся и способствуют их подготовке как квалифицированных специалистов, отвечающих требованиям рынка труда.

В третьей главе диссертационной работы, озаглавленной «**Опытно-экспериментальные работы по развитию профессиональной деятельности на основе интеграции образования и спорта и их результаты**», изложена организация и проведение педагогического эксперимента, представлены эффективность специально разработанного 36-часового учебного курса для обучающихся, критерии оценки и аналитические результаты.

В ходе исследования особое внимание было уделено организации опытно-экспериментальной работы по подготовке выпускников, включая обучающихся профессиональных образовательных организаций, на основе теоретических основ процесса подготовки специалистов.

Цель педагогического эксперимента заключалась в определении уровня эффективного использования педагогических условий и средств,

позволяющих готовить будущих специалистов к профессиональной деятельности.

Опытно-экспериментальная работа была проведена в три этапа в течение 2022–2023 и 2023–2024 учебных годов.

В опытно-экспериментальных и контрольных группах приняли участие всего 278 обучающихся.

В ходе опытно-экспериментальной работы было выявлено следующее: степень овладения обучающимися знаниями и навыками по направлению «Физическое воспитание и спорт»; уровень их мотивации к учебной деятельности; умение применять приобретённые компетенции; остаточные знания по определённым направлениям; отношение будущих специалистов к изучению спорта.

В течение 2022–2023 и 2023–2024 учебных годов на этапе констатирующего педагогического эксперимента была организована педагогическая деятельность, направленная на изучение существующего состояния проблемы освоения учебных дисциплин и профессиональной подготовки будущих специалистов.

**На данном этапе были осуществлены следующие мероприятия:**

проведён анализ учебного плана, материально-технической базы учебных мастерских (спортивных залов), учебных программ и учебной литературы, а также квалификационных требований, необходимых для профессиональной подготовки будущих специалистов;

проверено состояние профессиональной подготовки обучающихся по направлению 40110301 – «Физическая культура и спорт» по видам спорта, а также проанализирован уровень подготовленности (знаний) выпускников вышеуказанных образовательных учреждений;

в процессе изучения обучающихся по направлению «Физическая культура и спорт» были исследованы и обобщены педагогические практики профессиональной подготовки с использованием цифровых технологий в упомянутых образовательных учреждениях;

проведены интервью и анкетирование среди обучающихся, имеющих и не имеющих опыт применения компьютеров и программированных средств обучения в образовательном процессе;

Для выявления уровня учебной мотивации обучающихся профессиональных образовательных организаций по направлению 40110301 — «Физическое воспитание и спорт» была использована анкета, разработанная О.С. Гребенюк и М.И. Рожковым.

Для обеспечения достоверности результатов экспериментально-практического исследования была проведена математико-статистическая обработка данных (см. таблицу 1).

Таблица 1

Результаты экспериментально-практических работ, проведённых в организациях профессионального образования в 2022–2023 и 2023–2024 учебных годах по показателям успеваемости обучающихся.

Уровни подготовки	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
	136 учащихся			142 учащихся		
	Конста - тирующий этап %	Форми - рующий этап %	Итоговы й этап %	Конста - тирующий этап %	Форми - рующий этап %	Итоговы й этап %
Низкий	56,7	46,4	36,8	56,5	53,7	52
Средний	32,5	36	41	33	33,6	36,3
Высокий	10,8	17,6	22,2	10,5	12,6	11,7

Полученные данные показывают, что до проведения эксперимента у 56,7 % учащихся экспериментальной группы был сформирован низкий уровень готовности к профессиональной деятельности, тогда как после эксперимента этот показатель снизился до 36,8 %. Средний уровень, который до эксперимента составлял 32,5 %, после него увеличился до 41 %. Высокий уровень, равный 10,8 % до начала эксперимента, после его завершения достиг 22,2 %. Существенная динамика показателей в экспериментальной группе после проведения опытно-экспериментальной работы отражает рост уровня подготовки студентов профессиональных образовательных организаций к профессиональной деятельности. (см. рис. 6)

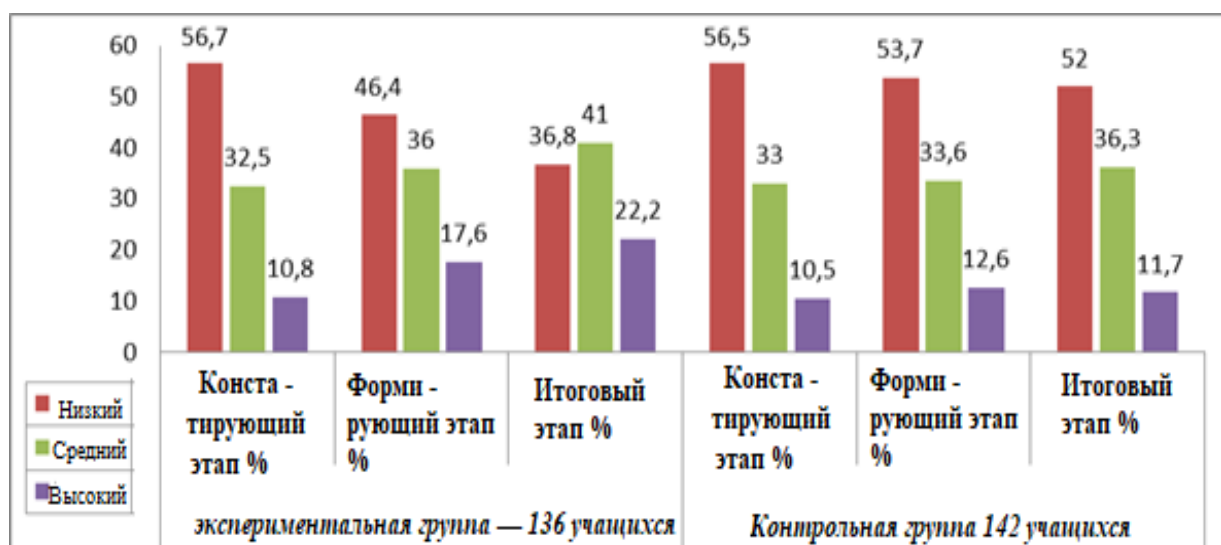


Рисунок 6. Диаграмма результатов тестирования образовательных учреждений.

Таблица 2

## Показатели количественных критериев

№	Показатели	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
		В начале эксперимента	В конце эксперимента	В начале эксперимента	В конце эксперимента
1	Среднее арифметическое значение ( $x, y$ )	3,72	4,38	3,58	3,71
2	Показатель эффективности $\eta$	1,12		1,03	
3	Доверительный интервал среднего значения $a_x, a_y$	[3,57; 3,87]	[4,26; 4,51]	[3,43; 3,73]	[3,55; 3,86]
4	Среднеквадратическая ошибка среднего значения ( $S_x, S_y$ )	0,74	0,63	0,75	0,77
5	Показатель определённости ( $S_x, S_y$ )	2,05	1,48	2,14	2,11
6	Статистика Стьюдента (Т)	6,63		1,48	
7	Заключение по показателям	Гипотеза $H_1$ принимается		Гипотеза $H_0$ принимается	

На основании данных показателей для определения эффективности обучения по авторской методике были проанализированы результаты эксперимента: средний уровень усвоения знаний в экспериментальной и контрольной группах был исследован с использованием математико-статистического метода Стьюдента.

Таким образом, сравнительный анализ результатов, полученных в ходе экспериментально-исследовательского процесса в организациях профессионального образования, показал следующее: в Кокандском педагогическом колледже (Ферганская область) была достигнута эффективность в размере 1,13% (13%), в Пахтакорском педагогическом колледже (Джизакская область) — 1,10% (10%), в Деновском педагогическом колледже (Сурхандарьинская область) — 1,10% (10%), а в Косонском педагогическом колледже (Кашкадарьинская область) — 1,11% (11%). В ходе диагностики результатов на этапах проверки, уточнения и контроля педагогических условий для эффективного функционирования модели профессиональной подготовки будущих специалистов было выявлено, что учащиеся экспериментальной группы по всем выбранным критериям достигли в среднем на 1,12 (12%) более высоких результатов по сравнению с учащимися контрольной группы. Это было подтверждено с помощью количественного анализа данных контрольной и экспериментальной групп на основе статистического критерия К. Пирсона ( $\chi^2$ ) (хи-квадрат).

Результаты, полученные в процессе экспериментально-исследовательской работы, доказали, что модель подготовки учащихся

профессиональных образовательных организаций к инновационной деятельности в процессе самостоятельной работы теоретически обоснована в первой главе данного исследования.

Исходя из вышеизложенного математико-статистического анализа, можно заключить, что методика и учебное обеспечение, применённые в экспериментальных группах, оказались эффективными, а проведённые экспериментально-исследовательские проверки создали основу для их масштабирования на республиканском уровне.

## **ОБЩИЕ ВЫВОДЫ**

В результате научно-исследовательских работ, проведённых по развитию профессиональной компетентности будущих специалистов на основе интеграции цифровых технологий и здорового образа жизни, были выявлены следующие выводы:

1. Проанализированы существующие педагогические условия формирования культуры здорового образа жизни в организациях профессионального образования и её интеграции в учебный процесс. Определены возможности цифровых технологий (мобильные приложения, виртуальные тренажёры, интерактивные платформы), а также обозначены необходимые организационные, методические и технические основы для их эффективного применения.

2. В направлении 40110301 – «Физическая культура и спорт» научно обоснованы теоретико-методические основы формирования здорового образа жизни и развития профессиональной компетентности студентов. В данном процессе изучались взаимосвязанные компоненты, такие как индивидуальный подход через цифровые инструменты, здоровое питание, физическая активность и психологическая устойчивость.

3. Разработана интеграционная модель, направленная на развитие профессиональной компетентности. В модель включены такие компетенции, как коммуникативность, управленческие и организационные навыки, специальные и личные качества, психологическая устойчивость, методическое мастерство, инновационный подход, креативность, исследовательские умения, саморазвитие и адаптация к рынку труда.

4. Для повышения профессиональной подготовки студентов на основе принципов здорового образа жизни через цифровые платформы внедрены передовые методы обучения, такие как «Team Building», «Flipped Classroom», «Dalton Plan» и «Asynchronous training». Данные методы способствовали одновременному развитию у студентов физической активности, здоровых привычек и профессиональных навыков.

5. Разработанная на основе цифровых технологий 36-часовая интеграционная программа показала высокие результаты в создании оптимальных условий для эффективного освоения дисциплин, интеграции элементов здорового образа жизни в учебный процесс и формирования у студентов необходимых знаний, навыков и умений.

6. В ходе исследования выявлено, что учебный процесс, основанный на интеграции цифровых технологий и принципов здорового образа жизни, повышает мотивацию студентов к профессиональной деятельности, стимулирует их активное участие и тем самым оказывает прямое положительное влияние на рост уровня профессиональной компетентности.

7. В завершение экспериментально-исследовательских работ установлено, что уровень профессиональной подготовки студентов повысился. Практическая обоснованность выдвинутых идей была подтверждена посредством математико-статистического анализа. Доказано, что в образовательных учреждениях показатели экспериментальной группы были на 12% выше по сравнению с контрольной группой.

На основе выводов диссертации разработаны следующие **рекомендации** по профессиональной подготовке будущих специалистов:

1. Учитывая уровень сложности профессий и специальностей, рекомендуется при разработке образовательных программ в организациях профессионального образования опираться на классификацию должностей будущих специалистов в профессиональной деятельности.

2. Для развития профессиональной компетентности учащихся организаций профессионального образования рекомендуется использование учебного курса «Профессиональная подготовка будущих специалистов и развитие их компетентности» (36 часов самостоятельного освоения) и учебника «Спортивные игры».

3. Эффективное применение цифровых технологий и учебных пособий «Физическая культура и спорт», созданных для повышения профессиональной компетентности студентов направления «Физическая культура и спорт», обеспечивает рост уровня их профессиональной компетентности.

**SCIENTIFIC COUNCIL DSc.05/29.12.2023. Ped 48.01  
ON AWARDING SCIENTIFIC DEGREES AT THE INSTITUTE  
FOR THE DEVELOPMENT OF VOCATIONAL EDUCATION**

---

**BUKHARA STATE TECHNICAL UNIVERSITY**

**RAVSHANOV BEKHRUZ KHASANOVICH**

**METHODOLOGY FOR DEVELOPING PROFESSIONAL COMPETENCE  
IN VOCATIONAL EDUCATION INSTITUTIONS THROUGH THE  
HARMONY OF A HEALTHY LIFESTYLE AND DIGITAL  
TECHNOLOGIES**

**13.00.05 – Theory and methodology of vocational education**

**DISSERTATION ABSTRACT  
of doctor of philosophy (PhD) on pedagogical sciences**

**Tashkent – 2025**

The theme of the dissertation of Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences was registered under B2025.2.PhD/Ped4649 by the Higher Attestation Commission under the Ministry of Higher education, science and innovations of Republic of Uzbekistan.

The dissertation was carried out at Bukhara State Technical University.

The abstract of the dissertation is published in three languages (Uzbek, Russian, and English (summary)) on the website of the Scientific Council (<http://ipitvet.uz>) and on the Information and Educational Portal "Ziyonet" ([www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)).

**Scientific supervisor:**

**Khimmataliev Dostnazar Omonovich**  
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

**Official opponents:**

**Khamidov Jalil Abdurasulovich**  
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

**Mamurov Bakhodir Bakhshulloevich**  
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

**Leading organization:**

**Karshi State University**

The dissertation defense will be held at the meeting of the Academic Council under the Institute for the Development of Vocational Education No. DSc.05/29.12.2023.Ped 48.01 on "16" 10 2025 at 14:00. (Address: 100095, Tashkent city, Almazar district, 2-Chimboy street, house 96. Tel: (+99871) 246-92-17; fax: (+99871) 246-92-17; e-mail: [pedagogikinnovatsiyal@edu.uz](mailto:pedagogikinnovatsiyal@edu.uz)).

The dissertation can be viewed at the Information Resource Center of the Institute for the Development of Vocational Education (registered under number 129). (Address: 100095, Tashkent city, Almazar district, 2-Chimboy street, house 96. Tel: (+99871) 246-92-17; fax: (+99871) 246-92-17)..

The abstract of the dissertation was distributed on "02" 10. 2025.  
(Registry record № 19 dated 02.10. 2025).



**R.X.Djurayev**  
Chairman of the Scientific Council  
award of scientific degrees, doctor of  
pedagogical sciences, professor,  
academician

**S.Yu.Ashurova**  
Scientific Secretary of the Scientific  
Council for the award scientific  
degrees, doctor of pedagogical  
sciences, professor

**H.Sh.Kadirov**  
Chairman of the Academic seminar  
under the Scientific Council awarding  
Scientific degrees, doctor of  
pedagogical sciences, professor

## **INTRODUCTION (Doctor of Philosophy (PhD) thesis abstract)**

**The purpose of the research** is to improve the methodology for developing professional competence in vocational educational institutions through the integration of a healthy lifestyle and digital technologies.

### **The tasks of the research work:**

To develop pedagogical conditions and their theoretical foundations for enhancing students' professional training, motivation, and health level through the integration of the discipline improvement of sports skills with a healthy lifestyle and digital technologies in vocational educational institutions.;

To analyze the model of integrating physical education with the concept of a healthy lifestyle in vocational education and its pedagogical foundations;

To methodologically improve the techniques of forming practical skills in students' vocational training based on the integration of theoretical learning processes with sports-related practical activities aimed at fostering teamwork and enhancing a sense of personal responsibility;

To conduct pedagogical and statistical analysis of didactic, educational, and professional competence indicators developed in students as a result of the interaction between physical education, digital technologies, education, and sports within the framework of experimental work, as well as to develop scientifically grounded recommendations for practice based on the obtained results.

**The object of research** is the process of developing professional competence in vocational educational institutions through the integration of a healthy lifestyle and digital technologies.

**The subject of the research.** The content, forms, methods, and means of organizing the development of professional competence in vocational educational institutions through the integration of a healthy lifestyle and digital technologies based on digital learning tools.

### **Scientific novelty of the research:**

A system of innovative pedagogical conditions has been identified that contributes to the formation of professional competences among students of vocational educational institutions through the integration of the subject "Physical Education" with the ideas of a healthy lifestyle and digital technologies, and their theoretical and methodological foundations have been developed;

A model of integrating physical education with the concept of a healthy lifestyle in vocational educational institutions has been proposed, within which the pedagogical foundations of forming professional skills and health indicators as a result of physical activity have been analyzed;

Pedagogical mechanisms of integrating education (theoretical training) and sports (practical activities) have been revealed, while teaching methods aimed at forming professional motivation, developing teamwork, and enhancing students' potential have been improved (Team building, Flipped classroom, Asynchronous training, Dalton plan);

Based on the analysis of the mutual influence of physical education, digital technologies, and the integration of education and sports, the results of

experimental work have been summarized in scientific-theoretical and statistical aspects, and specific methodological recommendations on innovative approaches have been developed to ensure the development of both health and practical competences in the process of vocational training.

**Practical results of the research are as follows:**

increasing the efficiency of training specialists based on digital technologies, improving the professional training of future specialists, and enhancing the educational process;

a comparative-analytical study of national and international sources aimed at providing theoretical justification of the content and main directions of the research; clear identification of objectives; practical testing of research results, and determining the feasibility of the object and subject of the study;

the use in the educational process of vocational educational institutions of the textbook “Sports Games” and the study guide “Physical Education and Sport”;

the development and implementation of a 36-hour curriculum “Professional Training of Future Specialists and Development of Their Competence”, aimed at improving the quality of vocational training of students in the field of “Physical Education and Sport” in vocational educational institutions, introduced for students’ independent study;

effective use by teachers and students of a digital educational database to assess the effectiveness of students’ learning and professional development.

**Implementation of the research results.** Based on the outcomes of the research aimed at improving the methodology of professional development of future specialists through the creation of a digital educational environment:

proposals for the integrative use of digital educational content, focused on independent learning, and the opportunities of teleconferencing technologies were applied in the implementation of the innovative project “Development of Innovative Educational Technologies for Personnel Training in the Digital-Dual Education System IL-58-21081323” (Certificate of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan, No. 02/01-01-151, December 20, 2024). These proposals contributed to enhancing the readiness of students of vocational educational institutions in the field of “Physical Education and Sport” for independent learning based on information technologies;

scientific and methodological developments on fostering the ICT competence of future specialists and teachers, using a multimedia learning platform created on the basis of HTML/CSS and PHP (Laravel), were applied in the development of elective curricula aimed at strengthening graduates’ competencies in the field of ICT (Certificate of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan, No. 02/01-01-151, December 20, 2024). This training course serves to improve the methodology for enhancing graduates’ professional competence through digital technologies;

a special curriculum “Professional Training of Future Specialists and Development of Their Competence” was developed, aimed at improving the ICT competencies of teachers and graduates on the basis of professional growth

indicators in a digital educational environment (including innovative pedagogical resources, testing programs, electronic materials, and skills in developing applied software);

within the framework of this program, methodological support for digital education was developed, and the educational platform “Preparation of Future Specialists for Professional Activity through the Use of Infocommunication Technologies (on the Example of Physical Education)” was created and implemented (confirmed by Digital Certificate No. DGU 15403), as well as the textbook “Sports Games”. These educational and methodological resources have been implemented into practice and contribute to improving the quality and efficiency of the educational process (Certificate of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan, No. 02/01-01-151, December 20, 2024).

**Approbation of the Research Results.** The findings of this research were discussed at 4 international and 3 republican scientific-practical conferences.

**Publications of the Research Results.** In total, 22 scientific and methodological works have been published on the topic of the dissertation, including: 1 textbook, 2 teaching manuals, 7 articles in scientific journals recommended by the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan for the publication of main scientific results of doctoral dissertations (5 of them in republican and 2 in an international journal), as well as 1 copyright certificate issued by the Intellectual Property Agency of the Republic of Uzbekistan.

**Structure and Scope of the Dissertation.** The dissertation consists of an introduction, three chapters, a conclusion with recommendations, a list of references, and appendices. The total volume of the dissertation is 120 pages of text with figures and tables.

**E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI**  
**SPISOK OPUBLIKOVANNYX RABOT**  
**LIST OF PUBLISHED WORKS**

**I bo'lim (I chast; I part)**

1. Ravshanov B.X. Подготовка будущих специалистов к профессии с помощью информационно-коммуникационных технологий // Научно-исследовательский журнал "Педагогическое образование". – Россия:2025. № 2, Том 6, 46-49 ст.

2. Ravshanov B.X. Raqamli texnologiyalar asosida sog'lom turmush tarzi va kasbiy faoliyat uyg'unligini ta'minlash.// O'zbekistonda professional ta'lim. Ilmiy, ma'naviy-ma'rifiy jurnal. - Toshkent: 2025. 1-son. 92-96 b.

3. Ravshanov B.X. Kasbiy ta'limda raqamli texnologiyalar va sog'lom turmush tarzi asosida o'quvchilarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish // "Pedagogik mahorat". Ilmiy-nazariy va metodik jurnal № 4. - Buxoro. 2025. 238-242 b.

4. Ravshanov B.X. Kasbiy ta'limda infokommunikatsion texnologiyalar asosida mutaxassislar tayyorlashning global tendensiyalari.// O'zbekistonda professional ta'lim. Ilmiy, ma'naviy-ma'rifiy jurnal. - Toshkent: 2024. 4-son. 70-74 b.

5. Ravshanov B.X. Jismoniy tarbiya ta'lim yo'nalishi bitiruvchilarini elektron ta'lim bazasidan foydalangan holda kasbiy mahoratini takomillashtirish.// "Mug'allim hem uzliksiz bilimlendirio". Ilmiy metodik jurnal № 6/2. - Qaraqalpaqstan. 2023. 648-662 b.

6. Ravshanov B.X. Infokommunikatsion texnologiyalardan foydalangan holda bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlashning holati va dolzarb muammolari (jismoniy tarbiya yo'nalishi misolida).// "Pedagogik mahorat". Ilmiy-nazariy va metodik jurnal № 4.- Buxoro. 2024. 126-130 b.

7. Ravshanov B.X. Increasing professional skills of physical education graduates using an electronic educational base// Educational Research in Universal Sciences. Multidisciplinary scientific journal, 2024. Volume 3. Issue 1. P. 724 – 727. <https://erus.uz/index.php/er/article/view/5696>

8. Ravshanov B.X. The importance of digital technologies in enhancing the professional competence of future physical education and sports specialists in vocational education institutions. // Finland, Helsinki international scientific online conference. May 7. - Helsinki-2025. 131-133 p. <https://interoncof.com/index.php/finland/article/view/11097>

9. Ravshanov B.X. Обучение применению принципов здорового образа жизни в профессиональной деятельности с помощью цифровых средств // "Innovative achievements in science 2025" international scientific-online conference. - Russia: 2025. Part 41. Issue 1. 133-136 p. <https://interoncof.com/index.php/chelyabinsk/article/view/12248>

10. Ravshanov B.X. Kasbiy ta'lim tashkilotlarida bo'lajak jismoniy

tarbiya va sport mutaxassislarni kasbiy kompetensiyasini oshirishda raqamli texnologiyalarning ahamiyati // Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar ilmiy va ilmiy texnik onlayn konferensiya. 9-may. 2025. <https://conf.sciencebox.uz/index.php/INNOVATSIYA/article/view/2110>

11 Ravshanov B.X. “Jismoniy madaniyat” va “jismoniy tarbiya va sport” ixtisosligi talabalarining infokommunikatsion texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlari. // “Ilm-fan muammolari tadqiqotchilar talqinida”. Respublika ilmiy konferensiyasi. Toshkent: 2024. 168-171 b. <https://talqinvatadqiqotlar.uz/index.php/tvt/article/view/2048>

12. Ravshanov B.X. Bo'lajak kasb ta'limi o'qituvchilarini axborotlashtirilgan ta'lim muhitida innovatsion faoliyatga tayyorlash va infokommunikatsion texnologiyalar orqali qo'llab quvvatlash. // Raqamli iqtisodiyot, elektron hukumat va sun'iy intellekt uchun dasturiy vositalar, axborotlarni qayta ishlashning zamonaviy usullari. Respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallari. Buxoro : 2023. 103-106 b.

## **II bo'lim (II chast; II part)**

13. Ravshanov B.X. “Sport o'yinlari” darslik. “Durdona nashriyoti”. Buxoro, 2024. 270 b.

14. Ravshanov B.X. “Jismoniy tarbiya va sport” (futbol) o'quv qo'llanma. “Umid nashriyoti”. Buxoro, 2023. 168 b.

15. Ravshanov B.X. “Jismoniy tarbiya va sport” (futbol) o'quv qo'llanma. “Kamolot nashriyoti”. Buxoro, 2023. 116 b.

16. Ravshanov B.X. Infokommunikatsion texnologiyalari sohasida jismoniy tarbiya bakalavriatlarini tayyorlash yo'nalishlari. // “Development of science”. Ilmiy-uslubiy, jurnal maxsus son. Volume 1/ Buxoro. 2024. 550-558 b.

17. Ravshanov B.X. Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion texnologiyalar orqali o'qituvchi va o'quvchi faoliyatiga yangiliklar kiritish va uni amalga oshirishda interaktiv metodlardan foydalanilish. // O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali. 18-son. 20 Apr. 2023. 395-399 b.

18. Ravshanov B.X. Bo'lajak jismoniy tarbiya mutaxassislarni tayyorlashda infokommunikatsion texnologiyalarning roli// Golden brain / Scientific journal, Volume 1 Apr. 2023. 311-316 p.

19. Ravshanov B.X. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida o'quv jarayonini infokommunikatsion texnologiyalardan foydalanib dasturiy va uslubiy ta'minlash// “Til va madaniyatlararo muloqot” // Xalqaro masofaviy- onlayn ilmiy-amaliy konferensiyasi- Toshkent-2024. 438-443 b.

20. Ravshanov B.X. Talabalarni jismoniy tarbiya va sport tadbirlarida harakatlarga o'rgatish jarayonlari. // Yengil sanoatda zamonaviy innovatsion texnologiyalar: muammo va yechimlar. Xalqaro ilmiy amaliy anjumani. Buxoro – 2021. 544-547 b.

21. Ravshanov B.X. Jismoniy tarbiya darslarining sifat-samaradorligini

oshirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llash va uning afzalliklari. International sciences, education and new learning technologies. Volume: 1. Issue: 11. 2024. 135-139 b.

22. Ravshanov B.X. Infokommunikatsion texnologiyalardan foydalangan holda bo'lajak mutaxassislarni kasbiy faoliyatga tayyorlash (jismoniy tarbiya yo'nalishi misolida) platformasi. O'zbekiston Respublikasi intellektual mulk agentligi guvohnomasi. № DGU 15403. Qayd sanasi 05.04.2022.

Avtoreferat «O‘zbekistonda professional ta’lim» jurnali tahririyatida tahrirdan o‘tkazilib, o‘zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlar o‘zaro muvofiqlashtirildi.

**Bosmaxona litsenziyasi:**



**9338**

Bichimi: 84x60 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. «Times New Roman» garniturası.  
Raqamli bosma usulda bosildi.  
Shartli bosma tabog‘i: 3,5. Adadi 100 dona. Buyurtma № 32/25.

Guvohnoma № 851684.  
«Tipograff» MCHJ bosmaxonasida chop etilgan.  
Bosmaxona manzili: 100011, Toshkent sh., Beruniy ko‘chasi, 83-uy.