



MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI  
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI  
JIZZAX FILIALI



# KOMPYUTER ILMLARI VA MUHANDISLIK TEXNOLOGIYALARI

XALQARO ILMIY-TEXNIK  
ANJUMAN MATERIALLARI

TO'PLAMI  
2-QISM



26-27-SENTABR  
2025-YIL



Google  
Scholar

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA  
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY  
UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI**



**KOMPYUTER ILMLARI VA MUHANDISLIK  
TEXNOLOGIYALARI**

***mavzusidagi Xalqaro ilmiy-texnik anjuman materiallari to‘plami***  
**(2025-yil 26-27-sentabr)**  
**2-QISM**

**JIZZAX-2025**

Kompyuter ilmlari va muhandislik texnologiyalari. Xalqaro ilmiy-texnik anjuman materiallari to'plami – Jizzax: O'zMU Jizzax filiali, 2025-yil 26-27-sentabr. 368-bet.

Xalqaro miqyosidagi ilmiy-texnik anjuman materiallarida zamonaviy kompyuter ilmlari va muhandislik texnologiyalari sohasidagi innovatsion tadqiqotlar aks etgan.

Globalashuv sharoitida davlatimizni yanada barqaror va jadal sur'atlar bilan rivojlantirish bo'yicha amalga oshirilayotgan islohotlar samarasini yaxshilash sohasidagi ilmiy-tadqiqot ishlariga alohida e'tibor qaratilgan. Zero iqtisodiyotning, ijtimoiy sohalarini qamrab olgan modernizatsiya jarayonlari, hayotning barcha sohalarini liberallashtirishni talab qilmoqda.

Ushbu ilmiy ma'ruza tezlari to'plamida mamlakatimiz va xorijlik turli yo'nalishlarda faoliyat olib borayotgan mutaxassislar, olimlar, professor-o'qituvchilar, ilmiy tadqiqot institutlari va markazlarining ilmiy xodimlari, tadqiqotchilari, magistr va talabalarning ilmiy-tadqiqot ishlari natijalari mujassamlashgan.

Mas'ul muharrirlar: DSc.prof. Turakulov O.X., t.f.n., dots. Baboyev A.M.

Tahrir hay'ati a'zolari: p.f.d.(DSc), prof. Turakulov O.X., t.f.n., dots. Baboyev A.M., t.f.f.d.(PhD), prof. Abduraxmanov R.A., p.f.f.d.(PhD) Eshankulov B.S., p.f.n., dots. Alimov N.N., p.f.f.d.(PhD), dots. Alibayev S.X., t.f.f.d.(PhD), dots. Abdumalikov A.A, p.f.f.d.(PhD) Hafizov E.A., f.f.f.d.(PhD), dots. Sindorov L.K., t.f.f.d.(PhD), dots. Nasirov B.U., b.f.f.d. (PhD) O'ralov A.I., p.f.n., dots. Aliqulov S.T., t.f.f.d.(PhD) Kuvandikov J.T., i.f.n., dots. Tsoy M.P., Sharipova S.F., Jo'rayev M.M.

Mazkur to'plamga kiritilgan ma'ruza tezislarining mazmuni, undagi statistik ma'lumotlar va me'yoriy hujjatlarning to'g'riligi hamda tanqidiy fikr-mulohazalar, keltirilgan takliflarga mualliflarning o'zlari mas'uldirlar.

6. Musratova Zilola Ulug`bekovna, & Baxodirova Feruza Mansurovna. (2022). BOLALAR PSIXOLOGIYASINING O`ZIGA XOSLIGI. Uzbek Scholar Journal, 11, 36–39. Retrieved from <https://uzbekscholar.com/index.php/uzs/article/view/439>
7. Tolibnazar Xujamshukurov, Gulmira Ismoilova, O`smirlik davrining psixologik xususiyatlari: Chet el psixologlarining nazariy materiallari asosida, GlobeEdit, 2023
8. Nurillayev Xayrullo Olim o`g`li, O`SMIRLARNI STRESSGA BERILISHINING SABAB VA OQIBATLARINI O`RGANISH, International scientific journal «MODERN SCIENCE AND RESEARCH» VOLUME 1 / ISSUE.

## **TARIX FANINI O`QITISHDA INTERFAOL METODLARDAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI**

**Aliqulov Bekzod Abduxoliq o`g`li**

Ta`lim sifati nazorati bo`limi bosh mutaxassisi

**Annotatsiya.** Maqolada tarix fanini o`qitishda interfaol metodlardan foydalanishning nazariy asoslari, ularning turlari va ta`lim samaradorligiga ta`siri ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, interfaol metodlar orqali o`quvchilarning tarixiy tafakkuri, ijodkorlik qobiliyati hamda mustaqil fikrlash ko`nikmalarini rivojlantirish imkoniyatlari yoritilgan.

**Kalit so`zlar:** tarix ta`limi, interfaol metod, innovatsion pedagogika, mustaqil fikrlash, tarixiy tafakkur, hamkorlik asosida ta`lim.

Bugun O`zbekiston ta`lim tizimida tub islohotlar amalga oshirilmoqda. Ilgari surilayotgan “Har bir inson – qadrlı, har bir ta`lim – sifatli bo`lishi kerak” tamoyili zamonaviy ta`lim jarayonida innovatsion yondashuvlarni talab qilmoqda. Shu nuqtai nazardan, tarix fanini o`qitishda interfaol metodlardan foydalanish o`quvchilarda mustaqil va tanqidiy fikrlash, tarixiy voqealarni chuqur tahlil qilish, ular orasidagi sabab-oqibat bog`liqliklarini aniqlash ko`nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Interfaol metodlar o`quvchi va o`qituvchi hamkorligiga asoslangan, o`quvchilarning bilish faoliyatini faollashtiruvchi usullardir. Ular an`anaviy ta`limdan farqli o`laroq, bilimni tayyor shaklda berish emas, balki uni izlash, tahlil qilish va o`z xulosasini chiqarishga yo`naltiradi. Pedagog olimlar A. Avliyoqulov, N. Saidahmedov, J. Hasanboevlar ta`kidlaganidek, interfaol metodlarning asosiy vazifasi – o`quvchilarda mustaqil tafakkur va ijodkorlikni rivojlantirishdir. Pedagogik texnologiyalar ta`lim oluvchilarni muayyan jarayonga tayyorlash, ularda ma`lum hayotiy voqealik, xodisalar jarayonida bevosita ishtirok etish uchun dastlabki ko`nikma, malakalarni hosil qilishga xizmat qiladi. Ta`lim jarayoni ishtirokchilari sifatida turli rollarni bajarish ishtirokchilarga pedagogik faoliyat mazmuni bilan yaqindan tanishish imkoniyatini yaratish asosida ma`lum faoliyatni samarali tashkil etishga nazariy, amaliy va ruhiy tayyorgarlikka erishish nuqtai nazaridan yordam beradi.

Tarix darslarida ko`proq samara beruvchi usullar sifatida quyidagilarni aytish mumkin:

Munozara va debatlar – o‘quvchilarning turli nuqtayi nazarlarni tahlil qilishi, tarixiy shaxslar faoliyatini baholash imkonini beradi.

“Aqliy hujum” – o‘quvchilardan muayyan tarixiy jarayon yoki voqea haqida tezkor g‘oyalar yig‘ishga xizmat qiladi.

Klaster (tarmoqlash) – tarixiy davr yoki shaxsga oid tushunchalarni tizimlashtirishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Rol o‘ynash (imitatsion o‘yinlar) – tarixiy shaxslarning qaror qabul qilish jarayonini sahnalashtirish. Masalan, Berlin konferensiyasini jonlantirish.

“Bumerang” usuli – o‘qituvchi va o‘quvchi savol-javobi aylanma shaklda davom etadi.

Venn diagrammasi – tarixiy shaxs yoki davrlarni taqqoslash. Masalan, Amir Temur va Chingizxon siyosati.

Tarixiy viktorinalar va testlar – bilimlarni mustahkamlash uchun qiziqarli shakl.

Yuqorida nomlari ta’kidlangan interfaol metodlardan tashqari boshqa pedagogik usullar ham dars mavzusi va ko‘lamidan kelib chiqqan holda tarix darslarida foydalanilishi mumkin. Zero, bugungi ta’lim jarayoni o‘qituvchidan kreativlikni ya’ni har bir darsga turlicha yondashuvni talab qilimoqda.

Ta’rix ta’limi jarayonida interfaol metodlardan foydalanish quyidagilarga xizmat qiladi:

- O‘quvchilarda tanqidiy va mantiqiy tafakkur rivojlanadi;
- Tarixiy voqealarni sabab-oqibat bog‘liqligida tahlil qilish ko‘nikmasi shakllanadi;
- O‘quvchilar darsda faol ishtirok etib, mustaqil xulosa chiqarishga o‘rganadi;
- Ijodkorlik, tashabbuskorlik va jamoaviy ishlash malakalari ortadi;
- Ta’lim jarayoni qiziqarli va samarali bo‘ladi.

Shunday qilib, interfaol usullar turli ta’limiy maqsadlarga yo‘naltirilgan bo‘ladi.

Ular o‘quv, aqliy, tarbiyaviy va faoliyatni rivojlantiruvchi maqsadlarda qo‘llaniladi. Uning tarbiyaviy maqsadi mustaqillik, irodani tarbiyalash, muayyan yondashuvlar, dunyoqarashni shakllantirishdagi hamkorlik, jamoaga kirishib keta olishni rivojlantirishda ko‘rinadi. Ta’lim jarayonida foydalaniladigan ushbu usullar, albatta, darsda hal qilinadigan aniq o‘quv tarbiyaviy vazifalarga moslanishi kerak. Tarix o‘qitish jarayoniga aynan mos keluvchi aqliy va intellektual metodlar dars usullarini cheksiz takrorlash va o‘zgartirish, unga turli yangiliklar kiritish imkonini beradi. Natijada o‘quvchi malakalarining bir xilda va mustahkam bo‘lishiga erishish imkoni yaratiladi. Shuningdek, mazkur usul ta’limning ko‘rgazmaliligini, o‘qituvchining nutqini va ta’lim oluvchilar harakatini o‘z ichiga oladi, buning natijasida idrokda (ko‘rish, eshitish, teri sezgisi belgilarida) birlik tug‘iladi. Bu esa o‘qituvchining aytganlarini o‘quvchilarning o‘ylab olishiga va ularni ifodalab berishlariga, ya’ni didaktik qoidalarni o‘quvchilarning o‘zlari bajarishlariga imkon beradi. Shuning uchun ham barcha o‘quvchilar dars vaqtida qiziqish bilan harakat qilishadi. Tajriba shuni ko‘rsatadiki, aqliy va intellektual o‘yinlar hamjihatlik, intizomlilikni tarbiyalashga yordam beradi.

Zero, bunday metodlar o‘quvchini faqat bilim oluvchi emas, balki bilimni izlovchi, tahlil qiluvchi va xulosa chiqaruvchi faol sub’ekt sifatida shakllantiradi.

Shunday ekan, interfaol metodlar zamonaviy ta'lim jarayonining ajralmas qismi bo'lib, tarix fanini o'qitishda keng qo'llanishi lozim.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. A.Avliyoqulov. Pedagogik texnologiyalar. – T.: 2016.
2. J.Hasanboev, N.Saidahmedov va boshqalar. Pedagogika. – T.: 2020.
3. F.Axmedshina, F.Aqchayev. Tarix fanini o'qitishda o'yinli texnologiyalardan foydalanish.O'quv-uslubiy qo'llanma. T.:2018.

## **EMDR TERAPIYASI: KELIB CHIQISH TARIXI VA MOHIYATI**

**Hatamov Sirojiddin Melixozi o'g'li**

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali

[hotamov9393@mail.ru](mailto:hotamov9393@mail.ru)

**Annotatsiya:** EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) terapiyasi – bu ko'z harakatlari yordamida travmatik xotiralarni qayta ishlashga yordam beruvchi qisqa muddatli psixoterapiya usuli bo'lib, psixologiyaning zamonaviy metodlaridan biri hisoblanadi. U travmatik tajribalar natijasida yuzaga kelgan hissiy stressni kamaytirishga, shuningdek, ko'krak qafasi, stress va uyqu muammolarini hal qilishga qaratilgan. Terapiya jarayonida bemor travmatik xotiralarni qayta ishlaydi va bu uni ko'z harakatlari (yoki boshqa ikkala tomonlama stimulyatsiya) bilan birgalikda olib boradi.

**Kalit so'zlar:** EMDR, Fransin Shapiro, psixoterapiya, travmatik xotiralar, desensitizatsiya, qayta ishlash, uyquning REM bosqichi.

EMDR - bu noto'g'ri ishlangan xotiralar bilan ishlashga qaratilgan psixoterapevtik yondashuv. Uning mohiyati ularni "qayta yozish" dir, shu bilan insonning tashqi qo'zg'atuvchilarga javoban hissiy ishtirokini kamaytiradi. Bunga, boshqa narsalar qatori, ko'z harakati orqali erishish mumkin, ammo boshqa usullar ham mavjud.

EMDR usulini 1987-yilda amerikalik psixolog va o'qituvchi Frensis Shapiro kashf etgan. Bir kuni u muolajalardan tushkun holatda qaytdi. Bog'da sayr qilayotib, u kasallik tufayli yuzaga kelgan salbiy tajribalar uni deyarli bezovta qilmay qo'rganini payqadi. U o'zini yaxshi his qildi.

Shapiro o'z harakatlarini tahlil qila boshladi va yurish paytida u behush holda ko'zlarini tez qimirlatib, atrofga qaraganini ta'kidladi. U yana kasallik haqida o'ylaganida, tajribalar endi unchalik kuchli emas edi. U bu jarayonni uyquning REM bosqichidagi odam bilan nima sodir bo'lishi bilan bog'ladi, miya kun davomida olingan ma'lumotni qayta ishlaydi va gipotezani shakllantirdi: ko'zlaringizni ataylab harakatlantirish orqali, xuddi REM uyqusida bo'lgani kabi, siz xotiralarni qayta ishlashingiz, ularning intensivligi va hissiy reaksiyasini kamaytirishingiz mumkin.

Ushbu kuzatishlar asosida Fransin Shapiro EMDR protokolini ishlab chiqdi. U o'zining dastlabki tadqiqotini jinsiy zo'ravonlik qurbonlari va urush faxriylari bo'yicha