



O'QUVCHILARDA XOTIRANI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK VAZIFALARI VA USULLARI

Djurayeva Nasiba Islomovna

Surxondaryo viloyati Denov tumanidagi

13-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: *Xotira – o'quvchilarning bilimlarni o'zlashtirishi, saqlashi va kerakli paytda qayta tiklashi jarayonida muhim psixologik funksiyalardan biri hisoblanadi. O'quv faoliyatida xotiraning rivojlanganligi o'quvchining akademik muvaffaqiyati, fikrlash tezligi va mustaqil o'rganish qobiliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli maktab psixologi va pedagoglar oldida o'quvchilarda xotirani shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan samarali psixologik ishlarni tashkil etish muhim vazifa bo'lib qolmoqda.*

Kalit so'zlar: *xotira, tafakkur, psixologiya, diqqat, eksperiment, ruhiy holat, psixik jarayonlar, muloqot*

KIRISH

Xotirani shakllantirishning asosiy psixologik vazifalariga o'quvchilarda ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotirani rivojlantirish, qisqa muddatli xotirani uzoq muddatli xotiraga aylantirish, eslab qolish jarayonida diqqat va idrokni faollashtirish, shuningdek, o'quvchilarda eslab qolishning individual usullarini shakllantirish kiradi. Bundan tashqari, o'quvchining yosh xususiyatlari, emotsional holati va motivatsiyasini hisobga olgan holda xotirani mustahkamlash ham psixologik vazifalardan biri sanaladi.

Xotirani rivojlantirish jarayonida psixologik usullardan samarali foydalanish muhim ahamiyatga ega. Assotsiativ usul o'quvchilarning yangi ma'lumotni avvalgi bilimlari bilan bog'lashiga yordam beradi. Takrorlash usuli esa ma'lumotni mustahkamlashda muhim bo'lib, mazmunli va



rejalashtirilgan takrorlash xotira samaradorligini oshiradi. Tasviriyl va obrazli usullar, jumladan, rasm chizish, sxema va diagrammalardan foydalanish ayniqsa kichik yoshdagi o'quvchilar uchun foydali hisoblanadi. Shuningdek, mantiqiy xotirani rivojlantirishda matnni qismlarga bo'lish, reja tuzish, asosiy fikrlarni ajratib ko'rsatish kabi usullar keng qo'llaniladi. Harakatli va o'yin texnologiyalariga asoslangan mashg'ulotlar esa o'quvchilarning qiziqishini oshirib, xotira jarayonini faollashtiradi. Emotsional holat bilan bog'liq mashqlar – musiqadan foydalanish, ijobiy rag'batlantirish, erkin muhit yaratish – xotirani yanada mustahkamlaydi.

O'quvchilarda xotirani shakllantirish psixologik jihatdan uzluksiz, tizimli va maqsadga yo'naltirilgan faoliyatni talab etadi. Psixolog va pedagoglarning hamkorlikdagi ishlari orqali o'quvchilarda eslab qolish, esda saqlash va qayta tiklash ko'nikmalari rivojlanib, ularning ta'lim jarayonidagi samaradorligi sezilarli darajada oshadi.

Xotira kabi bilish jarayoni eslab qolish, saqlash, keyinchalik tanib olish va ilgari o'rganilgan narsani qayta ishlab chiqarishdan iborat. Shuni ta'kidlash kerakki, xotira ta'lim va tarbiya, bilim olish, shaxsiy tajriba va ko'nikmalarni shakllantirishning asosida yotadi. Har bir bola materialni turlicha eslaydi va qayta ishlab chiqaradi, chunki xotirada individual farqlar mavjud. U ba'zi narsalarga, hodisalarga nisbatan yaxshi, boshqalarga esa yomon bo'lishi mumkin. Ba'zi bolalar she'rlarni juda yaxshi eslab qolishadi, lekin matematik formulalar, qoidalar, ko'paytirish jadvalini juda yomon eslab qolishadi, boshqalari esa aksincha. Ko'pincha yomon eslab qolish natijalari xotira darajasining pastligidan emas, balki "yomon" e'tibordan, jarayonga to'liq e'tibor qaratmaslikdan kelib chiqadi. Esda olib qolishning muvaffaqiyati ko'p darajada esda olib qolinayotgan materialga yoki shu material bilan aloqasi bo'lgan faoliyatga shaxsning ijobiy munosabati bilan bog'liq bo'ladi. Bu munosabat qiziqish, diqqat-e'tibor tarzida namoyon bo'ladi. Qiziqish



muvaffaqiyatli esda qoldirishning eng birinchi shartlaridandir. Bizda qiziqish tug'dirgan narsa tezroq va mustahkamroq esda qoladi.

Biz, odatda, bizni qiziqitirmaydigan narsalarga e'tibor bermaymiz va ularni hatto payqamaymiz. O'quvchilar qiziqqan, o'zlari «sevgan» fanlarining mazmunini puxta o'qib olishlarini har bir pedagog yaxshi biladi. Bu aytilganlardan ta'lim-tarbiya ishida mana bunday xulosa chiqadi: o'quv materialini o'quvchilarning xotirasida mahkam o'rnatish uchun maktabda ta'lim ishini shunday olib boorish kerakki, har bir fan o'quvchilarda qiziqish, havas tug'diradigan bo'lsin.

Diqqat esga olish lozim bo'lgan materialga nechog'li kuchli sur'atda qaratilgan bo'lsa, u shunchalik tez va puxta esda qoladi, chunki diqqatning nerv-fiziologik asosi miya po'stining bir qismida kuchli qo'zg'alish (optimal qo'zg'alish) o'chog'ining paydo bo'lishidir. Ana shunday qo'zg'alish paydo bo'lishi bilan yangi nerv bog'lanishlar tezroq hosil bo'lib, mahkam saqlanib qoladi. Ko'pincha, ayrim kishilarning o'z xotirasining zaifligi, tez va puxta esda saqlab qololmasligi to'g'risidagi shikoyatlari analiz qilib ko'rilganda, esda yaxshi saqlab qololmasliklarining sababi ular diqqatining bo'shligida, tarqoqligida, miya po'stidagi tegishli qo'zg'alish o'choqlarining zaifligida ekanligi ma'lum bo'ladi. Bunday kishilar diqqatlarini bir nuqtaga jamlab qunt bilan ishlashga harakat qilishlari bilan ulardagi xotira ham kuchaya boradi. Esda qoldirish usuli hayot va faoliyatning turli hollarida biror muddatgacha nimanidir qisqa yoki uzoq vaqtgacha esda qoldirishga to'g'ri keladi. Biz shunga asoslanib esda olib qolish qisqa, uzoq muddatli va operativ xotira deb ajratamiz. Shunday qilib, esda qoldirish usuliga yoki maqsadiga ko'ra xotira qisqa muddatli va uzoq muddatliga bo'linadi.

Xotira turi nimani eslab qolishimiz, tiplari esa qanday eslab qolishimiz bilan belgilanadi. Xotiraning birlamchi ifodalari sifatida go'dak hayotining birinchi oylarida onasini ko'rganida yig'idan to'xtashida kuzatiladigan shartli refleksni keltirish mumkin. Xotiraning yanada aniqroq ifodalanishini bola



jismlami taniy boshlaganida kuzatiladi, bu ilk marotaba bola hayotining birinchi yarim yili oxirida sodir bo'ladi. Avval tanish ob'ektning tor doirasi bilan chegaralangan bo'ladi: bola onasini, atrofidagi boshqa odamlami, ko'proq foydalanadigan jismlami taniydi. Bu jismni idrok qilishda uzoq davomli tanaffus sodir bo'lmaganida amalga oshiriladi. Asta-sekin bola taniy oladigan jismlar doirasi kengaya boshlaydi. Yashirin davri ham uzayadi. Ikkinchi yilning oxirida bola bir necha hafta oldin 235 ko'rganlarini taniy oladi, usinchi yilning oxirida - bir necha oy avval idrok qilinganlami, to'rtinchi yilning oxirida esa - bir yil awalgilami taniy oladi. Awalambor, bolad taniy olish namoyon bo'ladi, eslash ancha kechroq kuzatiladi. Eslashning birinchi belgilari ikkinchi yilga kelib namoyon bo'ladi. Dastlab xotira ixtiyorsizlik xususiyatiga ega bo'ladi. Erta go'daklik va maktabgacha yoshda bolalar odatda o'z oldilariga biror narsani esda olib qolish vazifasini qo'ymaydilar. Ixtiyoriy xotiraning rivojlanishi maktabgacha yoshidagi bolalarda o'yinlarda va tarbiya jarayonida sodir bo'ladi. Xotiraning jadal rivojlanishi maktab yillarida kuzatiladi.

Xotiraning rivojlanish jarayoni o'z-o'zidan sodir bo'lmaydi. Buning uchun xotirani tarbiyalashning yaxlit tizimi mavjudligi zarurdir. Xotira ijobiy xossalarning tarbiyalanishiga inson aqliy va amaliy faoliyatining mosligi: ish o'midagi tartib, rejalashtirish, o'zini nazorat qilish, esda olib qolishning usullarini qo'llash, aqliy faoliyatni amaliy faoliyat bilan birlashtirish, o'z faoliyatiga tanqidiy nazar solishi, ishning samarasiz usullaridan voz kechish va boshqalardan samarali usullami o'rganish malakasi yordam beradi. Odatda har qanday o'quv material ana shu usulda o'zlashtirib olinadi. Uzoq muddatli xotira maqsad asosida takrorlash orqali esda olib qolishdir. Material qancha ko'p, ongli takrorlanilsa u esimizda uzoq saqlanadi va kerak vaqtda osonlikcha esga tushadi. Operativ xotira esa – odamning shu vaqtdagi ish-harakatlari uchun xizmat qiluvchi xotira jarayoni. U inson bajarayotgan har bir yaqqol harakatlardan erishiladigan natijaning shart-sharoitlaridan biri



sifatida namoyon bo'ladi. O'quvchi materialni yaxshi esda qoldirish uchun uni qismlarga ajratib mutolaa qiladi, yoki eng asosiy mazmun tagiga chizib qo'yadi yoki yon daftarchasiga asosiy joylarini yozib oladi, materialni bir-biriga bog'lab esda qoldirish mumkin. Natijada u qiyin materialni ham osonlikcha o'zlashtirishi mumkin. Esda qolish usuli qandaydir biror muddat va sifatga ham ta'sir etib – esda qoldirishni mustahkamlaydi. Maxsus eksperimentlarda isbot qilinganki, kishining: «esimda uzoq saqlayman» yoki «esimdan aslo chiqarmayman» deb jazm qilgan narsasi xotirada mahkam o'rnanib qolar ekan. Aksincha, qisqa bir muddat uchun (masalan, navbatdagi imtihonni berish uchun) esda qoldirishga jazm qilingan material tez unutiladi. Bundan shu xulosa kelib chiqadiki, o'qituvchi ta'lim jarayonida darsni tushuntirganida, uyga vazifa topshirganida, o'quvchi bilimini tekshirganida hamisha ma'lum ta'rif, qoida, parcha, tarix sanalari va shu kabilarni puxta va doimo esda saqlab qolishning zarurligini uqtirib bormog'i lozim.

Fanda xotiraning tabiiy imkoniyatlari uch qismga bo'lib o'rganiladi. Bular taassurot, qaytarish va assotsiatsiyalar.

1. Taassurotga ko'rish va eshitish orqali ega bo'linadi. Insondagi ko'rish hissi boshqa hissiy a'zolarga nisbatan kuchliroq sanaladi. Chunki ko'zdan miyaga boradigan nervlar quloq nervlariga nisbatan 20 marta qalinroq. Masalan, Mark Tven sahnada o'ynashi kerak bo'lgan rolni qaydlar yordamida yaxshi eslab qola olmagach, rasmlar bilan ishlagan va bu qiyinchiliklarni osonlikcha yengib o'tolgan ekan.

2. Qaytarish. Qadimda ko'pchilik olimlar kichik yoshligidayoq butun boshli kitoblarni aynan qaytarish orqali yod olishgan.

3. Assotsiatsiya - o'xshashlik. Biror faktni boshqa narsa bilan qiyoslash orqali eslab qolish. Misol uchun tanishingizning telefon raqamini uy nomeringiz, tug'ilgan yilingiz yoki kundalik yuradigan avtobusingiz raqami bilan qiyoslab, assotsiatsiya qilishingiz mumkin. Xotira faoliyatining asosiy xizmati vaqt o'tkazib esga tushirishdadir. Xotiraning qiymati ham shundaki,



biz xotira tufayli esda qolgan materialni ma'lum muddatdan keyin ham eslash imkoniyatiga ega bo'lamiz va binobarin, tajriba to'play olamiz hamda hosil bo'lgan tajribani esimizda uzoq vaqtgacha saqlab tura va undan foydalana olamiz. Xotiraning shu xususiyati tufayli biz bilim va malakalar hosil qilamiz va bu bilim hamda malakalardan zarur bo'lgan holda bemaolol foydalana olamiz.

XULOSA

Bolada xotiraning dastlabki alomatlari yaqin atrofidagi odamlarni va narsalarni tanishida ko'rina boshlaydi. Buni biz bola o'ziga tanish bo'lgan narsani kurganida qiladigan harakatlaridan ko'rishimiz mumkin. Masalan, bola o'ziga yaqin odamni kurganida unga talpinadi yoki notanish odamdan yotsiraydi. Kichik yoshli bolalarda tanib olish qobiliyatining borligi, idrok qilgan narsa va hodisalarini esda olib qolish imkonini beradi. Yoshiga to'lgach, bolada xotiraning murakkab turlari, yani eslash vujudga kela boshlaydi. Bolalar bu davrdan boshlab ilgari idrok qilgan narsa va hodisalarni eslay oladigan bo'ladilar. Bunda bolalardagi tasavvurlarning roli nihoyatda kattadir. Tasavvurlari tufayli bolalar o'tgan narsalarni bemolol eslay oladilar, masalan, bolaga ko'z o'ngida bo'lmagan narsaning nomini aytsangiz, u ko'zlari bilan chor atrofga qarab shu narsani izlay boshlaydi. Bola xotirasining rivojlanishida nutqning o'sishi juda katta ahamiyatga ega. Bu davrda bola narsa va hodisalarni faqat bevosita ko'rish orqali emas, balki shu narsa va hodisalarning nomlari orqali ham idrok qila oladigan bo'ladi. Bundan tashqari kattalardan so'rab bilib olish, eshitish orqali xam o'z xotiralarini boyitadilar. Ilk bolalik davridagi bolalarda xotiraning barcha jarayonlari ko'rina boshlaydi. Masalan, kichik yoshdagi bola dastavval mexanik ravishda, yani manosiga tushunmasdan esda olib qolaveradilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Zufarova M.E. Umumiy psixologiya. Toshkent, 2010.



2. Nurbek, A. (2021). Management Psychology Leader and Its Characteristics. *Ижтимоий Фанларда Инновация онлайн илмий журнали*, 1(1), 13-16.
3. Холикова, Д. М., & Холматова, З. Т. (2019). ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ. *Школа будущего* Kholikova, D. M. (2021). DEVELOPMENT OF INNOVATIVE THINKING
4. SKILLS IN HIGHER EDUCATION STUDENTS. *Theoretical & Applied Science*, (6), 549-552.
5. Ziyo.net