

## O'QUV FAOLIYATIDA DIQQATNING AHAMIYATI VA UNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK USULLARI

*Xushmatova Sarvinoz Noraliyevna*

*Surxondaryo viloyati Jarqo'rg'on tumani 24-maktab psixologi*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada o'quv faoliyatida diqqatning ahamiyati hamda uni rivojlantirishning psixologik usullari yoritilgan. Diqqatning o'quv jarayonidagi o'rni, uning bilimlarni o'zlashtirish, tafakkur jarayonlarini faollashtirish va o'quv samaradorligini oshirishdagi roli tahlil qilingan. Shuningdek, o'quvchilarda ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatni rivojlantirish yo'llari, psixologik mashqlar, o'yin texnologiyalari hamda pedagogik yondashuvlar asosida diqqatni mustahkamlash usullari ko'rib chiqilgan. Maqolada o'qituvchi va ota-onalarning diqqatni rivojlantirishdagi hamkorlikdagi faoliyati ham alohida ta'kidlangan.

**Kalit so'zlar:** diqqat, o'quv faoliyati, psixologiya, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, kognitiv jarayonlar, o'quv samaradorligi, psixologik usullar, pedagogik yondashuv, rivojlantirish usullari.

### **Kirish**

Ta'lim jarayonida o'quvchilarning bilim, ko'nikma va malakalarni samarali o'zlashtirishi ko'p jihatdan ularning psixik jarayonlari, xususan diqqatning rivojlanganlik darajasiga bog'liqdir. Diqqat inson psixikasining eng muhim kognitiv jarayonlaridan biri bo'lib, u shaxsning atrof-muhitdagi muhim obyekt va hodisalarga ongli ravishda yo'naltirilishini ta'minlaydi. O'quv faoliyatida diqqat bilimlarni qabul qilish, tushunish va mustahkamlash jarayonining asosiy sharti hisoblanadi. O'quvchilarda diqqatning yetarli darajada rivojlanmaganligi dars jarayonida chalg'ish, materialni o'zlashtirishda qiyinchilik, topshiriqlarni to'liq bajarmaslik kabi muammolarga olib kelishi mumkin. Aksincha, barqaror va ixtiyoriy diqqatga ega bo'lgan o'quvchilar o'quv materialini tez va samarali o'zlashtiradilar, fikrlash jarayonlari faol bo'ladi hamda o'quv natijalari yuqori bo'ladi. Diqqatning rivojlanishi yosh davrlariga xos psixologik xususiyatlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, ayniqsa maktab yoshidagi bolalarda uni shakllantirish ta'lim-tarbiya jarayonining muhim vazifalaridan biridir. Bu jarayonda o'qituvchining pedagogik mahorati, darsni tashkil etish usullari hamda psixologik yondashuvlar katta ahamiyat kasb etadi. O'yin texnologiyalari, interaktiv metodlar va rag'batlantirish tizimi diqqatni rivojlantirishda samarali vosita sifatida xizmat qiladi. Shuningdek, zamonaviy ta'lim sharoitida o'quvchilarning diqqatini boshqarish va uni to'g'ri yo'naltirish dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Axborot oqimining ko'pligi, texnologiyalarning keng tarqalishi o'quvchilarning diqqatini tez chalg'ituvchi omillarni ham yuzaga keltirmoqda. Shu

sababli diqqatni rivojlantirishning psixologik usullarini o‘rganish va amaliyotga tatbiq etish muhim ahamiyatga ega.

### ASOSIY QISM

Diqqat insonning psixik faoliyatida muhim o‘rin tutuvchi kognitiv jarayon bo‘lib, u atrof-muhitdagi obyekt va hodisalardan eng muhimlarini tanlab idrok etishga xizmat qiladi. O‘quv faoliyatida diqqat bilimlarni qabul qilish, ularni tushunish, tahlil qilish va eslab qolish jarayonlarining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Diqqatning rivojlanganlik darajasi o‘quvchining dars jarayonidagi faolligi va muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘quv jarayonida diqqatning bir necha turlari muhim ahamiyatga ega. Ixtiyorsiz diqqat tashqi ta’sirlar natijasida yuzaga keladi va u ko‘proq kichik maktab yoshidagi bolalarda kuzatiladi. Ixtiyoriy diqqat esa maqsadga yo‘naltirilgan, ongli ravishda boshqariladigan diqqat bo‘lib, o‘quv faoliyatida asosiy o‘rin tutadi. Aynan ixtiyoriy diqqat o‘quvchilarga uzoq vaqt davomida bir vazifaga e’tibor qaratish va uni oxirigacha bajarish imkonini beradi. O‘quv faoliyatida diqqatning ahamiyati juda katta. Birinchidan, diqqat o‘quv materialini to‘g‘ri qabul qilish va tushunishga yordam beradi. Ikkinchidan, u xotira jarayonlarini faollashtirib, olingan bilimlarni mustahkamlashga xizmat qiladi. Uchinchidan, diqqat tafakkur jarayonlarini faollashtirib, o‘quvchilarning mantiqiy fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi. Diqqat sust bo‘lgan hollarda esa o‘quvchi materialni to‘liq o‘zlashtira olmaydi, tez chalg‘iydi va o‘quv samaradorligi pasayadi. Diqqatni rivojlantirishning psixologik usullari ta’lim jarayonida muhim o‘rin tutadi. Ulardan biri — o‘yin faoliyati orqali diqqatni shakllantirishdir. Didaktik va mantiqiy o‘yinlar o‘quvchilarda diqqatni jamlash, tez fikrlash va to‘g‘ri qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Masalan, “farqni top”, “xotira o‘yini” kabi mashqlar bolalarning diqqat barqarorligini oshirishga yordam beradi. Ikkinchi muhim usul — interaktiv ta’lim metodlaridan foydalanishdir. Guruhlarda ishlash, savol-javob, muammoli vaziyatlarni hal qilish kabi metodlar o‘quvchilarning darsga faol jalb etilishini ta’minlaydi va diqqatni kuchaytiradi. Bunday yondashuv o‘quvchilarda nafaqat diqqatni, balki mustaqil fikrlash va ijodkorlikni ham rivojlantiradi. Uchinchi usul — rag‘batlantirish va motivatsiya tizimidir. O‘qituvchi tomonidan beriladigan maqtov, baholash va ijobiy fikrlar o‘quvchining diqqatini darsga qaratishga yordam beradi. Bola o‘z mehnati qadrlanayotganini his qilsa, u yanada faol bo‘ladi va diqqatini uzoqroq vaqt davomida jamlay oladi. Shuningdek, diqqatni rivojlantirishda psixologik mashqlar ham samarali hisoblanadi. Masalan, matnni diqqat bilan o‘qib, undan asosiy fikrni ajratib olish, tasvirlarni eslab qolish yoki berilgan topshiriqlarni ketma-ketlikda bajarish kabi mashqlar diqqatning barqarorligini oshiradi. Bunday mashqlar muntazam bajarilganda o‘quvchilarda diqqatni boshqarish ko‘nikmasi shakllanadi. O‘qituvchi va ota-onalarning hamkorligi ham diqqatni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Uy sharoitida bola uchun tinch va qulay o‘quv muhiti yaratish, ortiqcha chalg‘ituvchi

omillarni kamaytirish diqqatning barqaror bo‘lishiga yordam beradi. O‘qituvchi esa darsni qiziqarli va tushunarli tarzda tashkil etishi orqali o‘quvchilarning diqqatini jalb qila oladi. O‘quv faoliyatida diqqatning rivojlanishi ta’lim samaradorligini oshirishning muhim omili hisoblanadi. Diqqatni rivojlantirishning psixologik usullari esa o‘quvchilarning bilimlarni puxta o‘zlashtirishi, mustaqil fikrlashi va intellektual rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Shuning uchun ta’lim jarayonida diqqatni shakllantirish va uni doimiy rivojlantirib borish dolzarb pedagogik vazifalardan biridir.

#### XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o‘quv faoliyatida diqqat muhim psixologik jarayon bo‘lib, u bilimlarni o‘zlashtirish, fikrlashni rivojlantirish va o‘quv samaradorligini oshirishda asosiy rol o‘ynaydi. Diqqatning rivojlanganlik darajasi o‘quvchining dars jarayonidagi faolligi, topshiriqlarni bajarish sifati hamda bilimlarni puxta egallashiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘quvchilarda diqqatni rivojlantirishda psixologik usullar, xususan o‘yin texnologiyalari, interaktiv metodlar, motivatsiya va rag‘batlantirish tizimi hamda maxsus mashqlar muhim ahamiyatga ega. Ushbu usullar o‘quvchilarning diqqatini jamlash, uni barqarorlashtirish va uzoq vaqt davomida saqlab turish ko‘nikmalarini shakllantiradi. Shuningdek, o‘qituvchi va ota-onalarning hamkorligi diqqatni rivojlantirish jarayonining samaradorligini oshiradi. To‘g‘ri tashkil etilgan ta’lim muhiti va pedagogik yondashuv o‘quvchilarda nafaqat diqqatni, balki mustaqil fikrlash va mas’uliyat hissini ham rivojlantiradi. Diqqatni rivojlantirishning psixologik usullarini ta’lim jarayonida samarali qo‘llash o‘quvchilarning intellektual salohiyatini oshirishga va ularning har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiladi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Karimova V.M. **Psixologiya**. – Toshkent: Sharq, 2002.
2. G‘oziev E.G. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Davletshin M.G. “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
4. Rasulov A. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
5. Ziyonet axborot-ta’lim portali materiallari: [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
6. UNESCO. “School Violence and Bullying: Global Status Report”. – Paris, 2019.
7. UNICEF. “Ending Violence in Schools: A Guide for Teachers and Psychologists”. – New York, 2018.
8. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.