

BOLALARDA XOTIRANI RIVOJLANTIRISHNING MUHIM MASALALARI**Sattorova Zulfiya Norqulovna**

Surxondaryo viloyati Sariosiyo tumani

3-umumtalim maktabi psixologi

Annotatsiya: Esda qoldiriladigan materialga qiziqish, diqqatimizni shu materialga qaratadi, his-tuyg‘umizga ta’sir qiladi, zavqlantiradi va beixtiyor esda qoldirish jarayonlarini kuchaytiradi. Qiziqish esda qoldiriladigan materialni, shaxsning o‘zi va jamiyat uchun ahamiyatini tushunish bilan bog‘liq bo‘lsa, esda qoldirish samaraliroq bo‘ladi. Diqqat esda mustahkam saqlab qolishning zaruriy shartidir.

Kalit so‘zlar: xotira, tafakkur, psixologiya, diqqat, eksperiment.

KIRISH

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 muddatli 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 odamlarni, ko'proq foydalanadigan jismlarni 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 qilinganlarni, to'rtinchi yilning oxirida esa - bir yil awalgilarni taniy oladi. Awalambar, 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. Bu o'qitish jarayoni bilan bog'liq. Yangi bilimlarni o'zlashtirish [jarayoni](https://scientific-jl.com), awalambar, ixtiyoriy xotiraning rivojlanishini oldindan belgilab beradi. 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'rnidagi 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 usullarni o'rganish malakasi yordam beradi. Odatda har qanday o'quv materialini 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 vaqtida 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‘rnashib 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’zolariga 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 fakti 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 bimalol 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'rinda 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 журналы*, 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. Internet materiallari