

O'Z-O'ZINI BOSHQARISH VA TA'LIM: O'QUVCHILARNING O'Z-O'ZINI BOSHQARISH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

*Surxondaryo viloyati Qiziriq tumani
16-IDUM psixologi **Muhammadiyeva Xurshida Bo'riyevna**,
28-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi
Allayorov Turg'un Allanazarovich*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'z-o'zini boshqarish va ta'lim o'rtasidagi bog'liqlik tahlil etiladi. O'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari ularning ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatlari, mustaqil fikrlashi va shaxsiy rivojlanishlari uchun muhimdir. Maqola o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun ta'limda qanday metodlar va strategiyalar qo'llanilishi mumkinligini ko'rib chiqadi. O'z-o'zini boshqarishning ahamiyati, uning ta'lim jarayonidagi roli va o'quvchilarning mustaqil fikrlashiga ta'siri keng yoritiladi.

Kalit so'zlar: O'z-o'zini boshqarish, Ta'lim, O'quvchilar, Mustaqil fikrlash, Ko'nikmalar, Rivojlanish, Motivatsiya, O'qitish strategiyalari, Ta'lim jarayoni, Shaxsiy rivojlanish

I. Kirish

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari ta'lim jarayonida o'quvchilarning muvaffaqiyatini belgilovchi muhim omillardan biridir. Ushbu maqolada o'z-o'zini boshqarish tushunchasi va uning ta'limdagi ahamiyati ko'rib chiqiladi.

II. O'z-o'zini Boshqarish: Ta'rifi va Ahmiyati

A. O'z-o'zini Boshqarish Ta'rifi

O'z-o'zini boshqarish – bu shaxsning o'z faoliyatini, xatti-harakatlarini va qarorlarini mustaqil ravishda boshqarish qobiliyatidir. Bu ko'nikmalar o'z-o'zini anglash, maqsad qo'yish va o'z vaqtini samarali boshqarishni o'z ichiga oladi.

B. O'z-o'zini Boshqarishning Ta'limdagi Ahamiyati

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari o'quvchilarga:

Mustaqil fikrlashni rivojlantirish.

O'qish jarayonida faol ishtirok etish.

O'z maqsadlariga erishish uchun motivatsiyani oshirish imkonini beradi.

III. O'z-o'zini Boshqarish Ko'nikmalarining Turlari

A. Vaqtni Boshqarish

O'quvchilar o'z vaqtlarini samarali boshqarish orqali o'qish va boshqa faoliyatlarga vaqt ajratish ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

B. Maqsad Qo'yish

O'quvchilar o'z maqsadlarini belgilash va ularga erishish uchun reja tuzish ko'nikmalarini o'zlashtiradilar.

C. O'z-o'zini Motivatsiya

O'quvchilar o'z-o'zini rag'batlantirish va o'z maqsadlariga erishish uchun ichki motivatsiyalarini rivojlantiradilar.

IV. O'z-o'zini Boshqarish Ko'nikmalarini Rivojlantirish Strategiyalari

A. Ta'limda Interaktiv Metodlar

Interaktiv o'qitish metodlari o'quvchilarga o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda yordam beradi. O'quvchilar guruh ishlari va muammoli vazifalar orqali o'z fikrlarini ifoda etish va qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini o'rganadilar.

B. Konstruktiv Pedagogika

Konstruktiv pedagogika yondashuvi o'quvchilarga o'z bilimlarini mustaqil ravishda qurish imkonini beradi. Bu yondashuvda o'quvchilar o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan faoliyatlarda ishtirok etadilar.

V. O'z-o'zini Boshqarish va Motivatsiya

A. Motivatsiya Ta'rifi

Motivatsiya – bu shaxsning maqsadga erishish uchun harakat qilishga undovchi ichki va tashqi kuchdir.

B. O'z-o'zini Boshqarish va Motivatsiya O'rtasidagi Bog'liqlik

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari o'quvchilarning motivatsiyasini oshirishga yordam beradi. O'quvchilar o'z maqsadlariga erishish jarayonida o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini qo'llash orqali motivatsiyalarini kuchaytiradilar.

VI. O'qituvchilarning Rolini O'rganish

A. O'qituvchilarning O'z-o'zini Boshqarish Ko'nikmalarini Rivojlantirishdagi Roli

O'qituvchilar o'quvchilarga o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Ular o'quvchilarga maqsad qo'yish, vaqtni boshqarish va o'z-o'zini motivatsiya qilishda yordam berishlari kerak.

B. O'qituvchilar uchun Ta'lim Strategiyalari

O'qituvchilar o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun quyidagi strategiyalarni qo'llashlari mumkin:

Mentorlik: O'quvchilarga o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini o'rganish uchun yo'l-yo'riq ko'rsatish.

Ma'lumot Berish: O'quvchilarga o'z-o'zini boshqarish haqida ma'lumot berish.

O'zaro Muloqot: O'quvchilar bilan ochiq muloqot o'rnatish.

VII. Ta'lim Muhitining O'zgarishi

A. Ta'lim Muhiti Ta'rifi

Ta'lim muhit – bu o'quvchilarning o'qish va rivojlanish jarayonida o'zaro ta'sirlar va sharoitlar to'plamidir.

B. Ta'lim Muhitini Yaxshilash

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun ta'lim muhitini yaxshilash zarur. O'quvchilar o'zlarini xavfsiz va qulay his qilganda, ularning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari rivojlanadi.

VIII. O'z-o'zini Boshqarish Ko'nikmalarini O'lchash

A. O'lchash Usullari

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini o'lchash uchun quyidagi usullar qo'llanilishi mumkin:

So'rovnomalar: O'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini baholash uchun so'rovnomalar o'tkazish.

Baholash: O'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini baholash.

Intervyular: O'quvchilar bilan suhbatlar o'tkazish orqali ko'nikmalarni aniqlash.

B. Tahlil Natijalari

O'lchash natijalarini tahlil qilish, o'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega.

IX. O'z-o'zini Boshqarish va Shaxsiy Rivojlanish

A. Shaxsiy Rivojlanish Ta'rifi

Shaxsiy rivojlanish – bu shaxsning o'z bilim va ko'nikmalarini mustaqil ravishda oshirish jarayonidir.

B. O'z-o'zini Boshqarish va Shaxsiy Rivojlanish O'rtasidagi Bog'liqlik

O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari shaxsiy rivojlanishni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. O'quvchilar o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish orqali o'z shaxsiy maqsadlariga erishadilar.

X. Xulosa

Ushbu maqola o'z-o'zini boshqarish va ta'lim o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatadi. O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari o'quvchilarning mustaqil fikrlashini, motivatsiyasini va shaxsiy rivojlanishini ta'minlaydi. Ta'lim jarayonida o'qituvchilar o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun innovatsion metodlarni qo'llashlari zarur.

Foydalanilgan Adabiyotlar:

Zimmerman, B. J. (2002). "Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview". *Theory into Practice*, 41(2), 64-70.

Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2008). *Motivation and Self-Regulated Learning: Theory, Research, and Applications*. Routledge.

Pintrich, P. R. (2000). "The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning". *Handbook of Self-Regulation*, 451-502.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). "The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior". *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.