Kichik maktab yoshidagi bolalarda diqqatni shakllantirishning samarali usullari

Shukriddinova Munisa Kamoliddin qizi

Parkent tumani MMTBga qarashli

4-umumiy o’rta ta’lim maktabi amaliyotchi psixologi

Anotatsiya: Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarda diqqatni shakllantirish muammosi va uning samarali usullari tahlil qilinadi. Maqolada diqqatning ilmiy asoslari, uning bolaning kelajakdagi intellektual faoliyatidagi ahamiyati yoritilgan. Zamonaviy axborot muhiti, gadjetlar, uyqu buzilishi, noto'g'ri ovqatlanish va jismoniy faollik yetishmasligi kabi omillarning bolalar diqqatiga salbiy ta'siri ko'rib chiqiladi. Shuningdek, bolalarda diqqatni rivojlantirish uchun qiziqish uyg'otish, emotsional bog'liqlikni yaratish, o'yinlar va vazifalarni bo'laklarga bo'lish kabi amaliy usullar tavsiya etiladi. Maqola ota-onalar va pedagoglarga bolalarning diqqatini samarali rivojlantirish bo'yicha foydali ma'lumotlar beradi.

Kalit so'zlar: Diqqat, kichik maktab yoshi, bolalar psixologiyasi, diqqatni rivojlantirish, samarali usullar, gadjetlar ta'siri, o'yinlar, ota-onalar, pedagogika, kognitiv jarayonlar.

Kirish

Har bir ota-ona o'z farzandining maktabda yaxshi o'qishini ,yangi ma'lumotlar va bilimlarni oson o'zlashtirishini xohlashadi.Ammo ko'p hollarda kichik maktab yoshidagi bolalar diqqatini jamlashi ,uzoq vaqt bir predmetga e'tibor qaratishi qiyin kechadi.Keling sizlar bilan avvalo diqqat nimaligi va uni jamlashning ilmiy asoslari haqida so'z yuritamiz.Diqqat -bu insonning ongi bir ob'ekt ,hodisa yoki faoliyatga yo'naltirilgan va unda saqlanib turuvchi kognitiv(bilish)jarayonlarining asosiy,markaziy elementi hisoblanadi.Bugungi axborotga boy dunyoda ko'pgina gadjetlar,kundan kunga o'zgaruvchan kontentlar bolalarning diqqatiga salbiy ta'sir etmoqda.Kichik maktab yoshida shakllanganadigan diqqat bolaning kelajagida muhim rol o'ynaydi,murakkab intelektual faoliyati uchun poydevor bo'lib xizmat qiladi.Shunday ekan,bolalarimizning diqqatini rivojlanishida nafaqat maktabda balki,oilada ham katta e'tibor qaratilishi zarur.

Asosiy qism

Ota-onalar bolalarining diqqatini rivojlantirishi uchun quyidagi omillarga e'tibor berishlari lozim .Ortiqcha gajetlar va axborot vositalarisiz hayot.Televizor,telefon ,kompyuterlar tomonidan berilayotgan tezkor,rang-barang ma'lumotlar bolalarning miyasini doimiy ravishda "ochlik" holatini yuzaga keltiradi. Buning natijasida bolada oddiy jarayonlarga diqqatni jamlash qiyinlik tug'diradi.Gadjetlar, shovqin, tartibsiz muhit bolaning diqqati barqarorligini buzadi,masalan youtubeda bola qisqa videolar tomosha qilayapti ,bu jarayon kuzatilganda bir vazifadan ikkinchisiga ,ya'ni bir video tugamasdan ikkinchisiga tez-tez o'tkazishga majbur qiladi, bu esa psixologiyada diqqatning fragmentatsiyasi deb atalib ,bolada ma'lum ob'ektga diqqatni jamlay olmaslikka olib keladi.Uyqu faoliyatining buzulishi ,yetarli miqdorda uyquning yo'qligi bolaning diqqatiga ,hatto xotirasiga ham sezilarli ta'sir etadi. No'tog'ri ovqatlanish ya'ni sun'iy qo'shimchali ovqatlar bolaning energiyasini o'zgaruvchan qilib qo'yadi,xususan ,diqqatni ham pasaytiradi.Jismoniy faollik yetishmagan bolada o'z energiyasini to'g'ri yo'naltira olmay bilim olish jarayonidagi bezovtalikni keltirib chiqarishi sababali diqqatni buzilishiga olib keladi.Bundan tashqari , bolada o’rganilyotgan narsaning qiziqlik darajasi katta rol o’ynaydi.Olinayotgan ma’lumot uning hayotida qanday ahamiyatga ega ekanligi tushuntirilsa, mavzuni qiziqarli hikoyalar, misollar yoki vizualizatsiyalar bilan bog'lash bola diqqqatini jamlashi

uchun samarali bo'ladi. Emotsional bog'liqlik va shaxsiy ahamiyatga ega bo'lgan ma'lumotlar miyada chuqurroq qayta ishlanadi va esda qoladi, bu esa diqqatni uzoqroq ushlab turadi.Masalan, bola juda shovqinli muhitda, bu yerda bir qancha odamlar bir vaqtning o'zida gaplashmoqda. Bola hech bir suhbatga jiddiy quloq solmayapti ,ammo birdaniga, xonaning narigi chekkasidan uning ismi yangraganda, u darhol diqqatini o'sha tomonga qarata,sababi bola uchun o'z ismi eng yuqori shaxsiy ahamiyatga ega .Shunday ekan har qanday ma'lumotni bolaga yetkazib berayotganda bola uchun nima bog'liqligi borligi ,qanday ahamiyatga ega ekanligini ham aytib o'tish joiz.Diqqat tug'ma emas,balki bolalikdan boshlab shakllanib boruvchi psixologik jarayon bo'ladi.Dastlab u ixtiyorsiz bo'lsa,keyinchalik bola ulg'aygan sayin ixtiyoriy diqqat shakllanib boradi.Kichik maktab yoshidagi bolalarning ,hatto kattalarning ham diqqatini jamlashga o'yinlar orqali ham yondashish mumkin. O'yin paytida bolada qiziqish yuqori bo'ladi, bu esa miyada neyronlararo aloqalarni mustahkamlaydi.Uy sharoitida bolalar bilan . "Shaxmat", "Shashka", "Pazzle" yoki "Toping-chi, nima o'zgardi?" kabi o'yinlarni qo'llash bolada ixtiyoriy diqqatni rivojlantiradi.Bundan tashqari katta vazifalar bolani qo'rqitishi va diqqatini tarqatib yuborishi mumkin bunda berilayotgan vazifani bo'laklarga bo'lish ya'ni qismlarga bo'lib o'rganish samarali usuldir. Masalan vazifani 15-20 daqiqalik qismlarga bo'lish.Yuqorida keltirilgan usullarni kundalik hayotga tadbiq etish orqali, har bir ota-ona o'z farzandining diqqatini kuchaytirishga va uning ta'limdagi yutuqlariga katta hissa qo'shishi mumkin.

Xulosa:

Xulosa qilib aytganda, kichik maktab yoshidagi bolalarda diqqatni shakllantirish ularning o'quv muvaffaqiyati va kelajakdagi intellektual rivojlanishi uchun asosiy poydevordir. Zamonaviy dunyoda gadjetlar va axborot yuklamasining salbiy ta'sirini kamaytirish, sog'lom turmush tarzini ta'minlash (uyqu, ovqatlanish, jismoniy faollik) hamda o'rganish jarayonini qiziqarli va emotsional jihatdan ahamiyatli qilish muhim ahamiyatga ega. O'yinlar, vazifalarni bo'laklarga bo'lish kabi amaliy usullar diqqatni ixtiyorsizdan ixtiyoriyga o'tkazishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Ota-onalar va pedagoglarning hamkorligi, bolaning shaxsiy ehtiyojlarini hisobga olgan holda yondashuv diqqatni mustahkamlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi va bolaning har tomonlama rivojlanishiga zamin yaratadi.

Unutmang, har bir bola o'ziga xos e'tibor hamda sabr bilan yondashish eng yaxshi natijalarni beradi. Farzandingizning muvaffaqiyati bu sizning ertangiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. G'oziyev E. G. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2010.
2. James, W. The Principles of Psychology. – New York: Henry Holt and Company, 1890.
3. Vygotsky, L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978.