

**BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING MUSTAQIL
O'ZLASHTIRISH FAOLIYATINI SHAKLLANTIRISHDAGI
PSIXOFIZIOLOGIK TALABLAR**

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ
НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ**

**PSYCHOPHYSIOLOGICAL REQUIREMENTS IN FORMING THE
INDEPENDENT LEARNING ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL
STUDENTS**

Moyliyeva Xumora To'ra qizi
Turon universiteti katta o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarining mustaqil o'zlashtirish faoliyatini shakllantirishda hisobga olinishi zarur bo'lgan psixofiziologik talablar tahlil qilingan. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning oliy asab faoliyati, diqqat, xotira va idrok jarayonlarining yosh xususiyatlari, ish qobiliyati hamda charchash dinamikasi va ixtiyoriy o'zini boshqarish mexanizmlari o'quv mustaqilligini rivojlantirishning fiziologik asosi sifatida ko'rib chiqilgan. Maqolada o'quvchilarning psixofiziologik imkoniyatlariga mos ravishda mustaqil o'zlashtirish faoliyatini tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: *mustaqil o'zlashtirish, o'quv mustaqilligi, psixofiziologiya, oliy asab faoliyati, ixtiyoriy diqqat, ish qobiliyati, charchash, yaqin rivojlanish zonasi, o'zini boshqarish, boshlang'ich ta'lim.*

Аннотация. В данной статье проанализированы психофизиологические требования, которые необходимо учитывать при формировании самостоятельной учебной деятельности учащихся начальных классов. Высшая нервная деятельность, возрастные особенности внимания, памяти и восприятия, динамика работоспособности и утомляемости, а также механизмы произвольной саморегуляции рассмотрены как физиологическая основа развития учебной самостоятельности. Обоснованы педагогические условия организации самостоятельной деятельности в соответствии с психофизиологическими возможностями учащихся.

Ключевые слова: *самостоятельное усвоение, учебная самостоятельность, психофизиология, высшая нервная деятельность, произвольное внимание, работоспособность, утомляемость, зона ближайшего развития, саморегуляция, начальное образование.*

Abstract. This article analyses the psychophysiological requirements that must be taken into account when forming the independent learning activity of primary school students. The higher nervous activity, the age-related features of attention, memory and

perception, the dynamics of working capacity and fatigue, and the mechanisms of voluntary self-regulation are examined as the physiological basis for developing learning independence. The article substantiates the pedagogical conditions for organising independent learning activity in accordance with the psychophysiological capabilities of pupils.

Key words: *independent learning, learning autonomy, psychophysiology, higher nervous activity, voluntary attention, working capacity, fatigue, zone of proximal development, self-regulation, primary education.*

Kirish. Zamonaviy uzluksiz ta'lim tizimida o'quvchining bilim oluvchi sub'ektdan o'z o'quv faoliyatini mustaqil tashkil eta oladigan faol shaxsga aylanishi yetakchi vazifa sifatida belgilanmoqda. Mustaqil o'zlashtirish faoliyati — o'quvchining tashqi rahbarlikka tobora kam ehtiyoj sezgan holda o'quv maqsadini anglash, harakat rejasini tuzish, uni bajarish hamda natijani o'zi nazorat qilish qobiliyatidir. Aynan boshlang'ich ta'lim bosqichi bu sifatning poydevori qo'yiladigan davr bo'lib, kichik maktab yoshida shakllangan o'quv mustaqilligi keyingi barcha ta'lim bosqichlari samaradorligini belgilaydi.

Biroq mustaqil o'zlashtirish faoliyatini shakllantirish faqat pedagogik usullarni tanlash masalasi emas. U bevosita o'quvchining yosh psixofiziologik imkoniyatlari asab tizimining yetilganlik darajasi, diqqat va xotira jarayonlarining rivojlanganligi, ish qobiliyati va charchash xususiyatlari bilan chambarchas bog'liqdir. Ushbu imkoniyatlarni hisobga olmasdan qo'yilgan talab o'quvchini ortiqcha zo'riqtirishi, charchatishi va o'qishga nisbatan salbiy munosabat shakllantirishi mumkin. Shu bois boshlang'ich sinf o'quvchilarining mustaqil o'zlashtirish faoliyatini shakllantirishdagi psixofiziologik talablarni asoslash dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu maqolada mazkur talablar tahlil qilinib, ularga muvofiq o'quv jarayonini tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari ochib beriladi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Mustaqil o'quv faoliyatining psixofiziologik asoslari masalasi jahon psixologiya va pedagogikasida bir necha yo'nalishda o'rganilgan. L.S.Vigotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasida "yaqin rivojlanish zonasi" tushunchasi kiritilib, bola dastlab kattalar yordamida bajara oladigan harakatlar vaqt o'tib uning mustaqil faoliyatiga aylanishi asoslab berilgan. Bu g'oya mustaqillikni "berib bo'lmaydigan", balki bosqichma-bosqich, tashqi nazoratdan ichki o'zini boshqarishga o'tish orqali shakllantirilishi kerakligini ko'rsatadi.

J.Piaje kognitiv rivojlanish nazariyasida 7–11 yoshni "konkret operatsiyalar bosqichi" deb belgilaydi: bu davrda bola mantiqiy mulohaza yurita boshlaydi, biroq fikrlash hamon aniq, ko'rgazmali ob'ektlarga bog'liq bo'ladi. I.P.Pavlovning oliy asab faoliyati ta'limoti esa qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari muvozanatining yosh bilan o'zgarishini, kichik maktab yoshida tormozlanish jarayonlari hali yetarli kuchga

ega emasligini ilmiy izohlaydi — bu o‘quvchining uzoq vaqt bir xil faoliyatga diqqatini jamlay olmasligini tushuntiradi.

P.Ya.Galperin tomonidan ishlab chiqilgan aqliy harakatlarni bosqichma-bosqich shakllantirish nazariyasi mustaqil o‘zlashtirishning mexanizmini ochib beradi: harakat avval tashqi, moddiy shaklda, so‘ngra nutqiy, nihoyat ichki aqliy planda bajariladi. D.B.Elkonin va V.V.Davidovning rivojlantiruvchi ta‘lim konsepsiyasida o‘quv faoliyatining tarkibiy qismlari (o‘quv vazifasi, o‘quv harakatlari, nazorat va baholash) aniqlanib, mustaqil baholash va o‘z-o‘zini nazorat qilish mustaqillikning markaziy belgisi sifatida ajratiladi. Vatanimiz pedagogikasida ham boshlang‘ich ta‘limni o‘quvchining yosh xususiyatlariga moslashtirish, o‘quv yukini me‘yorlash va mustaqil ishlash ko‘nikmasini rivojlantirish masalalari tadqiq etilgan. Ushbu manbalarning umumiy xulosasi shundan iboratki, o‘quv mustaqilligini shakllantirish o‘quvchining psixofiziologik tayyorligiga tayanishi shart.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda nazariy tahlil usullaridan foydalanildi: psixologik-pedagogik va fiziologik adabiyotlarni qiyosiy o‘rganish, manbalardagi qarashlarni umumlashtirish va tizimlashtirish, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining yosh xususiyatlarini tavsiflash hamda mustaqil o‘zlashtirish faoliyatini tashkil etishga qo‘yiladigan talablarni didaktik nuqtai nazardan modellashtirish. Tahlil natijalari mavjud nazariy konsepsiyalar va boshlang‘ich ta‘lim amaliyoti bilan o‘zaro qiyoslangan holda asoslandi.

Tahlil va natijalar. Kichik maktab yoshi (6–10/11 yosh) bola organizmining jadal morfofunktsional rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Bosh miya po‘stlog‘ining peshona bo‘laklari, ya‘ni xulq-atvorni rejalashtirish va ixtiyoriy boshqarish uchun mas‘ul bo‘limlar hali to‘liq yetilmagan bo‘ladi. Shu sababli mustaqil o‘zlashtirish faoliyatini shakllantirishda quyidagi psixofiziologik talablarni hisobga olish zarur.

Birinchidan, diqqatning yosh xususiyatlarini hisobga olish. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida ixtiyorsiz diqqat ustunlik qiladi, ixtiyoriy diqqat endigina shakllanmoqda. 6–7 yoshli o‘quvchi diqqatini bir faoliyatga 10–15 daqiqa, 9–10 yoshlilar esa 20–25 daqiqa atrofida jamlay oladi. Demak, mustaqil topshiriqlar hajmi va davomiyligi shu chegaradan oshmasligi, faoliyat turlari almashtirib turilishi lozim. Diqqatni ushlab turish uchun topshiriq ko‘rgazmali, aniq va o‘quvchi uchun shaxsiy ma‘no kasb etadigan bo‘lishi kerak.

Ikkinchidan, ish qobiliyati va charchash dinamikasiga muvofiqlik. O‘quvchining ish qobiliyati kun va hafta davomida o‘zgaruvchan bo‘ladi: darsning dastlabki daqiqalarida ortib boradi, o‘rtasida eng yuqori darajaga yetadi, so‘ngra pasayadi. Mustaqil, ko‘proq aqliy zo‘r beruvchi vazifalarni ish qobiliyati eng yuqori bo‘lgan davrga rejalashtirish maqsadga muvofiq. Charchashning dastlabki belgilari (chalg‘ish, harakatchanlik, xato sonining ortishi) paydo bo‘lganda faoliyat turini o‘zgartirish yoki

qisqa dam berish talab etiladi. Statik zo'riqishni kamaytirish uchun jismoniy daqiqalar (fizkultminutkalar) o'tkazilishi fiziologik jihatdan zarurdir.

Uchinchidan, idrok, xotira va tafakkurning konkretligini hisobga olish. Bu yoshda idrok va xotira ko'rgazmali-obrazli xarakterga ega bo'lib, mavhum materialga nisbatan aniq, hissiy idrok etiladigan material yaxshiroq o'zlashtiriladi. Shu bois mustaqil ishlar uchun materiallar ko'rgazmalilik, amaliy harakat va o'yin elementlari bilan boyitilishi kerak. Galperin nazariyasiga muvofiq, yangi harakat avval tashqi (predmetli yoki sxematik) shaklda berilib, keyin nutqiy va ichki rejaga ko'chiriladi — bu mustaqillikka asta-sekin o'tishni ta'minlaydi.

To'rtinchidan, o'zini boshqarish va o'z-o'zini nazorat qilishni bosqichma-bosqich rivojlantirish. Tormozlanish jarayonlarining yetuk emasligi sababli o'quvchi o'z faoliyatini mustaqil nazorat qilishda qiynaladi. Shuning uchun nazorat funksiyasi dastlab o'qituvchi tomonidan bajariladi, so'ngra o'zaro nazorat (juftlikda tekshirish) orqali, nihoyat o'z-o'zini nazoratga o'tkaziladi. Bunda o'quvchiga aniq, tushunarli baholash mezonlari (namuna, algoritm, tekshirish varaqasi) berilishi mustaqillikni ta'minlovchi muhim shartdir.

Beshinchidan, individual va tipologik farqlarni hisobga olish. Asab tizimining tipologik xususiyatlari (qo'zg'alish-tormozlanish kuchi, harakatchanligi) o'quvchilarda turli ish sur'atini, charchash chegarasini va material o'zlashtirish tezligini belgilaydi. Shu bois mustaqil topshiriqlarni murakkablik darajasi va hajmi bo'yicha tabaqalashtirish (differensiatsiya) hamda har bir o'quvchiga "yaqin rivojlanish zonasi"ga mos qiyinchilikdagi vazifa berish zarur: vazifa o'ta yengil bo'lsa qiziqish so'nadi, o'ta og'ir bo'lsa charchash va ko'ngil qolish yuzaga keladi.

Oltinchidan, motivatsion-emotsional holatni qo'llab-quvvatlash. Mustaqil faoliyat ijobiy emotsional fonda samaraliroq kechadi. Muvaffaqiyat vaziyatini yaratish, o'quvchining kichik yutuqlarini e'tirof etish miyaning mukofotlash tizimini faollashtirib, o'quv harakatini mustahkamlaydi. Aksincha, doimiy tanqid va ortiqcha yuk surunkali stress holatini keltirib chiqarib, bilish faolligini susaytiradi.

Mazkur talablardan kelib chiqib, boshlang'ich sinfda mustaqil o'zlashtirish faoliyatini tashkil etishning quyidagi pedagogik shart-sharoitlari ajratildi: o'quv yukini yosh me'yorlariga muvofiqlashtirish; faoliyat turlarini almashtirish va dam olish rejimiga rioya qilish; topshiriqlarni ko'rgazmalilik va amaliylik bilan ta'minlash; nazoratdan o'z-o'zini nazoratga bosqichma-bosqich o'tish; topshiriqlarni tabaqalashtirish; muvaffaqiyat vaziyati va ijobiy emotsional muhitni yaratish. Ushbu shart-sharoitlar majmui o'quvchining psixofiziologik imkoniyatlariga zo'riqishsiz tayanib, o'quv mustaqilligini barqaror shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa va takliflar. O'tkazilgan nazariy tahlil shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinf o'quvchilarining mustaqil o'zlashtirish faoliyatini shakllantirish ularning yosh psixofiziologik xususiyatlariga tayangan holdagina samarali bo'ladi. Diqqat va ish

qobiliyatining yosh chegaralari, asab jarayonlarining muvozanati, idrok va tafakkurning konkretligi hamda o'zini boshqarish mexanizmlarining shakllanish bosqichlari mustaqil faoliyatga qo'yiladigan talablarni belgilab beradi. Mustaqillik o'quvchiga bir yo'la yuklanadigan emas, balki tashqi nazoratdan ichki o'z-o'zini boshqarishga bosqichma-bosqich o'tkaziladigan sifat sifatida shakllantirilishi lozim. Shu bois o'qituvchilarga o'quv yukini me'yorlash, topshiriqlarni tabaqalashtirish, o'z-o'zini nazorat ko'nikmasini bosqichli rivojlantirish va muvaffaqiyat vaziyatini yaratish tavsiya etiladi. Bu yondashuv o'quvchi salomatligini saqlagan holda barqaror o'quv mustaqilligini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. Pedagogicheskaya psixologiya. – Moskva: Pedagogika-Press, 1996. – 536 s.
2. Vygotskiy L.S. Myshleniye i rech. – Moskva: Labirint, 1999. – 352 s.
3. Piaje J. Izbrannye psixologicheskie trudy. – Moskva: Prosveshcheniye, 1969. – 659 s.
4. Elkonin D.B. Psixologiya obucheniya mladshego shkolnika. – Moskva: Znaniye, 1974. – 64 s.
5. Davydov V.V. Teoriya razvivayushchego obucheniya. – Moskva: Intor, 1996. – 544 s.
6. Galperin P.Ya. Psixologiya kak obyektivnaya nauka. – Moskva: Institut prakticheskoy psixologii, 1998. – 480 s.
7. Leontyev A.N. Deyatelnost. Soznaniye. Lichnost. – Moskva: Politizdat, 1975. – 304 s.
8. Bezrukix M.M. Vozrastnaya fiziologiya: (Fiziologiya razvitiya rebenka). – Moskva: Akademiya, 2009. – 416 s.
9. Dubrovinskaya N.V., Farber D.A., Bezrukix M.M. Psixofiziologiya rebenka. – Moskva: VLADOS, 2000. – 144 s.
10. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston, 2002. – 240 b.
11. G'oziyev E.G'. Ontogenez psixologiyasi. – Toshkent: Noshir, 2010. – 320 b.
12. Mavlonova R.A., Vohidova N.X., Rahmonqulova N.X. Pedagogika. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2008. – 416 b.
13. Ibragimov X.I., Yo'ldoshev U.A., Bobomirzayev X. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2009. – 288 b.
14. Quronov M. Pedagogika nazariyasi. – Toshkent: Iqtisod-moliya, 2007. – 304 b.