

ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ДАРСДАН ТАШҚАРИ ФАОЛИЯТИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ

Бозорбоева Олтиной Жумабой қизи

ЎзМу, Француз филологияси кафедраси 4-курс талабаси.

Аннотация: Ҳозирги техноген цивилизация даврида инсон бўш вақтининг сезиларли даражада кўпайиши учун реал имкониятлар пайдо бўлди. Бўш вақт шахсни шакллантиришнинг муҳим воситаларидан бири бўлиб, ишлаб чиқариш ва меҳнат соҳасига бевосита таъсир қилади. Бўш вақт шароитида салбий жисмоний ва руҳий стрессни бартараф этишга ёрдам берадиган реакциялар ва регенератив жараёнлар содир бўлади. Ёшларнинг бўш вақтларидан фойдаланиши маданиятнинг ўзига хос кўрсаткичи бўлиб, бўш вақтни ташкил этиш шакллари орқали ёшларнинг кадриятлар ҳамда уларнинг маданий даражасини тушуниши осонроқ бўлади. Мазкур мақола ўқувчиларнинг бўш вақтини самарали ташкил этишга бағишланган.

Калит сўзлар: методика, психология, гетероген, стресс, регенератив жараён, бўш вақт.

Аннотация: В современную эпоху техногенной цивилизации появились реальные возможности для значительного увеличения свободного времени человека. Свободное время является одним из важных средств формирования личности и оказывает непосредственное влияние на производство и труд. В свободное время происходят реактивные и восстановительные процессы, способствующие устранению негативных физических и психических напряжений. Использование молодыми людьми свободного времени является уникальным показателем культуры, и благодаря формам организации свободного времени молодым людям становится легче понять ценности и свой культурный уровень. Данная статья посвящена эффективной организации свободного времени студентов.

Ключевые слова: методология, психология, гетерогенность, стресс, восстановительный процесс, свободное время.

Abstract: In the current era of man-made civilization, real opportunities have appeared for a significant increase in human free time. Free time is one of the important means of personality formation and has a direct impact on production and labor. Reactive and regenerative processes that help eliminate negative physical and mental stress take place in free time. The use of free time by young people is a unique indicator of culture, and through forms of organization of free time, it becomes easier for young people to understand values and their cultural level. This article is dedicated to the effective organization of students' free time.

Keywords: methodology, psychology, heterogeneous, stress, regenerative process, free time.

Ҳаммамизга маълумки, бугунги жамият ижтимоий фаол шахсга доимий равишда эҳтиёж сезади ва бу ривожланиш омили билан бевосита боғлиқ. Ҳозирги кунда замонавий мактабнинг энг муҳим вазифаларидан бири онгли ва масъулиятли шахсни тарбиялашдан иборатдир. Ривожланаётган жамиятда мамлакат тақдири, унинг ижтимоий -

иктисодий фаровонлиги учун замонавий билимли, маънавиятли, кутилмаган вазиятларда мустақил қарор қабул қила оладиган, ҳамкорлик қилишга қодир, ҳаракатчанлиги, динамизми, конструктивлиги билан ажралиб турадиган, маданиятлараро ўзаро ҳамкорликка тайёр, ўз олдига қўйилган вазифалар учун масъулият ҳиссини туядиган, замонавий билимли, ахлоқли, ташаббускор инсонлар кераклиги муҳим ҳисобланади.

Ўқувчининг таълимдаги муваффақияти, унинг маънавий, жисмоний, физиологик жиҳатдан ривожланиши, саломатлигини сақлаши кун тартибининг тўғри ташкил қилиниши билан бевосита боғлиқ. Ҳозирги кунгача таълим ва тарбия жараёнида энг катта, аммо эътибордан четда қолаётган муаммолардан бири, бизнингча, ўсиб келаётган авлоднинг кун тартиби, бўш вақти масаласига жиддий эътиборнинг камлиги ҳисобланади.

Мамлакатимизда 90-йилларнинг бошларида кузатилган ижтимоий-сиёсий ўзгаришлар ўсмирларнинг бўш вақтини ташкил этиш жараёнини эркинлик, демократия ва инсонпарварлик тамойиллари асосида ривожлантириш имконини берди. Ўзбекистонда ёшлар тарбиясини замонавий асосда ислоҳ қилиш борасида олиб борилаётган ишлар уни бугунги кун эҳтиёжларидан келиб чиққан ҳолда илмий асосланган таянч компетенциялар, фазилатлар асосида шакллантиришни талаб қилмоқда. “Узлуксиз маънавий тарбия концепцияси”нинг қабул қилиниши бу борада муҳим қадамлардан бири ҳисобланиб, концепцияда тарбияга янгича ёндашув, болада таянч фазилатларни кафолатли шакллантиришда оила, мактабгача таълим, умумий таълим, мактаб, ўрта махсус касб-хунар ва олий таълим муассасалари, маҳаллаларнинг ижтимоий-педагогик имкониятларини тўлиқ рўёбга чиқаришни, улар орасида илмийметодик узвийликни янги даражага кўтаришни тақозо қилиши белгиланган.

Фалсафий нуқтаи назардан бўш вақтга муайян шахсга тегишли бўлган ижтимоий жараёнларни амалга оширишдан ташқарида бўлган вақт сифатида қаралади ҳамда бўш вақтнинг келиб чиқиши, унинг иш вақти билан алоқаси ва ижтимоий қиймати таҳлил қилинади. Социологик ва иқтисодий жиҳатдан бўш вақт миқдорий ва статистик таҳлил қилиниб, бўш вақт моҳияти ва унинг мазмуни, бўш вақтни ташкил қилишда ижтимоий институтларнинг фаолияти, бўш вақт аксиологияси ўрганилади. Психология инсоннинг ушбу вақтинчалик соҳадаги хатти-ҳаракатларини белгилайдиган эҳтиёжлар ва мотивларга эътибор қаратади. Мазкур соҳаларда бўш вақтнинг турли жабҳалари ўрганилсада, аммо уларнинг барчасида бўш вақтда инсоннинг жисмоний ва маънавий ривожланиши содир бўладиган ҳукмрон макон эканлиги масаласидаги ёндашуви бир хил. Ижтимоий-тарихий категория сифатида бўш вақт учта асосий йўналиш бўйича тавсифланади: ҳажми, тузилиши ва мазмуни. Бизнинг фикримизча, бўш вақт воқеликни билишнинг бошланғич нуқтаси эмас, балки жамиятнинг ривожланиши ва фаолиятнинг муҳим томони, чуқур ижтимоий алоқалар ҳамда муносабатларнинг синтези сифатида намоён бўлади.

Замонавий мактабнинг энг муҳим вазифаси онгли ва маъсулиятли шахсни тарбиялаш бўлар экан, шу ўринда ўқувчининг шахсий иши, кунлик фаолият режимининг тўғри ташкил қилиниши унинг жисмоний ва маънавий ривожланишида муҳим аҳамиятга эга.

Мактаб ўқувчиларида соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг долзарб муоммолари бўйича МДХ олимларидан П.Виноградов, Н.Д. Граевской, В.И.Жидак, В.Л.Зайцев, С.М.Мартиова; бола тарбиясининг нозик жиҳатлари, мактаб ўқувчиларининг бўш вақтларини самарали ташкил қилиш масалаларида В.А.Сухомлинский, Г.И.Купченко, И.Ф.Кононов, В.Р. Ясницкая; мактаб ўқувчиларининг жисмоний тарбиясининг ҳозирги

ҳолати ва уларнинг ёшига нисбатан ҳаракат режимини оптималлаштириш муоммолари бўйича А.Р.Шахриев мактаб ўқувчиларининг дарсдан кейинги фаолияти жараёнида кунлик режими, соғлом турмуш тарзига риоя қилишининг бола соғлигидаги аҳамияти бўйича О.П.Грицина каби олимлар тадқиқот ишларини олиб борганлар.

Умумтаълим мактабларида 5-7 синф ўқувчилари орасида ўтказилган сўровнома натижалари уларда соғлом турмуш тарзи ва кундалик режимга нисбатан ижобий, онгли муносабатнинг шакллантирилмаганлигини аниқлаш имконини берди. Мактаб ўқувчиларининг дарсдан кейинги бўш вақтини унумли ва самарали ташкил қилиниши, шубҳасиз болаларни соғлом турмуш тарзига ижобий рағбатлантиришни шакллантириш ва соғлигига маъсулиятли муносабатда бўлиш, вақтнинг қадрига етишига ўргатиш биринчи навбатда мактаб ва оила ўртасидаги ташкил қилинган тўғри муносабатга ота-оналар ва ўқитувчилар жамоасининг мақсадли ташкил қилинган биргаликдаги фаолиятига боғлиқ. Мактаб ўқувчиларининг дарсдан ташқари бўш вақтларини, шахсий ишини тўғри ташкил қилинишида маъсул таълим субъектлари қуйидагилардир:

- ота-оналар;
- синф раҳбарлари;
- фан ўқитувчилари.

Мазкур таълим субъектлари мактабда биргаликда соғлом турмуш тарзини ўқувчиларнинг ёш ва индивидуал хусусиятларидан келиб чиқиб ташкил қилинишига маъсул бўлиб, синф раҳбарлари ота-она ва ўқитувчилар ўртасида бола шахси ривожланишида маънавий воситачи ролини ўйнаши лозим. Шу ўринда ота-оналар билан бирга синф раҳбарлари бу жабҳада асосий етакчи рол ўйнайди. Умумтаълим мактабларида 5-7 синф ўқувчилари билан олиб борилган сўровнома таҳлили боланинг дарсдан ташқари шахсий ишини индивидуал ва ёш хусусиятларига мос равишда ташкил қилиниши бўйича ота-оналаримиз етарлича малака ва кўникмаларга эга эмаслигини бир нечта тадқиқотлар доирасида таҳлил қилинган.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. <file:///D:/cdan%20O'CHIRILMASIN%20!!!/Downloads/ilm-fan+1822.pdf>.
2. <file:///D:/cdan%20O'CHIRILMASIN%20!!!/Downloads/maktab-uvchilarining-b-sh-va-tini-unumli-tashkil-ilish-va-so-lom-turmush-tarzini-shakllantirishning-pedagogik-muommolari.pdf>.
3. Тожибаева Д. Махсус фанларни ўқитиш методикаси. –Т.: 2007.-541б.
4. Жалолов Ж. Чет тили ўқитиш методикаси. –Т.: 2012.- 434 б.