

O'QUVCHILAR SHAXSINI RIVOJLANTIRISHNING BA'ZI JIHATLARI

Sharipova Gulasal Komil qizi

*A.Qodiriy nomidagi JDPI, Texnologik ta'lim yo'nalishi talabasi, Jizzax,
O'zbekiston*

e-mail: sharipovag2021@gmail.com

Ilmiy rahbar: Umida Alqarova

Annotatsiya: *Talaba yoki o'quvchi, har kim ham o'zini yaxshi tuta bilishni, yaxshi his etishni, be'ma'ni odatlar hamda yoqimsiz hislatlardan forig' bo'lishini, o'z qobiliyatlarini rivojlantirishini va kuchaytirishni, jamiyatda to'kis bo'lib yashashni istaydi.*

Kalit so'z: *qobiliyat, be'ma'ni, individual, odat, g'ov, his-tuyg'u.*

Аннотация: *Студент или школьник, каждый хочет хорошо себя вести, чувствовать себя хорошо, избавляться от бессмысленных привычек и неприятных черт, развивать и укреплять свои способности, жить в обществе.*

Ключевые слова: *способность, абсурд, личность, привычка, сплетни, эмоции.*

Annotation: *A student or schoolchild, everyone wants to behave well, feel good, get rid of meaningless habits and unpleasant traits, develop and strengthen their abilities, live in society.*

Key words: *unpleasant, ability, absurdity, personality, habit, gossip, emotions.*

Biz bilamizki bugungi kunda yoshlar va hatto kattalar ham o'zini o'zgartirishni istaydilar, ammo bunga qanday erishish mumkinligini bilolmay qiynaladilar. Kishi ruhiyatini umuman qaytadan o'zgartirib bo'larmikan deb ikkilanib yuradilar. Bunday o'zidan norozilikning individual sabablari nihoyatda ko'p, ularni birma-bir sanab o'tish ham muayyan guruhlariga bo'lib chiqish ham mumkin. Ammo barcha shaxslarning bundan kuzatgan oqibat maqsad muddaosi ma'lum darajada umumiy bo'ladi: har kim ham o'zini yaxshi tuta bilishni, yaxshi his etishni, be'ma'ni odatlar hamda yoqimsiz hislatlardan forig' bo'lishini, o'z qobiliyatlarini rivojlantirishini va kuchaytirishni, jamiyatda to'kis bo'lib yashashni

istaydi. Shu ma'noda, o'quvchi yoshlarning bunday ruhiy holatini o'rganib uni pedagogik boshqarish, ya'ni shaxsning o'z-o'zini tarbiyalash uslubini ishlab chiqish o'quv tarbiya jarayonining ajralmas qismi bo'lib shaxs ijtimoiy – amaliy faoliyatini va turmush tarzining maxsus jihati sifatida namoyon bo'ladi. Tarbiya va o'z-o'zini tarbiyalash aslida ijtimoiy va individual ahamiyatga molik foydali odatlarini shakllantirish hamda zararli odatlarni bartaraf qilish demakdir. Tizimli jarayon sifatida o'z ustida odob-axloq talablariga muvofiq o'zining kamoloti yo'lida muntazam va astoydil ishlashga odatlantirish mustaqil O'zbekistonning Milliy modeli talabiga hamohangdir. Shaxsni rivojlantirish ko'p qirrali amaliy-ruhiy-ijtimoiy va pedagogik faoliyat bo'lib, o'quv jarayonida, mehnatda, jamoatchilik ishlarida va kishilar bilan muomala munosabatida shaxsning ma'naviy dunyoqarashi sifatida namoyon bo'ladi.

Talabalar o'rtasida olib borilgan «Siz o'zingizni qaysi guruhga mansub deb o'ylaysiz?» anketa so'rovidagi:

1. O'zimdanda ham o'zgalardan ham mamnunman;
2. O'zimdanda mamnunmanu, o'zgalardan noroziman;
3. O'zimdanda ham, o'zgalardan ham noroziman;
4. O'zimdanda noroziman-u, o'zgalardan mamnunman.

Mazmundagi savollarga aksariyat ko'pchilik (83%) 3-bandiga mansubligini aytishdi.

Bundan ko'rinadiki, ko'pchilik talaba o'zidan norozi va o'zini o'zgartirishni istaydi.

Aslini olganda kishi psixikasini qayta qurishning quroli bitta – biroq uning qo'llanish usullari benihoya xilma xil va ko'p bo'lib, har qanday hayotiy maqsadga erishishga yo'l bermaydigan asosiy g'ov aynan iroda bo'shlig'idir. Ammo emotsional tuturiqsizlik, beqarorlik, his-tuyg'ular ustidan yetarlicha nazorat qila bilmaslik kabilarning ahamiyati ham bundan kam emas. Emotsional nuqsonlar (jizzakilik, o'ta ketgan tortinchoqlik va hokazolar) ko'pincha irodali nuqsonlar bilan qo'shilib ketadi. Iroda bo'shshganda ana shu emotsional va boshqa nuqsonlar hukmronlik qiladi.

Bunday qusurlardan qutilishning yagona usuli o'z-o'zini ishontirish hisoblanadi. Bu usul hilma-xil ruhiy va jismoniy mashqlar «Maxsus» qoida hamda «Formula» lardan iborat tadbirlarni o'z ichiga oladigan ruhiy va jismoniy mashq (gimnastika) lardan iborat. Unga uyqu bilan sergaklik o'rtasidagi o'tkinchi holat (Autogenik mashq), tanani «Aravakash vaziyati» da tutish, diqqatni jamlash, ruhiy «Kulturizm», «O'z ustidan g'alaba qozonish», uzluksiz «Qaynash», hamisha «Shaxti baland bo'lish»ga intilish kabi o'nlab o'z-o'zini ishontirish va tarbiyalash odoblari kiradi.

Ma'ruzada yuqorida aytilgan o'z-o'zini tarbiyalash usullari tadbir va «Formula»lariga oid mashq qilish asoslari, muddatlari, o'z-o'zini nazorat qilishning texnikaviy, psixologik va pedagogik jihatlari haqida so'z yuritiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Muslimov N.A. Bo'lajak kasb ta'limi o'qituvchilarini kasbiy shakllantirish. Monografiya. – T.: Fan, 2004.
2. Innovatsion ta'lim texnologiyalari / Muslimov N.A., Usmonboeva M.H., Sayfurov D.M., To'raev A.B. – T.: “Sano standart” nashriyoti, 2015
3. Tolipov O'.Q., Usmonboeva M. Pedagogik texnologiya: nazariya va amaliyot. – T.: “Fan”, 2005.
4. S.Nishonova “Komil inson tarbiyasi” Toshkent “Istiqlol” 2003 y
5. Muslimov N.A. Bo'lajak kasb ta'limi o'qituvchilarini kasbiy shakllantirish. Monografiya. – T.: Fan, 2004.
6. Шарипов, Ш. С. (2017). Personality model of modern teacher. *Eastern european Scientific Journal–Germany*, 93-96.
7. Шарипова, Ш. С. (2018). Инновационные технологии в современном учебном процессе. *Молодой ученый*, (9), 185-188.
8. Шарипов, Ш. С. (2000). Педагогические условия формирования изобразительского творчества студентов (на примере факультетов Труда и профессионального образования).
9. Orishev, Jamshid (2021) "PROJECT FOR TRAINING PROFESSIONAL SKILLS FOR FUTURE TEACHERS OF TECHNOLOGICAL EDUCATION," *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*: Vol. 2021 : Iss. 2 , Article 16.

10. Ismailov T.J, Tagaev X, Kholmatov P.K, Yusupov K.Y, Alkarov K.Kh, Orishev Zh.B Karimov O.O. (2020). Cognitive-Psychological Diagram Of Processes Of Scientific And Technical Creativity Of Students. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29(08), 3669-3677.

11. Оришев, Ж. Б. (2019). ОЛИЙ ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ИННОВАЦИОН ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИНГ ИМКОНИЯТЛАРИ. *Интернаука*, (43-2), 70-72

12. Тагаев, Х., Убайдуллаев, С., Алқаров, К. Х., & Оришев, Ж. Б. (2016). ПОВЫШЕНИЕ ПАТЕНТНЫХ ЗНАНИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ. In *Современные тенденции развития аграрного комплекса* (pp. 1776-1780)

13. Исмаилов, Т. Д., Тагаев, Х., Низамов, Ш. Ш., & Суюнов, У. Д. (2019). Педагогические основы совершенствования творческой личности студентов. *Поволжский педагогический поиск*, (2), 104-111.

14. Исмаилов, Т. Д., Тагаев, Х., Юсупов, К. Я., & Эргашев, Х. (2016). О МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПОЛИТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ. In *Современные тенденции развития аграрного комплекса* (pp. 1678-1681).

15. Исмаилов, Т. Д., Тагаев, Х., Низомов, Ш. Ш., & Юсупов, М. М. (2015). ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ТРУДА. *Н-34 Научно-практические основы устойчивого ведения аграрного*, 217.

16. Murtazayev, M. Z., & Yo'ldashev, M. Q. (2020). TEXNOLOGIYA TALIMI DARSLARIDA O'QUVCHILARDA BILIM, KO'NIKMA VA MALAKALARNI SHAKLLANTIRISHNING AYRIM MASALALARI. *Научное знание современности*, (4), 39-44.

17. Алқаров, Қ. Х., Ибрагимов, А. Р., & Пардаев, Б. А. (2019). ТЎГАРАК АЪЗОЛАРИНИ ИЖОДКОРЛИК ФАОЛИЯТГА ТАЙЁРЛАШНИНГ ТАРКИБИЙ ҚИСМЛАРИ ВА БОСҚИЧЛАРИ. *Интернаука*, (20-3), 51-52.