

## **YOSH BOLALARDA XOTIRANI RIVOJLANTIRISH**

**Sharipov Quvonchbek Azamat o‘g‘li**

Samarqand davlat chet tillari instituti talabasi

Gmail: [quvonchbeksharipov944@gmail.com](mailto:quvonchbeksharipov944@gmail.com)

Ilmiy rahbar: **Nilufar Zubaydova Nematullayevna**

**Annotatsiya:** “Yosh bolalarda xotirani rivojlantirish” nomli maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarda xotira rivojlanishining muhim xususiyatlarini o‘rganadi. Maqola psixologik va pedagogik nuqtai nazardan xotira jarayonlari va ta’lim metodlarining bola rivojlanishidagi ahamiyatini tahlil qiladi. Bu davrda bolaning psixikasi bilim olishga tayyorlanib, o‘quv faoliyati boshlanadi, unda ijtimoiylashuv va xotira mashqlari muhim o‘rin tutadi.

**Kalit so‘zlar:** xotira rivoji, kichik maktab yoshi, psixologik qiyinchiliklar, ta’lim metodlari, o‘quv faoliyati, ijtimoiylashuv, bilim olish, psixologik jarayonlar, xotira mashqlari, bolaning rivojlanishi, maktab o‘quvchilari, o‘qitish, fiziologik rivojlanish, xotirani mustahkamlash, o‘quv muhit.

### **KIRISH**

Maktab ta’limining boshlang‘ich bosqichi kichik yoshdagi bolalarning kognitiv rivojlanishida muhim davr hisoblanadi. Ayniqsa, xotira rivoji bu davrda alohida o‘rin tutadi, chunki xotira bolaning bilimlarni o‘zlashtirishda asosiy vositalardan biri hisoblanadi. Kichik maktab davrida bola o‘quv faoliyatining ilk bosqichlarini boshlaydi va shu jarayonda psixologik o‘zgarishlar ham yuzaga keladi. Bu yoshdagi bolalarda ijtimoiy muhit, dars metodlari, jismoniy faoliyat va oziqlanish xotirani kuchaytiruvchi omillar sifatida tahlil etilgan. Xotira rivoji bolaning nafaqat ta’lim olishda, balki kundalik hayotda ham muvaffaqiyatga erishishi uchun zarur hisoblanadi.

### **Asosiy qism**

Kichik yoshdagi bolalarda xotira kuchli rivojlanadi. Kichik bolalar xam vaqt fazoni yaxshi farqlay oladilar. So‘z boyligi ortib boradi. Bularning barchasi bolaning kata bilan, tengdoshlari bilan muloqotga kirishishi natijasida sodir bo‘ladi. Xotiraning rivojlanishi bola bilan ishlashda talimning qaysi metodlari ustunligiga uni o‘rab turgan muhit idrok obraz bilan qanchalik boyligiga bog‘liq kichik maktab yosh davri 1-4-sinf o‘quvchilarining yosh oralig‘ini o‘z ichiga oladi. Bu davrda bola psixikasida muayyan o‘zgarishlar sodir bo‘lishini kuzatishi mumkin. Bolani birinchi bor maktab

ostonasiga qadam qo'yishi bilan unda bir qator psixalog qiyinchiliklar yuzaga kela boshlaydi.

Kichik maktab davrida bolaning birinchi bor maktab ostonasiga qadam qo'yishi unda o'quv faoliyatining boshlanishi hisoblanadi. Kichik maktab 6-7 yoshdan 9-10 yoshgacha davom etadi. Uning psixikasi bilim olishga eltadigan darajada rivojlanadi. Kichik maktab yoshdagi bolaning muhim xususiyatlaridan biri unda o'ziga xos ehtiyojlarining mavjudligidir. Bu ehtiyojlar o'z mohiyatiga ko'ra faqat muayyan bilim ko'nikma va malakalarini egallashga qaratilmay balki o'quvchilik istagini aks ettirishdan ham iboratdir. Shu ehtiyojlar asosida bolaning o'z portifeliga shaxsiy o'quv qurollariga dars tayyorlash stoliga kitob qo'yish javoniga ega bo'ish kattalardek har kuni maktabga borish istagi yotadi. Anashu ehtiyoj bola shaxsining shakillanishida shuningdek uning ijtimoiylashuvida katta ahamiyatga ega hisoblanadi. Bu davrda bola fan asoslarini o'rganish uchun biologik va psixalogik jixatdan tayyor bo'ladi.

Fiziologlarning fikriga ko'ra 7 yoshga kelib bolaning katta miyya yarim sharlari ma'lum darajada rivojlangan bo'ladi. Lekin bu yoshda inson miyasining psixik faoliyatini rejalashtirish boshqarish nazorat qilishi kabi murakkab shakllarga javob beradigan maxsus bo'limlari hali to'liq shakllanib bo'lamagan bo'ladi. (miyaning qismlari 12 yoshda rivojlanib bo'ladi) Kichik maktab o'quvchisining xotirasi o'quv kognitiv faoliyatining asosiy psixologik tarkibiy qismidir. Bundan tashqari xotirani alohida eslab qolishga qaratilgan mustaqil mnimanik faoliyat sifatida ko'rish mumkin. Maktabda o'quvchilar tizimli ravishda katta hajmdagi materialni yodlaydilar va keyin uni takrorlaydilar. Biroq amaliyot shuni ko'rsatadiki ko'plab boshlang'ich maktab o'quvchilari aniq qiyinchiliklar o'quv materialni yodlash bilan shu munosabat bilan "Kichik maktab o'quvchilarida xotira rivojlantirish" mavzusini ko'rib chiqish muvofiq.

Bugungi kunda maktab o'quvchilarining xotirasini rivojlantirish muammosi dolzarb va ijtimoiy ahamiyatga ega. Ko'pincha ota-onalar xotirasi zaifligi sababli bolani o'qitishda qiyinchiliklar bilan psixolog va o'qituvchiga murojaat qilishadi. Bola o'quv materialini yaxshi eslay olmaydi o'rgangan hamma narsani tezda metodi o'rgangan ko'rgan yoki eshitgan narsalarni haqiqatda takrorlay olmaydi. Maktab o'quvchilari past o'quv ko'rsatgichlari bolani ota-onalarini va o'quvchilarni doim hafa qiladi. Ma'lumki bolalar va o'smirlarning mehnat qobiliyati ularni sog'ligi bilan chambarchas bog'liq. Psixologlarning fikricha xotiraning asosi sog'lom turmush tarzidir. Uyqu ovqatlanish toza havoda bo'lish harakat yaxshi xotira omillaridir. Yoshda uyqu quyidagicha bo'lishi kerak.

*10 yosh 10-11 soat*

*10 yosh 10 soat*

*11 yosh va undan yuqori 9 soat*

Xotira maktabda o'qitishda muhim rol o'ynaydi. Ko'rinib turibdiki, bilimlarni to'plashda xotira katta rol o'ynaydi. Xotira xam samarali fikrlashda rol o'ynaydi, chunki mavjud bilimlar yangi narsalarni kashf qilishda yordamdir. Maktab o'quvchilarini o'rganish muvoffaqiyati xotiraning rivojlanish darajasiga bog'liq. B o'laning kun davomida qanchalik harakatchan bo'lishidan qat'iy nazar, mashg'ulotlar paytida unga bir daqiqalik jismoniy faollik kerak.

O'quv dasturi maktab hayotining asosiy tashkilotchisi va bolalar salomatligining asosiy qo'riqchisidir. Ikkinchi va uchinchi darslarda, o'quvchilarda fiziologik ko'rsatkichlar va ishlashning nisbatan barqaror holati yaxshi e'tibor va hotira davri kuzatiladi. To'rtinchi darsdan boshlab o'quvchilarning ko'pchiligi mehnat qobiliyatini yo'qota boshlaydi, diqqati pasayadi, xotirasi yomonlashadi. O'quvchilarning fiziologik funksiyali va faoliyatining eng past darajasi oxirgi darslarda qayd etilgan. 2 yoki 3 ta qiyin darsni ketma-ket qo'yish mumkin emas. Aqliy faoliyatdan jismoniy faoliyatga o'tishga imkon beradigan jismoniy tarbiya, mehnat, musiqa, rasm chizish darslarini qo'yish maqsadga muvofiq.

*Xotirani chiniqtiruvchi mashqlar.* Ayrim hollarda ko'cha-ko'yda kimnidir ko'rganingizda ko'zingizga juda tanish ko'rinadi-yu, ammo qayerda uchratganingizni eslolmay qiynalasiz. Yoki o'z uy telefon raqamingizni ham bir necha daqiqa davomida xotirlolmay xunobingiz oshgan paytlar ham uchrab turadi, to'g'rimi? Xo'sh, xotirani mustahkamlash, diqqatni jamlash uchun nimalarga e'tibor berish kerak?

Dangasalik — yomon! Yalqov odamning xotirasi ham sust bo'ladi. Nimanidir eslab qolish istagi kuchli bo'lsagina, fikrlarni bir joyga to'play olish mumkin. Nimanidir eslolmasak: hisob raqami, biror so'zning mazmuni, xonandalar ismi, yaqinlarimiz telefon raqami, — darrov yon daftarchamiz, telefon kitobchasi yoki internetdan izlashdan oldin bir necha daqiqa o'zimiz eslab ko'rishga harakat qilishimiz lozim. Aksariyat hollarda bu usul ish beradi.

***Mutolaa — zo‘r ko‘makchi.*** Har kuni bir necha sahifa bo‘lsa-da, mutolaa qilishga erinmaslik kerak. Qiziqarli kitoblar o‘qish, o‘qib tugatganimizdan keyin asarning qiziqarli syujetidan parcha va qahramonlarning ismlarini yozib qo‘yishimiz zarar qilmaydi.

Oradan ancha vaqt o‘tgach ham bu yozuvlarni qayta o‘qisak, asar voqealari yana esimizga tushadi. Bu bilan nafaqat xotiramizni mashq qildirishga erishasiz, balki atrofdagilarga ham o‘z bilimdonligimiz bilan ko‘maklashamiz: deylik, Alpomishning oti nomini eslab qola olmaydigan odamlar ham uchrab turadi. Bizning yon daftarchamizda esa bularning bari yozib qo‘yilgan.

***Harakatdan to‘xtamaslik.*** Sho‘x musiqalarga raqsga tushish, sport bilan shug‘ullanish shu jumladandir. Jismoniy faollik qon aylanishini yaxshilaydi, asab tizimini faollashtiradi, idrok qilishni ta‘minlaydi. Ayniqsa, sportning yugurish turi xotiramiz mustahkam bo‘lishiga, ma‘lumotlarni qayta tiklashimizga ko‘mak beradi.

***Mashhurlar ismi bilan taqqoslash.*** Agar bizga bironta kishini tanishtirishsa, uni esda qolarli biron mashhur shaxs nomi bilan taqqoslashga harakat qilaylik. Deylik, Nodira ismli qizni Nodirabegimning nomi bilan eslab qolish mumkin.

***Takrorlash — eng yaxshi usul.*** Muntazam she‘r yodlash xotirani juda zo‘r mustahkamlaydi. Faqat ketma-ket besh marta emas, besh kun davomida bir martadan takrorlash ijobiy samara beradi. Yaxshiroq natija uchun, yotish oldidan takrorlash lozim.

***To‘g‘ri ovqatlanish.*** Ba‘zilar uchun bu yangilik bo‘lishi mumkin, ammo to‘g‘ri ovqatlanish xotirani mustahkamlash uchun o‘ta muhimdir. Baliq, dengiz mahsulotlari, o‘simlik yog‘lari, yong‘oq, ko‘kat va sabzavotlar xotirani tiklashga yaxshi foyda beradi. Asosiysi, vitamin va minerallarga boy mahsulotlarni iste‘mol qilish kerak.

***Xorij tillarini o‘rganish.*** Xorij tillarini o‘rganish hayotimiz va ishimizda foyda beribgina qolmay, xotiramizni yanada charxlanadi, ikkita tilda so‘zlashuvchilar miyasi bitta til biluvchilarnikidan narsalarni ancha aniqroq eslab qoladi.

**Tasavvur qilish.** Xotirasi o‘tkir kishilarning ko‘pchiligi voqealarni tasavvur qilish orqali eslab qolishadi. Deylik ular raqamlarni hayvonlar timsolida tasavvur qilishadi. Yoki o‘simliklar, jonsiz predmetlarning nomlari bilan yodlab qolishadi. Masalan; ikki

— laylak, bir — simyog‘och, olti — qulf va boshqalar. 333-18-10 telefon raqamini eslab qolmoqchimiz? Ushbu raqamlar bilan biron voqea ham tuzib olishimiz mumkin.

Biz ham bir harakat qilib ko‘raylik. Uchta qaldirg‘och ustunga qo‘nib, laylakni kuzatishdi. U ham boshqa bir ustunda o‘tirib, yonatrofiga nazar solayotgan edi.

***Dona- dona qilib gapirish.*** Biron voqea yoki yangilikni so‘zlab berayotganimizda kichik pauzalar bilan (3 soniya me‘yorida) obrazli qilib gapirish lozim. Shunda tinglovchining yodida yaxshi qoladi. Aksincha, eslab qolishlarini istamasak, tez-tez gapirishga harakat qilish kerak. Miyani ham mushaklar kabi rivojlantish mumkin, qancha ko‘p va turli mashqlar bajarsak, xotiramiz ham shuncha kuchayib boraveradi.

**Xulosa.** Ushbu tadqiqoda kichik yoshdagi bolalarda xotira rivojlanishi, uning psixologik va fiziologik omillari o‘rganilgan. Maqolada ta’kidlanganidek, xotiraning mustahkamlanishi va kuchayishi o‘quv faoliyatida muhim rol o‘ynaydi. Xotira nafaqat ta’limda bilimlarni o‘zlashtirishga, balki bolaning ijtimoiylashuviga, shaxs sifatida shakllanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqot shuni ko‘rsatadiki, to‘g‘ri uyqu, yaxshi ovqatlanish, jismoniy faoliyat va muntazam mashqlar bolalarning xotirasini yaxshilaydi. Bunday mashg‘ulotlar bolaning ta’lim olish samaradorligini oshirishga ko‘maklashadi. Xotira rivoji, ayniqsa, mustaqil hayot uchun zarur ko‘nikmalarni egallashda ahamiyatlidir va ta’lim jarayonida kuchli yodlash qobiliyati talab etiladi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh. M. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O‘zbekiston, 2016, 352 bet.
2. Karimova N. I. Psixologiya asoslari. O‘zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti, 2018, 412 bet.
3. Nabiyev A. M. Bolalar psixologiyasi va tarbiyasi. Toshkent davlat pedagogika universiteti, 2017, 220 bet.
4. Sayfiev X. R. Xotira va diqqatni rivojlantirish. Sharq nashriyoti, 2019, 180 bet.
5. Yusupova Z. I. Pedagogik psixologiya. Fan va texnologiyalar, 2020, 265 bet.
6. Abdullaeva S. K. Ta’lim jarayonida bolalarning xotira xususiyatlari. O‘zbekiston, 2021, 240 bet.
7. Jumayeva, M. (2022). Analysis Of The Views Of Scientists Of The Renaissance, Based On A Unique Approach To Pedagogy And Education And Upbringing. Science and Innovation, 1(5), 26-29.
8. Bekzodovna, J. M., & Akbarovna, D. G. (2023). Innovative Methods and Tools in Higher Education. Science and Innovation, 2(11), 708-715.

9. Jumayeva, M., & Jumatova, B. (2023). Linguopragmatic Features Of Expressions Expressing Feelings In Uzbek And English Literary Texts. *Science and innovation*, 2(C12), 166-169.
10. Mohira, J. (2023). Problematic Situations That Arise in Learning Foreign Languages and Their Solutions. *International Journal of Recently Scientific Researcher's Theory*, 1(2), 414-417.
11. Халимов, Б. Г., Раупова, Н. Б., Аблаёрова, Э. Э., Гулямова, З. С., & Абдурахмонов, Н. Ю. (2021). Микробиологические Свойства И Кинетика Гумусообразования Эродированных Горных И Предгорных Почв. In *Научное Обеспечение Устойчивого Развития Агропромышленного Комплекса* (pp. 595-600).
12. Ходжимуродова, Н., Раупова, Н. Б., & Гуломова, З. С. (2016). Гумусное Состояние Эродированных Типичных Сероземов, Сформированных На Третичных Красноцветных Отложениях Неогена. In *Современное Экологическое Состояние Природной Среды И Научно-Практические Аспекты Рационального Природопользования* (pp. 88-92).
13. Раупова, Н., Ходжимуродова, Н., Гуломова, З. С., & Абдураманова, С. (2016). Гумус И Микрофлора Основных Типов Почв Вертикальных Поясов Южных Отрогов Гиссарского Хребта. In *Современное Экологическое Состояние Природной Среды И Научно-Практические Аспекты Рационального Природопользования* (pp. 95-100).
14. Раупова, Н. Б., & Сагтаровна, Ф. З. (2022). Эрозияга Учраган Типик Бўз Тупрокларнинг Агрофизикавий Хусусиятлари Ва Сув-Физик Хоссалари. *Ijodkor O'qituvchi*, 2(24), 585-589.
15. Сагтаровна, Ф. З., Маърипова, М., & Арзикулова, С. (2023). Суғориладиган Типик Бўз Тупрокларнинг Морфологик Кўрсаткичлари. *O'zbekistonda Fanlararo Innovatsiyalar Va Ilmiy Tadqiqotlar Jurnal*, 2(18), 627-631.
16. Valieva, N. (2022). Marie-Laure Derat, L'énigme d'une dynastie sainte et usurpatrice dans le royaume chrétien d'Éthiopie du XIe au XIIIe siècle. *Aethiopica*, 25, 258-261.
17. Валиева, Н. (2021). «Житие Лалибэлы»: новые перспективы исследования. *Библия и христианская древность*, 3(11), 197-214.
18. Valieva, N. (2021). Prof. Geta (t) chew Haile:(approx. 04/19/1931–June 10, 2021). *Scrinium*, 17(1), 16-19.
19. Valieva, N., & Liuzzo, P. M. (2021). Giving Depth to TEI-Based Descriptions of Manuscripts: The Golden Gospel of Ham. *Aethiopica*, 24, 175-211.

20. Valieva, N. (2020). The Manuscript Book in the Traditional Culture of Ethiopia, written by Platonov Vyačeslav Michajlovič, 2017. *Scrinium*, 16(1), 410-412.
21. Valieva, N. (2020). Getatchew Haile, The Ethiopian Orthodox Church's Tradition on the Holy Cross. *Aethiopica*, 23, 281-285.
22. Valieva, N. (2019). Nafisa Valieva, The 'Gadla Lālibalā collection of textual units': tradition and documentation. *Aethiopica*, 22, 315-318.
23. Валиева, Н. Ф. Библия И Христианская Древность. Библия И Христианская Древность Учредители: Кожухов Сергей, (3), 197-214.
24. Валиева, Н. А. (2022). Вақф Тушунчаси Ва Тарихдаги Вақф Ташкилотлари Ҳақида. *Oriental Journal of Social Sciences*, 2(2), 107-114.
25. Бойназаров, И. М., & Бобоназаров, А. А. (2024). Mantiqiy funksiyalarning minimallashtirishning Quine-McCluskey usuli: Quine-McCluskey Method of Minimization of Logic Functions.
26. Makhmudova, G. N., & Gulomova, N. F. (2023). Unlocking the potential of the digital econ-omy in the EAEU countries: identifying and overcoming obstacles. *π-Economy*, 16 (4), 7–25. DOI: <https://doi.org/10.18721/JE,16401>.
27. Гуломова, Н. (2022). Основные компоненты развития «умного» туризма в регионах. Направления развития благоприятной бизнес-среды в условиях цифровизации экономики, 1(01), 63-67.
28. Makhmudova, G., Gulomova, N., & Mirzaev, D. (2022). Legal aspects of cryptocurrency and blockchain technologies: Uzbekistan and foreign experience.
29. Нуриллаев, Ж. Я., Нуриллаев, Х. Ж., Бердимуродова, Ф. П., & Мухамадиев, Н. К. (2023). Оценка Лечебных И Метафилактических Мероприятий При Мочекаменной Болезни В Зависимости От Состава Камня. *Медицинский вестник Башкортостана*, 18(1 (103)), 24-28.
30. Махмудова, Г. Н., & Гуломова, Н. Ф. (2023). Unlocking the potential of the digital economy in the EAEU countries: identifying and overcoming obstacles. *π-Economy*, 16(4), 7-25.
31. Махмудова, Г. Н., & Гуломова, Н. Ф. (2023). Проблемы формирование цифровой экономики в странах ЕАЭС. In *Интеллектуальная платформенная экономика: тенденции развития* (pp. 10-48).
32. qizi To'yeva, M. S. (2022, November). Yangi O 'zbekiston Orifa Ayollari Va G 'Arb Ayollarining Jamiyatdagi Mavqeyi Va Ularning Huquqlari. In *International Conferences* (Vol. 1, No. 2, pp. 74-81).