



ESLAB QOLISH SAN'ATI

Mirzomatova Muhayyo Lutfilloevna

*Farg'ona shahar 7-o'rta ta'lim
maktab boshlang'ich sinf o'qituvchisi
muhayyomirzamatova35@gmail.com*

Annotatsiya: Kerakli ma'lumotlarni tez va uzoq vaqt yodlash hamma uchun ham odatiy bo'lmagan xususiyatdir. Xotira shunday tuzilganki, odam zerikarli ma'lumotni yaxshi o'zlashtirmaydi, bu unga kundalik hayotda amaliy foydalanishga olib kelmaydi. Ammo uni yodlash kerak bo'lsa, nima qilish kerak? Birinchi sinfdan boshlab, bolalar katta hajmdagi ma'lumotlarni o'rganishlari kerak. Bugungi maktab dasturi Sovet davridagi murakkablik va boylikdan farq qiladi. Bolalarni ushlab turish uchun ko'p mehnat qilish kerak. Mnemonika xotirani yaxshilashga yordam beradi, uni mukammal qiladi. Nima uchun inson xotirasini o'rgatish juda muhim? Maktab o'quv dasturidan tashqari, xotira mashg'ulotlari bilan jiddiy shug'ullanish uchun boshqa ko'plab sabablar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Mnemonika, sezgilar, o'smirlik davri, xotira saroyi, ko'nikmalar, alfanumerik kod, assotsiatsiyalar, Rim xonasi usuli, alfanumerik harakat

Inson 14 yoshga to'lgunga qadar barcha bilimlarning uchdan ikki qismini oladi. Bu bola maktabda va bog'chada o'rganadigan ijtimoiy muloqot qobiliyatlarini, hayot va koinot haqidagi bilimlarni o'z ichiga oladi. Maktab o'quv dasturi ro'yxatni to'ldiradi. Keyin balog'atga yetish davri keladi, bu davrda instinktlar aqlni egallab oladi. Ushbu davrning davomiyligi individualdir. Bilimlarni o'zlashtirish jarayoni ikkinchi darajaga o'tkaziladi. Davr tugagach, o'smir allaqachon maktabdan chiqib ketgan. Talabalik yillari sevgi tajribalari bilan to'la. Jinsiy ishtiyoq paydo bo'lganda, bilimni o'zlashtira olmaydi. Balog'at yoshi erta tugaydi, lekin reproduktiv salomatlik yoshi keksalikka qadar davom etadi. Bu holat chalg'itishi mumkin emas. Shu sababli sevib qolgan maktab o'quvchilari va talabalar o'qishni boshlaydilar, uch barobarga aylanadilar. Mnemonikaning tavsifi va xususiyatlari bu odamga katta hajmdagi ma'lumotlarni eslab qolish imkonini beradigan bir qator uslub va usullardir. Unda bolalar va kattalardagi xotirani yaxshilash bo'yicha amaliy maslahatlar mavjud. Ushbu mavzu bo'yicha qo'llanmalar mavjud.

Biror narsani eslab qolish zarurati tug'ilganda, odam ma'lumotni ma'lum bir muhitga bog'lab, xonalardan biriga joylashtiradi. Ma'lumotlar ichki qismda saqlanadi. Vaqti-vaqti bilan saroyga qaytib kelgan odam o'zining bog'lanishini barcha tafsilotlarda ko'radi. Mnemonikaning yana bir usuli teginish va hidni eslab qoladigan narsalar bilan bog'lashni taklif qiladi. Tafsilotlar, agar ular boshqa hislar bilan bog'langan bo'lsa, yaxshiroq eslab qoladi. Sezgilar xotirada quruq faktlarga qaraganda uzoqroq saqlanadi. Bolalarda xotirani yaxshilash usullari Agar siz bolada yaxshi xotirani erta rivojlantira boshlasangiz, u maktabda yuqori natijalarga erishish ehtimoli yuqori. Bu kelajakdagi muvaffaqiyatning kalitidir.



Yosh o'quvchilarda xotirani rivojlantirishning afzalliklari: Yoshlik yillarda bolalar ma'lumotni yaxshiroq tushunadilar. Nayranglarni o'rgangan mnemonika hayot davomida mexanik ravishda qo'llaniladi. Rivojlanish qiyin maktab dasturi tezroq ketadi. Xotirani rivojlantirish bolaga tengdoshlari bilan muloqot qilishda yordam beradi, muloqot qobiliyatini va miya faoliyatini yaxshilaydi. G'alaba qozonishga yordam beradi turli intellektual musobaqalarda, musobaqalarda, olimpiadalarda, testlarda. Intellektual rivojlanishni kuchaytirish va diqqatni jamlash, eslab qolish jarayoniga yukning kamayishi tufayli. Bu dalillarning barchasi bolalarga ma'lumotni eslab qolishning oddiy usullarini erta o'rgatish foydasiga gapiradi. Agar bola bolalar texnikasini amaliy qo'llashni osonlikcha yengsa, siz murakkabroq narsalarni o'rganishni boshlashingiz mumkin. Asosiy qofiyani qabul qilishdir. Bolalar she'rlar shaklida ma'lumotni yaxshiroq eslab qolishadi. Kattalar butun umri davomida rus tilining qaysi qoidasini eslashadi? Javob: "Lo'li tovuqqa oyoq uchida". Agar barcha qoidalar qofiyalarga yig'lsa, odamlar yanada savodli bo'lar edi. O'yinlarning turli shakllari bolalarda xotirani yaxshilashga yordam beradi: shaxmat, charades, grafik diktant, bolalar xazina xaritalar, boshqotirma. Yodlash usullari ma'lumotni moddiy narsa bilan asoslangan. U yoki bu voqea haqida qarindoshlarning doimiy eslatishi tushkunlikka tushadi. Bugungi kunda ko'pchilik yomon xotira haqida shikoyat qiladi. Bu yoshga, aql va ta'limga bog'liq emas. Agar siz mahsulotlar ro'yxati bilan do'konga borishga majbur qilish, telefoningizga doimiy ravishda eslatmalarni o'rnatish, mnemonika sizga kerak bo'lgan narsadir. Mnemonika nima? Mnemonika - bu raqamlar, hodisalar yoki har qanday ma'lumotlarni eslab qolishga qaratilgan maxsus texnikalar majmuasidir.

Bu har bir inson tomonidan talab qilinadi, lekin xotira hal qiluvchi rol o'ynaydigan kasblar mavjud. Kino va teatr aktyorlari uzun matnlarni yod olishga majbur. Agar xotira ularni yo'qota boshlasa, ular daromadlarini yo'qotadilar. Har bir kasbda biror narsani eslab qolish kerak bo'lgan misollar mavjud. Oddiy do'kon maslahatchilari o'z boshlarida juda ko'p ma'lumotlarni saqlashlari kerak: mahsulot, yetkazib beruvchilar, mijozlar va dolzarb muammolar haqida. Mnemonika yodlashning oson usullarini taklif etadi. U buyuk harbiy rahbarlar tomonidan dunyoni o'zgartirishga imkon beradigan harbiy strategiyalarni ishlab chiqishda foydalanilgan. Xotira insondagi eng qimmatli narsadir. Hayotning baxtli daqiqalarini va muhim voqealarni saqlash uchun undan iloji boricha qanday foydalanishni o'rganishga arziydi.

Biz aniqlaymiz nimani eslash kerak. Biz bog'laymiz tasvirlar o'ziga xos his-tuyg'ularga, vizual o'zgarishlarga. Xotirada zanjirli reaksiya o'rnatildi, bu sizga kerakli bilimlarni o'z vaqtida olish imkonini beradi. Ushbu tamoyilga ko'ra, mnemonikaning turli usullari va usullari ishlaydi. Texnikani o'zlashtirganingizdan so'ng, uni butun umringiz davomida ishlatishingiz mumkin. Bu kompyuter dasturini o'rnatishga o'xshaydi: uni bir marta o'rnatasiz va kerak bo'lganda foydalanasiz. Ushbu tadbirlar bolalar va kattalarga yordam beradi. Maktab o'quvchilari va maktabgacha yoshdagi bolalar oddiy texnikani o'rganib, ularning hayotini sezilarli darajada osonlashtiradi. O'smirlik davrida ular katta hajmdagi ma'lumotlarni o'zlashtirishlari kerak bo'ladi. Asosiy usullar va usullarning tavsifi xotirada kerakli ma'lumotlarni to'g'ri tartibda saqlashga imkon beradigan bir nechta asosiy texnikalar mavjud.



Yana bir misol mnemonika "Xotira saroyi" deb ataladi. Oldingi texnikalar kabi vizual tasvirlar printsipi asosida ishlaydi. Ushbu texnikani qo'llash uchun tasavvurda saroy quriladi. Buni batafsil aylanib o'tish, ichidagi butun vaziyatni o'rganish kerak. Tafsilotlarni yo'qotmasdan ushbu saroy atrofida aylanib yurganingizda, siz usuldan foydalanishingiz mumkin. Kerakli ma'lumotlar xonalarning biriga joylashtiriladi, dekor va ichki tafsilotlarga bog'lanadi. Saroyingizga kirganingizda, u yerda sizga kerak bo'lgan hamma narsani topasiz. Ortiqchalik ishonchsizligi ma'lum bo'lgan xotira tanklarida saqlanadi. Vaqt o'tishi bilan barcha begona ma'lumotlar o'chiriladi. Xotira saroyi texnikasining afzalliklari yangi boshlanuvchilar uchun javob beradi. Siz butun umr saroydan foydalanishingiz mumkin. Vaqt o'tishi bilan interyerning tafsilotlari aniq bo'ladi, go'yo ular haqiqatda mavjud. Texnika kattalar tomonidan qo'llaniladi, ammo u rivojlangan bolalar uchun ham mos keladi. Ushbu tamoyil bo'yicha xotira mashg'ulotlari birinchi kunlardanoq natijalar beradi, agar siz saroyni tezda tasavvur qila olsangiz. Ushbu texnikaga ega bo'lishning kuchli tomonlarini ko'rishingiz mumkin. Ko'plab ajoyib odamlar uni yaxshi bilishadi. Bolalar uchun eslash va o'ynash usullari Bolalar uchun so'zlarni yoki narsalarni yodlashga o'rgatadigan turli xil o'yinlar mavjud. Bolalikda hamma she'r o'rgandi. Ko'p bolalar bog'chasi qofiyalarini biz butun umrimiz davomida eslaymiz. Bu bolalar uchun mnemonika ishining namunasidir. Bundan tashqari, xotirani o'rgatadigan va bolalar uchun yodlashga yordam beradigan ko'plab qiziqarli o'yinlar mavjud. Yordam beradi rasmlar bilan xotira rivojlantirish o'yin. Har bir rasmda hayvon yoki narsa tasvirlangan. Boladan har bir mavzu haqida gapirish so'raladi. Suratlar aylantirilganiga e'tibor bering va chaqaloq ularning joylashishini taxmin qiladi. Ushbu o'yin vizual xotirani rag'batlantiradi. Rasmlar ma'lum bir joyga bog'langan. Boshlash uchun 9 ta rasmdan foydalanish tavsiya etiladi. 3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun kvadrat ichida 4 ta rasmdan boshlang. Shunga o'xshash o'yinlar bolalar bog'chalarida o'tkaziladi. Ko'nikmalar bolaga hayot davomida foydali bo'ladi. O'yin o'z-o'zini rivojlantirishga qiziqishni rivojlantiradi. Ushbu mashqlarni bolalar bilan bajarish siz ularga muvaffaqiyat qozonishlariga yordam berasiz. Xotirani rivojlantirish, fikrlash jarayonlarini yaxshilash. Texnikani o'zlashtirish uchun vaqt va kuch sarflang, ammo natija sizni bir necha marta xursand qiladi. O'z-o'zini rivojlantirish har bir inson hayotining eng muhim qismidir. Mnemonika har qanday ma'lumotni yodlash usullari bo'lib, ular inson psixologiyasi va sezgirligiga asoslanadi. Mnemonikani bilish va undan foydalanish ismlar, familiyalar, manzillar, raqamlar va hokazolarni yaxshiroq eslab qolishga yordam beradi. Mnemonika- bu ma'lumotni yaxshiroq eslab qolishga yordam beradigan ishlab chiqilgan usullar, texnikalar va usullar. Mavhum obyektlar mnemonikasining asosiy printsipi vizual, eshitish va hissiy tasvirga ega bo'lgan tushunchalardir. Mnemonik fokuslar yodlashning katta to'plamidan iborat.

1. Alfanumerik kod bu ong so'zlarni harflar bilan shifrlaganda va bu harflar yordamida kerakli ma'lumotlarni eslab qoladi.

2. Uyushmalar ba'zi yorqin assotsiatsiyalar yordamida bizning miyamiz ma'lumotni eslab qoladi. Biz ushbu ma'lumotni eslab qolishimiz va tiklashimiz kerak bolganda, biz o'sha paytda sodir bo'lgan g'ayrioddiy uyushmalarni eslaymiz va ma'lumotlar bizga qaytariladi. 3. Qofiyalar 4. Konsonans so'z yoki iboralar yordamida siz xorijiy so'zlarni,



murakkab atamalarni, ilmiy atamalarni yodlashingiz mumkin. 5. Rim xonasi usuli Siz ob'ektlarni yodlaysiz va ularga xonangizdagi biron bir ob'ektning nomini berasiz. 1. Alfaniymerik harakat

Yodlash uchun so'zlarni qanday bog'lash mumkin. Misol uchun, so'zlarni eslab qolishingiz kerak: bosh, it, qor, xalq artisti, o'yin maydonchasi, mushuk, matkap, luntik, havza, tutun, bodring, tuyoq, nok. Yangi so'zlarni yodlash uchun biz yangi so'zlarni ko'cha tavsifi sxemasiga yoki xona tavsifi sxemasiga bog'laymiz va ularni asta-sekin birma-bir yodlaymiz. Bunday holda siz xonaning dekoratsiyasidan foydalanishingiz mumkin. Masalan, men eshikdan kiraman va boshim aql bovar qilmaydigan tezlikda ishlay boshlaydi, men burchakka qarayman va u erda it burchakni ishqalaydi, men devorga qarayman, unda chiroyli qor parchalari chizilgan, men ketaman karavot yonidagi stolda, unga xalq artistining surati yopishtirilgan, qaragam, bolalar maydonchasi bor va hokazo. Eng muhimi, buni qanday qilish mumkinligi printsipini tushunishdir. Mashg'ulotlar, mashg'ulotlar yoki eslash uchun eng yaxshi vaqt - uyg'onganingizdan keyingi ertalabki soatlar, yaxshi dam olganingiz yoki kechqurun. Nima uchun kechqurun, chunki uyqu paytida qisqa muddatli xotira uzoq muddatga o'tadi. Zaryad qilish uchun tanaffuslar qilishni unutmang. Xotira jismoniy faoliyatdan so'ng, sport bilan shug'ullangandan keyin ham yaxshi ishlaydi.

Har qanday odam ma'lum miqdordagi aniq ma'lumotni eslab qolishi kerak. Mnemonika sizga kerakli ma'lumotlarni yaxshiroq eslab qolish imkonini beradi. Mnemonik ma'lumotlarning turlari nima uchun bir turi yaxshi esda qolishi (tasvirlar), ikkinchisi yomonroq (matnlar) va uchinchisi (aniq ma'lumot) ko'pchilik tomonidan eng yomon esda qolishi; shuningdek, ishda xotirani o'rgatish uchun amaliy mashqlar bajarib boorish kerak. Siz notiqlik hech qanday ma'noga ega emas. Professional ma'ruzachilar mnemonikani o'rganadilar, shuning uchun ularning nutqlari juda silliq oqadi. Maktab o'quvchilari va talabalar. Mnemonika sizga ma'lumotni yaxshiroq eslab qolishga yordam beradi. Imtihonlarda siz xotirangizdan nusxa olasiz. Bu ancha xavfsizroq. Bundan tashqari, agar xohlasangiz, ma'lumot xotirangizda uzoq vaqt davomida saqlanishi mumkin. Agar siz o'z sohangizda yuqori malakali mutaxassis, professional bo'lishni istasangiz, bu talab qilinishi mumkin. Mnemonika imtihonlarga tayyorgarlik vaqtingizni sezilarli darajada qisqartiradi. O'qituvchilar. Mnemonika notiqlikning bir qismi sifatida paydo bo'lgan. O'qituvchi eslatmalarga qarasa, bu unga hurmatni oshirmaydi. Ma'ruza materialini yodlash orqali siz hech qachon qayta tayyorgarlik ko'rishga vaqt sarflamaysiz.

Xulosa qilib aytganda, yuksak xotiraga ega bo'lish uddalab bo'lmas ish emas. Aslida u juda oson kuzatuvchanlik, diqqatni jamlashni o'rganish, sanalarni yodda saqlab qolish uchun suratlar bilan bog'lanish, ismni esda saqlash uchun uning ma'nosini bilish, qanday yozilishiga e'tibor berish, darsliklarni qayta-qayta takrorlash orqali esda qoldirish va albatta mnemonika — esda saqlab qolish san'ati kabi yo'llardan iborat.