

Hamzayeva Farog'at Abdujabbor qizi

Termiz davlat pedagogika instituti talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada diqqat haqida umumiy tushuncha, diqqat turlari va vazifalari ahamiyati haqida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Diqqat nerv- fizologik asosi, ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqat, oriyentirovka, dominanta, diqqatning barqarorligi, diqqatning ko'lami va kuchi, diqqat xususiyatlari.

Diqqat deb ongimizni bir nuqtaga to'plab, ma'lum narsa va hodisalarga faol yo'naltirishga aytiladi. Diqqat sezish jarayonida idrok qilishda, xotira, hayol va tafakkur jarayonlarida har doim ishtirok etadi. Demak, diqqat barcha aks ettirish jarayonlarimizning doimiy yo'ldoshidir. Diqqat inson faoliyatining barcha turlarini muvafaqiyatli amalga oshirishning va ularning samadorligini ta'minlovchi muhim shartlardan biridir. Kishi faoliyati qanchalik murakkab, serzahmat, davomiylik jihatdan uzoq muddatli, mas'uliyat hissini taqozo qilsa, u diqqatga shunchalik yuksak shartlar va talablar qo'yadi. Inson ziyrakligi, farosatliligi, tez payqashi, sinchkovligi, dilkashligi uning turmush sharoitida, shaxslararo munosabatida muhim omil sifatida xizmat qiladi. Diqqat aqliy faoliyatning barcha aqliy faoliyatining barcha turlarida ishtirok etadi, insonning xatti-harakatlari ham uning ishtirokida sodir bo'ladi. Psixologiya fanida diqqatga har xil ta'riflar beriladi. Diqqat deb ongni bir nuqtga to'plab, muayyan bir obyektga faol qaratilishini aytamiz. P.I.Ivanovning fikricha, biz faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir narsa, har bir hodisa, o'zimiz qilgan ishimiz, o'y va fikrlarimiz diqqatning obyekti bo'la oladi. Diqqatning nerv-fizialogik asosida oriyentirovka yoki tekshirish deb aytiladigan maxsus reflekslar yotadi. Oriyentirovka yoki tekshirish refleksi diqqatning fiziologik asosi hisoblanadi, chunki bu refleks bosh miya yarim sharlarining po'stida kuchli qo'zg'alish jarayonidan iborat bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, har bir daqiqada organimizga turli narsalarning ta'siridan hosil bo'lgan qo'zg'alishlarga nisbatan, oriyentirovka yoki tekshirish refleksini hosil qilgan narsaning ta'siridan yuz bergan qo'zg'alish kuchki bo'ladi. Diqqat ma'lum nerv markazlarining qo'zg'alishi va miyadagi boshqa nerv markazlarining tormozlanishi bilan bog'liqdir. Bu esa subyekt ahamiyatli bo'lgan qo'zg'atuvchilarni ajratishni, ya'ni psixik faoliyatning yo'naltirilishini ta'minlaydi. Bunday yo'naltirishning sodda misoli sifatida oriyentatsiya refleksini ko'rsatish mumkin. Har qanday yangidan yuzaga kelgan qo'zg'atuvchi, agar u yetarli darajada bo'lsa, tegishli qo'zg'alish jarayoni yuzaga keltiradi, bu refleks, I.P.Pavlov aytganidek « nima u » degan refleks bilan ifodalanadi, bu esa sodda turdagi diqqatning fiziologik asosidir. I.P.Pavlov ta'limoti bilan akademik A.A.Uxtomshiy olib borgan tekshiruvlari bir biriga to'g'ri keladi. Agar nerv sistemasiga bir qancha qo'zg'aluvchilar bir vaqtda ta'sir qilsa bosh miya po'stida shu ongning o'zida bir necha qo'zg'alish o'choqlari paydo bo'ladi. Shu bilan birga har bir qo'zg'alish o'chog'I bosh miya po'stining hamma yog'iga tarqalishiga iradiatsiyalanishiga moyildir. Shuning uchun ayrim qo'zg'alish o'choqlari o'rtasida to'qnashish va „kurash“ sodir

bo'ladi. Bu kurash natijasida qo'zg'alish o'choqlaridan biri hukmron bo'lib oladi. Mana shu hukmron bo'lib olgan qo'zg'alish o'chog'ini akademik Uxtomshiy, „dominanta” deb ataydi.

Dominanta –bu ayni chog'da, markazda sodir bo'ladigan reaksiyalar harakterini bir qadar belgilab beruvchi hukmron qo'zg'alish o'chog'idir. Dominantalar bir qadar belgilar beruvchi hukmron qo'zg'alish o'chog'idir. Dominantalar mavjud bo'lgan boshqa qo'zg'alish o'chog'I [subdominantalar kuchsiz qo'zg'alish o'choqlari] ko'pincha yo'qolib ketmaydilar. Ular dominantaga qo'shilib uni kuchaytiradilar yoki dominant bilan kurasha boshlaydilar. Bu kurash jarayonida subdominanta dominantaga bo'lib olishi mumkin, ilgari dominantaga esa subdominanta bo'lib qolishi mumkin. Hukmron qo'zg'alish o'chog'I bo'lgan dominantaga diqqatimizning ma'lum narsaga yo'naltirilishi va to'planishining fiziologik asosidir. Diqqatning turlari ikki xil. Diqqatning ko'chuvchanligi biz uning bir narsadan ikkinchi boshqa bir narsaga, faoliyatning bir turidan boshqa turiga o'tishini tushinamiz. Masalan, odam o'z diqqatini kitob o'qishdan surat ko'rishga, surat ko'rishdan esa o'z fikrlarini bayon etishga ko'chirishi mumkin. Diqqatning bo'linishi har kimda har xil bo'ladi. Buning sababi shundaki, diqqatining yengillik bilan bo'linishi diqqatimiz qaratilgan narsalarning ilgari bizga qanchalik tanishligi bilan bo'liqdir. Diqqatning kuchi va barqarorligi deb odam o'z diqqatini biror narsa yoki hodisaga uzoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishiga aytiladi. Parishonlik-diqqatni ma'lum bir obyektga qarata olmasdan iborat salbiy xususiyat. Parishonlik vaqtincha holat bo'lishi ham shaxsning nisbatan barqaror xislati bo'lishi ham mumkin.

Xulosa: Ushbu maqolamda diqqat haqida ma'lumotlar va nazariyalar asosida yozdim. Biz uchun eng kerakli narsalardan biri bu diqqatdir. Biz har bir ishni qilishimizdan oldin diqqatimizni jamlashimiz kerak. Men maqolamda diqqatning buzilishidagi omillar haqida ma'lumotlar kiritdim. Fikrlarimizning to'g'ri yo'naltirish uchun diqqatimizning kuchi va barqarorligiga e'tibor berishimiz kerak.

REFERENCES:

1. P.I.Ivanov.M.E.Zufarova Umumiy Psixologiya
2. G'oziyev E "Umumiy psixologiya" 1-kitobi Toshkent 2004
3. Ashurova, S. F., & qizi Karimova, M. N. (2023). OILADA O 'SMIRLARNING SOG'LOM TURMUSH TARZI VA OILAVIY HAYOT HAQIDAGI TASAVVURLARI SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 363-368.
4. qizi Imonova, MB (2023). MUSIQANING INSON HISSIYOTIGA TASIRI. National Scientific Research International Journal natijalari , 2 (3), 156-161.
5. Иманов, Б., & Имонова, М. (2021). Развитие творческих способностей учеников при выполнении проблемных экспериментов по физике с помощью инновационных технологий. Общество и инновации, 2(2), 222-227.
6. Imonova, M. B. (2023). Oila tinchligi–jamiyat faravonligi asosi. Finland academic research science publisher, 1148-1151.



7. Имонова, М. (2023). Musiqiy tarbiya–qudratli quroldir yohud musiqiy tarbiyaning shaxs shakllanishiga tasiri. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 35-37.
8. Имонова, М., & Таджиева, Д. (2023). Boshlangich sinf oquvchilarida milliy tarbiyani pedagogik va psixologik rivojlanishi qonuniyatlari. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 74-76.
9. Иманова, М. Б. (2021). ШАХС ХАРАКТЕРИ АКЦЕНТУАЦИЯСИ ВА ДЕСТРУКТИВ ХУЛҚ-АТВОР. Academic research in educational sciences, 2(11), 1399-1403.
10. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. Science and innovation, 2(B3), 355-358.
11. Имонова, М. Б. (2023). ВАЖНОСТЬ СЕСТРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЛИЧНОМ РАЗВИТИИ. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 2(22), 120-123.
12. Imonova, M. B. (2023). Causes of Suicide Tendency in Adolescents. Journal of Discoveries in Applied and Natural Science, 1(1), 62-67.
13. Иманов, Б., & Иманова, М. Б. Қ. (2021). ДАРС ТУЗИЛМАСИ ВА УНГА ТАЙЁРГАРЛИК. Academic research in educational sciences, 2(5), 1158-1162.
14. Имонова, М. Б. (2023). РОЛЬ ОТНОШЕНИЯ СИБЛИНГА В ПРОБУЖДЕНИИ МОТИВОВ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ. Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры, 3(10), 101-104.
15. Imanov, B. B. (2023). O'QUVCHILARNING TABIATDA SODIR BO'LAYOTGAN FIZIK JARAYONLARNI ANGLAB ETISHDA TAJRIBALARNING O'RNI. Interpretation and researches, 2(1).
16. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. Science and innovation, 2(B3), 355-358.
17. Imanov, B. B. (2021). Competences in the quality of education and their organization. ASIAN JOURNAL OF MULTIDIMENSIONAL RESEARCH, 10(5), 419-424.
18. Imanov, B. B. (2021). Lesson and its analysis as factor of increasing the quality of education. European scholar Journal. Available online at://www. scholarzest. com, 1.
19. Summers, D., Kushzhanov, N., Almurzayeva, B., Yesengulova, M., Abdirakhmanova, Y., Safarov, R., & Imanov, B. MORAL DILLEMAS IN DIGITAL & FOREIGN WORLD. BULLETIN OF NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN ISSN 1991-3494 Volume 2, Number 372 (2018), 68–74.
20. Berdievich, IB, & Nazinovich, SDND (2021). Dars va uning tahlili ta'lim sifatini oshirish omili sifatida. Yevropa olimlari jurnali , 2 (1), 42-45.
21. Mahmudov, YG, & Imanov, BB (2021). Dars sifati ko'rsatkichlari. Osiyo ko'p o'lchovli tadqiqot jurnali , 10 (10), 653-656.



22. Каримова, М. (2023). O'zbek oilalarida qizlarni oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 37-40.
23. qizi Karimova, M. N., & Ashurova, S. F. (2023). PROFESSIONAL TA'LIMDA TAHSIL OLAYOTGAN QIZLARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASH VA ULARDA SOG 'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 369-373.
24. Karimova, M. (2023). QIZLARNING MUHABBAT BORASIDAGI TASAVVURLARINING OILA MUSTANKAMLIGIGA TA'SIRI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(2).
25. Каримова, М. (2023). O'zbek oilalarida qizlarni oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 37-40.
26. Ne'Matullayeva, S. (2022). MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA O 'YIN TERAPIYASINI QO'LLASHGA OID QARASHLAR. Science and innovation, 1(B4), 444-449.
27. Nematullaeva, S. (2023). DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN THROUGH GAME THERAPY. Horizon: Journal of Humanity and Artificial Intelligence, 2(4), 86-88.
28. Ne'matullayeva, S. (2022). Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida oyin terapiyasini qo'llashda innovatsion usullar. O 'zbekiston milliy universiteti xabarлари, 1(6).
29. Nematullaeva, S. (2023, April). The role of play therapy in a child's life. In Academic International Conference on Multi-Disciplinary Studies and Education (Vol. 1, No. 1, pp. 9-10).
30. Неъматуллаева, С. Х. (2023). Влияние Игровой Терапии В Формировании Личности Детей. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture, 4(2), 31-33.
31. Нематуллаева, С. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarning shaxs sifatida kamolotida o'yin terapiyasining ahamiyati . Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 43-46. извлечено от <https://inlibrary.uz/index.php/psychological-service-education/article/view/23475>
32. qizi Ne'matullayeva, S. X., & Ulug'bek qizi Abduqahhorova, M. (2023). BOLA SHAXSINING RIVOJIDA O 'YIN TERAPIYASINI QO 'LLASH SHART-SHAROITLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 341-344.
33. Ne'matullayeva, S. (2022). PERSPECTIVES ON THE USE OF PLAY THERAPY IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. Science and Innovation, 1(4), 444-449.
34. Норбошева, М. А. (2023). КЛАССИФИКАЦИЯ МОТИВОВ УЧЕНИЯ. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 255-258.
35. НОРБОШЕВА, М. А. (2020). Отражение Национальных Ценностей В Национальных Играх. ECLSS Online 2020b, 312.