RAQAMLI TA’LIM MUHITINING TALABALARNING PSIXOLOGIK HOLATIGA TA’SIRI

Abdurasulova Lobar Esonbek qizi

Annotatsiya: Mazkur maqolada raqamli ta’lim muhitining oliy ta’lim talabalarining psixologik holatiga ta’siri tahlil qilingan. Bugungi kunda elektron ta’lim platformalari, videodarslar, raqamli o‘quv resurslari, masofaviy ta’lim va sun’iy intellektga asoslangan vositalarning ta’lim jarayoniga keng joriy etilishi talabalarning o‘quv faoliyatini tashkil etish usullarini sezilarli darajada o‘zgartirmoqda. Raqamli muhit ta’lim olish imkoniyatlarini kengaytirish, mustaqil ishlashni rivojlantirish, individual ta’lim sur’atini tanlash va axborotdan tez foydalanish imkonini beradi. Shu bilan birga, uzoq vaqt davomida ekran qarshisida bo‘lish, axborotning haddan tashqari ko‘pligi, doimiy onlayn muloqot, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar va ijtimoiy izolyatsiya kabi omillar ayrim talabalar uchun psixologik noqulayliklarni yuzaga keltirishi mumkin. Maqolada raqamli ta’lim muhitining talabalarning motivatsiyasi, diqqat-e’tibori, hissiy holati, ijtimoiy munosabatlari va mustaqil ta’lim ko‘nikmalariga ta’siri yoritilgan hamda sog‘lom raqamli ta’lim muhitini shakllantirish bo‘yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar: Raqamli ta’lim, oliy ta’lim, talaba, psixologik holat, raqamli muhit, ta’lim texnologiyalari, motivatsiya, diqqat, stress.

Kirish

Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi jamiyat hayotining barcha sohalari, jumladan, ta’lim tizimiga ham katta ta’sir ko‘rsatmoqda. Oliy ta’lim muassasalarida elektron ta’lim platformalari, videokonferensiyalar, elektron kutubxonalar, multimedia vositalari va turli raqamli o‘quv resurslaridan foydalanish ta’lim jarayonining ajralmas qismiga aylanib bormoqda.

Raqamli ta’lim muhiti talabalarga o‘quv materiallarini istalgan vaqtda ko‘rib chiqish, mustaqil ravishda bilim olish, topshiriqlarni elektron shaklda bajarish va o‘qituvchi bilan masofadan turib muloqot qilish imkonini beradi. Bunday imkoniyatlar ta’limning qulayligi va moslashuvchanligini oshiradi.

Biroq ta’limning raqamlashtirilishi faqat texnik yoki metodik masala emas. Raqamli muhit talabaning hissiy holati, motivatsiyasi, diqqatni jamlash qobiliyati va ijtimoiy munosabatlariga ham ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli zamonaviy ta’lim jarayonida raqamli texnologiyalarning psixologik jihatlarini o‘rganish muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolaning maqsadi raqamli ta’lim muhitining talabalarning psixologik holatiga ta’sirini tahlil qilish hamda ta’lim jarayonida raqamli

vositalardan samarali va psixologik jihatdan maqbul foydalanish yo‘llarini yoritishdan iborat.

Asosiy qism

Raqamli ta’lim muhitining mazmuni

Raqamli ta’lim muhiti — bu ta’lim jarayonini tashkil etishda elektron va raqamli texnologiyalardan foydalanishga asoslangan ta’lim makonidir. U elektron ta’lim platformalari, raqamli darsliklar, videodarslar, onlayn testlar, virtual laboratoriyalar, videokonferensiyalar va boshqa elektron resurslarni o‘z ichiga oladi.

Raqamli muhitning asosiy xususiyati ta’lim jarayonining moslashuvchanligidir. Talaba o‘quv materiallarini qayta ko‘rishi, qo‘shimcha manbalarni mustaqil izlab topishi va ayrim topshiriqlarni o‘ziga qulay vaqtda bajarishi mumkin.

Bundan tashqari, raqamli texnologiyalar o‘qituvchi va talaba o‘rtasidagi kommunikatsiya imkoniyatlarini kengaytiradi. Elektron pochta, messenjerlar, videokonferensiyalar va ta’lim platformalari orqali tezkor aloqa o‘rnatish mumkin.

Raqamli ta’limning talabalarning motivatsiyasiga ta’siri

Talabaning o‘quv faoliyatidagi muvaffaqiyati ko‘p jihatdan uning motivatsiyasiga bog‘liq. Raqamli ta’lim vositalari ta’lim materiallarini interaktiv, vizual va qiziqarli shaklda taqdim etish orqali o‘quv motivatsiyasini qo‘llab-quvvatlashi mumkin.

Masalan, videolar, animatsiyalar, interaktiv testlar va elektron topshiriqlar murakkab mavzularni tushunishni osonlashtiradi. Talaba o‘z natijasini tezda ko‘rishi va xatolarini aniqlashi mumkin. Bu esa o‘zlashtirish jarayonida ijobiy motivatsiyani shakllantirishga yordam beradi.

Shu bilan birga, raqamli muhitda topshiriqlarning haddan tashqari ko‘pligi yoki doimiy nazorat mavjudligi ayrim talabalarda o‘quv bosimini kuchaytirishi mumkin. Shuning uchun raqamli ta’limda topshiriqlar hajmi va murakkabligini talabalarning imkoniyatlariga moslashtirish muhimdir.

Raqamli muhit va talabalarning diqqat-e’tibori

Raqamli qurilmalardan foydalanish ta’lim jarayonida diqqatni jamlash masalasini ham dolzarb qiladi. Kompyuter yoki smartfon orqali dars o‘tayotgan talaba bir vaqtning o‘zida turli xabarlar, ijtimoiy tarmoqlar va boshqa axborot manbalari bilan chalg‘ishi mumkin.

Axborotning ko‘pligi ham diqqatni boshqarishni qiyinlashtirishi mumkin. Shu sababli talabalarda raqamli gigiyena va vaqtni boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish zarur.

O‘quv mashg‘ulotlarini qisqa va mantiqiy bloklarga ajratish, interaktiv topshiriqlardan foydalanish, tanaffuslar tashkil etish va dars vaqtida keraksiz

raqamli bildirishnomalarni cheklash diqqatni jamlashga yordam berishi mumkin.

Raqamli ta’limning hissiy holatga ta’siri

Talabalarning hissiy holati ta’lim samaradorligining muhim omillaridan biridir. Raqamli ta’limning qulayligi ayrim hollarda talabada o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirishi mumkin. Masalan, talaba murakkab videodarsni bir necha marta ko‘rib, mavzuni o‘zlashtirish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Biroq masofaviy ta’lim jarayonida o‘qituvchi va guruhdoshlar bilan bevosita muloqotning kamayishi ayrim talabalarda yolg‘izlik yoki ijtimoiy aloqalarning cheklanganligi hissini keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli raqamli ta’lim muhitida ham jonli muloqot va guruhiy faoliyatni saqlab qolish muhim.

O‘qituvchi tomonidan talabalarning fikrlarini tinglash, savollariga javob berish va ijobiy fikr-mulohaza bildirish raqamli ta’lim muhitida psixologik qo‘llab-quvvatlashning muhim shakllaridan hisoblanadi.

Raqamli ta’lim va stress

Ta’lim jarayonida ma’lum darajadagi stress tabiiy holat bo‘lishi mumkin. Imtihonlar, topshiriqlar, muddatlar va akademik talablar talabaning ruhiy zo‘riqishini oshirishi mumkin.

Raqamli muhitda esa topshiriqlar va xabarlarning doimiy ravishda kelib turishi ta’lim bilan bog‘liq faoliyatning shaxsiy vaqtga ham kirib kelishiga sabab bo‘lishi mumkin. Masalan, talaba o‘qishdan tashqari vaqtda ham elektron xabarlar yoki topshiriqlarni tekshirishga majbur bo‘layotgandek his qilishi mumkin.

Bunday holatlarning oldini olish uchun ta’lim jarayonida aniq vaqt chegaralarini belgilash, topshiriqlar muddatini oqilona rejalashtirish va talabalarga mustaqil dam olish vaqtini saqlash imkonini berish zarur.

Raqamli ta’limning ijobiy psixologik jihatlari

Raqamli ta’lim muhitining talabalarning psixologik holatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin bo‘lgan bir qator jihatlari mavjud.

Birinchidan, ta’limning moslashuvchanligi talabaga o‘z o‘quv faoliyatini individual tarzda rejalashtirish imkonini beradi.

Ikkinchidan, elektron resurslardan foydalanish talabaning mustaqil ishlash ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Uchinchidan, interaktiv va multimedia vositalari o‘quv jarayonini qiziqarliroq tashkil etishga yordam beradi.

To‘rtinchidan, raqamli ta’lim vositalari turli ta’lim ehtiyojlariga ega bo‘lgan talabalar uchun qo‘shimcha imkoniyatlar yaratishi mumkin.

Beshinchidan, o‘zlashtirish natijalarini tezkor ko‘rish va tahlil qilish talabaning o‘z faoliyatini nazorat qilishiga yordam beradi.

Raqamli ta’limning ehtimoliy salbiy jihatlari

Raqamli ta’lim muhitidan foydalanishda ayrim xavflarni ham hisobga olish zarur. Uzoq vaqt ekran qarshisida bo‘lish jismoniy charchoqni kuchaytirishi, doimiy axborot oqimi esa diqqatni boshqarishni qiyinlashtirishi mumkin.

Bundan tashqari, raqamli qurilmalarga haddan tashqari bog‘lanish real hayotdagi ijtimoiy munosabatlarning kamayishiga olib kelishi mumkin. Masofaviy ta’lim sharoitida talabalarning guruhdoshlari va o‘qituvchilar bilan bevosita muloqot qilish imkoniyatlarini saqlab qolish shu sababli muhimdir.

Raqamli ta’limda texnik muammolar ham psixologik noqulaylik tug‘dirishi mumkin. Internetning uzilishi, platformadagi texnik nosozliklar yoki qurilmalar bilan bog‘liq muammolar talabaning ta’lim jarayonidagi ishtirokiga salbiy ta’sir qilishi mumkin.

Sog‘lom raqamli ta’lim muhitini shakllantirish

Talabalarning psixologik holatini qo‘llab-quvvatlash uchun raqamli ta’lim muhitini tashkil etishda quyidagi tamoyillarga amal qilish maqsadga muvofiq:

1. **Raqamli va an’anaviy ta’limni uyg‘unlashtirish.** Onlayn mashg‘ulotlar bilan bir qatorda bevosita muloqot va guruhiy faoliyatni tashkil etish.
2. **Axborot yuklamasini me’yorlash.** Talabaga haddan tashqari ko‘p elektron material va topshiriqlar bermaslik.
3. **Tanaffuslarni tashkil etish.** Uzoq davom etadigan raqamli mashg‘ulotlar orasida qisqa tanaffuslar belgilash.
4. **Vaqtni boshqarishni o‘rgatish.** Talabalarga o‘quv va shaxsiy vaqtni to‘g‘ri taqsimlash bo‘yicha tavsiyalar berish.
5. **Psixologik qo‘llab-quvvatlash.** Talabalarning hissiy holatini hisobga olish va zarur hollarda psixologik maslahat xizmatlaridan foydalanish imkoniyatini yaratish.
6. **Raqamli gigiyenani shakllantirish.** Qurilmalardan foydalanish madaniyati, axborot xavfsizligi va sog‘lom raqamli odatlarni rivojlantirish.
7. **Talabalarning fikrini o‘rganish.** Raqamli ta’lim jarayoni bo‘yicha muntazam ravishda so‘rovnomalar va fikr-mulohazalar yig‘ish.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, raqamli ta’lim muhiti zamonaviy oliy ta’limning muhim tarkibiy qismiga aylanib bormoqda. Uning talabalarning psixologik

holatiga ta’siri bir xil emas: raqamli texnologiyalar ta’limning qulayligi, moslashuvchanligi, mustaqil ishlash imkoniyati va o‘quv motivatsiyasini qo‘llab-quvvatlashi mumkin, biroq ortiqcha ekran vaqti, axborot yuklamasi, diqqatning chalg‘ishi va ijtimoiy muloqotning kamayishi kabi omillar ayrim noqulayliklarni yuzaga keltirishi ehtimoli mavjud.

O‘qituvchi raqamli vositalardan foydalanishda ta’lim mazmuni, topshiriqlar hajmi, talabalar bilan muloqot, individual imkoniyatlar va dam olish vaqtining muvozanatiga e’tibor berishi kerak. Raqamli hamda an’anaviy ta’lim shakllarini oqilona uyg‘unlashtirish talabalarning nafaqat akademik natijalarini, balki psixologik farovonligini ham qo‘llab-quvvatlashga xizmat qiladi.

Kelgusida oliy ta’lim muassasalarida raqamli ta’limning talabalar psixologik holatiga ta’sirini muntazam o‘rganish, raqamli gigiyena bo‘yicha targ‘ibot ishlarini kuchaytirish va psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini takomillashtirish muhim vazifalardan biri bo‘lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasi. “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun. — Toshkent, 2020.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Raqamli O‘zbekiston — 2030” strategiyasini tasdiqlash va uni samarali amalga oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi Farmoni. — Toshkent, 2020.
3. Azizxo‘jayeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2006.
4. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2010.
5. Ishmuhamedov R., Abduqodirov A., Pardaev A. Ta’limda innovatsion texnologiyalar. — Toshkent: Iste’dod, 2008.