

Labaratoriya mashg'uloti ishlanmasi

T.Sulaymonova.

D I Q Q A T - 2 soat

IShNING MAQSADI: Diqqatning hajmi(ko'lami) va aniqligini tekshirib ko'rish: taxistaskop metodikasi yordamida diqqatning xajmi (ko'lami) va aniqligini tekshirib ko'rish, qora-qizil rangli raqamlardan tuzilgan jadval yordamida diqqatning ko'chish xususiyatini tekshirish.

NAZARIY MA'LUMOTLAR: Diqqat, uning inson hayoti va faoliyatidagi roli xaqida qisqacha tushuncha

Bizni o'rab turgan tashqi olamning juda ko'p narsa va xodisalari har bir daqiqada bizga ta'sir yetib turadi. Ammo ulrning hammasi bir xil aniqliqda aks yettirilavermaydi.

Bizni o'ziga ko'proq jalb qilgan, qiziqtirgan va bizning manfaatimiz bilan bog'liq bo'lgan narsa va hodisalarga biz o'z diqqatimizni qaratamiz. Diqqatimiz qaratilgan narsa va xodisalar esa ayni shu onning o'zida ta'sir yetib turgan narsalarga nisbatan ravshanroq aks yettiriladi yokiumuman aks yettirimaydi.Buning sababi, tevarak-atrofdagi narsa va xodisalarga kishi diqqatining qay darajada qaratilganligi bilan bog'liqdir.

Diqqat – ongimizning muayayn ob'ektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik xolatdir. Ongimiz yo'naltirilgan narsalar diqqat ob'ekti deb ataladi. Ob'ektiv voqelikdagi narsa va xodisalar, shuningdek, sub'ektiv kechinmalarimiz, tasurotlarimiz diqqat ob'ekti bo'lishi mumkin. Diqqat aql, hissiyot va iroda singari mustaqil ong sohasini tashqil qilmaydi, u xar bir ong funksiyasi bilan birgalikda namoyon bo'ladi; shaxs diqqat bilan idrok, tasavvur va tafakko'r qiladi, diqqat bilan esda qoldiriladi va esga tushuriladi.

Diqqatda ongning voqelikka nisbatan tanlab munosabatda bo'lish xususiyati namoyon bo'ladi; biz biror ob'ektga diqqat qilar ekanmiz, ongimizda faqat shu ob'ektning o'zinigina aks yettirib, ayni vaqtda qolgan narsa xamda xodisalarni ong doirasidan chetda qoldiramiz.

Diqqatning fiziologik asosi qo'zg'alish protsessining bosh miya yarim sharlar qobig'ining ayrim uchastkalarida to'planishi natijasida optimal

qo'zg'alish o'chog'ining xosil bo'lishi va ayni vaqtda manfiy induksiya qonuniga binoan miya qobig'idagi boshqa nerv markazlarining ma'lum darajadagi tormozlanishidir.

Diqqat har qanday faoliyatimizning doimiy yo'ldoshidir. Shuning uchun diqqatning inson xayoti va faoliyatidagi roli xam benixoya katta. Chunki yeng sodda ish-xarakatlardan tortib, yeng murukkab ilmiy ishlarni xam diqqatning doimiy ishtirokisiz mutlaqo bajarib bo'lmaydi.

DIQQATNING TURLARI VA XUSUSIYATLARINING QISQACHA TA'RIFI.

Diqqat o'zining aktivligiga qarab: ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriylikdan so'nggi; ob'ektiga qarab: tashqi, ichki; faoliyati formasiga qarab: individual, gurux va jamoa diqqat turlariga bo'linadi.

Ixtiyorsiz diqqat – ongimizning oldindan belgilangan maqsadsiz ravishda muayyan ob'ektga yo'naltirilishi va unda to'planishdan iboratdir. Ixtiyorsiz diqqat ob'ektlari narsa va xodisalarning odatdan tashqaridagi xolati, belgisi, sifati va boshqalardir. Ongning oldindan belgilangan maqsadga muvofiq irodaviy va asabiy aktivlik ko'rsatgan xolda muayyan ob'ektga yo'naltirilishi va unda to'planishga **ixtiyoriy diqqat** deb aytiladi.

Psixik faoliyati, ongning muayyan ob'ektga avvalo ixtiyoriy ravishda qaratilib, so'ngra uning axamiyati tushunilgan sari o'z-o'zidan qaratilib, boriladigan diqqat turi – **ixtiyoriylikdan so'nggi diqqat** deb ataladi.

Tashqi diqqat deb ongimizning ob'ektiv voqeliqdagi narsa va xodisalariga, ularning ayrim belgi va xususiyatlariga yo'naltirilishi, ularda aktiv to'planishga aytiladi.

Ichki diqqat esa ongimizning o'z sub'ektiv taassurotlarimiz, xis-tuyg'ularimiz va intilishlarimizga qaratilishidan iboratdir. Birgina kishi ongning muayyan ob'ektga qarata yo'naltirilishi va unda to'planishiga *individl* gurux, ko'pchilik kishilar ongi, psixik faoliyatining biror ob'ektga qarata yo'naltirilishi va shu ob'ekt ustida to'planishiga **j a m o a d i q q a t i** deb yuritiladi.

Diqqat ba'zi bir xususiyatlarga yega bo'lib, xar xil odamlarda turlicha darajada ko'zga tashlanadi. Diqqatning xususiyatlari uning barqarorligi, xajmi, bo'linishi, ko'chirilishi kabilardir.

Uzoq muddatgacha bir narsa yoki bir ish faoliyat ustida to'xtay olgan diqqat barqaror diqqat deyiladi.

Diqqatning xajmi (ko'lami) deb bir vaqtning o'zida qamrab olishi mumkin bo'lgan mustaqil ob'ektlar miqdori bilan belgilanadigan xususiyatlariga aytiladi.

Diqqatning bo'linishi deganda biz ayni bir vaqtda diqqatimizning ikki yoki undan ortiq ob'ektga qaratilishi tushunamiz.

Diqqatni ongli ravishda va o'ylab bir narsadan boshqa narsaga o'tkazish **diqqatning ko'chirilishi** deyiladi.

Ish uchun zarur asbob va jixozlar: taxistaskop yoki yepidiaskop. Xar birida sakkiztadan undosh xarflar aks yettirilgan 5 dona kartochkalar,(kartochkalarni talabalar tayorlaydilar)Yoki 35ta harflarni turli tartibda terilgan holdaga kartochka.

Ishning borishi. Yo'riqnoma beriladi,

Tekshiriluvchi asbobdan 0,5m masofada joylashadi va diqqatini bir joyga to'plagan xolda tavsiya qilinadigan qo'zg'ovchiga qaraydi. Dastlabki «Tayyorlaning!» xabari (signali) berilgandan so'ng tadqiqotchi «Boshladik!» deb asosiy xabar (signal)ni beradi va taxistaskopdagi xarakatlantiruvchi mexanizmini bosadi. Tekshiruvchi taxistaskopda ko'rsatilayotgan xar bir kartochkani ko'zatib, unda qanaqa xarflar va qanday izchillikda yozilganligiga ye'tibor beradi. So'ngra ilg'ab qolgan xarflar yozadi.

Ishning natijalarini taxlil qilish: o'tkazilgan tajriba natijalari quydagicha chizma tasvirdagi qarorda qayd yetilib, taxlil qilib chiqiladi.

1 – q a r o r

T a j r i b a m a v z u s i: Diqqatning ko'lami va aniqligini tekshirish

Tekshiruvchi_____

Tekshiriluvchi_____

Sana_____

Tavsiya qilingan qo'zg'ovchining №	Tavsiya qilingan qo'zg'ovchi	Tekshiriluvchida n olingan natija	Diqqatning xajmi	Diqqatning aniqligi	Diqqatning xatosi	Tekshiruvchining xulosasi
1			5	2	1	

Diqqatning xatosi deganda tekshiriluvchining tavsiya qilingan qo'zg'ovchini idrok qilishda yuz bergan yanglishlik (illiyuziya) tavsiya qilingan xarflar orasida yo'q bo'lganlarini bor deb idrok qilish tushuniladi. Mazko'r tajribada bu xarf «x» dir. Diqqatning aniqligi 2 raqami bilan belgilanadi, chunki faqat ikki xolatdagina izchillik ro'y bergan; «3» xarfi kartochkadagi xarflar qatorida birinchi o'rinda ko'rsatilgan; «L» xarfi «S»dan keyin joylashgan yedi, tekshiriluvchi xam uni xuddi shunday tartibda qayd qilingan. Diqqat qo'lamining miqdori nomlari to'g'ri topilgan xarflarning soni (mazko'r xolda 5 ta) katta odamlar uchun 3 – 5 undosh xarflar bilan belgilangan.

Ishning tekshiriluvchilar bilan 5 ta tajriba o'tkazib, xosil bo'lgan natijalarni chizma tasvirdagi qarorning xar bir kataklari grafasi bo'yicha xisoblab chiqadi, xamda jamlangan raqam (yig'indi)ni o'tkazilgan tajribalar soniga bo'ladi. Shunday qilib, diqqatning xajmi, aniqligiga va xatosiga oid o'rtacha arifmetik qiymatni belgilab chiqadi.

HISOBOT REJASI

- 1) Ishning mavzusi maqsad va vazifalari
- 2) Ishni amalga oshirish rejasi, tuzilish artibi
- 3) Bajirilgan ishga atroflicha (kengaytirillgan) tavsif tayyorlash
- 4) Olingan natijalar
- 5) O'tkazilgan nazorat mashqlarini o'ziga hos tomonlarini ajratish
- 6) Hulosa va mulohazalar

TAYaNCh SO'Z IBORALAR:

Diqqat, dominanta, diqqatning hajmi, diqqat turlari(ihtiyoriy, ihtiyorsiz, ihtiyoriydan keyingi)

NAZORAT SAVOLLARI:

- 1) Diqqat haqida tushuncha
- 2) Diqqat turlari
- 3) Diqqat hususiyatlari
- 4) Diqqatning nerv fiziologik asosi
- 5) Diqqatning dominanta prinsipi
- 6) Diqqatni o‘rganish usullari

ADABIYOTLAR

1. Ye.G.Goziev «Umumiy psixologiya» Toshkent universiteti 2002 yil
2. A.V.Petrovskiy «Umumiy psixologiya» Toshkent O‘qituvchi 1996
3. Ye.G.Goziev «Psixologiya metodologiyasi» Toshkent universiteti 2000 yil
4. Ye.G.Goziev «Xulq atvor va motivatsiya» Toshkent 2002 yil
5. Daminov A.V. va boshqalar “Psixologiyadan seminar va laboratoriya ishlanmalari”
6. Xaxlova Z.N. “Talabalar uchun psixologiyadan topshiriqlar”

Qo‘shimcha adabiyotlar

1. P.Ivanov «Umumiy psixologiya» Toshkent 1986 yil
2. M.O.Gemezo «Psixologiya» Toshkent 1996 yil
3. V.Karimova «Psixologiya asoslari» Toshkent universiteti 2005 yil

2 - DIQQATNING KO‘CHISHI

Ishning maqsadi: qora-qizil rangli raqamlardan tuzilgan jadval yordamida diqqatning ko‘chish xususiyatini tekshirish.

Ish uchun zarur asbob va jixozlar: Sekundomer va rang jixatidan bir-biridan uyg'un bo'lmagan, betartib xolda, mantiqiy esda saqlab qolishning oldini olish maqsadiga muvofiqlashtirilgan tartib (kombinatsiya)da tuzilgan 1 dan 25 gacha va 1 dan 24 gacha qizil rangli raqamlar (tekshiriluvchi oldindan tayyorlagan) jadvali.

Ishning borishi:

Tadqiqot uch seriyada o'tkaziladi. Tekshiriluvchilarga ishni qanday bajarilishi xaqida yo'riqnoma beriladi.

B i r i n c h i s y e r i y a. Bunda tadqiqotchi tekshiriluvchiga jadvaldagi qora rang bilan yozilgan 1 dan 25 gacha bo'lgan raqamlarni taklif qiladi. Qaror yozib boruvchi esa tekshiriluvchi bu topshiriqni qancha vaqt ichida ijro etishni sekundomer vositasida aniqlab, yozib boradi.

I k k i n c h i s y e r i y a. Ishni tekshiriluviga jadvaldagi qizil raqamlarni 24 dan 1 gacha kamayuvchi tartibda ko'rsatib berishni taklif qilashilishdan boshlanadi. Qaror yozib boruvchi esa xuddi oldingi seriyadagi kabi tekshiriluvchining topshiriqni bajarish uchun sarflagan vaqtini aniqlab, yozib boradi.

U c h i n c h i s y e r i y a. Bunda tekshiruvchi tekshiriluvchiga bir vaqtning o'zida galma-gal: qora raqamlarni ko'payib boruvchi, qizil raqamlarni kamayib boruvchi tartibda ko'rsatib berishni taklif qiladi. Qaror yozib boruvchi topshiriqning xarakteri, uning bajarilishi uchun ketgan vaqt va yo'l qo'yilgan xatolarni aniqlab, qarorda qayd yetadi.

Ishning natijalarini taxlil qilish: Qaror yurituvchining yozuvlari asosida uchala seriyadagi topshiriqni bajarish uchun tekshiriluvchi bagargan vaqt va yo'l qo'ygan xatolarini quydagi qaror jadvalida qayd etilib qo'yiladi.

2 karor

Tajriba mavzusi: Diqqatni ko'chishini tekshirish:

Tekshiruvchi _____

Tekshiriluvchi: _____

Sana: _____

Ko'rsatkichlar	1 -seriya	2- seriya	1-2-seriya	3- seriya
Vaqt Xatolari				

Uchinchi seriyada bajarilgan topshiriklar uchun sarflangan vakt garchi kolgan ikki seriyada xam xudi shu topshirik bajarilgandek ko'rinsada oldingi ikki seriyadagi topshiriklarni bajarish uchun sarflangan vakt teng emas. Ana shu ikkala vakt ko'rsatkichlari orasidagi fark mazko'r tekshiriluvchi diqqatining kuchirilish vakti, bir faoliyatdan ikkinchi boshka bir faoliyatga utish vakti bulib xisoblanadi.

HISOBOT REJASI

- 1) Ishning mavzusi maqsad va vazifalari
- 2) Ishni amalga oshirish rejasi, tuzilish artibi
- 3) Bajarilgan ishga atroflicha (kengaytirillgan) tavsif tayyorlash
- 4) Olingan natijalar
- 5) O'tkazilgan nazorat mashqlarini o'ziga hos tomonlarini ajratish
- 6) Hulosa va mulohazalar

TAYaNCh SO'Z IBORALAR:

Diqqat, dominanta, diqqatning hajmi, diqqat turlari(ihtiyoriy, ihtiyorsiz, ihtiyoriydan keyingi)

NAZORAT SAVOLLARI:

- 1) Diqqat ko'chishi nima?
- 2) Diqqatning barqarorligi nima
- 3) Diqqat o'rganishda Burdon shkalasidan foydalanish
- 4) Diqqatning nerv fiziologik asosi
- 5) Diqqatning dominanta prinsipi

6) Diqqatni o'rganish usullari

ADABIYOTLAR

1. Ye.G.Goziev «Umumiy psixologiya» Toshkent universiteti 2002 yil
2. A.V.Petrovskiy «Umumiy psixologiya» Toshkent O'qituvchi 1996
3. Ye.G.Goziev «Psixologiya metodologiyasi» Toshkent universiteti 2000 yil
4. Ye.G.Goziev «Xulq atvor va motivatsiya» Toshkent 2002 yil
5. Daminov A.V. va boshqaalar "Psixologiyadan seminar va laboratoriya ishlanmalari"
6. Xaxlova Z.N. "Talabalar uchun psixologiyadan topshiriqlar"

Qo'shimcha adabiyotlar

1. P.Ivanov «Umumiy psixologiya» Toshkent 1986 yil
2. M.O.Gemezo «Psixologiya» Toshkent 1996 yil
3. V.Karimova «Psixologiya asoslari» Toshkent universiteti 2005 yil
4. G.U. Shoumarov «Psixologiya asoslari»
5. V.Karimova «Psixologiya» 2001 yil

