

10 -11-SINF O'QUVCHILARIDA "KLIPSIMON FIKRLASH" SINDROMINI YENGISH VA AKADEMIK FAOLLIKNI OSHIRISHNING NEYROPEDAGOGIK STRATEGIYALARI

Nurmamatova Diyora Shavkat qizi

Ingliz tili fani o'qituvchisi.

Annotatsiya: Mazkur maqolada umumiy o'rta ta'lim maktablarining 9-10 sinf o'quvchilari o'rtasida gadgetlar va qisqa vizualkontentlar (TikTok, Reels, Shorts) ta'sirida rivojlanayotgan 'klipsimon fikrlash' (clip thinking) muammosi o'rganilgan. O'smirlik davridagi neyrofiziologik o'zgarishlar sharoitida diqqat konsentratsiyasining pasayishi va tizimli tahlilqobiliyatining yo'qolishi neyropedagogik nuqtai nazardan tahlil qilingan. Tadqiqot doirasida o'tkazilgan pedagogik eksperiment natijalari keltirilgan bo'lib, o'quvchilarning akademik o'zlashtirishini oshirish bo'yicha amaliy tavsiyalarishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Neyropedagogika, 9-10 sinf, o'smirlik davri, klipsimon fikrlash, kognitiv yuklama, diqqat tanqisligi, raqamli demensiya, motivatsiya.

Abstract: This article examines the problem of 'clip thinking' developing among 9th-10th grade school students under the influence of gadgets and short visual content (TikTok, Reels, Shorts). The decrease in attention span and the loss of systemic analysis skills in the context of neurophysiological changes in adolescence are analyzed from a neuropedagogical perspective. The results of a pedagogical experiment conducted within the framework of the study are presented, and practical recommendations are developed to improve students' academic performance. **Keywords:** Neuropedagogics, 10th-11th grades, adolescence, clip thinking, cognitive overload, attention deficit, digital dementia, motivation.

Kalit so'zlar: Zamonaviy axborot jamiyatida maktab ta'limi mutlaqo yangi psixofiziologik inqirozga duch kelmoqda. 9-10 sinf o'quvchilari (15-17 yoshli o'smirlar) hayotining sezilarli qismini virtual makonda, parchalangan va vizuallashtirilgan ma'lumotlar qurshovida o'tkazmoqda. Ijtimoiy tarmoqlardagi qisqa videolar va tezkor xabarlar o'quvchilar miyasida axborotni qabul qilishning yangi uslubi — 'klipsimon fikrlash' (clip thinking) formatini shakllantirdi. Bu uslub chiziqli bo'lmagan, tez o'zgaruvchan va yuzaki axborot tahlili bilan xarakterlanadi.

O'smirlik davri — miyaning prefrontal qobig'i (mantiq, rejalashtirish, qaror qabul qilish va diqqatni boshqarish markazi) faol shakllanish bosqichidir.

Aynan shu pallada tashqi raqamli stimullarning haddantashqari ko'pligi neyron zanjirlarining noto'g'ri integratsiyalashuviga va o'quvchilarda chuqur mutolaa (deep reading), matnni tahlil qilish hamda mantiqiy xulosalar chiqarish ko'nikmalarining atrofiyaga uchrashiga sabab bo'lmoqda.

An'anaviy pedagogik usullar o'smirlarning ushbu yangi neyrofiziologik tabiati oldidasamarasiz bo'lib qolayotgani sababli, ta'lim jarayoniga neyropedagogik yondashuvlarni joriy etish dolzarbmasalaga aylandi.

MUAMMONING QO'YILISHI (PROBLEM STATEMENT) 10-11 sinflarda o'quv dasturlari murakkablashadi: algebra, fizika, kimyo va adabiyot fanlaridan tizimli, mavhum va mavzuga chuqur kirishni talab qiluvchi mavzular boshlanadi. Biroq, 'klipsimon fikrlash' sindromiga chalingan o'smir ma'lumotni faqat 8-10 soniya davomida yuqori konsentratsiyada ushlab turaoladi.

Agar darsning dastlabki daqiqalarida hissiy va vizual qiziqish uyg'onmasa, o'quvchining miyasi xabrotini qabul qilishdan bosh tortadi va virtual dunyoga (telefonga) qochish mexanizmini ishga tushiradi.

Bu holat pedagogika fanida 'raqamli demensiya' (digital dementia) yoki intellektual passivlik deb nomlanmoqda. O'qituvchilarning dars davomida faqat ma'ruza qilishi yoki uzoq matnlarni o'qishni talab qilishi o'quvchilar miyasida kognitiv yuklamani (cognitive overload) oshirib, dopamin tanqisligiga vacharchoqqa olib kelmoqda. Muammoning yechimi sifatida ta'limni faqat texnik jihozlash (ekranlar o'rnatish) emas, balki dars metodikasini miya fiziologiyasiga moslashtirish taklif etiladi.

Maktab o'quvchilarida klipsimon fikrlashni yengishning neyropedagogik strategiyalari

STADQIQOT METODOLOGIYASI VA NEYROPEDAGOGIK STRATEGIYALAR.

O'smirlar miyasining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, 10-11 sinflarda dars o'tishning tubdanyangi bo'lgan uchta neyropedagogik strategiyasi ishlab chiqildi va amaliyotga tatbiq etildi:

1. 'Mikro-blok va kognitiv tanaffus' arxitekturasini. An'anaviy 45 daqiqalik dars formati o'smirlar uchun juda uzunlik qiladi. Neyropedagogik modelga ko'ra, dars 3 ta mikro-blokka bo'linadi (12 daqiqa intensiv yangi mavzu + 3 daqiqa kognitiv pauza). Kognitiv pauza davomida o'quvchilar jismoniy harakatlar qilishi, nafas mashqlarini bajarishi yoki ko'z mashqlarini bajarishi lozim. Bu miyaning default tizimini (Default Mode Network) faollashtirib, o'tilgan ma'lumotlarni qisqa muddatli xotiradan uzoq muddatli xotiraga o'tkazishga yordam beradi.

2. Skasfolding va Vizual-Kognitiv Modellashtirish (Mind Mapping). O'smirlarga tayyor, uzun matnlikonspektlar yoki slaydlar berish o'rniga, ulardan o'z qo'llari bilan (rangli qalamlar yordamida) mavzuning kognitiv xaritasi'ni chizish talab etiladi. Qo'l motorikasi va vizual ramzlarning birgalikda ishlashi miya yarimsharlari o'rtasidagi sinaptik aloqalarni faollashtiradi va klipsimon parchalangan fikrlashni yaxlit tizimgabirlashtiradi.

3. Gamifikatsiya va 'Desirable Difficulty' (Istalgan qiyinchilik) prinsipi. Axborot o'quvchiga juda osonva tayyor shaklda (masalan, sun'iy intellekt tomonidan yozib berilgan insho yoki javob shaklida) berilmasligi kerak. Miyada neyronlararo bog'liqlik hosil bo'lishi uchun qiyinchilik va izlanish elementi bo'lishi shart. Dars jarayoniga

muammoli keyslar, rolli o'yinlar va qarama-qarshi argumentlar zanjiri kiritiladi, bu esa prefrontal qobiqni 'uyg'oq' holatda saqlaydi.

Maktab o'quvchilarida klipsimon fikrlashni yengishning neyropedagogik strategiyalari

TAJRIBA-SINOV ISHLARI VA NATIJALAR TAHLILI (EXPERIMENTAL PART) Taklif etilgan neyropedagogik modelning samaradorligini tekshirish maqsadida 2025-2026 o'quv yilida umumta'lim maktablarining 10 va 11-sinf o'quvchilari o'rtasida pedagogik eksperiment o'tkazildi. Eksperimentda jami 120 nafar o'quvchi ishtirok etdi va ular ikki guruhga ajratildi:

- **Nazorat guruhi** (30 nafar o'quvchi): Darslar odatiy ma'ruza, darslikdan matn o'qish va standart slaydnamoyishlari shaklida o'tildi. - **Tajriba guruhi** (30 nafar o'quvchi): Darslar yuqoridagi 3 ta neyropedagogik strategiya (mikro-bloklar, Mind Map va muammoli topshiriqlar) asosida tashkil etildi.

1 oy davom etgan tajriba yakunida o'quvchilarning diqqat barqarorligi (Burdon testi yordamida), matnni tahlil qilish ko'nikmasi va fanlar bo'yicha sifat ko'rsatkichlari qayta tekshirildi. Natijalar quyidagidek bo'lsa ko'rsatilgan:

Baholash mezonlari (Ko'rsatkichlar)

Nazorat guruhi (An'anaviy)

Tajriba guruhi (Neyropedagogik)

O'sish dinamikasi (%)

Matnni chuqur tahlil qilish va mohiyatini tushunish

45%

78%

+33%

Darsda diqqatni uzluksiz saqlash vaqti (o'rtacha)

10-12 daqiqa

35-40 daqiqa

+25-28 daqiqa

Murakkab va muammoli masalalarni yechishga intilish

30%

65%

+35%

Choraklik va yakuniy nazoratlar bo'yicha sifat

58%

82%

+24%

Jadval ma'lumotlaridan ko'rinib turibdiki, tajriba guruhidagi 9-10 sinf o'quvchilarida diqqatni saqlash vaqtideyarli 3 barobarga oshgan. Eng muhimi, o'quvchilar uzun va murakkab ilmiy matnlardan qochish o'rniga, ularni kognitiv xaritalar orqali tizimlashtirish ko'nikmasiga ega bo'lishdi. Bu esa ta'lim sifatining 24% ga oshishini ta'minladi.

Maktab o'quvchilarida klipsimon fikrlashni yengishning neyropedagogik strategiyalari

XULOSA VA PEDAGOGIK TAVSIYALAR (CONCLUSION)-10-11- sinf o'quvchilarida 'klipsimon fikrlash' — bu shunchaki zamonaviy yoshlarning xarakteri emas, balkiraqamli muhit ta'sirida miya faoliyatining o'zgarishidir. Ushbu sindromga qarshi an'anaviy majburlashusullari bilan kurashish samarasizdir. Neyropedagogika prinsiplariga asoslangan holda darslarnitransformatsiya qilish maktab o'quvchilarining intellektual salohiyatini saqlab qolishning yagona yo'lidir.

Tadqiqot natijalariga ko'ra quyidagi amaliy tavsiyalar taklif etiladi: 1. Maktab ma'muriyatlari va o'qituvchilar 45 daqiqalik darsni monotonlikdan qutqarib, uni neyronlarningcharchash sikliga mos ravishda mikro-bloklarga ajratishlari lozim. 2. O'quvchilarda matn bilan ishlash madaniyatini qayta tiklash uchun darslarda elektron emas, qog'ozkitoblardan foydalanish va konspektlarni vizual sxemalar (Mind Map) shaklida qo'lda chizdirish tizimliyo'lga qo'yilishi kerak. 3. Uy vazifalari hajmini ko'paytirish emas, balki ularni mantiqiy fikrlashga undaydigan kichik tadqiqot yokiloyihalar shakliga keltirish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR (REFERENCES):

1. Spitzer, M. (2012). Digital Dementia: What We Are Doing to Our Brains and Our Children's Futures. DroemerKnaur.
2. Sweller, J. (2020). Cognitive load theory and educational technology. Educational Technology Research and Development, 68(1), 1-16.
3. Wolf, M. (2018). Reader, Come Home: The Reading Brain in a Digital World. Harper.
4. Ishmuhamedov R. J., Abduqodirov A. A. (2022). Oliy va o'rta ta'limda innovatsion texnologiyalar va pedagogikneyrom metodikalar. Toshkent.
5. Kahneman, D. (2011). Thinking, Fast and Slow. Farrar, Straus and Giroux.
6. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.