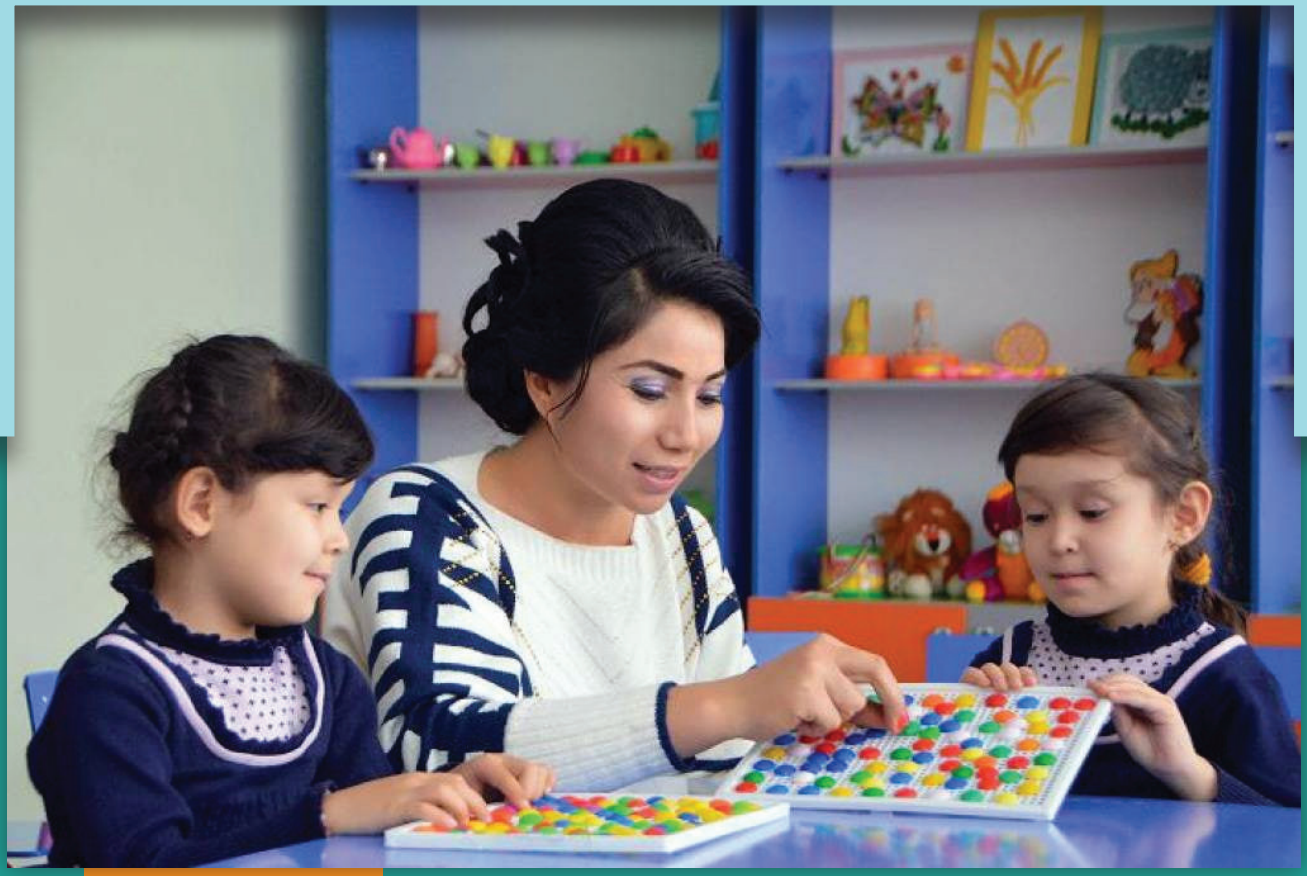
ISSN: 3060-4613

O'zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti



№11(3)
2026

13.00.00 Pedagogika fanlari
13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar böyiça)
13.00.03 Maxsus pedagogika
13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport maşğulotlari nazariyasi va metodikasi
13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohalari va bosqiçlari böyiça)
13.00.07 Ta'limda menejment
13.00.08 Maktabgaça ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
07.00.00 Tarix fanlari
19.00.00 Psixologiya fanlari
01.00.00 Fizika-matematika fanlari
02.00.00 Kimyo fanlari
03.00.00 Biologiya fanlari
09.00.00 Falsafa fanlari
10.00.00 Filologiya fanlari
11.00.00 Geografiya fanlari

MAKTABGAÇA VA MAKTAB TA'LİMİ

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslaşgan ilmiy jurnal

MAKTABGAÇA VA MAKTAB TA'LİMİ

Elektron naşr. 90 sahifa,
13-noyabr, 2026-yil.

BOŞ MUHARRIR:
Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

BOŞ MUHARRIR ÖRINBOSARI:
Aşurov Ramzidin Ramazonoviç – Psixologiya fanlari böyiça falsafa doktori (Phd), dotsent

TAHRIRIYAT KENGAŞI A'ZOLARI
Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Şoumarov Ğ.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirğizboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Karimova E.G. – Sotsiologiya fanlari nomzodi, dotsent
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Şaripov Ş.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Şermuhammadov B.Ş. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qöldoşev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozoğiston)
Rejep Özyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Wookyu Ça – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Ş. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Doniyorov S. M. – "Yangi Özbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalari tahririyati DM boş muharriri, Özbekiston Respublikasida xizmat körsatgan jurnalist, filologiya fanlari böyiça falsafa doktori (PhD), dotsent
Ğafurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Şomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari böyiça falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Raxmonova Z. A. – filologiya fanlari böyiça falsafa doktori (PhD)
Nematov Ş.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Sayimova D. K. – texnika fanlari bo'yiça falsafa doktori (PhD)
Yuldaşeva F.I. – pedagogika fanlari böyiça falsafa doktori (PhD),dotsent
Yuldaşeva D.B. – filologiya fanlari böyiça falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toşkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Panjiyev M. A. – Qaşqadaryo viloyati Maktabgaça va maktab ta'limi boşqarmasi boşliğining birinçi örinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bölimining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari böyiça falsafa doktori (PhD)
Vaxobov Anvar Abdusattor öğli – Pedagogika fanlari böyiça falsafa doktori, dotsent

Muassis: "Tadbirkor va işbilarmon" MÇJ
Hamkorlarimiz: Özbekiston Respublikasi Ta'lim va ilm-fan vazirligi, Özbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:
Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:
Ashurov Ramzidin Ramazonovich – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor

EDİTORİAL BOARD MEMBERS:
Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician
Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician
Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor
Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan
Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Shermuhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor
Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor
Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)
Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)
Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)
Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)
Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)
Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)
Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor
Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor
Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers "Yangi O'zbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor
Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)
Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor
Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service
Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor
Rakhmonova Z.A. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)
Sayimova D. K. – Doctor of Philosophy (PhD) in Technical Sciences
Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor
Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics
Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region
Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences
Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

"Maktabgaça va maktab ta'limi" jurnali Özbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari böyiça falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni çop etiş uçun milliy ilmiy naşrlar röyxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari böyiça: OAK Kengaşi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

• Ekspert kengaşi (29.10.2024-y., №10)

• Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari böyiça: Toşkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

• Ekspert kengaşi (25.05.2025-y., №10)

• Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

"Maktabgaça va maktab ta'limi" jurnali

26.09.2023-yildan

Özbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan **№C-5669363** reyestr raqami tartibi böyiça röyxatdan ötkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

MUNDARIJA

Teaching English Grammar as a Product in Grades 5–8: A Teacher-Controlled Model for Integrating Artificial Intelligence 10
Veronica Khatamova

Русский язык как средство формирования профессиональной компетентности будущих специалистов 15
Мусаева Амина Караматовна

Сопоставление русской и узбекской литературной критики 23
Шакирова Гулмира Рашидовна

The Impact of Group Discussion on Developing Students' Speaking Skills in EFL Context 31
Tursunboyeva Saodat Ravşanbek qizi

Поэтика дегуманизации в прозе М. А. Булгакова и Назара Эшонкула: сравнительно-типологический анализ 36
Болтаева Дильноза Руслановна

Bölajak boşlanğiç sinf öqituvçilarining metodik tayyorgarligini şakllantirişda multimodal ta'lim resurslarining örni 41
Koziyeva Fazilat Sadullayevna

Sun'iy intellekt va adaptiv ta'lim texnologiyalari integratsiyasi asosida boşlanğiç sinf öquvçilarining individual öqiş kompetensiyalarini rivojlantiriş 48
Öktamova Mehrigiyo A'zamovna

Didactic Possibilities of Activating Primary School Pupils' Cognitive Processes in Literacy Reading Lessons 55
Maxmudova Nigora Hikmatovna

Opportunities of Practice-Oriented Education in Developing the Pedagogical Mastery of Future Primary School Teachers 61
Şukurova Madina Öktam qizi

Своеобразие методов рки: между универсальной методикой и национально-ориентированной практикой 67
Raximova Norbish Sharopovna

Ösmirlik davrida raqamli texnologiyalardan foydalanişning diqqat barqarorligiga ta'siri 74
Abdullayeva Mahfuza Ollabergan qizi

Neyropedagogik yondaşuv asosida bölajak tarbiyaçilarning mantiqiy fikrlaşini rivojlantiriş texnologiyasi 81
Ibrohimova Xadiça Masumjon qizi

Maktabgaça va boşlanğiç matematik ta'lim uzviyligi va izçilligini ta'minlaşning innovatsion modeli 83
Qozaqova Karimaxon Mamajonovna

ÖSMIRLIK DAVRIDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANIŞNING DIQQAT BARQARORLIGIGA TA'SIRI

Abdullayeva Mahfuza Ollabergan qizi
Osiyo xalqaro universiteti öqituvçisi

Annotatsiya: Maqolada 12–17 yoşli ösmirlarning smartfon, ijtimoiy tarmoqlar va qisqa videolardan jadal foydalanişi diqqat barqarorligiga qanday ta'sir körsatişi nazariy-tahliliy jihatdan örganilgan. Tadqiqotning maqsadi - raqamli muhit omillari bilan diqqat barqarorligi örtasidagi boğliqlikni ilmiy manbalar asosida aniqlaş va uni mustahkamlaş yollarini asoslaşdan iborat. Mavzuning ahamiyati raqamli ta'lim kengayib borayotgan şaroitda öquv faoliyati samaradorligi aynan diqqatni uzoq vaqt saqlay olişga boğliqligi bilan izohlanadi. Diqqat barqarorligiga oid klassik va zamonaviy yondaşuvlar (U. Jeyms, D. Kaneman, M. Posner, N. F. Dobrinin, P. Ya. Galperin, E. Ğoziyev) qiyosiy tahlil qilingan. 2009–2023-yillarda çop etilgan xorijiy empirik tadqiqotlar natijalari tizimlaştirilib, raqamli faollik ortişi bilan diqqat körsatkiçlari pasayişi, biroq bu ta'sir kuçi foydalaniş mazmuniga boğliqligi körsatilgan. Muallif tomonidan mukofot tizimining ortiqça faollaşuvi, diqqatning tez-tez köçişi va kognitiv resursning bölinişini birlaştiruvçi ta'sir mexanizmlari modeli işlab çiqilgan. Tadqiqotning ilmiy yangiligi uşbu model hamda özbek ösmirlari uçun moslaştiriladigan diagnostika metodikalari majmuasini taklif etişda namoyon böladi. Xulosada raqamli texnologiyalarni taqiqlaş emas, balki raqamli özini boşqariş könikmalarini şakllantirişga qaratilgan pedagogik-psixologik tavsiyalar berilgan.

Kalit sözlar: ösmirlik, diqqat barqarorligi, raqamli texnologiyalar, media-multitasking, ekran vaqti, kognitiv nazorat, ijtimoiy tarmoqlar.

Abstract: The article examines, from a theoretical and analytical perspective, how intensive use of smartphones, social networks and short-form video affects sustained attention in adolescents aged 12–17. The aim of the study is to identify, on the basis of scientific sources, the relationship between digital environment factors and attention stability, and to substantiate ways of strengthening it. The relevance of the topic stems from the fact that, as education becomes increasingly digital, academic performance depends largely on the ability to maintain attention over time. Classical and contemporary approaches to attention (W. James, D. Kahneman, M. Posner, N. F. Dobrynin, P. Ya. Galperin, E. Goziev) are compared. International empirical studies published in 2009–2023 are systematised, showing that attention indicators decline as digital activity increases, although the strength of this effect depends on the content of use. The author proposes a model of influence mechanisms that combines overactivation of the reward system, frequent attention switching and the division of cognitive resources. The scientific novelty lies in this model and in a set of diagnostic methods suitable for adaptation to Uzbek adolescents. It is concluded that the effective path is not to ban digital technologies but to develop digital self-regulation skills, and psychological and pedagogical recommendations are provided.

Key words: adolescence, sustained attention, digital technologies, media multitasking, screen time, cognitive control, social media.

Аннотация: В статье с теоретико-аналитических позиций рассматривается влияние интенсивного использования смартфонов, социальных сетей и коротких видео на устойчивость внимания подростков 12–17 лет. Цель исследования - выявить на основе научных источников связь между факторами цифровой среды и устойчивостью внимания, а также обосновать пути её укрепления. Актуальность темы обусловлена тем, что в условиях цифровизации образования успешность учебной деятельности во многом определяется способностью длительно удерживать внимание. Проведён сравнительный анализ классических и современных подходов к изучению внимания (У. Джеймс, Д. Канеман, М. Познер, Н. Ф. Добрынин, П. Я. Гальперин, Э. Гозиев). Систематизированы результаты зарубежных эмпирических исследований 2009–2023 гг., свидетельствующие о снижении показателей внимания при росте цифровой активности, причём сила этого эффекта зависит от содержания использования. Автором разработана модель механизмов влияния, объединяющая гиперактивацию системы вознаграждения, частое переключение внимания и разделение когнитивного ресурса. Научная новизна заключается в предложенной модели и комплексе диагностических методик, пригодных для адаптации на выборке узбекских подростков. Сделан вывод, что эффективным путём является не запрет цифровых технологий, а формирование навыков цифровой саморегуляции, в связи с чем даны психолого-педагогические рекомендации.

Ключевые слова: подростковый возраст, устойчивость внимания, цифровые технологии, медиа-многозадачность, экранное время, когнитивный контроль, социальные сети.

KIRIŞ

XXI asrning ikkinçi çoragida ösmirlar hayotining katta qismi raqamli muhitda keçmoqda. Common Sense Media taşkilotining 2021-yilgi hisobotiga köra, AQŞda 13–18 yoşli ösmirlar kuniga örtaça 8 soat 39 daqiqani köngiloçar ekran mediasiga sarflaydi, bu körsatkiç 2019-yilga nisbatan 17 foizga oşgan [1]. Pandemiya yillari esa masofaviy ta'lim orqali ekran vaqtini yanada uzaytirdi.

Özbekistonda ham raqamlaştiriş davlat siyosatining ustuvor yönalişi hisoblanadi. Özbekiston Respublikasi Prezidentning 2020-yil 5-oktabrdagi PF-6079-son Farmoni bilan tasdiqlangan "Raqamli Özbekiston - 2030" strategiyasi ta'lim tizimini raqamlaştirişni asosiy vazifalardan biri sifatida belgilagan [2]. Raqamli texnologiyalar ta'lim imkoniyatlarini kengaytirsa-da, ularning ösib kelayotgan organizmning kognitiv jarayonlariga, birinçi navbatda diqqatga ta'siri ilmiy jihatdan yetarliça örganilmagan.

Diqqat barqarorligi öquv faoliyatining samaradorligini belgilovçi asosiy omillardan biridir. Şu bois uşbu maqolaning maqsadi - ösmirlik davrida raqamli texnologiyalardan foydalanişning diqqat barqarorligiga ta'sirini nazariy va empirik manbalar asosida tahlil qiliş hamda pedagogik-psixologik tavsiyalar işlab çiqişdir.

Tadqiqot obyekti - 12–17 yoşli ösmirlarning raqamli muhitdagi öquv va dam oliş faoliyati.

Tadqiqot predmeti - raqamli texnologiyalardan foydalaniş xususiyatlari bilan diqqat barqarorligi örtasidagi boğliqlik hamda uning psixologik mexanizmlari.

Tadqiqot vazifalari:

- diqqat barqarorligi tuşunçasining nazariy asoslarini tahlil qiliş;
- ösmirlik davrining diqqatga oid psixofiziologik xususiyatlarini oçib beriş;
- xorijiy empirik tadqiqotlar natijalarini umumlaştiriş;
- ta'sir mexanizmlari modelini işlab çiqiş va amaliy tavsiyalar beriş.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR ŞARHI

Diqqat barqarorligi - ongning muayyan obyekt yoki faoliyatga uzoq vaqt davomida, çalğimasdan yönaltirilganlik darajasidir. U diqqatning hajmi, taqsimlanişi, köçuvçanligi va jamlanganligi bilan birga uning asosiy xususiyatlaridan biri hisoblanadi.

Diqqat muammosi psixologiyada XIX asr oxiridan buyon izçil örganib kelinadi. U. Jeyms diqqatni ongning bir neçta mumkin bölgan obyektdan birini aniq va ravşan egallab olişi deb ta'riflagan [3].

Kognitiv psixologiyada D. Kaneman diqqatni çeklangan aqliy resurs sifatida talqin qildi: bir vaqtda bir neçta vazifa bajarilganda bu resurs bölinadi va har bir vazifaning sifati pasayadi [4].

M. Posner va S. Petersen esa neyropsixologik yondaşuv asosida diqqatning uçta tarmoğini - huşyorlik (alerting), yönaliş oliş (orienting) va ijro nazorati (executive control) - ajratdilar [5]. Diqqat barqarorligi aynan huşyorlik va ijro nazorati tarmoqlarining birgalikdagi işiga tayanadi.

Rus psixologiya maktabida N. F. Dobrinin diqqatni şaxs faolligining namoyon bölişi deb hisoblab, ixtiyoriydan keyingi diqqat tuşunçasini kiritdi [6].

P. Ya. Galperin diqqatni içki, qisqargan nazorat harakati sifatida talqin qildi; bu yondaşuv diqqatni maxsus maşqlar orqali şakllantiriş mumkinligini asoslaydi [7].

Özbek psixologlari içida E. Ğoziyev diqqatning yoş davrlariga xos xususiyatlarini öquv faoliyati bilan boğliq holda tadqiq etgan [8].

1-jadval: **Diqqat haqidagi asosiy nazariy yondaşuvlar**

Olim	Yil	Yondaşuv	Diqqat barqarorligi uçun ahamiyati
U. Jeyms (W. James) [3]	1890	Introspektiv	Ixtiyoriy diqqat uzluksiz qayta jamlaniş orqali saqlanadi
B. Burdon (B. Bourdon)	1895	Eksperimental	Korrektura sinovi - barqarorlikni ölçaşning klassik usuli
D. Brodbent (D. Broadbent)	1958	Filtr modeli	Axborot oqimidan keraklisini tanlab oliş mexanizmi
N. F. Dobrinin [6]	1958	Faoliyat nazariyasi	Barqarorlik qiziqiş va faollik bilan boğliq
P. Ya. Galperin [7]	1958	Aqliy harakatlarni bosqiçma-bosqiç şakllantiriş	Diqqatni maşq orqali rivojlantiriş mumkin
D. Kaneman (D. Kahneman) [4]	1973	Resurs modeli	Köp vazifalilik resursni bölib, barqarorlikni pasaytiradi
M. Posner, S. Petersen [5]	1990	Neyropsixologik	Huşyorlik va ijro nazorati tarmoqlari
E. Ğoziyev [8]	2010	Ontogenetik	Diqqat xususiyatlari yoş davrlari bilan boğliq

Ösmirlik davrida diqqatni boşqaruvçi miya tizimlari notekis rivojlanadi, şuning uçun bu yoş raqamli ta'sirlarga ayniqsa sezgir. B. J. Keysi va hammualliflarining ma'lumotlariga köra, mukofotga javob beruvçi limbik tizim baloğat davrida tez yetiladi, ijro nazoratini ta'minlovçi prefrontal pö stloq esa 20 yoşdan keyin ham rivojlanişda davom etadi [9].

L. Steynberg bu nomutanosiblikni "ikki tizim modeli" deb atagan: ösmir yangi va yoqimli stimullarga kuçli intiladi, ammo öz xulqini nazorat qiliş imkoniyati hali töliq şakllanmagan böladi [10].

Ijtimoiy tarmoqlar aynan şu nomutanosiblikdan foydalanadi. L. Şerman va hammualliflari funksional MRT yordamida ösmirlar köp "layk" töplagan suratlarni körganda miyaning mukofot markazi (nucleus accumbens) faollaşişini aniqlagan [11]. Bildirişnomalar, "layk"lar va çeksiz lenta tasodifiy mukofot tamoyili asosida işlaydi, bu esa qurilmani tekşiriş odatini mustahkamlaydi.

Psixologik nuqtai nazardan, D. B. Elkonin davriylaştirişiga köra, ösmirlikda yetakçi faoliyat tengdoşlar bilan intim-şaxsiy muloqotdir [12]. Hozirgi kunda bu muloqotning katta qismi messenjer va ijtimoiy tarmoqlarga köçgan. Natijada öquv faoliyati va muloqot ehtiyoji bir qurilmada raqobatlaşadi, bu esa diqqatning tez-tez köçişiga olib keladi.

Körib çiqilgan işlar diqqatning umumiy qonuniyatlarini yoki raqamli texnologiyalarning alohida ta'sirlarini yoritgan bölsa-da, ular asosan kattalar va talabalar namunasida bajarilgan hamda turli mexanizmlarni bir-biridan ajratilgan holda tahlil qiladi. Özbek psixologiyasida esa ösmirlarning raqamli faolligi va diqqat barqarorligi örtasidagi aloqa maxsus örganilmagan. Mazkur maqolaning öziga xosligi şundaki, unda nazariy yondaşuvlar va xorijiy empirik dalillar yagona ta'sir mexanizmlari modeliga birlaştiriladi va mahalliy şaroitda qöllaş mumkin bölgan diagnostika majmuasi taklif etiladi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotda nazariy-tahliliy yondaşuv asos qilib olindi va u tört bosqiçda amalga oşirildi.

Birinçi bosqiçda diqqat barqarorligiga oid psixologik nazariyalar qiyosiy-tarixiy tahlil usuli yordamida örganilib, ularning raqamli muhit şaroitidagi ahamiyati baholandi (1-jadval).

Ikkinçi bosqiçda 2009–2023-yillarda PNAS, JAMA, Nature Human Behaviour, Psychological Science kabi taqrizlanadigan naşrlarda e'lon qilingan empirik tadqiqotlar tanlab olinib, namunasi, usuli va asosiy natijalari böyiça tizimli şarh tuzildi (2-jadval). Manbalarni saralaşda tadqiqotda ösmirlar yoki talabalar iştir ok etgani, diqqat körsatkiçlari obyektiv usulda ö lçangani va natijalar statistik jihatdan asoslangani mezon sifatida olindi.

Uçinçi bosqiçda umumlaştiriş va nazariy modellaştiriş usullari orqali raqamli muhitning diqqatga ta'sir mexanizmlari modeli işlab çiqildi (3-diagramma).

Törtinçi bosqiçda kelgusidagi empirik tadqiqot uçun eksperimental-psixologik sinovlar va sörovnomalardan iborat diagnostika majmuasi asoslandi (3-jadval).

TAHLIL VA NATIJALAR

Sönggi 15 yilda ötkazilgan tadqiqotlarning aksariyati raqamli texnologiyalardan jadal foydalaniş bilan diqqat barqarorligining pasayişi örtasida boğliqlik borligini körsatadi, biroq ta'sir kuçi va sabab-oqibat yönalişi böyiça olimlar örtasida bahs davom etmoqda.

Stenford universitetida E. Ofir, K. Nass va A. Vagner ötkazgan tajribada media vositalaridan bir vaqtda köp foydalanuvçilar (media-multitaskerlar) çalğituvçi stimullarni filtrl aşda va vazifalar örtasida ötişda kam foydalanuvçilarga nisbatan sustroq natija körsatgan [13]. L. Rozen va hammualliflari öquvçilarni 15 daqiqa davomida kuzatib, ular örtaça 6 daqiqadan kamroq vaqt vazifada qolib, söng texnologiyaga çalğiganini va vaqtning faqat 65 foizini öqişga sarflaganini qayd etgan [14].

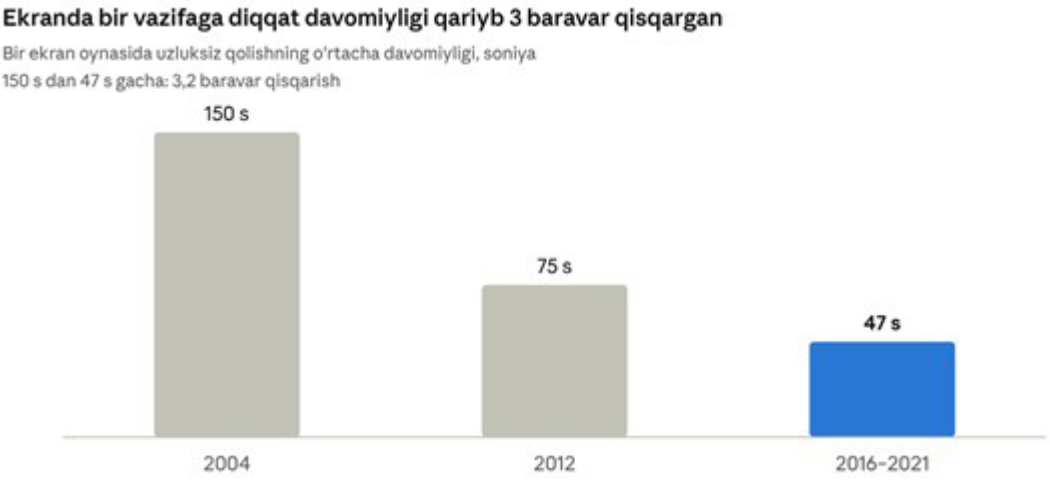
A. Vord va hammualliflari hatto öçirilmagan smartfonning stolda turişining özi işçi xotira va suyuq intellekt körsatkiçlarini pasaytirişini aniqlagan ("brain drain" effekti) [15]. K. Stotart va hammualliflarining tajribasida esa javob berilmagan bildirişnomaning özi ham diqqat talab qiluvçi vazifada xatolar sonini oşirgan [16].

2-jadval: **Raqamli texnologiyalar va diqqat böyiça asosiy tadqiqotlar**

Mualliflar	Yil	Namuna	Asosiy natija
G. Mark [17]	2023	Kattalar, ekran kuzatuvi	Bir ekranga diqqat 150 s dan 47 s gaça qisqargan
C. K. Ra va boşq. [18]	2018	2587 ösmir, 2 yil kuzatuv	Raqamli faollik ortişi bilan DEGB simptomlari köpaygan
J. Twenge, W. K. Campbell [24]	2018	40 337 bola va ösmir	Kuniga 7+ soat ekran – özini nazorat qilişning pasayişi

Mualliflar	Yil	Namuna	Asosiy natija
A. Orben, A. Przybylski [19]	2019	355 358 ösmir	Texnologiya farovonlik dispersiyasining ~0,4 % ini tuşuntiradi
M. Uncapher, A. Wagner [20]	2018	Tadqiqotlar şarhi	Media-multitasking diqqat bilan salbiy boğliq, ammo natijalar aralaş
A. Ward va boşq. [15]	2017	~800 talaba	Yonidagi smartfon kognitiv resursni kamaytiradi
C. Stothart va boşq. [16]	2015	Talabalar	Bildirişnoma diqqatni çalğitadi
L. Rosen va boşq. [14]	2013	263 öquvçi va talaba	6 daqiqadan kam vaqt vazifada qoliş
E. Ophir, C. Nass, A. Wagner [13]	2009	Stenford talabalari	Multitaskerlarda kognitiv nazorat sust

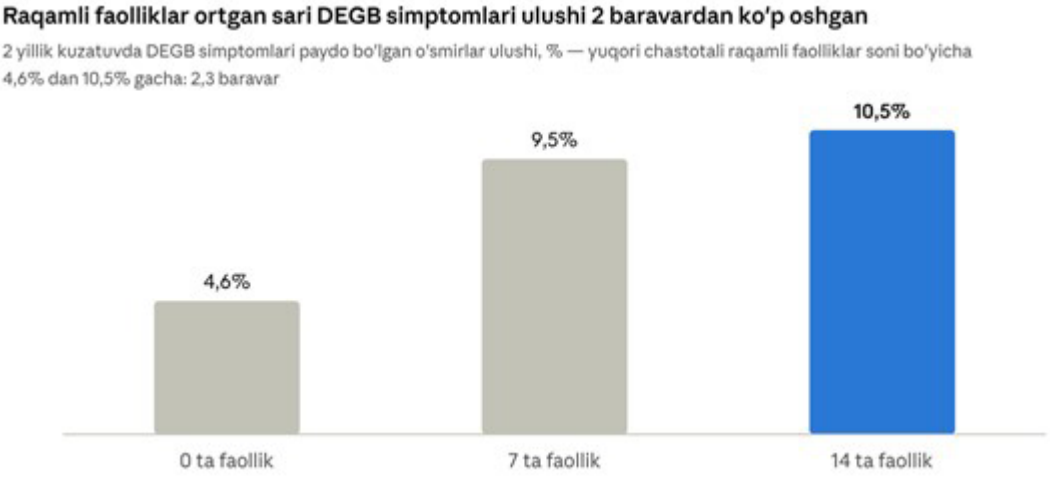
G. Markning köp yillik kuzatuvlari diqqatning ekrandagi davomiyligi keskin qisqarganini körsatadi (1-diagramma)[17]. Bu ma'lumotlar kattalarga tegişli bölsa-da, raqamli muhitda ulğayayotgan ösmirlar uçun ham muhim tendensiyani aks ettiradi.



1-diagramma

Manba: Mark G., 2023 (kattalar ustidagi kuzatuvlar).

Ösmirlar böyiça eng işonçli dalillardan biri - K. Ra va hammualliflarining ikki yillik kuzatuv tadqiqoti. Unda boşlanğ iç bosqiçda DEGB (diqqat yetişmasligi va giperaktivlik buzilişi) simptomlari bölmagan 2587 nafar ösmir kuzatilgan (2-diagramma) [18].



2-diagramma

Manba: Ra C. K. va boşq., JAMA, 2018 (n = 2587, 15–16 yoş)

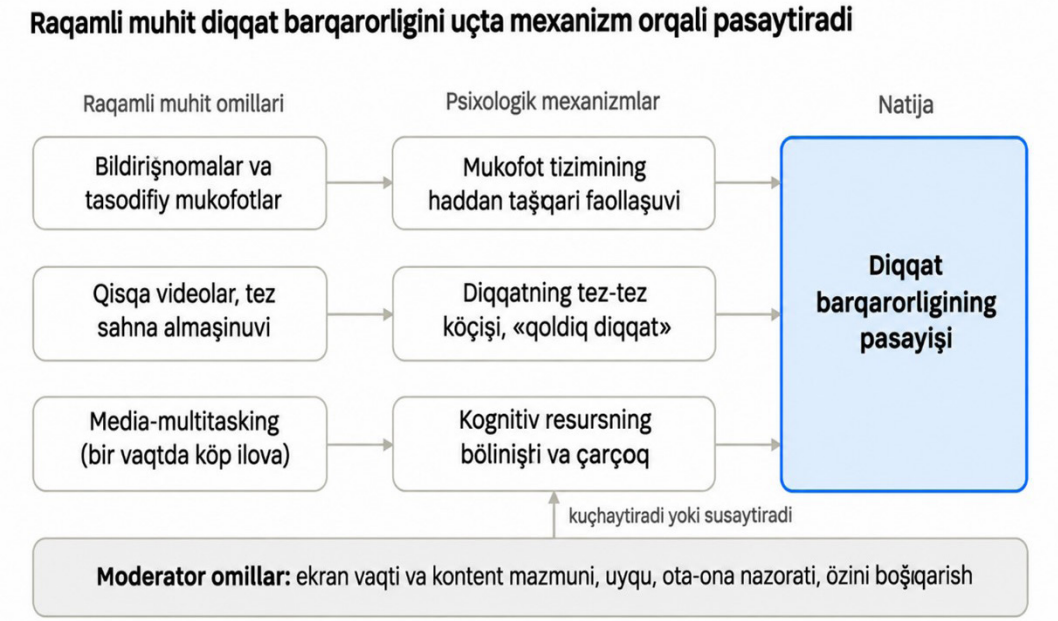
Şu bilan birga, A. Orben va A. Pşibilskiy 355 mingdan ortiq ösmir ma'lumotlarini tahlil qilib, raqamli texnologiyalardan foydalaniş farovonlikdagi farqlarning juda kiçik qismini tuşuntirişini körsatgan [19]. M. Ankafer va A. Vagner ham tadqiqotlar natijalari bir xil emasligini va sabab-oqibat boğliqligini aniqlaş uçun böylama

MAKTABGAÇA PRE-SCHOOL ДОШКОЛЬНОЕ

MAKTABGAÇA PRE-SCHOOL ДОШКОЛЬНОЕ

tadqiqotlar zarurligini ta'kidlaydi [20]. Demak, ta'sir mavjud, ammo u foydalaniş mazmuni, davomiyligi va şaxsiy omillarga boğliq.

Tahlil qilingan manbalar asosida raqamli muhitning diqqat barqarorligiga ta'siri uçta asosiy mexanizm orqali amalga oşadi, degan model taklif etiladi (3-diagramma).



3-diagramma: **Ta'sir mexanizmlari modeli (muallif işlanmasi)**

Birinçi mexanizm - mukofot tizimining haddan taşqari faollaşuvi. Tez va oldindan aytib bölmaydigan mukofotlarga (layk, xabar, yangi video) örgangan ösmir uçun sekin natija beradigan öquv faoliyati zerikarli tuyuladi.

Ikkinçi mexanizm - diqqatning tez-tez köçişi. S. Leroy ta'rifiga köra, bir vazifadan ikkinçisiga ötilganda oldingi vazifa haqidagi fikrlar "qoldiq diqqat" sifatida saqlanib qoladi va yangi vazifa samaradorligini pasaytiradi [21].

Uçinçi mexanizm - D. Kaneman resurs modeliga mos ravişda kognitiv resursning bir neçta oqim örtasida bölinişi.

Bu mexanizmlarning ta'siri moderator omillarga boğliq. Ekran vaqtining umumiy davomiyligidan köra kontent mazmuni (öquv yoki köngiloçar), uyqu sifati, ota-ona nazorati va ösmirning özini boşqariş darajasi muhimroq rol öynaydi.

Ösmirlarda diqqat barqarorligi va raqamli foydalanişni örganiş uçun eksperimental-psixologik sinovlar bilan sörovnomalarni birga qöllaş maqsadga muvofiq. 3-jadvalda tavsiya etilayotgan metodikalar majmuasi keltirilgan.

3-jadval: **Tavsiya etiladigan diagnostika metodikalari**

Metodika	Muallif, yil	Nimani ölçaydi	Körsatkiç
Korrektura sinovi	B. Burdon, 1895	Diqqat barqarorligi va jamlanganligi	Körilgan belgilar soni, xatolar soni
Şulte jadvallari	V. Şulte	Diqqat barqarorligi, işga kirişiş, çarçaş	Har bir jadvalga sarflangan vaqt
Myunsterberg metodikasi	G. Myunsterberg	Diqqatning tanlovçanligi	Topilgan sözlar soni
SART (Sustained Attention to Response Task)	I. Robertson va boşq., 1997 [23]	Uzluksiz diqqat	Xato javoblar, reaksiya vaqti
Smartfonga qaramlik şkalasi (SAS-SV)	M. Kvon va boşq., 2013 [22]	Smartfondan muammoli foydalaniş	10–60 ball
Ekran vaqti kundaligi	-	Raqamli foydalaniş davomiyligi va mazmuni	Soat/kun, kontent turi

SAS-SV şkalasi 10 ta banddan iborat bölib, ösmirlar orasida muammoli foydalanişni aniqlaş uçun işlab çiqilgan [22]. SART esa I. Robertson va hammualliflari tomonidan uzluksiz diqqatdagi qisqa uzilişlarni qayd etiş uçun taklif etilgan [23]. Korrelyatsion tahlil uçun Pirson yoki Spirmen koeffitsiyentlaridan foydalaniş mumkin.

Ötkazilgan tahlil natijasida bir qator muammolar aniqlandi:

- ösmirlar ekran vaqtining katta qismi köngiloçar kontentga töğri keladi;
- öquv jarayonida smartfon va bildirişnomalar diqqatni muntazam bölib turadi;
- ta'lim muassasalarida raqamli gigiyena böyiça tizimli iş yolga qoyilmagan;
- mahalliy şaroitda diqqat barqarorligini raqamli faollik bilan boğliq holda baholovçi standartlaşgan vositalar yetişmaydi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Ötkazilgan nazariy-tahliliy tadqiqot quyidagi xulosalarga keliş imkonini beradi.

Birinçidan, ösmirlik davrida mukofot tizimi va ijro nazorati tizimining notekis rivojlanişi bu yoşni raqamli stimullarga ayniqsa sezgir qiladi.

Ikkinçidan, 2009–2023-yillardagi xorijiy tadqiqotlar raqamli texnologiyalardan jadal foydalaniş va media-multitasking diqqat barqarorligining pasayişi bilan boğliqligini körsatadi: K. Ra va hammualliflari ma'lumotlariga köra, raqamli faollik eng yuqori bölgan ösmirlarda DEGB simptomlari 2,3 baravar köp uçragan.

Uçinçidan, bu ta'sir avtomatik emas: A. Orben va A. Pşibilskiy körsatganidek, uning kuçi foydalaniş mazmuni, davomiyligi va şaxsiy omillarga boğliq.

Yuqoridagi xulosalar va aniqlangan muammolardan kelib çiqib, quyidagi pedagogik-psixologik takliflar ilgari suriladi:

1. Dars va uy vazifasi paytida smartfonni boşqa xonada saqlaş. A. Vord va hammualliflari ma'lumotlariga köra, smartfonning yonda turişining özi kognitiv resursni kamaytiradi.
2. Bildirişnomalarni öçiriş va "diqqat rejimi"dan foydalaniş. Bu çalğiş sonini kamaytiradi va diqqatning tez-tez köçişining oldini oladi.
3. 25–30 daqiqalik jamlangan iş bloklarini qisqa tanaffuslar bilan almaştiriş. Bu usul diqqat barqarorligini bosqiçma-bosqiç maşq qildiradi, bu P. Ya. Galperin ğoyasiga mos keladi.
4. Uyqudan kamida 1 soat oldin ekrandan foydalanişni töxtatiş. Yetarli uyqu ijro nazorati va diqqatning tiklanişi uçun zarur.
5. Maktab va oliy ta'lim muassasalarida "raqamli gigiyena" maşğulotlarini joriy etiş. Ösmirlarning öz ekran vaqtini tahlil qilişi özini boşqariş könikmasini şakllantiradi.
6. Oilada raqamli foydalaniş rejasini kelişib oliş. Ota-onalarning öz namunasi va aniq qoidalar ösmir xulqiga kuçli ta'sir qiladi.

Umuman olganda, raqamli texnologiyalarni taqiqlaş emas, balki ösmirlarda raqamli özini boşqariş va diqqatni maşq qildiriş könikmalarini şakllantiriş samarali yol hisoblanadi. Kelgusida Özbekiston ösmirlari orasida taklif etilgan metodikalar majmuasi asosida empirik tadqiqot ötkaziş va natijalarni xorijiy ma'lumotlar bilan qiyoslaş istiqbolli yönaliş bölib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar röyxati:

1. Rideout, V., Peebles, A., Mann, S., & Robb, M. B. (2022). The Common Sense census: Media use by tweens and teens, 2021. San Francisco, CA: Common Sense, 3–5.
2. Özbekiston Respublikasi Prezidentining "Raqamli Özbekiston - 2030" strategiyasini tasdiqlaş va uni samarali amalga oşiriş çora-tadbirlari töğrisida"gi PF-6079-son1 Farmoni. (2020, 5-oktabr). Qonunçilik ma'lumotlari milliy bazasi, 06.10.2020.
3. James, W. (1890). The principles of psychology (Vol. 1). New York: Henry Holt, 403–404.
4. Kahneman, D. (1973). Attention and effort. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 8–12.
5. Posner, M. I., & Petersen, S. E. (1990). The attention system of the human brain. Annual Review of Neuroscience, 13, 25–42.
6. Добрынин, Н. Ф. (1958). О теории и воспитании внимания. Советская педагогика, (1).

1 https://lex.uz/docs/-5030957

7. Гальперин, П. Я. (1958). К проблеме внимания. Доклады АПН РСФСР, (3), 33–38.
8. Ğoziyev, E. (2010). Ontogenez psixologiyasi. Toşkent: Noşir.
9. Casey, B. J., Jones, R. M., & Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. Annals of the New York Academy of Sciences, 1124, 111–126.
10. Steinberg, L. (2008). A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. Developmental Review, 28(1), 78–106.
11. Sherman, L. E., Payton, A. A., Hernandez, L. M., Greenfield, P. M., & Dapretto, M. (2016). The power of the like in adolescence: Effects of peer influence on neural and behavioral responses to social media. Psychological Science, 27(7), 1027–1035.
12. Эльконин, Д. Б. (1971). К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. Вопросы психологии, (4), 6–20.
13. Ophir, E., Nass, C., & Wagner, A. D. (2009). Cognitive control in media multitaskers. Proceedings of the National Academy of Sciences, 106(37), 15583–15587.
14. Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and texting made me do it: Media-induced task-switching while studying. Computers in Human Behavior, 29(3), 948–958.

MAKTABGAÇA PRE-SCHOOL ДОШКОЛЬНОЕ

13.00.00 Pedagogika fanlari
13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta’limotlar tarixi
13.00.02 Ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar böyiça)
13.00.03 Maxsus pedagogika
13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport maşğulotlari nazariyasi va metodikasi
13.00.05 Kasb-hunar ta’limi nazariyasi va metodikasi
13.00.06 Elektron ta’lim nazariyasi va metodikasi (ta’lim sohalari va bosqiçlari böyiça)
13.00.07 Ta’limda menejment
13.00.08 Maktabgaça ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
07.00.00 Tarix fanlari
19.00.00 Psixologiya fanlari
01.00.00 Fizika-matematika fanlari
02.00.00 Kimyo fanlari
03.00.00 Biologiya fanlari
09.00.00 Falsafa fanlari
10.00.00 Filologiya fanlari
11.00.00 Geografiya fanlari

MAKTABGAÇA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Aşurov
Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov
Musahhih: Alibek Zokirov
Sahifalovçi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №11(3)

© Materiallar köçirib bosilganda "Maktabgaça va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida körsatilişi şart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgaça va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan Özbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C–5669363 reyestr raqami tartibi böyiça röyxatdan ötkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzilimiz: Toşkent şahar, Yunusobod tumani 19-mavze, 17-uy.