

TALABALAR BO'SH VAQTLARINI SAMARALI TASHKIL QILISH
METODIKALARI

To'rayev Azamat Maqsudovich

CHDPU mustaqil tadqiqotchisi

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.21185461>

Annotatsiya: Ushbu tezisda talabalar bo'sh vaqtini samarali tashkil qilishning pedagogik-metodik asoslari yoritilgan. Talabalarning bo'sh vaqtini mazmunli rejalashtirish, vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, shaxsiy va intellektual o'sishni qo'llab-quvvatlash masalalari tahlil qilinadi. Shuningdek, bo'sh vaqtni noto'g'ri tashkil etish natijasida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan salbiy ijtimoiy oqibatlar ham ko'rib chiqiladi. Oliy ta'lim muassasalarida talabalarni bo'sh vaqtni konstruktiv tashkil qilishga yo'naltirish, maxsus kurslar, uslubiy ko'rsatmalar va institutsional qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini joriy etish zarurligi asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: bo'sh vaqt, talabalar, vaqtni boshqarish, samarali rejalashtirish, shaxsiy rivojlanish, akademik muvaffaqiyat, ijtimoiy faollik, konstruktiv faoliyat.

Abstract: This thesis highlights the pedagogical and methodological foundations for the effective organization of students' leisure time. It analyzes the issues of meaningful leisure planning, the development of time management skills, and the support of students' personal and intellectual growth. The work also examines possible negative social consequences that may arise from the ineffective organization of free time. The necessity of introducing special courses, methodological guidelines, and institutional support mechanisms in higher education institutions aimed at the constructive organization of students' leisure time is substantiated.

Keywords: leisure time, students, time management, effective planning, personal development, academic success, social activity, constructive activity.

Jamiyatda insonlarning bo'sh vaqtlarini sog'lom va konstruktiv tarzda o'tkazishlari samarali bo'lsada, ammo ko'pincha vaqtni mazmunli rejalashtirishga salohiyatning etishmasligi bo'sh vaqtning behuda sarflanishiga olib keladi. Dunyoda vaqtni boshqarishning talabalar akademik yutuqlariga ijobiy ta'sirlarini o'rganish bo'yicha ko'plab tadqiqotlar o'tkazilgan bo'lib, talabaning bo'sh vaqti—bu uy vazifalarini va boshqa kundalik ishlarini bajarishdan keyin qolgan ixtiyoriy vaqt hisoblanadi. Bo'sh vaqtni qanday o'tkazishni talabalar ixtiyoriy tanlaydilar. Bunda bosh vaqt byudjetidan dam olish, ijtimoiy muloqat, jismoniy-intellektual rivojlanish uchun ham sarflashlari mumkun. Shu bilan birga bo'sh vaqt makoni talaba-yoshlarimiz uchun zavqlanish, o'zini namoyon qilish, individual rivojlanishni rag'batlantirish, turli ijtimoiy vaziyatlarda turli ijtimoiy rollarni sinab ko'rish va muloqat qilish imkoniyatini beruvchi vaqt ham hisoblanadi. Xorijiy tadqiqotchilar Larsen va Cacioppolar yoshlar uchun bo'sh vaqtni individual o'sish va rivojlanish vaqti sifatida ko'rib chiqadi. [3] Talaba-yoshlar uchun bo'sh vaqt makoni o'z-o'zini anglashni rivojlantirish, muhim hayotiy qarorlarga ta'sir qiluvchi, ta'lim turi uchun qulay xavfsiz qulay makon ham hisoblanadi. Bundan tashqari dam olishga bo'lgan intilish o'z navbatida hayotdan qoniqish va ruhiyatning ko'tarinki bo'lishi, stresslarning kamayishi, hayotga bo'lgan intilish, kurashuvchanlikni kuchaytirib, ijtimoiy kapitalni shakllantirishga yordam beradi. Ikkinchi tomondan talaba-yoshlarning yaqinlari nazoratidan holi ravishda bo'sh vaqtni mazmunsiz, intizomsiz tashkil qilish oqibatida jinoyat, giyohvandlik, bezorilik kabi ijtimoiy vavfli hatti-harakatlarga ham olib kelish mumkin.

Bo'sh vaqtni samarali boshqara olmaslik zerikish hissidan kelib chiqadigan salbiy oqibatlar ijtimoiy muammolar, huquqbuzarlikning turli ko'rinishlariga olib kelishi mumkun. Ko'pchilik talabalar bo'sh vaqtni samarali rejalashtirish va boshqarish ta'lim sifatini ta'minlashda asosiy omili ekanligini, vaqtni to'g'ri boshqarish qobiliyati inson hayotining barcha jabhalariga ijobit ta'sir qilishini tushunmaydilar.

Talabalarning aksariyati bo'sh vaqtni qiziqarli faoliyat uchun makon sifatida qarashadi. Oliy ta'lim muassasalarida talabalar bo'sh vaqtlaridan faoydalanishlarini rejalashtirish va boshqarishda qo'llab-quvvatlash va rag'batlantirish orqali samarali bo'sh vaqtni tashkil qilish ga erishish mumkun bo'ladi. Bunda bo'sh vaqtni boshqarish bo'yicha kurslar tashkil qilinishi, bo'sh vaqtdan foydalanish bo'yicha uslubiy ko'rstmalarni ishlab chiqish yaxshi samara beradi. Shu bilan birga Oliy ta'lim muassasasi jamoasi tomonidan talabalarga bo'sh vaqtlarini konstruktiv tarzda rejalashtirish va boshqarishga yordam berish uchun imkoniyat va qulayliklarni taqdim etishi maqsadga muvofiqdir.

Talabalarning bo'sh vaqtlarini boshqarish imkoniyatlarini kengaytirish orqali ularning shaxsiy rivojlanishini yaxshilaydigan muhim tajribaga ega bo'lishlari ta'minlanadi. Vins Lombardi "Agar muvaffaqiyatning bahosi mashaqqatli mehnat bo'lsa, muvaffaqiyatga vaqtni mukammal boshqarish orqali erishiladi", deya haqli fikrni aytgan edi.

Xorijiy tadqiqotchilardan Nilson talabalarning faolligi va muvaffaqiyati tasodifga qoldirilmasligi kerak, balki ular faoliyati instutsional nazorat qilinishi darkor, deya ta'kidlaydi. Ayniqsa umumiy o'rta ta'lim tizimini bitirib katta hayotga qadam qo'ygan 1-bosqich talaba-yoshlarida vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish akademik muvaffaqiyat uchun juda muhim sanaladi. Vaqtni to'g'ri boshqarishni tashkillashtirishda uni rejalashtirish bo'yicha maxsus topshiriqlarning berilishi hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishga yordam beradi.

Vaqt inson uchun eng qimmatli manbalardan biri sanaladi. Ba'zi talabalar vaqtni boshqarish qobiliyatlarini "tabiiy" tarzda namoyish qilsalar, boshqalari ushbu toifadagi ko'nikmalarni rivojlantirishlari zarur bo'ladi. Vaqtni boshqarish ko'nikmalari vaqtdan samarali foydalanish qobiliyati asosida yuz beradi. Talaba-yoshlar vaqtni to'g'ri rejalashtirish ko'nikmalari maqsadlarni belgilash, qaysi birining muhimligini anglash va ustuvorlikni belgilash imkoniyatiga ega bo'ladi. Vaqtdan samarali foydalanishni bilish asosida ijobiy individual natijaga erishish mumkun.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'limini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasi to'g'risidagi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktyabrdagi PF-5847-son Farmoniga 1-Ilova
2. S.N.Allayarova.Talabalarni ilmiy tadqiqot faoliyatiga jalb qilishda professor-O'qituvchi pedagogik mahoratining ahamiyati.//Global dunyoda ilm-fan va ta'limdagi innovatsion rivojlanishning zamonaviy trendlari 15 dekabr, 2022 yil.-B.45-50 .
- 3.https://www.researchgate.net/publication/273991330_Free-time_Management_amongst_Generation_Y_Students