



DIQQAT YETISHMASLIGI VA GIPERAKTIVLIK SINDROMI (SDVG) BO‘LGAN BOLALARDA DIQQATNI JAMLASH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH

Alisherova Maftuna Davron qizi.

Toshkent kimyo xalqaro universiteti

“Maxsus pedagogika” yo’nalishi.

ANNOTATSIYA: Ushbu maqolada diqqat yetishmasligi va giperaktivlik sindromi (SDVG) bo‘lgan bolalarda diqqatni jamlash ko‘nikmalarini shakllantirishning psixologik-pedagogik xususiyatlari yoritiladi. SDVG bolaning diqqatini boshqarishi, faoliyatini rejalashtirishi va impulslarini nazorat qilishi bilan bog‘liq qiyinchiliklar orqali namoyon bo‘lishi mumkin. Bunday bolalar bilan ishlashda individual yondashuv, qisqa va tushunarli topshiriqlar, vizual ko‘rsatmalar, harakatli tanaffuslar hamda ijobiy rag‘batlantirish muhim ahamiyatga ega. Maqolada diqqatni rivojlantirishga qaratilgan pedagogik metodlar, o‘yin mashqlari, oila va pedagog hamkorligi hamda ta‘lim muhitini moslashtirish masalalari tahlil qilinadi. Shuningdek, bolaning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda uning o‘quv faoliyatida ishtirok etishi va mustaqilligi uchun qulay sharoit yaratish bo‘yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so‘zlar: SDVG, diqqat yetishmasligi, giperaktivlik, diqqatni jamlash, bolalar psixologiyasi, maxsus pedagogika, individual yondashuv, rivojlantiruvchi o‘yinlar, ijobiy rag‘batlantirish.

АННОТАЦИЯ: В статье рассматриваются психолого-педагогические особенности формирования навыков концентрации внимания у детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). У таких детей могут наблюдаться трудности с поддержанием внимания, организацией деятельности и контролем импульсивного поведения. В работе с ними важны индивидуальный подход, короткие и понятные задания, визуальные подсказки,



двигательные паузы и положительное подкрепление. В статье анализируются педагогические методы, игровые упражнения, взаимодействие семьи и педагогов, а также адаптация образовательной среды. Особое внимание уделяется созданию условий, способствующих участию ребёнка в учебной деятельности, развитию самостоятельности и постепенному формированию навыков саморегуляции.

Ключевые слова: *СДВГ, дефицит внимания, гиперактивность, концентрация внимания, детская психология, специальная педагогика, индивидуальный подход, развивающие игры, положительное подкрепление.*

ABSTRACT: *This article examines psychological and educational approaches to developing attention-concentration skills in children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). Children with ADHD may experience difficulties sustaining attention, organizing tasks, and regulating impulsive behavior. Effective educational support may include individualized instruction, short and clear tasks, visual cues, movement breaks, and positive reinforcement. The article explores practical teaching strategies, attention-building activities, cooperation between families and educators, and adjustments to the learning environment. It also emphasizes the importance of respecting individual differences, supporting children's participation in learning, and gradually developing self-regulation and independence.*

Keywords: *ADHD, attention difficulties, hyperactivity, attention concentration, child psychology, special education, individualized approach, developmental games, positive reinforcement.*

Kirish

Bugungi kunda bolalarning psixologik rivojlanishi, ta'lim olish imkoniyatlari va individual ehtiyojlarini hisobga olish pedagogika hamda psixologiyaning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayrim bolalarda diqqatni uzoq vaqt davomida bir faoliyatga qaratish, topshiriqlarni oxirigacha bajarish, o'z harakatlarini nazorat qilish va kundalik vazifalarni tartib bilan bajarishda qiyinchiliklar kuzatiladi. Bunday



xususiyatlar diqqat yetishmasligi va giperaktivlik sindromi — SDVG (ruscha СДВГ, inglizcha ADHD) bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. SDVG — bolaning diqqatni boshqarishi, faolligini tartibga solishi va impulslarini nazorat qilishiga ta’sir etuvchi ney rivojlanish xususiyatidir. Uning namoyon bo‘lishi har bir bolada turlicha kechadi. Ayrim bolalarda diqqatni saqlash qiyinchiliklari ko‘proq kuzatilsa, boshqalarida ortiqcha harakat faolligi va shoshqaloqlik ustun bo‘lishi mumkin. Diqqatni jamlash ko‘nikmalarini shakllantirish bolaning ta’lim jarayonida ishtirok etishi, yangi bilimlarni o‘zlashtirishi, topshiriqlarni bajarishi va tengdoshlari bilan hamkorlik qilishini qo‘llab-quvvatlaydi. Bunda bolani uzoq vaqt qimirlamay o‘tirishga majburlash emas, balki uning diqqatini boshqarishiga yordam beradigan usullarni o‘rgatish muhimdir.

SDVG va diqqatni jamlashning o‘ziga xos xususiyatlari.

Diqqat — inson ongining muayyan predmet, hodisa yoki faoliyatga yo‘naltirilishi va unda ma’lum vaqt davomida saqlanishidir. Diqqat bolaning tinglashi, o‘qishi, yozishi, topshiriqni tushunishi va natijaga erishishida muhim rol o‘ynaydi. SDVG bo‘lgan bolalarda quyidagi holatlar kuzatilishi mumkin, topshiriqni bajarayotganda tez-tez chalg‘ish, ko‘rsatmalarni oxirigacha tinglashda qiynalish, bir faoliyatdan boshqasiga tez o‘tish, kerakli buyumlarni tartibga solish yoki vazifalarni rejalashtirishda qiynalish, navbat kutish va shoshilinch javob berishni nazorat qilishda qiyinchilik, uzoq davom etadigan vazifalarda diqqatni saqlashga ko‘proq yordamga ehtiyoj sezish. Bu belgilar barcha bolalarda bir xil ko‘rinishda bo‘lmaydi. Shuningdek, vaqti-vaqti bilan chalg‘ish yoki harakatchan bo‘lishning o‘zi SDVG tashxisini anglatmaydi. Tashxis tegishli mutaxassis tomonidan bolaning rivojlanish tarixi, turli muhitlardagi xulqi va kundalik faoliyatiga ta’sirini hisobga olgan holda aniqlanadi. Pedagogning vazifasi bolani ayblash yoki boshqa bolalar bilan taqqoslash emas, balki uning ehtiyojlarini aniqlash va o‘rganishini yengillashtiradigan sharoit yaratishdan iborat

Diqqatni jamlash ko‘nikmalarini shakllantirish tamoyillari



SDVG bo'lgan bolalar bilan ishlashda quyidagi tamoyillarga amal qilish tavsiya etiladi.

Individual yondashuv. Har bir bolaning qiziqishi, imkoniyati, yoshi va diqqatni saqlash xususiyatlari hisobga olinadi.

Topshiriqlarni kichik qismlarga ajratish. Uzun va murakkab topshiriq o'rniga ketma-ket bajariladigan sodda vazifalar beriladi.

Aniq va qisqa ko'rsatmalar. Bir vaqtning o'zida bitta yoki ikkita tushunarli ko'rsatma berilib, bolaning uni anglagani tekshiriladi.

Vizual tayanchlardan foydalanish. Rasmlar, belgilar, ketma-ketlik kartalari va kun tartibi bolaning nima qilish kerakligini eslab qolishiga yordam beradi.

Harakatga ehtiyojni hisobga olish. Qisqa jismoniy tanaffuslar, turib bajariladigan mashqlar va harakatli o'yinlar faoliyatni davom ettirishga ko'maklashishi mumkin. Ijobiy rag'batlantirish. Bolaning harakat qilgani, vazifani boshlagani, ko'rsatmaga amal qilgani va qayta diqqatini jamlay olgani e'tirof etiladi.

Barqaror tartib. Mashg'ulotlar imkon qadar oldindan ma'lum bo'lgan ketma-ketlikda tashkil etiladi. Bu bolaga keyingi faoliyatni kutish va tayyorlanishga yordam beradi.

Diqqatni rivojlantiruvchi samarali pedagogik metodlar

“Bir xil rasmlarni top” metodi Bolaga bir nechta rasmlı kartochkalar beriladi. U bir xil yoki o'zaro mos rasmlarni topishi kerak. Dastlab kartochkalar soni kam bo'ladi, keyinchalik bolaning imkoniyatiga qarab ko'paytiriladi. Maqsadi: ko'rish diqqatini, taqqoslash va kerakli belgini ajratish ko'nikmalarini rivojlantirish.

“Rangiga qarab ajrat” metodi

Bola rangli predmetlarni tegishli guruhlarga joylashtiradi. Masalan, qizil predmetlarni bir idishga, sariq predmetlarni boshqa idishga soladi. Maqsadi: diqqatni muayyan belgiga qaratish, ko'rsatmani eslab qolish va vazifani oxirigacha bajarishni mashq qilish.

“Pazl yig'ish” metodi



Bolaga yoshiga va imkoniyatiga mos pazl beriladi. Zarur bo'lsa, rasmning namunasi ko'rsatilib, ish bir necha bosqichga ajratiladi. Maqsadi: diqqatni saqlash, qismlarni taqqoslash, rejalashtirish va muammoni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirish.

“To‘xta va davom et” o‘yini

Katta kishi belgi yoki og‘zaki ko'rsatma beradi. Masalan, “yur” deyilganda bola yuradi, “to‘xta” deyilganda esa harakatini to‘xtatadi. Ko'rsatmalar bolaning yoshiga mos va tushunarli bo'lishi kerak. Maqsadi: tinglash, ko'rsatmaga javob berish, diqqatni qayta yo'naltirish va o'z harakatini boshqarishni mashq qilish. Ushbu mashqlar davolash usuli emas, balki ta'lim va rivojlanishni qo'llab-quvvatlovchi pedagogik vositalardir. Ularning murakkabligi bolaning imkoniyatiga moslashtirilishi kerak.

Oila va pedagog hamkorligining ahamiyati. Bolaning diqqatini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda uy va ta'lim muassasasidagi yondashuvlarning o'zaro mosligi foydalidir. Kundalik vazifalar uchun sodda va tushunarli tartib yaratish, bolaning topshiriqlarini kichik bosqichlarga ajratish, chalg'ituvchi omillarni kamaytirish, bola muvaffaqiyatga erishganida aniq maqto'v bildirish, uyqu, jismoniy faollik va dam olish tartibiga e'tibor berish, bolaning qiyinchiliklari haqida pedagog bilan muntazam fikr almashish.

Pedagoglarga tavsiyalar:

bolani imkon qadar chalg'ituvchi omillar kam bo'lgan joyga joylashtirish;

og‘zaki ko'rsatmalarni rasmlar yoki yozma belgilar bilan mustahkamlash;

katta topshiriqni kichik qismlarga ajratish;

harakatli tanaffuslar uchun imkoniyat yaratish;

bolaning kuchli tomonlari va qiziqishlaridan foydalanish;

bolaning qiyinchiliklarini uning dangasaligi yoki ataylab qilayotgan xatti-harakati sifatida baholamaslik. Agar diqqat bilan bog'liq qiyinchiliklar bolaning o'qishi, oilaviy hayoti yoki tengdoshlari bilan munosabatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatsa, ota-onalar bolalar shifokori yoki tegishli mutaxassis bilan



maslahatlashishlari kerak. SDVGni baholash va davolash individual yondashuvni talab qiladi.

Xulosa

SDVG bo'lgan bolalarda diqqatni jamlash ko'nikmalarini shakllantirish izchil, individual va qo'llab-quvvatlovchi pedagogik yondashuvni talab etadi. Qisqa topshiriqlar, vizual ko'rsatmalar, rivojlantiruvchi o'yinlar, harakatli tanaffuslar va ijobiy rag'batlantirish bolaning o'quv faoliyatida ishtirok etishiga yordam berishi mumkin. Bunda bolaning individual xususiyatlarini hisobga olish, uning muvaffaqiyatlarini e'tirof etish va qiyinchiliklarga sabr bilan munosabatda bo'lish muhimdir. Diqqatni jamlash faqat tinch o'tirish bilan o'lchanmaydi; u vazifaga qayta e'tibor qaratish, ko'rsatmani tushunish, faoliyatni davom ettirish va o'z harakatlarini boshqarish kabi ko'nikmalarni ham qamrab oladi. Oila, pedagog va zarur hollarda mutaxassislarning hamkorligi bolaga o'z imkoniyatlarini namoyon etish, ta'lim jarayonida faol ishtirok etish va mustaqillik ko'nikmalarini rivojlantirish uchun qulay sharoit yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5-TR. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing, 2022.

Barkley R. A. Taking Charge of ADHD: The Complete, Authoritative Guide for Parents. Guilford Press.

Выготский Л. С. Основы дефектологии. — Москва: Педагогика.

O'zbekiston Respublikasi. "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun, O'RQ-637-son, 2020-yil 23-sentabr.