KINESTETIK O‘QITISH USULLARI VOSITASIDA METAKOGNITIV FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISH: PEDAGOGIK OLIY TA’LIMI MISOLIDA

Artikova Muhayyo Botiralievna
pedagogika fanlari doktori,
Andijon davlat pedagogika instituti professori,

Annotatsiya: Ushbu maqolada pedagogik oliy ta’lim muassasalarida bo‘lajak o‘qituvchilarning metakognitiv fikrlash ko‘nikmalarini kinestetik o‘qitish usullari vositasida rivojlantirishning nazariy-metodik asoslari yoritilgan. Muallif metakognitiv faoliyatning tarkibiy modellarini (deklarativ, protsessual, shartli bilim hamda rejalashtirish, monitoring, baholash bosqichlari) va kinestetik ta’limning “tana tajribasiga asoslangan bilish” konsepsiyasi bilan bog‘liqligini tahlil qiladi. Maqolada kinestetik vositalarning ilmiy-didaktik tasnifi (harakatli modellashtirish, rolli o‘yinlar, simulyatsiyalar) keltirilgan hamda harakat orqali o‘rganish va refleksiv-kognitiv mexanizmlarning o‘zaro integratsiyasi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: kinestetik o‘qitish, metakognitiv fikrlash, metakognitiv monitoring, tana tajribasiga asoslangan bilish, pedagogik ta’lim, refleksiv tahlil, harakatli modellashtirish, simulyatsiya, o‘z-o‘zini boshqarish, kognitiv faollik.

Аннотация: В данной статье освещаются теоретико-методические основы развития навыков метакогнитивного мышления будущих учителей в педагогических высших учебных заведениях посредством кинестетических методов обучения. Автор анализирует структурные модели метакогнитивной деятельности (декларативное, процессуальное, условное знание и этапы планирования, мониторинга, оценки) и взаимосвязь кинестетического обучения с концепцией «познания, основанного на опыте тела». В статье представлена научно-дидактическая классификация кинестетических средств (двигательное моделирование, ролевые игры, симуляции), а также обоснована взаимная интеграция двигательного обучения и рефлексивно-когнитивных механизмов.

Ключевые слова: кинестетическое обучение, метакогнитивное мышление, метакогнитивный мониторинг, познание, основанное на опыте тела, педагогическое образование, рефлексивный анализ, двигательное моделирование, симуляция, саморегуляция,

когнитивная активность.

Abstract: This article examines the theoretical and methodological foundations for developing the metacognitive thinking skills of future teachers in pedagogical higher education institutions through kinesthetic teaching methods. The author analyzes the structural models of metacognitive activity (declarative, procedural, conditional knowledge and stages of planning, monitoring, evaluation) and the connection of kinesthetic education with the concept of “body experience-based cognition”. The article presents a scientific-didactic classification of kinesthetic tools (motor modeling, role-playing games, simulations) and substantiates the mutual integration of learning through movement and reflexive-cognitive mechanisms.

Keywords: kinesthetic learning, metacognitive thinking, metacognitive monitoring, body-based cognition, pedagogical education, reflexive analysis, motor modeling, simulation, self-regulation, cognitive activity.

Ma’lumki, pedagog kadrlar tayyorlash jarayonida metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirish – kasbiy yetuklikning muhim mezoniga aylangan. Zero, “zamonaviy ta’lim tizimi global bilim makonida raqobatbardosh, mustaqil fikrlovchi, o‘z bilish faoliyatini ongli ravishda boshqara oladigan mutaxassislarni tayyorlashni asosiy ustuvor yo‘nalish sifatida belgilamoqda” [1]. Bunday kompetensiyalarning markazida metakognitiv fikrlash, ya’ni shaxsning o‘z bilish jarayonlarini anglash, rejalashtirish, nazorat qilish va baholash qobiliyati turadi. Pedagogik oliy ta’limda esa bu masala yanada dolzarblashadi, chunki bo‘lajak o‘qituvchi nafaqat bilim egallovchi, balki kelgusida “boshqalarning o‘rganish faoliyatini boshqaruvchi” subyekt ham hisoblanadi.

Hozirgi pedagogik amaliyot shuni ko‘rsatadiki, oliy ta’lim muassasalarida talabalarning aksariyati bilimni reproduktiv tarzda o‘zlashtiradi, ammo o‘z o‘rganish strategiyalarini ongli boshqarish darajasi yetarli emas. Bu esa “mustaqil ta’lim samaradorligining pasayishiga, refleksiv tahlilning sustligiga va kasbiy qarorlar qabul qilishda qiyinchiliklarga olib keladi” [2]. Pedagogika yo‘nalishidagi talabalar uchun esa metakognitiv yetuklik ayniqsa zarur, chunki ular kelajakda ta’lim jarayonini loyihalash, monitoring qilish va o‘quvchilarning fikrlash faoliyatini yo‘naltirish kabi vazifalarni bajaradi. Demak, metakognitiv fikrlashni rivojlantirish masalasi faqat nazariy emas, balki bevosita kasbiy tayyorgarlik bilan chambarchas bog‘liq muammo sifatida namoyon bo‘lmoqda.

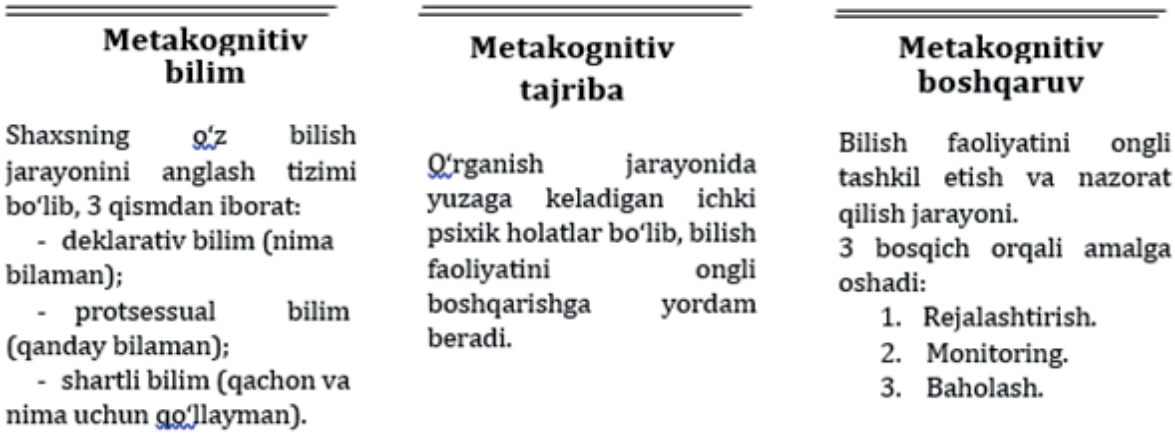
So‘nggi yillarda ta’limda faol, talaba markazda bo‘lgan, zamonaviy o‘qitish metodikasiga o‘tish tendensiyasi kuchayib, bilish jarayonini

harakat va tajriba bilan uyg‘unlashtirishga asoslangan kinestetik yondashuvlarga e’tibor ortdi [3]. Kinestetik o‘qitish usullari bilimni jismoniy faollik, harakat, tajriba va amaliy faoliyat orqali o‘zlashtirishga asoslanadi. Ushbu yondashuv “tana tajribasiga asoslangan bilish (embodied cognition)” nazariyasi bilan hamohang bo‘lib, bilish jarayonining tana va harakat bilan uzviy bog‘liqligini ta’kidlaydi. Harakat asosidagi o‘qitish talabaning diqqatini faollashtiradi, tajribaviy o‘rganish imkonini kengaytiradi va murakkab tushunchalarni chuqurroq idrok etishga yordam beradi. Shu jihatdan qaraganda, “kinestetik usullar nafaqat bilimni mustahkamlash, balki o‘rganish jarayoniga ongli munosabatni rivojlantirish orqali metakognitiv faoliyatni rag‘batlantiruvchi vosita sifatida ham qaralishi mumkin” [4].

Metakognitsiya nazariyasi dastlab J. Flavell tomonidan ilmiy muomalaga kiritilib, shaxsning o‘z bilish faoliyatini kuzatish va boshqarish qobiliyati sifatida talqin etilgan [5]. Keyinchalik A. Brown, Schraw, D. Perkins, B. Zimmerman kabi olimlar metakognitiv bilim va strategiyalarni o‘rganish samaradorligining asosiy omili sifatida asoslab berdilar. Kinestetik ta’lim esa J. Dewey, D. Kolb, H. Gardner, M. Wilson, R. Barsalou tadqiqotlarida faoliyatga asoslangan o‘rganish modeli sifatida yoritilgan. Biroq, mazkur ikki yo‘nalish, ya’ni kinestetik o‘qitish va metakognitiv fikrlash integratsiyasi pedagogik oliy ta’lim kontekstida yetarli darajada tizimli o‘rganilmagan [6]. Ko‘plab tadqiqotlar ularni alohida ko‘rib chiqadi, ammo harakat asosidagi o‘qitishning metakognitiv mexanizmlarga qanday ta’sir ko‘rsatishi masalasi hanuzgacha kam yoritilgan ilmiy yo‘nalishlardan biri bo‘lib qolmoqda.

Shu sababli mazkur maqolada kinestetik o‘qitishning nazariy imkoniyatlari metakognitiv fikrlashni rivojlantirish nuqtayi nazaridan tahlil qilinadi va pedagogik oliy ta’limda ushbu ikki jarayonning o‘zaro bog‘liqligi ilmiy asosda yoritiladi. Keyingi bo‘limlarda metakognitiv fikrlashning psixologik-pedagogik mohiyati, kinestetik ta’limning nazariy asoslari hamda ularning integratsiyasi orqali yuzaga keladigan refleksiv-kognitiv mexanizmlar izchil tahlil qilinadi.

Metakognitsiya zamonaviy psixologiya va pedagogika fanida shaxsning o‘z bilish faoliyatiga nisbatan ongli munosabati sifatida talqin qilinadi. Ushbu tushuncha J. Flavell tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo‘lib, u metakognitsiyani “bilish haqidagi bilim” deb izohlaydi. Metakognitiv fikrlash shaxsning qanday o‘rganayotganini anglash, ma’lumotni qay tarzda qayta ishlayotganini tushunish, o‘z bilim faoliyatini boshqarish va natijani baholash kabi jarayonlarni qamrab oladi. Pedagogik nuqtayi nazardan metakognitsiya talabaning mustaqil o‘rganish madaniyatini shakllantiruvchi asosiy mexanizmlardan biri hisoblanadi (1-rasmga qarang).



1-rasm. Metakognitiv faoliyatning tarkibiy-strukturaviy modeli.

Metakognitiv tuzilma odatda bir necha asosiy komponentlardan tashkil topadi. metakognitiv bilim, metakognitiv tajriba va metakognitiv boshqaruv. Metakognitiv bilim shaxsning o‘z bilish imkoniyatlari, strategiyalari va vazifalar xususiyatlari haqidagi tushunchalarini ifodalaydi. Bu bilim turi deklarativ (nimani bilish), protsessual [qanday bajarish) va shartli [qachon va nima uchun qo‘llash) darajalarda namoyon bo‘ladi. Metakognitiv tajriba esa o‘rganish jarayonida yuzaga keladigan ichki sezgi va ongli kuzatuvlarni o‘z ichiga oladi. Metakognitiv boshqaruv esa talabaning bilish faoliyatini rejalashtirish, moslashtirish va muvofiqlashtirish orqali amalga oshiriladi.

Zamonaviy ta’limda metakognitiv strategiyalar o‘quv faoliyatini ongli boshqarishning asosiy mexanizmi ekanini ta’kidlaydi. N.V. Savinova fikricha, metakognitiv yondashuv talabaning bilimni faqat o‘zlashtirishiga emas, balki o‘z fikrlash jarayonini kuzatish, nazorat qilish va moslashtirishiga ham xizmat qiladi. Uning izlanishida rejalashtirish, monitoring va o‘z-o‘zini baholash strategiyalari o‘quv jarayonining samaradorligini oshiruvchi muhim omillar sifatida yoritilgan hamda muallif metakognitiv kompetensiya shaxsning mustaqil o‘rganish qobiliyatini rivojlantirib, refleksiv tafakkur shakllanishiga asos bo‘lishini ilmiy jihatdan asoslaydi [7].

Metakognitiv monitoring va nazorat mexanizmlari o‘quv faoliyatining samaradorligini ta’minlovchi ichki boshqaruv tizimi sifatida qaraladi. Monitoring jarayonida shaxs o‘z fikrlashini kuzatadi, tushunish darajasini aniqlaydi va zarur hollarda strategiyani o‘zgartiradi. Nazorat esa tanlangan usullarni boshqarish, xatolarni aniqlash va tuzatish orqali amalga oshiriladi. Mazkur mexanizmlar ongli refleksiya bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, talabaning bilim jarayonida faol subyekt sifatida ishtirok etishini kuchaytiradi. Shu jarayonda ichki savollar berish, o‘z-o‘zini baholash, fikrlashni tekshirish kabi strategiyalar muhim rol

o‘ynaydi.

Refleksiv ta’limni pedagogik tayyorgarlikning ajralmas qismi sifatida talqin qilib, refleksiya jarayoni talabaning o‘z fikrlashini anglash va baholash orqali kasbiy o‘sishga xizmat qilishini asoslaydi. L.A. Kuznesovaning ta’kidlashicha refleksiv yondashuv o‘qitish jarayonini faollashtirib, pedagogik vaziyatlarni ongli tahlil qilish va o‘z-o‘zini rivojlantirishga zamin yaratadi [8].

Talabalarda metakognitiv kompetensiyani rivojlantirish ko‘plab omillarga bog‘liq. Birinchi navbatda, ta’lim jarayonining refleksiv yo‘naltirilganligi bu borada hal qiluvchi ahamiyatga ega. O‘quv muhitida mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlar, tahliliy topshiriqlar va faol o‘rganishga asoslangan metodlarning mavjudligi metakognitiv rivojlanishni rag‘batlantiradi. Shuningdek, talabaning ichki motivatsiyasi, o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyoji, shaxsiy o‘rganish strategiyalarini anglash darajasi ham muhim omil sifatida e’tirof etiladi. Pedagog tomonidan tashkil etiladigan ongli yo‘naltirish, savolga asoslangan o‘qitish, refleksiya elementlarini qo‘llash ham metakognitiv faoliyatni faollashtiruvchi vositalardan sanaladi.

Mualliflar jamoasi, xususan Lp-Baranov metakognitsiya va o‘z-o‘zini boshqarish o‘quv faoliyatining samaradorligini ta’minlovchi asosiy psixologik mexanizmlar ekanini ta’kidlaydilar. Ularning tadqiqotida talabalar tomonidan rejalashtirish, o‘zini nazorat qilish va o‘quv strategiyalarini moslashtirish jarayonlari metakognitiv boshqaruvning markaziy komponentlari sifatida yoritilgan [9].

Metakognitiv kompetensiya pedagogika yo‘nalishidagi talabalarda kasbiy tafakkurning shakllanishi bilan uzviy bog‘liq. Chunki bo‘lajak pedagog o‘z fikrlash jarayonini boshqarish orqali kelajakda o‘quvchilarning o‘rganish faoliyatini ham samarali yo‘naltira oladi. Shu bois metakognitsiya pedagogik tayyorgarlikning nazariy asoslaridan biri sifatida keyingi bo‘limlarda kinestetik o‘qitish bilan bog‘liq holda tahlil qilinadi.

Kinestetik ta’lim o‘rganish jarayonida jismoniy harakat va sensor-motor faollikni asosiy vosita sifatida qo‘llashga tayanadi. Ushbu yondashuv bilimni faqat eshitish yoki ko‘rish orqali qabul qilish bilan cheklanmaydi, balki o‘quvchi (talaba) faol harakat, amaliy tajriba va tana orqali sezish jarayonida bilimni chuqurroq o‘zlashtiradi. Kinestetik o‘qitish didaktik jihatdan faoliyatga yo‘naltirilgan, tajribaviy va interaktiv xarakterga ega bo‘lib, o‘rganish jarayonini tabiiy sezgi bilan uyg‘unlashtiradi. Mazkur metodlar bilish faoliyatini jonlantiradi, diqqatni barqarorlashtiradi va o‘quv materialining anglanishini kuchaytiradi. Yuqorida ta’kidlab o‘tilganidek, kinestetik ta’limning nazariy poydevori

“tana tajribasiga asoslangan bilish (embodied cognition)” konsepsiyasi bilan bevosita bog‘liq. Unga ko‘ra, inson tafakkuri va idroki tananing harakati, fazoviy tajriba va sezgi bilan uzviy aloqada shakllanadi. R.Barsalou, M.Wilson, G.Lakoff kabi olimlar bilish jarayonining abstrakt darajasi ham sensor-motor tajribaga asoslanishini ta’kidlaydilar. Ya’ni bilim faqat bosh miyada yuzaga keladigan ichki jarayon sifatida emas, balki tana va muhit bilan o‘zaro ta’sir natijasida shakllanadi. Shu sababli harakat asosidagi o‘qitish ongli tushunishning tabiiy mexanizmi sifatida e’tirof etiladi. Schraw va Dennison metakognitiv ongni o‘lchashning ilmiy asoslarini ishlab chiqib, metakognitiv xabardorlik o‘rganish samaradorligini belgilovchi muhim omil ekanini ko‘rsatadilar. Mualliflar tomonidan taklif etilgan model talabaning bilimni rejalashtirish, monitoring qilish va baholash qobiliyatini aniqlashga xizmat qiladi [10].

Harakat orqali o‘rganish talabaning kognitiv faolligini sezilarli darajada oshiradi. Jismoniy faollik neyropsixologik jihatdan miya faoliyatini rag‘batlantiradi, xotira mustahkamligini kuchaytiradi va diqqat jarayonlarini faollashtiradi. Tajribaviy harakatlar abstrakt tushunchalarni konkret sezgi orqali anglash imkonini yaratadi. Masalan, modellashtirish, rolli harakat, fazoviy joylashuvga asoslangan topshiriqlar o‘rganish jarayonida chuqur idrokni ta’minlaydi. Bunday faoliyatlar bilimni passiv qabul qilishdan faol konstruksiya jarayoniga olib chiqadi.

Harakat va sensor tajriba bilish jarayonining ajralmas qismi ekanini asoslaydi. Mualliflar harakatga asoslangan o‘rganish abstrakt bilimni chuqurroq idrok etishga yordam berishini ta’kidlaydilar [11].

Pedagogik ta’limda kinestetik metodlardan foydalanish keng imkoniyatlarga ega. Bo‘lajak o‘qituvchilar uchun harakat asosidagi mashg‘ulotlar nafaqat bilimni mustahkamlaydi, balki pedagogik vaziyatlarni modellashtirish, dars jarayonini jonli tasavvur qilish va refleksiv tahlilni rivojlantirishga xizmat qiladi. Kinestetik yondashuv darslarni jonlantiradi, talabalarni faol subyektga aylantiradi va kasbiy tayyorgarlikni amaliy tajriba bilan boyitadi. Shu bilan birga, mazkur metodlar talabalarda o‘z faoliyatini ongli kuzatish va boshqarishga zamin yaratadi, bu esa keyingi bo‘limda ko‘rib chiqiladigan metakognitiv rivojlanish mexanizmlari bilan bevosita bog‘lanadi.

Kinestetik faoliyat o‘rganish jarayonini jismoniy harakat bilan uyg‘unlashtirgan holda talabaning ongli bilish jarayonlarini faollashtiradi. Harakat orqali bajariladigan topshiriqlar talabaning diqqati, sezgi organlari va fikrlash faoliyatini bir vaqtning o‘zida ishga soladi, bu esa bilish jarayonining faolligini oshiradi. Harakatga asoslangan mashg‘ulotlar talabaning faqat ma’lumotni qabul qiluvchi subyekt sifatida emas, balki uni ongli ravishda qayta ishlovchi va boshqaruvchi shaxs sifatida

shakllanishiga xizmat qiladi. Bunday muhitda o‘rganish jarayoni tabiiy ravishda ichki monitoring bilan birga kechadi.

1-jadval

Kinestetik o‘qitish vositalarining ilmiy-didaktik tasnifi

№	Kinestetik vosita turi	Didaktik vazifasi	Kognitiv ta’siri	Metakognitiv ta'siri	Qo‘llash sohasi	Samarado rlik dalili
1	Harakatli modellash-tirish	Abstrakt tushunchani konkretlashtirish	Fazoviy idrok kuchayadi	Tushunishni anglash	Pedagogika, psixologiya	Bilimni 30-40% chuqurroq o‘zlashtiri sh
2	Rolli harakat (role-play)	Pedagogik vaziyatni jonlantirish	Emotsional xotira faollashadi	Refleksiya rivojlanadi	Metodika darslari	Qaror qabul qilish tezligi oshadi
3	Jismoniy interaktiv mashqlar	Diqqatni faollashtirish	Sensor-motor integratsiya	Monitoring kuchayadi	Seminar, trening	Diqqat barqarorli gi ortadi
4	Gestural tushuntirish	Harakat orqali ifodalash	Tasviriy xotira kuchayadi	Anglash tezlashadi	Nazariy fanlar	Esda saqlash darajasi yuqori
5	Harakatli guruh ishlari	Ijtimoiy-faol o‘rganish	Kollektiv tafakkur	O‘zini baholash	Amaliy mashg‘ulot	Faol ishtirok >70%
6	Simulyatsio n o‘yinlar	Tajribaviy o‘rganish	Real muhit effekti	Strategik fikrlash	Pedagog tayyorlash	Qaror refleksiyas i shakllanad i
7	Fazoviy joylashuv mashqlari	Tizimlashtirish	Strukturaviy tafakkur	Bilimni nazorat qilish	Diagramma asosli dars	Tushunish tezlashadi
8	Harakatli test texnikasi	Faol baholash	Tezkor idrok	O‘zini tekshirish	Diagnostika	Natija aniqligi ortadi
9	Manipulyati v predmetlar	Tajribaviy sezgi	Motor xotira faollashadi	Anglash mustahkamlanadi	Boshlang‘ich , OTM	Mustahka m o‘zlashtiri sh
10	Harakatli refleksiya texnikasi	O‘z faoliyatini anglash	Tafakkur faolligi	Metakognitiv baholash	Yakuniy bosqich	O‘zini boshqaris h kuchayadi

Faol harakat davomida yuzaga keladigan refleksiya metakogni-tiv rivojlanishning muhim mexanizmlaridan biri hisoblanadi. Talaba harakat orqali ma’lumotni o‘zlashtirar ekan, o‘zining tushunish dara-

jasini baholaydi, bajarilgan faoliyatni tahlil qiladi va keyingi qadamlarini ongli ravishda rejalashtiradi. Harakat jarayonida yuzaga keladigan ichki savollar, tajribani tahlil qilish va natijani anglash o‘zini bilishning chuqurlashuviga olib keladi. Bu esa o‘rganish jarayonida refleksiv ongning shakllanishiga zamin yaratadi.

Metakognitiv strategiyalarni kinestetik topshiriqlarga integratsiya qilish o‘qitish samaradorligini oshiruvchi muhim yo‘nalishlardan sanaladi. Masalan, harakat asosidagi mashg‘ulotlarda oldindan rejalashtirish, faoliyat jarayonida o‘zini kuzatish, natijani baholash kabi metakognitiv bosqichlar tizimli ravishda qo‘llanishi mumkin. Talaba topshiriqni bajarishdan oldin qanday strategiyani tanlayotganini anglaydi, bajarish davomida jarayonni nazorat qiladi va yakunda o‘z faoliyatini tahlil qiladi. Shu tarzda kinestetik faoliyat metakognitiv boshqaruvni tabiiy ravishda shakllantiruvchi maydonga aylanadi.

Kinestetik muhitda o‘z-o‘zini boshqarish modeli talabaning mustaqil va ongli o‘rganish faoliyatini qo‘llab-quvvatlaydi. Harakatga asoslangan vazifalar talabaning ichki faolligini oshirib, qaror qabul qilish, strategiyani moslashtirish va xatolarni tuzatish jarayonlarini kuchaytiradi. Ushbu modelda tana harakati bilish faoliyatining tashqi ifodasi sifatida namoyon bo‘ladi va ichki fikrlash jarayonlari bilan uzviy bog‘lanadi. Natijada kinestetik faoliyat metakognitiv fikrlashni shakllantiruvchi samarali pedagogik vosita sifatida namoyon bo‘ladi va keyingi bo‘limda ko‘rib chiqiladigan metodik yondashuvlarga nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Xorij olimlaridan M.Wilson, L.Foglialarning izlanishlarida “tana tajribasiga asoslangan bilish (embodied learning)” modeli orqali bilimning tana va harakat bilan uyg‘un holda shakllanishi yoritilib, o‘rganish jarayonida faol harakat kognitiv va metakognitiv faollikni kuchaytirishi ilmiy asosda ko‘rsatib beriladi [12].

Pedagogik oliy ta’limda metakognitiv fikrlashni rivojlantirishga yo‘naltirilgan kinestetik mashg‘ulotlar talabaning faol o‘rganish tajribasini markazga qo‘ygan holda tashkil etiladi. Ushbu tizimda har bir dars bilish jarayonini ongli rejalashtirish, faoliyat davomida kuzatish va yakunda refleksiv tahlil qilish bosqichlari bilan boyitiladi. Harakatga asoslangan topshiriqlar metakognitiv strategiyalar bilan uyg‘unlashganda talaba o‘zi o‘rganish jarayonining faol ishtirokchisiga aylanadi. Bunday metodik tashkil etish talabaning fikrlash faoliyatini chuqurlashtiradi va mustaqil bilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Amaliy yo‘naltirilgan dars shakllari kinestetik faoliyatning pedagogik imkoniyatlarini kengaytiradi. Rolli harakatlar orqali talabalar real pedagogik vaziyatlarni jonli tasvirlash imkoniga ega bo‘ladi, bu esa

ularning kasbiy tafakkurini faollashtiradi. Simulyatsion mashg‘ulotlar dars jarayonini modellashtirish orqali nazariy bilimni amaliy tajriba bilan bog‘laydi. Interaktiv harakatli mashqlar esa talabaning sezgi, harakat va tafakkur jarayonlarini birlashtirgan holda o‘rganish samaradorligini oshiradi. Ushbu shakllar o‘qitish jarayonida faol ishtirok, tezkor fikrlash va ongli tahlilni ta’minlaydi.

Kinestetik yo‘naltirilgan darslar bo‘lajak pedagoglarning kasbiy refleksiyasini kuchaytiruvchi samarali vosita sifatida xizmat qiladi. Harakat asosidagi faoliyat davomida talaba o‘z pedagogik qarorlarini baholaydi, metod tanlash sabablarini anglaydi va natijani tahlil qiladi. Refleksiya jarayonida o‘zining kuchli va zaif tomonlarini aniqlash imkoniyati yuzaga keladi, bu esa kasbiy o‘sishga xizmat qiladi. Shuningdek, harakatli muhit talabaning ichki faolligini oshirib, o‘z-o‘zini boshqarish va ongli yondashuvni shakllantiradi. Mazkur nazariy-metodik yondashuv pedagogik ta’limda kinestetik faoliyatni metakognitiv rivojlanish bilan uyg‘unlashtirgan holda qo‘llash zaruratini asoslaydi. Shu orqali bo‘lajak pedagoglarda nafaqat chuqur bilim, balki ongli fikrlash va refleksiv tahlil madaniyati shakllanishi ta’minlanadi.

Kinestetik va metakognitiv yondashuvlarning o‘zaro uyg‘unligi ta’lim jarayonida bilish faoliyatining ikki muhim qatlamini birlashtiradi: harakat orqali tajribaviy o‘zlashtirish va ushbu jarayonni ongli boshqarish. Kinestetik faoliyat talabaning sezgi-harakat tizimini faollashtirgan holda bilimni bevosita tajriba asosida shakllantiradi, metakognitiv mexanizmlar esa mazkur faoliyatni tahlil qilish, rejalashtirish va nazorat qilish imkonini beradi. Shu integratsiya natijasida o‘rganish jarayoni ichki refleksiya bilan boyiydi va talaba bilimni ongli ravishda konstruksiya qiluvchi subyektga aylanadi. Harakat asosidagi topshiriqlar metakognitiv monitoringni tabiiy ravishda rag‘batlantirishi ushbu ikki yondashuvning metodik jihatdan bir-birini to‘ldirishini ko‘rsatadi.

Talaba markazda bo‘lgan ta’limni zamonaviy pedagogikaning ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida talqin etish mumkin, unda o‘quv jarayonining markaziga talabaning shaxsiy faolligi, mustaqil fikrlashi va individual o‘rganish strategiyalari qo‘yiladi. Bunday yondashuv ta’lim samaradorligini oshirish bilan birga, shaxsda refleksiv va metakognitiv ko‘nikmalarni ham rivojlantiradi. Ayniqsa, interaktiv va faol metodlarning qo‘llanilishi talabaning bilimni ongli ravishda boshqarishiga, o‘z faoliyatini baholashiga va mustaqil qaror qabul qilishiga zamin yaratadi.

Kinestetik usullarning metakognitiv strategiyalar bilan uyg‘unlashuvi bo‘lajak pedagoglarda ongli o‘rganish, o‘z faoliyatini baholash va refleksiv tahlil ko‘nikmalarini rivojlantirishga imkon yaratadi. Maz-

kur uyg‘unlik darslarni faollashtiruvchi, o‘rganishni amaliy tajriba bilan boyituvchi va kasbiy tayyorgarlikni chuqurlashtiruvchi metodik asos sifatida ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, pedagogik vaziyatlarni modellashtirishda harakat va tafakkurning birgalikda ishlashi tanqidiy fikrlashni kuchaytiradi. Ammo bunday uyg‘unlashtirishning ayrim cheklovlari ham mavjud. Kinestetik faoliyatning metakognitiv rivojlanishga ta’siri ko‘proq nazariy asoslar va ilmiy manbalar tahliliga tayangan holda yoritiladi. Shu jihatdan kelgusida eksperimental tadqiqotlar o‘tkazish, metodik model samaradorligini amaliy muhitda baholash va turli pedagogik fanlar kesimida sinovdan o‘tkazish muhim ilmiy istiqbol sifatida qaraladi.

Mazkur tadqiqot doirasida kinestetik o‘qitish va metakognitiv fikrlash o‘rtasidagi nazariy bog‘liqlik pedagogik oliy ta’limi kontekstida keng ko‘lamda tahlil qilingani, harakatga asoslangan o‘qitish talabaning sezgi va tafakkur jarayonlarini uyg‘unlashtirgan holda bilish faoliyatining faolligini oshiradi. Ushbu faoliyat o‘z-o‘zini anglash, ichki monitoring va o‘z-o‘zini tartibga keltirish mexanizmlarini tabiiy ravishda rag‘batlantiradi. Natijada kinestetik metodlar metakognitiv rivojlanishga xizmat qiluvchi samarali pedagogik vosita sifatida namoyon bo‘ladi. Metakognitsiya va “tana tili” o‘rtasidagi uyg‘unlik bilimni chuqurroq anglash va ongli o‘zlashtirish uchun metodik asos yaratadi.

Xulosa qilib aytganda, pedagogik oliy ta’lim muassasalarida o‘quv jarayonini tashkil etishda kinestetik faoliyatga asoslangan o‘quv mashg‘ulotlaridan keng foydalanish tavsiya etiladi. Dars jarayoniga harakatli modellashtirish, rolli mashg‘ulotlar va tajribaga asoslangan zamonaviy metodlarni kiritish talabalarning bilish faolligini oshiradi. Shu bilan birga, har bir dars refleksiya va o‘z faoliyatini tahlil qilish bosqichlari bilan boyitilishi maqsadga muvofiq. Ushbu yondashuv esa bo‘lajak pedagoglarda mustaqil fikrlash, ongli o‘rganish va kasbiy refleksiyani rivojlantirishga xizmat qiladi. Kinestetik va metakognitiv yondashuvlarning integratsiyasi pedagogik ta’lim sifatini oshirishga yo‘naltirilgan istiqbolli metodik yo‘nalish sifatida ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Qodirova Z.N. Talabalarda mustaqil fikrlashni rivojlantirish metodikasi. – Buxoro, 2023. – 156 b.

2. Xoliqov A.N. Ta’limda refleksiv yondashuv va metakognitsiya. – Toshkent: Tafakkur, 2023. – 198 b.

3. Karimova D.R. Oliy ta’limda interaktiv metodlardan foydalanish. – Toshkent: Universitet, 2021. – 174 b.

4. Rasulov U.R. Pedagogik faoliyatda metakognitiv kompetensiyalar. –

Samarqand: SamDU, 2024. – 143 b.

5. Abdullayev H.M. Metakognitsiya: nazariya va pedagogik amaliyot. – Toshkent: Ilm ziyo, 2022. – 186 b.

6. To‘xtayeva M.Sh. Faol o‘qitish texnologiyalari. – Toshkent: Innovatsiya, 2022. – 221 b.

7. Савинова Н.В. Метакогнитивные стратегии в современном образовании. – Москва: Юрайт, 2021. – 198 с.

8. Kuznetsova L.A. Refleksivnoe obuchenie v sisteme vysshego pedagogicheskogo obrazovaniya. – Sankt-Peterburg: Lan, 2022. – 176 s.

9. Baranov I.P., Smirnova E.G. Metakognitsiya i samoregulyatsiya uchebnoy deyatelnosti studentov. – Moskva: Prosveshchenie, 2023. – 214 s.

10. Schraw G., Dennison R.S. Assessing metacognitive awareness in learning. – New York: Routledge, 2021. – 156 p.

11. Wilson M., Foglia L. Embodied cognition and learning in educational contexts. – Boston: MIT Press, 2022. – 201 p.

12. Wilson M., Foglia L. Embodied cognition and learning in educational contexts. – Boston: MIT Press, 2022. – 201 p.