

европейскому координатору проекта профессору Паскуале Дапонте, лидеру рабочего пакета №2 профессору Веронике Пердерю, а также координатору курса повышения квалификации профессору Алессандро Жюстини и всем партнерам проекта из ЕС, включая персонал больницы Санто-Стефано с надеждой на то, что близкие контакты всех степеней будут продолжаться.

Литература

1. https://www.gazeta.ru/culture/photo/stivenu_spilbergu_--_70.shtml#
2. Хайнек А. «НЛО: попытка научного подхода» // НЛО. — 2000. — № 42
3. http://www.aif.ru/health/life/italiya_zdravoohranenie_bespla;
4. http://bono-esse.ru/blizzard/RPP/M/m_03_It.html

ТАЛАБАЛАРГА АХБОРОТ БЕРИШНИНГ ЯНГИ ШАКЛ ВА УСУЛЛАРИНИ ҚЎЛЛАШ ОРҚАЛИ АҚЛИЙ МЕХНАТНИНГ ЮҚОРИ МАХСУЛДОРЛИГИНИ ТАЪМИНЛАШ

Ш.Юлдашева, У.Обиджанов

В статье рассмотрены вопросы современной педагогической технологии, применяемой в процессе преподавания для повышения эффективности освоения теоретических навыков, где учитываются особенности физического развития детей и подростков, имеющие важное значение в процессе освоения новых знаний. Эффективность преподавания с учетом особенностей физического развития играет немаловажную роль для молодых педагогов. Сделаны соответствующие выводы, связанные с эффектом освоения материалов в зависимости от роста и развития организма.

Ключевые слова: информирование, умственная работа, производительность, учебный процесс.

ENSURING HIGH EFFICIENCY OF MENTAL WORK THROUGH THE USE OF NEW FORMS AND METHODS OF TRANSMITTING INFORMATION TO STUDENTS

S.Yuldasheva, U.Obidzhanov

The article examines the issues of modern pedagogical technology and use in the teaching process to improve the effectiveness of mastering theoretical skills, which takes into account the features of the physical development of children and adolescents, which are important in the process of mastering new knowledge. The effectiveness of teaching, taking into account the features of physical development, plays an important role for young teachers. The corresponding conclusions are drawn, related to the effect of mastering materials in dependence of growth and development of the organism.

Key words: informing, mental work, productivity, educational process.

Замонавий билим бериш учун, аввало, мураббий ўсиб, ривожланиб келаётган авлоднинг турли даврлардаги физиологик ўзлаштиришларини яхши билиб олгандагина ўқув-тарбия жараёнини тўғри ташкил эта олади. Ташқи муҳит шароитининг таълим олувчи организмга таъсирини гигиеник аҳамиятини ўрганиши эса таълим жараёни иштирокчилари саломатлигини сақлаш ва мустаҳкамлашда ўқитувчига ёрдам беради.

Ўсиб ривожланиб келаётган организм саломатлигини жисмоний ва ақлий қобилиятини баҳолаш, соғлом ҳаёт кечириш асосларини аниқлаш ҳам физиология илми ютуқларига боғлиқ. Шунинг учун физиология илми ижтимоий аҳамиятга эгадир. Ўсиб ривожланиб келаётган таълим олувчи организмнинг турли даврларида, ҳар хил орган ва тизимларнинг фаолияти бир қатор ўзига хос хусусиятлар билан характерланади. Ўқитувчи таълим жараёни иштирокчилари ва ўқитиларнинг анатомик-физиологик хусусиятларини ўрганар экан, айрим

тизим ва органларининг (суяк-мускул, нафас олиш органлари, қон айланиши, нерв системаси, сезги органлари, меъда ичак тракти, ички секреция безлари, тери, айирув органлари) тузилиши хусусиятларини ҳамда уларнинг фаолиятларини ва гигиенаси билан танишади. Уйқу ва ақлий меҳнатни мақсадга мувофиқ равишда ташкил қилиш учун нерв системасининг ишлаш қонуниятларини билиш айниқса муҳимдир.

Таълим олувчи организми қанчалик ёш бўлса, катта ёшли организмдан шунча чуқурроқ фарқ қилади. Ўсиб ва ривожланиб келаётган таълим жараёни иштирокчилари анатомияси ва физиологиясини билмай туриб, таълим жараёни иштирокчилари шахсий гигиенаси, таълим муассасасидан ташқари ишлар гигиенаси ва ўқув тарбиявий ишлар гигиенаси масаласини ечиб бўлмайди.

Замонавий ўқитиш жараёни таълим олувчига ахборот беришнинг янги шакл ва усуллари қўлламоқда, яъни билим беришнинг самарадорлигини оширишига қаратилган техника воситаларидан кенг фойдаланилмоқда. Натижада таълим олувчининг таълим жараёнидаги фаолиятини бир мунча активлаштиришга эришилди.

Шуни таъкидлаш керакки, ҳозирги замон шароитида таълим муассасаси таълим олувчисига мос ўқув юкларини белгилаш муҳим вазифа ҳисобланиб, биринчидан, ўқув программасида белгиланган билимларни таълим олувчи ўзлаштириши кўзда тутилса, иккинчидан, таълим олувчининг ўз шахсий эҳтиёжи учун ҳам етарли вақт ажратилади. Энг муҳими, таълим олувчининг жисмоний ривожланишига, иш фаолиятига ва саломатлигига салбий таъсир етувчи омилларнинг олди олинади.

Ақлий меҳнат (ўқиш, ёзиш, фикрлаш, масала ечиш, таълим жараёни тинглаш ва тайёрлаш ва ҳоказолар) асосан кўриш, эшитиш, органлари ва уларнинг бош мия пўстлоғидаги марказларининг нерв хужайраларини бажарадиган ишидир. Шундай экан, таълим олувчилар ақлий меҳнат гигиенасининг зарур шартларини: кун тартибларига риоя қилиш, бадантарбия ва спорт билан шуғулланиш, ўқув ва ўқишдан ташқари машғулотлар учун шароит яратиш, бир фаолиятни иккинчиси билан алмаштириб туриш, спиртли ичимликлар ичмаслик, чекмаслик, зарарли одатларга берилмаслик ва ҳоказоларни онгли равишда бажаришга ҳаракат қилишлари керак. Ақлий фаолият узоқ вақт давом этаверса, уларнинг иш қобилияти аста - секин пасайиб, иш сифати ёмонлаша бошлайди, бажарилаётган ишга нисбатан эътибор камаяди, ўзлаштириш пасаяди, бўшашади, мудрайди. Бу ҳолат мианинг иш бажараётган марказларидаги нерв хужайралари кўзғалиш ҳолатидан тормозланиш ҳолатига ўтганлигини, яъни улар чарчаганлигини кўрсатади. Чарчаш бу ташқи муҳит билан мия пўстлоғидаги нерв хужайралари ўртасидаги алоқанинг вақтинча ўзилишидир. Чарчаш деганда, мия хужайраларининг шу билан бирга бутун организмнинг ишчанлик қобилияти пасайиши тушунилади. Бу физиологик жараён бўлиб, тормозланишнинг охириги поғонаси ҳисобланади. Тормозланиш дастлаб бош мия пўстлоқ қисмига, сўнгра нерв тизимининг тубан қисмларига тарқалиб, организмни бўшаштиради. Таълим жараёнида чарчашнинг биринчи босқичи актив тормозланишнинг бўшаш билан боғлиқ. Бу ҳаракатлар ўзгача кўринишда намоён бўлади. Таълим олувчиларнинг ўзлари актив ўқув йўлдан тўхтаган бўладилар - синфда озгина шовқин-сурон кўтарилди. Чарчашнинг бундан кейинги иккинчи босқичи кўзғалиш процессларининг бўшаши, билан бирга давом этади. Тормозланиш процесслари кўзғалиш процессидан устун туради.

И.П. Павлов чарчашда тормозланиш жараёнининг ахамиятига тўхталиб ўтар экан: "Чарчаш тормозланиш жараёнининг автоматик ички кўзғовчилардан биридир" - деб ёзган эди.

Ортиқча юклама ёки чарчаганликлари кўриниб турган бир вазиятда машғулотни давом эттириш шундай ҳолни келтириб чиқарадики, уни И.П. Павлов "Чегарадан ташқи ёки химоялаш тормозланиши" деб атаган эди, бу тормозланиш пўстлоқнинг нерв хужайраларини зўриқтирдан химоя қилади. Пўстлоқ хужайраларининг тез зўриқиб кетиб тормозланган ҳолатга ўтиши айтилиши билан бир шароитда бошмиа қуйи бўлимлари хужайраларининг чидамлилигига кескин суратда зид келади.

Бошланғич синф таълим олувчилари учун чарчашнинг энг дастлабки босқичлари хосдир. таълим олувчилари эса чарчаш вақтида ҳам ишлаш қобилиятларини йўқотмайдилар. Бироқ кўп ишлаш натижасида иш қобилияти пасаяди.

Ота-оналар ва ўқитувчилар таълим олувчи хулқида ва ҳолатида ақлий чарчаш аломатларини сезсалар, кўпинча эътибор бермайдилар, чунки бу ўзгаришлар вақтинчалик бўлиб, тез ўтиб кетади. Лекин булар таълим олувчида бошланаётган сурункали чарчашнинг бирламчи белгилари бўлиб, астеник синдром деб аталади ва бу касаллик марказий нерв системаси фаолияти бузилишининг бир тури ҳисобланади. Касаллик белгиларнинг пайдо бўлиши ва кечиши даражасига қараб астеник синдром шартли равишда бир неча босқичга ажратилади. Бирламчи - гиперстеник босқичда серзардалик, ўта таъсирчанлик, ўзини тута билмаслик, бесабрлик каби белгилар пайдо бўлади. Таълим жараёни иштирокчилари актив бўлишади, аммо уларнинг фаолиятида тартиб бўлмайди. Улар бирор ишни охиригача диққат - эътибор билан бажара олмайдилар, озгина муваффақиятсизлик улар фаолиятини издан чиқариб юборади. Улар қийналиб уйкуга кетишади, безовта ухлашади, кўп туш кўришади. Агар ўз вақтида чора кўрилиб, касаллик сабаблари бартараф этилмаса, кучайиб, иккинчи босқичга ўтиб кетади. Бунда ўта таъсирчанлик ва жиззакилик толиқиш билан бирга кечади. Таълим олувчининг иш фаолияти кучли бошланиб, бирдан пасайиб кетади. Жахилдорлик, ёмон кайфият ва одамовилик билан алмашинади. Бунда таълим олувчи ёзган пайтида бошқаларга нисбатан грамматик хатоларни кўпроқ қилади, баъзан сўзлардаги ҳарфларни ҳам тушириб қолдиради, янги материални қийин ўзлаштиради, ланжлик ва бош оғриш таълим олувчи иш фаолиятини сусайтиради. Таълим олувчида сурункали толиқишнинг олдини олишда ишлаш ва дам олиш режимига аниқ риоя қилиш лозим. Толиқишнинг энг асосий белгиси ақлий меҳнат натижасининг камайишидир.

Иш фаолиятининг одатдаги сусайишини ақлий толиқишдан фарқ қилиш лозим. Ақлий толиқиш орта борган сари таълим олувчининг бажараётган ишида унум бўлмайди. Ақлий ва жисмоний толиқиш ўзаро алоқадордир. Буни биринчи марта Италия олими Моссо аниқлаган. Ҳаддан ташқари ақлий толиқиш бажарилаётган жисмоний ишнинг самарадорлигини камайтиради ёки аксинча, жисмоний толиқиш ақлий меҳнатга салбий таъсир кўрсатади. Ақлий толиқишнинг хусусий белгиларига яна диққатнинг сусайишини, хотиранинг пасайишини, фикрлаш ва тасаввур қилишнинг бузилишини ҳам киритиб ўтиш лозим. Баъзи адабиётларга асосланиб, ақлий ишчанлик қобилияти кўрсаткичларини кун давомида ўрганиб чиқиб, алоҳида даврларга ажратиш мумкин, бу ўз навбатида ўқиш ва меҳнат қилиш бўйича рационал кун тартиби тузишда энг объектив мезон ҳисобланади.

Ақлий ишчанлик қобилияти 5 та даврдан иборат:

1. **Ишга киришиш даври.** Таълим жараёнида бир неча минут давом этиб, таълим олувчи иш шароитига мослаша боради.

2. **Оптималь ишчанлик даври.** Ақлий меҳнатни бажаришнинг стабиллашган давридир. Бунда диққат доминантаси вужудга келади.

3. **Тўлиқ компенсация даври.** Олдинги даврдан фарқ қилиб, толиқишнинг дастлабки белгилари пайдо бўла бошлайди, аммо уларни одамнинг ирода кучи компенсациялаштириб, юзага чиқармай туради.

4. **Беқарор компенсация даври.** Толиқишнинг ортиб бориши иш фаолиятининг пасайиши билан характерланади, аммоодам ирода кучи билан маълум вақтгача ақлий меҳнатни талаб даражасида давом эттириши мумкин.

5. **Меҳнат фаолиятининг прогрессив пасайиш даври.** Бу давр толиқишнинг тез ортиб бориши билан характерланади, бунда бажарилаётган ақлий меҳнатнинг маҳсули ва самарадорлиги кескин камаёди. Бу даврларни таълим жараёни давомида, кун, ҳафта, чорак, йил давомида кузатиш мумкин.

Ақлий меҳнат фаолиятини юқори даражада сақлай олиш мумкинми? Ақлий меҳнатнинг юқори маҳсулдорлиги таъминловчи шароитлар қуйидагилардан иборат:

- ҳар қандай меҳнатни бажаришга аста-секин киришиш;

- иш бажаришнинг маъқул ритмини ва тартибини танлаш ва унга риоя қилиш;
- ишни изчилликда ва кетма-кет бажаришга одатланиш;
- меҳнат ва дам олишни тўғри ташкил қилиш, бир иш турини иккинчиси билан алмаштириб олиб бориш.

• мунтазам равишда жисмоний машқлар билан шуғулланиш туфайли ақлий меҳнат малакаларини автоматлаштириш ва такомиллаштириш ҳамда автоматик малака ҳосил қилиш.

Хулоса қилиб шуни айтиш мумкинки, таълим жараёни вақтида ақлий меҳнатнинг юқори маҳсулдорлигини таъминлаш, чарчашни олдини олиш чоралари куйидагилардан иборат бўлиши керак:

1. "Ўқитувчи янги материални таълим олувчининг оптимал иш қобилиятига эга бўлган вақтида тушунтириш;

2. Таълим жараёнининг биринчи ярмида, таълим жараёни беришнинг актив усуллари қўллаб, таълим олувчи, диққатини узоқ вақт битта предметда ушлаб турмасдан тушунтирса, юксак натижага эришади.

3. Таълим жараёни бериш усулини ўзгартириб туриш уни юқори савияда олиб бориш;

4. Синф хоналарини танаффус пайтида шамоллатиш;

5. Таълим олувчи фаолиятини турли вазифаларга жалб қилиш, ўқув техника воситаларини кенг қўллаш, аммо ўқув техника воситаларидан, телевизордан, программалаштирилган овоз ёзиш аппаратларидан, диафильмлардан фойдаланишнинг ўзи асосий гигиена қоидаларига қатъий риоя қилишни талаб қилади.

6. Таълим жараёни материални тушунтиришда кўرғазмали куруллардан (расмлар намойиш қилиш, тажрибалар кўрсатиш), дидактик ўқув воситалардан максимал фойдаланиш.

7. Таълим жараёни оралиғида физкулминутлар ўтказиш.

Ўқитувчининг педогогик маҳорати, унинг янги материални тушунтириш пайтидаги кўтаринки кайфияти, ўқитувчининг ҳар хил оҳангда сўзлаши. Ўқитувчи бир хил оҳангда сўзлаган нутқи таълим олувчини зериктириб, мудратиб қўяди, бундай пайтда таълим олувчи томонидан таълим жараёни материални ўзлаштириш қийинлашади, бош мия ярим шарлари пўстлоғида тарқоқ тормозланиш жараёни пайдо бўлиб, уйқу босади.

Гигиена соҳаси мутахассислари таълим олувчиларнинг таълим жараёнида толиқиш сабабларини ўрганиб чиқиб, қизиқарли маълумотларни келтирдилар. Улар аниқлашича, таълим олувчиларининг чарчашига асосий сабаб кўпинча уларнинг таълим жараёнига қизиқмасликлари, ўқишнинг оғирлиги, машғулот бажаришга лаёқатсизлик, таълим жараёнини зерикарли ўтилиши, таълим жараёни материални тушунмаслик, микромуҳитнинг салбий таъсиридир. Агарда чарчаш ҳолати ўз вақтида дам олиш билан алмаштирилмаса, у ўта чарчаш ҳолатига ўтади. Бу организм учун касалликдир. Ўта чарчаган таълим жараёни иштирокчилари таълим жараёнини яхши натижада ўзлаштиришлари пасайиб кетади. Таълим муассасаси таълим олувчиларида ўта чарчаш, асосан ўқув ва ўқишдан ташқари ишларнинг меъёридан ортиб кетиши, кун тартибининг бузилиши, очик ҳавода етарли сайр қилмаслик, овқатланишни тўғри ташкил қилмаслик натижасида келиб чиқади. Ўта чарчаш натижасида нерв системасида қўзғалиш ва тормозланишнинг келишиб ишлаш хусусиятини бузилишига, яъни асабийлик ёки неврозга олиб келади. Бу ҳолатдаги таълим жараёни иштирокчиларида иштаҳа йўқолади, тез-тез шамоллайди, боши оғрийдди, боши айланади, тез чарчайди, тажанглашади, паришонхотир, серзарда, йиғлоқи, камгап, бесарамжон, инжиқ, серҳархаша, уйқулари нотинч, уйқуда алаҳлайдиган ва кўп туш кўрадиган бўладилар. Бу негатив ҳолатларни йўқотиш учун ота-оналар, врачлар ва педагоглар биргаликда иш олиб бориб, уни юзага келтирган сабабларни бартараф этишга ҳаракат қилишлари керак. Бунинг учун таълим муассасасида таълим жараёни жадваллари ва ўқув юктамалари таълим олувчининг ёш хусусиятини ҳисобга олган ҳолда тузилиши, таълим олувчилар витаминларга бой, юқори калорияли овқатлар истеъмол қилиши, актив дам олиши, соф ҳавода сайр қилиши, тонусни кучайтирадиган аччиқ чой, кофе ичмасликлари

керак. Ўқитувчилар таълим олувчилар билан уларнинг характерини ҳисобга олган ҳолда муомала қилишлари керак.

Таълим гигиенаси ўқитувчига таълим жараёни иштирокчиларининг камроқ куч сарф қилгани ҳолда юқори ўзлаштиришга эришувига ёрдам беришга даъват этилгандир. Шунинг учун таълим гигиенаси муаммолари жуда кўп масалаларини (ўқув режани ва программасини гигиеник жиҳатдан таҳлил қилиш, таълим жараёни гигиенаси, таълим муассасаси ва уйдаги ўқув фаолиятининг гигиенаси, ўқитиш гигиенаси ва бошқалар) ўз ичига олади.

УНИВЕРСИТЕТ МОНПЕЛЬЕ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ КЛАСТЕР

Вихров И.П.

В публикации описывается опыт Университета Монпелье во Франции по реализации стратегии по преподаванию предпринимательства в высшем образовании, а также по развитию инновационных кластеров и инкубаторов. Данная возможность была получена благодаря программе сотрудничества Европейского Союза Erasmus+ в рамках очередного семинара Экспертов Высшего Образования при содействии организации SPHERE 18-19 апреля 2018 года.

Ключевые слова: *высшее образование, предпринимательство, инновации в образовании, инновационная экосистема.*

THE UNIVERSITY OF MONTPELLIER AS AN INNOVATION CLUSTER

Igor Vikhrov

The publication describes the experience of the University of Montpellier in France in implementing a strategy for teaching entrepreneurship in higher education, as well as the development of innovative clusters and incubators. This opportunity was obtained thanks to the the European Union Erasmus+ cooperation programme in the framework of the next seminar of Higher Education Reform Experts with the assistance of the organization SPHERE on April 18-19, 2018.

Key words: *higher education, entrepreneurship, innovation in education, innovation ecosystem*

18-19 апреля 2018 года состоялась очередная учебная поездка Экспертов Высшего Образования (ЭВО) в Монпелье, в рамках сотрудничества программы Erasmus+ Европейского Союза с Республикой Узбекистан по повышению потенциала вузов Республики посредством экспертной поддержки и консультирования.

Организаторами учебной поездки выступили Ассоциация Европейских Университетов при поддержке Университета Монпелье и финансировании со стороны Программы Erasmus+ Европейской Комиссии.

Университет Монпелье, который расположен в одноименном городе на юго-востоке Франции, является государственным образовательным учреждением. Считается, что история этого исследовательского вуза берет начало из далекого 1289 года, что позволяет ему быть одним из самых старых учебных заведений в мире. С 1970 года и по нынешний день университет разделен на три части. Однако первые две – Университет Монпелье I и Университет Монпелье II формально объединены, а третий является обособленным объектом и носит название Университет Поль Валери Монпелье. 1289 год – это дата основания университета, как широкой структуры, однако отдельные его факультеты даже до наступления этой даты уже существовали порядка ста лет. В 1808 году был основан Факультет естественных наук Монпелье, который декларировал официальное наследование традиций учебного заведения с более чем 500-летней историей.