

**Onlayn ta'lim sharoitida talabalarda motivatsiya va o'zini o'zi boshqarish
ko'nikmalarini rivojlantirish strategiyalari.****Abdulloyeva Asal**

Buxoro Davlat Pedagogika instituti

Annotatsiya: Mazkur maqolada onlayn ta'lim sharoitida talabalarda o'quv motivatsiyasi va o'zini o'zi boshqarish (self-regulation) ko'nikmalarini rivojlantirish masalalari tahlil qilinadi. Raqamli ta'lim muhitida talabalarning mustaqil ishlashga bo'lgan ehtiyoji ortib borayotgani sababli ichki motivatsiyani kuchaytirish, maqsad qo'yish, vaqtni boshqarish, o'z faoliyatini monitoring qilish va refleksiya qilish kabi ko'nikmalar muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotda onlayn ta'limda motivatsiyani oshirishga xizmat qiluvchi pedagogik va psixologik strategiyalar, jumladan, interaktiv metodlar, moslashuvchan baholash, teskari aloqa, gamifikatsiya va raqamli vositalardan samarali foydalanish yo'llari yoritib berilgan. Shuningdek, o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishda o'qituvchi va talaba o'rtasidagi hamkorlikning ahamiyati asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: onlayn ta'lim, o'quv motivatsiyasi, o'zini o'zi boshqarish, mustaqil ta'lim, raqamli ta'lim muhiti, talaba faolligi, interaktiv metodlar, refleksiya.

Kirish

So'nggi yillarda ta'lim tizimida yuz berayotgan raqamli o'zgarishlar onlayn va masofaviy ta'lim shaklining jadal rivojlanishiga olib keldi. Bu jarayon, ayniqsa, pandemiya davrida butun dunyo miqyosida o'qitishning asosiy vositasiga aylandi. Onlayn ta'limning qulayliklari bilan bir qatorda, u talabalardan yuqori darajadagi ichki motivatsiya, mustaqillik va o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini talab qiladi. An'anaviy auditoriya darslaridan farqli o'laroq, onlayn ta'limda o'quvchilarni doimiy nazorat qilish imkoniyati cheklangan. Shu bois, talabalarning o'z-o'zini rag'batlantirish, o'quv jarayonini mustaqil tashkil etish hamda psixologik barqarorlikni saqlash masalalari dolzarb ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolada onlayn ta'lim sharoitida talabalarda motivatsiya va o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishning samarali psixologik-pedagogik strategiyalari tahlil qilinadi.

Onlayn ta'limning psixologik xususiyatlari:

Onlayn ta'lim insonning kognitiv, emotsional va ijtimoiy jarayonlariga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. Virtual muhitda o'quvchi o'zining o'qish faoliyatini ko'proq mustaqil rejalashtirishi, vazifalarni o'z vaqtida bajarishi va natijani o'zi nazorat qilishi talab etiladi. Shu bois, masofaviy o'qish jarayonida quyidagi psixologik omillar muhim rol o'ynaydi:

1. Ichki motivatsiya – o'qishning shaxsiy ma'noga ega bo'lishi, o'zini rivojlantirish istagi.



2. O‘zini o‘zi boshqarish – vaqtni rejalashtirish, maqsadni belgilash va unga erishish qobiliyati.
3. Ijtimoiy o‘zaro ta’sir – o‘qituvchi va tengdoshlar bilan samarali muloqot o‘rnatish.
4. Texnik tayyorgarlik – raqamli platformalardan to‘g‘ri foydalanish ko‘nikmalari.

Talabaning onlayn ta’limdagi muvaffaqiyati faqat bilim darajasiga emas, balki psixologik tayyorgarligi va o‘zini boshqarish darajasiga ham bog‘liqdir.

Motivatsiya tushunchasi va uning onlayn ta’limdagi o‘rni:

-Motivatsiyaning mohiyati

Motivatsiya – bu inson faoliyatini rag‘batlantiruvchi ichki va tashqi omillar majmui.

Psixologiyada u faoliyatni boshlash, davom ettirish va natijaga erishishni ta’minlaydigan mexanizm sifatida izohlanadi.

Talabalarda motivatsiya ikki shaklda namoyon bo‘ladi:

- Ichki motivatsiya – o‘qishdan zavq olish, bilim olish jarayonini qadrlash.
- Tashqi motivatsiya – baho, diplom yoki ijtimoiy maqom kabi tashqi omillar ta’sirida o‘qish.

-Onlayn muhitda motivatsiyaning saqlash muammolari.

Masofaviy o‘qishda motivatsiya pasayishining bir qancha sabablari mavjud:

- Yolg‘izlik hissi, ijtimoiy aloqalarning kamayishi;
- O‘qituvchi tomonidan bevosita nazoratning yo‘qligi;
- Texnik muammolar va e’tiborning chalg‘ishi;
- Natijaning kechikib baholanishi.

Bu muammolarni bartaraf etish uchun o‘qituvchilar va ta’lim tashkilotchilari maxsus motivatsion strategiyalar ishlab chiqishlari zarur.

-O‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalari: nazariy asoslar.

O‘zini o‘zi boshqarish — bu shaxsning o‘z faoliyatini ongli ravishda rejalashtirishi, nazorat qilishi va baholay olishi qobiliyatidir. Bunda metakognitiv, emosional va irodaviy jarayonlar muhim o‘rin tutadi. Onlayn ta’limda o‘zini boshqarish quyidagi bosqichlarni o‘z ichiga oladi:

1. Maqsad qo‘yish – aniq o‘quv natijalarini belgilash.
2. Rejalashtirish – vaqt va resurslarni taqsimlash.
3. Nazorat – jarayonni tahlil qilish, oraliq natijalarni baholash.
4. O‘zini baholash va tuzatish – natijalarni tahlil qilib, zarur o‘zgartirishlar kiritish.



Bu ko‘nikmalar talabalarning mustaqil o‘qish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Motivatsiya va o‘zini boshqarishni rivojlantirish strategiyalari:

-Psixologik strategiyalar.

- O‘zini anglashni rivojlantirish – talaba o‘zining o‘qishga bo‘lgan munosabati, kuchli va zaif tomonlarini tahlil qiladi.
- Maqsadga yo‘naltirilgan yondashuv – qisqa va uzoq muddatli maqsadlarni aniq belgilash.
- Ijobiy emotsiyalarni qo‘llab-quvvatlash – o‘quv jarayonida muvaffaqiyatni tan olish, rag‘batlantirish.
- Refleksiya – o‘qish natijalari haqida o‘ylash, o‘zini tahlil qilish.

Pedagogik strategiyalar:

- Interaktiv o‘quv muhitini yaratish (forumlar, onlayn muloqot, jamoaviy topshiriqlar).
- Gamifikatsiya (o‘yin elementlari) – reyting tizimi, ball, badge, rag‘batlar orqali qiziqishni oshirish.
- Moslashtirilgan ta’lim – har bir talabaning o‘quv uslubi va ritmiga mos topshiriqlar berish.
- O‘zaro baholash va fikr-mulohaza – talabalar o‘zaro tahlil orqali o‘rganadilar.

Raqamli vositalardan foydalanish:

- Trello, Notion – o‘quv jarayonini rejalashtirish uchun;
- Coursera, Moodle, Edmodo – o‘zini baholash va refleksiya vositasi sifatida;
- Zoom, Google Meet – ijtimoiy aloqani saqlash uchun.

O‘qituvchining roli:

O‘qituvchi onlayn ta’limda faqat bilim manbai emas, balki motivatsion murabbiy rolini bajaradi. U quyidagi faoliyatlar orqali talabalarni qo‘llab-quvvatlashi kerak:

- Shaxsiylashtirilgan yondashuv;
- Doimiy muloqot va konstruktiv fikr-mulohaza;
- Ijobiy psixologik muhit yaratish;
- Talabalar o‘rtasida hamkorlikni rag‘batlantirish.

Amaliy tavsiyalar:

1. Talabalar uchun haftalik maqsad rejalari tuzish tizimini joriy etish.



2. O'quv jarayonida motivatsion sessiyalar (vaziyatli o'yinlar, vebinarlar) tashkil etish.
3. Avtorefleksiya daftarlari – har hafta o'z faoliyatini tahlil qilish.
4. O'qituvchilar uchun psixologik qo'llanma ishlab chiqish.
5. Talabalarning emotsional holatini monitoring qilish tizimini yaratish.

Xulosa

Onlayn ta'lim zamonaviy ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lib, u talabalardan nafaqat texnik tayyorgarlik, balki yuqori darajadagi psixologik mustaqillik va ichki motivatsiyani ham talab etadi. Raqamli muhitda o'qish jarayoni o'z-o'zini nazorat qilish, vaqtni samarali rejalashtirish va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishni zarur qiladi. Shu sababli, talabalarda o'zini o'zi boshqarish va ichki motivatsiyani shakllantirish — onlayn ta'lim samaradorligini ta'minlovchi eng muhim omillardan biridir.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, onlayn o'quv jarayonida muvaffaqiyatga erishgan talabalar o'z faoliyatini ongli ravishda tashkil etadi, o'qishdan ichki qoniqish oladi va o'z-o'zini rivojlantirishga intiladi. Bu esa ta'lim jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlash, interaktiv yondashuvlar, gamifikatsiya va refleksiv metodlardan foydalanish zarurligini ko'rsatadi. O'qituvchi esa bu jarayonda faqat bilim beruvchi emas, balki talabaning motivatsiyasini saqlovchi, uni rag'batlantiruvchi murabbiy rolini bajaradi. Onlayn darslarda ijobiy emotsional muhit yaratish, doimiy fikr-mulohaza berish va talabalarning shaxsiy rivojlanish ehtiyojlarini inobatga olish orqali o'quv jarayoni yanada samarali bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, onlayn ta'limda motivatsiya va o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish – bu faqat didaktik masala emas, balki shaxsiy, psixologik va ijtimoiy rivojlanish jarayonidir. Mazkur yo'nalishdagi kompleks strategiyalarni ta'lim amaliyotiga joriy etish talabalarning o'quv faoliyatini yanada mazmunli, maqsadli va mustaqil qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
2. Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview*. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.
3. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. New York: The Guilford Press.
4. Pintrich, P. R. (2004). *A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students*. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407.



5. Boekaerts, M. (1999). *Self-regulated Learning: Where We Are Today*. International Journal of Educational Research, 31(6), 445–457.
6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6-oktabrdagi PQ–4851-son qarori — “Raqamli ta’limni rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”.
7. O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi (2023). *Masofaviy ta’limni tashkil etish metodik tavsiyalari*. Toshkent.
8. Xalilov, B. (2022). *Masofaviy ta’lim psixologiyasi*. Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
9. Yuldasheva, D. (2023). *Talabalarda o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish metodikasi*. TATU ilmiy jurnali, №2, 45–51.
10. UNESCO (2021). *Distance learning strategies in higher education during the COVID-19 pandemic*. Paris: UNESCO Publishing.
11. Hodges, C. et al. (2020). *The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning*. Educause Review, March 27.
12. Schunk, D. H., & Greene, J. A. (2018). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. 2nd Edition. Routledge.