

SOCIAL FACTORS OF THE INTERDEPENDENCE OF MENTAL AND PHYSICAL ACTIVITY

Usmanov Rahim

FarDU psychology

Direction 1 course master

Anatomy: The article describes the social psychological factors of the interaction of man and his activity, mental and physical activity, and their causes.

Keywords: Education, opportunity, development, mental, physical activity, responsibility, personality, intellect.

AQLIY VA JISMONIY FAOLIYATNING O'ZARO BOG'LIQLIGINING IJTIMOIIY OMILLARI

Usmonov Rahim

FarDU psixologiya

Yo'nalishi 1 kurs magistri

Anatatsiya : Maqolada inson va uning faoliyati aqliy va jismoniy faoliyatining o'zaro mutanisibligining ijtimoiy psixologik omillari, ularning sabablari bayon etib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Ta'lim , imkoniyat, taraqqiyot , aqliy , jismoniy faoliyat, ma'suliyat, shaxs , intellekt .

Inson aqliy va jismoniy taraqqiyoti chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi ham. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mo'jassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni faoliyat deb yuritiladi. Ya'ni, tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan, hamda tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish va takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Bu — yosh bolaning real predmetlar mohiyatini o'z tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan o'yin faoliyati, bu — moddiy ne'matlar yaratishga qaratilgan mehnat faoliyati, bu — yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan ilmiy-tadqiqotchilik faoliyati, bu — rekordlarni ko'paytirishga qaratilgan sportchining mahorati va shunga o'xshash. Shunisi xarakterliki, inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi. Har qanday faoliyat real shart-sharoitlarda, turli usullarda va turlicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Qilinayotgan har bir harakat ma'lum narsaga predmetga qaratilgani uchun ham, faoliyat predmetli harakatlar majmui sifatida tasavvur qilinadi. Predmetli harakatlar tashqi olamdagi predmetlar xususiyatlari va sifatini o'zgartirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, ma'ruzani konspekt qilayotgan talabaning predmetli harakati yozuvga qaratilgan bo'lib, u avvalo o'sha daftardagi yozuvlar soni va sifatida o'zgarishlar qilish orqali, bilimlar zahirasini boyitayotgan bo'ladi. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo'naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlanadi. Tashqi faoliyat shaxsni o'rab turgan tashqi muhit va undagi narsa va hodisalarni o'zgartirishga qaratilgan faoliyat bo'lsa, turuvchi, uz-uzini anglab, har bir harakatini muvofiqlashtiruvchi shaxsga xos bo'lgan eng muxim va umumiy xususiyat — bu uning faolligidir. Faollik (lotincha «actus» - harakat, «activus» - faol so'zlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning xayotdagi barcha hatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi kategoriyalardir. Bu usha oddiy qo'limizga qalam olib, biror chiziqcha tortish bilan bogliq elementar harakatimizdan tortib, toki ijodiy uyg'onish paytlarimizda amalga oshiradigan mavxum fikrlashimizgacha bo'lgan murakkab harakatlarga aloqador ishlarimizni tushuntirib beradi. Shuning uchun ham psixologiyada shaxs, uning ongi va o'z-o'zini anglashi muammolari uning faolligi, u yoki bu faoliyat turlarida ishtiroki va uni uddalashiga aloqador sifatleri orqali bayon etiladi. Shaxs faolligi «harakat», «faoliyat», «xulq» tushunchalari bilan chambarchas bogliq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi ham. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni faoliyat deb yuritiladi. Ya'ni, faoliyat-

inson ongi va tafakko'ri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan, hamda tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish va takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Bu-yosh bolaning real predmetlar moxiyatini o'z tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan o'yin faoliyati, bu-moddiy ne'matlar yaratishga qaratilgan mehnat faoliyati, bu-yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan ilmiy-tadqiqotchilik faoliyati, bu-rekordlarni ko'paytirishga qaratilgan sportchining maxorati va shunga o'xshashlar. Shunisi xarakterliki, inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi. Har qanday faoliyat real shart-sharoitlarda, turli usullarda va turlicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Qilinayotgan har bir harakat ma'lum narsaga – predmetga qaratilgani uchun ham, faoliyat predmetli harakatlar majmui sifatida tasavvur qilinadi. Predmetli harakatlar tashki olamdagi predmetlar xususiyatlari va sifatini uzgartirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, ma'ruzani konspekt kilayotgan talabani predmetli harakati yozuvga karatilgan bo'lib, u avvalo usha daftardagi yozuvlar soni va sifatida uzgarishlar qilish orqali, bilimlar zaxirasini boyitayotgan bo'ladi. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo'naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlanadi. Tashqi faoliyat shaxsni o'rab turgan tashqi muxit va undagi narsa va xodisalarni o'zgartirishga qaratilgan faoliyat bo'lsa, ichki faoliyat – birinchi navbatda aqliy faoliyat bo'lib, u sof psixologik jarayonlarning kechishidan kelib chiqadi. Kelib chiqishi nuqtai nazaridan ichki-aqliy, psixik faoliyat tashqi predmetli faoliyatdan kelib chiqadi. Dastlab predmetli tashki faoliyat ro'y beradi, tajriba orttirib borilgan sari sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonga aylanib boradi. Buni nutq faoliyati misolida oladigan bo'lsak, bola dastlabki so'zlarni qattiq tovush bilan tashqi nutqida ifoda etadi, keyinchalik ichida uzicha gapirishga urganib, uylaydigan, muloxaza yuritadigan, uz oldiga maqsad va rejalar quyadigan bo'lib boradi.

Jismoniy va aqliy harakatlar. Har qanday sharoitda ham barcha harakatlar ham ichki-psixologik, ham tashki muvofiklik nuqtai nazaridan ongi tomonidan boshkarilib boradi. Har qanday faoliyat tarkibida ham aqliy, ham jismoniy–motor harakatlar mujassam bo'ladi. Masalan, fikrlayotgan donishmandni kuzatganmisiz?. Agar uylanayotgan odamni ziyraklik bilan kuzatsangiz, undagi yetakchi faoliyat aqliy bo'lgani bilan uning peshonalari, ko'zlari, hattoki, tana va qo'l harakatlari juda muxim va jiddiy fikr xususida bir tuxtamga kelolmayotganidan, yoki yangi fikrni topib, undan mamnuniyat xis qilayotganligidan darak beradi. Bir qarashda tashqi elementar ishni amalga oshirayotgan – misol uchun, uzum ko'chatini ortiqcha barglardan xalos etayotgan bog'bon harakatlari ham aqliy komponentlardan xoli emas, u qaysi bargning va nima uchun ortiqcha ekanligidan anglab bilib turib olib tashlaydi

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Asmolov A. G. Deyatelnost i ustanovka. M. Izd. MGU 1979
- 2.Leontev A.N. Deyatelnost. Soznanie. Lichnost. M.1979.
- 3.Abulxanova - Slavskaya K. A. Deyatelnosti. Psixologiya lichnosti. M.1980.