

QOBILIYATLARNI RIVOJLANTIRAMIZ



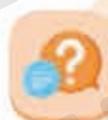
Akmal, katta bo'lganingda kim bo'lmoqchisan?

Tezyurar poyezd haydaydigan mashinist bo'laman.



Zo'r! Ammo o'tgan yili quruvchi bo'lib, eng baland osmono'par bino qurishni xohlarding-ku?

To'g'ri, endi katta bo'ldim va fikrim o'zgardi.



1. Siz kim bo'lmoqchisiz? Sizga bu kasbning nimasi yoqadi?
2. Bu kasbning ustasi bo'lish uchun sizga qanday sifatlar kerak bo'ladi?
3. Sizdan qanday bilim va qobiliyatlar talab etiladi?



Inson o'zini qanday deb hisoblasa, shunday bo'ladi. "Men buni qila olmayman" desam, rostdan ham qila olmayman. Lekin "Men buni uddalay olaman" desam, ilgari qo'limdan kelmagan bo'lsa ham, endi uddalayman.

Mahatma Gandi



Qobiliyat – bilim emas, lekin u ham insonning bir ishni qila olishiga yordam beradigan shaxsiy xususiyati, salohiyatidir. Masalan, bir kishida hidni sezish va eslab qolish qobiliyati bor. Bunday qobiliyat kimyogar, degustator, oshpazlar uchun zarur.

Har qanday ish uchun bir necha xil qobiliyatlar kerak. Masalan, shifokor ziyrak, kirishimli, aqlli, chaqqon, halol inson bo'lishi kerak.

Qobiliyat umumiy va xususiy bo'lishi mumkin. Masalan, yaxshi xotira – umumiy, ya'ni ko'pchilikda bor qobiliyat. Lekin musiqiy iste'dod – xususiy qobiliyatdir.

Qobiliyat uchun millatingiz, qiz yoki o'g'il bola ekaningizning ahamiyati yo'q. Har qanday qobiliyat rivojlanadi, ota-onamizdan esa uning kurtaklarini, ya'ni qobiliyatlarni rivojlantirish imkoniyatlarini meros qilib olamiz. Iste'dod kurtaklari har doim ham qobiliyatga aylanmaydi, faqat inson shu sohaga qiziqsa va ko'nikmalarini rivojlantirsagina bu amalga oshishi mumkin. Ammo shu narsa aniqki, umuman hech qanday qobiliyatsiz odam bo'lmaydi. Muhimi, o'zingizdagi iste'dod va qobiliyatni aniqlab, shu yo'nalishda kuchingiz hamda omadingizni sinab ko'ring. Inson o'zini hech qaysi sohada sinab ko'rmasa, o'zida qanday qobiliyat, iste'dod borligini tasavvur qilmasa, natijada o'zini qobiliyatsiz deb hisoblashi mumkin.



1. Sinfdozlaringiz bilan qobiliyatlar ro'yxatini muhokama qiling. Siz o'zingizda ulardan qaysilarini rivojlantirishni istaysiz? Bu qobiliyatlar bizga nima uchun kerak? Ularni qanday qilib shakllantiramiz?

- Biror yangi yoki antiqa narsani ko'ra olish.
- Kerakli ma'lumotni topish.
- O'qigan yoki tinglagan narsasining ma'nosini tushunish.
- Fikrni og'zaki yoki yozma ifodalash.
- Bir ishni hech narsaga chalg'imagay, qunt bilan bajarish.
- Ish va vaqtni to'g'ri taqsimlash.
- Natijalarni tuzilgan reja bilan taqqoslash.

2. Ro'yxatni o'zingiz uchun foydali bo'lgan qobiliyatlarga oid misollar bilan to'ldiring.



Estafeta

Yakshanba kuni maktabda sport musobaqalari bo'lishi kerak edi. Har bir sinfdan estafeta uchun jamoa to'planishi kerak. Bir kun oldin bolalar yig'ilib, estafetaga kim chiqishini maslahat qilishdi. Xohlovchilar ko'p bo'lgani uchun jamoa birpasda tuzildi.

– Men ham qatnashsam bo'ladimi? – sekingina so'radi Asqar. U sinfga yangi kelgan, o'zi tortinchoq bo'lgani uchun harakatlari beo'xshovroq ko'rinardi.

– Biz hozir kuchli bolalarni tanlayapmiz, – dedi Laylo. – Boshqa sinflarni ko'rdingmi, rosa baquvvat bolalarni tanlashibdi.

– Yo'q, sen bizni uyaltirib qo'yasan, – dedi yana bir bola. Asqar indayolmay qoldi. U ilgari estafetada qatnashmagan ekan, shuning uchun o'ziga unchalik ishonmadi.

– Eh, Ra'noning ketgani yomon bo'ldi-da, – dedi Laylo. – O'tgan yilgidek hammadan zo'r qatnashgan bo'lar edi.

Ra'no ilgari shu sinfdan o'qigan, bu yil chet davlatga ketgan qiz edi.

– Ha, zo'r bo'lardi, – dedi Nodira. – Men yaqinda u bilan gaplashdim.

– Yangi sinfi qanaqa ekan? – so'rashdi sinfdosh qizlar.

– Unchalik yaxshimas. Tilni yaxshi bilmagani uchun yangi sinfdoshlari bilan unchalik kirisha olmayotgan ekan. Qo'lidan hech narsa kelmaydi, deb o'ylashayotgan bo'lsa kerak. Uning qanday aqlli qizligini bilishmaydi-da! Ra'no o'zini tushunadiganlar orasiga qaytishni juda xohlayapti.

Nodira jim bo'lib qoldi, sinfdoshlar ham o'ylanib qolishdi. Shu payt Nodira Asqarning yoniga bordi-da, bolalarga yuzlanib shunday dedi:

– Keling, harakat qilib ko'ramiz! Asqar ham qatnashsin. Birgalikda uddalaymiz.



1. Bolalar estafeta qatnashchilarini qanday tanlashdi?
2. Nima uchun Asqarni jamoaga olishni xohlashmadi?
3. Nodira fikrini nega o'zgartirdi va Asqarni jamoaga qo'shish taklifini berdi?
4. Siz Nodiraning taklifini qo'llab-quvvatlagan bo'larmidingiz? Nima uchun?



Kichik guruhlarda muhokama qiling. Yutishingizga ko'zingiz yetmasa, jamoa bo'lib o'ynaydigan o'yinlarda, tanlov, viktorinalarda qatnashish kerakmi? Agar kerak bo'lsa, buning qanday foydasi bor?



Muvaffaqiyat qozonish uchun bilim olishga vijdonan yondashish kerak. Siz olayotgan bilimlar hayotda nihoyatda zarur bo'lishini yodda tutish lozim. Qiyinchiliklarga duch kelganda tushkunlikka tushmasdan, ularni yengib o'tishga intilish kerak.

Nurxon: kurashish, iroda, g'alaba



Nurxon yoshligidan styuardessa yoki jurnalist bo'lib, ko'p sayohat qilishni orzu qilar edi. Ammo bir kuni falokat yuz berdi-yu, hamma orzulari chippakka chiqdi. U aravachada yurishga majbur bo'lib qoldi.

– Avvaliga tushkunlikka tushib qoldim. Lekin keyinroq o'zimga achinib o'tirish xato ekanini, yashashda davom etish kerakligini tushunib yetdim, – deydi Nurxon.



Nurxon Farg'onadagi imkoniyati cheklanganlar kollejiga o'qishga kirdi. Tikuvchilik kasbini o'rganib, kollejni a'lo natijalar bilan bitirdi.

– Kollejda ko'pchilik bolalar sport bilan shug'ullanardi. Men esa bu holatimda qanday qilib sport bilan shug'ullanish mumkinligiga aqlim yetmas edi. Lekin bir kuni do'stim sport bilan hatto nogironlar aravachasida yurib ham shug'ullanish mumkinligini aytib, bir necha kishini misol qilib keltirdi.



Shunday qilib, Nurxon paralimpiya sportiga qiziqib qoldi, keyin esa nayza otish bilan shug'ullana boshladi. To'g'ri, oldiniga ancha qiyin bo'ldi.

– Muvaffaqiyatsizlik aslida muvaffaqiyat sari bosilgan qadam bo'larkan. Har bir mag'lubiyat mening irodamni mustahkamlab boraverdi. Yanada ko'proq mehnat qilaverdim. Ba'zi sportchilar yengilib qolsa, hafsalasi pir bo'lib qoladi. Lekin men astoydil mehnat qilib, baribir g'alaba qozonaman deb ahd qildim.



Paralimpiya sporti – imkoniyati cheklanganlar uchun Olimpiada o‘yinlaridir. Unda matonatli insonlar qatnashib, o‘zaro musobaqalashadilar va katta natijalarga erishadilar. Olimpiya o‘yinlaridan so‘ng Paralimpiya o‘yinlari o‘tkaziladi

Nurxon birinchi O‘zbekiston chempionatidayoq bronza medali sohibasi bo‘ldi. Keyin esa jahon chempionatida qatnashib, beshinchi o‘rinni egalladi.

– Kuchli bo‘lishni menga onam o‘rgatdi, meni doim qo‘llab-quvvatlab turdi. Endi esa singillarim “Opa, siz nogironlik aravachasida bo‘la turib katta natijalarga erishdingiz. Biz sizdan o‘rnak olamiz”, deyishadi.

Nurxon Qurbonova – nayza, disk va yadro uloqtirish bo‘yicha paralimpiya yengil atletikachisi. O‘zbekiston terma jamoasi a‘zosi. 2020-yilgi yozgi Paralimpiya o‘yinlarining kumush va bronza medali sohibasi. 2021-yilda “O‘zbekiston Respublikasida xizmat ko‘rsatgan sportchi” unvoniga sazovor bo‘ldi.



1. Nurxon sport bilan shug‘ullanishni qanday boshladi?
2. U mag‘lubiyat va omadsizliklarni qanday qarshi oldi?
3. Nurxonning hayot yo‘li bizga nimani o‘rgatadi?



Muvaffaqiyat – bir muvaffaqiyatsizlikdan ikkinchisi tomon tushkunlikka tushmay bora olish qobiliyatidir.

Uinston Cherchill

QOBILIYATLARNI RIVOJLANTIRAMIZ



Akmal, katta bo'lganingda kim bo'lmoqchisan?

Tezyurar poyezd haydaydigan mashinist bo'laman.



Zo'r! Ammo o'tgan yili quruvchi bo'lib, eng baland osmono'par bino qurishni xohlarding-ku?

To'g'ri, endi katta bo'ldim va fikrim o'zgardi.



1. Siz kim bo'lmoqchisiz? Sizga bu kasbning nimasi yoqadi?
2. Bu kasbning ustasi bo'lish uchun sizga qanday sifatlar kerak bo'ladi?
3. Sizdan qanday bilim va qobiliyatlar talab etiladi?



Inson o'zini qanday deb hisoblasa, shunday bo'ladi. "Men buni qila olmayman" desam, rostdan ham qila olmayman. Lekin "Men buni uddalay olaman" desam, ilgari qo'limdan kelmagan bo'lsa ham, endi uddalayman.

Mahatma Gandi



Qobiliyat – bilim emas, lekin u ham insonning bir ishni qila olishiga yordam beradigan shaxsiy xususiyati, salohiyatidir. Masalan, bir kishida hidni sezish va eslab qolish qobiliyati bor. Bunday qobiliyat kimyogar, degustator, oshpazlar uchun zarur.

Har qanday ish uchun bir necha xil qobiliyatlar kerak. Masalan, shifokor ziyrak, kirishimli, aqlli, chaqqon, halol inson bo'lishi kerak.

Qobiliyat umumiy va xususiy bo'lishi mumkin. Masalan, yaxshi xotira – umumiy, ya'ni ko'pchilikda bor qobiliyat. Lekin musiqiy iste'dod – xususiy qobiliyatdir.

Qobiliyat uchun millatingiz, qiz yoki o'g'il bola ekaningizning ahamiyati yo'q. Har qanday qobiliyat rivojlanadi, ota-onamizdan esa uning kurtaklarini, ya'ni qobiliyatlarni rivojlantirish imkoniyatlarini meros qilib olamiz. Iste'dod kurtaklari har doim ham qobiliyatga aylanmaydi, faqat inson shu sohaga qiziqsa va ko'nikmalarini rivojlantirsagina bu amalga oshishi mumkin. Ammo shu narsa aniqki, umuman hech qanday qobiliyatsiz odam bo'lmaydi. Muhimi, o'zingizdagi iste'dod va qobiliyatni aniqlab, shu yo'nalishda kuchingiz hamda omadingizni sinab ko'ring. Inson o'zini hech qaysi sohada sinab ko'rmasa, o'zida qanday qobiliyat, iste'dod borligini tasavvur qilmasa, natijada o'zini qobiliyatsiz deb hisoblashi mumkin.



1. Sinfdozlaringiz bilan qobiliyatlar ro'yxatini muhokama qiling. Siz o'zingizda ulardan qaysilarini rivojlantirishni istaysiz? Bu qobiliyatlar bizga nima uchun kerak? Ularni qanday qilib shakllantiramiz?

- Biror yangi yoki antiqa narsani ko'ra olish.
- Kerakli ma'lumotni topish.
- O'qigan yoki tinglagan narsasining ma'nosini tushunish.
- Fikrni og'zaki yoki yozma ifodalash.
- Bir ishni hech narsaga chalg'imag, qunt bilan bajarish.
- Ish va vaqtni to'g'ri taqsimlash.
- Natijalarni tuzilgan reja bilan taqqoslash.

2. Ro'yxatni o'zingiz uchun foydali bo'lgan qobiliyatlarga oid misollar bilan to'ldiring.



Estafeta

Yakshanba kuni maktabda sport musobaqalari bo'lishi kerak edi. Har bir sinfdan estafeta uchun jamoa to'planishi kerak. Bir kun oldin bolalar yig'ilib, estafetaga kim chiqishini maslahat qilishdi. Xohlovchilar ko'p bo'lgani uchun jamoa birpasda tuzildi.

– Men ham qatnashsam bo'ladimi? – sekingina so'radi Asqar. U sinfga yangi kelgan, o'zi tortinchoq bo'lgani uchun harakatlari beo'xshovroq ko'rinardi.

– Biz hozir kuchli bolalarni tanlayapmiz, – dedi Laylo. – Boshqa sinflarni ko'rdingmi, rosa baquvvat bolalarni tanlashibdi.

– Yo'q, sen bizni uyaltirib qo'yasan, – dedi yana bir bola. Asqar indayolmay qoldi. U ilgari estafetada qatnashmagan ekan, shuning uchun o'ziga unchalik ishonmadi.

– Eh, Ra'noning ketgani yomon bo'ldi-da, – dedi Laylo. – O'tgan yilgidek hammadan zo'r qatnashgan bo'lar edi.

Ra'no ilgari shu sinfdan o'qigan, bu yil chet davlatga ketgan qiz edi.

– Ha, zo'r bo'lardi, – dedi Nodira. – Men yaqinda u bilan gaplashdim.

– Yangi sinfi qanaqa ekan? – so'rashdi sinfdosh qizlar.

– Unchalik yaxshimas. Tilni yaxshi bilmagani uchun yangi sinfdoshlari bilan unchalik kirisha olmayotgan ekan. Qo'ldan hech narsa kelmaydi, deb o'ylashayotgan bo'lsa kerak. Uning qanday aqlli qizligini bilishmaydi-da! Ra'no o'zini tushunadiganlar orasiga qaytishni juda xohlayapti.

Nodira jim bo'lib qoldi, sinfdoshlar ham o'ylanib qolishdi. Shu payt Nodira Asqarning yoniga bordi-da, bolalarga yuzlanib shunday dedi:

– Keling, harakat qilib ko'ramiz! Asqar ham qatnashsin. Birgalikda uddalaymiz.



1. Bolalar estafeta qatnashchilarini qanday tanlashdi?
2. Nima uchun Asqarni jamoaga olishni xohlashmadi?
3. Nodira fikrini nega o'zgartirdi va Asqarni jamoaga qo'shish taklifini berdi?
4. Siz Nodiraning taklifini qo'llab-quvvatlagan bo'larmidingiz? Nima uchun?



Kichik guruhlarda muhokama qiling. Yutishingizga ko'zingiz yetmasa, jamoa bo'lib o'ynaydigan o'yinlarda, tanlov, viktorinalarda qatnashish kerakmi? Agar kerak bo'lsa, buning qanday foydasi bor?



Muvaffaqiyat qozonish uchun bilim olishga vijdonan yondashish kerak. Siz olayotgan bilimlar hayotda nihoyatda zarur bo'lishini yodda tutish lozim. Qiyinchiliklarga duch kelganda tushkunlikka tushmasdan, ularni yengib o'tishga intilish kerak.

Nurxon: kurashish, iroda, g'alaba



Nurxon yoshligidan styuardessa yoki jurnalist bo'lib, ko'p sayohat qilishni orzu qilar edi. Ammo bir kuni falokat yuz berdi-yu, hamma orzulari chippakka chiqdi. U aravachada yurishga majbur bo'lib qoldi.

– Avvaliga tushkunlikka tushib qoldim. Lekin keyinroq o'zimga achinib o'tirish xato ekanini, yashashda davom etish kerakligini tushunib yetdim, – deydi Nurxon.



Nurxon Farg'onadagi imkoniyati cheklanganlar kollejiga o'qishga kirdi. Tikuvchilik kasbini o'rganib, kollejni a'lo natijalar bilan bitirdi.

– Kollejda ko'pchilik bolalar sport bilan shug'ullanardi. Men esa bu holatimda qanday qilib sport bilan shug'ullanish mumkinligiga aqlim yetmas edi. Lekin bir kuni do'stim sport bilan hatto nogironlar aravachasida yurib ham shug'ullanish mumkinligini aytib, bir necha kishini misol qilib keltirdi.



Shunday qilib, Nurxon paralimpiya sportiga qiziqib qoldi, keyin esa nayza otish bilan shug'ullana boshladi. To'g'ri, oldiniga ancha qiyin bo'ldi.

– Muvaffaqiyatsizlik aslida muvaffaqiyat sari bosilgan qadam bo'larkan. Har bir mag'lubiyat mening irodamni mustahkamlab boraverdi. Yanada ko'proq mehnat qilaverdim. Ba'zi sportchilar yengilib qolsa, hafsalasi pir bo'lib qoladi. Lekin men astoydil mehnat qilib, baribir g'alaba qozonaman deb ahd qildim.



Paralimpiya sporti – imkoniyati cheklanganlar uchun Olimpiada o‘yinlaridir. Unda matonatli insonlar qatnashib, o‘zaro musobaqalashadilar va katta natijalarga erishadilar. Olimpiya o‘yinlaridan so‘ng Paralimpiya o‘yinlari o‘tkaziladi

Nurxon birinchi O‘zbekiston chempionatidayoq bronza medali sohibasi bo‘ldi. Keyin esa jahon chempionatida qatnashib, beshinchi o‘rinni egalladi.

– Kuchli bo‘lishni menga onam o‘rgatdi, meni doim qo‘llab-quvvatlab turdi. Endi esa singillarim “Opa, siz nogironlik aravachasida bo‘la turib katta natijalarga erishdingiz. Biz sizdan o‘rnak olamiz”, deyishadi.



Nurxon Qurbonova – nayza, disk va yadro uloqtirish bo‘yicha paralimpiya yengil atletikachisi. O‘zbekiston terma jamoasi a‘zosi. 2020-yilgi yozgi Paralimpiya o‘yinlarining kumush va bronza medali sohibasi. 2021-yilda “O‘zbekiston Respublikasida xizmat ko‘rsatgan sportchi” unvoniga sazovor bo‘ldi.



1. Nurxon sport bilan shug‘ullanishni qanday boshladi?
2. U mag‘lubiyat va omadsizliklarni qanday qarshi oldi?
3. Nurxonning hayot yo‘li bizga nimani o‘rgatadi?



Muvaffaqiyat – bir muvaffaqiyatsizlikdan ikkinchisi tomon tushkunlikka tushmay bora olish qobiliyatidir.

Uinston Cherrill