



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



JAMIYAT HAYOTIDA VAQTNI TO'G'RI BOSHQARA OLISH .

Musurmonova Gulshoda

Shahrsabz davlat pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti Pedagogika yo'nalishi talabasi

Muhammadiyeva Sevara

Shahrisabz davlat pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti Pedagogika yo'nalishi kafedirasi ustози

Annotatsiya: *Ushbu maqolada jamiyat hayotida vaqtni to'g'ri boshqarishning ahamiyati ,uning inson shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga ta'siri hamda samarali vaqt taqsimlash usullari yoritiladi .Vaqtni to'g'ri rejalashtirish insonning kundalik faoliyatini tartibga soladi,ish unumdorligini oshiradi va stress darajasini kamaytiradi.*

Maqolada vaqtni boshqarish tushunchasi ,uning asosiy tamoyillari hamda zamonaviy hayotda uchraydigan vaqt yetishmasligi muammolari tahlil qilinadi. Reja tuzish ,ustuvor yo'nalishlarni aniqlash ,dangasalikni yengish va raqamli vositalardan samarali foydalanish kabi usullar haqida fikr yuritiladi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra,vaqtni to'g'ri boshqarish insonning nafaqat shaxsiy hayotida ,balki jamiyatning ijtimoiy faolligini ham oshradi.

Kalit so'zi: *vaqtni boshqarish ,rejalashtirish ,samaradorlik ,shaxsiy rivojlanish ,jamiyat, ustuvor vazifalari .*

Zarur ishning vaqtida qilinmasligi muvaffaqiyatsizlikning bosh sababi .Juda band odamlar ham vaqtni taqsimlashda donolik qilsa,muvozanatni saqlashi ,salomatligi yoki hayotni himoya qilishi mumkin.Bizga berilgan 24soat oila va farzandlari ,ota-onalari ,turmush o'rtoq ,kasbiy hamda shaxsiy qiziqishlarimiz o'rtasida teng taqsimlanishi lozim.Mark Tven shunday degan ekan : " Baqa yeyishiga to'g'ri kelsa ,uni tongda yeganing ma'qul ."Muhim ishlarni tanda kuch -g'ayrat va ishlashga xohish bor vaqtda qilish lozim.Vazifani to'g'ri belgilash kerak.Noto'g'ri maqsad -nishonni xato olish degani .Olib borilgan ilmiy kuzatish va tadqiqotlarga ko'ra ,siz 52 daqiqa ishlab ,17daqiqa tanaffus qilishingiz kerak.Bunday dam olish shoxona tuyulishi mumkin ,biroq biz chindan ham tanaffusga muhtojmiz .Natijada ruhiy,hissiy,jismoniy holatimiz o'z me'yorida bo'lar ekan. Illatlar - vaqtimizni behuda sarflahga sabab bo'ladigan omillar. Elektron o'yinlarga mukkasidan ketish ,uzundan -uzoq suhbatlar va boshqa zararli odatlarimiz bilinar-bilinmas hayotimizning muhim qismini o'g'irlab qo'yadi.1980-yillarda Francesco Cirillo tomonidan yaratilgan Pomodoro metodi bugungi kunimizning eng samarali time managment metodlaridan biri hisoblanadi.Pomidor - belgilangan vazifaga maksimum diqqat e'tibor bilan ,ortiqcha ruhiy bosimlariz erishish uchun ishlab chiqilgan.Bu metod -sizni mkammalallikka o'rgatadi.Har bir pomidor yangi bi imkoniyat ,avvalgisidan qilingan kamchilik va xtolarni keyingisida to'g'irlab ,samaradorlikni





TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



yanada oshirib borishingiz mumkin. Jamiyat hayotida vaqtni to'g'ri boshqarish - muvaffaqiyat ,yuqori unumdorlik va kam stress turmush tarzining asosi hisoblanadi.

Taym menejment - hayotimizning eng cheklangan resursi bo'lgan vaqtni boshqarish san'ati."Asosli rad-"vaqt va energiyani isrof qilishning oldini olish orqali e'tiborni ustuvor vazifalariga qaratishning bir usuli.

Taym menejment- samaradorlikni oshirish va maqsadlaringizga erishishda yordam beradigan vaqtni boshqarish san'ati. Taym menejmentining ko'plab usullari mavjud bo'lib, eng yaxshi natijaga erishish uchun turli xil usullarni sinab ko'rishingiz va o'zingiz uchun mosini tanlashingiz yoki bir vaqtning o'zida bir nechta usullardan foydalanishingiz mumkin. Rejalashtirish - milliy iqtisodiyotning turli darajalarida ijtimoiy iqtisodiyot jarayonlarni tartibga solish va boshqarish jarayoni.

Rejalashtirishning asosiy funksiyalariga quyidagilar kiradi:

Strategik maqsadlarni belgilash ;

Samarali boshqaruv;

Muvaffaqiyat omili.

Rejalashtirish- bu shunchaki qog'ozdagi yozuv emas , balki tartibli va natijador jamiyat qurishning asosi hisoblanadi. Shaxsiy rivojlanish - bu insonning aqliy , jismoniy , ma'naviy va kasbiy salohiyatini yanada oshirishga qaratilgan izchil harakatlar majmuasidir . U nafaqat professional sohada , balki hayotga bo'lgan umumiy qarashlar , muomala madaniyati va ichki dunyoning boyishida ham muhim rol o'ynaydi. Shaxsiy rivojlanishida zaruriy bilim va ko'nikmalar jamlashi orqali o'z salohiyatini yuzaga chiqarishidir. Mashhur psixolog Abraham Maslow inson rivojlanishini " ehtiyojlar piramidasi " orqali tushuntirgan. Ilmiy tadqiqotlarga ko'ra : inson kundalik harakatlarining 40-45% odatlardan iborat, odat o'zgarasa natija ham o'zgaradi. Shaxsiy rivojlanishning 4ta asosiy yo'nalishi bor bular : intellektual rivojlanish ; emotsional rivojlanish ; ijtimoiy rivojlanish ; jismoniy rivojlanish . Har kuni 1% yaxshilanish konsepsiyasi bo'yicha 1% o'sish yil oxirida 37 barobar o'zgarish beradi. Jamiyat arabcha - umumiy degan ma'nodir. Borliqning alohida shaklini ifodalaydigan falsafiy tushuncha ; odamlar uyushmasining maxsus shakli , kishilar o'rtasida amal qilinadigan ko'plab munosabatlar majmuasi, o'zida moddiylik va ma'naviy , tabiiylik va ijtimoiylikni mujassamlashtiradigan tushuncha. Jamiyat faoliyatining maqsadi o'z faoliyati natijasidan foyda olish . Qadimgi faylasuf Aristotel shunday degan: Inson - ijtimoiy mavjudot .

Ustuvor vazifalar - bu ma'lum bir faoliyat yoki jarayonda eng muhim , bajarilishi kerak bo'lgan ishlar hisoblanadi.

Ustuvor vazifalarning asosiy belgilari :

Muhimlik, shoshilinch, natijadorlik .

Xulosa. Jamiyat hayotida vaqtni to'g'ri boshqara olish- har bir insonning muvaffaqiyatga erishishida muhim omillaridan biridir. Vaqtni samarali taqsimlash orqali inson o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga tezroq erishaadi , ish unumdorligini oshiradi va ortiqcha stressdan xoli bo'ladi. Vaqtni to'g'ri boshqarish nafaqat shaxsiy manfaatlar balki jamiyat taraqqiyoti uchun xizmat qiladi. Chunki har bir a'zoning tartibli va rejalashtirishga faoliyati umumiy



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



samaradorlikni oshiradi Vaqtni to'g'ri boshqara olish bu muvaffaqiyat kaliti bo'lib har bir inson ushbu ko'nikmani rivojlantirish orqali o'z hayotini mazmunli jamiyatni sda yanada taraqqiy etgan holatga olib chiqish mumkin..

