



ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДОВ РЕФЛЕКСИИ И САМООЦЕНКИ В РАЗВИТИИ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ УЧАЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Йулдошев Уткир Жумакузиевич

доцент кафедры педагогики,

Кокандского государственного университета

Аннотация. В данной статье научно обоснована роль методов рефлексии и самооценки в образовательном процессе в формировании у учащихся критического мышления, навыков самостоятельного анализа и саморазвития. В исследовании проанализированы педагогические возможности таких методов, как рефлексивные дневники, оценочные матрицы, метод «3-2-1», модель MOOQ, а также эмоциональная и групповая рефлексия. Экспериментальные исследования проводились в общеобразовательных школах, где эффективность уроков, организованных на основе рефлексии, была сопоставлена с традиционным подходом. Результаты показали, что методы рефлексии и самооценки способствуют повышению учебной активности учащихся, более глубокому усвоению знаний, а также развитию письменной и устной речевой компетенции. Кроме того, установлено, что данный подход является важным фактором формирования метакогнитивных навыков, а также умений планировать и оценивать собственную деятельность. Полученные результаты обосновывают необходимость системного внедрения рефлексивного подхода в образовательный процесс.

Ключевые слова: рефлексия, самооценка, критическое мышление, способности, экспериментальный подход, эксперимент, конструктивный, коммуникативный.

Annotatsiya. Ushbu maqolada ta'lim jarayonida refleksiya va o'z-o'zini baholash metodlarining talabalarining tanqidiy fikrlash, mustaqil tahlil qilish va o'z-o'zini rivojlantirish kompetensiyalarini shakllantirishdagi o'rni ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Tadqiqotda reflektiv kundaliklar, baholash matritsalar, "3-2-1" usuli, MOOQ modeli hamda emotsional va guruhli refleksiya kabi metodlarning pedagogik imkoniyatlari tahlil qilindi. Eksperimental ishlar umumiy o'rta ta'lim maktablarida olib borilib, refleksiya asosida tashkil etilgan darslarning samaradorligi an'anaviy yondashuv bilan qiyosiy tahlil qilindi. Natijalar refleksiya va o'z-o'zini baholash metodlari talabalarining o'quv faolligini oshirishi, bilimlarni chuqurroq o'zlashtirishiga xizmat qilishi hamda yozma va og'zaki nutq kompetensiyalarini rivojlantirishini ko'rsatdi. Shuningdek, mazkur yondashuv talabalarda metakognitiv ko'nikmalar, o'z faoliyatini rejalashtirish va baholash qobiliyatini shakllantirishda muhim omil ekanligi aniqlandi. Tadqiqot natijalari reflektiv yondashuvni ta'lim jarayoniga tizimli joriy etish zarurligini asoslaydi.



**ZAMONAVIY TA'LIM STRATEGIYALARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR**
Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
2026-yil 30-aprel



Kalit soʻzlar: *refleksiya, oʻzini oʻzi baholash, tanqidiy fikrlash, qobiliyat, eksperimental, eksperiment, konstruktiv, kommunikativ. rus tiliga tarjima qilib ber*

Введение. В современной системе образования приоритетной задачей является не только усвоение знаний учащимися, но и формирование у них навыков анализа, оценки и самостоятельного вывода. В этой связи развитие критического мышления рассматривается как одно из ключевых стратегических направлений образования. Критическое мышление способствует осознанному восприятию информации учащимся, её переработке, оценке на основе доказательств и принятию обоснованных решений. В развитии данных компетенций особую значимость приобретают методы рефлексии и самооценки. Рефлексия представляет собой осознанный процесс, направленный на анализ собственных знаний, деятельности и эмоционального состояния учащегося, что позволяет глубже осмыслить учебную деятельность. Самооценка, в свою очередь, способствует анализу собственных результатов на основе определённых критериев, выявлению достижений и недостатков, а также определению дальнейших направлений развития. Эти методы трансформируют учащегося из пассивного потребителя знаний в активного субъекта образовательного процесса. Научные исследования показывают, что у учащихся с развитой рефлексивной деятельностью и навыками самооценки наблюдается более высокий уровень метакогнитивных способностей, что позволяет им эффективно управлять и контролировать собственный процесс обучения. Кроме того, данный подход способствует повышению уверенности в себе, усиливает мотивацию и стимулирует активное участие в образовательном процессе. Однако на практике наблюдается недостаточная систематизация применения методов рефлексии и самооценки, а также недостаточная разработанность механизмов их эффективного использования. В результате возникает актуальная научная проблема определения реального влияния данных методов на развитие критического мышления учащихся.

Целью данной статьи является теоретическое и практическое обоснование эффективности методов рефлексии и самооценки в развитии критического мышления учащихся в образовательном процессе. В рамках исследования анализируются содержание рефлексивных методов, формы их применения, а также результаты экспериментальной работы.

В ходе исследования были применены следующие методы рефлексии: ведение рефлексивных дневников, письменные задания на основе вопроса «Чему я сегодня научился?», а также самоанализ на основе оценочных матриц. Сбор данных осуществлялся посредством анкетирования, интервью и анализа рефлексивных записей учащихся.

Рефлексивные дневники (или «дневник рефлексии») предполагают, что после каждого занятия учащиеся фиксируют свои мысли и эмоциональные состояния. Например: «Чему я сегодня научился?», «Какова была основная идея урока?», «С какими трудностями я



**ZAMONAVIY TA'LIM STRATEGIYALARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR**
Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
2026-yil 30-aprel



столкнулся?», «На что я хотел бы обратить внимание на следующем занятии?». Данный метод способствует глубокому анализу учебного материала, формированию навыков самооценки, развитию письменной грамотности и самостоятельного мышления.

Самоанализ на основе оценочных матриц (рубрикаторов).

Учащимся предоставляется возможность оценивать собственную работу на основе определённых критериев. В такую матрицу могут входить: уровень выполнения задания, чёткость выражения содержания и понимания, обоснованность и приведение примеров, самостоятельность изложения собственной точки зрения. Это позволяет учащемуся осознать сильные и слабые стороны своей работы и перейти к целенаправленному обучению.

Метод «3–2–1».

Учащийся фиксирует:

- 3 новых знания, которые он усвоил;
- 2 аспекта, которые остаются непонятными или вызывают вопросы;
- 1 навык, который он стремится развить.

Данный метод обеспечивает структурированность рефлексии и способствует анализу уровня усвоенных знаний.

Метод «Я – узнал – осмыслил – применю» (МООО).

Учащиеся выражают свои мысли в письменной или устной форме, опираясь на следующую структуру:

Я — как я понял тему?

Узнал — какое новое знание я получил?

Осмыслил — что это знание для меня означает?

Применю — где и как я буду использовать это знание?

Данный метод способствует связи знаний с практикой, а также развитию критического и рефлексивного мышления.

Эмоциональная рефлексия (карты эмоций, метод эмодзи).

После занятия учащимся предлагается выбрать цвета, символы или слова, отражающие их эмоциональное состояние. Например: «Сегодняшний урок меня удивил, потому что...», «Сегодня я остался недоволен собой, потому что...». Это способствует развитию навыков осознания и управления собственными эмоциями, а также формированию личностного отношения к учебному процессу.

Групповая рефлексия (в форме обсуждения).

После занятия учащиеся в малых группах обсуждают: что получилось хорошо, с какими трудностями столкнулись, что необходимо изменить. Это развивает навыки обмена мнениями, совместного мышления и социального взаимодействия.

«Стена рефлексии» или «дерево рефлексии».



**ZAMONAVIY TA'LIM STRATEGIYALARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR**
Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
2026-yil 30-aprel



В классе выделяется специальное пространство, где учащиеся по завершении занятия размещают свои мысли на стикерах или карточках. Данный метод обеспечивает наглядность и способствует коллективному анализу, а также является удобным инструментом для оперативной педагогической диагностики.

Результаты. По завершении эксперимента в экспериментальной группе были зафиксированы следующие результаты: 76% учащихся отметили повышение своей учебной активности благодаря применению самооценки; 68% учащихся указали на улучшение навыков выражения и аргументации собственной точки зрения; результаты промежуточного тестирования в среднем повысились на 15%. В контрольной группе подобных значительных изменений не наблюдалось. Кроме того, было отмечено улучшение письменной грамотности и культуры речи у учащихся, систематически осуществлявших рефлексию.

В образовательном процессе рефлексия выполняет следующие функции:

- диагностическую — позволяет выявить уровень взаимосвязи между участниками учебного процесса и получить объективную информацию об эффективности этого взаимодействия;
- проектировочную — обеспечивает проектирование и моделирование учебного процесса, разработку оптимальных форм, методов и стилей обучения, приемлемых для всех участников образовательной деятельности;
- конструктивную — способствует созданию условий для эффективной организации учебного процесса и взаимодействия его участников;
- коммуникативную — направлена на формирование открытой и объективной среды взаимодействия между преподавателем и учащимися;
- содержательно-репрезентативную — обеспечивает осмысление содержания взаимоотношений в образовательной среде;
- осознанно-мотивационную — способствует формированию у участников учебного процесса понимания значимости взаимодействия для достижения образовательных результатов и осознанной уверенности в эффективности взаимного анализа [10, с. 97];
- мотивационную — обеспечивает целенаправленность и осмысленность учебной деятельности;
- коррекционную — создает условия для пересмотра учащимися собственного поведения, эмоционального состояния и уровня учебной активности в соответствии с требованиями образовательной среды [4, с. 282].

В результате системного внедрения рефлексии у учащихся формируются следующие навыки и учебные умения:

- выявление усвоенных и неусвоенных тем;
- постановка конкретных учебных задач и разработка краткосрочных программ их реализации;



**ZAMONAVIY TA'LIM STRATEGIYALARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR**
Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
2026-yil 30-aprel



- применение принятых решений и разработанных планов в учебной деятельности (например, самостоятельный поиск дополнительной литературы помимо рекомендаций преподавателя);
- сопоставление собственной учебной активности с деятельностью сверстников и оценка эффективности выполняемых действий;
- соотнесение достигнутых результатов с поставленными целями;
- определение дальнейших направлений саморазвития и формирование долгосрочной стратегии личностного и учебного роста.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что методы рефлексии и самооценки активизируют отношение учащихся к обучению, способствуют развитию самостоятельного мышления и навыков самоанализа. Благодаря данным методам учащийся становится активным участником образовательного процесса. Кроме того, рефлексия способствует формированию у учащихся способности контролировать собственные эмоции и готовности к изменениям. Эффективность данных методов, в свою очередь, напрямую зависит от их системного внедрения в образовательную практику.

Результаты исследования показали, что уровень самооценки напрямую связан с психологическим состоянием личности, её мотивацией и социальной адаптацией. Большинство участников оценили себя на среднем или высоком уровне, что свидетельствует о сравнительно высокой степени уверенности в себе.

Аналогичные выводы представлены и в исследованиях Абрахама Маслоу и Стэнли Куперсмита, где подчёркивается, что позитивная самооценка личности способствует её психологическому благополучию и повышает вероятность достижения успеха.

Также результаты согласуются с работами Морриса Розенберга, разработавшего шкалу самооценки, широко применяемую в психологических исследованиях.

С этой точки зрения у участников с низким уровнем самооценки наблюдаются более высокие показатели стресса, склонность к социальной изоляции и повышенная потребность во внешнем одобрении, что, в свою очередь, негативно сказывается на их личностном развитии и учебной активности.

Заключение. Рефлексия и самооценка должны рассматриваться как неотъемлемая часть образовательного процесса. Данные методы играют важную роль не только в развитии учащихся, но и в профессиональном росте педагогов. В формировании критического мышления, самосознания и чувства ответственности у учащихся рефлексия и самооценка выступают как эффективные педагогические инструменты.

Рефлексия и самооценка являются ключевыми факторами личностного и профессионального развития, поскольку тесно связаны со способностью человека к критическому анализу собственной деятельности, формированию самостоятельных выводов и стремлению к самосовершенствованию. Этот процесс имеет жизненно важное значение не только для педагогов, но и для каждого человека, поскольку способствует



**ZAMONAVIY TA'LIM STRATEGIYALARI:
MUAMMO VA YECHIMLAR**
Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
2026-yil 30-aprel



осознанным изменениям, принятию ответственных решений и полной реализации личностного потенциала.

В рамках рефлексивного подхода личность получает возможность глубоко анализировать свои знания и навыки, выявлять существующие недостатки, находить пути их устранения и стремиться к постоянному обновлению. Самооценка, в свою очередь, позволяет объективно оценивать собственные результаты на основе определённых критериев и стимулирует системную работу над собой.

Таким образом, формирование культуры рефлексии и самооценки в условиях современного образования и развития остаётся актуальной задачей. В перспективе представляется целесообразным внедрение данных методов в программы повышения квалификации педагогов.

Список использованной литературы

1. Джалолова С. Роль рефлексивного подхода в образовании // Материалы научно-практической конференции. – 2020. – Т. 4, № 2. – С. 96–98.
2. Куперсмит С. Предпосылки самооценки. – Сан-Франциско: W.H. Freeman and Company, 1967.
3. Маслоу А. Х. Теория человеческой мотивации // Psychological Review. – 1943. – Т. 50, № 4. – С. 370–396.
4. Қодирова З. Эффективность методики самооценки // Современное образование. – 2021. – Т. 2, № 4. – С. 281–285.
5. Розенберг М. Общество и самооценка подростка. – Принстон: Princeton University Press, 1965.
6. Инспекция по контролю качества образования при Кабинете Министров Республики Узбекистан. Методика развития самостоятельного мышления учащихся. – Ташкент, 2020.
7. Худойберганова Д. Рефлексия и её роль в учебном процессе // Журнал педагогических исследований. – 2022. – Т. 3, № 1. – С. 95–100.