



## BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIGA RAQAMLI QURILMALAR VA GADJETLARNING TA'SIRI

**Abduvaliyeva N.A**

*Farg'ona davlat universiteti dotsenti, f.f.b.f.d.(PhD)*  
*nodiraxonabduvaliyeva@gmail.com ORSID ID 0000-0002-9824-4622*

**Ahmadjonova G**

*Farg'ona davlat universiteti Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi*  
*(boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi 1-kurs magistranti zafarjonovnaguljahon@gmail.com*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarining raqamli qurilmalar va gadjetlardan foydalanishi ularning jismoniy, kognitiv, psixologik hamda ijtimoiy rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim jarayonida smartfon, planshet, kompyuter va boshqa raqamli vositalarning keng qo'llanilishi bolalar faoliyatining turli jihatlariga ijobiy va salbiy ta'sirlar ko'rsatmoqda. Xalqaro tadqiqotlar bolalarda ortiqcha ekran vaqti diqqatning pasayishi, uyqu buzilishi, til rivojining sekinlashuvi va jismoniy faollikning kamayishiga olib kelishi mumkinligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, to'g'ri tashkil etilgan raqamli ta'lim muhiti, interaktiv o'yinlar va multimedia vositalari o'quv jarayonidagi qiziqishni oshirib, kreativ fikrlash va axborot savodxonligini rivojlantirishga xizmat qilishi mumkin. Maqolada milliy va xalqaro ilmiy tadqiqotlar tahlili orqali boshlang'ich sinf o'quvchilarida raqamli qurilmalar bilan ishlashning optimal me'yorlari, xavfsiz foydalanish tamoyillari va pedagogik tavsiyalar ishlab chiqilgan. Natijalar maktab ta'limida raqamli texnologiyalardan maqsadli va muvozanatli foydalanish zarurligini asoslaydi.

**Kalit so'zlar:** raqamli qurilmalar, ekran vaqti, boshlang'ich sinf o'quvchilari, kognitiv rivojlanish, jismoniy rivojlanish, ijtimoiy-emotsional rivojlanish, raqamli savodxonlik, multimedia ta'limi, bola psixologiyasi, ta'lim texnologiyalari, gadjetlardan foydalanish.

**Absract:** This article examines the impact of digital devices and gadgets on the physical, cognitive, psychological, and social development of primary school students, based on recent national and international research. The widespread use of smartphones, tablets, computers, and other digital tools in modern education has created both positive and negative influences on children's development. International studies show that excessive screen time may lead to decreased attention, sleep disturbances, delays in language development, and reduced physical activity among young learners. At the same time, a well-designed digital learning environment, interactive games, and multimedia tools can increase learning motivation, enhance creativity, and support the development of information literacy skills. Through an analysis of global and local research, this article identifies optimal norms for digital device use, principles of safe interaction with technology, and pedagogical recommendations for teachers and parents. The findings



*emphasize the importance of balanced and purposeful integration of digital technologies in primary education.*

**Keywords:** *digital devices, screen time, primary school students, cognitive development, physical development, social-emotional development, digital literacy, multimedia learning, child psychology, educational technology, gadget use.*

## KIRISH

So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar jadal sur'atlar bilan rivojlanib, ta'lim jarayonining ajralmas qismiga aylanmoqda. Smartfonlar, planshetlar, kompyuterlar, elektron doskalar va boshqa gadjetlar nafaqat o'quv jarayonini samarali tashkil etishda, balki bolalarning kundalik hayotida ham keng qo'llanilmoqda.

Bugungi kunda boshlang'ich sinf yoshidagi bolalarning aksariyati raqamli qurilmalardan muntazam foydalana boshlagan bo'lib, bu holat ularning rivojlanishiga qanday ta'sir ko'rsatishi haqidagi masalani yanada dolzarb qilib qo'yimoqda. Xalqaro tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli vositalardan foydalanish ikki tomonlama: ijobiy va salbiy ta'sirga ega bo'lishi mumkin.

Masalan, multimedia ta'lim vositalari, interaktiv o'yinlar va raqamli kontent o'quv jarayoniga qiziqishni oshirishi, kreativ fikrlashni rivojlantirishi hamda axborot savodxonligini shakllantirishi mumkin. Shu bilan birga, haddan tashqari ekran vaqti diqqatning susayishi, uyquning buzilishi, jismoniy faollikning kamayishi, nutq va ijtimoiy ko'nikmalarning sekinlashuvi kabi qator salbiy omillarni yuzaga keltirishi mumkinligi ta'kidlanadi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari o'sish va shakllanishning eng muhim bosqichida bo'lgani sababli raqamli texnologiyalarning ularga ta'siri masalasi ko'plab ilmiy izlanishlarning markazida turibdi. Mazkur yosh davrida kognitiv, psixologik va ijtimoiy-emotsional rivojlanish jarayonlari juda sezgir bo'lgani uchun gadjetlardan foydalanishning to'g'ri yoki noto'g'ri yo'lga qo'yilishi bola rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Shu nuqtayi nazardan, raqamli qurilmalardan foydalanishning me'yorlari, xavfsizligi, pedagogik yondashuvlari va nazorat mexanizmlarini aniqlash zamonaviy pedagogika oldidagi muhim vazifalardan biridir.

## ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

So'nggi yillarda olib borilgan global tadqiqotlar turli davlatlarda bolalar o'rtasida ekran vaqti ortib borayotganini ko'rsatmoqda. Raqamli vositalarning jozibadorligi, erkin kontentga kirish imkoniyati, mobil o'yinlar va ijtimoiy platformalarning keng tarqalganligi bolalarning texnologiyaga bo'lgan qiziqishini yanada kuchaytirmoqda. Shu bilan birga, aksariyat ota-onalar va o'qituvchilar bolalarning raqamli vositalardan qanday va qanchalik foydalanayotgani haqida yetarlicha ma'lumotga ega emaslar.

Bu esa ta'lim jarayonida raqamli texnologiyalardan samarali foydalanish va ularning salbiy oqibatlarini oldini olish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalarga ehtiyojni oshiradi.



Jumladan, “Impact of Screen Time on Development of Children” (2025) tadqiqoti global kontekstdagi 0-18 yoshdagi bolalar va o'smirlar orasida ekran vaqti va rivojlanish o'rtasidagi munosabatlarni o'rganishga qaratilgan keng qamrovli systematic review hisoblanadi. Mualliflar 2014-2024-yillarda chop etilgan 46 ta tadqiqotni tahlil qilib, ekran foydalanishning jismoniy, kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishga ta'sirini o'rganishgan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ortiqcha ekran vaqti jismoniy faollikning pasayishi, uyqu sifatining buzilishi, diqqat va ijro etuvchi funksiyalardagi qiyinchiliklar hamda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarning sustlashishi bilan bog'liq. Shu bilan birga, mualliflar ta'kidlaydiki, har doim ham ekran zararli emas: interaktiv, ta'limiy kontent va ota-ona bilan birga foydalanish (covieving) holatlari salbiy ta'sirlarni kamaytirishi, ba'zi hollarda esa ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Tadqiqot metodologiyasi systematik review va PRISMA standartlariga asoslangan bo'lib, tanlangan maqolalar sifat jihatidan ikki mustaqil ko'ruvchi tomonidan baholangan. Bu natijalar ekran vaqti masalasida global tendensiyani yoritib, bolalar rivojlanishining turli jihatlarini kompleks ko'rsatadi va “faqat zarar” degan soddalashtirilgan qarashdan ko'ra, kontent, kontekst va nazorat muhimligini ta'kidlaydi”. Shu bilan birga, interaktiv va ta'limiy kontent, ota-ona kuzatishi bilan ishlatilgan ekran resurslari salbiy ta'sirlarni kamaytirishi mumkinligi aniqlangan.

“Exploring the Impact of Screentime Use on Children's Development at Aged 2 to 12: a Systematic Review maqolasi esa aynan 2-12 yoshdagi bolalarga qaratilgan bo'lib, natijalar kunlik ekran vaqtining ortishi kognitiv, motor va ijtimoiy-emotsional rivojlanish holatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligini ko'rsatadi”. Maqola 2024-yilda Archives of Clinical Neuropsychology, Volume 39, Issue 7 jurnalida “OUP Academic” nashriyoti tomonidan chop etilgan bo'lib, mualliflari Kimberly M. Medina va boshqalardir. Tadqiqotlar shuni ta'kidlaydiki, bolalarga ekran vaqtini 2 soatdan oshirmaslik va foydalanuvchi faoliyatini nazorat qilish muhimdir.

Ikkala tadqiqot ham ekran vaqtining bolalar rivojlanishidagi rolini ilmiy asosda yoritib, uning faqat passiv zararli omil emasligini, balki kontent, kontekst va nazorat bilan samarali va ijobiy tarzda ham ishlatilishi mumkinligini ko'rsatadi. Ushbu natijalar boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida raqamli qurilmalar va gadjetlarning ta'sirini o'rganishda ilmiy asos sifatida ishlatilishi mumkin.

### TAHLIL VA NATIJALAR

Natijalar shuni ko'rsatdiki, 2-12 yoshdagi bolalarda kunlik ekran vaqti ularning rivojlanishining turli jihatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Impact of Screen Time on Development of Children (2025) tadqiqoti bo'yicha, bolalarda ekran vaqti ortishi diqqatni jamlay olmaslik, ijro etuvchi funksiyalarning 15-25% kamayishi, shuningdek jismoniy faollikning 20% pasayishi bilan bog'liq bo'lgan. Shu bilan birga, uyqu sifati ham buzilgan; ortiqcha ekran ishlatilgan bolalarda uxlashga ketish vaqti 30-45 daqiqa kechikgan va umumiy uyqu davomiyligi 10-15% qisqargan. Exploring the Impact of Screentime Use on Children's Development at Aged 2 to 12: a Systematic Review (2024) esa kognitiv va motor rivojlanish bo'yicha shunga o'xshash natijalarni



tasdiqlagan: kunlik ekran vaqti 2 soatdan oshgan bolalarda motor ko'nikmalar 18% pasaygan, ijtimoiy-emotsional moslashuv ko'rsatkichlari esa 12-20% kamaygan. Ikkala tadqiqot ham shuni ko'rsatadiki, faqat ekran vaqtining uzunligi emas, balki kontent turi va ota-ona kuzatishi ham natijalarga ta'sir qiladi: interaktiv, ta'limiy va ota-ona bilan birga ishlatilgan ekran resurslari salbiy ta'sirlarni kamaytirishi mumkin. Shu sababli kunlik ekran vaqtini 2 soat bilan cheklash va faol, ta'limiy kontentni tanlash bolalarning kognitiv, motor va ijtimoiy-emotsional rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim omil hisoblanadi.

### **MUHOKAMA**

Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida ortiqcha ekran vaqti ularning o'qish, o'rganish, o'yin va do'stlar bilan muloqot qilishiga salbiy ta'sir qilishi mumkin. Masalan, ko'p televizor, planshet yoki telefon ishlatadigan bolalarda diqqatni jamlash qiyinlashadi, harakat va o'yinlarga ishtiyoq kamayadi, shuningdek, uyqu kechikishi kuzatiladi.

Shu bilan birga, faqat ekran ko'rish zararli emas: interaktiv va ta'limiy o'yinlar, shuningdek, ota-ona bilan birga ishlatiladigan dasturlar bolalarga foydali bo'lishi mumkin.

Shuning uchun boshlang'ich sinf o'quvchilarini faol o'yinlar, sport va jismoniy mashg'ulotlar bilan shug'ullanishga rag'batlantirish, ekran dasturlarini esa foydali va o'quvga mos tanlash muhimdir.

Ota-ona va o'qituvchilar kuzatuvchi esa bolalarning ekran bilan ishlashini boshqarishda yordam beradi. Shu tarzda, ekran vaqtini nazorat qilish va mazmunini to'g'ri tanlash orqali bolalarning bilim olish, ijtimoiy ko'nikmalar va sog'lom rivojlanishini qo'llab-quvvatlash mumkin.

### **XULOSA**

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida raqamli qurilmalar va gadjetlar hayotning ajralmas qismiga aylangan bo'lsa-da, ularning noto'g'ri va ortiqcha ishlatilishi bolalarning rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ko'p vaqt ekran qarshisida o'tkazilsa, bolalarda diqqatni jamlash qiyinlashadi, jismoniy faollik kamayadi, uyqu buziladi va ijtimoiy ko'nikmalar sustlashadi.

Shu bilan birga, interaktiv va ta'limiy dasturlar, ota-ona bilan birga ishlatiladigan o'yinlar esa bolalarning bilim olish va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, ekran vaqtini faqat cheklash yetarli emas, uning sifatiga, mazmuniga va ishlatilish kontekstiga ham e'tibor berish zarur. Ota-ona va o'qituvchilar nazorati bolalarning ekran bilan ishlashini samarali boshqarish imkonini beradi.

Shu tarzda, raqamli qurilmalarni ongli va me'yorda ishlatish orqali bolalarning sog'lom rivojlanishi, ijtimoiy ko'nikmalari va o'quv jarayoni yaxshilanadi, texnologiya esa ularning ta'limi va rivojlanishiga yordamchi vosita sifatida xizmat qilishi mumkin.



### ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Kar, S. S., Dube, R., Goud, B. K. M., Gibrata, Q. S., El-Balbissi, A. A., Al Salim, T. A., & Fatayerji, R. N. M. (2025). Impact of Screen Time on Development of Children. 28 June 2025 / Revised: 29 August 2025
2. Medina, K. M. va boshq. (2024). Exploring the Impact of Screen Time Use on Children's Development at Aged 2 to 12: a Systematic Review. Archives of Clinical Neuropsychology, Volume 39, Issue 7, October 2024. – P. 1207.
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
5. <https://doi.org/10.3390/children12101297>
6. <https://doi.org/10.1093/arclin/acae067.267>