

**Muxtorqulova Rushona Zohidjon qizi**

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti 2-bosqich talabasi*

@mail: [muxtorqulovarushona@gmail.com](mailto:muxtorqulovarushona@gmail.com)

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada asosan kitob o'qishning foydali jihatleri yoritilgan. Olimlar kitob mutolaasining inson aqliy, jismoniy va manaviy kamolatidagi ahamiyatini isbotlab berdilar.*

**Kalit so'zlar:** *ma'naviy meros, kitobning foydasi, millat xazinasi, kitobxonlik madaniyati, Prezidentimiz farmoyishi.*

Ota-bobolarimizning bilimga, kitobga bo'lgan mehr-muhabbati ona diyorimizda dunyo tamadduniga, ilmu ma'rifat rivojiga beqiyos hissa qo'shgan buyuk insonlarning yetishib chiqishiga sabab bo'lgan. Muqaddas dinimizda xoh erkak bo'lsin, hox ayol – har bir insonning ilm o'rganishi farz bo'lgan. Qur'oni Karim ilk sur'asi “o'qi” so'zi bilan boshlanishi, “ilm” so'zi unda 811 marta jaranglashi bejiz emas. Xalqimiz azaldan bilimga saodatning kaliti, komillika yeltuvchi ko'prik, insonni yovuzlikdan, xurofatdan asrovchi tumor sifatida qarashgan. Bilimli insonlar el orasida katta obro'-e'tiborga ega bo'lishgan. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning shu yil 12 yanvardagi “Kitob mahsulotlarini chop etish va tarqatish tizimini rivojlantirish, kitob mutolaasi va kitobxonlik madaniyatini oshirish hamda targ'ibot qilish bo'yicha komissiya tuzish to'g'risida”gi farmoyishini o'qib, bu nozik va o'ta muxim masalaga shaxsan davlat rahbarining e'tiborini yana bir bora his qilganday bo'ldim. Hujjatda kitob mahsulotlarini chop etish va tarqatish tizimini rivojlantirish, kitob mutolaasi va kitobxonlik madaniyatini oshirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar dasturini ishlab chiqish vazifasi qo'yildi. Endi mutaxassislar yurtimizda aholi o'rtasida, jumladan yoshlar orasida kitobxonlik madaniyati saviyasini pasayib ketish sabablarini chuqur taxlil etish asosida uni oshirishga qaratilgan aniq va puxta chora-tadbirlar belgilashlari talab etiladi.

**Mutolaa uyqusizlikdan qutulishga yordam beradi.** Xotirjam bo'lish va uxlashga yordam beradigan eng yaxshi usul kitob o'qishdir. Televizor yoki telefondan tarqalayotgan yorqin nur miyaga uyg'onish kerakligi haqida signal yuboradi. Kitob o'qish esa aksincha ta'sir ko'rsatadi – miya uxlash vaqti bo'lganligini tushunadi.

**Mutolaa asabni tinchlantiradi.** Asabingizni tinchlantirish uchun sayr qilish yoki musiqa tinglashni afzal ko'rasizmi? Sasseks universiteti olimlari esa buning o'rniga kitob o'qishni tavsiya qilishadi. Kitob o'qish asabni tinchlantirishda eng samarali usul ekan. Atigi olti daqiqa kitob o'qish asabiylashishga barham beradi.

**Mutolaa qalbni yumshatadi.** Kitob o'qish jarayonida o'quvchi qahramonlar bilan birga bo'ladi. Ularning quvonch va tashvishlariga sherik bo'ladi. Tadqiqotlardan

ma'lum bo'lishicha, badiiy asar o'qigan odam hayotda ham boshqalarning his-tuyg'ularini yaxshi tushunar ekan.

**Mutolaa miya faoliyatini yaxshilaydi.** Emori universiteti olimlari kitob o'qigan insonning aqliy salohiyati bir necha kun davomida yuqori holatda bo'lishini isbotlashdi. Tadqiqot mualliflari kitob o'qish miyadagi asab tolalari sonini oshirishini ta'kidlashmoqda.

**Mutolaa tushkunlikka qarshi kurashishga yordam beradi.** Shotlandiyalik olimlarning tadqiqotlariga qaraganda, kitob o'qish tushkunlikni davolashning eng samarali vositasidir. Tushkunlikka chalingan bemorlar kitob o'qishni boshlaganlaridan so'ng ularning tushkunlikka tushish holatlari kamaygan.

**Mutolaa insonni go'zallashtiradi.** Yuqori darajadagi aqliy salohiyat insonning tashqi ko'rinishini ham go'zallashtiradi. Har qanday mavzuda qiziqarli suhbat qura olish va o'z bilimini namoyish etish suhbatdoshining mehrini qozonishga yordam beradi.

**Mutolaa xotirani va fikrlash qobiliyatini yaxshilaydi.**

Har safar kitob o'qilganida miya faol ishlaydi. U olinayotgan ma'lumotni saqlash uchun yangi tolalarni yaratadi. Tadqiqotlarda aniqlanishicha, doimiy ravishda kitob o'qiydigan insonlarda fikrlash qobiliyati boshqalarga nisbatan sekinroq pasayar ekan.

**Mutolaa xotirani va fikrlash qobiliyatini yaxshilaydi.** Har safar kitob o'qilganida miya faol ishlaydi. U olinayotgan ma'lumotni saqlash uchun yangi tolalarni yaratadi. Tadqiqotlarda aniqlanishicha, doimiy ravishda kitob o'qiydigan insonlarda fikrlash qobiliyati boshqalarga nisbatan sekinroq pasayar ekan.

**Mutolaa hayotdagi maqsadini anglashga va qiyinchiliklarni yengishga yordam beradi.** Ogayo shtati universiteti olimlari inson qancha ko'p kitob o'qisa, hayot yo'lini shunchalik aniq tanlashini ta'kidlashmoqda. Kitob o'qish hayotdagi to'siqlarni yengishga ham yordam beradi, deyishmoqda ular.

**Mutolaa so'z boyligini oshiradi.** Kitob o'qiyotgan paytda notanish so'zlar ham uchrab qoladi. Ularning ma'nosini umumiy mazmuni orqali ham tushunib olsa bo'ladi. Kitob o'qish nafaqat so'z boyligini ko'paytiradi, balki umumiy savodxonlikni ham oshiradi.

**Kitob o'qiydigan insonlar hayotda faol bo'lishadi.** San'at milliy jamg'armasi tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar kitob o'qiydigan insonlar madaniy va ijtimoiy hayotda ham faol bo'lishlarini isbotladi.

**Mutolaa yozuvchilik qobiliyatini rivojlantiradi.** Kitob o'qish jarayonida muallifning yozish uslubi ham o'quvchiga ta'sir ko'rsatadi. Musiqa tinglash jarayonida musiqachining uslubi tinglovchiga o'tgani singari yozuvchining uslubi ham o'quvchining yozish uslubiga ta'sir o'tkazadi.

**Mutolaa Alsgeymer xastaligiga chalinishning oldini oladi.** Qator tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ko'p kitob o'qigan insonlar Alsgeymer kasalligiga kamroq chalinishar ekan. Miya ham xuddi boshqa a'zolar singari qo'llab-quvvatlashga va

mashqlar yordamida mustahkamlanishga muhtoj bo‘ladi. Kitob o‘qish esa bu borada eng samarali usuldir.

**Mutolaa hayotdagi maqsadini anglashga va qiyinchiliklarni yengishga yordam beradi.** Ogayo shtati universiteti olimlari inson qancha ko‘p kitob o‘qisa, hayot yo‘lini shunchalik aniq tanlashini ta’kidlashmoqda. Kitob o‘qish hayotdagi to‘siqlarni yengishga ham yordam beradi, deyishmoqda ular.

**Mutolaa so‘z boyligini oshiradi.** Kitob o‘qiyotgan paytda notanish so‘zlar ham uchrab qoladi. Ularning ma’nosini umumiy mazmuni orqali ham tushunib olsa bo‘ladi. Kitob o‘qish nafaqat so‘z boyligini ko‘paytiradi, balki umumiy savodxonlikni ham oshiradi.

**Kitob o‘qiydigan insonlar hayotda faol bo‘lishadi.** San’at milliy jamg‘armasi tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotlar kitob o‘qiydigan insonlar madaniy va ijtimoiy hayotda ham faol bo‘lishlarini isbotladi.

**Mutolaa yozuvchilik qobiliyatini rivojlantiradi.** Kitob o‘qish jarayonida muallifning yozish uslubi ham o‘quvchiga ta’sir ko‘rsatadi. Musiqa tinglash jarayonida musiqachining uslubi tinglovchiga o‘tgani singari yozuvchining uslubi ham o‘quvchining yozish uslubiga ta’sir o‘tkazadi.

**Mutolaa chet tilini o‘rganishni osonlashtiradi.** Doimiy ravishda kitob o‘qish boshqa tillarni o‘rganishda yangi so‘zlarni oson tushunishga va yodda saqlab qolishga yordam beradi.

**Mutolaa ijodkorlik qobiliyatini rivojlantiradi.** Obafemi Avolau universiteti pedagoglari boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining mashg‘ulotlariga mavzuli komikslarni kiritishganida, suratlar va so‘zlar aralashmasi bolalarning ijodkorlik qobiliyatlarini oshirishini aniqlashdi. Kitoblar kattalarga ham ana shunday ta’sir ko‘rsatadi.

**Mutolaa moliyaviy qiyinchiliklarni bartaraf etishda yordam beradi.** Statistika ma’lumotlariga ko‘ra, umuman kitob o‘qimaydigan insonlarning 43 foizi qashshoqlikda yashaydi. Savodli insonlar orasida esa qashshoqlikda yashaydiganlar 4 foizni tashkil etadi.

**Birgalikda kitob o‘qish ota-onalar va bolalarning o‘zaro munosabatlarini yaxshilaydi.** Psixologlar birgalikda kitob o‘qish jarayonida ota-onalar va bolalar o‘rtasida o‘ziga xos munosabat o‘rnatiladi deb hisoblashadi. Ularning aytishlaricha, bunday munosabat birgalikda televizor ko‘rganda aslo paydo bo‘lmaydi.

**Ko‘p kitob o‘qiydigan bolalar darslarni yaxshi o‘zlashtirishadi.** Tadqiqotlarda aniqlanishicha, kitob o‘qishni xush ko‘radigan bolalar maktabda ham yaxshi o‘qishadi. Ular grammatikani ham, matematikani ham yaxshi o‘zlashtirishadi.

**Mutolaa jinoyatchilikning oldini oladi.** O‘tkazilgan tadqiqotdan ma’lum bo‘lishicha, panjara ortida savodxonligini oshirgan jinoyatchilar ozodlikka chiqqanlaridan so‘ng boshqa jinoyatchilarga nisbatan jinoyatga 30 foiz kamroq qo‘l uradilar.

Shu haqiqatlarni yoshlar shuuriga singdirish mamlakatimizda kitobxonlik madaniyatini oshirishda eng birlamchi omil bo‘ladi. Kitobning, ilmning foydasi, kompyuter o‘yinlarining zararli tomonlari teleqo‘rsatuvlarda ochib berilishi, multfilmlar mazmuniga singdirilishi, reklamalar mohiyatini tashkil etishi, gazeta-jurnallarda targ‘ib qilinishi lozim. “Donovoy” va “Bilmasvoy”ning sarguzashtlari yordamida bilimli insonlarning jamiyatda ulug‘lanishi va aksincha ilmsizlarning sharmandali basharalari yorqin badiiy bo‘yoqlarda bolalar tafakkuriga singdirish darkor. Ularning ongida ko‘cha-ko‘yda xurmat-e'tibori oshib borayotgan, zafar cho‘qqilari sari ildam odimlayotgan “Donovoy” va el-yurt ichida obro‘-e'tibori tushib, kundan-kunga omadsizlik botqog‘iga cho‘qib borayotgan “Bilmasvoy” siymosini gavdalantirish lozim. Ana shunda yoshlar qalbida ularning biriga cheksiz havas, ikkinchisiga nisbatan nafrat shakllana boradi. Kitobga mehri baland yangi avlod paydo bo‘ladi...

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI :**

1. AdMe.ru “Ijod olami”, 2018-5
2. Malik Murodov. Oltin sandiq ochildi. Toshkent. ”O‘qituvchi” 1994.
3. Xalq ta’limi jurnali. Toshkent-2017.

**FOYDALANILGAN INTERNET RESURLARI:**

1. <https://kitoblardunyosi.uz>