

DOODLING USLUBINING AXAMIYATI.

Safoyev Mustafojon Saidovich

Buxoro davlat universiteti talabasi

Avliyaqulova Nafisa Muzaffarovna

Buxoro davlat universiteti, ilmiy rahbar

ANNOTATSIYA. Ushbu ilmiy maqola doodling uslubida tasvir chizish, ko'rishda nuqsoni bo'lgan bolalar bilan tuzatish jarayonida noan'anaviy usullardan foydalanish tajribasi taqdim etilgan.

Kalit so'zlar: chizish, tuzatish, ko'rishning buzilishi.

Dudling - bu xayolparastlik parvozi bo'lib, u odatda tasavvur deb ataladi. Ingliz tilidan tarjima qilingan dudling - dudl chizish, ongsiz chizish.

Ushbu uslub geometrik shakllardan yoki oddiygina tasodifiy o'zaro bog'langan tekis va egri chiziqlardan kompozitsiyalarni yaratishdir. Ushbu uslubda chizish har doim ham aniq rejalar bilan boshlanmaydi, aniqrog'i, rassom o'z ijodi nimaga olib kelishini bilmasligi mumkin. Ammo bu rasm chizishning butun maqsadi. Chiroyli rasmning boshlanishi varaqning o'rtasiga oddiy ovaldan yotqizilishi mumkin. Va keyin - sizning tasavvuringiz yordamga keladi! Siz xayolingizga kelgan narsani chizasiz.

Bu pigtaillalar, kancalar, spikeletlar, nuqtalar, jingalaklar va boshqa ko'plab elementlar bo'lishi mumkin, ular bir-biri bilan o'zaro bog'langan va bitta rasimga yig'ilgan. Oval yoki kvadrat chizingizmi? Qaerdadir bir nechta qiyshiq chiziqlarni chizish, qaerdadir uchburchakda bir nechta ixtiyoriy elementlarni birlashtirish, qaerdadir konturlarni diqqat bilan chizish - va o'zingizning rasmingiz tayyor. Chizish paytida qo'l erkin yo'nalishda harakatlanishi va eng qiziqarli va g'ayrioddiy zarbalarni osongina chizishi kerak. Qoidalar bo'lsin! Eskizlar qanchalik chalkash bo'lsa, rasm shunchalik qiziqarli va g'ayrioddiy bo'lib chiqadi. Ushbu turdagi ijodkorlikning yana bir afzalligi - yaxshi hissiy, aqliy dam olish imkoniyati. Murakkab kompozitsiyalarni o'ylab, miyangizni chalg'itishingiz shart emas - sizning tasavvuringiz siz uchun hamma narsani qiladi! Bu xotirani yaxshilash, stressdan xalos bo'lish, kayfiyatni ko'tarish va ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishga turtki berishning yaxshi usuli. Ko'pgina zamonaviy rassomlar dudling uslubida chizishni hissiy yengillik beruvchi meditatsiya turi deb atashadi. Bugungi kunda zamonaviy san'atda "dudling" deb nomlangan butun tendentsiya mavjud. Bundan tashqari, psixologlar bunday "zarba" dan katta foyda topadilar.

- Birinchidan, bu ma'ruza paytida yoki miya uchun zerikarli ish paytida uxlamaslikka yordam beradi.

- Ikkinchidan, dudling ma'lumotni qayta ishlashga kamroq aqliy kuch sarflashga imkon beradi! Ya'ni, suhbat, uchrashuv yoki ma'ruza paytida "doodle"laringizni chizsangiz ham dam olasiz, ham diqqatingizni jamlaysiz.

Miya ikkita haddan tashqari holatdan qochadi: haddan tashqari yuk va sodir bo'layotgan narsalarni qabul qila olmaslik. Qizig'i shundaki, ba'zi mashhur insonlar, jumladan, Amerika prezidentlari (Tomas Jefferson, Ronald Reygan, Bill Klinton) uchrashuvlar va boshqa tadbirlarda dudling (ya'ni oddiygina dudl chizish) bilan faol ishtirok etgani bilan tanilgan. Bugungi kunda ushbu janr ko'plab muxlislarga ega, doodlingga bag'ishlangan saytlar, maktablar, jamoalar va forumlar mavjud. Ushbu uslubdagi rang berish kitoblari ham bolalar, ham kattalar orasida juda mashhur.

Men ham ba'zan bu bo'yash sahifalarini ranglayman. Lekin dudling rang berishdan ko'ra, ularning yaratilishi bilan bog'liq.

Dadling - bu rasm chizishni, ijod qilishni xohlaydigan, lekin na badiiy ta'limga, na vaqtga va na o'zini san'atga to'liq bag'ishlash imkoniyatiga ega bo'lganlar uchun sevimli mashg'ulot. Doodlingda qat'iy qoidalar yo'q, lekin tasavvur qilish uchun juda ko'p joy mavjud. Bunday ijodkorlik har bir kishi uchun mavjud, uni o'rganish qiyin emas va vaqt o'tishi bilan sizning "doodle"laringiz tobora murakkablashib, o'zingizning ma'nolaringizni qo'yish va o'z dunyolaringizni yaratishingiz mumkin bo'lgan ajoyib naqshlarga to'qiladi. Dudling ijod olamiga sho'ng'ishni, dam olishni yoki aksincha, diqqatni jamlashni, shovqin va shovqindan qochishni istagan har bir kishi uchun mavjud.

Zenglathangdan farqli o'laroq, doodlingda maxsus qoidalar va cheklovlar yo'q: siz qalam, bo'yoq, qog'oz, mato bilan chizishingiz yoki har qanday sirtida paydo bo'lishingiz mumkin.

Zentangle (*zentangle*, *Zen* - muvozanat, tafakkur ta'limoti va "to'rtburchak" - kvadrat) Rik Roberts va Mariya Tomas tomonidan patentlangan chizish texnikasi sifatida yaratilgan. Slim Makers 3,5 dyuym (8,9 sm) oq varaqlarda katak, astar yoki jel ruchka bilan. Zentangle - semantik yukni ko'rsatmasdan mavhum tasvirni tashkil etuvchi takrorlanuvchi naqshlarning maxsus to'plami. Qoida tariqasida, bu bezakli mayda qoramollarning oddiy grafik rasmlari. Doodlingdan farqli o'laroq, zenangle chizmalarini yaratish jarayoni diqqatni talab qiladi .

O'zingizni haqiqiy rassomning ruhiy fazilatlarini va chizishning og'riqli qobiliyatlari bilan ta'minlang. Bundan tashqari, ular naqshlar, bezaklar va turli xil

naqshlar yordamida stress va taranglikdan, stressdan, tajovuzkorlikdan xalos bo'lishga va farovonligingizni yaxshilashga imkon beradi.

Shu bilan birga, miyaning yarmi rasm chizish bilan band bo'lib, u bezovta qiluvchi savollar va to'plangan muammolar haqida o'ylashning yana bir qobiliyatini oladi.

Doodling, zentangling va zendudling kabi meditatativ rasm chizish usullari eng mashhur art-terapiya usullaridan kelib chiqadi.

Ushbu usullarning terapevtik ta'siri shundan iboratki, odam rasmni shakllantirishga to'liq e'tibor qaratadi, bo'shshadi, o'z vaqtida unutadi, shoshmasdan va xato qilishdan charchamaydi. Bemorlarda kattalar ham salbiy his-tuyg'ular, fikr va his-tuyg'ulardan xalos bo'ladi, ularni ijodiy tajriba orqali "yashaydi". Natija odatda jarayonning o'zidan kamroq ahamiyatga ega.

Bunday nozik ijodiy ish obsesif fikrlardan xalos bo'lishga va fikringizni tinchlantirishga yordam beradi. Bundan tashqari, rasm chizish ham his-tuyg'ularingizni qog'ozda ifodalash va xotirjamlikka erishishning ajoyib usuli hisoblanadi.

Doodling va zentangle yana bir qimmatli xususiyatga ega. Chizma. Biror kishi haqida biror narsa chizilgan mavzusini ko'rsatadi, ammo diqqatli psixolog ma'lumotlarning ko'pini bajarish usulidan tortib oladi. Tasvir yaratuvchining aqli qanday ishlashining illyustratsiyasiga aylanadi. Ushbu texnologiyalarning asosiy afzalligi ularning mavjudligidir. Squiggles chizish hamma uchun mavjud. Bu shuni anglatadiki, hodisalar uchun hech qanday hodisa yo'q - axir, bu erda qat'iy qoidalar yo'q. Bu hamma uchun mavjud va o'zini namoyon qilish imkoniyati cheklanmagan.

Potentsiallar ijodkorligingizni oshiradi. Biroq, bir vaqtning o'zida xotirani o'rgatadiganlar, haqiqiy meditatsiya bilan shug'ullanadilar va buni har bir seans uchun atigi 5-10 daqiqa bajaradilar, unchalik emas. *Doodling va zentangle - bu chizish va meditatsiyani birlashtirgan texnikadir*. Ularni o'rganish oson, ko'p vaqt yoki maxsus vositalarni talab qilmaydi va bolalar va kattalar uchun juda mos keladi.

Zentangle va doodling - bu qo'llar va miyani (qo'l va ko'zni muvofiqlashtirish) bog'lagan holda, turli xil chegara va belgilarni chizish (ko'z-qo'l tizimida). Asosan, bu usullar nozik vosita ko'nikmalarini rivojlantirish vositasi sifatida ishlatilishi mumkin ("barmoqlaringiz uchida aql"). Psixologiya va neyropsixologiyada olib borilgan ko'plab tadqiqotlar, xulosalar tuzish va fikrlash jarayonlarining faolligi haqida gap ketganda, qo'llar va miya o'rtasidagi alohida munosabatni ta'kidlaydi. Miya tomirlaridan foydalangan holda olib borilgan tadqiqotlar natijalari izlarning ketma-ket ishlashi bilan fikrlash, nutq, xotira, ya'ni ma'lumotni vaqtincha saqlash va qayta ishlash tizimi bilan bog'liq holda qanday faollashtirilganligi, bo'limlari qanday namoyon bo'lishini ko'rsatadi. . Fikrlash jarayonlarining rivojlanishidagi nizolar va ularning

nutqda keyingi timsoli bo'yicha darslar. Dizayn jarayoni miyaning qismlarini rag'batlantiradi, axborotni tahlil qilish va qayta ishlashni hisobga olish. Bundan tashqari, hozirgi vaqtda miya nostandart echimlarni topishga harakat qilmoqda.

Shuningdek, oq varaqda dudlinglar va zenangllarni yaratish jarayoni aql uchun o'ziga xos sport maydonchasi bo'lib xizmat qilishi, ijodkorlik mashg'ulotlaridan foydalanishi, yangi g'oyalarni yaratishi va eski g'oyalarni o'zgartirishi mumkin. Ijodkorlik, ayniqsa rasm chizish nostandart fikrlashni juda yaxshi rivojlantiradi, standart dunyodan chiqib ketishga yordam beradi. Rasmni darhol tugatish shart emas, keyinroq rasmga qaytishingiz mumkin.

Ijodiy fikrlashni barqaror rivojlantirishning ushbu usullari. Shablonlar o'rniga g'ayrioddiy g'oyalar yaratiladi, odamlar bo'shashadi, yangi original yechimlar paydo bo'ladi, ular xatolardan qo'rqishni to'xtatadilar, chunki bu sharoitda xato qilish mumkin emas.

Zendudling bolalar bilan mashg'ulotlar uchun ideal. Ta'qib o'z-o'zidan boshlangan taqdirda, 9 dan 9 sm gacha bo'lgan kvadratlarning kombinatsiyasi. Har bir zarba: chiziq, nuqta, raqam chalkashlikdir.

Bo'yashdagi har qanday rasmni kvadratlarga bo'lish mumkin va ularda qo'l xohlagancha har qanday chiroyli naqshlarni chizish mumkin. Eng oson variant - hayvonni, gulni, qushni (nima bo'lishidan qat'iy nazar) bo'yash yoki konturlash orqali bolaga uning tabiiy soyalari yuzasini taklif qiladi va keyin ularni ranglaydi. Siz to'qimalarni murakkablashtirishingiz mumkin - naqshni qismlarga ajrating va natijada olingan tolalar segmentlarini naqshlar bilan yoping. Yana bir variant - bolaga hayvonlarning, ob'ektlarning va hokazolarning turli xil tasvirini taklif qilish.

Konsentratsiya va naqshni o'zgartirish uchun yangi turtkini amalga oshirish qobiliyati. Siz bolalarga faqat rang berishda chizilgan ob'ektni qismlarga ajratishni taklif qilishingiz mumkin. Masalan, mushuk. Siz bolaga mushukning ziyofatga ketayotganini va chiroyli bo'lishni xohlayotganini aytasiz. U tanasining har bir qismini o'ziga xos tarzda bezashni xohlaydi: dumi - bitta naqshda, boshqa boshida - bezak, panjalarida – boshqa naqshlar. Men nafaqat turli jingalaklarni, to'g'ri chiziqlarni va shakllarni tasvirlashni, balki ularni turli yo'llar bilan bo'yashni ham taklif qilaman. Ushbu chizish texnikasi bolalarda qat'iyatni rivojlantiradi, xotirjam va giperaktiv bo'lganlarda rasm chizishga qiziqishni oshiradi.

Avtotransport vositasida chizilgan rasmlar bolalarga bir-birining tasvirini ko'chirmaslikka, balki ob'ektni o'ziga xos tarzda chizishga yordam beradi, tobora ko'proq yangi cheklovlar va shakllarni o'ylab topadi. Bu muhitda yassi nuqtalar, chiziqlar, shakllar, varaq yopilgan atrofdagi bolalar bilan ishlashni boshlash yaxshidir,

qirralar bilan ham qilishingiz mumkin. Siz bolaga biron bir ob'ektni olishingiz yoki undan ushbu rasmda turli xil naqshlarni tasvirlashni so'rashingiz mumkin.

Siz har qanday qog'oz varaqlarida, bo'yash kitoblarida, devor qog'ozida va asfaltda rangli qalam bilan bolalar bilan dudling uslubida chizishingiz mumkin. Asosiysi, istak va bir lahzalik bolalarcha turtki.

Ushbu usullar bolalarning badiiy qobiliyatlarini rivojlantirish uchun juda yaxshi. Bola bu kompozitsiyalarni o'zi yaratishi va tayyorlarini bezashi mumkin.

Agar siz ikkita qo'l bilan chizsangiz (odatda bolalar kabi - va bunga aralashmasligingiz kerak), bu sizga ijodiy va mantiqiy miyaning ikkala yarim sharlarini bir vaqtning o'zida rivojlantirish va sinxronlashtirishga imkon beradi.

Siz deyarli hamma joyda chizishingiz mumkin, faqat toza qog'oz varaqlari va har qanday yozuv vositalaridan - qalam, qalam, flomaster, bo'yoq bilan cho'tka. Asosiysi, naqshlar iloji boricha rivojlangan, takrorlanuvchi, mavhum va ongsizdan kelib chiqadi. Bu dudling.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Muzafarovna A. S. METHODS OF ORGANIZING THEORETICAL AND PRACTICAL TRAINING AND IMPROVING FORMS OF CAREER ADVICE //Web of Teachers: Inderscience Research. – 2024. – T. 2. – №. 5. – C. 48-50.

2. Muzafarova A. N. FORMS OF PREPARATION OF FUTURE TEACHERS FOR VISUAL AND CREATIVE ACTIVITIES //Euro-Asia Conferences. – 2021. – C. 119-123.

3. Avliyakulova N. БЎЛАЖАК ЎҚИТУВЧИЛАРНИ ТАСВИРИЙИЖОДИЙ ФАОЛИЯТГА ТАЙЁРЛАШНИНГ ПЕДАГОГИК ШАРТ ШАРОИТЛАРИ //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.

4. Avliyakulova N. M. Tasviriy san'at o'qitish metodikasi» fanidan topshiriqlarni nazorat Qilish Va Baholash //BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIIY JURNALI. – 2021. – Т. 1. – №. 5. – C. 270-276

5. Avliyakulova Nafisa Muzafarovna. [METHODOLOGY FOR DEVELOPING PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE ARTS TEACHERS](#). AMERICAN JOURNAL OF EDUCATION AND LEARNING. 2025/3/18. C-533-537.

6. Muzafarova A. N. FORMS OF PREPARATION OF FUTURE TEACHERS FOR VISUAL AND CREATIVE ACTIVITIES //Euro-Asia Conferences. – 2021. – C. 119-123.

7. Muzafarovna A. N. THE ROLE OF ARTISTIC CREATIVITY IN THE PREPARATION OF FUTURE FINE ARTS TEACHERS FOR PEDAGOGICAL

ACTIVITY //Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities. – 2022. – T. 2. – №. 1.5 Pedagogical sciences.

8. Avliyakulova N. M. TASVIRIY SAN'AT DARSLARIDA DIDAKTIK PRINSIPLARDAN FOYDALANISH YO'LLARI //Academic research in educational sciences. – 2021. – T. 2. – №. NUU Conference 1. – C. 179-181.

9. Avliyakulov M. M., Rafieva N. A., Shodieva S. B. Methods of organizing independent work of students //Journal of Positive School Psychology. – 2022. – C. 8721-8727.

10. Muzafarovna A. N., Zubrilin K. M. DISCLOSURE OF STUDENTS'KNOWLEDGE AND SKILLS ABOUT THE TYPES OF PAPER USED IN FINE ARTS LESSONS AND PREPARING FOR THEIR WORK //Multidisciplinary Journal of Science and Technology. – 2024. – T. 4. – №. 4. – C. 337-340.

11. Muzafarovna A. N. IMPROVING FUTURE TEACHERS'SKILLS OF DESIGNING AND MODELING FINE ARTS LESSONS //Journal of Innovation, Creativity and Art. – 2023. – C. 21-24.

12. Авлиякулова А. (2022). Sharq miniatyurasi o'ziga xos xu Sharq miniatyurasi o'ziga xos xususiyatlari: Sharq miniatyurasi. ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.Uz), 26(26).

13. 13.Muzafarova AN FORMS OF PREPARATION. "FUTURE TEACHERS FOR VISUAL AND CREATIVE ACTIVITIES." Euro-Asia Conferences. 2021.

14. 14.Avliyakulova Nafisa Muzafarovna. Die Rolle der künstlerischen Kreativität bei der Vorbereitung zukünftiger Kunstlehrer auf die pädagogische Tätigkeit. Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities ISSN 2749-0866 Vol.2 Issue 1.5 Pedagogical sciences

15. 15. Zubrilin, Konstantin Mikhailovich, and Avliyakulov Muzaffar Muhamedovich. "Objectives of Teaching Drawing." Pioneer: Journal of Advanced Research and Scientific Progress 2.2 (2023): [78-81]

16. Mamurova D. I., Abdullayev S. S. Importance of decorative painting in fine art lessons in general secondary schools //INTERNATIONAL CONFERENCE ON INTERDISCIPLINARY SCIENCE. – 2024. – T. 1. – №. 3. – C. 32-37.

17. Pirnazarov G. F., Mamurova F. I., Mamurova D. I. Calculation of Flat Ram by the Method of Displacement //EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION. – 2022. – T. 2. – №. 4. – C. 35-39.

18. Olimov S. S., Mamurova D. I. Directions For Improving Teaching Methods //Journal of Positive School Psychology. – 2022. – C. 9671–9678-9671–9678.

19. Aminov, A. S., Mamurova, D. I., & Shukurov, A. R. (2021, February). Additional and didactic game technologies on the topic of local appearance. In *E-Conference globe* (pp. 34-37).

20. Olimov S. S., Mamurova D. I. Information Technology in Education //Pioneer: Journal of Advanced Research and Scientific Progress. – 2022. – T. 1. – №. 1. – C. 17-22.

21. Olimov S. S., Mamurova D. I. Opportunities to use information technology to increase the effectiveness of education //International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE). – 2022. – T. 14. – №. 02.

22. Mamurova D., Khusnidinova N. Didactic possibilities of using computer graphics programs in the educational process //BIO Web of Conferences. – EDP Sciences, 2024. – T. 84. – C. 02020.

23. Mamurova D. I., Ibatova N. I., Badiyeva D. M. The importance of using the key-stadi innovative educational technology method in training the image module of geometric shapes //Scientific reports of Bukhara State University. – 2020. – T. 4. – №. 1. – C. 335-338.

24. Khodjayeva N. S., Yakhyayeva M. T. Calculate Exact Integrals in the Visual Basic Window of Excel //International Journal on Orange Technologies. – 2021. – T. 3. – №. 3. – C. 172-177.

25. Khodjayeva N., Sodikov S. Methods and Advantages of Using Cloud Technologies in Practical Lessons //Pioneer: Journal of Advanced Research and Scientific Progress. – 2023. – T. 2. – №. 3. – C. 77-82