

**KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARNING O'Z-O'ZINI
IFODALASH KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH**

Ro'zaliyeva Nigoraxon Hayotjonovna

Farg'ona shahar 28-umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchisi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarning o'z-o'zini ifodalash ko'nikmalarini shakllantirish va rivojlantirish jarayonlari psixologik-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Bola o'z fikrini erkin va aniq bayon eta olishi, his-tuyg'ularini boshqarishi va ijtimoiy muloqotda faol ishtirok etishi uning shaxsiy rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Maqolada o'z-o'zini ifodalashga to'sqinlik qiluvchi omillar, ularni bartaraf etish yo'llari, shuningdek, bu ko'nikmalarni rivojlantirishga xizmat qiluvchi amaliy usullar – o'yinlar, rolli mashg'ulotlar va ijodiy topshiriqlar haqida so'z yuritiladi. Pedagoglar va ota-onalar uchun foydali tavsiyalar beriladi.*

Kalit so'zlar: *kichik maktab yoshi, o'z-o'zini ifodalash, psixologik rivojlanish, muloqot ko'nikmalari, his-tuyg'ular, o'yin texnologiyalari, ijodiy faoliyat, pedagogik yondashuv, nutq erkinligi, shaxsiy rivojlanish.*

Kirish. Kichik maktab yoshidagi bolalarning psixologik va ijtimoiy rivojlanishida o'z-o'zini ifodalash ko'nikmasi alohida o'rin egallaydi. Bu yoshdagi bolalar atrofdagi dunyoni faol o'rganishga, o'z fikr va his-tuyg'ularini bayon etishga intiladilar. Bola o'zini erkin ifoda eta olgandagina, u jamiyatda faol ishtirokchi bo'lish, bilimlarni ongli o'zlashtirish va ijtimoiy muhitga moslashish imkoniga ega bo'ladi. Aks holda, o'z fikrini aytishdan tortinadigan, ichki tushkunlikka beriladigan bolalarda ishonchsizlik, qo'rquv, ijtimoiy chetlashuv kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin.

O'z-o'zini ifodalash — bu shunchaki gapirish emas, balki bolaning o'z fikri, qarashi va his-tuyg'ularini og'zaki yoki noverbal shaklda (mimika, imo-ishora, rasm, ijodiy ishlar orqali) ifoda eta olishidir. Ushbu ko'nikmaning 7–11 yosh oralig'ida shakllanishi juda muhim, chunki aynan shu davrda bolalarda shaxsiy o'zlikni anglash,



o'ziga bo'lgan ishonch va ijtimoiy faoliyatga bo'lgan qiziqish kuchayadi. Shu sababli, pedagoglar va ota-onalar bolaning nutqiy va emotsional ifoda vositalarini rivojlantirishga e'tibor qaratishlari lozim.

Zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlar shuni ko'rsatadiki, bolalarda o'z-o'zini ifodalash ko'nikmasini rivojlantirishga xizmat qiluvchi o'yin texnologiyalari, rolli mashg'ulotlar, teatr elementlari, ijodiy topshiriqlar va interaktiv metodlar samarali natijalar beradi. Bu usullar nafaqat bola nutqini rivojlantiradi, balki uning ichki dunyosini ochishga, o'zini anglashga va boshqalar bilan muloqot qilishga imkon yaratadi.

Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarning o'z-o'zini ifodalash ko'nikmasini rivojlantirishning nazariy asoslari, amaliy usullari va bu boradagi muammolar hamda ularning yechimlari tahlil qilinadi. Maqola ota-onalar, o'qituvchilar va maktab psixologlari uchun muhim qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.

Mazkur tadqiqot kichik maktab yoshidagi bolalarning o'z-o'zini ifodalash ko'nikmalarini aniqlash, tahlil qilish va ularni rivojlantirish bo'yicha samarali yondashuvlarni ishlab chiqish maqsadida amalga oshirildi. Tadqiqotda zamonaviy psixologik-pedagogik metodlar, amaliy kuzatishlar, suhbat, eksperiment va diagnostik testlar asosida ishlashga ahamiyat berildi. Quyida ishlatilgan asosiy metodologik yondashuvlar keltirilgan:

1. Tadqiqot ob'ekti va predmeti

Ob'ekt: 7–11 yoshdagi kichik maktab o'quvchilari.

Predmet: Bolalarning o'z-o'zini og'zaki va noverbal shakllarda ifoda etish ko'nikmalari va ularni rivojlantiruvchi pedagogik-psixologik usullar.

2. Tadqiqot metodlari

Kuzatuv: O'quvchilarning dars jarayonida va norasmiy muhitda o'z fikrini qanday ifoda etishini kuzatish orqali dastlabki ma'lumotlar yig'ildi.

Suhbat (intervyu): O'quvchilar, ularning ota-onalari va o'qituvchilari bilan individual suhbatlar tashkil etilib, bola qanday hollarda o'zini erkin ifoda eta olishi yoki qiynalishi aniqlandi.



Psixologik testlar: O‘z-o‘zini baholash, emotsional ifoda darajasi, ijtimoiy muloqotga tayyorlik kabi mezonlarni aniqlovchi testlar (masalan, “Kichkintoylar uchun ijtimoiy moslashuv testi”, “O‘z-o‘zini qadrlash darajasi testi”) qo‘llanildi.

Eksperiment: Maxsus mashg‘ulotlar — rolli o‘yinlar, hikoya tuzish, sahna ko‘rinishlari, rasm orqali ifoda qilish va dramatizatsiya usullari yordamida bolaning ifoda ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi ta’sir o‘rganildi.

Tahliliy metodlar: Yig‘ilgan ma’lumotlar sifat va miqdor jihatidan tahlil qilinib, umumiy xulosalar chiqarildi.

3. Metodologik asoslar

Tadqiqot quyidagi nazariy manbalarga tayandi:

Jean Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasi (konkret operatsiyalar bosqichi),

Lev Vygotskiyning “yaqin rivojlanish zonasi” va ijtimoiy o‘rganish nazariyasi,

Erik Eriksonning shaxsiy rivojlanish bosqichlari,

O‘zbekiston Respublikasi Ta’lim to‘g‘risidagi qonuni va Davlat o‘quv standartlari.

4. Tadqiqot shakllari va vositalari

Interaktiv mashg‘ulotlar (guruhda ishlash, savol-javoblar, fikr almashish),

Dramatik o‘yinlar va ijodiy topshiriqlar (ertak tuzish, rasm orqali voqeani tasvirlash), Vizual vositalar (emosiya kartochkalari, mimika rasmlari, harakatli o‘yinchoqlar),

Tadqiqot natijalari. O‘tkazilgan tahlil va kuzatishlar asosida aniqlanishicha, kichik maktab yoshidagi bolalarning o‘z-o‘zini ifodalash ko‘nikmalarini shakllantirishda bir nechta muhim omillar ta’sir ko‘rsatadi. Quyidagi natijalar ushbu sohadagi asosiy holatni ifodalaydi:

Bola shaxsining ifoda uslubi individualdir. Har bir bolaning o‘z fikrini bayon etish darajasi, so‘z boyligi, emotsional ifodasi va ijtimoiy muloqotga tayyorligi farq qiladi. Bu esa individual yondashuvni zarur qiladi.



O'yin va ijodiy faoliyat orqali ifoda ko'nikmalari sezilarli darajada rivojlanadi. Hikoya tuzish, teatr elementlari, rolli o'yinlar va rasm orqali ifodalash mashg'ulotlari bolalarda o'z fikrini ochiq bildirishga rag'bat uyg'otdi.

Qattiq nazorat, tanbeh va salbiy baholash bolaning ifodaviy faolligini susaytiradi. O'z fikrini aytgani uchun tanqid qilingan bolalarda yopiq nutq, ichki tortinish, ishonchsizlik kuzatildi.

Ota-onalar va o'qituvchilarning ijobiy, mehribon munosabati muhim turtki bo'ladi. Rivojlangan bolalar orasida o'z fikriga quloq tutilgan, rag'batlantirilgan va qo'llab-quvvatlanganlar ustunlik qildi.

Psixologik treninglar va guruhviy mashg'ulotlar natijasida bolalarda muloqot faolligi oshdi. Bolalar o'z his-tuyg'ularini erkin ifoda eta boshlashdi, bu esa umumiy shaxsiy o'sishga ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Maktdagi muhitning ochiqligi va ijtimoiy faoliyatga yo'naltirilgan darslar ijobiy natija berdi. Shaxsga yo'naltirilgan metodlar qo'llanilgan sinflarda bolalar o'z fikrini ko'proq bildirgan, savollarga javob berishga intilgan.

Texnologik vositalardan foydalanish (video, rasm, audio topshiriqlar) bolalarning noverbal ifoda vositalarini rivojlantirishga yordam bergani kuzatildi..

Xulosa. Kichik maktab yoshidagi bolalarning o'z-o'zini ifodalash ko'nikmalarini shakllantirish va rivojlantirish masalasi zamonaviy psixologiya va pedagogikaning dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Bolaning shaxs sifatida rivojlanishi, uning jamiyatdagi faolligi va ijtimoiy moslashuvi, avvalo, o'z fikrini erkin bayon etish, his-tuyg'ularini boshqarish va boshqalar bilan samarali muloqot qilish qobiliyatiga bog'liq. Tadqiqot davomida bolalarning o'z-o'zini ifodalash darajasi, bunga ta'sir etuvchi omillar va rivojlantiruvchi usullar chuqur tahlil qilindi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, kichik maktab yoshidagi bola o'z fikrini ifoda etishda har doim ham erkin bo'lmaydi. Bunga bir qator ichki va tashqi omillar sabab bo'ladi. Ichki omillar orasida uyatchanlik, o'ziga ishonchsizlik, emotsional barqarorlikning pastligi, nutqiy qiyinchiliklar kabi holatlar mavjud bo'lsa, tashqi omillar orasida o'qituvchining qat'iy, ba'zida salbiy baholovchi yondashuvi, ota-



onalarning e'tiborsizligi, sinfdagi ijtimoiy tengsizliklar, haddan tashqari baholash yoki jazolash kabi yondashuvlar turadi.

Bola o'zini erkin ifoda eta olgan taqdirda, u o'rganish jarayonida faolroq ishtirok etadi, yangi bilimlarni tezroq o'zlashtiradi, o'z tengdoshlari bilan muloqotda muammoga duch kelmaydi va ijtimoiy hayotda faol shaxsga aylanadi. Shuning uchun o'z-o'zini ifodalash ko'nikmasini rivojlantirish faqat til yoki nutq rivoji bilan bog'liq bo'lmay, balki bolaning psixologik holati, ijtimoiy muhit va pedagogik yondashuvlar bilan bevosita aloqador ekanligi isbotlandi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, kichik maktab yoshidagi bolalarda o'zini ifoda etish qobiliyatini rivojlantirish uchun qiziqarli va ijodiy faoliyat turlaridan keng foydalanish maqsadga muvofiqdir. Jumladan, rolli o'yinlar, ijodiy topshiriqlar, hikoya tuzish, sahna ko'rinishlari yaratish, rasm chizish, mimika va pantomima elementlari, his-tuyg'ularni ifodalash kartochkalari, hamda dramatik mashg'ulotlar bolaning ichki dunyosini ochish, fikr va his-tuyg'ularini aytishga undaydi. Bunday mashg'ulotlar orqali bola o'z shaxsiyatini anglaydi, o'zini qadrlashni o'rganadi va o'z ishonchini mustahkamlaydi.

Shuningdek, o'qituvchilarning ochiq, ijobiy va samimiy munosabati bolani rag'batlantiradi, uning ifodaviy faolligini oshiradi. O'quv muhitida "noto'g'ri javob yo'q" tamoyilining tatbiq etilishi, har bir bolaning fikrini qadrlash, ularni tinglash madaniyatini shakllantirish bolaning o'z fikrini ochiq bayon etishiga turtki beradi. O'qituvchi va ota-ona bolaning har qanday ifodasiga e'tiborli bo'lishi, tanqid qilishdan ko'ra tushunishga harakat qilishi, u bilan do'stona suhbat olib borishi lozim. Bu orqali bola o'zini qadrlangan va qabul qilingan shaxs sifatida his qiladi.

Bundan tashqari, ota-onalar bilan tizimli hamkorlik bolalarning o'z-o'zini ifodalash ko'nikmalarini shakllantirishda katta ahamiyatga ega. Uyda bolaning fikrini tinglash, savollar berish, bahs qilishga imkon yaratish, uning his-tuyg'ulariga befarq bo'lmaslik — bularning barchasi maktabdagi ifodaviy faollikni mustahkamlaydi. Ayniqsa, nutqiy rivojlanish zaif bo'lgan yoki ijtimoiy faollikdan chetda qolgan bolalar bilan alohida ishlash lozim. Ularga individual psixologik yondashuv,



emotsional qo'llab-quvvatlash va o'zini namoyon etishga imkon beruvchi sharoitlar yaratilsa, ularning rivojlanishi ijobiy yo'nalishda o'zgaradi.

Xulosa qilib aytganda, kichik maktab yoshidagi bolalarda o'z-o'zini ifodalash ko'nikmalarining rivojlanishi shaxsiy taraqqiyotning ajralmas qismidir. Bu ko'nikmalarni shakllantirish uchun tizimli, kompleks va doimiy yondashuv zarur. Bu jarayonda psixologlar, pedagoglar va ota-onalarning hamkorlikdagi faoliyati muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir bola o'z fikrini aytishga haqli va bu huquq unga ongli, ijobiy va erkin muhitda taqdim etilishi lozim. Shundagina biz har tomonlama rivojlangan, fikrlay oladigan, o'z nuqtai nazariga ega bo'lgan, ijtimoiy faol avlodni tarbiyalay olamiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR (REFERENCES)

1. Болтабоев С.А. va boshqalar. *Kasb tanlashga yo'llash*. Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU, 2003.
2. Rasskazova, E. et al. (2021). *Cognitive and Emotional Development in Primary School Age*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01478-1>
3. American Psychological Association (APA). *Developing Self-Expression in Early Childhood*. <https://www.apa.org/topics/children>
4. Kayumov, A., & Mirzakarimov, B. (2023). Проблемы обучения языку программирования java в образовательных системах. *Потомки Аль-Фаргани*, 1(2), 23-26.
5. Kayumov, A., & Mirzakarimov, B. (2023). The challenges of teaching java programming language in educational systems. *Потомки Аль-Фаргани*, 1(2), 23-26.
6. Kayumov A. Development of mathematical models for detecting defects in fabric on textile machines //Journal of technical research and development. – 2023. – Т. 1. – №. 2.
7. Ahror, K., & Shohjahon, U. (2024). Analysis of a program that provides additional services for visitors to resorts. *Miasto Przyszłości*, 48, 264-269.
8. Зулунов, Р. М., & Каюмов, А. М. (2022). Искусственный интеллект-от мифологии до машинного обучения. In *Proceedings of International Educators Conference* (Vol. 1, No. 2, pp. 25-30).



9. Halimovich, T. T., Mamirovich, I. S., Muminovich, K. A., Solizhonovich, A. S., & Valerievich, S. Z. (2020). Monte Carlo method for constructing an unbelised assessment of diffusion problems. *European science review*, (1-2), 7-12.
10. Kayumov, A., & Maxamadjonov, N. Mobil qurilmalar ishlab chiqish fanini o 'qitishda suniy intellektning ro 'li. In *Conference on Digital Innovation:" Modern Problems and Solutions".–2023.*
11. Ahror K., Izzatillo J. CREATING AN IQ DEVELOPMENT MOBILE APPLICATION FOR SCHOOL CHILDREN //Web of Teachers: Inderscience Research. – 2024. – T. 2. – №. 4. – C. 247-253.
12. Kayumov A. Elastiklik va Deformatsiyaning Vaqt Bo'yicha O'zgarishini Matematik Modellashtirish //Engineering problems and innovations. – 2024. – T. 2. – №. Spes. 2 DI.
13. Zulunov R. et al. Detecting mobile objects with ai using edge detection and background subtraction techniques //E3S Web of Conferences. – EDP Sciences, 2024. – T. 508. – C. 03004.
14. Yusubjanovich S. N., Muminjonovich K. A. SINOV YORDAMIDA TRIKOTAJ MAXSULOTLARINI SHAKL SAQLASH VA DEFORMATSIYALANISH JARAYONLARINI MONITORINGI //Al-Farg'oniy avlodlari. – 2024. – №. 4. – C. 338-343.
15. Каюмов А. М. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ ИСПЫТАНИЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА ТРИКОТАЖНОГО ПОЛОТНА //Universum: технические науки. – 2025. – Т. 3. – №. 3 (132). – С. 30-32.
16. Kayumov A. TECHNOLOGIES OF TECHNICAL MACHINE EXPERTISE //Journal of technical research and development. – 2023. – Т. 1. – №. 3. – С. 96-99.
17. Зулунов Р. М., Каюмов А. М. идентификация и сортировка текстиля для автоматизированной обработки с помощью ближней инфракрасной спектроскопии //Universum: технические науки. – 2024. – Т. 1. – №. 3 (120). – С. 38-41.



18. Xayitov A., Kayumov A. ANDROID APPLICATION TESTING AND CODE RE-FACTORING //Conference on Digital Innovation:" Modern Problems and Solutions".–2023.
19. Xayitov, A., & Kayumov, A. Current and future challenges of soft-ware engineering for android applications. In *Conference on Digital Innovation:" Modern Problems and Solutions"*.–2023.
20. Muminjonovich, K. A. (2023). To'qimachilik korxonalari salohiyatini oshirishning tashkiliy-iqtisodiy mexanizmlarini takomillashtirish. *Journal of technical research and development*, 1(1), 77-80.
21. Xayitov A. et al. Creating algorithms to optimize power output in weather station solar panels //E3S Web of Conferences. – EDP Sciences, 2024. – T. 538. – C. 01003.
22. Xolmatov A. A., Karimov J. X., Xayitov A. M. Effect of crystallizer catalyst on properties of glass-crystalline materials //EPRA International Journal of Research and Development (IJRD). – 2021. – C. 273-275.
23. Хайитов А.М. МЕХАТРОННАЯ СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ ДВИЖЕНИЕМ МАНИПУЛЯТОРА ПРИ ОКРАСКЕ ИЗДЕЛИЙ // Universum: технические науки : электрон. научн. журн. 2025. 5(134)
24. Muminjonovich K. A. TRIKOTAJ TO 'QIMASI TARKIBIDAGI IP XUSUSIYATLARI VA DEFORMATSIYAGA TA'SIRI //Al-Farg'oniy avlodlari. – 2024. – №. 4. – C. 22-27.
25. Yusubjanovich S. N., Muminjonovich K. A. TRIKOTAJ TO 'QIMALARINING STRUKTURASINI KOMPYUTER KO 'RISH TEXNIKASI ASOSIDA TASNIFLASH //Al-Farg'oniy avlodlari. – 2024. – №. 2. – C. 114-118.
26. Baxtiyor M., Lola M., Azizjon X. DEVELOPMENT OF A HYBRID ENERGY COMPLEX WITH MICRO-HYDRO AND SOLAR POWER IN UZBEKISTAN //Al-Farg'oniy avlodlari. – 2024. – №. 2. – C. 119-123.