

**BOLALARNING MAKTABGA PSIXOLOGIK MOSLASHUVINI
O'RGANISH HAMDA ADAPTATSIYA JARAYONI QIYIN
KECHAYOTGAN BOLALAR BILAN ISHLASHNING SAMARALI
USULLARI**

Shahlo Davlatova Toshmurodovna

*Saraosiyot tumanidagi 5-sonli ayrim fanlar chuqur o'qitiladigan sinflari mavjud
umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

ANNOTATSIYA: *Ushbu maqolada maktabga qabul qilingan olti yoshli bolalarni yangi ijtimoiy muhitga moslashtirish, barkamol shaxsni tarbiyalashda u dunyoga kelganidan boshlab, to maktabgacha tarbiya yoshigacha bo'lgan davrdagi psixologik xususiyatlarini bilish tarbiyachilar, pedagoglar va psixologlar, ota-onalar uchun muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotda maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalik, ya'ni bola tug'ilganidan boshlab, maktab yoshigacha bo'lgan davrini qamrab olgan. Shuningdek, bolalar psixologiyasining hozirgi vaqtdagi dolzarb muammolari ko'proq o'z aksini topgan.*

Kalit so'zlar: *Psixologiya, pedagogika, maktab, ta'lim, fiziologik o'zgarishlar, motivatsiya, psixofiziologik holat, individuallik, "psixologik salomatlik".*

KIRISH

Bolaning maktab ta'limiga psixologik moslashuvi birinchidan, bilim olish uchun bolada moyillik va o'quvchining ijtimoiy yo'nalishi shakllangan bo'lishi, ikkinchidan, o'z tengdoshlari bilan muloqot qila bilishi, o'qituvchining talablarini bajarishi, o'z xulqini nazorat qila olish kabi jihatlarining shakllanganligiga bog'liq.

Bular bolani o'quv faoliyatiga "silliq" o'tishini ta'minlaydi. Maktabga qabul qilingan olti yoshli bolalarni yangi ijtimoiy muhitga moslashtirish maktab psixologi va boshlang'ich sinf o'qituvchisi faoliyatida muhim o'rin tutadi.

Olti yoshli bolalarning maktabga moslashuvi va rivojlanish dinamikasini o'rganish uchun maktab amaliyotchi psixologlari va boshlang'ich sinf o'qituvchilari tomonidan trening mashg'ulotlari va korreksion rivojlantirish mashg'ulotlarini o'tkazilishi muhimdir.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Tadqiqot jarayonida Kadrlar tayyorlash milliy dasturi, Ta'lim to'g'risida qonun, Sh.Mirziyoev asarlari, mavzuga doir adabiyotlar hamda internet manbalaridan foydalanildi. Maqolani yozish davomida nazariy-deduktiv xulosa chiqarish, analiz va sintez, mantiqiylik tamoyillari qo'llanildi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Bolalarning maktab sharoitiga moslashuvini bir necha bosqichlarga bo'lib o'rganish mumkin, ularning har biri o'ziga xos xususiyatga ega bo'lib, organizm funksional tizimining turli zo'riqqanlik darajasi bilan tavsiflanadi.

Birinchi bosqich – mo'ljal oluvchi bo'lib, bunda tizimli muloqot boshlanishi bilan bog'liq yangi ta'sirlar majmuasiga organizmning deyarli barcha tizimlari jo'shqin reaksiyalar bilan javob qaytaradi. Bu “fiziologik o'zgarishlar” uzoq davom etadi (2-3 hafta).

Ikkinchi bosqich – beqaror moslashuv, organizm bu ta'sirlarga qandaydir maqbul yoki qulayroq bo'lgan variantlarni izlaydi. Bu bosqichda “noodatiy holatlar” asta-sekin susayadi.

Uchinchi bosqich – nisbatan barqaror moslashuv davri. Bunda organizm bosimga qarshi kamroq zo'riqish talab etuvchi variantlarni topadi. O'quvchi qanday ishni bajarmasin, bu xoh yangi bilimlarni o'zlashtiruvchi faoliyat bo'lsin, xoh statistik bosim yoki turli jamoalardagi muloqotdagi psixologik bosim bo'lsin organizm aniqrog'i, uning har bir tizimi zo'riqish faoliyati bilan javob beradi. Shuning uchun har bir tizim qanchalik ko'p zo'riqsa, organizm shunchalik ko'p zahirasini yo'qotadi. Biz bilamizki bola organizmining imkoniyatlari u darajada ko'p emas. Uzoq davom etuvchi zo'riqish, charchoq esa, boladan ko'p energiyani talab etadi.

Moslashuvni 3-bosqichining davomiyligi taxminan 5-6 hafta davom etadi, o'quv yilining birinchi oyi eng murakkab moslashuv davri bo'lib hisoblanadi.

Moslashish jarayoning muvaffaqiyati bolaning sog'lom holati va o'qishga psixologik tayyorligi bilan aniqlanadi.

Olti yoshli bolalarning moslashuvi bo'yicha tavsiyalar:

- O'qish va o'qishdan tashqari ishlarni tizimli tashkil etish;
- ta'lim dasturini murakkablashtirish va jadallashtirishdan qochish;
- qo'shimcha topshiriqlarni cheklash;
- nevrologik kasalliklar va funksional buzilishlarda individual korreksion rivojlantiruvchi ishlarni tashkil etish;
- dars jarayonida guruhiiy va individual yondashuvni tashkil etish;
- materialni tushuntirish, yozuvga o'rgatish bo'yicha individual yondashuvni tashkil etish;
- yetarli shart-sharoitlar yaratish;
- o'quvchilar asab tizimi va ish qobiliyatining qayta tiklanishini hisobga olib, qiyin fanlarni osonroq o'zlashtiriladigan fanlar bilan oralatib qo'yilishini ta'minlash;
- o'quvchilar toliqish va charchashini hisobga olib tanaffussiz va qo'shaloq darslarni o'tilishiga yo'l qo'ymaslik;b
- bosh miya yarim sharlari ishchanlik darajasining faolligiga qarab o'quv darslarini boshlang'ich sinflarda har kuni 3-4 soatdan o'tilishini ta'minlash;
- 1-sinf o'quvchilarining maktab sharoitiga moslashuvlarini yengilashtirish maqsadida bosqichma-bosqich o'quv darslarini sentyabr oyida 35-daqiqadan har kuni 3-soat, 2-chorakda 35 daqiqadan kuniga 4 soatdan o'tilishini ta'minlash;
- shaxslararo munosabatlarning keskin kechishi;
- bola organizmining toliqishi va zo'riqishi;
- psixofiziologik holat (charchoq, mudroq, zerikish)ning kuzatilishi;

- yangi mavzuni o'zlashtirishdagi ko'nikma va malakalarni rivojlantirish bo'yicha individual ishlarni tashkil etish;
- o'quvchilardagi charchash va mudroq holatlarini bartaraf etuvchi qisqa muddatli psixologik o'yinlar va treninglardan foydalanish;
- o'quvchilarda emotsional his-tuyg'ular va irodaviy sifat (qat'iyatlilik)larni shakllantirish;
- o'quvchilar bilish psixik jarayonlarini rivojlantirish bo'yicha korreksionrivojlantiruvchi o'yinlar tashkil etish;
- mayda qo'l motorikasi va ko'ruv harakat koordinatsiyasini rivojlantirish bo'yicha mashg'ulotlar tashkil etish;
- dars jarayoniga barcha o'quvchilarni (a'lochimi yoki past o'zlashtiruvchimi) jalb etish; - o'quvchining o'ziga bo'lgan ishonch hissini oshirish;
- o'quvchilarda kommunikativ (o'zaro fikr almashinuv) qobiliyatlarni rivojlantirish;
- o'quvchilarning psixofiziologik holatlar (charchash, zerikish, chalg'ish)ini bartaraf etish maqsadida psixologik o'yin ("Mening sevimli mevam", "Adashib ketmayman", "Kuzatuvchanlik", "Qarsaklar" v.b.) mashqlaridan foydalanish;
- darsni tortinchoqlik va zo'riqish kabi holatlardan xoli bo'lgan vaziyatlarda tashkil etish, shaxslararo munosabatlar muhitini yaratish;
- o'quvchilarda charchash va zo'riqish kabi holatlarni oldini olish uchun relaksatsiya mashqlarini tashkil etish;

Moslashish jarayoni qiyin kechayotgan bolalar bilan korreksion mashg'ulotlarni olib borish hamda ularning ota-onalari bilan hamkorlik ishlarini tashkil etish; - past o'zlashtiruvchi o'quvchilar bilan individual yondashuvni tashkil etish hamda ularni rag'batlantirish maqsadida jomoa ishlarida yetakchi vazifalarni topshirish. Maktabgacha yoshdagi bolalarda maktab ta'limiga

tayyorlash hamda unda savodxonligini rivojlantirish quyidagi talablarga bo'ysunadi.

- bolani rivojlantirishga qaratilgan qulay, do'stona, xavfsiz muhitni yaratish. Bolalar jamoasida do'stona munosabatni qadrlash. Bolaga yo'naltirilgan ta'limga yondashuv asosida ta'lim -tarbiya berish, uzoq davom etadigan mashg'ulotlar bilan emas, balki bolada qiziqishni uyg'otadigan, uni hayratlantiradigan o'yinlardan iborat ta'limiy jarayonlarni tashkil etish. O'yindan asosiy ta'limiy faoliyat sifatida foydalanish. Didaktik vositalarni keng qo'llash.

- bolaning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda, ularning xotirasi, diqqati, nutqi, tafakkurini inobatga olish. Bolada o'qishga nisbatan xohish, istak, qiziqish uyg'otish. Kattalar tomonidan bolaga bosim o'tkazish, uning erishgan natijalaridan qoniqmaganlikni bildirish man etiladi.

- olib boriladigan ta'lim va tarbiyaviy jarayonlar ketma-ketlikda, oddiydan murakkablashib borishi zarur.

- tizimli ravishda bolada kichik yosh davridan boshlab so'zlarni to'g'ri talaffuzini rivojlantirish. Tarbiyachi o'z nutqiga nisbatan talabchan bo'lishi.

- bolalarda o'z nutqida to'g'ri talaffuz, qulay grammatik shakllar va xilma-xil gap konstruksiyalaridan va yozishning dastlabki malakalari va vositalaridan foydalana olishga bo'lgan ishonchni hosil qilish.

XULOSA

Umuman xulosa qilib shuni aytishimiz kerakki, bolalarni 6-7 yoshda maktab ta'limiga tayyorlash, ularda ertaga maktab dasturlarini yaxshi o'zlashtirishlari, shuningdek ularning intilishlari, qobiliyatlarini namoyon qilishga imkoniyat yaratadi. Bolalarni maktabga tayyorlashda, maktabgacha yoshdagi bolalik inson tafakkuri va umuman inson shaxsini shakllantirish jarayonida alohida rol o'ynaydi, jamiyatimizning ongli avlodini tarbiyalashga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ta'lim to'g'risida. O'zbekiston Respublikasining Qonuni. – T.: O'zbekiston. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan quramiz. – T.:O'zbekiston, 2017.
2. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishlari bo'yicha harakatlar strategiyasi// <https://www.lex.uz>
5. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
3. Югай А.Х., Мираширова Н.А. “Общая психология” – Ташкент 2014.
4. Дружинина В.. “Психология “. Учебник. “Питер”, 2003.