



**BIRINCHI SINFGA QABUL QILINGAN BOLALAR RUHIY
HOLATINI O‘RGANISHNING PSIXOLOGIK YECHIMLARI**

Sultonova Kamolaxon Orzuxon qizi

*Samarqand viloyati Bulung'ur tumani 5-umumiy o'rta ta'lim maktabi
amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Mazkur maqolada birinchi sinfga qabul qilingan bolalarning ruhiy holatini o‘rganishning psixologik mexanizmlari va amaliy yechimlari yoritiladi. Maktabga moslashuv jarayoni, emotsional barqarorlik, ijtimoiylashuv darajasi, motivatsiya va bilish jarayonlarining rivojlanish xususiyatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, maktab psixologi tomonidan qo‘llaniladigan diagnostik usullar, kuzatuv, suhbat va o‘yin metodlari asosida bolalarning ruhiy tayyorgarligini aniqlash hamda moslashuv jarayonini qo‘llab-quvvatlash yo‘llari bayon etiladi.

Kalit so‘zlar: maktabga moslashuv, ruhiy tayyorgarlik, emotsional holat, ijtimoiylashuv, motivatsiya, psixologik diagnostika, o‘yin metodi, kuzatuv, refleksiya, stress, boshlang‘ich ta‘lim, psixologik qo‘llab-quvvatlash, rivojlanish omillari

KIRISH

Birinchi sinfga qadam qo‘yish bolaning hayotidagi muhim burilish nuqtalaridan biridir. U yangi ijtimoiy muhitga kiradi, yangi qoidalar va majburiyatlar bilan tanishadi. Shu sababli maktabga moslashuv jarayoni bolaning ruhiy holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Agar bu jarayon to‘g‘ri tashkil etilmasa, bolada xavotir, qo‘rquv, ishonchsizlik va o‘qishga nisbatan salbiy munosabat shakllanishi mumkin.

Ilmiy tadqiqotlarda maktabga tayyorgarlik masalasi chuqur o‘rganilgan bo‘lib, xususan, Lev Vygotsky bolaning rivojlanishida ijtimoiy muhit va



kattalar bilan hamkorlikning ahamiyatini ta’kidlagan. Uning “yaqin rivojlanish zonasi” nazariyasiga ko’ra, bola kattalar va tengdoshlari yordamida o’z imkoniyatlarini kengaytiradi. Shuningdek, Jean Piaget bolalarning bilish jarayonlari bosqichma-bosqich rivojlanishini asoslab, 6–7 yoshdagi bolalar konkret amaliy fikrlash bosqichiga o’tishini ko’rsatgan. Bu esa maktabdagi ta’lim jarayonini psixologik jihatdan to’g’ri tashkil etishni talab qiladi.

Birinchi sinf o’quvchisining ruhiy holatini o’rganishda bir nechta asosiy yo’nalishlar muhim hisoblanadi. Avvalo, emotsional holat baholanadi. Bola maktabga qanday kayfiyatda kelmoqda, dars jarayonida o’zini qanday tutmoqda, tengdoshlari bilan muloqoti qay darajada — bularning barchasi moslashuv darajasini ko’rsatadi. Doimiy xavotir, tez-tez yig’lash, muloqotdan qochish moslashuv qiyinchiliklaridan darak berishi mumkin.

Ikkinchi muhim jihat — ijtimoiylashuv darajasi. Bola jamoada ishlay oladimi, qoidalarga rioya qiladimi, o’qituvchi talablarini qabul qiladimi — bu savollarga javob kuzatuv va suhbat metodlari orqali aniqlanadi. Ayniqsa, o’yin faoliyati orqali bola ichki kechinmalarini erkin ifoda etadi. O’yin metodlari kichik yoshdagi bolalar psixodiagnostikasida eng samarali vositalardan biridir.

Uchinchi yo’nalish — o’quv motivatsiyasi. Bola maktabga borishni istaydimi yoki majburlik hissi bilan keladimi? O’qishga qiziqishning mavjudligi ruhiy barqarorlikning muhim ko’rsatkichidir. Ijobiy motivatsiya shakllangan bolalar qiyinchiliklarni yengilroq qabul qiladi.

Psixologik diagnostika jarayonida testlar, rasmlar tahlili, proyektiv metodlar, ota-onalar bilan suhbat va anketa usullaridan foydalanish mumkin. Masalan, “Maktab” mavzusida rasm chizdirish orqali bolaning ichki tasavvuri aniqlanadi. Agar rasmda maktab qorong’i, uzoq yoki qo’rqinchli ko’rinishda tasvirlansa, bu bola xavotirlanayotganidan dalolat berishi mumkin.

Birinchi sinf o'quvchilarida uchraydigan asosiy muammolardan biri — maktab stressidir. Yangi rejim, intizom, baholash tizimi bolaga bosim bo'lishi mumkin. Shu sababli psixologik yechim sifatida moslashuv davrida yumshoq o'tish tizimini qo'llash tavsiya etiladi. Darslar orasida harakatli daqiqalar, o'yin elementlarini qo'llash, rag'batlantiruvchi baholash usullari bolalarning ruhiy zo'riqishini kamaytiradi.

Ota-onalar bilan hamkorlik ham muhim omil hisoblanadi. Ba'zi hollarda ota-onalarning haddan tashqari yuqori talablari yoki qo'rquv uyg'otuvchi gaplari bolaning xavotirini kuchaytiradi. Psixolog ota-onalarga maslahat berib, bolani qo'llab-quvvatlash, taqqoslamaslik va muvaffaqiyatini e'tirof etish muhimligini tushuntirishi lozim.

Moslashuv jarayonini qo'llab-quvvatlash maqsadida psixologik treninglar, “Tanishiguv haftaligi”, ijtimoiy-psixologik o'yinlar tashkil etilishi mumkin. Bu mashg'ulotlar bolalarning o'zaro ishonchini oshiradi, sinf jamoasida ijobiy muhit yaratadi. Ayniqsa, o'qituvchi va psixologning hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Birinchi sinfga qabul qilingan bolalarning ruhiy holatini muntazam monitoring qilish zarur. Dastlabki oylar davomida kuzatuv natijalari tahlil qilinib, individual yondashuv ishlab chiqiladi. Har bir bolaning temperament turi, oilaviy sharoiti va rivojlanish darajasi inobatga olinadi.

Birinchi sinf o'quvchisining ruhiy holatini o'rganish — maktab psixologining eng muhim vazifalaridan biridir. Tizimli diagnostika, emotsional qo'llab-quvvatlash va oila bilan hamkorlik orqali moslashuv jarayonini yengillashtirish mumkin. To'g'ri tashkil etilgan psixologik yechimlar bolaning maktabga nisbatan ijobiy munosabatini shakllantiradi va uning keyingi ta'lim bosqichlarida muvaffaqiyatli rivojlanishiga zamin yaratadi. Birinchi sinfga kirish - o'sayotgan bolaning hayotidagi juda muhim daqiqa. Ota-onalar bolani maktabga tayyorlash uchun qachon o'qishni boshlashlari va bola 6-7 yoshida nima qila olishlari kerakligi haqida doimo



tashvishlanadilar. Maktabga tayyorlash metodlarida asosiy matematik bilimlar katta ahamiyatga ega. Birinchi sinf o'quvchisi yigirmagacha oldinga va orqaga borishi va o'ngacha raqamlar bilan eng oddiy matematik operatsiyalarni bajarishi kerak: ularni ayirish va qo'shish. Siz chaqaloqning boshlang'ich matematikasini yaxshi bilishini uning oldiga bir nechta olma qo'yib, ularni sanashni so'rash orqali tekshirishingiz mumkin.

Dastlabki hisobdan so'ng, siz bir nechta olma olib tashlashingiz mumkin - chaqaloq qancha olinganligini va qancha qolganini hisoblab chiqsin. Barcha maktabgacha yoshdagi bolalarda bo'lishi kerak bo'lgan muhim ko'nikma - bu so'zlarni yoki narsalarni bir qator xususiyatlarga ko'ra birlashtira olish, shuningdek, ular orasidagi o'xshashlik yoki farqlarni topish va taqdim etilgan bir qator qo'shimcha so'z yoki ob'ektni tanlash qobiliyatidir.

Bolalarni maktabga tayyorlashning turli usullari va dasturlari mavjud. Ular bolani maktabga o'rgatish jarayonida uni o'qitishga majburlidirlar. Bolani maktabga tayyorlash usullarining asosiy vazifasi maktabga kiradigan bolalarda o'rganish uchun dastlabki motivatsiyani aniqlashdir, ya'ni. Ota-onalar farzandini maktabga qanday tayyorlaydilar? Bunday usullar ota-onalarga bolasining zaif tomonlarini aniqlashga va maktabga tayyorgarlik ko'rishda ularga alohida e'tibor berishga yordam beradi. Turli xil texnika turlariga e'tibor bering, ular quyidagilar bo'lishi mumkin:

1. Maktabga tayyorgarlik testlari.
2. Diagnostika texnikasi - o'zgartirilgan so'rovnoma.
3. Bolaning maktabga tayyorligini aniqlash uchun psixologik usullar, psixologik testlar.
4. Kolesnikova usuli - Kolesnikov maktabiga oson tayyorgarlik ko'rish, har bir bolaning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda, eng yaxshi natijani ta'minlaydigan individual yondashuvni qo'llagan.
5. Farzandingizni maktabga qanday tayyorlash kerak. Unga notanish muhitga tezda moslashishga qanday yordam berish kerak. Bunda



sizga maktabga tayyorgarlikning turli usullari yordam beradi. Bu usullar otanaga farzandini mustaqil ravishda maktabga tayyorlashga yordam beradi. Ular sizga asosiy ta'lim ko'nikmalarini egallashga yordam beradi.

6. Bolani maktabga tayyorlash usuli bevosita ota-onalar tomonidan tanlanadi. Siz o'qituvchi bolaning tayyorligini tekshiradigan dasturni qabul qilmasligingiz kerak va uni to'g'ri javoblarni eslab qolishga majburlamasligingiz kerak. Siz chaqaloq bilan butun umri davomida shug'ullanishingiz kerak, asta-sekin oson vazifalardan murakkablarga o'ting. Agar bola bolalar bog'chasiga borsa, bu vazifani sezilarli darajada osonlashtiradi. Ammo baribir, siz guruhda o'ttizdan ortiq bolasi bo'lgan maktabgacha tarbiyachiga to'liq ishonmasligingiz kerak. Uyda o'qish va arifmetikani o'zingiz bajaring. Harflar va raqamlardan iborat muzlatgich magnitlarini sotib oling va har safar ovqatlanganingizda, so'zlarni joylashtiring. Har bir so'zdagi bo'g'in va harflarni hisoblang. Bo'g'inlar soniga qarab, so'zda nechta unli borligini aniqlang. Keyin nechta undosh tovushni hisoblang. Ko'rgan hamma narsani hisoblang. $2+2$, $1+3$, $2+3$ kabi eng oddiy hisob-kitoblarni yoddan o'rganishga harakat qiling. Bola oldinga va orqaga kamida 20 ga qadar hisoblashi kerak. Bolada xayoliy fikrlash va tasavvurni rivojlantirish uchun kitob o'qishni unutmang. O'qiganlaringizni takrorlang va muhokama qiling. Ha, va printsiplial jihatdan, bola masofa, uzunlik, o'lcham, vazn, balandlik va hokazo tushunchalarini tushunishi uchun siz ko'rgan hamma narsani tasvirlab bering. Farzandlaringizni maktabga tayyorlash uchun bir nechta kitob sotib oling. U erda barcha vazifalar to'plangan va shuning uchun siz hech narsani o'tkazib yubormaysiz. Yana bir muhim jihat - bolani maktabga yuborishdan oldin ham, uning nimaga moyilligini va nima qilishni yaxshi ko'rishini aniqlang. Zero, maktabda bolaga qanchalik yaxshi munosabatda bo'lmasin, o'qituvchi qanday individual yondashuvni ko'rsatmasin, u maktab o'quv dasturi doirasida ishlashga majbur bo'ladi. Shuning uchun, bolaning qaysi fanlarga moyilligini imkon qadar erta aniqlash

va tegishli maktab yoki sinfni tanlash siz uchun foydalidir. Shuning uchun, hatto maktabgacha yoshda ham, siz hamma narsani sinab ko'rishingiz kerak, mantiq, chet tilini o'rganish, rasm chizish, she'r o'qish va sizga beriladigan yagona narsani aniqlash uchun faqat vaqtingiz bo'lgan hamma narsani sinab ko'rishingiz kerak. eng yaxshi farzandingiz.

Tajriba shuni ko'rsatadiki, hatto insonparvarlik nuqtai nazariga ega bo'lgan juda iqtidorli bola ham matematika darsidan ancha orqada qolishi va oxir-oqibat o'qishni shunchaki tark etishi mumkin. Ammo agar u til va adabiyotni chuqur o'rganadigan maktabga yuborilganida, u katta muvaffaqiyatlarga erishishi mumkin edi. Bunday vaziyatda esa o'z farzandidan o'z vaqtida iqtidor topib, uni rivojlantira olishi faqat ota-onaga bog'liq. Har qanday metodologiya keng qamrovli bo'lishi kerak, nafaqat aniq ko'nikmalarni o'rgatadi, balki umumiy rivojlanishni ham o'z ichiga oladi. Albatta, endi maktabgacha maktabgacha tayyorgarlikni amalga oshirishning ko'plab usullari mavjud. Siz eng mashhurlarini tanlashingiz mumkin. Birinchi sinfga qabul qilish bolaning hayotidagi o'zgarishlar bilan bog'liq va bu, o'z navbatida, u uchun stressdir. Ko'pincha ota-onalar "maktabga tayyorgarlik ko'rish" deganda, o'quv jarayoni boshqa bolalar va kattalar bilan o'zaro munosabat ekanligini unutib, intellektual tayyorgarlikni anglatadi. Kichkintoyning moslashish davriga osonroq bardosh berishi uchun siz birinchi sinf o'quvchisining maktabga psixologik tayyorgarligi haqida g'amxo'rlik qilishingiz kerak. Axir, agar talaba sinfda o'zini qanday tutish kerakligini, uni o'quv jarayonida nima kutayotganini tushunmasa, u a'lochi talaba bo'lishi dargumon va u sinfdoshlari bilan yaxshi munosabatda bo'ladi.

1-sinfda maktabga tayyorgarlik bitta texnikaga tayanib yoki ularni birlashtirib, uyda mustaqil ravishda amalga oshirilishi mumkin. Bolalar bog'chalarida bu masalaga katta e'tibor qaratilmoqda. Ammo ideal holda, maktabdan taxminan bir yil oldin, siz ob'ektiv professional maslahat

beradigan bolalar psixologi bilan gaplashishingiz kerak. Agar biror narsa noto'g'ri bo'lsa ham, unga e'tibor berish uchun etarli vaqt bo'ladi.

Bola o'rganishga tayyorlansa, u o'quv va darsdan tashqari mashg'ulotlarda tashabbus ko'rsatadi, u o'qish va sinfdoshlari bilan muloqot qilish jarayonida qiyinchiliklarga duch kelmaydi. Ushbu maqola bolani uyda maktabga tayyorlashga, uning bilim darajasini va motivatsion tayyorgarligini aniqlashga yordam beradi. Bo'lajak birinchi sinf o'quvchilarining ota-onalari bu savoldan xavotirda, ularning farzandi maktabga tayyormi? Axir, chaqaloqni nafaqat birinchi sinfga yuborish, balki uni o'z vaqtida qilish juda muhim - bola ruhiy jihatdan ta'lim muassasasiga borishga tayyor va buning uchun yetarlicha rivojlangan bo'lsa. Bolaning tayyorgarligini aniqlashdagi xato qimmatga tushishi mumkin: ta'lim muassasasiga borishni istamaslik, darslarni o'rganishdan bosh tortish, ruhiy tushkunlik, nazoratsiz xatti-harakatlar - bularning barchasini maktabda "noto'g'ri vaqtda" topadigan birinchi sinf o'quvchisi ko'rsatadi. Ota-onalar bolada muammolarning oldini olish va ruhiy jarohatlarning oldini olish uchun uning bilim va ko'nikmalarini zamonaviy talablarga moslashtirishga juda ehtiyot bo'lishlari kerak

Birinchisi - diagnostika va tuzatish yo'nalishi - ota-onalarni so'roq qilish, maktabgacha yoshdagi bolalarning oilalarini o'rganish (turish sharoitlari va ta'lim uslubi). Zarur bo'lganda, muammolarni aniqlash va ularni hal qilish yo'llarini aniqlash uchun o'qituvchi-logoped, o'qituvchi-psixolog bilan guruh va individual tuzatish ishlari tashkil etiladi. Mutaxassislar muammoli bolalarning ota-onalariga yordam beradi, qiyin vaziyatni engishga yordam beradi, turli masalalar bo'yicha maslahat beradi.

Ikkinchisi - psixologik-pedagogik yo'nalish - ota-onalarni quyidagi mavzular bo'yicha maslahatlashuvlar orqali o'qitishni o'z ichiga oladi: "Bolani maktabga moslashtirishdagi qiyinchiliklar va uni bartaraf etish yo'llari", "Muloqot uyg'unligi - ruhiy salomatlik garovidir" va hokazo. O'qituvchilar chizishadi. ota-onalar uchun ko'rsatmalar (bolaning o'qishga bo'lgan



muhabbatini qanday rivojlantirish, bolalarni maktabga tayyorlash bo'yicha maslahatlar berish). Ayniqsa, ota-onalar uchun maktabgacha ta'lim muassasasining metodik kabinetida "Maktab bilan hamkorlik" papkasi yuritilib, u yerdan foydali ma'lumotlarni topa oladi.

XULOSA

Hozirgi vaqtda ota-onalarning pedagogik ta'limining barcha usullari va shakllari qo'llaniladi, bu sohada allaqachon o'rnatilgan, ham innovatsion, noan'anaviy. Qo'llaniladigan: ko'rgazmali targ'ibot, oila tashrifi, ota-onalar yig'ilishi, suhbat va maslahatlar, ota-onalar konferentsiyasi, og'zaki jurnallar, anketalar, ochiq eshiklar kuni, davra suhbatlari, to'garaklar tashkil etish, ishbilarmon o'yinlar tashkil etish. O'quv yilining boshidanoq maktabgacha ta'lim muassasasi rahbari va maktabga tayyorgarlik guruhi o'qituvchisi o'z tarbiyalanuvchilarining oilalari bilan ishlashni tashkil etishlari, ularga vazifalarni tushunishlariga yordam berish uchun ota-onalar bilan ishlashning barcha shakllaridan foydalanishlari kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI :

1. I.A.Karimov Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch.2008y. "Ma'naviyat".
2. I.A. Karimov. «Barkamol avlod-O'ZBEKISTON taraqqiyotining poydevori».T., Sharq. 1997.
3. Maktabgacha yoshdagi bolalar ta'lim- tarbiyasiga qo'yiladigan davlat talablari. T., O'z PFITI,2000.Tuzuvchilar Rasulova.M, Abduraxmonova.X va boshqalar.
4. Bolalarni maktabga o'qishga tayyorlash(ilmiy maqolalar to'plami). T., O'z PFITI, 1997.
5. Ziyo.net

