

5-SINF O‘QUVCHILARINING YUQORI SINFGA MOSLASHUVCHANLIGI

Mirzanazarova Dilfuza Qurbonovna

Surxondaryo viloyati Boysun tumani

12-umumta’lim maktabi amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada 5-sinf o‘quvchilarining boshlang‘ich bosqichdan yuqori sinfga o‘tish jarayonida yuzaga keladigan psixologik o‘zgarishlar, moslashuv muammolari hamda ularni bartaraf etish yo‘llari yoritiladi. Shuningdek, o‘quvchilarning yangi ta’lim sharoitiga moslashuvida psixolog, o‘qituvchi va otananing o‘rni tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar: moslashuv, 5-sinf, o‘quvchi, psixologiya, yangi muhit, stress, muloqot, o‘qituvchi, ota-ona, ijtimoiylashuv.

KIRISH

Moslashuv — bu insonning yangi muhit, sharoit yoki vaziyatga asta-sekin ko‘nikib, unga moslashib borish jarayonidir. Psixologiyada bu tushuncha shaxsning o‘zgarayotgan sharoitlarga mos ravishda xulq-atvori, hissiyoti va fikrlashini o‘zgartira olish qobiliyatini anglatadi.

Oddiy qilib aytganda, inson yangi joyga, yangi jamoaga yoki yangi vazifalarga duch kelganda, u shu holatga o‘rganib boradi. Ana shu jarayon moslashuv deb ataladi.

Masalan, bola maktabga birinchi bor borganda yoki 4-sinfdan 5-sinfga o‘tganda, u yangi o‘qituvchilar, yangi fanlar va yangi talablar bilan tanishadi. Dastlab qiyin bo‘lishi mumkin, lekin vaqt o‘tishi bilan u bunga ko‘nikadi — bu moslashuvdir.

Moslashuvning bir nechta turlari mavjud:

- Ijtimoiy moslashuv — yangi jamoaga, odamlar bilan munosabatga moslashish
- Psixologik moslashuv — yangi vaziyatni ruhiy jihatdan qabul qilish
- Ta’limiy moslashuv — o‘qish jarayoniga, yangi bilim va talablariga moslashish

Moslashuv jarayoni har kimda turlicha kechadi. Ba’zi odamlar tez moslashadi, boshqalarga esa ko‘proq vaqt kerak bo‘ladi. Bu shaxsning xarakteri, tajribasi va atrof-muhitga bog‘liq.

Boshlang‘ich sinfdan o‘rta bo‘g‘inga o‘tish o‘quvchilar hayotida muhim burilish nuqtasi hisoblanadi. Ayniqsa, 5-sinfga o‘tish jarayoni bolalar uchun yangi muhit, yangi talablar va yangi o‘qituvchilar bilan bog‘liq bo‘lib, bu holat ularning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

4-sinfgacha o'quvchilar asosan bitta o'qituvchi bilan ishlagan bo'lsa, 5-sinfda turli fan o'qituvchilari bilan muloqot qilishga to'g'ri keladi. Bu esa ayrim o'quvchilarda chalkashlik, qo'rquv yoki ishonchsizlik hissini keltirib chiqarishi mumkin. Shuningdek, fanlar sonining ortishi va talablarning kuchayishi ham moslashuv jarayonini murakkablashtiradi.

Moslashuv jarayonida o'quvchilarda turli psixologik holatlar kuzatiladi. Ba'zilar yangi muhitga tez moslashadi, boshqalar esa qiyinchiliklarga duch keladi. Ular orasida xavotir, tortinchoqlik, diqqatning pasayishi yoki o'qishga qiziqishning kamayishi kabi belgilar uchrashi mumkin.

Shu sababli maktab psixologining roli bu jarayonda juda muhimdir. Psixolog o'quvchilarning moslashuv darajasini aniqlash uchun kuzatish, suhbat va diagnostik metodlardan foydalanadi. Aniqlangan muammolar asosida individual yoki guruhli mashg'ulotlar tashkil etiladi.

Moslashuvni yengillashtirish uchun o'qituvchilar ham muhim rol o'ynaydi. Ular o'quvchilarga nisbatan sabrli, tushunuvchan bo'lishi, yangi muhitga moslashishda yordam berishi zarur. O'quvchining kichik yutuqlarini e'tirof etish uning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Ota-onalar ham bu jarayonda faol ishtirok etishi kerak. Ular bolani qo'llab-quvvatlashi, uning muammolarini tinglashi va maktab bilan doimiy aloqada bo'lishi muhimdir. Uyda yaratilgan ijobiy muhit bolaning maktabdagi moslashuviga ijobiy ta'sir qiladi.

Moslashuv jarayonini yengillashtirish uchun quyidagi psixologik chora-tadbirlar samarali hisoblanadi: o'quvchilar bilan moslashuv treninglari o'tkazish, sinfda ijobiy muhit yaratish, muloqotni rivojlantirish, o'quvchilarning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash.

Shuningdek, sinf jamoasida do'stona munosabatlarni shakllantirish ham muhimdir. Tengdoshlar tomonidan qo'llab-quvvatlash o'quvchining o'zini erkin his qilishiga yordam beradi.

Ijtimoiy moslashuv ta'limning boshlang'ich bosqichida o'quvchilarning muvaffaqiyatli rivojlanishining asosiy jihati hisoblanadi. 5-sinf o'quvchilari o'tish davrini boshdan kechirishadi, bu ko'pincha atrof-muhit, ijtimoiy munosabatlar va akademik talablarning o'zgarishi bilan birga keladi. Samarali ijtimoiy moslashuvni ta'minlash uchun o'quvchilar, o'qituvchilar va ota-onalar uchun amaliy strategiyalarni taklif qilish muhimdir. Ushbu maqolada biz 5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvini qo'llab-quvvatlashga yordam beradigan bir nechta asosiy jihatlar va tavsiyalarni ko'rib chiqamiz. O'quvchilar bilan birgalikda sinf va maktabda o'zini tutish qoidalarini ishlab chiqing. Ularni birgalikda muhokama qiling va belgilangan me'yorlarga rioya qiling. Har bir o'quvchilarning farqlari va individual xususiyatlarini

hurmat qilish muhimligini ta'kidlang. Har bir inson o'zini qabul qilgandek his qiladigan do'stona muhitni shakllantirishga hissa qo'shing.

Hamkorlik, aloqa va majburiyatlarni taqsimlash ko'nikmalarini rivojlantirish uchun guruhlarda ishlashni rag'batlantirish. O'quvchilarga nizolarni tinch yo'l bilan hal qilishga va o'z his-tuyg'ularini konstruktiv tarzda ifoda etishga yordam beradigan treninglar va rolli o'yinlarni o'tkazing. O'quvchilar nafaqat o'z fikrlarini bildirishdan ko'ra, sheriklarining nuqtai nazarini tinglash va tushunishga undash. O'quvchilarda bahslashish, o'z fikrlarini bildirish va boshqalarning fikrlarini hurmat qilish ko'nikmalarini shakllantirishga yordam bering.

Ota-onalar o'z farzandlarining ijtimoiy moslashuvi masalalarini muhokama qilishlari va o'qituvchilar va psixologlardan tavsiyalar olishlari mumkin bo'lgan tadbirlarni o'tkazing. Ota-onalarni maktab tadbirlari, ko'ngillilar faoliyati va jamoat tashabbuslarida ishtirok etishga taklif qiling. O'quvchilarga ijtimoiy moslashuv va psixologik farovonlik bo'yicha psixolog yoki maslahatchi bilan bog'lanish imkoniyatini taqdim eting. O'z-o'zini boshqarish, stressni boshqarish va o'z-o'zini hurmat qilish bo'yicha treninglar o'tkazing. O'quvchilar ijtimoiy moslashuv va o'qishdagi yutuqlarini baholashlari uchun baholash va fikr-mulohaza tizimini o'rnatish. Ehtiyojlar va muvaffaqiyatli amaliyotlarni aniqlash uchun muntazam so'rovnomalar va baholash tadbirlarini o'tkazing.

5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvini oshirish maktab, ota-onalar va psixologik qo'llab-quvvatlashning faol ishtirokini o'z ichiga olgan tizimli yondashuvni talab qiladi. Ushbu maqolada keltirilgan amaliy tavsiyalarni amalga oshirish har bir o'quvchi o'zaro tushunish va hurmatga asoslangan jamiyatda o'sishi va rivojlanishi mumkin bo'lgan qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratishga yordam beradi.

Ijtimoiy moslashuv o'quvchi ning shaxsiyatini muvaffaqiyatli o'rganish va rivojlantirishning asosiy jihati hisoblanadi. 10-12 yoshda, boshlang'ich va asosiy maktab davrida ijtimoiy o'zaro ta'sirga ta'sir qiluvchi ko'plab ko'nikmalar va xarakter xususiyatlari shakllanadi. 5-sinf o'quvchilarining samarali ijtimoiy moslashuvini ta'minlash uchun bir qator amaliy tavsiyalardan foydalanish mumkin. Sinf partiyalari, mavzuli kunlar yoki loyihalar kabi qo'shma tadbirlarni tashkil etish o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarni mustahkamlashga yordam beradi. Yangi o'quvchilarni kutib olish va ularni umumiy jamoaga faol kiritish. O'quv o'yinlari, rolli o'yinlar va munozaralar muloqot va hamkorlik ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Mojarolarni hal qilish bo'yicha treninglar, shuningdek, empatiya bo'yicha treninglar boshqalarning his-tuyg'ulari va ehtiyojlarini tushunishga yordam beradi. Jamiyat oldida mas'uliyat hissini shakllantirish uchun xayriya tadbirlari va o'quvchilarning ko'ngilli faoliyatini tashkil etish. Sinfdagi dolzarb ijtimoiy masalalarni muhokama qilish, ongni rag'batlantirish va faol ishtirok etish. Tuyg'ularni boshqarish va hissiy kompetensiyani rivojlantirish bo'yicha treninglar o'tkazish. O'quvchilar

o'zlarining his-tuyg'ulari va ehtiyojlarini ifoda eta olishlarini his qiladigan ishonch muhitini yaratish. Katta yoshdagi o'quvchilar kichiklarga yangi maktabga moslashishda yordam berishlari mumkin bo'lgan mentoringni tashkil etish. Shaxsiy muammolarni hal qilish uchun o'qituvchilar yoki psixologlar bilan individual maslahatlashuvlar o'tkazish.

Ota-onalar va o'qituvchilar o'rtasida ochiq va samarali ma'lumot almashinuvini o'rnatish. Ushbu amaliy tavsiyalarni amalga oshirish 5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvini sezilarli darajada yaxshilaydi, ularning o'qishi va rivojlanishi uchun qo'llab-quvvatlovchi va rag'batlantiruvchi muhit yaratadi.

Ijtimoiy moslashuv har bir o'quvchining shaxsiyatini shakllantirishda, ayniqsa erta yoshda muhim rol o'ynaydi. 5-sinf o'quvchilari o'quv jarayoni va ijtimoiy muhit bilan bog'liq bir qator yangi qiyinchiliklarga duch kelishmoqda. Bolalarning to'liq rivojlanishini ta'minlash uchun ularga moslashish jarayonida yordam va yordam berish muhimdir. Ushbu maqolada biz 5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvini oshirishga yordam beradigan amaliy ko'rsatmalarni ko'rib chiqamiz.

Ijtimoiy masalalarni muhokama qilish, aloqa ko'nikmalarini rivojlantirish va o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarni mustahkamlashga qaratilgan muntazam dars soatlari va guruh muhokamalarini tashkil qiling. Birgalikda ishlashni talab qiladigan qo'shma loyihalar va topshiriqlarni bajarish orqali o'quvchilar o'rtasida hamkorlik va o'zaro yordamni rag'batlantiring. Katta yoshdagi o'quvchilar yoshlarga maktab hayotiga moslashishda va yuzaga keladigan muammolarni hal qilishda yordam beradigan mentorlik dasturini boshlang. O'quvchilar bir-biri bilan samarali muloqot qilishni o'rganishlari uchun muloqot, tinglash va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha treninglar o'tkazing. Rolli o'yinlar, vaziyatli o'yinlar va dramatisatsiyalarni tashkil qiling, shunda bolalar turli xil ijtimoiy stsenariylarni tushunishlari va ularga munosib javob berishni o'rganishlari mumkin.

5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvi ularning muvaffaqiyatli ta'lim va ijtimoiy hayotida muhim rol o'ynaydi. Bu davr o'tish davri bo'lib, bolalar oiladan tashqariga chiqib, keng ijtimoiy doirada, shu jumladan maktab muhitida munosabatlarni o'rnatishni boshlaydilar. Shuning uchun ularga nafaqat ta'lim, balki atrofdagi dunyo bilan samarali muloqot qilish uchun vositalarni ham berish muhimdir. Ushbu maqolada biz o'qituvchilar, ota-onalar va boshqa kattalarga 5-sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvini qo'llab-quvvatlashga yordam beradigan bir nechta amaliy tavsiyalarni ko'rib chiqamiz.

1. Qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratish

Maktab muhiti qo'llab-quvvatlovchi va o'z ichiga olishi kerak. O'qituvchilar va ma'muriyat har bir o'quvchi o'zini muhim va hurmatli his qiladigan muhitni yaratishi kerak. Bunga quyidagilar kiradi:

* Ijtimoiy guruhlarni qo'llab-quvvatlash: o'quvchilar o'rtasida hamkorlik va o'zaro yordamni rag'batlantirish, jamoaviy ishlashga yordam beradigan guruh loyihalari va topshiriqlarini yaratish.

* Bullingga qarshi dasturlar: maktabda bezorilikning oldini olish va unga qarshi kurashish, shuningdek o'quvchilarga hamdardlik va farqlarni hurmat qilish ko'nikmalarini o'rgatishga qaratilgan dasturlarni joriy etish.

2. Aloqa va konfliktologiya ko'nikmalarini o'rgatish

O'quvchilar samarali muloqot va nizolarni hal qilish muhimligini bilishlari kerak. Maktab dasturi yoki qo'shimcha darslar doirasida siz quyidagilarni amalga oshirishingiz mumkin:

* Muloqot darslari: o'quvchilarga faol tinglash, hurmatli muloqot va muammoli vaziyatlarni hal qilish ko'nikmalarini o'rgatish.

* Konfliktologiya bo'yicha treninglar: o'quvchilar ziddiyatli vaziyatlarni tan olishni, ularni hal qilish va hal qilishning konstruktiv usullarini topishni o'rganadigan darslarni o'tkazish.

3. Ota-onalar va oilani qo'llab-quvvatlash

Ota-onalar bolalarning ijtimoiy moslashuvida muhim rol o'ynaydi. Maktab ularga yordam berish orqali yordam berishi mumkin:

* Ota-onalar uchrashuvlari va seminarlari: bolalarni tarbiyalash va rivojlantirish bo'yicha psixologlar va mutaxassislar bilan uchrashuvlar tashkil etish, tajriba va maslahatlar almashish.

* O'z-o'zini o'rganish uchun materiallar: ota-onalarga bolalarning ijtimoiy moslashuvini tarbiyalash va qo'llab-quvvatlash bo'yicha ma'lumot materiallari va tavsiyalar berish.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, 5-sinf o'quvchilarining yuqori sinfga moslashuvi murakkab, ammo boshqariladigan jarayondir. Psixolog, o'qituvchi va ota-onaning hamkorligi orqali bu jarayonni yengillashtirish va o'quvchilarning sog'lom rivojlanishini ta'minlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni.
2. O'zbekiston Respublikasi "Bolalar huquqlarining kafolatlari to'g'risida"gi Qonuni.
3. G'oziyev E.G'. – Umumiy psixologiya. Toshkent: O'qituvchi, 2010.
4. Davletshin M.G. – Pedagogik psixologiya. Toshkent, 2005.
5. Nishonova Z.T. – Rivojlanish psixologiyasi. Toshkent, 2012.
6. Qodirov B.R. – Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent, 2010.
7. Mavlonova R., To'raqulov X. – Pedagogika. Toshkent: O'qituvchi, 2009.
8. Vygotskiy L.S. – Bola psixologiyasi. Moskva, 1984.

9. Elkonin D.B. – Bolalar rivojlanish psixologiyasi. Moskva, 1989.
10. Rubinshteyn S.L. – Umumiy psixologiya asoslari.
11. Internet manbalari:

