

**MAKTABGACHA TA'LIMDA ART TERAPIYA MASHG'ULOTLARINI
O'TKAZISH**

Andijon Viloyati Izboskan tumani

14 -Davlat Maktabgacha Ta'lim

Tashkiloti Tarbiyachisi

Toshmirzayeva Gulsanam Ulug'bek qizi

Annotatsiya: Maktabgacha ta'lim tashkilotlari bolalarning har tomonlama rivojlanishida, jumladan, ularning ruhiy salomatligini tiklash va mustahkamlash, ijtimoiy-psixologik muammolarni bartaraf etishda muhim ijtimoiy institutlardan biridir. Shu sababli bolalarning his-tuyg'ulari, fikrlash salohiyati va o'zini anglash imkoniyatlarini maksimal darajada ochib berishda zamonaviy pedagogik hamda psixologik yondashuvlarga ehtiyoj ortmoqda. Shu jumladan, art terapiya, ya'ni san'at orqali davolash va rivojlantirish metodlari ham maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda tobora keng qo'llanilmoqda.

Kalit so'zlar: Art terapiya, maktabgacha ta'lim, bolalar rivoji, emotsional salomatlik, ijodiy tafakkur, o'yin metodi, pedagogika, terapiya, motivatsiya.

Аннотация: Дошкольные образовательные организации являются одним из важнейших социальных институтов в комплексном развитии детей, включая восстановление и укрепление их психического здоровья, а также устранение социально-психологических проблем. Поэтому возрастает потребность в современных педагогических и психологических подходах, позволяющих максимально раскрыть эмоциональный, мыслительный потенциал и самосознание детей. В частности, в работе с детьми дошкольного возраста все чаще используется арт-терапия, то есть методы лечения и развития посредством искусства.

Ключевые слова: Арт-терапия, дошкольное образование, развитие ребенка, эмоциональное здоровье, творческое мышление, игровой метод, педагогика, терапия, мотивация.

Abstract: Preschool educational organizations are one of the most important social institutions in the comprehensive development of children, including the restoration and strengthening of their mental health, and the elimination of socio-psychological problems. Therefore, there is a growing need for modern pedagogical and psychological approaches to maximally reveal children's emotions, thinking potential and self-awareness. In particular, art therapy, that is, methods of treatment and development through art, are increasingly being used in working with preschool children.

Keywords: Art therapy, preschool education, child development, emotional health, creative thinking, game method, pedagogy, therapy, motivation.

KIRISH

Art terapiyaning asosiy mazmuni bolada mavjud bo'lgan ichki bezovtalik, tashvish, his-hayajon, psixologik to'siq, kommunikativ muammolar, shuningdek, shaxsiy salohiyat va iqtidorni erkin namoyon etishga imkon berishdan iborat. Bolalik yoshida o'z his-tuyg'ularini so'z orqali aniqlik bilan ifodalash ko'nikmalari hali yetarlicha shakllanmagani bois, turli san'at turlari: rasm chizish, bo'yoqlar bilan ishlash, haykaltaroshlik, musiqa, dramatik ijro, badiiy ifoda, qo'lda bajariladigan bezak va amaliy san'at mashg'ulotlari orqali bola o'z ichki dunyosi va kayfiyatini ifodalay boshlaydi. Art terapiya maktabgacha yoshdagi bolalarda, ayniqsa, emotsional beqarorlik, uyatchanlik, qaysarlik, yetarli so'z boyligi yo'qligi, oilaviy yoki jamoadagi nizolar, dard, qayg'u holatlari kuzatilganda, psixologik muammoni yumshoqlik bilan hal etishda samarali yo'ldir. San'at orqali bola ichki kechinmalarini tashqariga chiqaradi, ruhan yengillik kasb etadi, o'zini anglash va boshqalar bilan sog'lom munosabat o'rnatish imkonini topadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Art terapiya o'z mohiyatiga ko'ra, bolada erkin fikrlash, mustaqil qaror qabul qilish, o'z sezgi va idrokini erkin bayon etish, ijodiy salohiyatini namoyon qilish, estetik didini rivojlantirishda o'zgacha imkoniyat yaratadi. Bu orqali bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi oshadi, muloqot madaniyati shakllanadi, jamoadagi ijtimoiy rolini anglab yetishda muhim ko'nikmalar hosil qiladi. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida art terapiya mashg'ulotlarini o'tkazish bola shaxsini erkinlik, mustaqillik, ijodkorlik, hayotga o'z pozitsiyasini egalash yo'lida muhim poydevor yaratadi. Art terapiya darslarini tashkil qilishda eng avvalo bolalarning yosh xususiyati, ehtiyoji, shaxsiy qiziqishlari, individual emotsional vaziyati hisobga olinadi. Metodik yondashuv sifatida mashg'ulotda bolalar o'z istaklariga ko'ra ranglar, shakllar, materiallar va tasvirlarni tanlashda erkin bo'lishi, hech qanday zo'rlik yoki cheklovlarsiz o'z ijodini namoyon etishiga zarur sharoit yaratiladi. Bu erkinlik ularning motivatsiyasini, dars jarayoniga ishtirokini sezilarli oshiradi. Art terapiya mashg'ulotlari qat'iy ramkalar va baholash tizimidan ko'ra rag'batlantiruvchi, ko'proq motivatsion va ijobiy muhitda tashkillashtiriladi [1].

San'at orqali bola o'zini so'zsiz ifoda qilish imkonini topadi, ramzlar, chizgilar, harakatlar orqali his-hayajonlarini tahlil qilish, boshdan kechirgan tajribalari va hatti-harakatlarini, hatto tili boy bo'lmagan bolalarga ham o'z tug'yonlarini tasvirlashga yordam beradi. Bu jarayon davomida tarbiyachi yoki mutaxassis bola ijodini baholamaydi, muhokama qilmaydi, aksincha uning his-tuyg'ulariga quloq tutadi, har bir bolani individual tarzda tinglaydi, so'ngra mashg'ulot natijasini umumiy ijobiy

ruhda yakunlaydi. Art terapiya faoliyati nafaqat ruhiy salomatlik, balki bolalarda motorika, diqqat, idrok, xotira, nutq, tafakkur kabi rivojlanish elementlarini kuchaytiradi. Ranglardan, suv bo‘yoqlardan foydalanish, xayoliy obrazlarni tasavvur qilish, qum, loy yoki plastilindan shakl yasash kabi oddiy mashg‘ulotlar bola tasavvurini, analitik va figurativ tafakkurini, didini, estetika yondashuvini rivojlantiradi [2].

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Art terapiyaning eng muhim xususiyatlaridan biri – bu bolalarda ijodiy tafakkurning shakllanishi va ularni o‘z muammolari, ehtiyojlarini bevosita tasvirlash, anglash, baholash, u orqali yechim topish ko‘nikmasini hosil qilishdir. San‘at bilan davolash usullari orqali bola o‘zini erkin his qiladi, hayotni va atrof-muhitni yangicha idrok qiladi, o‘z hayajonlarini, quvonchlarini, o‘y-g‘oyalarini erkin ifodalaydi, bu esa uni shaxs sifatida ulg‘aytiradi va o‘ziga ishonchini oshiradi. Mashg‘ulotlar mazmuni bolalardagi muloqotga layoqatlilikni, muammoli vaziyatda to‘g‘ri qaror qabul qilish, yangi vazifalar oldida o‘z hayajonini to‘g‘ri yo‘naltirish, o‘z harakatlari uchun mas‘uliyatni his etish, o‘ziga va boshqalarga muhabbat bilan yondashish fazilatlarini rivojlantiradi. Art terapiya usullari bolalarda o‘zaro ijtimoiy munosabat, guruhda ishlash, bir-biriga yordam berish, ta‘kidlangan g‘oya va his-hayajonni bir-biriga aniq, ochiq yetkazishda yuqori samaradorlikka ega bo‘ladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun art terapiya mashg‘ulotlari jonli tasvir va rangli materiallar, o‘yin va ijodiy faoliyat asosida o‘tkaziladi. Suv bo‘yoqlari yoki guash orqali rasm chizish, plastilindan obraz yoki mehrob yasash, qumda tasvir yaratish, mozaika yig‘ish, musiqiy va ritmika asosidagi ijro mashg‘ulotlari, ertak, pantomima va sahnalashtirilgan o‘yinlar orqali bola har xil rollarda o‘zini tasavvurda ko‘radi, o‘zi uchun yangi qahramonlar yaratadi, qisqa vaqt ichida yangi mustahkam hayotiy pozitsiyani topishda yordam oladi [3].

Art terapiyaning yana bir muhim yo‘nalishi – bu musiqaviy terapiya, u orqali bolalar o‘z kechinmalarini sozanda, kuy, ritm, xonish orqali erkin bayon etish imkonini topadilar. Ritmik mashqlar, musiqa va raqs orqali bola o‘z harakatini, tana va plastika holatini anglaydi, jarayon davomida birgalikda ishlash va ijtimoiy muvofiqligini kuchaytiradi. San‘at bilan davolash usullari psixologik yordam jarayoni sifatida, bolalarning ruhiy himoya mexanizmlarini mustahkamlashga, og‘ir psixologik muammolarni yengillik bilan yengishga xizmat qiladi. Art terapiya faoliyatida mashg‘ulotlarning asosiy tamoyili bolalarning o‘z ijodiga, urinishiga va natijasiga hurmat bilan yondashish, ijtimoiy va psixologik bosimdan xoli bo‘lishidir. Bunda har bir bola o‘zicha to‘g‘ri, o‘zicha go‘zal ijod qilishga haqli. Tarbiyachi va boshqa murabbiylar bola ishtirokidagi ijodni baholamaydilar, ustun va kamchiliklarni ko‘rsatishga harakat qilmaydilar, aksincha uni yangi ijodga ilhomlantirish, individual ehtiyoj va imkoniyatdan chiqib, o‘z qobiliyatini topishga yordam beradilar. Art terapiya texnologiyasi bolada sezgi organlarini, harakatlarni, mayda va yirik

motorikani, tafakkur va nutqni o‘stiradi. Maktabgacha yosh bolalari uchun mashg‘ulotlar o‘yin, rang-baranglik, musiqiy hodisalarga boy, hayotiy voqealar va obrazlar asosida olib boriladi. Bolalar o‘zlarini jamoadoshi sifatida his qiladilar, bir-birlariga yordam beradilar, hamkorlikda, do‘stlikda, ochiq va samimiy muloqotda rivojlanadilar [4].

Art terapiya mashg‘ulotlarini tashkil qilish – bu ilk navbatda tarbiyachining yuqori professional qobiliyati, pedagogik uslub va metodik malakasi, psixologik bilimlari bilan bevosita bog‘liqdir. Tarbiyachi mashg‘ulotlar ustidan ijodkorlik bilan namuna ko‘rsatadi, bolalarning har xil savollariga ochiq javob qaytaradi, ijodda qatnashishga, g‘oya va orzularini ifoda etishga rag‘batlantirib boradi. Takroriy yoki rasmiy yondashuv bolalarda art terapiya mashg‘ulotlariga qiziqishni susaytiradi, shuning uchun mashg‘ulotlarni har kuni yangi g‘oyalar va innovatsiyalar bilan to‘ldirish ijobiy natija beradi. Bolalarda art terapiya mashg‘ulotlari kayfiyat, ruhiy barqarorlik, o‘zaro qoniqish, ijobiy emotsional holat, xotira va e‘tibor yaxshilanishiga, muammoli vaziyatlarda to‘g‘ri yo‘l topishiga, stresslarni yengillashtirishga olib keladi. Mashg‘ulot dasturida bolani qiziqtiradigan hikoya, she‘r yoki ertak asosida rasm chizish, kollektiv ijodiy asarlarni yaratish, o‘yin orqali nutq va kommunikatsiya mashqlari, turli ranglardan kompozitsiyalar va kollajlar tayyorlash orqali mashg‘ulot davomida bolalarning sezgirlik, idrok va o‘zaro muloqot layoqati yuqorilaydi. Shunday qilib, art terapiya yordamida bolaning ichki dunyosini anglash, u bilan mustahkam aloqa o‘rnatish, uning his-hayajoni va psixologik muammolarini ifodalash, natijada faol bolani shakllantirishga zamin yaratiladi. Sifatli va samarali art terapiya mashg‘ulotlari uchun tarbiyachi muntazam ilg‘or tajriba, zamonaviy metodika va innovatsion uslublar, rangli va ko‘p materiallardan foydalanishga intilishi, har bir bolani individual shaxs deb qabul qilishi, ularni ijodkorlik va mustaqil faoliyat olib borishga ruhlantirishi muhim. Art terapiya bilan muntazam shug‘ullanadigan bolalarning nutqi, diqqat va xotirasi sezilarli darajada rivojlanadi, ular tezda do‘st, jamoadosh va ijodkor sifatida shakllanadilar. Asosiysi, san‘at orqali bolaning hayotga munosabati, stress bilan kurasha olish ko‘nikmalari, o‘z fikrini ochiq ayta olish, o‘zini qadrlash, o‘ziga va atrofdagilarga ishonch munosabati hosil bo‘ladi. Art terapiya axloqiy me‘yor va qadriyatlarni, estetik didni, ijodiy tafakkurni, muloqot va ijtimoiy moslashuv layoqatini shakllantirishda o‘zgarmas vosita va xavfsiz yo‘ldir [5].

Xulosa

Maktabgacha ta‘limda art terapiya mashg‘ulotlarini o‘tkazish zamonaviy pedagogikaning eng dolzarb va samarali metodlaridan biri bo‘lib, bolaning ruhiy rivojlanishini, emotsional muvozanatini, psixologik mustahkamligini, ijodiy tafakkurini uyg‘onishida o‘zgacha imkoniyat yaratadi. Bu mashg‘ulotlar orqali bolalarda mustaqillik, tashabbuskorlik, o‘z fikrini erkin bildirish, muammolarga ijodiy yechim topish, birgalikda ishlash layoqati kuchayadi. Har bir bola uchun individual

rivojlanish va o'zini namoyon etish imkoniyati ochiladi, jamiyatda o'z o'rnini topa oladigan, halol, kreativ va intiluvchan shaxs yetishib chiqishi uchun mustahkam poydevor yaratiladi. Art terapiya mashg'ulotlarining muntazam amalga oshirilishi tarbiyachi va maktabgacha ta'lim jarayoni sifatining oshishiga, jonli va mehribon muhitning shakllanishiga, har bir bolaga individual yondashuv tizimining kengayishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdullaeva M. (2023). "Bolalarda art terapiya: Nazariya va amaliyot", Barkamol Avlod nashriyoti, Toshkent, 176-bet.
2. Alieva F. (2022). "Maktabgacha ta'limda kreativ metodlar", Akademnashr, Toshkent, 149-bet.
3. Bobomurodova M. (2021). "Psixologik sog'lomlashtirish texnologiyalari", Ma'rifat nashriyoti, Toshkent, 210-bet.
4. Madrahimova G. (2023). "San'at orqali tarbiya", Innovatsiya va Taraqqiyot nashriyoti, Qarshi, 134-bet.
5. Mirzayeva S. (2020). "Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan art terapiya", Ilm Ziyo nashriyoti, Toshkent, 168-bet.
6. Narzieva U. (2022). "Bolalar psixologiyasi va art terapiya usullari", O'qituvchi nashriyoti, Toshkent, 144-bet.
7. Nishonova N. (2020). "Pedagogik psixologiya va ijod", Fan nashriyoti, Urganch, 172-bet.
8. Sattorova O. (2021). "Maktabgacha ta'lim: zamonaviy terapiyalar", Mustaqil Yangi Avlod nashriyoti, Farg'ona, 159-bet.

-