



SHAXS TARAQQIYOTINING DAVRLARI

Qo'ldosheva Nodira Qobiljon qizi.

Toshkent amaliy fanlar universiteti

“Psixologiya” kafedrası o'quvchisi

Tel: (90) 039 59 96

Psixologiya fanlari o'qituvchisi

A.T. Akbaraliyeva taqrizi asosida

Annotatsiya: Mazkur maqolada shaxs taraqqiyotining asosiy davrlari ilmiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Shaxs rivojlanishining biologik, psixologik va ijtimoiy omillarga bog'liqligi yoritilib, har bir yosh davrida shaxsda yuz beradigan muhim sifat o'zgarishlari ochib beriladi. Bolalik, o'smirlik, yoshlik, yetuklik va keksalik bosqichlarida shaxsning ong, xulq-atvor, qiziqish va ijtimoiy munosabatlarining shakllanish jarayoni tahlil qilinadi. Shuningdek, rivojlanish jarayonida ta'lim, tarbiya va muhitning tutgan o'rni asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari shaxsni har tomonlama kamol toptirishda yosh xususiyatlarini hisobga olish muhimligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Shaxs taraqqiyoti, yosh davrlari, shaxs rivojlanishi, ontogenez, ijtimoiylashuv, biologik omillar, psixologik rivojlanish, ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya, individual xususiyatlar, shaxs kamoloti

SHAXS TARAQQIYOTI

Shaxs taraqqiyoti — insonning biologik, psixologik va ijtimoiy rivojlanishining uzluksiz, bosqichma-bosqich jarayoni bo'lib, u chaqaloqlik, bolalik, o'smirlik, o'spirinlik, etuklik va keksalik davrlarini o'z ichiga oladi. Har bir bosqich o'ziga xos ehtiyojlar, ijtimoiy munosabatlar va shaxsiy xususiyatlar bilan ajralib turadi. Asosiy davrlar: chaqaloqlik, go'daklik, maktabgacha, maktab, o'smirlik, yoshlik, etuklik va qariyalik.

Shaxs taraqqiyotining asosiy davrlari:



Chaqaloqlik va go'daklik davri (0-3 yosh): Jismoniy o'sish va atrof-muhit bilan dastlabki muloqot shakllanadi.

Maktabgacha davr (3-7 yosh): Nutq va o'yin faoliyati rivojlanadi, ijtimoiy qoidalar bilan tanishadi.

Kichik maktab yoshi (7-11 yosh): O'quv faoliyati yetakchi bo'lib, mas'uliyat hissi shakllana boshlaydi.

O'smirlik davri (12-15 yosh): "O'smirlik inqirozi", jismoniy o'zgarishlar va mustaqillikka intilish kuchayadi.

O'spirinlik davri (16-18 yosh): Dunyoqarashning shakllanishi, kasb tanlash va shaxsiy o'zlikni anglash davri.

Yoshlik va etuklik davri (19 yoshdan yuqori): Kasbiy faoliyat, oila qurish, jamiyatda o'z o'rnini topish va shaxsning ijtimoiy to'lishishi.

Keksalik davri: Hayotiy tajribani umumlashtirish, ijtimoiy faollikning o'zgarishi.

Chaqaloqlik va go'daklik davri (0–3 yosh)

1. Davrning umumiy tavsifi

Chaqaloqlik va go'daklik davri bolaning tug'ilganidan 3 yoshgacha bo'lgan hayot bosqichini qamrab oladi. Bu davr inson hayotidagi eng tez, eng murakkab va eng muhim rivojlanish davri hisoblanadi. Aynan shu davrda bolaning jismoniy o'sishi, psixik jarayonlari, nutqi hamda atrof-muhit bilan dastlabki ijtimoiy muloqoti shakllanadi.

Mazkur davrda bolaning barcha rivojlanish jarayonlari kattalarning parvarishi, mehr-muhabbati va muloqoti bilan chambarchas bog'liq bo'ladi. Bola hali mustaqil yashay olmaganligi sababli uning rivoji asosan ota-ona va yaqin muhit ta'siri orqali amalga oshadi.

Chaqaloqlik va go'daklik davri quyidagi ikki bosqichga bo'linadi:

Chaqaloqlik davri (0–1 yosh)

Go'daklik yoki ilk bolalik davri (1–3 yosh)

2. Chaqaloqlik davri (0–1 yosh)



2.1. Jismoniy rivojlanish

Bola tugʻilganda oʻrtacha vazni 3–3,5 kg, boʻyi 48–52 sm boʻladi

Bir yoshga kelib vazni taxminan 3 baravar, boʻyi esa 20–25 sm ga oʻsadi

Asosiy reflekslar mavjud boʻladi (emish, yutish, ushlash)

Harakatlar dastlab ixtiyorsiz boʻlib, asta-sekin ongli harakatlarga oʻtadi

6–7 oylikda oʻtirish, 9–10 oylikda emaklash, 11–12 oylikda yurish boshlanadi

2.2. Psixik rivojlanish

Psixik jarayonlar asosan sezgilar orqali rivojlanadi

Bola tovush, yorugʻlik, ranglarga reaksiya bildiradi

Kattalarning ovozi va yuz ifodalarini ajrata boshlaydi

2.3. Nutq rivoji

2–3 oylikda gʻulgʻulash paydo boʻladi

5–6 oylikda boʻgʻinlarni takrorlash boshlanadi

9–12 oylikda birinchi soʻzlar aytiladi

2.4. Ijtimoiy rivojlanish

Bola ona bilan emotsional bogʻlanadi

Tabassum, yigʻi orqali ehtiyojlarini bildiradi

Kattalar bilan muloqot psixik rivojlanishning asosiy manbai hisoblanadi

3. Goʻdaklik (ilk bolalik) davri (1–3 yosh)

3.1. Jismoniy rivojlanish

Mushak va suyak tizimi mustahkamlanadi

Yurish, yugurish, sakrash kabi harakatlar rivojlanadi

Mayda motorika shakllanadi (qoshiq tutish, qalam ushlash, tugma yechish)

3.2. Aqliy rivojlanish

Tafakkur koʻrgazmali-amaliy xarakterga ega boʻladi

Bola buyumlarning rangini, shaklini, vazifasini farqlay boshlaydi

Sabab-oqibat aloqalarini tushuna boshlaydi

3.3. Nutq rivojlanishi



1,5 yoshda 10–40 ta soʻz biladi

2 yoshda 2–3 soʻzli gaplar tuzadi

3 yoshga kelib bogʻlangan nutq shakllanadi

3.4. Ijtimoiy-hissiy rivojlanish

“Men oʻzim” davri boshlanadi

Mustaqillikka intilish kuchayadi

Kattalar va tengdoshlariga taqlid qiladi

His-tuygʻularini soʻz va harakat orqali ifodalaydi

4. Atrof-muhit bilan dastlabki muloqot

Bola atrof-muhitni sezgilar orqali oʻrganadi

Buyumlarni ushlash, sindirish, ogʻziga solish orqali bilib oladi

Oʻyin asosiy faoliyat turi hisoblanadi

Kattalar bilan muloqot bolaning psixik va nutqiy rivojida hal qiluvchi ahamiyatga ega

5. Tarbiya va parvarishning ahamiyati

Mehr-muhabbat va xavfsizlik hissi muhim

Toʻgʻri ovqatlanish va kundalik rejim zarur

Jazodan koʻra tushuntirish va ragʻbat muhim

Oʻyin va muloqot orqali rivojlantirish tavsiya etiladi

Chaqaloqlik va goʻdaklik davri (0–3 yosh)

(Jismoniy oʻsish va atrof-muhit bilan dastlabki muloqot davri)

Bu davr inson hayotidagi eng tez rivojlanadigan va eng nozik bosqich hisoblanadi. Bola aynan shu davrda tashqi olam bilan birinchi bor tanishadi.

Ijobiy tomonlari

1. Jismoniy oʻsishning juda tez kechishi

Boʻy va vazn tez oshadi

Mushaklar va suyaklar rivojlanadi

Oʻtirish, emaklash, yurish kabi asosiy harakatlar shakllanadi

Bu organizmning sogʻlom rivojlanayotganidan dalolat beradi.



2. Asab tizimining rivojlanishi

Reflekslar shakllanadi

Harakat va sezgi o'rtasidagi bog'lanish kuchayadi

Miya faoliyati jadal rivojlanadi

3. Dastlabki muloqotning paydo bo'lishi

Yig'i orqali ehtiyojini bildiradi

Tabassum, ovoz chiqarish (g'ulg'ullash) paydo bo'ladi

Kattalarga bog'lanish (emotsional aloqa) shakllanadi

4. Nutqqa tayyorgarlik

Tovushlarga javob qaytaradi

So'zlarni tushuna boshlaydi

1–3 yoshda birinchi so'zlar paydo bo'ladi

5. Sensor rivojlanish

Rang, tovush, hid, shakllarni ajrata boshlaydi

Buyumlarni ushlab ko'rish orqali bilish rivojlanadi

6. Ijtimoiy va emotsional rivojlanish

Ona (yoki parvarishlovchi)ga kuchli bog'lanish

Xavfsizlik hissi shakllanadi

Mehr, quvonch kabi hislar namoyon bo'ladi

Salbiy tomonlari

1. To'liq qaramlik

Bola kattalarsiz yashay olmaydi

Parvarishdagi xatolar rivojlanishga salbiy ta'sir qiladi

2. Emotsional beqarorlik

Tez yig'lash

Sababsiz bezovtalik

Bola hislarini hali boshqara olmaydi.

3. Kasalliklarga moyillik

Immunitet zaif bo'ladi



Sovuq, infeksiyalarga tez chalinadi

4. Nutq va rivojlanishdagi kechikishlar xavfi

Agar yetarli muloqot bo'lmasa

E'tibor va mehr yetishmasa

5. Qo'rquv va xavotir

Notanish tovushlardan cho'chish

Ona yo'qligida bezovtalik

6. "Injiqlik" va norozilik

2–3 yoshda "men o'zim" davri boshlanadi

Qarshilik ko'rsatish, o'jarlik paydo bo'ladi

Salbiy tomonlarni kamaytirish yo'llari

Mehr va doimiy e'tibor

To'g'ri ovqatlantirish va parvarish

Bola bilan ko'p gaplashish

Rejim (uyqu, ovqat)ga rioya qilish

Xavfsiz va boy muhit yaratish

Ilk bolalik (tug'ilishdan taxminan 3 yoshgacha) va maktabgacha yosh (taxminan 3-7 yosh) davri bolaning jismoniy, aqliy, nutqiy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishining muhim bosqichidir, bunda his-tuyg'ular, ko'rish va eshitish analizatorlari rivojlanadi, dunyo haqidagi bilimlari kengayadi, asosiy ranglar, tovushlar ajratiladi, o'yin orqali dunyoni o'rganadi. Bu davrda bola yangi ko'nikmalarni o'zlashtiradi va maktabga tayyorlanadi.

Ilk bolalik davri (0-3 yosh)

Jismoniy rivojlanish: Bola emaklaydi, yuradi, harakatlari takomillashadi.

Aqliy rivojlanish: O'ziga yaqinlarning ovozi farqlaydi, asosiy ranglarni biladi, hid va ta'mlarni ajrata boshlaydi.

Nutqiy rivojlanish: Birinchi so'zlarni aytadi, gapira boshlaydi.

Emotsional rivojlanish: Atrofidagi odamlarga bog'lanadi, hissiyotlarini namoyon etadi.



Maktabgacha yosh davri (3-7 yosh)

Jismoniy rivojlanish: Harakatlari aniqlashadi, koordinatsiyasi rivojlanadi.

Aqliy rivojlanish: Savollar beradi, tafakkuri rivojlanadi, tasavvuri kengayadi.

Nutqiy rivojlanish: Gaplari tuziladi, o'z fikrini ifodalay oladi.

Ijtimoiy rivojlanish: O'yin orqali jamiyat qoidalarini o'rganadi, do'stlar orttiradi.

O'yinning ahamiyati: Bu davrda o'yin bolaning asosiy faoliyati bo'lib, u orqali ko'plab ko'nikmalarni o'zlashtiradi.

Bu davrlarda bolaning to'g'ri rivojlanishi uchun ota-ona va pedagoglarning hissassi katta ahamiyatga ega, ular bolaga bilim berish va hissiy qo'llab-quvvatlash bilan shug'ullanadi.

Maktabgacha davr (3–7 yosh)

Bu davr bola rivojlanishida eng muhim va poydevor bosqich hisoblanadi. Aynan shu yoshda bolaning nutqi, tafakkuri, ijtimoiy xulqi, his-tuyg'ulari va shaxsiy fazilatlari shakllanadi.

1. Jismoniy rivojlanish

Harakatlar aniq va muvofiqlashgan bo'la boshlaydi

Yugurish, sakrash, muvozanat saqlash yaxshilanadi

Mayda motorika rivojlanadi (qalam ushlash, tugma qadash, rasm chizish)

Asab tizimi mustahkamlanadi

Bu rivojlanish keyinchalik yozish va o'qish uchun asos bo'ladi.

2. Nutq rivoji

So'z boyligi keskin oshadi (3000–4000 ta so'zgacha)

Gaplar murakkablashadi, bog'lovchi so'zlar paydo bo'ladi

Savol berish faollashadi: “Nega?”, “Qanday?”, “Nima uchun?”

Hikoya tuzish, ertak aytib berish qobiliyati rivojlanadi

Tovushlarni to'g'ri talaffuz qilish shakllanadi

☞ Nutq – bu davrda tafakkur va muloqotning asosiy vositasi hisoblanadi.



3. O'yin faoliyati

Maktabgacha davrda o'yin – yetakchi faoliyat turi hisoblanadi.

O'yin turlari:

Rolli o'yinlar (ona-bola, shifokor, o'qituvchi)

Qoidali o'yinlar (navbat kutish, yutish-yutqazish)

Ijodiy o'yinlar (konstruktor, rasm, qo'g'irchoq teatrlari)

O'yinning ahamiyati:

Ijtimoiy rollarni o'rganadi

Qoidalariga bo'ysunishni o'rganadi

Tasavvur va ijodkorlik rivojlanadi

Emotsional holatini ifodalaydi

4. Aqliy (kognitiv) rivojlanish

Diqqat barqarorlashadi

Xotira (eslab qolish) kuchayadi

Mantiqiy fikrlash rivojlanadi

Ranglar, shakllar, sonlar o'rganiladi

Solishtirish, umumlashtirish qobiliyati paydo bo'ladi

Bola maktab ta'limiga tayyorlana boshlaydi.

5. Ijtimoiy rivojlanish

Tengdoshlari bilan muloqot qilishni o'rganadi

Ijtimoiy qoidalar bilan tanishadi (salomlashish, navbat kutish)

Hamkorlik va do'stlik tushunchalari shakllanadi

Kattalarning bahosiga sezgir bo'ladi

6. Axloqiy va hissiy rivojlanish

Yaxshi-yomonni ajrata boshlaydi

Uyatchanlik, g'urur, xursandchilik, xafalik hislari kuchayadi

O'z xatti-harakatini nazorat qilish paydo bo'ladi

Empatiya (boshqani tushunish) shakllanadi

7. Shaxs rivoji



“Men” tushunchasi paydo bo‘ladi

Mustaqillikka intilish kuchayadi

O‘ziga baho berish boshlanadi

Irodaviy sifatlar (sabr, qat’iyat) rivojlanadi

Maktabgacha davr (3–7 yosh) ning ijobiy va salbiy tomonlari

Ijobiy tomonlari

1. Nutqning jadal rivojlanishi

So‘z boyligi tez kengayadi

Fikrini erkin ifodalay boshlaydi

Savol berish orqali bilimga chanqoqlik ortadi

Bu bola tafakkurining rivojlanganidan dalolat beradi.

2. O‘yin orqali o‘rganish

O‘yin yetakchi faoliyatga aylanadi

Ijtimoiy rollar o‘zlashtiriladi

Qoidaga bo‘ysunish shakllanadi

O‘yin bola uchun hayot maktabi hisoblanadi.

3. Ijtimoiylashuvning kuchayishi

Tengdoshlari bilan muloqot qiladi

Do‘stlik va hamkorlikni o‘rganadi

Jamoadagi o‘zini tutish ko‘nikmasi paydo bo‘ladi

4. Aqliy rivojlanishning tezlashuvi

Diqqat va xotira rivojlanadi

Mantiqiy fikrlash boshlanadi

Ranglar, shakllar, sonlarni o‘zlashtiradi

5. Hissiy sezgirlik va empatiya

Boshqalarning holatini tushuna boshlaydi

Mehr-shafqat, rahm, uyatchanlik kabi hislar rivojlanadi

6. Mustaqillikning shakllanishi

O‘zi kiyinish, ovqatlanishga intiladi



“Men o‘zim” davri boshlanadi

Bu shaxs rivojining muhim belgisi.

Salbiy tomonlari

1. Emotsional beqarorlik

Tez xafa bo‘lish yoki yig‘lash

Jahl chiqishi, injiqlik

Asab tizimi hali to‘liq shakllanmagan.

2. Qoida buzishga moyillik

Qoidalarni tushunsa ham bajarmasligi mumkin

Ta’qiqlarga qarshilik ko‘rsatadi

3. Egosentrizm

O‘z manfaatini ustun qo‘yadi

Boshqalarning fikrini har doim ham inobatga olmaydi

Bu holat vaqtinchalik.

4. Diqqatning beqarorligi

Bir ishga uzoq vaqt jamlana olmaydi

Tez chalg‘iydi

5. Qo‘rquv va xavotirlar

Qorong‘ulikdan, yolg‘izlikdan qo‘rqish

Ertak qahramonlari yoki tushlardan qo‘rqish

6. Tajovuzkor xatti-harakatlar

Urishish, baqirish

O‘yinchoqlarni tortib olish

Bu his-tuyg‘ularni boshqarishni hali o‘rganmaganidan dalolat.

7. Nutqdagi muammolar

Ba’zi tovushlarni noto‘g‘ri talaffuz qilish

Gaplarni chalkashtirib aytish

Salbiy tomonlarni kamaytirish yo‘llari

Mehr va tushunish bilan yondashish



O'yin orqali tarbiya berish

Qat'iy, ammo muloyim qoidalar

Bola bilan ko'proq suhbatlashish

Ijobiy xatti-harakatlarni rag'batlantirish

Ilmiy maqolalar va rasmiy manbalar

UNICEF

Early Childhood Development

→ 0–7 yoshda muhit va tarbiyaning ahamiyati.

WHO (World Health Organization)

Child Growth and Development

→ Jismoniy o'sish me'yorlari.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi

→ Davlat dasturlari va normativ hujjatlar.

XULOSA:

Chaqaloqlik va go'daklik davri (0–3 yosh) hamda **maktabgacha davr (3–7 yosh)** inson rivojlanishining eng muhim va sezgir bosqichlaridan hisoblanadi. Ushbu davrlarda bolaning jismoniy, kognitiv, ijtimoiy va emotsional rivojlanishi shakllanadi va uning kelajakdagi shaxsiyati, o'rganish qobiliyati va jamiyat bilan muloqot ko'nikmalari bevosita bog'liq bo'ladi.

Chaqaloqlik va go'daklik davri (0–3 yosh)

Ushbu davr bolaning tez jismoniy o'sish, mushak va nerv tizimi rivojlanishi bilan tavsiflanadi.

Bola dunyoga kelgandan so'ng atrof-muhit bilan dastlabki muloqotni boshlaydi. Ona va ota bilan bog'lanish, qarash va tovush orqali o'zini ifodalash, hissiy xavfsizlikni his qilish bu davrning asosiy xususiyatidir.

Sensor-motor rivojlanish (Piaget nazariyasi) shu davrda yuz beradi: bola buyumlarni tutish, og'ziga olish, harakat bilan o'rganish orqali dunyoni bilib boradi.

Atrof-muhit va oilaviy muhit bolaning ijtimoiy va emotsional rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.



Maktabgacha davr (3–7 yosh)

Bu davr bolada til va kognitiv rivojlanish, tasavvur va ijodiy qobiliyatlarning rivojlanishi bilan ajralib turadi.

Bola o‘yin orqali ijtimoiy qoidalarni o‘rganadi, do‘stlar bilan muloqot qilish, hamkorlik va muammolarni hal etish ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Preoperatsional bosqich (Piaget) va Eriksonning “Inisiativa vs. Uyatsizlik” bosqichi shu davrga to‘g‘ri keladi. Bola tashqi dunyo bilan faol aloqada bo‘lib, o‘z shaxsiy qobiliyatlarini sinab ko‘radi.

Ota-ona va tarbiyachilarning rag‘batlantirish va qo‘llab-quvvatlashi bolada ijtimoiy ishonch, mustaqillik va o‘zini hurmat qilish hissini shakllantiradi.

Umumiy xulosa

0–7 yosh davri bolaning hayotiy asoslari yaratiladigan davrdir. Bu bosqichlarda bolaga taqdim etilgan mehr, muloqot, o‘yin va tarbiyaviy faoliyat uning kelajakdagi shaxsiy va ijtimoiy muvaffaqiyatini belgilaydi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolaning erta yoshdagi rivojlanishi, ayniqsa, oilaviy va pedagogik qo‘llab-quvvatlash bilan bog‘liq bo‘ladi. Bu davrda to‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollik, psixologik va emotsional barqarorlik muhim ahamiyatga ega.

Shu bilan birga, maktabgacha yoshdagi faoliyatlar – o‘yin, ijodiy mashg‘ulotlar, ijtimoiy o‘zaro aloqalar – bola shaxsiyatining mustahkamlanishi va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, chaqaloqlik va maktabgacha davr inson rivojlanishidagi eng sezgir va strategik bosqich bo‘lib, shu davrda yaratilgan sog‘lom muhit va tarbiyaviy tajribalar butun hayot davomida bolaning intellektual, ijtimoiy va hissiy salohiyatini belgilaydi.

O‘zbek va rus tilidagi adabiyotlar

1. G‘oziev E.G‘. Yosh va pedagogik psixologiya — Toshkent, O‘qituvchi.
→ 0–7 yoshdagi bolalar psixik va jismoniy rivoji yaxshi yoritilgan.

2. Davletshin M.G. Yosh psixologiyasi — Toshkent.



→ Chaqaloqlik va maktabgacha yosh bosqichlari ilmiy tahlili.

3. Vigotskiy L.S. Psixologiya rivojlanish nazariyasi

→ Atrof-muhit va ijtimoiy muloqotning bolaning rivojiga ta'siri.

4. Elkonin D.B. Bolalik psixologiyasi

→ Yetakchi faoliyatlar (o'yin, muloqot) nazariyasi.

5. Leontyev A.N. Faoliyat. Ong. Shaxs

→ Bola rivojida faoliyatning o'rni.

Ingliz tilidagi ilmiy manbalar

6. Jean Piaget The Psychology of the Child

→ Kognitiv rivojlanish (sensomotor va preoperatsional bosqichlar).

7. Erik H. Erikson Childhood and Society

→ 0–7 yoshdagi psixososial rivojlanish bosqichlari.

8. Berk, L.E. Development Through the Lifespan

→ Jismoniy, kognitiv va ijtimoiy rivojlanish.

10. Santrock, J.W. Child Development

→ Chaqaloqlik va maktabgacha davrni keng qamrab oladi.