

## BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA PSIXOLOGIK MOSLASHUV JARAYONI VA UNI BOSHQARISH MEKANIZMLARI.

**XO'JAYEVA AZIZA OLIMNAZAR QIZI**

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti

Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi 1-kurs talabasi

**Annotatsiya :** Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarining maktabga moslashuvi jarayoni, psixologik moslashuvning asosiy komponentlari, moslashuvga ta'sir qiluvchi ichki va tashqi omillar, shuningdek, psixologik qo'llab-quvvatlashning samarali usullari ilmiy asosda yoritilgan. Maktabga moslashuv davrida bola ongida kechadigan emotsional, ijtimoiy va kognitiv o'zgarishlar tahlil qilinib, o'qituvchi va ota-onaning roli alohida ko'rsatib o'tilgan.. Tadqiqot natijalari boshlang'ich ta'lim tizimida ijobiy psixologik muhit yaratishning muhimligini asoslab beradi.

**Kalit so'zlar:** moslashuv, psixologik moslashuv, boshlang'ich ta'lim, bolalar psixologiyasi, ijtimoiylashuv, emotsional barqarorlik, maktab muhiti.

### **KIRISH**

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining maktabga moslashuvi — bu bolaning yangi ijtimoiy muhit, yangi faoliyat turi va intizomiy talablar bilan uyg'unlashuv jarayonidir. Maktabga endi qadam qo'ygan bola uchun notanish sharoitlar, o'qituvchi talablari, sinfdoshlar bilan muloqot kabi omillar jiddiy psixologik o'zgarishlarni talab qiladi. Shu sababli moslashuv davri bolaning keyingi o'quv faoliyatiga, shaxs sifatida shakllanishiga va ta'limga bo'lgan munosabatiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Psixologlar L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev, D.B. Elkonin va boshqalar bolalarda maktabga moslashuv jarayoni murakkab psixik jarayonlar majmuasi ekanini ta'kidlaydilar. Ular fikricha, maktabga moslashgan bola emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuv, diqqat va xotira barqarorligi kabi xususiyatlarga ega bo'ladi. Mazkur maqola shu jarayonning bosqichlari va mexanizmlarini ilmiy yoritishga bag'ishlanadi.

### 1. Psixologik moslashuv tushunchasi va uning mazmuni

Psixologik moslashuv — bu bolaning yangi maktab muhitiga mos ravishda o‘z xulqi, emotsiyalari, fikrlashi va ijtimoiy munosabatlarini qayta shakllantirishi jarayonidir. Moslashuv muvaffaqiyati bola organizmi, asab tizimi barqarorligi, oilaviy muhit, o‘qituvchi yondashuvi va sinf muhiti bilan chambarchas bog‘liqdir.

Moslashuv quyidagi yo‘nalishlarni o‘z ichiga oladi: Emotsional moslashuv – qo‘rquv, xavotir, hayajonning kamayishi. Ijtimoiy moslashuv – sinfda o‘z o‘rnini topishi, tengdoshlari bilan do‘stlashishi. Intellektual moslashuv – dars jarayonining talablarini qabul qilishi, diqqat va xotiraning faollashishi. Jismoniy moslashuv – ertalabki rejimga o‘rganish, charchoqni boshqarish.

### 2. Maktabga moslashuv jarayonida kechadigan psixologik o‘zgarishlar

1-sinf o‘quvchilarida moslashuv odatda 1–3 oy davom etadi. Bu jarayonda yangi jamoaga kirish ehtiyoji paydo bo‘ladi. Qoidalar va tartibga amal qilish ko‘nikmalari shakllanadi; bolaning diqqat barqarorligi oshib boradi; emotsional taranglik asta-sekin kamayadi. Agar bolaning emotsional barqarorligi past bo‘lsa, moslashuvda qiyinchiliklar kuzatiladi: yig‘loqlik, injiqlik, o‘qishga qiziqishning yo‘qligi, qo‘rquv, bosimdan tez charchash.

3. Moslashuvga ta’sir qiluvchi omillar Ichki omillar: temperament (xolerik, sangvinik, flegmatik, melanxolik) asab tizimining holati bolaning o‘z-o‘zini baholashi xotira va diqqat rivoji sog‘liq holati.

Tashqi omillar:

oila muhiti (ota-onaning qo‘llab-quvvatlashi)

o‘qituvchining pedagogik mahorati

sinfdagi psixologik iqlim

maktabning umumiy talablari

ta’lim jarayonidagi yuklama darajasi

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, oila va o‘qituvchining mehribon, lekin talabchan yondashuvi moslashuvning eng muhim omillaridan biridir.

### 4. Boshlang‘ich sinf o‘quvchisida moslashuv muammolari

Ba'zi bolalarda moslashuv jarayoni sekin kechishi mumkin. Bunga quyidagilar sabab bo'ladi:

- ortiqcha qo'rquv va xavotir;
- tortinchoqlik yoki haddan tashqari tajovuzkorlik;
- tengdoshlari bilan aloqa o'rnatishda qiyinchilik;
- dars jarayoniga qiziqmaslik;
- oilaviy muammolar;
- noto'g'ri tarbiya uslublari.

Psixologik moslashuvning buzilishi bola shaxsining keyingi rivojlanishiga salbiy ta'sir qilishi mumkin.

#### 5. Moslashuv jarayonini boshqarishning samarali psixologik mexanizmlari

1. O'qituvchi yondashuvi. iltifotli, quvnoq, motivatsion muhit yaratish;

bolalarni maqtab rag'batlantirish;

yangi sharoitni yumshoq tarzda tushuntirish;

moslashuviy o'yinlar, guruhiy mashg'ulotlar tashkil qilish.

2. Ota-onalar bilan hamkorlik.

uyda tinch psixologik muhit yaratish;

bolani maktab jarayoniga ruhan tayyorlash;

ortiqcha tanbeh bermaslik va qo'rqitmaslik;

o'qituvchi bilan muntazam aloqa qilish.

3. Psixologik xizmatning roli.

diagnostika o'tkazish;

moslashuv mashg'ulotlari (adaptatsion treninglar);

guruhiy psixoterapevtik o'yinlar;

ota-onalar uchun mahorat darslari.

4. O'yin texnologiyalaridan foydalanish. O'yinlar orqali bola o'zini erkin tutadi, tengdoshlari bilan muloqot qiladi va dars jarayoniga qiziqishi ortadi.

5. Boshlang'ich ta'limda ijobiy psixologik muhit yaratishning ahamiyati. Ijobiy muhit bolaning moslashuv jarayonini osonlashtiradi. Sinfda: do'stona atmosfera bo'lishi; o'qituvchining kechinmalari barqaror bo'lishi; konfliktlarning oldi olinishi; har bir o'quvchiga individual yondashuv bo'lishi. moslashuv natijalarini keskin yaxshilaydi. Ijobiy muhitda bola o'qishga ishtiyoq bilan kirishadi va kognitiv jarayonlari tez rivojlanadi.

### **XULOSA**

Boshlang'ich sinf o'quvchisining psixologik moslashuvi — uning maktabdagi kelajakdagi muvaffaqiyati uchun poydevor hisoblanadi. Moslashuv jarayoni murakkab bo'lib, emotsional, ijtimoiy va intellektual omillarni qamrab oladi. O'qituvchi, psixolog va ota-onaning hamkorligi bola moslashuvini tezlashtiradi, unga ishonch, barqarorlik va ta'limga ijobiy munosabat shakllantiradi. Shuning uchun boshlang'ich ta'limda qulay psixologik muhit yaratish, bola ehtiyojlarini inobatga olish va moslashuvni boshqarish mexanizmlaridan oqilona foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Vygotskiy L.S. “Bola psixologiyasi”.
2. Elkonin D.B. “Bolalar psixologiyasi asoslari”.
3. Leontyev A.N. “Faoliyat, ong va shaxs”.
4. Karimova V. “Pedagogik psixologiya”.
5. Yo'ldoshev J., Xolbekov A. “Boshlang'ich ta'lim metodikasi”.
6. O'zbekiston Respublikasi “Ta'lim to'g'risida”gi Qonuni.
7. Psixologiya bo'yicha zamonaviy ilmiy maqolalar (mahalliy va xorijiy nashrlar).