

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHDA TRENINGLARDAN FOYDALANISH

Muxammadiyeva Zamira Qurbonmurodovna

Surxondaryo viloyati Angor tumani

8-sonli umumta'lim maktabi amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarni rivojlantirishda trening mashg'ulotlarining ahamiyati, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishga ta'siri hamda ta'lim jarayonida qo'llaniladigan samarali psixologik yondashuvlar tahlil qilingan. Shuningdek, treninglar orqali muloqot madaniyati, hamkorlik, empatiya va nizolarni konstruktiv hal etish ko'nikmalarini shakllantirishning amaliy jihatlari yoritilgan.

Kalit so'zlar: boshlang'ich sinf, ijtimoiy-psixologik ko'nikmalar, trening, muloqot, hamkorlik, empatiya, emotsional intellekt, maktab psixologi, kommunikativ kompetensiya, ta'lim.

KIRISH

Boshlang'ich maktab yoshi bolaning shaxs sifatida shakllanishida muhim bosqich hisoblanadi. Aynan shu davrda bolalarda tengdoshlari bilan muloqot qilish, jamoada ishlash, o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijtimoiy me'yorlarga rioya qilish kabi muhim ko'nikmalar rivojlanadi. Ushbu ko'nikmalarni shakllantirishda trening mashg'ulotlari samarali pedagogik-psixologik vosita bo'lib, ular bolalarning ijtimoiy moslashuvi, emotsional barqarorligi va ta'limdagi muvaffaqiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ijtimoiy-psixologik ko'nikmalar shaxsning jamiyatda samarali muloqot qilish, hamkorlikda faoliyat olib borish, muammolarni tinch yo'l bilan hal etish va o'z emotsiyalarini boshqarish qobiliyatlarini o'z ichiga oladi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida bu ko'nikmalarni rivojlantirish keyingi ta'lim bosqichlarida ham muvaffaqiyatli ijtimoiy moslashuv uchun mustahkam poydevor yaratadi. Nazariy jihatdan Lev Vygotskyning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi hamda Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish

nazariyasi bolalarning ijtimoiy ko'nikmalari kattalar va tengdoshlari bilan hamkorlik jarayonida rivojlanishini asoslaydi. Shu bois trening mashg'ulotlari bolalarning faol ishtiroki va o'zaro muloqotiga asoslangan bo'lishi lozim.

Amaliyotda tanishuv treninglari, jamoaviy o'yinlar, rolli o'yinlar, psixogimnastika, muammoli vaziyatlarni modellashtirish, kommunikativ mashqlar va emotsiyalarni boshqarishga qaratilgan topshiriqlar keng qo'llaniladi. Bunday mashg'ulotlar bolalarda o'z fikrini erkin ifodalash, boshqalarni tinglash, hamdardlik ko'rsatish, o'zaro hurmat va hamkorlikni rivojlantirishga yordam beradi. Maktab psixologi treninglarni tashkil etishda o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olishi, xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi psixologik muhit yaratishi zarur. Pedagoglar esa treninglarda shakllangan ijobiy ko'nikmalarni kundalik ta'lim jarayonida mustahkamlashlari lozim. Ota-onalarning ushbu jarayondagi ishtiroki ham bolalarda ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarning barqaror rivojlanishiga xizmat qiladi.

Zamonaviy ta'lim amaliyotida trening mashg'ulotlarini interfaol metodlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari va guruhiiy loyihalar bilan uyg'unlashtirish yuqori samaradorlikni ta'minlaydi. Muntazam tashkil etilgan treninglar o'quvchilarda o'ziga ishonch, mas'uliyat, liderlik va ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishga yordam beradi. Boshlang'ich maktab yoshi bolaning shaxs sifatida shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda bola nafaqat bilim va ko'nikmalarni egallaydi, balki o'z tengdoshlari bilan muloqot qilishni, jamoada ishlashni, o'z his-tuyg'ularini boshqarishni ham o'rganadi. Shu sababli boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish ta'lim-tarbiya jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Mazkur jarayonda psixologik treninglar samarali pedagogik-psixologik vosita sifatida qo'llaniladi. Psixologik treninglarning asosiy maqsadi boshlang'ich sinf o'quvchilarining shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, ularning ijtimoiy moslashuvini yengillashtirish, muloqot madaniyatini rivojlantirish, o'ziga ishonchni shakllantirish hamda emotsional barqarorlikni mustahkamlashdan iborat. Treninglar bolalarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilib, ularning tabiiy qiziqishi va faolligini rag'batlantirishga xizmat qiladi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun psixologik treninglar faqat nazariy bilim berish bilan cheklanmaydi. Ular o'yin, rolli mashqlar, guruhiiy topshiriqlar, psixogimnastika, relaksatsiya mashqlari, ijodiy faoliyat va muammoli vaziyatlarni hal qilish usullarini o'z ichiga oladi. Bunday mashg'ulotlar bolalarda ijtimoiy tajriba orttirish, o'z fikrini erkin bayon etish va boshqalarni tinglash madaniyatini shakllantirish imkonini beradi.

Psixologik treninglarning vazifalari bir necha yo'nalishda amalga oshiriladi. Avvalo, kognitiv vazifalar o'quvchilarning bilish jarayonlarini rivojlantirishga qaratiladi. Mashg'ulotlar davomida bolalarda diqqatni jamlash, xotirani mustahkamlash, mantiqiy fikrlash, muammolarni tahlil qilish va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalari rivojlantiriladi. Shuningdek, ular o'z imkoniyatlarini anglashni, kuchli va zaif tomonlarini baholashni o'rganadilar. Emotsional vazifalar bolalarda hissiy barqarorlikni shakllantirishga xizmat qiladi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari ko'pincha yangi muhitga moslashishda xavotir, qo'rquv yoki ishonchsizlikni boshdan kechiradilar. Psixologik treninglar orqali ularga o'z his-tuyg'ularini anglash, ularni boshqarish, salbiy emotsiyalarni nazorat qilish hamda stressli vaziyatlarda to'g'ri yo'l tutish ko'nikmalari o'rgatiladi. Relaksatsiya mashqlari, nafas olish texnikalari va psixologik o'yinlar emotsional zo'riqishni kamaytirishda samarali vosita hisoblanadi.

Xulq-atvoriy vazifalar esa bolalarda ijobiy xulq-atvorni shakllantirishga yo'naltiriladi. Trening mashg'ulotlari davomida o'quvchilar jamoada ishlash, navbat kutish, boshqalarning fikrini hurmat qilish, nizolarni tinch yo'l bilan hal etish, hamkorlik qilish va o'zaro yordam ko'rsatish kabi muhim ijtimoiy ko'nikmalarni egallaydilar. Bu esa ularning sinf jamoasiga muvaffaqiyatli moslashishiga yordam beradi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boriladigan treninglarda kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish alohida ahamiyatga ega. Chunki aynan shu yoshda bolalarda tengdoshlari bilan muloqot qilish, do'stona munosabatlar o'rnatish va guruh faoliyatida ishtirok etish ehtiyoji kuchayadi. Psixologik treninglar ularda tinglash, fikr bildirish, savol berish, kelishuvga erishish va nizolarni madaniyatli tarzda hal qilish malakalarini rivojlantiradi. Shuningdek, psixologik treninglar bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishda muhim o'rin tutadi. Trening davomida har bir ishtirokchining muvaffaqiyatini

e'tirof etish, rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash orqali ijobiy "Men" konsepsiyasi shakllanadi. Bu esa o'quvchilarning darslarda faol ishtirok etishi, tashabbus ko'rsatishi va yangi bilimlarni egallashga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytiradi.

Psixologik treninglarning samaradorligi ko'p jihatdan maktab psixologi, sinf rahbari va ota-onalarning hamkorligiga bog'liq. Psixolog trening mashg'ulotlarini ilmiy asosda rejalashtiradi va o'quvchilarning psixologik xususiyatlarini hisobga oladi. O'qituvchi trening davomida shakllangan ijobiy ko'nikmalarni kundalik ta'lim jarayonida mustahkamlaydi. Ota-onalar esa oilada qulay psixologik muhit yaratish, bolani qo'llab-quvvatlash va treninglarda o'rganilgan ko'nikmalarni amalda qo'llashga yordam beradilar.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, muntazam tashkil etilgan psixologik treninglar boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijtimoiy moslashuvi, emotsional barqarorligi, o'qishga bo'lgan motivatsiyasi va o'zaro munosabatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday mashg'ulotlar agressiv xatti-harakatlarning kamayishiga, o'ziga ishonchning ortishiga, sinf jamoasida sog'lom psixologik muhitning shakllanishiga ham xizmat qiladi.

Bugungi kunda kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etilayotgan ta'lim tizimida psixologik treninglarning ahamiyati yanada ortib bormoqda. Chunki zamonaviy ta'lim nafaqat bilim berishni, balki bolalarda hayotiy kompetensiyalarni, muloqot madaniyatini, tanqidiy fikrlashni, hamkorlikda ishlashni va muammolarni mustaqil hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishni ham nazarda tutadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan o'tkaziladigan psixologik treninglar ularning shaxsiy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlovchi samarali pedagogik-psixologik texnologiyalardan biridir. Treninglar orqali bolalarda o'ziga ishonch, emotsiyalarni boshqarish, muloqot madaniyati, jamoada ishlash, hamkorlik qilish, nizolarni tinch yo'l bilan hal etish hamda ijobiy xulq-atvor ko'nikmalari shakllanadi. Maktab psixologi, pedagoglar va ota-onalarning uzviy hamkorligi asosida tashkil etilgan trening mashg'ulotlari boshlang'ich sinf o'quvchilarining ruhiy salomatligini mustahkamlash, ta'lim samaradorligini oshirish va barkamol shaxsni voyaga yetkazishda muhim ahamiyat kasb etadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarni rivojlantirishda treninglardan foydalanish shaxsning har tomonlama kamol topishida muhim pedagogik-psixologik vosita hisoblanadi. Trening mashg'ulotlari bolalarda samarali muloqot, hamkorlik, empatiya, emotsiyalarni boshqarish va nizolarni tinch yo'l bilan hal etish ko'nikmalarini shakllantiradi. Maktab psixologi, pedagog va otalarning uzviy hamkorligi ushbu jarayonning samaradorligini oshiradi hamda o'quvchilarning sog'lom ijtimoiy rivojlanishini ta'minlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. G'oziyev E.G'. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. Nishonova Z.T. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
3. Karimova V.M. Psixologik xizmat asoslari. – Toshkent, 2018.
4. Shoumarov G'.B. Bolalar psixologiyasi. – Toshkent, 2019.
5. Lev Vygotsky. Mind in Society.
6. Albert Bandura. Social Learning Theory.
7. UNESCO. Education for Sustainable Development.
8. O'zbekiston Respublikasi ***"Ta'lim to'g'risida"***gi Qonuni. – Toshkent, 2020.