



BOLA RUHIYATI VA UNGA O'YIN FAOLIYATINING TA'SIRI

Izaitullayeva Lazokat Eshimbayevna

Angren universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrası v.b dotsenti

Imomnazarova Azizaxon Shavkat qizi

Angren universiteti Maktabgacha ta'lim yo'nalishi-107 guruh talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada bola ruhiyatining shakllanishida o'yin faoliyatining o'rni ilmiy-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. O'yin bolaning kognitiv rivoji, emotsional barqarorligi, ijtimoiylashuvi, nutqi va o'zini boshqarish ko'nikmalariga ta'sir etuvchi muhim omil sifatida yoritiladi. Shuningdek, maktabgacha yosh davrida o'yin orqali ta'lim va tarbiya jarayonini tashkil etishning psixologik asoslari ko'rsatib beriladi. Tadqiqot natijalari shuni anglatadiki, o'yin bola psixikasining tabiiy rivojlanish mexanizmi bo'lib, uning shaxs sifatida kamol topishida hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: bola ruhiyati, o'yin faoliyati, maktabgacha yosh, psixik rivojlanish, emotsional rivojlanish.

Bola ruhiyati inson ontogenezing eng nozik va eng jadal rivojlanadigan bosqichlaridan biridir. Ayniqsa, erta bolalik va maktabgacha davrda bolaning tashqi muhit bilan bo'lgan munosabati uning psixik jarayonlari, xulq-atvori va shaxsiy sifatlarining shakllanishiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. UNICEF ma'lumotiga ko'ra, hayotning dastlabki yillarida bola miyasi nihoyatda tez rivojlanadi va bir soniyada bir milliondan ortiq neyron bog'lanishlar hosil bo'ladi; shu sababli ilk tajribalar keyingi o'qish, xulq va salomatlik uchun mustahkam yoki zaif poydevor yaratadi. UNICEF shuningdek, erta rivojlanish uchun mehrlar parvarish, xavfsizlik, erta o'rganish imkoniyatlari hamda kattalar bilan suhbat, qo'shiq aytish va o'ynash kabi responsive caregiving juda muhim ekanini ta'kidlaydi.

Shu nuqtai nazardan qaralganda, o'yin bola hayotining oddiy mashg'uloti emas, balki uning ruhiy taraqqiyotini ta'minlovchi yetakchi faoliyatdir. Amerika Pediatriya Akademiyasi o'yinni sog'lom rivojlanishni qo'llab-quvvatlovchi, ota-ona va bola o'rtasidagi rishtalarni mustahkamlovchi hamda bolada muhim rivojlanish ko'nikmalarini shakllantiruvchi vosita sifatida baholaydi. Demak, o'yin faoliyati nafaqat hordiq chiqarish, balki tarbiya, ta'lim va psixik rivojlanishning tabiiy mexanizmi hisoblanadi.

Bola ruhiyatining mazmuni va rivojlanish xususiyatlari

Bola ruhiyati sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, nutq, tasavvur, emotsiya va iroda kabi psixik jarayonlarning o'zaro bog'liq tizimidan iborat.



Maktabgacha yoshda ushbu jarayonlar hali to'liq shakllanmagan bo'ladi, shu bois ular amaliy faoliyat, muloqot va ayniqsa o'yin ta'sirida rivojlanadi. Harvard universiteti qoshidagi Center on the Developing Child manbasida ijro funksiyalari diqqatni jamlash, ma'lumotni boshqarish, qaror qabul qilish va oldindan rejalashga yordam beradigan "miyaning havo harakatini boshqarish tizimi"ga qiyoslanadi. Bu ko'nikmalar tug'ma tayyor holatda bo'lmaydi, balki bola yashaydigan, o'rganadigan, o'sadigan va o'ynaydigan muhitda rivojlanadi.

Demak, bola ruhiyatini rivojlantirishda unga mos, xavfsiz, rag'batlantiruvchi va faol muhit yaratish muhimdir. Aynan o'yin shu muhitning eng tabiiy ko'rinishi bo'lib, unda bola tashqi olamni o'ziga xos tarzda aks ettiradi, tajribasini boyitadi va ichki kechinmalarini ifodalaydi. Ilmiy manbalarda o'yin bolaning rivojlanishida bilim olish, munosabat qurish va xulqni boshqarish uchun tabiiy platforma ekani qayd etiladi.

O'yin faoliyatining kognitiv rivojlanishga ta'siri

O'yin bolaning bilish jarayonlarini faollashtiradi. Qurish-yasash, predmetli, syujetli-rolli va didaktik o'yinlar jarayonida bola predmetlarning belgi-xususiyatlarini solishtiradi, sabab-oqibat munosabatlarini anglaydi, muammoni hal qilishga urinadi va tasavvurini ishga soladi. NAEYCning rivojlanishga mos ta'lim tamoyillarida o'yin quvonchli o'rganishni ta'minlab, o'zini boshqarish, til, kognitiv va ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishi qayd etilgan. Shu bois o'yin bola tafakkurining konkret-amaliy bosqichdan obrazli va ijodiy tafakkur sari o'sishida samarali vositadir.

Ayniqsa, tasavvurga asoslangan syujetli-rolli o'yinlar bolada rejalashtirish, rolga kirish, qoidaga bo'ysunish va vaziyatni ichki tasavvur asosida boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Bu esa ijro funksiyalari bilan chambarchas bog'liqdir. Harvard manbalarida ijro funksiyalari diqqatni boshqarish, ishchi xotira va o'zini nazorat qilish kabi ko'nikmalarni o'z ichiga olishi ko'rsatiladi; o'yinli faoliyat aynan shu jarayonlarni muntazam mashq qildiradi.

O'yin va emotsional rivojlanish

Bola o'yin davomida o'z his-tuyg'ularini boshqarishni, quvonch va hafsalasizlikni yengishni, muvaffaqiyat hamda muvaffaqiyatsizlikka munosabat bildirishni o'rganadi. O'yin jarayonida bolaning ichki kechinmalari ramziy shaklda namoyon bo'ladi: qo'rquv, qiziqish, hayrat, g'azab yoki mehr syujetlarda aks etadi. Shu sababli o'yin bola emotsional dunyosini tushunish va uni sog'lom yo'naltirishning qulay usuli hisoblanadi. Amerika Pediatriya Akademiyasi o'yin sog'lom rivojlanishni qo'llab-quvvatirish bilan birga stressni yumshatishi va katta-kichik o'rtasidagi iliq munosabatlarni mustahkamlashini ta'kidlaydi.

2017-yilda e'lon qilingan tadqiqotda maktabgacha yoshdagi bolalarning tasavvuriy o'yin sifati kognitiv o'zini boshqarish bilan kuchli, emotsional



o'zini boshqarish bilan esa ma'lum darajada bog'liq ekani ko'rsatilgan. Tadqiqot natijalari o'yin sifati hamda "cool executive functions" bolalarning tabiiy vaziyatdagi self-regulation ko'nikmalariga hissa qo'shishini ko'rsatadi. Bu holat o'yinning faqat kayfiyat ko'taruvchi emas, balki emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi psixologik omil ekanini tasdiqlaydi.

O'yin va ijtimoiylashuv jarayoni

Bola o'yin orqali jamiyatdagi rollarni o'zlashtiradi. "Ona-bola", "shifokor-bemor", "tarbiyachi-bola", "do'konchi-xaridor" kabi syujetlar ijtimoiy tajriba maktabi vazifasini bajaradi. Bunday o'yinlarda bola navbat kutish, tinglash, kelishish, baham ko'rish, hamkorlik qilish kabi ijtimoiy xulq me'yorlarini amalda sinab ko'radi. Shu jihatdan o'yin ijtimoiy kompetensiyani tabiiy shakllantiradi va kelajakdagi jamoaviy hayotga tayyorlaydi.

Bundan tashqari, o'yin jarayonida bola tengdoshlari bilan muloqotga kirishadi, o'z nuqtai nazarini himoya qiladi, boshqalar fikrini inobatga olishni o'rganadi. Bu esa empatiya, o'zaro hurmat va ijtimoiy moslashuvning shakllanishiga xizmat qiladi. UNICEF ham o'yin va kattalar bilan mazmunli o'zaro ta'sirlar bolaning rivojlanayotgan miyasini oziqlantiruvchi asosiy tajribalar qatoriga kirishini ta'kidlaydi.

O'yin va nutq rivoji

O'yin faoliyati nutq taraqqiyotiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bola syujetli o'yinlarda rollarni taqsimlash, qoidalarni kelishish, voqeani ifodalash, savol berish va javob qaytarish orqali faol nutq amaliyotiga kiradi. NAEYC materiallarida ilk yoshdan boshlab suhbat, qo'shiq, ritm, o'qib berish va tilga boy muhit bolalarning til va savodxonlik rivojiga kuchli ta'sir qilishi qayd etiladi. O'yin ana shu tilga boy muhitni tabiiy ravishda yaratadi.

Agar o'yin mazmunan boy va kattalar tomonidan nozik yo'naltirilgan bo'lsa, bola yangi so'zlarni o'zlashtiradi, gap tuzish malakasi rivojlanadi, og'zaki nutqi ravonlashadi. Shu bois maktabgacha ta'lim amaliyotida o'yin asosidagi metodlar nutqni rivojlantirish ishlarida alohida ahamiyatga ega.

Tarbiyachi va ota-onaning vazifasi

O'yin o'z-o'zidan foydali bo'lsa-da, uning pedagogik samarasi katta yoshdagilarning to'g'ri yondashuviga ham bog'liq. WHO erta bolalik rivoji bo'yicha ko'rsatmalarida oilaning responsive care va early learning faoliyatlarini, ayniqsa hayotning dastlabki uch yilida qo'llab-quvvatlash zarurligini ta'kidlaydi. Bu degani, kattalar bolaga faqat o'yinchoq berish bilangina cheklanmasdan, u bilan suhbatlashishi, birga o'ynashi, tashabbusini qo'llab-quvvatlashi va xavfsiz emotsional muhit yaratishi kerak.

Tarbiyachi o'yin jarayonida boshqaruvchi emas, balki tashkil etuvchi va kuzatuvchi pozitsiyasini egallashi maqsadga muvofiq. U bolalarning qiziqishi, yoshi va individual xususiyatlariga mos o'yinlarni tanlashi, bolalar o'rtasidagi



muloqotni qo'llab-quvvatlashi, lozim bo'lsa, syujetni boyitishi kerak. Shunda o'yin pedagogik, psixologik va tarbiyaviy jihatdan yanada samarali bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, o'yin faoliyati bola ruhiyatining shakllanishi va rivojlanishida beqiyos ahamiyat kasb etadi. U bolaning diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, nutq, emotsional barqarorlik, o'zini boshqarish va ijtimoiylashuv ko'nikmalarini tabiiy ravishda rivojlantiradi. O'yin orqali bola nafaqat borliqni biladi, balki o'z "men"ini anglaydi, ichki kechinmalarini ifodalaydi va jamiyatga moslashishni o'rganadi. Shu sababli maktabgacha ta'lim jarayonida o'yin faoliyatiga ikkinchi darajali mashg'ulot sifatida emas, balki ruhiy va shaxsiy rivojlanishning yetakchi vositasi sifatida qarash lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M. *The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children*. Pediatrics, 2018.
2. American Academy of Pediatrics. *The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds.*, 2012.
3. Center on the Developing Child, Harvard University. *A Guide to Executive Function: What is it, and how is it developed?*
4. UNICEF. *Early Childhood Development*.
5. World Health Organization. *Improving Early Childhood Development: WHO Guideline.*, 2020.
6. Slot, P. L., Mulder, H., Verhagen, J., Leseman, P. P. M. *Preschoolers' Cognitive and Emotional Self-Regulation in Pretend Play: Relations with Executive Functions and Quality of Play*. Infant and Child Development, 2017.