

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI  
QAYTA TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI  
SAMARQAND FILIALI**



**“YOSH DAVRLAR PSIXOLOGIYASI”**

**“Jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi” yo‘nalishi bo‘yicha umumiy  
o‘rta ta’lim muassasalari pedagog kadrlarini malakasini oshirish  
kursi uchun**

**O‘qituvchi: Eshnazarova Farida Jo‘rakulovna**

# MAVZU: YOSH DAVRLARINI TABAQALANISHI VA PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

## DARS REJASI:

01

Yosh davrlarini tabaqalanishi va psixologik xususiyatlari

02

Maktab yoshdagi bolalarning bilish jarayonlari

Maktab yoshdagi bolalarning individual psixologik xususiyatlari

04

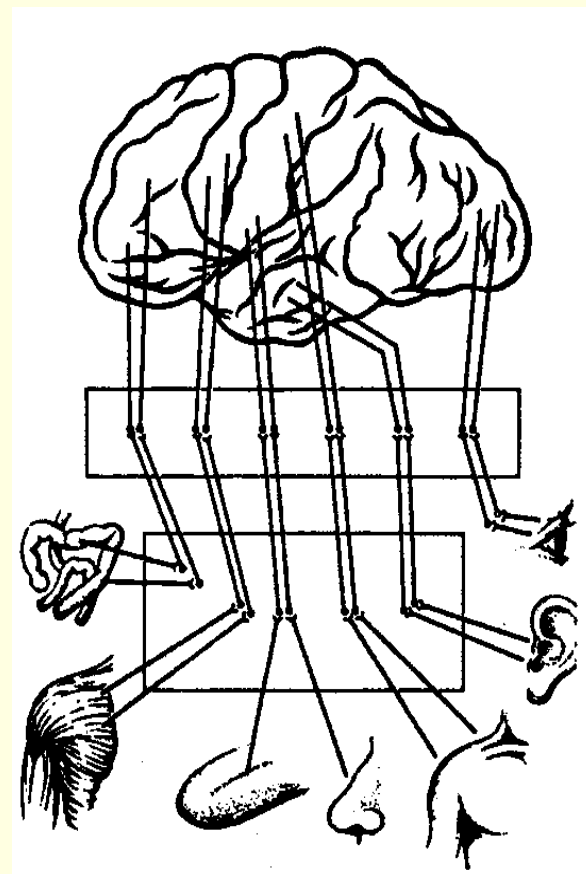
Maktab yoshdagi bolalarning psixik holatlari

# *Psixikaning namoyon bo'lish shakllari va ularning o'zaro bog'liqligi*

| <b>Psixik jarayonlar</b> | <b>Psixologik holatlar</b> | <b>Shaxsning xususiyatlari</b> |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| <i>Bilish jarayoni</i>   | <i>Hissiy - irodaviy</i>   | <i>Individuallik</i>           |
| <i>Sezgilar</i>          | <i>Emotsiyalar</i>         | <i>Temperament</i>             |
| <i>Idrok</i>             | <i>Kayfiyat</i>            | <i>Xarakter</i>                |
| <i>Xotira</i>            | <i>Stress</i>              | <i>Qobiliyatlar</i>            |
| <i>Tafakkur</i>          | <i>Ehtiros</i>             | <i>Iqtidor</i>                 |
| <i>Hayol</i>             | <i>Apatiya</i>             | <i>Aqliy salohiyat</i>         |
| <i>Nutq</i>              | <i>Iroda</i>               | <i>Ish uslubi</i>              |
| <i>Diqqat</i>            | <i>Hayratlanish</i>        |                                |
|                          | <i>Ishonchlilik</i>        |                                |
|                          | <i>Empatiya</i>            |                                |

**Tashqi qo'zg'atuvchilarning sezgi a'zolariga uzluksiz ta'sir etishi tufayli sezgi vujudga keladi.**

- 1. ko'rish sezgisi;*
- 2. eshitish sezgisi;*
- 3. hid bilish sezgisi;*
- 4. ta'm yoki ma'za sezgilari;*
- 5. teri sezgisi;*
- 6. muskul-harakat sezgilari;*
- 7. organik sezgilar.*



# Maktab yoshidagi bolalarda sezgilarning rivojlanishi



- Odam bolalik davridan biror faoliyatga kirishsa, sezgilari yaxshiroq o'sadi. Maktabgacha tarbiya yoshida sezgilar turli o'yinlarda o'sadi. Bu o'yinlarda xilma-xil xossalari o'yinchoqlar katta o'rin tutadi.
- Maktab yoshida o'qish, jumladan, moddiy narsalarning har xil xossalari bilan tanishish sezgilaming o'sishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Maktab o'quvchilarida, asosan farq qilish sezgirligi o'sadi. Ko'rish va eshitish sezgirligi, ayniqsa, tez o'sadi.
- 7 yoshdan 10 yoshgacha bolalarda ranglarning tuslarini sezish 45 foiz ortishi, 10 yoshdan 12 yoshgacha bolalarda 65 foizgacha ortishi olimlarning maxsus tekshirishlarida aniqlangan. Maktab o'quvchilarini rasmga o'rgatish ranglarni ayirish sezgirligining o'sishiga katta ta'sir ko'rsatadi.
- Maktab yoshida harakat malakalarining vujudga kelishi munosabati bilan muskul harakat sezgirligi ham o'sadi. Maxsus tekshirishlardan olingan ma'lumotlarga qaraganda, 8 yoshdan 14 yoshgacha bolalarda bu sezgirlik 50 foizdan ziyod ortadi.
- Sezgilarning o'sishi uchun jismoniy tarbiyaning muhim ahamiyati bor. Masalan, aniq harakatlar qilishga to'g'ri keladigan mashqlar muskul-harakat sezgilarini o'stiradi. Mashq qilish jarayonida sezgilaming hamma xillari o'sadi.
- Bolalami to'g'ri tarbiyalash sezgilarning o'sishida katta ahamiyatga egadir. Bolaning sog'lig'i va jismoniy tarbiyasi haqida g'amxo'rlik qilish, jumladan, sezgi organlarining va sensor sezgirlikning o'z vaqtida o'sishini ta'minlashdan ham iborat.

**Idrok** – bu bilishimizning shunday shakli, u borliqdagi ko‘lab, xilma-xil predmet va xodisalar orasida bizga ayni paytda kerak bo‘lgan ob‘ektning xossa va xususiyatlari bilan yaxlit tarzda aks etishimizni ta‘minlaydi.



# Maktab yoshidagi bolalarda idrokning rivojlanishi

- Maktab yoshidagi bolalarda idrokning hamma turlari, asosan, ta'lim va tarbiya tufayli mazmun, aniqlik, ravshanlik jihatdan ko'p daraja takomillashadi. Ta'lim va tarbiya jarayonida bolalarda ixtiyoriy idrok va kuzata bilish qobiliyati o'sadi. Kuzata bilish muvaffaqiyatli o'qish uchun zarur shartlardan biridir.
- O'quvchilar o'z idroklarini mustaqil idora qila oladilar. Ammo hamma boshqa ixtiyorsiz jarayonlar singari, ixtiyorsiz idrok ham maktab yoshidagi bolalarda ko'p uchraydi. Shuning uchun ham o'quvchilarga beriladigan material, ular tomonidan ixtiyorsiz va ixtiyoriy idrok qilishini mo'ljallab berilmog'i kerak.
- Fazo tasavvurlari ham maktab yoshida ancha takomillashgan bo'ladi. Jumladan, o'quvchilarda ko'z bilan chamalash qobiliyati ancha taraqqiy qilgan bo'ladi. Boshlang'ich maktab o'quvchilari endi bu chog'da katta yoshdagi odamlardan deyarli qolishmasdan, to'g'ri chiziqni ko'z bilan chamalab ikki teng bo'lakka bo'la oladilar, narsa va chiziqlarni katta-kichiklik darajasiga, narsalarning fazoda turgan o'rnini taxminan to'g'ri belgilay oladilar.
- Maktab yoshida vaqtni idrok qilish ham takomillashadi. O'quvchilar vaqtning, hozirgi paytning tez yoki sekin o'tayotganini aniq sezadilar. 1-4 sinf o'quvchilari, katta yoshdagi odamlar singari, ikki daqiqa, o'n daqiqa, bir soat, uch soat va shu kabi vaqtlarning o'tishini taxminan ayta oladilar.



*Kishi ongining bir markazga yoki*

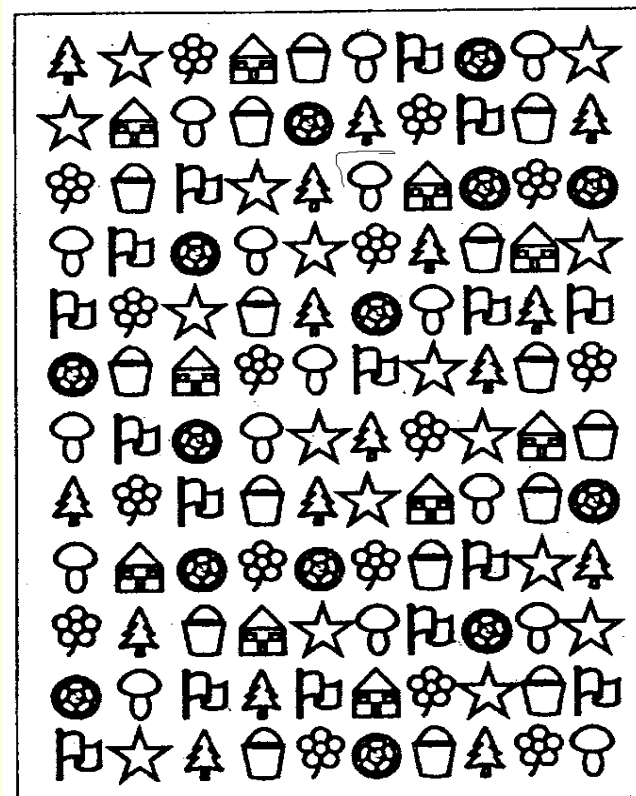
*muayyan bir nuqtaga ma'lum*

*muddat mobaynida*

*to'planishidan iborat bo'lgan  
ruhiy jarayon diqqat deb aytiladi.*











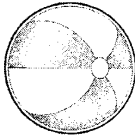




*Diqqat turlari:*

*Ixtiyoriy, ixtiyorsiz*

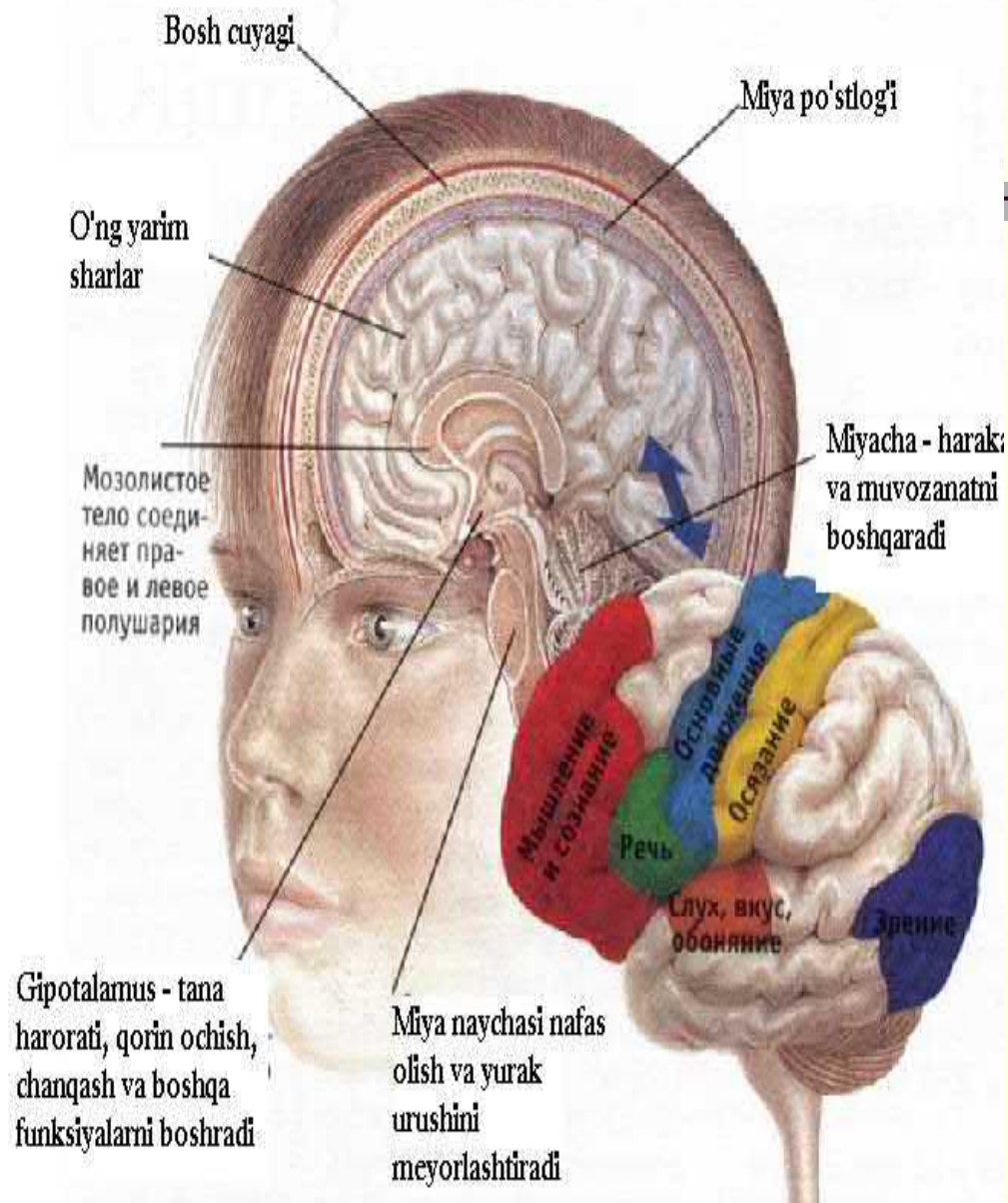




*Shaxsning unga ta'sir etib turgan voqea-xodisalarni esga tushurishi, esda saqlashi, esda olib qolishi va unitishi bilan bog'liq jarayoni bu-xotira deyiladi.*

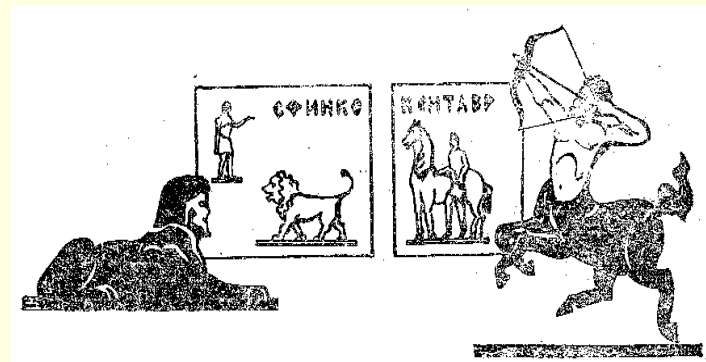
|   |   |   |
|---|---|---|
|    |    |    |
|    | 27  |    |
|    |    |    |
|   | K   |    |
|  |  |  |
| H <sub>2</sub> O  |  |  |

**Tafakkur qilishimizni ta'minlovchi organ – bu bizning miyamiz.**  
**Kallamizga kelgan barcha o'y-xayollar – bu fikrlardir. Insonni fikrsiz tasavvur qilib bo'lmaydi, har on, har daqiqada odam miyasi qandaydir fikrlar bilan band bo'ladi.**  
**Ularni tartibga solish, keragiga diqqatni qaratish, ichki yoki tashqi nutq vositasida uni yechish – fikrlash jarayonidir.**



■ Xayol insonning bilish jarayonlarida alohida ahamiyatga ega. Bu psixik jarayon yordamida inson faoliyat mahsulotining obrazini avvaldan tasavvur qiladi, o‘tmish va kelajakni ko‘ra oladi.

■ **Xayol**-inson faoliyatining zarur elementi bo‘lib, uning mavjud tasavvurlari asosida yangi obrazlarning miyada paydo bo‘lishidir.



# Qobiliyatlar

- **Qobiliyatlar** - shaxsdagi shunday individual, turg'un sifatlarki, ular odamning turli xil faoliyatdagi ko'rsatkichlari, yutuqlari va qiyinchiliklari sabablarini tushuntirib beradi.

## Qobiliyatning turlari

- **Umumiy qobiliyatlar** - odamga bir qancha sohada ham muvaffaqiyatli faoliyat ko'rsatish va natijalarga erishishga imkon beradi.
- **Maxsus qobiliyatlar** – insonning ma'lum bir sohada yutuqlarga erishishi, yuqori ko'rsatgichlarni namoyon etishiga imkon beradi.

# Shaxs qobiliyatining shakllanishi darajalari

---

**daho**

**Iste'dod**

**iqtidor**

**qobiliyat**

**layoqat**

# *Temperament*

*“Temperament” so‘zi lotincha “temperamentum” so‘zidan olingan bo‘lib, qismlarning nisbati degan ma‘noni bildiradi. Qadimgi grek olimi vrach va tabiatshunosi Gippokrat (eramizdan oldingi V asr)ning teperamentlar haqidagi ta‘limoti katta shuhrat qozondi. Gippokratning tasavvuricha odam tanasini tashkil etuvchi to‘rt xil sharbatlar: shilimshiq parda (miya ishlab chiqaradi), qon (yurak ishlab chiqaradi), sariq safro (jigardan chiqadi) va odamlarda har xil miqdorda bo‘lib, shu miqdorning qanchaligiga qarab odamlar muayyan temperamentga moyil bo‘ladi.*

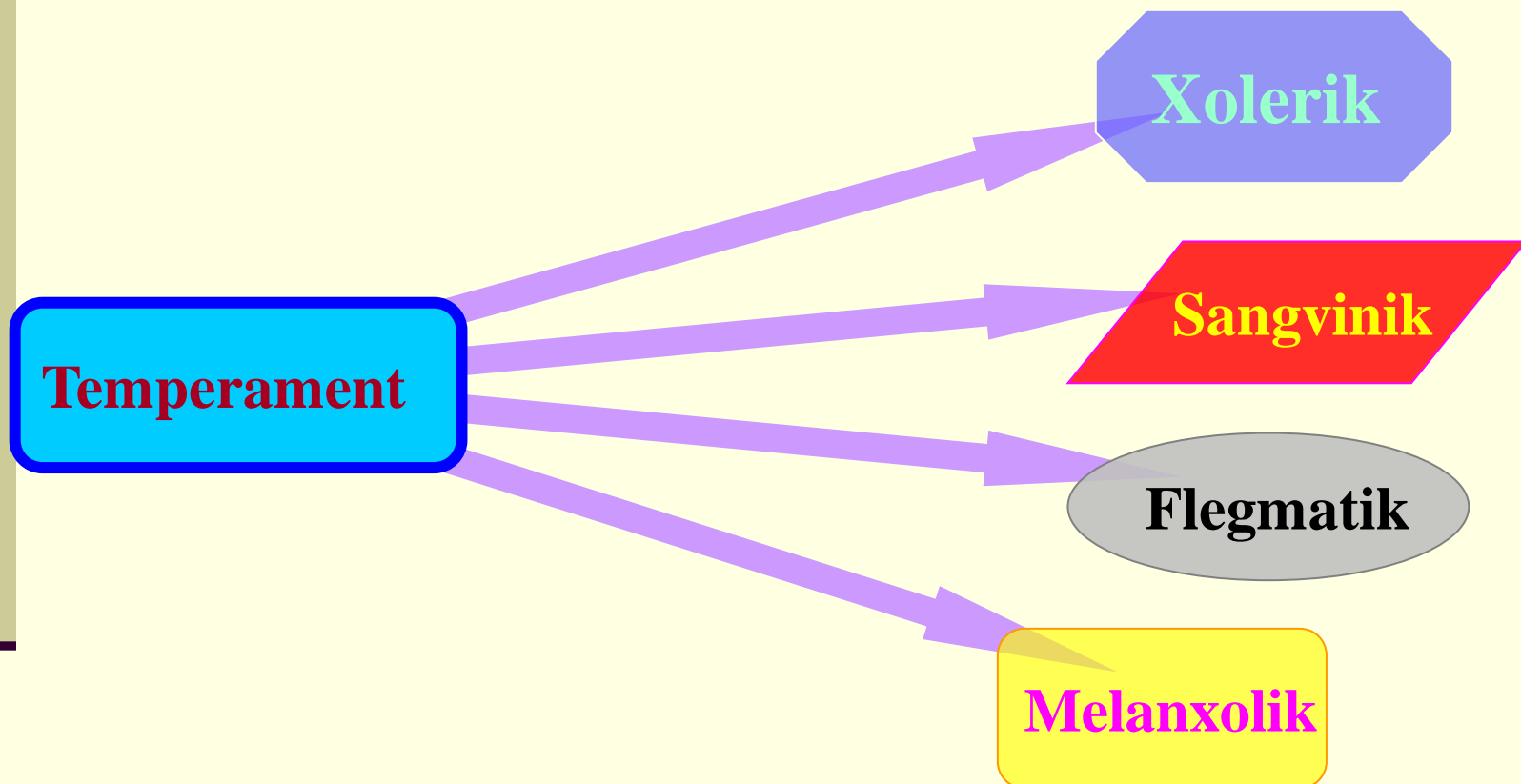
**Temperament – shaxs faoliyati  
va hulqining dinamik  
(o'zgaruvchan) va emotsional  
hissiy tomonlarini  
xarakterlovchi individual  
xususiyatlar majmuidir.  
Insonning turli vaziyatlarda  
narsa hodisalarga, insonning  
hatti xarakatlariga nisbatan  
reaksiyasini tushuntirib  
beruvchi xususiyatlar majmui.**





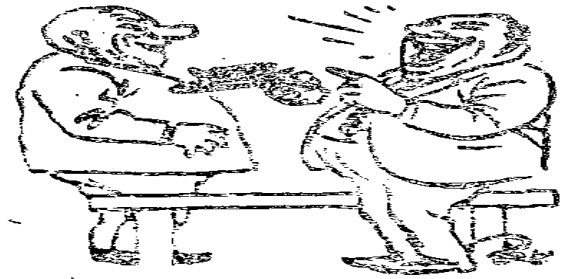
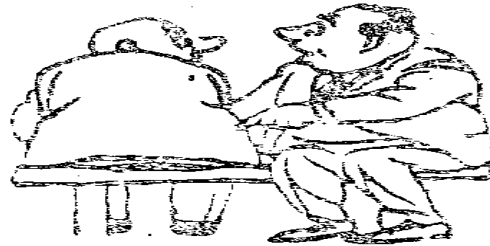
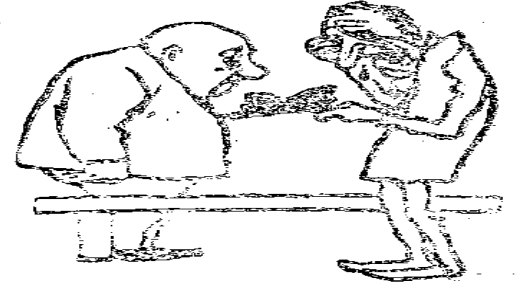
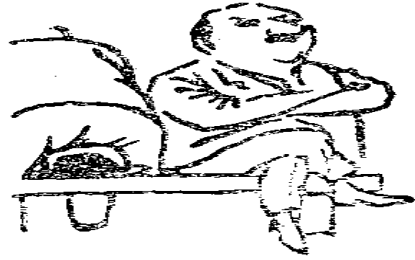
# Temperament tiplari

---





- ***Xolerik***-temperament tez paydo bo'luvchi va kuchli tuyg'ular, zo'r ta'sirlanishi, tajanglik, ko'p-g'ayrat, ko'proq harakatchanlik aniq imo-ishoralar, boy mimika bilan xarakterlanadi.
- ***Sangvinik***-tez paydo bo'luvchi va oson almashinadigan tuyg'ular bilan farqlanadi, sangvinik kishi uchun xatti-harakatning beqarorligi xosdir.
- ***Flegmatik***-temperament tuyg'ularning sust paydo bo'lishi bilan xarakterlanadi: flegmatik kishini uning uchun oddiy bo'lib, qolgan tinch holatdan olib chiqish oson emas, u harakat va gapirishda ham shoshilmaydi, uning mimikasi kam ifodali, harakatlari sustdir.
- ***Melonxolik***-temperament tuyg'ularning nisbatan kam xilma-xil bo'lgani holda ularning sekin paydo bo'lishi bilan ajralib turadi, tashqi tamondan tuyg'ular deyarli ko'zga tashlanmaydi, melonxolik kishini ko'p narsa bezovta qilmaydi lekin xis tuyg'ulari paydo bo'lganda u odatda chuqur davomli va ancha kuchli bo'ladi. Melonxolik kishining kayfiyati ko'pincha g'amgin bo'ladi. (Siqilgan psixik holatni ifodalashi).





Холерик



Флегматик



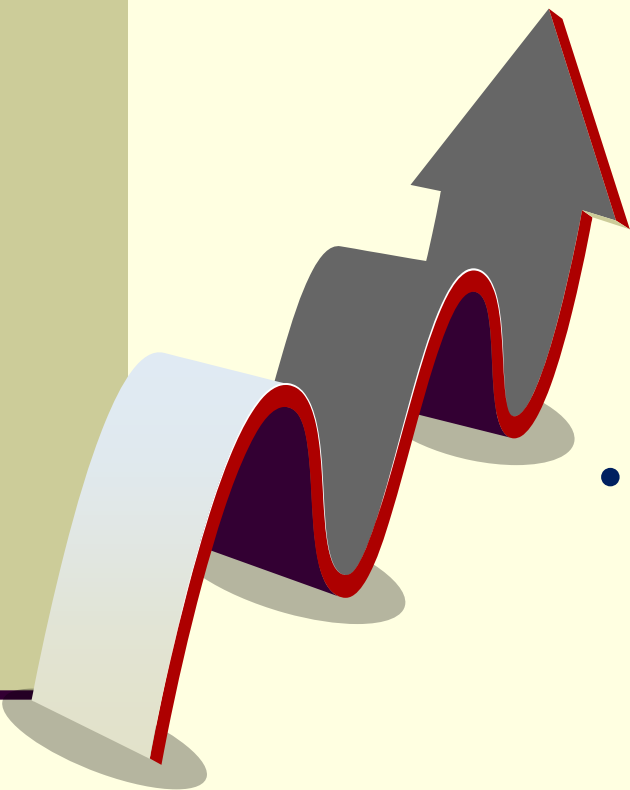
Меланхолик



Сангвиник



- **E'tiboringiz uchun rahmat!**



- 
- **rasmiy veb-sayt**
  - **<http://www.samsportedu.uz>**
  - **maxsus rasmiy telegram kanal**
    - **<https://t.me/sfmalaka>**