

<https://conferencea.org>**FACTORS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS OF YOUNGER SCHOOL AGE TO SCHOOL EDUCATION****Jo'rayeva Difuza Abdug'aniyevna****National University of Uzbekistan 2 course master**

Passing through the threshold of the school, the child finds himself in a completely new world for himself. Ehtimol, bola bu lahzani uzoq vaqt kutgan bo'lishi mumkin, lekin u yangi hayotga moslashishi kerak, bu erda uni yangi sinovlar, do'stlar va bilimlar kutmoqda. Birinchi sinf o'quvchisi maktabga moslashishda qanday qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin? Birinchi sinf o'quvchilarini maktabga moslashtirish muammolari haqida bilib oling. Farzandingizga o'rganishga moslashishda va qiyinchiliklarni yengishga qanday yordam berishni bilib olishingiz mumkin.

Birinchi sinf o'quvchisini maktabga moslashish omillari

- Birinchi sinf o'quvchisining maktabga moslashish xususiyatlari, darajalari
- Birinchi sinf o'quvchisining noto'g'ri ishlashining sabablari va belgilari
- Farzandingizga maktabga moslashishga qanday yordam berish kerak.

Bola maktab va o'qituvchilar haqida salbiy gapiradi, sog'lig'i haqida shikoyat qiladi, ko'pincha kayfiyatni o'zgartiradi, intizom buziladi, o'quv materialini o'zlashtirmaydi, sinfda chalg'itadi, uy vazifasini muntazam ravishda bajar olmaydi, odatdagi mashqlarni bajarishda o'qituvchining yordami talab qilinadi, sinfdoshlari, ijtimoiy topshiriqlari bilan yarashmaydi. Disadaptatsiya deb bolani o'rganishga imkon bermaydigan ifoda etilgan muammolar va o'rganish bilan bog'liq har qanday qiyinchiliklarning paydo bo'lishi (aqliy va jismoniy sog'lig'ining yomonlashishi, o'qish va yozishda qiyinchiliklar va boshqalar) tushunilishi mumkin. Ba'zida noto'g'ri sozlashni sezish qiyin.

Maktabga moslashish - bu har bir birinchi sinf o'quvchisi o'z hayotida boshdan kechiradigan va tushunadigan yangi maktab sharoitlariga ko'nikish jarayoni. Ko'pincha birinchi sinf o'quvchilari maktabga bolalar bog'chasidan keladi. O'yinlar, yurishlar, sokin rejim, kunduzgi uyqu, har doim yonida o'qituvchi bor edi. Bu erda hozirgi birinchi sinf o'quvchilari eng yoshi katta bolalar edi! Maktabda hamma narsa boshqacha: bu erda - shiddatli rejimda va yangi talablar tizimida ishlash. Ularga moslashish uchun sizga kuch va vaqt kerak. Qarindoshlar - onalar, otalar, bobo-buvilarning yordami juda muhimdir. Maktabga birinchi marta kelgan bolani yangi bolalar va kattalar jamoasi kutib olishadi. U tengdoshlari va o'qituvchilari bilan aloqa o'rnatishi, maktab intizomi talablarini, o'quv ishlari bilan bog'liq yangi majburiyatlarni bajarishni o'rganishi kerak. Tajriba shuni ko'rsatadiki, hamma bolalar bunga tayyor emas. Ba'zi birinchi sinf o'quvchilari, hatto intellektual rivojlanish darajasi yuqori bo'lsa ham, maktab o'quvchilari zimmasiga yuklangan yukni zo'rg'a ko'tarib o'tishlari mumkin. Psixologlarning ta'kidlashicha, ko'plab birinchi sinf o'quvchilari va ayniqsa olti yoshli bolalar uchun ijtimoiy moslashish juda qiyin, chunki maktab tuzumiga bo'ysunadigan, maktabda o'zini tutish me'yorlarini o'rganadigan va maktab vazifalarini biladigan odam hali shakllanmagan. Olti yoshli bolani etti yoshli boladan ajratadigan yil aqliy rivojlanish uchun juda muhimdir, chunki bu davrda bola o'z xatti-harakatlarini, ijtimoiy me'yorlar va talablarga yo'naltirilgan o'zboshimchalik bilan tartibga soladi. Hozirgi vaqtda aqliy faoliyatning yangi turi - "Men maktab o'quvchisiman" shakllanmoqda. Yuqorida aytib o'tilganidek, boshlang'ich ta'lim davri maktabga borgan barcha bolalar uchun yetarlicha qiyin. O'quv mashg'ulotlarining birinchi haftalari va oylarida birinchi sinf o'quvchisining tanasi uchun yangi ortib borayotgan talablarga javoban bolalarda charchoq, bosh og'rig'i, asabiylashish, charchoq, uyqu buzilishi haqida shikoyatlar paydo bo'lishi mumkin. Bolalarning ishtahasi va tana vazni kamayadi. Shuningdek, psixologik qiyinchiliklar mavjud, masalan, qo'rquv hissi, o'qishga nisbatan salbiy munosabat, o'qituvchiga va o'z qobiliyati va qobiliyatiga nisbatan noto'g'ri munosabatda bo'lish. Birinchi sinf o'quvchisining tanasidagi yuqoridagi o'zgarishlar maktabda o'qishni boshlash bilan bog'liq bo'lib, ba'zi xorijiy olimlar "moslashish kasalligi", "maktab zarbasi", "maktabdagi stress" deb nomlashadi. Amalda, bolani maktabga moslashtirishda qiyinchiliklar ota-onalarning maktab hayoti va bolaning maktab faoliyati bilan bog'liq bo'lgan holatlar ko'p uchraydi.

Bu, bir tomondan, ota-onaning maktabdan qo'rqishi, bolaning maktabda kasal bo'lishidan qo'rqish. Bu ko'pincha ota-onalarning nutqida aytiladi: "Agar bu mening xohishim bo'lsa, men uni hech qachon maktabga yubormagan bo'lardim". Bola kasal bo'lib, sovuqni ushlab qolishidan qo'rqadi. Boshqa tomondan, bu boladan juda yaxshi, yuqori yutuqlar va norozilikning faol namoyishi. Boshlang'ich ta'lim davrida kattalarning bolalarga bo'lgan munosabati, ularning muvaffaqiyatlari va kamchiliklari "Yaxshi" - bu muvaffaqiyatli o'rganadigan, ko'p narsalarni biladigan, muammolarni osongina hal etadigan bola. o'quv vazifalari bilan. Ta'limning boshida buni kutmagan ota-onalar salbiy (og'zaki va norasmiy ravishda) Bunday baholashlarning ta'siri ostida bola o'ziga bo'lgan ishonchni pasaytiradi, tashvish kuchayadi, bu esa faoliyatning yomonlashishi va tartibsizlanishiga olib keladi, bu muvaffaqiyatsizlikka, muvaffaqiyatsizlikka olib keladi, tashvishlarni kuchaytiradi. bundan tashqari, bu uning faoliyatini buzadi. Bola yangi materialni o'rganadi, ko'nikmalarni yomonlashtiradi va natijada muvaffaqiyatsizliklar aniqlanadi, yomon izlar paydo bo'ladi, bu yana ota-onalarning noroziligiga sabab bo'ladi va hokazo. kattaroq bo'lib, bu ayyor doirani sindirish tobora qiyinlashib bormoqda. Muvaffaqiyatsizlik surunkali holga aylanadi.

Moslashishni yengillashtirish uchun birinchi sinf o'quvchilari jismoniy faoliyat normalariga rioya qilish katta ahamiyatga ega. Buning uchun ular maktabda tashkil etilishi kerak: darsdan oldin gimnastika, darslardagi jismoniy tarbiya, tanaffuslardagi ochiq o'yinlar, dinamik tanaffus - kunlik, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari - haftasiga kamida ikki marta, shuningdek darsdan tashqari sport mashg'ulotlari. Ota-onalarga har kuni maktabdan keyin va yotishdan oldin bolasi bilan yurish tavsiya etiladi. Maktabning birinchi sinfi bolalar hayotidagi eng og'ir davrlardan biridir. Maktabga kirishda bolaga salqin jamoaning ta'siri, o'qituvchining shaxsiyati, rejim o'zgarishi va jismoniy faoliyatning g'ayrioddiy cheklanishi va yangi majburiyatlarning paydo bo'lishi. Maktabga moslashib, bolaning tanasi safarbar qilinadi. Ammo shuni yodda tutish kerakki, har biriga moslashish darajasi va sur'ati individualdir, shuning uchun har bir bola atrofda barcha kattalar tomonidan yordam va sabr-toqatga muhtoj.

Moslashish - bu bolani yangi sharoitlarga moslashtirishning uzoq jarayoni. Psixologik moslashuv (1 dan 3 haftagacha davom etadi) - bu bolaning shaxsiyati yangi aloqa imkoniyatlariga, talablarga, tengdoshlar va kattalar jamoasiga moslashganda. Faqat ota-onalar bolaga maktab muhitida o'zlarini qulay his qilishlariga yordam berishlari mumkin. O'qituvchi qanchalik professional va e'tiborli bo'lishidan qat'i nazar, bolaning maktabga bo'lgan munosabati ko'p jihatdan ota-onalar misoliga asoslanadi. Agar ota-onalar bolani o'zlarining eng yuqori darajasiga qo'ysalar va natijaga faqat qat'iylik, taqiq va jazo bilan erishish mumkin deb hisoblasalar, birinchi sinf o'quvchisini maktabga moslashtirish jarayoni bir necha oylarga cho'zilishi mumkin. Agar ota-onalar bolani to'g'ri rag'batlantira olsalar va unga bilim olishga qiziqishni uyg'otsalar, yangi hayotga moslashish oson va deyarli sezilmaydi. Farzandingizga maktab haqida gapirib berayotganda, haqiqatni zo'r bezatishga urinmang. Bola maktab uning uchun yangi hayotning eshiklarini ochishini, u erda do'stlarini topishini, kattalar, mustaqil, kuchli va aqlli bo'lishni o'rganishini bilishi kerak. Ammo shu bilan birga, chaqaloq muvaffaqiyat qozonish uchun intizom, qat'iyat va ehtiyotkorlikni namoyon qilishi kerakligini tushunishi kerak. Bo'lajak birinchi sinf o'quvchisini imkon qadar erta maktab hayotiga tayyorlashga harakat qiling. Kantselyariya buyumlari, maktab kiyimlari sotib olayotganda va maktab joyini tashkil qilishda uning fikriga qiziqing. Bola qanchalik tez mustaqillikni namoyon qila boshlasa, maktab hayotiga ko'nikishi osonroq bo'ladi.

#### **Foydalangan adabiyotlar ro'yxati**

1. E.G'oziyev "Umumiy psixologiya" 2014 y
2. E.G'oziyev "Ontogenez psixologiyasi" 2014 yil
3. ИСАКОВА М. Т. СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (УЗБЕКИСТАН) //СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ (УЗБЕКИСТАН) Учредители: Общество с ограниченной ответственностью" Центр инновационных технологий". – №. 8. – С. 45-52.
4. Soliev F. S., Muminov D. To determine individual specificity and hidden potential of the personality according to external signs of behavior //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Т. 11. – №. 5. – С. 1258-1265.7.
5. Soliev, F. S., and D. Muminov. "To determine individual specificity and hidden potential of the personality according to external signs of behavior." ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal 11.5 (2021): 1258-1265.