

## Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun miya faoliyatini rivojlantiruvchi o'yinlarning ahamiyati

**Ibodullayeva Dilafro'z Rajapovna**

Urganch davlat pedagogika instituti "Maktabgacha ta'lim metodikasi" kafedrası  
o'qituvchisi

**Yakubova Diana Haydarovna**

Urganch davlat pedagogika instituti "Maktabgacha ta'lim metodikasi" kafedrası  
o'qituvchisi

**Annotatsiya:** Ota-onalarning aziz farzandlarini yaxshi tarbiyalashga intilishi madaniyat markazlari va o'quv markazlarida bolalar uchun turli sinflar tashkil etilishiga olib keldi va natijada maktabgacha yoshdagi bolalar uchun o'quv to'garaklari yo'lga qo'yildi. Bugungi kunda bolalar sog'lom, aqlli va baxtli bo'lishlari uchun kuniga ikki yoki uchta to'garaklarga borish uchun shunchalik ko'p mehnat qilishlari va pul sarflashlari shartmi? Bolalarni barkamol, sog'lom va baxtli tarbiyalashning ancha oson va qiziqarli usullaridan biri bu o'yin albatta.

**Kirish:** O'yin - bu bolalar haqida gapirganda, albatta, paydo bo'ladigan so'z. Kattalar tomonidan o'ynaladigan bu o'yinlar, asosan, zavqlanish, zerikishni bartaraf etish va rishtalarni mustahkamlash vazifasini bajaradi. Xuddi kattalar singari, bolalar ham o'ynash paytida quvonchli his-tuyg'ularni his qilishadi va ular bilan o'ynagan odamlarga yaqin bo'lishadi. Biroq, kattalar va bolalar o'yinlari o'rtasidagi eng katta farq shundaki, o'yin orqali bolalar kelajak uchun zarur bo'lgan asosiy ko'nikmalarga duch keladilar, mashq qiladilar va o'zlashtiradilar. Yangi narsalarni yaratishda ijodkorlik va o'ziga berilgan muammolarni hal qilishda muammoni hal qilish ko'nikmalari o'yin orqali mashq qilinadi. Shunday qilib, bolalar o'yinlari nafaqat o'yin-kulgi vazifasini bajaradi, balki bolalarga o'zlari yashaydigan dunyoni tushunishga va bu dunyoda xavfsizroq, malakali va baxtli yashashga yordam berish uchun qiziqarli tarzda turli ko'nikmalarni o'rgatadi va mashq qiladi. O'yin davomida bolaning miya rivojlanishi rag'batlantiriladi va barcha sohalar, jumladan, tanasi, tili, idroki, hissiyotlari va ijtimoiy ko'nikmalari faollashadi va bola tez orada yanada yetuk inson bo'lib ulg'ayadi.

O'yin inson miyasining rivojlanishi va o'sishini oshiradi. Inson miyasining asosini neyronlar deb ataladigan miya hujayralari tashkil qiladi. Neyronlar atrofdagi muhitdan miyaga ko'p sonli ogohlantirishlar va ma'lumotlarni qabul qilishda muhim rol o'ynaydi. Biroq, neyronlar alohida-alohida mavjud bo'lganda, ular ko'p qobiliyat ko'rsatmaydi. Neyronlarning to'g'ri ishlashi uchun neyronlarni ulash uchun

sinaps(*ulanish, tutasish*)lar kerak. Sinapslar har bir neyron dan ma'lumot almashish va qabul qilish va ko'plab ma'lumotlarni birlashtirish va qayta ishlashda rol o'ynaydi. Ushbu sinapslar qanchalik ko'p shakllansa, axborotni qayta ishlash tezroq va samaraliroq bo'lib, odamni aqlli qiladi. Darhaqiqat, aqlli yoki aqlli odamning ko'plab sinapslari shakllangan va faollashtirilgan deb aytish mumkin. Aqlli odamlar va oddiy odamlar o'rtasida miya hujayralari sonida sezilarli farq yo'q. Biroq, miya hujayralarini (neyronlarni) bog'laydigan sinapslar soni insonning tajribasiga qarab juda farq qilishi mumkin.

Ushbu muhim sinapslar qanday yaratilgan? Bu tajriba. Ular orasida o'yin tajribasi eng yaxshi deb hisoblanadi. Neyrobiologiya tadqiqotlariga ko'ra, o'yin miyaning amigdala va frontal bo'lagi rivojlanishi uchun zarur bo'lgan oqsillarni ishlab chiqarishni rag'batlantiradi, bu insonning hissiy nazorati, fikrlash qobiliyati, fikrlash va rejalashtirishga katta ta'sir ko'rsatadigan sohalar va hayvonlar ustida o'tkazilgan tadqiqot. Bu o'yin kuniga ikki soat davomida oqsil ishlab chiqarishni rag'batlantiradi, o'yinchoqlar bilan o'ynaganda, miya vazni va samaradorligida farq bor edi. Eng muhimi, o'yin inson nerv hujayralari o'rtasidagi aloqalarni rivojlantirishda rol o'ynaydi va natijada o'ynagan odamlar aqlli bo'lishi mumkin. O'yin miya rivojlanishiga yordam berishining sababi shundaki, o'yin o'zbek alifbosini o'rganish yoki raqamlarni o'rganishdan ko'ra ko'proq hislar va miya sohalaridan foydalanadigan faoliyatdir. Kitob o'qish yoki qo'shiq tinglash faqat ko'rish yoki eshitishga tayanadigan faoliyat bo'lsa-da, o'yin beshta hisni, shuningdek, tasavvur va muammolarni hal qilish kabi turli sohalarini ishlatadi. Oddiy "Quvlamachiq" o'yinini o'ynaganimizda ham, biz tezda atrofga nazar tashlashimiz va kimni ushlab foydali bo'lishini, qaysi yo'l tezroq borishini va yo'lda to'siqlardan qanday qochish kerakligini bilish kerak. Siz boshingizni shunday ishlatganingizda, miyaning neyron davrlari faollashadi va miya sinapslarni, yangi neyron tarmog'ini hosil qiladi.

Iqtidorli bolalar uchun eng yaxshi ta'lim - bu inson hayoti davomida miya rivojlanishi eng tez sur'atlarda sodir bo'ladigan bolalik davrida bolalarga atrof-muhitni faol ravishda o'rganish va erkin o'ynash imkoniyatini berishdir.

Inson rivojlanishining eng asosiy sohasi, albatta, jismoniy rivojlanishdir. Odamlar muqarrar ravishda hayvonlarga tegishli bo'lganligi sababli, ular o'z maqsadlariga ko'ra o'z tanalarini harakatga keltirish va boshqarish qobiliyatiga ega bo'lishi kerak va baxtsiz hodisalar yoki nogironlik tufayli o'z tanalarini to'g'ri boshqara olmaganlarida, ular avtonomiyaga ega bo'lishi va o'z-o'zini hurmat qilishda qiyinchiliklarga ega bo'lishi kerak. Xususan, go'daklik va bolalik davrida til va kognitiv rivojlanish hali yetilmagan bo'lsa, tanasi zaif yoki harakat qobiliyatlari zaif bo'lsa, o'zini pastkashlik tuyg'usi oson rivojlantiradi va ko'pincha tengdoshlari

bilan til topishishda qiynaladi. Ba'zi bolalar jismoniy konstitutsiya yoki nogironlik tufayli zaif jismoniy rivojlanishni ko'rsatadilar, lekin ko'pincha ular jismoniy rivojlanishga yordam beradigan o'yin tajribasining yetishmasligi tufayli qiyinchiliklarga duch kelishadi.

O'yin katta va kichik mushaklarning rivojlanishiga yordam beradi, tana muvozanatiga erishish va turli harakatlar va tanani boshqarish orqali muvofiqlashtirish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Bundan tashqari, ko'p jismoniy mashqlar bilan shug'ullanadigan bolalarning jismoniy chaqqonligi yaxshilanadi va hatto xavfli kutilmagan vaziyatlarda ham chaqqonlik bilan javob bera oladi va shu bilan o'zlarini baxtsiz hodisalar yoki ofatlardan himoya qiladi.

O'yin ham insonning jismoniy holatiga va kasalligiga ta'sir qiladi. O'yin paytida paydo bo'ladigan quvonch, qoniqish, baxt va muvaffaqiyat kabi ijobiy his-tuyg'ular immunitetni oshiradi, yuqumli kasalliklarga chalinish ehtimolini kamaytiradi, shuningdek, endokrin kasalliklar va yurak-qon tomir kasalliklari ehtimolini kamaytiradi. Shuningdek, u kundalik hayotdagi zerikish, stress va charchoqni yo'qotadi va baquvvat va sog'lom jismoniy holatni saqlaydi. Qiziqarli o'ynab yurgan bolalarning yuzlari chaqnab, jonli bo'lishining o'ziga yarasha sababi bor.

Bola tug'ilgandan keyin 3 yoshgacha bo'lgan davr bolaning o'sishi va rivojlanishi uchun juda muhim davrdir. Chunki bu davrda intellektni belgilovchi miya sinapslari faol rivojlanadi va miyaning 80% o'sadi. 0 yoshdan boshlab miya rivojlanishi uchun o'yin - bu ota-onalik sohasida kuchli ta'sir ko'rsatuvchi va bolalar ijodiy o'yinining yaratuvchisi muallif so'nggi ikki yil davomida o'zining birinchi o'yinida shaxsan ishlab chiqqan va mashq qilgan miya rivojlanishi uchun eng mashhur sensorli o'yin.

Onaning miyasini rivojlantirish o'yinini qanday boshlashni bilolmay qolgan onalarga berilgan do'stona maslahatga asoslanib, onaning miyasini rivojlantirish uchun o'yinchoq qilish uchun zarur bo'lgan materiallar, o'yinni yanada qiziqarli qilish uchun muallifning o'z maslahatlari va o'yin usuli kiritilgan. Biz bolangizning birinchi hissiy o'yinlari uchun amaliy ma'lumotlarni, jumladan kengaytirilgan o'yin g'oyalarini diqqat bilan kiritdik.

Onaning o'z farzandi uchun hamma narsani qilish istagini o'zida mujassam etgan, esda tutish kerak bo'lgan birinchi narsa - bu bola uchun ham, ona uchun ham qiziqarli va baxtli vaqt bo'ladi. Ona bolasi uchun mashg'ulotlar tayyorlash uchun ko'p ishlaydi, lekin agar bola qiziqish bildirmasa, ona asabiylashishi mumkin. Birinchidan, bolaning qiziqishi yoki rivojlanishi sohalarini diqqat bilan kuzatish muhim va agar bola ona tayyorlagan o'yinga darhol qiziqish bildirmasa, bir muddat to'xtab, tanaffus qilgan ma'qul. Bundan tashqari, bolaning o'z avtonomiyasini e'tirof etgan holda, bolaga o'yin davomida kashf qilish uchun yetarli vaqt berish va bolaga

xavfsiz qoidalarni o'rgatish muhimdir. Ammo hamma narsadan ko'ra, onaning xotirjam bo'lganida bola uchun o'yin o'ynash yaxshiroqdir. Buning sababi shundaki, ona o'zini qulay his qilsa, u bolaga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Dunyoga birinchi qadamlarini qo'ygan bola o'z his-tuyg'ulari orqali dunyoni o'rgana boshlaydi. Biz barcha ma'lumotlarni ko'z bilan ko'rish, qo'l bilan teginish, og'iz bilan his qilish, tovushlarni eshitish va hidlash kabi turli xil sezgilar orqali to'playmiz. Shunday qilib, bolajonlar qadamma-qadam o'sib borayotgan kashfiyot va tajribani davom ettiradilar. Shu tarzda, onaning birinchi miya rivojlanishi o'yini - bu jismoniy, hissiy va miya rivojlanishiga yordam beradigan barcha beshta hissiyotni rag'batlantiradigan faoliyatdir va hissiy jihatdan ozuqa moddalarini to'ldirish va o'sishda juda mazmunli vaqtga aylanadi. Xususan, bolaning hayotidagi birinchi o'qituvchisi bo'lgan ota-onasi bilan uyda o'ynash, bu bolaning birinchi ijtimoiy tajribasi bo'lib, bolaning dunyoni tabiiy ravishda o'rganishiga yordam beradi, rishtalarni chuqurlashtiradi va bog'lanishni ijobiy tarzda shakllantirishga yordam beradi.

Onalarning o'yini bolalarning asosiy g'amxo'rliqi, bolaning asosiy g'amxo'rliqi bilan uyda o'ynash orqali ularning hissiy va kognitiv qobiliyatlarini samarali rivojlantirishga yordam beradi. Buning sababi shundaki, bu davrda g'amxo'rlik qiluvchilardan olingan sevgi va e'tibor miya o'sishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Miya rivojlanishi uchun muhim davr bo'lgan 0 yoshdan 3 yoshgacha bo'lgan davrda bolalar tabiiy ravishda o'z tarbiyachilari bilan muloqot qilishadi va turli tajribalarni boshdan kechirishadi va bu jarayon bolaning miya rivojlanishiga ham yordam beradi.

Onaning bola miyasini rivojlantirish o'yinlarini o'ynashning eng muhim qismi shundaki, bolalar haqida chuqurroq tushunchaga ega bo'lish mumkin. Bolalar bilan turli o'yinlar o'ynab, bolaning qanday materiallarga qiziqishi va qaysi o'yin jarayonini yoqtirishini, tabiiy mayl va temperamentini tushunish mumkin. Shuning uchun, onalarning miya rivojlanishiga oid o'yinlarni o'ynaganda, bolani chuqur kuzatish va uning avtonomiyasini hurmat qilish juda muhimdir. O'ylaymanki, bola uchun qiziqarli va ona uchun qoniqarli o'yin orqali o'zaro muloqot qilish va chuqur rishtalarni o'rnatish ham katta quvonchdir.

Bola hayotining dastlabki uch yili - bu ota-onalar bilan birgalikda eng ko'p vaqt o'tkazadigan davr. Ko'chaga chiqishingiz yoki katta materiallarga ega bo'lishingiz shart bo'lmasa ham, osonlik bilan mavjud bo'lgan materiallardan foydalanib, bolaning hissiyotlarini uyg'otadigan va uning miyasini rivojlantirishga yordam beradigan o'yinlarni o'ynash mumkin. Umid qilamizki, bolalar yillar davomida o'yin

orqali o'zaro aloqada bo'lib, rishtalarni o'rnatgan miyani rivojlantirish o'yinlari 0 yoshdan boshlab qimmatli xotiralarni yaratadi.

### Foydalanilgan adaboyitlar

1. [20 ta eng yaxshi bepul miya mashqlari o'yinlari sizni aqliy jihatdan o'tkir qiladi | 2024 Oshkora \(ahaslides.com\)](#)
2. **Xotira jarayonlarini rivojlantiruvchi o'yinlar va metodikalar**
3. <http://azkurs.org/pedagogika-va-psixologiya-yonalishi.ht>
4. [Xotiralarni rivojlantirish uchun o'yinlar \(unistica.com\)](#)
5. [Psixologik o'yinlar \(azkurs.org\)](#)