



TA'LIM VA TARBIYADA TRENING MASHQLARINI O'TKAZISHGA INNOVATIV YONDASHUV

Teshaeva Kamola

Buxoro shahri 13-umumiy o'rta maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Maqolada ta'lim tarbiyada turli yosh davrlariga muvofiq dars mash-ulotlarida ijtimoiy-ta'limiy, psixologik treninglardan, mashqlardan didaktik o'yinlardan oqilona foydalanish orqali o'quvchining kognitiv va xulqiy xususiyatlarini samarali shakllantirish dolzarbligi, nazariy va amaliy ahamiyati haqida fikr yuritilgan

Kalit so'zlar: Trening, ijtimoiy-ta'limiy, psixologik treninglar

Psixologiya sohasi keyingi 10 yillar mobaynida anchagina rivojlandi. Shuningdek, psixologiya sohasining alohida yo'nalishlari sifatida trening tarmog'i ham rivojlandi. Fan sifatida rivojlanayotgan trening o'tkazish metodikasi mazmun jihatdan aynan treninglarni qanday tartibda tashkil etilishi va o'tkazilishi borasidagi masalalarni yoritishga bag'ishlanadi.

Trening – shaxsda mavjud bo'lgan yoki vujudga kelishi mumkin bo'lgan muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan ko'nikma va malakalarni hosil qilish maqsadida turli xil o'yin va mashqlar orqali o'tkaziladigan mashg'ulot hisoblanadiyu

Treningga ta'rif berish yoki uni tushuntirishda turli mualliflar tomonidan turlicha yondashuvlar keltirilgan bo'lsada, ularning aksariyati trening mashg'ulotlari o'yin va mashqlar orqali amalga oshirilishiga va trening jarayonida ko'nikma va malakalar hosil etilishiga e'tibor qaratganlar.

Trening insonlarda mavjud bo'lgan xulq-atvori va faoliyatini boshqaruv modelini qayta dasturlash vositasidir. Trening shuningdek tashkilotni rejalashtirilgan faolligini oshirish uchun, kasbiy bilimlarini oshiruvchi, ko'nikmalarini yaxshilashga yo'naltirilgan, yoki tashkilotning maqsadli faoliyati talablariga mos keluvchi attityudlar modifikatsiyasi va jamoatning ijtimoiy xulq-atvorini tuzatish uchun zarurdir. Mashhur rus psixologi G.A.Kovalev ijtimoiy-psixologik treningni ijtimoiy-didaktik aktiv yo'nalishdir deb hisoblaydi. Bjtimoiy-psixologik trening — shaxsda mavjud bo'lgan yoki vujudga keladigan muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma malakalarni hosil qilish maqsadida bahs-munozara, o'yin va mashqlar orqali o'tkaziladigan mashg'ulotlar yig'indisidir.

Shuni alohida qayd etish lozimki, bu trening jarayonida muammolarni yechish ham, bu boradagi bilim, ko'nikma va malakalarni hosil qilish ham trenerdan ijtimoiy psixologiya shaxs psixologiyasi, shaxs individual psixologiyasi bilan ishlashni taqozo etadi. Shuning uchun psixologiyada bunday treninglar ijtimoiy-psixologik treninglar deb ataladi. Aytish joizki, psixologiya tarixida trening o'qitishning eng



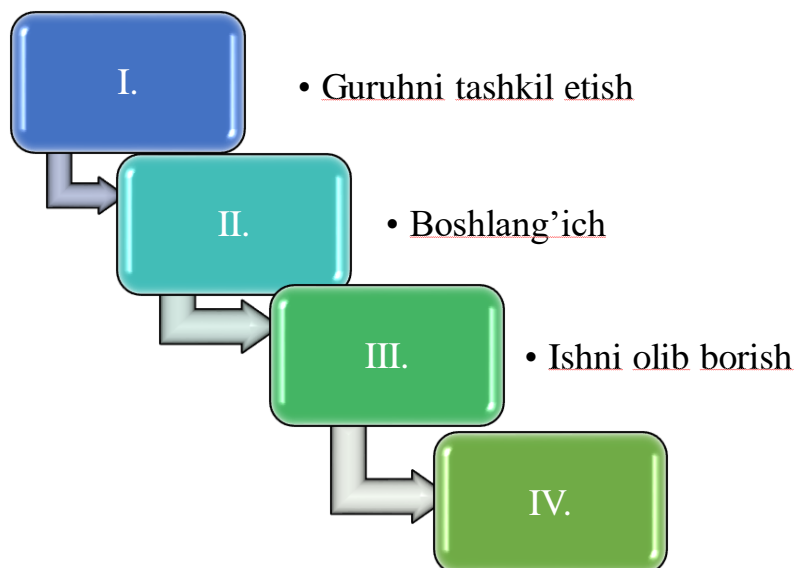
keng tarqalgan shakli faol ijtimoiy-psixologik treninglardir. Bu treninglarning maqsadi quyidagicha bo'lishi kuzatiladi:

- Shaxsda muloqotchanlik ko'nikmalarini hosil qilish;
- Hayotdagi qarama-qarshiliklarni to'g'ri tushuna olish va tahlil qilishga o'rgatish;
- Shaxsning ichki holati (ruhiyati)ni o'zgartirishga erishish;
- Shaxsni kamoloti uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni hosil qilish;
- Favqulodda vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qila olish ko'nikmasini hosil qilish.

Psixologik treninglarning vazifalariga quyidagilarni kiritish mumkin:

- Guruh a'zolarining bir-birlari bilan tanishuvini tashkil etish;
- Guruh a'zolari bilan birgalikda normalarga amal qilishga o'rganish;
- Guruh a'zolarining muammolarini gapirtirishga sharoit yaratish;
- Guruh a'zolari o'rtasida o'zaro do'stona muhit yaratish;
- Guruh a'zolarining kayfiyatini ko'tarish;
- Guruh a'zolari o'rtasida samimiylik muhitini yaratish;
- Guruh a'zolarining o'zaro jipsligini, ahilligini ta'minlash;
- Guruh a'zolarining "qayta aloqa"sini ta'minlash;
- Guruh a'zolarida turli xil hayotiy ko'nikma va malakalarni hosil qila oluvchi mashg'ulotlar tashkil etish.

Trening bosqichlari:



Ma'lumki, bolaning maktabda muvaffaqiyatli o'qishi va uning ta'lim jarayoniga tortilishi uning shaxsi samarali kamol topishi va rivojlanishining barcha



tomonlarini o'z ichiga oladi. Boshlangich ta'lim boshlanishi davrida bola quyidagi individual ijtimoiy- psixologik xususiyatlar bilan tavsiflanishi mumkin:

- bolada fazoviy muvozanatning vujudga kelganligi;
- o'zini o'zi anglashdan ibopat «Men» davpining mavjudligi;
- nutqda ona tili boyligidan unumli foydalanish imkoniyatining tug'ilishi;
- milliy upf-odatlapga, xulq-atvop qoidalapiga pioya qila olishi;
- muomala mapomi, ijtimoiy qadpiyatlapning egallashi;
- o'yin hamda faoliyatning boshqa tuplapini o'zlashtipish negizida milliy va umumbashariy fazilatlapning shakl-langani;
- individual-tipologik xususiyatlapning aniq namoyon bo'lishi;
- bapcha jihatlap bilan maktab ta'limiga tayyopgaplgi;
- gupuhuy hamkoplik uquvidan xabapdopligi.

Bu individual ijtimoiy-psixologik xususiyatlar bolaning rivojlanishi va maktabda o'qishga nechog'lik tayyorgarlik darajasini belgilaydi. Aslida, maktabga ilk psixologik tayyorgarlik:

- ilk o'quv motivlarining paydo bo'lishi;
- bolaning kognitiv jarayonlarining yetarli darajada rivojlanganligi;
- yangi ijtimoiy muhitga moslasha olish va ijtimoiy hamkorlik xususiyatlarning paydo bo'lishi;
- ma'naviy-axloqiy jihatlari;
- aqliy imkoniyatlarining o'sishi bilan izohlanadi.

Endi shu jihatlarni yetarli darajada samarali rivojlantirishda, talimda ijtimoiy-ta'limiy, psixologik treninglardan, mashqlardan didaktik o'yinlar o'tkazish mobaynida samarali foydalanish maqsadga muvofiqdir. Ijtimoiy-ta'limiy psixologik treninglar va mashqlar o'quvchilarda:

- birgalikda trening mashqida ishtirok etib,, o'z manfaatlarini jamoa manfaatlari bilan uyg'unlashtira olish;
- bir-biriga ko'maklashish va muvaffaqiyatidan xursand bo'lish;
- sofdillik, rostgo'ylik kabi ijobiy xislatlarining shakllanishi;
- kognitiv faoliyatini rivojlanishi;
- psixologik (ruhiy) zo'riqishi, asabiy tanglikdan ozod qilish;
- tabiiy erkinlikni his etish;
- o'z guruhida va undan tashqarida o'zaro munosabat, aloqa o'rnata olish;
- boshqalarni, o'zini o'zi tushunishga o'rgatish;
- o'zgalarni va o'zini o'rganish;
- o'ziga-o'zi baho berishini taminlash;
- boshqalarni tushunish va ularni idrok qila bilish;
- muloqotda o'zini o'zi boshqarish

kabi ijobiy xislatlarning tarkib toptirish bilan o'quvchining avvalo axloqiy xususiyatlarini samarali shakllantirish bilan, kognitiv-intellektual rivojlanishiga



yordam beradi. Treningni o'tkazish davomida muvofiq ravishda verbal va noverbal yo'naltirish va rag'batlantirish lozim.

Shuning uchun ham treningni muvaffaqiyatli o'tkazish va uning samaradorligi ko'p jihatdan treningni olib boruvchi(kouch) bilan ishtirokchilar (bolalar) o'rtasidagi o'zaro bir-birini tushunish darajasiga bog'liq. Shunday qilib, bu treninglar bolalarni borliqni to'g'ri anglash va uning imkoniyatlaridan keng foydalanishga yordam beribgina qolmasdan ularning sub'ektiv ijobiy tajribalarini shaklanishini muvofiq pedagogik va psixologik qulay sharoitlar yaratilganligi bois osonlashtiradi. Shu bilan birga — shaxsda mavjud bo'lgan yoki vujudga keladigan muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma malakalarni shaklantirishga xizmat etadi.

Adabiyotlar:

1. Горбушина О.П. Психологический тренинг. Секреты проведения.
2. СПб.: Питер, 2007. - 176 с: ил. - (Серия «Практическая психология»).
3. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг.
4. Л., 1990.
5. Практикум по социально-психологическому тренингу. Под.ред.
6. Б.Д.Парыгина. Санкт-Петербург, 1994.
7. К.Алиева, Ф.Азимова “Тренинглар тўплами”. Тошкент 2020 й. 80 б.
8. Ментс. М. Ван. Эффективный тренинг с помощью ролевых игр. – СПб.: Питер, 2002. – 208 с