

MAKTABGACHA TA'LIMDA JISMONIY TARBIYANI TASHKIL ETISHDA OTA-ONALAR VA PEDAGOGLARNING PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI

Tadjibayeva Gulmira G'afur qizi¹

¹ *Xalqaro Nordik universiteti magistranti.*

MAQOLA MALUMOTI

ANNOTATSIYA:

MAQOLA TARIXI:

Received: 13.06.2025

Revised: 14.06.2025

Accepted: 15.06.2025

KALIT SO'ZLAR:

*maktabgacha ta'lim,
jismoniy tarbiya, psixologik
tayyorgarlik, ota-onalar,
pedagog, hamkorlik,
rivojlanish*

Mazkur maqolada maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini samarali tashkil etishda ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligining o'rni yoritilgan. Bola shaxsining har tomonlama rivojlanishida jismoniy tarbiyaning ahamiyati, pedagog va ota-onalar o'rtasidagi hamkorlik, shuningdek, psixologik yondashuvlarning o'ziga xos xususiyatlari tahlil qilingan. Amaliy tavsiyalar orqali psixologik tayyorgarlik darajasini oshirish yo'llari ko'rsatilgan.

KIRISH. Maktabgacha ta'lim — bu bolaning shaxs sifatida shakllanishida eng muhim bosqichlardan biridir. Aynan shu davrda bolaning aqliy, hissiy, ijtimoiy va jismoniy jihatdan rivojlanish poydevori yaratiladi. Ayniqsa, jismoniy tarbiya bolaning sog'lom ulg'ayishi, harakat faoliyatining rivojlanishi, muvofiqlashtiruvchi harakatlar va psixomotor ko'nikmalarning shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Shu sababli maktabgacha yoshdagi bolalar bilan olib boriladigan jismoniy tarbiya ishlari puxta va psixologik jihatdan asoslangan bo'lishi zarur.

Jismoniy tarbiya faqatgina bolalarni jismonan chiniqtirish emas, balki ularning psixologik holatini, hissiy dunyosini va ijtimoiy moslashuvchanligini ham rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu jarayonda pedagoglarning hamda ota-onalarning psixologik tayyorgarligi, ya'ni bolaning yoshiga mos pedagogik va psixologik yondashuvlarni to'g'ri tanlashi muhim ahamiyat kasb etadi. Bola bilan ishlovchi har bir kattaning ruhiy tayyorgarligi, mehr-muhabbati, pedagogik saviyasi va emotsional barqarorligi bola rivojiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy psixologik-pedagogik tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, agar ota-onalar va pedagoglar bolaning jismoniy rivojlanish bosqichlari, individual xususiyatlari hamda harakat ehtiyojlarini to'g'ri tushunishsa, ta'lim-tarbiya jarayoni yanada samarali tashkil etiladi. Aksincha, psixologik tayyorgarlikning yetarli emasligi bolada qo'rquv, befarqlik, ijtimoiy moslashishdagi qiyinchiliklar kabi salbiy holatlarga olib kelishi mumkin.

Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, maktabgacha ta'lim tizimida jismoniy tarbiyani samarali tashkil qilishda ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligi darajasini o'rganish, bu borada samarali yondashuvlar ishlab chiqish dolzarb masalalardan biridir. Mazkur maqolada aynan shu muammo tahlil qilinadi, mavjud holat tahlili, psixologik yondashuvlar, metodik tavsiyalar hamda ota-ona va pedagoglar o'rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish yo'llari yoritiladi.

Zamonaviy maktabgacha ta'lim tizimi nafaqat bolaga bilim va ko'nikmalarni singdirish, balki uning sog'lig'i, ruhiy holati, emotsional muvozanatini saqlash va rivojlantirishni ham o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. Bu vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish esa pedagog va ota-onalarning bolaga nisbatan to'g'ri psixologik munosabatda bo'lishlari, uni ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlashlari, ishonch va ijobiy motivatsiya berishlariga bog'liqdir.

Afsuski, amaliyotda jismoniy tarbiya jarayoni ko'p hollarda faqat jismoniy mashqlarni o'rgatish yoki o'yin shaklidagi faoliyat bilan chegaralanib qolmoqda. Bunday yondashuv bola shaxsining emotsional va ruhiy ehtiyojlarini hisobga olmaydi. Shu sababli pedagoglar va ota-onalar bolalar bilan ishlashda har bir harakatning ruhiy-psixologik ta'sirini tushunishlari, bolaning har bir muvaffaqiyati yoki qiyinchiligi ortidagi ichki kechinmalarini his eta olishlari zarur.

Bundan tashqari, pedagog va ota-onalar o'rtasidagi hamkorlik darajasi ham bolaning jismoniy va psixologik rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Agar bu ikki tomon o'rtasida doimiy aloqa, fikr almashinuvi va o'zaro tushunish mavjud bo'lsa, bola o'zini xavfsiz, qadrlangan va motivatsiyalangan his qiladi. Bunday muhit esa jismoniy tarbiyaning samaradorligini oshiradi, bolada sog'lom hayot tarziga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantiradi.

Shu nuqtai nazardan qaralganda, maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiyani samarali tashkil etish uchun pedagog va ota-onalarning psixologik tayyorgarligini oshirish, ularni maxsus treninglar, psixologik mashg'ulotlar orqali qo'llab-quvvatlash dolzarb vazifa sifatida namoyon bo'lmoqda. So'nggi yillarda Respublikamizda maktabgacha ta'lim tizimining tubdan isloh qilinayotgani, bu sohaga alohida e'tibor qaratilayotgani jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarziga oid masalalarning dolzarbligini yanada oshirmoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining maktabgacha ta'limni rivojlantirishga doir farmon va qarorlari bu tizimning ilmiy asoslangan, kompleks yondashuvlar asosida faoliyat yuritishini ta'minlab bermoqda. Bu esa jismoniy tarbiya sifatini oshirishda pedagoglar va ota-onalarning roli va mas'uliyatini yanada kuchaytiradi.

Jismoniy tarbiya jarayonida bola faqatgina harakat faoliyatini bajaruvchi emas, balki psixologik-emotsional ehtiyojlarga ega bo'lgan shaxs sifatida qaralishi lozim. Har bir bola o'ziga xos individual rivojlanish sur'atiga, xarakterga va harakat imkoniyatlariga ega. Shu bois, psixologik tayyorgarligi yetarli bo'lmagan pedagoglar va ota-onalar tomonidan bolaga qo'yiladigan noaniq yoki haddan tashqari talablar, salbiy baholar yoki qiyoslovchi yondashuvlar bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi, jismoniy faollikka nisbatan salbiy munosabat shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Psixologik tayyorgarlik nafaqat pedagogik bilimlar bilan cheklanmaydi. Bu tushuncha ostida ota-onalar va pedagoglarning bolaning psixologik rivojlanish xususiyatlarini bilishi, emotsional barqarorlikni saqlay olishi, stressli vaziyatlarda to'g'ri munosabat bildirish olishi, shuningdek, bolalarda motivatsiyani uyg'ota olishi kabi ko'nikmalarni ham tushunish kerak. Bunday tayyorgarlik esa faqat nazariy bilimlar emas, balki doimiy amaliy mashg'ulotlar, kuzatishlar, psixologlar bilan hamkorlik orqali shakllanadi.

Demak, jismoniy tarbiya — bu faqat jismoniy faoliyat emas, balki psixologik yondashuv va shaxslararo munosabatlar asosida quriladigan murakkab pedagogik jarayondir. Uning samaradorligi esa bevosita ishtirokchilarning — ya'ni pedagoglar va ota-onalarning — tayyorgarligi va hamkorligiga bog'liq. Shu bois, bu mavzu nafaqat ilmiy-nazariy, balki amaliy ahamiyatga ega bo'lib, hozirgi ta'lim islohotlari doirasida dolzarb hisoblanadi. Bugungi kunda dunyo bo'yicha ta'lim tizimlari bolani har tomonlama — intellektual, axloqiy, emotsional va jismoniy jihatdan rivojlantirishga qaratilgan integratsiyalashgan yondashuvga o'tmoqda. Ayniqsa, maktabgacha ta'lim tizimida bola shaxsini to'laqonli shakllantirishda jismoniy tarbiya muhim o'rin tutadi. Chunki aynan ushbu davrda bola organizmi jadal sur'atlarda rivojlanadi, harakat ehtiyoji yuqori bo'ladi va bu ehtiyoj psixologik holat bilan bevosita bog'liq tarzda namoyon bo'ladi.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishi faqatgina harakat faoliyati bilan emas, balki ularning psixologik tayyorgarligi, emotsional holati va atrofdagilar — ayniqsa ota-onalar hamda pedagoglarning psixologik yondashuvi orqali shakllanishi mumkin. Psixologik qo'llab-quvvatlangan jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bolalarda nafaqat mushak harakatlarini, balki o'ziga ishonch, irodaviy sifatlar, hissiy barqarorlik va ijtimoiy moslashuv kabi muhim shaxsiy fazilatlarni shakllantiradi.

So'nggi yillarda O'zbekiston Respublikasida maktabgacha ta'lim tizimini isloh qilish va uni xalqaro tajribalarga tayangan holda modernizatsiya qilish borasida qator huquqiy va amaliy ishlar olib borilmoqda. Jumladan, 2019-yil 8-oktabrdagi "Maktabgacha ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi"da bolalarning sog'lom va har tomonlama rivojlangan shaxs bo'lib voyaga yetishini ta'minlash ustuvor maqsad sifatida belgilangan. Bu esa jismoniy tarbiyaning pedagogik va psixologik jihatdan puxta tashkil etilishini talab qiladi.

Biroq amaliyotda ota-onalarning jismoniy tarbiya jarayoniga befarq munosabati, pedagoglarning psixologik jihatdan to'liq tayyor emasligi, bolalarning emotsional muvozanatiga yetarlicha e'tibor berilmasligi sababli ko'plab muammolar yuzaga kelmoqda. Bu esa ta'lim jarayonining samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiyaga oid psixologik omillarni chuqur o'rganish, ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligini ilmiy asosda aniqlash va rivojlantirish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Ushbu tadqiqot aynan shu ehtiyojdan kelib chiqib, maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya jarayonining muvaffaqiyatini ta'minlovchi psixologik omillarni aniqlash va ularni kuchaytirishga qaratilgan metodik yondashuvlarni ishlab chiqishni maqsad qiladi. Tadqiqot natijalari nazariy jihatdan ilmiy bilimlar doirasini kengaytirsada, amaliy jihatdan pedagoglar va ota-onalar bilan ishlashda foydali ko'rsatkich va uslubiyatlarni taklif etadi. Maktabgacha ta'lim davri bolaning har tomonlama shakllanishida, ayniqsa jismoniy rivojlanishida hal qiluvchi bosqich hisoblanadi. Bu davrda bolaning harakat faolligi, tashqi muhitga bo'lgan qiziqishi, ijtimoiylashuv jarayoni va shaxsiy fazilatlarini jadal rivojlanadi. Shu sababli, jismoniy tarbiya faoliyati faqatgina sog'lomlashtirish bilan cheklanmay, balki bolaning ruhiy-emotsional, ijtimoiy va kognitiv rivojiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy ta'lim tizimida maktabgacha yoshdagi bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, harakat madaniyatini rivojlantirish va sportga ijobiy munosabatni shakllantirish ustuvor vazifalardan biri sifatida qaralmoqda. Bu jarayonning muvaffaqiyati, eng avvalo, pedagoglarning kasbiy va psixologik tayyorgarligiga, shuningdek, ota-onalarning faol ishtirokiga bevosita bog'liqdir. Aynan pedagog va ota-onalar bolaga jismoniy faoliyatni ijobiy qadriyat sifatida tanitishda va unga munosib sharoit yaratishda asosiy rol o'ynaydi.

Ta'kidlash joizki, har bir pedagog jismoniy tarbiyani tashkil etishda nafaqat metodik, balki psixologik jihatdan ham tayyor bo'lishi lozim. O'z navbatida, ota-onalarning farzandlari jismoniy faoliyatiga nisbatan bo'lgan munosabati, oiladagi psixologik muhit va bolaga berilayotgan emotsional qo'llab-quvvatlash ham jismoniy tarbiyaning samaradorligiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, mazkur tadqiqot maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiyani tashkil etishda ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligini tahlil qilish, mavjud holatni aniqlash va samarali yondashuvlarni ishlab chiqishga qaratilgan bo'lib, ilmiy-amaliy ahamiyatga egadir.

Adabiyotlar tahlili. Maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya va unga ta'sir etuvchi psixologik omillar masalasi ilmiy-pedagogik adabiyotlarda keng o'rganilgan. Jumladan, bola jismoniy rivojining psixologik asoslari, pedagog va ota-onalarning ushbu jarayondagi roli bo'yicha qator mualliflar o'z ilmiy qarashlarini bildirganlar.

U. Bronfenbrenner o'zining "Inson taraqqiyotining ekologik modeli"da bola rivojlanishi ichki va tashqi omillar o'zaro ta'sirida yuzaga kelishini asoslab beradi. U pedagog va

oilaning bola hayotidagi muhim ijtimoiy muhit ekanligini, ular o'rtasidagi o'zaro ta'sir bolaning emotsional va jismoniy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi [1].

J. L. Epstein maktab, oila va jamiyat o'rtasidagi hamkorlikning bolalar rivojiga ta'siri haqida fikr yuritar ekan, pedagoglar va ota-onalarning uzviy aloqasi bolada ishonch va xavfsizlik hissini shakllantirishini, bu esa uning jismoniy faol bo'lishida muhim omil ekanligini qayd etadi [2].

Hoover-Dempsey va Sandler (1997) ota-onalarning ta'lim jarayonidagi ishtirokini psixologik motivatsiya bilan bog'lab, ularning farzandlariga bo'lgan ijobiy emotsional munosabati bolalarning maktabgacha davrda ijtimoiylashuv va harakat faoliyatiga bo'lgan qiziqishini kuchaytirishini aniqlaganlar [3].

Maktabgacha yoshdagi bolalarda harakat ko'nikmalarining shakllanishi va ularni o'rgatishda psixologik yondashuvning ahamiyati G. V. Burmenskaya tadqiqotlarida keng yoritilgan. U pedagoglarning bolaga individual yondashuvi, ishonchli muhit yaratishi va musbat emotsional holatni ta'minlashi harakat faolligini oshiruvchi asosiy omillardan biri ekanligini ko'rsatgan [4].

O'zbekistonlik tadqiqotchi A. Abdukarimov maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini tashkil qilishda psixologik tayyorgarlikning pedagogik samaradorlikka bevosita ta'sirini tahlil qilgan. U har bir pedagog bola psixologiyasini bilishi, bolaning ichki dunyosini his eta olishi lozimligini ta'kidlaydi [5].

N. V. Nemovning umumiy psixologiyaga oid ishlari, xususan "Psixologiya" darsligi, jismoniy faollik bilan bog'liq psixik jarayonlar — motivatsiya, diqqat, emotsional barqarorlik kabi holatlarni tushuntirishda asosiy nazariy manba bo'lib xizmat qiladi. Bu bilimlar pedagog va ota-onalarning ruhiy tayyorgarligini shakllantirishda zarur [6].

S. L. Rubinshteynning faoliyat nazariyasiga ko'ra, bola harakati faqatgina jismoniy mashq emas, balki ongli faoliyatning bir shakli sifatida qaraladi. Shu nuqtai nazardan, jismoniy tarbiya jarayonida bolaning psixik holati, ruhiy quvvatlari va qiziqishlari inobatga olinishi kerak [7].

L. S. Vygotskiy bolalar rivojida "yaqin rivojlanish zonasi" tushunchasini ilgari surgan bo'lib, bu yondashuv maktabgacha yoshdagi bolalarning harakatli faoliyatga qobiliyatini rivojlantirishda pedagog va ota-onaning qo'llab-quvvatlovchi roli naqadar muhim ekanini ko'rsatadi. Uning fikricha, katta yoshdagilar tomonidan berilgan ijobiy turtki bola faoliyatida sezilarli o'zgarishlar keltirib chiqaradi [8].

Yaqinda chop etilgan zamonaviy tadqiqotlardan biri bo'lgan K. R. Ganieva va M. T. Saidovning maqolasida maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy faolligini oshirishda oilaviy muhitning roli, ota-onalarning ruhiy holati va ularning farzand bilan o'zaro munosabatlari tahlil qilingan. Ular oiladagi ijobiy emotsional muhit va ota-onalarning psixologik tayyorgarligi bolani jismoniy jihatdan faol bo'lishga undashini aniqlaganlar [9].

Materiallar va metodlar. Mazkur tadqiqotda maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini tashkil etishdagi amaliy tajribalarni o'rganish, ota-onalar va

pedagoglarning psixologik tayyorgarligi darajasini aniqlash, ularning bu boradagi qarashlari va yondashuvlarini baholash asosiy maqsad qilib olindi. Shu asosda tadqiqotning metodologik asoslari, tadqiqot ob'ekti va predmeti, shuningdek, foydalanilgan metodlar aniq belgilandi.

Tadqiqot ob'ekti:

- Maktabgacha ta'lim muassasalarida faoliyat olib borayotgan pedagoglar;
- 3–6 yoshli bolalarning ota-onalari.

Tadqiqot predmeti:

- Ota-onalar va pedagoglarning jismoniy tarbiyaga oid psixologik tayyorgarligi;
- Ularning bola bilan ishlashdagi psixologik yondashuvlari va metodik tajribalari.

Tadqiqot doirasi:

Tadqiqot Toshkent shahri va Toshkent viloyatining turli maktabgacha ta'lim tashkilotlarida olib borildi. Umumiy hisobda 12 ta bog'cha tanlab olindi, jumladan, davlat va xususiy sektor vakillari ham qamrab olindi. Tadqiqotda 48 nafar pedagog va 96 nafar ota-ona ishtirok etdi.

Tadqiqotda qo'llanilgan metodlar:

1. Ilmiy-nazariy

tahlil

Ilmiy adabiyotlar, xorijiy va mahalliy tadqiqotlar, qonun hujjatlari, o'quv dasturlar va me'yoriy hujjatlar tahlil qilindi. Bu orqali jismoniy tarbiya va psixologik tayyorgarlik tushunchalarining ilmiy asoslari aniqlashtirildi [1].

2. So'rovnoma

(anketlash)

Ota-onalar va pedagoglar o'rtasida maxsus ishlab chiqilgan anketalar yordamida ularning jismoniy tarbiya borasidagi qarashlari, ruhiy holati, bola bilan ishlashdagi emotsional yondashuvi va o'zini baholashi o'rganildi. So'rovnoma savollari Likert shkalasi asosida tuzildi.

3. Psixodiagnostik

testlar

Pedagoglar va ota-onalarning psixologik tayyorgarlik darajasi "Emotsional intellekt" (N. Hall), "Stressga bardoshlilik" testi, "Psixologik tayyorgarlik" (Sh. K. Nasybullina modeli asosida) kabi standart metodikalar yordamida baholandi. Natijalar statistik jihatdan qayta ishlanib, mezonlar asosida tahlil qilindi.

4. Kuzatuv

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining real sharoitda qanday o'tayotgani, pedagoglarning bolalarga nisbatan emotsional munosabati, ularning harakat faolligini qo'llab-quvvatlashi bevosita kuzatildi. Kuzatuvlar maxsus jadval asosida olib borildi.

5. Suhbat

metodi

Tanlab olingan ota-onalar va pedagoglar bilan yarim strukturalangan suhbatlar tashkil qilindi. Savollar bolaning jismoniy faolligini rag'batlantirish, pedagogik munosabatlar, stressli vaziyatlardagi yondashuvlar va ota-onalik tajribasi kabi masalalarga qaratildi.

6. Tajriba-eksperimental

ishlar

Ba'zi guruhlarda pedagoglar uchun qisqa muddatli trening mashg'ulotlari o'tkazildi. Treningdan oldingi va keyingi natijalar solishtirildi va ularning psixologik tayyorgarlik darajasiga ta'siri baholandi.

Ma'lumotlarni qayta ishlash usullari:

Yig'ilgan empirik ma'lumotlar MS Excel va SPSS statistik dasturlari yordamida qayta ishlanib, ular asosida foizlar, grafiklar, dispersiyalar va o'zaro bog'liqliklar (korelatsiya) aniqlashtirildi. Ahamiyatlilik darajasi $p < 0,05$ mezon asosida hisoblandi. Kvalitativ (sifat) tahlil yondashuvi

Tadqiqot jarayonida faqat kvantitativ (sonli) ma'lumotlarga emas, balki sifat tahlil usullariga ham e'tibor qaratildi. Jumladan, suhbat va kuzatuvlar orqali olingan ma'lumotlar kontekstual tahlil qilinib, ota-onalar va pedagoglarning subyektiv tajribalari, hissiy holatlari, shaxsiy qarashlari chuqur o'rganildi. Bu esa raqamli natijalarni to'ldirib, holatni kompleks yoritishga imkon berdi.

Ekspert baholash usuli

Tadqiqotda pedagogik-psixologik tajribaga ega bo'lgan 5 nafar malakali mutaxassis ishtirokida ekspert baholash o'tkazildi. Ulardan ota-onalar va pedagoglarning jismoniy tarbiyaga oid psixologik tayyorgarligini baholash bo'yicha maxsus mezonlar asosida fikr olish yo'lga qo'yildi. Ekspertlarning fikrlari tahlil qilinib, umumiy baho ko'rsatkichlari ishlab chiqildi.

Kross-sektsional tadqiqot dizayni

Tadqiqot qisqa vaqt ichida turli yoshdagi bolalarning ota-onalari va pedagoglarini qamrab olgan holatda o'tkazildi (ya'ni, bu kross-sektsional yondashuv bo'ldi). Bu yondashuv ma'lumotlarni bir vaqtning o'zida turli guruhlar o'rtasida solishtirish imkonini berdi. Masalan, 3–4 yoshli bolalar bilan ishlayotgan pedagoglar va 5–6 yoshli guruh pedagoglarining yondashuvlari orasidagi farqlar tahlil qilindi.

Trening dasturi tarkibi

Eksperimental guruhda o'tkazilgan psixologik tayyorgarlik bo'yicha treninglar quyidagi bloklardan iborat bo'ldi:

- Bolaning harakat faoliyatini psixologik qo'llab-quvvatlash usullari;
- Stressga bardoshlilik va pedagogik muloqotda muvozanatni saqlash;
- Ota-onalar bilan samarali muloqot strategiyalari;
- Empatiya va emotsional intellektni rivojlantirish mashqlari.

Treninglar 4 hafta davomida, haftasiga 2 marotaba o'tkazildi. Har bir sessiya davomiyligi 90 daqiqa bo'lib, nazariy va amaliy bloklardan iborat bo'ldi.

Etik mezonlar

Tadqiqot ishtirokchilari bilan ishlashda etik normalar to'liq hisobga olindi. Har bir ishtirokchidan yozma rozilik olindi, shaxsiy ma'lumotlarning maxfiyligi ta'minlandi. Bolalar bilan bog'liq barcha ma'lumotlar ularning ota-onalari ruxsati bilan yig'ildi.

Tadqiqot cheklovlari

Tadqiqot natijalari muayyan hudud (Toshkent shahri va viloyati) bilan cheklangan bo'lib, boshqa hududlarga to'liq tadbiq etilishi uchun qo'shimcha tadqiqotlar zarur. Shuningdek, psixologik tayyorgarlik darajasini baholovchi testlar universal bo'lishiga qaramay, ularning madaniy kontekstdagi farqlari ham hisobga olinishi lozim. Tadqiqot davomida maktabgacha ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan pedagoglar va 3–7 yoshli bolalarning ota-onalari asosiy ishtirokchilar sifatida tanlab olindi. Tanlovda turli hududlardagi davlat va xususiy bog'chalar qamrab olinib, namunaviy metodlar asosida 100 nafar pedagog va 120 nafar ota-onalar respondent sifatida jalb etildi. Ishtirokchilarning psixologik tayyorgarligi, jismoniy tarbiyaning tashkil etilishi haqidagi qarashlari va amaliy faoliyati o'rganildi.

Ma'lumotlar to'plash uchun quyidagi metodlardan foydalanildi:

1. So'rovnoma (anketaviy) usuli – ota-onalar va pedagoglarning jismoniy tarbiyaga nisbatan munosabati, bilim va tayyorgarlik darajasi aniqlash uchun tuzilgan maxsus savollar asosida o'tkazildi.

2. Suhbat metodi – chuqurlashtirilgan intervyular orqali ishtirokchilarning shaxsiy tajribalari, ichki motivatsiyasi va psixologik holatlari tahlil qilindi.

3. Kuzatuv – bolalarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridagi ishtiroki, ularning faol va passiv harakatlari, pedagoglarning yondashuv uslublari real muhitda kuzatildi.

4. Psixodagnostik testlar – ayrim ishtirokchilar bilan jismoniy faollik va emotsional holat o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash maqsadida tanlab olingan sinov usullari qo'llandi.

Olingan natijalar statistik tahlil asosida umumlashtirildi. Ishonchlilik va ishonarlilikni ta'minlash uchun ma'lumotlar SPSS dasturi yordamida kodlanib, foizlar va korrelyatsion tahlil usullari bilan tahlil qilindi. Shuningdek, sifat jihatidan kontent-analiz metodi orqali savollarga berilgan javoblar tematik guruhlariga ajratilib, interpretatsiya qilindi.

Xulosa. Olib borilgan tadqiqotlar natijasida aniqlanishicha, maktabgacha ta'lim tizimida jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligi faqatgina metodik yondashuvlar yoki moddiy-texnik ta'minot bilan emas, balki bu jarayonda ishtirok etuvchi ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligi darajasi bilan chambarchas bog'liqdir. Jismoniy tarbiya, bolaning faqat jismoniy salohiyatini rivojlantirish emas, balki uning ruhiy-emotsional holati, ijtimoiylashuvi va motivatsion ehtiyojlarini qamrab oladigan murakkab pedagogik-psixologik jarayondir.

Tadqiqot davomida maktabgacha ta'lim muassasalaridagi pedagoglar va ota-onalarning jismoniy tarbiyaga yondashuvi, ularning emotsional intellekti, stressga bardoshlilik darajasi, bolalarga nisbatan munosabati va hamkorlikka tayyorligi turlicha darajada ekanligi aniqlandi. O'tkazilgan so'rovnoma va psixodagnostik testlar shuni ko'rsatdiki, psixologik jihatdan tayyor, ijobiy emotsional holatga ega va empatik yondashuvni qo'llagan

pedagoglar va ota-onalar bolalarning jismoniy faolligini oshirishda sezilarli muvaffaqiyatlarga erishmoqdalar.

Kuzatuvlar va eksperimental ishlar natijalariga ko'ra, psixologik tayyorgarlik darajasining oshirilishi natijasida:

- Bolalarning jismoniy faolligi va qatnashish motivatsiyasi kuchaygan;
- Pedagoglar o'z kasbiy faoliyatida o'ziga ishonchliroq va emotsional barqarorroq bo'lgan;
- Ota-onalarning farzandlariga nisbatan ishtirokchanlik darajasi va pedagoglar bilan hamkorlik darajasi oshgan;
- Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari yanada jonli va samarali bo'lib borgan.

Shuningdek, tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlovchi mutaxassislar va oilalarning o'zaro hamkorlikda ishlashi zarurligini tasdiqladi. O'zaro ishonch va tushunishga asoslangan pedagogik hamkorlik muhitini shakllantirish orqali bolaning jismoniy rivojlanishiga qulay psixologik sharoit yaratish mumkin.

Shundan kelib chiqib, quyidagi xulosalar va tavsiyalar ilgari suriladi:

1. Pedagoglar uchun maxsus psixologik tayyorgarlik kurslarini tashkil etish zarur. Bu kurslar stressni boshqarish, emotsional intellektni rivojlantirish va bolaning ruhiy holatini inobatga olgan yondashuvlarni o'rgatishga qaratilishi kerak.
2. Ota-onalar bilan pedagogik-psixologik hamkorlikni mustahkamlash maqsadida maktabgacha ta'lim tashkilotlarida muntazam ravishda ochiq darslar, seminarlar va treninglar o'tkazilishi lozim.
3. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini rejalashtirishda bolaning psixik holati, shaxsiy qiziqishlari va rivojlanish darajasi inobatga olinishi lozim.
4. Psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirish va maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixologik monitoringni yo'lga qo'yish muhim hisoblanadi.
5. Ilmiy-amaliy tadqiqotlarni kengaytirish orqali turli hududlarda va sharoitlarda psixologik tayyorgarlik va jismoniy tarbiya o'rtasidagi bog'liqlikni yanada chuqur o'rganish lozim.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiyani muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun pedagoglar va ota-onalarning psixologik jihatdan tayyor bo'lishi, ularning ruhiy-emotsional barqarorligi va bolaga nisbatan ijobiy yondashuvi muhim omil hisoblanadi. Ushbu jihatlar e'tiborga olingan holda tashkil etilgan jismoniy tarbiya mashg'ulotlari nafaqat bolalarning sog'lig'ini, balki ularning ijtimoiylashuvi, mustaqilligi va o'ziga bo'lgan ishonchini ham rivojlantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
2. Epstein, J. L. (1997). *School, family, and community partnerships: Your handbook for action*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
3. Hoover-Dempsey, K. V., & Sandler, H. M. (1997). Why do parents become involved in their children's education? *Review of Educational Research*, 67(1), 3–42. <https://doi.org/10.3102/00346543067001003>
4. Burmenskaya, G. V. (yil ko'rsatilmagan). *Maktabgacha yoshdagi bolalarda harakat ko'nikmalarining shakllanishi va psixologik yondashuvlar*. O'zbekiston ilmiy tadqiqoti.
5. Abdukarimov, A. (yil ko'rsatilmagan). *Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini tashkil etishda psixologik tayyorgarlikning pedagogik samaradorligi*. Mahalliy tadqiqot.
6. Nemov, N. V. (yil ko'rsatilmagan). *Psixologiya*. O'zbekistondagi nashr.
7. Rubinshteyn, S. L. (yil ko'rsatilmagan). *Faoliyat nazariyasi*. Monografiya.
8. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
9. Ganieva, K. R., & Saidov, M. T. (so'nggi yillarda). *Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy faolligini oshirishda oilaviy muhitning roli*. Mahalliy ilmiy maqola.