e-ISSN 3060-5059
DOI: 10.67227

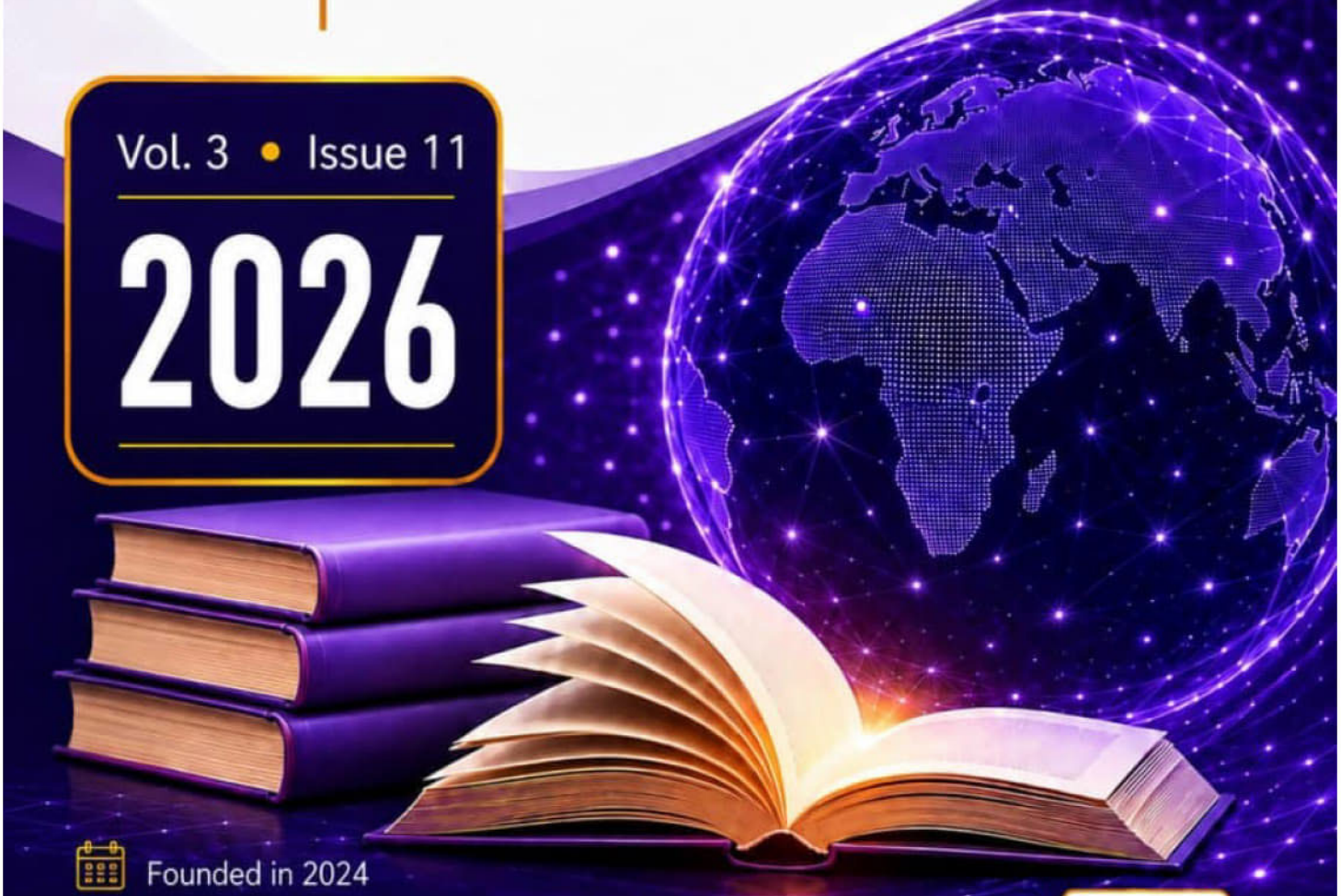
IJTIMOIY-GUMANITAR SOHADA ILMIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNAL

Scientific and Innovative Research in Social and Humanitarian Studies

Vol. 3 • Issue 11

2026



Founded in 2024

publishscience.uz | publish_science_journal@mail.ru

PEER REVIEWED • OPEN ACCESS

ISSN 3060-5059 (Online)
Article / Original paper https://doi.org/10.67227/8f63bj59

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA O‘ZINI O‘ZI BOSHQARISH KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

Irisboyeva Yokutxon

Osiyo xalqaro universiteti, professor.
e-mail: irisboyeva1974@gmail.com **ORCID**: https://orcid.org/0009-0001-0785-299X

Annotatsiya.

Maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda o‘zini o‘zi boshqarish (self-regulyatsiya) ko‘nikmalarini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari va amaliy yo‘llari yoritilgan. O‘zini o‘zi boshqarish bolaning o‘z xulq-atvori, his-tuyg‘ulari va bilish faoliyatini maqsadga muvofiq tarzda tartibga sola olishi sifatida talqin etilib, uning maktab ta’limiga tayyorgarlik va keyingi hayotiy muvaffaqiyatdagi o‘rni mahalliy hamda xorijiy tadqiqotlar asosida tahlil qilingan. L. S. Vigotskiyning ixtiyoriy xulq nazariyasi va ijro funksiyalari haqidagi zamonaviy konsepsiyalarga tayangan holda o‘zini o‘zi boshqarishning uchta tarkibiy qismi – xulqiy, hissiy va kognitiv boshqaruv ajratilgan, ularning 3–7 yoshdagi rivojlanish xususiyatlari, mezonlari va ko‘rsatkichlari belgilangan. Ko‘nikmalarni rivojlantirishning pedagogik modeli taklif etilgan bo‘lib, u beshta yo‘nalishni qamrab oladi: rivojlangan syujetli-rolli o‘yin va o‘yinni rejalashtirish, qoidali va harakatli o‘yinlar, hissiy savodxonlikni shakllantirish, tashqi vositalar (belgi, sxema, taymer) va nutq orqali boshqaruv, kun tartibi va muhitni tashkil etish. Pedagoglar va ota-onalar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: maktabgacha yosh, o‘zini o‘zi boshqarish, self-regulyatsiya, ixtiyoriy xulq, ijro funksiyalari, tormozlovchi nazorat, hissiy boshqaruv, syujetli-rolli o‘yin, qoidali o‘yin, maktabga tayyorgarlik.

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ирисбоева Ёкутхон

Азиатский международный университет, профессор.

Аннотация.

В статье рассматриваются психолого-педагогические основы и практические способы развития навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста. Саморегуляция определяется как способность ребёнка целенаправленно регулировать собственное поведение, эмоции и познавательную деятельность. На основе отечественных и зарубежных исследований анализируется её роль в подготовке к школьному обучению и достижении успеха в дальнейшей жизни. Опираясь на теорию произвольного поведения Л. С. Выготского и современные концепции исполнительных функций, автор выделяет три компонента саморегуляции: поведенческую, эмоциональную и когнитивную регуляцию. Определяются особенности их развития у детей в возрасте 3–7 лет, а также соответствующие критерии и показатели. Предлагается педагогическая модель развития навыков саморегуляции, включающая пять направлений: развёрнутую сюжетно-ролевую игру и планирование игровой деятельности, игры с правилами и подвижные игры, формирование эмоциональной грамотности, регуляцию посредством внешних средств (знаков, схем, таймеров) и речи, организацию режима дня и развивающей среды. Разработаны практические рекомендации для педагогов и родителей.

Ключевые слова: дошкольный возраст, саморегуляция, произвольное поведение, исполнительные функции, тормозной контроль, эмоциональная регуляция, сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, подготовка к школе.

DEVELOPING SELF-REGULATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN

Irisboyeva Yokutxon

Asia International University, Professor.

Abstract.

This article examines the psychological and pedagogical foundations and practical approaches to developing self-regulation skills in preschool children. Self-regulation is defined as a child's ability to purposefully regulate their own behavior, emotions, and cognitive activities. Drawing on national and international research, the study analyzes the role of self-regulation in school readiness and subsequent success in life. Based on L. S. Vygotsky's theory of voluntary behavior and contemporary concepts of executive functions, three components of self-regulation are identified: behavioral, emotional, and

ISSN 3060-5059 (Online)

cognitive regulation. Their developmental characteristics in children aged 3–7, along with relevant criteria and indicators, are outlined. The article proposes a pedagogical model for developing self-regulation skills that encompasses five areas: advanced sociodramatic play and play planning, rule-based and physical games, the development of emotional literacy, regulation through external tools (signs, diagrams, and timers) and speech, and the organization of daily routines and the learning environment. Practical recommendations for educators and parents are also provided.

Keywords: preschool age, self-regulation, voluntary behavior, executive functions, inhibitory control, emotional regulation, sociodramatic play, rule-based play, school readiness.

Kirish. Zamonaviy jamiyat insondan nafaqat bilimli bo‘lishni, balki o‘z oldiga maqsad qo‘yish, unga erishish yo‘lida harakatlarini rejalashtirish, chalg‘ituvchi omillarga berilmaslik, his-tuyg‘ularini boshqara olish kabi sifatlarni ham talab etmoqda. Bu sifatlarning poydevori maktabgacha yoshda qo‘yiladi. Bola aynan 3–7 yosh oralig‘ida “xohlayman”dan “kerak”ka, bevosita, impulsiv xulqdan qoida va maqsadga bo‘ysundirilgan ixtiyoriy xulqqa o‘ta boshlaydi. Psixologiyada bu qobiliyat o‘zini o‘zi boshqarish yoki self-regulyatsiya deb yuritiladi.

O‘zbekiston Respublikasida maktabgacha ta’lim tizimini rivojlantirishga qaratilgan me’yoriy hujjatlarda bolaning ijtimoiy-hissiy rivojlanishi alohida soha sifatida belgilangan [1; 2]. Maktabgacha ta’lim va tarbiyaning davlat standarti hamda “Ilk qadam” davlat o‘quv dasturida bolaning o‘z his-tuyg‘ularini anglashi va boshqarishi, qoidalarga amal qilishi, boshlagan ishini oxiriga yetkazishi, tengdoshlari bilan kelishib harakat qilishi kutilayotgan natijalar qatorida ko‘rsatilgan [3; 4]. Demak, o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish davlat ta’lim siyosati darajasidagi vazifadir.

Biroq amaliyotda bu vazifa ko‘pincha tor ma’noda – intizom masalasi sifatida tushuniladi. Bolaning “tinch o‘tirishi” va “kattaning aytganini qilishi” o‘zini boshqarish deb qabul qilinadi, holbuki tashqi nazorat ostidagi itoatkorlik bilan ichki, ongli boshqaruv o‘rtasida tub farq bor. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari birinchi sinfga kelgan bolalarning bir qismi harf va raqamlarni bilsa-da, dars davomida diqqatini jamlay olmasligini, ko‘rsatmani oxirigacha tinglamasligini, muvaffaqiyatsizlikka chiday olmasligini, navbat kutishga qiynalishini qayd etadilar. Bugungi kunda bolalar hayotiga raqamli qurilmalarning erta kirib kelishi, erkin o‘yin vaqtining qisqarishi ham bu muammoni chuqurlashtirmoqda. Bu holatlar maktabgacha ta’lim tashkilotida o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini maqsadli va tizimli rivojlantirish zaruratini ko‘rsatadi.

Tadqiqotning maqsadi – maktabgacha yoshdagi bolalarda o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishning nazariy asoslarini aniqlashtirish va pedagogik modelini ishlab chiqish.

Vazifalari: 1) o‘zini o‘zi boshqarish tushunchasining mazmuni va tuzilmasini ochib berish; 2) uning maktabgacha yoshdagi rivojlanish xususiyatlarini tavsiflash; 3) ko‘nikmalar shakllanganligining mezon va ko‘rsatkichlarini belgilash; 4) rivojlantirishning yo‘nalishlari, metod va vositalarini asoslash.

ADABIYOTLAR TAHLILI

O‘zini o‘zi boshqarish muammosining nazariy ildizlari L. S. Vigotskiyning oliy psixik funksiyalar haqidagi ta’limotiga borib taqaladi. Olim bolaning xulqi dastlab tashqi qo‘zg‘atuvchilarga bevosita javob tarzida kechishini, rivojlanish jarayonida esa bola madaniy vositalar – belgilar va, eng avvalo, nutq yordamida o‘z xulqini boshqarishni egallashini ko‘rsatgan. Har bir oliy psixik funksiya avval odamlar o‘rtasida – kattalarning bolani boshqarishi sifatida, so‘ng bolaning o‘zini o‘zi boshqarishi sifatida namoyon bo‘ladi [5]. Bolaning o‘ziga qaratilgan, ovoz chiqarib aytiladigan nutqi (“Endi qizilini olaman, keyin ko‘kini”) ana shu o‘tishning ko‘rinishi bo‘lib, keyinchalik ichki nutqqa – rejalashtirish va o‘zini nazorat qilish quroliga aylanadi.

D. B. Elkonin maktabgacha yoshda ixtiyoriy xulqning shakllanishida syujetli-rolli o‘yinning hal qiluvchi ahamiyatini asoslagan. O‘yinda bola rol olar ekan, shu rolda yashiringan qoidaga bo‘ysunadi: “shifokor” bemorni sabr bilan tinglaydi, “soqchi” joyidan qimirlamay turadi. Bola o‘yindan tashqarida bajara olmaydigan narsani o‘yinda bajaradi, chunki rol unga tayanch bo‘ladi; shu ma’noda o‘yin “ixtiyoriy xulq maktabi”dir [6]. Z. V. Manuylenkoning ushbu yo‘nalishdagi klassik tajribasida bolalar qimirlamay turish topshirig‘ini “soqchi” rolida oddiy ko‘rsatmaga qaraganda ancha uzoq bajarganlari aniqlangan. L. I. Bojovich maktabgacha yosh oxirida motivlar tobeligining – bolaning bevosita xohishini muhimroq maqsadga bo‘ysundira olishining yuzaga kelishini shaxs shakllanishining markaziy yangi tuzilmasi deb hisoblagan [7]. Ye. O. Smirnova iroda va ixtiyoriylikni farqlab, ixtiyoriylik o‘z xulqini anglash va vositalar yordamida boshqarish, iroda esa barqaror motivlarning shakllanishi ekanligini ko‘rsatgan [8].

Xorijiy psixologiyada o‘zini o‘zi boshqarish ko‘pincha *ijro funksiyalari* (*executive functions*) tushunchasi orqali o‘rganiladi. A. Daymond ijro funksiyalarining uchta asosiy tarkibiy qismini ajratadi: tormozlovchi nazorat (impulsni to‘xtatish, chalg‘ituvchilarga qarshilik ko‘rsatish), ishchi xotira (axborotni yodda saqlab, u bilan ishlash) va kognitiv egiluvchanlik (bir qoidadan boshqasiga o‘tish) [9]. Bu funksiyalar 3–6 yoshda ayniqsa jadal rivojlanadi va maqsadli pedagogik ta’sirga sezgir bo‘ladi [10].

U. Mishel va hamkasblarining qondirishni kechiktirish bo‘yicha mashhur tadqiqotlarida to‘rt yoshli bolalarga bitta shirinlikni hozir olish yoki biroz kutib, ikkita olish taklif etilgan. Kuta olgan bolalar keyinchalik o‘smirlik davrida o‘qishda va ijtimoiy munosabatlarda yuqoriroq natijalar ko‘rsatgani aniqlangan; eng muhimi, kuta olgan bolalar buning uchun maxsus usullardan – diqqatni boshqa narsaga qaratish, qo‘shiq aytish, shirinlikka qaramaslik kabi usullardan foydalanganlar [11]. Bu shuni anglatadiki, o‘zini tutish tug‘ma “iroda kuchi” emas, balki o‘rgatish mumkin bo‘lgan usullar majmuidir. T. Moffitt va hammualliflar ming nafarga yaqin bolani tug‘ilganidan 32 yoshigacha kuzatib, bolalikdagi o‘zini nazorat qilish darajasi kattalikdagi sog‘liq, moliyaviy ahvol va qonunga rioya etishni intellekt va oilaning ijtimoiy

mavqeyidan mustaqil ravishda bashorat qilishini ko‘rsatganlar [12].

K. Bleyr va R. Razza bog‘cha yoshidagi bolalarda tormozlovchi nazorat boshlang‘ich matematik va o‘qish ko‘nikmalari bilan kuchli bog‘langanligini aniqlaganlar [13]. M. Maklelland va K. Kameron xulqiy o‘zini boshqarishni diqqat, ishchi xotira va tormozlovchi nazoratning real xatti-harakatdagi uyg‘unligi sifatida ta’riflab, uni baholash uchun “Bosh – oyoq barmoqlari – tizza – yelka” o‘yin-topshirig‘ini taklif etganlar [14; 15]. Ye. Bodrova va D. Leong L. S. Vigotskiy g‘oyalari asosida “Tools of the Mind” dasturini yaratganlar; unda o‘yinni rejalashtirish, tashqi vositachilar va o‘ziga qaratilgan nutqdan foydalanish asosiy usullardir [16]. Ushbu dastur bolalarning ijro funksiyalarini sezilarli darajada yaxshilashi nufuzli tadqiqotda tasdiqlangan [10]. B. Zimmerman esa o‘zini boshqaruvchi o‘rganishni oldindan o‘ylash, bajarish va o‘zini o‘zi tahlil qilishdan iborat sikl sifatida tavsiflagan [17].

O‘zbekistonlik olimlar ishlarida ham bolaning irodaviy sifatlari va axloqiy tarbiyasi masalalari yoritilgan. E. G‘oziyev maktabgacha yoshda irodaviy harakatlarning shakllanish xususiyatlarini tahlil qilgan [18]; F. R. Qodirova va hammualliflar darsligida bolalarda xulq madaniyati, mustaqillik va mas’uliyatni tarbiyalash yo‘llari ko‘rsatilgan [19]; Sh. A. Sodiqova o‘yin faoliyatining bola shaxsi rivojlanishidagi o‘rnini asoslagan [20]. Milliy pedagogikamizda sabr-toqat, qanoat, kattalarni tinglash, navbatga rioya etish kabi fazilatlar azaldan tarbiyaning muhim mazmuni bo‘lib kelgani ham e’tiborga loyiq. Shunga qaramay, o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini zamonaviy psixologik tushunchalar – ijro funksiyalari, hissiy boshqaruv – asosida, “Ilk qadam” dasturi sharoitida rivojlantirishning yaxlit modeli yetarlicha ishlab chiqilmagan.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot nazariy-tahliliy va loyihalash xarakteriga ega. Uning metodologik asosini madaniy-tarixiy nazariya (L. S. Vigotskiy), faoliyat nazariyasi va o‘yin psixologiyasi (D. B. Elkonin), ijro funksiyalari konsepsiyasi (A. Daymond) hamda shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim g‘oyalari tashkil etadi. Tadqiqotda psixologik-pedagogik adabiyotlarning nazariy tahlili, qiyosiy tahlil, umumlashtirish va tizimlashtirish, me’yoriy hujjatlar va davlat o‘quv dasturining kontent-tahlili, maktabgacha ta’lim tashkilotlari amaliyotini pedagogik kuzatish, pedagogik modellashtirish metodlaridan foydalanildi.

Modelni ishlab chiqishda quyidagi tamoyillarga amal qilindi: tashqi boshqaruvdan ichki boshqaruvga o‘tish (kattalarning boshqaruvi – birgalikdagi boshqaruv – bolaning o‘zini boshqarishi); vositalanganlik (bolaga “o‘zingni tut” deyish emas, o‘zini tutish vositasini berish); yetakchi faoliyatga tayanish (o‘yin); hissiy xavfsizlik; izchillik va muntazamlik; oila va ta’lim tashkiloti talablarining birligi. Maqolada modelning nazariy asoslari va mazmuni bayon etiladi; uning samaradorligini tajriba-sinov yo‘li bilan tekshirish tadqiqotning navbatdagi bosqichi hisoblanadi.

NATIJALAR

1. O‘zini o‘zi boshqarishning tuzilmasi va yosh dinamikasi. Tahlil natijasida maktabgacha yoshdagi bolaning o‘zini o‘zi boshqarishi quyidagicha ta’riflandi: bu – bolaning maqsad yoki qoidaga muvofiq ravishda o‘z harakatlari, his-tuyg‘ulari va diqqatini tartibga solish, zarur bo‘lganda bevosita xohishini to‘xtatib turish yoki kechiktirish qobiliyatidir. Uning tuzilmasida uchta o‘zaro bog‘liq tarkibiy qism ajratildi: *xulqiy boshqaruv* (harakat va xatti-harakatlarni qoidaga bo‘ysundirish), *hissiy boshqaruv* (his-tuyg‘ularni anglash, ifodalash va me’yorlash) va *kognitiv boshqaruv* (diqqatni jamlash, rejalashtirish, o‘zini nazorat qilish). Ushbu qismlarning yosh bosqichlaridagi namoyon bo‘lishi 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval. O‘zini o‘zi boshqarish tarkibiy qismlarining maktabgacha yoshdagi rivojlanishi

Tarkibiy qism	**3–4 yosh**	**4–5 yosh**	**6–7 yosh**
Xulqiy boshqaruv	Qoidani kattaning bevosita eslatmasi bilan bajaradi; kutish juda qiyin; harakati impulsiv	Oddiy o‘yin qoidasiga amal qiladi; navbat kutadi; taqiqni qisqa vaqt ushlab turadi	Qoidani mustaqil bajaradi va boshqalarga eslatadi; ishni oxiriga yetkazadi; ko‘rsatmani kechiktirib bajara oladi
Hissiy boshqaruv	His-tuyg‘u shiddatli va tez o‘zgaruvchan; tinchlanish uchun kattaning yordami zarur	Asosiy hislarni (xursand, xafa, jahl, qo‘rquv) nomlaydi; kattaning taklifi bilan tinchlanish usulini qo‘llaydi	O‘z hissining sababini tushuntiradi; tinchlanish usulini o‘zi tanlaydi; nizoni so‘z bilan hal qilishga urinadi
Kognitiv boshqaruv	Diqqati qiziqarli narsaga beixtiyor qaratiladi; reja tuzmaydi	Qiziqarli ishda diqqatini 10–15 daqiqa ushlaydi; yaqin harakatini oldindan aytadi	Diqqatini 20 daqiqagacha ixtiyoriy boshqaradi; 3–4 qadamli reja tuzadi; ishini namuna bilan solishtirib tekshiradi

Jadvaldan ko‘rinadiki, rivojlanishning umumiy yo‘nalishi tashqi boshqaruvdan ichki boshqaruvga, bevosita xulqdan vositalangan xulqqa qarab boradi. Bu o‘tish o‘z-o‘zidan sodir bo‘lmaydi: u kattalarning maqsadli yordami va bolaning mazmunli faoliyatiga bog‘liq.

2. Ko‘nikmalar shakllanganligining mezonlari. Pedagogik kuzatuv uchun to‘rtta mezon belgilandi: 1) *qoidaga amal qilish* – o‘yin va kundalik hayot qoidalarini eslatmasiz bajarish; 2) *kechiktirish va to‘xtatish* – navbat kutish, boshlangan harakatni signal bo‘yicha to‘xtata olish, qiziqarli faoliyatdan zarur ishga o‘ta olish; 3) *hissiy muvozanat* – his-tuyg‘ularini maqbul usulda ifodalash, muvaffaqiyatsizlikdan so‘ng faoliyatga qayta olish; 4) *rejalashtirish va o‘zini nazorat qilish* – nima qilmoqchi ekanini oldindan aytish, ishini tekshirish va tuzatish. Har bir mezon bo‘yicha uchta daraja ajratiladi: ko‘nikma *mustaqil* namoyon bo‘ladi; *eslatma yoki tayanch vosita yordamida* namoyon bo‘ladi; *faqat kattalarning*

ISSN 3060-5059 (Online)

bevosita boshqaruvida namoyon bo‘ladi. Kuzatuv tabiiy sharoitda – o‘yin, mashg‘ulot va kun tartibidagi faoliyat jarayonlarida olib boriladi; qo‘shimcha ravishda “Bosh – oyoq barmoqlari – tizza – yelka” [15], “Taqiqlangan so‘z”, D. B. Elkoninning “Grafik diktant” kabi o‘yin-topshiriqlaridan foydalanish mumkin.

3. Rivojlantirishning pedagogik modeli. Model maqsad, mazmun, jarayon va natija bloklaridan tashkil topgan bo‘lib, uning mazmun-jarayon qismi beshta yo‘nalishni qamrab oladi (2-jadval).

2-jadval. O‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish yo‘nalishlari

Yo‘nalish	**Mazmuni va usullari**	**Rivojlanadigan ko‘nikma**
1. Rivojlangan syujetli-rolli o‘yin va o‘yinni rejalashtirish	O‘yin oldidan bola kim bo‘lishi va nima qilishini aytadi yoki chizadi (“o‘yin rejasi”); rollar va ularning qoidalari muhokama qilinadi; o‘yin 30–40 daqiqa davom etadi	Rejalashtirish, rolga xos qoidaga bo‘ysunish, kelishish
2. Qoidali va harakatli o‘yinlar	“Muzla!”, “Kun va tun”, “Svetofor”, “Aksincha qil”, “Ha va yo‘q demang”, stol o‘yinlari (loto, domino, yurish o‘yinlari); milliy o‘yinlar – “Oq terakmi, ko‘k terak”, “Chillak”, “Beshtosh”	Tormozlovchi nazorat, ishchi xotira, navbat kutish, yutqazishni qabul qilish
3. Hissiy savodxonlik	“Kayfiyat taqvimi”, his-tuyg‘u kartochkalari, ertak qahramoni hissini muhokama qilish, “tinchlanish burchagi”, nafas mashqlari (“sham va gul”), “to‘xta – o‘yla – harakat qil” qoidasi	Hislarni tanish va nomlash, tinchlanish usullari, nizoni so‘z bilan hal qilish
4. Tashqi vositalar va nutq	Kun tartibi va faoliyat ketma-ketligining rasmli sxemalari, qum soati va taymer, navbat belgisi, “quloq – og‘iz” kartochkalari (tinglovchi – so‘zlovchi), harakatni ovoz chiqarib rejalashtirish	Vositalar yordamida o‘zini boshqarish, diqqatni ushlab turish, o‘ziga ko‘rsatma berish
5. Kun tartibi va muhit	Barqaror, bolaga tushunarli kun tartibi; faoliyat almashinuvi oldidan ogohlantirish signali; guruh qoidalarini bolalar bilan birga tuzish; mehnat topshiriqlari va navbatchilik	Kutilmaga tayyorlik, mas’uliyat, mustaqillik

Birinchi yo‘nalish modelning o‘zagi hisoblanadi. Kuzatuvlar shuni ko‘rsatadiki, ko‘pgina guruhlarda syujetli-rolli o‘yin qisqa, bir xil harakatlar takroridan iborat bo‘lib qolmoqda; bunday o‘yin ixtiyoriylikni rivojlantirmaydi. O‘yin rivojlantiruvchi bo‘lishi uchun u uchta belgiga ega bo‘lishi kerak: tasavvurdagi vaziyat, aniq rollar va ularda yashiringan qoidalar. Pedagog o‘yinga “rejissyor” sifatida emas, sherik sifatida kiradi: yangi syujet burilishini taklif qiladi, rollar o‘rtasidagi munosabatni boyitadi. O‘yinni rejalashtirish – bolaning o‘yin boshlanishidan oldin “Men bugun sotuvchi bo‘laman, mahsulotlarni tortaman, pul olaman” deb aytishi yoki buni rasm-belgi bilan qog‘ozga tushirishi – kelajakdagi harakatni fikran tasavvur etish va unga amal qilishning ilk tajribasidir [16].

Ikkinchi yo‘nalishda qoidali o‘yinlar ataylab “to‘xta va o‘yla” talabini kuchaytiradigan tarzda tanlanadi. Masalan, “Aksincha qil” o‘yinida pedagog qo‘lini ko‘tarsa, bolalar qo‘llarini pastga tushiradi; “Svetofor”da qizil rang – to‘xtash, yashil – yurish, keyinroq qoida almashtiriladi (qizil – yurish). Qoidaning almashishi kognitiv egiluvchanlikni mashq qildiradi. Milliy xalq o‘yinlari ham boy imkoniyatlarga ega: ularda navbat, jamoa manfaati, halol o‘ynash qoidalari tabiiy tarzda mujassam. Muhimi, o‘yinda qoidani pedagog emas, o‘yinning o‘zi va bolalar jamoasi nazorat qilishi kerak.

Uchinchi yo‘nalish hissiy boshqaruvga qaratilgan. Bola nomlay olmagan hissini boshqara olmaydi, shuning uchun ish his-tuyg‘ular lug‘atini boyitishdan boshlanadi. Ertalabki davrada har bir bola “kayfiyat taqvimi”da o‘z holatini belgilaydi va istasa, sababini aytadi. Guruhda “tinchlanish burchagi” – yumshoq yostiqlar, sensor shishachalar, his-tuyg‘u rasmlari joylashgan sokin joy tashkil etiladi; u jazo joyi emas, bola o‘z xohishi bilan boradigan makondir. Nizoli vaziyatlarda pedagog hukm chiqarmaydi, balki bolalarga “Men ... his qilyapman, chunki ...” qolipida gapirishga va yechimni birgalikda topishga yordam beradi.

To‘rtinchi yo‘nalish L. S. Vigotskiyning vositalanganlik g‘oyasini bevosita amalga oshiradi. Kichik bolaga “sabr qil” deyish samarasiz, lekin qum soati unga kutish vaqtini ko‘rinadigan qiladi; “gapirma” deyish o‘rniga qo‘lidagi “quloq” kartochkasi uning hozir tinglovchi ekanini eslatib turadi. Qo‘l yuvish, kiyinish, mashg‘ulotga tayyorlanish ketma-ketligining rasmli sxemalari bolani kattalarning doimiy eslatmalaridan ozod qiladi. Asta-sekin tashqi vosita keraksiz bo‘lib qoladi – bola qoidani “ichiga oladi”. Bolaning ish paytida o‘zi bilan o‘zi gaplashishini taqiqlamaslik, aksincha, rag‘batlantirish lozim, chunki bu nutq o‘zini boshqarish qurolidir [5].

Beshinchi yo‘nalish muhitning o‘zini boshqaruvga ko‘maklashishini ta’minlaydi. Oldindan ma’lum, barqaror kun tartibi bolada xavfsizlik hissini uyg‘otadi va keraksiz hissiy zo‘riqishni kamaytiradi. Faoliyat almashinuvidan besh daqiqa oldin beriladigan signal (qo‘ng‘iroqcha, qo‘shiq) bolaga o‘yinni tugatishga tayyorlanish imkonini beradi. Guruh qoidalari bolalar ishtirokida, oz sonli (4–5 ta) va ijobiy shaklda (“yugurma” emas, “xonada sekin yuramiz”) tuziladi hamda rasmli plakatda aks ettiriladi.

4. Pedagog va oilaning roli. Modelning samaradorligi kattalarning xulq-atvoriga bog‘liq. Pedagogning o‘zi o‘zini

boshqarish namunasi bo‘lishi – ovozini ko‘tarmasligi, o‘z hissini so‘z bilan ifodalashi (“Hozir men xafa bo‘ldim, chunki...”) zarur. Maqtov natijaga emas, sa’y-harakatga qaratiladi (“Sen navbatingni sabr bilan kutding”). Jazo va uyaltirish o‘rniga xatti-harakatning tabiiy oqibatini muhokama qilish qo‘llanadi. Ota-onalar bilan ishlashda uchta masala ustuvor: uyda barqaror kun tartibi va uyqu rejimini saqlash; ekran vaqtini cheklab, uning o‘rniga birgalikdagi stol o‘yinlari va uy yumushlariga jalb etish; bolaga yoshiga mos tanlov va mas’uliyat berish. Buning uchun ota-onalarga seminar-treninglar, eslatma-varaqalar va “oilaviy o‘yinlar kutubxonasi” taklif etiladi.

MUHOKAMA

Taklif etilgan modelning asosiy g‘oyasi – o‘zini o‘zi boshqarishni intizomiy talablar orqali emas, balki bolaga boshqaruv vositalarini berish va uni mazmunli faoliyatga jalb etish orqali rivojlantirishdir. Bu yondashuv U. Mishel tadqiqotlaridagi xulosa – o‘zini tuta olgan bolalar maxsus usullardan foydalangani [11] – bilan hamda “Tools of the Mind” dasturining tajribada tasdiqlangan natijalari [10] bilan mos keladi. Shu bilan birga, model mahalliy sharoitga moslashtirilgan: u “Ilk qadam” dasturining rivojlanish markazlari va kun tartibi tuzilmasiga tayanadi, milliy xalq o‘yinlari va tarbiya an’analarini o‘z ichiga oladi.

Muhokama talab etadigan birinchi masala – itoatkorlik va o‘zini boshqarish o‘rtasidagi farqdir. Qattiq tashqi nazorat ostida bolalar tashqi tomondan intizomli ko‘rinishi mumkin, biroq nazorat yo‘qolishi bilan xulq buziladi; bundan tashqari, bunday sharoitda bola o‘z xulqi uchun mas’uliyatni kattalarga yuklashga o‘rganadi. Haqiqiy o‘zini boshqarish bolaga tanlov va mustaqillik berilgandagina shakllanadi. Shu sababli modelda bolalar ishtirokida qoida tuzish, o‘yinni o‘zi rejalashtirish, tinchlanish usulini o‘zi tanlash kabi unsurlar muhim o‘rin tutadi.

Ikkinchi masala – o‘yinning mavqeyidir. Ota-onalar va ba’zan pedagoglar maktabga tayyorlashni “jiddiy mashg‘ulotlar” bilan bog‘lab, o‘yinga vaqt ajratishni isrof deb biladilar. Holbuki, D. B. Elkonin asoslaganidek va zamonaviy tadqiqotlar tasdiqlaganidek, aynan rivojlangan o‘yin ixtiyoriy xulqning asosiy manbaidir [6; 16]. O‘yin vaqtini qisqartirish hisobiga akademik mashg‘ulotlarni ko‘paytirish maktabga tayyorgarlikni kuchaytirmaydi, balki uning eng muhim tarkibiy qismini zaiflashtiradi.

Uchinchi masala – individual farqlar. Bolalarning temperamenti, asab tizimi xususiyatlari, oilaviy tajribasi turlicha; ayrim bolalar uchun o‘zini tutish obyektiv ravishda qiyinroq. Bunday bolalarga nisbatan “yomon xulqli” yorlig‘ini qo‘llash o‘rniga, ularga ko‘proq tashqi tayanch (individual sxema, yaqinroq joy, qisqaroq topshiriq) va ko‘proq mashq qilish imkoniyatini berish kerak. Diqqat yetishmasligi va giperfaollik alomatlari yaqqol namoyon bo‘lgan hollarda psixolog bilan hamkorlik zarur.

Tadqiqotning cheklovi shundaki, model nazariy tahlil va amaliyotni kuzatish asosida ishlab chiqilgan; uning samaradorligi tajriba va nazorat guruhlarida, ishonchli o‘lchov vositalari yordamida tekshirilishi lozim. Shuningdek, xorijiy diagnostik topshiriqlarni o‘zbek tili va madaniy sharoitiga moslashtirish alohida tadqiqot vazifasidir.

XULOSA

1. O‘zini o‘zi boshqarish – bolaning maqsad va qoidaga muvofiq ravishda o‘z xulqi, his-tuyg‘ulari va bilish faoliyatini tartibga solish qobiliyati bo‘lib, u maktab ta’limiga tayyorgarlikning va keyingi hayotiy muvaffaqiyatning muhim asosidir. Uni intizom yoki itoatkorlik bilan tenglashtirish noto‘g‘ri.

2. O‘zini o‘zi boshqarish tuzilmasida xulqiy, hissiy va kognitiv boshqaruv ajratiladi. Maktabgacha yoshda ularning rivojlanishi tashqi boshqaruvdan ichki boshqaruvga, bevosita xulqdan vositalangan xulqqa o‘tish yo‘nalishida kechadi va maqsadli pedagogik yordamni talab etadi.

3. Ko‘nikmalarning shakllanganligini baholash uchun qoidaga amal qilish, kechiktirish va to‘xtatish, hissiy muvozanat, rejalashtirish va o‘zini nazorat qilish mezonlari hamda mustaqillik darajasiga ko‘ra uchta daraja belgilandi.

4. Taklif etilgan pedagogik model besh yo‘nalishni birlashtiradi: rivojlangan syujetli-rolli o‘yin va uni rejalashtirish, qoidali va harakatli o‘yinlar, hissiy savodxonlik, tashqi vositalar va nutq orqali boshqaruv, kun tartibi va muhitni tashkil etish.

5. Modelni amalga oshirishda pedagogning shaxsiy namunasi, sa’y-harakatni rag‘batlantirish, bolaga tanlov va mas’uliyat berish hamda oila bilan talablar birligini ta’minlash hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Tavsiyalar. Pedagoglarga kun tartibida kamida 40 daqiqalik uzluksiz erkin o‘yin vaqtini ta’minlash va o‘yinni rejalashtirish usulini joriy etish; har bir guruhda “tinchlanish burchagi” va rasmli kun tartibini tashkil etish; metodik xizmatga pedagoglar uchun ijro funksiyalarini rivojlantiruvchi o‘yinlar kartotekasini yaratish; ota-onalarga uyda barqaror rejim, cheklangan ekran vaqti va birgalikdagi qoidali o‘yinlarni yo‘lga qo‘yish tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasining 2019-yil 16-dekabrdagi O‘RQ-595-son «Maktabgacha ta’lim va tarbiya to‘g‘risida»gi Qonuni. LexUZ. lex.uz
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-maydagi PQ-4312-son «O‘zbekiston Respublikasi maktabgacha ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida»gi qarori. LexUZ. lex.uz
3. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 22-dekabrdagi 802-son «Maktabgacha ta’lim va tarbiyaning davlat standartini tasdiqlash to‘g‘risida»gi qarori. LexUZ. lex.uz
4. «Ilk qadam» maktabgacha ta’lim muassasasining davlat o‘quv dasturi. – Toshkent, 2018. – 60 b. Guliston davlat universiteti ta’lim portali. portal.guldu.uz

5. Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978. DOI. JSTOR
6. Эльконин Д. Б. *Психология игры*. – Москва: Педагогика, 1978. – 304 с. Kutubxona katalogi. rgub.ru
7. Божович Л. И. *Личность и её формирование в детском возрасте*. – Москва: Просвещение, 1968. – 464 с. Elektron nusxa. sdo.mgaps.ru
8. Смирнова Е. О. *Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах*. – Москва: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1998. – 256 с. Elektron kutubxona. psychlib.ru
9. Diamond A. Executive Functions // *Annual Review of Psychology*. – 2013. – Vol. 64. – P. 135–168. DOI. doi.org
10. Diamond A., Barnett W. S., Thomas J., Munro S. Preschool Program Improves Cognitive Control // *Science*. – 2007. – Vol. 318, № 5855. – P. 1387–1388. DOI. pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
11. Mischel W., Shoda Y., Rodriguez M. I. Delay of Gratification in Children // *Science*. – 1989. – Vol. 244, № 4907. – P. 933–938. DOI. pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
12. Moffitt T. E., Arseneault L., Belsky D. va boshq. A Gradient of Childhood Self-Control Predicts Health, Wealth, and Public Safety // *Proceedings of the National Academy of Sciences*. – 2011. – Vol. 108, № 7. – P. 2693–2698. DOI. pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
13. Blair C., Razza R. P. Relating Effortful Control, Executive Function, and False Belief Understanding to Emerging Math and Literacy Ability in Kindergarten // *Child Development*. – 2007. – Vol. 78, № 2. – P. 647–663. DOI. onlinelibrary.wiley.com
14. McClelland M. M., Cameron C. E. Self-Regulation in Early Childhood: Improving Conceptual Clarity and Developing Ecologically Valid Measures // *Child Development Perspectives*. – 2012. – Vol. 6, № 2. – P. 136–142. DOI. onlinelibrary.wiley.com
15. Ponitz C. C., McClelland M. M., Matthews J. S., Morrison F. J. A Structured Observation of Behavioral Self-Regulation and Its Contribution to Kindergarten Outcomes // *Developmental Psychology*. – 2009. – Vol. 45, № 3. – P. 605–619. DOI. pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
16. Bodrova E., Leong D. J. *Tools of the Mind: The Vygotskian Approach to Early Childhood Education*. – 2nd ed. – Upper Saddle River, NJ: Pearson Merrill/Prentice Hall, 2007. Universitet kutubxonasi katalogi. Discover
17. Zimmerman B. J. Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview // *Theory Into Practice*. – 2002. – Vol. 41, № 2. – P. 64–70. DOI. doi.org
18. G‘oziyev E. *Psixologiya (yosh davrlari psixologiyasi)*. – Toshkent: O‘qituvchi, 1994. Chirchiq davlat pedagogika universiteti katalogi. cspu.uz
19. Qodirova F. R., Toshpo‘latova Sh. Q., Kayumova N. M., A’zamova M. N. *Maktabgacha pedagogika*. – Toshkent: Tafakkur, 2019. – 688 b. Elektron nusxa. lib.niuuz.online
20. Sodiqova Sh. A. *Maktabgacha pedagogika*. – Toshkent: Tafakkur Bo‘stoni, 2013. – 288 b. Elektron nusxa.