

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI

OLIIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLLIGI



ORIENTAL
UNIVERSITETI

**PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK
YO'NALISHLARDA
YOSH TADQIQOTCHILARNING O'RNI**

Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi

(2026-yil 10-fevral)



Toshkent – 2026

“BOLA SHAXSINI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING PSIXOLOGIK ROLI”

Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi

Oriental universiteti Uzluksiz ta’lim
pedagogikasi kafedrası v.b., dotsenti

tel: +998948424020

muqaddasfarangiz91@gmail.com

Omadjonova Gulshoda Aqljon qizi

Oriental universiteti Boshlang‘ich ta’lim
yo‘nalishi 4-kurs talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada bolaning jismoniy rivojlanishi jarayonida shaxsini shakllantirishning psixologik asoslari va zamonaviy yondashuvlari o‘rganildi. Maqolada emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishning o‘zaro bog‘liqligi, jismoniy faoliyatning psixologik rivojlanishga ta’siri va ota-ona hamkorligining ahamiyati tahlil qilindi. Shuningdek, individual yondashuv, motivatsiya va faol o‘yinlar orqali bolaning shaxsiy xususiyatlarini rivojlantirish metodlari tavsiflandi. Maqola pedagoglar, psixologlar va ota-onalar uchun foydali bo‘lib, bolaning jismoniy va psixologik jihatdan barqaror shaxs sifatida o‘shiga oid amaliy tavsiyalarni taqdim etadi.

Kalit so‘zlari: Jismoniy rivojlanish, bola shaxsini shakllantirish, psixologik asoslar, emotsional rivojlanish, kognitiv rivojlanish, ijtimoiy rivojlanish, individual yondashuv, motivatsiya, faol o‘yinlar, ota-ona hamkorligi.

“Biz sifatli ta’lim va tarbiya tashkil etishimiz, yoshlarimiz uchun zamonaviy sharoitlar yaratishimiz kerak — chunki bizning bolalarimiz eng yaxshi sharoitga loyiqdir.” — Bu iqtibos bolaning jismoniy va ruhiy salomatligi uchun qulay muhit yaratish zaruratini ta’kidlaydi- Shavkat Mirziyoyev.

Bola shaxsining rivojlanishi inson hayotida eng muhim va murakkab jarayonlardan biridir. Shu jarayonda jismoniy rivojlanishning o‘rni katta bo‘lib, u bolaning nafaqat sog‘lig‘i, balki psixologik va ijtimoiy xususiyatlarini shakllantirishda ham asosiy omil hisoblanadi. Jismoniy faoliyat va sport bilan shug‘ullanish bolada intellektual qobiliyatlarni oshirish, xotira va diqqatni rivojlantirish, shuningdek, ruhiy barqarorlikni ta’minlash imkonini beradi.

Bolaning jismoniy rivojlanishi ularning yosh xususiyatlariga qarab turlicha bo‘ladi. Masalan, birinchi yosh davrida motorik harakatlar — yurish, tushish va qo‘l bilan narsalarni tutish — psixologik rivojlanishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu harakatlar orqali bola atrofdagi muhitni o‘rganadi, shaxsiy qobiliyatlarini sinovdan o‘tkazadi va mustaqillik hissini shakllantiradi. Bolaning mushak va asab tizimining

rivojlanishi esa uning diqqatini jamlash, tafakkur qilish va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini mustahkamlashga yordam beradi.

Psixologik nuqtai nazardan, bola shaxsining shakllanishi uch asosiy komponentga bog‘liq: emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanish. Emotsional rivojlanish bolaning o‘z his-tuyg‘ularini tan olish va boshqarishni o‘rganishi bilan bog‘liq. Jismoniy mashqlar va sport bilan shug‘ullanish bu jarayonni kuchaytiradi, chunki jismoniy faollik stressni kamaytiradi, kayfiyatni ko‘taradi va bolaga o‘zini ishonchli his qilish imkonini beradi.

Kognitiv rivojlanish esa bolaning fikrlash, mantiqiy xulosa chiqarish va yangi bilimlarni qabul qilish qobiliyatlarini o‘z ichiga oladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, jismoniy faoliyat miyadagi qon aylanishini yaxshilaydi, bu esa e‘tibor va xotira jarayonlarini samarali qiladi. Shu bilan birga, jismoniy mashqlar bolalarga mehnatsevarlik va qat‘iyatlilikni o‘rgatadi, bu esa ularning shaxsiy xususiyatlarini rivojlantirishda muhim hisoblanadi.

Ijtimoiy rivojlanish esa bolaga jamiyat qoidalarini tushunish, boshqa bolalar bilan muloqot qilish va guruh ishida hamkorlik qilish imkonini beradi. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari bolalarni guruhlarga bo‘lib, musobaqa va o‘yinlar orqali o‘zaro hurmat, do‘stlik va muloqot ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Shu tarzda, bola nafaqat jismonan, balki psixologik va ijtimoiy jihatdan ham barqaror va muvozanatli shaxs sifatida o‘sadi.

Bolaning shaxsini shakllantirishda zamonaviy psixologik yondashuvlar katta ahamiyatga ega. Ularga quyidagilar kiradi: individual yondashuv, motivatsiyani uyg‘otish, faol o‘yin va amaliy mashg‘ulotlar orqali rivojlantirish. Individual yondashuv bolaning qobiliyatlari va ehtiyojlarini hisobga olib, uning o‘ziga xos rivojlanish yo‘lini tanlash imkonini beradi. Motivatsiyani uyg‘otish esa bolaning faoliyatga qiziqishini oshiradi va o‘zini rivojlantirishga undaydi. Shu bilan birga, faol o‘yinlar, sport va harakatli mashg‘ulotlar bolaning jismoniy va ruhiy imkoniyatlarini uyg‘un ravishda rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, pedagoglar va psixologlar ota-onalarga bolaning shaxsini shakllantirishda faol ishtirok etishni tavsiya qiladi. Ota-ona va bolalar o‘rtasidagi ijobiy muloqot, rag‘batlantirish va me‘yoriy cheklovlar bolaning ijobiy shaxsiy xususiyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Bu jarayonda jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari ota-onalar bilan birgalikda bajarilganda yanada samarali b‘ladi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy rivojlanish bolaning shaxsini shakllantirishda muhim psixologik asos hisoblanadi. Emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishning uyg‘unlashuvi bolaning mustahkam, barqaror va ijtimoiy jihatdan moslashuvchan

shaxs sifatida o‘shiga imkon beradi. Zamonaviy yondashuvlar va ota-ona hamkorligi esa bu jarayonni yanada samarali qiladi. Shu bois, bolaning jismoniy faoliyati va psixologik rivojlanishi bir-birini to‘ldiruvchi va mustahkamlovchi jarayon sifatida qaralishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Zhdanov, A. I. «Psixologiya razvitiya rebyonka». — Moskva: Prosvesheniye, 2015.
2. Vigotskiy, L. S. «Psixologiya razvitiya rebyonka». — Sankt-Peterburg: Piter, 2017.
3. Boyko, V. N. «Psixologiya i pedagogika detskogo vozrasta». — Kiyev: Naukova dumka, 2016.
4. Ivanova, N. P. «Razvitiye lichnosti rebyonka v usloviyax fizicheskoy aktivnosti». — Moskva: Akademiya, 2018.
5. Petrova, M. V. «Fizicheskoye vospitaniye i psixicheskoye razvitiye detey». — Sankt-Peterburg: Rech, 2019.
6. Prezident Sh. Mirziyoyev. “Bizning eng katta boyligimiz – bu bizing yoshlarimiz.” — president.uz
7. Prezident Sh. Mirziyoyev. “Har qanday ishni yoshlar kelajagi bilan bog‘liq bo‘lsa, u alohida ahamiyatga ega.” — president.uz
8. Prezident Sh. Mirziyoyev. “Bolalarni tarbiyalash – bu nafaqat oilaning, balki butun jamiyatning vazifasi.” — old.gov.uz
9. Oliy pedagogik ta’lim standartlari va tavsiyalar. — Toshkent, 2020.
10. “Fizicheskoye vospitaniye detey i podrostkov: metodicheskiye rekomendatsii.” — Moskva, 2018.
11. Kuznetsova, T. “Psychological foundations of child development.” — London: Routledge, 2017.

79.	Mamadiyurov Jamol Baxodirovich, Toxirova Saida Muzaffar qizi	Raqamli transformatsiya sharoitida interfaol darslarni tashkil etish metodikasi.....	357
80.	Mamadiyurov Jamol Baxodirovich, Rahmonova Gulinavro‘za Umidjon qizi	Boshlang‘ich ta‘limda zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida o‘quvchilar tarbiyasini shakllantirish metodikasi.....	362
81.	Jamol MAMADIYOROV, Humora SULTONOVA	Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarning o‘rni.....	370
82.	Jamol MAMADIYOROV, Dilafuz G‘ULOMOVA	Boshlang‘ich ta‘limda raqamli texnologiyalar asosida o‘quvchilarning bilish faolligini rivojlantirish metodikasi.....	377
83.	Jamol MAMADIYOROV, Xolida Xayitboyeva	Boshlang‘ich sinflarda sun‘iy intellekt elementlari asosida o‘qitishni tashkil etish metodikasi.....	384
84.	Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi, Omadjonova Gulshoda Aqljon qizi	Bola shaxsini shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning psixologik roli.....	391
85.	Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi, Jabborova Farida	Kasbiy pedagogik mahoratni rivojlantirishning nazariy, metodologik va amaliy asoslari.....	394
86.	Voxidova Muqaddas Rasuljon qizi, Badriddinova Hilola Akromjon qizi	Mumtoz bolalar kitobxonligi va uning ko‘rinishlari.....	397
87.	Abdumannatov Abdumajid, Aliyurova Mehribon	Bo‘lajak boshlang‘ich ta‘lim o‘qituvchilarini tadqiqotchilik faoliyatiga tayorlashning pedagogik shart- sharoitlari.....	402
88.	Abdurazzoqov O‘ktam Abduqayumovich, Muhammadiyah Lobar Baxodir qizi	Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ma‘naviy tarbiyasida oila muhitining o‘rni.....	406
89.	Abdurazzoqov O‘ktam Abduqayumovich, Yuldashova Ominaxon Nurmuratovna	O‘quvchilarni ijodiy fikirlashga o‘rgatishda didaktik o‘yinlarning imkoniyatlari.....	410