

**GIPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHDA PEDAGOGIK- PSIXOLOGIK  
METODLARNING ÓRNI****Panjiyeva Iroda Xayitovna***TDPU “Pedagogika va Psixologiya” fakulteti,  
“Amaliy psixologiya” yo’nalishi 2-kurs talabasi*

**Annotasiya:** *Ushbu maqolada giperaktivlik, giperaktiv bolalar bilan ishlashdagi muammolar, giperaktiv bolalar bilan ishlashda psixologik metodlarning órni yoritib beriladi.*

**Kalit so’zlar:** *patologik daraja, faoliyat, motorli ko’nikmalar, giperaktivlik, yosh xususiyatlari, psixomotor rivojlanish, o’yin terapiyasi, psixologik-pedagogik tuzatish usullari,*

Bolalarda harakatga bo’lgan ehtiyoj tabiatining o’ziga xosligidir. Patologik darajaga yetgan bolalar, o’zlarining xatti-harakatlari bilan shokka tushishadi, bezovta bo’ladilar, chalkashadilar, charchashadi. Bunday bolaga bir joyda o’tirish qiyin, u notinch, ko’p harakat qiladi, joyida o’tira olmaydi, haddan tashqari ko’p gapiradi, tajovuzkor, ko’plab nizolarni keltirib chiqaradi, diqqatini jamlashi qiyin, ko’pincha ko’p savollar beradi, lekin kamdan-kam javoblarni kutadi.

Hozirgi vaqtda giperaktivlik muammosi dolzarbdir, chunki har yili giperaktiv bolalar soni ortib bormoqda.

Giperaktiv bolalar bilan ishlaydigan o’qituvchilar, ularning sabrsiz, izchil emas, impulsiv, jahldor va bezovta ekanligini ta’kidlashadi. Giperaktiv bolalar buzg’unchi, qarama-qarshilik va ba’zan buzg’unchi xatti-harakatlar bilan ajralib turishi mumkin. Giperaktivlik - bu haddan tashqari faollik va impuls nazoratining yomonligi. Giperaktivlik o’z vaqtida tashxis qo’yish, shuningdek, psixologik va pedagogik tuzatishni talab qiladigan muammodir. Guruh o’qituvchilari giperaktiv bolalarning jamiyat hayotiga moslashishi jarayonida yetakchi rol o’ynaydi. Zamonaviy o’qituvchi giperaktiv bolaning fiziologik va psixologik xususiyatlarini bilishi va giperaktiv bolalar bilan ishlashni tashkil etishning amaliy usullariga ega bo’lishi kerak.

Giperaktiv bolalar bilan psixologik-pedagogik ishlarni tashkil qilishda asosiy e’tibor bolaning ko’nikmalarini rivojlantirishga qaratiladi:

- - diqqatni jamlash;
- - boshlagan ishingizni oxirigacha yetkazing;
- - harakatlaringizni nazorat qilish;
- - mushaklarning kuchlanishini bartaraf etish;
- - hissiy ko’rinishlaringizni nazorat qiling;
- - kattalar va tengdoshlar bilan o’zaro munosabatlarda xulq-atvor repertuarini

kengaytirish.

Giperaktiv bolalar bilan ishlash uch yo’nalishda tashkil etilgan:

1. Kamchilik funksiyalarini rivojlantirish (diqqat, xatti-harakatlarni nazorat qilish, vosita nazorati).

2. Kattalar va tengdoshlar bilan muloqot qilish uchun maxsus ko'nikmalarni mashq qilish.

3. Agar kerak bo'lsa, g'azab bilan ishleng.

Giperaktiv bolalar uchun o'yinlarni, ayniqsa faol o'yinlarni tanlashda ularning uzoq vaqt davomida guruh qoidalariga bo'ysunmasliklari, tez charchashlari, ko'rsatmalarni tinglash va ularga rioya qilmaslik kabi xususiyatlarni hisobga olish kerak. O'yinda ularga o'z navbatini kutish va boshqalarning manfaatlarini hisobga olish qiyin. Shuning uchun bunday bolalarni jamoaviy faoliyatga bosqichma-bosqich kiritish kerak: birinchi navbatda yakka tartibda, keyin kichik guruhda, keyin jamoaviy o'yinlarda.

- Giperaktivlikni tuzatish uchun o'yinlar quyidagi yo'nalishlarda tanlanishi kerak:

- - e'tiborni rivojlantirish uchun o'yinlar;

- - mushaklar va hissiy taranglikni, dam olishni bartaraf etish uchun o'yinlar va mashqlar;

- - ixtiyoriy tartibga solish ko'nikmalarini rivojlantiruvchi o'yinlar;

- - muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan o'yinlar.

Giperaktiv bola bilan o'zaro munosabatda bo'lgan muhim nuqta – bu guruhda, yurishda, mashg'ulotlar paytida aniq tuzilgan, tushunarli xatti-harakatlar qoidalarining mavjudligi. To'g'ri vaqtda qoidalarni eslatishga, bolaning xatti-harakatlarini to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishga tayyor bo'lgan o'qituvchi tomonidan sabr-toqat va tushunish bilan to'ldirilgan aniq, tushunarli qoidalar, shuningdek, bolaga murojaat qilishda hissiy jihatdan neytral ohang yordam beradi. u o'z xatti-harakatlarini asta-sekin nazorat qiladi.

O'yin terapiyasi giperaktiv bolalar bilan ishlashda tez-tez impulslarini nazorat qila olmaslik, o'z-o'zini boshqarish murakkabligidan kelib chiqadigan xulq-atvor muammolarini engishga yordam berish uchun ishlatiladi. Bolada ixtiyoriy diqqatni jamlash, aqliy faoliyatini rivojlantirish, motor-motor va irodaviy faoliyatni yaxshilash uchun o'yinlar o'ynang:

- Farq mashqlarini toping. Maqsad: diqqatni tafsilotlarga jamlash qobiliyatini rivojlantirish, vizual e'tiborni rivojlantirish.

Yo'riqnoma: bola varaqqa (mushuk, uy va boshqalar) oddiy rasm chizadi va yuz o'giradi. Ota-ona bir nechta tafsilotlarni tugatib, boladan nima o'zgarganligini so'raydi. Bola o'zgarishlarni sezishi kerak.

- "Diqqatli hayvonlar" mashqlari. Maqsad: barqarorlikni rivojlantirish va e'tiborni o'zgartirish.

Ko'rsatmalar: ota-ona o'ziga xos poz yoki imo-ishora bilan tasvirlangan hayvonni tanlaydi. Bola bu hayvonning tasvirini takrorlashi kerak. Keyin oila rollarni o'zgartiradi.

• "Muzqaymoq" mashqlari. Maqsad: o'zini o'zi boshqarish elementlarini shakllantirish.

Yo'riqnoma: Qiziqarli, jo'shqin musiqa yangramoqda. Bola musiqa ritmi ostida erkin harakat qiladi. To'satdan musiqa to'xtaydi. Bola musiqiy tanaffusga tushgan joyida muzlaydi. Keyin, 7-10 soniyadan keyin, musiqa yana paydo bo'ladi va bola harakatini davom ettiradi.

### **GIPERAKTIV BOLA BILAN ISHLASH QOIDALARI**

- Farzandingiz bilan kechqurun emas, kunning boshida ishleng.
- Bolaning ish yukini kamaytiring.
- Ishni qisqaroq, lekin tez-tez bo'lgan davrlarga ajrating. Jismoniy tarbiya daqiqalaridan foydalaning.
- Dramatik, ifodali o'qituvchi bo'ling.
- Muvaffaqiyat hissini yaratish uchun ish boshida aniqlik talablarini kamaytiring.
- Mashg'ulotlar paytida bolani kattalar yoniga qo'ying.
- Taktil aloqadan foydalaning (massaj elementlari, teginish, silash).
- Farzandingiz bilan muayyan harakatlar haqida oldindan kelishib oling.
- Qisqa, aniq va aniq ko'rsatmalar bering.
- Mukofot va jazolarning moslashuvchan tizimidan foydalaning.
- Farzandingizni kelajak uchun kechiktirmasdan, darhol rag'batlantiring.
- Bolaga tanlash imkoniyatini bering.
- Tinchlaning, g'azabingizni nazorat qiling
- Giperaktiv bola bilan ishlashda "tez yordam"
- Bolani injiqliklaridan chalg'itib qo'ying.
- Tanlovni taklif qiling (hozirda mumkin bo'lgan boshqa faoliyat).
- Kutilmagan savol bering.
- Bola uchun kutilmagan tarzda munosabat bildiring (hazil qiling, bolaning harakatini takrorlang).
- Bolaning harakatlarini qat'iy tanqid qilmang.
- Buyurtma bermang, lekin so'rang (lekin marhamat qilmang).
- Bolaning nima demoqchi ekanligini tinglang (aks holda u sizni eshitmaydi).
- So'rovingizni avtomatik ravishda bir xil so'zlar bilan ko'p marta takrorlang (neytral ohangda).
- Bolani suratga oling yoki u yaramas bo'lgan paytda uni oynaga olib boring.
- Uni xonada yolg'iz qoldiring (agar bu uning salomatligi uchun xavfsiz bo'lsa).
- Boladan har qanday holatda ham kechirim so'rashini talab qilmang.
- Belgilarni o'qimang (bola hali ham ularni eshitmaydi).
- Giperaktiv bola bilan profilaktika ishlari
- Farzandingiz bilan o'yin vaqti, yurish davomiyligi va boshqalar haqida oldindan kelishib oling.

- Bolaga vaqt tugashi haqida kattalar tomonidan emas, balki oldindan o'rnatilgan budilnik orqali xabar beriladi, bu bolaning tajovuzkorligini kamaytirishga yordam beradi.

- Farzandingiz bilan birgalikda kerakli va nomaqbul xatti-harakatlar uchun mukofot va jazo tizimini ishlab chiqing.

- Guruhda va uyda o'zini tutish qoidalari to'plamini ishlab chiqish va bolaga qulay joyda joylashtirish.

- Farzandingizdan ushbu qoidalarni baland ovozda aytishini so'rang.

- Dars boshlanishidan oldin, bola topshiriqni bajarishda o'zi uchun nimani xohlashini aytishi mumkin.

O'qituvchilar tomonidan bir qator psixologik va pedagogik tavsiyalarni amalga oshirish ularga giperaktiv bola bilan samarali muloqot qilishda yordam beradi. O'z navbatida, bu bolaning psixo-emotsional holatiga ijobiy ta'sir qiladi. U muloqot va o'yin ko'nikmalarini rivojlantiradi. Diqqat barqarorroq bo'ladi. U o'z xatti-harakatlarini nazorat qila oladi.

Shunday qilib, giperaktiv bolalar ular bilan ishlashning turli usullari va usullarini biladigan va bu usullarni to'g'ri qo'llay oladigan o'qituvchilarning yordamiga muhtojdirlar.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Zavadenko N.N. Bolalikda giperaktivlik va diqqat etishmasligi: "Akademiya" nashriyoti - M., 2005. - 189 p.

2. Lyutova E.K., Monina G.B. Ota-onalar uchun hiyla-nayrang: giperaktiv, tajovuzkor, xavotirli va otistik bolalar bilan psixokrektatsion ish. - SPb: "Rech" nashriyoti, 2002. - 136 b.

3. A.L.Sirotyuk Diqqat etishmasligi giperaktivligi buzilishi. M.: "Sfera", 2009. - 87 b.

4. Lyutova E.K., Monina G.B. Ota-onalar uchun hiyla-nayrang: giperaktiv, tajovuzkor, xavotirli va otistik bolalar bilan psixokrektatsion ish. - SPb.: "Rech" nashriyoti, 2002. - 136 b.

5. A.L.Sirotyuk M.: "Sfera", 2009 y.

6. Zavadenko N.N. Bolalikda giperaktivlik va diqqat etishmasligi: "Akademiya" nashriyoti - M., Moskva, 2005 yil.