

**ОИЛАВИЙ ТАРБИЯ: БОЛАЛАР БИЛАН СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ ВА  
ФАОЛ ЖАРАЁНЛАРНИ ТАШКИЛ ЭТИШ МУАММОЛАРИ ВА  
КУТИЛМАГАН ЕЧИМЛАР**

**Наргиза Мўминова Сабитджановна**  
*МТТДМҚТМОИ PhD катта ўқитувчиси*

Бола ривожланишининг дастлабки босқичларида оиланинг тутган ўрни беқиёсдир. Болалар оилада тарбияланади ва унда юз берадиган воқеалар уларга жуда катта таъсир кўрсатади. Болалар ота-онасининг ҳаётига доимо хаос(тартибсизлик) олиб кирган. Таъкидлаб айтамыз, доимо. Бола туғилиши билан минглаб кутилмаган, кечиктириб бўлмас ишлар пайдо бўлади.

Болада соғлом турмуш тарзини шакллантириш учун унга кўрсатма бермаслик, ўргатмаслик, балки бола билан соғлом турмуш тарзини бирга олиб бормоқ лозимдир. Ота-оналар ҳар доим ҳам бу ҳақда ўйламайдилар. Кўпинча ота-она учун болани пуллик спорт тўғаракларига олиб бориш, албатта, тишларини юваётганда бирга бажариш ҳамда ота-она ва бола билан велосипед учиш, тўплар ўйнаш, сакрағичда сакраш, пиёда сайр қилишни одатга айлантиришдан кўра осонроқдир.

Қандай қилиб ҳар куни ҳаяжонли, фойдали ва хавфсиз фаолият бўлиши учун бир соат эмас, бир кун эмас, балки бутун бир ҳафтани уйда мазмунли ўтказиш мумкин? Танграмм, сўз ўйини, шашка, шахмат, конструкторлар, уй театри - ажойиб! Аммо бу ўйин-кулгилар узоқ давом этмайди, яна бир нарса керак бўлади.

**Оилада китоб мутаоласи**

Болалар ҳали ҳам эртақлар, ҳикояларни эшитишни хоҳлашади. Лекин ота-оналар фарзандлари билан ўтириб, китобни варақлаш ўрнига, уни бир-икки ёшидан бошлаб мултфилмлар, телефондаги ўйинларга сунъий тобеликка ўргатадилар.

Баъзан мазмуни йўқ ёки умуман зарарли, шовқинли ўйинлар, болани асаб тизимини чарчатади. Афсуски, ота-оналар бу ҳақда ўйламайдилар ёки бошқа бир муҳим деб ўйлаган ишни қиялпман деб ўйлайдилар, афсуски, бола тарбияси энг асосий мажбуриятлари эканини унитадилар.

Ўйинчоқ-китобчалар, кесма-китобчалар, ҳаракатланувчан буюм, одам ва хайвон шакллари бор ёйма-китобчалар, ўзбек ва жаҳон болалар адабиётига мансуб турли китоблар боланинг китоб билан мулоқатини янада фаоллаштиради. Она тили жозибаси, яқин инсонлар даврасида бирга китоб ўқиш билан ўтказилган вақт, бадий асарни бир ажойиб мўжизавий дунёдек идрок этишининг ўзи бир олам эстетик завқ бериши аста-секин одат тусига киради ва болани ҳақиқий китобхонга айлантиради. Бола мароқ билан китоб ўқиётган катталарни кузатса, унда ижобий ибрат, одоб намунаси ҳосил бўлади – китоб мутолаа қилиш завқли. Шундай қилиб,



хулоса қилайлик – оила шароитида китоб ўқиш кўникмалари болага бамисоли юриш ёки сўзлашиш малакалари қаторида табиий ҳолда ўтиши керак.

**Оилада мактабгача ёшдаги болалар ва катталар билан ўйналадиган ўйинлар**

#### **Танграм жумбоқ**

Биз турли хил жумбоқлардан фойдаланиб, мантиқни, тасаввурни ривожлантирамиз, мақсадлар қўйишни ва натижаларга эришишни ўрганамиз. Масалан, танграм - бошланғич босқичдаги энг оддий схемалардан "илғор фойдаланувчилар" учун ниҳоятда қийингача.

Бундай жумбоқни тайёр тўплам тарзда харид қилиб олиш мумкин, аммо бутун оила билан қўл меҳнати асосида тайёрлашингиз жуда ҳам қизиқроқ. Бунинг учун сизга фақат қоғоз ёки картон варағи, бўёқлар, қайчи, яхши кайфият ва тасаввур керак. Ҳўш, схемаларни интернетдан юклаб олиш мумкин.

#### **Пазли жумбоқлар**

Дунёдаги энг катта пазли жумбоқ 42000 донадан иборат. Бундай фаолият нафақат кўзни ривожлантириши, сабр-тоқатни ва ғалаба қозониш учун иродани таҳлил қилиш ва тарбиялашни ўргатиши, балки барча оила аъзолари учун ёшидан қатъи назар қизиқарли бўлиши ҳамда жамоавий руҳни шакллантириш учун ҳам, бир хил даражада ҳаяжонли бўлиши учун муҳимдир.

#### **Спорт ўйинлари**

Бугунги кунда эркин фаолият, ҳаракатланиш тажрибасини бойитиш ва боланинг жисмоний фаоллик маданиятини шакллантириш каби тушунчалар ривожланмоқда. Биз болаларга жисмоний фаолликни қандай сақлаш ва соғлиғига ғамхўрлик қилишни ўргатишимиз керак.

Уйда самарали, хавфсиз ва катта завқ билан машқ қилишни истаганлар учун ажойиб ғоя. Хона ёки ҳовлида жойни тозалаймиз. Болалар билан юмшоқ ўйинчоқларни қаторига қўямиз. Биз тўп билан отиб мўлжал оламиз. Вазифа мўлжалга олиш бўлиб, аниқ зарба билан барча ўйинчоқларни уриб туширишдир.

Ўйинни аста-секин қийинлаштириши мумкин: ўйинчи нишондан қанчалик узоқ бўлса, "зарбани мўлжалга олиш" шунчалик қийин бўлса, уриш керак бўлган объектлар қанчалик кичик бўлса, шунча аниқроқ нишонга олиш керак. Ва кучни тўғри ҳисоблаш, мақсадга, траекторияга бўлган масофани кўз билан баҳолай билиш ҳам муҳимдир.

Тўп билан турли спорт ҳаракатларини бажариш лозим. Масалан дарвозага тепиш, ошириб бериш, тўпни олиб қочиш каби ҳаракатларни бажариш болаларда маълум бир спорт турига қизиқиш уйғотади.

Мактабгача ёшдаги бола мунтазам жисмоний ривожланиш ва соғлом турмуш тарзи соҳасининг кўрсаткичлари асосида шакллана бораётган вақтда жараёнларни амалда қилиб кўргиси, ўзини синаб кўришни истайди ва муаммоларга имкон қадар тезроқ дуч келишни хоҳлайди: катта кўлмақдан сакраб ўтгиси, оғир тошни кўтаргиси



ёки кум ва тупроқни хусусиятларини ўрганишни истайди. Аммо у бу қийинчиликни деярли ҳеч қачон англай олмайди, қачонки ҳар қандай фаолият катталарнинг “тегма”, “бу тоза эмас”, “тўхта” деган фарёди билан тўхтатилади. Тўхтатилган ҳаракатлар занжири беш ёшга келиб, боланинг ўзига ишонмаслигига, ҳатто ундан ҳам кўпроқ кўрқув, инжиқлик, қайсарликка олиб келади.

Амалиёт шуни кўрсатадики, ота-оналар кўпинча оилавий бўш вақтни тўғри ташкил этиш учун вақт, хоҳиш ва имкониятга эга эмаслар. Ота-оналар педагог - мутахассисларнинг психологик ёрдамига муҳтож, аммо баъзилари бунга муҳтож эмаслигини, ўзлари ҳамма нарсани билишини айтишади. Ҳозирги замон педагоглари ота-оналарда тарбияга онгли муносабатни шакллантириш зарурлигини таъкидлайди, чунки улар фарзанд тарбиясига жавобгардир. Мактабгача таълим ташкилотлари бола тарбиясида фақат ёрдам бериши, йўл кўрсатиши ва қўллаб-қувватлаши мумкин.

Демак ,биринчидан, болангизни кун давомида фаол жисмоний машқлар билан фаоллаштиринг. Иккинчидан, ота-оналарга болаларни ривожлантирувчи яхши мантиқий вазифалар керак. Учинчидан, бола билан кун давомидаги ҳар қандай фаолиятимиз боланинг шахсий ташаббуси ва ота-онанинг биргаликдаги фаолияти асосида амалга оширилиши керак.

### **Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:**

1. Мактабгача таълим ва тарбиянинг давлат стандарти – Т.: 2020
2. “Илк қадам” мактабгача таълим ташкилотининг давлат ўқув дастури. – Т.: 2018.
3. “Илм йўли ” вариатив дастури. – Т.: 2019
4. Ўзбекистон Республикасининг илк ва мактабгача ёшдаги болалар ривожланишига қўйиладиган Давлат талаблари ва “Илк қадам” давлат ўқув дастурини жорий этиш бўйича тренерлар учун қўлланма. – Т.: 2019.
5. Бола маънавияти. Узлуксиз маънавий тарбия трилогияси. II қисм. 3-7 ёшли болаларни маънавий тарбиялаш бўйича қўлланма. Тузувчи-муаллифлар: А.Қодиров, М.Қуронов ва бошқ. – Тошкент, “Sano-standart” нашриёти, 2018. – 268 б.

