

## Maktabgacha Va Maktab Yoshidagi Bolalarda Giperaktivlik

*Abdimurodova Dilshoda Abdishukur<sup>1</sup>, Normo`minova Dilafruz Erkinovna<sup>2</sup>*

**ANNOTATSIYA:** maqolada maktabgacha hamda maktab yoshdagi bolalarda giperaktivlik haqida umumiy ma'lumotga ega bo'lish, ularning o'ziga xos xususiyatlari, giperaktivlikning paydo bo'lishi, giperaktiv bolalarning diqqatining yetishmasligi hamda buzilishi sabablari.

**Kalit so'zlar:** giperaktivlik, maktabgacha yosh va maktab yoshi, patalogiya, buzilish, diqqatsizlik, o'yin, faoliyat.

O'zbekiston Respublikasi «Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida» qonunchilik palatasi tomonidan 2019-yil 22-oktabrida qabul qilingan, senat tomonidan 2019-yil 14-dekabrda ma'qullangan qonunining 3-moddasida aytib o'tilganidek. Maktabgacha ta'lim va tarbiya-bolalarga ta'lim va tarbiya berishga, ularni intellektual, ma'naviy, axloqiy, etik, estetik va jismoniy jihatdan rivojlanishiga shuningdek, bolalarni umumiy o'rta ta'limga tayyorlashga qaratilgan uzluksiz ta'lim turidir. Maktabgacha ta'lim turi asosiy tayanch, ya'ni talim turining asosiy negizi hisoblanadi. Shuning uchun ham O'zbekiston Respublikasi har bir maktabgacha yoshda bo'lgan bolalarni ta'lim olishini davlat tomonidan kafolatlaydi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni tarbiyalash muammolari o'rganilgan ko'plab ishlar mavjud. Hozirgi kunda maktabgacha yoshdagi bolalarga juda katta ahamiyat qaratilmoqda. Giperaktivlik ko'p o'lchovli miyaning ayrim funksiyalarining buzilishi nerv impulslarining haddan tashqari shakllanishi bilan bog'liq. Ushbu patologiya bolaning haddan tashqari faolligining asosiy sababi bo'lib, uning e'tiborini va o'z his-tuyg'ularini jamlashga to'sqinlik qiladi. Giperaktivlik belgilari o'xshash bo'lishi mumkin nevrozlar yoki oddiy mobil chaqaloqning xatti-harakati faqatgina malakali mutaxassisning keng qamrovli tekshiruv asosida ushbu holatning haqiqiy belgilarini taniy oladi. Giperaktivlik so'zi yunon tilidan kelib chiqqan giper-juda ko'p, lotin tilida faollik-faol. Demak, giperaktivlik so'zma-so'z faollikni oshiradi. Tibbiy ma'noda, bolalarda giperaktivlik - bu maktabda va uyda jismoniy faollikning oshishi. Bu psixologik travmatik vaziyatlar va tarbiyadagi nuqsonlar ta'siri ostida yuzaga keladigan bolaning fiziologik ehtiyojlarining (ayniqsa, yoshroq) tabiiy namoyon bo'lishi va uni birinchi yillardan, hatto oylardan boshlab aniqlash mumkin. Keling, ushbu imkoniyatlarning barchasini tartibda ko'rib chiqaylik. Giperaktivlik- bu odamning jismoniy faolligi va qo'zg'aluvchanligi me'yordan oshib ketadigan, noadekvat va samarasiz bo'lgan holatdir. Giperaktivlik uzoq vaqtdan beri miyaning patologik holati. Mutaxassislar tomonidan o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlarning mavjudligi ushbu holatni kasallikning alohida turi sifatida ajratib ko'rsatishga olib keldi va bolaning faolligi ortishi diqqat etishmasligi buzilishi bilan bog'liq bo'la boshladi. Shu o'rinda statistika ma'lumotlarni ham aytib o'yish joiz deb o'yladim, hozirgi vaqtda zamonaviy tibbiy amaliyotda giperaktivlik rivojlanishning bir necha shakllariga bo'linadi. Ushbu patologiyaning shakllari: diqqat yetishmasligi buzilishi bilan giperaktivlikning kombinatsiyasi, diqqat yetishmasligi giperaktivligi buzilishi, diqqat yetishmasligisiz giperaktivlik.

Semptomlar va belgilari bolalardagi giperaktivlik belgilari deyarli tug'ilishdan boshlab rivojlana boshlaydi. Bunday bolalar haddan tashqari faol, lekin ular jismoniy rivojlanishda kechikishni rivojlantiradilar. Epidemiyalar yorqin nur, nutq, ba'zi ob'ektlar ularda zo'ravonlik reaksiyasini keltirib chiqaradi, bu ogohlantirishlarga nisbatan sezgirlikning oshishi mavjudligini ko'rsatadi. Agar bolaning xatti-harakatlarida bir nechta giperaktivlik belgilari bo'lsa, u holda mutaxassis bilan maslahatlashish majburiydir. Kichkintoylar va maktabgacha yoshdagi bolalarda quyidagi belgilar mavjud: nutq rivojlanishining kechikishi, harakatlarning tartibsizligi, xotira buzilishi, haddan tashqari jismoniy

<sup>1</sup> Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Pedagogika va psixologiya yo'nalishi talabasi

<sup>2</sup> Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Pedagogika va psixologiya yo'nalishi Ilmiy rahbari



faoliyat, tashqi ogohlantirishlarga yuqori sezuvchanlik, hissiy beqarorlik va ko'z yoshlari, diqqatni jamlashning buzilishi, notinch uyqu va uxlab qolish qiyinligi, harakatlarning motorli ko'nikmalarini buzish kabilar. Giperaktivlik aqliy faoliyatga ta'sir qilmaydi bola maktabga borishni boshlaganidan keyin, ammo bu patologiya uning akademik ko'rsatkichlarining muhim ko'rsatkichlarga pasayishiga olib kelishi mumkin. Yomon baholar va materialni idrok etishdagi qiyinchiliklarning sabablari jismoniy faollikning oshishi, sinfda jim o'tirish qobiliyatining yo'qligi, atrofdagi narsalar va vaziyatlardan doimiy chalg'itishdir. Giperaktivlik tashxisi qo'yilgan bolalarda asabiy tik yoki psixoemotsional holat bilan bog'liq boshqa kasalliklarni rivojlanish xavfi mavjud. Maktab o'quvchilarida belgilari: o'z-o'zini tanqid qilish va o'z qobiliyatlarini past baholamaslik, haddan tashqari bezovtalik, ma'lum bir mavzuga diqqatni jamlashda beparvolik, harakatlarni muvofiqlashtirishning buzilishi va qo'pollik, diqqatni jamlashda qiyinchilik, asabiylashish va asabiylashish, sabrsizlik, tez-tez bosh og'rig'i va shu kabi holatlar kuzatiladi. Bolada giperaktivlik rivojlanishining sabablari ikki toifaga bo'linadi. Salbiy ta'sir omillari homiladorlik davrida homila va chaqaloqni o'rab turgan muhit tug'ilgandan keyin. Giperaktivlikning chaqaloq tug'ilishidan oldin quyidagi omillarda yuzaga keladi: homiladorlik davrida patologiya, tug'ilish travmasi va qiyin tug'ilish, erta tug'ilish yoki tug'ilishda kam vazn, noto'g'ri ovqatlanish va suiiste'mol qilish yomon odatlar homiladorlik davrida, sezaryen bilan tug'ish, homiladorlik paytida noto'g'ri turmush tarzi.

Giperaktivlikni bartaraf etish maqsadida terapiyalar, o'yinlar, mashqlar, treninglardan foydalanamiz. Bola uchun yoqimli o'yin shaklida qat'iyatlilik va diqqatlilik shakllanishi, giperaktivlikni boshqarishni o'rganish va hissiyotni kuchayishi sodir bo'ladi. Psixolog DEHB alomatlarini hisobga olgan holda o'yinlar to'plamini alohida tanlaydi. Ammo, agar bola juda oson yoki qiyin bo'lsa, u ularning qoidalarini o'zgartirishi mumkin. Dastlab o'yin terapiyasi individual ravishda amalga oshiriladi, keyin u guruh yoki oilaviy terapiyaga aylanishi mumkin. Shuningdek, o'yinlar "uy vazifasi" bo'lishi mumkin yoki o'qituvchi tomonidan besh minutlik dars davomida o'tkazilishi mumkin. Diqqatni rivojlantirish uchun o'yinlardan biri rasmdagi 5 ta farqni toping, hidi aniqlang, yopiq ko'zlar bilan obyektga teging, buzilgan telefon va shu kabi o'yinlar olib boramiz.

Xulosa qilib shuni aytish joizki, giperaktiv bola bilan muloqot qilish bo'yicha barcha tavsiyalarni bir so'z bilan ta'riflash mumkin - muloqot qiling. Farzandingiz bilan birga bo'ling, unga dunyo haqida gapirib bering, uning holati va his-tuyg'ulari bilan qiziqing. Uning kuchli va zaif tomonlari haqida gapiring. Birinchisini rivojlantirishga yordam bering va ikkinchisini tekislashni o'rgating. Giperaktiv bola bilan hamkorlik qilishning asosiy printsiplari: kerakli xatti-harakatni kuchaytirish va maqtovnini oshirish, kiruvchi harakatlarga e'tibor bermaslik. Kim biladi, ehtimol sizda yangi mashhur komediyachi, rok yulduzi yoki reper o'sib ulg'aygandir. Ha, Avril Lavigne, Justin Timberleyk, Howie Mandel, Ozzy Osbourne, Channing Tatum, Jim Kerrey va boshqa ko'plab daho va taniqli shaxslar bir paytlar shunchaki giperaktiv bolalar edi. Giperaktivlik dahoning xabarchisi degan ilmiy fikr ham mavjud. Albatta, agar siz vaziyatni o'z foydangizga boshqarishni o'rgansangiz.

### Foydalangan adabiyotlar:

1. Sh.M.Mirziyoyev. "Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoni. 2017-yil 30 sentyabr.
2. P.Yusupova. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. 1993-yil. 20-23-betlar.
3. Baxromjon Jo'rabayev Chirchiq davlat pedagogika instituti talabasi. Maqola. Scientific progress volume 2 | Issue 3 | 2021. 1119-1121-betlar.
4. muegn.ru

