

## O'SMIRLIK DAVRIDA O'SMIRLARNING ANATOMIK FIZIOLOGIK XUSUSIYATLARINI TAHLIL QILISH

*Karimova Gulchiroy Farhod qizi*

*Termiz davlat pedagogika instituti Matematika va informatika fakulteti*

*Matematika va informatika yo'nalishi 1-kurs talabasi*

**Ilmiy rahbar: Imanova M.B**

**Annotatsiya:** Maqolada o'smirlik davri haqida tushuncha, o'smirlarning anatomik fiziologik xususiyatlari va o'smirlarning bilish jarayonlarining xususiyatlari tahlil qilindi. O'smirlik ko'p jihatdan insonning ertangi kunini belgilab beruvchi muhim palla hisoblanadi. Bu davrda ota – onalar farzandlariga har doimgidan ko'proq e'tibor berishlari kerak.

**Kalit so'zlar:** o'smirlik, o'smirlik davri, xarakter, o'tish jarayoni, psixik rivojlanishdagi inqiroz, "xohlayman", "kerak", mulqot, o'qish, diqqat.

**Аннотация:** В статье проанализировано понятие подросткового возраста, анатомо-физиологические особенности подростков, особенности познавательных процессов подростков. Подростковый возраст – важный период, во многом определяющий будущее человека. В этот период родителям следует уделять своим детям больше внимания, чем когда-либо.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, юношеский возраст, характер, переходный процесс, кризис психического развития, «хочу», «потребность», общение, учеба, внимание.

O'smirlik 10-11 yoshlardan 14-15 yoshlargacha bo'lgan davrni tashkil etadi. Hozirgi o'smirlar o'tmishdoshlariga nisbatan jismoniy aqliy va siyosiy jihatdan birmuncha ustunlikka ega. Ularda jinsiy yetilish, ijtimoiylashuv jarayoni, psixik o'sish oldinroq namoyon bo'lmoqda. Aksariyat o'quvchilarda o'smirlik yoshiga o'tish, asosan, 5-sinflardan boshlanadi. "Endi o'smir bola emas, biroq katta ham emas" – ayni shu ta'rif o'smirlik davrining muhim xarakterini bildiradi.

O'smirlik- bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib fiziologik va psixologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan harakatlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikka intilish ortadi, xarakteri shakllanadi, ma'naviy dunyosi boyiydi, ziddiyatlar avj oladi.

O'smirlik balog'atga yetish davri bo'lib yangi hislar, sezgilar, tuyg'ular paydo bo'ladi. Bu davrda o'smir hayotida fiziologik va psixologik o'zgarishlar juda ham keskin sur'atlarda amalga oshiriladi. Kichik maktab yoshidagi novcha qizlarning yonida bo'yi pastroq lekin serharakat bolalar o'smirlik davrida novcha qizlarga yetib oladilar, hattoki ulardan o'zib ham ketadilar. Bu davrda qiz bolalar 5-7 smga o'ssalar, o'g'il bolalar esa unadan yuqori 5-10 smga o'sib ketadilar. Bo'y

o'sishi naysimon suyaklar va umurtqa pog'onasining uzayishi hisobiga ro'y beradi. Bu davrda naysimon suyaklarning oxirgi tayanch qismlari hali yetarli darajada suyaklanmagan, yumshoq bo'ladi. Bu xususiyatlarni nazarda tutish, o'smirlar sportning murakkab, og'ir turlari bilan shug'ullanishiga yo'l qo'ymasligi kerak. Aks holda bolalarning umurtqa pog'onasi qiyshayib bo'yi o'smay qolishi mumkin. Og'iz bo'shlig'iga hamda halqumdagi o'zgarishlar oqibatida tovush tembri ham o'zgaradi. Bu o'g'il bolalarda qiz bolalarga nisbatan ko'proq darajada sodir bo'ladi. O'g'il bolalarning tovushi vazminroq bo'lib qoladi va do'rillaydi. Ayni shu holat ham o'smir psixikasiga katta ta'sir ko'rsatadi. Agar ularning ovozi muhokama qilinaversa, ustidan kulinaversa o'smir aggressor, urishqoq bo'lib qoladi. Shuning uchun ham kattalar o'smirlar bilan qanday muomala qilishni bilishlari kerak. Chunki ular o'zlari bilan xuddi kattalardek muomala qilishlarini xohlashadi. Insonning o'zining "Meni" ham shu davrda rivojlana boshalaydi va u o'zligini anglashni o'rganadi. Ular o'zlarining layoqati, qobiliyati va imkoniyatlarini ma'lum darajada o'rtoqlariga va o'qituvchilariga ko'rsatishga intiladilar. O'smirlik davri "O'tish davri", "Krizis davri", "Qiyin davr" kabi nomlarni olgan psixologik ko'rinishlari bilan xarakterlanadi. Chunki bu yoshdagi o'smirlarning xatti-harakatlaridagi muqobil, yangi sharoitlarda o'z o'rnini topa olmaslik, psixik portlash hollari ham kuzatiladi. O'z davrida L.S. Vigotskiy bunday holatni "psixik rivojlanishdagi inqiroz" deb nomlagan. Kichik maktab davridan so'ng bola alohida olingan shaxs sifatida o'z o'ziga munosabatini shakllantirish jarayonida asosan ikki bosqichni boshidan kechiradi. Bu bosqichlar o'smirlik yoshini ikki xil davrga- kichik o'smirlik davri va katta o'smirlik davrlariga to'g'ri keladi. Birinch bosqichda o'smir o'zini "bola"lardan ajralib, endi o'zini kattalar olamiga mansubligini taqidlamochidek bo'ladi. Kattalar hayotiga kirishga qiziqish o'smirlarning asosiy xarakteristikalarini hisoblanadi. Ikkinchi bosqichda o'smir endi o'zining yosh bola emasligiga shubha qilmaydi va o'zligini aniq angalay boshlaydi, o'z shaxsini ulug'lab, o'ziga xos harakatlar qila boshlaydi.

O'smir o'zining juda ko'p istaklari, "xohlayman"larini amalga oshirishga intiladi. Katta yoshli odamlar ega bo'lgan hamma narsalardan foydalanishga, erkin, mustaqil va ozod bo'lishga intiladi. Tevarak-atrofdagi odamlarga o'zining ahamiyatga ega ekanini ko'rsatish uchun u kuchli, qo'rqmas va epchil bo'lishga intiladi.

O'smirlar haddan tashqari g'ayratli va besaranjon bo'ladilar, ular uchun bekorchilik juda og'irdir, bir xil tarzda ishlaridan tezda toliqadilar, bir xildagi ish bilan qiziqmay qoyadilar, bu esa ularning ta'lim jarayonlari muvaffaqiyatga kuchli ta'sir qiladi.

“ O'smirlik yoshining mohiyati shundan iboratki, o'smir birmuncha faolroq ijtimoiy muhitga yetilgan bo'lib bolalik chog'ida vujudga kelgan eski munosabatlarni buzib, anashu muhit uchun kurasha boshlaydi”

O'smirlik davrida yetakchi faoliyat – bu o'qish , muloqot hamda mehnat faoliyatidir. O'smirlik davri muloqotining asosiy vazifasi – bu do'stlik, o'rtoqlikdagi elementar normalarini aniqlash va egallashdir. O'smirlar muloqotining asosiy xususiyati shundan iboratki, u to'la o'rtoqlik kodeksiga bo'ysunadi.

Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq og'zaki va yozma mavjud bo'lishi bilan kuchli vosita hisoblanadi. Maktabdagi o'quv jarayonlarining to'g'ri tashkil etilishi va amalga oshirilishi bilan o'smir nutqining to'g'ri rivojlanishiga qulay sharoit yaratiladi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirning muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirishiga ehtiyoj va intilish hisoblanadi.

O'smirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan so'z boyligining oshishi hisobiga bolsa, ikkinchi tomondan tabiat va jamiyatdagi narsa, voqea va hodisalarning mazmun-mohiyatini anglashlari hisobiga boladi. Bu davrda o'smir til yordamida atrof-borliqni aks ettirish bilan bir qatorda inson dunyoqarashini ham belgilab berish mumkinligini his qila boshlaydi. Aynan o'smirlik davridan boshlab, inson nutq bilish jarayonlarining rivojlanishini belgilab berishini tushuna boshlaydi.

O'smirlarning xulq –atvorining xususiyatlari ijobiy sifatlar, ehtiyojlar har bir yoshda, jumladan, ma'lum darajada yo'ldan ozgan o'smirda ham bo'ladi. O'smirlar hamma narsani bilishga qiziqadilar. Ko'pchilik o'smirlar boshqalardan ajralib turishni xohlaydilar va o'z muhitlaridako'zga tashlanib turishga harakat qiladilar.

Diqqat. Agar kichik maktab davrida ixtiyorsiz diqqat ustunlik qilsa, o'smirlik davrida bola oz diqqatini ozi boshqara oladi. Dars davomida intizomning buzilishi aksariyat hollarda o'quvchilar diqqatsizligidan emas, balki ijtimoiy sabablar bilan belgilanadi. O'smir oz diqqatini to'la ravishda o'zi uchun ahamiyatli bo'lgan va yuqori natijalarga erishishi mumkin bolgan faoliyatlarga qarata oladi. Osmirning diqqati yaxshi boshqariladigan va nazorat etiladigan darajada rivojlangan bolishi mumkin. Bolaning rivojlanayotgan ixtiyoriy diqqati o'qituvchi tomonidan doimo qo'llab-quvvatlanishi juda zarurdir. Pedagogik jarayonda ixtiyorsiz diqqatni ixtiyoriy diqqat darajasiga ko'tarish uchun bir qancha uslublar ishlab chiqilgan. Shuningdek, o'smirning dars jarayonida o'z tengdoshlari orasida o'zini ko'rsatishi uchun sharoitni yaratilishi ham o'smirdagi diqqatni ixtiyorsizdan ixtiyoriyga aylanishida zamin bo'lib xizmat qilishi mumkin.

**XULOSA:** Xulosa qilib aytganda o'smirlik davri inson hayotidagi eng muhim pallasi hisoblanadi. Inson bu davrda yaxshi, o'ziga xos va atrof-dagilarga foyda keltiradigan ishlarni qilishga o'zlarini safarbar etishlari kerak. O'smirlik davrida inson qancha o'qib o'rgansa, shuncha kamdir. Bu davrda ota-onalarning va ustozlarning bolaga beradigan tarbiyasi muhim ahamiyatga egadir. Qo'zg'alish jarayonlari jo'shqin, lekin tez o'sadi. Ikkinchi tomondan o'smir kuchli hayajonlanish paytida ayniqsa tegishli ijtimoiy sabablari asosida hayajonlanganda o'z hatti-harakatlarini idora eta olmaydi. O'smirni ish o'qish hamda sport mashg'ulotlari paytida to'g'ri va chuqur nafas olishga o'rgatish zarurdir.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. G'oziyev, E, Mamedov, K "Kasb psixologiyasi" Toshkent 2003
2. Nishanova, Z, Kamilova, N, Xalilova, N "Taraqqiyot psixologiyasi va differensial psixologiya" Toshkent 2020
3. Davletshin, M, Do'stmuhammedova, Sh, Mavlonov, M "Yosh va pedagogik psixologiya" Toshkent 2007
4. Nishanova, Z, Kamilova, N, Abdullayeva, D, Xalilova, N "Rivojlanish psixologiyasi pedagogik psixologiya" Toshkent 2018
5. Eshmurodov, O., & Fazliddinova, U. (2024). KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARNI O'QISHGA O'RGATISHDA PSIXOLOGIK XIZMATNING O'RNI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 169-173.
6. Eshmurodov, O. (2023). SOG'LOM PSIXOLOGIK MUHIT OILA BARQARORLIGINING OMILI SIFATIDA. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, (I). Извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9088>
7. Eshmurodov, O. (2023). QIZLARNI OILAVIY XAETGA TAYYORLASHNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK JIHATLARI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, (I). Извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9087>
8. Eshmuradov, O., & Ismoilova, G. (2022). OILAVIY MUNOSABATLARDA BOLALAR TA'RBIYASIGA TA'SIRI ETUVCHI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLAR. *Science and innovation*, 1(B4), 201-205.
9. Elomonovich, E. O. (2022). OILA PSIXOLOGIIYASINING NAZARIY ASOSLARI, OILAVIY MUNOSABATLAR PSIXOLOGIIYASI. *Gospodarka i Innowacje*, 20, 49-51.
10. Elamanovich, O. E. (2022, October). OILAVIY MUNOSABATLARDAGI NIZOLARNING KELIB CHIQUISH SABABLARI. In *Archive of Conferences* (pp. 1-7).

11. Эшмуродов, О. Э. (2021). Оиланинг маънавий-ахлоқий хусусиятлари ва оила мустаҳкамлигини таъминлаш имкониятлари. *Academic research in educational sciences*, 2(5), 1082-1085.
12. Elamanovich, O. E. (2022). OILAVIY MUNOSABATLARDAGI NIZOLARNING KELIB CHIQISH SABABLARI. *Archive of Conferences*, 1-7.
13. Eshmurodov, O. E. (2022). SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF MAINTAINING FAMILY-MARRIAGE RELATIONS. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(12), 803-807.
14. Eshmurodov, O. (2024). МАКТАБЛАРДА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТНИ RIVOJLANTIRISH MASALALARI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 152-155.
15. Eshmurodov, O. (2024). ТАЪЛИМ ТАШКИЛОТЛАРИДА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТНИНГ ЙЎНАЛИШЛАРИ ВА ДОЛЗАРБЛИГИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 148-151.
16. Eshmurodov, O., & Fazliddinova, U. (2024). КИЧИК МАКТАВ YOSHIDAGI O'QUVCHILARNI O'QISHGA O'RGATISHDA ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТНИНГ О'РНИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 169-173.
17. Эшмуродов, О. (2023). Talabalar oila haqidagi tasavvurlarining oila mustahkamligiga ta'siri. *Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика*, 1(1), 71-74.

