

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM
VAZIRLIGI
SAMARAQAND DAVLAT
UNIVERSITETINING
KATTAQO'RG'ON FILIALI**

"TASDIQLAYMAN"

SamDUKF direktori:

Sh.R.Urakov

2022-yil " " "

**Ta'lim jarayonida nizoli vaziyatlar
profilaktikasi
FANINING O'QUV DASTURI**

Bilim sohasi:	100000 – Ta'lim
Ta'lim sohasi:	110000 - Ta'lim
Ta'lim yo'nalishi:	60110500 – Boshlang'ich ta'lim

Kattaqo'rg'on - 2022

Fan/modul kodi		O'quv yili 2024-2025	Semestr 5	Kreditlar 3	
Fan/modul turi Majburiy		Ta'lim tili O'zbek		Haftadagi dars soatlari 4	
1.	Fan nomi	Auditoriya mashg'ulotlari (soat)		Mustaqil ta'lim (soat)	Umumiy jami (soat)
	Psixologik trening asoslari	40 (18/22)		50	90
2.	1. Fanning mazmuni <i>Fanni o'qitishdan maqsad va vazifalar</i> — trening mashg'ulotlarining nazariy va amaliy jihatdan tadqiq qilishga bag'ishlangan. Bunda turli xil ko'rinishdagi trening mashqlari olib borishlari va tahlil qilishlari lozim. Trenerlik faoliyati va ssenariylarni metodologik tajribasi bo'yicha nazariy ma'lumotlari o'zlashtirish, bundan tashqari, psixologlarni guruhli faoliyatida shakllangan ko'nikmalarni ishlatish imkoniyatining mavjudligi va trening guruhining texnikalari bilan tanishishlari kerak. II. Nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari) I. Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi: 1. Psixologik trening asoslari fani haqida umumiy tushuncha. Psixologik faoliyatda guruhli jihatdan ishlashning tarixi. Psixologik trening haqida umumiy tushuncha. "Trening", "Guruhli psixologik faoliyat", "Guruhli psixoterapiya", "Psixoterapevtik guruh" tushunchalarning mazmuni va bog'liqligi. Psixologik treningni asosiy tiplari va ko'rinishlari. Guruh ko'rinishlari. Psixologik faoliyatda guruhli usulning afzalliklari va kamchiliklari. 2. Guruhli dinamika jarayonlari. Guruhli dinamika haqida umumiy tushuncha. Guruhli dinamikada guruhning tuzilishi asosiy element sifatida. Guruhli dinamikada sosiometriya asosiy usul sifatida. Guruhli ahillik. Guruhli ahillikni oqibatlari. Guruhli ahillikni vujudga keltiruvchi sabablar. Qarshilik ko'rsatish. Trening guruhlarida normativ xatti harakatlari. Guruhning psixoterapevtik omillari. 3. Psixologik trening asosiy bosqichlari. Psixologik treningda xatti-harakatlar nazariyasi (Forverg, Albert). Psixologik treningda harakat fazasi. Psixologik treningda faoliyatni faollashtirish. Psixologik treningda labilizasiya bosqichi. Oriyentirovka bosqichini qo'llash. Xatti-harakat priyomlarini o'zlashtirish va yakunlash bosqichi. Har bir bosqichda trenerning vazifasi. Guruhli faoliyatning kamchiliklari. 4. Trenerning malakalari, shaxsi va kvalifikatsiyasi				

Trening boshlovchisini shaxsiga va tayyorligiga qo'yiladigan talablar. Trening guruhini boshqarishning asosiy usullari. Trening guruhida boshlovchi xatti harakatini asoyi tamoyillari. Trenerning asos funksiyalari. Trenerning treningda ochilishi.

5. Psixologik trening asosiy usullari

Guruhiy diskussiya. O'yin usuli. Ijtimoiy persepsiyani rivojlantirishga mo'ljallangan usullar. Psixoterapiyada tana xarakatli usul. Meditativ texnika. Psixologik faoliyatda psixogimnastika guruhiy usul sifatida.

6. Qayta aloqa o'zini anglash va muomalada asosiy komponent sifatida

Psixologik trening vaqtida "men" obrazi bilan ishlash. Psixologik treningda qayta aloqa tushunchasi. Djogari diagrammasi. Konfortasiya. Trening guruhlarida samarali ishlash ko'nikmasi.

7. Guruhiy uchrashuvlar guruhiy psixologik faoliyatning turlichaligi sifatida

Guruhiy uchrashuvlarning tarixi va rivojlanishi. Guruhiy uchrashuvlarga Karl Rodjers va Vilyam Shyutsning qo'shgan hissalar. Guruhiy uchrashuvlarning asosiy tushunchalari. "Ochiqlik", "to'g'riso'zlik" o'zini va fiziologik menini anglash, "o'ziga bo'lgan mas'uliyatni his qilish", "hissiyotlarga e'tiborlilik" va shu yerda hozir tamoyili. Guruhiy uchrashuvlarning asosiy jarayonlari. Kontakt o'rnatish. Ishonchli muhitni yaratish. Mojarolarni o'rganish. Qarshilik ko'rsatishni o'rganish. Hamdardlik bildirish va qo'llab-quvvatlash. Guruhiy uchrashuvlarning asosiy tendensiyasi va fazasi.

8. Psixodramma guruhiy faoliyatning turli ko'rinishi sifatida

Psixodrammaning tarixi va rivojlanishi. Ya.L. Moreno psixodrammani asoschisi sifatida. Psixodrammaning asosiy tushunchalari. Rolli o'yinlar. Spontanlik. Tele. Katarsis. Insayt. Psixodrammada asosiy funksional rollar. Sahnalashtiruvchi rejissyor. Protogonist. Yordamchi o'yinlar. Psixodrammaning asosiy fazasi. Psixodrammatik faoliyatda ishlatiladigan metodikalar.

9. Gumanistik psixologiya va psixologik trening

Gumanistik psixologiyaning asosiy tamoyillari. Gumanistik psixologiya amaliy rejadagi mavzulari. Gumanistik an'analarda sosial psixologik trening. Individual va guruhiy faoliyatlarda asosiy yo'nalishlar. K. Rodjerning mijozga qaratilgan terapiyasi. Shaxslararo aloqalarda gumanistik shart sharoitlar. Mijozga qaratilgan guruhlarda guruhning soni. Boshlovchining qadriyatiga qo'yiladigan talablar. Boshlovchining vazifalari. Guruhiy uchrashuvlar.

III. Amaliy mashg'ulotlari bo'yicha ko'rsatma va tavsiya etiladigan mavzular:

1. Trening haqida tushuncha. Psixologik trening maqsadi va vazifalari.
2. Psixologik trening rivojlanish tarixi.
3. Psixologik treningda guruhiy dinamika jarayonlari.
4. Psixologik trening asosiy bosqichlari.
5. Shaxslararo muloqotchanlik ko'nikmalarini hosil qilish uchun tashkil etiladigan

treninglar.

6. Shaxsni barkamollashtirishga qaratilgan treninglar.
7. Emotsional hissiy zo'riqlashlarni bartaraf etish bilan bog'liq treninglar.
8. Trening mashg'ulotlarini olib borish usullari.
9. Psixologik treninglarda bahs-munozara usuli.
10. Trening jarayonida mashq usuli.
11. Rolli o'yinlarni o'tkazish qoidalari.

Auditoriyan tashqari vaqtda bajariladigan mustaqil ishlar quyidagi turlarda amalga oshirilishi tavsiya etiladi:

- Taqdimot tayyorlash;
- rasmi topshiriq tuzish;
- glossariy tuzish;
- Ma'lumotlarni jadval ko'rinishida ifodalash (T-jadval, Konseptual jadval, Axboriy tahlil: Fakt-argument);
- Grafik organayzerlardan foydalanib ma'lumotlarni tahlil qilish;
- Videorolik tayyorlash;
- Ko'rgazmali qurol tayyorlash;
- Bir soatlik dars ishanma tayyorlash;
- Krossvord tuzish;
- Xorijiy adabiyotlardan ma'lumotlarni to'plash, tarjima qilish va tahlil qilish;
- Internet ma'lumotlarini to'plash va tahlil qilish;
- Adabiyotlar ro'yxatini tuzish;
- Ilmiy maqola yozish;
- Esse yozish.

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:

1. Trening haqida tushuncha. Psixologik treningning maqsadi va vazifalari.
2. Psixologik treningni rivojlanish tarixi.
3. Psixologik treningda guruh dinamikasi jarayonlari
4. Treningni muhim jihatlari
5. Psixologik treningni asosiy bosqichlari.
6. Treningni boshlang'ich bosqichi
7. Trening turlari
8. Shaxslararo muloqotchanlik ko'nikmalarini hosil qilish uchun tashkil etiladigan treninglar
9. Shaxsni barkamollashtirishga qaratilgan treninglar
10. Emotsional hissiy zo'riqlashlarni bartaraf etish bilan bog'liq treninglar.
11. Trening mashg'ulotlarini olib borish usullari
12. Psixologik treninglarda bahs-munozara usuli
13. Trening jarayonida mashq usuli

14. Treningda o'yin - guruh bilan ishlash vositasi sifatida
15. Rolli o'yinlarni o'tkazish qoidalari
16. Trenening malakalari, shaxsi va kvalifikatsiyasi
17. Psixodramma guruhii faoliyatning turli ko'rinishi sifatida
18. Psixologik trening nobixevioristik an'analarda. Harakatni modifikatsiya qilish muammolari.
19. Guruh bilan ishlash jarayonida paydo bo'lishi mumkin bo'lgan muammoli vaziyatlar
20. Kognitivizm an'alarida trening
21. Ratsional-emotiv terapiya
22. Gumanistik psixologiya va psixologik trening
23. Sotsial psixologik trening
24. Bixeviorizm psixologik nazariya sifatida.
25. Guruhii faoliyatda geshtalt yondoshuv

3. **V. Ta'lim natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar)**
Talaba bilish kerak:

- fanning asosiy kategoriyalari, jamiyat va shaxs kamolotidagi tutgan o'rni va trening faoliyatidagi asosiy nazariy metodologik asoslarni, tamoyillarni, metodologik yondoshuvni, trener uchun asosiy yondoshuvni, trening mashqlarining o'ziga xosligi haqida **tasavvur va bilimga ega bo'lishi;**
- trening faoliyatidagi asosiy nazariy metodologik asoslarni, tamoyillarni, metodologik yondoshuvni, trener uchun asosiy yondoshuvni, trening mashqlarining o'ziga xosligini, trening yo'nalishlarida o'ziga xoslikni, trening faoliyatida ahamiyatli bo'lgan usullar haqida **ko'nikmalariga ega bo'lishi;**
- metodologiya asosida treningni tahlil qila olishi, trener faoliyati bo'yicha tahlil qila olishi, trening metodologiyasi bo'yicha aloqalarni o'rnata olishi, trener faoliyati va trening metodlari bo'yicha o'zaro aloqani o'rnata olishi, o'zining treningi uchun ssenariy tuza olishi **malakasiga ega bo'lishi kerak.**

4. **VI. Ta'lim texnologiyalari va metodlari:**

- *ma'ruzalar; interfaol, keys stadi, munozara*
- *interfaol keys-stadilar;*
- *diologik yondoshuv*
- *SWOT tahlili*
- *Venn diagrammasi*
- *Blits so'rov*
- *nilufar guli*
- *baliq skleti*
- *kim chaqqon*

• blits so'rov
blits test va boshqalar

VII. Kreditlarni olish uchun talablar:

5. Fanga oid nazariy va amaliy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil mushohada yuritish, ijod qilish va joriy, oraliq nazorat, mustaqil ta'lim shakllarida berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha nazorat ishini topshirish.

VIII. Asosiy adabiyotlar:

6. 1. O'zbekiston Respublikasining 637-sonli "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. <https://lex.uz/docs/-5013007>
2. O'zbekiston Respublikasining 901-sonli "Pedagog maqomi to'g'risida"gi Qonuni. <https://lex.uz/docs/-6786401>
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5712-sonli "O'zbekiston Respublikasi xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi Farmoni. <https://lex.uz/docs/-4312785>
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5847-sonli "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi Farmoni. <https://lex.uz/docs/-4545884>
5. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1059-sonli "Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasi va uni amalga oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori. <https://lex.uz/docs/-4676839>
6. Sh.R. Barotov O'quvchi shaxsini o'rganish usullari. Toshkent: "O'qituvchi", 1995. - 23b.
7. V.M. Karimova "Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot" Toshkent: 1999.
8. R.Toshimov, E.G'. G'oziyev "Zamonaviy individual va guruh psixologiya". Toshkent: "Universitet", 1999.
9. V.M.Karimova va boshqalar. Mustaqil fikrlash. T: "Sharq", 2000.
10. V.M.Karimova, R.Sunnatova. Mustaqil fikrlash o'quv qo'llanmasi bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil etish uslubiyati. Toshkent: "Sharq", 2000.

Axborot manbaalari

10. <http://www.edu.uz> - O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi sayti.
11. <http://www.uzedu.uz> - O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi sayti.
12. <http://www.gov.uz> - O'zbekiston Respublikasi hukumati portali.
13. www.pedagog.uz
14. <http://www.ziynet.uz/>
15. <http://www.redlib.ru>
16. <http://www.lex.uz>
17. <http://psylit.net/praktikum/>
18. <http://www.psychology.ru/tests/>
19. <http://www.psycological.ru>

7.	Fan dasturi Samarqand davlat universiteti Kattaqo'rg'on filiali kengashining 2022_yil 5-sentabr 1-son bayonnomasi bilan ma'qullangan.
8.	Fan/modul uchun mas'ullar: T.Eshquvvatov – SamDUKF, “Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim, sport” kafedrası mudiri
9.	Taqrizchilar: Dots. Sh.R.Urakov - SamDUKF, “Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim, sport” kafedrası dotsenti, pedagogika fanlari nomzodi Dots.N.Kiyamov – Sh.Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim fakultetiti Fakultetlararo pedagogika kafedrası professori (DSc)