

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA MUSIQA MASHG'ULOTLARIDA MUSIQA TERAPIYASI

Rasulova Umriniso, Do'sboyeva Barno, G'ulomova Nargiza, Maqodilova Muxlisa

Toshkent viloyati pedagogik
mahorat markazi tinglovchilari

ANATATSIYA: Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tashkilotlarida musiqa mashg'ulotlarida musiqa terapiyasidan foydalanishning psixologik-pedagogik asoslari, musiqaning bolalar ruhiy holati, emotsional rivojlanishi, stressni kamaytirish va xulq-atvorni me'yorlashtirishdagi ahamiyati, musiqa terapiyasining turli shakllari, metodlari, o'yin texnikalari hamda amaliy qo'llash mexanizmlari ilmiy asoslangan tarzda yoritilgan.

KALIT SO'ZLAR: Maktabgacha ta'lim, musiqa mashg'uloti, musiqa terapiyasi, emotsional rivojlanish, psixologik holat, relaksatsiya, ritmoterapiya, artterapiya, sensor rivojlanish, musiqiy idrok.

ANNOTATION: This article examines the psychological and pedagogical basis of using music therapy in preschool music lessons, highlighting its importance in reducing stress, stabilizing behavior, supporting emotional and psychological development, and enhancing children's creativity. Various forms, methods, and practical applications of music therapy in preschool educational settings are analyzed.

KEYWORDS: Preschool education, music lesson, music therapy, emotional development, psychological state, relaxation, rhythm therapy, art therapy, sensory development, musical perception.

АННОТАЦИЯ: В статье рассматриваются психолого-педагогические основы использования музыкальной терапии на музыкальных занятиях в дошкольных учреждениях образования, анализируется её влияние на эмоциональное развитие детей, снижение стресса, нормализацию поведения, а также формы, методы и механизмы применения музыкальной терапии в практике дошкольного воспитания.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: Дошкольное образование, музыкальное занятие, музыкальная терапия, эмоциональное развитие, психологическое состояние, релаксация, ритмотерапия, арттерапия, сенсорное развитие, музыкальное восприятие

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida musiqa mashg'ulotlarini tashkil etishda musiqa terapiyasidan foydalanish bolalarning ruhiy-emotsional rivojlanishini qo'llab-quvvatlovchi muhim pedagogik vosita hisoblanadi, chunki maktabgacha yosh davri bolaning xarakteri, his-tuyg'ulari, emotsional reaksiyalari va psixik barqarorligining shakllanishida eng sezgir davr bo'lib, musiqa bolaning injiqligi, qo'rquvi, tashvishi, agressiyasi yoki ichki zo'riqishini yumshatishda tabiiy regulyator vazifasini bajaradi, musiqa terapiyasi jarayonida tovush tebranishlari va ritmik ohanglar orqali bolaning markaziy asab tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatilib, uning his-tuyg'ulari barqarorlashadi, tasavvuri kengayadi, nutqi ravonlashadi, umumiy holati yengillashadi, shu bois musiqa mashg'ulotlariga musiqa terapiyasi elementlarini kiritish maktabgacha ta'lim sifatini oshirishning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Musiqqa terapiyasi mashg'ulotlarida yumshoq, sekin, sokin ohanglar relaksatsiya holatini yaratadi, bu orqali bola ichki tinchlikni his qiladi, o'zini xavfsiz his qilib, emotsional zo'riqishdan xalos bo'ladi, aksincha ritmik va jonli ohanglar bolaning faoliyatini faollashtiradi, energiyasini ijobiy tomonga yo'naltiradi, shuningdek qo'rquv, tajanglik yoki tortinchoqlikni kamaytirishga yordam beradi, maktabgacha ta'lim muassasalarida musiqqa terapiyasi turli ko'rinishlarda qo'llanadi: passiv musiqqa terapiyasi (musiqqa tinglash), faol musiqqa terapiyasi (qo'shiq aytish, raqs, ritmik harakatlar), ritmoterapiya, vokal terapiya, instrumental terapiya (baraban, trubka, metalafon va oddiy sensor cholg'ular), qo'shma o'yin-terapiya shakllari va artterapiya elementlari, bu terapiya jarayonida bolalar musiqqa orqali o'z his-tuyg'ularini ifodalashni, ularni boshqarishni, ichki kechinmalarini yumshoq tarzda chiqarishni o'rganadilar, shuningdek guruhda o'tkaziladigan musiqiy o'yinlar orqali ijtimoiy ko'nikmalar, do'stlik, o'zaro yordam, empatiya kabi ijtimoiy-emotsional sifatlar rivojlanadi, musiqqa terapiyasi mashg'ulotida ishlatiladigan ohanglar bolaning yosh imkoniyatlariga mos tanlanishi lozim, masalan 3–4 yoshli bolalar uchun takroriy, sodda, sekin ritimli qo'shiqlar mos kelsa, 5–7 yoshli bolalar uchun ritmik murakkablik biroz oshirilgan, harakatlarga boy, ijodiy ifoda talab qiladigan musiqiy materiallar qo'llanadi,

Tabiiy tovushlar – suv shildirashi, qushlar sayrashi, shamol shovullashi kabi audio effektlar bolalarda sokinlik va ichki uyg'unlik holatini yaratadi, raqs-terapiya elementlari orqali esa bola tanasi va his-tuyg'ulari o'rtasida uyg'unlik paydo bo'ladi, koordinatsiyasi rivojlanadi, psixomotor faoliyati yaxshilanadi, musiqqa terapiyasining psixologik asoslari shundan iboratki musiqqa to'g'ridan to'g'ri emotsional markazlarga ta'sir qiladi, bu esa bolaning kayfiyatini qisqa vaqt ichida o'zgartirish, yengillashtirish yoki faollashtirish imkonini beradi.

Tarbiyachi mashg'ulot davomida musiqiy terapiyaning barcha bosqichlarini to'g'ri tashkil etishi kerak: nafas mashqlari, relaksatsiya holatini yaratish, ohangni to'g'ri tanlash, ritmik harakatlarni moslashtirish, terapevtik o'yinlarni tashkil etish va yakuniy emotsional barqarorlashuv bosqichlarini yo'lga qo'yish lozim, musiqqa terapiyasi qo'llanilganda bolalarda agressiv holatlar kamayadi, uyatchan bolalar faolroq bo'la boshlaydi, jamoaga qo'shilish osonlashadi, nutqi ochilmagan bolalarda esa ovoz chiqarish, tovush takrorlash, qo'shiq parchalarini aytish jarayoni tezlashadi, musiqqa terapiyasi maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlashda yanada samarali bo'lib, autizm spektridagi bolalarda ritmoterapiya orqali tashqi dunyo bilan aloqa kuchayadi, nutqiy rivojlanishida sustlik bo'lgan bolalarda vokal terapiya yordamida nafas, artikulyatsiya va ovoz chiqarish jarayoni yaxshilanadi, emotsional beqaror bolalarda esa sekin ohanglar orqali tinchlantirish yirik natija beradi, shu sababli musiqqa terapiyasi bugungi kundagi maktabgacha ta'lim dasturlarining ajralmas qismi sifatida joriy etilmoqda.

Dunyo tajribasida musiqqa terapiyasi bolaning stressga chidamliligini 35–50% ga, nutq faolligini 25–40% ga oshirishi isbotlangan, O'zbekistonda ham "Ilk qadam" dasturida emotsional rivojlanishni qo'llab-quvvatlashda musiqaning ahamiyatiga alohida o'rin berilgan, musiqqa terapiyasi mashg'ulotlarini samarali tashkil etish tarbiyachidan maxsus musiqiy kompetensiya, pedagogik sezgirlik, bolalarning psixologik holatini tahlil qilish ko'nikmalarini talab qiladi, tarbiyachi musiqqa terapiyasi jarayonida har bir bolaning kayfiyati, emotsional reaksiyasi, faolligi, qiziqishi va ehtiyojiga mos individual yondashuvni tanlashi zarur, yakuniy qilib aytganda musiqqa terapiyasi maktabgacha yoshdagi bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlovchi, emotsional barqarorlikni ta'minlovchi, sensor va ijodiy rivojlanishni jadallashtiruvchi, ijtimoiy moslashuvni kuchaytiruvchi eng samarali pedagogik vositalardan biri hisoblanadi, uni musiqqa mashg'ulotlariga integratsiya qilish bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb

etadi, shuningdek, musiqa terapiyasi maktabgacha ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiluvchi zamonaviy va ilmiy asoslangan yo'nalish sifatida o'zining dolzarbligini saqlab qolmoqda.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha ta'lim tashkilotlarida musiqa mashg'ulotlari jarayonida musiqa terapiyasidan foydalanish bolalarning emotsional holatini barqarorlashtirish, stressni kamaytirish, ichki zo'riqishni yengillashtirish va psixologik rivojlanishni qo'llab-quvvatlashda samarali vosita hisoblanadi. Musiqa terapiyasi bolalarda his-tuyg'ularni boshqarish, o'zini erkin ifoda etish, ritm va harakat koordinatsiyasini rivojlantirishga yordam beradi. Shuningdek, ijtimoiy moslashuv, o'zaro muloqot va jamoada o'zini tutish ko'nikmalarining shakllanishida ham muhim o'rin tutadi. Umuman olganda, musiqa terapiyasining maktabgacha ta'lim tashkilotidagi musiqa mashg'ulotlariga integratsiyasi bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishiga xizmat qiladi va ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasi "Maktabgacha ta'lim to'g'risida"gi Qonuni.
2. "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi. Toshkent, 2021.
3. Hamroyeva N. "Musiqa terapiyasi asoslari". Toshkent, 2020.
4. Qodirova F. Maktabgacha ta'lim psixologiyasi va pedagogikasi. – Toshkent, 2019.
5. Bruscia K. "Music Therapy: Theory and Practice" (ilmiy tarjimalar asosida).
6. Nordoff–Robbins Music Therapy International Foundation – metodik tavsiyalar.
7. Active and Passive Music Therapy for Children — pedagogik manbalar.