

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA IJTIMOYIY-EMOTSIONAL KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHDA SEL METODIKALARIDAN FOYDALANISH METODIKASI

L.B.Irisova

Jizzax davlat Pedagogika Universiteti
Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang'ich ta'lim) mutaxassisligi magistranti
E-mail: lobarislomova05@gmail.com
Tel: 94 081 38 39

Annotatsiya. Ushbu tezisda boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirishda SEL metodikalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari yoritilgan. O'quvchilarda o'zini anglash, hissiyotlarni boshqarish, muloqot, hamkorlik va empatiyani shakllantirish usullari ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: SEL, ijtimoiy-emotsional ko'nikma, boshlang'ich ta'lim, emotsional intellekt, empatiya, muloqot, hamkorlik.

Abstract. This thesis highlights the pedagogical possibilities of using SEL methods in the development of socio-emotional skills in primary school students. Methods for forming self-awareness, emotional management, communication, cooperation, and empathy in students are examined.

Keywords: SEL, socio-emotional skills, primary education, emotional intelligence, empathy, communication, cooperation.

Аннотация. В данном тезисе освещены педагогические возможности использования методик SEL в развитии социально-эмоциональных навыков у учащихся начальных классов. Рассмотрены методы формирования у учащихся самосознания, управления эмоциями, общения, сотрудничества и эмпатии.

Ключевые слова: СЭЛ, социально-эмоциональные навыки, начальное образование, эмоциональный интеллект, эмпатия, общение, сотрудничество.

Kirish. Bugungi kunda ta'lim jarayonida o'quvchilarning faqat akademik bilimlarini shakllantirish bilan cheklanib qolmasdan, ularning ijtimoiy-emotsional rivojlanishini ta'minlash muhim pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim bosqichida o'quvchining o'z his-tuyg'ularini anglay olishi, ularni boshqara bilishi, tengdoshlari bilan samarali muloqot qilishi, hamkorlikda ishlashi, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishi va mas'uliyatli qarorlar qabul qilishi uning keyingi ta'limiy va shaxsiy rivojlanishi uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Zamonaviy tadqiqotlarda ijtimoiy-emotsional ta'lim (SEL) aynan shu kompetensiyalarni tizimli ravishda rivojlantirishga yo'naltirilgan yondashuv sifatida qaralmoqda.

Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun ta'lim jarayoni nafaqat bilimlarni egallash, balki shaxslararo munosabatlar, o'zini anglash, his-tuyg'ularni boshqarish va ijtimoiy muhitga moslashish jarayoni hamdir. Shu sababli darslarda o'quvchilarning emotsional holatini hisobga olish, ularni faol muloqotga jalb etish, hamkorlikdagi topshiriqlar, rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlar va refleksiv mashqlardan foydalanish ta'lim samaradorligini oshirish imkonini beradi.

Multidisciplinary research and Innovation (SICMRI 2026)

SEL metodikalarining samaradorligi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar ushbu yondashuv o'quvchilarning ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarini rivojlantirish bilan bir qatorda, ularning akademik faoliyatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligini ko'rsatmoqda. Xususan, boshlang'ich ta'limga oid zamonaviy tadqiqotlarda SELning o'zini anglash, o'zini boshqarish, ijtimoiy munosabatlar va emotsional boshqaruv kabi ko'nikmalarni rivojlantirishdagi ahamiyati qayd etilgan.

Muammo va uning dolzarbligi. Boshlang'ich ta'lim amaliyotida o'quvchilarning bilim, ko'nikma va malakalarini rivojlantirishga katta e'tibor qaratilayotgan bo'lsa-da, ularning ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarini maqsadli va tizimli shakllantirish masalasi yetarlicha metodik asoslangan holda tashkil etilmasligi mumkin. Natijada ayrim o'quvchilarda o'z hissiyotlarini boshqarish, tengdoshlari bilan muloqot qilish, nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish, o'z fikrini erkin ifodalash va boshqalarning nuqtayi nazarini tushunishda qiyinchiliklar yuzaga keladi.

Mazkur muammoni bartaraf etishda SEL metodikalaridan foydalanish muhim imkoniyat yaratadi. Biroq SELni ta'lim jarayoniga shunchaki alohida mashg'ulot sifatida kiritish emas, balki uni boshlang'ich sinf darslarining mazmuni, metodlari va o'quvchilarning yosh xususiyatlari bilan uyg'unlashtirish zarur.

Shu nuqtayi nazardan, boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirishga xizmat qiluvchi samarali metod va mashqlar tizimini ishlab chiqish, ularni dars jarayonida qo'llashning pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash hamda metodik jihatdan asoslash mazkur tadqiqotning dolzarbligini belgilaydi.

Tadqiqot maqsadi. Tadqiqotning maqsadi — boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirishda SEL (Social and Emotional Learning) metodikalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlarini aniqlash, mazkur metodikalarning mazmuni va samarali qo'llash shartlarini ilmiy-metodik jihatdan asoslash hamda ta'lim jarayonida foydalanish uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot vazifalari. Belgilangan maqsaddan kelib chiqib quyidagi vazifalar belgilandi:

- boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarning mazmuni va tarkibiy qismlarini aniqlash;
- SEL metodikalarining pedagogik imkoniyatlarini o'rganish;
- o'quvchilarning yosh va individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda SEL mashg'ulotlari va topshiriqlarini tanlash;
- o'zini anglash, o'z-o'zini boshqarish, ijtimoiy anglash, muloqot va mas'uliyatli qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan metodlarni tizimlashtirish;
- SEL metodikalarini boshlang'ich ta'lim darslari mazmuni bilan integratsiyalash imkoniyatlarini aniqlash;
- o'quvchilarning ijtimoiy-emotsional rivojlanishini baholash mezonlarini ishlab chiqish va metodik tavsiyalar tayyorlash.

Multidisciplinary research and Innovation (SICMRI 2026)

Nazariy asos. Tadqiqotning nazariy asosini ijtimoiy-emotsional ta'lim konsepsiyasi, shaxsga yo'naltirilgan, kompetensiyaviy va faoliyatga asoslangan yondashuvlar tashkil etadi. SEL yondashuvida o'quvchining shaxsiy rivojlanishi beshta asosiy yo'nalish — o'zini anglash, o'z-o'zini boshqarish, ijtimoiy anglash, munosabatlarni boshqarish hamda mas'uliyatli qaror qabul qilish ko'nikmalari bilan bog'liq holda qaraladi.

Zamonaviy tadqiqotlar SELni boshlang'ich ta'limda alohida mashg'ulotlar majmui sifatida emas, balki o'quv jarayoniga izchil integratsiya qilinadigan pedagogik yondashuv sifatida tashkil etish samaraliroq ekanini ko'rsatmoqda. Xususan, 2026-yilda e'lon qilingan sistematik sharhda boshlang'ich ta'limdagi SEL aralashuvlari o'quvchilarning emotsiyalarni boshqarishi, ijtimoiy kompetensiyalari, xulq-atvori va akademik faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi qayd etilgan.

Shu asosda tadqiqotda SEL metodikalarini boshlang'ich sinf darslarida qo'llashning quyidagi izchilligi taklif etiladi:

anglash → boshqarish → muloqot → hamkorlik → mas'uliyatli qaror → refleksiya.

Mazkur ketma-ketlik o'quvchining avvalo o'z emotsional holatini anglashidan boshlanib, uni boshqarish, boshqa insonlarning his-tuyg'ularini tushunish, ijobiy munosabat o'rnatish, hamkorlik qilish va yuzaga kelgan vaziyatlarda mas'uliyatli qaror qabul qilishigacha bo'lgan jarayonni qamrab oladi.

Foydalanilgan metodlar. Tadqiqot jarayonida nazariy tahlil, pedagogik kuzatish, suhbat, diagnostik topshiriqlar, taqqoslash, umumlashtirish hamda pedagogik tajriba-sinov metodlaridan foydalanish nazarda tutildi.

Amaliy jarayonda o'quvchilarning ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan emotsional holatni aniqlash mashqlari, rolli o'yinlar, juftlik va kichik guruhlarda ishlash, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, empatiyani rivojlantiruvchi topshiriqlar hamda refleksiv mashqlardan foydalanildi.

SEL metodikalarini qo'llashda topshiriqlarning o'quvchilarning yoshiga mosligi, sodda va tushunarli bo'lishi, faol ishtirokni ta'minlashi hamda real hayotiy vaziyatlarga yaqinligi asosiy metodik talab sifatida belgilandi.

Tahlil va natijalar. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonini tahlil qilish SEL metodikalarini dars mazmuni bilan uzviy bog'lash zarurligini ko'rsatadi. Bunda o'quvchining yosh xususiyatlari, emotsional holati, individual imkoniyatlari va jamoada ishlash tajribasi hisobga olinishi lozim.

Tadqiqot doirasida SEL metodikalarini qo'llashning quyidagi asosiy yo'nalishlari belgilandi:

1. O'zini anglashni rivojlantirish.

O'quvchilarga o'z his-tuyg'ularini aniqlash va ifodalashga yordam beruvchi "Bugungi kayfiyatim", "Men nimani his qilyapman?", "His-tuyg'ular xaritasi" kabi mashqlardan foydalanish tavsiya etiladi. Mazkur mashqlar orqali bola o'z emotsional holatini anglash va uni so'z bilan ifodalashga o'rganadi.

2. O'z-o'zini boshqarish ko'nikmasini shakllantirish.

"Vaziyatni to'xtat – o'yla – qaror qil", "Sokinlashish daqiqasi", "Nafas ol va o'yla" kabi mashqlar orqali o'quvchilarda hissiyotlarini nazorat qilish, shoshilinch reaksiya bermaslik va vaziyatga mos harakat qilish ko'nikmalari rivojlantiriladi.

3. Ijtimoiy anglash va empatiyani rivojlantirish.

Multidisciplinary research and Innovation (SICMRI 2026)

Rolli o'yinlar, rasmlar asosidagi vaziyatlar va "Agar men uning o'rnida bo'lganimda..." kabi topshiriqlar orqali o'quvchilar boshqa insonlarning his-tuyg'ularini tushunish, ularning nuqtayi nazarini hisobga olishga o'rgatiladi.

4. Munosabat va hamkorlik ko'nikmalarini rivojlantirish.

5. Juftlik va kichik guruhlarda ishlash, umumiy topshiriqlarni bajarish, o'zaro fikr almashish hamda bir-birini tinglashga yo'naltirilgan mashqlar o'quvchilarda muloqot va hamkorlik kompetensiyalarini shakllantiradi.

6. Mas'uliyatli qaror qabul qilishni rivojlantirish.

Muammoli vaziyatlar asosida tashkil etilgan topshiriqlarda o'quvchilardan vaziyatni tahlil qilish, mumkin bo'lgan variantlarni aniqlash va oqibatlarini baholash talab etiladi. Bu esa bolalarda o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni his qilish ko'nikmasini rivojlantiradi.

Tahlil natijasida SEL metodikalarini alohida mashg'ulotlar shaklida emas, balki ona tili, o'qish savodxonligi, tarbiya va boshqa fanlar darslariga tabiiy ravishda integratsiya qilish maqsadga muvofiq ekanligi aniqlandi. 2026-yilgi tadqiqotlarda ham SELni akademik mazmun bilan uyg'unlashtirish masalasi muhim yo'nalish sifatida ko'rsatilmoqda.

Shuningdek, SEL metodikalarini qo'llashda "anglash – boshqarish – muloqot – hamkorlik – mas'uliyatli qaror – refleksiya" ketma-ketligidan foydalanish o'quvchining ijtimoiy-emotsional rivojlanishini izchil tashkil etish imkonini beradi.

Natijada o'quvchilarda o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish, tengdoshlari bilan samarali muloqot qilish, empatiya ko'rsatish, jamoada ishlash va turli vaziyatlarda mas'uliyatli qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish uchun metodik asos yaratiladi. Zamonaviy sistematik tadqiqotlar ham tuzilmali SEL dasturlari ayniqsa emotsional boshqaruv, ijtimoiy kompetensiyalar va sinfdagi o'zaro munosabatlarni yaxshilashga xizmat qilishini ko'rsatmoqda.

Muallifning asosiy ilmiy fikri. Tadqiqotning asosiy ilmiy g'oyasi shundan iboratki, boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish SEL metodikalarini alohida mashg'ulot sifatida qo'llash bilangina cheklanmasligi, balki ularni kundalik dars jarayonining mazmuni va metodik tuzilmasiga izchil integratsiya qilish asosida tashkil etilishi lozim.

Muallif tomonidan boshlang'ich sinf o'quvchilarining yosh xususiyatlariga mos ravishda "anglash – boshqarish – muloqot – hamkorlik – mas'uliyatli qaror – refleksiya" ketma-ketligiga asoslangan metodik yondashuv taklif etiladi. Mazkur yondashuvda o'quvchi dastlab o'z emotsional holatini anglaydi, keyin uni boshqarishni o'rganadi, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunadi, muloqot va hamkorlikka kirishadi hamda turli vaziyatlarda mas'uliyatli qaror qabul qilish ko'nikmasini shakllantiradi. Yakunda refleksiya orqali o'z faoliyati va xatti-harakatlarini baholaydi.

Ushbu yondashuvning muhim jihati SEL ko'nikmalarini akademik mazmundan ajratmasdan, ona tili, o'qish savodxonligi, tarbiya va boshqa fanlar darslaridagi tabiiy o'quv vaziyatlari orqali rivojlantirishdan iborat. Bunday integratsiya o'quvchining bilim olish jarayoni bilan uning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini o'zaro bog'lash imkonini beradi. 2026-yilgi sistematik sharhda ham boshlang'ich ta'limda SELni akademik mazmun bilan integratsiya qilish hali yetarlicha o'rganilmagan yo'nalishlardan biri sifatida ko'rsatilgan.

Shuningdek, muallif SEL metodikalarini tanlashda uchta asosiy mezonni belgilaydi: yoshga moslik, faol ishtirok va hayotiy vaziyatlarga yaqinlik. Shu asosda emotsional holatni aniqlash mashqlari, rolli

Multidisciplinary research and Innovation (SICMRI 2026)

o'yinlar, muammoli vaziyatlar, guruhli topshiriqlar, empatiyani rivojlantiruvchi mashqlar va refleksiya usullaridan tizimli foydalanish taklif etiladi.

Shunday qilib, tadqiqotning ilmiy yangiligi SEL metodikalarini boshlang'ich ta'lim sharoitiga moslashtirish, ularni fanlararo mazmun bilan uyg'unlashtirish va o'quvchining ijtimoiy-emotsional rivojlanishini yaxlit metodik tizim asosida tashkil etish g'oyasida namoyon bo'ladi.

Xulosa. Olib borilgan nazariy tahlil va metodik izlanishlar shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim sifatini oshirishning muhim omillaridan biridir. SEL metodikalaridan tizimli foydalanish orqali o'quvchilarda o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish, boshqalarning emotsional holatini tushunish, samarali muloqot qilish, hamkorlikda faoliyat yuritish hamda mas'uliyatli qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish imkoniyati yaratiladi.

Tadqiqotda taklif etilgan "anglash – boshqarish – muloqot – hamkorlik – mas'uliyatli qaror – refleksiya" ketma-ketligi SEL metodikalarini boshlang'ich ta'lim sharoitida izchil tashkil etish uchun metodik asos bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa, SEL mashqlarini ona tili, o'qish savodxonligi, tarbiya va boshqa fanlar mazmuniga integratsiya qilish o'quvchilarning akademik va ijtimoiy-emotsional rivojlanishini birgalikda ta'minlashga imkon beradi.

Shu bilan birga, zamonaviy tadqiqotlar SEL samaradorligi metodikaning o'zidan tashqari, uni o'qituvchi tomonidan to'g'ri va izchil amalga oshirish, o'quvchilarning yosh xususiyatlariga moslashtirish hamda ta'lim mazmuni bilan uyg'unlashtirishga bog'liqligini ko'rsatmoqda.

Taklif va tavsiyalar

1. Boshlang'ich sinf darslarida SEL metodikalarini o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tizimli ravishda qo'llash.
2. Ona tili va o'qish savodxonligi darslarida badiiy matnlar, rolli o'yinlar va muammoli vaziyatlardan foydalanib, o'quvchilarning empatiya, muloqot va hamkorlik ko'nikmalarini rivojlantirish.
3. O'quvchilarning ijtimoiy-emotsional rivojlanishini kuzatish, refleksiya va diagnostik topshiriqlar orqali muntazam baholab borish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
2. Abdusamiyev D.A. Boshlang'ich ta'lim pedagogikasi. – Toshkent: Mashrab, 2025.
3. Bekbo'sinova L.X. Boshlang'ich sinflarda ijtimoiy-emotsional o'rganishni yo'lga qo'yish // Central Asian Journal of Education and Innovation. – 2025. – Vol. 4, Issue 6, Part 2. – B. 19–21.
4. Omonillayeva M. Boshlang'ich ta'limda nutqni rivojlantirish orqali emotsional intellektni shakllantirish // Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali. – 2025.
5. Mamasoli Jumaboyev. Bolalar adabiyoti. – Toshkent: O'qituvchi, 2004.
6. Safarov O., Barakayev R., Jamilova B. Bolalar adabiyoti. – Toshkent, 2022.
7. CASEL. What Is Social and Emotional Learning? – Chicago: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2020.
8. Durlak J.A., Weissberg R.P., Dymnicki A.B., Taylor R.D., Schellinger K.B. The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions // Child Development. – 2011. – Vol. 82, No. 1. – P. 405–432.
9. Weissberg R.P., Durlak J.A., Domitrovich C.E., Gullotta T.P. Social and Emotional Learning: Past, Present, and Future. – New York: Guilford Press, 2015.

10. Jones S.M., Bouffard S.M. Social and Emotional Learning in Schools: From Programs to Strategies
// Social Policy Report. – 2012. – Vol. 26, No. 4. – P. 1–33.