© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

SEL METODIKALARI ASOSIDA BOSHLANG‘ICH SINF O‘QUVCHILARINING IJTIMOIY-EMOTSIONAL KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH SAMARADORLIGINI OSHIRISH METODIKASI

Jizzax davlat Pedagogika Universiteti
Ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
(boshlang’ich ta’lim) mutaxassisligi
Magistranti **Irisova Lobar Baxrinqul qizi**
E-mail: lobarislomova05@gmail.com
Tel: 94 081 38 39

Annotatsiya. Ushbu tezisda boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirishda SEL (Social and Emotional Learning) metodikalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari yoritilgan. Tadqiqotda o‘quvchilarning o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarish, empatiya, muloqot, hamkorlik hamda mas’uliyatli qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirish masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, SEL metodikalarini boshlang‘ich ta’lim jarayoniga integratsiya qilishning samarali usullari, jumladan, rolli o‘yinlar, guruhli topshiriqlar, muammoli vaziyatlar va refleksiya mashqlaridan foydalanish imkoniyatlari asoslangan. Tadqiqot natijasida SEL metodikalarini tizimli qo‘llash o‘quvchilarning ijtimoiy-emotsional rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashning samarali vositasi ekanligi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: boshlang‘ich ta’lim, SEL, ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalar, emotsional intellekt, empatiya, muloqot, hamkorlik, refleksiya, o‘z-o‘zini boshqarish, ijtimoiy kompetensiya.

Аннотация. В результате исследования обосновано, что системное применение методик SEL является эффективным средством поддержки социально-эмоционального развития учащихся. В данном тезисе освещены педагогические возможности использования методик SEL (Social and Emotional Learning) в развитии социально-эмоциональных навыков у учащихся начальных классов. В исследовании проанализированы вопросы формирования у учащихся навыков понимания и управления своими эмоциями, эмпатии, общения, сотрудничества и принятия ответственных решений. Также обоснованы эффективные методы интеграции методик SEL в процесс начального образования, в том числе возможности использования ролевых игр, групповых заданий, проблемных ситуаций и рефлексивных упражнений. В результате исследования обосновано, что системное применение методик SEL является эффективным средством поддержки социально-эмоционального развития учащихся.

Ключевые слова: начальное образование, СЭЛ, социально-эмоциональные навыки, эмоциональный интеллект, эмпатия, общение, сотрудничество, рефлексия, самоуправление, социальная компетентность

Abstract. This thesis highlights the pedagogical possibilities of using SEL (Social and Emotional Learning) methodologies in developing socio-emotional skills in primary school students. The study analyzes the issues of understanding and managing students' emotions, developing skills in empathy, communication, cooperation, and responsible decision-making. The possibilities of using effective methods for integrating SEL methodologies into the primary education process, including role-playing games, group assignments, problem situations, and reflection exercises, are also substantiated. As a result of the study, it is substantiated that the systematic application of SEL methodologies is an effective means of supporting the socio-emotional development of students.

Keywords: primary education, SEL, socio-emotional skills, emotional intelligence, empathy, communication, cooperation, reflection, self-management, social competence

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Kirish. Hozirgi ta’lim jarayonida o‘quvchining muvaffaqiyati faqat fanlarni o‘zlashtirish darajasi bilan emas, balki uning o‘zini boshqara olishi, boshqalar bilan to‘g‘ri munosabat o‘rnata olishi va turli vaziyatlarda oqilona qaror qabul qila bilishi bilan ham belgilanadi. Ayniqsa, boshlang‘ich sinf davrida shakllanadigan ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalar bolaning maktab muhitiga moslashishi, tengdoshlari bilan munosabat qurishi va o‘quv faoliyatida faol ishtirok etishiga katta ta’sir ko‘rsatadi.

SEL (Social and Emotional Learning) yondashuvi o‘quvchilarda o‘zini anglash, o‘z-o‘zini boshqarish, ijtimoiy anglash, munosabatlarni rivojlantirish va mas’uliyatli qaror qabul qilish kabi o‘zaro bog‘liq kompetensiyalarni shakllantirishga qaratilgan. Shu sababli boshlang‘ich ta’limda SEL metodikalaridan foydalanish nafaqat ijtimoiy-emotsional rivojlanishni qo‘llab-quvvatlash, balki o‘quv jarayonining umumiy samaradorligini oshirish vositasi sifatida ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Muammo va uning dolzarbligi. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarini rivojlantirishda asosiy muammolardan biri — mazkur ko‘nikmalarni shakllantirish jarayonining ayrim hollarda tizimli metodik yondashuv bilan tashkil etilmasligidir. O‘quvchidan yaxshi o‘qish talab qilinadi, biroq uning hayajon, xafa bo‘lish, qo‘rquv yoki kelishmovchilik kabi holatlarni qanday boshqarishi, tengdoshlarini tinglashi va hamkorlik qilishi ham pedagogik jihatdan izchil qo‘llab-quvvatlanishi zarur.

SEL metodikalarining dolzarbligi shundaki, ular ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni mavhum tushuncha sifatida emas, balki amaliy faoliyat orqali shakllantirish imkonini beradi. Bunda o‘quvchi his-tuyg‘usini nomlash, vaziyatni tahlil qilish, boshqa insonning nuqtayi nazarini tushunish, muammoni tinch yo‘l bilan hal etish va o‘z qarorining oqibatini baholashni bevosita mashq qiladi.

Tadqiqotlarning yirik meta-tahlilida 213 ta maktab SEL dasturi va 270 034 nafar o‘quvchi ma’lumotlari tahlil qilingan bo‘lib, SEL dasturlarida qatnashgan o‘quvchilarda ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalar, xulq-atvor va akademik natijalarda ijobiy o‘zgarishlar kuzatilgani aniqlangan.

Shu bois boshlang‘ich ta’lim sharoitida mavjud SEL metodikalarini o‘quvchilarning yosh xususiyatlariga moslashtirish, ularni dars mazmuni bilan bog‘lash va qo‘llash samaradorligini oshiruvchi metodik tizimni ishlab chiqish dolzarb pedagogik muammo hisoblanadi.

Tadqiqot maqsadi. Tadqiqotning maqsadi — SEL metodikalari asosida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarini rivojlantirish samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi metodik yondashuvni ishlab chiqish va uni ta’lim jarayonida qo‘llashning pedagogik shartlarini aniqlashdan iborat.

Nazariy asos. Tadqiqotning nazariy asosini ijtimoiy-emotsional ta’lim konsepsiyasi, shaxsga yo‘naltirilgan, kompetensiyaviy va faoliyatga asoslangan yondashuvlar tashkil etadi. CASEL modelida SELning beshta asosiy kompetensiyasi — o‘zini anglash, o‘z-o‘zini boshqarish, ijtimoiy anglash, munosabat ko‘nikmalari va mas’uliyatli qaror qabul qilish — o‘zaro bog‘liq holda qaraladi.

Mazkur tadqiqotda SEL samaradorligini oshirishning asosiy sharti sifatida metodlarning ketma-ketligi, o‘quvchining faol ishtiroki, topshiriqlarning yoshga mosligi va muntazam refleksiya tamoyillari belgilandi. Ya’ni o‘quvchi tayyor qoidani eslab qolishdan ko‘ra, ijtimoiy-emotsional vaziyatni o‘zi tahlil qilishi va tegishli xatti-harakatni tanlashi kerak.

Foydalanilgan metodlar. Tadqiqotda ilmiy-pedagogik adabiyotlarni tahlil qilish, kuzatish, suhbat, diagnostik topshiriqlar, pedagogik taqqoslash, umumlashtirish va tajriba-sinov metodlaridan foydalanish nazarda tutildi.

Amaliy jarayonda “Kayfiyat termometri”, “Hissiyotni top”, “Men uning o‘rnida bo‘lsam...”, “Vaziyatni tahlil qil”, “Birgalikda yechim topamiz”, “To‘xta – o‘yla – tanla” kabi mashqlardan foydalanish taklif etildi. Mashqlar individual, juftlik va kichik guruhlarda tashkil etilib, har bir faoliyat yakunida qisqa refleksiya o‘tkazildi.

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Samaradorlikni oshirish metodikasi. SEL metodikalarining samaradorligini oshirish uchun tadqiqotda **“aniqlash – mashq qilish – qo‘llash – refleksiya – mustahkamlash”** bosqichlaridan iborat metodik model taklif etiladi.

Birinchi bosqichda o‘quvchining muayyan ijtimoiy-emotsional ko‘nikmasi aniqlanadi. Ikkinchi bosqichda shu ko‘nikmani shakllantirishga yo‘naltirilgan qisqa va amaliy mashqlar bajariladi. Uchinchi bosqichda o‘quvchi ko‘nikmani real yoki modellashtirilgan vaziyatda qo‘llaydi. To‘rtinchi bosqichda o‘z harakati va hissiy holatini tahlil qiladi. Yakuniy bosqichda esa o‘rganilgan ko‘nikma yangi vaziyatlarda qayta qo‘llash orqali mustahkamlanadi.

Mazkur metodikada o‘qituvchi asosiy nazoratchi emas, balki yo‘naltiruvchi va qo‘llab-quvvatlovchi sifatida faoliyat yuritadi. O‘quvchiga xatoga yo‘l qo‘yish, o‘z fikrini bildirish va muammoning bir nechta yechimini izlash imkoniyati beriladi. Bu esa SELning faol, ketma-ket va aniq ko‘nikmaga yo‘naltirilgan tashkil etilishi bilan mos keladi. Durlak va hammualliflarining tadqiqotida ham ketma-ket, faol, yo‘naltirilgan va aniq tashkil etilgan SEL amaliyotlari natijalar bilan bog‘liqligi ko‘rsatilgan.

Aniqlangan natijalar. Tahlil natijasida SEL metodikalaridan muntazam va maqsadli foydalanish o‘quvchilarning o‘z hissiyotlarini tanib olish, hissiy reaksiyalarini nazorat qilish, tengdoshlarini tinglash, empatiya bildirish va jamoaviy faoliyatda ishtirok etish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun qulay pedagogik sharoit yaratishi aniqlandi.

Shuningdek, SEL topshiriqlarining dars mazmuniga tabiiy ravishda kiritilishi o‘quvchilarda ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni faqat maxsus mashg‘ulot vaqtida emas, balki kundalik o‘quv faoliyatida qo‘llash imkonini beradi. Bu esa shakllangan ko‘nikmalarning amaliy ahamiyatini kuchaytiradi.

Muallifning asosiy ilmiy fikri. Muallifning asosiy ilmiy fikri shundan iboratki, boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarini rivojlantirish samaradorligini oshirish SEL metodikalarining mavjud shakllaridan foydalanish bilangina emas, balki ularni o‘quvchilarning yosh, individual va psixologik xususiyatlariga mos holda tizimlashtirish orqali ta’minlanadi. Bunda har bir SEL faoliyati aniq pedagogik maqsadga ega bo‘lishi, o‘quvchini faol harakatga undashi va o‘zlashtirilgan ko‘nikmani real hayotiy vaziyatlarda qo‘llash imkonini berishi lozim.

Muallif tomonidan SEL metodikalarining samaradorligini oshirishning asosiy sharti sifatida **“aniqlash – mashq qilish – qo‘llash – refleksiya – mustahkamlash”** izchilligi taklif etiladi. Mazkur modelda dastlab o‘quvchining muayyan ijtimoiy-emotsional ehtiyoji yoki qiyinchiligi aniqlanadi. Keyingi bosqichda shu ko‘nikmani shakllantirishga qaratilgan amaliy mashqlar tashkil etiladi. O‘quvchi hosil bo‘lgan ko‘nikmani rolli o‘yin, guruhli faoliyat yoki muammoli vaziyat orqali amalda qo‘llaydi. Refleksiya jarayonida esa o‘zining hissiy holati, xatti-harakati va qabul qilgan qarorini tahlil qiladi. Yakuniy bosqichda o‘rganilgan ko‘nikma turli vaziyatlarda takroriy qo‘llash orqali mustahkamlanadi.

Muallif fikricha, SEL metodikalarining samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biri ularni **fanlararo integratsiya** asosida qo‘llashdir. Masalan, o‘qish darslarida qahramonlarning hissiy holatini tahlil qilish orqali empatiyani, ona tili darslarida muloqot vaziyatlarini modellashtirish orqali kommunikativ ko‘nikmalarni, tarbiyaviy mashg‘ulotlarda esa muammoli vaziyatlarni hal qilish orqali mas’uliyatli qaror qabul qilishni rivojlantirish mumkin. Shu tariqa SEL o‘quv jarayonidan ajralgan faoliyat emas, balki uning mazmunini boyituvchi pedagogik vositaga aylanadi.

Ilmiy jihatdan muhim bo‘lgan yana bir fikr shuki, ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarning rivojlanishini faqat yakuniy natija orqali baholash yetarli emas. O‘quvchining rivojlanish dinamikasini aniqlash uchun kuzatish, suhbat, o‘z-o‘zini baholash va refleksiya natijalaridan kompleks foydalanish maqsadga muvofiq. Bunday yondashuv o‘quvchining individual rivojlanish trayektoriyasini aniqlash va unga mos pedagogik yordam ko‘rsatish imkonini beradi.

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Shuningdek, muallif SEL metodikalarini samarali qo‘llashda o‘qituvchining pedagogik pozitsiyasiga alohida ahamiyat beradi. O‘qituvchi o‘quvchining hissiyotlarini baholovchi yoki tanqid qiluvchi emas, balki ularni anglash va boshqarishga yo‘naltiruvchi shaxs sifatida faoliyat yuritishi kerak. Sinfda xatodan qo‘rqmay fikr bildirish, boshqalarni tinglash va o‘z nuqtayi nazarini asoslash uchun psixologik jihatdan qulay muhit yaratilishi SEL ko‘nikmalarining barqaror shakllanishiga xizmat qiladi.

Shunday qilib, muallifning ilmiy yondashuvida SEL samaradorligi **metodni qo‘llash chastotasi bilan emas, balki uning maqsadga yo‘naltirilganligi, izchilligi, amaliy faoliyat bilan bog‘langanligi, refleksiya va mustahkamlash bosqichlarining mavjudligi** bilan belgilanadi. Mazkur yondashuv boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ijtimoiy-emotsional rivojlanishini tasodifiy yoki qisqa muddatli faoliyatdan tizimli pedagogik jarayonga aylantirish imkonini beradi.

Xulosa. SEL metodikalari asosida tashkil etilgan tizimli ta’lim jarayoni boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun samarali metodik imkoniyat yaratadi. Ayniqsa, o‘quvchilarning yosh xususiyatlariga mos interfaol mashqlar, hayotiy vaziyatlar va refleksiyadan foydalanish ko‘nikmalarning amaliy shakllanishini ta’minlaydi.

Taklif va tavsiyalar

1. SEL metodikalarini boshlang‘ich sinf darslariga muntazam integratsiya qilish.
2. O‘quvchilarning yoshiga mos emotsional, kommunikativ va hamkorlikka yo‘naltirilgan mashqlar tizimini ishlab chiqish.
3. SEL natijalarini kuzatish va refleksiya asosida muntazam baholab borish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). CASEL’s SEL Framework: What Are the Core Competence Areas and Where Are They Promoted? – Chicago: CASEL, 2020.
2. 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, №1. – P. 405–432.
3. Bekbo‘sinova L. Boshlang‘ich sinflarda ijtimoiy-emotsional o‘rganishni yo‘lga qo‘yish // Central Asian Journal of Education and Innovation. – 2025. – Vol. 4, Issue 6. – B. 19–21.
4. Atajonova A.J., Raximova Sh.A., Raximova G.I., Jumaniyazova G.B. Boshlang‘ich ta’lim pedagogikasi. – Toshkent: Bookmany print, 2024.
5. Jabborova O.M., Umarova Z.A., Babaxodjayeva L.B. Boshlang‘ich ta’lim pedagogikasi, innovatsiya va integratsiyasi. – Toshkent: Malik Print CO, 2021.
6. Goleman D. Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1995.
7. 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.