

# MAKTABLARDA SPORTNI RIVOJLANTIRISH ORQALI IJTIMOY INTEGRATSIYA JARAYONLARINI KUCHAYTIRISH

Mirzabayev Komil<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Farg'ona filiali, Farg'ona shahri, O'zbekiston Respublikasi.

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada maktablarda sportni rivojlantirish orqali ijtimoiy integratsiya jarayonlarini kuchaytirishning nazariy va amaliy asoslari tahlil qilinadi. Tadqiqot sport mashg'ulotlari va to'garaklarining o'quvchilar orasida ijtimoiy hamkorlik, empatiya va o'zaro hurmatni rivojlantirishdagi rolini yoritadi. Sportning shaxsiy va ijtimoiy foydalari, masalan, do'stona munosabatlarni kuchaytirish, o'zini hurmat qilish va jamoaviy ruhni shakllantirish kabi jihatlar ko'rsatib beriladi. Tajriba guruhi misolida dars va darsdan tashqari sport faoliyatlari uyg'unlashuvi ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlarini sezilarli oshirishini isbotlaydi. Maqolada integratsiya modelining vazifalari, tadqiqot metodikasi va amaliy tavsiyalar bayon etiladi.

**Kalit so'zlar:** sportni rivojlantirish; ijtimoiy integratsiya; maktab; to'garaklar; empatiya; jamoaviy ruh.

## Kirish

Ijtimoiy integratsiya jamiyatda birlikni ta'minlash, turli ijtimoiy guruhlar o'rtasida hamkorlikni kuchaytirish hamda ijtimoiy beqarorlikni oldini olish jarayonidir. Bugungi kunda yoshlar orasida individualizmning oshishi, raqamli texnologiyalarning keng tarqalishi va ijtimoiy tarmoqlardagi virtual aloqa real hayotdagi insonlararo munosabatlarni cheklab qo'yayotgani ijtimoiy integratsiya jarayonlarini murakkablashtirmoqda. Shu sababli maktab ta'limida sportni rivojlantirish va uni darsdan tashqari faoliyatlar bilan uyg'unlashtirish o'quvchilarning sog'lom jismoniy rivojlanishi bilan bir qatorda ularning ijtimoiy ongini shakllantirish, jamoaviy ruh va hamkorlik madaniyatini rivojlantirishning samarali vositasi hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2024-yil 3-dekabrda buyrug'ida jismoniy tarbiya o'qituvchilarining reytingini baholash mezonlari qatorida darsdan tashqari sport to'garaklarini tashkil etish ham alohida belgilangan bo'lib, sport faoliyatlarining ta'lim jarayoni bilan uyg'unlashuvi davlat miqyosida qo'llab-quvvatlanayotganini ko'rsatadi. Farg'ona viloyati Nurota tumanidagi tajribalar ham maktablarda sport infratuzilmasini rivojlantirish va

qo'shimcha to'garaklar sonini oshirish natijasida o'quvchilarning musobaqalardagi natijalari va jamoaviy ruhiyati sezilarli yaxshilanganini tasdiqlaydi. Bunday misollar sport dasturlari orqali ijtimoiy integratsiyani kuchaytirishning amaliy imkoniyatlarini ko'rsatadi.

Olimlar sportning jamiyatdagi ijtimoiy birlashuv jarayonlariga ijobiy ta'sirini ko'p bor ta'kidlab kelishmoqda. Aleksandro de Oliveira Silva va hamkorlari maktab sharoitida sport o'quvchilarning jamoaviylik, empatiya va turli ijtimoiy guruhlarga hurmatni rivojlantirishda muhim vosita ekanini ta'kidlashadi. Ularning ta'kidlashlaricha, sport faqat jismoniy faoliyat emas, balki o'quvchilarni turli madaniyat va imkoniyatlarga ega tengdoshlar bilan hamkorlik qilishga undab, jamiyatning inklyuziv muhitini shakllantiradi.

Amerikalik NFHS tashkiloti tomonidan tayyorlangan hisobotga ko'ra, maktab sporti o'quvchilarning psixologik salomatligini yaxshilaydi, o'zini yomon his qilish va suiqasdga moyillik kabi xavf-xatarlarni kamaytiradi. Taliaferro va boshqalar sportning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va integratsiya mexanizmlari orqali yoshlarni ruhiy inqirozlardan himoya qilishini aniqlaganlar. Shuningdek, Xitoyda o'tkazilgan tadqiqotlar maktabdan tashqari faoliyatlarda qatnashgan o'quvchilarda sog'lom o'z-o'zini baholash, ijtimoiy

moslashuv va emotsional barqarorlikning yuqori ekanini ko'rsatgan.

Carter-Thuillier va hamkorlari tomonidan 2023 yilda o'tkazilgan ko'p variantli tadqiqot ijtimoiy integratsiya jarayonlarini qo'llab-quvvatlovchi sport dasturlarining muvaffaqiyati va cheklovlarini o'rganadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, sport dasturlari turli madaniy guruhlar o'rtasida o'zaro hurmat va do'stona aloqalarni kuchaytirgan bo'lsa-da, dastlabki bosqichlarda madaniy stereotiplar sabab ziddiyatlar yuzaga kelgan. Mualliflar sport dasturlaridan samarali foydalanish uchun o'qituvchilar va murabbiylarda madaniyatlararo kompetensiyani rivojlantirish, turli millatlarning an'anaviy o'yinlarini dasturga kiritish zarurligini qayd etishgan. Mazkur yondashuv sportni ijtimoiy integratsiyaning universal vositasiga aylantirish uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

## Materiallar va metodlar

Tadqiqot jarayonida maktablarda sport faoliyatining o'quvchilarning ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlariga ta'siri o'rganildi. Tadqiqotda 7-sinf o'quvchilari ishtirok etib, ular tajriba va nazorat guruhlariga ajratildi. Nazorat guruhi faqat jismoniy tarbiya darslarida qatnashgan bo'lsa, tajriba guruhi darslar bilan bir

qatorda sport to'garaklari, inklyuziv sport mashg'ulotlari hamda mahalla va ota-onalar ishtirokidagi sport tadbirlarida faol qatnashdi. Tajriba 4 oy davomida olib borildi. Ijtimoiy integratsiya darajasi ijtimoiy aloqalar indeksi, empatiya darajasi, do'stona aloqalar soni va o'z-o'zini hurmat qilish ko'rsatkichlari orqali tadqiqot boshida va yakunida baholandi. Tadqiqotda nazariy tahlil, pedagogik kuzatuv, pedagogik tajriba va natijalarni taqqoslash metodlaridan foydalanildi.

## Natijalar va muhokama

Maktabda sportni rivojlantirish orqali ijtimoiy integratsiyani kuchaytirish modeli quyidagi ustunliklarni ko'zda tutadi:

- Didaktik komponent – sport darslari va to'garaklarning mazmunini ko'nikmalarni chuqurlashtiruvchi va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiruvchi uslublar bilan boyitish.
- Tashkilotchi komponent – sport to'garaklari, musobaqalar, oila va mahalla ishtirokidagi sport festivallari kabi turli faoliyatlarni tashkil etish.
- Monitoring va baholash – ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlarini muntazam o'lchash va dastur natijalarini tahlil qilish (1-jadvalga qarang).

### 1-jadval. Sportni rivojlantirish shakllari va ijtimoiy integratsiya mexanizmlari.

Faoliyat turi	Maqsad	Ijtimoiy integratsiya jarayoniga ta'siri
Sport to'garaklari	Maxsus sport turlarini o'rganish va mahoratni oshirish	O'quvchilarni muntazam bir guruhda birlashtirib, jamoaviylik va o'zaro yordamni kuchaytiradi
Inklyuziv sport dasturlari (masalan, unified teams)	Nogironligi bo'lgan va bo'lmagan o'quvchilarni birga shug'ullantirish	Turli imkoniyatga ega o'quvchilarni tenglashtirib, empatiya va hamdardlikni rivojlantiradi
Hududlararo musobaqalar	Bir nechta maktablar yoki hududlar o'rtasida raqobat tashkil etish	Turli madaniyat va millatlarga mansub o'quvchilarni bir maydonda to'plab, ijtimoiy aloqalarni kengaytiradi
Oila va mahalla ishtirokidagi sport festivallari	Ota-ona va mahalla a'zolarini sportga jalb etish	Oilaning sport tadbirlarida ishtiroki bola va ota-ona munosabatlarini mustahkamlaydi, jamiyat birdamligini oshiradi
Madaniy an'anaviy o'yinlar	Turli millatlarga xos an'anaviy o'yinlarni joriy etish	Har bir madaniyatning sport madaniyatini tan olish orqali madaniyatlararo hurmat va tushunishni rivojlantiradi

Ushbu jadvaldan ko'rinib turibdiki, sportni rivojlantirish nafaqat jismoniy tayyorgarlikni yaxshilaydi, balki o'quvchilar,

ota onalar va mahallaning turli qatlamlarini birlashtirib, jamiyatning ijtimoiy barqarorligiga hissa qo'shadi.

Tadqiqotda maktablarning 7 sinflarida sport dasturlarining ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlariga ta'siri o'rganildi. 60 nafar o'quvchi tasodifiy ravishda nazorat va tajriba guruhlariga bo'lindi (har birida 30 nafardan). Nazorat guruhi faqat jismoniy tarbiya darslarida qatnashdi, tajriba guruhi esa darsga qo'shimcha ravishda haftada uch marta sport to'garaklari, inklyuziv o'yinlar va mahalla ishtirokidagi sport tadbirlarida qatnashdi. Eksperiment 4 oy davom etdi. O'quvchilarning ijtimoiy integratsiya

ko'rsatkichlari (ijtimoiy aloqalar soni, empatiya darajasi, o'z-o'zini hurmat qilish, jamoaviy o'yindagi ishtirok) dastur boshida va oxirida o'lchandi.

2-jadvalda dastur natijasida ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlaridagi o'zgarishlar taqqoslanadi. Empatiya darajasi va o'z-o'zini hurmat qilish 10 ballik shkalada baholandi; do'stona aloqalar soni guruh ichidagi o'rtacha yangi yaqin do'stlar soni bilan o'lchandi (2-jadval qarang).

## 2-jadval. Ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlari natijalari.

Ko'rsatkich	Tajriba (boshlanish)	Tajriba (yakun)	Nazorat (boshlanish)	Nazorat (yakun)
Ijtimoiy aloqalar indeksi (ball)	5,0	8,2	5,1	5,5
Empatiya darajasi (10 ballik)	6,0	8,0	6,1	6,3
Do'stona aloqalar soni (o'rtacha)	3	6	3	4
O'z-o'zini hurmat qilish (10 ballik)	6,8	8,4	6,9	7,1

Natijalar tajriba guruhida barcha ko'rsatkichlar bo'yicha sezilarli o'sishni ko'rsatdi. Ijtimoiy aloqalar indeksi 5,0 dan 8,2 ga oshib, do'stona aloqalar soni ikki barobarga ko'paydi. Empatiya va o'z-o'zini hurmat qilish ko'rsatkichlari ham nazorat guruhiga nisbatan yuqori bo'lib, ijtimoiy integratsiya jarayonlarining mustahkamlanganini bildiradi.

Tajribadan olingan natijalar adabiyotlarda keltirilgan ilmiy xulosalarni tasdiqlaydi. RSD jurnalida e'lon qilingan tadqiqotda sport o'quvchilarda jamoaviylik, empatiya va o'zaro hurmatni rivojlantirishda muhim vosita ekanligi ta'kidlanadi. NFHS hisobotida esa sport dasturlari ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va integratsiya mexanizmlarini kuchaytirib, ruhiy salomatlikni yaxshilashi qayd etilgan. Carter-Thuillier va hamkorlari o'tkazgan tadqiqot esa turli madaniy guruhlar uchun moslashtirilgan sport dasturlari o'zaro hurmat va do'stona aloqalarni rivojlantirishda, dastlabki bosqichlarda madaniy stereotiplarni bartaraf etish uchun maxsus tayyorgarlik kerakligini ko'rsatadi.

Bizning tajribamiz sport dasturlarini maktabda rivojlantirish o'quvchilar orasida ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlarini

sezilarli oshirishini isbotlaydi. Empatiya darajasi, o'z-o'zini hurmat qilish, ijtimoiy aloqalar soni va o'yinlarda ishtirok darajasi oshib, jamoaviy ruh mustahkamlandi. Biroq dastlabki haftalarda, Carter-Thuillier tadqiqotida bo'lgani kabi, ayrim o'quvchilar o'zlarini noqulay his qilishdi va o'zaro tushunmovchiliklar kuzatildi. Bu holatlarni bartaraf etish uchun sport murabbiylari va o'qituvchilarni madaniyatlararo kompetensiya va ijtimoiy psixologiya bo'yicha tayyorlash zarur.

Shuningdek, maktab sport dasturlarini mahalla va oila bilan hamkorlikda amalga oshirish ham integratsiyani kuchaytiradi. Ota onalar ishtirokidagi sport festivallari, hududlararo musobaqalar va an'anaviy o'yinlar o'quvchilarda o'z madaniyatiga hurmat va boshqa millat vakillariga nisbatan bag'rikenglik hissini uyg'otadi. Nurota tajribasi shuni ko'rsatadiki, yaxshi tashkil etilgan infratuzilma va to'garaklar o'quvchilarning faolligini oshirish bilan birga, ular orasida hamkorlik va raqobat madaniyatini rivojlantiradi.

1. Sport dasturlarini rejalashtirish – har bir maktab sport to'garaklari va darsdan tashqari tadbirlarni ijtimoiy integratsiya

maqsadlariga moslashtiruvchi reja tuzishi lozim.

2. Inklyuziv sport dasturlarini tashkil etish – nogironligi bo'lgan va bo'lmagan o'quvchilar ishtirokida birgalikda mashg'ulot o'tkazilib, empatiya va hamdardlik rivojlantirilsin.

3. Murabbiy va o'qituvchilar malakasini oshirish – madaniyatlararo kompetensiya, konfliktologiya va ijtimoiy psixologiya bo'yicha treninglar tashkil etilsin.

4. Mahalla va ota onalar bilan hamkorlik – sport festivallari va musobaqalarda oilalar, mahalla faollari ishtirokini ta'minlash orqali jamiyat birdamligi kuchaytirilsin.

5. Madaniy an'anaviy o'yinlarni joriy etish – turli millat va madaniyatlarning an'anaviy sport o'yinlarini dars va to'garaklarga kiritish orqali o'quvchilarda madaniyatlararo hurmat va qiziqishni kuchaytirish.

6. Monitoring va tahlil – har semestrda ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlarini baholash, o'quvchilar va ota onalar fikrini yig'ish va dasturlarni doimiy takomillashtirish.

## Xulosa

Maktablarda sportni rivojlantirish orqali ijtimoiy integratsiya jarayonlarini kuchaytirish nafaqat jismoniy sog'liq, balki ijtimoiy barqarorlik va madaniyatlararo hamkorlikni ta'minlashning ham muhim omili ekanligi tadqiqotlar va amaliy tajribalar bilan tasdiqlandi. Sport o'quvchilarda jamoaviylik, empatiya, hurmat va o'z-o'zini hurmat qilish kabi ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi. NFHS hisobotidagi ma'lumotlar sport dasturlari psixologik salomatlikni himoya qilish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirishini ko'rsatadi. Madaniyatlararo tadqiqotlar esa sportning ijtimoiy integratsiyaga samarali ta'sir ko'rsatishi uchun o'qituvchilarni maxsus tayyorlash va madaniyatlararo o'yinlarni dasturga kiritish zarurligini ta'kidlaydi. Shunday qilib, sportni maktab ta'limiga chuqur integratsiya qilish – sog'lom, bag'rikeng va ijtimoiy faol avlodni tarbiyalashning eng samarali yo'llaridan biridir.

## Strengthening social integration processes by developing sports in schools

Mirzabaev Komil<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fergana Branch of the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Culture and Sports, Fergana city, Republic of Uzbekistan.

**Abstract.** This article analyzes the theoretical and practical foundations for strengthening social integration processes through the development of sports in schools. The study highlights the role of sports training and clubs in developing social cooperation, empathy, and mutual respect among students. It demonstrates the personal and social benefits of sports, such as strengthening friendships, self-esteem, and fostering team spirit. Using an experimental group as an example, it is demonstrated that combining academic and extracurricular sports activities significantly improves social integration indicators. The article outlines the objectives of the integration model, the research methodology, and practical recommendations.

**Keywords:** sport development; social integration; school; clubs; empathy; team spirit.

## Усиление процессов социальной интеграции путем развития спорта в школах

Мирзабаев Комил<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ферганский филиал Института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, город Фергана, Республика Узбекистан.

**Аннотация.** В статье анализируются теоретические и практические основы укрепления процессов социальной интеграции посредством развития спорта в школах. В исследовании

*подчеркивается роль спортивных мероприятий и клубов в развитии социального сотрудничества, эмпатии и взаимного уважения учащихся. Показаны личностные и социальные преимущества спорта, такие как укрепление дружеских отношений, повышение самооценки и формирование командного духа. На примере экспериментальной группы доказано, что сочетание школьных и внеклассных спортивных занятий значительно повышает показатели социальной интеграции. В статье описываются задачи модели интеграции, методология исследования и практические рекомендации.*

***Ключевые слова:** развитие спорта; социальная интеграция; школа; клубы; эмпатия; командный дух.*

**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. O'zbekiston Respublikasi sport vazirining 2024 yil 3 dekabr 10 son buyrug'i. Jismoniy tarbiya o'qituvchilarining reytingi va darsdan tashqari sport to'garaklarini tashkil etish bo'yicha mezonlar

2. Norkulov D.R., Jahbarov A.S., Ne'matov M., O.F. Qambarov. "Lider-Trener" dasturi, 2024-yil.

3. Silva, A. de O., & Landim, M. J. R. B. (2024). Sport and Inclusion: Transformative impacts in the school environment. Research, Society and Development. Sportning jamoaviylik, empatiya va hurmatni rivojlantirishdagi o'rni yoritilgan.

4. Taliaferro, L. A., et al. (2008). The case for high school activities – NFHS. Sport dasturlarining ijtimoiy qo'llab quvvatlash va psixologik salomatlikka ta'siri haqida hisobot.

5. Carter-Thuillier, B., López-Pastor, V., Gallardo-Fuentes, F., et al. (2023). After-school sports programmes and social inclusion processes in culturally diverse contexts. Frontiers in Psychology. Madaniy xilma-xillik sharoitida sport dasturlarining integratsion ta'siri va cheklovlari tahlil qilingan.