



BASKETBOL SPORT TURIDA RUHLANTIRISH-MOTIVATSIYANING AHAMIYATI

Qurbonmurodov Eganberdi

Termiz davlat pedagogika instituti Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi
kafedrasi o'qituvchisi

Annotatsiya. Ruhlantirish, ya'ni motivatsiya professional sportda yetakchi omillardan biri hisoblanadi. Murabbiy faoliyatining asosiy qismi jismoniy-taktik tayyorgarlik bo'lsa, motivatsion nutq ikkinchi asosiy faoliyatdir. Ushbu maqolada professional basketbolchilarga murabbiy tomonidan beriladigan motivatsiyaning ahamiyati muhokama etiladi.

Kalit so'zlar: basketbol, motivatsiya, murabbiy, metod, nutq.

THE IMPORTANCE OF MOTIVATION IN THE SPORT OF BASKETBALL

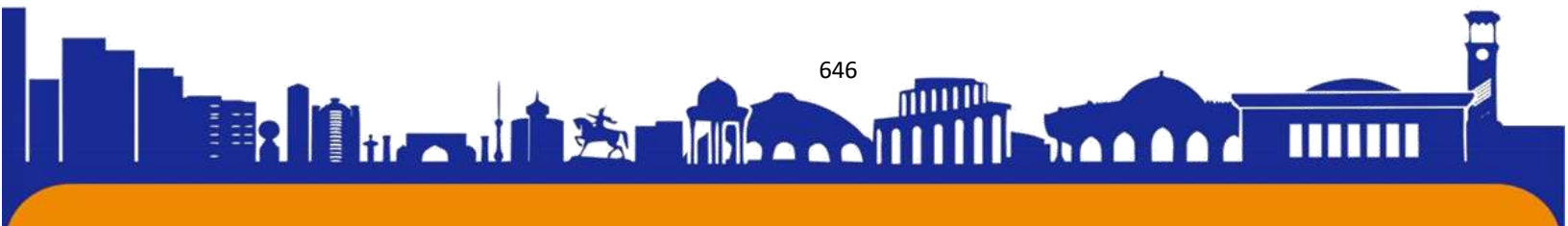
Abstract. Encouraging, that is, motivation is considered one of the leading factors in professional sports. The main part of the coach's activity is physical-tactical preparation, while motivational speech is the second main activity. This article discusses the importance of motivation given by the coach to professional basketball players.

Key words: basketball, motivation, coach, method, speech.

ЗНАЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ В БАСКЕТБОЛЕ

Абстрактный. Поощрение, то есть мотивация, считается одним из ведущих факторов в профессиональном спорте. Основная часть деятельности тренера – физико-тактическая подготовка, а мотивационная речь – вторая основная деятельность. В данной статье рассматривается важность мотивации, которую дает тренер профессиональным баскетболистам.

Ключевые слова: баскетбол, мотивация, тренер, метод, речь.





KIRISH

Inson bolalikdan turli yoʻnalishdagi harakat malakalarini ongsiz va ongli tarzda bajaradi. Natijada shu harakatlar maʼlum jismoniy sifatlar (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik, eguluvchanlik) tusida rivojlana boradi. Sekin-asta hayotiy zarur harakat malakalari (yurish, yugurish, sakrash, toʻxtash, osilish va h.k) sayqal topadi. Mutaxassislarning fikricha, asosan shu jismoniy sifatlar hayotiy zarur harakat malakalari, oʻyinlar yordamida yanada samaraliroq rivojlanishi isbotlab berilgan. Oilada, maktabgacha tarbiya muassasalarida, turli bosqichdagi taʼlim maskanlarida ushbu muammoga har doim ham rejali va ilmiy jihatdan yondashilmaydi. Jismoniy mashqlarni toʻgʻri qoʻllash, ularni bolalar qanday oʻzlashtirayotganligini nazorat qilib borish, shu bolalardagi jismoniy sifatlarni uning qaddi-qomati, jismoniy va funksional taraqqiyoti toʻgʻri yoʻnalishda tarbiyalanib borishiga imkon yaratadi.

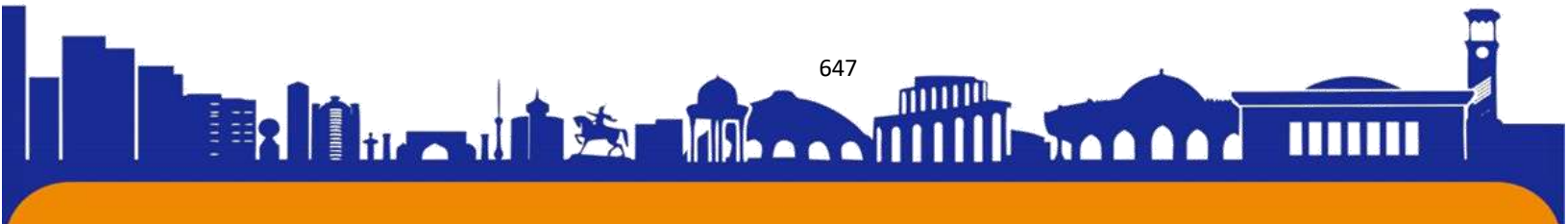
Barcha sportlar qatori professional basketbolda ham motivatsion harakatlar muhim ahamiyatga ega. Murabbiy tomonidan olib boriladigan ruhlantirish chora-tadbirlari sport natijalariga yuksak natija koʻrsatadi. Bu amaliyot ayniqsa yirik sport musobaqalari, muhim pallalarda yetakchi rolga chiqadi. Bu amaliyotni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun murabbiydan maxsus kasbiy-psixologik tayyorgarlik talab etiladi.

ADABIYOTLAR SHARHI

Mazkur yoʻnalishda olib borilgan adabiyotlar tahliliga koʻra, tadqiqotchi olimlar Braynet Kretti, A. Xendri va boshqa bir qator yetakchi mutaxassislarning taʼkidlashicha, tajribali sport murabbiyi shaxs sifatlarini aniqlashga qaratilgan. Bu esa sport murabbiy faoliyatining kasbiy-psixologik jihatlari borasidagi eʼtiborga molik izlanishlar M.Mosston, Djon Loy, Djon Vuden, Barri Xussman va boshqalar tomonidan eʼtirof etilgan [2].

TADQIQOT METODOLOGIYASI VA EMPIRIK TAHLIL

Basketbol murabbiyi sport jamoasida asosiy boshqaruvchi subyekt boʻlib, u oʻz faoliyatini nafaqat yuqori malakali sportchilar tayyorlash ishlariga qaratadi, balki birinchi navbatda har tomonlama shakllangan, sogʻlom, yuksak maʼnaviyatli, madaniyatli, tashabbuskor, mustaqil fikrlovchi, xalqchil va vatanparvar shaxsni tarbiyalay olishga qodir boʻlmogʻi lozim. Bunday ishni maqsadli amalga oshirish uchun murabbiy faqatgina oʻz sport turining ustasi va bilimdoni emas, balki u sport





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF 2024 = 5.073/Volume-2, Issue-5

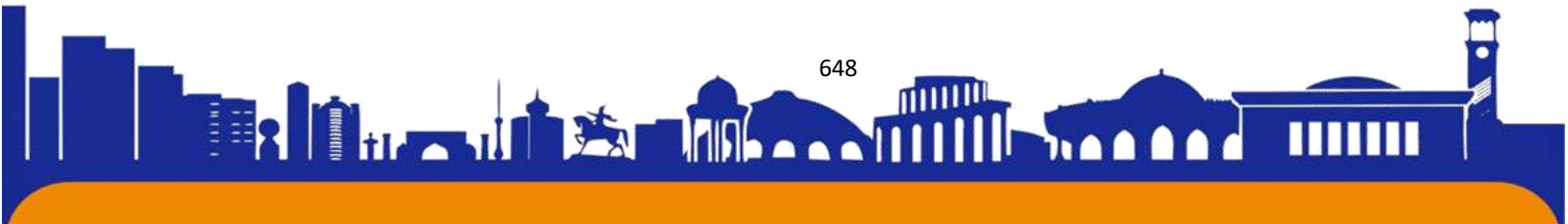
mashg'ulotining anatomik, biomexanik, psixofiziologik, hatto bioximik asoslarini ham yaxshi bilishi talab etiladi.

Murabbiy ijtimoiy-gumanitar, iqtisodiy va boshqa fanlar bo'yicha yetarli bilimga ega bo'lishi maqsadga muvofiq. Etika, estetika, umumbashariy va milliy qadriyatlarni bilgan murabbiy o'z shogirdlariga namuna bo'ladi, sportchilar, ularning ota-onalari va boshqalar o'rtasida obro'-e'tibor qozonadi [7].

Bugungi sport mashg'ulotlariga xos katta hajmli va o'ta shiddatli yuklamalarga bardosh berish, toliqqanda, hatto shikastlanganda ham o'zini g'alabaga safarbar qilish bilan bog'liq iroda, qat'iyatlik, matonat kabi xislatlarni shakllantirish murabbiyning tarbiyalovchilik funksiyasiga asoslanadi. Murabbiy o'z o'quvchilariga xarakter, ong, diqqat, xotira, idrok, iroda, umuminsoniy va milliy qadriyatlarni shakllantirish bilan bir qatorda, ularning yoshi, jinsi va individual imkoniyatlariga qarab mashg'ulot musobaqa yuklamalarini tabaqalashtirilgan holda qo'llash me'yorlarini bilishi zarur. Chunki, tarbiya samaradorligi faqat so'z, nasihat, muloqot, suhbat vositasi orqali ta'minlanmaydi, balki amaliy mashg'ulot va musobaqalar davomida yanada rivojlanadi.

Murabbiylarda zarur hisoblanuvchi qobiliyatlardan biri bu tashkilotchilik qobiliyatidir. Guruh, jamoa, sinf, mahalla, jamiyat bilan olib boriladigan har bir ishning qulay, sifatli va foydali natija keltiradigan vosita, uslublari hamda yangicha yo'llarini topish va tashkil qilish tashkilotchidan maxsus bilim, hayotiy va kasbiy tajriba, yaratuvchanlik kabi xislatlarni talab qiladi.

Basketbol sportida bu hodisani yaqqol ko'rish mumkin. Ko'pincha o'yin oldidan (asosan raqib jamoa kuchli bo'lsa) murabbiy jamoaning jangovor holatini (kayfiyatini) ko'tarish maqsadida jamoadagi motivni kuchaytirish uchun suhbat o'tkazadi. Biroq bu tadbirni o'z ishini yaxshi, chuqur bilgan holda o'tkazish juda muhim, lekin shuni ham tushunish kerakki, motivning yuzaga kelishi uchrashuv jarayonida yuz beradi va shakllanadi. Xuddi shu jarayonda sportchining imkoniyatlari va ehtiyojining o'zaro bir-biri bilan bog'liqligi to'liq namoyon bo'ladi, ya'ni u yoki bu motiv yuzaga chiqadi. Bir vaziyatda jamoaning kuchiga kuch qo'shilganini va mo'jiza ko'rsatganiga guvoh bo'lsak, boshqa bir holatda esa birinchi holatning teskarisini, ya'ni jamoa o'yinining barbod bo'lganini ko'rish mumkin. Motivning yuzaga kelish jarayoni dinamik holatda bo'lib, u subyekt bilan obyekt aloqalari asosida kechadi va faoliyat orqali sportchini





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF 2024 = 5.073/Volume-2, Issue-5

atrofdagi voqelik bilan birlashtiradi va uning xarakterini hamda faolligini belgilab beradi.

Shu o'rinda ikki «faoliyat motivatsiyasi» va «harakat motivi» tushunchalari haqida to'xtalib o'tish lozim. Bu ikki tushunchada psixologik mexanizmlarning umumiylikiga qaramasdan, inson faolligini yuzaga chiqaruvchi holatlarning orasida birmuncha farq bor [6].

XULOSA VA MUNOZARA

Yuqorida muhokama etilgan fikr-mulohazalarga asosan shunday to'xtamga kelish mumkinki, murabbiyning kommunikativ qobiliyati boshqa barcha kasbiy-pedagogik funksiyalar bilan uzviy bog'liqdir. Demak, bugungi murabbiy jamoani turli musobaqalarga tayyorlash va uni yuksak natijalar cho'qqisiga olib chiqishi uchun yuksak shakllangan barcha kasbiy-pedagogik funksiyalar bilan bir qatorda kommunikativ qobiliyat egasi bo'lishi ham darkor. Murabbiyning aynan kommunikativ qobiliyati jamoa a'zolari o'rtasida hamjihatlik, birdamlik, hamkorlik, bir-birini qo'llab-quvvatlash asosida ko'zlangan maqsad va strategik vazifalarni foydali natija bilan hal qilish imkoniyatini yaratadi.

Har bir sportchi shaxsiga xos xarakter ko'plab jihatlarga ega bo'lib, ularni ma'lum bir tartibda tasniflash (klassifikatsiyalash) mumkin. Birinchi guruhga xarakterdagi jamiyatga, fuqarolik va sportga, burchga munosabat kabi jihatlarni kiritish mumkin: javobgarlik hissi, o'z vataniga nisbatan muhabbat, raqiblarga hurmat; ikkinchi guruxga esa mehnat faoliyatiga nisbatan munosabat, mehnatsevarlik, vijdonlilik, intiluvchanlik, betartiblik yoki aksincha dangasalik; uchinchi guruhga sportchining boshqa kishilarga munosabati, muloqotga tez kirishishi, xushyorligi, insonparvarligi yoki qo'polligi, to'rtinchi guruhga - sportchining o'z-o'ziga munosabati, o'z-o'zini tanqid, kamtarlik yoki aksincha maqtanchoqlik va kekkayish kabilarni kiritish mumkin. Murabbiylik kasbini tanlagan har bir mutaxassisdan, kelajakda o'z ish faoliyatining samaradorligini ta'minlashda sportchi shaxsiga xos xarakterni ijobiy natijaga yo'naltirilgan holda shakllantirilishida, murabbiylik shaxsiga xos qobiliyatlar bo'lishi muhim ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ananiev B.G. Psixologiya va inson muammolari. M., 2016. - S. 25-44.;
2. Asmolov, A.G. Shaxsiyat psixologiyasi. M.: MGU, 2010. - 182 b.
3. Babushkin G.D. Sport psixologiyasi Omsk, SibGUFK nashriyoti, 2012 - 221c.





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF 2024 = 5.073/Volume-2, Issue-5

4. Belova, E.D. Trenerning pedagogik qobiliyatini rivojlantirish natijasida pedagogik mukammallik // Zamonaviy jamiyat va insonning ijtimoiy-psixologik muammolari: echimlar: Xalqaro ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari, 2015 yil 29-30 oktyabr / P.I.M nomidagi VDU. Masherova. Vitebsk, 2015. - P.122-123.
5. Yog'och D. Zamonaviy basketbol: Per. Ingliz tilidan/D. Yog'och. M.: Jismoniy tarbiya va sport, 2017. - 256 b.
6. Derkach A.A., Isaev A.A. Murabbiyning pedagogik mahorati 2010 yil.
7. Ilyin E.P. Sport psixologiyasi. - Sankt-Peterburg: Peter, 2018. - 352 p.
8. Isaev, A. A. Rossiyada sport siyosati / A. A. Isaev. - M.: Sovet sporti, 2012. - 512 b.
9. Klimov E. A. Kasbiy o'zini o'zi belgilash psixologiyasi. - Rostov-na-Donu: Feniks nashriyoti, 2016. - 512 p.; Krilov A.A. Psixologiya. Darslik. M.: Prospekt, 2019. - 584 b.
10. Qorx A. Ya. Murabbiy: faoliyat va shaxs: Darslik. – M.: Terra-Sport, 2010. – 120 b.

