



ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023

## YOSH SPORCHILAR FAOLIYATINI SHAKLLANISHIGA TASIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Xolmatova Maxliyo Iskandar qizi

### Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti o'qituvchisi

**Annotasiya:** Yuqori malakali sporchilarni tayyorlash zaminida yosh sport zahiralarini o'quv mashg'ulot jarayonini to'g'ri uyushtirish, sportchi shaxs sifatlarini tarbiyalash muhim ahamiyat kasb etamogda, chunki musobaqalar aynan ular o'tkaziladigan kunda yutilmaydi, g'alabalar uzoq muddatli, ko'p soatli, kuchli va shiddatli mehnat natijasida tayyorlanadi. Maqolada ushbu jihatlar bilan birga oliy ta'limda harakatli o'yinlarni tashkil etish va ularni o'tkazishning ba'zi jihatlari batafsil yoritilgan.

**Kalit so'z:** Oliy ta'lim, jismoniy tarbiya, harakatli o'yin, faoliyat, his-tuyg'u, jismoniy mashq, sog'lomlashtirish, milliy qadryat, jismoniy tarbiya.

**Аннотация:** Организация подвижных игр в высшей школе в статье подробно освещены некоторые аспекты их реализации.

**Ключевые слова:** Высшее образование, физическое воспитание, активная игра, деятельность, эмоция, физические упражнения, оздоровление, национальная ценность, физическое воспитание.

**Abstract:** Organization of mobile games in higher education in the article and some aspects of their implementation are covered in detail.

**Key word:** Higher education, physical education, active game, activity, emotion, physical exercise, health improvement, national value, physical education.

**Kirish.** Sportda psixikani o'rganish muammosining dolzarbligi shu bilan keskinlashadiki, sportchiga xos bo'lgan individual – psixologik xususiyatlarning birikmasi bir sharoitda faoliyatning yuqori samaradorligini ta'minlab bersa, boshqa sharoitda uning jiddiy pasayishiga olib keladi.

Mamlakatimizda ommaviy va professional sportni, shu jumladan:





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023

-sport o'yinlari, ekstremal va qishki sport turlarini rivojlantirishni rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash;

-ilg'or xalqaro tajribani hisobga olgan holda, sport tayyorgarligi jarayoniga zamonaviy texnologiyalarni joriy etish;

-barcha sport turlari bo'yicha milliy chempionatlar darajasi va sifatini oshirish, xalqaro va mintaqaviy musobaqalar tashkil etish, nosog'lom sport raqobatiga va taqiqlangan preparatlar ishlatilishiga qarshi tizimli choralar ko'rishni ta'minlash;

-ommaviy va professional sport yo'nalishlari bo'yicha moddiy-texnika bazasini rivojlantirish hamda mustahkamlash, ulardan maksimal darajada va samarali foydalanishni ta'minlash, sport asbob-uskunalari hamda inventarlarining mamlakatimizda ishlab chiqarilishini tashkil etish va kengaytirish bo'yicha takliflar tayyorlashda qatnashish;

-jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirishni tashkil etish, jismoniy tarbiya-sog'lomlashtirish hamda sport tashkilotlarini, ta'lim va sport-ta'lim muassasalarini yuqori malakali trenerlar va boshqa sport mutaxassislari bilan ta'minlash kabi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmonlari tahsinga loyiqdir.

Shuning uchun yuqori toifali sportchilarni tayyorlash jarayonida muayyan sport turining o'ziga xos sharoitida shakllanadigan, hamda muayyan guruh (yakkakurash turlari, sport o'yinlari va h.k.) vakillariga xos bo'lgan shaxsning aloxida psixik xususiyatlarini hisobga olish zaruriyati kelib chiqadi. Bu gimnastika sport turida ixtisoslashayotgan sportchilarga ham to'la ta'luqli bo'lib, bunda faoliyat samaradorligini asosi bo'lgan yesh sportchilarni tayyorlashning psixologik omillari kam o'rganilgan.

Olingan ilmiy-tekshirish natijalarini ishlash va tahlil qilish uchun statistik usullar ishlatildi. Har bir tekshirilgan guruhlarda olingan natijalarni o'rta arifmetik qiymati, ko'rsatgichlar o'rtasidagi o'zaro bog'lanishlar aniqlandi. Yosh sportchilarni musobaqadagi natijalari bilan tahlil qilinadi.





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023

Ushbu jarayonni oydinlashtirish maqsadida sportchilik davri xarakteristikasiga asoslanib, ularning mustaqil ijodiy faoliyatga tayyorgarlik darajasini bilish uchun psixolog tadqiqotchilarning o'tkazib ko'rgan sinovlarini taxlil qilishimiz mumkin.

Eksperimentatorlarni qiziqtirgan asosiy muammo sportchilarda o'z-o'zini nazorat qilish, o'z-o'zini anglash, mutaxassislik masuliyatini tashkil topganligi va motivatsiyaning rolini aniqlashga qaratilgan edi. Ushbu tadqiqot uchun quyidagi metodikalar tanlab olindi, "o'z o'zini nazorat qilish istagi", "sub`ektiv nazorat darajasi", o'zaro muloqot test sinovi (V.V.Stolin, S.R.Panteleyev) mustaqilligi darajasini aniqlashga qaratilgan metodika "o'z-o'zini nazorat qilish qobiliyati", "maqsadga erishishga qaratilganlik" (V.A.Lisenkov), shaxsning o'z-o'zini dolzarbligi (SAMOAL), "Differensial diagnostik so'rovnomasi" (DDO), Ye.A.Klimovaning kasb tiplari klassifikatsiyasi, "Intelektual labillik", "tafakkurning individul stili" (A.Alekseeva, L.Gromova), "qiziqishlar xaritasi", "baholash orientatsiyasi" metodikalari (M.Rokich), "Shaxsni baholash orientatsiyasi" (SOL), raqamli test "Sotsiotip", o'qishdagi motiv tipologiyasi borasidagi "Lesenka qo'zg'atuvchisi" (A.I.Bojovich) va boshqa motivatsiya shkalalari.

Oliy o'quv yurtidagi 1-bosqich sportchilarida yuqoridagi metodikalardan foydalanib o'tkazilgan tadqiqot natijalari quyidagilarni ko'rsatdi:

- Irodaviy o'z-o'zini nazorat qilish darajasi (70%), o'zaro muloqotda erkinligi darajasini aniqlashda o'rtacha rivojlanish darajasi (70%);
- O'z-o'zini nazorat qilishning o'rtacha ko'rsatkichi (60%) va pastrog'i (40%), maqsadga erishishga qaratilganlikning o'rtacha darajasi (50%) va kam darajasi (35%), shaxs o'z-o'zini faollashtirishning o'rtacha ko'rsatkichi (90%) eng kam ko'rsatkichi (10%);
- Baholash orientatsiyasi bunda salomatligi, sevgi, do'stlari, sportchilik hayotidagi faolligi hamda kasbiy faoliyatga yo'nalganligi (30%), passivlik va guruh bosimini his qilish (40%);
- Shaxsda mutaxassislikning tashkil topganligi o'rtacha darajasi (85%), hamda psixologik sotsializatsiyaning o'rtacha ko'rsatkichi (95%) va sotsial intellektning o'rtacha ko'rsatkichi (90%);

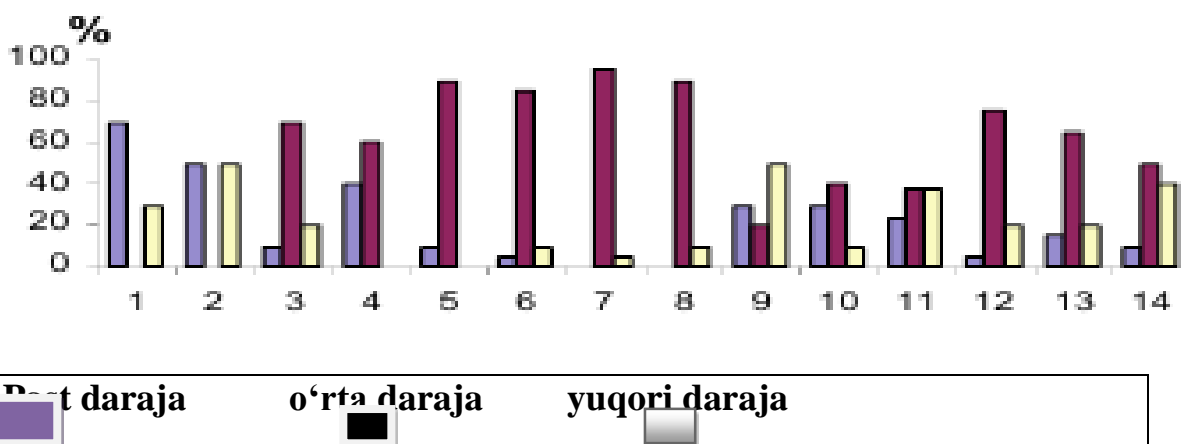




ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023

- Psixolog sportchilarda asosan, “qiziqishlar xaritasi” testi natijalari ko‘rsatishicha- jurnalistika, huquq, pedagogika mutaxassisliklar doirasida o‘tkazilganda “odam-odam” kasbiy tipi tanlangan. Ularda intellektual labillikning yuqori ko‘rsatkichi (50%), o‘rtacha (20%) va past ko‘rsatkichi (10%) darajada, asosan analitik tafakkur stili (45%), pragmatikli (27%), realistik (18%), idealistik (10%);

- Motivatsiyaga erishganlikning o‘rtacha darajasi (75%), extiyojlarning garmonik birikishi (70%)da, yuqori birikivi 30%da, extiyojga erishishning yuqori ko‘rsatkichi 40%, o‘rta darajasi 50%, motivatsiyani qo‘llab quvvatlash o‘rta ko‘rsatkich 25%, o‘rtacha yuqori ko‘rsatkichi 40% va yuqori 20% baholangan.



1. O‘z o‘zini nazorat qilish – qatiyatlilik.
2. O‘z o‘zini nazorat qilish – o‘z o‘zini namoyish qilish.
3. Mustaqillik.
4. O‘z o‘zini idora qilish.
5. Samoaktualizatsiya.
6. Kasbiy masuliyat.
7. Psixologik sotsializatsiya.
8. Sotsial intellect.
9. Intellektual labillik.





10. Baxolash orientatsiyasi.
11. Shaxs yo‘nalganligi.
12. Motivatsiyadagi muvoffaqiyatlar.
13. Motivatsiyani maqullash.
14. Ehtiyojga erishganlik.

Bu ko‘rsatkichlarga asoslanib, sportchilarning mustaqil faoliyatga yo‘nalganlik darajasi yuqori emas deb hisoblashimiz mumkin. Shu bois oliy talim tizimidagi talim jarayonida sportchilarda qatiyatlilik, namoyishkoronalik, mustaqillik, o‘z o‘zini nazorat qilish, masuliyat, prognoz qilish qobiliyati, shaxsning irodaviy va kasbiy sifatleri, kasbga qiziqish va malaka ko‘nikmalar rivojlanganligi maqsadga muvofiqdir. Tafakkurning asosiy individual ko‘rinishi- motivatsiyaning yuqori darajada bajarilishi, intellektual labillik, ijodiy tafakkur va shaxsning ijodiy sifatlarini rivojlanganligi bilan belgilanadi.

Bu shunday manoni bildiradiki, yangi va ravshan ijodiy jarayonning paydo bo‘lishi lozimligi, lekin oliy talim tizimida sportchilarning mustaqil ijodiy ishlashida o‘qituvchilarning ham o‘rni bor. Faqat ijodkor pedagogda nostandart tafakkur, yumor hissi va boshqa xususiyatlar bo‘ladi. Sportchilardagi innovatsion yo‘nalgan mustaqil faoliyati nimada ekanligiga etibor berganimizda, bunda xar doim ularning ilmiy tadqiqot faoliyatlariga tayyorgarlik qobiliyati samaradorligidaligini ko‘ramiz.

Xullas, sportchilar ilmiy-tadqiqot faoliyatining rivojlanishini o‘rganish haqidagi savol dolzarb muammolardan biri hisoblanadi, shuningdek, mutaxassisning innovatsion yo‘nalganligi ijtimoiy, iqtisodiy, jamiyatning talab va extiyojlari bilan kelib chiqqanligini inobatga olish zarur.

#### ADABIYOTLAR:

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz - Toshkent: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 488 b.
2. Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini taminlash yurt taraqqiyoti va halq faravonligining garovi. O‘zbekiston Respublikasi Konstitusiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag‘ishlangan tantanali marosimdagi





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023

ma'ruza. 2016 yil 7 dekabr /Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent : “O‘zbekiston” NMIU, 2017.- 48 b.

3. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlili, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – xar bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo'ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo'nalishlariga bag'ishlangan Vazirlar Mahkamasining kengaytirilgan majlisidagi ma'ruza, 2017 yil 14 yanvar. – Toshkent: “O‘zbekiston”, 2017. – 104 b.

4. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag'ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo'shma majlisidagi nutq / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 32 b.

5. ArzikulovD.N. va boshqalar Psixologiya va sport psixologiyasi /o'quv qo'llanma. T. 2018-280 b.

6. Rodionov A.V. Praktika psixologii sporta. Tashkent, "Lider Press"-2008r.

7. M.N. Umarov Gimnastika. T. 2015 y.

