



YOSH SAMBOCHILARNING BARQAROR NATIJADORLIGINI TA'MINLASHNING PSIXOLOGIK JIHLTLARI

D.B. Nazarov

(O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti,

1- bosqich tayanch doktoranti)

<https://doi.org/10.5281/zenodo.6570477>

MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 01-may 2022

Ma'qullandi: 10- may 2022

Chop etildi: 14- may 2022

KALIT SO'ZLAR

*Jismoniy tarbiya va sport,
yosh sportchilarning
barqaror natijadorligi,
psixologik jihatdan
tayyorlash, motivatsiya,
psixodiagnostik
metodikalar.*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada sambo sporti bilan shug'ullanuvchi yoshlarning barqaror natijador-ligini ta'minlashning psixologik jihatlari psixodiagnostik tekshiruvlar natijasi asosida yoritib berilgan.

Kirish

Yurtimizda barcha sohalar qatorida jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish ijtimoiy siyosatning muhim yo'nalishlaridan biri etib belgilangan. Ya'ni jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish aholi salomatligini mustahkamlash, yosh avlodni sog'lom va barkamol etib tarbiyalash, jamiyatda sog'lom turmush tarzini qaror toptirish uchun xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya va sport o'sib kelayotgan yosh avlodda vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirishda ham muhim o'rin tutadi.

Muhtaram Yurtboshimiz Sh.M. Mirziyoyevning 2020-yil 3-noyabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to'g'risida" gi PQ-4847-son qarori da ham jismoniy tarbiya va sport sohasida xalqaro standartlarga muvofiq kompleks bilimlarga

ega malakali kadrlar tayyorlash sifatini yaxshilash, sportda ilm-fanni jadal rivojlantirish, yuqori malakali raqobatbardosh trener-o'qituvchilar, mutaxassislar hamda ilmiy xodimlarni tayyorlash jarayonlarini yanada takomillashtirish, aholi o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirish va sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish maqsadida yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda samarali, ilmiy asoslangan vositalar va uslublarni ishlab chiqish, aholining jismoniy tayyorgarligi holati natijalarini monitoring qilish va korreksiyalash bo'yicha ilmiy-uslubiy tavsiyalar berish ustuvor yo'nalish etib belgilangan. Bu esa sport sohasida mamlakatimiz sportchilari jahonning nufuzli musobaqalarida yuksak g'alabalarni qo'lga kiritishida, yurtimiz bayrog'ini ko'klarga ko'tarilishida, madhiyamizni jahon arenalarida yangrashi



uchun muhim omil bo'ladi. Xususan, 2020-yili Tokioda o'tgan Olimpiya o'yinlarida O'zbekiston nomidan 17 ta sport turi bo'yicha jami 65 ta yo'nalishda atletlar ishtirok etdi. O'zbekistonliklar sportchilar Olimpiadada umumiy hisobda 5 ta (3 ta oltin va 2 ta bronza) medalni kiritdi va umumjamoa hisobida 32-o'rinni egallaganligi ham yurtimizda sportga berilayotgan e'tiborning yorqin misolidir.

Shu bois bugungi kunda zamonaviy sport musobaqalarida o'zaro raqobatning kuchayib borishi, natijalarning to'xtovsiz o'sayotganligi sambo sporti bilan shug'ullanayotgan yosh sportchilarning barqaror natijadorligini ta'minlashda jismoniy, texnik-taktik va shu bilan bir qatorda psixologik jihatdan tayyorlash, natijaga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash masalasi ham muhim ahamiyat kasb etayotganligi dolzarb muammolardan biridir.

Adabiyotlar tahlili va metodlar (Materiallar va usullar)

Tabiiyki, sportchilarning barqaror natijadorligini ta'minlashning psixologik jihatlari tushunchasi keng qamrovli tushuncha bo'lganligi sababli, uning talqini ham shu qadar xilma-xildir. Shu nuqtai nazardan ushbu tushuncha bo'yicha tadqiqot olib borgan psixologlar, sport psixologlari, psixofiziologlar, pedagoglar va boshqalar ilmiy qarashlariga yuzlansak ayniqsa xorij olimlaridan E.N. Gogunovning ta'kidlashicha shaxsning sport bilan shug'ullanishga bo'lgan ehtiyoji, sport sohasida qo'lga kiritgan muvaffaqiyatlari ahamiyatli xususiyatga ega deb ta'kidlaydi, K. Levin esa faol xulq-atvorni determinlashtiruvchi motivatsion tendentsiyalar mavjudligini shaxs natijasiga ta'sir etishini ta'kidlab, mazkur yo'nalish doirasida shaxs motivatsiyasini

tadqiq etishning uchta izlanish chizig'i vujudga kelishida sababchi bo'ldi:

1. shaxs nazariyasi doirasida motivatsiyani o'rganish;
2. motivatsiyani tadqiq etishda vaziyat omillarini hisobga olish;
3. motivatsiyani "shaxs-vaziyat" ning o'zaro anglashuvi sifatida o'rganish.

J. Atkinson shaxs xulqi faoliyat jarayonida natijaga ta'sir etishini o'rganib xulqni ikki o'zgaruv-chidan iborat deb qaraydi:

1. nimanidir kutish;
2. motivga aylanuvchi qadriyat, unga erishishning o'zi - bu muvaffaqiyatga muhtojlikdir

Yurtimiz olimlaridan E.G'. G'oziyev, Z.G. Gapparov, M.M. Mamatov, R.Z. Gaynutdinov, O.E. Hayitov, R.A. Abdurasulov, J.M.Ishtaev, A.U.Xayitov, Z.E. Gaziyeva va boshqalar barqaror natijadorlikni ta'minlash masalasida o'z ilmiy ishlari orqali keng yoritib berishgan. Biz ushbu olimlar izlanishlaridan kelib chiqib, bugungi kunda sport sohasida keng qo'llanilib kelinayotgan psixodiagnostik metodikalardan biri A.A. Reanning "Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish motivatsiyasi" testi dan foydalanib yosh sambochilarning motivatsiyasini o'rganish orqali barqaror natijadorligiga ta'sir etuvchi omillarni tahlil qilamiz. Muhokama va natijalar (Natijalar va muhokama)

Motivlar ayni paytda sportchilar xatti-harakatini boshqarishda ham muhim vositadir. Motivlarni bilish orqali murabbiy sportchining o'quv va mashg'ulotlar jarayonidagi faolligini oshirishi, uning musobaqalarda muvaffaqiyatli ishtirok etishida muhim ahamiyatga ega bo'ladigan irodaviy sifatlarni takomillashtirishi mumkin bo'ladi. Shu bois murabbiylar o'z



shogirdlari motivlarini har tomonlama bilishlari zarur. A.A. Reanning “Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikdan

qoʻrqish motivatsiyasi” testi asosida oʻtkazilgan eksprement natijalari quyidagi jadvalda oʻz aksini topgan.

1-jadval:

№	Jinsi		Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikdan qoʻrqish motivatsiyasi namoyon boʻlish shakllari		
	Oʻgʻil bolalar	Qiz bolalar	1 -7 ball oraligʻida	14 -20 ball oraligʻida	8-13 ball oraligʻida
1	*				8
2	*			18	
3	*				13
4	*				12
5	*		6		
6	*			16	
7	*			15	
8	*				13
9	*		7		
10	*			14	
11	*			16	
12	*			15	
13	*			17	
14	*				12
15	*			16	
16	*			14	
17	*				11
18	*			19	
19		*			10
20		*		16	
21		*		19	
22		*			12
23		*	7		
24		*		15	
25		*		17	
	Jami:		3	14	8

A.A. Reanning “Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikdan qoʻrqish motivatsiyasi” testi asosida oʻtkazilgan eksprement natijalari tahlili shuni koʻrsatadiki sambo sporti bilan

shugʻullanuvchi jami 25 nafar sinaluvchidan 3 nafarida 1-7 ball oraligʻida koʻrsatkich chiqdi va ushbu sportchilarda muvaffaqiyatsizliklardan qoʻrqish motivatsiyasi ustunlik qilishini koʻrishimiz



mumkin. Sinaluvchidan 14 nafarida 14-20 ball oralig'ida ko'rsatkich chiqqanligi ushbu sportchilarda muvaffaqiyatga erishishga intilish motivatsiyasi ustunlik qilishi va qolgan 8 nafar sinaluvchilarda belgilangan motivasion polyuslar ifodalanmagan, lekin 8-9 ball oralig'ida muvaffaqiyatsizlikdan qochishga, 12-13 ball oralig'ida muvaffaqiyat motivatsiyasiga moyillikni anglatishini ko'rishimiz mumkin.

Xulosa.

Biz o'tkazilgan test asosida xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, 25 nafar sinaluvchilar orasida muvaffaqiyatsizliklardan qo'rqish motivatsiyasi ustunlik qiluvchi ko'rsatkich

jadavalida 2 nafar o'g'il bola sportchi va 1 nafar qiz bola sportchi bor ekanligi, muvaffaqiyatga erishishga intilish motivatsiyasi ustunlik qiluvchi ko'rsatkich jadavalida 10 nafar o'g'il bola sportchi va 4 nafar qiz bola sportchi, belgilangan motivasion polyuslar ifodalanmagan ko'rsatkich jadvalida 6 nafar o'g'il bola sportchi va 2 nafar qiz bola sportchi borligi shuni ko'rsatadiki, jins nuqtai nazardan ham motivatsion ko'rsatkichlar farqlanishi murabbiy va sport psixologlaridan sportchilarni mashg'ulot jarayonida tayyorlash, psixologik jihatdan o'rganishda alohida yondoshuvni talab qiladi deb o'ylaymiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to'g'risida" 03.11.2020 yildagi PQ-4847-son qarori.
2. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И., Психология физического воспитания и спорта. // 2004 год., — 274 с
3. Елена Анохина, Евгения Мелякова., Менеджмент. // 2020 год., — 448 с
4. A.U. Xaitov., Sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiya. //2020-yil., — 344 b
5. [https://daryo.uz/rasmiy sayti](https://daryo.uz/rasmiy-sayti).