

SPORT TANLOVI VA UNING MOHIYATI.

Arabboyev Qahramon Tohirjonovich

Qo'qon davlat pedagogika instituti katta o'qituvchisi

qahramonarabboyev1976@gmail.com

Annotatsiya Sport tanlovi - bu bolaning sport faoliyatining ma'lum bir turiga yuqori darajada iqtidorliligini aniqlashga imkon beradigan chora-tadbirlar majmui. Maqolada sportchilarni yuqori natijalarga erishishida sport tanlovini mazmun-mohiyati, bosqichlari to'g'risida so'z yuritilgan. Shuningdek, sport tanlovini o'ziga xos xususiyatlari va uni amalga oshirish masalalari yoritilgan.

Kalit so'zlar: sport tanlovi, sport qobiliyatlarini bashorat qilish, seleksiya tizimi, sportga moyillik, sport yutuqlari.

Аннотация Спортивный отбор – это комплекс мероприятий, позволяющих определить, обладает ли ребенок высоким уровнем одаренности к определенному виду спортивной деятельности. В статье говорится о сущности и этапах спортивных соревнований в достижении спортсменами высоких результатов. Также выделены особенности спортивного соревнования и вопросы его проведения.

Ключевые слова: спортивный отбор, прогнозирование спортивных способностей, система отбора, склонность к спорту, спортивные достижения.

Annotation Sports selection is a set of measures to determine whether a child has a high level of talent for a certain type of sports activity. The article talks about the essence and stages of sports competitions in the achievement of high results by athletes. The features of the sports competition and the issues of its conduct are also highlighted.

Key words: sports selection, prediction of sports abilities, selection system, aptitude for sports, sports achievements.

Mutaxasislarning qayd etishicha, mamlakatimizda oxirgi yillarda milliy va olimpia sport turlari bo'yicha yuqori o'rinlarni egallayotgan sportchilarning asosiy qismini bolalar va o'smirlar sport maktablari tarbiyalanuvchilari tashkil qilmoqda. Bu jismoniy tarbiya va sport sohasidagi tizimli ishlarning, shu jumladan, bolalar sportini rivojlantirish farzandlarimizning barkamol bo'lib voyaga yetishini ta'minlashga qaratilayotgan yuksak e'tiborning yorqin ifodassidir.

Darhaqiqat, navqiron avlod o'rtasida sportni ommalashtirish maqsadida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli chora-tadbirlar bugun o'z samarasini beryapti. Bolalar va o'smirlar sport maktablari tarbiyalanuvchilarini yuqori natija ko'rsatishlari uchun

qilinishi lozim bo'lgan chora - tadbirlardan biri o'z vaqtida sportchilarni sport turlari bo'yicha to'g'ri tanlashdir.

Sportni tanlash bolalikdanoq shu maqsadda maxsus o'tkaziladigan o'quv-mashg'ulot yig'inlaridagi sinov va imtihonlar asosida, shuningdek, o'smirlar sport jamoasidagi mashg'ulotlar va musobaqa faoliyatini o'rganish asosida boshlanadi.

Sport tanlovi - bu bolaning sport faoliyatining ma'lum bir turiga yuqori darajada moyilligini (iqtidorligini) aniqlashga imkon beradigan chora-tadbirlar majmui. Sportchini uzoq muddatli tayyorlashning barcha bosqichlarida uning shaxsiyatini baholashning har xil tadqiqot usullaridan foydalanishni o'z ichiga olgan kompleks metodologiyasi ta'minlanishi kerak.

Sport turlarining xilma-xilligi shaxsning sport faoliyatidan birida mahoratga erishish qobiliyatini kengaytiradi. Sport turlaridan biriga nisbatan shaxsiy xususiyatlar va sifat qobiliyatlarining zaif namoyon bo'lishini sport qobiliyatining yetishmasligi deb hisoblash mumkin emas. Sport faoliyatining bir turidagi nomaqbul belgilar qulay omillar bo'lishi mumkin va boshqa turdagi yuqori ko'rsatkichlarni ta'minlaydi. Shu munosabat bilan, sport qobiliyatlarini bashorat qilish faqat alohida tur yoki turlar guruhiga nisbatan, seleksiya tizimiga xos bo'lgan umumiy qoidalarga asoslanib, ilmiy asoslar va sport guruhlarini tugatish uchun bolalarni tanlash usullariga asoslangan holda amalga oshirilishi mumkin.

Sport zaxiralarini tayyorlashda istiqbolli yosh sportchilarni saralashning samarali tizimi muhim o'rin tutadi. Olimpiya o'yinlaridagi va boshqa nufuzli musobaqalardagi sportchilarning chiqishlari tahlili shuni ko'rsatdiki, ular aniq harakat qobiliyati bilan bir qatorda axloqiy va irodaviy fazilatlarni rivojlantirishning yuqori darajasiga, sezilarli mehnat qobiliyatiga ega, sport texnikasi va taktikasini yaxshi biladilar. Bularning barchasi ma'lum bir sport turi bo'yicha muvaffaqiyatli ixtisoslashuv uchun sanab o'tilgan fazilatlar va qobiliyatlarning yuqori darajada rivojlanishiga ega bo'lgan shaxslarni alohida tanlashni talab qiladi. Sport qobiliyatlari - bu sportning muayyan turlarida yuqori, hatto rekord natijalarga erishish imkoniyati bilan bog'liq bo'lgan turli xil (morfologik, funksional, psixologik va boshqa) xususiyatlar to'plamidir.

Sport tanlovi va sportga yo'naltirilganlikning dolzarbligi barcha jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari, murabbiylar va o'qituvchilarning ushbu muammoga jiddiy e'tibor qaratishlaridadir, ammo ushbu sohadagi muammolar to'liq bartaraf etilmagan.

Bolalar va o'smirlarning qobiliyatlarini o'z vaqtida aniqlash masalasi ayniqsa dolzarbdir, chunki ularda tananing shakllanishi va rivojlanishi bilan harakat va aqliy qobiliyatlar farqlanadi, ularning turli ko'rinishlari bir-biri bilan kamroq bog'liq bo'ladi va muayyan faoliyat turlariga moyillik boshlanadi.

Sportning o'zagi uchta elementdan iborat: sport tanlovi, mashg'ulot va musobaqa. Aynan mana shu uch element butun sport sohasining faoliyati va rivojlanishining asosi hisoblanadi.

Sport tanlovi uzoq, ko'p bosqichli jarayon bo'lib, agar sportchining uzoq muddatli tayyorgarligining barcha bosqichlarida turli xil tadqiqot usullaridan (pedagogik, psixologik, sotsiologik va boshqalar) foydalanishni o'z ichiga olgan uning shaxsiyatini baholashning kompleks metodologiyasi ta'minlangan taqdirdagina samarali bo'lishi mumkin.

Ko'pgina faoliyat turlari insonga o'ziga xos talablarni qo'yadi. Musiqachi uchun - eshitish, temirchi uchun - kuch, sprinter uchun - tezlik, uzoq masofalarga yugiruvchilar uchun - chidamlilik. Texnik harakatlar bilan bog'liq sport turlari (badiiy gimnastika, figurali uchish, sport raqsi) uchun esa - nozik muvofiqlashtirish.

Tizimli sport mashg'ulotlariga qo'shilish uchun ma'lum shartlar kerak. Ularning eng muhimlari orasida, boshqalar qatorida, unga individual moyillik, shaxsiy munosabatlar, ehtiyojlar, qiziqishlar. Shuningdek, ularning aniqlanishi, shakllanishi va rivojlanishi tabiiy va ijtimoiy omillar, jumladan, yo'naltirilgan va stixiyali omillar ta'siri ostida sodir bo'lishi shubhasizdir. Sportni takomillashtirish jarayonining optimal rivojlanishi ehtimoli ko'p jihatdan individual yosh rivojlanishining qaysi bosqichlarida ma'lum bir sport turida rivojlanishga moyillik aniqlanishiga bog'liq. Shunga ko'ra, sportga yo'naltirilganlik, ya'ni sport faoliyatining asosiy yo'nalishini shakllantirish va individual moyillikka mos keladigan istiqbolli yo'llarni to'g'ri tanlash ta'minlanadi.

Bu ma'noda tanlovni joriy etish amaliyoti qarama-qarshi bo'lib chiqdi. Bu bir tomondan iqtidorli sportchilarni izlashning faollashuviga va ularni tayyorlashning to'g'ri faoliyat yurituvchi tizimini shakllantirishga yordam bergan bo'lsa, ikkinchi tomondan, o'zining shakllangan formalarida salbiy xususiyatlarga ham ega bo'ldi. Ulardan eng xavflisi, ommaviy sport harakatini yo'lga qo'yish - bu birinchi qadamlardan "umidsiz" yoki "butunlay umidsiz" deb tanlash yo'li bilan yo'q qilingan va shu asosda sportchilar kontingentiga kirmaydiganlar uchun tizimli sport mashg'ulotlariga kirishni amalda cheklash. Bizning sharoitimizda bu amaliyot, afsuski, keng tarqalgan. Bu sport tanlovining o'zi ko'pincha inson uchun sport tanlovi emas, balki sport uchun tanlov ma'nosiga investitsiya qilinganligi bilan yanada kuchayadi. Shunday qilib, bu tushuncha go'yo ma'lum darajada g'ayriinsoniy ma'no kasb etadi.

Soha mutaxassislarini (V.M. Volkov va V.P. Filin) ta'kidlashicha, sport tanlovi professional yo'naltirilgan sport muassasalarini (ixtisoslashtirilgan sport maktab-internatlari va boshqalar) va o'zini sportga bag'ishlaganlar safini to'ldirishga tayyor bo'lgan shunga o'xshash sportchilar guruhlarini tanlov asosida ishga olish muammolari hal etilganda o'zining asosli ma'nosiga ega bo'ladi. Sportchilarni tanlash,

shuningdek, terma jamoalar sport-musobaqa asosida shakllantirilganda va yuqori darajali musobaqalarga qabul qilish shaxsiy sport yutuqlarining hozirgi darajasiga to'g'ridan-to'g'ri mutanosib ravishda tartibga solinganida ham o'zini oqlaydi. Bunday tanlov, tabiiyki, sportning raqobatbardoshligi bilan bog'liq. Odatda, hech kimni "rad etmaydi" va sport istiqbollaridan mahrum qilmaydi, aksincha, sportdagi yutuqlarni rag'batlantirishi mumkin.

Sport yo'nalishining bir vaqtda bo'lmasligi va dinamikligi. Mutaxassislar fikriga ko'ra, qisqa vaqt ichida har qanday bir martalik protseduralar (kuzatish, test va boshqalar) orqali sport yutuqlariga individual moyillikni to'g'ri aniqlash mumkin emas. Ikkita asosiy sababga ko'ra bu mumkin emas:

1. Sportga moyillik - individual xususiyatlarning (biofizik va shaxsiy-psixik) murakkab majmuasi, ularning soni bir vaqtning o'zida emas, balki turli vaqtlarda, yoshi va sport faoliyati tajribasiga qarab etuk bo'lib, o'zini namoyon qiladi;

2. Sport yutuqlari uchun individual imkoniyatlar va ularni amalga oshirishga shaxsiy munosabatlar dinamik bo'lib, ular individual rivojlanishning tabiiy xususiyatlari tufayli ham, hayotning ijtimoiy sharoitlari ta'sirida ham o'zgaradi. Bundan kelib chiqadiki, individual sportga moyillik diagnostikasi ("tashxis"dan - tan olish, aniqlash) va shuning uchun unga asoslangan sport yo'nalishi bir martalik hodisa, balki qayta tiklanadigan jarayon sifatida emas, bosqichma-bosqich amalga oshirilishi kerak..

Ayrim mutaxassislar shartli ravishda uzoq muddatli sport faoliyatini uchta katta bosqichga bo'lishadi, ularning har biri individual hayotning bir necha yillarini qamrab oladi - asosiy tayyorgarlik bosqichi, sport va muvaffaqiyat imkoniyatlarini maksimal darajada amalga oshirish bosqichi va "sportning uzoq umr ko'rishi". Sportchining tayyorgarlik tizimini optimal qurish rejasi birlamchi sport yo'nalishini ta'minlash va uni chuqur sport ixtisosligi mavzusini, keyingi sport faoliyatining yo'nalishi va parametrlarini nisbatan qat'iy tanlash bilan ta'minlashga majbur qiladi.

Birinchi bosqich va uning ichki bosqichlari hamma uchun bir xil vaqt chegaralariga ega emas, chunki ular sport bilan shug'ullanishning individual yoshiga, sport mashg'ulotlarining mazmuni va tuzilishining haqiqiy xususiyatlariga, musobaqa faoliyatining tabiatiga, sport mashg'ulotlarining o'ziga xos xususiyatlariga qarab sezilarli darajada farqlanadi. Taxminan aytish mumkinki, bolalik va o'smirlik davridagi tizimli sport mashg'ulotlarining boshlanishidan ko'p hollarda sport ixtisoslashuvining tegishli yo'nalishini to'g'ri aniqlash va birinchi taxminiylik sifatida sport istiqbollarini bashorat qilish uchun ikki yoki uch yil yetarli. Biroq, bu asosiy yo'nalish kelajakda ko'proq yoki kamroq sezilarli tuzatishlarga duchor bo'ladi,

ayniqsa, yetuk sportchining haqiqiy hayotida elita sport sohasiga borish yoki o'zini sport bilan cheklash to'g'risida qaror qabul qilish kerak bo'lganda.

Sport tanlovi uzoq ko'p bosqichli jarayon bo'lib, agar sportchining uzoq muddatli tayyorgarligining barcha bosqichlarida turli xil tadqiqot usullaridan (pedagogik, biotibbiyot, psixologik, sotsiologik va boshqalar) foydalanishni o'z ichiga olgan uning shaxsiyatini baholashning kompleks metodologiyasi ta'minlangan taqdirdagina samarali bo'lishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. Араббоев, К. Т., and Е. Я. Михайлова. "ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИЙ ИНТЕГРИРОВАННОГО МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ." *Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi* 7 (2023): 753-757.

2. АРАББОЕВ, ҚТ. "жисмоний тарбия дарсларида талабалар ўқув-спорт фаоллигини оширишда шахсга йўналтирилган таълим турларининг ўрни." *ФАН-СПОРТГА Учредители: Узбекский государственный университет физической культуры и спорта* 6: 68-71.

3. Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT ACTIVITY AND LIFESTYLE." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.09 (2023): 58-63.

4. Tokhirzhonovich, Arabboev Kakhramon. "THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY ON THE BODY OF SCHOOLCHILDREN IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.12 (2023): 112-115.

5. Араббоев, К. Т. "ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ШКОЛЫ К УЧЕБНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ." *Педагогические науки* 5 (2011): 128-131.

6. Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "SPECIFIC FEATURES OF THE APPROACH TO STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS ON THE BASIS OF THE PRINCIPLE OF INDIVIDUALIZATION." *ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW* ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603 11.12 (2022): 269-273.

7. Akramjonovich, Y. I., Azamovich, A. M., & Ilyasovich, M. S. (2022). Developing human thinking and moving speed through table tennis. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 164-165.

8. Umidovich, A. B. (2022). Legal grounds for the development of the sports industry in uzbekistan. *Asia pacific journal of marketing & management review issn: 2319-2836 Impact Factor: 7.603*, 11(11), 46-49.
9. Urinboevna, U. Z., Burkhanovich, D. B., & Ismailovna, Y. F. (2022). New technologies for the development of strength qualities Youth. *International journal of social science & interdisciplinary research issn: 2277-3630 Impact factor: 7.429*, 11(11), 220-224.
10. Саруханов, А. А., Азизов, М. А., & Аминов, Б. У. (2023, January). Новые технологии для развития силовых качеств у студентов. In *international scientific and practical conference "the time of scientific progress"* (Vol. 2, No. 1, pp. 217-225).
11. Dexqonov, B. (2023). Preparation of future physical education teachers for innovative activities. *Models and methods in modern science*, 2(12), 82-86.
12. Қувватов У.Т Якубжонов, И. А., & Шокиров, Ш. Г. (2022). " Развитие воспитательной работы в студенческой футбольной команде." In *International conference: problems and scientific solutions* (Vol. 1, pp. 140-147).
13. Umidovich, A. B. (2023). Unusual volleyball training sessions. *International journal of social science & interdisciplinary research issn: 2277-3630 Impact factor: 7.429*, 12(06), 1-4.
14. Umarova, Z. U., Mirzarahimovich, R. S., & Tursunovich, K. U. (2022). Sports and Great Heroes. *Pioneer: Journal of Advanced Research and Scientific Progress*, 1(4), 141-143.
15. Anvarovich, I. S., Tokhirovich, K. T., & Tursunovich, Q. U. (2022). Use problem-solving techniques in school gymnastics. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 512-513.
16. Abduhamidovich, M. I., Mansurovich, M. S., & Usmonovich, A. U. (2022). Selection of talented wrestlers and education of physical perfection in the process of wrestling activities in sports schools. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 166-167.
17. Ahmedov, U. (2019). Interaction patterns in elt teaching: group work and pair work. *Theoretical & Applied Science*, (12), 170-172.
18. Sultonov, Usmon Ibragimovich. "METHOD OF CONTROLLING THE TRAINING PROCESS OF LONG-DISTANCE RUNNERS." *Eurasian Journal of Academic Research* 2.3 (2022): 132-137.
19. Ibragimovich, Sultonov Usmon. "DYNAMICS OF MORPHOLOGICAL INDICATORS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF LONG-DISTANCE RUNNING." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE &*

INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 11.01 (2022): 129-132.

20. Ibragimovich, Sultanov Usmon. "DYNAMICS OF FORMATION OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL TRAINING OF LONG DISTANCE RUNNERS." *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol 7.6 (2019)

21. Ziyayev, Abdurakhmon. "SPORTS TOURISM AS A MODULE OF ELECTIVE COURSES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS." *Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi* 6 (2023): 707-712.

22. Abdullaevich, Ziyaev Abdurakhmon. "Development of General Physical Qualities of Girls Football Players in Higher Education Institution." *European Journal of Economics, Finance and Business Development* 1.9 (2023): 1-6.

23. Abdullayevich, Ziyayev Abduraxmon. "THE EFFECTIVENESS AND METHODS OF DEVELOPING THE TECHNIQUE OF PLAYING YOUNG BASKETBALL PLAYERS THROUGH SPECIAL EXERCISES." *ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW* ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603 11.12 (2022): 123-125.