

UDK:159.9:796.015.84

(ORCID 0009-0003-8853-4006)

SPORTCHINI MUSOBAQADA ISHTIROK ETISHNING MOTIVLARINI FAOLLASHTIRISH VA TAKTIK TAYYORGARLIK DIAGNOSTIKASI

Jurayev Vohidjon Muhammedovich

*Qo'qon davlat pedagogika instituti psixologiya fanlari
bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent.*

ANNOTATSIYA

Maqolada sportchini musobaqada ishtirok etishning motivlarini faollashtirish va taktik tayyorgarlik diagnostikasi to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Sport taktikasi, lonkret (spesifik), ilmiy natija.

АННОТАЦИЯ

Статья содержит информацию об активации мотивации спортсмена к участию в соревнованиях и диагностике тактической подготовки.

Ключевые слова: спортивная тактика, лонкрет (специфический), научный результат.

Sport taktikasi deb, sport musobaqasida eng yuksak sport natija va g'alabalarga erishish uchun ishlatiladigan usullar yig'indisiga aytiladi. Musobaqa g'alabaga erishish uchun ma'lum sport turida jismoniy jixatdan chiniqish va hatto mazkur sport texnikasini to'la egalashning o'zi kifoya qilmaydi. Shu bilan birga o'zining jismoniy kuchi va texnik ko'nikmalaridan to'g'ri foydalana bilishni ham talab qiladi. Taktikada komanda yoki yakka sportchining harakat yo'li namoyon bo'ladi. Har bir sport turida taktik reja to'ziladi. Lekin sport taktikasi sport turi va uning spesifikasiga qarab har xil bo'ladi. Taktik jihatdan tayyorlashning umumiy muammo bilan psixologik muammo bog'langan, va qo'yidagilardan taxminiy (shartli) taktik reja to'zish muammosi turadi. Ushbu taxminiy to'zilgan taktik rejani musobaqa paytida ruyobga chiqarish muommosi turadi.

Yaxshi taktik bo'lish uchun sportchi yaxshi kuzatuvchanlik xususiyatiga ega bo'lishi lozim. Bundan tashqari tashabbuskorlik, maqsadga intilishda irodaviy sifatlarga ega bo'lishi ham muhimdir. Taxminiy taktik reja to'zish va uni musobaqa paytida ro'yobga chiqarish uchun umumiy va konkret shart-sharoitlar tug'dirilgan bo'lishi kerak.

Umumiy xarakterga ega bo'lgan shartlar ko'yidagilardir:

Jamoa yoki sportchi musobaqadagi kurashning sport turiga doir texnik priyomlarini egalashi; jismoniy jihatdan umumiy va maxsus tayyorgarlik; sportchida psixologik tayyorgarlikning yuksakligi.

Konkret (spetsifik) shartlarga: maxsus bilim, malaka va ko'nikmalarni o'zlashtirish kiradi. Eng muhim bilimlar ko'yidagilar: sportchida sportning har bir turi bo'yicha tarixiy taraqqiyoti jarayonida yuzaga keladigan taktika asoslari haqidagi nazariy bilimlar. Sportchi musobaqa o'tkaziladigan joyidagi shart-sharoitlarni bilishi kerak. Sportchilar boshqa shaharga musobaqaga borganlarida ko'pincha bu sharoitlar bilan tanishmaydilar. Bu albatta notug'ri. Ushbu shart-sharoitlarga: musobaqa o'tkaziladigan joyning muhiti, musobaqaning profili, xarakteri, tabiiy va sun'iy to'siqlari. Yo'llarning sifati, zallarning yorug'ligi, sport qurollarning sifati. Hakamlar ro'yxati va hokazolar kiradi.

Shartli to'zilgan reja musobaqa paytida ishlata bilish ko'nikmalari ham turlicha bo'ladi, bo'lar qo'yidagicha:

- 1) musobaqa va trenirovka paytlarida mustaqil fikr-yurita bilish;
- 2) ishtirok etgan musobaqalarni taxlil qilish.
- 3) umumlashtira bilish;
- 4) texnik priyomlarni musobaqadagi kurash paytida maqsadga muvofiq ravishda tanlab, ulardan foydalana bilish
- 5) usullarga ijodiy o'zgartirishlar kirita bilish.

Musobaqaning borish holatini kuzatishda o'z holatini, hatti- harakatini kuzata bilish. Raqib yoki sheriklarning o'ylagan taktik rejani payqay olish va nazarda tutish ko'nikmasi eng muhimdir.

Sportchi yuksak emosional qo'zg'algan holatda, hamda ruhiy tushkinlik holatida o'zini tuta bilish. Sportchi yaxshi taktik bo'lishi uchun qo'yidagi xususiyatlarga ega bo'lishi kerak: kuzatuvchanlik, tashabbuskorlik, oldindan ko'ra bilish, yaxshi anglash qobiliyatiga ega bo'lish. Sportchining musobaqaga qatnashishdan maqsadi, rekord qo'yish hamda shaxsiy sport natijasini yaxshilashdan iboratdir. Bu reja maqsadga erishish uchun musobaqa oldidan sportchi tomonidan to'zilgan shartli (taxminiy) taktik reja javob bera oladi. Bu reja maqsadga erishish vositalari va usullari, yo'llarini anglash, hamda duch kelishi mumkin bo'lgan qarshilik, qiyinchilik va kutilmagan hodisalarni oldindan sezish, tasavvur qilish kabilarni o'z ichiga oladi. Ko'pincha bunday reja to'zish ko'rsatmali bo'lmay fikran bo'ladi. Shu sababli ham taxminiy taktik reja to'zish ijodiy jarayondir. Bu jarayonda tafakkur va ijodiy xayol qilish muhim joyni egallaydi. Taktik reja muvaffaqiyatli to'zilsa, sportchida ishonch va mamnunlik hosil bo'ladi. Aksincha esa unda shubha, havotiralanishi, ranjishni, ba'zida esa o'zini yo'qotishini paydo qiladi. Taktik rejani yechish asosan sportchini

tafakkuriga bog'likdir. Chunki ilmiy tekshirishlardan hamda har bir sportchining tajribasidan ma'lumki sportchi o'ylab harakat qiladi, harakat qilib o'ylaydi. Sportda tafakkur jarayoni qisqa vaqtda o'zgarib turish xususiyatiga hosdir. Aytish mumkinki, rejani aniq va maqsadga muvofiq bajarishning manbai aniq tafakkur qilishning oqibatidir. Lekin, tafakkur qilish uchun musobaqaning vaziyati raqibning harakati asosiy materialdir. Bu material oldingi tafakkur bo'lmaydi, fikrlangan reja tasavvur asosida ijodiy lashadi. Sportchining musobaqa oldidan ishlab chiqilgan taktik rejani musobaqa jarayonida real sharoitda tafakkur, tasavvur va diqqatini faol ishtirokida qayta kurilib turishi, hamda sharoitni tez taxlil va sintez qilib tadbirlash natijasida hal qilinadi.

Sportchini tafakkuri.

Mashg'ulotni vazifalari:

1. Sportchini tafakkuri haqida umumiy bilimlarni o'zlashtirish va uning har xil sport turlarida ahamiyatini konkretlashtirish.

2. Sportchilarni tez va aniq fikr yuritish ilmiy tekshirish metodlari va undan olgan natijalar bilan tanishtirib chiqish.

Mashg'ulotning rejasi:

1. Talabalarni mavzu bo'yicha bilimlarni tekshirish. 2. Tajribalar o'tkazish. 3. Ilmiy natijalarni ishlab chiqarish. 4. Xulosalar chiqarish va o'y vazifasini berish.

Mashg'ulotni o'tkazish: talabalar qo'yidagi savollarga javob beradilar: 1. Sportchini taktik jixatdan tayyorlanishning psixologik asoslari. 2. Sport taktikasi haqida tushuncha. 3. Musobaqaga taxminiy taktik reja to'zishda tafakkurning xususiyatlari. 4. Musobaqa sharoitida taktik reja amalga oshirish. 5. Taktik masalalarni yechishda sportchini tafakkurini xususiyatlari.

Tajribani o'tkazish:

Tajriba 1. Maxsus masalalarni yechish orqali fikr yuritish operatsiyasini tezligini va aniqligini o'lchash.

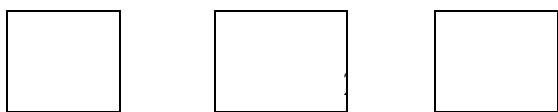
Vazifa:

1. Fikr yuritish operatsiyalarni tezligi va aniqligini o'lchash, yurishlar soni va masalani yechish vaqtini aniqlash har bir misol uchun va umumiy misollar uchun.

2. O'rtacha natijalarni olingan natijalarga solishtirish. Tajribani o'tkazish uchun talabalarni 3 ta dan eksperimental guruxlarga bo'lib chiqiladi. Tajribada A.V. Pushkin metodikasi qo'llanadi. U shundan iborat: har bir tekshiriluvchiga 6x4sm korobkalar berib chiqiladi. Bu korobka besh kvadratga bo'linadi a, b, v, g, d

a	б	в
г	д	

Bundan tashqari 3 kvadrat fishkalar tayyorlanib qo'yiladi 1.2.3



Fishkalarini korobkani ichiga har xil ketma ketlikda qo'yiladi. Tekshiruvchini vazifasi fishkalar orqali ularni 1.2.3. ketma ketligida qo'yish. Eksperimentator tajriba jarayonida vaqtni va fishkalar bilan yurishlar sonini belgilaydi.

Tekshiriluvchini qo'yidagi 6 ta masalani yechishga tavsiya qilinadi:

2a 1b 3v yurishlar soni -4

2a 1b 3d 7

3a 2v 1d 8

3a 1b 2v 8

2a 3b 1v 10

3a 2b 1v 10

Tajriba boshlashdan oldin tekshiriluvchiga ishlab chiqish uchun qo'yidagi variant tavsiya qilinadi: 2a, 3b,1d. Bu masalani natijasi xisoblab chiqishda inobatga olinmaydi.

Tekshiriluvchiga instruksiya: sizning vazifangiz iloji boricha tezroq va iloji boricha kamroq yurish orqali fishkalarini 1.2.3. holatga keltirish.

Natijalar qo'yidagi protoqolga yoziladi:

№ Masalalarni mazmuni yurishlar soni masala yechish vaqti

1 2a 1b 3v

2 2a 1b 3d

3 3a 2v 1d

4 3a 1b 2v

5 2a 3b 1v

6 3a 2b 1v

Ilmiy natijalarni ishlab chiqish. Talabalar umumiy yurishlar sonini va masala yechish vaqtini o'rtacha xisobini aniqlab chiqishadi. Bundan keyin ular bu natijalarni doskada qo'yidagi jadvalda berilgan o'rtacha natijalar bilan solishtirib chiqadilar.

Test qo'rsatkichlari s/i, yakkama yakka olishuv, sprin velosportda boshqa sport turlari

Yurishlar soni 9,22 10,46

Masala yechish vaqti 6,18 8,69

Solishtirish natijasida talabalar yozma ravishda xulosalar chiqaradi. Bundan keyin har bir tekshiruvchini umumiy natijalari qo'yidagi jadvalga yozilib, gurux uchun

umumiy natijalar ishlab chiqiladi va umumiy natijalar bilan solishtiriladi va xulosalar chiqariladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ageyev V.U. Ot kursov im. P.F. Lesgafta do akademii fizicheskoy kultury im. P.F. Lesgafta. SPb.: Izd. Olimp-SPb., 2004, 224s.
2. Ananyev V.A., Davidenko D.N. Etyudy valeologii. SPb. Izd. BPA, 2001, 211s.
3. 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.
4. 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.
5. 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.
6. 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).
7. Dexqonov, B. (2023). Preparation of future physical education teachers for innovative activities. Models and Methods in Modern Science, 2(12), 82-86.
8. 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).
9. 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.
10. Umarova, Z. U., Mirzarakhimovich, R. S., & Tursunovich, K. U. (2022). Sports and Great Heroes. Pioneer: Journal of Advanced Research and Scientific Progress, 1(4), 141-143.
11. 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.
12. 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.

13.Ahmedov, U. (2019). Interaction patterns in elt teaching: group work and pair work. *Theoretical & Applied Science*, (12), 170-172.

Sultonov, Usmon Ibragimovich. "METHOD OF CONTROLLING THE TRAINING PROCESS OF LONG-DISTANCE RUNNERS." *Eurasian Journal of Academic Research* 2.3 (2022): 132-137.

14.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.

15.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)

16.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.

17.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.

18.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.