

O‘QUVCHILARNI JAMOAVIY SPORT TURLARIGA QIZIQISHINING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Tursunboyev Sherdorbek Akbarali o‘g‘li
Andijon davlat universiteti,
Umumiy psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya

Mazkur maqolada o‘quvchilarning jamoaviy sport turlariga bo‘lgan qiziqishini shakllantirishning psixologik jihatlari tahlil qilinadi. Jamoaviy sport turlari orqali o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy ko‘nikmalari va psixologik barqarorligi qanday shakllanishi ilmiy asosda ko‘rib chiqiladi. Maqolada ta’lim-tarbiyada sportning o‘rni va uning samaradorligini oshirish bo‘yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so‘zlar: jamoaviy sport turlari, psixologik jihatlari, o‘quvchilar, ijtimoiy rivojlanish, motivatsiya, sport psixologiyasi.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF STUDENTS' INTEREST IN TEAM SPORTS

Abstract

This article analyzes the psychological aspects of fostering students' interest in team sports. The development of students' personal growth, social skills, and psychological stability through team sports is examined scientifically. Recommendations are provided for enhancing the role of sports in education and its effectiveness.

Keywords: team sports, psychological aspects, students, social development, motivation, sports psychology.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНТЕРЕСА УЧЕНИКОВ К КОМАНДНЫМ ВИДАМ СПОРТА

Аннотация

В данной статье анализируются психологические аспекты формирования интереса учеников к командным видам спорта. Рассматриваются научно обоснованные подходы к развитию личностного роста, социальных навыков и психологической устойчивости учеников средствами командных видов спорта. Предложены рекомендации по повышению роли спорта в образовании и увеличению его эффективности.

Ключевые слова: командные виды спорта, психологические аспекты, ученики, социальное развитие, мотивация, спортивная психология.

Kirish

Bugungi kunda jamoaviy sport turlari nafaqat jismoniy salomatlikni mustahkamlash balki shaxsning ijtimoiy va psixologik rivojlanishida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ta’lim jarayonida sportning rolini chuqurroq o’rganish va jamoaviy sport turlariga qiziqishni shakllantirish zarurati dolzarb masalalardan biridir. Ushbu maqolada o’quvchilarning jamoaviy sport turlariga qiziqishini rag’batlantirishda psixologik omillarning o’rni tahlil qilinadi. Jamoaviy sport turlari o’quvchilar uchun quyidagi psixologik foydalarni taqdim etadi. Jamoaviy sportlar orqali o’quvchilar birgalikda ishlash, hamkorlik qilish va muammolarni birgalikda hal qilish ko’nikmalarini rivojlantiradi. Jamoaning bir qismi bo’lish hissi, o’quvchilarda o’zini ijtimoiy guruhga tegishli ekanligini his qilish orqali psixologik xavfsizlikni ta’minlaydi.

O’zbekistonda sport jamoalari, klublari, kollej vasport maktablariga bolalar va o’smirlarni jalb qilish, ularni sport mashg’uloti va musobaqalarga jismoniy va psixologik jihatdan tayyorlash uchun tegishli imkoniyatlar yaratilmoqda. Respublikamizda an’anaviy tarzda shahar, viloyat va respubika birinchiliklari kabi musobaqalarning o’tkazilishi yoshlarni sport bilan muntazam shug’ullanishlarida muhim omil bo’lib xizmat qilmoqda. Qaysi bir sportchi yo’nalishi bo’yicha yaxshi ko’rsatkichlarga erishgan bo’lsa, chet mamlakatlar sportchilari bilan o’zaro munosabatda bo’lishlari uchun ko’pgina imkoniyatlar yaratilmoqda. Jumladan, davlat tomonidan sport jamoalariga, ayniqsa, bolalar sportini rivojlantirish va boshqa maqsadlarga aniq moddiy mablag’, sport anjomlari ajratilmoqda, barcha qulayliklarga ega sport inshootlari qurilib foydalanishga topshirilmoqda. Sportchilarimiz jahon va olimpiada o’yinlarida ishtirok etishmoqda.

Sportchilarimizning Osiyo va xalqaro musobaqalarda nufuzli o’rinlarni egallashlarida «Sport psixologiyasi» fanining alohida o’rni bor. Chunki sport jamoalari g’alabasini ta’minlashda bu fanning nazariy va amaliy asoslarini chuqur o’zlashtirib olgan murabbiylar qatori komanda ruhshunoslari ham muhim o’rin tutadi. Ular jamoada sportchilarni g’alabaga undaydigan ma’naviy-ruhiy sifatlarni rivojlantirish, o’zaro munosabatlarda yagona maqsad yo’lida birlashish, buning uchun xalaqit beradigan salbiy hissiyotlarni bartaraf etish borasida ilmiy izlanishlar, amaliy ishlar olib bormoqdalar. Sport jamoalaridagi o’zaro munosabatlarning mazmuni, sharoiti vata’sirini o’rganish hamda natijalarini tahlil qilish komandadagi psixologik muhitni yaxshi yo’lga qo’yishda, sportchilar ma’naviy-ruhiy sifatlarini kamol toptirishda muhim omil hisoblanadi. Bu esa jamoa uchun katta muvaffaqiyatlar keltiradi. Biroq keyingi yillarda guruhlarda o’zaro munosabatlar va ularning bir-biriga bo’lgan ta’siri,

liderlik muammolari keng o'rganilayotgan; ilmiy ishlar, ilmiy-ommabop maqolalar yozilayotgan bo'lsa-da, bularning ko'pchiligi ishchilar jamoasi, xalq maorifi tizimi vaharbiy bo'linmalardagi ofitser vasoldatlar orasidagi munosabatlarni o'rganishgaqaratilgan. Sport jamolaridagi o'zaro munosobatlarning psixologik tahlili yetarli darajada o'rganilmagan. Sport jamoalarini har xil maqsadlar yuzasidan o'rganish mumkin. Sport jamoasi a'zolari aniq tartib va intizom doirasida birlashgan, shakllangan bo'ladilar hamda o'zlarini guruhda teng huquqli munosabat yurituvchi shaxs sifatida namoyon qilishga harakat qiladilar. Yana shuni hisobgaolish kerakki, mahallada zarurat yuzasidan tuzilgan komandaga nisbatan maktab komandasining tuzilmasi mustahkam bo'ladi.

Yutuq va muvaffaqiyat hissi o'quvchilarda motivatsiyani oshirib, o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi. O'quvchilarning jamoaviy sport turlariga bo'lgan qiziqishini oshirishda quyidagi omillar muhim hisoblanadi. O'qituvchilar va ota-onalar tomonidan o'quvchilarning sportga qiziqishini rag'batlantirish, ularga qo'llab-quvvatlash ko'rsatish muhimdir. Mashg'ulotlar mazmunan boy va qiziqarli bo'lishi lozim, chunki bu sportga qiziqishni oshiradi va qatnashuvchilarni faollikka undaydi. Sport yulduzlari yoki muvaffaqiyatli sportchilar haqida hikoyalar o'quvchilarni ilhomlantirishi mumkin. Jamoaviy sport turlarida quyidagi psixologik muammolar yuzaga kelishi mumkin. Ba'zi o'quvchilar uchun jamoaviy sportlarda raqobat va stress salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jamoada o'zini ifoda etishda qiynalish ba'zi o'quvchilarda uchrashi mumkin. Yutqazish qo'rquvi va jamoaning bosimi ayrim o'quvchilar uchun psixologik zo'riqishga olib keladi.

Mazkur muammolarni hal qilish uchun psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini joriy qilish, motivatsion mashg'ulotlar tashkil qilish va sog'lom raqobat muhitini yaratish zarur.

Jamoaviy sport turlari o'quvchilar shaxsiyati va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa:

Jamoaviy sport turlarining o'quvchilar shaxsiy rivojlanishi va psixologik barqarorligini shakllantirishdagi ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilindi. Jamoaviy sport turlari nafaqat jismoniy salomatlikni mustahkamlaydi, balki o'quvchilarni ijtimoiy rivojlanishiga, jamoada ishlash ko'nikmalarini shakllantirishga ham katta hissa qo'shadi. Maqolada ijtimoiy ko'nikmalar, motivatsiya va o'ziga ishonchning shakllanishi orqali o'quvchilarning shaxsiy o'sish jarayoniga qanday ta'sir qilishiga alohida e'tibor qaratilgan. Jamoaviy sportlar shuningdek, o'quvchilarda stressni kamaytirish, ijtimoiy xavotirni yengib o'tish va psixologik mustahkamlikni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Reeve, J. (2018). *Understanding Motivation and Emotion*. Wiley.
2. Carron, A. V., & Eys, M. A. (2012). *Group Dynamics in Sport*. Fitness Information Technology.
3. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). “Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being”. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
4. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 10-yanvardagi “Yoshlarni sportga jalb qilishni kuchaytirish to‘g‘risida”gi qarori.