

SPORT FAOLIYATIGA MUVAFFAQIYATGA ERISHISH VA MUVAFFAQIYATDAN QOCHISH MOTIVATSIYASINING TA'SIRI

Jalolov Bahodir Isomiddin o'g'li

O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligini universiteti tadqiqotchisi

Annotatsiya. Maqolada sport faoliyatida muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyatdan qochish motivatsiyasining ta'sir masalalari yoritilgan. Ayniqsa, sportchi shaxsida muvaffaqiyatga erishish motivlarni tarkibiy komponentlarining rivojlanganligi ustuvor ekanligi ko'rsatib o'tilgan. Shuningdek, sport faoliyati motivatsiyasining rivojlanishiga xizmat qiluvchi psixologik omillarning roli ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: sport faoliyati, motiv, motivatsiya, muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi, muvaffaqiyatdan qochish motivatsiyasi, spontantlik.

ВЛИЯНИЕ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА И ИЗБЕЖАНИЯ УСПЕХА НА СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Джалалов Баходир Исомиддин угли

научный сотрудник Университета общественной безопасности Республики Узбекистан

Аннотация. В статье описано влияние мотивации на достижение успеха и на избегание успеха в спортивной деятельности. Показано, что развитие структурных компонентов мотивов достижения успеха в личности спортсмена является приоритетным. Также показана роль психологических факторов, обслуживающих развитие спортивной мотивации.

Ключевые слова: спортивная деятельность, мотив, мотивация, мотивация достижения успеха, мотивация избегания успеха, спонтанность.

THE INFLUENCE OF SUCCESS ACHIEVEMENT AND SUCCESS AVOIDANCE MOTIVATION ON SPORTS ACTIVITY

Jalalov Bahodir Isomiddin ugli

Researcher of the University of Public Security of the Republic of Uzbekistan

Abstract. The article describes the impact of motivation to achieve success and avoid success in sports activities. It has been shown that the development of structural components of motives to achieve success in an athlete's personality is a priority. Also, the role of psychological factors serving the development of sports motivation is shown.

Key words: sports activity, motive, motivation, motivation to achieve success, motivation to avoid success, spontaneity.

Sport faoliyatining motivlari nafaqat odamni sport bilan shug'ullanishga undaydi, balki faoliyatga sub'ektiv, shaxsiy mazmun beradi. Xuddi shu sport turi bilan shug'ullanadigan, bir xil murakkablik va intensivlikdagi mashg'ulot yuklarini bajaradigan turli sportchilar ko'pincha xilma xil, ba'zan to'g'ridan-to'g'ri qarama-qarshi motivlarga asoslanadi. Shundan kelib chiqib, o'z faoliyatiga turli xil ma'nolar beradi, shuning uchun ularning xulq-atvorlarni baholash har xil bo'lishi kerak. Shu o'rinda sportchilarning motivlarini mazmunan juda dinamik ekanligini hisobga olish kerak. Sportni takomillashtirish jarayonida ular sharoit, boshqa sportchilar, o'z xulq-atvor va xatti-harakatlarini baholash va eng muhimi - maqsadli tarbiyaviy ishlar ta'siri ostida o'zgaradi, rivojlanadi [1, 19-b.].

A.C.Puni maxsus tadqiqotlar asosida sport faoliyati motivlarini rivojlantirishning quyidagi dinamikasini aniqladi:

1) Sport o'ynashning boshlang'ich bosqichi. Ushbu davrda sport bilan shug'ullanish uchun birinchi urinishlar sodir bo'ladi. Bunga turtki beruvchi motivlar quyidagilar bilan tavsiflanadi: a) jismoniy mashqlarga qiziqishning kengayishi (o'smirlar odatda bir emas, balki bir nechta

sport turlari bilan shug'ullanishni boshlaydilar va ko'pincha ular keyinchalik o'zlarining sport mahoratini namoyish eta oladigan sport turlari bilan shug'ullanishmaydi),

b) spontanlik («Men buni qilaman, chunki men jismoniy tarbiyani yaxshi ko'raman»),

v) ushbu sport bilan shug'ullanish uchun qulay bo'lgan atrof-muhit sharoitlari bilan bog'liq («Men yoshligimdan chang'i bilan shug'ullandim, chunki men shahar chekkasida yashaganman»),

d) ko'pincha majburiyat elementlarini o'z ichiga oladi («Men jismoniy tarbiya darslarida qatnashishim kerak edi»).

Boshlang'ich bosqich motivlari uchun umumiy bo'lib, ular asosidagi ehtiyojlarni yetarli darajada anglamaslik, ularning beqarorligi, noaniqligi va turli xil qondirish usullarining o'zaro almashtirilishi kabi xususiyatlar mavjud.

2) Tanlangan sport turi bo'yicha mutaxassislik bosqichi. Ushbu bosqichda sport faoliyatining sabablari quyidagilardir:

a) muayyan sport turiga alohida qiziqish uyg'otish va rivojlantirish;

b) ushbu sport turiga bo'lgan qobiliyatlarning namoyon bo'lishi va ularni rivojlantirish istagi;

c) sport muvaffaqiyatining hissiy jihatdan boy tajribasi va uni mustahkamlash istagi;

d) maxsus bilimlarni kengaytirish, sport anjomlarini takomillashtirish, yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lish.

Sifat jihatdan yangi bo'lgan bu qonunlar bir qator xususiyatlar bilan ajralib turadi. Ular sport ixtisosligi (sportchi gimnastikachi, bokschi, chang'ichi, suzuvchi va hokazo bo'ladi) va 3, 2, 1-toifali sport malakalarini olish bilan bog'liq. Shu bilan birga, ular ko'proq bilvosita bo'lib, sport faoliyatining o'zidan uning natijasiga o'tadi va ma'lum bir sport muvaffaqiyatiga, rekordga intilishda ifodalanadi.

3) Sport mahoratining bosqichi. Sportchi bu bosqichga yetganda, oldingi motivlar orqa fonga o'tib ketadi. Muvaffaqiyatga erishish motivi ustunlik qiladi va sportchining xulq-atvorini belgilaydi. Sportchi haddan tashqari jismoniy kuch sarflash, maksimal ruhiy zo'riqish holatini boshdan kechirish, raqibni, o'zini yengish hissini, eng muhimi, yuqori sport natijalariga erishish zarurligini his qiladi. Zamonaviy sportda yuqori ijtimoiy motivatsiyasiz yuqori sport yutuqlariga erishish mumkin emas [4, 302-b.].

Elita sportidagi faoliyat uning talablari va sportchining imkoniyatlari o'rtasidagi nomuvofiqlik natijasida yuzaga keladigan va ushbu tafovutni bartaraf etishga qaratilgan yuqori psixologik stress bilan bog'liq [4, 310-bet]. Boshqa faoliyat turlari bilan solishtirganda, sportdagi yuqori ruhiy stressni printsiplial jihatdan bartaraf etib bo'lmaydi, ularsiz oldingi rekordlardan oshib bo'lmaydi. Shu sababli, eng yuqori sport mahorati bosqichidagi sportchilar nafaqat muvaffaqiyatga erishish motivlarini, balki muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivlari va motivatsiyalarini ham rivojlantiradilar. Sportchining muvaffaqiyatga erishish motivini amalga oshiradigan har qanday vaziyat ham muvaffaqiyatsizlik qo'rquvini keltirib chiqaradi. Qanday motiv paydo bo'lishi raqobat va hayotiy tajriba ta'sirida shakllanadigan maqsadga erishish ehtimolini sub'ektiv baholashga bog'liq. Shu tariqa faoliyatga turtki berishning barqaror dominant turi shakllanadi [2, 60-bet].

Muvaffaqiyatga erishish motivi ustunlik qiladigan sportchilar past tashvish, maqsadlarga erishishda qat'iyatlilik, o'z harakatlarining to'g'riligiga ishonch, mustaqillik, raqobatga intilish, qiyin vazifalarni belgilash va ularni hal qilish uchun katta ixtiyoriy harakatlar qilish qobiliyati bilan ajralib turadi.

Muvaffaqiyatsizlikka yo'l qo'ymaslik uchun asosiy motivga ega bo'lgan sportchilar tashvishli va o'zlariga ishonchsiz bo'ladi, maqsadga erishishda o'z faolligini cheklashga moyil bo'ladi, ularning xulq-atvorlari asosan himoya xarakteriga ega, ular o'zlarini himoya qilish va qarshi hujumlarda harakat qilish ehtimoli ko'proq. Sport o'yinlarida har xil hujum variantlariga qaramay, puxta tayyorgarlik ko'rgan, ammo o'ta shijoatli jamoa har doim qarshi hujumda o'ynashini ko'rish mumkin [4, 312-b.].

Bu xulq-atvor xususiyatlari duel o'tkazishning individual usulida eng aniq namoyon bo'ladi. Muvaffaqiyatga erishish motivi hukmron bo'lgan sportchilar hujumkor xatti-harakatlarni

afzal ko'radilar. Yuqori malakali sportchilar orasida muvaffaqiyatga erishish motivi muvaffaqiyatsizlikdan qochish motividan ancha kuchliroqdir.

Bu esa ular faoliyatining yuqori mahsuldorligi va barqarorligiga xizmat qilmoqda. Muvaffaqiyatga erishish uchun kuchli ehtiyoj yuqori faollik, tashabbuskorlik va maqsadlarga erishishda qat'iyatni keltirib chiqaradi.

Muvaffaqiyatsizlikka yo'l qo'ymaslik uchun mo'tadil ifodalangan istakning mavjudligi sportchilarning mumkin bo'lgan muvaffaqiyatsizliklarning oldini olishga qaratilgan harakatlarini belgilaydi. Ularni mashq qilish texnikasini sinchkovlik bilan mashq qilishga, raqobatbardosh xulq-atvorlarning taktikasi va strategiyalarini o'ylab ko'rishga va rejalashtirishga, taklif qilingan raqiblar haqida ma'lumot to'plashga undaydi. [3, 69-bet].

Insonning atrof-muhit bilan muvaffaqiyatga yo'naltirilgan o'zaro ta'sirida muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik har doim tasodifiydir va shuning uchun muvaffaqiyat motivatsiyasi bilan bog'liq bo'lgan vaqtinchalik davriy holatlardir. Muvaffaqiyat mezonlari qanchalik tabaqalashtirilgan bo'lishidan qat'i nazar, bu shkala ikki qismdan iborat: ulardan biri muvaffaqiyatni anglatadi (qanchalik aniq bo'lishidan qat'iy nazar), ikkinchisi - muvaffaqiyatsizlik; va bu qismlar bir-biridan tor chegara bilan ajratilgan.

Muvaffaqiyatga erishishiga qarab, bu chegara shkala bo'ylab yuqoriga va pastga siljishi mumkin, u bilan birga nol mos yozuvlar nuqtasini o'zgartiradi. Shu sababli, ma'lum bir shaxs uchun aniq nima muvaffaqiyat va nima muvaffaqiyatsiz bo'lishini yetarlicha uzoq vaqt davomida ob'ektiv ravishda aniqlash mumkin emas [5, 64-bet].

Muvaffaqiyat motivatsiyasi va raqobatbardoshligi nafaqat yakuniy natija yoki mukammallikka intilish, balki yakuniy natija yoki mukammallikka bo'lgan psixologik "sayohat" bilan ham bog'liq. Agar biz odamlarda motivatsiyada nima uchun farq mavjudligini va muvaffaqiyat motivatsiyasining shakllanishiga qanday omillar yordam berishini aniqlasak, biz bunga ijobiy ta'sir ko'rsatishimiz mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учебное пособие для студентов педагогических институтов./ Е.П Ильин - М.: Просвещение, 1987. - 287 с.

Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности: /Пилоян Р.А. - М.: ФиС, 1984 - 108 с.

Рудик П.А. Психология: учебник для институтов физической культуры. /П.А. Рудик -- М.: Физкультура и спорт, 1964 - 464с.

Сингер Р.Н. Мифы и реальность в психологии спорта: учебник для институтов физической культуры./ Р.Н. Сингер пер. с английского / Предисловие А.В. Родионова - М: Физкультура и спорт 1980 с. -152 с.

Станбулова Н.В. Психология спортивной карьеры: учебник для институтов физической культуры./ Н.В. Станбулова-М.: 2005 - 63с.