

SPORTCHILARNI SAMARALI TAYYORLASHNING DOLZARB MASALALARI VA UNING MOHIYATI

10.53885/edinres.2022.14.32.083

Karamatov Jasur Alisherovich

Kogon tuman BO'SM uslubshunosi

Annotatsiya: Maqolada sportchilarni saralab olish (seleksiya), yuqori natijali sportni rivojlantirish, malakali sportchilar tayyorlashning zamonaviy tizimi, sport va sportchilar oldiga qo'yilgan maqsad va vazifalar, vositalar, uslublar, tashkiliy shakllari keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: seleksiya, sport musobaqalari, malakali sportchilar, sportchilar tayyorlash, yuqori sport natijalariga erishish.

Аннотация: В статье перечислены отбор спортсменов, развитие спорта с высокими результатами, современная система подготовки квалифицированных спортсменов, цели и задачи, стоящие перед спортом и спортсменами, средства, методы, организационные формы.

Ключевые слова: селекция, спортивные соревнования, квалифицированные спортсмены, подготовка спортсменов, достижение высоких спортивных результатов.

Annotation: the article describes the selection of athletes (selection), the development of high-performance sports, the modern system of training of qualified athletes, goals and tasks set for athletes and athletes, tools, methods, organizational forms.

Keywords: selection, sports competitions, training of qualified athletes, athletes, achieving high sporting results.

Mamlakatimizda yuksak madaniyatga ega bo'lgan har tomonlama yetuk hamda jismonan sog'lom avlodni shakllantirish maqsadida aholining jismoniy tarbiya va sport sohasida malaka va bilimlarini o'rttirishga qaratilgan ustuvor yo'nalishlarni belgilash, iqtidorli sportchilarni tanlab olish (seleksiya) ishlariga innovasion shakllar va usullarni joriy etishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, yosh avlodni jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablarga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustaxkamlash, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish ishlarini tizimli tashkillashtirishga yo'naltirilgan keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda. Yuqori natijali sportni rivojlantirish shunday tarzda kechadiki, bunda sportchilar tayyorlashni turli jihatlarini takomillashtirishning yangi yo'llarini qidirmasdan turib natijalarni yanada oshirib bo'lmaydi, shunday yo'llardan biri boshqaruvchi ta'sir ko'rsatishning (yuklama) samarasi bilan boshqariladigan ob'ektning holati (sportchining funksional va jismoniy holati) o'rtasidagi o'zaro bog'lanishlarni o'rganish asosida mashg'ulot jarayonini samarali qurish bo'lib hisoblanadi. Bu holat to'raligicha jamoaviy sport o'yinlariga, jumladan futbolga ham tegishli, jamoaviy sport o'yinlarida tayyorlashni boshqarish jarayonining murakkabligi musobaqalarda chiqishlarning natijaviyligining ko'p omilliligi, miqdor bilan o'lchanadigan natijaning yo'qligi, shuningdek raqib jamoaning qarama-qarshi tomonlarning keyingi harakatlarini noaniqligini shartlaydigan qarshi harakatlari bilan bog'lanadi [1,4].

Malakali sportchilar tayyorlashning zamonaviy tizimi o'zida muayyan maqsadlar, vazifalar, vositalar, uslublar, tashkiliy shakllar, moddiy-texnik sharoitlar va hokazolarga ega bo'lgan, eng yuqori sport natijalariga erishishni ta'minlaydigan murakkab, ko'p omilli tizimni talab qiladi. Sportchilarni tayyorlash tizimining tuzulishida mashg'ulotlari, musobaqalar, shuningdek tizimning samaradorligini oshiradigan – mashg'ulot mashg'ulotlaridan tashqari va musobaqalardan tashqari omillar ajratiladi, ular oxir-oqibatda sportchiga uyg'un jismoniy rivojlanish, texnik-taktik mahorat, jismoniy, psixik, ma'naviy va ruhiy sifatlarning rivojlanishining yuqori darajasi, shuningdek jismoniy tarbiya va sport bilan mashg'ulot nazariyasi va uslubiyati sohasida bilimlarni ta'minlaydi [2,6].

Sport bilan mashg'ulot - sportchilarni tayyorlash tizimining tarkibiy qismi sifatida - o'zida tanlangan sport turida sportchiga yuqori natijalarga erishishni ta'minlaydigan turli sifatlar, qobiliyatlar, jihatlarini takomillashtirish maqsadida jismoniy mashqlarni qo'llashga asoslanadigan ixtisoslashtirilgan pedagogik jarayonni taqdim qiladi. Sport bilan mashg'ulot mashg'ulotlari jarayonida sportchining orginazmida uning shug'ullanganlik holatini belgilaydigan turli-tuman funksional va morfologik o'zgarishlar sodir bo'ladi. Shug'ullanganlik asosan organizmning turli funksional tizimlarining imkoniyatlarini aks ettiradigan biologik xarakterdagi adaptasion qayta qurishlar bilan ta'minlanadi. Shug'ullanganlikni umumiy va maxsus shug'ullanganlikka ajratish qabul qilingan. Umumiy shug'ullanganlik salomatlikni mustahkamlaydigan, jismoniy sifatlarning rivojlanish darajasi va organizmning tizimlarining muskul faoliyatining har xil turlariga nasbatan funksional

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

imkoniyatlarini oshiradigan spesifik bo'lmagan mashqlarning ta'siri bilan takomillashtiriladi. Maxsus shug'ullanganlik sportchining sport ixtisoslashuvi sifatida tanlangan konkret faoliyat turida takomillashuvining natijasi bo'lib hisoblanadi.

Sportchilar tayyorgarligining tuzulishida ahamiyatga molik alomatlariga ega bo'lgan nisbatan mustaqil jihatlar – jismoniy, texnik, taktik, psixologik, nazariy va integral jihatlar ajratiladi. Bunday yondashuv sport mahoratini tarkib toptiruvchilar to'g'risidagi tasavvurlarni tartibga soladi, ularni takomillashtirish vositalari va uslublari, mashg'ulot jarayonini nazorat qilish va boshqarish tizimini ma'lum darajada tizimlashtirish imkonini beradi. Biroq shuni esdan chiqarmaslik kerakki, mashg'ulot va ayniqsa musobaqa faoliyatida bu jihatlardan hech qaysisini izolyasiyalangan tarzda namoyon bo'lmaydi. Ular o'zaro ta'sirlashish bilan yuqori sport natijalariga erishishga qaratilgan murakkab majmuaga birlashadi. Turli elementlarning bunday majmuaga kirganlik darajasi, ularning o'zaro bog'lanishlari va o'zaro harakatlari funksional tizimlar shakllanishining oxirgi natijaga qaratilgan – har bir sport turi uchun spesifik bo'lgan qonuniyatlar bilan shartlanadi. Tayyorgarlikning har bir jihatining takomillashganlik darajasi boshqa jihatlariga ham bog'liq bo'ladi, ular bilan belgilanadi va o'z navbatida ularning rivojlanganlik darajasini belgilaydi. Masalan, sportchining texnik tayyorgarligi turli harakat qobiliyatlari – kuch, tezkorlik, qayishqoqlik, epchillik vahokazolarning rivojlanganlik darajasiga bog'liq bo'ladi. Harakat qobiliyatlarining (masalan, chidamlilik) namoyon bo'lish darajasi texnikaning tejamkorligi, toliqishga chidamlilik, musobaqa kurashining taktik sxemasini amalga oshira olish bilan chambarchas bog'lanadi. Taktik tayyorgarlik, o'z navbatida, faqatgina sportchining axborotni qabul qilish va operativ ishlov berish qobiliyati, taktik reja tuza olishi va uni samarali amalga oshirish yo'llarini topa olishiga emas, balki texnik mahorat, funksional tayyorgarlik darajasi, jasurlik, maqsad sari intilishning rivojlanish darajasi bilan ham bog'lanadi. Musobaqa faoliyati sportchi konkret sport turida alohida sportchilar va jamoalarning yutuqlarini baholash va taqqoslash qoidalariga muvofiq imkoniyatlarini bevosita namoyon qilishini ko'zda tutadi. Musobaqalar shuningdek sportchilarni tanlab olish va tayyorlash, odamning zahira imkoniyatlarini bilish, shaxsni shakllantirish vositasi ham bo'lib hisoblanadi. Sportchilarni tayyorlash tizimining samaradorligini oshiradigan barcha mashg'ulot va musobaqa omillari – bu tayyorlashning tashkiliy va moddiy-texnik shart-sharoitlari, tibbiy va ilmiy ta'minot darajasi, murabbiyning maxsus bilimlari va mahorati, tarbiyaviy ishning tashkil qilinishi, sanitariya-gigiena shart sharoitlari, ekologik vaziyat va hokazolardir. Bu omillardan ba'zilar, garchi mashg'ulot va musobaqalarning yakuniy natijalariga katta ta'sir ko'rsatsada – nisbatan mustaqil bo'lib hisoblanadi (masalan, yashash sharoitlari), boshqalari – sport bilan mashg'ulotning o'zining vositalari va uslublari, musobaqa kurashini olib borish usullari bilan chambarchas bog'lanadi (masalan, sport kiyimlari va jihozlari, trenajer qurilmalari). Sportning o'yin turlarida yangi kelgandan yuqori darajali sportchigacha bo'lgan yo'lni bosib o'tish uchun o'rtacha 7-10 yil talab qilinadi. Ko'p yillik tayyorgarlikning barcha bosqichlarida mashg'ulot jarayonini optimal boshqarishning muhimligiga yetarlicha baho bermaslik sportchilarga o'zlarining potensial imkoniyatlarini to'liq ochish imkonini bermaydi [3,6].

Hozirgi kunda yuqori darajali sportchilarni tayyorlash uning barcha jihatlari – sport tanlovi va yo'naltirish, o'quv-mashg'ulot jarayonini tashkil qilish, musobaqalarni rejalashtirish, tibbiy, ilmiy-uslubiy va moddiy-texnik ta'minotning imkoniyatlarini rasionallashtirishni ko'zda tutadi. Ko'rsatilgan jihatlarining har bir ahamiyatini nazardan qochirmagan holda ulardan eng asosiysi – o'quv-mashg'ulot jarayonini takomillashtirishga va xususan uning tarkibiy qismi sifatida pedagogik nazoratni takomillashtirishga batafsilroq to'xtalamiz. Sportchilarning mas'ul musobaqalarga tayyorgarligi majmuaviy, integral tushuncha bo'lib, uning umumlashtiruvchi tavsifi musobaqalarning funksional, tezlik-kuch, texnik-taktik, psixologik tayyorgarlikning miqdor va sifat baholaridan foydalangan natijalari bo'lib hisoblanadi. Sportchilarni tayyorlash jarayonini boshqarishning konkret masalalarini hal qilish uchun pedagogik nazorat qilish tizimi xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ne'matovich K.S.Abdueva _ Sitorabonu Savriddin qizi , Fatullayeva Muazzam Azimovna , Qurbonov Shuhrat Qo'ldoshevich . Jismoniy tarbiya va sport darslarida innovatsion atamalardan foydalanish va ularning ijtimoiy va tarbiyaviy xususiyatlari // Tanqidiy sharhlar jurnali. doi . – T . 10. – S . 470-471 .

2. Abdueva SSQ 14-15 yoshli gandbolchilarning sakrashda tezligi va kuchini aniqlash //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T . 10. – №. 11. – S . 1212-1220.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

3. Abdueva S.S., Xurbonov S., Sobirova N. 11-12 yoshli gandbolchi qizlarning jismoniy ko'rsatkichlari va texnikasi evolyutsiyasi //Fan, muhandislik va texnologiyada ilg'or tadqiqotlar xalqaro jurnali (IJARSET). – 2019 yil.

4. Abdueva SS Bolalarning gandbol sportiga qiziqishini oshiradigan tadbirlar // Innovatsionnoerazvitienauki I obrozovaniemejdunarodnayanauchno-prakticheskayakonferensiya . – 2020 yil.

5. Abdueva S.S. Barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportning pedagogik ahamiyati //Olamga integratsiya va fanlar aloqasi| Integratsiya v mir i svyaz nauk | Dunyoya qurish va elmlarning aloqa ISBN. – S . 978-9952.

6. Abdueva S. XVI-XVIII ASRLARDA O'RTA OSIYODA Jismoniy madaniyatni o'rganish dolzarb masala sifatida // TsENTR . NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

7. Abdueva S. Universitet talabalarining gandbol jamoalari mashg'ulotlarini rejalashtirishda temperament turlari bo'yicha sportchilarning funksional holatini hisobga olish // TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

8. Abdueva S. Yosh gandbolchilarni tayyorlashning psixologik jihatlari // TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

9. Abdueva S. SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASH XUSUSIYATLARI // TsENTR . NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8. Abdueva S. SHAXS JISMONIY MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA TIZIMLI YONDORISHA // TsENTR . NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

10. Abdueva S. GANDBOLCHILARDA HUJUM VA HIMOYA JAVOB TEZLIKINING YOSH BOYICHA DINAMIKASI // TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 7. – №. 7.

11. Abdueva S. SHAXS JISMONIY MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA TIZIMLI YONDORISHA // TsENTR . NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

12. Abdueva S. SPETSIFIKA DISTANTSIONNOGO OBUCHENIA VYSSHEM OBRAZOVANII //TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 7. – №. 7.

13. Abdueva S . Jismoniy madaniyat shaxs inn o v a tsi o n m e t o d l a r n i q o ' l l a s h n i n g p s i x o l o g i k j i h a t l a r i //TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 3. – №. 3.

14. Abdueva S . Xotin - qizlarning milliy madaniyati va hozirgi davr jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish tasiri //TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 3. – №. 3.

15. Abdueva S . Jismoniy madaniyatning ijtimoiy funksiyasi //TsENTR NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

16. Abdueva S. YUKORI MALAKALI 19-21 YOSHLI GANDBOLCHILARNING MASHG'ULOT JARAYONLARIDA DAVRANLAR ARALIGI PSIXOLOGIK AHAMIYATI // TsENTR . NAUCHNYX PUBLIKATSIY (buxdu . uz). – 2021. – T . 8. – №. 8.

17. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 242-249.

18. Karomatovich I. A., Shodiyevich T. M. THE PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE OF THE FORMATION OF STUDENTS'SPIRITUAL AND MORAL VALUES THROUGH MOVEMENT GAMES IN SPORTS LESSONS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 310-320.

19. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – C. 333-338.

20. Ибрагимов А. К. Основа физической культуры образования школьников–зна-ния по физической культуре //Рекомендовано к изданию Советом по качеству УралГУФК Протокол. – 2018. – №. 8. – C. 128.

21. Ibragimov S. E. RESEARCH PARK. – 2021.

22. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – C. 333-338.

23. Karomatovich I. A., Utkirjonovich E. F. CHARACTERISTICS OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING METHODOLOGY OF BOXERS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 05. – C. 27-40.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

24. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 11. – C. 486-492.

25. Karomatovich I. A., Shokhrub U. Dynamics of jumping development of volleyballers in different ages //Middle European Scientific Bulletin. – 2021. – T. 11.

26. Ibragimov A. K., Muxiddinovich L. A. INDIVIDUALIZATION OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF QUALIFIED HANDBALL PLAYERS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – C. 234-241.

27. A.K.Ibragimov, F.I.Mo'minov. Methodology of optimization of training for young players // International Journal For Innovative Engineering and Management Research Vol 10 Issue02, Feb2021 ISSN 2456 – 5083 Page 43-48.

28. Ilxomovich M. F. METHODOLOGICAL BASIS FOR THE FORMATION OF FOOTBALL TRAINING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 355-363.

29. Ilxomovich M. F. FEATURES OF THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 02. – C. 1314-1320.

30. Muminov F. PEDAGOGICAL FUNDAMENTALS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS.

31. Azimovna F. M. Formation of spiritual and moral values of pupils in physical education lessons //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – T. 9. – №. 11. – C. 99-103.

32. Azimovna F. M. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida aqliy tarbiya va uning ahamiyati. Integration into the world and connection of sciences. – 202

33. Azimovna F. M., Ashrapovich N. F. Motivation of students to do sports as part of physical education classes //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 5. – C. 1446-1450.

34. Azimovna F. M. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida aqliy tarbiya va uning ahamiyati. Integration into the world and connection of sciences. – 2020.

35. Контроль подготовленности хоккеистов разных возрастных групп (в том числе отбор), Федерация хоккея России, М., 1995

36. В.И. Баландин, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко. Спортивное прогнозирование. М., ФизС, 1984

37. Azimovna F. M. The quality assessment technology and development techniques in volleyball players //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – C. 242-248.

38. Azimovna F. M. et al. Develop the professional skills of future physical education teachers and manage the physical culture movement of students //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 275-283.