

## JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA KOMPONENTLI MOTIVATSIYALAR

10.53885/edinres.2021.17.27.026

*Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich*  
p.f.n., dotsent Buxoro davlat universiteti.

## MOTIVATIONAL COMPONENT SPHYSICAL EDUCATION

*Abdullaev Shukhrat Dzhumaturdievich*  
Ph.D., Associate Professor, Bukhara State University

## МОТИВАЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

*Абдуллаев Шухрат Джуматурдиевич*  
к.п.н., доцент Бухарский государственный университет.

**Annotatsiya:** Talabalarning jismoniy madaniyati tuzilishining asosiy qismi motivatsion komponent hisoblanadi. Ehtiyojlar asosida paydo bo'ladigan motivlar shaxsning yo'nalishini belgilaydi, unda faoliyatning namoyon bo'lishiga rag'batlantiradi va safarbar qiladi.

**Kalit so'zlar:** motivatsiya, shaxsga yo'naltirilgan yondashuv, motivatsion-qiyamatli munosabatlar.

**Annotation:** Consider the value of a motivational component in physical training. The basic approaches to rethinking the content of physical culture and sports in high school.

**Key words:** motivation, personality-oriented approach, motivational-value ratio.

**Аннотация:** Рассмотрено значение мотивационного компонента в занятиях физической культурой. Предложены основные подходы к переосмыслению содержания физкультурно-спортивной работы в вузе.

**Ключевые слова:** мотивация, личностно-ориентированный подход, мотивационно-ценностные отношения.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "So'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish bo'yicha chora-tadbirlari" to'g'risida Farmon mohiyatidan kelib chiqqan holda barchamiz bundan jiddiy hulosa hciqarib zararli odatlardan kechib, ommaviy sport bilan shug'ullanichimiz, yashashni davom ettirish, bir so'z bilan aytganda, so'lom turmush tarzini kundalik hayotimizga aylantirishimiz zamonaviy davrning o'zi takozo etmoda [1].

**Jismoniy madaniyatga bo'lgan ehtiyoj** - bu shaxsiyat xulq -atvorining asosiy rag'batlantiruvchi, boshqaruvchi va tartibga soluvchi kuchi bo'lib, u keng doiraga ega: harakat va jismoniy faoliyat, muloqot, aloqa va do'stlar bilan bo'sh vaqtni o'yinlarda, o'yin -kulgilarda, dam olishda, hissiyotlarda o'tkazish zarurati. dam olish, o'zini tasdiqlash, "men" pozitsiyasini mustahkamlash, idrok, estetik zavqlanish, jismoniy madaniyat va sport mashg'ulotlari sifatini yaxshilash, qulaylik va h.k.

Ehtiyojlar hissiyotlar bilan chambarchas bog'liq: tajribalar, yoqimli va yoqimsiz hislar, zavq yoki norozilik.

Ehtiyojlarni qondirish ijobiy his -tuyg'ular bilan va salbiyl qoniqmaslik bilan birga keladi. Shuning uchun odam odatda paydo bo'ladigan ehtiyojni qondirish va ijobiy his -tuyg'ularga ega bo'lishga imkon beradigan faoliyat turini tanlaydi. Ehtiyojlar asosida vujudga keladigan motivlar tizimi jismoniy tarbiya sohasidagi shaxsning yo'nalishini belgilaydi, uni harakat faolligining namoyon bo'lishiga rag'batlantiradi va safarbar qiladi. V. I. Ilyinich va boshqalar quyidagi motivlarni ajratib ko'rsatishadi: jismoniy takomillashtirish; do'stona birdamlik; majburiyatlar (darslarga qatnashish); raqobat; taqlid qilish; sport; protsessual; o'yin [5].

Talabalarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish motivatsiyasini oshirishda ustuvor yo'nalish gumanitar va texnik universitetlarning o'quv dasturlarini birlashtirish va

standartlashtirishdan bosh tortish va jismoniy madaniyatning har bir turi uchun eng ko'p muqobil dasturlarni yaratishdan bosh tortishi mumkin. Har bir aniq universitetning mintaqaviy, milliy, madaniy -tarixiy an'analari, sport majmualarining moddiy -texnik jihozlanishini hisobga olish zarur[2].

M.Ya.Vilenskiy va G.K. Karpovskiyning ta'kidlashicha, talabalarning jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan munosabatidagi ijobiy o'zgarishlar jismoniy tarbiya vazifalari va individual yo'nalish, sub'ektiv zarur shartlar va amalda mavjud imkoniyatlar o'rtasidagi nomuvofiqlikni bartaraf etishdan iborat. Bunday holda, amaliyotga xalaqit beradigan sabablarni yo'q qilish yoki uni amalga oshirish shartlarining yo'nalishini yoki sub'ektiv qiyofasini o'zgartirish kerak [6].

Yuqoridagilardan ko'rinib turibdiki, agar talabalarning jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan motivatsion qiymatini oshirish, agar jismoniy tarbiya bo'yicha taklif etilayotgan o'quv dasturlari talabalarning jismoniy tarbiya va ehtiyojlarini hisobga oladigan bo'lsa, samarali bo'ladi. Yoshi, jinsi va ijtimoiy demografik xususiyatlarni hisobga olgan holda. Bu ta'lim jarayonining voqelikini baholashga imkon beradigan eng muhim mezonlardan biri bu shaxsning "o'zini o'zi anglash" bilan individual va ijtimoiy jarayonlari amalga oshadigan holatga erishishi hisoblanadi.

Jismoniy kamolotga barqaror ehtiyojni shakllantirish jarayoni gumanistik va mazmun jihatidan shaxsga yo'naltirilgan bo'lishi kerak. Shuni hisobga olish kerakki, har qanday odam majburlashni rad etish, unga qarshilik ko'rsatish bilan ajralib turadi. Bu o'jarlikni, tavsiyalarga amal qilishni istamaslikni kuchaytiradi. Ushbu pedagogik aksiomani e'tiborsiz qoldirib, hech qanday madaniy ehtiyojni shakllantirishda, shu jumladan jismoniy rivojlanishda ijobiy natijalarga erishish mumkin emas.

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuvning tarkibiy qismlaridan biri bu o'qituvchi va talaba birgalikda bilim, ko'nikma va malakalarini oshirish masalalarini hal qilishdagi muloqotdir. Bu muloqotni olib boruvchi o'qituvchi talabalarning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi ehtiyojlari haqida tegishli ma'lumotga ega bo'lishi kerak.

Shunday qilib, o'quvchilarga shaxsiy qiziqish, moyillik va qobiliyatlarni hisobga olgan holda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining har xil shakllarini kengroq tanlash imkoniyati beriladi. Shu bilan birga, mashg'ulotlarning bunday tizimi va tashkil etilishi o'qituvchilarning ijodiy salohiyatini oshiradi, ularni doimo takomillashtirishga rag'batlantiradi, "jismoniy madaniyat" fanidan o'qitish va sog'lig'ini yaxshilash uchun yangi uslublarni texnik-taktik va texnologiyalarni izlaydi [2].

Gumanitar va texnik universitetlar talabalarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini sportlashtirish, asosan, talabalik ommaviy sportini qayta tiklash va rivojlantirish uchun asos bo'lishi kerak. Talabalarning jismoniy tarbiyasi bo'yicha amaliy mashg'ulotlarning sport yo'nalishi nafaqat ularning jismoniy tarbiya faoliyatini tubdan o'zgartirishi, balki umuman, kundalik hayotda sportni singdirishi mumkin. Mutaxassislar ta'kidlaganidek, sport yo'li - bu jismoniy, aqliy va axloqiy shaxsiyatni madaniy o'zgartirish texnologig ensiklopediyasi va uni talaba yoshlarning jismoniy tarbiyasida ishlatmaslik noto'g'ri bo'lar edi [3].

Ta'limning faol shakllaridan foydalanish tashabbuskorlikning oshishiga, kognitiv faollikning faollashishiga va talabalarning o'zlari tomonidan bilimlarni o'zlashtirish jarayonini nazorat qilish samaradorligiga olib keladi.

**Universitetlarda jismoniy tarbiya va sport ishining mazmunini qayta ko'rib chiqishning beshta asosiy yondashuvi mavjud:**

1. Bilimlar yondashuvi asosan jismoniy tarbiya va sport sohasidagi talabalarning ma'lum bilimlarni o'zlashtirishiga, shuningdek, malaka va ko'nikmalariga qaratiladi.

2. Mashg'ulot yondashuvi majburiy jismoniy tarbiya hajmini oshirish orqali mashg'ulot effektining ahamiyati va jismoniy sifatlarning yuqori darajadagi rivojlanishiga qaratiladi.

3. Sportga yo'naltirilgan yondashuv majburiy jismoniy tarbiya va sportning ayrim turlari bilan shug'ullanishning har-hil shakllarini oqilona kombinatsiyasiga asoslangan. Ushbu

yondashuv doirasida vazifa tanlangan jismoniy faoliyat turlari bilan muntazam shug'ullanish odatini shakllantirishdir.

4. Sog'lomlashtirish yondashuvi doirasida o'quvchilar salomatligi va ularning jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligining tegishli darajasi eng yuqori qiymat deb hisoblanadi va an'anaviy jismoniy tarbiyani rad etish bilan jismoniy tarbiyani tashkil etishning muqobil shakllari taklif etiladi. O'quv jarayonida o'quv jadvalidan tashqari ta'lim guruhlaridagi mashg'ulotlar. Shu bilan birga, talabalar o'z qiziqishlari va intilishlari darajasiga qarab faoliyat turini tanlashda to'liq erkinlikka ega bo'ladi.

5. Ayniqsa, jismoniy madaniyat, sog'lomlashtirish va sport mashg'ulotlarini ijodiy o'zlashtirish jarayonida shaxsni har tomonlama rivojlantirishga va uning taqdirini belgilashga ta'lim jarayonini yo'naltiruvchi yondashuv alohida ahamiyatga ega. Shu bilan birga, jismoniy madaniyat va sport nazariyasi va tarixi, gigiena, psixologiya, fiziologiya, biomexanika kabi gumanitar fanlariga asoslanadi. Asosiy vazifa - yoshlar o'rtasida jismoniy madaniyatga shaxsning umumiy madaniyatining elementi sifatida yaxlit qarashni shakllantirish. Jismoniy tarbiyaning ikkinchi muhim vazifasi sifatida harakat, jismoniy madaniyat, sog'lomlashtirish va sport bilan shug'ullanish uslublarini ijodiy o'zlashtirish hisoblanadi.

Shuning uchun, faqat so'nggi o'n yilliklarda, ta'limni insonparvarlashtirish g'oyasini hisobga olgan holda, ta'lim mazmunining mohiyatini aniqlashga shaxsga yo'naltirilgan yondashuv tobora ko'proq shakllanmoqda, bu esa, bu muammoning etarli darajada o'rganilmaganligidan dalolat beradi. O'z navbatida, bizning tadqiqotimiz uchun aynan shu mavzularni tanlashga sabab bo'ldi.

Ta'lim mazmunining mohiyatiga shaxsga yo'naltirilgan yondashuv bilan, mutlaq qiymat shaxsiyatdan begonalashgan bilim emas, balki shaxsning o'zi hisoblanadi. Bu yondashuv shaxsning ta'limiy, ma'naviy, madaniy va hayotiy ehtiyojlarini qondirish uchun ta'lim mazmunini tanlash erkinligini, rivojlanayotgan shaxsga insonparvarlik munosabatini, uning individualligini shakllantirish va o'zini o'zi anglash imkoniyatini ta'minlaydi.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim mazmuni insonning tabiiy xususiyatlarini (sog'lik, fikrlash, his qilish, harakat qilish qobiliyati) rivojlantirishga qaratilgan; uning ijtimoiy xususiyatlari (fuqaro, oila a'zosi, mehnatkash bo'lish) va madaniyat sub'ektining xususiyatlari (erkinlik, insonparvarlik, ma'naviyat, ijodkorlik)

O'qitishning shaxsga yo'naltirilgan yondashuvi-bu o'qituvchining e'tiborini shaxsning yaxlit shaxsiga jamlash, nafaqat uning intellektini, fuqarolik mas'uliyatini rivojlanish imkoniyatlari, balki hissiy, estetik, ijodiy moyilligi bor ruhiy shaxsni rivojlantirishga g'amxo'rlik qilishdir.

#### **Adabiyotlar:**

1. Ш. М. Мирзиёев. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 30 октябрдаги ПФ-6099-сонли Фармон
2. Абдуллаев Ш. Дж. Влияние межличностных отношений на мотивацию юных спортсменов // Психология XXI столетия. Сб. по материалам ежегодного Конгресса «Психология XXI столетия» (Ярославль, 15 – 17 мая 2020) / Под ред. Козлова В.В. Ярославль, 2020. С. 26-32.
3. Абдуллаев Ш. Дж. Использование веб-основной электронной платформы для проведения уроков физического воспитания. Научно-методический журнал “Проблемы науки” Издательства РФ, г. Иванова, 2020 год.- стр.66-68
4. Курбанов Дж.И., Абдуллаев Ш.Дж. Методологические подходы к изучению правил физической активности женского спорта Научно-методический журнал. “Проблемы науки” Издательства РФ, г. Иванова, 2019 год.- стр.88-89.
5. Ильинский И. Образовательная революция / И. Ильинский. - М. : Изд-во Московской социально-гуманитарной академии, 2002. 592 с.

6. Лубышева Л. И. Концепция модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту / Л. И. Лубышева, В. А. Магин // Теория и практика физической культуры. 2003. - № 12. - С. 13-16.

#### **List of references**

1. Sh. M. Mirziyoev. Decree of the President of the Republic of Uzbekistan No. PF-6099 of October 30, 2020

2. Abdullaev Sh. Dj. Influence of interdependence on the motivation of young sportsmen // Psychology of the XXI century. Sb. on the materials of the annual Congress "Psychology of the XXI century" (Yaroslavl, 15 - 17 May 2020) / Ed. Kozlova V.V. Yaroslavl, 2020. p. 26-32.

3. Abdullaev Sh. J. Using the web-based electronic platform for conducting physical education lessons. Scientific-methodical journal "Problems of Science" Publishing House of the Russian Federation, Ivanova, 2020.- pp. 66-68

4. Kurbanov J.I., Abdullaev Sh.J. Metodological approaches to the study of the rules of physical activity in women's sports Scientific-methodical journal. "Problems of Science" Publishing House of the Russian Federation, Ivanova, 2019.- pp. 88-89.

5. Ilyinsky I. Educational revolution / I. Ilyinsky. - M.: Publishing house of the Moscow Social and Humanitarian Academy, 2002.592 p.

6. Lubysheva LI The concept of modernization of the process of professional training of specialists in physical culture and sports / LI Lubysheva, VA Magin // Theory and practice of physical culture. 2003. - N ° 12. - S. 13-16.