



UDK: 159.9.072

ORCID: 0009-0000-7488-0707

SPORT TURLARI BO'YICHA IQTIDORLI YOSH SPORTCHILARNI SARALAB OLISH PSIXODIAGNOSTIKASI

Nazarov Davron Baxtiyor o'g'li

*O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti,
"Sport psixologiyasi va pedagogika" kafedrası o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

psixodiagnostika.uz@gmail.com

Annotatsiya Mazkur maqolada sport jamoasi tarkibi (asosiy va zaxira)ga iqtidorli yosh sportchilarni saralab olish psixodiagnostikasiga oid yangi va klassik tadqiqot usullarining nazariy tahlillari, muayyan sport turida muvaffaqiyatni ta'minlovchi psixik jarayonlar rivojlanishining dastlabki darajasini aniqlash psixodiagnostikasi bayon etilgan. Shuningdek, yosh sportchilarni mashg'ulot va musobaqaga jarayoniga psixologik jihatdan tayyorlash bo'yicha tavsiyalar, sport musobaqalarida sportchining muvaffaqiyatli qatnashishida murabbiy, sport jamoasi ta'sirini o'rganishga doir amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: Sport faoliyatida psixodiagnostika, yosh sportchilar, sport psixologlari, psixologik tayyorgarlik, psixodiagnostika metodikalari, individual-tipologik tavsifnoma, sportchilarning psixologik holati, sport murabbiylari.

ПСИХОДИАГНОСТИКА ОТБОРА ТАЛАНТЛИВЫХ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ПО ВИДАМ СПОРТА

Аннотация В данной статье изложены теоретический анализ новых и классических методов исследования по психодиагностике отбора одаренных юных спортсменов в состав спортивной команды (основной и резервный), психодиагностика определения начального уровня развития психических процессов, обеспечивающих успех в определенном виде спорта. Также даны рекомендации по психологической подготовке юных спортсменов к тренировочному и соревновательному процессу, практические рекомендации по изучению влияния тренера, спортивной команды на успешное участие спортсмена в спортивных соревнованиях.

Ключевые слова: Психодиагностика в спортивной деятельности, юные спортсмены, спортивные психологи, психологическая подготовка, методы

психодиагностики, индивидуально-типологическая характеристика, психологическое состояние спортсменов, спортивные тренеры.

PSYCHODIAGNOSTICS OF THE SELECTION OF TALENTED YOUNG ATHLETES IN SPORTS

Abstract This article presents a theoretical analysis of new and classical research methods for the psychodiagnostics of selecting talented young athletes for a sports team (basic and reserve), psychodiagnostics for determining the initial level of development of mental processes that ensure success in a particular sport. Recommendations were also given on the psychological preparation of young athletes for the training and competition process, practical recommendations on studying the influence of the coach, the sports team on the successful participation of the athlete in sports competitions.

Key words: Psychodiagnostics in sports activities, young athletes, sports psychologists, psychological preparation, psychodiagnostic methods, individual-typological characteristics, athletes' psychological state, sports coaches.

KIRISH

Zamonaviy sportda, ayniqsa nufuzli xalqaro sport musobaqalarida sportchilarning yuqori natijalarni qo‘lga kiritishida psixologik tayyorgarlik ham muhim ahamiyatga ega. Psixologik tayyorgarlik sportchi shaxsining individual psixologik xususiyatlari, psixik jarayonlari, irodasi, faoliyat motivatsiyasi, mashg‘ulot va musobaqa jarayonida sportchining psixologik holati, sport jamoasida shaxslararo munosabatlarni baholashga xizmat qiladi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 3-noyabrdagi “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” PQ-4877-son qarori²da ham sport turlari bo‘yicha O‘zbekiston terma jamoalari (yoshlar, o‘smirlar va kattalar) a‘zolarining hamda sport-ta’lim muassasalari sportchi o‘quvchi va talabalarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligi, funksional holati, texnik-taktik va psixologik tayyorgarligini ilmiy jihatdan o‘rganish, monitoring qilish va istiqbolini belgilash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishi sifatida belgilangan. Ushbu qarorga muvofiq sport turlariga iqtidorli sportchilarni saralab olish tizimini takomillashtirish, sportchilarning xalqaro musobaqalarda qatnashishga psixologik tayyorgarligini, zarur hollarda psixologik korrektsiyani o‘tkazishni ta’minlashda psixodiagnostik metodikalarni tanlab olish masalasi muhim ahamiyat kasb etadi.

Sport faoliyatida psixodiagnostika eng zaruriy bo‘limlardan biri hisoblanib, sportchilarning psixologik holatiga asoslangan holda musobaqadan oldingi natijalarni prognozlashtirish, ayrim tayyorgarlik bosqichlariga o‘zgartirish va qo‘shimchalar kiritishda foydalaniladi. Eng muhimi, psixodiagnostika maqsadga yo‘naltirilgan bo‘lishi uchun

² <https://lex.uz/uz/docs/-5077663> O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 03.11.2020 yildagi PQ-4877-son qarori.

mashg‘ulot yoki musobaqa jarayonida qo‘llanish uchun tavsiya etilgan psixologik-pedagogik tavsiyalarga muvofiq kelishi kerak. Psixodiagnostika birinchi navbatda sportchilarning o‘z-o‘zini tartibga solish, start oldi emotsional holatlarini barqarorlashtirish, muvaffaqiyat motivlariga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash va bartaraf qilish tizimini rejalashtirish, yanada samarali faoliyatni amalga oshirish uchun foydalaniladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Psixodiagnostika – shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini o‘lchash va aniqlash metodlarini ishlab chiquvchi psixologiya fani sohasi.

Psixologik diagnoz - (“diagnosis” grekcha aniqlash, bilish degan ma’noni anglatadi) - shaxs individual-psixologik xususiyatlarining ayni vaqtdagi holatiga baho berish, rivojlanishni oldindan aytib berish, ya’ni, prognoz qilish va tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan psixolog faoliyatining so‘nggi natijasidir.

Amaliy faoliyat turlaridan biri sifatida psixodiagnostika quyidagi vazifalarni bajaradi:

1. Muayyan xususiyatning rivojlanish holatini aniqlash;

- uning rivojlanish dinamikasini hamda ma’lum vaqt oralig‘ida qayta tuzilishini aniqlash;

- individ yoki guruh psixologiyasi hamda xulq-atvorida o‘quv-tarbiyaviy ta’sirotnatijasida vujudga kelgan haqiqiy o‘zgarishlarni aniqlash;

- shaxs xususiyatlari rivojlanish dinamikasi va qonunlarini tahlil qilish asosida uning rivojlanish istiqbolini aniqlash;

- tekshirilgan kishilar yoki guruhni kelgusida rivojlanishda erishilgan natijalami hisobga olgan holda differensial tarzda ish olib borish uchun kategoriyalarga ajratish;

- individ yoki guruhning (u yoki bu ishni bajarish, masalan, o‘z xizmat vazifalarini bajarishga) kasbiy tayyorgarligini, layoqatliligini aniqlash;

- individ yoki guruh psixologiyasi va xulq-atvorida psixokorreksion ishlarni olib borish maqsadida o‘rnatilgan ijtimoiy normalarga mos yoki mos emasligini aniqlash;

- individ yoki guruhga hayotiy yo‘lini tanlash maqsadida tavsiyalar ishlab chiqish. [1; 6-9 betlar]

Jahon psixologiyasi tajribalari ko‘rsatadiki, psixodiagnostika va psixologik testlar bilan shug‘ullanishda ma’lum standartlar va kodekslarga amal qilinadi. Ushbu standart va kodekslarga ko‘ra, psixodiagnostik metodika natijalarini sharhlash uchun psixolog mas’uldir.

Psixodiagnostik metodikalarni amaliy qo‘llashi uchun mutaxassis-psixolog yetarlicha kasbiy tayyorgarlikka va psixologik bilimga ega bo‘lishi zarur. Chunki undan ta’lim muassasasi muammosidan kelib chiqqan holda psixodiagnostika metodikalarini tanlay olishi, ularni to‘g‘ri tatbiq etish va natijalarni haqqoniy tahlil etish talab etiladi. O‘quvchilar bilan shug‘ullanuvchi psixolog nafaqat psixodiagnostika metodikalarini, balki o‘quvchilarda kuzatiladigan nomukammallik darajalarini ham bilishi lozim bo‘ladi. [2; 12-13 betlar]

Psixodiagnostikaning nazariy vazifalari quyidagilardan iborat:

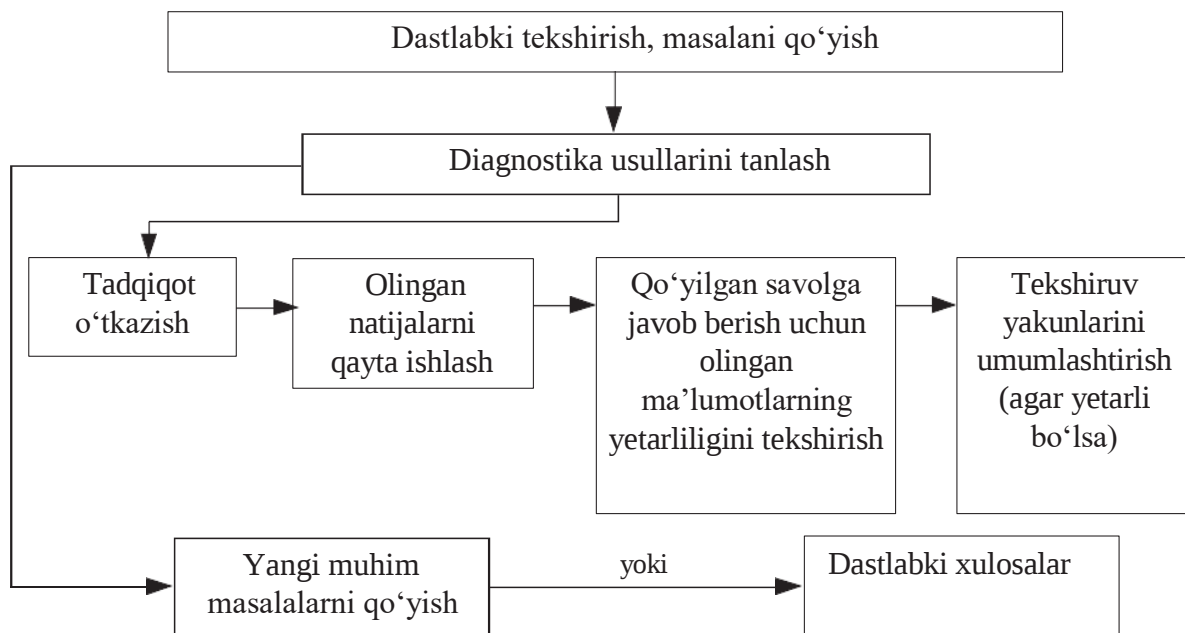
- psixik ko‘rinishlar tabiati va ularni ilmiy jihatdan prinsipial baholashning imkon darajasini aniqlashtirish;

- hozirgi paytda psixologik ko‘rinishlarning miqdorini baholash va uning ilmiy asoslanganlik holatini o‘rganish;
- psixodiagnostik usul va uslublarning asosiy metodologik talablari nimalardan iborat;
- psixodiagnostik tadqiqotning shart-sharoitlari, natijalarni qayta ishlash hamda ularni interpretatsiya qilish usullarining ishonchliligi nimalarga asoslangan;
- test va psixodiagnostik metodlarning tuzilishi hamda ilmiyligini tekshirishning asosiy muolajalari nimalardan iborat.

Psixodiagnostika fanining amaliy vazifalari psixolog faoliyatining maxsus sohasiga taalluqli bo‘lib, quyidagi vazifalardan iboratdir:

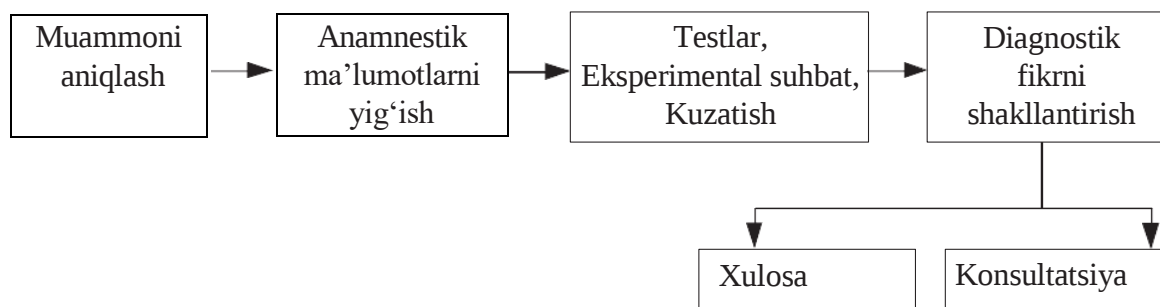
- psixodiagnostika mutaxassis sifatida qo‘yiladigan kasbiy talablarni aniqlashtirish;
- psixolog haqiqatdan ham u yoki bu psixodiagnostik metodlarni mutaxassis sifatida muvaffaqiyatli o‘zlashtirib olgani haqida minimal amaliy shartlar, ya’ni kafolat sifatida;
- psixodiagnostika sohasida o‘z ishini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun psixolog o‘zida mujassamlashtirishi shart bo‘lgan bilim, ko‘nikma va malakalar;
- psixologning psixodiagnostika sohasida malakali mutaxassis ekanligini hamda amaliy jihatdan tayyorgarligini baholash mezonlarini hamda dasturlarini ishlab chiqish. [3; 20-21 betlar]

Kormann bo‘yicha psixodiagnostik tekshiruv bosqichlari quyidagicha ko‘rinishga ega:



1-jadval. Kormann bo‘yicha psixodiagnostik tekshiruv sxemasi.

Kormann bo‘yicha psixodiagnostik tekshiruv bosqichlari quyidagicha ko‘rinishga ega:



2-jadval. Kaminskiy bo‘yicha psixodiagnostik tekshiruv sxemasi.

Izoh: Anamnez metodi (grekcha. anamnesis – “eslash”) - retrospektiv kuzatish turlaridan biri. Hodisalar haqidagi ma’lumotlar odamlar o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rovlar yordamida to‘planadi. Turli usullar bilan olingan inson haqidagi ma’lumotlarni birlashtirish. Maqsad - samarali ishni tashkil etish. https://ru.wikipedia.org/wiki/Анамнестический_метод

“Psixodiagnostik tekshiruv dasturi”ning asosiy qismi nazariy-metodologik va protsessual (jarayonli) bo‘limlarga ajratiladi.

Nazariy-metodologik dastur bo‘limi quyidagi pozitsiyalarni o‘z ichiga oladi:

- muammoning qo‘yilishi, tadqiqot obyekti va predmetini aniqlash;
- tadqiqotning maqsadi va vazifalarini belgilash;
- tadqiqot obyekti tizimli tahlili;
- tadqiqot mavzusining konseptual tahlili, shu jumladan, tadqiqot mavzusini tavsiflovchi asosiy tushunchalarni aniqlashtirish va talqin qilish;
- ishchi farazni ilgari surish ya’ni tekshirilayotgan psixik hodisaning sabablari va mohiyati, mumkin bo‘lgan psixologik tashxis haqida taxminlar.

Protsessual (jarayonli) dastur bo‘limi quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

- psixodiagnostik tekshiruv o‘tkazishning prinsipial strategik rejasi;
- psixodiagnostik tekshiruvning asosiy usullari, metodikalarini tavsiflash, zarur hollarda original metodikalarni ishlab chiqish va asoslash;
- asosiy usullar va metodikalarning tadqiqotchi tomonidan aprobatsiyadan o‘tkazilganligi to‘g‘risidagi ma’lumotlar (o‘z-o‘ziga tashxis qo‘yish, shuningdek, tajriba (sinov) psixodiagnostik tekshiruv o‘tkazish asosida);
- olingan ma’lumotlarni tahlil qilish va tatbiq qilish bo‘yicha asosiy yondashuvlarni bayon qilish;
- psixologik tashxisni shakllantirish tamoyillari (u keyingi rivojlanish prognozini ham o‘z ichiga olishi kerak). [4; 13-14 betlar]

Sportda psixodiagnostika - bu sportning muhim sifatlaridan biri bo‘lib, sportchilarning individual xususiyatlari, psixologik holatlari, musobaqalarga tayyorgarligini o‘rganish va baholashdir. Sport faoliyatini psixologik ta’minlashning har bir bosqichida psixodiagnostika o‘z

mazmuni bilan tavsiflanadi. Sportda psixodiagnostikadan foydalanish uning professional faoliyatning alohida turi sifatida shakllanishi va rivojlanishiga xizmat qiladi. [5; 66-bet]

Psixodiagnostik tadqiqot yosh xususiyatlariga, u yoki bu yosh davri uchun yetakchi faoliyat turining ta’siriga, individual–tipologik tavsifnomalarning taraqqiyot darajasiga bog‘liq bo‘ladi.

Psixodiagnostika bilan shug‘ullanuvchi psixolog nafaqat u yoki bu psixodiagnostik metodikani amalda qo‘llash texnikasini bilishi, balki ularning qanday nazariy asosda vujudga kelganini ham egallashi zarur. Psixodiagnostika mutaxassisi kerak bo‘lgan paytda o‘zi metodikalar ishlab chiqishi, metodikalarni modifikatsiya (moslashtirish) qilishni, ularning validligi va ishonchliligini ilmiy asosda baholash usullarini, o‘tkazilgan metodika natijalarini interpretatsiya qila olishni bilishi talab etiladi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Mashg‘ulot jarayonini psixologik ta’minlash yo‘nalishning maqsadi sportchining mashg‘ulot faoliyati muvaffaqiyatini ta’minlaydigan psixologik shart-sharoitlarni yaratishdan iborat. Sportchilarni psixodiagnostik tahlil qilish esa quyidagi mashg‘ulot va musobaqa jarayoni muvaffaqiyatini ta’minlovchi psixik jarayonlar, psixologik holatlar, individual xususiyatlar kabi muhim sifatlarni rivojlantirishga yordam beradi. Qolaversa, sportchilarda mashg‘ulot, musobaqa oldi (musobaqa) va musobaqadan so‘ng kuzatiladigan qo‘rquv, xavotir, stress, affekt kabi psixologik holatlarni chuqur kuzatish hamda psixokorreksiya ishlarini tashkil etish muhim ahamiyatga egadir.

Sport faoliyatining psixologik tuzilmasini shakllantirish quyidagi yo‘nalishlarni o‘z ichiga oladi:

Sport faoliyatida psixodiagnostikaning umumiy tamoyillari:

1. Muayyan sport turida muvaffaqiyatni ta’minlovchi psixik jarayonlar rivojlanishining dastlabki darajasini aniqlash;
2. Shug‘ullanuvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini aniqlash (xarakteri, temperamenti, qobiliyatlari);
3. Mashg‘ulot va musobaqa jarayonida sportchilarning psixologik holatlarini kuzatish va tahlil qilish (ustuvor va dolzarb);
4. Murabbiy va sportchilar o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar xarakterini o‘rganish.
5. Sportchilarni bo‘ljak musobaqalarga tayyorlashning psixologik mexanizmlarini o‘rganish.

Psixodiagnostika amaliyotining umumiy ko‘rinishi quyidagi shaklda namoyon bo‘lishi mumkin:

1. Sportchining sport faoliyatini dastlabki o‘rganish (kuzatish, suhbat usuli yordamida);
2. Sportchida psixodiagnostika amaliyotini o‘tkazish zarurati borasida murabbiy bilan suhbat qilish;
3. Psixodiagnostika farazlarini shakllantirish va vazifalarni belgilash;
4. Psixodiagnostika usullarini tanlash va dasturini ishlab chiqish;

5. Psixodiagnostika amaliyotini tashkil etish.

Tashxis natijalari bo‘yicha murabbiyga quyidagi tavsiyalar beriladi:

1. Sport jamoasida sportchilar bilan tarbiyaviy ishlarni olib borish;
2. Sport jamoasida o‘zaro munosabatlarni boshqarish va hamkorlik qilish;
3. Sportchining jismoniy va psixologik holatini inobatga olgan holda mashg‘ulot yuklamalari hajmini (sport mashqlari) rejalashtirish;
4. Sport musobaqalari jarayonida sportchiga yordam beradigan muhim qarorlarni qabul qilish;
5. Sport musobaqalarida ishtirok etgan sportchilarni qayta tiklanish bosqichlarini (jimoni va psixologik) tashkillashtirish.

XULOSA

Bugungi kunga kelib zamonaviy sport faoliyatida yuqori texnik, taktik, jismoniy tayyorgarlikdan tashqari, sport karyerasining dastlabki bosqichlaridan boshlab yosh sportchilarni sifatli psixodiagnostik tahlil qilish va eng yaxshi natija uchun murabbiy bolaning individual psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda, yuklamalarni taqsimlashda ijodiy yondashuvni talab qiladi.

Bizning fikrimizcha, mashg‘ulot va musobaqa jarayonida sportchi xulqida turli o‘zgarishlarning namoyon bo‘lishi psixodiagnostikani qo‘llash zaruratini yuzaga keltiradi. Jumladan, sport faoliyatida psixodiagnostikani qo‘llashning besh asosiy yo‘nalishini farqlash mumkin:

1. Sportga endi qadam qo‘yayotgan yoshlarning qaysi sport turi bilan shug‘ullanishi maqsadga muvofiqligini aniqlash;
2. Sport jamoasi tarkibi (asosiy va zaxira)ga bir xil yuqori darajali malakaga ega bo‘lgan sportchilarni tanlash;
3. Sport musobaqalarida kuch, shijoat va jamoaviy jipslikni namoyon qiladigan sport jamoasini shakllantirish;
4. Sport musobaqalarida sportchining muvaffaqiyatli qatnashishida murabbiy va boshqa sportchilarning ta’sirini o‘rganish;
5. Sportchilar jamoasida ijobiy “psixologik iqlim”ni yaratish.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Jalilova S.X, G‘ayibova N.A. Umumiy psixodiagnostika. -T.: «Fan va texnologiya», 2018, 260 bet.
2. Rasulov A.I. Psixodiagnostika. O‘quv-metodik qo‘llanma. Toshkent-2009. 164 bet.
3. Nishanova Z., Qurbonova Z., Abdiev S. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya: O‘quv qo‘llanma. O‘z R Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi. -T.: «Tafakkur-Bo‘stoni». 2011, 304 bet.

4. Рогалева Л.Н, Дубинкина Ю.А. Психодиагностика в спорте: учебное пособие / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2022. – 84 с.

5. Огородова Т.В. Психология спорта: учеб. пособие / Яросл. гос. ун-т им. П.Г. Демидова. – Ярославль: ЯрГУ, 2013. – 120 с.