



UDK: 37.015.3

ORCID: 0009-0009-0162-5719

FUTBOL MAKTABLARIDA SPORT VA SOG'LOMLASHTIRISH TADBIRLARINING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Nazarov Rustam Nurali o'g'li
O'zDJTSU, o'qituvchi
Rustamjon9426@gmail.com

Annotatsiya. Ma'naviy - ma'rifiy tadbirlarning tarbiyaviy salohiyati va ularni yosh sportchilarni tayyorlash jarayoni bilan uyg'unlashtirish uslubiyati mamlakatimiz ilm-fanida tadqiq qilinmagan. Bu muammoni hal qilish zarurati mavzuning nechog'li dolzarbligini ko'rsatadi. Yoshlar ongida yuksak ma'naviy-axloqiy qadriyatlarni shakllantirish, bir tomondan, ularning kamol topishiga xizmat qilsa, ikkinchi tomondan, mamlakatdagi ma'naviy-ruhiy iqlimni sog'lomlashtirish va aholining jipsligini ta'minlashga ko'maklashadi.

Kalit so'zlar. Ma'naviy - ma'rifiy, axloq, jismoniy tarbiya, sport, ruhiy barqarorlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ФУТБОЛЬНЫХ ШКОЛАХ

Аннотация. Воспитательный потенциал духовно - просветительской деятельности и методика их сочетания с процессом подготовки юных спортсменов не исследованы в отечественной науке. Необходимость решения этой проблемы показывает, насколько актуальна тема. Формирование в сознании молодежи высоких духовно-нравственных ценностей, с одной стороны, служит их созреванию, а с другой- способствует оздоровлению духовно-нравственного климата в стране и обеспечению жизнедеятельности населения.

Ключевые слова. духовно - просветительская, нравственная, Физкультурная, спортивная, психическая устойчивость.

THE PSYCHOLOGICAL SIGNIFICANCE OF SPORTS AND HEALTH PROGRAMS IN FOOTBALL SCHOOLS.

Annotation. The educational potential of spiritual and educational activities and the methodology for harmonizing them with the process of training young athletes have not been studied in the science of our country. The need to solve this problem indicates how relevant

the topic is. The formation of high spiritual and moral values in the minds of young people, on the one hand, serves their maturation, and on the other hand, promotes the recovery of the spiritual and spiritual climate in the country and ensuring the ripeness of the population.

Keywords. spiritual-educational, moral, physical education, sports, mental stability.

Dolzarbligi. O‘zbekistonda o‘tkazilayotgan chuqur ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy islohotlar yoshlarning, ayniqsa, sportchi yoshlarning, yuksak ma‘naviy-axloqiy qadriyatlar ruhida tarbiyalanishini taqozo qiladi.

Yosh futbolchilarni jismoniy hamda ma‘naviy-ahloqiy tarbiyalash maqsadida futbol maktablarida o‘tkaziladigan ma‘naviy-ma‘rifiy va sport va sog‘lomlashtirish tadbirlarini tadqiq etishning dolzarbligi ular bajaradigan funksiyalar bilan ham bog‘liq. Bugungi kunda futbol maktablarida ma‘naviy - tarbiyaviy ishlar, sport va sog‘lomlashtirish tadbirlari ko‘plab o‘tkaziladi. Shunga qaramay, amalga oshirilayotgan tarbiyaviy ishlar hamma joyda ham kutilganicha natija beryapti, deb bo‘lmaydi. Bunday holat ma‘naviy-axloqiy tarbiyada ma‘naviy-ma‘rifiy hamda sport va sog‘lomlashtirish tadbirlaridan foydalanish uslubiyati yetarli darajada tadqiq etilmagani bilan ham bog‘liq.

Futbol maktablarining aksariyatida ma‘naviy - ma‘rifiy tadbirlarga tarbiyaning qo‘shimcha vositasi sifatida qaraladi. Ayni paytda, ma‘naviy - ma‘rifiy tadbirlarning tarbiyaviy salohiyati va ularni yosh sportchilarni tayyorlash jarayoni bilan uyg‘unlashtirish uslubiyati mamlakatimiz ilm-fanida tadqiq qilinmagan. Bu muammoni hal qilish zarurati mavzuning nechog‘li dolzarbligini ko‘rsatadi.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. Mustaqillik yillarida yosh sportchilarni tayyorlash, ularni ma‘naviy-ahloqiy tarbiyalash va bunda ma‘naviy - ma‘rifiy hamda sport va sog‘lomlashtirish tadbirlarining tarbiyaviy salohiyatiga bag‘ishlangan bir qator ilmiy-tadqiqot ishlari amalga oshirildi.

Shu maqsadda jismoniy tarbiya va sport sohasida ilmiy tadqiqotlar olib borayotgan Mahkamov U.³, Nasriddinov F.N., Shaternikov E.K.⁴, Usmonxo‘jaev F.S., Xo‘jaev F.⁵, Xalmuxamedov R.D.⁶, Yarashev K.D.⁷ kabi sport mutaxassislari tomonidan yosh sportchilarni tayyorlash jarayoni samaradorligini oshirish muammolari tadqiq etilgan. Faylasuf olimlardan

³Маҳкамов У. Ўқувчиларнинг ахлоқий маданиятини шакллантириш муаммолари. - Т.: “Фан”, 1995.

⁴Насриддинов Ф.Н., Шатерников Э.К. Инсон омилини шакллантиришда жисмоний тарбия ва спорт. –Т.: 1999.

⁵ Усмонхўжаев Ф.С. Хўжаев Ф. Ҳаракатли ўйинлар. Т.: Ўқитувчи.1992.

⁶ Халмухамедов Р.Д. Бокс. Ўқув қўлланма.Т.: “Lider-Press”,2008.

⁷ Ярашев К.Д. Оммавий соғломлаштирувчи жисмоний тарбия ва халқ миллий ўйинлари бўйича мутахассислар тайёрлаш масалалари. Моног., -Т.: ЎзДЖТИ нашр.1997. Ярашев К.Д. Жисмоний тарбия ва спортни бошқариш. Дарслик. –Т.: Ибн Сино, 2002.

M.Imomnazarov⁸, Q.Nazarov⁹, A.Begmatov,¹⁰ A.Umarov¹¹, N.Jo‘raev¹² va boshqalar inson kamolotining ma‘naviy asoslari, milliy g‘oya va mafkura, milliy va umuminsoniy qadriyatlar, milliy mentalitet, millat sha‘ni, axloq, mustaqillik va ma‘naviyat kabi masalalarni atroflicha tadqiq etganlar.

M.Ochilov¹³, O.Musurmonova¹⁴, S.Nishonova¹⁵, U.Mahkamov¹⁶, S.Ochil¹⁷, B.Ziyomammedov, Sh.Abdullaeva¹⁸, Z.Ismoilova¹⁹ Singari pedagog-murabbiy-olimlarning ilmiy tadqiqotlarida bolalarni ma‘naviy-axloqiy tarbiyalash, o‘quvchilarning ma‘naviy madaniyatini shakllantirish, pedagog-murabbiy fikr taraqqiyotida komil inson g‘oyasi, ta‘lim muassasalarida ta‘lim va tarbiyani samarali tashkil etish kabi masalalar ilmiy-nazariy jihatdan tadqiq etilgan.

Biroq, yosh sportchilarni tarbiyalash, ularni ma‘naviy jihatdan yetuk, Vatan ravnaqi uchun mas‘uliyatni o‘z zimmasiga ola oladigan shaxslar etib tarbiyalashga bag‘ishlangan ko‘plab tadqiqotlar ichida sportchilarni tayyorlash, ularni ma‘naviy-ahloqiy tarbiyalash va bunda ma‘naviy - ma‘rifiy hamda sport va sog‘lomlashtirish tadbirlarining tarbiyaviy ahamiyati, ular samaradorligini oshirish omillari hanuzgacha maxsus o‘rganilmagan.

Tadqiqotning ob‘ekti. Futbol maktablarida o‘tkazilayotgan sport va sog‘lomlashtirish tadbirlarining yosh sportchilarni tarbiyalashdagi samaradorligiga ta‘sir o‘tkazuvchi omillar.

Tadqiqotning predmeti. Yosh sportchilarni sport va sog‘lomlashtirish tadbirlari orqali ma‘naviy-axloqiy tarbiyalash samaradorligini oshirishga xizmat qiladigan omillarning harakat qilish mexanizmlari hamda xususiyatlarini o‘rganish.

Tadqiqot metodlari. Futbol maktablarida o‘tkaziladigan sport va sog‘lomlashtirish tadbirlari orqali ma‘naviy-ahloqiy tarbiya jarayonini tashkil etish va boshqarish uslubiyatini o‘rganishga xolislik, hayotiylik, haqqoniylik, tarixiylik, ilmiylik tamoyillari asosida yondashish bitiruv malakaviy ishining nazariy-metodik negizini tashkil etdi. Shuningdek, tadqiqot jarayonida kuzatish, qiyoslash, suhbat, so‘rov, analiz, sintez, induksiya va deduksiya usullaridan keng foydalanildi.

Milliy tarbiyaning eng muhim shakllaridan biri jismoniy tarbiya hisoblanadi. Jismoniy tarbiya – pedagog-murabbiy jarayon bo‘lib, inson organizmini morfologik va funksional jihatdan takomillashtirishga, uning hayoti uchun muhim bo‘lgan asosiy harakat malakasini,

⁸ Имомназаров М. Миллий маънавиятимиз асослари : Ўқув қўлланма. –Т.: Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти нашриёти, 2006.

⁹ Назаров Қ. Аксиология. Қадриятлар фалсафаси. – Т.: “Маънавият”, 1998.

¹⁰ Бегматов А. Ўзбекистон халқи маънавияти. (Ўқув қўлланма). Т.: 1995.

¹¹ Умаров А. ва бошқ. Ўзбек миллий ҳаракатли ўйинлари: Методик қўлланма. – Наманган, 1996.

¹² Жўраев Н. Ғоявий иммунитет ёки маънавий ҳалоскорлик туйғуси. – Т.: “Ўзбекистон”, 2001.

¹³ Очилов М. Янги педагогик технологиялар. (Ўқув қўлланма). Қарши, “Насаф”, 2000.

¹⁴ Мусурмонова О. Маънавият қадриятлар ва ёшлар тарбияси. Умумтаълим мактаблари учун. - Т.: “Ўқитувчи”, 1996.

¹⁵ Nishonova S. Komil inson tarbiyasi. -Т.: “Istiqlof”, 2003.

¹⁶ Маҳкамов У. Ўқувчиларнинг ахлоқий маданиятини шакллантириш муаммолари. - Т.: “Фан”, 1995.

¹⁷ Сафо Очил. Мустақиллик маънавияти ва тарбия асослари. - Т.: “Ўқитувчи”, 1997.

¹⁸ Зиёмуҳаммадов Б., Абдуллаева Ш. Педагогика. – Т.: “Ўзбекистон миллий энциклопедияси”, 2000.

¹⁹ Исмоилова З.К. Миллий ғоя ва маънавий-ахлоқий тарбия. (Ўқув-услубий қўлланма). - Т.: “Молия”, 2007.

mahoratini, ular bilan bog‘liq bo‘lgan bilimlarni shakllantirish va yaxshilashga qaratilgan. Mana shu ta’rifda jismoniy tarbiyaning insonni tarbiyalashning mustaqil turi sifatidagi o‘ziga xosligi ta’kidlab o‘tilgan.

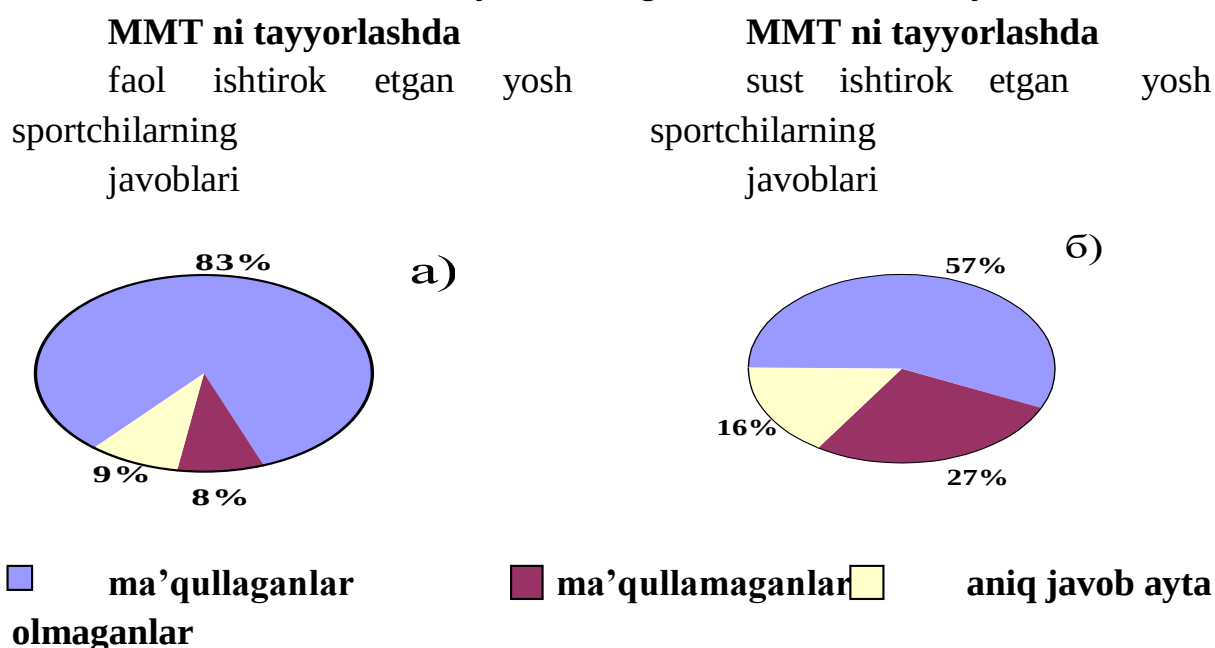
Jismoniy tarbiyaga oid bo‘lgan bu o‘ziga xoslikning tarkibida ikkita alohida ma’noga ega bo‘lgan “jismoniy bilim” va “jismoniy sifatlarni rivojlantirish” deb atalgan tushuncha yotadi.

Futbol maktablarida madaniy-ma’rifiy tadbirlarni tashkil etishda quyidagi jihatlarga rioya qilish maqsadga muvofiq:

- madaniy-ma’rifiy tadbirlarda yuqori interaktivlikka erishish;
- o‘zini o‘zi tarbiyalash jarayonini tashkil etish;
- tadbirga kompleks yondashish;
- tadbirning ma’naviy-axloqiy, milliy, tarbiyaviy ruhda bo‘lishi;
- inson va jamiyat manfaatlariga uyg‘unligi va h. k.

Yuqorida bayon qilinganlardan kelib chiqib, yosh sportchilar tayyorlash va o‘tkazishda faol ishtirok etgan tadbirlar va ishtirok etmagan tadbirlar natijalarini eksperiment tariqasida qiyosladik. Mavzuli kechalarning ssenariysini, o‘tkaziladigan joyni tayyorlash, repetitsiyalar o‘tkazishda, tomoshabinlarni taklif qilishda faol ishtirok etgan MMTlarning yosh sportchilarga ta’siri juda yuqori bo‘ldi. Bu natijalar 3.1a - rasmda aks ettirilgan. Yosh sportchilar sust ishtirok etgan kechalarning ta’siri esa mutlaqo boshqacha bo‘ldi. Bu holat 3.1b - rasmda aks ettirilgan.

Yosh sportchilarning o‘tkazilgan kechaga munosabatini aniqlash uchun ularga ikki savol bilan murojaat qildik: 1. Siz mavzuli kechani tayyorlash va tashkil qilishda ishtirok etdingizmi? 2. Mavzuli kecha sizga ma’qul bo‘ldimi? Eksperiment jarayonida jami 3 mavzuli kecha kuzatildi. Jami 75 nafar tarbiyalanuvchiga savollar bilan murojaat etildi.



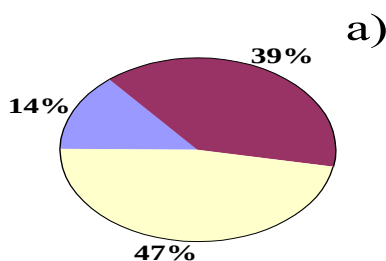
3.1-rasm. Mavzuli kechalar haqidagi javoblar.

Rasmlardan ko‘rinib turganidek, mavzuli kechalarni tayyorlash va o‘tkazishda ishtirok etgan yosh sportchilarning 83 foizi bu tadbirni ma’qullagan.

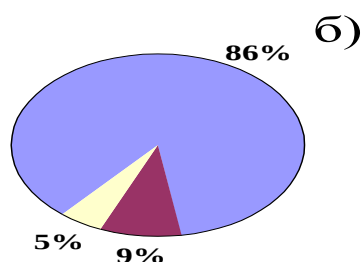
Kechani tayyorlashda sust ishtirok etgan yosh sportchilarning esa 57 foizi tadbirni ma’qullagan. Kechani tayyorlashda ishtirok etgan sportchilardan 8 foiziga tadbir yoqmagan bo‘lsa, uni tayyorlashda sust ishtirok etgan sportchilarning 27 foiziga bu tadbir ma’qul kelmagan. Aniq javob ayta olmaganlar ulushi esa mutanosib tarzda 9 va 16 foizni tashkil qilgan.

Biz tajriba tariqasida “Yangi yil” munosabati bilan sport maktabida o‘tkazilgan sport bellashuvlarini kuzatdik. Bu bellashuvlarning o‘ziga xos xususiyati shundaki, ularni tayyorlashda tarbiyalanuvchilardan ko‘pchiligi ishtirok etadi. Bu tadbirning yosh sportchilarga ta’siri ko‘proq ular o‘qiyotgan sinf yoki ular a’zosi sanalgan jamoaning g‘olib chiqishi yoki mag‘lub bo‘lishiga bog‘liq ekan. Bu holatni 3.2.a- va 3.2.b-rasmlarda ko‘rish mumkin.

**Mag‘lub sinf yoki jamoa
a’zolarining javoblari**



**G‘olib sinf yoki jamoa
a’zolarining javoblari**



■ **ma’qullaganlar** ■ **ma’qullamaganlar** ■ **aniq javob ayta olmaganlar**

3.2-rasm. O‘tkazilgan sport bellashuvlari haqidagi javoblar.

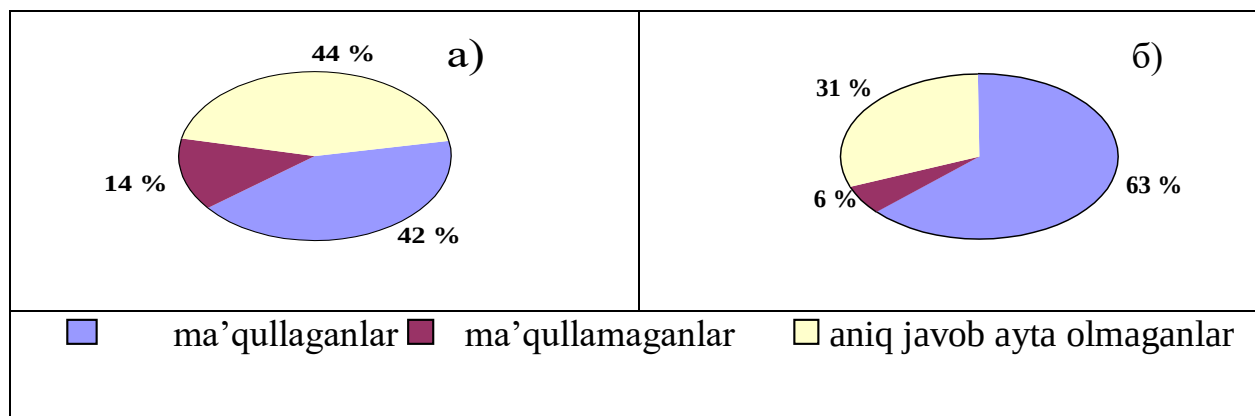
Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib, mavzuli kechalar yosh sportchilarni tarbiyalashda, ular qalbiga vatanparvarlik ruhini singdirishda eng samarali shakllardan biri, deyish mumkin.

Yosh sportchilarni ma’naviy-ahloqiy tarbiyalashda sport maktablari hamda madaniy-ma’rifiy muassasalar o‘rtasidagi hamkorlik ham bu jarayon samaradorligi uchun keng imkoniyatlar yaratadi.

Bayram tadbirlarida ishtirok etgan talaba-yoshlarga “Siz bayram tadbirini tayyorlashda ishtirok etdingizmi yoki yo‘qmi?”, “Sizga o‘tkazilgan tadbir yoqdimi yoki yoqmadimi?” degan savollar bilan murojaat qildik. O‘tkazilgan bu tajribamiz ham mavzuli kechalar haqidagi tajribaga yaqin natijalarni ko‘rsatdi.

Bayramlarga bag‘ishlangan tantanali tadbirlarning yosh sportchilarga ko‘rsatadigan ta’siridagi o‘ziga xos yana bir jihat shundan iboratki, badiiy qismi bo‘lmagan tantanali tadbirlar bilan badiiy qismi bo‘lgan tadbirlarning ta’siri turlicha bo‘ldi. Bayramlarni o‘tkazishdagi bu ikki xil tartibning ta’siri 3.3.a- va 3.3.b-rasmlarda aks ettirilgan.

Badiiy qismi bo‘lmagan bayramlarga bag‘ishlangan tantanali tadbirlar haqidagi javoblar	Badiiy qismi bo‘lgan bayramlarga bag‘ishlangan tantanali tadbirlar haqidagi javoblar
---	---



3.3.-rasm. Bayramlar haqidagi fikrlar.

Rasmlardan ko‘rinib turganidek, badiiy qismi bo‘lmagan bayramlarga bag‘ishlangan tantanali tadbirlarni yosh sportchilarning 42 foizi ma’qullagan, 14 foizi aniq javob ayta olmagan, 44 foizi ma’qullamagan.

Badiiy qismi bo‘lgan bayramlarga bag‘ishlangan tantanali tadbirlarni yosh sportchilarning 63 foizi ma’qullagan, 31 foizi aniq javob ayta olmagan, 6 foizi ma’qullamagan.

XULOSA

Futbol maktablarida ma’naviy-ahloqiy tarbiya jarayonini tashkil etish va boshqarishning samarali usullarini o‘rganish ma’naviy-axloqiy tarbiya jarayonida mavzuli kechalar, ekskursiyalar hamda milliy bayramlarning o‘rni va roli kattaligini ko‘rsatdi. Ma’naviy-ahloqiy tarbiya jarayonini tashkil etish va boshqarishning nazariy asoslarini o‘rganish jarayonida o‘rganilgan bilimlar quyidagi xulosalarni chiqarish imkoniyatini berdi:

Mamlakatimizda ma’naviy-ruhiy iqlimni sog‘lomlashtirish va aholining jipsligini ta’minlash, yoshlar ongida yuksak ma’naviy-axloqiy qadriyatlarni shakllantirish zaruriyati ma’naviy-axloqiy tarbiya masalasiga alohida e’tibor berishni taqozo etdi. Chunki, yoshlarimiz doimiy ravishda o‘z vaqtlarini sport mashg‘ulotlariga sarflashlari uchun nafaqat jismoniy balki, ma’naviy jihatdan ham yetuk bo‘lishlari kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Jo‘raev N. G‘oyaviy immunitet yoki ma’naviy haloskorlik tuyg‘usi. – T.: “O‘zbekiston”, 2001.
2. Ziyomuhammadov B., Abdullaeva Sh. Pedagog-murabbiyika. – T.: “O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi”, 2000.
3. Imomnazarov M. Milliy ma’naviyatimiz asoslari : O‘quv qo‘llanma. –T.: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2006.
4. Ismoilova Z.K. Milliy g‘oya va ma’naviy-axloqiy tarbiya. (O‘quv-uslubiy qo‘llanma). - T.: “Moliya”, 2007.
5. O‘zbek xalq o‘yinlarining tarbiyaviy ahamiyati. - T.: O‘qituvchi. 1992.
6. Karabaev U. Etnokultura: (Traditsionnaya narodnaya kultura). - T.: “Sharq”, 2005.
7. Komilov N. Komil inson – millat kelajagi.- T.: O‘zbekiston, 2001.

8. Milliy istiqlol g‘oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar. –T.: “O‘zbekiston”, 2001.
9. Ozolin N.G. Sovremennaya sistema sportivnoy trenirovki. M.: 2002.
10. Rustamova R.Sh., Begmatov A.S. Milliy g‘oya targ‘iboti va madaniy-ma‘rifiy tadbirlar. Risola. - T.: “Ma‘naviyat”, 2007.
11. Safo Ochil. Mustaqillik ma‘naviyati va tarbiya asoslari. - T.: “O‘qituvchi”, 1997.
12. Fizicheskaya kultura studenta. Pod.red. V.I. Ilinicha M. Gardariki 2002 g.
13. Xalmuxamedov R.D. Boks. O‘quv qo‘llanma. T.: “Lider-Press”, 2008.
14. Yarashev K.D. Ommaviy sog‘lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya va xalq milliy o‘yinlari bo‘yicha mutaxassislar tayyorlash masalalari. Monog., -T.: O‘zDJTI nashr. 1997.
15. Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish. Darslik. –T.: Ibn Sino, 2002.
16. Qoraboev U. Madaniy tadbirlar. (Madaniy hordiq nazariyasi va amaliyoti fani bo‘yicha o‘quv qo‘llanma). - T.: Toshkent kartografiya fabrikasi, 2003.
17. Qosimbekov Z.T. Yosh sportchilarni tayyorlash (boks, kikboksing, muaytay). T.: 2008.