

СПОРТ ФАОЛИЯТИНИ ЎРГАНИШНИНГ ПСИХОЛОГИК ТАҲЛИЛИ

Тошболтаева Нодира Иброхимжоновна

Жисмоний тарбия ва спорт бўйича мутахассисларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш институти ўқитувчиси

Аннотация: Ушбу мақолада жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланиш тўғрисида алломаларнинг қарашлари тўғрисида маълумотлар келтирилган. Спорт фаолияти давомида шахс мустақил фикрлай оладиган, психологик хусусиятлари тарбияланиб боради. Шу билан бирга ирода кучи ривожланади. Мотивлар кураши давомида тўғри қарорлар қабул қилади.

Калит сўзлар ва иборалар: спорт фаолияти, тарбия психологияси, ҳуққ-атвор, алломалар талқини, мотив, билиш жараёнлари, индивидуал хусусиятлар, ўзлаштириш, маҳоратли машқлар.

Аннотация: В данной статье представлена информация о взглядах ученых на социальное воспитание и спорт. В ходе занятий спортом человек может самостоятельно мыслить и воспитываются его психологические качества. Параллельно развивается сила воли. Он принимает правильные решения во время борьбы мотивов.

Ключевые слова и фразы: спортивная деятельность, педагогическая психология, поведение, интерпретация знаний, мотивация, познавательные процессы, индивидуальные особенности, мастерство, упражнения на мастерство.

Abstract: This article provides information on the views of scholars on social education and sports. In the course of sports activities, a person can think independently and his psychological characteristics are cultivated. At the same time, willpower develops. He makes the right decisions during the struggle of motives.

Key words and phrases: sports activity, educational psychology, behavior, interpretation of knowledge, motivation, cognitive processes, individual characteristics, mastery, mastery exercises.

Жисмоний тарбия бўйича олинадиган маълумот – инсон томонидан ўз ҳаракатларини бошқариш соҳасидаги рационал усулларни тартибли равишда ўзлаштириб олиниши ҳаётда зарур бўлган ҳаракатли машқлар маҳоратини, малакасини ҳамда улар билан боғлиқ бўлган билимларни эгаллаб олиниши, ҳаракатларга ўргатишнинг асосий мазмунини ташкил этади.

Мулла Холмуҳаммад XIX асрнинг машҳур полвонларидан бири бўлган Аҳмад Дониш «Бухородан Петербургга саёҳат» асарида (1960 йил, Душанбе, 259 бет) Мулла Холмуҳаммадни улкан келбатли одам сифатида таърифлайди. Донишнинг ёзишича, яна Бухоролик Шуқурбек номли одам ҳам ўз даврининг паҳлавонларидан бири

ҳисобланган. Донишнинг бу ва бошқа жисмоний тарбияга оид хотираларидан келиб чиқиб айтиш мумкинки, Ўрта Осиё халқларининг физкультура тарихи ўтмиш даврларни ҳам ўз ичига олади.

Асарнинг «ҳунармандчилик ва ўқув машғулотлари фойдаси хусусида болаларга ўғитлар» қисмида ҳунармандчилик, география, адабиёт, она тили билан бир қаторда аллома жисмоний чиниқишга ҳам катта эътибор бериб ўтади.

А.Донишни болаларга ақлий тарбия бериш жисмоний тарбия билан қўшиб олиб борилиши лозимлигини қатъий қилиб қўяди. Жумладан у болаларни ҳарбий ишга тайёрлаш, ўқитиш тўғрисида ҳам гапириб ўтади¹³⁴.

Хоразмлик Паҳлавон Маҳмуд XIII асрнинг иккинчи ярми ва XIV асрнинг бошларида яшаган. Маҳмуд ёшлигиданоқ жисмоний бақувват бўлиб етишади, полвонлик билан шуғулланади ва унинг сирларини яхши ўрганиб олади. Паҳлавон маҳмуд кўпгина юртларга саёҳат қилган бўлиб, у Эронда, Ҳиндистонда ва бошқа Шарқ мамлакатларида бўлади. Ўрта Осиё бўйлаб юрган ва ҳамма ерда полвонлар билан кураш тушган. Лекин ҳеч қаерда: на ўз Ватанида ва на хорижда унинг кураги ерга теккан эмас. Паҳлавон маҳмуднинг номи кўпгина афсона ва ривоятлар билан боғлиқ. Бу афсоналарда халқ ўзининг полвонига бўлган муҳаббатини, ҳурматини ифода этган. Шунинг учун ҳам халқ баходир фақат кучли киши эмас, балки, ҳаққоний киши ҳамдир.

Ана шундай ривоятлардан бири Маҳмуднинг Ҳиндистонликлар сафида туриб, Ҳиндистон душманларига қарши жанг қилганлиги ҳақидадир. Жанг пайтида у ўз ҳаётини хавф-хатарга қўйиб раджа Рай Ропой Чунни ўлимдан сақлаб қолади. Миннатдор бўлган раджа полвонга ҳокимлик мансабини ва бир мунча бойлик таклиф қилади. Лекин Маҳмуд ҳеч нарса олмайди. Аммо у раджадан, агар мумкин бўлса, мукофот эвазига ўн минг хоразмлик бандиларни озод этишни илтимос қилади. Хоразмлик полвоннинг олижаноблигига қойил қолган раджа полвоннинг илтимосини бажо келтиради. Паҳлавон Маҳмуд фақат курашчи-полвонгина эмас, балки шоир, мутафаккир, ҳар жиҳатдан етук киши бўлган. Унда юксак маданиятлилик, инсонпарварлик ва жисмоний камолот мужассамлашган эди.

Шеърят мулкининг султони Алишер Навоий оқиллик, ахлоқийлик, саломатлик ҳақида фақат шеър битиб қолмасдан, балки халқнинг соғлиғи ҳақида қайғуриб беморларга дори-дармон билан эмас, балки жисмоний машқлар ёрдамида ва дарс бериш билан шуғулланадиган «Дору-шифо» («Даволаш ўйи»)ни қурдирди.

Буюк бобомиз Навоийнинг: «Одам учун доим ҳаракатда бўлиш ҳаётликдан асардир: жонсиз мавжудотлар – тириклик нишонасидан беҳабардир», деган ҳикматли сўзлари бугунги кунда ҳам қимматлидир. Дарҳақиқат ҳаракат, инсон ҳаётининг негизи эканлиги сир эмас.

¹³⁴ Ботиров Ш.А. Ўзбекистонда жисмоний тарбия тарихи. Т.: Ибн Сино номидаги нашриёт- матбаа бирлашмаси. 1993. 40-41 б.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Дистерверг А. Избранные педагогические сочинения. М.: Учпедгиз. 1956. С 79
2. Раҳимов С. Абу Али ибн Сино таълим ва тарбия ҳақида. 79-бет.
3. Ибн Сино Фалсафий қиссалар. Т.:Ўқитувчи. 1963 й
4. Ibrokhimjonovna T. N. PERSONAL EDUCATION AS A MAIN BASIS OF SOCIETY'S DEVELOPMENT //Academicia Globe: Inderscience Research. – 2021. – Т. 2. – №. 03. – С. 1-
5. Тошболтаева Нодира Иброхимжонова //Билиш жараёнлари риволанишида шахсни тараққий этиши// Journal of innovations in scientific and educationalresearch volume-2, Issue-13 (26-Desember).472-475 . 2022
6. Toshboltayeva Nodira Ibrohimjonovna //The importance of thinking IN the complex process of individual activity// International conference on Studies in Humanities, Education and Sciences.January 10 th,2022.69-70
7. Toshboltayeva Nodira Ibrohimjonovna. "Важные аспекты упражнений в умственной деятельности психологическая интерпретация." *INTERNATIONAL JOURNAL OF DISCOURSE ON INNOVATION, INTEGRATION AND EDUCATION* 1.5 (2020): 97-99.
8. Абдуллаева, А., & Тошболтаева, Н. (2023). ОНГ ВА ТАФАККУР БУЗИЛИШЛАРИ. *FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES*, 2(18), 21-26.
9. Abdullayeva, A.R. (2023). THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF THE FAMILY ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(3), 670-674.
10. Абдуллаева, А. (2023). ЁШЛАРНИ ОИЛАВИЙ ҲАЁТГА ТАЙЁРЛАШНИНГ ИЖТИМОИЙ-ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАРИ. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(30), 467-473.
11. Abdullaeva, A., & Rakhmonov, S. (2023). MANAGEMENT PSYCHOLOGY AND ITS RESEARCH METHODS. *Open Access Repository*, 4(3), 1449-1454.
12. А.Абдуллаева, С.Рахмонов //ОИЛАДА ТАРБИЯЛАНАЁТГАН ФАРЗАНДЛАРНИНГ ЖИНСГА ХОС ТАЪСАВВУРЛАРИНИ ШАКЛЛАНИШИДА ОТА-ОНА ТАЪСИРИНИ ИЖТИМОИЙ-ПСИХОЛОГИК АСПЕКТЛАРИ// Научный Фокус. Том 1. № 2, 2023. 1274-1281 стр.
13. Abdullaeva, A. (2021). PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE IMPACT OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN THE FAMILY ON THE CHILD'S PSYCHE. *Теория и практика современной науки*, (5), 3-6.
14. A.R.Abdullayeva //THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF THE FAMILY ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE// International Journal of Education, Social Science & Humanities. FARS Publishers. Volume-11. Issue3. 2023. 670-674 pages.

15. A.R.Abdullayeva //PSYCHOLOGICAL FACTORS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE IN THE FAMILY// ResearchJet Journal of Analysis and Inventions. Volume 4, Issue 3. March, 2023. 43-50 pages.

16. Абдулаева Арофат Рустамовна //ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ КАПИТАЛ В СИСТЕМЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО И МУНИЦИПАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ// Uzbek Scholar Journal. Volume-06, July, 2022. 26-29 pages.

17. А.Абдуллаева, Н.Тошболтаева //ОИЛА ВА НИКОҲ МУСТАҲКАМЛИГИНИ ТАЪМИНЛОВЧИ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР// INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION International scientific-online conference. 23 rd January, 2023. – Canada, Ottawa. 136-140 pages.

18. А.Абдуллаева, Н.Тошболтаева //ОИЛА ВА НИКОҲ МУСТАҲКАМЛИГИНИ ТАЪМИНЛОВЧИ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР// INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION. Vol. 2 No. 13, 2023. 129-133. pages.

19. Mirzajonova, E., & Masharipov, D. (2023). SURUNKALI O'SIB BORUVCHI RUXIY KASALLIKLAR. Евразийский журнал академических исследований, 3(5), 90-94.

20. Mirzajonova, E.T. (2023). INKLYUZIV TA'LIM OLAYOTGAN BOLALARNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARINI PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK O'RGANISH. INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM, 3(28), 185-192.

21. Mirzajonova, E.T. (2023). O'SMIR YOSHDAGI O'QUVCHILARDA AXBOROTDAN FOYDALANISH MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING ILMIY NAZARIY ASOSLARI. Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities, 11(3), 660-669.

22. Topvoldiyevna, M.E., & Adxam o'g'li, X. A. (2023). ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССОВ МЫШЛЕНИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities, 11(1), 217-225.

23. Мирзажонова, Э., & Хомидов, А. (2022). КОМПЛЕКСНОСТЬ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДОШКОЛЬНИКАМИ С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(4), 209-219.

24. Mirzajonova, E.T., & Toshmamat o'g'li, N. I. (2022). TALABALARNI VATANPARVARLIK TARBIYASI JAMIYAT HAYOTIYLIGINING AXLOQIY ASOSI SIFATIDA. IJODKOR O'QITUVCHI, 2(20), 82-85.

25. Mirzajonova, E.T. (2022). To study the practical problems of attention and memory processes in children with speech defects. Texas Journal of Multidisciplinary Studies, 9, 130-135.

26. Мирзажонова, Э., Хомидов, А., & Мамажонова, Г. (2022). АКТУАЛЬНОСТЬ ПЕРЕВОДА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДИК. O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 1(9), 201-207.

27. Зайнобиддинов, Ж. (2021). ИДЕНТИФИКАЦИЯ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ. In *ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ* (pp. 305-311).

28. Zaynobiddinov, D.K. (2021). Prevention of Diseases and Strengthening Through Physical Education Classes and Sport. *Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities*, 1(1.5 Pedagogical sciences).

29. Zaynobiddinov, S.Z., Mamatokhunov, Y.A., & Rakhmatulina, R. (2019). METHODOLOGY OF THE ORGANIZATION OF EDUCATIONAL AND METHODICAL ACTIVITIES OF PUPILS IN THE PROCESS OF FORMATION OF THEIR INDEPENDENCE AT PHYSICS LESSONS. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol*, 7(1).

30. Антонова, Н.В., Буюкс, Т.М., Ермолаева, Е.П., Зайнобиддинов, Ж.И., Заковоротная, М.В., Кузин АВ, К.Н.В., & Кузьмин АВ, О. РАЗДЕЛ 2. ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ.

31. Зайнобиддинов, Ж. (1989). Особенности влияния идентификации на формирование профессионально-педагогической направленности студентов. *Изд-во ЦКФЛРАО*.

32. Zaynobiddinov, D.K. (2021). REGULATION OF PHYSICAL LOADING IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS. *Journal of Central Asian Social Studies*, 2(02), 63-68.

33. Ж.Зайнобиддинов //IDENTIFICATION AND IMITATION ARE THE QUALITY OF MOTIVATION FOR CAREER CHOICE OF TEENAGERS// *American Journal of Interdisciplinary Research and Development*. Volume 17, June, 2023. 99-101.

34. Zaynobiddinov Jamoldin. (2023). THE ORIGIN OF STUDENTS WHO DO NOT LEARN AT SCHOOL DEPENDS ON SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS. *Uzbek Scholar Journal*, 13, 54-59.

35. Zaynobiddinov Jaloldin. (2022). STUDY OF NON-ASSIMILATING STUDENTS IN PSYCHOLOGICAL SOURCES IN FOREIGN LITERATURE *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(12), 1680-1685.

36. ЗАЙНОБИДДИНОВ ЖАЛОЛИДДИН //ИДЕНТИФИКАЦИЯ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ// ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ. Екатеринбург, 19 марта, 2021 года. 305-311 стр.

37. Ж.Зайнобиддинов //ИНКЛЮЗИВ ТАЪЛИМ ОЛАЁТГАН БОЛАЛАРНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИНИ ПСИХОЛОГИК ЎРГАНИШ// *INNOVATIVE ACHIEVEMENTS IN SCIENCE 2023: a collection scientific works of the International scientific conference*. 27 th June, 2023. Chelyabinsk, Russia: "CESS", 2023. Part 20. 1013-120.

38. Парпиева, О.Р., & Хайриллов, Х.И. (2023). АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УЧЕБНЫХ ИГР И СИМУЛЯЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ

ВРАЧЕЙ. *INTELLECTUAL EDUCATION TECHNOLOGICAL SOLUTIONS AND INNOVATIVE DIGITAL TOOLS*, 2(18), 124-128.

39. Parpieva, O.R. (2023). HEALTH IS THE HIGHEST VALUE. *Новости образования: исследование в XXI веке*, 1(11), 760-763.

40. G'anieva, X. (2023). SHAXS XULQ-ATVORINING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSLARI. *Евразийский журнал академических исследований*, 3(6 Part 3), 11-18.

41. G'aniyeva, X., & Ahmadjonov, N. (2023). KICHIK MAKTAB YOSHIGAGI O'QUVCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры*, 3(5), 166-172.

42. Xalimaxon G'anieva, Tojimamatov Jamshidbek //CHARACTER ACTENTATION IN ADOLESCENTS// *International Journal for Innovative Engineering and Management Research* Volume 10, Issue 04, Pages: 153-157.

43. H. Ganieva //SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF SELF-CONSCIOUSNESS OF STUDENTS// *EURASIAN JOURNAL OF ACADEMIC RESEARCH*. Vol. 2 No. 4 (2021) 190-193 page

44. Фаниева Халимахон Ахматхоновна //The Study Of Socio-Psychological Problem Of Loneliness// *Turkish Journal of Computer and Mathematics education* Vol.12 No.12 (2021), 2580-2590

45. Фаниева Халимахон Ахматхоновна //Талаба ёшларнинг ўз-ўзини англашни ижтимоий психологик механизмлари// *ЎЗМУ ХАБАРЛАРИ*. 2021 йил 1/3, 46-49 бетлар.

46. G'aniyeva Xalimaxon Akhmatxonovna //PSYCHOLOGICAL FUNDAMENTALS OF THE SOCIAL ENVIRONMENT IN PERSONAL DEVELOPMENT// *EURASIAN JOURNAL OF ACADEMIC RESEARCH* Volume1 Issue02, May 2021. 717-724 page

47. Ganieva Khalimakhon Akhmatkxonovna //PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF GENIOLOGY ASSIGNMENT IN YOUNG PEOPLE// *GALAXY INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL (GIIRJ)* Vol. 9, Issue 12, Dec.(2021) 335-337 page

48. Ganieva Khalimakhon Akhmatkxonovna, Tojimamatov Jamshid //PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SUICIDAL BEHAVIOR OF MINORS// *GALAXY INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL (GIIRJ)* Vol. 9, Issue 12, Dec.(2021) 1053-1058 page

49. Фаниева Халимахон Ахматхоновна, Ж.Тожимаматов //Ёшлар – янги Ўзбекистон, янги Ренессанс бунёдкорлари// “Ёшлар – янги Ўзбекистон, янги ренессанс бунёдкорлари” мавзусидаги илмий-амалий анжуман материаллари 2021 йил, 321-323 бетлар.

50. Усмонов, Ш.А., Закирова, М.С., & Нуриддинов, Р.С. Ў. (2021). ИЛК ЎСПИРИНЛИК ДАВРИДА АҚЛИЙ ҚОБИЛИЯТЛАРНИНГ ЭМПИРИК ТАҲЛИЛИ. *Современное образование (Узбекистан)*, (9 (106)), 12-16.

51. Закирова, М.С. (2021). РОЛЬ УЗБЕКСКИХ И РУССКИХ НАРОДНЫХ СКАЗОК В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА. *ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ*, 325.

52. Закирова, М., & Юлдашева, М. (2022). Феномен одиночества как индивидуальный человеческий капитал личности студентов. In *Человеческий капитал как фактор социальной безопасности* (pp. 87-92).

53. Zakirova, M., & Sobirov, D.A. (2021). PSYCHOLOGICAL IMAGE OF THE STUDENT GROUP. *IJTIMOIIY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI*, 1(4), 31-41.

54. Sabirovna, Z.M., & Vahobovna, A. O. (2022). CHARACTERISTICS OF PERSONALITY FORMATION IN THE SYSTEM OF VALUES. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(12), 1675-1679.

55. Sabirovna, Z.M. (2022). CHARACTERISTICS OF THE CHILD'S PERCEPTION OF THE ENVIRONMENT DURING THE PRESCHOOL AGE.

56. Zakirova, M., & Yuldasheva, M. (2022). Emotional well-being of children in preschool age. In *Проблемы психологического благополучия* (pp. 476-480).