

UDK: 796.87

**YOSH SPORTCHILARNI SPORT TURLARIGA SIFATLI TA'LIM YO'NALISHIDA TANLASH
MASALASINING O'ZIGA HOSLIGI**

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti 2-kurs talabasi

Yulchiyeva Dilafruz Abduvali qizi

УДК: 796.87

**ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ ВОПРОСА ОТБОРА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В
НАПРАВЛЕНИИ КАЧЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ СПОРТА**

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта

студентка 2- курса

Юлчиева Дилафруз Абдувалиевна

UDK: 796.87

**INDIVIDUALITY OF THE ISSUE OF SELECTING YOUNG ATHLETES IN THE DIRECTION
OF QUALITY EDUCATION FOR SPORTS**

Uzbek State University of Physical Culture and Sport 2nd year student of

Yulchieva Dilafruz Abduvali qizi

Annotatsiya: *Maqolada yosh bolalarni sport mashg'ulotida yuzaga keladigan muammolar to'g'risida so'z yuritiladi shuningdek, yosh bolalarni sport turiga tanlashga doir ko'rsatmalar ham berilgan.*

Kalit so'zlar: *Sport turi, sport turiga tanlash, sportdagi qobiliyat komponentlari, sport tanlovining bosqichlari, sport turiga yo'naltirish.*

Аннотация: *В статье говорится о проблемах, возникающих при спортивной подготовке детей раннего возраста, а также даются указания по выбору вида спорта для детей раннего возраста.*

Ключевые слова: *Спорт, отбор к спорту, компоненты способностей в спорте, этапы спортивного отбора, ориентация на спорт.*

Annotation: *The article talks about the problems that arise in the sports training of young children, and also gives instructions on choosing a type of sport for young children.*

Keywords: *Sports, selection for sports, components of ability in sports, stages of sports selection, orientation for sports*

Dolzarbligi *yurtimizda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi, ayniqsa, yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish uchun zarur shart-sharoitlar va*

infratuzilmani yaratish, mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta'minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. O'zbekiston mustaqillikning ilk yillaridan olimpiya harakatini qo'llab-quvvatlab keladi, uning faol a'zosi sifatida yozgi va qishki Olimpiya, Paralimpiya, Osiyo va Paraosiyo o'yinlarida muntazam ishtirok etib kelmoqda. Mutaxasislarning qayd etishicha, mamlakatimizda oxirgi yillarda milliy va olimpia sport turlari bo'yicha yuqori o'rinlarni egallayotgan sportchilarning asosiy qismini bolalar va o'smirlar sport maktablari tarbiyalanuvchilari tashkil qilmoqda. Bu jismoniy tarbiya va sport sohasidagi tizimli ishlarning, shu jumladan, bolalar sportini rivojlantirish farzandlarimizning barkamol bo'lib voyaga yetishini ta'minlashga qaratilayotgan yuksak e'tiborning yorqin ifodasidir.

Darhaqiqat navqiron avlod o'rtasida sportni ommalashtirish maqsadida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli chora-tadbirlar bugun o'z samarasini beryapti. Bolalar va o'smirlar sport maktablari tarbiyalanuvchilarini yuqori natija ko'rsatishlari uchun qilinishi lozim bo'lgan chora - tadbirlardan biri o'z vaqtida sportchilarni sport turlari bo'yicha to'g'ri tanlashdir. Bu tadbir sport bilan shug'ullanuvchilarni saralash, sport bilan shug'ullanish uchun imkoniyati va qobiliyati borlarni tanlash va kelajakda yuqori malakali sportchi bo'lib yetishlari uchun qilinadi. Sportchining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olib ma'lum sport turiga, qaysiki, kelajakda yuqori malakali sportchi bo'lishiga qobiliyati bor bo'lsa shu turni tanlashi kerak. Ko'p yillik tayyorgarlik bosqichlarining optimal yosh chegaralari o'rnatilgan, ular yuqori malakali sportchilarni muvaffaqiyatli tayyorlash imkonini beradi. Ko'p yillik sport tayyorgarligining har bir bosqichida maqsadining, vazifasining va tanlash usullarining hamda sportchining tanlovining o'zaro xosligi mavjuddir.

Maqsadimiz shundan iboratki - zamonaviy sportda kelajakda yuqori natijalarga erisha oladigan shaxslarni aniqlash muhim masalasidir. Sportdagi qobiliyat quyidagi komponentlardan iboratdir:

- a) benuqson morfologik ko'rsatgichlar;
- b) jismoniy va ruhiy imkoniyatlarning o'zaro mos kelishi;
- v) organizm uchun chegarali bo'lgan yuqori o'zgarish va adaptasiya;

Tabiatan bo'lgan mos kelishlar kam uchraydi, shuning uchun tanlov muommosi va sport turida to'g'ri orientasiya qilish sportchining ko'p yillik tayyorgarligi jarayonida muhim vazifa hisoblanadi. Sportdagi tanlov (seleksiya) – aniq sport turida yuqori natijalarga erishishlari mumkin bo'lgan iste'dodli bolalarni izlash va bilib olishdir.

Sportga yo'naltirilganlik ma'lum bir shaxsning imkoniyatlarini baholashdan kelib chiqadi, buning asosida u uchun eng mos sport turini tanlash amalga oshiriladi.

Sport tanlovi sport seksiyalari, klublarida shug'ullanuvchi bog'cha bolalari va umumta'lim maktabi o'quvchilari hamda sportchilar orasida o'tkaziladi. Sport tanlovi bolalikdan boshlanadi va Olimpiya o'yinlarida ishtirok etish uchun mamlakat terma jamoalarida tugaydi.

Vazifamiz shundan iboratki - sport tanlovida to'rtta bosqich yo'nalishida faoliyat yuritilish maqsadga muvofiq sanaladi.

1. **Dastlabki bosqich** – sport bilan shug'ullanishi maqsadga muvofiqligini aniqlash, uning shug'ullanishi mumkinligi, istiqbolini borligi. Ko'p yillik tayyorgarlikning birinchi (boshlang'ich) bosqichida hal etiladi. Tanlovning birinchi bosqichida - 6-10 yoshdagi bolalar kontingentini u yoki bu sport bilan shug'ullanishga yo'naltirish maqsadida ommaviy ko'rish. Bolalar o'smirlar sport maktabining boshlang'ich tayyorgarlik guruhlariga ushbu sport turi bo'yicha belgilangan yoshga qarab qabul qilinadi, sportga yo'naltirilganlik mezonlari jismoniy tarbiya o'qituvchisining tavsiyalari, tibbiy ko'rik ma'lumotlari, antropometrik o'lchovlar va ularni nuqtai nazardan baholash hisoblanadi.

2. **Oraliq bosqich** – aniq sport turida shug'ullana olishga layoqati borligini aniqlash (tor sport ixtisosi), kuchli trenirovka jarayonida qobiliyatni effektiv takomillashtirish. Ko'p yillik tayyorgarlikning avvalgi va maxsuslashtirilgan bazali bosqichida hal etiladi. Tanlov o'qishning so'nggi yilida dastur bo'yicha dastlabki tayyorgarlik guruhlarida amalga oshiriladi: salomatlikni baholash; nazorat va konvertatsiya standartlarini, antropometrik o'lchovlarni amalga oshirish; jismoniy sifatlarning o'sish sur'atlarini va sport natijalarini aniqlash. Har bir talabaning individual sport ixtisosligini yakuniy aniqlash uchun tizimli o'rganish amalga oshiriladi

3. **Yakunlovchi bosqich** – sportchilarda halqaro natijalarga erisha olish imkoniyatini aniqlash. Sportchining individual imkoniyatlarini maksimal amalga oshirish bosqichida hal etiladi. Tanlovning uchinchi bosqichida - istiqbolli sportchilarni izlash va ularni Olimpiya o'quv markazlariga kiritish, sportni rivojlantirish bo'yicha guruhlarini jalb qilish.

4. **Takomillashtirilgan bosqich** – sportchilarda yuqori natijalarni saqlab qolishni imkoniyati va istiqboli. Yutuqlarni saqlab qolish bosqichida yuqori malakali sportchining boshqa sport turiga, dissiplinasiga, boshqa dasturga yoki boshqa ampula(himoyachi, yarim himoyachi, hujumchi)ga o'tishi hal etiladi. Tanlovning to'rtinchi bosqichida - o'quv lagerlarini ko'rish. Nomzodlarni tanlash quyidagi ko'rsatkichlarni hisobga olgan holda amalga oshiriladi:

Mashg'ulotlar yillari bo'yicha sport-texnik natijalar va ularning dinamikasi (boshlanish, cho'qqi, pasayish); Ekstremal sharoitlarda mashq bajarishda eng beqaror elementlarni bajarish texnikasini mustahkamlash darajasi; Sportchining texnik tayyorgarligi va raqobatdosh faoliyat sharoitida buzuvchi omillarga qarshilik darajasi.

Sport musobaqalari mamlakat terma jamoalariga nomzodlarni saralashning asosiy shakli bo'lib xizmat qiladi. Sport turiga tanlov bolalar va o'smirlar sport maktablariga, sport seksiyalariga va klublarga qabul qilishda o'tkaziladi. Sport turi murabbiyi fizkultura dispanseri vrachning ruxsatnomasi asosida tanlangan sportchini suhbatda sportning qaysi turi bilan shug'ullanishni imkoniyati borligini aytib qaror qabul qiladi.

O'z ishini fidokori bo'lgan murabbiy bog'cha bolalari va maktab o'quvchilari orasida maqsadga yo'naltirilgan tanlovni olib boradi, bolalarni va ota-onalarni aniq sport turi bilan shug'ullanishlarigatashviqot ishlarini olib boradi.

Bolalarni sport maktablariga qabul qilishda sport bilan shug'ullanish uchun to'g'ri keladigan maqbul yoshni hisobga olish zarur, lekin, ba'zi bir taniqli sportchilarni sport bilan ancha kech shug'ullanishni boshlashganlari ham adabiyotlarda keltirilgan.

Sport bilan shug'ullanishni boshlashni yosh normalari quyidagilar: qizlar sport bilan shug'ullanishni o'g'il bolalardan 1-2 yil oldin boshlaydilar, yuqori natijalarga ham tezroq erishadilar va o'g'il bolalardan oldinroq sportdan ketishadi. Kuch va chidamlilikni talab qiluvchi sport turlari bilan shug'ullanish va ularga ixtisoslashish, koordinasiya va tezlikni talab qiluvchi turlardan 2 – 4 yil kechroq boshlanadi.

Sportning har bir turida o'zining ideal antropometrik ko'rsatgichlariga ega sportchilar bo'lib ularning eng yuqori natijalariga erishishga yordam beradi. Suzuvchilarning jismoniy rivojlanishini ko'rsatgichi futbolchilar va velosipedchilarnikidan farqlanadi.

Yosh bolada boshlang'ich tanlovda ish qobiliyati va sport natijasi aniq javob berolmaydi.

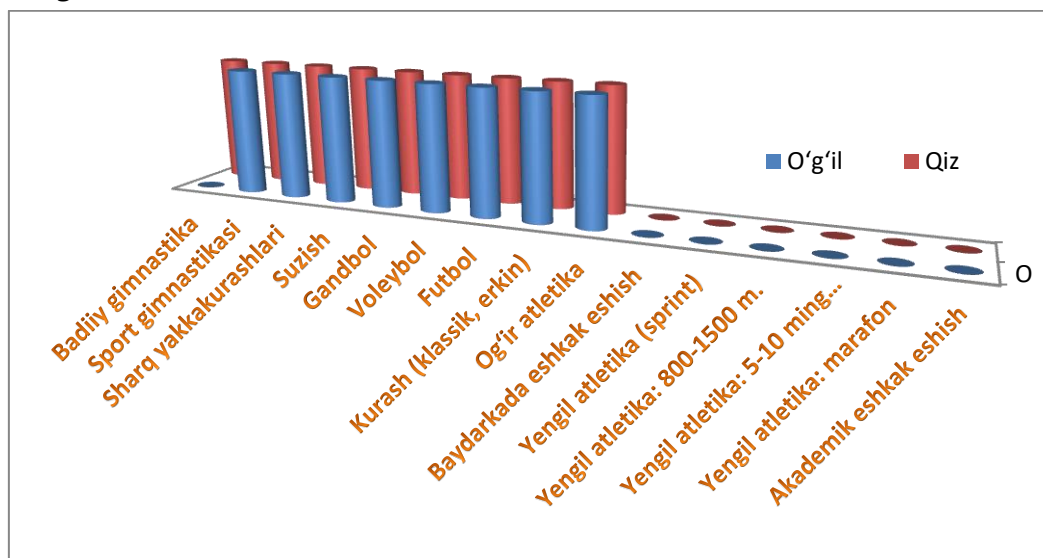
Mash jarayoni 2 turga bo'linadi.

1. Umumiy jismoniy tayyorgarlik.
2. Maxsus jismoniy tayyorgarlik.

Mashq jarayonida esa jismoniy tayyorgarlikning biror turiga yetarlicha baho bermaslik oxir-oqibat sport mahoratining kuchayishiga to'sqinlik qiladi. Yosh sportchilarimiz mashg'ulotlarida UJT va MJT vositalari nisbatiga qo'yiladigan vazifalar, sportchilarning yoshi, malakasi, ularning alohida xususiyatlari, mashg'ulot jarayonining bosqich va davrlari, organizmning ayni paytdagi holatidan kelib chiqib o'zgarib bormoqda.

Sportchining malakasi oshib borar ekan, MJT vositalarining hissasi ortib, UJT vositalarining hajmi shunga muvofiq tarzda kamayib boradi.

Diagramma.



Xulosa: Darhaqiqat, zamonaviy sportda diagramma qiyofasida kelajakda yuqori natijalarga erisha oladigan istiqbolli spotchi yoshlarni o'z vaqtida, to'g'ri aniqlash muhim masaladir. Chunki, sport tayyorgarligi ko'p yillik jarayon. Olimpiada chempionini tayyorlash juda ko'p vaqtni va shu bilan birgalikda katta mablag'ni talab qiladi. Kichik yoshdagi bolani tanlovga ilmiy yondashilgan holda, sport turiga to'g'ri tanlansa, o'ylaymizki, Jahon va Olimpiada chempionlarini tarbiyalashdagi vaqt sarfi kamaytirilgan va harajatlari to'g'ri yo'naltirilgan bo'lar edi.

BO'SM va sport maktablari rahbarlari va murabbiylar 6-7 yoshli bolalarni mashg'ulotga chaqirayotganida quyidagilarni hisobga olishlarini maslahat beramiz:

Birinchidan 6-7 yoshda sport qobiliyatini aniqlash muammoliroq va ishonchlilik darajasi ancha past;

Ikkinchidan baland nagruzkalar, erta ixtisoslashishga bo'lgan talablar bolalarni sportdan ketishiga olib keladi;

Uchinchidan 6-8 yoshdan shug'ullanishni boshlagan ko'pchilik bolalar 15-17 yoshga kelib yuqori natijalarni ko'rsata olmay sport bilan shug'ullanishni tashlab yuboradi;

To'rtinchidan amaliyot shuni ko'rsatadiki, sport bilan shug'ullanishni kechroq boshlash, erta boshlashdan afzalroq deb hisobliman hayotiy tajribaga tayyangan holda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. D.M.Yoqubova, SH.SH. Usmonova. Yosh davrlar pedagogikasi 2021y 189 bet.
2. Tushler G., Logvin V.Sports Fencing Professional coaching Manual and special training Methodology. Johannesburg 2015 y.
3. A.M.Achilov, J.A. Akramov, O.V.Goncharova-Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash 2009y.