



SPORT JAMOALARIDAGI O'ZARO MUNOSABATNI PSIXOLOGIK TAHLIL QILISH

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7840053>

Nizomiy nomidagi TDPU.Jismoniy tarbiya va sport yo`nalishi talabasi

Yaxshiboyev Mahmud Abdumutal o`g`li

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti.Pedagogika va psixologiya
yo`nalishi talabasi*

O`taganova Xoliniso Ne`mat qizi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada sport jamoalaridagi o'zaro munosabatlarning mazmuni, sharoiti va ta'sirini o'rganish hamda natijalarini tahlil qilish jamoadagi psixologik muhitni yaxshi yo'lga qo'yishda, sportchilar ma'naviy-ruhiy sifatlarini kamol toptirishda muhim omil hisoblanadi. Bu esa jamoa uchun katta muvaffaqiyatlar keltiradi.Shu tarzda ularda musobaqada ishtirok etish davriga qadar o'ziga xos alohida xarakter sifatleri tarkib topadi. Sportchida kekkayish, o'zini raqibidan ustun qo'yish, maqtanchoqlik kabi salbiy harakatlarning oldini olish; ularda sport etikasiga rioya qilish, maqsadga intiluvchanlik, irodani chiniqtirish, bardoshlilik kabi sifatlerini rivojlantirish; jiplashgan, mustahkam birlashgan jamoadagi har bir sportchining o'z fikriga ega bo'lishi barobarida boshqalarning fikriga e'tiborli bo'lish kabi umuminsoniy hamda shaxsiy irodaviy sifatlerini yanada takomillashtirish sport jamoalari va jamoalarida yanada samaraliroq amalga oshiriladi.*

Kalit so`zlar: *Lider, «Sotsiometriya»,«Hamkorlik»,rasmiiy va norasmiiy o`lchov.*

Lider — inglizcha so'z bo'lib, sport musobaqalarida oldinda boruvchi sportchi; yetakchi, peshqadam degan ma'nolarni bildiradi. Liderlik (bu o'rinda) yetakchilik, peshqadamlik demakdir.

Sport jamoalarida sportchilarni mashg'ulot va musobaqalarga jismoniy va ruhiy jihatdan tayyorlashda o'zaro ijobiy munosabatlarni rivojlantirish g'alabani bosh omilidir. Ijobiy muhit yaratilgan jamoalar sportchilari jamoa g'alabasi uchun bor kuch va imkoniyatlerini safarbar qilishga tayyor bo'lishadi. Biroq sport amaliyotidan ma'lumki, ba'zi «tadbirkor qitmir» murabbiylar g'irromlik yo'li bilan bo'lsa-da, g'alaba qilishga, hattoki, sport jamoasi rahbarlari yoki musobaqa hakam larini «bir yo'lini qilib, ko'nglini ovlash» darajasigacha yetib boradilar. Bunday oson, mehnatsiz yo'l bilan g'alaba qilishga odatlanib qolgan jamoalar sportni rivojlantirishga to'sqinlik qiluvchi g'irromlardir. Har bir sport turi yoshlardan halollikni, to'g'rilikni, adolatni talab qiladigan faoliyat hisoblanadi. G'irromlik, firibgarlik yo'li bilan g'alaba qilgan sport jamoalari, bunday noxush holatlarga yo'l qo'ygan murabbiylar, hakamlar el-yurt ishonchidan mahrum bo'ladilar.



Sport jamoalaridagi o'zaro munosabatlarni o'rganishda «Sotsiometriya» va K.Tomasning «Hamkorlik» uslublaridan foydalanish yaxshi natijalar berishi ilmiy isbotlangan. Sport sohasida ishlayotgan har bir amaliyotchi, psixolog, o'qituvchi va murabbiylar uchun sotsiometriya uslubidan foydalanish ilmiy -tadqiqotlarda, sport mashqlari va musobaqalar jarayonida, jamoani boshqarishda, sportchilarni mustahkam bir jamoaga aylantirishda, guruhlardagi sportchilarning ijtimoiy-psixologik holatini o'rganishda juda qo'l keladi. Sotsiometriya o'ziga xos mezon, o'lchov bo'lib, u, asosan, savollardan iboratdir. Mazkur uslubning asosiy vazifasi jamoa a'zolari o'zaro munosabatlarining xususiyatlarini aniqlashdan iborat. Bunda ikki xil rasmiy va norasmiy o'lchov tavsiya etiladi. Rasmiy o'lchov yordamida jamoa sportchilari o'zaro munosabatlarining xususiyatlari, sport faoliyatiga aloqasi bolgan sportchilar o'zaro munosabatlarining ta'siri aniqlanadi; guruh va jamoalarning maqsad va vazifalari belgilanadi, ularning qanday bajarilishi to'g'risida ko'rsatmalar olinadi. Masalan, «Siz kimlar bilan bir guruhda o'qishni xohlaysiz?», «Siz bir sport to'garagida kimlar bilan mashq qilishni xohlar edingiz?», «Siz jamoangizdan kimlarni kapitan yoki guruh sardori etib saylagan bo'lar edingiz?» kabi savollar yordamida jamoadagi va jamoadagi o'zaro munosabatlarni o'rganish mumkin. Sotsiometriya uslubining norasmiy mezonidan (o'lchovidan) foydalanib, jamoada shaxslararo munosabatlar ularga hech qanday majburiyat yuklatilmagani holda o'rganiladi. Jamoada sportchilarning o'zaro ma'naviy-ruhiy yaqinligi, bir-biriga aniq hissiy munosabatda bo'lishi va bir-biriga ta'sir ko'rsatishi kabi holatlar tahlil etiladi. Bu jarayonda quyidagi savollardan foydalanish tavsiya etiladi: «Siz bo'sh vaqtingizni kimlar bilan o'tkazishni xohlar edingiz?», «Siz tug'ilgan kuningizni nishonlashda kimlarni mehmondorchilikka taklif qilgan bo'lar edingiz?», «Siz kimlar bilan do'stlashishni istaysiz?», «Agar zarur bo'lsa, siz siringizni guruh a'zolaridan kimlarga aytar edingiz?», «Siz mashqlarda yoki musobaqada kimni sheriklikka tanlar edingiz?». Albatta, sportchi, birinchidan, o'z juftini yoki sherigini sport mahoratini hisobga olib tanlaydi. Ikkinchidan, sinalayotgan sportchi o'ziga nisbatan yoki o'zi ijobiy munosabatda bo'lgan sportchini hissiyotlari ta'siri natijasida tanlashi mumkin. Kichik guruh va jamoadagi ijtimoiy-ruhiy holatni aniqlashda tajribada sinalayotgan shaxslar eng kamida ikkita yoki undan ortiq bo'ladi. Ularning rasmiy va norasmiy savollarga bergan javoblarining sifat ko'rsatkichlari taqqoslanib, tahlil qilinadi. Shundan keyingina aniq xulosalarga kelinadi. Tajriba uchun eng yuqori me'yor bolalar va o'smirlar uchun 2—3 ta, talabalar uchun 2-4 ta, katta yoshdagilar uchun 5—7 ta ko'rsatkichdan oshmasligi lozim. Masalan, tanlovda tanlanadiganlar soni cheklangan bo'ladi. Faqat bir kishini ham ko'rsatish mumkin, biroq tanlanganlar soni ikki-uchtadan oshmasligi kerak. Guruhlarning soni esa cheklanmasligi mumkin.

«Kooperatsiya», ya'ni «Hamkorlik» sport jamoalarida birgalikda hamjihat bo'lib ishni tashkil qilish shaklidir. Sportchining boshqa bir sportchiga qiziqish bilan qarashi, uning faoliyatiga diqqat bilan e'tibor berishi, nizolarga qo'shilishi, o'zining xatti-harakatlari va yurish-turishi bilan boshqalarni o'ziga jalb qilishi, o'z so'zida turib olish



bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlarni, ruhiy holatlarni aniqlab, tahlil qilib, jamoadagi o'zaro munosabatlarni «Hamkorlik» asosida hamjihatlik bilan tashkil etib, sportchidagi salbiy qusurlarni, nuqsonlarni yo'qotish K.Tomas testlarining tub mohiyatini tashkil etadi. K.Tomas «Hamkorlik» jamoadagi nizolarni quyidagi holatlarga ajratib o'rganadi va nizolarni bartaraf etadi deb hisoblaydi:

1. Raqobat — sport mashqlari, asosan, musobaqalarda boshqalarga zarar yetkazmasdan o'z maqsadiga erishish.

2. Moslashish - raqobatchilikdan cheklanish, boshqalar maqsadini o'z maqsadidan ustun qo'yish, jonini qurbon qilib bo'lsa-da, g'alabaga erishish.

3. Murosaga kelish - qiyin sharoitlarda ham bir-biriga yon bosish.

4. O'zini chetga olish — jamoa sportchilari bilan hamjihat bo'lmay, jamoa manfaatlariga qiziqmay, yuqori ko'rsatkichlarga erisha olmay, g'alabaga noumid bo'lib, jamoadan o'zini chetga olib yurish.

5. Hamkorlikda ishlash — har qanday vaziyatlarda ham bir-biriga zid bo'lgan ikkala tomon sportchilari bilan murosaga kelish. K.Tomasning fikricha, to'qnashuvdan o'zini chetga olish har ikkala tomonga ham mag'lubiyat keltiradi. Raqobat, moslashish yoki murosaga kelish holatlarida bir ishtirokchi yutadi, ikkinchisi esa yutqazadi yoxud ikkalasi ham yutqazadi. Faqat hamkorlikkina ikkala tomonga ham g'alaba keltirishi mumkin. Musobaqa jarayonida sport faoliyati samaradorligining sifat ko'rsatkichlari ko'p jihatdan murabbiy bilan sportchilarning o'zaro munosabatlariga bog'liq bo'ladi.

Sportchilarning o'zaro munosabatida yuz beradigan to'qnashuv holati insonning boshqa faoliyat turlarida kechadigan ziddiyatlardan o'zining ijtimoiy -psixologik xususiyatlari bilan farq qiladi. Sportchilardagi bu xususiyatlar kamdan kam holatlardagina ochiqchasiga yuzaga chiqadi. Agar nizolar to'g'ri aniqlansa va oshkora xolislik bilan bartaraf etilsa, salbiy his-tuyg'ular pasayadi, jamoa a'zolari o'rtasida mustahkam birlik vujudga keladi. Natijada o'yinchilar o'rtasida ko'tarinki kayfiyat, g'alabaga bo'lgan intiluvchanlik va ishonch oshadi. Jamoa a'zolari o'rtasidagi ziddiyatlarning oldini olish va uni bartaraf qilish sport amaliyotida quyidagi ijtimoiy-psixologik omillarga ham bog'liq: 1) To'qnashuvda ishtirok etayotgan sportchining shaxsiga; 2) qarshilik ko'rsatuvchi tomonning tutgan o'rni (sportchining ziddiyatdagi «Men» yoki «Biz», ya'ni shaxs, guruh, jamoa ekanligiga; 3) ziddiyatlarning paydo bo'lishida atrof-muhitning ta'siriga; 4) ziddiyatlarni hal etishda psixotexnologiyaning o'rniga kabilar. Jamoa sportchilarining o'zaro munosabatlarida paydo bo'ladigan ziddiyatlarning oldini olishda sportchilar bilan tashkil etiladigan trening xizmatini quyidagi besh bosqichga ajratdik: 1-bosqich. Ziddiyatlarning murakkabligi va qiyinligiga e'tiborni qaratish. Bunda ziddiyatlarning kelib chiqish sabablarini o'rganish uchun har bir sportchini psixologik bilimlar bilan qurollantirish, shaxs sifatida sportchining kuchli va zaif tomonlarini hisobga olib olish lozim. 2-bosqich. Ziddiyat to'xisqlarini bartaraf etish. Bu bosqichda sportchining ziddiyat to'xisqlarini yengishi, uning shaxsiy xususiyatlariga, sportdagi tajribasiga, xarakteriga, fe'l-atvoriga, temperamenti (mijozi)ga bog'liqligini nazardan qochirmaslik kerak. 3-bosqich.



Ziddiyatlarda paydo bo'ladigan hayajon -vahima (sportchining ziddiyatlarda qattiq ruhiy zarbani va vahimani yengib o'tishga bo'lgan qobiliyati yoki qobiliyatsizligi)ni hisobga olish. 4-bosqich. Sportda uchraydigan haqiqiy ziddiyatlar (sport faoliyati jarayonlarida sport mutaxassislari va sport musobaqalarining xarakteriga qarab ziddiyatlar)ni yengishga odatlantirish. 5-bosqich. Ziddiyatlarning keskin o'zgarishi, ya'ni sportchi faoliyatida keskin o'zgarishlar yuz bergan vaziyatlarda ham uni ziddiyatlarni yengish holatiga tayyorlash.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Azizxo'jayeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. — T.: O'zbekiston yozuvchilar uyushmasi Adabiyot jamg'armasi nashriyoti, 2006, 106-bet.
2. Aripov M., Begalov B., Begimqulov I., Mamarajabov M. Axborot texnologiyalari. - T.: Noshir, 2009, 368-bet.
3. Belorusova V.V., Resheten I.N. Pedagogika. - T.: O'qituvchi, 1983, 191-193-betlar.
4. Bobur Z.M. Boburnoma. -T .: O'zbekiston Fanlar akademiyasi nashriyoti, 1960, 432-bet.
5. Boymurodov N. Amaliy psixologiya. — T.: Yangi asr avlodi, 2009.
6. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish. — T.: Fan va texnologiya, 2008, 388-bet.
7. Ibn Sino. Tib qonunlari. I kitob. -T .: Meditsina, 135-bet.