

УДК: 37.015.3

СПОРТ МУСОБАҚАЛАРИДА СПОРТЧИЛАРНИНГ МАҚСАДГА ЭРИШИШ МОТИВЛАРИ ВА ФАОЛЛИГИ

Авазов Шукрулло Ибатович

Қарши муҳандислик-иқтисодий институти катта ўқитувчиси

Avazov2020@mail.ru

АННОТАЦИЯ

Мазкур мақолада спортчиларда мақсадга эришиш мотивлари ва ўзаро муносабат мотивларини тўғри шакллантириш йўллари ва омиллари келтириб ўтилган. Шунингдек, спортчи фаолиятида мотивациянинг ўрни ва аҳамияти борасидаги назарий қарашлар илмий жиҳатдан талқин этилган ва спортчининг маишулот, мусобақалар жараёнида хавфсизлик қоидаларига риоя қилиш қоидалари ҳам баён этилган.

Калит сўзлар: Спорт, спортчи, спорт фаолияти, мусобақа, мотив, мотивация, интилиш, мураббий фаолияти, иродавий чидамлилиқ, саломатлик, фаолият, талаба, толиқиш, ишонч, фаоллик.

ABSTRACT

In this article, the ways and factors of correct formation of goals and motives of interaction in athletes are mentioned. Also, the theoretical views on the role and importance of motivation in the athlete's activity are scientifically interpreted, and the rules for the athlete's compliance with safety rules during training and competitions are also described.

Keywords: Sport, athlete, sports activity, competition, motive, motivation, aspiration, coach's activity, willpower, health, activity, victory, exhaustion, confidence, activity.

КИРИШ

Ҳар қандай таълим-тарбия жараёнининг муваффақияти, тарбияланувчилар томонидан ўзининг бу ишга қанчалик онгли ва фаол муносабатда бўлишларига ҳам боғлиқдир. Соғломлаштириш тренировкалари ўзининг мазмун моҳияти билан жисмоний маданият таркибида восита тарзида муносиб ўринга эга бўлиб, жамият аъзоларининг организмини кундалиқ ҳаётини фаолиятга тайёрлаш, шу фаолият учун зарурий биологик қувватни юзага келтириш ва улардан ақлий, жисмоний меҳнат жараёнида фойдаланишни назарда тутати. Шу боисдан бугунги кунда болалар орасидан спортга бўлган муносабат, қизиқиш, талабага

эришиш йўлидаги асосий эътибор болаларда спортга бўлган қизиқишни ошириш ва мотивацияни шакллантириш энг муҳим муаммолардан биридир.

Жисмоний тарбия жараёни вазифаларини тўғри тушуниш, уларни қизиқиш билан фаол бажариш тарбиянинг боришини тезлаштиради, ҳосил қилинган билим, малака ва кўникмаларни чуқур такомиллаштириш ва улардан ҳаётда ижодий равишда фойдаланишга имкон беради. Бу қоида ва талаблар асосида ҳар бир спортчи машғулотларга тинимсиз тайёргарлик кўриши ва жисмоний машқларни онгли ҳамда мустақил яхши бажара боришида хавфсизлик қоидаларига ҳам амал қилишини тақозо этади. Жисмоний тарбия жараёнида бериладиган вазифалар маълум жисмоний машқлар тарзида бажарилади. Мураббий бажариш учун машқ бериш билан бирга, шуғулланувчиларга нимани бажариш ва қандай бажариш кераклиги билан бир қаторда шу машқни бажаришда хавфсизлик қоидаларига риоя қилиш керак эканлигини ҳам тушунтириши зарур [1].

МУҲОКАМА ВА НАТИЖАЛАР

Жисмоний машғулотларга фаол қатнашиш ёки мусобақаларда ғалабага эришиш йўлида аввало ҳар бир мураббий ёш спортчиларда мақсадга эришиш мотивлари ва ўзаро муносабат мотивларини тўғри шакллантириш лозим. Спортнинг олға қараб ривожланишида мотивация катта роль ўйнайди. Мотивация нафақат спортчи шахсининг соҳасига бўлган қизиқишини оширишдангина иборат бўлмай, балки унинг олдида кўйган мақсадига етакловчи асосий восита ҳисобланади. Мотивациянинг яна бир муҳим хусусияти, унинг тўғридан-тўғри спорт натижасига таъсир кўрсатишидир. Кучли рақобат шароитида бор кучини сарф қиладиган ва охир-оқибат олдида кўйган мақсадига эришишни фақатгина аниқ мотивга ва намоён бўладиган мотивацияга эга бўлган спортчидан кутиш мумкин. Аввало мураббий фаолиятидаги энг аҳамиятли жиҳатлардан бири спортчининг мотивацияси хусусиятларини билмасдан туриб, уни юқори натижаларга эришиб бўлмаслигини англаши лозим. Шундай экан, замонавий спортда спортчида юқори спорт натижаларига эришиш мотивациясини шакллантириш жуда ҳам муҳим аҳамият касб этади.

Тадқиқотчилар томонидан бу борадаги изланишлар ва кузатишлар шуни кўрсатадики, спортчи фаолиятининг муваффақияти кўпроқ спортга бўлган истакнинг характери, яъни инсонни у ёки бу ҳаракатни бажаришига нима тurtки бериши билан аниқланади. Шунга асосланиб инсоннинг маълум бир режа асосида ҳаракат қилиши ёки фаолият кўрсатмаслик ҳолатини мотив деб атасак тўғри бўлади. Шу кунгача инсоннинг ҳаётий фаоллиги асосида ётувчи,

уни кўзғатувчи кучни ҳодиса сифатида илмий таҳлил этиш ва интуитив фикрлашга кўплаб ҳаракатлар бўлган. Масалан, А.Эйнштейн 1918 йилда ўзининг “Илмий тадқиқот мотивлари” номли илмий мақоласида одамларни илм билан шуғулланишларига нима туртки беришини аниқлашга ҳаракат қилган [2].

Инсон мотивларни тушуниб етмаслиги мумкин, шунинг учун субъектив баҳо беришда (кўпроқ шу асосда хулоса чиқарилади) кўшимча омил ҳам мотив деб қабул қилинади, бунга ҳиссиётни мисол қилиб олиш мумкин. Масалан, спортчи машғулотга боришни хоҳламаяпти, биз эса бу вазиятда “уни хоҳиши йўқ” деб айтамыз ва хоҳишни мотив тушунчаси билан тенглаштирамыз. Аслини олганда эса, хоҳиш - бу кўшимча омил бўлиб, ўша вазиятнинг субъектив кечинмасининг акс этиш ҳолатидир. Спортчининг машғулотга бормаганлик сабаби унинг чарчаганлиги, мураббий билан муносабатидаги салбий ҳолат ёки бошқа бир қизиқарлироқ машғулот билан боғлиқ бўлиши ҳам мумкин. Шу боисдан спорт мураббийлари ёш спортчиларда спортга бўлган қизиқиш ва мотивни шакллантириш йўллари топиши, креативликка ёндошиши ҳамда ўзаро самимий муносабатда бўлиши орқали спортчининг ўзаро коммуникатив муносабатларга тўғри киришиш мотивини ҳосил қилиш билангина ёш спортчиларда ғалабага бўлган ишончни ошириш мумкин. Шу сабабли шахснинг жамиятда одамлар орасида ҳулқи ва ўзини тутиш сабабларини ўрганиш тарбиявий аҳамиятга эга бўлиб, масалани ёритишнинг икки жиҳати фарқланади.

1. Ички сабаблар, яъни хатти - ҳаракат эгасининг субъектив психологик хусусиятлари назарда тутилади (мотивлар, эҳтиёжлар, мақсадлар, мўлжаллар, истаклар, қизиқшлар ва бошқалар).

2. Ташқи сабаблар - фаолиятнинг ташқи шарт - шароитлари ва ҳолатлари бўлиб, булар асосан аниқ ҳолатларнинг келиб чиқишига сабаб бўладиган ташқи стимуллардир.

Мақсад ва вазифаларни қанчалик тушуниб олиш шуғулланувчиларнинг ёш имкониятларига ва тайёргарлик даражасига боғлиқлиги ўз-ўзидан равшандир. Жисмоний тарбия жараёнида таълим бериш ҳаракат кўникмалари, малакаларини ҳосил қилиш, такомиллаштиришга қаратилган бўлади. Шу билан бирга, шуғулланувчиларни жисмоний ривожланишига таъсир кўрсатилади. Жисмоний тарбия жараёнида мураббий-ўқитувчи аввало болаларда спортга бўлган қизиқишни уйғотиши ва соғлом бўлиш инсон учун энг катта неъмат эканлигини улар қалбига сингдириши зарур. Чунки ҳар бир шахс бирор соҳага, касбга қизиқиб, онгли тарзда, унинг барча сир-асрорларини эгаллаш учун

астойдил ҳаракат қилсагина унда соҳага оид бўлган турли мотивацион ҳаракат ва ўзгаришлар пайдо бўлади. Шундай соҳалардан бири бу спорт фаолиятидир. Бунда асосан шахсда, яъни ёш спортчиларда икки асосий мотивни вужудга келтириши мумкин.

1. Соғлом бўлиш.
2. Машҳурликка эришиш.

Айнан бу ҳар иккала мотив ҳам ижтимоий жараёнлар ўзгариши ёки спортчи турмуш тарзини маълум даражада ўзгариши билан ўз қиёфасини ўзгартиши мумкин. Шундай муаммо спортчиларда кузатилса Е.П.Ильин назарияси бўйича спортчини ҳаракатга ундовчи асосий куч унинг фаолияти мақсадини аниқловчи, унга эришиш йўллари кўрсатувчи восита деб юритилиган [3]. Бундан кўриниб турибдики спортчида дастлаб натижага эришиш мотиви шаклланади, кейинчалик эса ўзаро комуникатив муносабатдаги рақибларга бўлган муносабат мотивларини келтириш мумкин. Чунки спортчининг даслаб натижага эришиш йўлида тўғридан тўғри рақиб билан муносабатлар ҳам таркиб топди. Айнан мана шу ғалаба ёки мағлубият ҳам рақибга бўлган муносабат ёки рақибнинг акс муносабатига боғлиқ ҳисобланади. Мисол тариқасида кўл жанги спорти билан шуғулланувчи спортчилар мисолида оладиган бўлсак бунда мусобақа олди таёргарлиги унда спортчининг ўзаро мусобақадан олдинги рақибига бўлган муносабатини дастлабки қадам дейишимиз мумкин.

Мотивация ҳолати доимо маълум ҳиссий маънога эга бўлади. Субъектнинг эҳтиёжи, унинг имкониятлари ўзининг маълум бир фаолияти талабларига мос келса, унда шу фаолият предметини эгаллаш туйғуси намоён бўлади. Спортда бу ҳолат спортчининг маълум спорт натижасига ёки ғалабага эришишини англаб етишида кўринади. Шу билан биргаликда фаолият алоҳида ҳаракатлардан ташкил топади. Масалан, боксчининг фаолияти ўзида ҳужум ва ҳимоя ҳаракатларини, мусобақа жанги каби бошқа ҳаракатларни амалга оширишида унинг мотиви асосий вазифани бажаради. Мотив ва мотивация субъект ва объектнинг алоқаси асосида юзага чиқади, лекин бу алоқалар жуда қисқа йўналишга эга бўлиши мумкин. Демак, мотив - бу шахснинг ички ҳолати бўлиб, керакли пайтда унинг ҳаракатларини кераклича йўналтиради ва кучлантиради [4].

ХУЛОСА

Хулоса сифатида шунини айтиш жоизки, бугунги кунда спорт соҳаси, тизими ва фаолияти кўплаб мамлакатлар ҳаётида катта ўрин эгаллайди. Уларга кўплаб турли ёшдаги спорт билан шуғулланувчи одамлар жалб этилган. Спорт

гурухлари бошқа гурухлар каби шахс-жамият тизимида оралиқ бир қисимни ташкил этади. Уларнинг динамикаси қонуниятлари жамиятнинг синфли тузилиши ва ундаги ижтимоий-иқтисодий муносабатлар билан белгиланади. Шу боисдан барча тизимда мотивацион муносабат тушунчаси доимий алоқадорлиги жиҳатдан спорт соҳасида ҳам муҳим аҳамият касб этади. Чунки спортчи эришаётган натижаларни келгусида ҳам унга ижтимоий жараёнларда фақат тўғри фикр уйғонишига ҳизмат қилади.

REFERENCES

1. Иброҳимов Ў., Машарипов Й. Спортчиларни жисмоний ва руҳий жиҳатдан чиниқтиришда спорт фаолиятининг аҳамияти. Болалар ва ёшлар ўртасида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришнинг долзарб муаммолари. - Термиз: 2003, 100-101- бетлар.
2. Абдурасулов Р.А. Мотивы учащихся-спортсменов в спортивной деятельности. Юбилейная международная научно-практическая кон-ференция. Сборник материалов. Самара. 2008. -С.226-229.
3. Е.П.Ильин Психология спорта \\ Москва Санкт-петербург\\ 2009.
4. Абдурасулов Р.А. Ўқувчи спортчиларнинг индивидуал ва шахсий хусусиятлари. //Мақтаб ва ҳаёт. 2003.