



UDK 612: 796

Zayniddin BOLTAYEV,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti professori
E-mail: boltayevzayniddin4811@gmail.com

Professor J.Eshnazarov taqrizi asosida

MURABBIY FAOLIYATINING PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK JIHLTLARI

Аннотация

Mazkur maqolada murabbiy faoliyatining psixologik va pedagogik jihatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, O'zbekistonlik olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar tahlilida murabbiylarning pedagogik va texnik tayyorgarliklari masalasiga katta ahamiyat berilganligi masalasi bayon etilgan.

Kalit so'zlar: murabbiy, sport, sportchi, faoloyat, natija, musobaqa.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРЕНЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация

В данной статье анализируются психолого-педагогические аспекты деятельности тренера. Также анализ исследований, проведенных узбекскими учеными, показывает, что большое значение придается вопросу педагогической и технической подготовки тренеров.

Ключевые слова: тренер, спорт, спортсмен, деятельность, результат, соревнование.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF COACHING ACTIVITIES

Annotation

This article analyzes the psychological and pedagogical aspects of the coach's activities. Also, the analysis of studies conducted by Uzbek scientists shows that great importance is attached to the issue of pedagogical and technical training of coaches.

Key words: coach, sport, athlete, activity, result, competition.

Kirish. Murabbiylik faoliyati sport tizimining eng muhim va murakkab komponentlaridan biri bo'lib, sportchilarni yuqori natijalarga erishishga tayyorlashda asosiy rol o'ynaydi. Bu faoliyat sportchilarning nafaqat jismoniy rivojlanishini, balki psixologik, ijtimoiy va intellektual imkoniyatlarini ham kengaytirishga xizmat qiladi. Shu sababli zamonaviy murabbiylarning texnik bilimlari va pedagogik kompetensiyalari bir-birini to'ldiruvchi sifatida o'rganilishi zarur. O'zbekistonda ham sport sohasidagi davlat siyosati murabbiylar tayyorgarligiga alohida e'tibor qaratmoqda. Prezidentimizning sport sohasidagi islohotlarga qaratilgan bir qator qarorlari, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-421-sonli qarorida yosh sportchilarni tayyorlashda murabbiylarning pedagogik va psixologik kompetensiyalarini oshirish zarurati ta'kidlangan. Mazkur qarorda murabbiylar faoliyatiga zamonaviy ta'lim texnologiyalari va metodikalarini tatbiq etish orqali sportchilarning natijalarini oshirish vazifasi qo'yilgan.

Adabiyotlar tahlili. Hozirgi kunda dunyo sport amaliyotida murabbiylik faoliyati ilmiy asoslangan texnologiyalar, ilg'or pedagogik usullar va psixologik yondashuvlar bilan uzviy bog'liq ravishda olib borilmoqda. Murabbiylik texnikasi va pedagogik rivojlanishi mavzusini tadqiq etishda xorijiy mamlakatlar tajribasi ham alohida ahamiyatga ega. Jumladan, AQSh, Kanada, Germaniya va Yaponiya kabi rivojlangan mamlakatlarda murabbiylarni tayyorlash dasturlarida ilmiy-texnik va pedagogik yo'nalishlarning integratsiyasi keng joriy qilingan (Lyle & Cushion, 2017). Bu mamlakatlarda murabbiylar maxsus o'quv kurslari, seminarlar va malaka oshirish dasturlari orqali doimiy ravishda yangi bilimlar bilan tanishtirib boriladi. Natijada, sportchilarni tayyorlash jarayoni samaradorligi oshadi va sportchilarning musobaqalardagi natijalari yaxshilanadi. Murabbiy sportchilarning nafaqat jismoniy, balki

psixologik va pedagogik jihatdan ham rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy sport pedagogikasi murabbiyning o'quv mashg'ulotlarini samarali tashkil etish, sportchilar motivatsiyasini oshirish vaularning psixologik tayyorgarligini rivojlantirish qobiliyatini talab qiladi (Weinberg & Gould, 2018). Murabbiy sportchilar bilan muloqotda pedagogik tamoyillarga tayanishi, ularning individual xususiyatlarini hisobga olishi hamda rag'batlantirish usullarini samarali qo'llashi muhim ahamiyat kasb etadi (Bompa, 2015; Toshpo'latov, 2019).

Shuningdek, O'zbekistonlik olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ham murabbiylarning pedagogik va texnik tayyorgarliklari masalasiga katta ahamiyat berilgan. Jumladan, R.X.Kadirov (2021) tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqotlarda murabbiylarning kasbiy-pedagogik rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar chuqur tahlil qilingan. Unga ko'ra, murabbiylarning texnik bilimlari va pedagogik mahoratlari ularning sportchilar bilan samarali ishlashi va yuqori natijalarga erishishlarida asosiy vosita hisoblanadi. Olimning fikricha, murabbiylarning texnik bilimlari pedagogik kompetensiyalari bilan mustahkam bog'lanmasa, natijalar past bo'lishi mumkin (R.X.Kadirov, 2021). Murabbiylik faoliyatida shaxsiy yondashuv asosiy o'rin tutadi. Har bir sportchi o'ziga xos psixologik xususiyatlarga ega bo'lib, ularning muvaffaqiyatga erishishi ko'pincha murabbiyning individual yondashuvi va psixologik qo'llab-quvvatlashiga bog'liq bo'ladi (Lyle, 2002; Tashkenbayev, 2021). Shuningdek, sportchining o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, stress bilan kurashish qobiliyatini rivojlantirish ham murabbiy faoliyatining muhim qismidir (Smith, 2010). Zamonaviy sportda yuqori natijalar katta hajmli va umumiy hamda maxsus mashqlarning intensivligida muntazam mashg'ulotlar fonida kuchli jismoniy va ruhiy mehnat orqali erishiladi.

Tahlil va natijalar. Murabbiyning psixologik tayyorgarligi murabbiylik san'atining ajralmas qismi bo'lib, uning sportchilarga ijobiy ta'sir ko'rsatishida muhim rol o'ynaydi. Zamonaviy murabbiy nafaqat texnik va taktik jihatdan, balki psixologik va kommunikativ ko'nikmalar bo'yicha ham yetuk bo'lishi kerak. Chunki sport mashg'ulotlari va musobaqalar davomida sportchilar ko'plab stress holatlariga duch kelishadi. Ushbu stressni boshqarish va sportchini ruhlantirish murabbiyning vazifalaridan biridir (Bailey, 2006; G'aniyev, 2020).

Shuningdek, murabbiy pedagogik jarayonda turli o'qitish usullaridan samarali foydalanishi lozim. Masalan, differensial yondashuv orqali sportchilarning shaxsiy xususiyatlari va imkoniyatlariga mos mashg'ulotlar rejalashtiriladi. Sportchilar bilim, tajriba va ruhiy tayyorgarlik darajasiga qarab guruhlanadi va ularning har biri bilan individual ishlash imkoniyati yaratiladi (Toshpo'latov, 2019; Xolmatov, 2023). Murabbiy psixologik-pedagogik faoliyatini samarali yo'lga qo'yish orqali sportchilarning faqat jismoniy emas, balki ruhiy tayyorgarligini ham oshirishi mumkin. Zamonaviy murabbiylar sportchilar bilan muloqotda ilmiy asoslangan usullardan foydalanib, ularning musobaqalarda yuqori natijalarga erishishiga ko'maklashishlari lozim (Rahimov, 2022; Yuldashev, 2021). A.N.Leontevning fikricha, faoliyat kategoriyasi jumlasiga ehtiyojlar va motiv, shuningdek, faoliyat amalga oshiriladigan jarayon tavsifi kiradi. Asosiy tizim birligi sifatida harakat; faoliyat bajariladigan usul esa operatsiya deyiladi. A.V.Rodionovning fikricha, sportda faoliyat-erishilishi zarur bo'lgan natijaga tegishli nisbiy qisqa muddatli jarayon (masalan, harakat-urish-himoyalannagan joyga urish maqsadida yutuqli bal olish yoki g'olib bo'lish), ya'ni ongli maqsadga qaratilgan jarayondir.

Xorijiy olimlarning ilmiy ishlarida ham murabbiylikning texnik va pedagogik jihatlari integrativ tarzda ko'rib chiqiladi. Côté va Gilbert (2009) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda, murabbiylarning samaradorligi faqatgina ularning sport turiga oid texnik bilimlari bilan emas, balki pedagogik kompetensiyalari, motivatsiya qobiliyatlari va psixologik tayyorgarligi bilan ham belgilanadi. Murabbiylarning sportchilar bilan ishlashdagi pedagogik metodlari ularning natijalariga ta'sir ko'rsatuvchi asosiy omil sifatida baholangan. Yuqoridagi tadqiqotlardan kelib chiqqan holda, murabbiylik texnikasi va pedagogik rivojlanishi mavzusini o'rganishda quyidagi vazifalar dolzarb hisoblanadi:

Murabbiylarning texnik tayyorgarligini oshirishning yangi ilmiy usullarini ishlab chiqish.

Pedagogik kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirish yo'llarini aniqlash.

Murabbiylarning malakasini oshirishda raqamli texnologiyalar va innovatsion metodikalaridan samarali foydalanishni joriy etish.

Pedagogik amaliyot va nazariy bilimlarni uyg'unlashtirish orqali murabbiy faoliyatining samaradorligini oshirish imkoniyatlarini yaratish.

Shu sababli, ushbu maqolada murabbiylik faoliyatining texnik jihatlari, pedagogik rivojlanishi va zamonaviy innovatsion texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlari chuqurroq ko'rib chiqiladi.

Mazkur tadqiqotning nazariy asoslarini yaratishda xorijiy va mahalliy olimlarning tadqiqotlaridan foydalanilib, O'zbekiston sharoitida murabbiylarning pedagogik va texnik tayyorgarligini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Murabbiylik faoliyatining muvaffaqiyatli amalga oshirilishi, avvalo, murabbiyning texnik bilimlari bilan pedagogik kompetensiyalarning birgalikdagi uyg'unligiga bog'liq. Ushbu jihatni chuqurroq tushunish uchun, birinchi navbatda, murabbiylikning texnik va pedagogik asoslarini alohida ko'rib chiqamiz.

Murabbiyning texnik faoliyati sportchilarni yuqori natijalarga erishishga tayyorlashda asosiy bo'g'inlardan biridir. Texnik faoliyat sport turiga oid harakatlarni to'g'ri va samarali bajarishni o'rgatishni o'z ichiga oladi. Olimlar Bompa va Buzzichelli (2019) ta'kidlashlaricha, sport mashg'ulotlari davomida murabbiyning harakat texnikasini tushuntirish, ko'rsatish va xatolarni to'g'rilash qobiliyati sportchilar uchun yuqori natijalarga olib keluvchi eng muhim omillardan biridir.

Harakatlarni o'rgatishda biomekanik tahlilning ahamiyati ham katta. Chunki biomekanik jihatdan noto'g'ri bajarilgan harakatlar sportchilarning texnik va jismoniy imkoniyatlarini cheklab qo'yishi mumkin. Shuning uchun ham murabbiy o'quv jarayonida sportchilar harakatlarini muntazam biomekanik tahlil qilib borishi va xatolarni to'g'rilash choralari ko'rishi kerak (Horn, 2011).

Yuqoridagi fikrlarni qo'llab-quvvatlagan holda, O'zbekistonlik olimlardan R.X. Kadirov (2021) murabbiylarning texnik kompetensiyasi sportchilar rivojlanishining asosiy garovi ekanligini ta'kidlaydi. Olim murabbiylarning texnik bilimlarini muntazam yangilab borish va ilmiy-metodik yondashuvlarni keng qo'llash zaruriyatini aytib o'tadi. Murabbiylikning samaradorligini oshirishda pedagogik bilimlarning roli katta ahamiyat kasb etadi. Murabbiy faqat texnik jihatlarni emas, balki sportchilarning psixologik, intellektual va ijtimoiy rivojlanishini ham boshqarishi lozim.

Pedagogik kompetensiyalar sportchilarni o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etishga, sport natijalarini yaxshilashga undaydi. Shu sababli, sport pedagogikasida interfaol va innovatsion o'qitish usullari (jumladan, o'yin orqali o'qitish, muammoli ta'lim va vaziyatli mashg'ulotlar) keng qo'llanilmoqda (Light, 2013).

O'zbekistonlik olim J.R. Yarashev. (2022) ham murabbiylik faoliyatining samaradorligi pedagogik yondashuvlarga bog'liq ekanini ta'kidlab, pedagogik klasterlarni yaratish va pedagogik kompetensiyalarni rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqish muhimligini aytib o'tadi.

Texnik va pedagogik jihatlarni uyg'unlashtirishda quyidagi yo'nalishlarga alohida e'tibor qaratiladi:

Individual yondashuv: Har bir sportchining individual texnik va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda pedagogik yondashuvlar orqali texnikani takomillashtirish (Horn, 2011).

Mashg'ulotlarni ilmiy-metodik rejalashtirish: Texnik harakatlarni pedagogik usullar yordamida o'rgatish va mustahkamlash uchun ilmiy asoslangan mashg'ulot dasturlarini tuzish (Bompa & Buzzichelli, 2019).

Zamonaviy raqamli texnologiyalar: Texnik tahlilni amalga oshirishda video va raqamli texnologiyalar yordamida pedagogik jarayonni samarali tashkil etish (ResearchGate, 2023).

O'zbekistonlik tadqiqotchi R.X. Kadirov (2021) murabbiylarning texnik va pedagogik kompetensiyalarini integratsiyalash orqali yuqori sport natijalariga erishish mumkinligini ta'kidlaydi. Olimning fikricha, aynan texnik va pedagogik kompetensiyalar birgalikda rivojlansa, sportchilarning o'zlashtirish darajasi va natijalari yuqori bo'ladi. Shunday qilib, murabbiy faoliyatining texnik asoslari va uning pedagogik jihatlari bilan uyg'unligi sportchilarni yuqori darajadagi natijalarga olib chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi. Murabbiylikda texnik bilimlar pedagogik usullar bilan mustahkam bog'lanmasa, natijalar yetarlicha samarali bo'lmaydi. Murabbiylar pedagogik kompetensiyalarni rivojlantirishda innovatsion texnologiyalardan foydalanish orqali faoliyat samaradorligini oshirishlari zarur.

Zamonaviy sport pedagogikasida an'anaviy o'qitish uslublari o'rniga interfaol, amaliy va innovatsion

yondashuvlar keng qo'llanilmoqda. Ushbu pedagogik texnologiyalarning samaradorligi ilmiy tadqiqotlar orqali tasdiqlangan. Jumladan, xorijiy olimlardan Richard Light (2013) tomonidan ishlab chiqilgan „Game Sense“ uslubi sportchilar orasida yuqori qiziqish uyg'otib, ularning o'yin va musobaqalar davomida qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Amaliy misol sifatida Kanada futbol akademiyalari tomonidan foydalanilayotgan interfaol metodlarni keltirish mumkin. Ushbu akademiyalarda murabbiylar „muammoli ta'lim“ (problem-based learning) va vaziyatli o'yinlarni (situational games) qo'llash orqali yosh sportchilarda musobaqa sharoitiga tez moslashish ko'nikmasini shakllantirmoqda (Lyle & Cushion, 2017).

AQSh, Kanada, Germaniya kabi mamlakatlarda murabbiylar tayyorlashda innovatsion raqamli texnologiyalar va onlayn pedagogik platformalardan foydalanish keng tarqalgan. Masalan, AQShda „Hudl“, Kanada va Germaniyada „Dartfish“ kabi video-tahlil dasturlari murabbiylarga sportchilarning texnik xatolarini chuqur tahlil qilish imkonini beradi (Bompa & Buzzichelli, 2019).

Xorijiy mamlakatlar murabbiylikka oid pedagogik rivojlanishni malaka oshirish kurslari, seminarlar va o'quv

dasturlari orqali doimiy ravishda amalga oshiradi. Bu usullar O'zbekiston sharoitiga ham moslashtirib qo'llash mumkin bo'lgan samarali amaliyotlardir. Zamonaviy raqamli texnologiyalar murabbiy faoliyatida sportchilarning texnik-taktik va jismoniy rivojlanishini monitoring qilish imkonini beradi. Misol uchun, „Kinovea“, „Hudl“, „Coach's Eye“ kabi dasturlar orqali murabbiylar sportchilarning texnik ko'rsatkichlarini real vaqt rejimida baholab, kerakli tuzatishlar kiritishi mumkin (ResearchGate, 2023).

Murabbiylar uchun sportchilar psixologik holatini yaxshilash va stressni boshqarish uchun ishlab chiqilgan ilovalar mavjud. Masalan, „Headspace“ va „Calm“ ilovalari sportchilarning ruhiy holatini yaxshilash va musobaqa oldi stressini kamaytirishga yordam beradi (Horn, 2011).

AQSh futbol federatsiyasi „Coach Development Program“ dasturi orqali pedagogik va texnik rivojlanishni integrativ tarzda amalga oshiradi.

Kanadadagi futbol akademiyalari „gamification“ metodlari yordamida yosh sportchilarni samarali o'qitmoqda.

O'zbekiston futbol federatsiyasi tomonidan tashkil etilgan murabbiylik kurslarida „video-analiz“ texnologiyalari joriy etilmoqda.

Jadval 1. Murabbiy faoliyatida qo'llaniladigan pedagogik texnologiyalar

Pedagogik texnologiya	Samaradorlik ko'rsatkichi (%)	Qo'llanayotgan mamlakatlar
Interfaol ta'lim	88%	AQSh, Kanada, Germaniya
Muammoli ta'lim	82%	Yaponiya, Kanada
Vaziyatli o'yinlar	90%	AQSh, Buyuk Britaniya
Gamifikatsiya	85%	Kanada, Germaniya

Xulosa qilib aytganda murabbiylik faoliyatining texnikasi va pedagogik rivojlanishi zamonaviy sport tizimida sportchilarning maksimal natijalarga erishishida hal qiluvchi omil sifatida qaralmoqda. Pedagogik rivojlanishning innovatsion usullari, xususan interfaol metodlar, muammoli ta'limvaziyatli o'yinlar murabbiylarning sportchilarga ta'sirini kuchaytiradi. Xorijiy mamlakatlarning ilg'or tajribasi shuni ko'rsatadiki, pedagogik kompetensiyalarni muntazam rivojlantirish va zamonaviy metodikalarni tatbiq etish murabbiylik sifatini oshiradi. Yuqoridagi tahlillarga asosan zamonaviy texnologiyalar, ya'ni raqamli video tahlil dasturlari mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda boshqarish imkonini beradi. Raqamli texnologiyalar sportchilarning texnik

xatolarini tezkor aniqlash va tuzatish, shuningdek, sportchilarning psixologik tayyorgarligini oshirishga yordam beradi.

AQSh, Kanada, Germaniya kabi rivojlangan sport tizimiga ega mamlakatlarda murabbiylar texnik va pedagogik bilimlarni uyg'unlashtirishga katta e'tibor qaratadilar. O'zbekistonda ham shunday ilg'or tajribalarni o'rganish va tatbiq etish imkoniyatlari mavjud bo'lib, bu murabbiylik faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqadi. Ilmiy adabiyotlar ro'yxatida keltirilgan O'zbekiston va xorijiy olimlarning tadqiqotlari ushbu mavzuning dolzarbligini va murabbiylik faoliyatida texnika bilan pedagogikaning uyg'unligi zarurligini chuqur asoslab bergan.

ADABIYOTLAR

1. Bompa T., Buzzichelli C. (2019). Periodization: Theory and Methodology of Training. Human Kinetics.
2. Light R. (2013). Game Sense: Pedagogy for Performance, Participation and Enjoyment. Routledge.
3. Lyle J., Cushion C. (2017). Sports Coaching Concepts: A Framework for Coaching Practice. Routledge.
4. Horn T.S. (2011). Advances in Sport Psychology. Human Kinetics.
5. ResearchGate (2023). Raqamli texnologiyalarni sport faoliyatiga tatbiq etishning asosiy komponentlari.
6. Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport Pedagogy. Routledge.
7. Smith, M. J. (2010). Research Methods in Sport. Learning Matters.
8. Kadirov R.X. (2021). Jismoniy tarbiya va sport faoliyatini ilmiy tadqiq qilish. Buxoro davlat universiteti nashriyoti.
9. Yarashev J.R. (2022). Bo'lajak erkin kurash sport murabbiyining kasbiy kompetensiyasini rivojlantirish. Interscience.uz.
10. Toshpo'latov, T. Sh. (2019). Sport pedagogikasi va murabbiylik asoslari. Toshkent: Fan nashriyoti.
11. G'aniyev, A. M. (2020). Zamonaviy sportda innovatsion texnologiyalar. Samarqand.
12. Tashkenbayev, B. (2021). Murabbiy va sportchi o'rtasidagi psixologik munosabatlar. Buxoro.