



## ЁШ КУРАШЧИЛАРДА ЎСМИРЛИК ДАВРИ ПСИХОЛОГИЯСИ

Беков Дилшод Ҳайтбоевич<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш  
муҳандислари институтининг Бухоро филиали.

bekovdilshod9@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.5759476>

### MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 20- Noyabr  
2021

Ma'qullandi: 25- Noyabr 2021

Chop etildi: 30 - Noyabr 2021

### KALIT SO'ZLAR

ўқитувчи психологияси,  
ўқитувчининг  
вазифалари, унинг  
касбига хос хислатлар,  
педагогик қобилиятлар.

### ANNOTATSIYA

Мақола ёш давр курашчилари ва педагогик психология фанининг вазифалари ва тадқиқот методлари, шахс таркиб топишида биологик ва ижтимоий омиллар, психик тараккиёт ва таълимнинг ўзаро муносабатлари ҳақида сўз юритилади Олий ўқув юртлари талабалари, шунингдек, турли ёшдаги болалар ва ўқувчилар билан ишловчи педагоглар учун мўлжаллангандир.

Президентимиз Шавкат Мирзиёевнинг жорий йил 15 февралдаги Маданият ва спорт соҳасида бошқарув тизимини янада такомиллаштириш чора тадбирлари тўғрисидаги фармони мамлакатимиз спорти ривожига янги даврни бошлаб берди. Фармонга биноан Ўзбекистон Республикаси Жисмоний тарбия ва спорт давлат қўмитаси ташкил қилинди. Аҳоли кенг қатламини спорт билан шуғулланишга жалб этиш, жисмонан соғлом авлодни тарбиялаш, спорт индустрияси ва инфратузилмасини ривожлантириш, шаҳар ва туманларда оммавий спорт тадбирлари ва мусобақалар ўтказиш,

Миллий олимпия қўмитаси, спорт турлари бўйича федерациялар ва ассоциациялар билан биргаликда истедодли спортчиларни танлаш, тайёрлаш ва маҳоратини ошириш, кадрлар тайёрлаш, соҳага замонавий технологияларни жорий этиш ва халқаро алоқаларни кенгайтириш унинг асосий вазифалари этиб белгиланди [1].

Кичик мактаб даври 6-7 ёшдан 9-10 ёшгача давом этади. Бу даврда бола мактаб ўқувчиларига қўйиладиган турли талаблар билан жисмоний машқлар юклагани, босимини ҳис қилишини танишади, кураш асосларини ўрганиш учун биологик ва



психологик жиҳатдан тайёрланади. Унинг психикаси билим олишга етадиган даражада ривожланади. Шу ёшдаги бола гидрокининг ўткирлиги, равшанлиги, софлиги, аниқлиги, ўзининг қизиқувчанлиги, ишонувчанлиги, хаёлининг ёрқинлиги, хотирасининг кучлилиги, тафаккурининг яққоллиги билан бошқа ёшдаги болалардан ажралиб туради. Мактаб ихтисослиги курашга БЎСМ да ёш курашчилар таълимга тайёрланаётган болада диққат нисбатан узоқ муддатли ва шартли барқарор бўлади [2]. Кичик мактаб ёшидаги курашчи болаларнинг асосий фаолияти ўсиш ва ривожланиш бўлиб қолмай боланинг машғулотга бориши, унинг психологик ривожланиши ва шахсининг шаклланишидаги ўрни ниҳоятда катта. Ёш курашчилар ўқув фаолиятида ўқитувчи раҳбарлигида инсоннинг турли асосий шакллари мазмунини эгаллайди ва инсоний анъаналар асосида ҳаракат қилишни ўрганади [3]. Машғулот фаолиятида бола ўзиродасини ўқув машғулоти мақсадларига эришиш учун машғулот қилдириш керак. Машғулот фаолияти боладан нутқ, диққат, хотира, тасаввур ва тафаккурини керакли даражада ривожланишини талаб этган ҳолда, шуғулланувчи курашчини ривожланиши учун янги шароитларни яратади. Биринчи бор кураш мактабга келган бола ўз атрофдагилари билан психологик жиҳатдан янги муносабат тизимига ўтади. У ҳаётининг тубдан ўзгарганини, унга янги мажбуриятлар, нафақат, ҳар куни ўқув ва тарбиявий машғулотлардан ташқари мактабга бориш, балки кураш машғулотлар

фаолияти талабларига бўйсуниб ҳам юклатилганлигини ҳис эта бошлайди. Оила аъзоларининг бола ўқув фаолияти, ютуқлари билан қизиқаётганлиги, шунингдек, машғулотлар жисмоний юкломани яний чарчоқ ва толиқиш назорат қилаётганлиги, унга қилинаётган янги муомала, муносабат унинг ижтимоий мавқеи ўзгарганлигини тўла ҳис этишига, ўзига нисбатан муносабатининг ўзгаришига асос бўлади. [4]. Катталар болаларни амалий жиҳатдан ўз вақтларини тўғри тақсимлаш борасида яхши ўқиш, кичик туризм сайирлари ва саёхатлар, сайр қилиш ва бошқа нарсалар билан шуғулланишга ўргатадилар. Демак, оилада бола у билан ҳисоблашадиган, маслаҳатлашадиган янги бир ўринни эгаллайди. ёш курашчиларнинг мактабдаги муваффақияти унинг кейинги психик ривожини ва шахсининг шаклланишида тўлиқ ижобий асос бўлади. курашчилар 10—11 ёшлардан 14-15 ёшларгача бўлган даврни ташкил этади. Аксарият курашчиларда ўсмирлик ёшига ўтиш асосан, 5-синфлардан бошланади. «Энди ўсмир бола эмас, бироқ катта ҳам эмас» - айни шу таъриф ўсмирлик даврининг муҳим характерини билдиради. Бу ёшда ўсприн ривожда кескин ўзгаришлар рўй бера бошлайди [5,6]. Бу ўзгаришлар физиологик ҳамда психологик ўзгаришлардир. Физиологик ўзгариш жинсий етилишнинг бошланиши ва бу билан боғлиқ равишда танадаги барча аъзоларнинг мукамал ривожланиши ва ўсиши, хужайра ва организм тузилмаларининг қайтадан шаклланиши бошлайдир. Организмдаги ўзгаришлар бевосита ўсмир эндокрин системасининг ўзгаришлари билан



боғлиқдир. Бу даврда ички секреция безларидан бири гипофиз безининг функцияси фаоллашади. Унинг фаолияти организм тўқималарининг ўсиши ва муҳим ички секреция безларининг (қалқонсимон без, буйрак усти беши ва жинсий безлар) ишлашини кучайтиради. Натижада бўй ўсиши тезлашади, жисмоний ва рухий овоз тўқималардаги гармоник ўзгаришлар жинсий балоғатга етиш даври хсобланади (жинсий органларнинг ривожланиши, иккиламчи жинсий безларнинг пайдо бўлиши) амалга ошади. Ёш ўсмирин курашчилар ўзларини катталардек тутишга ҳаракат қиладилар. Улар ўзларининг лаёқат, қобилият ва имкониятларини маълум даражада ўртоқлари ва ўқитувчиларига кўрсатишга интиладилар[7]. Бу ҳолатни оддий кузатиш йўли билан ҳам осонгина кўриш мумкин. Ўсмирлик ёшига хос бўлган психологик хусусиятларни ўргана туриб, ўсмирлар шахсининг шаклланиб, ривожланиб, камолотга эришиш йўллари ва унга таъсир этадиган биологик ва ижтимоий омилларнинг бевосита таъсирини тушуниш мумкин. [8]. Бу даврда ўсмир бахтли болалик билан хайрлашган, лекин катталар ҳаётида ҳали ўз ўрнини топа олмаган ҳолатда бўлади. Ўсмирлик даври «ўтиш даври», «Кризис давр», уйғониш давр» каби номларни олган психологик кўринишлари билан характерланади. Чунки, бу ёшдаги ўсмир курашчиларнинг ҳатти-ҳаракатида муқобил, янги шароитларда ўз ўрнини топа олмаганлигидан психик портлаш ҳоллари ҳам кузатилади. Ўз даврида бундай ҳолатни «психик ривожланишдаги кризис» деб номлаган. Ўсмирлик ёшида уларнинг хулқ-

атворига хос бўлган алоҳида хусусиятларни жинсий етилишнинг бошланиши билан изоҳлаб бўлмайди. Жинсий етилиш ўсмир хулқ-атворига асосий биологик омил сифатида таъсир кўрсатиб, бу таъсир бевосита эмас, балки кўпроқ билвоситадир[4].

Мен ўйлайманки бу давирда кўпроқ болани банд қилишни, спорт тўғаракларга жалб қилишни тавсия қиламан тадқиқот натижалар шуни кўрсатади ёш ўсмиринлар кураш машғулотларидан кейин турли хил интеллектуал суҳбат доирасида болани тез аниқ қарор қабул қилиш қобляти самарадорлиги ошибгина қолмай. Бу ёшдаги болаларда идрок, диққат, хотира, тафаккур ва нутқ тўлиқ шаклланиб бўлгани учун ҳам уларга таълим беришда катталарга қўлланиладиган услублардан фойдаланиш мумкин.

## махсус тестлар

1. Кичик мактаб ёшида юзага келадиган янги ўзгаришлар нималардан иборат.

А) Эркинлик, иш – ҳаракат ва фикрларнинг ички режаси,

Б) Эркинлик, рефлексия ва катта бўлганлигини ҳис этиш;

В) Эркинлик, танкидийлик, ўз фикрларининг ҳаққонийлигини асослаб бера олиш.

2. Кичик мактаб ёшидаги курашчиларнинг етакчи фаолият кайси.

А) Предметли фаолият;

Б) Ўйин ва меҳнат фаолияти;



В) Ўқиш фаолияти ва машғулот.

3. Кичик мактаб ёшидаги курашчиларнинг психик ривожланишида таълимнинг ролини аниқланг.

А) Жамоа шаклдаги мулоқот ва фаолиятнинг шаклланиши;

Б) Кузатувчанлик, ихтиёрий диккат, ижодий ҳаёл, мавҳум тафаккурнинг шаклланиши;

В) Билиш жараёнларининг ривожланиши, таълим олишдаги муаммоларни ечишда тафаккур жараёнининг шаклланиши.

4. Кичик мактаб ёшидаги курашчиларнинг таракқиёти нималардан иборат.

А) Ўз “мен”ини ва ўз психологик хусусиятларини англай бошлайди;

Б) Ахлоқ нормалари ва ҳулқ – атвор қоидаларини эгаллайди;

В) Ўз- ўзини тарбиялаш элементлари юзага келади, мустақилликка эришишга интилади, ўзининг шахсий ҳиссиётларини билиш эҳтиёжлари пайдо бўлади.

5. Кичик мактаб ёшидаги курашчиларда нима орқали таълимга бўлган муносабат янада фаол намоён бўлади.

А) Дунёқараш орқали; Б) Кизикиш орқали; В) Кобилят орқали

Таълим ва тарбия психологиясига бағишланган бўлиб, ўқув фаолиятининг психологик мазмуни ва моҳияти, билимларни ўзлаштиришнинг психологик компонентлари, таълимнинг ноанъанавий усуллари, ўқув фаолиятини ва машғулот дарида ақлни бошқариш психологияси, тарбия психологияси бобида самара беради. Психологик механизмлар, тарбияси қийин болалар психологияси ҳақида батафсил сўз юритилган бўлсада.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017-йил 15-февралдаги ПФ-4956-сонли фармони.
2. М.Г.Давлетшин, Ш.Дўстмуҳамедова, М.Мавлонов, С.Тўйчиева, М.Джумабаева.
3. Гафаров А.З., Югай А.Х. Педагогик амалиёт. Тошкент, 2002.
4. Давлетшин М.Г., Тўйчиева С.М. Умумий психология. Тошкент, 2002.
5. Давлетшин М.Г. Замонавий мактаб ўқитувчиси психологияси. Тошкент, 2002.
6. Щербаков А.И. Ёш психологияси ва педагогик психологиядан практикум. Тошкент, 1991.
7. А.А.Диллоевич, Ўзбекистонда миллий курашнинг ривожланиш истиқболлари.



8. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг “Жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”. 1999 йил 27 май.
9. Матвеев Л.К. Массовая физическая культура в ВУЗе (учебное пособие для вузов). М.: Во`сшая школа. 1991.
10. Имомов М.П. “Касб-хунар коллежларида ўқувчиларнинг касбий маданиятини шакллантириш” // Мактаб ва ҳаёт журнали 2012-№2 Б 26-бет.
11. Кошбахтиев И.А. Основ физического совершенствования студентов. Учебник для преподавателей и студентов вузов. Т.: 1991.
12. Абдурасулова Г.Б., Нуритдинова Ш.Н., Тажибаев С.С. Таэквондо назарияси ва услубияти. Дарслик. Тошкент – 2015.
13. Айрапетьянц Л.Р. Волейбол//Учебник для высших учебных заведений. Т.: Zargalam. 2006. - 240 с.
14. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол. // Учебник для студентов вузов ФК. М.: ТВТ, 2009. – 368с.
15. Железняк Ю.Д. Волейбол: У истоков мастерства. Учебно-методическое пособие д/прочих видов обучения. ISBN 978-5-8183-0001-6, 1998.- 323с.
16. Суханов А.В., Фомин Е. В., Булыкина Л.В. Прыгучесть и прыжковая подготовка волейболистов. Методическое пособие. № 10. - М., 2012, - 24с.
17. Marchenko VM. Methodology for improving the technique of weightlifters: the teaching method: theme "Basic means of training and methods of their application": VV. Marchenko, VN. Rogozyan, DV. Popov. Krasnodar, 2002; 117.
18. Oleshko VG. Features of time and angular characteristics of equipment of weightlifters of different qualifications: Weightlifting. Moscow, 1982;
19. Chernyak AV. Criteria of technical readiness: Methodology for training a weightlifter. Moscow, 1978; 23-26.
20. <https://www.google.com>.
21. <https://uz.denemetr.com/docs/768/index-70311-1.html?page=4>.
22. [www. //ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz).