



7. Ростомашвили Л.Н. Технология коррекционно-развивающего воздействия на детей со сложными нарушениями развития // Адаптивная физическая культура. — 2013. — № 3(55).

8. Семенов Л.А., Никитин В.И. Анализ урока физической культуры в школе слепых и слабовидящих детей // Проблемы двигательной и функциональной подготовленности детей школьного возраста. — М., 1983.

9. Шапкова Л.В. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и специальной педагогики // Адаптивная физическая культура. — 2000. — № 1–2.

SPORT MUASSASALARIDA SHAXSGA YO‘NALTIRILGAN YONDASHUVNI AMALGA OSHIRISHDA YOSH SPORTCHINING O‘ZINI O‘ZI ANGLASHI VA YO‘NALISHINI BELGILASHNING NAZARIY ASOSLARI

Yakupov Rozimbay Maksetbayevich

Mustaqil izlanuvchi

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti

yakupovrozim@gmail.com

Annatsiya: *Mazkur maqolada sport muassasalarida shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvni amalga oshirish jarayonida yosh sportchining o‘zini o‘zi anglashi va sport faoliyatidagi yo‘nalishini belgilashning nazariy asoslari tahlil qilinadi. Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvning mazmuni, uning pedagogik va psixologik jihatlari ochib berilib, yosh sportchilarning individual xususiyatlari, qiziqishlari, qobiliyatlari hamda ichki motivatsiyasini hisobga olishning ahamiyati asoslab beriladi. Tadqiqotda o‘zini o‘zi anglash tushunchasi shaxs rivojlanishining muhim omili sifatida qaralib, sportchining o‘z imkoniyatlarini baholashi, maqsad qo‘yishi va kasbiy-sport yo‘nalishini ongli ravishda tanlashiga ta’siri yoritiladi.*

Shuningdek, trener va pedagoglarning yosh sportchilarda mustaqil fikrlash, o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanishga intilishni shakllantirishdagi roli ko‘rsatib o‘tiladi. Maqola natijalari sport ta’limi jarayonini takomillashtirishda, yosh sportchilarni har tomonlama rivojlantirish va ularning sport faoliyatida barqaror muvaffaqiyatga erishishida nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Ka’lit so‘zlar: *Sport muassasasi, sportchilar, sport faoliyati, sportchilar o‘z o‘zini anglash, shaxs rivojlanishi, sportchining o‘z imkoniyatlarini baholashi.*

Аннотация: *В данной статье анализируются теоретические основы самосознания юного спортсмена и определения его направленности в спортивной деятельности в процессе реализации личностно-ориентированного подхода в спортивных учреждениях. Раскрывается содержание личностно-ориентированного подхода, его педагогические и*



психологические аспекты, обосновывается важность учета индивидуальных особенностей, интересов, способностей и внутренней мотивации юных спортсменов. В исследовании понятие самосознания рассматривается как важный фактор развития личности, освещается его влияние на оценку спортсменом своих возможностей, постановку целей и осознанный выбор профессионально-спортивного направления.

Также показана роль тренеров и педагогов в формировании у юных спортсменов самостоятельного мышления, самооценки и стремления к личностному развитию. Результаты статьи послужат теоретической основой для совершенствования процесса спортивного образования, всестороннего развития юных спортсменов и достижения ими устойчивых успехов в спортивной деятельности.

Ключевые слова: *Спортивное учреждение, спортсмены, спортивная деятельность, самосознание спортсменов, личностное развитие, оценка спортсменом своих возможностей.*

Abstract: *This article analyzes the theoretical foundations of young athlete self-awareness and determining their orientation in sports activities during the implementation of a personality-oriented approach in sports institutions. The content of the personality-oriented approach, its pedagogical and psychological aspects are revealed, and the importance of considering the individual characteristics, interests, abilities, and internal motivation of young athletes is substantiated. The study examines the concept of self-awareness as an important factor in personality development, highlighting its influence on an athlete's ability to assess their capabilities, set goals, and consciously choose a professional-sports direction.*

The role of coaches and educators in forming independent thinking, self-esteem, and the pursuit of personal development in young athletes is also shown. The results of the article will serve as a theoretical basis for improving the process of sports education, the comprehensive development of young athletes, and their achievement of sustainable successes in sports activities.

Keywords: *sports institution, athletes, sports activity, athletes' self-awareness, personal development, the athlete's assessment of their capabilities.*

Кирish. *Jahonda yaqin vaqtlargacha o‘zlikni anglash mavzusi ijtimoiy-madaniy vaziyat uchun dolzarb emas edi. Faqatgina kasbiy o‘zlikni anglash sohasi, ayniqsa kasb tanlash doirasida, ajratib ko‘rsatilgan va ta‘minlangan edi. Ilgari ayrim sohalarda shaxsning o‘zligini anglash jarayoni rasmiy va yuzaki xarakterga ega bo‘lgan. Hozirgi davrda esa jamiyatda kechayotgan global o‘zgarishlar insondan atrof-muhitda yuz berayotgan jarayonlarga nisbatan ongli munosabat bildirishni talab etmoqda. Natijada o‘zlikni anglash shaxs hayotida muhim qarorlar qabul qilishning asosiy omillaridan biriga aylanib bormoqda.*



Bugungi kunda sport faoliyati eng yuqori raqobat muhitiga ega sohalardan biri bo'lib, shaxsda o'zini anglash jarayonining faol rivojlanishiga xizmat qiladi. Ayniqsa, yosh sportchilar uchun bu masala alohida dolzarblik kasb etadi. Chunki sport mashg'ulotlari jarayonida bola o'zining hayotiy yo'nalishini, faoliyat maqsadlarini, ularga erishish vositalari va usullarini belgilaydi hamda o'zini namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Mamlakatimizda sport zaxirasini tayyorlash ko'p yillik jarayon bo'lib, u sport takomillashuvi tizimining “piramidasi” asosini tashkil etadi. Bolalar va o'smirlar sporti samaradorligini oshirish maxsus tayyorgarlikni tashkil etish, iqtidorli bolalarni saralash, profilaktika va reabilitatsiya faoliyati, o'quv-mashg'ulot jarayonini rejalashtirish, tahlil qilish va nazorat qilishning yanada samaraliroq tashkiliy shakllari, vositalari va usullarini izlashni talab qiladi. Hozirgi kunda mamlakatimizda sport zaxirasini tayyorlashning zaruriy tizimi yaratilgan bo'lib, u keng qamrovli tashkiliy va uslubiy chora-tadbirlar dasturini o'z ichiga oladi.

O'zbekiston Respublikasining 2015 yil 4-sentyabrdagi “Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida”gi O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartish va qo'shimchalar kiritish haqidagi O'RQ-394-son Qonuni, Prezidentning 2020 yil 24-yanvardagi “O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PF-5924-son Farmoni, Prezidentning 2023 yil 11-sentyabrdagi “O'zbekiston – 2030 strategiyasi to'g'risida”gi PF-158-son Farmoni jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanuvchi yoshlar qamrovini kengaytirishga qaratilgan.

Tadqiqot maqsadi. Sport muassasalarida shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni amalga oshirishda yosh sportchining o'zini o'zi anglashi va yo'nalishini belgilash bo'yicha taklif va tavsiyalarni ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot vazifasi. Yosh sportchilarning o'z yo'nalishini belgilab olish muammosining hozirgi holatini o'rganish va tahlil qilish asosida uni hal etishning nazariy jihatdan asoslangan yondashuvlarini aniqlash.

Sport muassasalarida yosh sportchining o'zini o'zi anglashi va yo'nalishini belgilashning nazariy asoslarini tahlil qilish.

Tadqiqot natijalari va muhokamasi. Shaxsning o'z-o'zini belgilashi murakkab ilmiy masala bo'lib, u kamida falsafiy, sotsiologik, psixologik va pedagogik jihatlarni o'z ichiga oladi. Ilm-fanda ushbu tushunchani ta'riflashda turli xil yondashuvlar mavjud. Shu sababli, “hayotiy”, “kasbiy”, “ijtimoiy” o'z-o'zini belgilash so'zlari turli hodisalarni aks ettiradi va bu holat uni ilmiy jihatdan talqin qilish zaruriyatini keltirib chiqaradi.

O'z taqdirini o'zi belgilash muammosiga sotsiologik yondashuv S.L.Rubinshteyn, I.S.Kon, K.A.Albuxanova-Slavskaya, A.V.Petrovskiy va boshqalarning asarlarida o'z aksini topgan. K.A.Albuxanova-Slavskayaning fikricha, o'z-o'zini belgilash - bu shaxsning o'z hayotiy pozitsiyasini anglashi bo'lib, u munosabatlar tizimi orqali shakllanadi hamda jamoa subyektiga, jamoadagi



o‘z o‘rniga va ushbu jamoaning boshqa a‘zolariga bo‘lgan munosabatlar tizimiga bevosita bog‘liqdir.

I.S.Kon o‘smirlarning o‘z taqdirini o‘zi belgilashining ijtimoiy va shaxsiy jihatlarini farqlab, ularni kattalardan mustaqillikka intilish bilan qarama-qarshi qo‘yadi va ularning mohiyatini kattalar dunyosida o‘z o‘rnini topish va yo‘nalish olishda ko‘radi. A.V.Petrovskiy jamoaviy o‘zini o‘zi belgilash tushunchasini kiritgan bo‘lib, u shaxsning jamoa baholari bilan ongli ravishda birdamligi natijasida xulq-atvorning bir xilligini nazarda tutadi va umumiy maqsadlar hamda ideallar bilan birlashgan jamoaning vazifalari bilan uyg‘unlashuvini tushunishni taklif qiladi. V.F.Safin rahbarligida o‘z-o‘zini belgilash muammosiga umumpsixologik yondashuv ishlab chiqildi, bu yondashuv o‘zlashtirishga asoslangan edi. Bu muayyan dunyoqarashni, jamiyat talablarini qabul qilish va o‘z subyektiv sifatlarini anglash o‘rtasidagi muvozanatni topishni nazarda tutadi. U o‘z asarlarida o‘z taqdirini o‘zi belgilash jarayonining mexanizmi sifatida tanlovni ajratib ko‘rsatadi va shaxsning o‘z taqdirini o‘zi belgilash jarayonining shakllanishi hamda rivojlanishini tavsiflaydi.

“O‘z taqdirini o‘zi belgilash” atamasi adabiyotda turli ma’nolarda qo‘llaniladi. Xususan, shaxsiy, hayotiy, kasbiy va ijtimoiy o‘zini o‘zi belgilash haqida so‘z yuritiladi.

S.L.Rubinshteynning fikricha, shaxs taqdiri uning o‘zi ustidan chiqargan hukmiga bog‘liqdir. S.L.Rubinshteyn o‘zini o‘zi aniqlash muammosini determinatsiya muammosi doirasida ko‘rib chiqdi. Uning fikricha, bu boshqa, tashqi omillar bilan belgilanish va o‘zini o‘zi aniqlash (obyektning ichki xususiyatlarini belgilash) sifatida zarurdir. Muallif ta’kidlashicha, o‘z taqdirini belgilash - bu “insonning o‘z taqdirini erkin tanlashi, amalga oshirilgan o‘zini o‘zi belgilash bo‘lib, u ijtimoiy determinatsiya mexanizmini ifodalaydi. Bu mexanizm faqat subyektning o‘zi tomonidan faol ravishda qayta ishlanganidan keyingina ishlaydi”. S.L.Rubinshteyn inson hayot faoliyatining ikki usulini ajratib ko‘rsatgan: “qo‘shilgan” va “ajralgan” (refleksiv). Aynan ikkinchi usul, uning fikricha, subyektiv hisoblanadi, chunki u insonga o‘z hayot yo‘lini mustaqil, tashabbuskorona tanlash va uni boshqarish imkonini beradi. Uning rivojlanishi hayot yo‘lini aks ettirish mexanizmlarini takomillashtirish va hayot mazmunini shakllantirish bilan bog‘liq. Inson o‘z rivojlanish yo‘lining haqiqiy insoniy mohiyatini tushunish uchun uni o‘z “Men”ining uchta refleksiv nuqtai nazaridan ko‘rib chiqishi lozim: “men kim edim? - nima qildim? - kimga aylandim?”. Shunday qilib, subyektli-faoliyatli yondashuv asosida shunday xulosaga kelamizki, refleksiya shaxsning subyektivligi, individualligi, o‘ziga xosligi va betakrorligi rivojlanishining asosiy yo‘li hisoblanadi.

1-jadvalda turli mualliflar talqinidagi o‘rganilayotgan ta’rif keltirilgan.



“O‘z taqdirini o‘zi belgilash” tushunchasining talqini

Talqin	Muallif
O‘z taqdirini o‘zi belgilash - shaxsning muayyan hayot sharoitlarida o‘z pozitsiyasi, maqsadlari va o‘zini o‘zi amalga oshirish vositalarini tanlash jarayoni va natijasi; asosiy mexanizm insonning erkinlikka erishishi va uni namoyon etishi.	Eng yangi falsafiy lug‘at
O‘z taqdirini o‘zi belgilash - muammoli vaziyatlarda o‘z pozitsiyasini aniqlash va tasdiqlash bo‘yicha ongli harakatlar majmui, ya‘ni shaxs pozitsiyasini uning faolligi orqali shakllantirish.	V. K. Ryabsev
Inson nafaqat dunyo bilan muayyan munosabatlarda bo‘ladi, balki o‘z mavqeini o‘zi belgilaydi. Insonning ongli ravishda o‘z taqdirini o‘zi belgilashi ana shundan iborat.	S.L. Rubinshteyn
O‘z taqdirini o‘zi belgilash – insonning o‘zi uchun ahamiyatli bo‘lgan ishda takomillashishga, o‘zini ifoda etishga, namoyon qilishga intilishi.	A. Maslou
Hayotda, jamiyatda o‘z o‘rnini belgilash, o‘zining ijtimoiy, sinfiy, milliy manfaatlarini anglash.	S.I. Ojegov
Subyekt o‘z vazifalariga qarab o‘zini o‘zi belgilaydi. U o‘zini ma‘lum bir narsaga qo‘shilish, unga kirish yoki unga nisbatan munosabat bildirish ma‘nosida oz yoki ko‘p darajada o‘zi belgilashi mumkin.	K.Abulxanova-Slavskaya
“Shaxsning o‘zini o‘zi belgilashi ongli ravishda hayotiy pozitsiya egallash, bu dunyoda o‘zini tasdiqlashdan iborat”.	B.Bratus

Tushunchani tahlil qilish natijasida o‘zini o‘zi belgilashning yettita asosiy xususiyatini ajratib ko‘rsatish mumkin:

1) muayyan faoliyatda namoyon bo‘ladigan o‘z imkoniyatlari va qobiliyatlarini aniqlash;

2) o‘zini o‘zi baholash uchun ma‘lum mezonlar va me‘yorlarni tanlash, ideallar, qadriyatlar tizimini shakllantirish, jamiyatning insondan kutganlarini anglash;

3) inson o‘z fazilatlarini aniqlab, o‘zini muvofiqlikka tekshiradi: “bugun mening shaxsiyatim qanday, bugun men nimaga qodirman va boshqa fazilatlar aniqlash;

4) ertangi kun vaziyatida o‘zimni me‘yorlarga mos deb qabul qilishim yoki qilmasligim, ertaga nimalarga qodir bo‘lishim, shaxs va mutaxassis sifatida qanday bo‘la olishim mumkin;

5) nimani xohlayman va niyatlarim qanday - ya‘ni kelajak hayotim uchun rejalar tuzish, hayotiy maqsadlarim va belgilangan vazifalarimni amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan fazilatlarini rivojlantirish;

6) inson o‘z rivojlanishining turli bosqichlarida ularni o‘zi tanlaydi, mezonlar va baholarni doimiy ravishda qayta ko‘rib chiqadi, chunki **qadriyatlar**, o‘z faoliyatini amalga oshirayotgan jamiyatning dunyo qarashi o‘zgaradi;



7) yangi o‘zini o‘zi belgilash - inson o‘zini qayta qabul qiladi yoki qabul qilmaydi, keyin jarayon qaytadan boshlanishi mumkin. Insonning hayotida amalga oshiradigan tashqi o‘zgarishlar - kasbi, tanishlar doirasi, turmush tarzi, dinini o‘zgartirishi - uning o‘z taqdirini o‘zi belgilash (va qayta belgilash, qadriyatlarini o‘zgartirish) jarayonining bilvosita dalilidir .

Eng muhimi, o‘zini o‘zi anglash shaxsning ijtimoiylashuv jarayoniga bevosita bog‘liq.

Shu sababli, “o‘zini o‘zi anglash” tushunchasini shakllantirishda, pedagogika nazariyasi uchun bu tushunchani eng to‘liq ochib beradigan sotsiologik yondashuvni ma’qul ko‘ramiz.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, sport yo‘nalishidagi muassasalarda yosh sportchining o‘zini o‘zi belgilashi uchun shaxsga yo‘naltirilgan yondashuvdan foydalanishning o‘ziga xos xususiyatlari va imkoniyatlari aniqlashga yordam beradi. Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv - bu pedagogik faoliyatdagi metodologik yo‘nalish bo‘lib, o‘zaro bog‘liq tushunchalar, g‘oyalar va harakat usullari tizimiga tayanish orqali bola shaxsining o‘zini o‘zi anglash, o‘zini o‘zi shakllantirish va o‘zini o‘zi ro‘yobga chiqarish, takrorlanmas individualligini rivojlantirish jarayonlarini ta’minlash va qo‘llab-quvvatlash imkonini beradi. Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv bolaning sport faoliyatining “o‘z” turini tanlashga tayyorligini shakllantirishga ko‘maklashadi.

Foydalangan adabiyotlar:

1. Achilov A.M. Bolalar sportini rivojlantirish jamg‘armasining jismoniy tarbiya va sog‘lomlashtirish faoliyatini tashkil etish texnologiyasi. Dis.T.2008. -35 b.
2. Axmatov M. Uzluksiz ta’lim tizimida ommaviy sport-sog‘lomlashtirish ishlarini samarali boshqarish. Ilmiy monografiya. T.: O‘zDJTI nashriyot matbaa bo‘limi 2007. -263 b.
3. Бальсевич В.К. Перспектива развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания / В. К. Бальсевич // Теория и практика физкультуры. – 1997. – № 6. – С. 15 - 25.
4. Boyboboyev B.T. Jismoniy tarbiya darslarida 11-14 yoshli o‘g‘il bolalar uchun nagruzkani me’yorlash. Dis. T. 1999. -46 b.
5. Вишняков А.В., Гнусова Т.С., Кашкаров В.А., Вопросы стандартизации тестов, определяющих координационные способности // Культура физическая и здоровье. - 2010. - № 4 (29). - С. 66-70.