

**SPORTCHILARDA O‘YIN JARAYONINI YUQORI DARAJADA IDROK
QILISH QOBILİYATINI SHAKLLANTIRISH-INTELLEKTUAL
TAYYORGARLIKNING ASOSIY VAZIFASI**

S.V.Azizov, R.I.Azizova, Mahmudjonov A., Tuxtaboyeva N.

Namangan davlat pedagogika instituti

ANNOTATSIYA. Maqolada yosh sportchilarni sport o‘yinlariga intellektual tayyorlash haqida so‘z boradi, idrok, xotira, e’tibor, fikrlash kabi aqliy funktsiyalarning rivojlanish darajasi bilan bog‘liq bo‘lgan intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish bo‘yicha fikrlar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: intellektual tayyorgarlik, aqliy funktsiyalarni shakllantirish va takomillashtirish, o‘yin holatini idrok etish, ko‘rish chuqurligi va hajmi, "to‘p hissi", "darvoza hissi", "vaqt hissi".

**ФОРМИРОВАНИЕ ВОСПРИЯТИЯ ИГРОВОГО ПРОЦЕССА НА ВЫСОКОМ
УРОВНЕ У СПОРТСМЕНОВ – ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ**

Азизов С.В., Азизова Р.И., Махмуджонов А., Тухтабаева Н.

Наманганский государственный педагогический институт

АННОТАЦИЯ. В статье говорится об интеллектуальной подготовке юных спортсменов в спортивных играх, излагаются мысли о развитии интеллектуальных способностей, которые связаны с уровнем развития таких психических функций как восприятие, память, внимание, мышление и др.

Ключевые слова: интеллектуальная подготовка, формирование и совершенствование психических функций, восприятие игровой ситуации, глубина и объём зрения, «чувство мяча», «чувство ворот», «чувство времени».

**FORMATION OF THE ABILITY TO PERCEIVE THE GAME PROCESS AT A
HIGH LEVEL IN ATHLETES – THE MAIN TASK OF INTELLECTUAL
TRAINING**

Azizov S.V., Azizova R.I., Makhmudzhonov A., Tukhtabaeva N.

Namangan State Pedagogical Institute

***ANNOTATION.**In the article is mentioned young sportsman`s intellectual training in sports games. There are also given the most important information about the development of intellectual abilities, with mental functions such as memory, attention, critical thinking, perception and others.*

***Key words:** intellectual preparation, formation and improvement of mental functions, perception of the game situation, depth and volume of vision, “sense of the ball”, “sense of the goal”, “sense of time”.*

KIRISH

Jahon sport maydonlaridagi o`sb borayotgan raqobat, mashg`ulot jarayonlarining jadallashib borishi, sportchilar muvaffaqiyatlarini davlatimiz tomonidan yuksak e'tirof etilishi, sportda ilm- fanining rivojlanganligi va boshqa ma'lumotlar sportchilardan mustahkam ilmiy- nazariy tayyorgarlikni talab qiladi.

Hozirgi kunda sport o`yinlarida o`yin jarayoni ko`p qirrali ekanligini ko`rib turibmiz va bu jarayon tahlili shuni ko`rsatadiki, uni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun sportchiga muhim bo`lgan bir qator ruhiy funktsiyalari katta ahamiyatga ega. Shuning uchun o`yin davomidagi sodir bo`layotgan ma'lumotlarni qabul qilish, qayta ishlash, saqlash va uzatish jarayonlarini ta'minlaydigan ruhiy funktsiyalarining shakllanishiga va takomillanishiga alohida o`rin ajratiladi. Sportchilar o`yin davomida ushbu ma'lumotlarni texnik - taktik masalalarini to`g`ri hal qilish uchun qo`llashadi, ya'ni o`yinchilarni maydonda eng qulay joylanishi, to`pning qaerda va kimdaligi, raqibning qarshilik ko`rsatish mumkinligi, murabbiy va sheriklarining ko`rsatmalari va hokazo.

Nazariy qism. Sportchilarning intellektual tayyorgarligi deganda sport faoliyatining mohiyatini tushunish jarayoni va u bilan uzviy bog`liq bo`lgan hodisalarni tushuniladi. O`yin davomidagi sodir bo`layotgan vaziyatlarni, yani ma'lumotlarni qabul qilish, qayta ishlash, saqlash va uzatish jarayonlarini ta'minlaydigan ruhiy funktsiyalarining shakllanishiga va takomillanishiga alohida e'tibor qaratiladi [1]. Buning uchun ko`rish idroki parametrlari, ayniqsa ko`rish doirasining chuqurligi va ko`rish doirasining xajmi muhim ahamiyat kasb etadi. Agar birinchisi harakatlanayotgan ob`ektni masofaviy –harakat hususiyatlarini idrok qilish, ya'ni uchib kelayotgan to`pgacha va harakatlanayotgan o`yinchigacha bo`lgan masofani aniqlash qobiliyati bilan bog`liq bo`lsa, ikkinchisi – o`yinchilarni o`yin maydonida joylashishini aniqlab beradi.

Hujum harakatlarini boshlayotganda o'yinchi o'zining sheriklarining joylashishini, shuningdek, himoyachi, darvozabon, boshqa raqiblarini bir vaqtning o'zida ko'ra bilishi muhim. Himoya paytidada to'p bilan harakatlanayotgan hujumchini ko'rish maydonida ushlab turishi va shu vaqtning o'zida o'z sherigini himoya qilishga tayyor bo'lishi kerak bo'ladi [3]. Ko'pincha sportchi o'z diqqat –e'tiborini shu paytdagi asosiy ob'ektda, ya'ni o'yinchida, jamlab, qolganlarini periferik ko'rish bilan nazorat qiladi. Shug'ullanish jarayonida ushbu faoliyatning o'ziga hos xususiyatlari sportchilarda kompleks idrok etishni shakllantiradi. Uning asosida har xil analizatorlardan, ya'ni muskul-harakatlantiruvchi, vestibulyar, ko'rish, eshitish va sezish analizatorlardan kelgan qo'zg'atuvchilarni aniq farqlash qobiliyati rivojlanadi. Shunday o'ziga xos idroklar qatoriga “darvozani sezish”, “o'yin maydonini sezish”, “to'pni sezish”, “vaqtni sezish” va boshqalar kiradi. Ana shunday idrok qilish qobiliyatlariga erisha olsagina, sportchilar yuqori sport natijalarga ega bo'lishlari mumkin. Sportchilarda o'yin jarayonini oliy darajada idrok qilishni shakllantirish- intellektual tayyorgarlikning asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Sportchilar texnik – taktik mahoratini muvaffaqiyatli takomillashtirishda ularning xotira xususiyatlari katta ahamiyat kasb etadi [2]. Ular qatoriga xotira hajmi, eslab qolish tezligi, olingan ma'lumotlarni mustahkam saqlab qolish va kerakli paytda xuddi o'ziday qilib qaytarmoq kiradi. Sportchilarning xotira xususiyatlari 2 tipdagi xotiraning ishlashiga bog'liq bo'ladi: uzoq muddatli va qisqa muddatli, yoki operativ xotira. Sport o'yinchilari faoliyatida ko'proq operativ xotiraga ahamiyat beriladi. Operativ xotira qisqa vaqt ichida olingan ma'lumotni saqlash uchun hamda sportchi ongida uzoq muddatli xotiradagi ma'lumotlarning bir qismini eslamog' uchun qo'llaniladi.

O'quv – mashg'ulotlar jarayonida o'yinchilarga ko'plab taktik harakatlar chizmalarini eslab qolishga to'g'ri keladi. Bundan tashqari musobaqa davrida ular o'yin vazifalarini bajarishda qiziq, original, raqiblari uchun noaniq va noqulay taktik harakatlarini topib qo'llay bilishlari kerak bo'ladi. Bularning hammasini sportchi o'z hotirasida saqlab qolishi va kerakli paytda aniq bajara olishi kerak.

Jamoa o'yinida muvoffaqiyatga erishish uchun har bir o'yinchining harakatlari jamoaning umumiy maqsadiga mutanosib bo'lmog'i lozim. Masalan, gandbol va basketbol o'yinlarida yashirin to'p uzatishlar qo'llaniladi. Bu to'p tayyorlov harakatlarga muvofiq bo'lmagan yo'nalishlarda amalga oshiriladi. Bu to'p uzatishlarni

amalga oshirishda jamoadoshlar o‘zaro bir-birini yuqori darajada tushunishni, butun diqqat-e’tiborini o‘yinga qaratishni talab etadi, chunki bu to‘p uzatishlar faqat kichik masofalarda va raqib jamoasi o‘yinchilarining bevosita yaqinligida amalga oshiriladi. Xujum natijasi ko‘pincha yashirin to‘p uzatishlarni mahorat bilan qo‘llay bilishga bog‘liq bo‘ladi.

Yashirin to‘p uzatishlarni amalga oshirish shartlari:

- to‘pni qabul qiluvchi jamoadoshi yo‘nalishiga harakat etmaslik;
- to‘pni qabul qiluvchi jamoadoshiga nazar tashlamasdan, faqatgina pereferik qarash bilan uni nazorat etish;
- to‘pni tez va aniq uzatish (to‘p uzatishning maxfiyligi oshkor bo‘lmasligi uchun);
- ta’qib etuvchi uzatilgan to‘pni olib qo‘ymasligi uchun bevosita ta’qib etuvchining yaqiniga borish kerak. Har bir aniq o‘yin holatida to‘pni uzatish usulini puxta tanlab olish, to‘p uzatish tezligini to‘g‘ri rejalashtirish, to‘pni qabul qiluvchi jamoadoshning maydondagi joylashishni to‘g‘ri aniqlab olish muhim ahamiyatga ega [3].

Sport o‘yinlarida (gandbol, basketbol, futbol va boshqalar) o‘yin sur‘atining tezlashib ketganligi sababli ko‘pincha qisqa vaqt ichida sportchi sheriklari bilan birga aniq va tez harakat qilishi talab etiladi. O‘yin davomida sodir bo‘lgan ma’lumotni qayta ishlashni va keyingi vaziyatni oldindan bilib olishni ta’minlaydigan ruhiy funktsiyalarining rivojlanganlik darajasi juda muhim.

Taktik tafakkurning samarali xususiyati tafakkurni amaliy harakatga kiritishni bildiradi. Masalan, basketbolchi texnik harakatni (to‘pni dribling) bajarayotganda o‘yldi (kinga pas berishini hal qiladi), qabul qilingan qarorni darhol amalga oshiradi. Kuchli zarba berishni maqsad qilgan voleybolchi to‘siqni ko‘rib, to‘rdan sakrab o‘tib, to‘pni to‘siqchilar orqasiga tashlashga qaror qiladi.

Yana shuni hisobga olish kerak-ki, operativ tafakkur ijodiy tafakkur unsurlarini o‘z ichiga oladi. O‘yinchilarning o‘ziga xos talablariga javob beradigan intellektual qobiliyatlarini tarbiyalash jarayoni olingan bilimlariga asoslangan bo‘lib, amaliy faoliyatda ijodiy yondoshuvni talab etadi. Masalan, taktik harakatlar chizmalarini yaxshi o‘rganib olib, ularni xatosiz qo‘llash mumkin. Lekin amaliyot shuni ko‘rsatadiki, sportchilar operativ taktik tafakkurini rivojlantirish uchun har bir aniq vaziyatda qo‘llanadigan yangi va yangi usullarni topishda faollik bilan izlanishlari kerak.

XULOSA

Texnik usullarini va taktik harakatlarini o'rganish va takomillashtirish, jismoniy, nazariy va intellektual tayyorgarlikni oshirish hamda ularga ijodiy yondoshish sportchilarining ruhiy funktsiyalarini rivojlantirishda amaliy asos hisoblanadi.

Sport o'yinlarida sportchining jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligidagi yuqori natijalari uning ruhiy funktsiyalari, shaxs sifatlarining rivojlanishi bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, sportchining harakat sezgirligini, harakat xotirasini, diqqatini oliy darajada maxsus rivojlantirilmasa, u yoki bu texnik usullarini mukammal bajarilishiga erishib bo'lmaydi.

Sportchilarda intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish va takomillashtirilish uchun o'sib boradigan ijodiy yondoshuvga undaydigan maxsus bilimlar tizimi shakllangan. Ushbu vazifalar diqqatni taqsimlash, va shu vaqtning o'zida diqqatni jamlash mashqlardan iborat. Masalan, ikkita o'yinchi bir nechta to'p bilan mashq bajarishi; ikkita o'yinchi harakatda har xil yo'nalishlarda to'p uzatishi- murakkab reaksiyasini rivojlantirish uchun mashqlar qo'llaniladi.

Kuzatishlar natijasi shuni ko'rsatadiki, ko'pincha sport o'yinlarida o'yinchilar o'zlarining eng samarali texnik va taktik usullarini raqibining faol qarshilik ko'rsatayotgan sharoitida qo'llashadi. O'yin paytidagi tez o'zgarib turadigan taktik xulosalar operativ tafakkur jarayonining natijasi deb hisoblaymiz. O'yinchi darhol bir nechta variantlardan bittasini, uningcha bu vaziyatga mos keladiganini, tanlab qo'llaydi. Ko'pincha voleybolchilar, basketbolchilar va gandbolchilar to'g'ri keladigan, oldindan o'rganilgan va hammalariga tanish bo'lgan variantlarni (kombinatsiyalarni) tanlashadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Azizov S. V., Mahmudjonov A. A., Oripov A. F. SPRINTERLARNI TAYYORLASHDA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIKNING AHAMIYATI //Экономика и социум. – 2024. – №. 6-2 (121). – С. 85-90.

2. Азизов С. В., Габдуллина А. З. ТЕХНОЛОГИЯ ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРОВ //Scientific Impulse. – 2024. – Т. 2. – №. 19. – С. 120-124.

3. Azizov S. V., Boltabayev S. A. Zhakhongirov Sh //Zh THE STUD THE STUDY OF THE PECULI Y OF THE PECULIARITIES OF INDUVICALL TIES OF

INDIVIDUALLY PSYCHOLOGICAL AND SPECIFICALLY STRESSOGENIC
CONDITIONS OF SPORTSMEN. VOLUMA. – Т. 1.

4. Азизова Р. И. Развитие креативности у детей младшего школьного возраста посредством подвижных игр. “Ўзбекистонда фанлараро инновациялар ва илмий тадқиқотлар” журнали. 29 сон, 9–14.
5. Azizova R. I. Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi //Oquv qollanma T. – 2010.
6. Azizova, Rushen Ismoilovna (2019) "PECULIAR FEATURES INHERENT IN COACHING IN WOMEN’S TEAMS," Scientific Bulletin of Namangan State University: Vol. 1 : Iss. 11 , Article 44.
7. Базарова, И. Ш., & Азизова, Р. И. (2024). ПОВЫШЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ И ФОРМИРОВАНИЕ У НИХ НАВЫКОВ К НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. *WORLD OF SCIENCE*, 7(4), 108-113.
8. Болтабоев С. А. Спорт тиббиёти, даволаш жисмоний маданияти ва жисмоний тарбия гинетикаси //Укув кулланма. – 2015. – Т. 185.
9. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Жураев, Т. Ж., Рахманов, М. У., Жахангиров, Ш. Ж., & Мухторжонова, Н. (2013). ВЛИЯНИЕ ПЕРЕЖИВАНИЙ, ТРЕВОГИ И СТРЕССА НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНУЮ УСПЕШНОСТЬ У СПОРТСМЕНОВ И ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ. *SCIENCE AND WORLD*, 24.
10. Костикова О. В., Курбангалиева Л. М., Азизова Р. И. Результаты комплексного тестирования в женской баскетбольной студенческой команде //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2012. – №. 5. – С. 235.
11. Костикова О. В. ЗНАЧЕНИЕ ШТРАФНОГО БРОСКА В БАСКЕТБОЛЕ FIBA 3X3 //Экономика и социум. – 2024. – №. 6-1 (121). – С. 1167-1173.
12. Rushen A., Zarina D. THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADOLESCENCE ON PHYSICAL EDUCATION: AN INTEGRATIVE REVIEW //European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies. – 2023. – Т. 3. – №. 12. – С. 162-167.
13. Спортивная психология. Хрестоматия. Санкт-Петербург, Издательский дом “Питер”, 2002.

14. Tuxtaboyeva N., Yoqubova O. ZAMONAVIY VOLEYBOL MUSOBOQALARIDA TURLI ZONALARDAN HUJUM QILISH NATIJADORLIGINI OPTIMALLASHTIRISHDA MUSOBOQALARGA MUVOFIQ O'ZGARTIRISHLAR KIRITISH //Talqin va tadqiqotlar. – 2024. – №. 8 (45).

15. Valiyevich A. S. Methodology for monitoring the effectiveness of throwing techniques in the jump of handball players of different qualifications //Research Focus. – 2023. – T. 2. – №. 11. – С. 45-49.

16. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта.М.: Академа, 2002.