

MASHG'ULOTLARNI BOSHQARISHNING ASOSIY SHARTLARI

Sabirova Nasiba Rasulovna

Buxoro davlat Pedagogika instituti, katta o'qituvchi O'zbekiston, Buxoro

Annotatsiya: Ushbu maqolada jamoani jamoa sifatida tarkib topishida murabbiylarning o'rni va g'alabaga erishishning muhim shartlari haqida so'z boradi.

Аннотация: В данной статье говорится о роли тренеров в формировании команды как команды и важных условиях достижения победы.

Annotation: This article talks about the role of coaches in the formation of the team as a team and the important conditions for achieving victory.

Kalit so'zlar: murabbiy, mashg'ulot, raqib, texnik-taktik tayorgarlik, mahorat, rejalshtirish, jamoa.

Ключевые слова: тренер, подготовка, соперник, технико-тактическая подготовка, навыки, подготовка, команда.

Keywords: coach, training, opponent, technical and tactical training, skills, training, team.

Mamlakatimizda sport-ta'lim muassasalari faoliyati rivojlanishining o'rta va uzoq muddatli istiqbollari belgilash, ularda olimpiya va parolimpiya sport turlari bo'yicha sportchilar zahirasini tayyorlash uchun zarur shart-sharoitlar yaratish, shu jumladan ularni boshqarish va moliyalashtirish tizimini takomillashtirish, shuningdek, moddiy-texnik va resurs imkoniyatlarini yanada kengaytirish maqsadida yurtimizda tizimli ishlar yo'lga qo'yilgan. Basketbol sport turi ham o'ziga xosligi va jozibadorligi bilan insonlarni o'ziga jalb etadi. Har bir sportda sportchilarni tayyorlashning asosiy maqsadi, sport zahiralarni tayyorlash va mamlakat mavqei yuqoriga ko'tarishdan iborat. Bu zahira sportchilarni tayyorlashda sport maktablari, BO'SMlar, sportga ixtisoslashtirilgan Oliy ta'lim muassasalari va albatta Olimpiya zahiralari maktablarining o'rni beqiyosdir. Har bir sportchini tayyorlashning muhim bosqichi bu-boshlang'ich tayyorgarlik hisoblanadi. Aynan shu davrda bolada sportga bo'lgan qiziqish ortadi, qat'iyatlilik, sabrlilik va bu sport turiga nisbatan mehr, fidoiylik tarbiyalanadi. Bir qancha olimlarning ishlarini o'rganganimizda, shunga amin bo'ldikki, zamonaviy jamiyatni yangilashning eng muhim shartlaridan biri bu-yuqori umumiy madaniyat, chuqur kasbiy kompetensiyaga ega, individual sportning yuqori darajasini o'zida mujassam etgan, texnik-taktik tayyorgarlikka ega, mahoratli pedagog, sportchi, o'z kasbining mohir ustasi bo'lgan pedagog kadrlarni tayyorlash mamlakat hayoti uchun bir burilish qila olishiga amin bo'ldik.

Basketbol mashg'ulotlarini o'tkazishda doimiy bir xillikdan qochish lozim. Aslida sport mashg'uloti nima? Sport mashg'ulotlari deganda sportchining turli

darajadagi tayyorgarligini tizimli ravishda amalga oshirish jarayoni tushuniladi. Murabbiy hamda sportchi bilan birgalikda amalga oshirilgan chora-tadbirlar maksimal natijalarga erishishga, ma'lum bir fan doirasida o'qitish samaradorligini oshirishga qaratilgan. Murabbiy-o'qituvchi qisqa vaqt oralig'ida sport ko'rsatkichlarining maksimal ko'rsatkichlariga erishishda yordam berishi kerak. Sport mashg'ulotlari ma'lum qoidalar bilan cheklangan tanlangan fan bo'yicha jamoaviy yoki individual samaradorlikka erishishga qaratilgan. Har qanday mashqni berishdan oldin yuklamalarni taqsimlay olish muhim ahamiyat kasb etadi. Doimiy berilgan yuklamalar, takroriy eksentrik mashqlar mushaklarning shikastlanishi bilan bog'liq bo'lib, bu mashqlarni amalda bajargandan keyin 7 kungacha shug'ullanuvchilarning sakrash va yugurish ko'rsatkichlarining pasayishiga olib kelishi mumkin. Ana shu davrda qayta tiklanishni kuchaytirish uchun, sportchilar mashg'ulotlarga optimal moslashishi hamda o'yin samaradorligini oshirish juda muhimdir. Mashg'ulotlarning tashkilotchisi murabbiydir. Murabbiy sportchilarni tayyorlashda muhim bo'g'in bo'lib xizmat qiladi. Chunki murabbiy sportchini tayyorlashda uning jismoniy imkoniyatlarini, ruhiy holatini hisobga oladi. Sportchining texnik tayyorgarligi—bu harakatni o'rganish jarayonida sport ko'nikmalarini egallash uchun lozim bo'lgan jarayon. Jismoniy tayyorgarlik—turli xil sport mashg'ulotlarining ajralmas qismi bo'lmish kuch, chidamlilik, epchillik, tezkorlik va egiluvchanlik kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga yordam beradi. Ruhiy tayyorgarlik —sportchining faoliyati bilan uzviy bog'liq bo'lgan qiyinchiliklarni yengish jarayoniga kompleks ma'naviy tayyorlash jarayoni kiradi.. Basketbolchilarni musobaqalarga tayyorlash, ularni g'alabaga bo'lgan ishonchini oshirish uchun, mashg'ulotlarni shunday tashkil qilish lozimki, har bitta berilgan vazifa g'alabaning bir jihatini to'ldirsin. Jamoani boshqarish mashg'ulotlarning asosiy qismiga to'g'ri keladi. Bu jarayonda sportchi mashg'ulot qiziqarli va undan qandaydir yangilik olganini his qilishi lozim. Bu sportchining harakatlarida o'zgarish bo'lganini, jamoa harakatlari bilan taktik jihatdan yaxshilangani ko'rish mumkin. Murabbiy ijodkor bo'lishi lozim. Har bir mashg'ulot jarayonini olib borganda shunday usul va yo'llardan foydalanishi lozimki, bunda sportchi mashg'ulotdan o'zi uchun bir yangilikni kashf etsin. Mashg'ulotlarni to'g'ri tashkil qilishning asosiy mezon, avvalombor murabbiy o'ziga yuqori talabni qo'ya olishi lozim. Mashg'ulotni rejalashtirganda murabbiy, beriladigan yuklamalarning ketma-ketligini, sportchilarni mahoratini to'g'ri baholab, har biriga texnik-taktik tayyorgarligiga mos yuklamani rejalashtirishi kerak. Ba'zan mashg'ulot jarayonida shunday vaziyatlar paydo bo'ladiki, yangi yurishlar, elementlar tug'iladi, lekin bu murabbiy mashg'ulotga tayyorlanmasdan kirishi kerak degani emas. Jamoaning muvaffaqiyatga erishi bu murabbiyning faoliyatiga bog'liq. Chunki murabbiy har bir jamoa a'zosi uchun yakka tartibdagi vazifalarni to'g'ri rejalashtiradi, texnik va taktik tayyorgarlik uchun dasturlar ishlab chiqadi, o'yin jarayonida nechta aniq savatga

tushurildi, jarima to'plar, uzatilgan to'plarning nechtasi muvaffaqiyatli nechtasi aksincha, xatolar, raqibdan to'pni olib qo'yishlar soni, texnik xatolarni qayd etib boradi va shunga qarab jamoa uchun yuklamalarni belgilaydi. Shuning bilan birgalikda o'yinchining jismoniy, ruhiy, nazariy tayorgarligi qarab, o'quv-mashg'ulot jarayonlarini modellashtiradi.

Murabbiyga tajribali sportchilar bilan ishlash samaraliroq, ammo qanday guruh bo'lmasin, o'z bilimini namoyish qila olishi, jamoani boshqarishga loyiq bo'lishi lozim. Shuningdek hech qachon mashg'ulot jarayonida g'azab yo'lga o'tmaslik, muammoni jahl bilan hal qilmaslik murabbiyning oltin qoidasi bo'lmog'i lozim. Sportchilar jamoani yaxshi boshqaradigan har qanday vaziyatda o'zini yo'qotmaydigan, muomalali, xushchaqchaq quvnoq, baquvvat murabbiylarni yaxshi ko'radilar. Qaysi sport turidan bo'lishidan qat'iy nazar murabbiyining morfologik, psixologik, shuningdek, bir-biri bilan solishtirganda sotsiologik va madaniy ko'rsatkichlar ma'naviy rivojlanishi yuqori darajada bo'lishi darkor.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdueva S. THE STUDY OF PHYSICAL CULTURE IN CENTRAL ASIA IN THE 16th AND 18th CENTURIES AS A TOPICAL ISSUE //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
2. Abdueva S. When planning the training of handball teams of university students, take into account the functional status of athletes by their temperament types //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
3. Abdueva S. Psychological aspects of training young handball players //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
4. Abdueva S. CHARACTERISTICS OF HEALTH STRENGTHENING //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
5. Rasulovna S. N. Stages of modeling and age indicators in the optimization of the process of sports activities //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 75-86
6. Karomatovich I. A., Navruzovna S. G. Technical and Tactical Training in Training Young Players //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 132-136.
7. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SPORTS ACTIVITIES OF HANDBALL PLAYERS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 11. – С. 30-34..
8. Karomatovich I. A. et al. Assessment of Offensive and Defensive Technical-Tactical Actions of Handball Players in the Competition //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 112-116.
9. Karomatovich I. A. Conducting Sports Holidays in Pre-School and Primary Educational Institutions //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 153-157.
10. Fazliddinov F. Optimization of Football Workers' Training //Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti jurnali. – 2021. – Т. 1. – №. 1.
11. Fazliddinov F. Types of competition loads in football //Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti jurnali. – 2021. – Т. 1. – №. 1.
13. Rasulovna S. N. Ways to Improve the Efficiency of Technical and Tactical Actions Performed by Skilled Players during the Competition //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 196-206.

14. Собирова М. Р., Собирова Н. Р. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ: ПОНЯТИЯ И ТЕОРИЯ //Психология XXI столетия. – С. 173-175.
15. Rasulovna S. N., Hamzayevich I. S. JISMONIY TARBIYA–SOG‘LOM JAMIYAT ROYDEVORI: 10.53885/edinres. 2022.32. 34.107 Sabirova Nasiba Rasulovna Buxoro davlat universiteti Pedagogika instituti Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrası o ‘qituvchisi Ismoilov Shahzod Hamzayevich Buxoro davlat universiteti Pedagogika instituti talabasi //Научно-практическая конференция. – 2022. – С. 854-856.
16. Rasulovna S. N., Nusratilloevich Y. J. Possibilities of using the tools used in teaching short-distance running techniques //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 210-222.
17. Asqarovich R. A. YOSH GANDBOLCHILARDA KUZATISH VA DIQQATNI RIVOJLANTIRISH //INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 9. – С. 148-153.
18. Rustamov A. A. Development Chronology of Three-Level Sports Competitions in the System of Continuous Education in Uzbekistan //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 34-39.
19. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.
20. УР Хайдаров Обоснование влияния правильной постановки стопы на увеличение скорости бега: УР Хайдаров, АУ Эргашев, РХ Кадиров //Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал. – 2021. – №. 1. – С. 65-74.
21. Хайдаров У. Р. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПРИНТЕРОВ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ГРУППЫ: 10.53885/edinres. 2021.59. 33.029 Хайдаров Улугбек Рустамович Магистрант Бухарского государственного университета Научный руководитель: Кадиров Рашид Хамидович Профессор кафедры Теории и методики физической культуры. п. н. Бухарского государственного университета //Научно-практическая конференция. – 2021.
22. Rasulovna S. N., Rasulovna S. M. Advantages of Using Action Games in Teaching the Sport of Basketball //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 44-48.
23. Ilxomovich M. F. FUTBOL O'YINIDA TO'P BILAN HARAKAT QILISH TEXNIKASI VA TAKTIKASINI ISHLAB CHIQUISH ASOSLARI //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 88-91.
24. Ilxomovich M. F. THE BASICS OF DEVELOPING TECHNIQUES AND TACTICS OF MOVING WITH THE BALL IN A FOOTBALL GAME //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 84-87.
25. Ilxomovich M. F. FEATURES OF THE PROCESS OF TRAINING YOUNG PLAYERS IN BEGINNER TRAINING GROUPS //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 97-101.
26. Ilxomovich M. F. YOSH FUTBOLCHILARNI TEXNIK VA TAKTIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH SAMARADORLIGI //INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 97-102.
27. Фатуллаева М. А., Дустов Б. А. МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К СПОРТИВНЫМ ЗАНЯТИЯМ В РАМКАХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ //Физическая культура. Рекреация. Спорт. – 2022. – С. 504-511.
28. Rasulovna S. N. The Importance Of Three-Stage Model In Developing The Functional Status Of Athletes //International Journal on Economics, Finance and Sustainable Development. – 2021. – Т. 3. – №. 3. – С. 190-196.