

13-14 YOSHDAGI TAEKVONDOCHILARDA IRODA VA KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH

*O'zMU Taekwondo va sport faoliyati fakulteti
301-guruh talabasi Anorqulov Doniyor
Toshkent. Uzbekistan*

Annotatsiya: Ushbu maqolada O'smir yoshdagi taekvondochilarda iroda va kuch sifatlarini rivojlantirish o'chib berilgan.

Kalit so'zlar: iroda, yoshlar irodasi, tirishqoqlik, sobitqadamlik, qat'iy ishonch, mustaqillik, abuliy.

Iroda - bu kishining o'z xulqi va faoliyatini ongli ravishda boshqarish, maqsadga yo'naltirilgan xatti-xarakat va xulqi atvorining amalga oshishida tashqi, ichki qiyinchiliklarni yengib o'tishga-qaratilgan jarayonlar. Iroda tufayli inson o'z faoliyatini ongli boshqaradi, maqsad qo'yadi, maqsadni amalga oshirish mobaynida uchraydigan to'siqlarni, qiyinchiliklarni yengishga xarakat qiladi.

Insonning o'z faoliyatini va xulqi atvorini shaxsiy xoxish irodasiga bo'ysundirish, ro'yobga chiqarish mustaqil fikrlashni barqarorlashtirish ko'zlangan maqsadni amalga oshirishga puxta zamin hozirladi.

Yoshlarni irodasi avvalo ularning ijtimoiy faoliyatida, mehnat faoliyatida, ijtimoiy tajribasida va ta'lim jarayonida namoyon bo'ladi. Yoshlarimizda irodaning bir qancha sifatleri ko'zga tashlanadi. Bular: qattiyatlilik, tashabbuskorlik, dadillik, mustaqillik, tejamkorlik, intizomlilik, tirishqoqlik, javobgarlilik, jasoratlilik, ishonch va o'zini irodalashlilik kabilar. Bugungi kunda yoshlarimizning bilim olishga ehtiyojining kuchayishi ulardagi aqliy salohiyati o'sishi ko'p jihatdan ularning irodaliy bo'lishini talab etadi. Chunki iroda tufayli inson biron-bir maqsad asosida ko'zlangan ishini hatti-harakatlarini bajarishga intiladi. Ta'lim jarayonida o'quvchi yoshlarda irodaviy sifatleri tarbiyalash, ularni o'quv faoliyatlarida duch keladigan tusiqlik va qiyinchiliklarni yengishga o'rgatish, ta'lim jarayonida muvaffaqiyatlik tarzda amalga oshirish imkoniyatini yaratadi.

Ta'lim-tarbiya jarayonidagi tashabbuskorlik talabaning o'z xoxishini amalga oshirish o'quvchida, mustaqil bilim olish va fikrlashdagi qattiyatlilik - talaba yoshlar tomonidan jiddiy qaror qabul qilish uni izchil xayotga tadbiiq etish xislati sanaladi. Tirishqoqlik talaba yoshlarning qiyinchiliklarni yengish uchun kurashida sir va izoh hujjat maqsadiga erishish uchun intilish ko'nikmasi xisoblanadi.

Irodaning individual xususiyatlari va fenomenlari mavjud bo'lib, inson faoliyatining maqsadga muvofiiq ravishda amalga oshirishni ta'minlaydi. Iroda shaxs faoliyatining ichki qiyinchiliklarini yengishga qaratilgan ongli tuzilmadan iborat

bo'lib, u o'zini o'zi boshqarish sifatida dastavval o'ziga, o'z shissiyotiga va xatti-harakatlariga shukronlik qilishda aks etuvchi psixologik hodisadir.

Irodasi sustlikning patologiyasi mavjud bo'lib, ular abuliya (yunoncha abulia - qat'iyatsizlik degan ma'noni anglatadi) va apraksiya (yunoncha apraxia-harakatsizlik ma'nosini bildiradi) atamallari bilan ifodalanadi.

V.I.Selivanov irodaning psixologik jabshalarini yoritayotib, u shunday g'oyani ilgari suradi, insoning ongini jarayonlar, holatlar, hislatlarni o'zida mujassamlashtiruvchi yaxlit tizim sifatida tasavvur qilish mumkin. Shaxsning u yoki bu ongli harakati o'zining tuzilishiga ko'ra, u bir davrning o'zida ham aqliy, ham shissiy, ham irodaviy hisoblanadi. Tadqiqotchi V.A.Ivannikov esa irodani motivasiyaning ixtiyoriy shakli sifatida tushunadi, shuningdek, harakat ma'nosining o'zgarishi shisobiga uni tormozlovchi yoki qo'shimcha turtki yaratuvchi imkoniyat, yangi real motivlarni harakat bilan birlashtiruvchi yoki vaziyatning tasavvur motivi tariqasida talqin qiladi. Irodaviy boshqariluv esa harakatni "ixtiyoriy boshqariluv ko'rinishlarining bittasi sifatida" tushuniladi, bunda boshqariluv motivasiyaning ixtiyoriy o'zgarish orqali amalga oshirilishi ta'kidlaniladi.

Xulosa

Yuqoridagi mulohazalardan ko'rinib turibdiki, psixologiya fanidan irodani tushunish, ta'riflash bo'yicha bir xil munosabat yaratilmaganiday, irodaviy sifatlarning ma'noviy asosini tashlil qilish yuzasidan ham umumiylik, umumiy qarashlar majmuasi mavjud emas. Jumladan, V.A.Krutetskiy o'z asarida irodaviy sifatlarning tarkibiga sobitqadamlik, mustaqillik, qat'iyatlilik, sabr-toqatlilik, intizomlilik, dadillik, jasoratlilik va tirishqoqlikni kiritadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Психологические механизмы девиантного поведения. Психология XXI века. Ярославль., 2020. –С. 125-127.
2. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Стрессли вазиятларда психологик химоя механизмлари ва копинг хулқ-атвор намоён бўлишининг ижтимоий психологик хусусиятлари: стрессли вазиятларда психологик химоя механизмлари. Psixologiya ilmiy jurnali. 2020 yil, 4 son 109-115 b.
3. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Ўсмирларда психологик химоя механизмларининг намоён бўлишининг ўзига хослиги. Psixologiya ilmiy jurnali. 2021 yil, 4 son 103-112 b.
4. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Экстремал вазиятларда копинг хулқ-атвор ва стратегиялар намоён бўлишининг ижтимоий психологик хусусиятлари. Psixologiya ilmiy jurnali. 2021 yil, 3 son 98-106 b.
5. Olimov L.Ya, Baratov Sh. R. Авезов О.Р. Psixologiya nazariyasi va tarixi. Darslik. "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti. Toshkent. 2019. -B. 494.
6. Olimov L.Ya. Shaxs psixologiyasi. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2019. -B. 280.