

O'ZEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIM VAZIRLIGI

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti

Jismoniy madaniyat fakul'teti

Jismoniy madaniyat mutaxassisligining

4-D kurs talabasi Xojamuratov Jasur Zaripbaevichning

BITIRUV MALAKAVIY ISHI

**Mavzu` «Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishning
dolzarb masasalari»**

Ish ko`rip chiqildi va
himoyaga ruxsat berildi
Jismoniy tarbiya nazariyasi
va amaliyoti kafedrası mudiri
_____ A.Utepbergenov
«____» _____ 2014 y

Ilmiy rahbar
dotsent
Asqar Niyazov

N U K U S - 2014

Kirish

Ilmiy bilish - inson aqlining narsalar mohiyatiga, ularning qonuniy aloqalari va munosabatlari dunyosiga kirib borishining murakkab dialektik jarayonidir. Ilmiy bilishsiz tabiat va ijtimoiy hayotni samarali o`zgartirish mumkin emas. Ma`lumki, dunyoni bilish haqidagi masala falsafaning asosiy masalasi hisoblanadi.

Bilish jarayonida inson (bilish sub`ekti) va mavjud borliq (bilish ob`ekti) o`zaro aloqada bo`ladi. Inson olamni o`rganadi, shuning uchun ham u olgan barcha bilimlar ob`ektiv borliqning shunchaki tasviri emas, balki sub`ektiv tasviridir. Buning ma`nosi shuki, bilish jarayonida ob`ektivlik va sub`ektivlik orasida ziddiyat yuzaga keladi. Bunda bilimlar tobora haqqoniy bo`lib boradi, ya`ni bilishning rivojlanishi, ob`ektiv olam to`g`risidagi bilimlarning chuqurlashuvi muqarrar ravishda borliqni yana ham adekvat tarzda aks ettirish jarayoniga aylanadi.

Sport fanining boshqa fanlar kabi rivojlanishi bundan mustasno emas. U ilmiy bilish metodologiyasining, jumladan, uning usul va tamoyillarining ishlab chiqilishi bilan chambarchas bog`liq.

Ilmiy metodologiya bu ilmiy bilishning eng umumiy, dunyoqarashga oid tamoyillari tizimidir. Metodologiya deganda umuman fanda (fanning umumiy metodologiyasi), jumladan, uning muayyan bir sohasida (bu erda-sport fani metodologiyasida) ilmiy bilishning usullari haqidagi ta`limot tushuniladi.

Usul ilmiy tadqiqot ma`lumotlarini to`plash va ularga ishlov berishning asosiy yo`lidir. Ilmiy usul har doim ob`ektning xususiyatlari haqidagi umumiy tamoyillar va tasavvurlardan kelib chiqadi hamda ularning natijasi bo`lmish maqsadga erishishni ta`minlovchi yo`l-yo`riqlar va talablarni qamrab oladi.

Usuliyat muayyan usul bilan bog`liq usullar yoki texnik yo`llarning yig`indisini ifodalaydigan tushuncha bo`lib, bu tarkibga xususiy muolajalar, ularning tartibi hamda o`zaro aloqadorligi ham kiradi.

Usuliyat deganda quyidagilar tushuniladi:

a) usulning xususiy varianti, muayyan muammoni hal etishning maxsus usuli (echimi), masalan: sportchining tezkorlik-kuch xususiyatlarini tadqiq etish usuliyati: b) berilgan vazifani tadqiq etish (hal qilish) usullari to`plami va ularni qo`llash tartibi: masalan: kurashchining musobaqa faoliyatini o`rganish usuliyati.

Ilmiy bilish mantiqi uning tuzilishi, bosqichlarini o`rganadi, ilmiy tadqiqot jarayoni va uni tashkil etuvchi unsurlarning yaxlit qiymatini beradi.

Har qanday ilmiy tadqiqot ilmiy muammoni o`rtaga tashlashdan boshlanishi kerak.

Ilmiy muammo bilimlarning erishilgan darajasi bilan ijtimoiy amaliyotning yangi faktlari yoki ehtiyojlari orasidagi ziddiyatning yuzaga kelishi va rivojlanishi oqibati sifatida shakllanadi.

Ilmiy muammoni to`g`ri ifodalash uchun fan va texnikaning eng yangi yutuqlari va imkoniyatlarini bilish, shuningdek, shu sohada o`tkazilgan tadqiqotlar haqida tasavvurga ega bo`lib, tadqiqot darajasini aniq bilish lozim. Ilmiy muammoning to`g`ri qo`yilishi uni hal etish uchun ko`p narsa bera oladi.

Ilmiy metodologiyadan kelib chiqib, ilmiy bilishning quyidagi umumilmiy usullarini farqlash mumkin: tahlil (analiz) va sintez, induksiya va deduktsiya, o`xshashlik (analogiya) va modellashtirish, mavhumlashtirish va aniqlashtirish, tizimli tahlil, kuzatuv va tajriba.

Tahlil – predmetni xayolan yoki amalda tarkibiy qismlarga (ob`ektning qismlari, belgilari, xususiyatlari, munosabatlari) ajratib o`rganishdan iborat tadqiqot usuli.

Har bir ajratilgan qism bir butun doirasida alohida-alohida tahlil qilinadi. Masalan: jamoa sportchilarining va har bir o'yinchining o'quv-mashq jarayonini tahlil qilish.

Sintez – (birlashtirish, uyg'unlashtirish, tuzish) – ob'ektni yaxlit holda, uning qismlarini birlikda va o'zaro bog'liqlikda o'rganish usuli.

Ilmiy tadqiqotlar jarayonida sintez tahlil bilan chambarchas bog'liq, chunki u predmetning tahlil jarayonida tarkibiy qismlarga ajratib yuborilgan bo'laklarini birlashtirib, ular orasidagi bog'liqlikni aniqlashga va predmetni bir butun holda o'rganishga imkon yaratadi. Masalan: sportchilar tomonidan mikro- va mezotsikl yuklamalarining umumiy hajmini tashkil etuvchi turli yo'nalishdagi mashg'ulot yuklamalarining bajarilishi.

Induktsiya (to'g'rilash, qo'zg'atish) – predmetning ayrim unsurlariga xos belgilarni o'rganish asosida uning barcha unsurlariga xos bo'lgan belgilar haqida umumiy xulosa chiqarishga asoslanuvchi tadqiqot usuli.

Sportchining musobaqa faoliyatidagi ko'rsatkichlariga ijobiy ta'sir qiluvchi alohida omillar shu tariqa o'rganilib, keyin ular ko'rsatkichlar bo'yicha umumlashtiriladi.

Deduktsiya (payqab olmoq)- umumiydan xususiylik tomon fikr yuritish usuli hisoblanib, bunda dastlab ob'ekt yaxlit holatda tekshiriladi, keyin uning tarkibiy qismlari tadqiq etiladi. Masalan: avval kurashchining u yoki bu usulni bajarish texnikasi o'rganiladi, keyin usul tarkibiy qismlarga ajratib ko'rib chiqiladi (ushlab olish, ko'tarib olish, chalish, erga tushish).

O'xshashlik-ayrim predmet yoki hodisalarni boshqalari bilan o'xshashligi asosida o'rganishga tayanadigan ilmiy fikrlash usuli. Masalan: maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tayyorgarligi alohida maktablar misolida o'rganilib, olingan natijalar barcha maktablar o'quvchilariga tatbiq etiladi.

Modellashtirish ilmiy bilish usuli bo`lib, bunda o`rganilayotgan predmet, hodisa unga o`xshash shunday boshqa predmet yoki hodisaga, modelga almashtiriladiki, u aslining eng muhim xususiyatlarini o`zida jamlagan bo`ladi.

Sport fanida musobaqa faoliyatini modellashtirish keng qo`llaniladi- ikki sportchining bellashuvi bir xil tenglamalar asosida tasvirlanadi va zamonaviy komp`yuterlardan foydalangan holda tadqiq etiladi. Masalan: kurashchining taxminiy raqibi bilan o`tkaziladigan bellashuvlarini modellashtirishga imkon beradigan komp`yuter dasturlari ishlab chiqilgan va amaliyotda faol qo`llaniladi.

Mavhumlashtirish – (diqqatni bo`lish, chalg`itish) – muayyan predmetlardan rivojlanishning umumiy tushuncha va qonuniyatlariga o`tish imkonini beradigan chalg`itish usuli.

Bu usul pedagogik tadqiqotlarda o`quv-mashq jarayonining istiqbol rejasini tuzish vaqtida qo`llanilib, bunda sportchilarning o`tgan davrdagi faoliyatlarini o`rganish asosida ular tayyorgarligining keyingi davrdagi rivojlanishi bashorat qilinadi.

Aniqlashtirish- predmetlarni mavhum, umumiy tarzda o`rganishdan farq qilib, ularni butun serqirraligi, sifatiy xilma-xilligida olib tekshirishdan iborat usuldir.

Bunda predmetlarning holati ular mavjudligining muayyan sharoiti va tarixiy rivojlanishi bilan bog`liq holda tadqiq etiladi. Shu tariqa, sportchilar jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish istiqbollari yangi usuldan foydalangan holda hisob-kitoblar orqali aniqlanadi.

Tizimli tahlil tadqiqot ob`ektini bir tizimni tashkil etuvchi unsurlar yig`indisi sifatida o`rganish demak.

Ilmiy tadqiqotlarda u ob`ektning tizim sifatidagi holatiga mazkur ob`ektning amal qilishiga ta`sir ko`rsatadigan barcha omillari bilan birgalikda olib baho berishni ko`zda tutadi. Ushbu usuldan sport fanida masalan, musobaqa faoliyatini

yaxlit holda o`rganish jarayonida, xususan, sportchi chiqishlarining samaradorligiga ta`sir ko`rsatadigan omillarni aniqlashda keng foydalaniladi.

Kuzatuv predmetni miqdoriy o`lchashlar va sifatiiy ta`riflar yo`li bilan o`rganish usulidir.

U sport fanining barcha tadqiqotlarida qo`llaniladi. Masalan, trenirovka mashg`uloti xronometrajida hamda mashg`ulotning umumiy va motor (harakat) zichligi foizini aniqlashda undan foydalaniladi.

Ilmiy tajriba nazariy tadqiqot natijalarini tekshirib ko`rish uchun uning maqsadiga muvofiq ravishda o`tkaziladigan ilmiy sinovdir. Ilmiy tajriba hodisaniing borishini kuzatishga va, zarur bo`lsa, uni aynan takrorlashga imkon beradigan muayyan sharoitlarda o`tkaziladi.

Sport fanida ishlab chiqilgan yangi usuliyat pedagogik ilmiy tajribada tasdiqdan o`tishi shart.

I. BOB. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishning dolzarb masalalari

1.1. Sport nazariyasining fanlar tizimi bilan o`zaro aloqalari

Sport nazariyasi metodologiyasida falsafiy-metodologik hamda umumilmiy muammolarning tadqiq etilishida ilmiy bilishning umumilmiy usul va tamoyillari qo`llaniladi.

Umumiy sport nazariyasining fanlar tizimidagi o`rni va ular bilan o`zaro aloqasini birinchi bo`lib A.P.Matveev, 1997 yil belgilab berdi. Sport nazariyasi ilmiy fan sifatida tabiiy va ijtimoiy fanlar bilan chambarchas aloqadadir. O`zining faktik asosi bilan u sport fanlari - alohida sport turlarining nazariyasi va usuliyatiga, shuningdek, an`anaviy tarzda shakllangan amaliy fanlar: fiziologiya, biokimyo, biomexanika, ruhshunoslik, jamiyatshunoslik, morfologiya, metrologiya va boshqalarning materiallariga tayanadi.

Ko`pgina oraliq ilmiy fanlarning tadqiqot ma`lumotlariga asoslangan umumiy sport nazariyasi ularni shunchaki yig`ib olmasdan, sport mohiyatini tushunish hamda uning amal qilishi va rivojlanishining eng umumiy qonuniyatlarini ochish uchun zarur bo`lgan tomonlarni ajratib, integratsiyalaydi. Aynan shu jihat ko`pincha sport fanining xususiy sohalari e`tiboridan chetda qoladi, bunga sabab - tadqiqot predmetidagi cheklashlardir.

Umumiy sport nazariyasining integratsiyalangan va bilishda tutgan o`rni, birinchi navbatda, shundadir. Uning uchun an`anaviy biologik va gumanitar fanlarning oraliq sohalari qo`lga kiritadigan ma`lumotlar har qancha muhim bo`lmasin, baribir, uning o`z mazmuni o`rnini bosolmaydi. Shunday qilib, sport nazariyasining asosiy manbai sport amaliyoti realliklarining umumlashtiruvchi bilimlari hisoblanadi. Fanlararo aloqalar tizimida shaxs faolligining namoyon bo`lishi (faoliyat nazariyasi), shuningdek, uning rivojlanishi va alohida taraqqiyot jarayonini boshqarish (gomoontogenez va filogenez nazariyasi, tarbiya hamda alohida rivojlantirishni optimallashtirish umumijtimoiy nazariyasi L.P.Matveev, 1997) konuniyatlarini ochib berishga imkon yaratadigan madaniyatshunoslikka

oid yondashuvlar va fanlararo xususiyatli umumiy yo`nalishlar alohida ahamiyatga ega.

Sport nazariyasining yuzaga kelishi va shakllanishi ijtimoiy tizimning ob`ektiv ehtiyojlari bilan chambarchas bog`liq. Biroq keyingi vaqtda, sport harakati shiddat bilan rivojlangani sayin amaliyot talablari bilan nazariy ishlanmalar orasida nomuvofiqliklar yuzaga kela boshladi. Buning izohi shuki, ilmiy tadqiqotlar soni oshib borishiga qaramay, ular aniq maqsadsiz, tizimli yondashuvsiz amalga oshirilyapti. Odatda, o`tkazilayotgan tadqiqotlar va usuliy ishlanmalar asosida tahliliy yondashuv metodologiyasi yotadi (V.V.Kuznetsov, 1984).

Tizimli yondashuv kontsepsiyasiga binoan har qanday ob`ektni, u moddiy bo`ladimi, kontsepsiyaga aloqador bo`ladimi, u yoki bu darajada o`zaro bog`liq unsurlardan iborat bir tizim sifatida tasavvur etish mumkin.

Agar uning unsurlaridan biri tarkibiy qismlarga ajratib yuborilsa, u, o`z navbatida, tizim sifatida qabul qilinib, keyingi tartibni hosil qiluvchi unsurlar yig`indisi bo`lib qoladi. Demak, tizim unsurlarini tizimchalar deb bilish mumkin, ayni paytda, unsurlarning har qanday yig`indisi tizim sifatida ham, uning bir qismi sifatida ham qaralishi mumkin.

Bu holda integratsiyalangan usul tahliliy usullarga nisbatan etakchi ahamiyatga ega bo`ladi. U, birinchidan, tizimda uning tizimchalari orasidagi o`zaro aloqani butunning bo`laklari sifatida belgilashga; ikkinchidan, alohida tizimchalarning butun tizim tarkibiga kirishdagi o`zgarishlarini; uchinchidan tizimda uning tizimchalarida mavjud xususiyatlar keltirib chiqargan yangi xususiyatlar yoki yangi aloqalar vujudga kelishini ochib berishga sharoit yaratadi. Bunda tizimcha alohida hodisaligicha qolmay, integral butunlikning qismiga aylanadi, natijada, tubdan yangi, ko`p majmual, o`z xususiyatlari va amaliy aloqalariga ega bo`lgan tizim yuzaga keladi.

Ma'lumki, ilmiy bilishning yo'nalishi tizim haqidagi umumiy tasavvurdan uning tuzilishini ochib berishga o'tish tomon boradi. Shuning uchun ham, tizimli yondashuvning eng muhim yo'nalishlaridan biri ilmiy tadqiqotlarni o'rganilayotgan ob'ekt xususiyatlariga moslab o'tkazishdan iborat.

Tizimli yondashuv sportchilar tayyorlash jarayonini o'ziga xos yaxlitlikda, uning xususiyatlari, hozirgi zamondagi vazifalariga mos keladigan tashkil etish va boshqarish darajasida ko'rsatishga imkoniyat yaratadi.

1.2. Sportchilar tayyorlash jarayonini boshqarish tizimi

Sportchining muvaffaqiyati uning qobiliyatiga, mashg'ulot usuliyatining mukammalligiga, trenerning malakaviy darajasiga hamda mashg'ulot va musobaqalarni o'tkazish uchun shart-sharoitlarning mavjudligiga bog'liq.

Unda sportchi tayyorgarligining barcha jihatlari miqdoriy jihatdan ko'rsatib berildi. Tizim uch darajadan iborat:

I-musobaqa faoliyati (musobaqalashuv modeli);

II-sportchi tayyorgarligining asosiy jihatlari (sport mahorati modeli);

III-sportchi organizmining tizimi (mavjud imkoniyatlar modeli).

Bunday ierarxiyada darajalardan birining ikkinchisiga bo'ysundirilishi yuqori malakali sportchilarni tayyorlashda shubhaga o'rin qoldirmaydi.

Ishlab chiqilgan sxema tadqiqotchiga sport tayyorgarligi jarayonlarining xilma-xilligi sharoitida to'g'ri yo'lni topa bilish hamda tadqiqot vazifalarini to'g'ri belgilashda yordam beradi.

Mazkur tizimning har bir darajasi uchun model` tavsifnomalar tuziladi. Bunday tavsifnomalarni tuzishda quyidagi ko'rsatkichlardan foydalanish zarur:

1-musobaqa bellashuvi, seriya va h.k.ni o'tkazish davomida tuzatishlar kiritishga yordam beradigan ko'rsatkichlar.

2-musobaqa jarayonida urinishlar, seriyalar va h.k. orlig`ida tahrir qilishga imkon beradigan ko`rsatkichlar.

3-sport faoliyati samaradorligi darajasini pasaytirgan yoki uning o`shishiga ko`maklashgan ma`lumotlar yig`indisi bo`lmish ko`rsatkichlar.

Sportchilar tayyorlashning model` tavsifnomalarini ishlab chiqishda quyidagi qoidalarni hisobga olish zarur.

Maxsus jismoniy tayyorgarlikning xususiyatlariga, asosiy jismoniy sifatlar rivojining eng yuqori bosqichiga hamda ulardan musobaqa faoliyati rejimida sport mashqini bajarish vaqtida foydalanish darajasiga alohida ahamiyat berish lozim.

Texnik tayyorgarlikning model` tavsifnomalarini tuzish chog`ida eng muhim o`lchamlari muvozanat fazalari va unsurlari hamda ularning texnik harakatlari sur`atidagi aksini tasvirlaydigan ko`rsatkichlarga e`tiborsiz bo`lish mumkin emas.

Texnik mahoratning integral o`lchamlari, ritm-sur`at tizimi bilan maxsus jismoniy tayyorgarlik ma`lumotlari orasidagi o`zaro bog`lanishni aniqlash kerak (V.M.D`yachkov, 1984).

Ritm sarflanayotgan kuchlanishlarni aks ettirib, ularning qiymati, sarflanayotgan vaqt va boshqa harakat xususiyatlariga bog`liq bo`ladi. Harakatlar ritmiga qarab, ularning mukammalligi haqida fikr yuritish mumkin (D.D.Donskoy, 1979).

Taktik tayyorgarlikning model` tavsifnomalarini tuzishda texnik-taktik echimlarning eng maqbullarini yanada aniqroq ajratib ko`rsatish kerak, ular sport musobaqalarining ayni keskin vaziyatlarida qo`llanishi mumkin. Masalan, kurash sohasida usullarning ritm-sur`at tuzilishi ustida tadqiqotlar o`tkazilgan edi. (F.A.Kerimov, 1984). Shunda quyidagilar aniqlandi: oqilona texnika asosida biomexanik qonuniyatlar, aniqrog`i, hujum harakatlarining ritmik tavsifnomalari yotar ekan.

Oddiy va murakkab hujum harakatlarining (OHH va MHH) kinotasmaga tushirilgan maxsus materiallarini ritm-sur`at jihatidan tahlil etish ular orasida anchagina tafovutlar borligini ko`rsatdi. OHH texnik harakatning (usulning) asosiy tuzilishi doirasida, MHH (usul) esa harakatning asosiy qismlari orasidagi bog`lovchi unsur bo`lmish qandaydir tayyorgarlik harakati yoki hujumga taktik tayyorlanish yo`li bilan bajarilgan.

Yonboshga olib oshirib otish usulini bajarishda vaqt bosqichlari tayyorgarlik harakatining yo`nalishiga bog`liq bo`ladi. Agar tayyorgarlik harakati oshirib otish amalga oshirilgan tomon yo`nalsa, u holda asosiy bosqichning vaqti qisqaradi.

Oshirib otishga tayyorgarlik harakati raqibning «to`xtash nuqtasi»ni («myortvaya tochka») yuzaga keltirib, yonboshga olib oshirib otish usulining mutlaqo boshqacha ritmini tashkil etadi.

Sportchining texnik-taktik tayyorgarligiga model` tavsifnoma ishlab chiqilayotgan paytda bularning barini hisobga olish lozim.

Uchinchi darajali model` tavsifnomalari yoki potentsial sport imkoniyatlari modellarini ishlab chiqishda, organizmdagi etakchi tizimlarning amal qilishi o`ta kuchlangan faoliyat modellarida belgilanadi. Mazkur metodologik yondashuv ixtisoslashgan sport faoliyatida sifat jihatidan yangi, yanada yuqoriroq rekord ko`rsatkichlariga erishish maqsadida zahiradagi imkoniyatlarni yanada oshirish yo`llarini belgilashga imkon beradi.

Uch darajaning model` tavsifnomalarini bunday batafsil tahlil etish birdan-bir maqsad emas, u sportchilarni tayyorlash, mashg`ulot vositalarini tanlash va ularni qo`llashni takomillashtirish bo`yicha vazifalarni aniq rejalashtirish vositasi bo`lib xizmat qiladi. Model` tavsifnomalarning uch darajasini tahlil qilish natijasida musobaqa faoliyati (birinchi daraja) borasida nuqsonlar aniqlansa, unda ikkinchi darajadan sportchi organizmining funksional ko`rsatkichlarini (uchinchi daraja) hisobga olgan holda maxsus vositalar tanlab olinadi.

Mazkur model` tavsifnomalar har bir daraja doirasida ham, jami uch daraja orasida ham mustahkam aloqadorlikka ega bo`lishi zarur.

Sportchilar tayyorlashni boshqarish tizimida ularga alohida xususiyatlarini hisobga olgan holda yondashish u yoki bu sportchini musobaqa bellashuvining avvaldan ishlab chiqilgan muayyan sxemasiga kiritish, shuningdek, model` tavsifnomalar bo`yicha kompensatsiya zonalarini aniqlashga imkon beradi.

Bu masalalarni faoliyatning muayyan turida o`rganish orqali tayyorgarlikning aniq vositalarini maqsadga muvofiq ravishda rejalashtirish hamda yuqori malakali sportchilar tayyorlash jarayonini tezlashtirish mumkin bo`ladi.

Yosh sportchilarni tayyorlashda yuqorida ko`rsatilgan uch darajali model` o`zaro bo`ysunishning teskari tartibiga ega bo`ladi. M.Ya.Nabatnikova (1982) o`spirinlarni tayyorlashda uch darajali model` tarkibidagi darajalarni quyidagi tartibda joylashtirib chiqqan edi.

.Birinchi daraja – potentsial sport imkoniyatlari modeli

Ikkinchi daraja – sport mahorati modeli.

Uchinchi daraja – musobaqalashuv modeli.

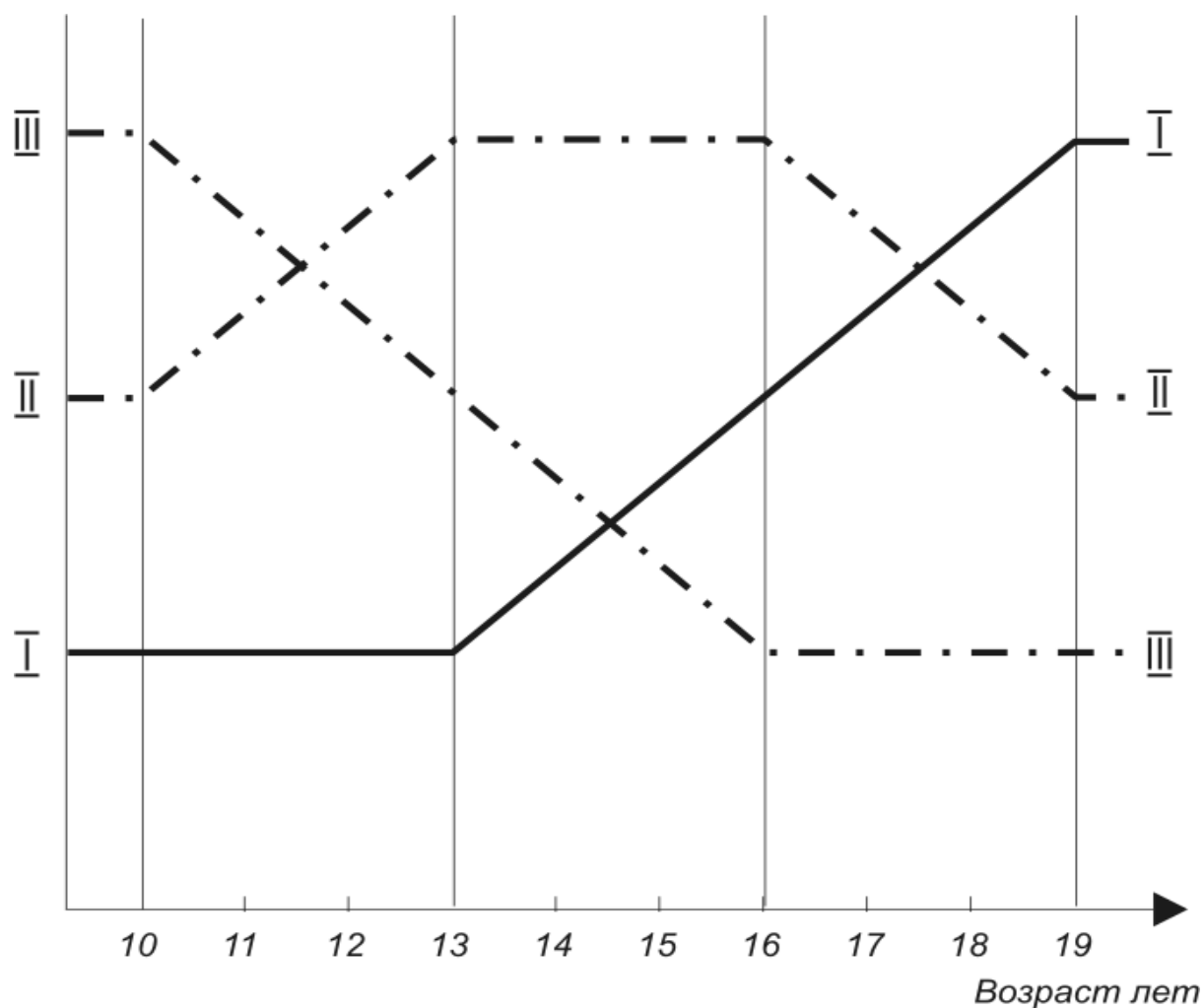
Shunday qilib, sport tayyorgarligi tizimida oldinga qo`yilgan maqsadlardan kelib chiqib, darajalar ierarxiyasida o`zgarishlar qanday sodir bo`layotganligini kuzatish mumkin (3.2.4. rasm). Agar sport bilan shug`ullanish endi boshlanganda (bolalik chog`ida) birinchi darajada potentsial sport imkoniyatlari modelidan foydalanish kerak bo`lsa, yuqori malakali sportchilarni tayyorlashda musobaqalashuv modeli qo`llaniladi. Tabiiyki, ko`p yillik mashg`ulotlar jarayonining muayyan bir bosqichida darajalar ahamiyatining o`zgarishi sodir bo`ladi.

Ko`rinib turibdiki, bolalik paytida mashq jarayoni sportchi organizmidagi tizimlarni rivojlantirishga yo`naltirilgan bo`lishi lozim, shuning uchun tayyorgarlik

dasturida yosh sportchining jismoniy rivojlanish xususiyatlarini belgilovchi potentsial sport imkoniyatlari modeli eng muhim hisoblanishi zarur.

13-16 yoshda asosiy sifatlarning rivojlanishi shiddatli tus olib, bazaviy texnika shakllanadi. Shuning uchun sportchilarni tayyorlashda sport mahorati modeli birinchi o`rinda turishi kerak. 16 yoshdan musobaqalashuv modelining ahamiyati ortib boradi va 18-19 yoshda u juda katta ahamiyatga ega bo`ladi.

Uch darajali tizimda modellardagi o`zgarishlarning xususiyatlarini belgilashda mashg`ulot vositalaridan maqsadga muvofiq ravishda foydalanish uchun tayyorgarlikning o`ziga xos darajasiga qaysi bosqichda ko`proq e`tibor berish zarurligini aniq bilib olish juda muhim. Mashg`ulot jarayonini oqilona tashkil etish uning maqsadlari, vositalari hamda usullarini birlashtirish demakdir.



1. - rasm. Sportchilarning ko`p yillik tayyorgarligida darajalar ahamiyati dinamikasining modeli.

Sportchilarning ko`p yillik tayyorgarligida darajalar ahamiyatining o`zgarishi modelini sport tayyorgarligini tashxisli tahlildan o`tkazgach, mashg`ulot jarayonini dasturlashda qo`llash mumkin. Bunda tayyorgarlik dasturlaridagi hal qiluvchi maqsad ma`lum bosqichdagi darajalar ierarxiyasining xususiyatlari bo`lib qoladi. Demak, sportchilarning ko`p yillik tayyorgarligida mashg`ulot jarayonini tashkil etishda uch darajali tizim modellari o`zgarishlarini muntazam hisobga olib turish shubhaga o`rin qoldirmaydi.

Shunday qilib, ko`p yillik tayyorgarlikni boshqarishda darajalar ahamiyatining o`zgarish modellariga muvofiq holda sportchilar tayyorgarligini tahlil etish turli yosh davrlarida yuzaga keladigan sport muammolari xususiyatlarini aniqlab, shunga mos ravishda boshqaruvning yanada aniq yo`llarini ishlab chiqishga sharoit yaratadi.

II-BAP. JISMONIY-INTELLEKTUAL RESURSLARNI SAMARALI BOSHQARISHNING METODOLOGIK–USLUBIY MASALALARI

Dunyo tajribasida ilk bor jismoniy-intellektual resurslarni maqsadli rivojlantirish va ularni samarali boshqarish tizimiga O`zbekistonda asos solindi, uning amaliyotga joriy qilinishi asosida ijobiy natijalar qo`lga kiritildi. Mustaqilligimizning birinchi kunlaridan boshlab mamlakatimizda jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarish masalalariga alohida e`tibor qaratildi. «Jismoniy tarbiya va sport insonning nafaqat jismoniy, balki ma`naviy kamolotga erishishida ham ulkan omildir. U irodani toblaydi, odamni aniq maqsad sari intilish, qiyinchiliklarni bardosh va chidam bilan engishga o`rgatadi. Inson qalbida g`alabaga ishonch, g`urur va iftixor tuyg`ularini tarbiyalaydi. Vatan, xalq shuhratini dunyoga tarannum etishda, yoshlarni harbiy - vatanparvarlik ruhida

tarbiyalashda sportning o`rni beqiyosdir. Sog`lom, bilimli va fidoyi farzandlari bo`lgan xalq, albatta, o`zining buyuk kelajagini barpo etadi. Shuning uchun jismoniy tarbiya va sportning ommaviylikni ta`minlash, uni rivojlantirish barkamol shaxsni tarbiyalashning muhim shartidir»

Jismoniy-intellektual resurslarni maqsadli rivojlantirish va ularni samarali boshqarish tizimi xalqimiz o`z oldiga qo`ygan Vatan ravnaqi, yurt tinchligi va xalq farovonligi kabi oliyanob maqsadlarni amalga oshirish jarayoni orqali shakllantirilmoqda. «Sport sport uchun emas, eng avvalo, odamlar uchun, ularni ham jismoniy, ham ma`naviy jihatdan komil insonlar etib tarbiyalash uchun, er yuzidagi barcha kishilarning tinchlik osoyishtaligi, do`stlik va hamkorligi, baxt-saodati uchun xizmat qilishi darkor». Bu borada qo`yidagi strategik yo`nalishlar belgilab olingan:

- jismoniy-intellektual resurslarga davlat siyosati darajasidagi ustuvor masala sifatida yondashish;

- jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarish tizimini ishlab chiqish hamda uni amalga oshirish-

 - ning ilg`or mexanizm va vositalarini amaliyotga joriy qilish;

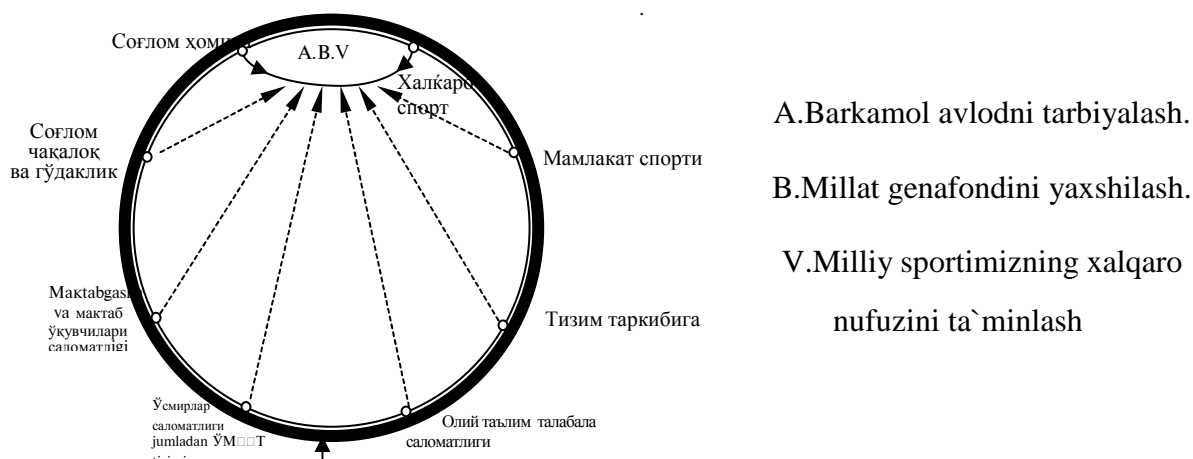
- ommaviy sportni ustuvor rivojlantirish, professional sportdagi iste`dodlarni qo`llab-quvvatlash;

- jismoniy-intellektual resurslarning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish, insoniy barkamollik va milliy xavfsizlikni ta`minlash borasidagi ulkan ahamiyati, yuksak maqomi hamda o`ziga xos o`rnini ta`minlash, bu yo`nalishda tegishli shart-sharoitlarni yaratish;

- bu sohada bozor munosabatlari va ijtimoiy boshqaruv tamoyillari rivojiga erishish.

O'tgan davr ichida jismoniy-intellektual resurslarni maqsadli rivojlantirish va samarali boshqarishning huquqiy-me'yoriy asoslarini yaratishga ham katta ahamiyat berildi.

Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarish ishiga, yuqorida ko'rsatib o'tilgan metodologik talablar asosida, yaxlit tizim sifatida yondashuvga erishish uning faoliyat samaradorligini ta'minlashning muhim omili bo'ldi (1 chizma).



- A. Barkamol avlodni tarbiyalash.
- B. Millat genafondini yaxshilash.
- V. Milliy sportimizning xalqaro nufuzini ta'minlash

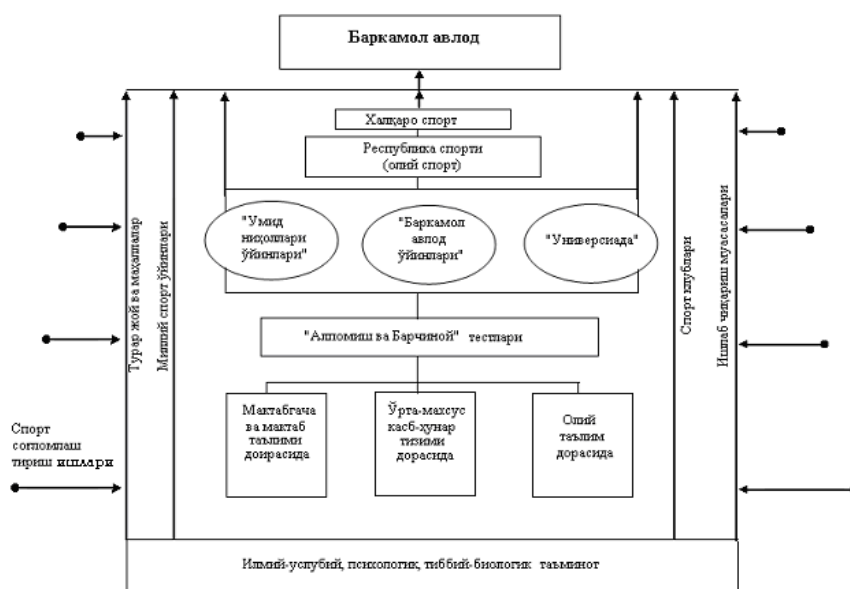
ОММАВИЙ ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА МИЛЛАТ САЛОМАТЛИГИ

1-chizma. Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishni yaxlit tizim asosida tashkil etishning printsiptial chizmasi.

Ushbu boshqaruv ko'zlangan maqsad va marraga erishish yo'llari, vosita va mexanizmlarining uyg'un holda faoliyat yuritishi nazarda tutiladi.

Mazkur yo'nalishdagi boshqaruvni yaxlit tizim asosida amalga oshirishning bosh maqsadi aholining barcha ijtimoiy qatlam va guruhlarini qamrab olish, bu jarayonda uzviylik va davomiylikni ta'minlash, oxir-oqibatda yuqori natijalarga erishishga qaratilgandir. «Sog'lom oila vujudga kelishi uchun, eng avvalo, jamiyat va davlat qayg'urishi, shunga zamin yaratib berishi lozim. Shundagina mustahkam oila dunyoga keladi. Oila sog'lom bo'lsa, jamiyat sog'lom, mamlakat qudratli, yurt tinch, osoyishta bo'ladi» (8)

Bu boradagi boshqaruvni tashkil etish quyidagi tarkibiy tuzilma asosida amalga oshirildi (2-chizma). Ushbu boshqaruvdan ko`zlangan maqsad va maqsadgaga erishish yo`llari, vosita va mexanizmlarining uyg`un holda faoliyat yuritishi nazarda tutiladi.



2-chizma. Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishning yaxlit manzarasi.

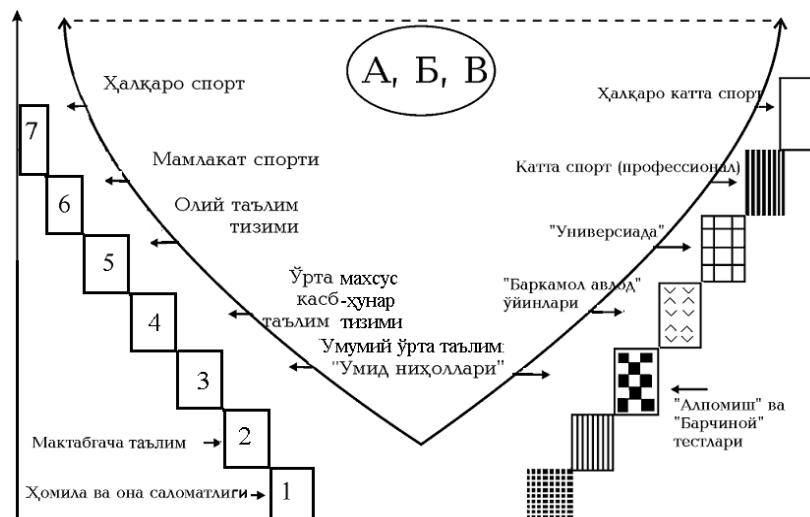
Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishning mazkur manzarasini shakillantirishda mamlakatimizning o`ziga xos xususiyatlari har tomondan o`rganildi. Bu borada, jumladan, quyidagi omillarning (retrospektiv va perspektiv holati) hisobga olinib, boshqaruv jarayoni tashkil etildi:

1. Aholi tarkibi, va uning o`ziga xos xususiyatlari. «Biz farzandlarimizning barkamol ruhiy dunyosi uchun, ularning ma`naviy-axloqiy jihatdan etuk, jismonan sog`lom bo`lishi uchun doimo qayg`urishimiz, kurashmog`imiz zarur» (9)

2. Barkamol avlodni tarbiyalashga xizmat qiluvchi infrastrukturani rivojlantirish borasidagi barcha zarur shart-sharoitlarni yaratish. «Sog`lom avlodni tarbiyalash

barchaning, butun jamiyatning, shu yurtda yashaydigan har bir insonning asosiy ishi, insoniy burchidir» (10)

3. Jismonan sogʻlom va maʼnaviy etuk shaxsni tarbiyalash. Bu esa, oʻz navbatida, jismoniy madaniyat va sport bilan bir qatorda, maʼnaviy goʻzallikni tarbiya qilishga xizmat qiluvchi omil va vositalar majmuida boshqaruv tizimini toʻldirishga alohida ahamiyat qaratish imkonini beradi. «Oʻzining salomatligi haqida shaxsan gʻamxoʻrlik qilib borish madaniyatini yoshlikdan, oila, maktab, mahalla, sogʻliqni saqlash tizimi, jismoniy tarbiya va sportning koʻmagida singdirish kerak» (11)

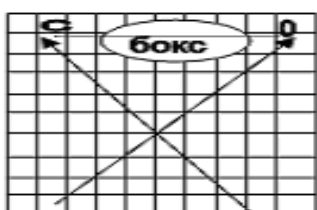


3-chizma. Jismoniy-intellektual resurslarni dasturiy yondashuv asosida sabab-oqibat aloqadorligi nisbatida boshqarishning printsiplial yoʻnalishlari.

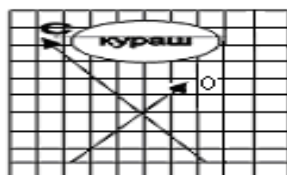
4. Sport turlarining iqtisodiy samaradorligi masalalarini jahondagi ustuvor tamoyillar asosida prognoz qilish, boshqaruvni imkoniyat va talab negizida rejalashtirish.

5. Jismoniy-intellektual resurslarni dasturiy yondashuv asosida sabab-oqibat aloqadorligi nisbatida boshqarishning mutanosibligini taʼminlash (3-chizma).

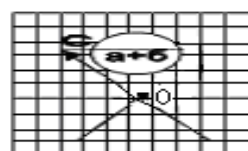
Sabab-oqibat aloqadorligi mutanosibligi boshqaruv samaradorligiga to`g`ridan-to`g`ri ta`sir etadi. Ya`ni sababning (tegishli shart-sharoit, belgilangan tadbirning yaxlitligi, bajarilish sifati, maqsadga intiluvchanlik va psixologik tayyorgarlik) to`laqonli, samarali faoliyati strategik va taktik maqsadlarning bajarilishiga, oxir-oqibatda millat genofondining sog`lomlashishiga, xalqaro sportdagi nufuzimizning yanada ortib borishi va barkamol avlod tarbiyasiga mustahkam ijtimoiy asos yaratadi. Shu nuqtai nazardan, jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishning turli yo`nalishlarida mazkur metodologik qoidaga katta ahamiyat qaratildi. Chunonchi, Sidney shahrida o`tkazilgan yozgi o`yinlar Olimpiadasiga tayyorgarlik ko`rish va uni o`tkazish jarayonida boks bo`yicha sabab-oqibat aloqadorligi mutanosibligi saqlanganligi tufayli belgilangan oltin medal– pirovard natijaga erishildi (1-manzara). Ustuvor sport turi sifatida belgilangan kurashda esa, sabab-oqibat aloqadorligi etarli darajada ta`minlanmaganligi, mablag`lardan unumli foydalanmaslik, sportdagi tayyorgarlik uslublarining jahon andozalariga to`la mos emasligi natijasida ko`zlangan oltin medallar o`rniga kumush medal qo`lga kiritildi (2-manzara). engil atletika, trampolin, otish va dzyudo (a+b) yuzasidan maqsadli tadbirlarning etarli darajada amalga oshirilmaganligi oqibatida kutilgan natija ta`minlanmadi (3-manzara).



1-manzara



2- manzara

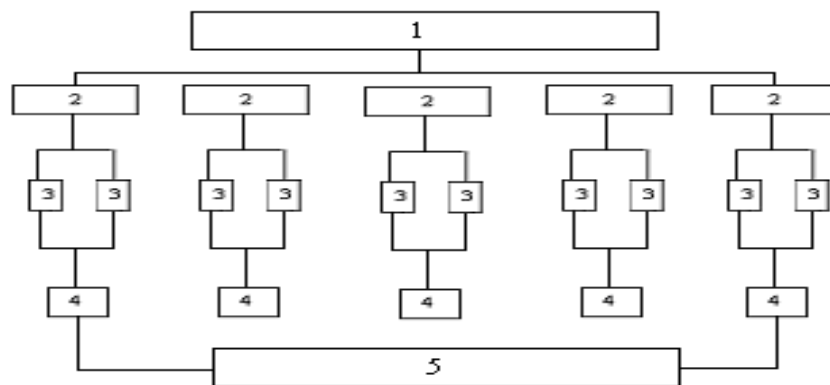


3- manzara

Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishni ta`minlashda dasturiy yondashuvning uyg`un va yaxlit xarakterga ega ekani bu jarayonning muhim

xususiyatlaridan biri sifatida qaraldi. Mazkur jarayon boshqaruv ob`ekti xususiyati, strategik maqsad va vazifalardan kelib chiqqan holda, «umumiylikdan-birlikka» yoki sharoitdan kelib chiqqan holda «birlikdan-umumiylikka» tamoyili asosida amalga oshirildi. Bu o`rinda shuni alohida ta`kidlab o`tish kerakki, har ikkala tamoyilning amal qilishi jarayonlarni boshqarish borasidagi strategik maqsadlarga to`la bo`ysundirish asosida kechdi. Birinchi tamoyil bo`yicha mamlakatimizda jismoniy-intellektual resurslarni rivojlantirishning umumiy va ustuvorlik xususiyatini o`zida mujassam etgan masalalar quyidagi boshqaruv bosqichlari orqali amalga oshirildi (4-chizma).

Mazkur dasturiy yondashuv asosida amalga oshirilgan boshqaruv jarayonlariga misol tariqasida mustaqillik yillarda O`zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish yuzasidan qabul qilingan qator kújjatlar, jumladan, O`zbekistonda sportni rivojlantirish kontseptsiyasi, Davlat sport qo`mitasi va futbol federatsiyasining tegishli qarorlari va chora-tadbirlari tizimini keltirish mumkin.



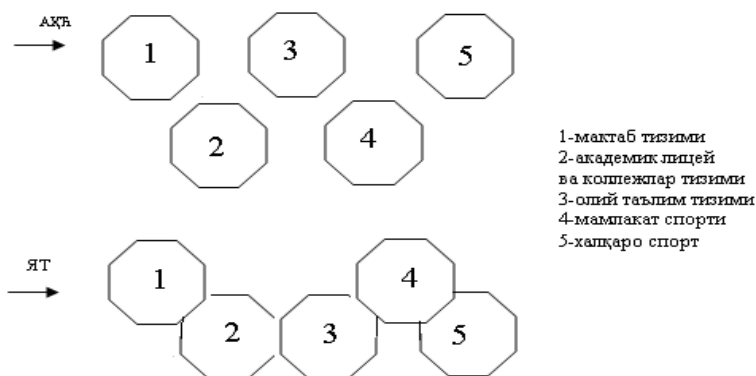
4-chizma: Jismoniy intellektual resurslarni boshqarishni "umumiylikdan-birlikka" tamoyili asosida amalga oshirishning chizmasi 1-kontseptsiya; 2-maxsus dasturlar; 3-tegishli qarorlar; 4-tarmoq qarorlari; 5-tegishli chora-tadbirlar.

Mamlakatimizda sport turlarini ommalashtirish va bu boradagi boshqaruvni takomillashtirishning samarali mexanizmlarini amaliyotga joriy qilish masalalari yuzasidan mavjud shart-sharoitlarni hisobga olgan holda, mamlakatimiz ijtimoiy-

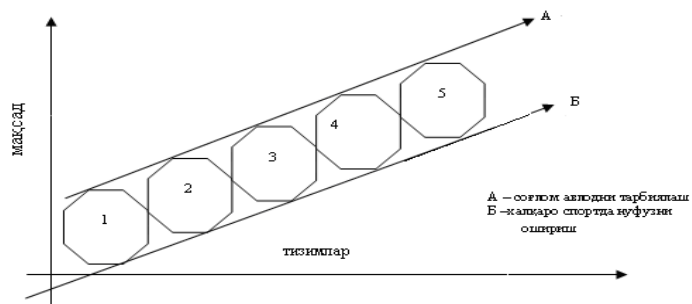
Ushbu jarayonlar davriylik qonuniyatlari asosida amalga oshirilganini alohida ta`kidlash zarur. Ya`ni, dastlabki yillarda moliyaviy va boshqa imkoniyatlar cheklangan, umummamlakat miqyosidagi tadbirlarni tashkil qilish va amalga oshirishda ularning tub asosini mustahkamlash orqali shakllantirish va rivojlantirish zaruriyatlari hisobga olinib, masalalarning davriy vazifalar asosida hal qilinishi ta`minlandi.

Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishni ta`minlashda mazkur jarayonda ishtirok etuvchi har bir tarkibiy qismning yaxlit tizim sifatidagi ko`rinishiga alohida ahamiyat berildi. Mazkur tezis quydagi zaruratlar bilan izohlanadi:

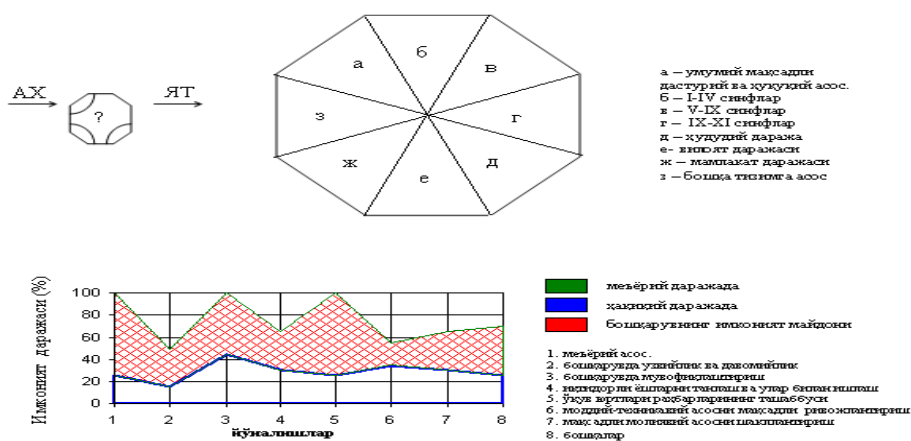
- tizim ishtirokchilarining avtonom, ya`ni mustaqil harakat etishining mavjudligi (AH) va mazkur jarayonlarni yaxlit tizimga joylashtirish zarurati (YaT);



- jismoniy-intellektual resurslarning yagona strategik maqsad yo`lidagi uyg`un rivojini ta`minlash zarurati;



-yuqoridagilarga mos ravishda har bir boshqaruv tizimining ichki mutanosibligini taʼminlash zarurati. Masalan, umumiy oʻrta taʼlim tizimida quyidagi boshqaruv tizimi amalga oshirildi:



7-chizma. Oʻquvchi-yoshlarni ommaviy sport musobaqalariga keng jalb qilishda boshqaruv imkoniyatlaridan foydalanish darajasi va yoʻnalishi

Ommaviy sport oʻyinlarini samarali boshqarishga 1998 yilga qadar oʻquvchi-yoshlarni keng qamrab oladigan ommaviy sport musobaqalarini tayyorlash va amalga oshirish borasidagi yaxlit tizimning etarli darajada shakllanmagani salbiy taʼsir etdi. Tahlillarning koʻrsatishicha, mazkur

yoʻnalishda boshqaruv imkoniyatlaridan faqat 15,0-42,0 foiz atrofida foydalanilgan (7-chizma). Ushbu jarayonlarda, ayniqsa, boshqaruvning meʼyoriy

asosini yaratishga, boshqaruvda ma`naviy va moddiy imkoniyatlardan keng foydalanishga etarli ahamiyat berilmagan.

Mazkur yo`nalishda boshqaruv imkoniyatlaridan to`la va samarali foydalanish darajasini keskin oshirish maqsadida o`quvchi-yoshlarni ommaviy sport musobaqalariga keng jalb qilishni boshqarish quyidagi dasturiy yondashuv asosida shakllantirildi:



Mazkur jarayonlarni samarali boshqarishning asosiy tamoyillari sifatida quyidagilar belgilandi:

- uzviylik va davomiylik;
- maqsadlilik va samaradorlik;
- tarmoq va xududiy imkoniyatlar asosida o`z-o`zini mablag` bilan ustuvor ta`minlash;

Ommaviy sport o`yinlarini dasturiy yondashuv asosida boshqarishning yuqoridagi tizimi oxir-oqibatda mazkur tadbirlarning uzviyligi va davomiyligini ta`minladi.

Yuqoridagi yo`nalishda boshqaruvning amalga oshirilishi bu boradagi vazifalarning ijobiy hal etilishiga ta`sir etmoqda:

Birinchiidan, «Ta`lim to`g`risida»gi qonun va Kadrlar tayyorlash milliy dasturi doirasida o`quvchi-yoshlarni sportga jalb qilishning yagona tizimi yaratildi,

o`quvchi-yoshlar va talabalarning jismoniy tarbiyaga bo`lgan ehtiyojlari ta`minlamoqda.

Ikkinchidan, ommaviy sport harakatining ommaviylikini ta`minlash asosida barcha yoshdagi o`quvchilar sog`ligini tiklash, jismoniy tarbiya va sportning rolini oshirish va sport turlari bo`yicha iqtidorli yoshlardan mamlakat jamoalarini shakllantirish tizimi yaratildi.

Uchinchidan, bolalar-o`smirlar sport maktablari, murabbiylar, jismoniy tarbiya o`qituvchilari faoliyatini samarali nazorat qilish va baholash tizimini yaratish ta`minlandi.

To`rtinchidan, joylardagi sport bazalarini yanada rivojlantirish, mavjud tizimlarni takomillashtirish, kadrlar saviyasini oshirish, sog`lom muhit yaratish imkonini berdi.

Beshinchidan, keng miqyosda sport kiyimlari va anjomlarini ishlab chiqarish tizimlarini yaratishga, mavjudlarini kengaytirishga yordam berdi.

O`quvchi-yoshlarni ommaviy sport musobaqalariga keng jalb qilishda uzviylik va doimiylik, maqsadlilik va samaradorlik tamoyillariga asoslangan boshqaruv tizimining amaliyotga joriy qilinishi mazkur jarayonning ilk o`yinlarida terma jamoa sifatida jami 5 mingdan ortiq o`quvchi va talabalarning qatnashishini ta`minladi (1-jadval)

Ommaviy sport musobaqalariga jalb qilingan yoshlar to`g`risida ma`lumot

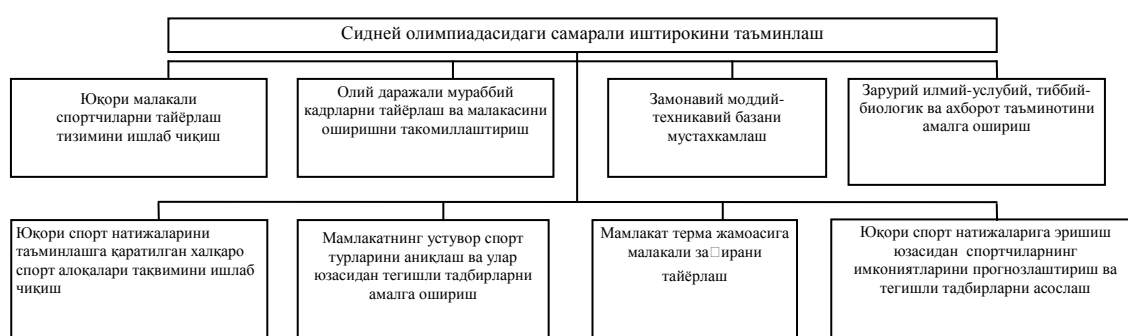
1-jadval

	Ommaviy sport o`yinlarida qatnashganlar.			
	«Umid nihol lari»	«Barkamol avlod»	«Univer siada»	Jami
	2002y	2001y	2000y	
Jami jalb	4031 442	538 000	113 000	4 682 442

qilinganlar				
Hudud va tarmoq darajasida qatnashganlar	11 842	12 341	28 547	1 592 230
Mamlakat miqyosida qatnashganlar	2 016	1 568	1 443	5 027

Alohida ta'kidlash kerakki, ommaviy sport bilan professional sportning uyg'unligiga erishish boshqaruv jarayonida alohida ahamiyat kasb etadi. Bu borada, Sidney shahrida o'tkazilgan olimpiada o'yinlariga tayyorgarlik ko'rish va ularni o'tkazish yuzasidan hukumat darajasida tasdiqlangan dastur nazariy-amaliy jihatdan muhim o'rin tutadi.

Mazkur dasturning asosiy maqsadi 2000 yildagi XXVII olimpiya o'yinlariga tayyorgarlik ko'rish va o'zbek sportchilarining mazkur musobaqalarda yuqori natijalarni egallashini ta'minlash yuzasidan yagona siyosatni ishlab chiqishga



qaratilgan (8-chizma).

8-chizma. 2000 yilda o'tkazilgan XXVII olimpiada o'yinlariga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish yuzasidan ishlab chiqilgan dasturning maqsadlar tizimi.

Dasturni amalga oshirish jarayonini boshqarish quyidagi tamoyillar asosida olib borilishi ta'minlandi, ya'ni:

-sportchilarni tayyorlash borasidagi ishlarni jahon andozalari darajasida tashkil etish;

-o`zbek sportining jahon sport tizimiga integratsiyalashuv jarayonini kengaytirish va chuqurlashtirish;

-yirik sport o`yinlariga tayyorgarlik ishlarini amalga oshirishni moliyalashtirishning manbalari tarkibini ko`paytirish, moliyaviy resurslardan maqsadli foydalanish;

-o`zbek sportining jahon sportidagi nufuzli o`rni ta`minlash.

Tashkiliy-moliyaviy faoliyatini samarali boshqarishda dasturni amalga oshiruvchi tuzilmalar quyidan yuqoriga yo`nalgan boshqaruv tizimi funktsiyalarini amalga oshiradi.(2- jadval)

Boshqaruv tuzilmalari funktsiyalarining bosqichma-bosqich joylashuvi

2- jadval

Boshqaruv darajasi	Boshqaruv funktsiyasi	Boshqaruvning tashkiliy tuzilmalari
Birinchi	Davlat siyosatini ta`minlash	O`zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi
Ikkinchi	Davlat dasturini amalga oshirishni muvofiqlashtirish	Madaniyat va sport ishlari vazirligi
	Funksional	Respublika sport federatsiyalari; Qoraqalpog`iston Respublikasi Vazirlar Kengesi; Viloyatlar va Toshkent shahar

Uchinchi	vazifalar	hokimliklari; O`zbekiston Kasaba uyushma federatsiya Kengashi; Sog`liqni saqlash vazirligi; Oliy va o`rta-maxsus ta`lim vazirligi; Xalq ta`lim vazirligi; Mudofaa vazirligi; Ichki ishlar vazirligi;
----------	-----------	--

2000 yilda o`tkazilgan XXVII Olimpiada o`yinlariga tayyorgarlik ko`rish va uni o`tkazish yuzasidan ishlab chiqilgan dasturning maqsadlar tizimi.

Sportchilarni jahon miqosida o`tkaziladigan yirik musobaqalarga tayyorlash jarayoni maqsadli dastur asosida boshqarishni tashkil etish uslubiy jihatdan quydagi tartibda amalga oshiriladi (3-jadval)

Maqsadli dastur asosida boshqarishni tashkil etishning uslubiy yo`nalishlari

3-jadval

Yo`nalishlar	Jarayonlarning pog'onasi									
										1
									0	
Boshqaruv vazifa sini asoslash										

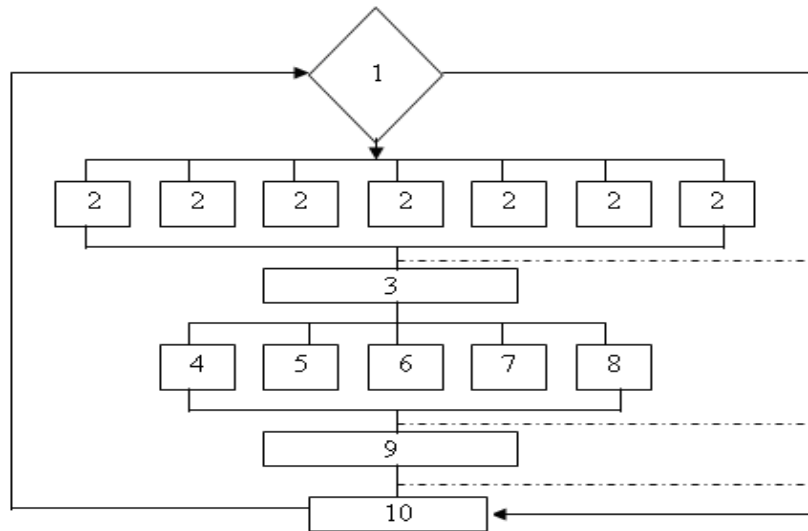
Umumiy moyil larni belgilash																				
Maqsadni asoslash																				
Asosiy vazifa larni belgilash																				
Ishtirok etuvchi tuzil malarni aniqlash																				
Moliyalashtirish manbalarini shakillantirish																				
Dasturni amalga oshirishning davrlarini asoslash																				
Dasturiy chora- tadbirlarni belgilash																				
Sport turi bo`yicha tadbirlarni ishlab chiqish																				
Boshqarishning ustivorliklarini asoslash (sport turlari bo`yicha)																				
Natijalarni rejalashtirish																				

Sport turlarini professional tayyorgarlik va samaradorlik tamoyillari asosida
boshqarishning ustuvor yo`nalishlari

4-jadval

№	Asosiy yo`nalishlar		
	Sportning ustuvor turlari	Sportning istiqbolli turlari	Sportning rivojlanayotgan turlari
1	Boks	Futbol	Voleybol
2	Erkin kurash	Suzish	Gandbol
3	Yunon-rim kurash	Sport gimnastikasi	Basketbol
4	Dzyudo	Tennis	Futzal
5	Otish	Akademik sakrash	Xokkey
6	Trampolin	Baddiy gimnastika	Ot sporti
7	engil atletika	Velosport	
8		Og`ir atletika	

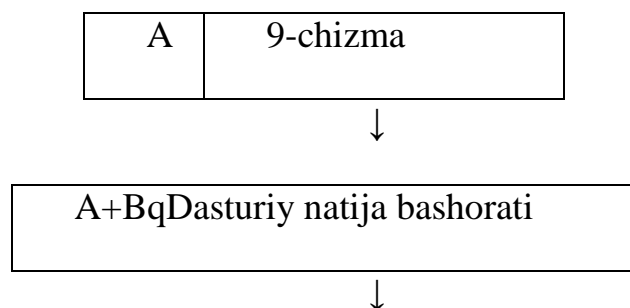
Dasturiy tadbirlarni amalga oshirishni moliyaviy jihatdan ta`minlash quyidagi sxema asosida boshqarildi (9-chizma).



9-chizma: Moliya resurslarini shakillantirish va ulardan samarali foydalanish tizimini boshqarishning tashkiliy-iqtisodiy tarkibi.

1-dasturning maqsadi; 2-asosiy vazifalar va ulardan kelib chiqadigan choratadbirlar; 3-moliyaviy resurslarning yagona tizimi; 4-davlat byudjeti; 5-vazirlik va idoralarning maqsadli mablag`lari; 6-tarmoq mablag`lari; kasaba uyushmalari federatsiya kengashi mablag`lari; 7-sport federatsiyalarining mablag`lari; 8-homiylik mablag`lari; 9-moliya resurslaridan maqsadli va samarali foydalanishning nazorati; 10-moliyaviy sarf-harajatlar jarayoni va natijalarining qiyosiy tahlili.

Moliyaviy resurslarni samarali boshqarish jarayonini baholash uslubiy jihatdan “moliyaviy sarf-xarajatlar jarayoni va natijalarni qiyosiy taxlili” quyidagi sxema bo`yicha amalga oshirilishi maqsadga muvofiqligi asoslandi:



B	natija
---	--------

Yuqoridagi uslubiy yondashuv asosida 2000 yilda Avstraliyada bo`lib o`tgan olimpiada o`yinlarida o`zbek sportchilarini tayyorlashga sarflangan moliyaviy resurslardan foydalanish samaradorligini quyidagi holatlar belgilab beradi (5-jadval).

Dasturiy reja asosida amalga oshirishning boshqaruv faoliyatiga xos natijalarni baholash

5-jadval

sport turi	Moliyaviy resurslar							Dasturda rejalashtirilgan sovrinlar B			Amalda olinan sovrinlar A+B		
	A												
	1996	1997	1998	1999	2000	Jami	oltin	kumu	bronz	oltin	kumu	bronz	
Boks	dol.	40000	44000	4600	5000	6000	2400			1	1	2	
	sum	12 mln.	14 mln.	14 mln.	20 mln.	26 mln.	86 mln.						
Erkin kurash	dol.	36000	38000	4000	5000	5600	2200		2	1	1		
	sum	10 mln.	12 mln.	14 mln.	18 mln.	20 mln.	74 mln.						

Yunon-rum kurashi	dol.	36000	40000	42000	5000	5600	22400			1			
	sum	10 mln.	14 mln.	16 mln.	18 mln.	20 mln.	78 mln.						
Dzyudo	dol.	40000	44000	46000	5400	6000	24400			1			
	sum	14 mln.	16 mln.	18 mln.	20 mln.	24 mln.	92 mln.						
O`qotish	dol.	20000	30000	30000	3800	4500	16300						
	sum	8 mln.	8 mln.	10 mln.	10 mln.	12 mln.	58 mln.						
Trajimpolin	dol.	10000	14000	15000	1000	1600	65000		1				
	sum	6 mln.	8 mln.	8 mln.	10 mln.	10 mln.	52 mln.						
engil atletika	dol.	15000	26000	30000	3400	35000	14000						
	sum	4 mln.	4 mln.	7 mln.	8 mln.	9 mln.	32 mln.						
Jami	dol.	197000	236000	249000	286000	328000	1296000		3	4	1	1	2
	sum	64 mln.	76 mln.	87 mln.	104 mln.	121 mln.	462 mln.						

Jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishni ta`minlashning asosiy shartlaridan biri sifatida maqsadga asoslangan prognozlashtirish jarayoniga alohida

ahamiyat qaratildi. Chunki jismoniy-intelektual resurslarning bugungacha bo`lgan rivojlanish va boshqarilishi quyidagilar asosida yangilanishni talab etdi:

- jismoniy-intellektual resurslar rivojining davlat siyosati darajasiga ko`tarilgani;
- strategik maqsadlarni amalga oshirish, jumladan, mamlakat aholisining genofondini sog`lomlashtirish, tender masalalarini ijobiy hal etish, barkamol yoshlarni tarbiyalash.

Shu nuqtai nazardan, jismoniy-intellektual resurslarni samarali boshqarishda prognozlashtirishning ilmiylik darajasini oshirish, endogen va ekzogen aloqalarning kelajak tahlilini amalga oshirish hamda globallashtirish jarayonlari tamoyillarini hisobga olishga urg`u berildi, bu borada but-butun asoslash tadbirlari amalga oshirildi. Jumladan:

- mantiqiy tahlil hamda stsenariy uslubi asosida mamlakatimizda boks maktabi istiqbollari va ularni samarali boshqarishning turli sharoitlardagi muqobillari tahlili asosida rivojlantirishning qo`shimcha yo`nalishi aniqlandi.

- g`oyani jamoada generatsiyalash asosida mamlakatimiz al`pinistlari tomonidan Everest cho`qqisini zabt etish imkoniyatlari, amalga oshirish muqobillari hamda uning ta`minoti kabi masalalarning qulay boshqarish yo`llari ishlab chiqildi;

Yuqoridagilar bilan bir qatorda xalqaro yo`nalish va zamonaviy sport biznesi kabi rivojlanish tendentsiyalari alohida hisobga olindi.Xususan:

- 1.Sportni xalqaro hayotda tutgan o`rni «Sport tinchlik elchisi», bizning maqsadimiz ham tinchlik osoyishtalik va shu asosda jahon ahli bilan hamkorlik qilish (11).

- 2.Xalqaro sport infra va rekreatsion tuzilmalari ahamiyatining benihoya darajada ortishi;

- 3.Sport industriyasining rivojlanishi;

- 4.Sportning tijoratlashuv yo`nalishini kuchayishi;

5.Xalqaro sport musobaqalarining sanoatlashuvi va xarajatlar darajasini ortib borishi;

6.Sportni insonning maxsus faoliyatiga aylanishi;

7.Sportning intellektuallashuv darajasi keskin ortib borishi.(sportchilarni tayyorlash va yuqori sport natijalariga erishishda fan uslubiyot-amaliyot yo`nalishining kuchayish tamoyillari)

8.Yuqori sport natijalarini qo`lga kiritilishi o`zbek sportchilarini tegishli tayyorgarlikdan o`tkazilishi va ularning ko`rsatkichlarini jahon darajasiga etkazish va oshirish;

9.Xalqaro sportda noxush xolatlarning mavjudligi hamda sport natijalariga farmakologiya, kimyo va boshqalarning salbiy ta`sir etishi.

Mamlakatimizda jismoniy intellektual resurslarni maqsadli rivojlantirish va samarali boshqarishning dunyo tajribasida hali kuzatilmagan yaxlit tizimi asosida yoshlarni ommaviy sport musobaqalariga tizimli jalb qilaoladigan uch bo`g`inli samarali model`, hamda ommaviy sport harakatini rivojlantirishga qaratilgan umum o`zbek milliy model` asosida yaratilib, muvaffaqiyatli amalga oshirildi.

2.1. Sport nazariyasining zamonaviy ilmiy muammolari

Hozirgi davrda olimlar sport nazariyasining integrativ muammolarini yaxlit holda tasavvur etishga harakat qilmoqdalar. Muammolarni hal etishda yuqorida ko`rib chiqilgan nazariy ishlanmalar: umumiy sport nazariyasi, sport turlari bo`yicha xususiy predmetli nazariy-usuliy fanlar, gumanitar hamda tabiiy bilimlarning oraliq sohalari munosabatlari sxemasiga (L.P.Matveev bo`yicha), sport mashg`ulotlari jarayonini boshqarishning uch darajali tizimiga (A.A.Novikov bo`yicha), shuningdek, ko`p yillik tayyorgarlikni boshqarishda

darajalar ahamiyatining o`zgarishi modeliga (F.A.Kerimov bo`yicha) tayanish zarur.

L.P.Matveev bo`yicha (1997) sport fanining asosiy muammolari 3 asosiy blokka taqsimlanadi, lekin biz to`rtinchi blokni ham kiritishni taklif qilamiz:

1. Sport mohiyatining umumiy kontseptsiyasini, uning tuzilishi va vazifasiga xos xususiyatlarini hamda yanada rivojlantirish yo`nalishlarini ishlab chiqish.

Shu o`rinda sportning mohiyatiga, uning shaxs va jamiyat hayotida tutgan o`rni hamda ahamiyatiga tavsif berish, uning manbalari va rivojlanish yo`nalishlarini ko`rib chiqish zarur. Sport faoliyatining bio- hamda ruhiy-ijtimoiy tabiatini chuqurroq, to`laroq va yaxlit holda tadqiq etib, sportni hozirgi zamon jamiyatidagi vazifalari va rivojlanish qonuniyatlarini tushuntirib berish lozim. Bunda sport amaliyotining turli yo`nalish va bo`limlarida (jumladan, ommabop, professional va professional-tijorat sportida) mavjud bo`lgan asosiy ziddiyatlarni, shuningdek, ularni shaxs va jamiyat manfaatlari yo`lida bartaraf etish usullari, shart-sharoitlarini ochib berish kerak.

2. Sport bellashuvi nazariyasi muammosi, sport bellashuvining musobaqa faoliyati sifatidagi mohiyatini, uni harakatga keltiruvchi kuchlarni, samarali amalga oshirish qonuniyatlari va shart-sharoitlarini mufassal anglab etish.

Musobaqa faoliyatida sabablar va shaxsiy rejalar, uni modellashtirishning tayyorlov shakllari, sport-musobaqa yuklamalarining o`z-o`zini oqlaydigan kattaliklari, shuningdek, ularni mos ravishda o`zgartirish hamda sport amaliyotining turli sharoitlarida bellashuvlar tizimining to`g`ri tuzilgan variantlari to`g`risida umumlashtiruvchi tasavvurlarni ishlab chiqish kerak.

3. Sport mashg`uloti va sport yutuqlarining boshqa omillaridan tizimli foydalanish muammolari.

Bu bo`limda sport mashg`ulotining mazmuni va tuzilishi, tuzilish qonuniyatlari hamda tamoyillari, sportchini sport yutuqlariga tayyorlashning

jismoniy, texnik, taktik va boshqa jihatlarining nazariy-usuliy asoslari ishlab chiqiladi va batafsil yoritiladi.

Sport orientatsiyasi va saralash; ko`p yillik sport tayyorgarligining optimal tuzilishi - tayyorgarlikning birinchi bosqichidan boshlab sportchini sport faoliyatining eng yuqori pillapoyalarigacha olib chiqish; bashorat qilish, rejalashtirish, nazorat hamda uni optimallashtirish bo`yicha chora-tadbirlar tizimida qo`shimcha omildan to`g`ri foydalanish muammolari o`z echimini kutib turibdi.

4. Sport fanidagi eng yirik muammolaridan biri - mashg`ulot va musobaqa faoliyati sharoitida organizm tizimlari faoliyatini o`rganish.

Bugungi kunda sportdagi yutuqlarimizning rivojlanib borish yo`nalishlari shundayki, ularni yaqin o`n yilliklarga loyihalashtirish, ehtimol, eng avvalo, mashg`ulot va musobaqa vositalarining sportchi organizmiga eng maqbul tarzda ta`sir ko`rsatish yo`llari hamda vositalarini uning fiziologik, biokimyoviy imkoniyatlarini hisobga olgan holda aniqlashdan iborat. Ushbu holat tadqiqotchilar oldiga quyidagi vazifalarni qo`yadi:

Birinchiidan:

- har xil sport turlarida sportchi ish qobiliyatining o`tib borishini belgilovchi fiziologik mexanizmlarni tadqiq etish;
- musobaqa va mashg`ulot faoliyati jarayonida ish qobiliyatining pasayish sabablarini hamda toliqish yuzaga kelishining fiziologik mexanizmlarini aniqlash;
- ish qobiliyatini takomillashtirish jarayonini, katta yuklamalarga ko`nikish mexanizmlarini o`rganish;

Ikkinchiidan:

- trenirovka va musobaqa faoliyatida sportchining ruhiy holati qonuniyatlarini ochib berish;
- trenirovka va musobaqa faoliyati jarayonida asabiy-ruhiy hamda xissiy zo`riqish darajasini baholash mezonlarini ishlab chiqish;

- sportchi organizmining jismoniy zahiralari aniqlash va ularga baho berish;
- o`ta zo`riqib faoliyat ko`rsatish modellarida organizmdagi etakchi tizimlarning amal qilish ichki imkoniyatlarini aniqlash;
- yangi, rekord darajalariga erishish maqsadida zahiradagi imkoniyatlarni yanada oshirish yo`llarini belgilash.

Muammolar yig`indisidan ko`rinib turibdiki, sport nazariyasi faqat bilish, kontseptual jihatdan emas, amaliy jihatdan ham murakkab hamda ahamiyatlidir. Sportning keyingi taraqqiyoti mazkur muammolarning to`g`ri hal etilishiga bog`liq.

III. BOB. Sportchilarni tayyorlash tizimida bashorat šilish, modellashtirish, tanlash, mo`ljallash, boshšarish va nazorat

3.1. Ko`p yillik tayyorgarlik jarayonida sportchilarni tanlash va yo`llanma berish (yosh sportchilarni tanlash tartibi).

Sportda o`rinbosarlarni tayyorlashda kelajak yosh sportchilarni tanlash tartibi muhim rol` o`ynaydi. Sportda yuqori natijalarni ko`rsatish uchun sportchiga yuqori rivojlanish darajasidagi noyob morfologik ko`rsatrichlar, ajoyib jismoniy va ruxiy qobiliyatlar kompleksi bo`lishi kerak. Bunday uyg`unlikka ega bo`lgan sportchilar juda kam.

Sportda tanlash -Bu qaysi bir sport turida yuqori natijaga erisha oladigan, qobiliyatli, iste`dodli kishilarni qidirib topish jarayonini tushinamiz. V.P.Fillinning fikricha pedagogik, sotsiologik, ruxiy-tibbiy biologik tadqiqot (ilmiy tekshirish) metodlarini o`z ichiga oladigan tashkiliy metodik tadbirlarni kompleks tartibini tushinadiki, uning asosida ayrim bir sport turida ixtisoslashish uchun bolalarning qobiliyatlari aniqlanadi.

Sportga yo`llanma -bu sportchi qobiliyatlarini sport maxoratini shakllanishining individual xususiyatlarini o`rganish asosida yuqori sport maxoratiga erishishning perspektiv yo`nalishini aniqlashdir.

V.P.Fillin sportga yo`llanmani bu tashkiliy metodik tadbirlarni kompleks tartibini ular asosida sportchining

ayrim bir sport turida qisqa ixtisoslanishi aniqlanadi degan edi.

Sportda tanlash bu ko`p bosqichli ko`p yillik jarayon bo`lib sportda tayyorgarlikning xamma bosqichlarida amalga oshiriladi. U sportchilarning qobiliyatlarini har tamonlama o`rganishga asoslanib ushbu qobiliyatlarning shakllanishi uchun yaxshi sharoit yaratishga qaratilgan. Sport turlarini ko`p bo`lishi, xar bir shaxs sportni qaysidir bir turidan yuqori mahoratlarni egallashga imkoniyat beradi. Bir sport turiga layoqatli bo`lmagan shaxs boshqa sport turidan yaxshi natijalarga erishishishi yoki ko`rsatkichlarga ega bo`lishi mumkin. Shuning uchun qobiliyatlarni tiklashni ayrim bir turidan yoki sport turlariga hamda guruxlarda amalga oshirish kerak. Sport qobiliyatlarni turg`unligi bilan ajralib turadigan sportchilar nasl qobiliyatlariga xam bog`liq. Nasl qobiliyatlari organizmga katta yuklama berilganda namoyon bo`ladi, shuning uchun yosh sportchining qobiliyatini yuqori natija ko`rsatishga qaratish kerak.

Ayrim funktsiyalarni va sifat qobiliyatlarni rivojlanishi har xil yoshlarda har xil keladi. Ayniqsa buni kichik yoshdagi yuqori natija ko`rsatadigan sport turida e`tiborga olish kerak.

Yosh sportchilarni tanlash muammolari.

Pedagogik, tibbiy biologik, ruxiy va sotsiologik ilmiy tekshirish metodlariga asoslangan xolda kompleks xal qilinishi kerak. Pedagogik ilmiy tekshirish metodlari yosh sportchilarning jismoniy sifatlarini rivojlanish darajasini, koordinatsion qobiliyatlari va sport texnik maxoratini baholashga imkon beradi.

Tibbiy biologik uslublarni qo`llash bilan sportchining sog`lik darajasi, analizator sistemasining holati, morfologik xususiyatlari uyg`onadi. Ijtimoiy metodlar bolalarni sportga qiziqishi, yuqori natija ko`rsatishga ruxiy uslublarni, sportchilarni ruxiy xususiyatlari, ruxiy birlik va xakozoliklarni ko`rsatadi.

Sportda tanlash uch bosqichda amalga oshiriladi.

Dastlabki-bunga bolaning marfo-funksional va ruxiy xususiyatlarini xisobga olgan holda to`g`ri sport turini tanlash vazifasini xal qiladi.

Oraliq-2-3 mashg`ulot bosqichlarida shug`ullanuvchilarda sport natijasi ixtisoslashish qobiliyatini aniqlash vazifasi xal etiladi.

Yakunlovchi-Xalqaro miqyosdagi natijalarga tanlash masalalarini xal etadi.

Ko`p yillik tayyorgarlikning birinchi bosqichida tanlash va yo`llanma

Vazifasi -bolaga sportda takomillashish uchun bir sport turini tanlab olishga yordam berishdir.

Sport maktabiga 2-3 o`quv guruxini tanlash uchun 100 dan ortiq bolani tekshirish lozim. Statistika ma`lumotlariga qaraganda suv xavzasiga kelgan 60000 boladan faqatgina 1 ta xalqaro toifadagi sportchi chiqadi, ko`pgina xalqaro toifadagi sport ustalaridan olimpiya g`oliblari chikadi.

Bolaning keyingi yutuqlarini aniqlaydigan narsa, sport bilan shug`ullanishni boshlanishi kaysi yoshda boshlash kerakligi bilan belgilanadi.

6-jadval

Ko`pgina sport turlarida mashg`ulotlarni boshlash uchun ijobiy ta`sir ko`rsatadigan yosh

Sport turlari	Erkaklar	Xotin qizlar	Sport turlari	Erkaklar	Xotin qizlar
Suzish	9-12	8-11	Badiiy	-	6-8

			gimnastika		
Baydarkad a eshkak eshish	13-16	13-16	-	-	-
Velosiped	14-16	14-16	Og`ir atletika	-	-
Akademik eshkak	15-17	-	Kurash	12-14	-
100-400m yugurish	13-14	13-14	+o`l to`pi	11-13	10-12
800- 1500m yugirish	14-14	14-16	Valeybol	12-14	11-13
Sport gimnastikasi	8-9	6-8	Futbol	12-14	-

Aynan shu yoshda ko`pgina chet el va vatan sportchilari sport bilan shug`ullanishni boshlaganlar.

Chang`ichi Kulakova Galina 20 yoshda konkichi 1976 yil g`olibi Stepanskaya 17 yoshda velosipedchilar Garelov, Komiskiy, Chikamov 17-19 (V.I.Chudinov) taxliliga kura sport turining u fakat 8 turida BO`SM programmasidagi yoshga tug`ri keladi.

+uyidagini esda tutish kerak 1) 6-7 yoshda bashorat qilish ko`p xollarda noto`g`ri. 2) sportdagi katta yuklamalar bola qancha kichik yoshdan bolasa shuncha tez sport bilan shug`ulnanishini tugatadi. 6-8 yoshda shug`ullanishni boshlaganlar 15-17 yoshda tugatadi. BO`SM ga tanlash kamida 30 mashg`ulotdan keyin boshlanishi kerak.

Tez harakatni o`rganuvchilardan kelajagi bor sportchilar chiqmaydi. Lekin ozg`in bo`yi novcha bolalardan yaxshi sportchi chikadi. Tanlashda kam o`zgaradigan morfofunktsional ko`rsatkichlarga e`tibor bering. Masalan: Bylgakova J. 11-16 bolalar yoshida katta bog`liqlik topgan. 12 yoshli bolalarning bo`yi bo`lajak bo`yining 86 % tashkil qilar ekan. Tanlashda bolaningtana tuzilishiga e`tibor berish shart. Masalan: suzishga va eshkak eshish bo`yi va vazni katta bolalar tanlanadi.

Organizmni energiya bilan ta`minlanishi tizimini o`rganish katta ahamiyatga ega.

Velospedchi, uzoq masofaga yuguruvchilar uchun o`pkaning tiriklik sig`imi katta ahamiyatga ega. Masalan: 12 yoshli velospedchilarda 300-3500 sm.

Keyingi yillarda muskul biopsiyasiga e`tibor berilyapti. Ma`lumki muskul to`qimasini tuzilishi xam katta ahamiyat kasb etadi.

Tez qiskaradigan muskullar sprint uchun 90%. Skelet muskul ko`ndalang kesim. Stayerlarda sekin qisqaradigan muskul tolalari ko`p 80-90 % ni tashkil etadi.

Dastlabki tanlashda- pedagogik testlar ko`p kullaniladi. Testlar tezkorlikni, harakat uyg`unligini, chidamlilikni, aerob va anaerob imkoniyatlarini tekshirish bilan bog`liq.

Pasport va biologik yoshni aniqlash muhim masalalardan biridir. Jinsiy organlarni tez rivojlanishi tezkor yaxshi natijalarga olib keladi, keyinchalik esa yaxshi natija bermaydi. Dunyo miqyosida 16-17 yoshdagi sportchilarni kech rivojlanganlarini tanlash ham mavjud.

Jinsiy organlarning yosh etilishi- kizlarda 8-9 ,bolalarda 10 o`rtachasi: 10-11, bolalarda 12-13 yoshda. Kech rivojlanishi: qizlarda 13 yoshdan keyin, o`g`il bolalarda 15 yoshdan keyin.

Ruxiy ko`rsatkichlar xam katta ahamiyatga ega: Shug`illanishga ehtiyoj~ mashq bajarishda yaxshi bahoga intilish qo`rqmaslik va x.k.

Dastlabki tanlashda-sportdagi natija kriteriya bo`la olmaydi. Yoshlar butun ittifoq musobaqalardan yutganlari har 19-o`rta g`olibi: evropa chempionining har 52-olimpiada o`yinlarining g`olibi 120 tadan bittasidir.

Ko`p yillik tayyorgarlik 2-3 bosqichni tanlash.

Vazifalari –yuqori sport natijalarini ko`rsata oladigan qobiliyatli sportchilarni, individual imkoniyatlarini maksimal darajada amalga oshira oladigan sportchilarni tanlash. Bu boskichda morfologik xususiyatlar katta ahamiyatga ega. Xar xil turlariga, xar xil morfologik tuzilishiga bu xususiyatlar nasldan o`tada.

Kishilarni doimiy ravishda sport mashg`ulotlariga jalb qilish, ularni kiziqishi va shaxsiy natijalari, shu yoki boshqa sport turlarining maxsus xususiyatlariga hamda individual qobiliyatiga bog`liqdir.

Xar bir kishi sport turini tanlashda, individual xususiyatlarini ko`pchilik qismi shu sport turining talablariga mos kelishi, sport orientatsiyasining mohiyatini tashkil qiladi. Sport orientatsiyasi esa, ko`pincha bolalar va o`smirlar xamda ommaviy sport bilan bog`liq. Sport orientatsiyasini yo`lga quyilishi qanchalik yaxshi yo`lga qo`yilgan bo`lsa, shunchalik sport turiga tanlov utkazish samaralirok bo`ladi. Chamalash va tanlovni texnologiyasi bir xil 6o`lib qaysi yul bilan yondoshish bo`yicha bir biridan chamalash ma`lum inson uchun sport turini aniqlasa, tanlov jarayonida esa sport kishini tanlaydi.

Sport tanlovi- yuqori darajali qobiliyatga ega bo`lgan shu sport turining maxsus talablariga javob beradigan tadbirlarning majmuasidir. Tanlov ko`p yillik va yillik tayyorgarlik tizimiga kirib,~ sifat tomonidan o`zgarib boradi va uning hamma davrlarida ishtirok etib, to`rt bosqichdan iborat bo`ladi.

Birinchi bosqich –aniq sport turini aniqlash egallash uchun potentsial qobiliyatga ega bo`lgan (ko`pincha 9-14 yoshli) bolalarni boshlang`ich tanlovi. Tashkiliy tomondan tanlov uch davr bo`yicha o`tkaziladi.

Birinchi- mashg`ulotlarga qiziqish uyg`otish maqsadida targ`ibot ishlarini o`tkazish: ikkinchi- testlar bo`yicha tekshirish va shu sport turi uchun kerakli qobiliyatli bolalarni ko`rsatish: uchinchi- o`rgatish jarayonida va jismo-niy sifatlarni rivojlanishi, o`quv materialini o`zlashtirish tempi ustidan uzoq vaqtli kuzatish:

Ikkinchi bosqich-o`smirlarni (16-17 eshli)shu sport turi uchun yuqori darajadagi qobiliyatini va ma`lum mutaxassislik turlaridagi (engil atletika, o`yin va x.k.) bo`lgan xoxishini aniqlash.

Ikkinchi bosqich yuqori malakali sportchilar jamoasiga kiritish uchun, tanlov (18-20 yosh) o`tkazish. Tanlov bolalar va o`smirlar jamoasidagi mashg`ulot va musobaqa faoliyatini o`rganish, maxsus o`rganiladigan o`quv yig`ilishi mashg`ulotlari nazorat testlari va funktsional tayyorgarligini aniqlash orqali amalga oshiriladi..

To`rtinchi bosqich - xar xil terma jamoa (jumxuriyat, idoralar va x.k.) guruhiga kiritish va ma`sul musobaqalarga qatnashuvchilarni aniqlash uchun o`tkaziladigan tanlov. Bu maqsadda sportchining o`z klubidagi mashg`ulot va musobaqa faoliyati to`g`risidagi axborotlar taxlil qil`insa, terma jamoada uning musobaqa faoliyati milliy birinchiliklarda va o`quv mashg`ulot yig`inlarida o`rganiladi.

Tanlovda, shu sportchilar bilan ishlaydigan murabbiylar va shu hududdagi yuqori malakali mutaxassislardan tuzilgan `eksportlar katnashadi.

Tanlab olish usulining mazmuni sport turining aniq mazmuni va o`ziga mosligi bilan belgilanadi. Bu esa pedagogik, mediko- biologik va psixologik ko`rsatkichlarga qarab, yuqori bashorat qilish ahamiyati (jismoniy sifatlari ,

texnik va taktik xarakatlarni bajarish uchun qobiliyat darajasi, morfologik ko`rsatkichlari, organizmning funktsional xususiyatlari hamda markaziy asab sistemasiga) qarab aniqlanadi. Dastlabki holati, yoshi va mashg`ulot ta`siri ostida ko`rsatkichlarning o`zgarishi va ularning sport ko`rsatkichlari bilan aloqasi xisobga olinadi. Tanlovning sifatli bo`lishi, ko`p yillik sport o`rinbosarlarini tayyorlashda asosiy shart bo`lib xisoblanadi.

3.2 Sport mashg`ulotini boshqarish.

Mashg`ulot ta`siri ostida sportchining holati o`zgarishi 3- bosqichga bo`linadi: hafta yoki oylar bo`yiga nisbatan bosqich davomida saqlanishi. Masalan: sport formasining xolati mashg`ulot jarayonida etarlicha chiniqmaganligi va x.k.

Joriy xolati: bir yoki bir necha mashg`ulotni ta`siridagi o`zgarishi (bu holatlarni baholash, keyingi mashg`ulotlarni tuzilishi va yo`nalishini va ularga nisbatan yuklamaning kattaligini aniqlashga yordam beradi).

Operativ xolati: alohida mashqlarning ta`siri ostida o`zgaruvchan va tezlikda o`tuvchi (bularni mashg`ulotlar dasturini tuzishda, mashqlarning davom etish vaqti, xarakteri, shiddati va uni bajarish, davom etish vaqti va dam olish intervalining xarakteri xisobga olinadi).

Sport mashg`uloti jarayonini ko`p qirraliligi va sportchining doimiy holda imkoniyatining o`zgarishi, xar xil omillar ta`sirida uning holatini tebranishi, boshqarishining negizi bo`lib hisoblanadi. Bu esa, sportchidan murabbiyga beriladigan teskari aloqasi orqali beriladi: 1) Sportchidan murabbiyga boruvchi ma`lumotlar (o`zini sezishi, ishga bo`lgan munosabati, kayfiyati va b-k): 2) Sportchi o`zini tutishi xaqidagi axborotlar (mashg`ulot

ishining hajmi, uni bajarishi, aniqlangan xatolari va b-k): 3) Mashg`ulot samaradorligini, qisqa vaqtdagi ko`rsatkichlari (mashg`ulot yuklamasi ta`sirida funktsional tizimidagi chegara va o`zgarishlar xarakteri): 4) Mashg`ulot samaradorligining yig`ilishi (kumlyativ) to`g`risidagi axborotlar (sportchini mashqqa chidalilik holatining o`zgarish xolati).

Sport mashg`uloti davrlarida bosqichlar bo`yicha tayyorgarligi mashg`ulotni boshqarish samaradorligi mashq bilan chiniqish mashg`ulotlarining tuzilishini aniq sonining ko`rsatkichlari va sport faoliyati bilan bog`liqdir.

Bu esa, bu yoki u sport turlaridagi aniq sport predmetiga xarakterlidir. Shuning uchun mashg`ulot va musobaqa faoliyati modelini tuzish va saralash sifatida xam ishlatiladi. (sportda takomillashtirishning ma`lum bosqichlarida, tanlash sifatida xam ishlatiladi.). Keyinchalik sportchining aniq funktsional imkoniyatlarini, modeldagi individual ko`rsatkichlari bilan qiyoslanadi va keyingi ish va berilgan samaradorlikka erishish yo`nalishi aniqlanadi.

Mashg`ulot jarayonida rejalashtirilgan natijaga erishishga yordam beruvchi, mashg`ulot vositasi va uslublari amalga oshiriladi.

Ko`rsatilgan tsexini yakunlovchi operatsiyasi bo`lib, bosqichi bo`yicha oraliq nazorati bo`lib, mashg`ulot jarayonini samaradorligini belgilaydi va kerakli vaqtda korrektsiya qilinadi. Bu tsiklning hamma operatsiyalarini amalga oshirishni, eng kerakli sharoiti bo`lib xar tomonlama tenglashtirilgan ko`rsatkichlar xisoblanadi. Musobaqa faoliyati va sportchining tayyorgarligini aniq tuzilishini ko`rsatkichlari model tavsifini, oraliq nazorat xam boshqarishning asosiy ishlanmasi bo`lib xisoblanadi. Nazoratning bu natijasi ishning asosiy yo`nalishi va natijasiga erishish yo`lini aniqlaydi.

Nazoratning turlari va mazmuni.

Sport mashg`uloti jarayonini obe`ktiv ravishda boshqarish uchun, sportchi funksional mashg`ulotining uzoq davom etishi davomida natijalarni holatini o`zgarishini baxolash (bosqichdagi xolati)

Sport nazariyasida uch xil turdagi nazoratni farqlash qabul qilingan.

1. Bosqichli
2. Joriy
3. Operativ

Bosqichli nazoratda quyidagilar aniqlanadi:

1. Sportchining xolatini, nisbatan uzok vaqt mashg`ulot ta`siri ostida o`zgarishi:
2. Keyingi makrotsikl yoki mashg`ulot davri uchun ishlab chiqilgan ishlanmalar.

Shunga binoan bosqichli nazorat jarayonida, tayyorgarlik darajasining rivojlanishini va xar xil tomonlarini baholash. Bunda tayyorgarlik yuzasidagi kamchiliklarni va kelgusida takomillashtirish yo`llari aniqlanadi. Shunga nisbatan, mashg`ulot jarayonini individual reja asosida tuzilishi va alohida mashg`ulot davri yoki butun makrotsikl uchun tuziladi.

Joriy nazoratda quyidagilar aniqlanadi.

Mikrotsikllar va alohida mashg`ulot mashg`ulotlari hamda ularning seriyalaridagi me`yorlarga sportchi organizmining reaksiyasi aniqlanadi. Natijada, alohida mashg`ulotlar mezotsikllar va makrotsikllar o`rtasida dam olishdi.

Sportchi organizmining kerakli moslashuviga majmuiy sharoit yaratadi va kerakli yunalish beradi.

1. Katta ahamiyatli katta va kichik yuklamalar o`rtasidagi nisbatni ta`minlashni sportchi organizmini moslashishi jarayonida yordamlashuvchi. Ikkinchi tomondan - bu jarayonlarni o`tish sharoiti ta`minlashdan iboratdir.

2. Mezotsikllar ichidagi «yuklamali» va «qayta tiklash» mikrotsikllarini aniq tartibda tuzilganligi va nisbati.

Z. Mikro va mezotsikllarda xar xil yo`nalishdagi ishlarni (texnik, taktik, integral) optimal nisbati.

4. Ish qobiliyati qayta tiklash va moslashish jarayonlarida pedagogik va qo`shimcha vositalarni (jismoniy, psixologik, farmokologik, maxsus ravishda ovqatlanish, trenirovkani ixtisoslashgan vosita va uslublari va x.k.) bilan uzluksiz boshqarib borish.

5. Operativ nazoratda kuyidagilar aniqlanadi. Sportchi organizmini alohida mashqlarga beradigan reaksiyani mashg`ulot samaradorligiga keltiradigan reaksiya ko`rsatkichlari uchun qo`llaniladigan chora-tadbirlar bu tadbirlar xisobiga vosita va uslublarning tuzilishi tug`risida aniq taassurotga ega bo`lish, ularni kerakli sifatlar va qobiliyatlarni aniq rivojlanishiga yordam berishi hamda mashg`ulotdagi bir-biri bilan bog`liqligi: mashg`ulot yuklamasini ayrim parametrlariga (davom etishi, shiddati davom etishi va dam olish xarakteri) tezlik bilan korrektsiya kiritish. Berilgan reaksiyani yo`nalishiga erishish uchun alohida mashqlar va xar xil turdagi qo`shimcha vositalardan foidalanish.

Har xil sport turlarida qatnashadigan yuqori malakal sportchilarni trenirovka tizimiga boshqarish vazifasini, sintez muammosini kiritishni ko`rsatadi. Muammoni murakkabligi shundan iboratki, adabiyotlarni o`rganishda, sport mashg`uloti natijalarini ko`rsatuvchi, analistik yondashishni bayon qilgan manbalarga taqalamiz.

Bunday yondashuvlar sport mashg`ulotida katta ma`lumotlar bo`lishiga qaramasdan, bog`liqlari alohida ko`rsatilgan, o`z-o`zicha ish bajaradi, aniq

tizimni tashkil qilmaydi. Shu sababli hozirgi kunda tizimli yondoshish uslubiga o`ta zarur.

3.3 Sport mashg`ulotining dolzarbligi.

Mashg`ulot jarayonini boshqarishning samaradorligi, modellashtirish va modellardan sport mashg`uloti xar xil tavsiflarni aniqlashda va tuzilish qismlarini ratsional uslubda tashkil qilishda foydalaniladi.

Sport mashg`ulotining hamma ob`ektlari va ko`rinishlarini kuchlanishlari va ularning murakkabligi hamda ko`pgina omillar modeli etarlicha to`liqliligini ko`rsatadi. Ko`pgina model tavsifini ko`rsatuvchi alohida ko`rsatkichlardan foydalaniladi.

Sport mashg`ulotida asosiy guruhga bo`lingan xar xil modellar ajratiladi. Bularga:

1. Musobaqa faoliyatini tuzilishini tavsiflovchi hamda musobaqa faoliyatini samaradorligini ta`minlovchi modellar.

Sportchining asosiy tayyorgarlik tomonlarini tavsiflovchi hamda musobaqa faoliyatini samaradorligini ta`minlovchi modellar.

2. Morfofunksional modellar. Organizmning morfofunksional xususiyatlarini va ayrim funksional tizim va qismlarini imkoniyatlarini ko`rsatib, musobaqa faoliyati va kerakli tayyorgarlik darajasini ta`minlovchi morfofunksional modellar.

Ikkinchi gurux modellariga:

1. Mashg`ulot jarayonini katta tuzilish tomonlari ko`p yillik tayyorgarlik davrlari, mikrotsikllar va tayyorgarlik bosqichlarini ko`rsatuvchi modellar.

2. Mashg`ulot davrlarini mezo va mikrotsikllarining modeli.

- Z. Mashg`ulot mashqlari va ularning modeli.

1. Alohida majg`ulot mashqlari va majmualarining modellari.

Modellashtirishga ketadigan vaqtni davom etish uchun shu ko`rinishga xarakterli hamma ko`rsatkichlar kerakligicha bo`lishini aniqlash.

Mashg`ulot jarayonida modellashtirishni ishlab chiqishda, modellashtiruvchi ob`ektning ko`rinishini va jarayonlarini model tuzilishini va funksional imkoniyatlarni tayyorgarligi xamda pedagogik ta`sir ostida yo`naltirilgan vositalarni takomillashtirish zarur.

Sportchini asosiy tayyorgarlik va musobaqa faoliyatining tomonlarini modellashtirishda faqatgina sonli tomonlari emas, balki aniq sportchi uchun qaysi sport turiga taalluqli tomonlarini aniqlash kerak. Shuningdek , ayrim o`lchamlarning o`zgaruvchanligini, sportchining organizm holatiga musobaqa faoliyatini xar xil bosqichlarida va mashg`ulot jarayonini xar xil tuzilishini inobatga olish kerak.

Lekin, model tavsifini ishlab chiqishda, xamma kerakli omillarni albatta olish, son ko`rsatkichlarini aniq metodogik ishlab chiqish bilan almashtirib bo`lmaydi. Bu metodologiya bugungi kunda birinchi kadrlardan o`tgan bo`lsada sport amaliyoti talablarini to`liqligicha qondira olmaydi. Buning murakkabligi birinchidan sonli ko`rsatkichga tayyorlash va uni ko`rsatilgan darajadagi sport maxorati davri, aniqlashga bog`liq.

Ulardan birinchisi ko`pchilik yuqori taniqli sportchilarni ko`rsatgan natijalarini o`rtacha arifmetik qiymatini, individual farqini ko`rsatish bilan yoki mushkul qadar ishdan og`ishlari tashxiz kilinadi.

Ikkinchi yondoshish, iloji boricha xar xil tashxifdagi ko`prok sportchilarning dinamikasi, sport maxoratining darajasi yoki boshqalarning ko`rsatkichlari bilan solishtiriladi.

Uchinchi yondoshish, musobaqa faoliyatiga tayyorgarlik model tavsifini ishlab chiqishda sonli parametrlarning aniq natijasini olish bilan bog`liq.

7- jadval

Sprinterni maxsus yugurish tayyorgarligining bahosi
(V.V Petrovskiy)

Ko`rsatkichlar				
30m yugurib	20m startdan	60m startdan	100m startdan	200m startdan
2.5	3.5	6.4	9.9	20.0
2.6	3.6	6.5	10.0	20.4
2.7	3.7	6.6	10.3	21.0
2.8	3.8	6.7	10.5	21.4
2.9	3.9	6.8	10.8	22.4

8 jadval

Kuchli sportchilarning ahamiyatli morfofunktsional
ko`rsatkichlari (Martirosov E.G 1976)

Amaliyot darajasi	Sport turlarining guruhlari				
	Tezkor- kuchlilik	Tsiklik	Murakka b uyg`unlashg an	Yakka kurash	Sport o`yinlari
1	1	1.3.4	1.3.6.7	1.2.4	1.4.7
2	2.4.7	2.5.7	2.4	3.5.7	2.3.5
3	3	6	5	6	6
4	5.6	-	-	-	-

Shartli belgilar 1-gavdaning umumiy o`lchamlari, 2-gavda proportsiyasi, 3-gavda tuzilishi, 4-gavdaning tarkibi, 5-gavda vazning o`lchamlari, 6-qaddi qomati, 7-tovonlarning xolati.

Xulosa

Bugungi kunda o`zbek va chet el olimlari sport mashg`ulotlarining ilmiy asoslarini ishlab chiqqanlar.

Ma`lumki, sport mashg`uloti – inson jismoniy qobiliyatini o`stirishni o`ziga maqsad qilib olgan pedagogik jaraen bo`lib organizmning rivojlanishi bilan chambarchas bog`liqdir (mushak, yurak - qon, nafas olish tizimlarini mustahkamlash, asab tizimini rivojlantirish). Sport mashg`ulotlari yuklamasi ta`siri masalalari 30 yildan beri mutaxassislarning diqqat markazida turibdi (L.R.Ayrapet`yants, M.A.Godik, 1992).

Bokschilar bilan turdi jadallikda olib borilgan ishlar mazmunining tahlili shuni ko`rsatadiki, razminka paytida va yakunlovchi gimnastik mashqlarni bajaraetganda, shuningdek engil yugurish va shtangalar bilan ayrim mashqlarni bajaraetganda jadallik minimal bo`ladi. Sog`lomlashtiruvchi jismoniy tayergarlik vositalariga razminka paytida bajariladigan umumiy rivojlantiruvchi mashqlar, shuningdek krosslar va sport o`yinlari kiradi.

Sportning u eki bu turining sportchi organizmiga ta`sirini aniqlash uchun alohida musobaqali mashqning emas butun mashg`ulot jaraenining ta`sirin o`rganish kerak. Shundan kelib chiqib sport turini guruhlarga taqsimlash uchun yuklamani xarakterlovchi uch to`g`ri amal qilish kerak. Bularga sport mashg`ulotlarida bajarilaetgan ishning kuchi (maksimal, submaksimal, katta, o`rtacha, turli jadallikdagi) ishning tsiklligi eki notsiklliligi, u eki bu harakat sifatlarining rivojlanishi N.Ozolin (qouq), N.I.Volkov (qoyi) mashg`ulot vositalari klassifikatsiyasining muhim belgilariga quyidagilarni kiritishni tavsiya qiladilar`

1. Ixtisoslashtirilganlik, ya`ni ushbu sport mashg`uloti vositasining musobaqa mashqlariga o`xshashligi,

2. Yo`naltirilganlik ya`ni mashqlarning u eki bu harakat sifatining rivojlanishiga ta`siri.

3. Koordinatsion murakkablik, uning ta`siri mashg`ulotlar samarasi kattaligida aks etadi.

4. Mashg`ulotning organizmga ta`siri son kattaligi sifatida.

Sport mashg`ulotida yuklama deganda sportchining harakat faolligi bilan bog`liq va uning organizmga ta`siri kattaligi bilan aniqlanadigan jismoniy va asab kuchlanishlar tushuniladi (L.P.Matveev, qoyw, V.S.Keller, qoyi, P.Kunat, qouw va boshalar).

A.G.Dembo, S.N.Popov, A.M.Tyurin, Yu.M.Shapkayts (qoiy) vegetativ funktsiyalarning sport mashg`ulotlari ta`siri ostida o`zgarishini o`rganish masalalaridan kelib chiqib sport turlari klassifikatsiyasini ishlab chiqdilar. Sport turlarini guruhlarga taqsimlash uchun yuklamani xarakterlovchi uch mezonga to`g`ri amal qilish muhim. Ularga quyidagilar kiradi` sport mashg`ulotlarida bajariladigan ish kuchi (maksimal, submaksimal, katta, o`rtacha, jadaligi turlicha).

Birinchi to`rtta guruhga sportning uzunlikka sakrash va uch marta sakrash, 100 m.ga, 300 m.ga, 800 m.ga yugurish, eshkak eshish va h.z.lar kiritilgan.

Beshinchi guruhda tuzilishi notsikl sport turlari (og`ir atletika, disk, yadro uloqtirish, balandlikka sakrash) birlashgan. Bunday sport turlari uchun qisqa muddatli kuchlanish, maksimal kuch talab qilishini xarakterlidir.

6-7 va i guruhlarga kuchlanish tez – tez o`zgarib turadigan, notsiklli ish ustun keladigan sport turlari (gimnastika, akroba-tika, voleybol, tennis, boks, futbol, kurash, qo`l to`pi) kiradi.

To`qqizinchi guruh – sportning bosha turlarini (parashyutli, elkanli, suv-motorli sport turlari, shashka, ot sporti) o`z ichiga oladi.

V.V.Mixaylov (qoio) sog`lomlashtiruvchi jismoniy tarbiyaning jismoniy yuklamalari mashqlar hajmi, jadalligi, xarakteri bo`yicha aniqlanadi, deb hisoblanadi. Olim ularni maxsus uslubiy yo`nalishga ega uch guruhga bo`ladi.

Birinchi yo`nalishi – lazzatlanish samarasi. Jismoniy ish vaqtida tana to`qimalarida garmonlar - endokrinlar ajralib chiqib qonga o`tadi. Ularning bir

qismi markaziy asab tizimiga etadi va asab markazlariga ta`sir etadi. Natijada harakatlanayotgan insonda kuvonch va lazzatlanish hissi uyg`onadi.

Ikkinchi yo`nalish – yurak qisqarishlari chastotasi minutagi qet-qtt zarbni tashkil etadigan jismoniy yuklamani bajarish, mashg`ulot davomiyligi yuqori charchash bilan ifodalanadi.

Uchinchi yo`nalish – mashg`ulotlar dasturiga aerobli va tezlik kuch jismoniy yuklamalarni kiritishni talab qiladi.

Adabiyotlar

1. Uzbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport tugrisida»gi konuni, 2000y.
2. Uzbekiston Respublikasining «Ta`lim tugrisida»gi konuni, 1997y.
3. Актуальные проблемы спортивных единоборств /Под общ.ред. Б.А. Подливаева, И.Д. Свичева. – М. СпортАкадемПресс. – 2002. 109 с.
1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: Физкул`тура и спорт, 1978. – 223 с.
5. Галковский Н.М., Керимов Ф.А. Вольная борьба. – Т.: Медицина, 1987. – 223 с.
6. Матвеев Л.П. –«Проблемы периодизации спортивной тренировки» М, ФиС, 1964.
7. Матвеев Л.П. –«Проблемы спортивной тренировки» М, ФиС, 1977.
8. Платонов В.Н. –«Подготовка высококвалифицированных спортсменов» М, ФиС, 1986.
9. Платонов В.Н. – «Современная спортивная тренировка» Киев, «Здоровье», 1980.
10. Шиян Б.М. –«Теория и методика физического воспитания», М, Просвещение, 1988.
11. Abdullaev A.A. Xonkeldiev Sh.X. «Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati», darslik, Fargona, 2001 y.
12. Abdumalikov R, Kudratov R.X. Yarashev K.D. Kupkari, Ilmiy-ommaviy risola, T, UzDJTI nashrieti, 1997y.
13. Yunusova Yu.M., efimenko A.I. Sport trenirovkasi asoslari, T, 1991y.
14. Губа В.П. Морфобиомеханические исследования в спорте. – М.: Спорт АкадемПресс, 2000. – 120 с.

15. Губа В.П., Шестаков М.П., Бубнов Н.Б., Борисенков М.П. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.
16. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2002. – 264 с.
17. Kerimov F.A. Kurash tushaman. – Т.: Meditsina, 1990. – 174 b.
18. Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va usuliyati. – Т.: UzDJTI, 2001. – 286 s.
19. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. – М.: Воениздат, 1997. – 304 с.
20. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
21. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.