

**NIZOMIY NOMIDAGI TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/30.12.2021.P.26.02
RAQAMLI ILMIY KENGASH**

TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

XAQIQATBEKOV ZAFARBEEK SHAVKATBEK O'G'LI

**YAKKAKURASH SPORT TURLARIDA SPORTCHI KARYERASINI
REJALASHTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO'YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)
DISSERTATSIYASI AVTOREFERATI**

Toshkent-2023

**Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
dissertatsiyasi avtoreferati mundarijasi**

**Oglavlenie avtoreferata dissertatsii doktora filosofii (PhD)
po psixologicheskim naukam**

**Contents of Dissertation Abstract of Dostor of Philosophy (PhD)
on Psychological Ssienses**

Хақиқатбеков Зафарбек Шавкат о‘ғ‘ли

Yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirishning psixologik xususiyatlari3

Хақиқатбеков Зафарбек Шавкат угли

Психологические особенности планирования карьеры спортсмена в единоборствах.....23

Xakikatbekov Zafarbek

Psychological features of planning an athlete’s career in martial arts 45

E‘lon qilingan ilmiy ishlar ro‘yxati

Spisok o‘publikovannyyx rabot

List of published works49

**NIZOMIY NOMIDAGI TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
HUZURIDAGI ILMiy DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/30.12.2021.P.26.02
RAQAMLI ILMiy KENGASH**

TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

XAQIQATBEKOV ZAFARBEK SHAVKATBEK O'G'LI

**YAKKAKURASH SPORT TURLARIDA SPORTCHI KARYERASINI
REJALASHTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO'YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)
DISSERTATSIYASI AVTOREFERATI**

Toshkent-2023

Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2022.2.PhD/P383 raqam bilan ro‘yxatga olingan.

Dissertatsiya Toshkent davlat pedagogika universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o‘zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifasining www.uzdjtsu.uz va «ZiyoNet» Axborot ta’lim portalida (www.ziyonet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar:

Umarova Navbahor Shokirovna
psixologiya fanlari doktori, dotsent

Rasmiy opponentlar:

Qodirov Umarali Do‘stqobilovich
psixologiya fanlari doktori, professor

Fayziev Zohiddin Hasanboevich
psixologiya fanlari bo‘yicha PhD, dotsent

Yetakchi tashkilot:

Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti

Dissertatsiya himoyasi Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi PhD.03/30.12.2021.P.26.02 raqamli Ilmiy kengashning 2023 yil «__»_____ kuni soat_____dagi majlisida bo‘lib o‘tadi. (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko‘chasi, 27-uy. Tel.: (+99871) 276-82-32; faks: (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz)

Dissertatsiya bilan Toshkent davlat pedagogika universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin. (_____ raqam bilan ro‘yxatga olingan.) (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko‘chasi, 27-uy. Tel.: (+99871) 276-82-32).

Dissertatsiya avtoreferati 2023 yil «__»_____ kuni tarqatildi.

(2023 yil «__»_____dagi _____raqamli reestr bayonnomasi)

F.A.Akramova

Ilmiy darajalar beruvchi
ilmiy kengash raisi, psixologiya
fanlari doktori, dotsent

N.B.Atabaeva

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy
kengash ilmiy kotibi, psixologiya
fanlari doktori, dotsent

Z.T.Nishanova

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy
kengash qoshidagi Ilmiy seminar raisi,
psixologiya fanlari doktori, professor

Kirish (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda hozirgi davrda sport sohasidagi erishilayotgan yutuqlar ko'lamining ulkanligi «yuqori sport natijalari davri» deb atashni ishonchli bo'la olishini ta'minlaydi. Bugungi kunga kelib, sport sohasida tobora ko'proq yangi rekordlar va yangi sport yulduzlari kashf qilinmoqda. Bu borada 2030 yilgi Osiyo o'yinlariga mamlakatimizning mezbonlik maqomiga ega ekanligi rasman e'lon qilinishi va Milliy o'zbek kurashi Afrika o'yinlari dasturiga kiritilganligi¹ yakkakurashning tobora ommalashib borayotganligini tasdiqlaydi. Shu bois yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish asosida sportchi karyerasini rejalashtirish omillarini tahlil qilish dolzarb muammolardan bo'lib qolayotganligini ko'rsatadi.

Jahon ta'lim va ilmiy tadqiqot markazlarida olib borilayotgan tadqiqotlarda yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish asosida sportchi karyerasini rejalashtirish omillarini tahlil qilishga qaratilgan ilmiy va amaliy tadqiqotlar olib borilmoqda. Bu borada sport arenalarida bugungi kunda urf tusiga aylanayotgan milliy kurashning boy an'analari va qadriyatlarini kelajak avlodlarga yetkazish, yoshlarning milliy sportga bo'lgan qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash va rag'batlantirish, aholining barcha qatlamlarida sport turlari bilan shug'ullanishi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish masalalarini ilmiy tadqiq etish dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.

Respublikamizda so'nggi yillarda sportni yanada jadallik bilan rivojlantirish, professional sportchilarni karyerasini uzoq va davomli ravishda amalga oshirish uchun davlat tomonidan katta e'tibor berilib, zaruriy huquqiy-me'yoriy asoslari yaratildi: «Respublika yoshlari o'rtasida milliy sport turlarini ommalashtirish» (67-maqсадning, 2-3-bandlari)² va «O'zbekistonda sportning ommaviylikini oshirish maqsadida milliy sport turlari va xalq o'yinlarini rivojlantirish» vazifalarining belgilanganligi sportchilar karyerasini rivojlantirish masalalarini ilmiy o'rganishga zarur va yetarli asos bo'la oladi.

2023 yil 1 maydagi O'RQ-837-son «O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi to'g'risida» Qonun, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 28 yanvardagi PF-60-son «2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida» Farmoni, 2020 yil 4 noyabrdagi PQ-4881-son «Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida», 2022 yil 18 fevraldagi PQ-136-son «Sportni rivojlantirish vazirligi faoliyatini tashkil etish to'g'risida» Qarorlar, Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 22 avgustdagi 465-son «O'zbekiston Respublikasida sportni rivojlantirish vazirligi to'g'risidagi nizomni tasdiqlash haqida»gi Qarori hamda ushbu sohaga oid boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublikada fan va texnologiyalar rivojlanishi-ning ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalar

¹ <https://uww.org/article/wrestling-fights-its-way-back-olympic-programme>

² O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son "2022 – 2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida" Farmoni // <https://lex.uz/docs/5841063>

rivojlanishning I. «Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari» ustuvor yo'nalishi doirasida bajarilgan.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. O'zbekiston psixolog olimlaridan R.A.Abdurasulov, D.N.Arzikulov, K.G.Atabekova, X.Sh.Barotov, A.S.Begmatov, Z.E.Gazieva, A.M.Nazarov, E.N.Nazarov, Dj.Sh.Nasirov, J.A.Pulatov, A.A.Sobirov, E.N.Sirliev, N.Sh.Usmonalieva, A.U.Xaitov, Z.H.Fayziev va boshqalar tomonidan sport faoliyati va sportchi shaxsiga doir psixologik masalalar, yuqori malakali sportchilarni tayyorlash va kasbiy rivojlantirish, bo'lg'usi sportchilarni saralash, tanlashga doir ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan I.P.Volkov, G.M.Gagaeva, G.D.Gorbunov, E.P.Ilin, V.L.Marishchuk, V.A.Plaxtienko, A.T.Puni, P.A.Rudik, A.V.Rodionov, V.K.Safonov, T.N.Stambulova va boshqalar tomonidan sport psixologiyasida faoliyat, konkret sport turlarining psixologik xususiyatlari, sportning sportchilar rivojlanishiga ta'siri, sport natijalari darajasiga ta'sir etuvchi psixologik omillar, sport karyerasining akmeologik jihatlari ilmiy tadqiq etilgan.

Xorijlik psixolog olimlardan R.E.Smith & F.L.Smoll, F.Szabo, R.S.Vealey & J.L.Campbell, F.L.Smoll, R.A.Magil & M.J.Ash, C.L.Stevenson, T.Orlick & N.McCafferey, N.P.Barnett, F.L.Smoll & R.E.Smith, J.H.A.Van Rossum, G.C.Roberts, R.Carlson, L.M.Petlichkoff, P.Wylleman, P.De Knop, Y.Vanden Auweele & H.Sloore, M.Ewing va boshqalar tomonidan sport karyerasining boshlanishi va sport mahoratining eng yuqori darajaga qadar o'sishi masalalari ilmiy tadqiq etilgan.

Dissertatsiya tadqiqotining dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsion tadqiqot Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasining OT-F1-126-raqamli «O'zbekiston yoshlarida psixologik yetuklik ko'rsatkichlarini o'rganishning psixodiagnostika vositalarini ishlab chiqish, ilmiy asoslash va amaliyotga tadbiq etish» mavzusidagi fundamental loyiha doirasida bajarilgan (2017-2021 yy.).

Tadqiqotning maqsadi yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish asosida sportchi karyerasini rejalashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini aniqlash asosida sport karyerasini psixologik qo'llab-quvvatlashning umumiy modelini yaratish va uni amalga oshirish choralarini ishlab chiqish;

yakkakurash sport turlaridagi sportchining umumiy, maxsus va yagona darajadagi tizimli psixologik tavsifi uning sotsiumdagi maqomini, jinsiy va madaniyatlararo farqlariga ko'ra sport karyerasini rejalashtirishning mexanizmini aniqlash;

sport karyerasiga intilish motivlaridan salomatlik holati, sportdagi do'stlarning mavjudligiga ko'ra sport karyerasidan qoniqish tendensiyasining «xavfsizlik»,

«o‘zini ro‘yobga chiqarish» va «ijtimoiy tan olinishni saqlab turish» motivatsiya xususiyatlari bilan uyg‘un namoyon bo‘lishi tufayli sport yutuqlari darajasini belgilovchi «hayotiy tajriba», «moddiy ta‘minlanganlik» kabi psixologik omillarning dinamik xususiyatga ega ekanligini isbotlash;

yakkakurash sport turlaridagi sportchiga psixologik yordamning sport-sog‘lomlashtirishdan yuksak sport formasigacha bo‘lgan har bir bosqichda qo‘llashning o‘ziga xos xususiyatlarini qamrab oladigan hamda sportchini sportdan nafaqaga chiqish va boshqa martabaga o‘tish muvaffaqiyatini ta‘minlaydigan «sportchi karyerasini rejalashtirish modeli»ni qo‘llashni takomillashtirish.

Tadqiqotning ob‘ekti sifatida yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirish jarayoni olingan bo‘lib, tadqiqotda Toshkent shahridan 54 nafar, Namangan shahridan 66 nafar, Chirchiq shahridan 60 nafar Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlarida yakkakurash sport turi bilan shug‘ullanayotgan turli yoshdagi terma jamoalarning amaldagi zaxira va nomzod vakillar – sportchilar - jami 180 nafar respondentlar jalb etildi.

Tadqiqot predmetini yakkakurash sport turlari bo‘yicha shug‘ullanayotgan sportchilar karyerasi shakllanishining tanlangan sport turiga, yoshga, ish stajiga oid individual-psixologik xususiyatlari, omillari tashkil etadi.

Tadqiqot usullari: Tadqiqotda kuzatish, suhbat, tizimli tahlil, modellashtirish metodlari, shuningdek, V.A.Ganzenning «Sportchi karyerasi – sintetik model», «Sportchi karyerasi – 1, 2 mantiqiy modellari», «Sportchi karyerasi – tuzilmaviy model» anketa-so‘rovnomalari, V.A.Yadovning tavsiyanomasi asosidagi «Mening sport karyeram» essesi, B.Breverning «Sportchi roli bilan indentifikatsiyalashuv» usuli, N.B.Stambulovaning «Ko‘p yillik sport karyerasiga erishishdagi sportchi-trener munosabatlari dinamikasi» metodikalaridan foydalanildi, olingan natijalarning ishonchlilik darajasi matematik-statistika metodlaridan Styudentning t-mezoni, Pirsonning korrelyatsiya koeffisienti orqali tasdiqlandi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

yakkakurash sport turlaridan sportchi karyerasini rejalashtirish «sintetik tavsifda»gi birlamchi sintezdan «mantiqiy tavsifida»gi tahlilga, so‘ngra harakatni aks ettiruvchi «tuzilmaviy – akmeologik» tavsifli yuqori darajadagi sintezga o‘tishi tizimli tahlillash hamda differensiyalashtirish asosida dalillangan;

yakkakurash sport turlaridagi sportchining umumiy (ko‘pchilik sportchilarga xos sport karyerasining umumiy qonuniyatlari), maxsus (boks, erkin kurash, yunon-rum kurashi, dzyudo, milliy kurash kabi jangovor sport turlarining o‘ziga xos xususiyatlari) va yagona (taniqlik sportchining martaba xususiyatlari) darajadagi tizimli psixologik tavsifi uning sotsiumdagi maqomini, jinsiy va madaniyatlararo farqlariga ko‘ra sport karyerasini rejalashtirishning mexanizmi sifatida asoslangan;

sport karyerasiga intilish motivlari(salomatlik holati, ijtimoiy aloqalar kengligi, sportdagi do‘stlarning mavjudligi)ga ko‘ra sport karyerasidan qoniqish tendensiyasining «xavfsizlik», «ijtimoiy tan olinish», «mustaqillik», «o‘zini ro‘yobga chiqarish» va «ijtimoiy tan olinishni saqlab turish» kabi motivatsiya xususiyatlari bilan uyg‘un namoyon bo‘lishi tufayli «hayotiy tajriba», «moddiy ta‘minlanganlik» kabi sport yutuqlari darajasini belgilovchi psixologik omillarning dinamik

xususiyatga ega ekanligi isbotlangan;

yakkakurash sport turlaridagi sportchiga psixologik yordamning umumiy va xususiy texnologiyalari tizimi ularni sport-sog'lomlashtirish (sportdagi birinchi qadam)dan oliy sport mahorati (yuksak sport formasi)gacha bo'lgan har bir bosqichda qo'llashning o'ziga xos xususiyatlarini qamrab oladigan hamda sportchini sportdan nafaqaga chiqish va boshqa martabaga o'tish muvaffaqiyatini ta'minlaydigan «sportchi karyerasini rejalashtirish modeli»ni qo'llash orqali takomillashtirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

sportchi karyerasini rejalashtirishni tadqiq etishga oid anketa-so'rovnoma ishlab chiqilgan, yakkakurash sport turlari xususiyatlariga moslashtirib takomillashtirilgan;

sport karyerasini davriylashtirishning mantiqiy modeli mazmuniga sport zaxirasini tayyorlash hamda ularni «sport darajasi», «sportdagi yosh toifasi» va «sport razryadi va «sport unvoni natijalari» kabi ijtimoiy-psixologik omillarga oid metodik ko'rsatmalar ishlab chiqilgan;

ixtisoslashgan sport maktablari, sport turlariga ixtisoslashgan davlat internat maktablari, oliy sport mahorat maktablari va olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlarida sport psixologlari uchun sportchi shaxsini rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik korreksion dasturlar ishlab chiqilib, amaliyotga qo'llangan.

Tadqiqotda olingan natijalarning ishonchliligi tadqiqot respondentlarining yetarlicha reprezentativligi; olingan empirik miqdoriy ko'rsatkichlarning matematik statistikaning ishonchli usullari yordamida tahlil qilinganligi; tadqiqot natijalarining ilmiy jihatdan asoslanganligi, xalqaro miqyosida e'tirof etilgan metodikalar vositasida o'rganilganligi, empirik izlanishlar nazariy asoslab berilganligi va olingan natijalar aniq matematik-statistik metodlar va ma'lumotlarni qayta ishlash chiqilganligi va shu asosda psixologik interpretatsiya qilinganligi, xulosa, taklif, tavsiyalarning amaliyotda joriy etilganligi; tadqiqot maydoni sifatida turli hududlardagi muassasalar tanlangani; olingan natijalar keng ilmiy jamoatchilik o'rtasida muhokama qilinib, vakolatli tashkilotlar tomonidan tasdiqlanganligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish yuzasidan olingan ma'lumotlardan «Sport psixologiyasi», «Ijtimoiy psixologiya», «Psixologik korrektsiya» fanlaridan o'quv qo'llanma, darsliklar tayyorlashda, psixologik lug'atlarni takomillashtirishda foydalanish mumkinligi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati jismoniy tarbiya va sport tizimi uchun boshqaruv kadrlarni tanlash va saralashning psixologik ta'minoti bo'yicha takliflardan sohaga oid normativ-huquqiy hujjatlarni ishlab chiqishda foydalanish, tadqiqotda olingan natijalardan sport Federatsiyalari va Assotsiatsiyalari hamda Olimpiya va Paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlarida keng foydalanish mumkinligi izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirishning psixologik xususiyatlari bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqot natijalari asosida:

yakkakurash sport turlaridan sportchi karyerasini ijtimoiy-psixologik rejalashtirish «sintetik tavsifda»gi birlamchi sintezdan «mantiqiy tavsifida»gi tahlilga, so'ngra harakatni aks ettiruvchi «tuzilmaviy – akmeologik» tavsifli yuqori darajadagi sintezga o'tishini tizimli tahlillash hamda differensiyalashtirishga oid takliflar Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 5 iyuldagi PM-33-son buyrug'i bilan «Sport psixologiyasi» moduliga kiritilgan (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 6 iyuldagi PM-33-m-son ma'lumotnomasi). Natijada, sport karyerasini o'rganishda birlamchi sintezdan tahlilga, so'ngra yuqori darajadagi sintezga o'tishdagi harakatni aks ettiruvchi sport karyerasining psixologik modellarini ishlab chiqishga imkon yaratilgan;

yakkakurash sport turlaridagi sportchining umumiy (ko'pchilik sportchilarga xos sport karyerasining umumiy qonuniyatlari), maxsus (boks, erkin kurash, yunon-rum kurashi, dzyudo, milliy kurash kabi jangovor sport turlarining o'ziga xos xususiyatlari) va yagona (taniqli sportchining martaba xususiyatlari) darajadagi tizimli psixologik tavsifi uning sotsiumdagi maqomini, jinsiy va madaniyatlararo farqlariga ko'ra sport karyerasini ijtimoiy-psixologik rejalashtirishning mexanizmi sifatida asoslangan xulosalar Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 5 iyuldagi PM-33-son buyrug'i bilan «Ijtimoiy psixologiya» moduliga kiritilgan (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 6 iyuldagi PM-33-m-son ma'lumotnomasi). Natijada, yaratilgan modellar asosida yakkakurash sport turlaridan sport karyerasi va sportchining psixologik portretini psixologik tavsiflash ko'lami kengaytirilgan;

sport karyerasiga intilish motivlari(salomatlik holati, ijtimoiy aloqalar kengligi, sportdagi do'stlarning mavjudligi)ga ko'ra sport karyerasidan qoniqish tendensiyasining «xavfsizlik», «ijtimoiy tan olinish», «mustaqillik», «o'zini ro'yobga chiqarish» va «ijtimoiy tan olinishni saqlab turish» kabi motivatsiya xususiyatlari bilan uyg'un namoyon bo'lishi tufayli «hayotiy tajriba», «moddiy ta'minlanganlik» kabi sport yutuqlari darajasini belgilovchi psixologik omillarning dinamik xususiyatga ega ekanligini dalillovchi xulosalar Toshkent davlat pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2023 yil 5 iyuldagi PM-33-son buyrug'iga asosan «Psixologik korreksiya» moduliga kiritilgan (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 60 iyuldagi PM-313-m-son ma'lumotnomasi). Natijada, sport karyerasining tarkibiy komponentlarini aniqlash, sport yutuqlari darajasini belgilovchi psixologik omillar dinamikasi tabiatini tushuntirish hamda sportchining tanlangan sport turiga nisbatan identifikatsiyalanish jarayonini tekshirishga muvaffaq bo'lingan;

yakkakurash sport turlaridagi sportchiga ijtimoiy-psixologik yordamning umumiy va xususiy texnologiyalari tizimi ularni sport-sog'lomlashtirish (sportdagi birinchi qadam)dan oliy sport mahorati (yuksak sport formasi)gacha bo'lgan har bir

bosqichda qo'llashning o'ziga xos xususiyatlarini qamrab oladigan hamda sportchini sportdan nafaqaga chiqish va boshqa martabaga o'tish muvaffaqiyatini ta'minlaydigan «sport karyerasini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash modeli»ni qo'llash orqali takomillashtirishga doir xulosalar Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 5iyuldagi PM-33-son buyrug'i bilan «Ontogenez psixologiyasi» moduliga kiritilgan (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2023 yil 6 iyulndagi PM-33-m-son ma'lumotnomasi). Natijada, sport karyerasini psixologik qo'llab-quvvatlash hamda sport zaxirasini tayyorlash bosqichlarida sportchiga psixologik xizmat ko'rsatish tizimining mazmuni takomillashtirishga erishilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Mazkur tadqiqot natijalari 4 ta xalqaro va 2 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinishi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 14 ta ilmiy ish, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasi tomonidan doktorlik dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarni chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 5 ta maqola, shundan, 4 ta respublika va 1 tasi xorijiy jurnallarda chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya kirish, 3 bob, xulosalar, umumiy xulosa, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatidan iborat. Dissertatsiyaning hajmi 122 betni tashkil etadi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning **kirish** qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga bog'liqligi, muammoning o'rganilganlik darajasi, dissertatsiya tadqiqotining dissertatsiya bajarilayotgan ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi, tadqiqotning maqsadi va vazifalari, ob'ekti va predmeti, tadqiqotning usullari, ilmiy yangiligi, amaliy natijasi, shuningdek, tadqiqot natijalarining ishonchliligi, ilmiy va amaliy ahamiyati, joriy qilinishi, aprobatsiyasi va e'lon qilinganligi hamda dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi borasidagi ma'lumotlar bayon etilgan.

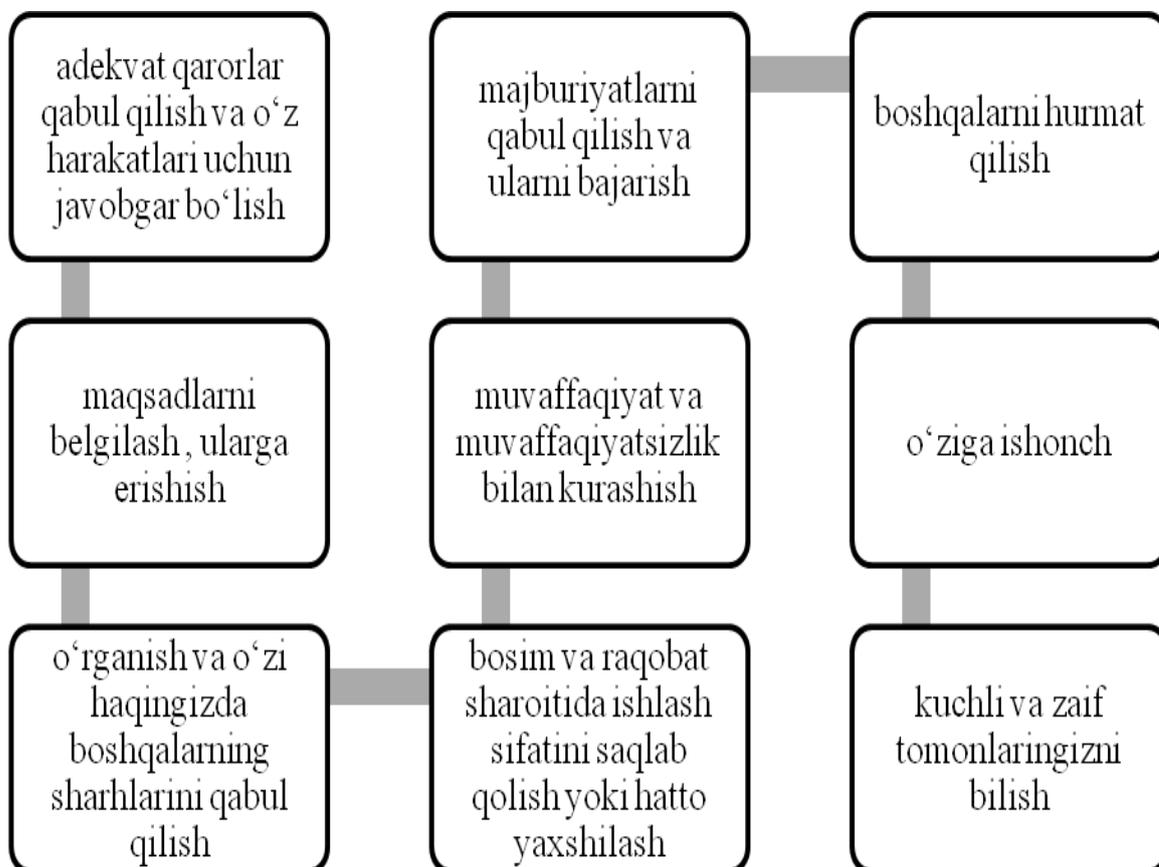
Dissertatsiyaning «**Ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarda sportchi karyerasini o'rganishning nazariy jihatlar**» deb nomlangan birinchi bobida karyera ijtimoiy psixologiya fanining tadqiqotlari predmeti sifatida ekanligi, sharq mutafakkirlari va qomusiy olimlarning kasbiy o'sish, martabaga erishish yuzasidan ijtimoiy-psixologik qarashlari, sportchi sport karyerasining bosqichlari va xususiyatlari muammosi borasida ma'lumotlar keltirilgan.

Sport karyerasini rivojlantirish muammosi kam sonli mutaxassislar tomonidan o'rganilgan bo'lib, bobda N.B.Stanbulova, I.B.Ivanov, O.Y.Senatorova va S.N.Shixverdievlarning izlanishlari batafsil yoritilgan. Mazkur tadqiqotlarda sportchilarga psixologik yordam ko'rsatish usullarini tanlash, psixologik maslahatlar ishlarini tashkil etish, sport karyerasini yakunlash bosqichida bo'lgan sportchilarning ijtimoiy moslashuvi uchun psixologik va pedagogik sharoitlarni yaratish masalalari

tadqiqi bayon etilgan hamda sport karyerasini yakunlash bosqichi yuzasidan ilmiy xulosalar tizimli tahlil qilingan.

Qomusiy olimlardan Abu Nasr Farobiy, Abu Ali Ibn Sino, XI-XVI asrlarda yashab ijod etgan mutafakkir allomalardan Jaloliddin Rumiy, Abu Rayhon Beruniy, Mir Alisher Navoiy, Xorazmiy, XX asrning yetuk ma’rifatparvari Abdulla Avloniy va boshqalarning kasbiy kamolat, martabaga erishish yo‘llari to‘g‘risidagi qarashlari yoritib o‘tilgan.

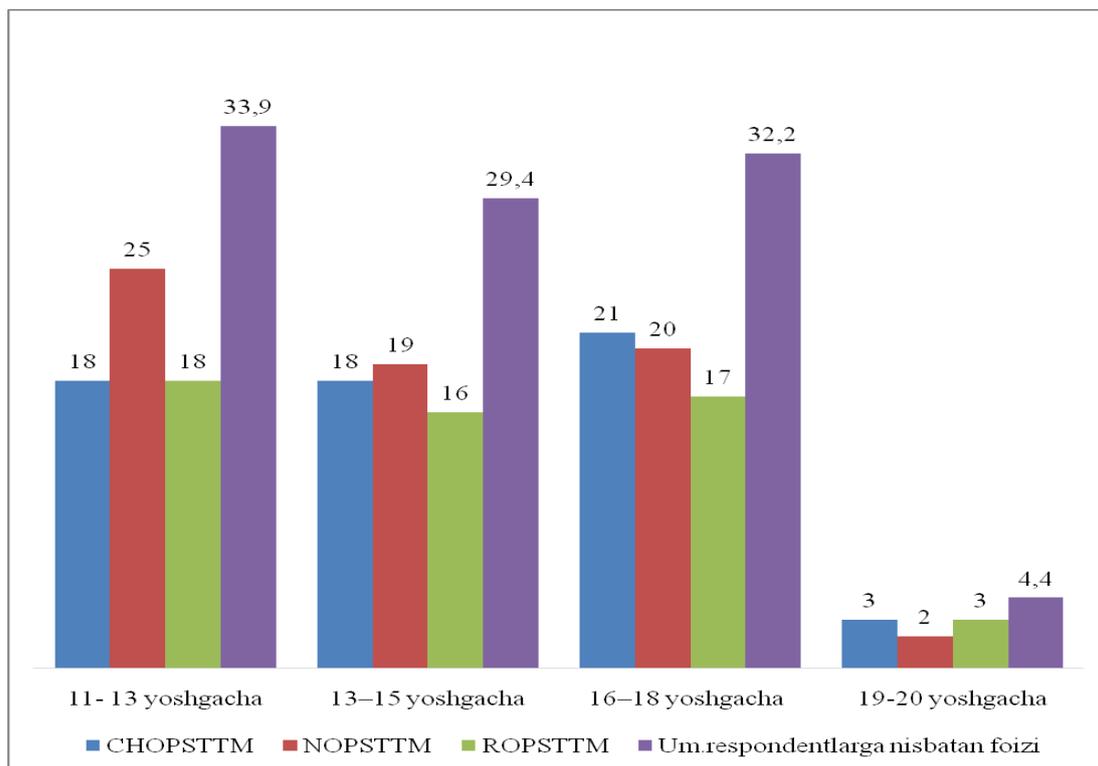
Dissertatsiyaning «**Sportchi karyeasini ijtimoiy-psixologik rivojlantirishning metodologik jihatlari**» deb nomlangan ikkinchi bobida yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganishning empirik tadqiqot dasturi bayon qilingan, sport karyerasini rejalashtirishni o‘rganishga doir ijtimoiy-psixologik tadqiqot ob’ekti va predmetini aniqlashning nazariy-metodologik masalalari asoslangan, sport karyerasining ijtimoiy-psixologik mazmuni va uning nazariy tahlili keltirilgan, sport karyerasining psixologik xususiyatlari va algoritmini ijtimoiy psixologik tahlili berib o‘tilgan.



1-chizma. Muvaffaqiyatli sport karyerasi uchun zarur bo‘lgan ijtimoiy-psixologik ko‘nikmalar

Olib borilgan nazariy tahlillar asosida shuni alohida ta’kidlash kerak, ya’ni S.Danish, A.Petitpas & B.Hale sportchining muvaffaqiyatli sport karyerasi uchun zarur bo‘lgan quyidagi psixologik ko‘nikmalar ro‘yxatini tuzib chiqqan.

Bobning “Sportchi karyerasini rivojlantirishni ijtimoiy-psixologik o‘rganishning empirik tadqiqot dasturi” paragrafida ijtimoiy-psixologik tadqiqotni tashkil etish va o‘tkazish bosqichlari tavsifi, tadqiqotda qo‘llanilgan usullar tasnifi va ular haqida jamlanma ma’lumot, ilmiy tadqiqot bazasi tavsifi, respondentlari tanlovi, ularning ijtimoiy-demografik portretining batafsil tavsifi keltirilgan.



1-diagramma. Respondentlarning ijtimoiy-demografik tavsifnomasi.

Izoh: ChOPSTTM-Chirchiq Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazi, NOPSTTM-Namangan Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazi, ROPSTTM-Respublika Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazi

Tadqiqotda, qatnashgan 180 nafar respondentlar Toshkent, Namangan, Chirchiq shaharlaridagi Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazlarida yakkakurash sport turlari bilan shug‘ullanayotgan terma jamoalarining amaldagi, zaxira va nomzod vakillari jinsi, yoshi, demografik va ijtimoiy xususiyatlari bo‘yicha o‘tkazildi so‘rovnomaning statistik natijalari foizli tahlil qilingan. Unga ko‘ra, respondentlarning 85,17 foizi erkak va 15,83 foizi ayol kishi sanaladi. Yosh tahliliga ko‘ra, 11-13 yoshgacha bo‘lganlar –33,9 foizni; 13–15 yoshlilar – 29,4 foizni; 16–18 yoshlilar – 32,2 foizni; 19–20 yoshlilar – 4,40 foizni tashkil qildi. Chirchiq Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazidan – 33,3 foiz; Namangan Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazidan – 36,7 foiz; Respublika Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazidan – 30 foizdan iborat bo‘lgan respondentlar ishtirok etishgan.

Navbatdagi paragrafda, sport karyerasining psixologik xususiyatlarini yaxshiroq tushunish uchun uni psixologik hodisalarni o‘rganishda analitik yondashuv deb ataladigan bir qator bosqichlar shaklida taqdim etilgan. Olib borilgan tadqiqotlar

xulosasiga ko'ra har bir sportchi o'zining shaxsiy hayot yo'lini belgilaydigan sport karyerasining o'ziga xos bosqichlarini ochib berishi mumkin.

1-jadval.

Sport karyerasini davriylashtirishning mantiqiy modeli

Davr/turli xildagi karyeraga muvofiq (B.G.Ananev bo'yicha)	Ko'p yillik sport mashg'ulotlari davri (V.P. Filin va boshqalar)	Sport darajasi	Sportdagi yosh toifasi	Sport razryadi va sport unvoni natijalari
Tayyorgarlik	Dastlabki sport mashg'ulotlari	Sport- sog' lomla shirish va ommaviy sport	Bolalar (kichik maktab yoshi)	Butun davrda toifasiz
	Sport ixtisoslashuvining boshlanishi			
Boshlang'ich	Tanlangan sport turida chuqur mashq qilish	Yuqori yutuqlar sporti	Bolalar va o'smirlar	BT ning 1-yilida toifasiz
				BT ning 1 yildan ko'p davrida III o'smirlar sport razryadi
Kulminatsiya	Sportni takomillashtirish: birinchi katta muvaffaqiyatlar zonasi; optimal imkoniyatlar zonasi	Sportning eng yuqori yutuqlari havaskordir. Professional sport	Bolalar va o'smirlar. Yoshlar	O'M ning 1-yilida II o'smirlar sport razryadi
				O'M ning 2-yilida II o'smirlar sport razryadi
				O'M ning 3-yilida I o'smirlar sport razryadi
				O'M ning 3 yildan ko'p davrida II va III sport razryadlari
				SKE ning 1-yilida I va II sport razryadlar
				SKE ning 2-yilida I sport razryadidan sport ustaligiga nomzod (SUN) sport unvoni
SKE ning 2 yildan ko'p davrida SUN				
Yakunlash	Sportni takomillashtirish: yuqori sport ko'rsatkichlarini saqlash zonasi	Sportning eng yuqori yutuqlari havaskordir. Professional sport	Yoshlar	Butun davrda sport ustasi (SU), xalqaro toifadagi sport ustasi (XTSU) sport unvoni

Bugungi kunda har qanday sportchi o'tishi kerak bo'lgan sport karyerasining umumiy bosqichlari haqida ozmi-ko'pmi barqaror tushunchalar mavjud. 1-jadvalda sport karyerasining to'rtta eng mashhur davriylashuvi taqdim etilgan bo'lib, ularni bitta umumiy analitik modelga birlashtirishga harakat qilganmiz.

So'nggi paragrafda esa sport karyerasining mantiqiy modeliga asoslanib shuni ta'kidlashimiz mumkinki (1-jadvalga qarang), sport karyerasining o'ziga xos xususiyatlari, ammo professional karyera bilan taqqoslaganda:

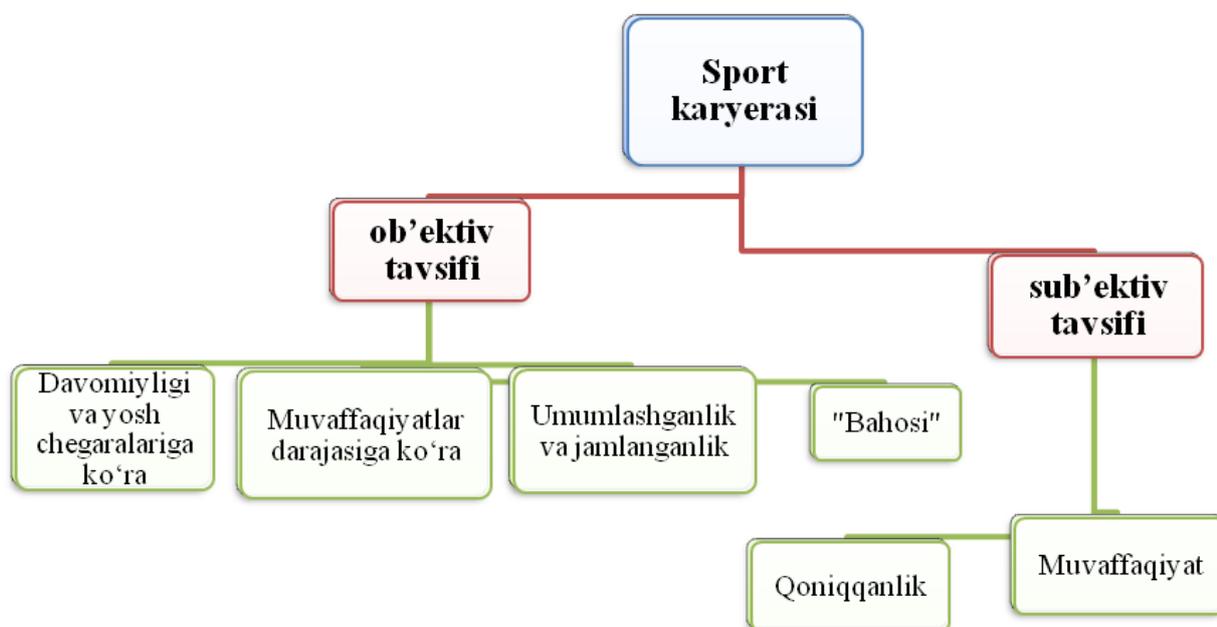
«tayyorgarlik» bosqichining erta boshlanishi (BTGda birinchi o'qitish yilida dars boshlanishining o'rtacha yoshi 10-11 yosh oralig'ida);

sport karyerasining nisbatan erta boshlanishi (BTG dagi bir yildan ko'p o'qitish yilida mashg'ulotlarda ishtirok etishning o'rtacha yoshi 12-13 yosh);

sport karyerasining nisbatan erta avj nuqtasi (yakkakurash sport turlarida, o'rtacha 15-20 yoshda);

sport karyerasi vaqt jarayoniga nisbatan professional karyeraga qaraganda ancha katta.

Agar biz sport karyerasini sintetik yondashuv nuqtai nazaridan ko'rib chiqsak, unda sport karyerasini professionaldan ajratib turadigan bir qator xususiyatlar mavjud.



1-rasm. Sport karyerasining sintetik modeli

Sport karyerasining sintetik modeliga ko'ra, karyera ob'ektiv xususiyatlariga quyidagilar kiradi:

davomiyligi, bu nafaqat sportda o'tkaziladigan musobaqalar soni, balki boshlanish vaqtini, avjiga chiqish va martaba tugashini ham o'z ichiga oladi;

ikki jihatdan ko'rib chiqilishi mumkin bo'lgan yutuqlar darajasi:

tor ma'noda sport faoliyati natijasida (malaka, rekordlar, reytinglar, egallab olingan joylar va boshqalar);

keng ma'noda faoliyat natijasida, ya'ni. inson rivojlanishidagi yutuqlar (tajriba, kasbiy muhim fazilatlar, ijtimoiy aloqalarning kengligi, ijtimoiy mavqe, sport tufayli olingan moddiy farovonlik darajasi va boshqalar).

Bizning fikrimizcha, sport karyerasining mohiyati va tuzilishini yanada samarali tushunish uchun inqirozlarni tavsiflash modeli zarur. Sport faoliyati shu qadar xilma-xilki, sportchining kasbiy faoliyatidagi inqirozlarni tavsiflashning yagona modelini yaratish juda ob'ektiv sabablarga ko'ra juda muammoli. Bu sport karyerasining har

xil boshlanishi va tugashi, shuningdek, sport faoliyatida o'zini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo'lgan jismoniy va aqliy xarajatlar nuqtai nazaridan sportchining investitsiyalarining xilma-xilligi va boshqalar.

Dissertatsiyaning «**Yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasi rivojlanganligi tadqiqi natijalari**» deb nomlangan uchinchi bobda Sport karyerasining sintetik modeli asosida suhbat sxemasi ishlab chiqildi, keyinchalik u «SK-SM» so'rovnomasiga («Sport karyerasi - sintetik model») aylantirildi. U to'rt qismdan iborat: 1) sport karyerasining davomiyliigi va umumlashtirish; 2) muvaffaqiyat darajasi; 3) karyera «narxi»; 4) sport karyerasidan qoniqish. Anketaning har bir qismida - 4 dan 9 tagacha savol (ochiq, yopiq, yarim yopiq).

Suhbat va anketa natijalariga qo'shimcha ravishda, sport karyerasini sintetik tavsiflash uchun quyidagilar qo'llanilgan:

- a) mashhur sportchilarning xotiralari;
- b) sport jurnalistikasi materiallari (jurnal, gazeta maqolalari);
- v) sportchi talabalarning «Mening sport karyeram» esselari.

Umuman olganda, erkaklarning sport karyerasi ko'proq umumlashtirilgan bo'lib chiqdi. Ko'rinib turibdiki, bu o'g'il bolalar va yigitlarning sportga bo'lgan qiziqishlarining xilma-xilligi, ularning har tomonlama jismoniy tayyorgarlikka intilishi bilan bog'liq. Ayollar sport bilan shug'ullanishning barqarorligi va ko'proq konsentrlangan sport karyerasi bilan ajralib turardi.

Bu erda biz sport faoliyati natijalarini keng ma'noda tahlil qilamiz, ya'ni sportchilar tomonidan sport karyerasini «qo'lga kiritish» ni va uning butun hayotiy karyeraga qo'shgan hissasini baholashni anglatadi. Muhimligi bo'yicha «o'zlashtirishlar» quyidagicha tartibga solinadi: 1) jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlikning yuqori darajasi; 2) hayot uchun zarur bo'lgan shaxsiy xususiyatlar; 3) do'stlar; 4) o'z-o'zini, o'z imkoniyatlarini bilish; 5) hayotiy tajriba; keng ijtimoiy aloqalar, qiziqarli va foydali odamlar bilan aloqalar; jamiyatdagi mavqei; 8) salomatlik; 9) jozibali ko'rinish; 10) moddiy farovonlik; 11) o'z oilasi.

«Mening sport karyeram» insholarida ko'plab sportchilar mashg'ulotlar va musobaqalarda katta kuch va energiya sarflanishini, yuqori jismoniy va ruhiy stressni ta'kidlaydilar:

Sinaluvchi K.A. (dzyu-do, sport ustaligiga nomzod) mashg'ulotning dastlabki yillari haqida: «Mashg'ulotdan so'ng uyga zo'rg'a qaytardim, ba'zida uchinchi qavatga zinapoyaga chiqishga kuchim yetmasdi. Ba'zida otamga baqirardim, u meni bag'riga olib uyga olib kirar edi».

«Mening sport karyeram» insholarida ko'p yillik sportning salomatlik holatiga ijobiy ta'siri kamdan-kam qayd etilgan. Juda salbiy baholar ham kam uchraydi. Eng tipiklari ikki tomonlama hukmlardir.

Sport karyerasidan qoniqish. Sub'ektlardan 10 balli tizimda sport karyerasidan qoniqish darajasini baholash va o'z bahosini asoslash so'ralgan. Olingan ballar, shuningdek, so'rovnomaning boshqa savollariga (davomiylik va umumlashtirilgan martaba, sport maqsadlari va ularni amalga oshirish darajasi to'g'risida, karyeraning «optimal bahosi» to'g'risida, kasbning taxminiy ijtimoiy baholari to'g'risida) sport karyerasining muvaffaqiyati va boshqalar javoblari bilan taqqoslandi.

Rufat Risqiev, boks bo'yicha jahon chempioni, ommaviy nashrlardagi intervyusidan: "... Boks bu boks. Deyarli barcha asosiy turnirlarimni qo'llarim singan holda yakunladim – jahon chempionati ham, Olimpiada ham... Bu musobaqalardagi g'alabalar nafaqat menga, balki respublikam, mamlakatim uchun ham zarur edi. Mas'uliyat shu qadar balandki, bu mening yoki murabbiylarning xayoliga ham kelmasdiki, jangsiz chekinish, g'alabani qo'ldan chiqarish mumkin edi. Natijada chap qo'limda 3 ta barmoqlar, 6 tasi esa o'ng qo'limdan singan. Doimiy og'riq, ayniqsa, o'ngda. Ko'zlar bilan bu muhim emas - ular glaukomaning taklif qilishardi. Shuning uchun, men hozircha murabbiylikdan voz kechishga majbur bo'lganman».

2-jadval.

Sportchining karyeradan qoniqishining namoyon bo'lishi

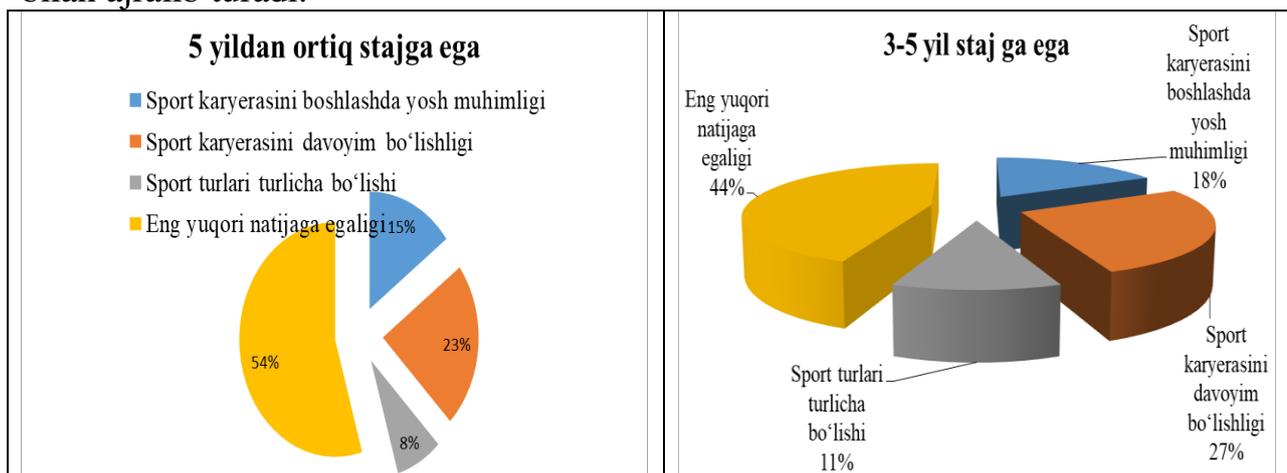
Ko'rsatkichlar	Barcha tanlamalar	5 yildan ortiq stajga ega	3-5 yil stajga ega
Sport karyerasini boshlashda yosh muhimligi	8.41 ±2.7	8.92 ±3.1	7.90 ±3.1
Sport karyerasini davoyim bo'lishligi	10.52 ±3.1	10.41 ±3.2	10.61 ±3.1
Sport turlari turlicha bo'lishi	2.39 ± 1.3	2.31 ±1.4	2.46 ±1.1
Eng yuqori natijaga egaligi	15.87 ±3.8	16.73 ± 2.9	15.22 ±4.3

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, sport karyerasidan qoniqish va uning tor va keng ma'nodagi natijalari o'rtasidagi munosabatlar barqaror va o'rganilayotgan sub'ektlarning barcha kichik guruhlar uchun xos bo'lib chiqdi. Shu munosabat bilan olingan ma'lumotlarning miqdoriy tahlili sifat tahlili bilan to'ldirildi, bu «qoniqarli» va «qoniqarsiz» sportchilarning empirik tipologiyalarini taqdim etish imkonini berdi.

«Qoniqarli»lar orasida quyidagi olti turdagi sportchilar aniqlandi:

1-toifa - chindan ham yuqori sport natijalariga ega bo'lgan sportchilar (Chempionatlari, Universiadalar, milliy chempionatlar chempionlari va sovrindorlari) karyeraning «optimal bahosi».

2-toifa - qoniqishi sport yutuqlariga emas, balki keng ma'noda sport faoliyati natijalariga (sport karyerasini «qo'lga kiritish») asoslangan sportchilar. Ular oila a'zolari va do'stlari tomonidan tan olinish hissi, shuningdek, murabbiy va sport mutaxassislaridan sport karyerasining muvaffaqiyati uchun past baholarni kutish bilan ajralib turadi.



2-diagramma. Karyeradan qoniqishdagi omillar

3-toifa - «o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqargan» sportchilar Ular nisbatan past darajadagi da'volar va tegishli yutuqlar, «xarajatlar» va «sotib olishlar» muvozanati bilan ajralib turadi.

4-toifa - qoniqishni ijobiy his-tuyg'ular, motorli faoliyatdan zavqlanish, o'yinlar, raqobat, do'stlar bilan muloqot qilish va boshqalar bilan baholashda rahbarlik qiladigan sportchilar. Ushbu kichik guruh sportchilarining malakasi sport ustaligiga nomzoddan yuqori emas.

5-toifa - da'vogarlik darajasi past bo'lgan sportchilar.

6- toifa - agar ularning natijalari da'volar darajasiga to'g'ri keladigan yoki undan oshib ketgan bo'lsa, «xarajatlari» past bo'lgan sportchilar. Ular, asosan, tabiiy iste'dod tufayli, shuningdek, omad, omad evaziga natijalarga erishganiga ishonishadi.

Strukturaviy yondashuvning mohiyati mansabni sport faoliyatida "akme" ga erishishning yaxlit, uzluksiz jarayoni sifatida, uning psixologik tuzilishi va sportchining shaxsiy xususiyatlarini hisobga olgan holda ko'rib chiqishdan iborat. Strukturaviy modelning asosini sportchi butun sport faoliyati davomida egallagan sport faoliyatining psixologik tuzilishi tashkil etadi.

Agar sintetik model sport karyerasining eng umumiy va muhim xususiyatlarini tartibga solishga va sportchining qoniqish (norozilik) omillarini yoritishga qaratilgan bo'lsa, analitik model esa sport karyerasi va insonning hayot yo'li o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilishga qaratilgan bo'lsa, keyin tizimli model keng va tor ma'noda sport faoliyati natijalarining psixologik determinantlarini tartibga soladi, sport karyerasining shaxsning ijtimoiylashuviga va uning "akme" ga erishishga qo'shgan hissasini ko'rsatadi.

Sport faoliyatining psixologik tuzilishi quyidagi bloklarni o'z ichiga oladi: motivatsiya (ehtiyotlar, motivlar, maqsadlar); faoliyat vositalari (usullari, ob'ektiv va sub'ektiv sharoitlar, faoliyatning individual uslubi); tor va keng ma'nodagi sport faoliyati natijalari (ya'ni sportchining rivojlanishidagi haqiqiy sport yutuqlari va yutuqlari). Natijalar, aslida, barcha harakatlar nima uchun amalga oshiriladi. Shuning uchun ularga qanday erishiladi, degan savol nafaqat nazariya, balki sport amaliyoti uchun ham eng muhim hisoblanadi.

Sport faoliyatining psixologik tuzilishiga asoslangan sport karyera modelini yaratish uchun ushbu tuzilmaning tarkibiy qismlarini ma'lum bir mezon bo'yicha tartibga solish kerak edi. Ushbu modelda biz psixikaning faoliyatdagi namoyon bo'lishi va rivojlanishi haqida gapiradigan bo'lsak, eng munosib mezon ushbu tuzilma tarkibiy qismlarining barqarorligi va dinamikligi bo'ldi.

Sport karyerasining tarkibiy modeli asosida "Sport karyerasi – strukturaviy model" ("SK-STM") anketasi ishlab chiqildi. Sportchi haqidagi umumiy ma'lumotlardan tashqari, u 7 qismdan iborat edi.

1-qism - Sport karyerasining bosqichlari va sport natijalari dinamikasi.

2-qism - Sport karyerasining bosqichlariga hissiy rang berish.

3-qism - Sport karyerasi uchun motivatsiya. Bu erda adabiy ma'lumotlar va "Mening sport karyeram" tezislari asosida tuzilgan 17 ta motivdan iborat ro'yxat taklif qilindi.

Sport karyerasiga erishishda shaxs sifatlarining namoyon bo'lishi

Sifatlar	Sport karyerasidagi bosqichlar			
	1	1	1	1
maqsadga intiluvchanlik	2,5	2,5	2,5	2,5
qat'iyatlilik	2,9	2,9	2,9	2,9
tashabbuskorlik	1,9	1,9	1,9	1,9
faollik	2,9	2,9	2,9	2,9
mas'uliyatlilik	2,6	2,6	2,6	2,6
tashkilotchilik	2,0	2,0	2,0	2,0
mustaqillik	2,2	2,2	2,2	2,2
qaror qabul qilishlik	2,4	2,4	2,4	2,4
jasoratlilik	2,3	2,3	2,3	2,3
o'zini boshqara olishlik	2,5	2,5	2,5	2,5
o'zini tahlil qila olishlik	1,8	1,8	1,8	1,8
muloqatchanlik	2,6	2,6	2,6	2,6
xayrihohlik	2,6	2,6	2,6	2,6
jizakkilik	1,0	1,0	1,0	1,0
optimistik	2,9	2,9	2,9	2,9

4-qism - Sport-muhim fazilatlar. Birinchi savolda asosiy jismoniy sifatlar ro'yxati (kuch, tezlik, tezlik-kuch sifatleri, chidamlilik, chaqqonlik va moslashuvchanlik) mavjud bo'lib, ularning sport karyerasining har bir bosqichida sport natijalariga erishishdagi ahamiyatini baholash taklif qilindi.

5-qismi - Faoliyatning individual uslubi. "Mening sport karyeram" esselari asosida sportchilarning mashg'ulot uslubi va musobaqa faoliyatining 9 ta xususiyatidan iborat ro'yxat tuzildi.

6-qism - Sportchining individual psixologik xususiyatlari va sport natijalari. Sport karyerasining tarkibiy modeliga muvofiq, sport karyerasi davomida sport natijalari dinamikasini belgilovchi psixologik determinantlarning uchta asosiy guruhi aniqlandi va baholash uchun taqdim etildi: motivatsiya, sport muhim fazilatleri va individual faoliyat uslubi.

7-qism - Sport karyerasining "sotib olishlari".

Keng ma'noda sport karyerasining ta'siri (sportchining rivojlanishidagi yutuqlar) nafaqat sport faoliyatini mahorat bilan, balki sportchining ijtimoiy rolini rivojlantirish bilan ham belgilanadi. Shuning uchun sportchining sportdagi ijtimoiylashuvining xususiyatlarini sportchining roli va uning sport karyerasidagi dinamikasi bilan identifikatsiyalash tahlili asosida ko'rib chiqish kerak.

Sportchining roli bilan identifikatsiyani sportchining o'zining sport olamiga va sportchilarning ijtimoiy guruhiga o'ziga xos normalari, qadriyatleri va an'analari bilan tegishlilikini anglash darajasi sifatida aniqlash mumkin.

Tadqiqotning ushbu qismi ikki bosqichda amalga oshirildi. Birinchi bosqichda B.Breverning «Sportchi roli bilan identifikatsiyalashuv» metodi orqali identifikatsiyani o'rganish uchun amalga oshirildi. Sportchi va turli malakali yakkakurash turlari sportchilarning identifikatsiya xususiyatlari o'rganildi.

Metodika 7 balli reyting shkalasi bilan 10 ta hukmdan iborat: "1" dan - butunlay rozi emasman "7" gacha - to'liq rozi. Bundan tashqari, sub'ektlardan o'zlari va sport karyeralari haqida bir qator ma'lumotlarni taqdim etishlari so'ralgan.

4-jadval.

Yakkakurash sport turlaridan sport karyerasiga intilishdagi ustuvor motivlar indeksi

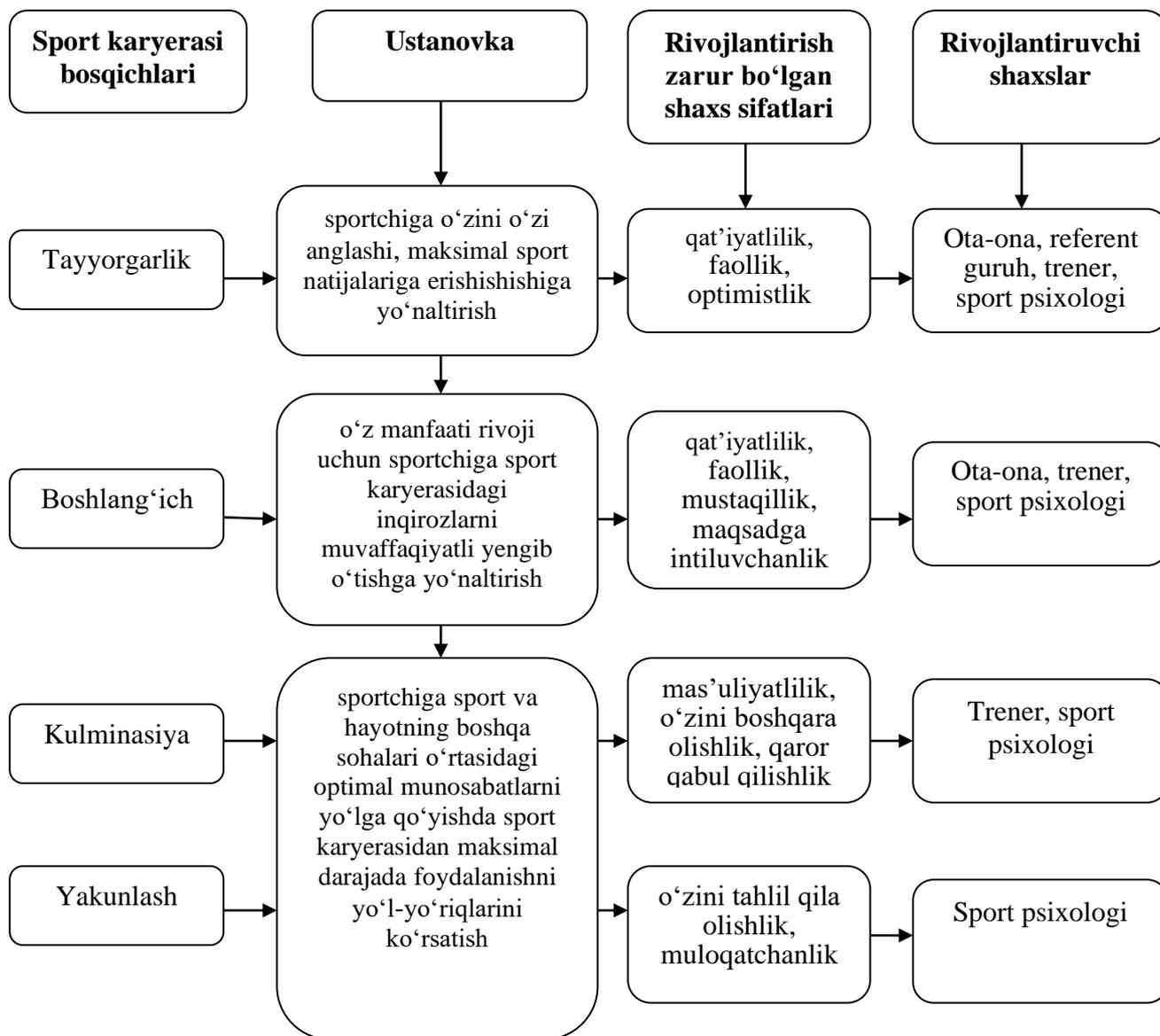
Tasdiqlar	Omillar		
	1	2	3
1. «Men o'zimni sportchi deb bilaman»	0,84		
2. «Sport bilan bog'liq ko'plab maqsadlarim bor»	0,77		
3. «Mening ko'pchilik do'stlarim-sportchilardir»	0,64		
4. «Sport mening hayotimning asosiy qismlaridan biridir»		0,80	
5. «Men hamma narsadan ko'ra sport haqida o'ylayman»		0,75	
6. «O'zim haqimda ijobiy fikrda bo'lishim uchun sport bilan shug'ullanishim kerak»		0,48	0,56
7. «Boshqalar meni asosan sportchi sifatida ko'rishadi.»		0,45	
8. «Sportda biror narsada muvaffaqiyatsizlikka uchraganimda, o'zim haqidagi fikrim yomonlashadi.»			0,85
9. «Sport mening hayotimdagi yagona muhim narsa»		0,79	
10. «Agar jarohat olsam va sport faoliyatimni davom ettira olmasam, juda xafa bo'laman»			0,70

Umumiy tanlov 5 xil yakkakurash sport turidan 180 nafar sportchini tashkil etdi. Sinaluvchilarning sport malakasini aniqlashda (hududlar o'rtasidagi mavjud tafovut tufayli) ular ishtirok etgan eng yuqori darajadagi – xalqaro, milliy yoki mahalliy musobaqalar asos qilib olindi. Shunday qilib, tanlanmada uch guruh sportchilar aniqlandi - xalqaro musobaqalarda tajribaga ega (n=8), milliy chempionatlarda (n=77) va mahalliy musobaqalarda tajribaga ega (n=85).

Olingan ma'lumotlarni statistik qayta ishlash jarayonida sub'ektlarning olti kichik guruhi uchun o'rtacha arifmetik va standart og'ishlar hisoblab chiqilgan (millat va sport malakasi darajasini hisobga olgan holda). Bundan tashqari, butun tanlov uchun omil tahlili o'tkazildi.

3-jadvalda faktor tahlili shartli ravishda chaqirilishi mumkin bo'lgan uchta omilni (jami tanlama dispersiyasining 61,4%) aniqlaganligini ko'rsatadi:

- “sportchi rolini qabul qiluvchi” 1-omil (1.2 va 3-hukmlar; omil qiymati - 3.44);
- 2-omil “sportning sportchining o'zini o'zi qadrlashiga ta'siri” (4,5,6,7 va 9-mulohazalar; omil qiymati – 1,58);
- 3 omil “sportdagi muvaffaqiyatsizliklarga javoban salbiy ta'sir” (6, 8 va 10-sonli hukmlar; omil qiymati – 1,12).



2-chizma. Yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirish modeli

Olib borilgan tadqiqotlar natijasida yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirishning psixologik xususiyatlari bo'yicha model ishlab chiqildi.

XULOSA

Yakkakurash sport turlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish va sportchi karyerasini rejalashtirish yuzasidan taklif va tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan mazkur dissertatsiya ishining nazariy-empirik tahlillari quyidagi xulosalarni ilgari surish imkoniyatini berdi:

1. Adabiyotlarni tahlil qilish va tadqiqot natijalari sport faoliyatini inson o'zini to'liqroq anglash va "akme" ga erishish uchun tanlaydigan kasb sifatida o'rganishning qonuniyligini tasdiqladi. Mustahkamlik tamoyili sport karyerasini o'rganishning uchta asosiy yondashuvini aniqlashga imkon berdi: sintetik, analitik va

tizimli. Ularning har biri sport karyerasining tegishli modelida va empirik tadqiqotlar natijalariga asoslangan psixologik tavsifda mujassamlangan.

2. Sport karyerasining sintetik modeli to'rtta ob'ektiv va yaxlit karyerani tavsiflash uchun ikkita sub'ektiv xususiyatni (qoniqish va muvaffaqiyat) o'z ichiga oladi. Sintetik tavsifdagi integratsiyalashgan xususiyat "qoniqish" bo'lib, u turli sportchilar uchun turli xil mezonlar bilan belgilanadi, bu "qoniqarli" sportchilarning olti turini va to'qqiz turdagi "qoniqarsiz" sportchilarni ajratishga imkon berdi.

3. Yakkakurash sport turlaridan sportchi karyerasini rejalashtirishni modellashtirish, dastlab, sportchining sport faoliyatida erishgan yutuqlarini birlamchi sintetik tavsiflashdan mantiqiy tavsiflash sari yo'nalganligini, so'ngra sport kamolotiga erishishdagi harakatni aks ettiruvchi «tuzilmaviy – akmeologik» tavsifli yuqori darajali natijadorligini tizimli tahlillash hamda differensiyalashtirish imkoniyatini beradi.

4. Yakkakurash sport turlaridagi sportchi shaxsining: birinchidan, barcha sportchilarga xos sport karyerasining umumiy qonuniyatlarini baholashda, ikkinchidan, boks, erkin kurash, yunon-rum kurashi, dzyudo, milliy kurash kabi jangovor yakkakurash sport turlarining o'ziga xos maxsus xususiyatlarini aniqlashda, uchinchidan taniqlik (sovrindor) sportchining «yagona», ya'ni o'ziga xos martaba xususiyatlarini darajalashda hamda ularni psixologik tavsiflashda sportchining sotsiumdagi maqomi, jinsi va madaniyatlararo tavofutlanishi muhim mexanizm sifatida ahamiyat kasb etadi.

5. «Salomatlik holati», «ijtimoiy aloqalar kengligi», «sportdagi do'stlarning mavjudligi» kabi sport karyerasiga intilish motivlari yakkakurash sport turlaridagi sportchi shaxsida o'z karyerasidan qoniqish hissini shakllantirib, bunday tendensiyasini ularning asosiy ehtiyojlardan qoniqqanlik darajasini tushuntiruvchi motivatsion tabiatli xususiyatlari mazmunida ko'rishimiz mumkin.

6. Yakkakurash sport turlarida sportchi shaxsiga ko'rsatiladigan psixologik xizmatning umumiy va xususiy texnologiyalari tizimi sport zaxirasini shakllantirishning barcha bosqichlarida alohida ahamiyat kasb etib, sport psixologi tomonidan taklif etilgan «Yakkakurash sport turlarida sportchi karyerasini rejalashtirish modeli»ning har bir bosqichda muvaffaqiyatli qo'llash sportchini sportdan nafaqaga chiqish va boshqa martabaga o'tish muvaffaqiyatini ta'minlashning muhim ijtimoiy-psixologik shartidir.

Tavsiyalar

Tadqiqot natijalari murabbiylar, sport psixologlari, murabbiylar va psixologlarni tayyorlash tizimi, sport tashkilotlari rahbarlariga qaratilgan bir qator umumlashtirilgan tavsiyalarni shakllantirish imkonini beradi:

1. Sportchining sport karyerasini o'rganish shuni ko'rsatdiki, ular sportdagi ilk qadamlaridan to sportni tark etish va boshqa kasbga o'tishgacha bo'lgan sport hayotining barcha bosqichlarida malakali psixologik yordamga muhtoj. Shuning uchun murabbiylar sport karyerasining umumiy va o'ziga xos qonuniyatlarini

bilishlari va hisobga olishlari, psixologik yordam texnologiyalarini o'zlashtirishlari zarurdir.

2. Muayyan sportchi bilan ish boshlagan sport psixolog-amaliyotchilari nafaqat uning sport hayotining hozirgi holatiga e'tibor qaratishlari, balki uning sport karyerasining shakllanish tarixi va oldingi inqiroz-o'tishlarni bartaraf etish xususiyatlarini ham hisobga olishlari kerak. Sportchilar bilan muvaffaqiyatli amaliy ish olib borish uchun sport karyerasini o'rganish usullarini va sportchiga psixologik yordam ko'rsatishni o'zlashtirish, ularni turli xil vaziyatlarda psixologik qo'llab-quvvatlash xususiyatlarini hisobga olgan holda qo'llash kerak.

3. Sport karyerasini psixologik qo'llab-quvvatlashni joriy etish murabbiylar va sport psixologlarini tayyorlashni takomillashtirish zarurdir.

4. Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda jismoniy tarbiya va sport, jismoniy madaniyat yo'nalishlarida sport psixologiyasi va akmeologiyasi o'quv kurslarini va unga sport karyerasi psixologiyasi va uni psixologik ta'minlash bilan bog'liq mavzularni kiritish maqsadlidir.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ
PhD.03/30.12.2021.П.26.02 ПРИ ТАШКЕНТСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ**

**ТАШКЕНТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ**

ХАКИКАТБЕКОВ ЗАФАРБЕК ШАВКАТБЕК УГЛИ

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЛАНИРОВАНИЯ КАРЬЕРЫ
СПОРТСМЕНА В ЕДИНОБОРСТВАХ**

19.00.05–Социальная психология. Этнопсихология

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ
ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

Ташкент-2023

Тема диссертации доктора философии по психологическим наукам (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики Узбекистан под номером B2022.2.PhD/P383.

Диссертация выполнена в Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета (www.uzdjtsu.uz) и на Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyo.net).

Научный руководитель: **Умарова Навбахор Шокировна**
доктор психологических наук DSc, доцент

Официальные оппоненты: **Кадилов Умарали Дусткабирович**
доктор психологических наук DSc, профессор

Файзиев Зохибдин Хасанбоевич
PhD по области психологических наук, доцент

Ведущая организация: **Ташкентский государственный восточный университет**

Защита диссертации состоится «___» _____ 2023 года в ___ часов на заседании Научного совета PhD.03/30.12.2021.П.26.02 при Ташкентском государственном педагогическом университете (адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, улица Бунёдкор, дом 27). Тел.: (+99871) 276-82-32; факс: (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz.)

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Ташкентского государственного педагогического университета (зарегистрирована за № _____). (Адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, улица Бунёдкор, дом № 27. Тел.: (99871) 276-82-32; факс: (99871) 276-76-51).

Автореферат диссертации разослан «___» _____ 2023 года.

(реестр протокола рассылки №__ от «___» _____ 2023 года.)

Ф.А. Акрамова
Председатель Научного совета
по присуждению ученых степеней,
доктор психол. наук, доцент

Н.Б. Атабаева
Ученый секретарь Научного совета
по присуждению ученых степеней,
доктор психол. наук, доцент

З.Т. Нишанова
Председатель научного
семинара при Научном совете по
присуждению ученых степеней,
доктор психол. наук, профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мире развитие спорта на современном этапе несомненно можно назвать «периодом высоких спортивных результатов». Сегодня ставятся все новые и новые рекорды и открываются новые звезды в спорте. В связи с этим официальное объявление о статусе страны-хозяйки Азиатских игр 2030 года и включение национальной узбекской борьбы в программу Африканских игр³ подтверждает растущую популярность единоборств. В то же время возрастающая популярность борьбы, являющейся одним из видов единоборств, требует повышенного внимания к организации престижных международных соревнований, модернизации существующей инфраструктуры и материально-технической базы, а также к подготовке квалифицированного персонала, тренеров и судей на поле.

В мировых образовательных и научно-исследовательских центрах, проводятся научно-практические исследования, направленные на анализ факторов планирования карьеры спортсмена на основе изучения психологических особенностей единоборств. В этой связи приобретает актуальное значение научное исследование вопросов донесения до будущих поколений богатых традиций и ценностей национальной борьбы, ставшей сегодня традицией на спортивных аренах, поддержки и стимулирования интереса молодежи к национальному спорту, создания необходимых условий для занятий спортом у всех слоев населения.

В республике последние годы уделяется большое внимание развитию спорта, созданию необходимых нормативно-правовых основ для продолжения карьеры профессиональных спортсменов, уделяется большое внимание: «популяризация национальных видов спорта среди молодежи Республики» (пункты 2-3 цели 67)⁴ и «развитие национальных видов спорта в Узбекистане в целях повышения его популярности» и развитие народных игр» может стать необходимой и достаточной основой для научного изучения вопросов развития карьеры спортсменов.

Данная диссертация в определенной степени служит реализации задач, определенных в нормативных правовых документах, относящихся к данной сфере, в частности Законов Республики Узбекистан № ЗРУ-837 от 1 мая 2023 года «О Конституции Республики Узбекистан», Указ Президента Республики Узбекистан, от 28 января 2022 года № УП-60 «О стратегии развития Нового Узбекистана на 2022 — 2026 годы», Постановления Президента Республики Узбекистан № ПП-4881 от 4 ноября 2020 года «Борьба о мерах по развитию национального вида спорта и дальнейшему повышению его международного авторитета», № ПП-136 от 18 февраля 2022 года «Об организации деятельности Министерства развития спорта», Постановления Кабинета Министров № 465 от

³ <https://uww.org/article/wrestling-fights-its-way-back-olympic-programme>

⁴ Указ Президента Республики Узбекистан, от 28.01.2022 г. № УП-60 «О стратегии развития Нового Узбекистана на 2022 — 2026 годы»

22 августа 2022 года «Об утверждении Положения о Министерстве развития спорта Республики Узбекистан».

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование выполнено в рамках приоритетного направления развития науки и технологий республики I. «Формирование системы инновационных идей и способов их реализации в социально-правовом, экономическом, культурном, духовно-образовательном развитии информированного общества и демократического государства».

Степень изученности проблемы. От ученых-психологов Узбекистана Р.А. Абдурасулова, Д.Н.Арзикулова, К.Г.Атабековой, Х.Ш. Баротова, А.С.Бегматова, З.Е. Газиевой, А.М. Назарова, Е.Н. Назарова, Дж.Ш.Насирова, Ж.А. Пулатова, А.А. Собирова, Э.Н.Сирлиева, Н.Ш.Усмоналиевой, А.У.Хаитова, З.Х. Файзиева и другие ученые изучали психологические проблемы спортивной деятельности, подготовка, отбор будущих спортсменов для спортивной деятельности.

Ученые из стран Содружества Независимых Государств, такие как И.П. Волков, Г.М. Гагаева, Г.Д. Горбунов, Е.П. Ильин, В.Л. Марищук, В.А. Плахтиенко, А.Т.Пуни, П.А.Рудик, А.В. Родионов, В.К. Сафонов, Т. Н. Стамбулова и другие изучали деятельность в спортивной психологии, в том числе ее общепсихологические характеристики, психологические особенности конкретных видов спорта, влияние спорта на развитие спортсменов, психологические факторы, влияющие на уровень спортивных результатов, акмеологические аспекты спортивной карьеры.

Зарубежные исследователи Р.Э.Смит и Ф.Л.Смолл, Ф.Сабо, Р.С.Вили и Дж.Л.Кэмпбелл, Ф.Л.Смолл, Р.А.Магил и М.Дж.Аш, К.Л.Стивенсон, Т.Орлик и Н.МакКаффри, Н.П.Барнетт, Ф.Л.Смолл и Р.Е.Смит, G.C.Roberts, R.Carlson, L.M.Petlichkoff, P.Wylleman, P.DeKnop, Y.VandenAu-weele&H.Sloore, M.Ewing и другие изучали начало спортивной карьеры и рост спортивного мастерства до высших уровень и другие.

Связь темы диссертации с научно-исследовательскими работами высшего образовательного учреждения, в котором выполнена диссертация. Диссертационное исследование выполнено в рамках фундаментального проекта ОТ-Ф1-126 «Разработка психодиагностического инструментария исследования показателей психологической зрелости у молодежи Узбекистана, научное обоснование и внедрение» плана научно – исследовательской работы Ташкентского государственного педагогического университета (2017 -2021 гг.).

Целью исследования является изучение психологических особенностей единоборств, а также разработке предложений и рекомендаций по планированию карьеры спортсменов.

Задачи исследования:

разработка психологических моделей спортивной карьеры при изучении спортивной карьеры на основе системного подхода, отражающих движение от первичного синтеза к анализу, а затем к синтезу более высокого уровня.

определить механизм планирования системного психологического характеристик спортсменов в единоборстве на общем, специальном и едином уровнях определение его статуса в социуме, спортивной карьеры по признаку половых и межкультурных различий;

определить из мотивов стремления к спортивной карьере следует доказать динамичность таких психологических факторов, как «жизненный опыт», «материальная обеспеченность», определяющих уровень спортивных достижений, благодаря гармоничному проявлению тенденции удовлетворенности спортивной карьерой по состоянию здоровья, наличию друзей в спорте с мотивационными особенностями «безопасность», «самореализация» и «поддержание общественного признания;

совершенствование применения «модели планирования карьеры спортсмена», охватывающей особенности применения психологической поддержки спортсмена в единоборствах на каждом этапе от спортивно-оздоровительного до высокоспортивного, а также обеспечивающей успешность выхода спортсмена из спорта на пенсию и перехода к другой карьере.

В качестве **объекта исследования** был взят процесс планирования карьеры спортсмена в единоборствах, в исследовании приняли участие действующих резервных и кандидатов – спортсменов различных возрастных групп, занимающихся единоборствами в центрах подготовки к Олимпийским и параолимпийским видам спорта из Ташкента-54, из Намангана-66, из Чирчика-60 всего 180 респондентов.

Предметом исследования являются индивидуально-психологические особенности, факторы формирования карьеры спортсменов, занимающихся единоборствами, относящиеся к выбранному виду спорта, возрасту, стажу работы.

Методы исследования: В исследовании используются методы наблюдения, интервью, системного анализа, моделирования, а также, опросники В.А. Ганзена «Карьера спортсмена – синтетическая модель», «Карьера спортсмена –аналитическая модель-1 и 2» и «Карьера спортсмена – структурная модель», Контент-анализ эссе «Моя спортивная карьера» на основе рекомендаций В.А. Ядова, методика Б. Бревера «Идентификация с ролью спортсмена», методика Н.Б. Стамбуловой«Динамика отношений спортсмена и тренера на протяжении спортивной карьеры». Полученные результаты были основаны на математическо - статистических методах, уровень достоверности полученных результатов подтверждался t-критерием Стьюдента, коэффициентом корреляции Пирсона.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

доказано на основе системного анализа и дифференциации, что планирование карьеры спортсмена, занимающимся единоборствами переходит от первичного синтеза в «синтетическом описании» к анализу в «аналитическом описании» и далее к синтезу высокого уровня со «структурно-акмеологическим» описанием, отражающим динамику;

обоснованно системное психологическое описание спортсмена-

единоборца может быть представлено на общем (общие закономерности спортивной карьеры, характерные для большинства спортсменов), специальном (специфические особенности таких единоборств, как бокс, вольная борьба, греко-римская борьба, дзюдо, национальная борьба) и уникальном (характеристики карьеры спортсмена) уровнях и основывается на социальном статусе спортсмена, его гендерных и межкультурных различиях как механизмах планирования его спортивной карьеры;

доказано, что психологические факторы, определяющие уровень спортивных достижений, такие как «жизненный опыт», «материальная обеспеченность», имеют динамический характер в силу их гармоничного проявления с мотивационными характеристиками, такими как «обеспеченность», «общественное признание», «самостоятельность», «самореализация» и «сохранение общественного признания», так же по мотивам занятия спортивной карьерой (состояние здоровья, широта социальных контактов, наличие друзей в спорте) выявлена тенденция удовлетворенности спортивной карьерой;

усовершенствовано система общих и специфических технологий психологической поддержки спортсмена в единоборствах, охватывающая особенности их применения на каждом этапе от спортивной реабилитации (первая ступень в спорте) до высшего спортивного мастерства (высокая спортивная форма), и которая обеспечивает успешность выхода спортсмена из спорта и перехода к другой карьере, улучшилась за счет использования «модели планирования карьеры спортсмена».

Практические результаты исследования состоят в следующем:

разработаны анкеты-опросники для исследования планирования карьеры спортсменов и усовершенствованы методики путем адаптации их к особенностям ментальных и боевых искусств;

содержание аналитической модели периодизации спортивной карьеры определяется влиянием периода многолетней спортивной подготовки на этапы подготовки спортивного резерва и обобщая их как группу социально-психологических факторов, таких как «спортивный разряд», «возрастная категория в спорте» и «спортивный разряд и результаты спортивных званий» является методическим пособием для сотрудников психологической службы по формированию чувства удовлетворенности спортивной карьерой.

заключения, практические рекомендации и инструкции, направленные на развитие личности спортсмена, рекомендованы для разработки коррекционных программ для спортивных школ, специализированных спортивных школ, государственных школ-интернатов по видам спорта, школ высшего спортивного мастерства и центров подготовки психологов олимпийского и параолимпийского спорта, спортивных психологов (сотрудников психологической службы).

Достоверность результатов исследования. Теоретические и практические подходы, использованные в работе, основаны на взглядах зарубежных и отечественных ученых на профессиональное спортивное

образование; использование дополнительных методов исследования, соответствующих целям и задачам исследования; задачи анализа и исследования обеспечивается с точки зрения количественных и качественных условий; репрезентативность экспериментальной выборки и обработка полученных результатов объясняется с помощью математико-статистических методов анализа данных и их обоснованностью надёжными источниками.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования основана на синтетических, аналитических и структурных характеристиках спортивной карьеры спортсменов – единоборцев, объясняющая методолого-методическую основу определения структурных компонентов через модель «Идентификация с ролью спортсмена», расширились научные знания о развитии характеристик личности спортсмена на основе моделирования спортивной карьеры.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что предложения по психологическому обеспечению подбора управленческих кадров для системы физического воспитания и спорта были использованы при разработке нормативно-правовых документов, относящихся к данной области, так же исследование обогатило такие дисциплины, как «Социальная психология» «Спортивная психология», «Психокоррекция».

Внедрение результатов исследования. Результаты научного исследования психологических особенностей планирования карьеры спортсмена в единоборствах:

предложения по системному анализу и дифференциации перехода от первичного синтеза в «синтетическом описании» к анализу в «аналитическом описании» и затем к синтезу высокого уровня «структурно-акмеологического» описания, отражающего динамику планирования карьеры спортсмена в единоборствах включены в модуль «Спортивная психология» на основании приказа Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете ПМ-33 от 05 июня 2023 года (справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 06 ноября 2023 года ПМ-33-м). В результате появилась возможность разработки психологических моделей спортивной карьеры, отражающих динамику в изучении спортивной карьеры от первичного синтеза к анализу, а затем к синтезу более высокого уровня.

Выводы системно - психологического описания спортсмена-единоборца, представленные на общем (общие закономерности спортивной карьеры, характерные для большинства спортсменов), специальном (специфические особенности таких единоборств, как бокс, вольная борьба, греко-римская борьба, дзюдо, национальная борьба) и уникальном (характеристики карьеры спортсмена) уровне как механизма планирования спортивной карьеры с учетом его положения в обществе, гендерных и межкультурных различий были включены в модуль «Социальная психология» приказа Учебно-научного центра психологии при Ташкентском

государственном педагогическом университете ПМ-33 от 05 июня 2023 года (справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 06 ноября 2023 года ПМ-33-м). В результате на основе созданных моделей расширены рамки психологического описания спортивной карьеры и психологического портрета спортсмена - единоборца;

выводы, доказывающие, что психологические факторы, определяющие уровень спортивных достижений, такие как «жизненный опыт», «материальная обеспеченность» в силу их гармоничного проявления с мотивационными характеристиками, такие как «обеспеченность», «общественное признание», «самостоятельность», «самореализация» и «поддержание общественного признания», так же мотивы занятия спортивной карьерой (состояние здоровья, широта социальных контактов, наличие друзей в спорте), тенденция удовлетворенности спортивной карьерой, имеют динамический характер, включены в модули «Психологическая коррекция» приказа Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете ПМ-33 от 05 июня 2023 года (справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 06 ноября 2023 года ПМ-33-м). В результате удалось определить структурные компоненты спортивной карьеры, объяснить динамическую природу психологических факторов, определяющих уровень спортивных достижений, проверить процесс идентификации спортсмена применительно к избранному виду спорта.

выводы по совершенствованию система общих и специфических технологий психологической поддержки спортсмена в единоборствах, охватывающая особенности их применения на каждом этапе от спортивной реабилитации (первой ступени в спорте) до высокого спортивного мастерства (высокой спортивной формы) и успешности, уход спортсмена из спорта и переход в другую профессиональную деятельность в процессе использования «модели психологического сопровождения спортивной карьеры», обеспечивающие получение результатов, были включены в модуль «Психология онтогенеза» приказа Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете ПМ-33 от 05 июня 2023 года (справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 06 ноября 2023 года ПМ-33-м). В результате усовершенствовано содержание системы оказания психологической помощи спортсмену на этапах психологического сопровождения спортивной карьеры и подготовки спортивного резерва.

Апробация результатов исследования. Результаты диссертационного исследования обсуждены, на 4 – х международных и 2 - х республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Поосновным результатам исследовательской работы опубликованы 13 научных работ, в том числе 4 статьи в научных изданиях, рекомендованных к публикации основных

научных результатов докторских диссертаций Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан, 4 опубликованы в республиканских и 1 в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трёх глав, заключения, списка использованной литературы и приложений. Общий объем работы составляет 124 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Введении диссертации обоснованы актуальность и востребованность темы исследования, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий Республики, степень изученности проблемы, связь диссертации исследования с указанным планом образовательного учреждения, в соответствии с которым выполнена диссертация, цели и задачи, объект и предмет исследования, методы исследования, научная новизна, практические результаты, а также данные о достоверности, научной и практической значимости, выполнение, утверждение и публикация результатов исследования, а также структура и объем диссертации.

В первой главе диссертации под названием **«Теоретические аспекты изучения карьеры спортсмена в социально-психологических исследованиях»** представлены данные о карьере как предмете исследования социальной психологии, социально-психологические взгляды восточных мыслителей и филологов на профессиональную деятельность, рост, карьерные достижения, этапы и особенности спортивной карьеры спортсмена.

Проблемой развития спортивной карьеры занималось небольшое количество специалистов, в первой главе подробно освещены исследования Н.Б. Станбуловой, И.Б. Иванова, О.Ю. Сенаторовой и С.Н. Шихвердиева. В этих исследованиях представлен системный анализ научных выводов о выборе методов оказания психологической поддержки спортсменам, организации психологического консультирования, создании психолого-педагогических условий социальной адаптации спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры.

Также среди ученых-энциклопедистов таких как Абу Наср Фараби, Абу Али Ибн Сина, мыслителей, живших и творивших в XI-XVI веках, Джалалуддина Руми, Абу Райхана Беруни, Алишера Навои, Хорезми, зрелого просветителя XX века Абдуллы Авлони, и др., представлены сведения о путях достижения профессиональной зрелости и карьерного роста.

Во второй главе диссертации **«Методологические аспекты социально-психологического развития карьеры спортсмена»** описана эмпирическая исследовательская программа изучения психологических особенностей планирования карьеры спортсмена в единоборствах, основанная на теоретико-методологических вопросах определения объекта и предмета социально-психологического исследования по изучению планирования спортивной карьеры, представлены социально-психологическое содержание карьеры и теоретический анализ.



Рис. 1. Социально-психологические навыки, необходимые для успешной спортивной карьеры

В первом параграфе главы дан социально-психологический анализ психологических особенностей и алгоритм спортивной карьеры.

На основании теоретического анализа следует отметить, что С.Даниш, А.Петитпас и Б.Хейл составили следующий перечень психологических навыков, необходимых для успешной спортивной карьеры спортсмена.

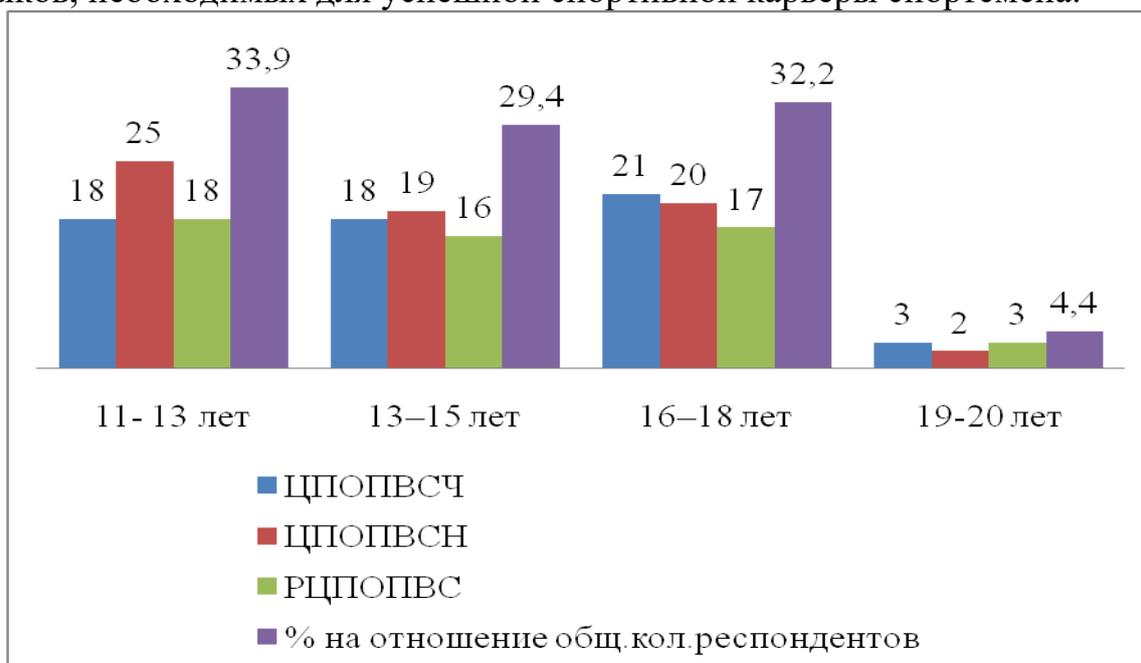


Рис. 1. Социально-демографическая характеристика респондентов*

*Примечание - Центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта в городе Чирчик, ЦПОПВСН - Центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта в городе Наманган, РЦПОПВС - Республиканский центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта

Таблица 1.

Аналитическая модель периодизации спортивной карьеры

Период /виды карьеры (по Б.Г.Ананьеву)	Период многолетней спортивной подготовки (В.П. Филин и др.)	Уровни спорта	Возрастная категория в спорте	Спортивный разряд и спортивные звания
Подготовка	Предварительная спортивная подготовка	Спортивно-оздоровительный и массовый спорт	Дети (младший школьный возраст)	На протяжении всего периода без разряда
	Начало спортивной специализации			
Старт	Углубленные тренировки в избранном виде спорта	Спорт высших достижений	Дети и подростки	в процессе НП на первом году без разряда
				в процессе НП III спортивный разряд если больше 1 года
Кульминация	Спортивное совершенствование: зона первых больших успехов; зона оптимальных возможностей	Высшие спортивные достижения. Профессиональный спорт	Дети и подростки. Молодежь	в процессе УЗ II юношеский спортивный разряд в течение 1- года
				В процессе УЗII юношеский спортивный разряд в течение 2 - года
				В процессе УЗI юношеский спортивный разряд в течение 3- года
				В процессе УЗII и III спортивные разряды более 3-х лет
				В процессе РСКИ и II спортивные разряды в течение 1 года
				В процессе РСК после 1 спортивного разряда, звание кандидата в мастера спорта (КМС) в течение 2 - года
				В процессе РСК более 2 – х лет КМС
Финиш	Спортивное оздоровление: зона поддержания высоких спортивных результатов	Высшие спортивные достижения. Профессиональные	Взрослые	В течение периода спортивное звание Мастера спорта (МС), Мастера спорта международного класса (МСМК),

В главе «Эмпирическая программа исследования социально-психологического изучения развития карьеры спортсмена» приведено описание

этапов организации и проведения социально-психологического исследования, классификация используемых в исследовании методов и сводная информация о них, описание научно-исследовательской базы, выборка респондентов, подробная характеристика их социально-демографического портрета.

В ходе исследования было опрошено по гендерным, возрастным, демографическим и социальным характеристикам 180 представителей сборных команд, действующих, резервных спортсменов и кандидатов в мастера спорта, занимающихся единоборствами в центрах подготовки олимпийских и паралимпийских видов спорта в городах Ташкент, Наманган, Чирчик. Статистические результаты опроса были проанализированы в процентах.

В частности, согласно процентному анализу статистических результатов, 85,17% испытуемых составляют мужчины и 15,83% - женщины. По возрастному анализу 11-13 лет - 33,9%; 13-15-летние - 29,4 процента; 16-18-летние - 32,2 процента; 19-20-летние составили 4,40 процента.

Среди них, 33,3% респондентов составляют Центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта в городе Чирчик; Центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта в городе Наманган - 36,7%; 30% респондентов составляют Республиканский центр подготовки к Олимпийским и паралимпийским видам спорта.

В следующем параграфе для лучшего понимания психологических особенностей спортивной карьеры, был представлен ряд этапов, называемых аналитическим подходом к изучению психологических явлений.

Согласно выводам проведенного исследования, каждый спортсмен может выявить определенные этапы своей спортивной карьеры, определяющие его личный жизненный путь. Сегодня существуют более-менее устойчивые представления об общих этапах спортивной карьеры, которые должен пройти любой спортсмен. В таблице 1 представлены четыре наиболее востребованные периодизации спортивной карьеры, и мы попытались объединить их в одну общую аналитическую модель.

В параграфе, исходя из аналитической модели спортивной карьеры (см. табл. 1), в сравнении с профессиональной карьерой можно отметить, что специфические характеристики спортивной карьеры:

более раннее начало этапа «Подготовки» (средний возраст начала занятий НП на первом году обучения находится в пределах 10-11 лет);

относительно раннее начало спортивной карьеры (средний возраст участия в тренировках более одного года обучения НП составляет 12-13 лет);

относительно ранний пик спортивной карьеры (в единоборствах в среднем 15-20 лет);

спортивная карьера намного шире, чем профессиональная карьера с точки зрения времени.

Если рассматривать спортивную карьеру с точки зрения синтетического подхода, то можно выделить ряд особенностей, отличающих спортивную карьеру от профессиональной.

Согласно синтетической модели спортивной карьеры к объективным

характеристикам карьеры относятся:

продолжительность, в которую входит не только количество проведенных соревнований по виду спорта, но и время начала, пика и окончания карьеры;

степень достижений можно рассматривать двумя способами:

в результате спортивной деятельности в узком смысле (квалификации, рекорды, рейтинги, завоеванные места и т.п.);

в результате деятельности в широком смысле, т.е. достижения в развитии человека (опыт, важные профессиональные качества, широта социальных контактов, социальный статус, уровень материального благосостояния, полученный благодаря занятиям спортом и др.).



Рис. 2. Синтетическая модель спортивной карьеры

На наш взгляд, для более эффективного понимания сущности и структуры спортивной карьеры необходимо описание кризисной модели. Спортивная деятельность настолько разнообразна, что создать единую модель описания кризисов профессиональной деятельности спортсмена весьма проблематично по весьма объективным причинам. Это разные начала и окончания спортивной карьеры, а также разнообразие вложений спортсмена с точки зрения физических и умственных затрат, необходимых для успешной реализации себя в спортивной деятельности и др.

В третьей главе диссертации под названием «**Результаты исследования развития карьеры спортсмена в спортивных единоборствах**» была разработана схема беседы на основе синтетической модели спортивной карьеры, которая в дальнейшем трансформировалась в опросник «СК -СМ» ("Спортивная карьера - синтетическая модель"). Опросник состоит из четырех частей: 1) продолжительность и итоги спортивной карьеры; 2) показатель успешности; 3) «цена» карьеры; 4) удовлетворенность спортивной карьерой. В каждой части анкеты - от 4 до 9 вопросов (открытые, закрытые, полузакрытые).

Помимо результатов беседы и анкетирования, для синтетического описания спортивной карьеры использовались:

- а) воспоминания известных спортсменов;
- б) материалы спортивной журналистики (журнал, газетные статьи);
- в) «Моя спортивная карьера» эссе студентов-спортсменов.

В целом спортивная карьера мужчин оказалась более обобщенной. По-видимому, это связано с разноплановым интересом мальчиков и юношей к спорту, их стремлением к всесторонней физической подготовке. Женщин отличала стабильность спортивного участия и более концентрированная спортивная карьера.

Здесь мы анализируем результаты спортивной деятельности в широком смысле, то есть оценку «достижений» спортивной карьеры спортсменов и их вклада в свою жизненную карьеру. По значимости «приобретения» располагаются следующим образом: 1) высокий уровень физического развития и физической подготовки; 2) личные качества, необходимые для жизни; 3) друзья; 4) познание себя, своих возможностей; 5) жизненный опыт; обширные социальные контакты, контакты с интересными и полезными людьми; положение в обществе; 8) здоровье; 9) привлекательный внешний вид; 10) материальное благополучие; 11) собственная семья.

В сочинениях «Моя спортивная карьера» многие спортсмены подчеркивают большие усилия и энергию, затрачиваемые во время тренировок и соревнований, а также высокие физические и умственные нагрузки:

Испытуемый К.А. (дзюдоист, кандидат в мастера спорта) о первых годах обучения: «После тренировок я с трудом возвращался домой, иногда не было сил подняться по лестнице на третий этаж. Иногда я кричала на отца, а он брал меня на руки и приносил в дом».

В эссе «Моя спортивная карьера» редко упоминается о положительном влиянии многолетних занятий спортом на здоровье. Очень негативные отзывы также редки. Наиболее типичны двойственные предложения.

Удовлетворенность спортивной карьерой. Испытуемых просили оценить уровень удовлетворенности своей спортивной карьерой по 10-балльной шкале и обосновать свою оценку. Полученные баллы также сопоставлялись с ответами на другие вопросы опросника (о продолжительности и обобщенной карьере, о спортивных целях и степени их реализации, об «оптимальной ценности» карьеры, об ориентировочных социальных ценностях профессии), об успехах в спортивной карьере и др.

Чемпион мира по боксу Руфат Рискиев, из интервью СМИ: «...Бокс есть бокс. Почти все свои крупные турниры я закончил с переломанными руками - и чемпионаты мира, и Олимпиады... Победы в этих соревнованиях были нужны не только мне, но и моей республике и стране. Ответственность настолько высока, что ни мне, ни тренерам и в голову не приходило, что можно без боя уйти, потерять победу. В результате я сломал 3 пальца на левой руке и 6 пальцев на правой руке. Постоянные боли, особенно справа. С глазами было неважно - предположили глаукому. Поэтому мне пришлось временно отказаться от тренерской деятельности».

Таблица 2.

Проявление удовлетворенности спортсмена карьерой

Показатели	Все выборы	Стаж более 5 лет	Стаж 3- 5 лет
Значение возраста на начальном этапе спортивной карьеры	8.41 ±2.7	8.92 ±3.1	7.90 ±3.1
Преимственность спортивной карьеры	10.52 ±3.1	10.41 ±3.2	10.61 ±3.1
Ранообразие видов спорта	2.39 ± 1.3	2.31 ±1.4	2.46 ±1.1
Максимальный результат	15.87 ±3.8	16.73 ± 2.9	15.22 ±4.3

Анализ данных показал, что связь между удовлетворенностью спортивной карьерой и ее небольшими и крупными результатами была устойчивой и характерной для всех подгрупп исследуемых испытуемых. В связи с этим количественный анализ полученных данных был дополнен качественным анализом, что позволило представить эмпирические типологии «удовлетворенных» и «неудовлетворенных» спортсменов.

Среди «удовлетворенных» были выявлены следующие шесть типов спортсменов:

1 тип – спортсмены с действительно высокими спортивными результатами (Чемпионаты, Универсиады, чемпионы и призеры национальных первенств), поставившие «оптимальную оценку» своей карьере.

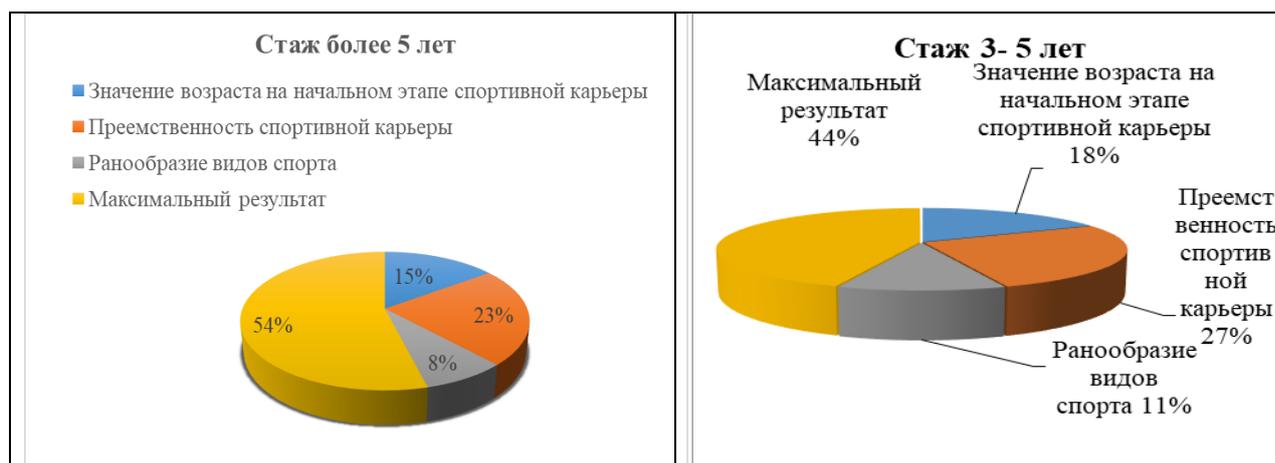


Рис. 2. Удовлетворенность спортивной карьерой

2 тип – спортсмены, удовлетворенность которых основана не на спортивных достижениях, а на результатах спортивной деятельности в широком смысле («получение» спортивной карьеры). Для них характерно чувство признания со стороны членов семьи и друзей, а также заниженные ожидания со стороны тренеров и профессионалов спорта относительно успешности своей спортивной карьеры.

3 тип – спортсмены, «реализовавшие свой потенциал». Для них характерен относительно низкий уровень притязаний и соотношение связанных

с ним достижений, «расходов» и «покупок».

4 тип - спортсмены, ведущие оценку от удовлетворенности положительными эмоциями, получением удовольствия от двигательной деятельности, игр, соревнований, общения с друзьями и т.д. Квалификация спортсменов данной подгруппы не выше кандидата в мастера спорта.

5 тип – спортсмены с низким уровнем притязаний.

6 категория – спортсмены с низкими «достижениями», если их результаты соответствуют или превышают уровень притязаний. Они считают, что добились результатов в основном благодаря природному таланту, а также везению.

Суть структурного подхода состоит в том, чтобы рассматривать карьеру как единое целое, непрерывный процесс достижения «максимума» в спортивной деятельности с учетом психологической структуры и личностных особенностей спортсмена. В основе структурной модели лежит психологическая структура спортивной деятельности, которая сопровождает спортсмена на протяжении всей спортивной деятельности.

Если синтетическая модель направлена на регламентацию наиболее общих и важных особенностей спортивной карьеры и выделение факторов удовлетворенности (неудовлетворенности) спортсмена, а аналитическая – на анализ связи спортивной карьеры и жизненного пути человека, то структурная модель представляет собой психологический анализ результатов спортивной деятельности в широком и узком смысле, регулирует детерминанты, показывает вклад спортивной карьеры в социализацию личности и в достижение ее «максимума».

Психологическая структура спортивной деятельности включает следующие блоки: мотивационные (потребности, мотивы, цели); средства деятельности (способы, объективные и субъективные условия, индивидуальный стиль деятельности); результаты спортивной деятельности в узком и широком смысле (то есть фактические спортивные достижения и самосовершенствование спортсмена в спорте). Результаты, по сути, являются причиной того, почему предпринимаются какие – либо действия. Поэтому вопрос о том, как их достичь, является важнейшим не только для теории, но и для спортивной практики.

Для создания модели спортивной карьеры на основе психологической структуры спортивной деятельности необходимо было расположить компоненты этой структуры по определенному критерию. В этой модели, если говорить о проявлении и развитии психики в деятельности, наиболее подходящим критерием была устойчивость и динамика компонентов этой структуры.

На основе структурной модели спортивной карьеры разработана анкета

«Спортивная карьера - структурная модель» («СК-СТМ»). Помимо общей информации о спортсмене, она состояла из 7 частей.

Часть 1 - Этапы спортивной карьеры и динамика спортивных результатов.

Часть 2 - Эмоциональная окраска этапов спортивной карьеры.

Часть 3 - Мотивация спортивной карьеры. Здесь предлагался список из 17 мотивов на основе литературных данных и эссе «Моя спортивная карьера».

Таблица 3.
Проявление личностных качеств в достижении спортивной карьеры

Качества	Этапы спортивной карьеры			
	1	2	3	4
• целеустремленность	2,5	3,0	3,3	3,0
• упорство	2,9	3,3	3,2	3,0
• инициативность	1,9	2,0	2,3	2,2
• энергичность	2,9	3,0	3,3	3,3
• ответственность	2,6	2,8	3,1	3,0
• организованность	2,0	2,6	2,1	2,3
• самостоятельность	2,2	3,0	3,2	3,1
• решительность	2,4	2,6	2,7	2,0
• смелость	2,3	2,4	2,8	2,7
• самоконтроль	2,5	2,3	3,1	3,0
• самоанализ	1,8	2,0	2,2	3,4
• коммуникабельность	2,6	2,9	2,6	3,4
• доброжелательность	2,6	2,9	2,6	3,2
• привлекательность	1,0	1,2	1,4	1,4
• оптимистичность	2,9	3,1	3,0	3,0

Часть 4 – Важные спортивные качества. Первый вопрос содержал перечень основных физических качеств (сила, скорость, скоростно-силовые качества, выносливость, ловкость и гибкость) и предлагалось оценить их значимость в достижении спортивных результатов на каждом этапе спортивной карьеры.

Часть 5 - Индивидуальный стиль деятельности. На основе эссе «Моя спортивная карьера» составлен перечень из 9 характеристик стиля тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.

Часть 6 - Индивидуально-психологические особенности спортсмена и спортивные результаты. Согласно структурной модели спортивной карьеры для оценки выделены и представлены три основные группы психологических детерминант, определяющих динамику спортивных результатов в течение спортивной карьеры: мотивация, важные спортивные качества и индивидуальный стиль деятельности.

Часть 7 - «Достижения» спортивной карьеры.

В широком смысле отдача от спортивной карьеры (достижения в развитии спортсмена) определяется не только мастерством спортивной деятельности, но и развитием социальной роли спортсмена. Поэтому необходимо рассмотреть особенности социализации спортсмена в спорте на основе анализа идентификации личности с ролью спортсмена и динамики его спортивной карьеры.

Идентификацию личности с ролью спортсмена можно определить как уровень осознания принадлежности спортсмена к своему спортивному миру и к социальной группе спортсменов со своими нормами, ценностями и традициями.

Таблица 4.

Мотивы продолжения спортивной карьеры

Утверждения	Факторы		
	1	2	3
1. «Я считаю себя спортсменом»	0,84		
2. «У меня много целей, связанных со спортом»	0,77		
3. «Большинство моих друзей спортсмены»	0,64		
4. «Спорт - одна из главных частей моей жизни»		0,80	
5. «Я всегда думаю только о спорте»		0,75	
6. «Мне нужно заниматься спортом, чтобы оставаться активным»		0,48	0,56
7. «Другие видят во мне в основном спортсмена (ку)»		0,45	
8. «Когда я терплю неудачу в спорте, моя самооценка падает»			0,85
9. «Спорт –главный в моей жизни»		0,79	
10. «Я огорчусь, если получу травму и не смогу продолжить спортивную карьеру»			0,70

Эта часть исследования проводилась в два этапа. На первом этапе было проведено исследование идентификации по методике Б. Бревера «Идентификация с ролью спортсмена». Изучены идентификационные характеристики спортсменов и спортсменок различных видов единоборств.

Методика состоит из 10 суждений с 7-балльной оценочной шкалой: от «1» — полностью не согласен до «7» — полностью согласен. Кроме того, испытуемых просили предоставить ряд сведений о себе и своей спортивной карьере.

В общем отборе приняли участие 180 спортсменов по 5 различным видам единоборств. При определении спортивной квалификации испытуемых (из-за существующего неравенства между регионами) за основу брались

соревнования самого высокого уровня, в которых они участвовали - международные, республиканские или местные. Таким образом, при отборе были выделены три группы спортсменов – спортсменов, имеющих опыт участия на международных соревнованиях (n=8), чемпионатов страны (n=82) и спортсменов, имеющих опыт участия на местных соревнованиях (n=80).

В процессе статистической обработки полученных данных были рассчитаны среднее арифметическое и стандартное отклонение для шести подгрупп испытуемых (с учетом национальности и уровня спортивного мастерства). Кроме того, для всей выборки был проведен факторный анализ.

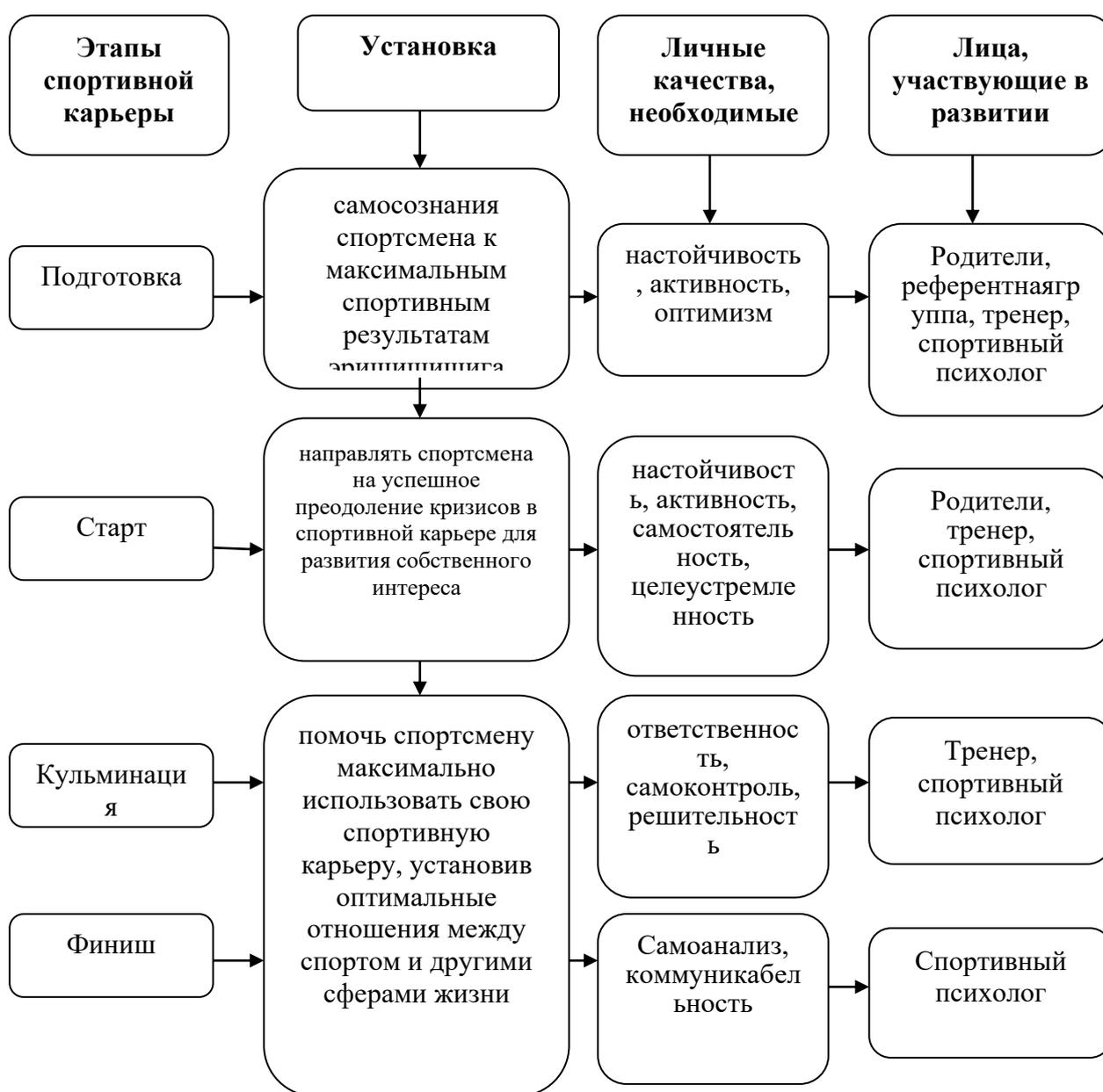


Рис. 3. Модель планирования карьеры спортсмена в единоборствах

Из табл. 3 видно, что с помощью факторного анализа выявлено три фактора (61,4% от общей дисперсии выборки), которые условно можно назвать:

- фактор 1 - «принятие роли спортсмена» (суждения 1,2 и 3; значение фактора -3,44);
- фактор 2 - «Влияние занятий спортом на самооценку спортсмена» (оценки 4, 5, 6, 7 и 9; значение фактора - 1,58);
- фактор 3 «отрицательный аффект в ответ на спортивные неудачи» (суждения 6, 8 и 10; значение фактора - 1,12).

В результате проведенного исследования нами разработана модель психологических особенностей планирования карьеры спортсмена в единоборствах.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретико-эмпирический анализ результатов данной диссертации, направленный на изучение психологических особенностей такого вида спорта, как единоборства и разработку предложений и рекомендаций по планированию карьеры спортсмена, позволил сделать следующие выводы:

1. Анализ литературы и результаты исследований подтвердили правомерность изучения спортивной деятельности как профессии, которую человек выбирает для полной реализации себя и достижения «акме». Принцип системности позволил выделить три основных подхода к изучению спортивной карьеры: синтетический, аналитический и структурный. Каждый из них воплощается в соответствующей модели спортивной карьеры и психологическом описании, основанном на результатах эмпирического исследования.

2. Синтетическая модель спортивной карьеры включает в себя четыре объективные и две субъективные характеристики (удовлетворенность и успешность) для целостного описания карьеры. Интегральным признаком в синтетическом описании является «удовлетворенность», которая определяется по разным критериям у разных спортсменов, что позволило выделить шесть типов «удовлетворенных» спортсменов и девять типов «неудовлетворенных» спортсменов.

3. Моделирование планирования карьеры спортсмена – единоборца дает возможность системно анализировать и дифференцировать достижения спортсмена в спорте от первичного синтетического описания к аналитическому описанию, а затем к «структурно-акмеологическому» высокому уровню результативности, отражающему динамику к достижению спортивного совершенства.

4. Личность спортсмена в единоборствах характеризуется: во-первых, в оценке общих закономерностей спортивной карьеры, характерных для всех спортсменов, во-вторых, в определении специфических особенностей боевых

единоборств, таких как бокс, вольная борьба, греко-римская борьба, дзюдо, национальные борьба, в-третьих, при ранжировании «специальных», т.е. уникальных карьерных характеристик известного (призёра) спортсмена и при их психологическом описании, важными механизмами становятся статус спортсмена в обществе, гендерные и межкультурные различия.

5. Мотивы занятия спортивной карьерой, такие как «состояние здоровья», «широта социальных связей», «наличие друзей в спорте», формируют в личности спортсменов-единоборцев чувство удовлетворенности своей карьерой, и мы можем видеть такую тенденцию в контексте мотивационных характеристик, объясняющих уровень удовлетворения базовых потребностей.

6. Система общих и частных технологий психологического сопровождения спортсмена в спортивных единоборствах имеет особое значение на всех этапах формирования спортивного резерва, и успешное применение предложенной спортивным психологом «Модели планирования карьеры спортсмена в единоборствах» на каждом этапе является важным социально-психологическим условием обеспечения успешности выхода спортсмена из спорта и перехода к другой деятельности.

РЕКОМЕНДАЦИИ

Результаты исследования позволяют сформулировать ряд общих рекомендаций, адресованных тренерам, спортивным психологам, системе подготовки тренеров и спортивных психологов, руководителей спортивных организаций:

1. Изучение спортивной карьеры спортсменов показало, что они нуждаются в квалифицированном психологическом сопровождении на всех этапах своей спортивной жизни, от первых шагов в спорте до ухода из спорта и перехода в другую деятельность. Поэтому тренерам рекомендуется знать и учитывать общие и специфические закономерности спортивной карьеры, владеть технологиями психологического сопровождения.

2. Спортивным психологам-практикам, приступающим к работе с конкретным спортсменом, следует ориентироваться не только на текущее состояние его спортивной жизни, но и учитывать историю его спортивной карьеры и особенности преодоления предшествующих кризисов-переходов. Для успешного ведения практической работы со спортсменами необходимо овладеть методами изучения спортивной карьеры и технологиями оказания психологической поддержки спортсмена, применяя их с учетом особенностей психологического сопровождения в различных ситуациях.

3. Внедрение психологического сопровождения спортивной карьеры

требует совершенствования подготовки тренеров и спортивных психологов. В связи с этим рекомендуется следующее:

4. Внедрение учебных курсов по спортивной психологии и акмеологии и тем, связанных с психологией спортивной карьеры и ее психологического сопровождения в направлении физической культуры и спорта, на занятия по физической культуре в дошкольном и начальном образовании. Возможна также реконструкция традиционной логики учебной программы по курсу «Спортивная психология» с учетом того, что проблематика спортивной карьеры охватывает практически все аспекты современной спортивной психологии.

**ONE-TIME SCIENTIFIC ADVICE AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
PhD.03/30.12.2021.P.26.02 AT TASHKENT STATE PEDAGOGICAL
UNIVERSITY AFTER NIZAMI**

TASHKENT STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

XAKIKATBEKOV ZAFARBEK

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF PLANNING AN ATHLETE'S CAREER
IN MARTIAL ARTS**

19.00.05 – Social Psychology. Ethnopsychology (psychological sciences).

**DISSERTATION ABSTRACT
DOCTOR OF PHILOSOPHY IN PSYCHOLOGY (PhD)**

Tashkent – 2023

The theme of doctoral dissertation (DSc) was registered et the Supreme Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under B2022.2.PhD/P383.

The doctoral dissertation was carried out at the Tashkent State Pedagogical University.

The dissertation abstract is published on the website of the Scientific Council (www.psi-ik.uz) and in the “Ziyonet” Information Educational Portal (www.ziyonet.uz) in three Language (Uzbek, Russian, English).

Scientific consultant: **Umarova Navbakhor Shokirovna**
Doctor of Psychological Sciences DSc, Associate Professor

Official opponents: **Kadirov Umarali Dustkabilovich**
Doctor of Psychological Sciences DSc, Professor

Fayziev Zohiddin Khasanboevich
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor

Leding organization: **Tashkent State Oriental University**

Dissertation defense will be taking place on _____ 2023 at ___ at Science Council meeting Ref: PhD.03/30.12.2021.P.26.02 at Tashkent State Pedagogical University (address: 100185, Tashkent, Chilonzor district, Bunyondkor street, 27. Tel: (+99871) 276-80-86; Fax: (+99871) 276-76-51, email: tdpu_kengash@edu.uz)

Doctoral dissertation is available for review at Information-Resource center of Tashkent State Pedagogical University (reference No. ____). Address: 100185, Tashkent, Chilonzor district, Bunyondkor street, 27. Tel: (+99871) 276-80-86; Fax: (+99871) 276-76-51

Dissertation summary is issued on « ____ » _____ 2023.

(issue reference number _____ « ____ » _____ 2023)

F.A. Akramova
Chairman Academic Award Scientific Council Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor

N.B. Atabaeva
Scientific Secretary of Academic Award Science Council PhD in Psychological Sciences, Associate Professor

Z.T. Nishanova
Chairman on Scientific Seminar at Academic Award Science Council Doctor of Psychological Sciences, Professor

INTRODUCTION (annotation of (PhD) thesis)

The aim of research work: the study of the psychological characteristics of martial arts and the development of proposals and recommendations for the planning of an athlete's career.

The object of the research work: the process of planning an athlete's career in martial arts was taken, the study involved active reserve and candidate athletes of various age groups engaged in martial arts in training centers for Olympic and Paralympic sports from Tashkent-54, from Namangan-66, from Chirchik-60 total 180 respondents.

Scientific novelty of the research work:

it is proved on the basis of system analysis and differentiation that the career planning of an athlete engaged in martial arts moves from primary synthesis in a "synthetic description" to analysis in an "analytical description" and then to a high-level synthesis with a "structural-acmeological" description reflecting the dynamics;

a reasonably systematic psychological description of a martial artist athlete can be presented at the general (general patterns of a sports career characteristic of most athletes), special (specific features of such martial arts as boxing, freestyle wrestling, Greco-Roman wrestling, judo, national wrestling) and unique (characteristics of an athlete's career) levels and is based on the social status of an athlete, his gender and intercultural differences as mechanisms for planning his sports career;

it is proved that psychological factors determining the level of sports achievements, such as "life experience", "material security", have a dynamic character due to their harmonious manifestation with motivational characteristics, such as "security", "public recognition", "independence", "self-realization" and "preservation of public recognition", also, based on the motives of pursuing a sports career (health status, breadth of social contacts, the presence of friends in sports), a trend of satisfaction with a sports career was revealed;

the system of general and specific technologies of psychological support of an athlete in martial arts has been improved, covering the features of their application at each stage from sports rehabilitation (the first stage in sports) to the highest sportsmanship (high athletic form), and which ensures the success of an athlete's exit from sports and transition to another career, has improved through the use of a "career planning model an athlete."

Implementation of the research results: The results of a scientific study of the psychological features of the athlete's career planning in martial arts:

proposals for a systematic analysis and differentiation of the transition from the primary synthesis in the "synthetic description" to the analysis in the "analytical description" and then to the synthesis of a high-level "structural-acmeological" description reflecting the dynamics of the athlete's career planning in martial arts are included in the "Sports psychology" module based on the order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University PM-33 dated June 05, 2023 (reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University dated November 06, 2023 PM-33-m). As a result, it became possible to develop psychological models of a sports career that reflect

the dynamics in the study of a sports career from primary synthesis to analysis, and then to higher-level synthesis;

Conclusions of the system- psychological description of a martial artist athlete presented at the general (general patterns of a sports career characteristic of most athletes), special (specific features of such martial arts as boxing, freestyle wrestling, Greco-Roman wrestling, judo, national wrestling) and unique (characteristics of an athlete's career) level as a mechanism for planning a sports career taking into account his position in society, gender and intercultural differences were included in the module "Social Psychology" of the order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University PM-33 dated June 05, 2023 (reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University dated November 06, 2023 PM-33). As a result, based on the created models, the scope of the psychological description of a sports career and the psychological portrait of a martial artist athlete have been expanded;

conclusions proving that psychological factors determining the level of sports achievements, such as "life experience", "material security" due to their harmonious manifestation with motivational characteristics, such as "security", "public recognition", "independence", "self-realization" and "maintenance of public recognition", as well the motives for pursuing a sports career (health status, breadth of social contacts, the presence of friends in sports), the trend of satisfaction with a sports career, are dynamic, included in the modules "Psychological correction" of the order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University PM-33 dated June 05, 2023 (reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University from November 06, 2023 PM-33-m). As a result, it was possible to determine the structural components of a sports career, explain the dynamic nature of psychological factors, determine;

conclusions on the improvement of the system of general and specific technologies of psychological support of an athlete in martial arts, covering the features of their application at each stage from sports rehabilitation (the first stage in sports) to high sportsmanship (high fitness) and success, the departure of an athlete from sports and the transition to another professional activity in the process of using the "model of psychological support of a sports career" providing the results were included in the module "Psychology of ontogenesis" of the order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University PM-33 dated June 05, 2023 (reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University dated November 06, 2023 PM-33-m). As a result, the content of the system of providing psychological assistance to an athlete at the stages of psychological support of a sports career and preparation of a sports reserve has been improved.

The outline of the thesis: The dissertation consists of an introduction, three chapters, a conclusion, a list of references and appendices. The total volume of work is 124 pages.

E'LON QILINGAN ILMIY ISHLAR RUYHATI
SPISOK OPUBLIKOVANNYKH RABOT
LIST OF RUBLISHED WORKS

I bo'lim (I chast; I part)

1. Haqikatbekov Zafarbek. Sportivnaya kar'era kak predmet psixologicheskogo issledovaniya (na primere uzbekskogo sporta) // European Journal of Education and Applied Psychology. 2023. №2 . URL: <https://ppublishing.org/archive/publication/730-sportivnaya-karera-kak-predmet-psixologichesk>. SJIF 2023 = 6.665 (Scientific Journal Impact Factor Value for 2023).

2. Haqiqatbekov Z. Sport karyerasiga erishishda motivatsiyaning namoyon bo'lishi / O'zbekiston Milliy universiteti xabarлари, Toshkent. – 2023, 1/8 – B. 209–211. (19.00.00; № 10).

3. Haqiqatbekov Z. Sh. Sportchi shaxsi shakllanishida: faoliyat va karera // “Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar” (2023 йил №6) журналі. – Vuxoro. – 2/2023. – B. 316–319. Просмотр «№ 6 (2023): Образование и инновационные исследования» (interscience.uz)

4. Haqiqatbekov Z. Sh. Sportchilar kasbiy faoliyati karyerasining nazariy tahlili. Central asian research journal for interdisciplinary studies. – 2022, 2 (2) – B. 68-72. (Impact Factor: ISI: 0,967 | Cite-Factor: 0,89 | SIS: 1,9 | ASI: 1,3 | SJIF: 5,771 | UIF: 6,1). (Impact Factor: (OAK r'yxati 23) SJIF 2020:3.567)

5. Haqiqatbekov Zafar Shavkatbek o'g'li. Sport karyerasining shakllanish bosqichlari // Intellectual education technological solutions and innovative digital tools: a collection of scientific works of the International scientific online conference (3rd April, 2023) – Netherlands, Amsterdam : "CESS", 2023. Part 65– 67 p.

6. Haqiqatbekov Z. Sh. Sportchi karyerasini rivojlantirishning uzluksizligi: yakkakurash sport turlari misolida // XXI asr psixologiyasi: muammolar va istiqbollari: Xalqaro onlayn ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Qarshi: Nasaf NMIU, 2022. – B. 124–126.

7. Khakikatbekov Zafar. Career development of talented young athletes // IV Международная научно-практическая онлайн-конференция. «Одаренные дети – сокращение нации!» 5–9 июля 2023 года / С. 91–96.

8. Haqiqatbekov Z. Sh. Sport karerasining modellari tahlili / “Yoshlar ta’lim-tarbiyasi jarayonida psixologik etuklikni shakllantirish va rivojlantirishning ilmiy-amaliy asoslari” mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Toshkent: 2023. – 230-232 bet.

9. Haqiqatbekov Z. Sportda karyera intilish motivlar. “Yangi Ўзбекистон: Инновация, фан ва таълим” // даврий анжуман материалларининг 54-сон 1-қисм / (Тошкент, 2023 йил июнь). — Б. 57–59.

II бўлим (II часть; II part)

10. Haqikatbekov Zafarbek. Sportchi faoliyatida operativ ta'faqurning ўрни va uni rivojlantirish usullari. Ўқув тарбия жараёнларини

такомиллаштиришнинг миллий психологик асослари / 2019 йил “Фаол инвестициялар ва ижтимоий ривожланиш йили” муносабати билан Вазирлик миқёсидаги илмий-амалий конференция материаллари (Қарши, 18–19 апрель 2019 йил) / масъул муҳаррир А.М.Жабборов. – Қарши: ҚарДУ кичик босмахонаси, 2019. – Б. 258–260.

11. Naqiyatbekov Z. (2020). Kurashchilarning musobaqa oldi kompleks pedagogik nazorati. International “Ilm-fan va ta’limda innovatsion yondashuvlar, muammolar, taklif va yechimlar” mavzusidagi 7-sonli respublika ilmiy-onlayn konferensiyasi 30-dekabr, 2020 18-25 б

12. Хақиқатбеков Зафарбек. Карьера касбга йўналтириш омили сифатида // Жамиятнинг барқарор ижтимоий-иқтисодий ривожланиш йилларида замонавий шахс ривожланишининг психологик хусусиятлари // Халқаро илмий конференция материаллари. – Тошкент: «АКТИВ PRINT» нашриёти, 2021. – Б. 136-140.

13. Naqiyatbekov Z. Karyera sport faolligi omili sifatida. “Янги Ўзбекистон: Инновация, фан ва таълим” // даврий анжуман материалларининг 54-сон 1-қисм / (Тошкент, 2023 йил июнь). — Б. 57–59.

Avtoreferat TDPU “Ilmiy axborotlari” ilmiy nazariy jurnali
tahririyatida 2023 yil 17 avgustda tahrirdan o‘tkazildi.

Bosishga ruxsat etildi: 18.08.2023 yil
Bichimi 60x84 1/16 , «Times New Roman»
garniturada raqamli bosma usulida bosildi.
Nashriyot bosma tabog‘i 3.0. Adadi: 100. Buyurtma: № 48
Bahosi kelishuv asosida

Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika
universiteti bosmaxonasida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahar, Chilonzor tumani,
Bunyodkor ko‘chasi, 27-uy.