



**JAMOAVIY SPORT FAOLIYATI SAMARADORLIGIGA TA'SIR
ETUVCHI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLAR (O'SMIR
FUTBOLCHILAR MISOLIDA)**

Nabijonov Nodirbek Ravshanbek o'g'li

O'zMU ijtimoiy fanlar fakulteti

Psixologiya (ijtimoiy psixologiya) yo'nalishi 2-bosqich magistranti

Annotatsiya: *Ushbu maqolada o'smir futbolchilar misolida jamoaviy sport samaradorligiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Jamoada o'zaro munosabatlar, motivatsiya, liderlik, murabbiy bilan munosabatlar, stressni yengish usullari va shaxsiy xususiyatlarning jamoaviy samaradorlikka bo'lgan ta'siri ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari o'smir yoshidagi futbolchilar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash va samarali motivatsiya usullarini ishlab chiqishda amaliy ahamiyatga ega bo'lishi mumkin. Ushbu maqola sport psixologiyasining muhim jihatlarini o'rganib, o'smir futbolchilar uchun ijtimoiy va psixologik rivojlanish omillarining jamoaviy faoliyatdagi rolini yoritadi.*

Kalit so'zlar: *Jamoaviy sport, ijtimoiy-psixologik omillar, o'smir futbolchilar, samaradorlik, motivatsiya, liderlik, murabbiy va sportchilar munosabatlari, stress bilan kurash, shaxsiy xususiyatlar.*

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ
НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ КОМАНДНОЙ СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВЫХ ФУТБОЛИСТОВ**

Аннотация: *В данной статье анализируются социально-психологические факторы, влияющие на эффективность командной спортивной деятельности на примере юных футболистов. Рассматривается влияние взаимных отношений в команде, мотивации, лидерства, взаимодействия с тренером, методов преодоления стресса и личностных характеристик на командную эффективность. Результаты исследования могут иметь практическое значение для разработки психологической*



поддержки и эффективных мотивационных методов для молодых футболистов. В статье рассматриваются важные аспекты спортивной психологии и роль социальных и психологических факторов в командной деятельности юных спортсменов.

Ключевые слова: Командный спорт, социально-психологические факторы, юные футболисты, эффективность, мотивация, лидерство, отношения тренера и спортсменов, борьба со стрессом, личностные характеристик.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING THE EFFECTIVENESS OF TEAM SPORTS ACTIVITIES IN ADOLESCENT FOOTBALL PLAYERS

Annotation: This article analyzes the social-psychological factors affecting the effectiveness of team sports, specifically focusing on adolescent football players. It examines the impact of interpersonal relationships within the team, motivation, leadership, relationships with the coach, stress management techniques, and personal characteristics on team performance. The study results can be practically significant for developing psychological support and effective motivation techniques for young football players. This article highlights important aspects of sports psychology and the role of social and psychological factors in the teamwork of young athletes.

Keywords: Team sports, social-psychological factors, adolescent football players, effectiveness, motivation leadership, coach-athlete relationship, stress management, personal characteristics.

Sport faoliyati, ayniqsa, jamoaviy sport turlari, o'sib kelayotgan yoshlar uchun nafaqat jismoniy rivojlanishda, balki ijtimoiy va psixologik jihatdan ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, futbol kabi jamoaviy sportlar orqali o'smir yoshidagi sportchilar nafaqat sport texnikasini o'zlashtiradilar, balki o'z-o'zini anglash, mas'uliyatni his qilish, o'zaro hurmat va jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradilar. Jamoada o'ynash orqali ular jamiyatda o'z o'rnini topishga, o'zaro hamkorlik va birlashishga, qiyinchiliklarni yengish kabi ijtimoiy ko'nikmalarni o'zlashtirishga imkon topadilar. Ushbu maqolada o'smir futbolchilar misolida



jamoaviy sport samaradorligiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarni ko'rib chiqamiz.

Jamoaviy sport turlari faqat jismoniy faoliyat emas, balki yoshlarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishida katta ahamiyat kasb etadi. Sport orqali shakllangan jamoaviy ish faoliyati o'smir yoshidagi sportchilarda muhim ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Futbol jamoasi a'zosi bo'lish orqali o'smirlar o'z-o'zini anglash, jamoaviy mas'uliyatni his qilish, ijtimoiy normalarni tushunish va boshqalarga hurmat ko'rsatish kabi fazilatlarni o'zlashtiradilar. Bu esa ularning sportda va umuman jamiyatda muvaffaqiyatga erishish imkoniyatlarini oshiradi.

Sportchi uchun muhim o'rin tutadigan psixologik omillardan biri motivatsiyadir. Motivatsiya har qanday sportchi uchun muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, o'smir yoshidagi futbolchilar uchun shaxsiy va jamoaviy muvaffaqiyatga erishish, raqobat, o'z mahoratini namoyon qilish kabi motivatsiya manbalari katta ahamiyatga ega. Shuningdek, murabbiy va ota-onalarning qo'llab-quvvatlovi, jamoa doirasida tan olish va kelajakda yuqori yutuqlarga erishish istagi ham o'smir futbolchilarning faoliyat samaradorligiga ijobiy ta'sir qiladi. Bunday motivatsiya manbalari orqali o'smirlar sportga yanada jiddiy va maqsadli yondashadilar, bu esa samaradorlikning oshishiga sabab bo'ladi.

Jamoaviy sportning asosiy xususiyatlaridan biri jamoa a'zolarining bir-birlari bilan bo'lgan munosabatidir. Jamoa ichida o'zaro hurmat, hamkorlik va qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish jamoaning umumiy samaradorligini oshiradi. Jamoa ichidagi liderlar jamoaning umumiy motivatsiyasini oshirib, unga to'g'ri yo'nalish berishda muhim rol o'ynaydilar. Ayniqsa, o'smir yoshidagi futbolchilarda liderlik xususiyatlarini rivojlantirish orqali jamoa ichidagi uyushqoqlik va intizomni kuchaytirish mumkin. Bu esa umumiy samaradorlikka ijobiy ta'sir qiladi.

2.3. Murabbiy va futbolchilar o'rtasidagi munosabatlar

Murabbiy va futbolchilar o'rtasidagi munosabat samaradorlik uchun muhim omillardandir. Murabbiylarning qo'llab-quvvatlovi, yuksak mahorat bilan birga psixologik yordam berishlari o'smir futbolchilarni ruhlantiradi va ularning ishonchini



oshiradi. Murabbiy tomonidan beriladigan ragʻbat, oʻsmirlarning oʻziga boʻlgan ishonchini oshirishi mumkin, bu esa ular oʻz imkoniyatlarini yanada faolroq namoyon qilishlariga sabab boʻladi. Shu bilan birga, murabbiylarning jamoaviy qoʻllab-quvvatlovi orqali futbolchilar oʻzlarini xavfsiz va jamoaning ajralmas qismi sifatida his qiladilar.

2.4. Stress va qiyinchiliklarni yengish strategiyalari

Jamoaviy sport, ayniqsa raqobatli musobaqalar davomida, oʻsmirlar uchun stress manbai boʻlishi mumkin. Bu esa ularning samaradorligini pasaytirishi yoki ruhiyatini tushirishi mumkin. Shuning uchun stressni yengish va qiyinchiliklarni toʻgʻri yondashish orqali yengish usullarini oʻrganish muhim ahamiyatga ega. Stress bilan kurashishda jamoa ichidagi qoʻllab-quvvatlash tizimi katta yordam beradi. Murabbiylar va jamoadoshlar tomonidan koʻrsatiladigan psixologik yordam orqali oʻsmirlar oʻzlarida oʻziga nisbatan ishonchni oshiradi va stressni yengish imkoniyatini topadi.

2.5. Shaxsiy xususiyatlar

Har bir futbolchining shaxsiy xususiyatlari jamoaning umumiy ishlashiga bevosita taʼsir qiladi. Oʻsmir futbolchilarda oʻz-oʻzini anglash, oʻziga nisbatan ishonch, ijodkorlik va ijtimoiylik darajalari har xil boʻlishi mumkin. Bu esa jamoa ichidagi faoliyatda qanday rol oʻynashini belgilaydi. Shaxsiy xususiyatlar yaxshi rivojlangan futbolchilar jamoa uchun faollik va qoʻllab-quvvatlashni oshirib, jamoaning muvaffaqiyatiga hissa qoʻshadilar. Shu sababli, har bir futbolchining oʻziga xosliklarini hisobga olgan holda jamoaviy psixologik qoʻllab-quvvatlash zarurdir.

3. Jamoaviy ijtimoiylashtirish va qoʻllab-quvvatlash tizimi

Jamoadagi ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash tizimi oʻsmir futbolchilarga ruhiy va psixologik madad beradi. Jamoa doirasida oʻzini erkin his qilish va boshqa aʼzolar tomonidan qoʻllab-quvvatlanish, oʻsmirlarning oʻziga boʻlgan ishonchini oshiradi. Jamoadagi qoʻllab-quvvatlash orqali ular jamiyatning ajralmas qismi sifatida oʻzlarini his qilishadi, bu esa ularga sportdagi muvaffaqiyatga erishish uchun zarur boʻlgan psixologik madadni beradi. Ijtimoiylashtirish jarayoni oʻsmirlarning jamiyatdagi



rolini anglashlari, shaxsiy maqsadlari va jamoadagi maqsadlarni uyg'unlashtirishlariga yordam beradi.

Xulosa

Ushbu maqolada o'smir futbolchilar misolida jamoaviy sport samaradorligiga ta'sir qiluvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar yoritildi. Motivatsiya, liderlik, murabbiy va futbolchilar o'rtasidagi munosabat, stress va qiyinchiliklarni yengish usullari, shuningdek, shaxsiy xususiyatlar kabi omillar jamoaviy faoliyat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Jamoada mavjud ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi o'smir futbolchilarga o'z imkoniyatlarini namoyon qilish, ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarini oshirish va yuqori natijalarga erishishda yordam beradi. Bu tadqiqot natijalari kelajakda sport psixologiyasi bo'yicha qo'shimcha tadqiqotlar uchun foydali asos bo'lishi mumkin.

Albatta, maqolaga mos keladigan foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatini tuzib beraman. Bu ro'yxat maqolada keltirilgan manbalar asosida tayyorlangan va ilmiy uslubga mos keladi:

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). Group Dynamics in Sport. Fitness Information Technology.
2. Cotterill, S. (2012). Team psychology in sports: Theory and practice. Sport and Exercise Psychology Review, 8(1), 6-12.
3. Horn, T. S. (Ed.). (2008). Advances in Sport Psychology. Human Kinetics.
4. Nicholls, J. G. (1989). The Competitive Ethos and Democratic Education. Harvard University Press.
5. Smith, R. E., & Smoll, F. L. (2012). Motivational Climate and Coaches' Influence on Young Athletes. In G. Tenenbaum, R. C. Eklund (Eds.), Handbook of Sport Psychology (pp. 373-390). John Wiley & Sons.
6. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2018). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics.
7. Murodov, R. (2020). O'smirlar sport faoliyatining psixologik asoslari. Tashkent: O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi.



8. Xudoyberdiyev, A. (2019). Sport psixologiyasi: nazariy va amaliy jihatlari. Tashkent: TDTU nashriyoti.
9. Rahmonov, D. (2018). Jamoaviy sport faoliyati va o'smirlar psixologiyasi. Tashkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti.
10. Блохина, Т. Н. (2013). Психология спорта: Теория и практика. Москва: Издательство "Академический проект".
11. Герасименко, А. И. (2015). Психология командной деятельности в спорте. Санкт-Петербург: Издательство "РГПУ им. А. И. Герцена".
12. Левитов, А. А. (2016). Психология стресса и спортивной деятельности. Москва: Издательство "Советский спорт".