

SPORTCHILARDA JAMOAVIY ISHLASH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH

Navoiy davlat pedagogika instituti o'qituvchisi

Oblakulov Anvar Erkinovich

Annotatsiya: Ushbu maqola sportchilarda jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantirishning ahamiyatini va uning sportchi muvaffaqiyatiga ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan. Maqolada jamoaviy ishning asosiy komponentlari, jumladan, samarali kommunikatsiya, ishonch, o'zaro hurmat, va strategik qarorlar qabul qilish kabi ko'nikmalar tahlil qilinadi. Jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishning muhim usullari, masalan, jamoaviy mashg'ulotlar, simulyatsiya mashg'ulotlari, muammolarni hal qilish va sog'lom raqobatni rivojlantirish haqida tavsiyalar berilgan. Maqola sportchilarning muvaffaqiyatiga yordam beradigan jamoaviy ishni ta'minlashga yo'naltirilgan metodik yondashuvlarni taqdim etadi va jamoaviy ishning umumiy ruhini kuchaytirish orqali sportchilarning individual va jamoa sifatidagi samaradorligini oshirishga yordam beradi.

Kalit so'zlar: jamoaviy ishlash, sportchilar, kommunikatsiya, ishonch, o'zaro hurmat, strategik qarorlar, jamoaviy mashg'ulotlar, simulyatsiya mashg'ulotlari, muammolarni hal qilish, sog'lom raqobat, sport psixologiyasi, jamoa motivatsiyasi, sportdagi muvaffaqiyat, qayta aloqa, jamoa ruhiyati.

Kirish

Sportda muvaffaqiyatga erishish uchun sportchilarning jismoniy tayyorgarligi bilan bir qatorda, jamoaviy ishlash ko'nikmalari ham muhim ahamiyatga ega. Jamoaviy ish nafaqat sportchilarning o'zaro aloqalarini, balki o'zgaruvchan o'yin sharoitlariga moslashish qobiliyatini ham talab qiladi. Samarali jamoaviy ish sportchilarga birbirlarini qo'llab-quvvatlash, strategiyalarni amalga oshirish va musobaqalarda yuqori natijalarni ko'rsatishda yordam beradi. Bunday ko'nikmalarni rivojlantirish sportchilarning muvaffaqiyatini ta'minlashda, shuningdek, jamoaning umumiy

ruhiyatini kuchaytirishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu maqolada jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantirishning ahamiyati, uning sportchilarning muvaffaqiyatiga qanday ta'sir qilishiga va qanday usullar bilan bu ko'nikmalarni rivojlantirish mumkinligiga e'tibor qaratiladi. Maqolada jamoaviy ishni tashkil etishdagi asosiy prinsiplarga va sportchilarda samarali aloqalar o'rnatish yo'llariga oid tavsiyalar ham taqdim etiladi.

Jamoaviy ishlashning ahamiyati

Jamoaviy ishlash ko'nikmalarining sportdagi roli beqiyosdir. Musobaqalar va o'yinlar ko'pincha jamoa sifatida muvaffaqiyatga erishishni talab qiladi. Yaxshi o'zaro aloqalar, hamkorlik va strategik rejalashtirish sportchilarning yuqori natijalar ko'rsatishiga yordam beradi. Jamoaviy ishda ishtirok etadigan sportchilar bir-birining kuchli tomonlarini aniqlab, bir-birini to'ldirishga harakat qilishadi. Bunda sportchilarning quyidagi ko'nikmalari alohida ahamiyatga ega:

1. **Kommunikatsiya**
2. Sportchilarda samarali muloqot ko'nikmalari jamoaviy ishning asosi hisoblanadi. To'g'ri va aniq muloqot o'yin davomida vaziyatni tushunishga va strategiyalarni tezda amalga oshirishga yordam beradi. Yaxshi kommunikatsiya sportchilarning o'zaro tushunishini va jamoaviy motivatsiyasini oshiradi.
3. **Ishonch va o'zaro hurmat**
4. Jamoaviy ishda ishonch muhim omil hisoblanadi. Har bir sportchi o'z jamoa a'zolarining malakalariga va imkoniyatlariga ishonishi kerak. Ishonch va hurmat jamoadagi psixologik iqlimni yaxshilaydi va sportchilarning o'zaro yordam ko'rsatishiga sabab bo'ladi.
5. **Liderlik va rollarni taqsimlash**
6. Jamoada har bir sportchi o'zining aniq rolini bilishi va unga to'liq rioya qilishi kerak. Liderlar jamoani boshqarish va motivatsiya qilishda muhim rol o'ynaydi. Biroq, har bir sportchi ham jamoada o'ziga xos ishtirokchi sifatida

muhim bo'lishi kerak. Rollarni aniq taqsimlash va ularning bajarilishini ta'minlash jamoaviy ishning samarali bo'lishiga olib keladi.

7. **Muammolarni hal qilish**

8. Jamoaviy ishda muammolar yuzaga kelishi tabiiydir. Sportchilar muammolarga duch kelganda, ularga tez va samarali yechimlar topishlari kerak. Muammolarni birgalikda hal qilish jamoaning birdamligini va kuchini oshiradi.

Jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish

Jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantirish sportchilarga yanada yuqori darajada muvaffaqiyat qozonishga yordam beradi. Bunda quyidagi metodlar va yondashuvlar yordamida jamoaviy ishni rivojlantirish mumkin:

1. **Jamoaviy mashg'ulotlar**

2. Jamoaviy mashg'ulotlar sportchilarga o'zaro aloqalarni rivojlantirish va bir-birlarini yaxshiroq tushunish imkonini beradi. Mashg'ulotlar orqali sportchilar bir-birining kuchli tomonlarini aniqlab, o'zaro hamkorlikda ishlashni o'rganadilar. Bu jamoaning umumiy ruhini kuchaytiradi va natijalariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

3. **Simulyatsiya mashg'ulotlari**

4. Simulyatsiya mashg'ulotlari orqali sportchilar turli vaziyatlarda qanday ishlashni o'rganadilar. Bu mashg'ulotlar yordamida sportchilar o'zaro strategiyalarni ishlab chiqish, tezkor qarorlar qabul qilish va raqibga qarshi o'yin taktikasini yaratish ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

5. **Muammolarni birgalikda hal qilish**

6. Jamoa o'rtasida yuzaga keladigan muammolarni birgalikda hal qilish jamoaning birdamligini oshiradi. Sportchilarga psixologik treninglar yordamida stressni boshqarish, muammolarni tahlil qilish va hal etish usullari o'rgatiladi.

7. **Raqobatni bировlar bilan do'stlikka aylantirish**

8. Sportchilarga o'zaro raqobatni sog'lom va foydali tarzda rivojlantirishni o'rgatish muhimdir. Bunda raqobat jamoaning muvaffaqiyati

uchun stimulyator sifatida ishlatiladi, lekin shu bilan birga hamjihatlik va qo'llab-quvvatlash ham kuchayadi.

9. **Feedback (Qayta aloqa)**

10. Jamoaviy ishni rivojlantirishda muntazam qayta aloqa muhim ahamiyatga ega. Sportchilarga o'z ishlari, o'yin tahlillari va natijalar haqida to'g'ri va konstruktiv fikrlar berish, ularni yanada yaxshilanishga undaydi.

Xulosa

Sportchilarda jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantirish jismoniy va psixologik tayyorgarlikning muhim qismidir. Yaxshi jamoaviy ish sportchilarga muvaffaqiyatli o'yinlar, yuqori natijalar va o'zaro hurmatli aloqalarni ta'minlaydi. Jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish, sportchilarni bir-birini to'ldiruvchi kuch sifatida birlashtiradi va umumiy maqsadlarga erishish yo'lida yangi imkoniyatlar yaratadi. Shuningdek, bu ko'nikmalar sportchilarning shaxsiy rivojlanishiga, jamoaning psixologik barqarorligiga va ularning jismoniy va intellektual salohiyatining oshishiga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar (o'zbek adabiyotlari):

1. **To'xtasinova, D.** (2021). *Sportchilarda jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Jismoniy Tarbiya va Sport Vazirligi nashriyoti.
2. Ushbu asar sportchilarda jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishning ilmiy asoslari va amaliy metodikalari haqida batafsil ma'lumot beradi.
3. **Teshabayeva, N.** (2019). *Sport psixologiyasi va jamoaviy ish*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
4. Kitobda sportchilarning jamoaviy ishdagi psixologik omillar va ularni boshqarish usullari haqida chuqur tahlil keltirilgan.
5. **Shodiev, A.** (2018). *Jamoaviy ishda muvaffaqiyatga erishish*. Buxoro: Buxoro davlat universiteti nashriyoti.

6. Jamoaviy ishda samarali kommunikatsiya, motivatsiya va strategik yondashuvlar bo'yicha ilmiy-tadqiqotlar.
7. **Xudoyberdiyev, M.** (2020). *Sportchilarda jamoaviy aloqalar va rahbarlik*. Toshkent: O'zbekiston Jismoniy Tarbiya va Sport Universiteti nashriyoti.
8. Sportchilarda jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish va rahbarlikni tashkil etish bo'yicha ilmiy izlanishlar.
9. **Toshpo'latov, M.** (2017). *Jamoaviy ishda sportchilarning motivatsiyasi*. Samarqand: Samarqand davlat universiteti nashriyoti.
10. Jamoaviy ishda motivatsiya va sportchilarning psixologik holati haqida muhim tahlillar.
11. **Jumaniyozov, F.** (2016). *Sportda jamoaviy ishlash va stressni boshqarish*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Jismoniy Tarbiya va Sport universiteti nashriyoti.
12. Jamoaviy ishda stressni boshqarish va sportchilarning jamoada muvaffaqiyatga erishish usullari haqida ilmiy ishlanma.
13. **G'iyosov, K.** (2015). *Sportchilarda jamoaviy ishlash va muloqot*. Toshkent: O'zbekiston jismoniy tarbiya va sport nashriyoti.
14. Sportchilarda jamoaviy aloqalar va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga oid tadqiqotlar.