

MURABBIY VA JISMONIY MADANIYAT O'QITUVCHISI FAOLIYATINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Dusanov Uchqun Suyunovich

Samarqand davlat pedagogika instituti dotsenti, p.f.b.f.d.(PhD)

Baltayev Ergash Xudaybergenovich

Samarqand davlat pedagogika instituti 1-bosqich magistranti

uchqundusanov9@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatining psixologik xususiyatlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Pedagogik va sport faoliyatida shaxs omilining ahamiyati, kasbiy motivatsiya, emotsional barqarorlik, pedagogik muloqot, emotsional intellekt hamda professional stress masalalari yoritilgan. Tadqiqot davomida murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatining o'xshash va farqli psixologik jihatlari aniqlanib, ularning kasbiy samaradorligiga ta'sir etuvchi omillar ilmiy asosda ochib berilgan.

Kalit so'zlar: murabbiy, jismoniy madaniyat o'qituvchisi, kasbiy faoliyat, sport psixologiyasi, pedagogik psixologiya, motivatsiya, emotsional intellekt.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА И ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. В данной статье с научно-теоретической точки зрения анализируются психологические особенности деятельности тренера и преподавателя физической культуры. Освещается значение личностного фактора в педагогической и спортивной деятельности, а также вопросы профессиональной мотивации, эмоциональной устойчивости, педагогического общения, эмоционального интеллекта и профессионального стресса. В ходе исследования выявлены сходные и отличительные психологические аспекты деятельности тренера и преподавателя физической культуры, а также научно обоснованы факторы, влияющие на их профессиональную эффективность.

Ключевые слова: тренер, преподаватель физической культуры, профессиональная деятельность, спортивная психология, педагогическая психология, мотивация, эмоциональный интеллект.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A COACH AND A PHYSICAL EDUCATION TEACHER

Abstract. This article analyzes the psychological characteristics of the professional activities of coaches and physical education teachers from a scientific and theoretical perspective. The significance of the personal factor in pedagogical and sports activities is highlighted, along with issues of professional motivation, emotional stability, pedagogical communication, emotional intelligence, and professional stress. The study identifies both common and distinctive psychological aspects of the activities of coaches and physical education teachers and scientifically substantiates the factors influencing their professional effectiveness.

Keywords: coach, physical education teacher, professional activity, sport psychology, educational psychology, motivation, emotional intelligence.

Zamonaviy ta'lim va sport tizimida murabbiy hamda jismoniy madaniyat o'qituvchisi shaxsiga qo'yiladigan talablar tobora ortib bormoqda. Ularning faoliyati nafaqat jismoniy tayyorgarlikni shakllantirish, balki shaxsning irodaviy, emotsional va ijtimoiy sifatlarini rivojlantirish bilan ham chambarchas bog'liqdir. Shu sababli mazkur kasbiy faoliyat turlarining psixologik xususiyatlarini ilmiy jihatdan o'rganish dolzarb masala hisoblanadi.

Bugungi globallashuv va ta'lim tizimini modernizatsiyalash jarayonida jismoniy madaniyat va sport sohasi mutaxassislariga qo'yiladigan talablar sezilarli darajada oshmoqda. Ayniqsa, murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyati nafaqat jismoniy rivojlanishni ta'minlash, balki shaxsning psixologik, ijtimoiy va axloqiy jihatdan kamol topishida muhim omil sifatida namoyon bo'lmoqda.

Murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyati pedagogik faoliyatning maxsus ko'rinishi bo'lib, u o'quvchi yoki sportchi shaxsini har tomonlama rivojlantirishga qaratilgan. Ushbu faoliyatda psixologik ta'sir, motivatsiya yaratish, ijobiy emotsional muhitni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Murabbiy ko'proq sport natijasiga yo'naltirilgan bo'lsa, jismoniy madaniyat o'qituvchisi umumiy rivojlantiruvchi va tarbiyaviy maqsadlarni ko'zlaydi. Shunga qaramay, har ikki faoliyat turida psixologik tayyorgarlik, shaxsiy namuna va muloqot madaniyati asosiy o'rinda turadi.

Mazkur kasbiy faoliyat turlari inson bilan bevosita muloqotga asoslangan bo'lib, bu jarayonda psixologik bilim va ko'nikmalar hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shu bois murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatining psixologik xususiyatlarini ilmiy jihatdan o'rganish zamonaviy pedagogik va sport psixologiyasining dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyati pedagogik faoliyatning o'ziga xos shakli bo'lib, u shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni talab etadi. L.S. Vigotskiy, A.N. Leontyev va S.L. Rubinshteynlarning faoliyat nazariyasiga ko'ra, har qanday pedagogik jarayon subyektlararo munosabatlar asosida rivojlanadi.

Murabbiylik faoliyati asosan sport natijasiga, raqobatbardoshlik va maksimal imkoniyatlarni yuzaga chiqarishga qaratilgan bo'lsa, jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyati sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy rivojlanish va tarbiyaviy maqsadlarni ko'zlaydi. Biroq har ikki faoliyat turida ham psixologik ta'sir, motivatsiya va muloqot asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi.

Kasbiy motivatsiya murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatining samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ichki motivatsiya ustun bo'lgan mutaxassislar kasbiy qiyinchiliklarga nisbatan barqarorroq bo'ladilar.

Ushbu kasb egalari uchun quyidagi shaxsiy sifatlar muhim ahamiyatga ega:

- yuqori darajadagi mas'uliyat;
- emotsional barqarorlik;

- irodaviy mustahkamlik;
- liderlik va tashkilotchilik qobiliyati;
- empatiya va pedagogik sezgirlik.

Mazkur sifatlar yetarli darajada shakllanganda, murabbiy va o'qituvchi o'quvchilar hamda sportchilarning nafaqat jismoniy, balki ruhiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatida pedagogik muloqot markaziy o'rin tutadi. Samarali muloqot ta'lim-tarbiya jarayonida ijobiy psixologik muhitni shakllantiradi va ishtirokchilarning faolligini oshiradi.

D. Goleman tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt nazariyasiga ko'ra, insonning kasbiy muvaffaqiyati ko'p jihatdan uning o'z hissiyotlarini anglash va boshqarish qobiliyatiga bog'liq. Murabbiy va o'qituvchining yuqori emotsional intellekti konfliktli vaziyatlarni samarali hal etish, stressni kamaytirish va jamoada sog'lom muhit yaratishga xizmat qiladi.

Murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyati doimiy psixologik zo'riqish bilan kechadi. Musobaqa natijalari, o'quvchilar intizomi, vaqt tanqisligi va yuqori mas'uliyat stress manbalari sifatida namoyon bo'ladi.

Uzoq muddatli stress professional kuyish sindromining rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Bu holat kasbiy qoniqishning pasayishi, emotsional charchoq va befarqlik bilan ifodalanadi. Shu sababli psixologik profilaktika, relaksatsiya mashqlari va kasbiy refleksiya muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, murabbiy faoliyatida raqobat va natijaga yo'naltirilganlik ustun bo'lsa, jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatida tarbiyaviy va sog'lomlashtiruvchi jihatlar yetakchi o'rinda turadi. Biroq har ikki faoliyat turida psixologik tayyorgarlik kasbiy muvaffaqiyatning asosiy sharti hisoblanadi.

Murabbiy va jismoniy madaniyat o'qituvchisi faoliyatining psixologik xususiyatlari ularning kasbiy samaradorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Kasbiy motivatsiya, emotsional intellekt, pedagogik muloqot va stressga bardoshlilik ushbu faoliyatning asosiy psixologik komponentlari sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu jihatlarni ilmiy asosda rivojlantirish sport va ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni.
2. O'zbekiston Respublikasi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni.
3. Ochilov A. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2010.
4. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2012.
5. G'oziev E.G. Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2008.
6. Xodjayev B.X. Kasbiy pedagogika va psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
8. Маркова А.К. Психология профессионализма. – Москва: Знание, 1996.
9. Ильин Е.П. Психология спорта. – Санкт-Петербург: Питер, 2011.