

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ
ВАЗИРЛИГИ**

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ
ВАЗИРЛИГИ ҲУЗУРИДАГИ ОЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИ ПЕДАГОГ ВА
РАҲБАР КАДРЛАРИНИ ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ
МАЛАКАСИНИ ОШИРИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ
БОШ ИЛМИЙ-МЕТОДИК МАРКАЗИ**

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ
ҲУЗУРИДАГИ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ БЎЙИЧА
МУТАХАССИСЛАРНИ ИЛМИЙ-МЕТОДИК ТАЪМИНЛАШ, ҚАЙТА
ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ ОШИРИШ МАРКАЗИ**

“ТАСДИҚЛАЙМАН”

Марказ директори

_____ И.А.Турсуналиев

“ ____ ” _____ 2015 йил

**СПОРТДА ИЛМИЙ ТАДҚИҚОТЛАРНИНГ ЗАМОНАВИЙ УСЛУБЛАРИ
МОДУЛИ**

ЎҚУВ-УСЛУБИЙ МАЖМУА

Тузувчи: **профессор** Керимов Ф.А.

ТОШКЕНТ-2015

МУНДАРИЖА

ИШЧИ ДАСТУР	3
Календар режа	15
МАЪРУЗАЛАР МАТИНИ	16
1-Мавзу: Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.....	16
2 Мавзу: Илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари	27
3-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.	41
4-Мавзу: Спортда педагогик тажриба	55
5-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.	71
6-Мавзу: Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантириш	83
ГЛОССАРИЙ	95

ИШЧИ ДАСТУР

Ушбу модулда жисмоний тарбия соҳасида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг тамойиллари ва хусусиятлари, спорт муаммоларини тадқиқ этиш жараёнида қўлланадиган усуллар, уларнинг тадқиқот йўналишини тўғри танлашдан, мавзуларни тўғри шакллантириш, амалга ошириладиган тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини аниқлаштиришдан бошлаб, йиғилган илмий маълумотларнинг таҳлили ва умумлаштирилишигача - ҳамма асосий босқичлари ҳамда кетма-кетлиги ёритиб берилади.

Илмий тадқиқот материалларини йиғиш, тўплаш ва бир тизимга келтириш каби жиҳатларга алоҳида эътибор берилган. Спортчиларнинг мусобақа фаолияти маълумотларини йиғиш ва таҳлил қилиш усулиятлари, ўқув-машқ жараёнини кузатиш усуллари ҳамда тренировка ва мусобақа фаолияти жараёнида спортчи организмнинг функционал ҳолатини ташхислаш усуллари баён этилган.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида илмий тадқиқот усулларида фойдаланишда ёш олимлар кўпчилик тадқиқотларга хос бўлган жиддий камчиликлардан ҳар доим ҳам қутула олмайдилар. Булардан энг муҳими шуки, тадқиқот ўқув-тренировка жараёнининг моҳиятига чуқур кира олмай, гўё юзада «сирғалиб» юргандек бўлади, унда спортчининг тренер ёки жисмоний тарбия ўқитувчиси раҳбарлигида бажарадиган ҳаракатлари таҳлил қилинмайди. Оқибатда, тадқиқот кўпинча ташқи омилларни қайд этиш билан чекланиб, ўрганилаётган муаммонинг қонуниятларини очиб бера олмайди. Шундай қилиб, келиб чиқиши амалиётдан иборат бўлган муаммони тадқиқ этиш теран илмий-назарий далил-исботсиз ўз натижалари билан яна амалиётга қайтади.

Ишчи ўқув дастурда спортнинг фан сифатидаги муаммоси, спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари, спорт назариясининг методологик жиҳатлари, илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари, спорт фанида сўров усуллари, спортчининг махсус жисмоний тайёргарлигини баҳолаш усулияти ва маштулот юкламаларини назорат қилиш, спортчининг мусобақа

фаолиятини назорат қилиш ва таҳлил этиш, спорт фанида рухий-ташхислаш усулларини кўллаш, спортчининг функционал ҳолатини баҳолаш усуллари, спортда педагогик тажриба, спорт фанида илмий-техник ахборот, илмий тадқиқот ишларининг турлари, илмий тадқиқотларни ўтказишда меҳнатнинг ташкил этилиши, илмий тадқиқот натижаларини амалиётга татбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг ўзига хос жиҳатлари билан боғлиқ бўлган масалаларини ўз ичига олади.

Модулнинг мақсади ва вазифалари

“Спортда илмий тадқиқотларнинг замонавий услублари”
модулининг мақсади: педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва малака ошириш курс тингловчиларини жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги илмий-тадқиқот ишлари усулияти ҳамда уларга методологик ёндашишни асослаш, спорт фаолиятидаги тадқиқотларнинг турли усулларини ўрганиш, жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги илмий билимларнинг такомиллаштиришдир.

“Спортда илмий тадқиқотларнинг замонавий услублари”
модулининг вазифалари:

- спорт соҳасида илмий тадқиқотларнинг методологик муаммолари юзасидан тингловчиларда билим ва кўникмаларни шакллантириш;
- педагог кадрларнинг касбий тайёргарлиги даражасини ривожлантириш, уларнинг илғор педагогик тажрибаларни ўрганишлари ҳамда замонавий таълим технологияларидан фойдаланиш бўйича малака ва кўникмаларини такомиллаштириш;
- профессор-ўқитувчиларининг мунтазам касбий фаолиятини ўсишида спортда илмий тадқиқот ишларини ўтказишни ижодий фикрлаш;
- тингловчиларнинг спорт машғулотлари жараёнида илмий тадқиқот ишларни ўтказиш усулларидан фойдаланган ҳолда мауммоларни ҳал этиш усулларини ишлаб чиқиш ва амалиётга татбиқ этишга ўргатиш.
- тадқиқот йўналишини тўғри танлаш, мавзуларни тўғри шакллантириш, амалга ошириладиган тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини аниқлаштиришдан бошлаб, йиғилган илмий маълумотларнинг таҳлили ва умумлаштирилишигача -

ҳамма асосий босқичлари ҳамда кетма-кетлигига оид касбий-педагогик малака ва кўникмаларни такомиллаштиришга қаратилган.

Модул бўйича тингловчиларнинг билими, кўникмаси, малакаси ва компетенцияларига қўйиладиган талаблар

“Спортда илмий тадқиқотларнинг замонавий услублари” курсини ўзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида:

- тадқиқот мавзусини танлаш, тадқиқот режасини тузиш, тадқиқот мақсади, вазифалари ва фаразларини баён қилиш, тадқиқот усулларини аниқлаш, фактик маълумотларни йиғиб, қайта ишлаш, йиғилган илмий маълумотларни назарий жиҳатдан шарҳлаш, хулосалар ва амалий тавсияларни ишлаб чиқиш, тадқиқот натижаларини амалиётга татбиқ этиш йўлларини билиши керак.

- спорт тайёргарлигини ҳар жиҳатдан ўрганиш, энг мақбул хулосаларни қабул қилиш, тренировканинг муҳим қонуниятларини кашф этиш, илғор йўналишларни аниқлаш, тренировка усулларининг қиёсий таҳлили қилиш, педагоглар фаолиятидаги камчиликларни топиб, уларга барҳам бериш имкониятларини очиқ бериш кўникмаларига эга бўлиши керак.

- спорт фани, унинг ривожланиш қонуниятларини, спортчи организмнинг захирадаги имкониятларини билиш, спорт фани спортнинг ривожланишини спортчиларни тайёрлаш тизимининг тараққиёти билан узвий бирликда таҳлил қилиш малакаларига эга бўлиши керак.

Тингловчи:

- тадқиқот мавзусини танлаш;
- тадқиқот режасини тузиш;
- тадқиқот мақсади ва вазифалари;
- тадқиқот фактик маълумотларни йиғиш ҳақида *билимларга эга бўлиши;*

Тингловчи:

- йиғилган илмий маълумотларни назарий жиҳатдан шарҳлаш;
- тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини аниқлаштириш;
- йиғилган илмий маълумотларнинг таҳлил қилиш ва умумлаштирилиш;

- тадқиқот мақсади, вазифалари ва фаразларини баён этиш;
- тренировканинг муҳим қонуниятларини кашф этиш;
- тадқиқот усулларини аниқлаш *қўникмаларини эгаллаши;*

Тингловчи:

- тадқиқот йўналишини тўғри танлаш;;
- фактик маълумотларни йиғиб, қайта ишлаш;
- хулосалар ва амалий тавсияларни ишлаб чиқиш;
- спорт тайёргарлигини ҳар жихатдан ўрганиш, энг мақбул хулосаларни қабул қилиш;
- спорт фани спортнинг ривожланишини спортчиларни тайёрлаш тизимининг тараққиёти билан узвий бирликда таҳлил қилиш **малакаларини эгаллаши;**

Тингловчи:

- спорт машғулотлари жараёнида илмий тадқиқот ишларни ўтказиш усулларидан фойдаланиш;
- амалий тавсияларни ишлаб чиқиш;
- спорт фаолиятидаги тадқиқотларнинг турли усулларини тадбиқ қилиш;
- илмий тадқиқот фаразларини баён қилиш;
- илмий тадқиқот натижаларини амалиётга татбиқ этиш;
- спортда илмий тадқиқот ишларини ўтказиш *компетенцияларни эгаллаши лозим.*

Модулни ташкил этиш ва ўтказиш бўйича тавсиялар

“Спортда илмий тадқиқотларнинг замонавий услублари” курси маъруза ва амалий машғулотлар шаклида олиб борилади.

Курсни ўқитиш жараёнида таълимнинг замонавий методлари, ахборот-коммуникация технологиялари қўлланилиши назарда тутилган:

Маъруза, амалий ва семинар машғулотлари давомида анъанавий ўқитиш (ўргатиш) услубларидан ташқари қуйидаги инновацион педагогик технологиялардан кенг фойдаланилади:

- муаммоли саволлар қўйиш ва вазиятли вазифаларни тўғри ечиш йўллари излаб топиш;

- “ақлий ҳужум”;
- “экспресс тест-савол ва жавоб”;
- “тадбиркорлик ва ролларни ижро этиш” ўйинлари;
- “кейс-стади – муайян вазиятни танлаш ва ушбу вазиятдан чиқишга ўргатиш”;
- ўқув видеофильмларини намойиш этиш назарда тутилади.

Модулнинг ўқув режадаги бошқа модуллар билан боғлиқлиги ва узвийлиги.

“Спортда илмий тадқиқотларнинг замонавий услублари” модули мазмуни ўқув режадаги “Юқори малакали спортчиларни тайёрлашнинг назарий ва амалий асослари”, “Болалар ва ўсмирлар спорти назарияси ва услубиёти”, “Спортда саралаш ва башорат қилиш” ўқув модули билан узвий боғланган ҳолда педагогларнинг меъёрий - ҳуқуқий ҳужжатлар бўйича касбий педагогик тайёргарлик даражасини орттиришга хизмат қилади.

Модулнинг олий таълимдаги ўрни

Модулни ўзлаштириш орқали тингловчилар спортда соҳасида илмий тадқиқотларини ўрганиш, уларни таҳлил этиш ва баҳолашга доир касбий компетентликка эга бўладилар.

Модул бўйича соатлар тақсимоти

№	Модул мавзулари	Тингловчининг ўқув юкلامаси, соат				
		Ҳаммаси	Аудитория ўқув юкلامаси			Мустақил таълим
			жумладан			
			Жами	Назай	Амалий машғулот	
1.	Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.	2	2	2		
2.	Илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари.	2	2	2		
3.	Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.	4	4	2	2	
4.	Спортда педагогик тажриба.	2	2		2	
5.	Илмий тадқиқот натижаларини амалиётга тадбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг ўзига хос жиҳатлари	4	2		2	2
6.	Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантириш.	2	2		2	
	Жами:	16	14	6	8	2

НАЗАРИЙ МАШҒУЛОТЛАР МАЗМУНИ

1-Мавзу: Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.

Режа:

1. Илмий билишнинг умумилмий усуллари
2. Илмий билиш тамойиллари

Спорт фани ҳақида тушунча. Спорт фанида илмий билишнинг усуллари. Илмий билиш тамойиллари. Спорт фани тузилишининг методологик асослари. Илмий методология. Моделлаштириш, мавҳумлаштириш ва аниқлаштириш, тизимли таҳлил, кузатув ва тажриба

2-Мавзу: Илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари.

Режа:

1. Иш босқичларининг умумий тавсифи.
2. Тадқиқот мавзусини танлаш
3. Тадқиқотнинг иш режасини тузиш, материалларини йиғиш ва тўплаш.
4. Йиғилган маълумотларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш.

Иш босқичларининг умумий тавсифи. Тадқиқот мавзусини танлаш. Тадқиқотнинг иш режасини тузиш. Тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш. Йиғилган маълумотларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш. Тадқиқотни яқунлаш ва шакллантириш.

Илмий тадқиқотлар, илмий тадқиқотнинг мавзуси, илмий тадқиқотнинг мавзуси истикболли, илмий тадқиқот мавзусининг ўрганилганлик даражаси, илмий иш учун тадқиқот усулларини танлаш йўллари, тадқиқотнинг иш режаси, тажриба тадқиқотларини режалаштириш, илмий адабиётларни ўрганишнинг уч усули (манбани кўриб чиқиш, бошидан охиригача ўқиш ва пухта ўзлаштириш, илмий материални гуруҳларга тақсимлаш, илмий маълумотларни таққослаш, илмий тадқиқотларнинг яқуний босқичида уни муҳокама қилиш ва тақризлашнинг ахамияти, илмий ишнинг тақризи.

3-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.

Режа:

1. Тадқиқот муаммоси, объекти ва предмети
2. Тадқиқот мақсади ва вазифаларини белгилаш
3. Илмий тадқиқот ишларининг турлари.
4. Илмий тадқиқотда фаразлар
5. Тадқиқотнинг восита ва усуллари ва қўйиладиган умумий талаблар.

Тадқиқот муаммоси, объекти ва предмети. Тадқиқот мақсади. Тадқиқот вазифаларини белгилаш. Илмий тадқиқот ишларининг турлари. Илмий тадқиқотда фаразлар. Тадқиқотга қўйиладиган умумий талаблар. Тадқиқотнинг восита ва усуллари.

АМАЛИЙ МАШҒУЛОТЛАР МАЗМУНИ

1-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.

Режа:

1. Тадқиқот муаммоси, объекти ва предмети
2. Тадқиқот мақсади ва вазифаларини белгилаш
3. Илмий тадқиқот ишларининг турлари.
4. Илмий тадқиқотда фаразлар
5. Тадқиқотнинг восита ва усуллари ва қўйиладиган умумий талаблар.

Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотлар. Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг муаммоси, объекти ва предмети. Илмий тадқиқот мақсади ва вазифаларини белгилаш. Илмий тадқиқотга қўйиладиган умумий талаблар. Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг восита ва усуллари

2-Мавзу: Спортда педагогик тажриба.

Режа:

1. Педагогик тажрибанинг асосий вазифаси ва турлари.
2. Педагогик тажрибаларнинг турлари ва уларга қўйиладиган талаблар.
3. Тажрибанинг асосий босқичлари.
4. Педагогик тажриба учун текширилувчиларни танлаш.
5. Педагогик тажрибанинг давомийлигини белгилаш.

Педагогик тажрибанинг асосий вазифаси ва турлари. Педагогик тажрибаларнинг турлари ва уларга қўйиладиган талаблар. Тажрибанинг асосий босқичлари. Педагогик тажриба учун текширилувчиларни танлаш. Педагогик тажрибанинг давомийлигини белгилаш. Тажрибани ўтказишда қайд этиш илмий хужжатлари. Педагогик тажрибани усулий ва техник жиҳатдан тайёрлаш.

3-Мавзу: Илмий тадқиқот натижаларини амалиётга тадбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг ўзига хос жиҳатлари.

Режа:

1. Тадбиқ этиш жараёнини бошқариш.

2. Илмий тадқиқот натижаларидан тренернинг фойдаланишларини ташкил этиш.

Тадбиқ этиш жараёнини бошқариш. Илмий тадқиқот натижаларидан тренернинг фойдаланишларини ташкил этиш.

Илмий тадқиқотларни тадбиқ этиш жараёни, илмий тадқиқотлар босқичларга тақсимланишини, «чуқур асосли» (фундаментал) тадқиқотлар атамаси, спорт фанида «амалий тадқиқотлар» тушунчаси, спорт соҳасида илмий ишланмалар, ишлаб чиқариш тадқиқотларининг аҳамияти, илмий тадқиқотларни тадбиқ этиш жараёни оқилона бошқарувнинг 5 та тамойили, тадбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг бешта унсури, илмий тадқиқотларни машқ жараёнига тадбиқ этишни режалаштиришда олим чора-тадбирларни назарда тутиш ва амалга ошириш, тренерлар орасида янги илмий ғоялар, ўқув-машқ жараёнини назорат қилиш кундалиги, илмий тавсиялардан спорт мактабида фойдаланиш жараёнини ташкил этиш, илм-фан ютуқларини ўқув-машқ жараёнига тадбиқ этиш, тадбиқ этиш жараёни самарадорлиги, илмий тадқиқотларни тадбиқ этиш далолатномаси.

4-Мавзу: Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантириш.

Режа:

1. Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантиришга қўйиладиган талаблар.

2. Матннинг бўлимларга тақсимланиши ва жадвалли материалларнинг берилиши

3. Математик формулалар ва бошқа кўргазмали материалларни тақдим этишга қўйиладиган умумий талаблар.

5. Библиографик аппаратни шакллантириш

Илмий ишни адабий жихатдан шакллантириш. Шакллантиришга қўйиладиган талаблар. Матнни бўлимларга тақсимлаш. Математик формулалар ва бошқа кўргазмали материалларни тақдим этишга қўйиладиган умумий талаблар. Матнда жадвалли материалларни жойлаштириш тартиби. Библиографик аппаратни шакллантириш усуллари.

МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ

Мустақил ишни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни.

Тингловчи мустақил ишни муайян модулни хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда қуйидаги шакллардан фойдаланиб тайёрлаши тавсия этилади:

- меъёрий ҳужжатлардан, ўқув ва илмий адабиётлардан фойдаланиш асосида модул мавзуларини ўрганиш;

- тарқатма материаллар бўйича маърузалар қисмини ўзлаштириш;

- махсус адабиётлар бўйича модул бўлимлари ёки мавзулари устида ишлаш;

- тингловчининг касбий фаолияти билан боғлиқ бўлган модул бўлимлари ва мавзуларни чуқур ўрганиш.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

I. Раҳбарий адабиётлар.

1. Каримов И.А. Ўзбекистон ўз истиқлол ва тараққиёт йўли. –Т.: Ўзбекистон, 1992. -22 б.

2. Каримов И.А. Ўзбекистон: миллий истиқлол, иқтисод, сиёсат, мафкура. –Т.: Ўзбекистон, 1996. Т.1. -364 б.

3. Каримов И.А. Биздан озод ва обод Ватан қолсин. –Т.: Ўзбекистон, 1994. Т.2. -380 б.

4. Каримов И.А. Янгича фикрлаш ва ишлаш – давр талаби. –Т.: Ўзбекистон, 1997. Т.5. -384 б.

5. Каримов И.А. Жамиятни эркинлаштириш, ислохотларни чуқурлаштириш, маънавиятимизни юксалтириш ва халқимизнинг ҳаёт

даражасини ошириш – барча ишларимизнинг мезони ва мақсадидир. –Т.: Ўзбекистон, 2007, Т. 15. -126 б.

6. Каримов И.А. Мамлакатимиз тараққиёти ва халқимизнинг ҳаёт даражасини юксалтириш – барча демократик янгиланиш ва иқтисодий ислохотларимизнинг пировард мақсади. –Т.: Ўзбекистон, 2007.

7. Каримов И.А. Юксак маънавият - енгилмас куч. –Т.: Маънавият, 2008. - 176 б.

II. Меъёрий- ҳуқуқий ҳужжатлар.

1. Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси. (Ўн иккинчи чақирик Ўзбекистон Республикаси Олий Кенгашининг ўн биринчи сессиясида 1992 йил 8 декабрда қабул қилинган Ўзбекистон Республикасининг 1993 йил 28 декабрдаги, 2003 йил 24 апрелдаги, 2007 йил 11 апрелдаги, 2008 йил 25 декабрдаги, 2011 йил 18 апрелдаги, 2011 йилдаги 12 декабрдаги, 2014 йил 16 апрельда қабул қилинган қонунларига мувофиқ киритилган ўзгартиш ва қўшимчалар билан) –Т., 2014.

2. Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги Қонуни. Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлисининг Ахборотномаси, 1997 йил. 9-сон, 225-модда.

3. Кадрлар тайёрлаш миллий дастури. Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлисининг Ахборотномаси, 1997 йил. 11-12-сон, 295-модда.

Махсус адабиётлар.

1. Матвеев Л.П. Учебник. Теория и методика физической культуры. - М.: Фис, 1991.

2. Матвеев Л.П. Учебник. Общая теория спорта. - М., 1997.

3. Керимов Ф.А. Дарслик. Спорт соҳасидаги илмий тадқиқотлар. Т. 2004.

4. Нуршин Ж.М., Саломов Р.С., Керимов Ф.А. Дарслик. Ўзбекча миллий спорт кураши. – Т. 1993.

5. Kerimov F.A. Darslik. Sport kurashi nazariyasi va usuliyoti Т., 2009.

6. Usmonxo'jaev T.S., Akramov J.A., Tojiyeva M.N., Usmonxo'jaev S.T., Darslik. Jismoniy tarbiya Т., 2011.

Қўшимча адабиётлар

1. Бакиев З.А. Эркин кураш назарияси ва услубияти. Т. 2011.
2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 1985.
3. Гончарова О.В. Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш. Т. 2005.
4. Усманходжаев Т.С. Жисмоний тарбия. 7-8 синф.Т. 2004.
5. Усманходжаев Т.С. Жисмоний тарбия. 10-11 синф.Т. 2004.
6. Ким Ю.С., Югай Л.П. Основы дзюдо. Т.2005.
7. Керимов Ф.А., Юсупов Н., Кураш. Т. 2003.
8. Тастанов Н.А., Абдиев А.Н., Баймурадов И. Греко-римская борьба. Т.2007 г.
9. Ярашев К.Д., Тастанов Н.А., Тренажеры в спорте. Т.2009 г.
10. Ярашев К.Д., Тастанов Н.А. Тренажеры в учебно-тренировочном процессе. Т.2011г.

Интернет сайтлари

1. <http://www.uzwrestling.ru.gg>
2. <http://www.wrestling.uz>
3. <http://www.lex.uz>
4. <http://www.ziyonet.uz>
5. <http://www.search.uz>
6. <http://www.uzsci.uz>
7. <http://www.natlib.uz>
8. <http://www.rsl.ru>
9. <http://www.vlados.ru>

Календар режа

№	Мавзулар	Машғулот тури	Соати	Ўтказилиш муддати
1.	Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.	Маъруза	2	Олтинчи хафта
2.	Илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари.	Маъруза	2	Олтинчи хафта
3.	Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.	Маъруза	2	Олтинчи хафта
		Амалий	2	
4.	Спортда педагогик тажриба. Илмий тадқиқот натижаларини амалиётга тадбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг ўзига хос жиҳатлари	Амалий	2	Еттинчи хафта
5.	Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантириш.	Амалий	2	Етинчи хафта
6.	Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.	Амалий	2	Етинчи хафта

МАЪРУЗАЛАР МАТИНИ

1-Мавзу: Спорт фанида илмий билишнинг усул ва тамойиллари.

Режа:

1. Илмий билишнинг умумилмий усуллари.
2. Илмий билиш тамойиллари.

Хозирги замон шароитида файласуф, жамиятшунос, рухшунос, физиолог олимлар ва бошқа қатор илм-фан соҳаси вакилларининг спорт фани моҳиятини аниқлашга, унинг ривожланиш қонуниятларини, инсон организмида мавжуд рухий-функционал ва жисмоний имкониятлар захираларини билишга қизиқиши ниҳоятда ортиди.

Спорт фанининг ўзига бошқа турли билим соҳалари вакилларининг диққатларини тобора кўпроқ жалб этган ҳолда босиб ўтган йўли бизни ҳозирги босқичда ягона спорт фани бунёдга келатгани ҳақидаги масалани кун тартибига қўйишга ҳамда уни жиддий муҳокама қилишга ундайди.

Спорт тўғрисидаги билимлар тизимини ягона фан сифатида шакллантириш, унинг билиш усулларини ишлаб чиқишни амалиёт талаблари ҳам, спорт фанлари тизимидаги мустақил илмий фан сифатида юзага келган спорт тўғрисидаги фаннинг назарий-методологик муаммоларини ишлаб чиқишга бўлган эҳтиёжлар ҳам тақозо этади.

Ҳозирги пайтда спортни (спорт амалиётини) ўрганадиган мустақил илмий фанлар анчагина: биомеханика, биохимия, физиология, педагогика, спорт назарияси ва бошқалар. Барча илмий фанлар каби улар тадқиқот объекти сифатида спортнинг алоҳида хусусиятлари, муносабатлари, жихатларини ажратиб оладилар. Уларнинг ҳар бири спортни ўзича, ўз тадқиқот предмети нуқтаи назаридан тушунади ва, табиийки, бу спорт тўғрисида яхлит тасаввур бермайди. Ҳар қандай ҳаққоний фан, айтиш мумкин спорт ҳақидаги фан ҳам, яхлит бир тизимдан иборат бўлиши зарур. Тизимлилик назарий билимнинг ўзига хос

хусусияти, у билимнинг ривожланишида ички мантиқ, билимни ташкил этган таркибий қисмлар орасида қонуний алоқадорлик мавжудлигидан дарак беради.

Спорт амалиёти ва унинг ривожланиш жараёнини бутун ранг-баранглиги билан адекват тарзда акс эттирган спортнинг яхлит илмий тасвирини фалсафа ҳамда умумилмий методологиясиз асло тасаввур этиб бўлмайди. Спортнинг тўла тасвирини ишлаб чиқишда, спорт ҳақидаги ягона фанни яратишда фалсафанинг алоҳида ўрни бор ва бу вазифани бошқа ҳеч бир фан бажара олмайди (жумладан, жисмоний тарбия назарияси ҳам).

Фалсафа диалектикани воқеликни назарий жихатдан ўзлаштиришнинг умумий усули сифатида тушунади. Фалсафа категориялари тизимининг тузилиш тамойиллари, ушбу тизимда қайси фан ўз назарий интиқосини топишидан қатъи назар, умуман диалектик тизим тузилишининг тамойиллари ҳисобланади.

Диалектик усулнинг асосий тамойил ва категориялари адабиётларда етарлича чуқур ва муфассал ёритилган. Фақат шуни таъкидлаш жоизки, улардан бирининг амалга ошиши ўз ортидан бошқаларини эргаштиради ва шу тариқа умуман диалектик усулнинг амалга ошишини (реализациясини) таъминлайди.

Харакатнинг у ёки бу алоҳида шаклини тадқиқ этувчи фан диалектикага умуман ҳаракат ҳақидаги фан сифатида қарайди. Аниқроғи, бундай зарурат мазкур фан предмети учун хос бўлган хусусият ва муносабатлар унда шу предметнинг тараққий этиши натижаси сифатида қаралганда юзага келади. Бунда заруратга кўра диалектика қонунлари унинг (фаннинг) мазмуний ҳаракатлари тамойилларига айланади, фаннинг ўзи эса диалектик шаклга эга бўлади.

Диалектика усулини бевосита аниқ фанлар материалига қўллаб бўлмайди. Диалектикани илмий билишда қўллаш билвоситалик хусусиятига эга. Билвоситалик ушбу фаннинг ўзигариши, улар мазмунининг ривожланиб бориши, улар объектида диалектик назария предметига айлана оладиган хоссалар ва томонларнинг топилиши демакдир.

Диалектик усулнинг аниқ фанда қўлланилиши ундаги ўзгаришнинг янги, янада юксакроқ назарий даражага кўтарилишини назарда тутаяди.

Тараққиёт асносида спорт тўғрисидаги фан ўз-ўзидан шундай ҳолатга келдики, билишнинг назарий усуллари унга тобора чуқурроқ кириб бориб, ҳозирги пайтда жуда муҳим, ҳатто белгилловчи аҳамиятга эга бўлиб қолди. Аслида, спорт тўғрисидаги фаннинг тажрибавий фан сифатидаги ривожланиш мантиқи унинг назарийлашувига олиб келди. Аммо назарийлашиш деганда, унинг ўз амалий асоси билан алоқасини узиб, тажриба ўтказувчи фан сифатида фаолиятини тўхтатганлигини тушунмаслик керак. Назарийлашув хусусида гапирганда, биз билишнинг назарий ва эмпирик шакллари нисбатидаги акцентларнинг ўрин алмашишини, улар орасидаги алоқа хусусиятлари ўзгаришини назарда тутамиз. Спорт тўғрисидаги фаннинг назарийлашув и унинг назариялар билан тўйиниши, унда назарий фикрлаш ролининг ошиши, фан тузилишининг юзага келган қайта қурилиши демакки, натижада, унинг самарадорлиги кўпроқ назарий тадқиқотларга боғлиқ бўлиб қолади.

Хар қандай, жумладан, спорт тўғрисидаги фан ривожининг дастлабки босқичларида, у шаклланишнинг эмпирик даврини бошдан кечираётган паллада, ходисаларнинг эмпирик маълумотлар орасидаги ўзаро алоқадорлигини белгилашга хизмат қилувчи билишнинг индуктив усуллари устунроқ эди. Унда машғулот воситалари ва усуллари таснифланиш турининг энг оддий назарий умумлашмалари ҳам эмпирик билиш ривожига сезиларли туртки берарди. Бироқ тажриба маълумотлари доирасининг тобора кенгайиб боргани сайин, уларни назарий жихатдан англаш, оқилона равишда гуруҳларга бўлиш ва тизимлаштириш эҳтиёжга айланиб қолмоқда. Бу ишларнинг ўз вақтида олиб борилмаётганлиги ёки бутунлай ўтказилмаётганлиги тадқиқотларнинг ривожланишига тўсқинлик қилади.

Спорт фани предмети

«Спорт фани» предмети хусусида сўз юритганда, унинг жисмоний тарбия назарияси ва спорт назариясидан фарқи нимада эканлигини белгилаб олишимиз керак. Спорт тўғрисидаги мавжуд билимлар каби биз спортчиларнинг машғулот тизими, уни такомиллаштириш спорт-техник натижаларнинг ўсиш суръатига

катта таъсир кўрсатадиган муҳим омил эканлиги ҳақидаги қондани ҳам инкор этмаймиз. Чиндан, булар муҳим омил, аммо белгиловчи эмас. Биз тақлиф этаётган спорт концепсияси унинг ривожланишини тушунишга бир қатор сифат жиҳатидан янги нуқталарни олиб киради.

Улар орасида қуйидаги таърифлар энг муҳимларидир:

1) спорт муайян муваффақиятларга эришиш мақсадида беллашувларга (беллашув фаолиятига) тайёрланишдир;

2) спортчиларни тайёрлаш тизими икки кичик тизимчанинг ўзаро алоқаси ва бир-бирига таъсири демакдир.

Булар: а) спортчилар тренировкиси; б) унинг маконда ва замонда муайян қонуниятлар асосида амалга ошишини таъминлаш (бу қонуниятларнинг амал қилиши умумий мақсадга эришишга йўналтирилган бўлади);

3) спортчиларни тайёрлаш тизими - спортнинг асосий функционал бирлиги;

4) спортчиларни тайёрлаш тизими тушунчаси айни вақтда «спорт тури» ва «спортнинг таркибий қисми (компоненти)» тушунчалари билан боғлиқ.

5) спорт тури - спортнинг табиий равишдаги тарихий ривожига жараёнида беллашувларнинг (беллашув ёки мусобақа фаолиятининг) мустақил тури сифатида ажралиб чиққан жисмоний машқлар;

б) спортнинг «таркибий қисмлари» унинг ривожланиш йўлидаги муваффақиятлар даражасини тавсифловчи тарихий босқичлар.

Спорт фани бошқа илмий фанлардан шуниси билан фарқланадики, у спортга унинг ривожланиш йўлидаги асосий даражалари (таркибий қисмлари) мавжуд бўлган яхлит тизим сифатида ёндашади; у спортнинг ривожини унинг асосий функционал бирлиги бўлган спортчиларни тайёрлаш тизимининг ривожига билан ажралмас бутунликда олиб тадқиқ этади.

Спорт фани ўз назарий концепсиясига кўра спортнинг асосий яшаш шакллари сифат жиҳатдан ниҳоятда хилма-хил эканлигини ҳисобга олади, инсоннинг ижтимоий-биологик «табиати», рухий-жисмоний имкониятларини билиш қуроли, шу билан бирга, спорт амалиётини ўзгартириш бўйича кўрсатма бўлиб хизмат қилади.

Шундай қилиб, спорт фани предметининг асосий қирраларига қуйидагилар киради:

-спортнинг яхлит тизим сифатидаги ривожланиш қонуниятлари:

-спортчиларни тайёрлаш (машғулот) қонуниятлари:

-спортчиларни тайёрлаш тизимининг ҳолати, уни ташкил этувчи кичик тизимчаларнинг ўзаро муносабати ва алоқаси:

-спортнинг таркибий қисмлари, уларнинг доимо ривожланиб боровчи муносабатлари:

-мутахассисларнинг спорт турлари бўйича спортчиларни тайёрлаш тизимлари ривожини режалаштириш, ташкил қилиш ва бошқаришни такомиллаштиришга доир фаолиятлари.

Спорт фани предмети концепцияси таркибий қисмларининг келтирилган рўйхати уни аниқлаштириш учун зарур ва етарли деб ҳисоблаймиз. Чунинг учун ҳам зарурки, мазкур таркибий қисмлардан бирортаси етишмаса, предмет концепцияси тугал бўлмай қолади. Шунинг учун ҳам етарлики, уларнинг бари биргаликда предмет концепциясининг тугаллигини (бизнинг давримизга нисбатан) ифодалайди.

Хар қандай фан предметининг тахлили ўзига тарихий ёндашувни талаб қилади. Бунинг сабаби шундаки, предмет ва уни ўрганувчи фан доимо ривожланишда. Хар бир янги, юқорироқ босқичда фан предметнинг илгари маълум бўлмаган жихатларини очиб боради. Билишнинг ривожланишига тааллуқли бу умумий қонуният спорт тўғрисидаги фан ривожиди ҳам ўз ифодасини топади. Спорт фанининг предмети яқин кунларгача фақат бир йўналишда - спортчилар спорт маҳоратининг шаклланиши қонуниятларини тадқиқ этиш йўналишида ривожланган.

Аммо билимларнинг мавжуд тизими спорт ривожининг маълум давригача спорт-техник натижаларнинг ўсиш жараёнини тушунтириб бера олди, кейин у тушунтириш, башорат қилиш ҳамда ўзгартириш вазифаларини бажармай қўйди, унинг предметида спорт ривожланишининг ижтимоий жараёнлари қонуниятлари ишламай қўйди.

Шундай қилиб, спорт тўғрисидаги ягона фанни яратиш, спортнинг янги назариясини ишлаб чиқиш эҳтиёжи юзага келди: бу фан янада умумлашганлиги туфайли ўз таркибига бир унсур сифатида "ески спорт назариясини" олиши керак эди, шунда спорт тўғрисидаги замонавий фан предметини унинг ривожланиши жараёнида кузатиш мумкин бўларди.

Спорт тўғрисидаги фан амалиётга доир кўпгина аниқ муаммоларни ҳал этиш учун ишончли замин яратади, хусусан, Ўзбекистон спортининг халқаро мусобақалардаги устунлигини таъминлай оладиган спортчилар тайёрлашнинг шундай тизимини илмий жиҳатдан асослаб беришга имкон тутдиради.

Аммо ўзбек спортчилари спорт-техник натижаларининг ўсиш суръатлари чет эл спортчиларининг спорт-техник натижалари ўсиш суръатларидан юқорироқ даражага эришсагина, бундай талабани қўлга киритиш мумкин.

Спорт фани тузилишининг методологик асослари

Йилдан-йилга спорт ва спортчиларни тайёрлаш тўғрисидаги ахборотлар ҳажми ўсиб бормоқда. Биз жуда кўп нарса биламиз, аммо билимларимиз тарқоқ ва узук-юлуқдир. Эгалланаётган янги билимларни мавжудлари билан бирлаштириб юбориш кўпинча осон кечмайди ва шунинг учун улар, одатда, амалиётга татбиқ этилмай қолиб кетади. Спорт соҳасидаги илмий тадқиқот фаолиятини ташкил этишга ҳозиргидек тартибсиз ёндашув туфайли спорт тўғрисидаги фаннинг ва, айниқса, спорт амалиётининг ривожланишига салбий таъсир кўрсатадиган кўпдан-кўп фактларни келтириш мумкин.

Спорт, ҳозирги дунёда инсон фаолиятининг ҳар қандай бошқа соҳаси каби, шиддатли курашлар майдонига айланди ва шундай бўлиб қолмоқда. Чунинг учун ҳам мамлакатимизнинг халқаро спорт майдонларидаги обрў-еътибори ва устуворлиги ҳақидаги масала ниҳоятда долзарбдир. Мамлакатимизнинг маданий қурилиш доираси соҳаларидан биридаги устунлигининг энг яхши исботи ўзбек спортчиларининг ёрқин, қатъий ва мутлақ талабалари ҳисобланади.

Юқори малакали спортчиларни тайёрлашнинг сифат жихатдан янги усулига бўлган эҳтиёж бу янги вазифалар даражасида турадиган ишончли назарияни ишлаб чиқиш зарурлигини кўрсатмоқда.

Спортдаги илмий тадқиқотларга қўйиладиган янги талаблар қуйидаги қоидаларда ўз ифодасини топган:

1.Тадқиқотлар, умумлашма ва хулосаларнинг яхлит тизимлилик хусусияти.

2.Спортчиларни тайёрлаш тизимини ривожлантиришнинг мавжуд имкониятларига таяниш ва уни оптималлаштириш йўллари излашни уйғунликда олиб бориш.

3.Инсон организмнинг рухий-жисмоний имкониятларига илмий тадқиқотлар ҳамда уларни амалга ошириш аҳамиятининг бош мезони сифатида қараш.

Кўрсатилган талабларнинг сўнггисини алоҳида таъкидлаш керак, чунки охир оқибат дастлабки икки талабнинг бажарилиши ҳам унга боғлиқ. Спортчиларни тайёрлаш тизимини ривожлантиришнинг ижтимоий жихатларини ҳал этиш, шунингдек, спортчининг биринчи жихат ҳал этилиши билан узвий алоқада бўлган ўз қобилиятларини ривожлантириш ҳамда такомиллаштириш имкониятларига қараб мўлжал олиш илмий спорт назариясининг яхлитлик хусусияти заруратини шарт қилиб қўяди.

Спорт тараққиётининг ҳозирги замон шароитида спорт маҳоратининг шаклланиш жараёни (спорт – техника натижаларининг ўсиш суръати) спортчиларни тайёрлаш тизимининг ахволига қанчалар боғлиқлиги яққол кўзга ташланмоқда. Чунинг учун ҳам спортчиларни тайёрлаш тизимининг ривожланиши жараёнида нимани қандай режалаштириш, ташкил этиш ва бошқаришни билиш жуда муҳим.

Бошқача айтганда, спорт тўғрисидаги фан олдида бугунги кунда кейинчалик битта яхлит вазифа - спорт тараққиётини рационал равишда режалаштириш, ташкил этиш ва бошқариш атрофида бирлашиши зарур бўлган мутлақо янги муаммолар қад кўтаряпти.

Спортчиларни тайёрлаш жараёнининг ижтимоий жихатлари деганда биз ривожлантириш, ташкил этиш ва унинг ривожини бошқаришни тушунамиз: биологик жихатлар жисмоний машқлар таъсирида спортчи организмнинг ҳолатидаги рухий-жисмоний ўзгаришлар демакдир. Спортчи машғулот тизимининг бир унсури (элементи) экан, тайёргарлик тизими спортчига нисбатан табиий омиллар сингари атроф-муҳит бўлиб ҳисобланади. Чунинг учун айрим олимлар спортнинг ривожланишида амал қилувчи қонунларни, шунингдек, спортчиларнинг тайёргарлиги жараёнидаги ижтимоий ҳамда биологик жихатларнинг ўзаро таъсири қонуниятларини яхлит ҳолда ўрганиш ва ҳисобга олиш зарурлиги тўғрисидаги масалани кун тартибига қўяр эканлар, улар батамом ҳақлар.

Спортчиларни тайёрлаш тизимида унсулар ривожланишининг ўзаро бир-бирини тақозо этиш қонуни уни ривожлантириш бўйича яхлит қарорлар қабул қилинишини талаб этади. Спортчиларни тайёрлаш жараёнида юз бераётган ўзгаришлар тахлили яна бир қонуният - спорт-техник натижаларнинг ўсиш суръатига ижтимоий омиллар таъсирининг кучайишини келтириб чиқаради.

Спортчилар тайёргарлиги жараёнида ижтимоий ҳамда биологик жихатларнинг ўзаро таъсирида кўрсатилган қонуниятлар ҳисоби юқори малакали спортчиларни тайёрлаш ишида ориентасияни моҳиятан ўзгартириб юбориши мумкинлигини пайқаш қийин эмас.

Спортчиларнинг машғулот тизимини, унинг тиббий-биологик жихатини такомиллаштириш билан боғлиқ бўлган биологик омил ҳар доим бирдан-бир ўзгарувчан (динамик) омил ҳисобланган. Бу эса спорт-техника натижаларининг ўсиш суръати машғулот усулиятини яхшилаш, юклама ҳажмининг ўсиши ва х.к., яъни спортчи организмнинг рухий-жисмоний ҳолатидаги ўзгаришларга боғлиқ барча нарсалар билан тобора мустаҳкамланиб борувчи алоқада эканлигини таъкидлаб кўрсатади.

Бироқ спорт-техник натижалардаги ўсиш суръатларининг ортиб бориши ва шунга мувофиқ равишда спортчиларни тайёрлаш тизимининг кучайиб бораётган ривожланиш суръатлари тўғрисидаги мулоҳазалардан келиб чиқиб, биз спорт

(юқори натижалар спорти) ривожланган хозирги шароитда спорт-техник натижалар ўсиш суръатининг уни режалаштириш, ташкил этиш ва бошқариш ишлари холатига боғлиқлиги ошиб боряпти, деган хулосага келамиз, ва бунинг хайрон қоларли жойи йўқ, негаки спортчиларни тайёрлаш жараёни - бу ягона ўзгарувчан (динамик) ижтимоий-биологик тизимдир.

Юқоридаги фикрлар нуқтаи назаридан спорт-техник натижалар даражасининг спортчиларни тайёрлаш тизимининг амал қилиши ва ривожланишини бошқариш вазифаларини такомиллаштириш суръати ва хусусиятларига оптимал мувофиқлиги тўғрисидаги қонун ҳақида тўхталиш ўринлидир.

Бу спортни ривожлантиришнинг янги, эндигина пайдо бўлган қонуни эмас. У илгари ҳам амал қилган, лекин яширин шаклда, чунки спортчиларни тайёрлаш жараёнининг мураккаблиги, илмий-техника тараққиёти натижаларининг спорт-техника натижаларига ва спортнинг ривожига таъсири бу қадар ёрқин ифодаланган улкан миқёсларга эришмаган эди.

«Юқори натижалар» спортининг ривожланиб кетиши, унинг «имкониятлар чегарасига яқин натижалар» спортга айланиши мутахассислар, тренерлар, олимларда спортчиларни тайёрлаш жараёнига нисбатан илгаридан шаклланиб қолган қарашлар, рухий кўникмаларнинг сезиларли ўзгаришини назарда тутди. Назарияда ҳам, амалиётда ҳам одат бўлиб қолган кўпгина тасаввурлар, анъаналардан воз кеча билиш, спортчиларни тайёрлаш жараёни учун унинг ижтимоий ва биологик жихатлари орасидаги ҳақиқий нисбатларни акс эттирувчи тамойилларни асос қилиб олиш керак.

Бу тамойилларнинг методологик асоси сифатида дунёнинг моддий бирлиги тўғрисидаги қонунни қабул қилиш, назаримизда, энг тўғри йўл бўлади. Тузилишига кўра, спортчиларнинг машғулот тизими уларни тайёрлаш тизимининг бир қисмидир, демак, бу икки тизим орасидаги ўзаро таъсир жараёнида бутун билан қисмлар орасидаги ўзаро таъсирга хос бўлган қонунлар амал қилади, умумлаштириб айтадиган бўлсак, бу субординасия (қисмнинг бутунга бўйсунуши), координасия (мувозанат) ва коррелясия (муносабатдорлик)

қонуниятларидир (ўзаро алоқадорлик тартиби, қисмларнинг ўзгариш хусусиятлари).

Спортчиларни тайёрлаш ва уларга раҳбарлик қилиш жараёнининг ривожланиш даражалари орасидаги оптимал мувофиқлик, шунингдек, спортчиларни тайёрлаш жараёнининг ижтимоий ва биологик жихатлари билан спорт-техника натижаларининг ўсиш суръати орасидаги ўзаро таъсир таъйинлари асосий методологик таъйинлар ҳисобланиши лозим. Ҳозирча бундай мувофиқликка эришилгани йўқ, фақат спортчилар тайёрлаш жараёнидаги у ёки бу жихатларнинг кўпроқ йўналтириб ривожлантирилиши ҳақида сўз юритиш мумкин.

Спортчиларни тайёрлаш тизими билан унинг тизимчаларини бир бутун ҳодиса сифатида тадқиқ этиш, уни спорт-техник натижалар ўсишининг энг муҳим захираси деб ҳисоблаш, бутунликка бошқарувнинг алоҳида вазифаси сифатида қараш катта аҳамиятга эга.

Назорат учун савол ва топшириқлар

1. Спорт фаолиятини ўрганадиган илмий фанларни санаб беринг.
2. Спорт фани бошқа фанлардан нимаси билан фарқ қилади?
3. Спорт фани предметининг асосий қирраларини кўрсатинг.
4. Спорт тўғрисидаги фан қандай асосий масалаларни ҳал қилади?
5. Спортдаги илмий тадқиқотларга қўйиладиган асосий талаблар нималардан иборат?
6. Спортчиларни тайёрлаш жараёнининг ижтимоий жихатлари деганда нимани тушунасиз?
7. Спортчиларни тайёрлаш жараёнининг биологик жихатлари деганда нимани тушунасиз?
8. Спортчиларни тайёрлаш муаммоларини яхлит (комплекс) ўрганиш деганда нималарни тушунасиз?
9. Спорт-техник натижаларнинг ўсиш суръатлари билан спортчилар тайёрлашни режалаштиришнинг такомиллаштирилиши бўйича ўтказилаётган ишларнинг бориши орасидаги алоқадорликни очиқ беринг.

10. Спорт соҳасидаги илмий тадқиқотларга қўйилаётган янги талабларни санаб беринг.

Тавсия этиладиган адабиётлар

Губа В.П., Честаков М.П., Бубнов Н.Б., Борисенков М.П. Измерения и вѳчислення в спортивно-педагогической практике. Учебное пособие для вузов физической культуры. – М.: Спорт Академ Пресс, 2002. –211с.

Матвеев Л.П. Обхья теория спорта. М.: Воениздат, 1997. –304с.

Матвеев Л.П. Основѳ обхей теории спорта и системѳ подготовки спортсменов. Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.

Селуянов В.Н., Честаков М.П., Космина И.П. Основѳ научно-методической деятельности в физической культуре: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадем Пресс, 2001. –184 с.

Современная система спортивной подготовки. М.: СААМ, 1995. –448 с.

Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современнѳе методѳ исследования в спорте: Учебное пособие. – Харьков: Основа, 1994. –132 с.

2 Мавзу: Илмий тадқиқотнинг асосий босқичлари

Режа:

- 1.1. Иш босқичларининг умумий тавсифи
- 1.2. Тадқиқот мавзусини танлаш
- 1.3. Тадқиқотнинг иш режасини тузиш
- 1.4. Тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш
- 1.5. Йиғилган маълумотларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш
- 1.6. Тадқиқотни яқунлаш ва шакллантириш

1.1. Иш босқичларининг умумий тавсифи

Илмий-тадқиқот ишлари кенг ижодий фаолият ва тинимсиз меҳнат демакдир. Бу йўлда тадқиқотчини жуда кўп хилма-хил қийинчиликлар кутади, уларни енгиш учун эса кучли бардош, қатъият лозим. Бошловчи тадқиқотчилар, одатда, ўз ишларини қандай ташкил этишни, уни қай йўсинда олиб боришни билмайдилар.

Хар қандай илмий тадқиқот куйидаги асосий, мантиқан ўзаро боғлиқ босқичларга бўлиниши мумкин:

- тадқиқот мавзусини танлаш: у, албатта, мазкур тадқиқотнинг объекти сифатида танлаб олинган масаланинг ўрганилганлик даражасини аниқлашга, илмий ишланмаларнинг муайян усулиятини қўллашнинг мавжуд имкониятларига қараб мўлжал олишга асосланади ҳамда тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини ойдинлаштириш билан яқунланади;

- иш режасини тузиш, хусусан, тадқиқот усулларини ўзлаштириш ҳамда унинг асосий босқичларини белгилашда ўз аксини топадиган узил-кесил қарордир;

- тадқиқот материалларини йитиш, тўплаш ва уларга дастлабки ишлов бериш; бу иш мазкур илмий тадқиқот олдида турган вазифаларга ва уларни ҳал этиш учун танланган усулларга мувофиқ равишда амалга оширилади;

- маълумотларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш бажарилган ишларни жамлаш ҳамда тадқиқот натижалари бўйича аниқ хулосалар чиқариш билан якунланади;

- тадқиқотни тугаллаш ўз ичига унинг натижалари муҳокамаси, ишни адабий ҳамда техник жihatдан шакллантириш, шунингдек, уни тарқатиш (сотиш) билан боғлиқ имкониятларни аниқлаш амалларини қамраб олади.

Илмий тадқиқотнинг санаб ўтилган босқичлари нафақат ўзаро боғлиқ, уларнинг бири иккинчисига сингиб, киришиб ҳам кетган. Изланиш жараёнида тадқиқотчи мунтазам равишда бажарган ишларига тузатишлар, ўзгартишлар киритиб туради. Масалан, иш давомида йитилган маълумотларнинг сифатий тавсифномаси ҳақида етарлича аниқ тасаввур пайдо бўлгач, тадқиқотнинг номланиши, мақсад ва вазифаларига аниқлик киритишга тўғри келади ёки тадқиқот материалларини таҳлил қилиш ҳамда умумлаштириш чогида қўшимча маълумотлар олиш зарурати пайдо бўлади. Буларнинг барчаси тадқиқотчига материал йитиш ва тўплаш билан боғлиқ кейинги ишларга ўз вақтида ўзгартишлар киритиш, демак, вақт ва меҳнатни тежаш имконини беради.

Илмий тадқиқотнинг муваффақияти унинг қандай тузилганлиги ва усулий таъминланганлигигагина эмас, илмий ходимнинг танланган мавзуга қандай муносабатда эканлигига ҳам боғлиқдир. Ишга киришар экан, тадқиқотчи ўзида танлаб олинган мавзуга чуқур илмий қизиқиш ҳис этиши, бор вужуди билан унга берилиб, доимо у ҳақда ўйлаши, ўз олдидаги тадқиқот масалаларини ечишнинг энг самарали йўллариини излаши лозим. Чунингдек, илмий изланишлар олиб боришга интилаётган тадқиқотчининг умумий ва махсус тайёргарлиги тадқиқот ҳажми ҳамда мавзунинг мазмунига мувофиқ бўлиши керак.

1.2.Тадқиқот мавзусини танлаш

Илмий тадқиқот жараёни мавзу танлашдан бошланади, унинг тўғри танланиши эса кўп жihatдан кейинги ишларнинг муваффақиятини белгилайди. Чунинг учун ҳам тадқиқотнинг тўғри танланган мавзуси катта ахамиятга эга бўлиб, ўзига тадқиқотчи томонидан ҳам, унинг илмий рахбари томонидан ҳам жиддий эътиборни талаб этади.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги илмий иш мавзуси тадқиқотчининг кейинги мақсадли фаолияти учун истиқболли бўлиши, демак, у илмий тадқиқотларга қўйиладиган умумий талабларга тўла жавоб бериши шарт. Илмий тадқиқот мавзусининг истиқболли эканлигини белгилайдиган асосий мезонлар: а) унинг долзарблиги, яъни жисмоний тарбия ва спортнинг муайян соҳасидаги назарий ҳамда амалий ахамияти; б) олинадиган маълумотлар, тадқиқот усули ва йўналишининг янгилиги; в) мураббийлик ва педагогик амалиётининг энг муҳим эҳтиёжлари билан бевосита алоқадорлик; г) спорт фанининг мазкур соҳасига оид муайян илмий масалани ҳал этиш мақсадига йўналтирилганлик; д) мавжуд шароитда қўйилган илмий вазифаларни бажариш мумкинлиги (рахбарлик қилувчи ва бажарувчи ходимларнинг етарлилиги, ходимларнинг тайёрланганлик даражаси, зарур моддий-техника базасининг мавжудлиги).

Илмий тадқиқотнинг истиқболи йўналишини тўғри белгилаш ва унинг аниқ мавзусини танлаб олишда илмий-техник ахборотлар катта ахамиятга эга. Улар ҳар қандай турдаги илмий-тадқиқот ишларининг муҳим таркибий қисми ҳисобланади. Ҳар бир тадқиқотчи ишни танланган мавзуга доир ўзигача қўлга киритилган маълумотларни тўплаш ва ўрганишдан бошлайди, изланишларни ўзи эришган натижалар тўғрисидаги у ёки бу маълумотлар билан тугаллайди.

Илмий тадқиқот мавзусининг истиқболлилиги мезонларини аниқлаш учун тадқиқотчи қуйидаги йўналишлар бўйича олиб бориладиган ишнинг дастлабки таҳлилини амалга ошириш керак:

- мавзунинг ўрганилганлик даражасини аниқлаш;
- тадқиқотда қўлланилиши мумкин бўлган усулларни белгилаш;
- тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини ойдинлаштириш.

Тадқиқот мавзусининг ўрганилганлик даражасини аниқлашдан мақсад-мазкур масаланинг мохияти ҳақида умумий тасаввур ҳосил қилиш, ўтмишда унинг илмий томондан ишланиши қайси йўллардан борганлиги тўғрисида тушунча ҳосил қилишдан иборат. Бундай маълумотлар, биринчидан, амалга ошириладиган тадқиқотнинг аниқ вазифалари ва унга асос бўладиган усулларни тўғри белгилаш имконини берса, иккинчидан, аввалги тадқиқотларда етарлича ёритилган масалалар устида ишлаш учун ортиқча куч ва маблат сарфлашнинг олдини олади.

Бундай дастлабки таништириш манбалари сифатида «Теория и практика физической культура») («Жисмоний тарбия назарияси ва амалиёти») илмий журналини (унда Россия бўйича химоя қилинган диссертацион ишлар рўйхати келтирилади), диссертасия ишлари авторефератлари, илмий анжуманлар тўпламлари, жисмоний тарбия ва спорт бўйича монографиялар, Ўзбекистон Республикаси ОАК бюллетени, тадқиқотчини қизиқтирган масала бўйича адабиётларнинг умумлаштирилган рефератив обзорлари хизмат қилиши мумкин.

Тадқиқотда қўлланилиши мумкин бўлган усулларни белгилаш ҳам илмий ишнинг мавзусини ва уни бажариш йўлларини узил-кесил танлаб олишда катта аҳамиятга эга. Тадқиқотчи танлаган усуллар изланишнинг мақсадига энг самарали йўллар билан эришиш, тадқиқот объекти тўғрисида ишончли маълумотлар олиш ҳамда ўрганилаётган ходиса ёки жараённинг мохиятини иложи борича чуқур очишни таъминламоғи лозим.

Тадқиқотчи теширилаётган масала устида илмий иш олиб бориш жараёнида қўллаши мумкин бўлган тадқиқот усуллари тўғрисида тасаввур ҳосил қилиш учун диссертасия ва авторефератлар каби асосий адабий манбалардан фойдаланиши, улар орқали танлаган мавзусининг ўрганилганлик даражасини аниқлаши мумкин.

Тадқиқот усулларини белгилаш уни муайян шароитларда амалга оширишнинг мавжуд имкониятларига боғлиқдир. Масалан, зарур моддий-техника базаси-махсус компьютар дастури асосида тахлил қилинадиган тезкор

видеотасмага туширувчи ускуналар бўлмаса, спортчи харакатларининг биомеханик хусусиятларини тадқиқ этишни режалаштиришга қандай хожат бор?

Бироқ тадқиқотчини текширувнинг фақат анъанавий ёки соддалаштирилган усулларидаан фойдаланишга йўналтириш тўғри бўлмайди. Тадқиқотчи янги усулий йўл-йўриқларни қўллаш бўйича қўлидан келган барча чоралардан фойдаланиши керак. Бунинг учун зарур асбоб-ускуналарга эга бўлган муассасалар билан илмий алоқалар ўрнатиш лозим бўлади.

Тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини ойдинлаштириш илмий иш мавзусини танлаш амалларини охирига етказди. Тадқиқотчи ўзини қизиқтирган мавзунинг ўрганилганлик даражасини ҳамда айнан шу муайян шароитда илмий жихатдан ишланиши зарур бўлган масалаларни ўрганишда қўлланиладиган усулларни аниқлагач, мазкур тадқиқотнинг вазифаларини белгилаб олиши, олдида турган мақсадни ифодалаб бера билиши шарт. Янада тушунарлироқ қилиб айтганда, у илмий–тадқиқот ишининг босқичларида амал қилинадиган ишчи фаразларни аниқлаштириб олиши керак.

Ишчи фаразлар шакллантирилгач (кейинги барча ишлар шу заминга таянади), тадқиқотнинг иш режаси тузилади. Илмий ходим танлаган фаразларига амал қилган холда қандай материаллар тўплаши лозимлигини, қандай тадқиқот объектлари талаб этилишини, олдинга сурилган фаразларни исбот қилиш ёки рад этишга яроқли маълумотларни олиш учун тадқиқотни қайси усулларда олиб бориши зарурлигини белгилайди.

1.3. Тадқиқотнинг иш режасини тузиш.

Ўтказилажак тадқиқотнинг иш режаси унинг йўналишини белгилаб бериши, илмий ишнинг мақсади, чегаралари ҳамда асосий вазифалари мохиятини аниқ кўрсатиши керак.

Иш режасида мавзунинг ишланиш босқичлари бошланадиган ва

тугалланадиган муддатлар кўрсатилиб, бунда амалга ошириладиган вазифаларнинг турлари батафсил санаб ўтилади. Масалан, адабиётларни йитиш ва ўрганиш, одатда, қуйидагиларни ўз ичига олади:

а) тадқиқот мавзуси бўйича адабий манбаларни турли библиографик кўрсаткичларни кўздан кечириш йўли билан аниқлаш; б) чуқур ўрганилиши керак бўлган адабий манбаларнинг рўйхатини (картотекасини) тузиш; в) ажратиб олинган асарларни ўқиб чиқиш ва уларга тегишли ишлов бериш (қисқача мазмунини ёзиб олиш, зарур маълумотларни кўчириш); г) ўрганилган адабий манбаларнинг танқидий обзорини тузиш ва хулоса чиқариш.

Илмий тажриба шаклидаги тадқиқотларни режалаштиришда қуйидагиларни кўзда тутиш зарур: а) илмий тажрибани ўтказиш усулиятини ўзлаштириш; б) зарур асбоб-ускуналар, хужжатларни тайёрлаш, педагогик тажриба ўтказиладиган бўлса, у холда спортчиларнинг жисмоний ҳамда техник-тактик тайёргарлиги даражасига кўра тажриба гуруҳларининг таркибини, педагогик тажриба учун ажратилган муддатларни белгилаш; в) тадқиқотчининг усулий ва техник жihatдан тайёргарлигини аниқлаш мақсадида дастлабки педагогик тажрибани ўтказиш; г) ишчи фаразларнинг зарур исботини олиш учун илмий тажрибани ёки уларнинг серияларини йўлга қўйиш; д) тажриба маълумотларига статистик ишлов бериш ва унинг тажрибаларини таҳлил қилиш; е) қўшимча тажрибаларни (зарур бўлганда) ўтказиш; ж) илмий тажриба натижаларини умумлаштириш ва уларни илмий фаразлар билан таққослаш.

Тадқиқот босқичлари ва уларда олиб бориладиган ишнинг муайян турларини режалаштиришда белгиланган амаллар кетма-кетлиги ҳамда мантиқий изчиллигини аниқ ойдинлаштириб олиш зарур. Муайян топшириқлар режада уларни у ёки бу вақт бўлагида бажариш мумкинлигидан келиб чиқиб (масалан, тажриба тадқиқотларининг моддий-техника базаси тайёргарлигини ҳисобга олган холда) кўрсатилади.

Илмий тадқиқот ишларини режалаштиришнинг жуда муҳим нуқталаридан бири белгиланган вазифаларни амалга ошириш учун имконият

яратадиган тадқиқот усулларини узил-кесил танлаб олиш масаласидир. Энг ишончли усуллар танлаб олингач, иш режасида ўрганиладиган объектлар сони (спортчилар, машғулотлар, мусобақалар тоифаси) ҳамда ўрганиладиган объектларни кузатиш муддати белгилаб қўйилади. Бунда режадаги кузатишлар миқдори олинган маълумотларнинг статистик жихатдан ишончилигига мезон бўлиб хизмат қилади.

Илмий тадқиқотни режалаштириш иш режасини тузиш билан тугамайди. Тадқиқотлар ўтказиш давомида дастлаб тузилган иш режаси мунтазам равишда тахрир қилиб борилади. Унга ишнинг алоҳида босқичларини амалга ошириш муддатларини аниқлаштириш, қўшимча тадқиқотлар ўтказиш зарурати, баъзан эса илгари кўзда тутилмаган янги илмий масалаларнинг юзага чиқиши билан боғлиқ ўзгартишлар киритилиши мумкин.

Чундай қилиб, тадқиқотнинг иш режаси тадқиқотчи бажарадиган барча ишларнинг йўналтирувчи кучи ҳисобланади, у ўтказиладиган илмий тадқиқотнинг мақсади ҳамда ундаги асосий масалалар моҳиятини очиқ-ойдин кўрсатиши керак. Тадқиқотнинг иш режаси гарчи ҳали тахминий бўлса ҳам, бундай режа жуда зарурдир. Бусиз умуман ишга киришиш мумкин эмас, чунки режасиз тадқиқотчи иш жараёнида нималар қилиши, қайси йўлдан бориши ва қандай натижалар олмоқчи эканлигини билмайди. Иш режасининг дастлабки варианты қанчалик тўғри тузилган бўлса, тадқиқот ўтказиш давомида унга шунча кам ўзгартиришлар киритишга тўғри келади.

1.4.Тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш

Материал йиғиш ва тўплаш ҳар қандай янги, ўзига хос илмий тадқиқотнинг марказий қисмини ташкил этади ва, одатда, унга сарфланадиган вақтнинг кўпротини мазкур фаолият банд қилади. Илмий-тадқиқот ишидаги бу босқичнинг моҳияти тадқиқотчига ўз олдига қўйган вазифаларни ҳал этиш ва олдинга сурилган фаразларни исботлаш учун зарур бўлган маълумотларни йиғиш ҳамда тизимлаштириш имконини беради.

Илмий маълумотларни йиғиш ишларининг хусусияти ва мазмуни тадқиқотнинг мақсади ҳамда усулларига боғлиқ. Изланувчи ўзини қизиқтирган масала юзасидан фанга маълум бўлган ахборотни имкон қадар тўла ўзлаштириб олмади шарт. Буларнинг бари илмий-техника маълумотларини йитиш ва ўрганиш йўли билан хал этилиши мумкин. Хозирги вақтда ахборотлар ҳажми жуда муҳим бўлиб, интернет жорий этилганлиги муносабати билан имкониятлар кундан-кунга ўсиб бормоқда. Чунинг учун ҳар бир тадқиқотчи керакли илмий-техника маълумотларини олиш йўллари ҳақида аниқ тасаввурга эга бўлиши ҳамда унинг энг самарали усулларини қўллай билиши, ахборот манбаларидан иложи борица кўп фойдаланиб, олинган маълумотларни қайта ишлаш учун иложи борица кам куч ва вақт сарфлаши лозим.

Зарур маълумотларни олишнинг энг муҳим йўллари билан бири тадқиқотчини қизиқтирган масалани ёритган адабиётларни йиғиш ҳамда ўрганишдир. Адабиётлар устида ишлаш уч асосий вазифанинг бажарилишини талаб қилади. Биринчидан, ўрганилаётган муаммо хусусида мамлакат ҳамда дунё адабиётида ёзилган барча аҳамиятли асарларни топиш керак бўлади. Иккинчидан, йитилган адабий манбаларда берилган маълумотларни тизимга солиб, амалга оширилаётган тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларидан келиб чиқиб таҳлил қилиш лозим. Ва, ниҳоят, учинчидан, барча ўқилган асарларни бир-бирига боғлаб, танқидий нуқтаи назардан матзини чақиш зарур: одатда, бу амалларни тадқиқотчи ишланаётган илмий тадқиқот мавзуи бўйича адабиётлар обзорини тузиш вақтида бажаради.

Кўрсатилган вазифаларни хал этиш учун тадқиқотчи илмий адабиётлар билан ишлаш кўникмасига эга бўлиши керакки, бунга адабиётларни библиографик жихатдан ўрганиш ҳамда рўйхатга олиш, адабий манбаларни аниқ мақсад билан ўқиш ва қисқача мазмунини ёзиб бориш усулиятларини ўзлаштириб олиш киради. Илмий асарни ўқиганда, унинг мазмунини шунчаки билиб олиши эмас, балки муаллифнинг қарашларини танқидий қабул қилиши, унга ўз мулоҳазалари ва баҳолари билан изох бериб бориши лозим. Илмий ишни ўрганишнинг 3 асосий йўли бор: 1) манбани кўриб чиқиш; 2) бошидан

охиригача ўқиш; 3) пухта ўзлаштириш.

Тадқиқотчи маълум бир адабий манба билан илк бор танишгач, унда янги маълумотлар йўқлигига, тадқиқот учун бирон-бир қимматга эга эмаслигига ишонч хосил қилгач, мазкур китоб ёки мақолани фақатгина кўриб чиқади. Бундай холларда у асар саҳифаларини тезгина кўздан кечириб, диққатга сазовор бирор парчага дуч келсагина, унинг мазмунини диққат билан ўргана бошлайди.

Бошидан охиригача ўқишда тадқиқотчи адабий манбани шошмасдан, диққат билан синчиклаб мутолаа қилади. Бунда изчилликка риоя қилиб, берилган изоҳларни назардан қочирмаслик, расмлар, жадвал ва чизмаларни яхшилаб ўрганиш лозим. Китобни пухта ўзлаштириш уни чуқур ишлаб чиқиш, ўқилган материалнинг мазмунини қичқача ёзиб олиш демакдир.

Тадқиқотчи учун зарур материалларни йитиш ва тўплашнинг энг муҳим йўлларида бири ўрганилаётган объект ёки масала тўғрисида ўз кузатувлари, тажрибалари ва х.к. асосида тегишли маълумотларни олишдир. Уларни қўлга киритишнинг йўллари турлича бўлиши мумкин, бу мазкур холда тадқиқотнинг қандай усулларида фойдаланилганига боғлиқ. Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида илмий тажриба тадқиқотларининг хиллари кўп ва фақат уларгина тадқиқотчининг шахсан ўзи томонидан материал йитиш ҳамда тўплашнинг асосий йўли ҳисобланади.

Илмий тажрибанинг мақсади тадқиқотчида пайдо бўлган тояни, илгари сурилган фараз, концепсияни тасдиқлашдан иборат. Спорт фанида қўлланиладиган илмий тажриба тадқиқотлари ҳамда хусусий усулиятлар ниҳоятда ранг-баранглигига қарамай, уларнинг асосида умумметодологик ва усулий тамойиллар ётади.

Тажриба асосида олинган натижалар тадқиқотчи илгари сурган ғоя, ишчи фаразларни ё тасдиқлайди, ёки унга айрим ўзгартишлар киритади, тўлдиради. Тажрибаларни ўтказишда кўпинча яна назорат тажрибаларини йўлга қўйишга тўғри келади, уларнинг вазифаси тажрибадан энг тўғри, бошқача айтганда, репрезентатив натижалар олишни таъминлашдир. Назорат

тажрибаларини таққослаш учун намуна (эталон) деб аташ мумкин. Чунинг учун ҳам уларни табиийга жуда яқинлаштирилган шароитларда ўтказиш лозим, акс холда спорт фанида илмий тажрибалар ўтказиш умуман ўз маъносини йўқотади.

Илмий тадқиқот жараёнида педагогик кузатишларни амалга оширишнинг 3 асосий тури бор. Кузатиш маълумотларини умумтаълим ёки спорт мактабида ишлайдиган тадқиқотчи ўқитувчи ёхуд тренер ўзининг кундалик фаолияти давомида йитиб, тўплаб бориши мумкин. Уларни спортчи ёки жисмоний тарбия билан шутулланувчиларнинг кундаликларини таҳлил қилиш натижасида қўлга киритса ҳам бўлади. Нихоят, бундай маълумотларга эга бўлиш учун жисмоний тарбия ва спорт билан шутулланувчилар хар жихатдан оммавий педагогик тестлаш ёрдамида ўрганилади, ёки спортчининг машғулот ва мусобақа фаолиятининг айрим томонларини чуқур тадқиқ этиш мақсадида махсус тайёрланган мажмуали текшириш ишлари ўтказилади.

Шу тариқа тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш аниқ мақсад билан олиб борилиши, яъни илмий тадқиқотнинг мақсадидан келиб чиқиб ўтказилиши ҳамда унинг иш режасида кўрсатилган вазифаларнинг бажарилишини таъмин этиши шарт.

1.5. Йиғилган маълумотларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш

Ўрганилаётган объект тўғрисидаги материалларни йитиш ва тўплаш хар қандай тадқиқотнинг марказий қисмини ташкил этса, йитилган маълумотларни таҳлил қилиб, умумлаштириш илмий ижоднинг энг масъулиятли босқичи саналади. Айнан шу босқичда тадқиқотчи ўрганилаётган масалани чуқур, хар томонлама қамраб олиши, тўпланган маълумотларга тўғри, илмий жихатдан асосланган баҳо бериши, ўз мулохазаларининг тўғрилигига ишончли далиллар келтира билиши лозим. Йиғилган маълумотларни аввал тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларидан келиб чиқиб, зарур тартибда гуруҳларга ажратиб олиш мақсадга мувофиқдир. Бундай гуруҳлаштириш турли белгиларга кўра амалга

оширилиши мумкин. Баъзан тақсимлаш спортчиларнинг ёши, жинси, тайёргарлик даражасига (янги шуғулланувчилар, разряд эгалари, спорт усталари ва халқаро тоифадаги спорт усталари) қараб, бошқа ҳолда ўқув-машқ ҳамда мусобақа юкламалари таъсири остида организмнинг функционал ҳаракатларидаги у ёки бу ўзгаришнинг юзага келиши даражаси (масалан, курашда - «техникачилар», «тезкорлар», «кучлилар»); учинчи ҳолда бажарилган биомеханик, физиологик, рухий тадқиқотларнинг натижалари асосида, тўртинчи ҳолда ўрганилаётган ҳаракат фаолиятининг юзага келиш ёки шаклланиш муддатига қараб бажарилади.

Йиғилган материалларни таҳлил қилишнинг энг муҳим вазифаси илмий тадқиқотнинг илгариги барча босқичларида қўлга киритилган ахборотга танқидий баҳо беришдан иборатдир. Бундай танқидий баҳо адабиётлар мутолааси асосида тўпланган маълумотларга нисбатан қанчалик зарур бўлса, муаллифнинг ўз тадқиқотлари натижасида олган маълумотларига нисбатан ҳам шунчалик зарур. Бунда маълумотларнинг ишончлилиги ва типиклиги даражасини аниқлашга алоҳида эътибор қаратилади. Тадқиқотчи йитилган илмий маълумотга усулий ёки техник томондан йўл қўйилган ҳатоликлар таъсир кўрсатганлигига ишонч ҳосил қилмоғи керак.

Тадқиқот материаллари муайян мақсад асосида гуруҳларга тақсимлаб олинган, уларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш жараёнининг муҳим унсури - олинган маълумотларни таққослаш ҳисобланади. Бундан мақсад - уларнинг ўхшаш ва фарқли жихатларини, мазкур тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларига қанчалик мувофиқлигини, хусусан, ишчи фаразларнинг моҳиятини ташкил этувчи назарий ҳукмлар ҳамда қарашлар тизимига мослигини очиқ беришдир.

Тўпланган маълумотларни таҳлил этиш ва умумлаштириш, танқидий баҳолаш, таққослаш ҳамда боғлиқ жихатларини аниқлаш натижасида тадқиқ этилаётган ҳодисаларнинг ўхшаш томонлари, қонуниятлари юзага чиқади. Тадқиқотнинг якунигача ҳулоса қисмига замин ҳозирлайдиган, илмий умумлашмаларнинг мазмунини ташкил этадиган нарса худди шунинг ўзидир. Илгари баён этилган маълумотлардан мантиқан келиб чиқадиган бу ҳулосалар

тадқиқотчининг тахминлари ва таассуротларига эмас, аниқ фактларга, исботланган маълумотларга асосланмоғи лозим.

1.6.Тадқиқотни яқунлаш ва шакллантириш

Илмий тадқиқотнинг сўнгги босқичи уни яқунлаш ва шакллантириш бўлиб, одатда, бунинг таркибига изланишлар натижаларини муҳокама қилиш ва тақризлаш, ишни адабий ҳамда техник жихатдан шакллантириш, уни тарқатишнинг (сотишнинг) иккиламчи йўллари билан белгилаш киради.

Иш натижаларини тадқиқотчи ишлаган илмий жамоа (кафедра, бўлим) муҳокама қилади ва унга тақриз беради. Муҳокаманинг тадқиқоти тамомила яқунланганидан кейингина эмас, балки, унинг амалга оширилиши жараёнида, маълум босқичлар тугалланганидан кейин ўтказиб туриш мақсадга мувофиқдир. Олиб борилаётган тадқиқот тўғрисида даврий илмий журналларда ёки илмий тўпламларда мунтазам равишда ахборот бериб боришни ташкил этиш муҳокамалар миқёсини кенгайтиришга имкон беради. Диссертация тадқиқотлари амалга оширилаётганда, ишнинг асосий мазмунини олдиндан эълон қилиш уни химояга тақдим этишнинг мажбурий шартларидан бири ҳисобланади.

Тадқиқот натижаларининг муҳокамаси жараёнида муаллиф талай қимматли, фойдали маслаҳатлар олиши мумкин. У барча мулоҳазаларни синчиклаб ўрганиши, эътирозларга сабаб бўлган ўринларга алоҳида эътибор қаратиб, зарур бўлса, қайта ишлаб чиқиши керакки, бу илгари сурилган далиллар тизимини янада кучайтириш, хатто уларни ўзгартириш, шу тариқа илмий иш сифатини яна ҳам ошириш имконини беради.

Назорат учун савол ва топшириқлар

1. Илмий тадқиқотлар қандай асосий босқичларга тақсимланади?
2. Илмий тадқиқотнинг мавзуси қандай мезонларга жавоб бериши керак?
3. Илмий тадқиқотнинг мавзуси истиқболли эканини қандай аниқлаш мумкин?
4. Илмий тадқиқот мавзусининг ўрганилганлик даражасини қандай аниқлаш мумкин?

5. Илмий иш учун тадқиқот усулларини танлаш йўллари хақида гапириб беринг.
6. Тадқиқотнинг иш режаси қандай тузилади?
7. Тажриба тадқиқотларини режалаштиришда нималарга эътибор бериш керак?
8. Илмий адабиётларни ўрганишнинг уч усули (манбани кўриб чиқиш, бошидан охиригача ўқиш ва пухта ўзлаштириш) бир-биридан нимаси билан фарқ қилади?
9. Йиғилган илмий материални гуруҳларга тақсимлашда нималарга эътибор берилади?
10. Йиғилган илмий маълумотларни таққослаш қандай мақсадда амалга оширилади?
11. Илмий тадқиқотларнинг якуний босқичида уни муҳокама қилиш ва тақризлашнинг ахамиятини очиб беринг.
12. Илмий ишнинг тақризи қандай талабларга жавоб бериши керак?
13. Мазкур боб материаллари муҳокамасини ўтказинг ва унга тақриз беринг.
14. Ўзингиз истаган магистрлик диссертация ишига тақриз тайёрланг ва унинг муҳокамасини ташкил қилинг.

Адабиётлар

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
2. Губа В.П., Честаков М.П., Бубнов Н.Б., Борисенков М.П. Измерения и вўчисления в спортивно-педагогической практике. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2002. – 264 с.
4. Захаров А.А., Захарова Т.Г. Как написать и захить диссертасию. – СПб.: Питер, 2003. – 157 с.
5. Кузин Ф.А. Кандаидатская диссертасия. Методика написания, правила оформления и порядок захитў. – М.: Ось – 89, 1998. – 208 с.

6. Магистрлик диссертасиясини ёзиш, расмийлаштириш ва химоя қилишга тайёрлаш бўйича услубий курсатмалар. – Т.: Молия, 1999. – 180 б.
7. Нормативнўе материалў по оформлению диссертасии и автореферата. Методческие указания /Под ред. М. Мухитдинова. – Т.: ВАК РУз, 2003. – 28 с.
8. Петров П.К. Курсовўе и вўпускнўе квалификасионнўе работў по физической культуре. – М.: Владос-Пресс, 2003. – 112 с.
9. Селуянов В.Н., Честаков М.П., Космина И.П. Основў научно-методической деятельности в физической культуре. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.
10. Сидоренко В.М., Трушк И.М. Основў научнўх исследований. – Харьков: Вўсш. шк., 1977. – 200 с.
11. Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современнўе методў исследований в спорте. – Харьков: Основа, 1994. – 132 с.

3-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.

Режа:

1. Тадқиқот муаммоси, объекти ва предмети
2. Тадқиқот мақсади ва вазифаларини белгилаш
3. Илмий тадқиқот ишларининг турлари.
4. Илмий тадқиқотда фаразлар
5. Тадқиқотнинг восита ва усуллари ва қўйиладиган умумий талаблар.

Спорт назарияси методологиясида фалсафий-методологик ҳамда умумилмий муаммоларнинг тадқиқ этилишида илмий билишнинг умумилмий усул ва тамойиллари қўлланилади.

Умумий спорт назариясининг фанлар тизимидаги ўрни ва улар билан ўзаро алоқасини биринчи бўлиб А.П.Матвеев, 1997 белгилаб берди. (1-расм). Спорт назарияси илмий фан сифатида табиий ва ижтимоий фанлар билан чамбарчас алоқададир. Ўзининг фактик асоси билан у спорт фанлари - алохида спорт турларининг назарияси ва усулиятига, шунингдек, анъанавий тарзда шаклланган амалий фанлар: физиология, биокимё, биомеханика, рухшунослик, жамиятшунослик, морфология, метрология ва бошқаларнинг материалларига таянади.

3.1.1.- расм

Схема соотношений общей теории спорта, частнопредметных теорико-методических дисциплин по видам спорта и смежных отраслей гуманитарного и естественнонаучного знания



Кўпгина оралиқ илмий фанларнинг тадқиқот маълумотларига асосланган умумий спорт назарияси уларни шунчаки йитиб олмасдан, спорт мохиятини тушуниш ҳамда унинг амал қилиши ва ривожланишининг энг умумий қонуниятларини очиш учун зарур бўлган томонларни ажратиб, интеграциялайди. Айнан шу жихат кўпинча спорт фанининг хусусий сохалари еътиборидан четда қолади, бунга сабаб - тадқиқот предметидаги чеклашлардир.

Умумий спорт назариясининг интеграцияланган ва билишда тутган ўрни, биринчи навбатда, шундадир. Унинг учун анъанавий биологик ва гуманитар фанларнинг оралиқ сохалари кўлга киритадиган маълумотлар хар қанча мухим бўлмасин, барибир, унинг ўз мазмуни ўрнини босолмайди. Шундай қилиб, спорт назариясининг асосий манбаи спорт амалиёти реалликларининг умумлаштирувчи билимлари ҳисобланади. Фанлараро алоқалар тизимида шахс фаоллигининг намоён бўлиши (фаолият назарияси), шунингдек, унинг ривожланиши ва алоҳида тараққиёт жараёнини бошқариш (гомоонтогенез ва филогенез назарияси, тарбия ҳамда алоҳида ривожлантиришни оптималлаштириш умумижтимоий назарияси Л.П.Матвеев, 1997) қонуниятларини очиб беришга имкон яратадиган маданиятшуносликка оид ёндашувлар ва фанлараро хусусиятли умумий йўналишлар алоҳида ахамиятга эга.

Спорт назариясининг юзага келиши ва шаклланиши ижтимоий тизимнинг объектив ехтиёжлари билан чамбарчас боғлиқ. Бироқ кейинги вақтда, спорт харакати шиддат билан ривожлангани сайин амалиёт талаблари билан назарий ишланмалар орасида номувофиқликлар юзага кела бошлади. Бунинг изохи шуки, илмий тадқиқотлар сони ошиб боришига қарамай, улар аниқ мақсадсиз, тизимли ёндашувсиз амалга ошириляпти. Одатда, ўтказилаётган тадқиқотлар ва усулий ишланмалар асосида тахлилий ёндашув методологияси ётади (В.В.Кузнесов, 1984).

Тизимли ёндашув концепциясига биноан хар қандай объектни, у моддий бўладими, концепцияга алоқадор бўладими, у ёки бу даражада ўзаро боғлиқ

унсурлардан иборат бир тизим сифатида тасаввур этиш мумкин.

Агар унинг унсурларидан бири таркибий қисмларга ажратиб юборилса, у, ўз навбатида, тизим сифатида қабул қилиниб, кейинги тартибни ҳосил қилувчи унсурлар йитиндиси бўлиб қолади. Демак, тизим унсурларини тизимчалар деб билиш мумкин, айти пайтда, унсурларнинг ҳар қандай йитиндиси тизим сифатида ҳам, унинг бир қисми сифатида ҳам қаралиши мумкин.

Бу ҳолда интеграцияланган усул тахлилий усулларга нисбатан етакчи аҳамиятга ега бўлади. У, биринчидан, тизимда унинг тизимчалари орасидаги ўзаро алоқани бутуннинг бўлаклари сифатида белгилашга; иккинчидан, алоҳида тизимчаларнинг бутун тизим таркибига киришдаги ўзгаришларини; учинчидан тизимда унинг тизимчаларида мавжуд хусусиятлар келтириб чиқарган янги хусусиятлар ёки янги алоқалар вужудга келишини очиб беришга шароит яратади. Бунда тизимча алоҳида ходисалигича қолмай, интеграл бутунликнинг қисмига айланади, натижада, тубдан янги, кўп мажмуали, ўз хусусиятлари ва амалий алоқаларига ега бўлган тизим юзага келади.

Маълумки, илмий билишнинг йўналиши тизим ҳақидаги умумий тасаввурдан унинг тузилишини очиб беришга ўтиш томон боради. Чунинг учун ҳам, тизимли ёндашувнинг энг муҳим йўналишларидан бири илмий тадқиқотларни ўрганилаётган объект хусусиятларига мослаб ўтказишдан иборат.

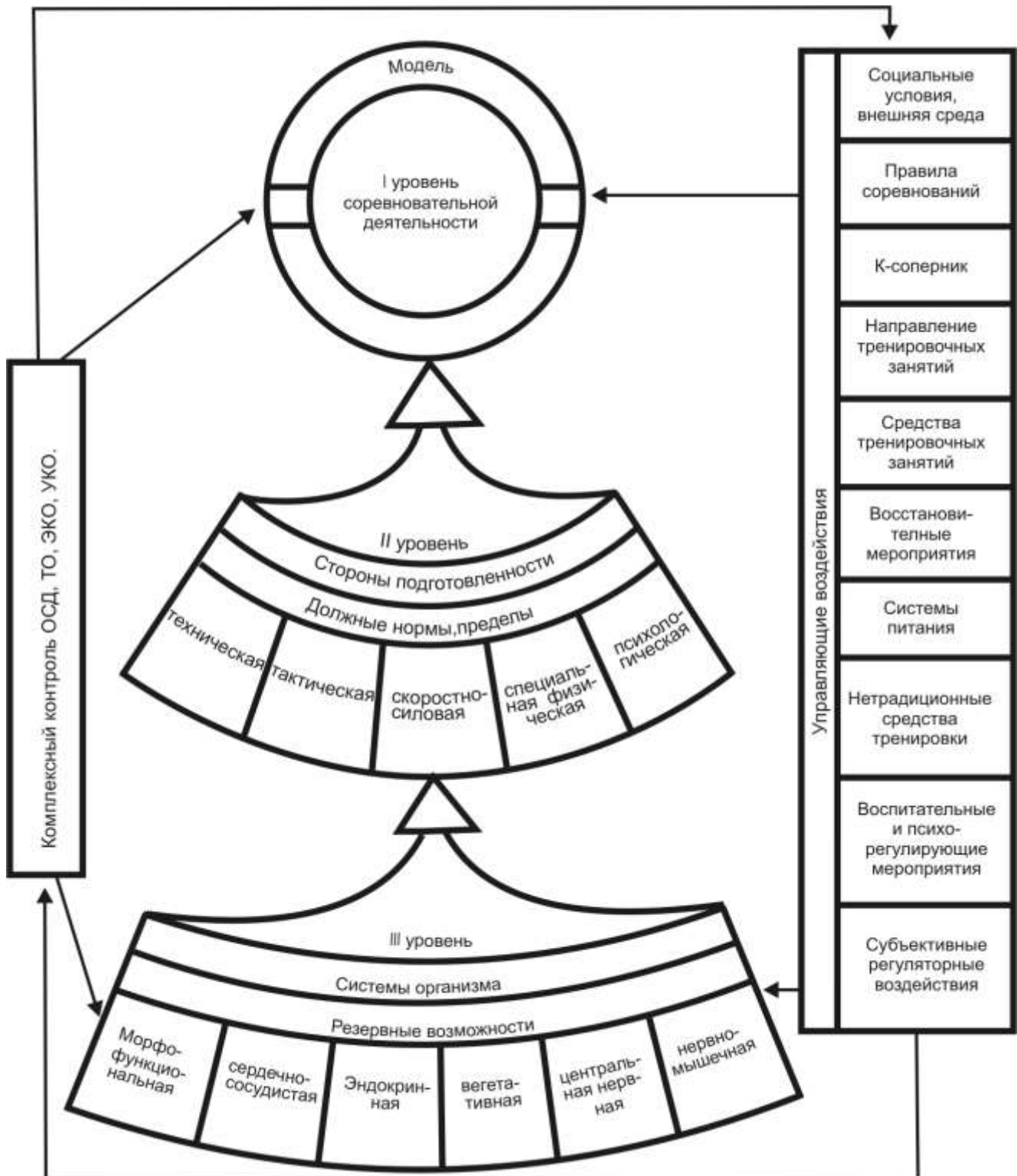
Тизимли ёндашув спортчилар тайёрлаш жараёнини ўзига хос яхлитликда, унинг хусусиятлари, ҳозирги замондаги вазифаларига мос келадиган ташкил этиш ва бошқариш даражасида кўрсатишга имконият яратади.

Спортчилар тайёрлаш жараёнини бошқариш тизими

Спортчининг муваффақияти унинг қобилиятига, машғулот усулиятининг мукамаллигига, тренернинг малакавий даражасига ҳамда машғулот ва мусобақаларни ўтказиш учун шарт-шароитларнинг мавжудлигига боғлиқ. Тизимли ёндашув талабларидан келиб чиқиб, проф. А.А.Новиков (1983)

рахбарлигида юкори малакали спортчилар спорт машғулоти жараёни бошқаришнинг иерархик хусусиятига ега бўлган тизими ишлаб чиқилди

3.2.2. - расм



Унда спортчи тайёргарлигининг барча жихатлари микдорий жихатдан кўрсатиб

берилди. Тизим уч даражадан иборат:

I-мусобақа фаолияти (мусобақалашув модели);

II-спортчи тайёргарлигининг асосий жихатлари (спорт махорати модели);

III-спортчи организмнинг тизими (мавжуд имкониятлар модели).

Бундай иерархияда даражалардан бирининг иккинчисига бўйсундирилиши юқори малакали спортчиларни тайёрлашда шубхага ўрин қолдирмайди.

Ишлаб чиқилган схема тадқиқотчига спорт тайёргарлиги жараёнларининг хилма-хиллиги шароитида тўғри йўлни топа билиш ҳамда тадқиқот вазифаларини тўғри белгилашда ёрдам беради.

Мазкур тизимнинг ҳар бир даражаси учун модель тавсифномалар тузилади. Бундай тавсифномаларни тузишда қуйидаги кўрсаткичлардан фойдаланиш зарур:

1-мусобақа беллашуви, серия ва х.к.ни ўтказиш давомида тузатишлар киритишга ёрдам берадиган кўрсаткичлар.

2-мусобақа жараёнида уринишлар, сериялар ва х.к. орлитида тахрир қилишга имкон берадиган кўрсаткичлар.

3-спорт фаолияти самарадорлиги даражасини пасайтирган ёки унинг ўсишига кўмаклашган маълумотлар йиғиндиси бўлмиш кўрсаткичлар.

Спортчилар тайёрлашнинг модель тавсифномаларини ишлаб чиқишда қуйидаги қоидаларни ҳисобга олиш зарур.

Махсус жисмоний тайёргарликнинг хусусиятларига, асосий жисмоний сифатлар ривожининг энг юқори босқичига ҳамда улардан мусобақа фаолияти режимида спорт машқини бажариш вақтида фойдаланиш даражасига алоҳида аҳамият бериш лозим.

Техник тайёргарликнинг модель тавсифномаларини тузиш дваомида энг муҳим ўлчамлари мувозанат фазалари ва унсурлари ҳамда уларнинг техник ҳаракатлари суръатидаги аксини тасвирлайдиган кўрсаткичларга еътиборсиз бўлиш мумкин эмас.

Техник махоратнинг интеграл ўлчамлари, ритм-суръат тизими билан махсус жисмоний тайёргарлик маълумотлари орасидаги ўзаро боғлиқлишни аниқлаш керак (В.М.Дъячков, 1984).

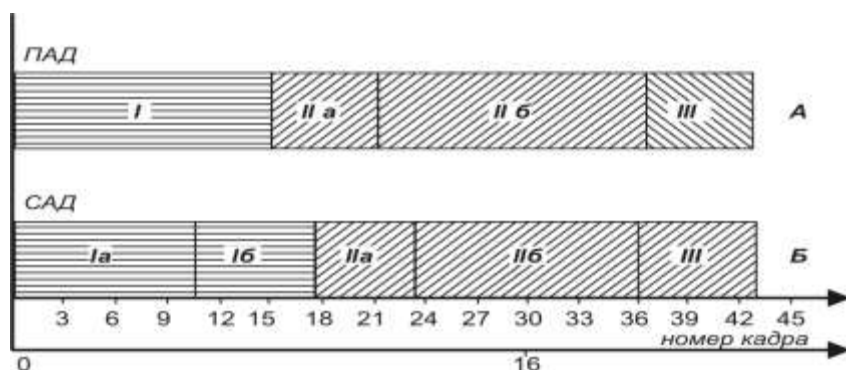
Ритм сарфланаётган кучланишларни акс эттириб, уларнинг қиймати, сарфланаётган вақт ва бошқа ҳаракат хусусиятларига боғлиқ бўлади. Ҳаракатлар ритмига қараб, уларнинг мукамаллиги ҳақида фикр юритиш мумкин (Д.Д.Донской, 1979).

Тактик тайёргарликнинг модель тавсифномаларини тузишда техник-тактик ечимларнинг энг мақбуллари янада аниқроқ ажратиб кўрсатиш керак, улар спорт мусобақаларининг айни кескин вазиятларида қўлланиши мумкин. Масалан, кураш соҳасида усулларнинг ритм-суръат тузилиши устида тадқиқотлар ўтказилган еди. (Ф.А.Керимов, 1984). Шунда қуйидагилар аниқланди: оқилона техника асосида биомеханик қонуниятлар, аниқроғи, хужум ҳаракатларининг ритмик тавсифномалари ётар экан.

Оддий ва мураккаб хужум ҳаракатларининг (ОХХ ва МХХ) кинотасмага туширилган махсус материалларини ритм-суръат жиҳатидан таҳлил этиш улар орасида анчагина тафовутлар борлигини кўрсатди. ОХХ техник ҳаракатнинг (усулнинг) асосий тузилиши доирасида, МХХ (усул) эса ҳаракатнинг асосий қисмлари орасидаги ботловчи унсур бўлмиш қандайдир тайёргарлик ҳаракати ёки хужумга тактик тайёрланиш йўли билан бажарилган.

Ёнбошга олиб ошириб отиш техник усулини ОХХ ва МХХ ёрдамида таҳлил этиш орқали бир спортчининг ўзида усулларнинг ритм-суръат тузилишида тафовутлар мавжудлиги аниқланди

3.2.3.-расм



Усулларнинг ритм-суръат тузилишидаги тафовутлар.

Ёнбошга олиб ошириб отиш усулини бажаришда вақт босқичлари тайёргарлик ҳаракатининг йўналишига боғлиқ бўлади. Агар тайёргарлик ҳаракати ошириб отиш амалга оширилган томон йўналса, у ҳолда асосий босқичнинг вақти қисқаради.

Ошириб отишга тайёргарлик ҳаракати рақибнинг «тўхташ нуқтаси»ни («мёртвая точка») юзага келтириб, ёнбошга олиб ошириб отиш усулининг мутлақо бошқача ритмини ташкил этади.

Спортчининг техник-тактик тайёргарлигига модель тавсифнома ишлаб чиқиладиган пайтда буларнинг барини ҳисобга олиш лозим.

Учинчи даражали модель тавсифномалари ёки потенциал спорт имкониятлари моделларини ишлаб чиқишда, организмдаги етакчи тизимларнинг амал қилиши ўта кучланган фаолият моделларида белгиланади. Мазкур методологик ёндашув ихтисослашган спорт фаолиятида сифат жиҳатидан янги, янада юқорида рекорд кўрсаткичларига эришиш мақсадида захирадаги имкониятларни янада ошириш йўллари белгилашга имкон беради.

Уч даражанинг модель тавсифномаларини бундай батафсил таҳлил этиш бирдан-бир мақсад эмас, у спортчиларни тайёрлаш, машғулот воситаларини танлаш ва уларни қўллашни такомиллаштириш бўйича вазифаларни аниқ режалаштириш воситаси бўлиб хизмат қилади. Модель тавсифномаларнинг уч даражасини таҳлил қилиш натижасида мусобақа фаолияти (биринчи даража) борасида нуқсонлар аниқланса, унда иккинчи даражадан спортчи организмнинг функционал кўрсаткичларини (учинчи даража) ҳисобга олган ҳолда махсус воситалар танлаб олинади.

Мазкур модель тавсифномалар ҳар бир даража доирасида ҳам, жами уч даража орасида ҳам мустақам алоқадорликка эга бўлиши зарур.

Спортчилар тайёрлашни бошқариш тизимида уларга алоҳида хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ёндашиш у ёки бу спортчини мусобақа беллашувининг аввалдан ишлаб чиқилган муайян схемасига киритиш,

шунингдек, модель тавсифномалар бўйича компенсация зоналарини аниқлашга имкон беради.

Бу масалаларни фаолиятнинг муайян турида ўрганиш орқали тайёргарликнинг аниқ воситаларини мақсадга мувофиқ равишда режалаштириш ҳамда юқори малакали спортчилар тайёрлаш жараёнини тезлаштириш мумкин бўлади.

Ёш спортчиларни тайёрлашда юқорида кўрсатилган уч даражали модель ўзаро бўйсунининг тескари тартибига эга бўлади. М.Я.Набатникова (1982) ўспиринларни тайёрлашда уч даражали модель таркибидаги даражаларни қуйидаги тартибда жойлаштириб чиққан эди.

Биринчи даража – потенциал спорт имкониятлари модели

Иккинчи даража – спорт махорати модели.

Учинчи даража – мусобақалашув модели.

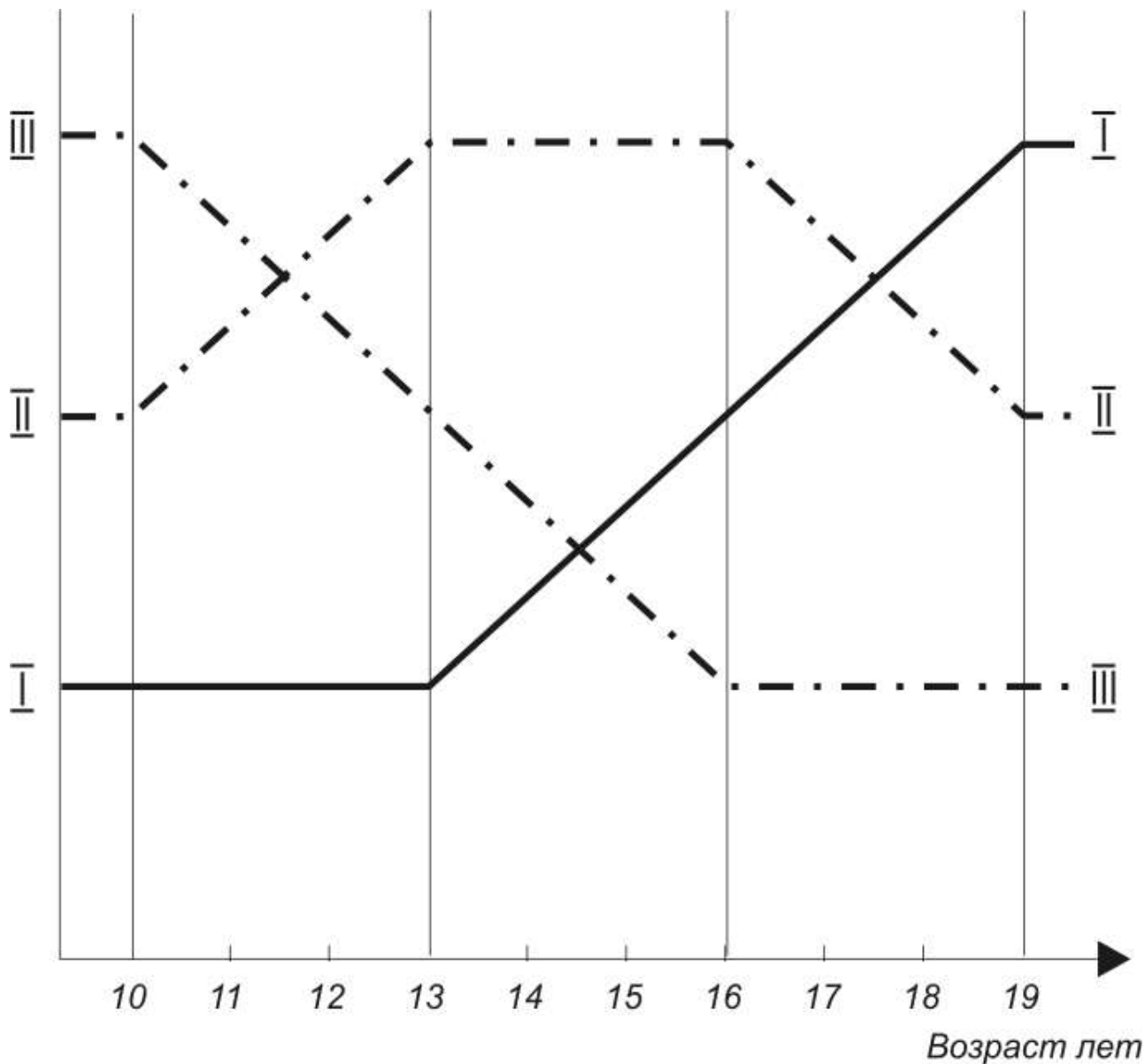
Шундай қилиб, спорт тайёргарлиги тизимида олдинга қўйилган мақсадлардан келиб чиқиб, даражалар иерархиясида ўзгаришлар қандай содир бўлаётганлигини кузатиш мумкин (3.2.4. расм). Агар спорт билан шутулланиш энди бошланганда (болалик чогида) биринчи даражада потенциал спорт имкониятлари моделидан фойдаланиш керак бўлса, юқори малакали спортчиларни тайёрлашда мусобақалашув модели қўлланилади. Табиийки, кўп йиллик машғулотлар жараёнининг муайян бир босқичида даражалар ахамиятининг ўзгариши содир бўлади.

Кўриниб турибдики, болалик пайтида машқ жараёни спортчи организмдаги тизимларни ривожлантиришга йўналтирилган бўлиши лозим, шунинг учун тайёргарлик дастурида ёш спортчининг жисмоний ривожланиш хусусиятларини белгиловчи потенциал спорт имкониятлари модели энг мухим хисобланиши зарур.

13-16 ёшда асосий сифатларнинг ривожланиши шиддатли тус олиб, базавий техника шаклланади. Шунинг учун спортчиларни тайёрлашда спорт махорати модели биринчи ўринда туриши керак. 16 ёшдан мусобақалашув моделининг ахамияти ортиб боради ва 18-19 ёшда у жуда катта ахамиятга эга

бўлади.

Уч даражали тизимда моделлардаги ўзгаришларнинг хусусиятларини белгилашда машғулот воситаларидан мақсадга мувофиқ равишда фойдаланиш учун тайёргарликнинг ўзига хос даражасига қайси босқичда кўпроқ эътибор бериш зарурлигини аниқ билиб олиш жуда мухим. Маштулот жараёнини оқилона ташкил этиш унинг мақсадлари, воситалари ҳамда усулларини бирлаштириш демакдир.



3.2.4.-расм

Спортчиларнинг кўп йиллик тайёргарлигида даражалар аҳамияти динамикасининг модели.

Спортчиларнинг кўп йиллик тайёргарлигида даражалар аҳамиятининг ўзгариши моделини спорт тайёргарлигини ташхисли таҳлилдан ўтказгач, машғулот жараёнини дастурлашда қўллаш мумкин. Бунда тайёргарлик дастурларидаги ҳал қилувчи мақсад маълум босқичдаги даражалар иерархиясининг хусусиятлари бўлиб қолади. Демак, спортчиларнинг кўп йиллик тайёргарлигида машғулот жараёнини ташкил этишда уч даражали тизим моделлари ўзгаришларини мунтазам ҳисобга олиб туриш шубҳага ўрин қолдирмайди.

Шундай қилиб, кўп йиллик тайёргарликни бошқаришда даражалар аҳамиятининг ўзгариш моделларига мувофиқ ҳолда спортчилар тайёргарлигини таҳлил этиш турли ёш даврларида юзага келадиган спорт муаммолари хусусиятларини аниқлаб, шунга мос равишда бошқарувнинг янада аниқ йўллари ишлаб чиқишга шароит яратади.

Спорт назариясининг замонавий илмий муаммолари

Ҳозирги даврда олимлар спорт назариясининг интегратив муаммоларини яхлит ҳолда тасаввур этишга ҳаракат қилмоқдалар. Муаммоларни ҳал этишда юқорида кўриб чиқилган назарий ишланмалар: умумий спорт назарияси, спорт турлари бўйича хусусий предметли назарий-усулий фанлар, гуманитар ҳамда табиий билимларнинг оралиқ соҳалари муносабатлари схемасига (Л.П.Матвеев бўйича), спорт машғулотлари жараёнини бошқаришнинг уч даражали тизимига (А.А.Новиков бўйича), шунингдек, кўп йиллик тайёргарликни бошқаришда даражалар аҳамиятининг ўзгариши моделига (Ф.А.Керимов бўйича) таяниш зарур.

Л.П.Матвеев бўйича (1997) спорт фанининг асосий муаммолари 3 асосий блокка тақсимланади, лекин биз тўртинчи блокни ҳам киритишни таклиф қиламиз:

1. Спорт мохиятининг умумий концепсиясини, унинг тузилиши ва вазифасига хос хусусиятларини ҳамда янада ривожлантириш йўналишларини ишлаб чиқиш.

Шу ўринда спортнинг мохиятига, унинг шахс ва жамият ҳаётида тутган ўрни ҳамда ахамиятига тавсиф бериш, унинг манбалари ва ривожланиш йўналишларини кўриб чиқиш зарур. Спорт фаолиятининг био, ҳамда рухий-ижтимоий табиатини чуқурроқ, тўлароқ ва яхлит ҳолда тадқиқ этиб, спортни ҳозирги замон жамиятидаги вазифалари ва ривожланиш қонуниятларини тушунтириб бериш лозим. Бунда спорт амалиётининг турли йўналиш ва бўлимларида (жумладан, оммабоп, профессионал ва профессионал-тижорат спортида) мавжуд бўлган асосий зиддиятларни, шунингдек, уларни шахс ва жамият манфаатлари йўлида бартараф этиш усуллари, шарт-шароитларини очиб бериш керак.

2. Спорт беллашуви назарияси муаммоси, спорт беллашувининг мусобақа фаолияти сифатидаги мохиятини, уни ҳаракатга келтирувчи кучларни, самарали амалга ошириш қонуниятлари ва шарт-шароитларини муфассал англаб етиш.

Мусобақа фаолиятида сабаблар ва шахсий режалар, уни моделлаштиришнинг тайёрлов шакллари, спорт-мусобақа юкламаларининг ўз-ўзини оқлайдиган катталиклари, шунингдек, уларни мос равишда ўзгартириш ҳамда спорт амалиётининг турли шароитларида беллашувлар тизимининг тўғри тузилган вариантлари тўғрисида умумлаштирувчи тасаввурларни ишлаб чиқиш керак.

3. Спорт машғулоти ва спорт ютуқларининг бошқа омилларидан тизимли фойдаланиш муаммолари.

Бу бўлимда спорт машғулотининг мазмуни ва тузилиши, тузилиш қонуниятлари ҳамда тамойиллари, спортчини спорт ютуқларига тайёрлашнинг жисмоний, техник, тактик ва бошқа жihatларининг назарий-усулий асослари ишлаб чиқилади ва батафсил ёритилади.

Спорт ориентасияси ва саралаш; кўп йиллик спорт тайёргарлигининг оптимал тузилиши - тайёргарликнинг биринчи босқичидан бошлаб спортчини спорт фаолиятининг энг юқори пиллапояларигача олиб чиқиш; башорат қилиш, режалаштириш, назорат ҳамда уни оптималлаштириш бўйича чора-тадбирлар тизимида қўшимча омилдан тўғри фойдаланиш муаммолари ўз ечимини кутиб турибди.

4. Спорт фанидаги энг йирик муаммоларидан бири - машғулот ва мусобақа фаолияти шароитида организм тизимлари фаолиятини ўрганиш.

Бугунги кунда спортдаги ютуқларимизнинг ривожланиб бориш йўналишлари шундайки, уларни яқин ўн йилликларга лойихалаштириш, эҳтимол, энг аввало, машғулот ва мусобақа воситаларининг спортчи организмга энг мақбул тарзда таъсир кўрсатиш йўллари ҳамда воситаларини унинг физиологик, биокимёвий имкониятларини ҳисобга олган ҳолда аниқлашдан иборат. Ушбу ҳолат тадқиқотчилар олдига қуйидаги вазифаларни қўяди:

Биринчидан:

- ҳар хил спорт турларида спортчи иш қобилиятининг ўсиб боришини белгилловчи физиологик механизмларни тадқиқ этиш;
- мусобақа ва машғулот фаолияти жараёнида иш қобилиятининг пасайиш сабабларини ҳамда толиқиш юзага келишининг физиологик механизмларини аниқлаш;
- иш қобилиятини такомиллаштириш жараёнини, катта юкламаларга кўникиш механизмларини ўрганиш;

Иккинчидан:

- тренировка ва мусобақа фаолиятида спортчининг рухий ҳолати қонуниятларини очиб бериш;
- тренировка ва мусобақа фаолияти жараёнида асабий-рухий ҳамда хиссий зўриқиш даражасини баҳолаш мезонларини ишлаб чиқиш;

- спортчи организмнинг жисмоний захираларини аниқлаш ва уларга баҳо бериш;
- ўта зўриқиб фаолият кўрсатиш моделларида организмдаги етакчи тизимларнинг амал қилиш ички имкониятларини аниқлаш;
- янги, рекорд даражаларига эришиш мақсадида захирадаги имкониятларни янада ошириш йўллариини белгилаш.

Муаммолар йитиндисидан кўриниб турибдики, спорт назарияси фақат билиш, концептуал жихатдан эмас, амалий жихатдан ҳам мураккаб ҳамда аҳамиятлидир. Спортнинг кейинги тараққиёти мазкур муаммоларнинг тўғри хал этилишига боғлиқ.

Назорат учун савол ва топшириқлар

1. Фанлар тизимида умумий спорт назариясининг тутган ўрни ва бошқа фанлар билан ўзаро алоқаси тўғрисида сўзлаб беринг.
2. «Спорт машғулоти жараёнини бошқариш тизими» тушунчасининг моҳияти (А.А.Новиков бўйича) хақида сўзлаб беринг.
3. Спорт машғулоти жараёнини бошқариш тизими қандай даражаларга бўлинади?
4. Мусобақалашув фаолиятининг модель тавсифномаларини ташкил этувчи кўрсаткичлар хақида гапириб беринг.
5. Спортчи тайёргарлигидаги асосий жихатларнинг модель тавсифномаларини ишлаб чиқишда нималарни ҳисобга олиш керак?
6. Потенциал спорт имкониятлари модели нима?
7. Кўп йиллик тайёргарликни бошқаришда даражалар аҳамиятининг ўзгариши модели деганда нимани тушунаси?
8. Спорт фани муаммоларининг қандай асосий блокларини биласиз?
9. Спорт фанининг спорт машғулоти назариясидаги асосий муаммолари нималардан иборат?
10. Спорт фанининг спортчи организми функционал имкониятларини ўрганишдаги асосий муаммолари нималардан иборат?

Тавсия этиладиган адабиётлар

1. Галковский Н.М., Керимов Ф.А. Вольная борьба. Т.: Медицина, 1987. 223с.
2. Донской Д.Д. Биомеханические характеристики тела человека и его движений. В книге: Донской Д.Д., Засиорский В.М. Биомеханика. М., ФиС. 1979 16-38 с.
3. Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва усулияти. Т.: УзДЖТИ, 2001, 286 б.
4. Матвеев Л.П. Обхая теория спорта. М., Воениздат. 1997, 304 с.
5. Методологические проблемё совершенствования системё спортивной подготовки квалифицированных спортсменов. Сборник научных трудов. М., 1984. 238 с.
6. Новиков А.А., Акопян А.О. Функциональная система управления подготовкой спортсменов в различных видах единоборств. ТиПФК. 1983. № 11 с.20-22.
7. Основё управления подготовкой юных спортсменов (под ред. Набатниковой М.Я.) М.: ФиС, 1982 280 с.

4-Мавзу: Спортда педагогик тажриба.

Режа:

1. Педагогик тажрибанинг асосий вазифаси ва турлари.
2. Педагогик тажрибаларнинг турлари ва уларга қўйиладиган талаблар.
3. Тажрибанинг асосий босқичлари.
4. Педагогик тажриба учун текширилувчиларни танлаш.
5. Педагогик тажрибанинг давомийлигини белгилаш.

Спортдаги педагогик тажриба тадқиқот усулларининг ўзига хос мажмуи бўлиб, у тадқиқотлар аввалида асосланган фараз тўртилигининг илмий жихатдан холис ҳамда исботли текширилувини таъминлайди. Чунингдек, бошқа усуллардан фарқли ўлароқ, таълим ва тарбия соҳасидаги у ёки бу янгиликларнинг самарадорлигини текшириш, машғулотнинг янги, янада самарали воситалари, усуллари ҳамда ташкил этиш йўлларини чуқурроқ тадқиқ этиш имконини беради. Педагогик тажриба ўқув-машқ жараёни тузилишидаги турли омилларнинг аҳамиятини таққослаб, маълум вазият учун уларнинг энг мақбул бирикмаларини танлаш, муайян педагогик вазифаларни амалга ошириш учун зарур шароитларни аниқлашга замин яратади. Тажрибанинг педагогик кузатишдан фарқли жихати, шунингдек, у ходисаларни турли хил шароитларда ўрганиш имконини беради, бундан ташқари, тажриба жараёнида бир ходисани бир неча бор айнан бир хил ёки сал бошқачароқ ҳолатда текшириш ва, ниҳоят, тажриба воситасида предметни анча аниқ ўрганиш, уни алоҳида таркибий қисмларга тақсимлаш, улар орасида тадқиқотчини энг кўп қизиқтирадиган қисмларни ажратиб олиш мумкин бўлади. Чундай қилиб, спортда педагогик тажриба; а) ўрганилаётган ходисани сунъий равишда бошқаларидан ажратиб олиш; б) текширилувчиларга педагогик таъсир кўрсатиш шароитларини аниқ мақсад йўлида ўзгартириб туриш, бунда олинадиган натижаларни кузатиб бориш; в) ўрганилаётган айрим педагогик ходисаларни ўзгартирган ҳолда такрорлаш (тахминан худди шундай шароитларда ўша дастур асосида мувозий гуруҳларда машғулотлар ўтказилади, текширилувчиларга маълум топшириқлар ҳам берилади) имкониятини яратади. Педагогик тажриба ўқув-

машқ жараёнидаги у ёки бу объектив ботланишларни юзага чиқаришда ёрдам берадиган фактларга эга бўлиш (йиғиш) учун хизмат қилади. Фактларсиз тадқиқот бўлмайди. Академик И.П.Павлов «Фактлар – олимнинг ҳавоси, улар бўлмаса, сиз ҳеч қачон парвоз қила олмайсиз, Уларсиз барча назарияларингиз қуруқ чиранишдан бўлак нарса эмас», - деган эди.

Спорт фанида педагогик тажрибанинг бир неча тури мавжуд, уларнинг ҳар бири ўзига хос хусусиятларга эга. Амалга ошириладиган тадқиқотнинг мақсадларига мувофиқ ҳолда тажриба ўзгартирувчи ёки тасдиқловчи бўлиши мумкин.

Ўзгартирувчи тажриба ўртага ташланган оригинал фаразларга мос равишда илм ва амалиётда янги педагогик қониданинг ишлаб чиқилишини кўзда тутди.

Тасдиқловчи тажриба у ёки бу факт, ҳодиса ҳақидаги мавжуд билимларни текшириш учун ўтказилади. Тасдиқловчи тажриба маълум бир факт, ҳодисанинг янги шароитда, шуғулланувчиларнинг бошқа ёшдаги гуруҳи, бошқа спорт турлари вакиллари билан олиб борилган иш давомида кўрсатган таъсирини текширишга хизмат қилади.

Педагогик тажрибанинг яна табиий, модель ҳамда лаборатор турлари мавжуд.

Табиий тажрибада таълим ва тарбиянинг одатдаги шароитлари шу қадар сезиларсиз ўзгартириладики, уларга ҳатто тажриба қатнашчилари ҳам эътибор бермайдилар.

Модел тажрибада жисмоний тарбиянинг ўзига хос шароитларига жиддий ўзгартишлар киритилади, натижада, ўрганилаётган ҳодисани чет таъсирлардан муҳофаза қилиб туриш имкони тутилади.

Лаборатор тажрибада шароитлар қатъий барқарорлаштирилади, бу текширилувчиларни ташқи муҳит таъсиридан имкон қадар ажратиб қўйишга замин ҳозирлайди.

Ўқитишнинг қандайдир усули, қўлланаётган воситалари ва самарадорлиги даражасини аниқлашга ёрдам берадиган педагогик тажрибани

қиёсий тажриба деб атайдилар. Ўз навбатида, қиёсий тажрибалар изчил ҳамда мувозий турларга бўлинади.

Изчил тажрибалар янгилик жорий этилган педагогик жараён самарадорлигини шу шуғулланувчилар гуруҳига мазкур янгилик жорий этилмасдан аввалги самарадорлиги билан таққослаш йўли орқали фаразни исботлашни назарда тутди.

Мувозий тажрибалар икки ёки ундан ортиқ бир-бирига максимал даражада ўхшаш ўқув гуруҳлар жуфтликларини ташкил этишни кўзда тутадиган схема асосига қурилади. Гуруҳлардан бирида ўқув-тарбия жараёнини ташкил этишнинг тажриба усули (тажриба гуруҳи), бошқасида эса назорат усули (назорат гуруҳи) қўлланилади. Ўқув-машқ дарслари ва текширувлар ҳар иккала гуруҳда бир вақтда, яъни мувозий тарзда ўтказилади.

Мувозий тажрибалар тўғридан-тўғри ҳамда кесишма бўлади. Тўғридан-тўғри мувозий тажриба ишлаб чиқилган усул асосида машғулотлар туркуми ўтказилиб, ўрганилаётган омиллар самарадорлиги белгиланадиган тажриба ва назорат гуруҳлари ташкил этилишини назарда тутди.

Кесишма тажриба бирмунча мураккаб тузилишга эга бўлиб, бунда 2 та гуруҳ ташкил қилинади, биринчи гуруҳда ишлаб чиқилган усул асосида, иккинчи гуруҳда эса анъанавий йўл билан машғулотлар ўтказилади, муайян босқичдан кейин бу гуруҳлардаги топшириқлар алмаштирилади.

Кесишма тажрибада назорат гуруҳлари ташкил этишга эҳтиёж қолмайди, чунки жуфтликдаги ҳар бир гуруҳ навбатма-навбат гоҳ назорат гуруҳи, гоҳ тажриба гуруҳи вазифасини ўтайди.

Кесишма тажрибаларнинг асосий камчилиги шундаки, унга таъсир кўрсатадиган омиллар турлича навбатлашади. Масалан, агар тажрибанинг 2 босқичи 4 ойдан давом этса, у ҳолда биринчи омил «А» гуруҳига, дейлик, сентябрдан декабр ойигача, «Б» гуруҳига эса январдан апрел ойига қадар таъсир кўрсатади. Ўтган 4 ой мобайнида, табиийки, текширилувчиларнинг тайёргарлик даражаси ўзгаради, натижада, бир омилнинг ўзи «А» ва «Б» гуруҳларида ҳар хил асосда, йилнинг иқлим шароитлари турлича бўлган

даврларида амал қилади. Чунинг учун ҳам бундай тажрибалар босқичлар унча узоқ давом этмайдиган ҳоллардагина қўлланилади, негаки, давомийлик шутулланувчиларнинг тайёргарлик даражасини кейинги босқич ўтказиладиган пайтгача сезиларли ўзгартириб юбориши мумкин.

Педагогик тажрибаларнинг турлари ва уларга қўйиладиган талаблар.

Педагогик тажрибаларнинг турлари кўп бўлиб, улар қуйидаги белгиларига кўра тавсифланади: а) тажриба шароити амал қилиши учун сарфланадиган вақтга кўра- узоқ ёки қисқа муддатли; б) ўрганилаётган педагогик ходисаларнинг тузилишига кўра – оддий ёки мураккаб, в) тадқиқот мақсадларига кўра – педагогик жараённинг йўналишини ўзгартириб юборувчи тажриба (у яна яратувчи тажриба, шакллантирувчи тажриба деб ҳам аталади) ҳамда тасдиқловчи, назорат қилувчи тажриба; г) тажрибанинг ташкил этилишига кўра – лаборатория тажрибаси, табиий ҳамда аралаш (мажмуавий) тажриба.

Тажрибанинг ҳар қандай тури: а) фаразлар ишлаб чиқирилишини; б) тажриба иш дастурлари яратилишини, ўқув-масъула жараёни амалиётга аралашувнинг усул ҳамда йўл-йўриқлари белгиланишини; в) тажриба ишини амалга ошириш учун зарур шароитлар таъминланишини; д) тадқиқотчи томонидан ушбу тажрибада қатнашадиган барча спортчилар тайёрланишини; е) тадқиқотчи ва текширилувчилар орасида ўзаро тўғри муносабатлар йўлга қўйилишини талаб этади.

Педагогик тажрибаларни ташкил этиш ва ўтказишда қуйидаги талабларга риоя қилиш лозим;

1. Дастлабки маълумотлар ва фаразларни белгилаб олиш мақсадида ўрганилаётган ходисаларни аввалдан синчиклаб кузатиш.

2. Тажриба ўтказиш мумкин бўлган шарт-шароитларни яратиш, бунинг учун мос объектларни танлаш (спорт зали, контингент, жихозлар ва х.к.).

3. Тажриба ишининг барча муолажаларини аниқ ишлаб чиқиш.

4. Ўрганилаётган ходисанинг (объектнинг) ривожланишини мунтазам равишда кузатиш ва олинган маълумотларни тўлиқ ёзиб бориш.

5.Маълумотларнинг турли усуллар ва йўллар билан тегишли мосламалар, схемалар, сўроқномалар, тестлар, математик аппаратларни қўллаган холда мунтазам равишда қайд этиб бориш (имконият бўлганда ўлчаш ҳамда баҳолаш).

6.Такрорланувчи вазиятларни юзага келтириш, шароит хусусиятларини ўзгартириш ҳамда кесишма таъсир ўтказиш; аввал олинган маълумотларни тасдиқлаш (ёки инкор этиш) учун мураккаблаштирилган вазиятлар яратиш.

7.Олинган маълумотларни эмпирик ўрганишдан мантиқий умумлаштиришга, таҳлил этиш ва назарий жихатдан қайта ишлашга ўтиш. Фактлар хар доим сабабларнинг натижасидир, ушбу сабаблар эса фактлар асосида аниқланади.

Тажрибанинг асосий босқичлари.

Биринчи босқичда - мазкур мавзу бўйича илгари чоп этилган ишлар назарий томондан чуқур таҳлил қилинади; хал этилиши лозим бўлган муаммолар аниқланади; ушбу тадқиқот учун мавзу танланади; тадқиқотнинг мақсад ва вазифалари белгиланади; муаммонинг ечимини топиш бўйича мавжуд амалиётлар ўрганилади; жисмоний тарбия назарияси ва амалиётида текширилаётган муаммони хал қилишга ёрдам берадиган мавжуд чоралар кўриб чиқилади; тадқиқот фарази шакллантирилади.

Иккинчи босқичда - қатор вазифаларни бажариш керак; тажриба объектларини зарур миқдорда танлаб олиш (спортчилар, спорт гурухлари, спорт турлари ва х.к.) ; тажриба қанча муддат давом этишини аниқлаш; тажриба объектининг дастлабки ҳолатини ўрганиш учун муайян усулларни танлаш; усулиятларнинг қулайлиги ҳамда самарадорлигини кам сонли текширилувчилар гуруҳида синовдан ўтказиш; тажриба объектида тегишли педагогик таассуротлар натижасида юз берадиган ўзгаришлар ҳақида ҳукм чиқариш мумкин бўлган белгиларни аниқлаш.

Учинчи босқич - асосий ҳисобланиб, ишлаб чиқилган усулиятнинг

самарадорлигини текшириш бўйича тажрибани ўтказишга йўналтирилади. Ушбу босқич қуйидаги тадбирларни ўз ичига олади: тажриба ўтказилаётган тизимнинг бошланғич ҳолатини ўрганиш (спортчиларнинг жисмоний, техник, тактик ёки функционал тайёргарлиги даражаси аниқланади); тажриба ўтказилаётган шароитларнинг дастлабки ҳолатини ўрганиш; таклиф этилган чораларнинг самарадорлиги меъзонларини шакллантириш; тажриба иштирокчиларига уни ўтказиш тартиби ҳамда самарадорлиги шартлари хусусида кўрсатмалар бериш; тажрибанинг муайян вазифани ҳал этиш бўйича муаллиф таклиф этган тадбирлари тизимини амалга ошириш; тадбирларнинг тажрибавий тизими остида объектларда бўлаётган ўзгаришларнинг хусусиятларини кўрсатувчи оралиқ текшириш асосида олинган тажрибанинг бориши ҳақидаги маълумотларни қайд қилиш; тажриба ўтказиш жараёнидаги мураккабликлар ҳамда кузатилиши мумкин бўлган типик нуқсонларни аниқлаш; сарфланадиган вақт, маблағ ҳамда ҳаракатларни баҳолаш.

Тўртинчи яқунловчи босқич тажрибадан келиб чиқадиган хулосаларни умумлаштиришга йўналтирилади; тадбирларнинг тажрибавий тизимини амалга ошириш натижалари (спортчилар тайёргарлик даражасининг сўнгги ҳолати, уларнинг билим, кўникма ва малакаларини эгаллаб олганликлари даражаси баёни; тажриба ижобий натижалар берган шароитлар тавсифи; тажриба иштирокчиларининг (тренерлар, спортчилар) хусусиятларини баён этиш; сарфланган вақт, ҳаракатлар ҳамда маблағлар тўғрисидаги маълумотларни аниқлаш; тажрибада текширилган тадбирлар тизимининг қўлланиш доирасини кўрсатиш.

Педагогик тажриба учун текширилувчиларни танлаш.

Тадқиқотчи педагог олдида ҳар доим шундай саволлар кўндаланг бўлади: тажрибада нечта спортчи ёки шутулланувчи қатнашиши керак? Унда нечта ўқитувчи-тренер иштирок этиши лозим? Мазкур саволларга тўғри жавоб бериш тажриба объектлари миқдорининг репрезентатив (хамма учун кўргазмали бўлган) танлаб олиншини амалга ошириш демакдир. Танлаб олиш,

биринчидан, спортчиларни қамраб олиши жихатидан эътиборли бўлиши керак. Танлаб олиш ҳажми тажриба олдидаги вазифаларга боғлиқ. Айнан шу вазифалар танлаб олишнинг зарур хусусиятларини белгилайди. Тажриба вазифалари ва унга киритилган объектлар сони ўзаро узвий алоқада бўлиб, бири-бирига таъсир кўрсатади. Бироқ ҳал қилувчи унсур, барибир, тажрибанинг педагог-тренер олдиндан белгилаб қўйган вазифалари ҳисобланади. Айнан улар танлаб олишнинг зарурий хусусиятини белгилайди.

Масалан, мувозий тажрибалар ташкил этилган вақтда (унда спортчининг тезлик-куч сифатларини тарбиялаш усулиятини текшириш кўзда тутилган бўлса), бир тажриба гуруҳи ва бир назорат гуруҳи билан чегараланиш мумкин. Тажриба гуруҳида ишлаб чиқилган усулиятга мувофиқ равишда машғулотлар ўтказилади, назорат гуруҳида эса одатдаги ўқув жараёни боради. Тажриба гуруҳидаги спортчилар тайёргарлик даражаси, ўтил ва қиз болалар таркибига кўра назорат гуруҳидаги спортчилар билан бир хил бўлиши жуда муҳим. Бунинг устига, ҳар доим танлаб олишнинг репрезентасияланганлигини спортчилар, тренерларнинг эътиборлилиги нуқтаи назаридан ҳам, спортчиларнинг муайян гуруҳи учун мумкин бўлган натижаларнинг ҳолислиги нуқтаи назаридан ҳам исбот қилиш талаб этилади.

Тажриба учун танланадиган объектлар сонининг кам бўлишига ҳам, айти пайтда, хаддан ташқари кўпайиб кетишига ҳам эҳтиёж бўлиши керак, чунки бу сўнгги ҳолатда тажрибачининг иши мураккаблашиб кетади, у тажрибанинг боришини етарлича чуқур таҳлил қила олмайди ва тўла исботланмаган тавсиялар бера бошлайди.

Текширилувчиларнинг энг мақбул миқдори қанчалигини аниқлаш учун айрим умумий қоидаларни билиш керак (Б.А.Ашмарин, 1978);

1.Текширилувчилар миқдorigа кўра танланадиган мажмуанинг 2 тури мавжуд; тажриба ва назорат гуруҳлари учун ҳамда "оммавий" тадқиқотлар учун. Биринчи мажмуа ҳар доим иккинчисидан кичик бўлади. Агар педагогик тажриба учун, одатда, икки-уч жуфт гуруҳлар ташкил этилса, уларнинг ҳар бирига бир неча кишидан 20-40 кишигача қабул қилинса, масалан, жисмоний

ривожланиш ҳамда жисмоний тайёргарлик стандартларини аниқлаш учун ўтказиладиган «оммавий» тадқиқотларда юзлаб, минглаб кишиларни текширувдан ўтказишга тўғри келади.

2.Текширилувчиларнинг миқдори ҳар бир киши устида ўтказиладиган тадқиқотлар миқдори билан тўғридан –тўғри алоқадордир. Агар тадқиқотнинг вазифаси бир неча мартадан кўрсаткичлар олишни талаб қилса, унда текширилувчилар сони унчалик кўп бўлмаслиги мумкин ва, аксинча. Бошқача айтганда, статистик ишлов бериш учун етарли бўлган фактик материалларнинг бир хил миқдорига ё оз кишилик гуруҳларда тез-тез тадқиқот ўтказиб, ёхуд кўп кишилик гуруҳларда камроқ тадқиқот ўтказиб эга бўлиш мумкин. Биринчи йўлдан, одатда, юқори малакали спортчилар билан иш олиб борилганда фойдаланилади.

3.Текширилувчилар миқдори уларнинг хусусиятларига ҳам боғлиқ: а)юқори малакали спортчилар билан ишлаганда, уларнинг ўрганиш учун қулай миқдори билан чегараланиш керак; б)текширилувчиларнинг таркиби ёши, жисмоний ривожланиш ва тайёргарлиги жихатидан қанчалик бир-бирига ўхшаш, яқин бўлса, уларнинг сони ҳам шунчалик кам бўлиши мумкин ва ҳар бир киши устида олиб бориладиган тадқиқотлар ҳам камроқ бўлади, чунки таркибнинг бир турлилиги олинадиган кўрсаткичларнинг камроқ тақсимланишини шарт қилиб қўяди.

4.Зарур тадқиқотлар миқдори у ёки бу ходисани тавсифлайдиган белгининг сервариантлигига боғлиқ; у нақадар катта бўлса, текширувчилар ва тадқиқотларнинг ҳар бир киши учун ўтказиладиган тури ҳам шунчалик кўп бўлади. Масалан, мушак кучи кўрсаткичи ҳаракат реакциясининг вақт кўрсаткичига нисбатан у қадар сервариант эмас, шунинг учун биринчи хил тадқиқотлар иккинчи хилига нисбатан камроқ ўтказилиши мумкин.

5.Илмий иш вазифаларига кўра тадқиқот дастурининг батафсиллиги ҳам тадқиқотларнинг зарурий миқдорини белгилайди; ўрганилаётган ходисанинг қанчалик кўп белгисини қайд этиш лозим бўлса, шунча кўп тадқиқот ўтказилади.

6.Тажрибачи тадқиқот объектини тавсифлайдиган дастлабки маълумотларга қанча кўп эга бўлса, унга шунча кам текширилувчи ёки тадқиқот миқдори зарур бўлади. Тажрибачи олдида имкон қадар кичик гуруҳларда текширув ўтказиб, ишончли натижалар олишга эришиш вазифаси турар экан, у тадқиқ этилаётган шахслар ҳамда шарт-шароитларни тавсифлайдиган белгилардан имкон қадар кўп тўплашдан манфаатдордир.

Педагогик тажрибанинг давомийлигини белгилаш.

Ўта қисқа муддатли тажриба ноҳолис илмий тавсифларга, алоҳида педагогик омиллар аҳамиятининг ошириб кўрсатилишига олиб келади. Хаддан зиёд узок муддат тажрибачини бошқа вазифаларни ҳал этишдан чалғитади, ишнинг сермехнатлигини оширади. Чунинг учун ҳам ҳар қандай тадқиқотда тажрибанинг энг кам зарурий муддатини махсус исботлаб бериш лозим.

Буни, биринчидан, эҳтиёткорона илмий-амалий хулосалари чиқарилган ўхшаш тажрибалар ўтказишнинг илгариги ютуқ ва камчиликларини таҳлил этиш йўли билан; иккинчидан, тажрибанинг мақсад ва вазифалари унинг зарурий муддати (давомийлиги) билан солиштириш йўли орқали амалга ошириш мумкин. Агар, масалан, тадқиқотчи кичик мактаб ёшидаги болалар тезлик-куч хусусиятларини ўрганаётган бўлса, у тажрибани уч йил давомида 1-2-3- синфларни қамраб олган ҳолда ўтказиши керак. Бошқа ёш гуруҳларида ҳам тажрибанинг давомийлиги мувофиқ равишда танланади. Тўғри, агар педагог мазкур ёш гуруҳидаги барча синфларда бир вақтда тажриба ўтказиш имкониятига эга бўлса ва иш олиб борилаётган синф айнан бир турли эканлиги исботланса, бу муддат қисқартирилиши ҳам мумкин.

Агар тажриба жараёнида бирон-бир техник ҳаракатнинг (масалан, курашдаги маълум усулнинг) шаклланишига ўргатишнинг таъсири текширилаётган бўлса, у ҳолда энг типик ҳамда сервариант техник ҳаракатларни (ушбу ҳолатда курашдаги комбинациялар ва усуллар дастасини) қамраб олиш, биргина усул билан чегараланиб қолмаслик керак. Бу мисолда тажрибанинг давомийлиги уларни ўрганишга сарфланадиган бутун муддатга

тенг бўлиши лозим. Олинган маълумотлар аниқлигига ишонч ҳосил қилиш учун шу йилнинг ўзида ёки кейинги йили такрорий тажриба ўтказиш фойдадан холи бўлмайди.

У ёки бу педагогик воситанинг фикрлаш қобилияти, ирода, хиссий далиллаш (мотивасия) соҳаси ривожига таъсири ўрганилаётган вақтда тажриба (илгариги тадқиқотлар асосида шу фикрга келинди) камида бир йил, яхшиси 2 йил давом этиши керак, чунки спортчининг рухий оламида ҳақиқатан ўзгаришлар содир бўлганини қисқа муддатда пайқаш осон эмас. Худди шу фикрларни спортчининг шахсий сифатларини тарбиялаш хусусида сўз борганда ҳам таъкидлаш мумкин. Бунда, одатда, ижобий томонга жиддий ўзгаришлар бўлганлиги ҳақидаги маълумотларни олиш учун яна 1-2 йил керак бўлади.

Демак, педагогик тажрибанинг оқилона танланган давомийлигини махсус исботлаш кераклигини амалиёт тасдиқлаб турибди.

Тажрибани ўтказишда қайд этиш илмий ҳужжатлари.

Педагогик тажрибани ташкил этиш ва ўтказиш давомида тадқиқотчи ишга алоқадор ҳамма нарсани албатта қайд этиб бориши шарт.

Ҳужжатларнинг стандарт шакллари йўқ. Улар кўпгина омиллар (тадқиқотнинг вазифалари, усуллари ва х.к) орқали белгиланади. Лекин ҳар қандай ҳолатда ҳам тажрибачи тадқиқот қайдлари кундалигини юритиши, спортчининг мусобақа фаолияти, тайёргарлигининг турли жихатлари, организмдаги ҳар хил тизимлар текшируви қайдномаларига эга бўлиши, шунингдек, текширилувчиларнинг тиббий-педагогик варақаларини тўлдириб бориши лозим.

Тадқиқот қайдлари кундалигига педагог ўқувчиларга педагогик таъсирот ўтказилгани тўғрисидаги, жамоавий, гуруҳли тадбирлар ҳамда алоҳида таъсир чоралари амалга оширилганлиги ҳақидаги маълумотларни ёзиб боради. Айти пайтда, спортчилар устида педагогик кузатув олиб борар экан, педагог уларнинг педагогик таъсирларга муносабатини ҳам, хиссий

кўзталишлар, фикр билдириш, баҳолаш, мулохазалар, фактларни, муваффақиятсизликларнинг сабабларини, улар ижобий бўлса ҳам, салбий бўлса ҳам, қайд этиб бориши керак.

Тадқиқот арафасида ва у ўтказилган кундаги ишчи юкламаларини ёзиб бориш, уйқу, умумий ахвол, шутулланиш истаги, овқатланиш хусусиятларига оид маълумотларни таҳлил қилиш зарур. Қўлланилаётган тажриба амалларини ёзиб бориш асносида педагог тажрибанинг ташкил этилишидаги нуқсонларни билиб олади, фаразнинг ифодаланиши тўғрилигини аниқ текшириб олиш учун керакли ўзгартиришлар киритади.

Тадқиқот қайдномаларида қуйидагилар белгиланади: қайдноманинг тартиб рақами, тадқиқотнинг ўтказилиш санаси ва ўрни, унинг ўтказилиш вақти (бошланиши ва охири), текширилувчиларнинг исм ва фамилиялари, тутилган санаси, спорт тайёргарлиги даражаси, тадқиқотнинг тури ҳамда ўтказилган жойи. Мусобақа фаолияти тадқиқоти учун қайдномаларда спортчиларнинг ҳаракатлари батафсил тасвирланади, масалан, кураш турларида махсус ишлаб чиқилган рамзий белгилар (50дан ортиқ) бўлиб, улар курашчининг барча техник-тактик ҳаракатларини қайд этиб боришга имкон беради.

Спортчи тайёргарлигининг турли жиҳатларини тадқиқ этиш қайдномаларида қайд этиладиган кўрсаткичлар белгилаб борилади (масалан, тезлик, куч ва чидамлилиқнинг назорат синовлари натижалари).

Организмнинг турли тизимларини текшириш қайдномаларида спортчи организмнинг функционал ҳолатини баҳолаш натижалари (масалан, жисмоний ишчанликни PWC_{170} тести ёрдамида аниқлаш) кўрсатилади.

Тиббий-педагогик варақалар тренер билан ҳамкорликда машғулот жараёнида ўтказиладиган тиббий тадқиқотлар учун мўлжалланган. Уларда спортчи организмнинг функционал ҳолатини текшириш натижалари, машғулот ва мусобақа ўтказиш жойларининг гигиеник ҳолати, машғулот ва мусобақа юкламаларини режалаштириш хусусиятлари ҳамда тикланиш учун қўлланадиган воситалар акс эттирилиши лозим.

Тадқиқотнинг вазифалари ва қўлланадиган усулларидан келиб чиқиб, қайд этиш хужжатларининг бошқа шакллари ҳам ишлаб чиқилиши мумкин.

Педагогик тажриба чотида тажриба усулиятидаги нуқсонлар ва мураккабликларни холис равишда қайд этиб бориш жуда муҳим, бу фаразнинг хато унсурларини юзага чиқариш ва тажриба мобайнида фаразни ҳамда тажриба усулятининг ўзини ҳам бойитиш ва аниқлаштириш имконини беради. Бундай тахрирни ва ўзгартишларни холис равишда ёзиб бориш тажриба хулосалари ва тавсияларнинг илмий-амалий нуқтаи назардан қимматини янада оширади, чунки улар тренернинг кундалик фаолиятида юз бериши мумкин бўлган камчиликлар ва қийинчиликлар олдини олишнинг ишончли йўлларини кўрсатиб беради.

Педагогик тажрибани усулий ва техник жихатдан тайёрлаш.

Тажрибани усулий ва техник жихатдан тайёрлаш унинг тояси ва ўтказиш режасидан келиб чиқади. Унинг таркибига тажриба ўтказувчи ва техник ёрдамчиларнинг тайёргарлиги объектини, шунингдек, моддий-техник таъминот воситалари-зарурий жихозлар, қайд этиш асбоблари, кимёвий моддалар, транспорт ва х.к.ни тайёрлаш ишлари киради.

Дастлабки босқичда ўтказилажак педагогик тажрибанинг моддий-техник таъминланишига катта эътибор берилади: асбоб-ускуналар ҳамда кимёвий моддаларни зарурий миқдорда олиш, тажриба учун керак бўладиган барча асбоб-ускуналарнинг ишга яроқлилигини бирма-бир текшириш, тажрибанинг ўтказилишини таъминловчи ускуналар мажмуини ўрганиш, уларни созлаш ва талай ишлар шулар жумласидандир. Тажриба жараёнида ўрганилаётган объектда у ёки бу омиллар таъсирида юз бераётган ўзгаришларни қайд этиш усуллари ҳамда асбоб-ускуналарни танлашга алоҳида аҳамият билан қараш керак. Бу ўзгаришлар ўлчамларининг аниқлиги умуман тажрибанинг «тоза» ўтишини белгилайди. Тажрибачи риоя қилиши шарт бўлган ушбу қоида доимо ёдда тутиши керак: «Тажрибани ўтказишда қўлланадиган барча асбоб-

ускуналар ҳамда техник жихозларнинг тайёргарлиги ва ишга тўла яроқлилигига ишонч ҳосил қилмай туриб, ҳеч қачон тажриба ўтказишга киришманг».

Шундай қилиб, асбоб (тажриба қурилмаси)- билишнинг жуда муҳим воситаси, ундан фойдаланиш эса эмпирик, шу жумладан, тажриба тадқиқотининг ўзига хос хусусиятидир. Асбобнинг ўзига хослиги у ёки бу даражада эмпирик билиш турларининг ўзига хослигини шарт қилиб қўяди. Чунинг учун ҳам асбобларнинг таснифланиши катта аҳамиятга эга. Уларни 5 та асосий гуруҳга тақсимлаш мумкин; 1) сезги орқали идрок қилиш кучини ва кўламини оширадиган асбоблар (микроскоплар, рентген ускуналари); ўлчаш асбоблари (линейка, соат, тонометр, термометр); 3) предметларни таркибий қисмларга тақсимлаб, уларнинг ички тузилишини ўрганиш имконини берадиган техник қурилмалар (тезлаштиргичлар, центрифуга, филтрлар); 4) тажриба учун зарур шароитни юзага келтириш имконини берадиган техник тизимлар (барокамералар, аэродинамик қувурлар); 5) қайд этувчи асбоблар (кино-, фото-, видео-, телеасбоблар, осциллографлар).

Тажриба режасини муваффақият билан амалга оширишда тажрибачи ва ёрдамчиларнинг усулий ҳамда техник тайёргарлиги нихоятда катта аҳамиятга эга. Энг аввало, тажрибачининг ўзи тажриба ўтказиш учун танланган муайян усулиятни, шунингдек, унда фойдаланиладиган асбоб-ускуналарни қўллаш қоидаларини батафсил ўрганиб олмоти лозим. Кўпинча бунда тажрибачининг тадқиқот учун танланган усулиятидаги у ёки бу техник амалларнинг аниқ ва тез бажарилишини таъминлайдиган дастлабки машқлар талаб этилиши мумкин. Агар тажрибани ўтказишда бир неча тадқиқотчи иштирок этаётган бўлса, у холда, биринчидан, уларнинг ҳар бири ўз вазифаси ва мажбуриятларини яхши билиб олиши, иккинчидан, уларнинг тажриба чотидаги ўзаро муомала-муносабатлари тартиби белгилаб қўйилиши керак. Тажрибада қатнашадиган барча техник ходимлар тўлиқ кўрсатма олишлари ва шундан кейин тажрибачи-тадқиқотчи ҳар бир ёрдамчисининг ўз мажбуриятларини билишига ишонч ҳосил қилиши зарур.

Тажрибага усулий хамда техник тайёргарлик кўриш созланган қурилмадаги (асбоблар мажмуидаги) барча халқаларни амалда синаб кўриш ва, айна пайтда, тажрибачилар ҳаракатларини машқ қилиб олиш билан яқунланади. Агар тайёрланаётган тажриба жуда мураккаб ёки янги, хали етарлича чуқур ўзлаштирилмаган усулиятга асосланган бўлса, тайёргарлик босқичини синов тажрибаси ўтказиш билан яқунлаган маъқул, шунда унинг барча унсурлари узил-кесил йўлга қўйиб олинади.

Назорат учун савол ва топшириқлар.

1. Спортдаги педагогик тажриба тушунчасини очиб беринг.
2. Педагогик кузатиш педагогик тажрибадан нимаси билан фарқ қилади?
3. Педагогик тажриба турларини санаб беринг.
4. Ўзгартирувчи тажриба қайси жихатлари билан тасдиқловчи тажрибадан фарқ қилади?
5. Изчил ва мувозий тажрибалар қандай тузилади?
6. Педагогик тажрибани ташкил этиш ва ўтказишда қандай талабларга риоя қилиш керак?
7. Педагогик тажрибани ўтказишнинг асосий босқичларини санаб беринг.
8. Тажрибада текширилувчиларнинг энг мақбул миқдорини белгилашнинг умумий қоидаларини айтиб беринг.
9. Тажриба муддатини (давомийлигини) қандай аниқлаш мумкин?
10. Педагогик тажриба ўтказишда қўлланиладиган қайд этиш ҳужжатларининг асосий турларини санаб кўрсатинг.
11. «Тадқиқот қайдлари кундалиги» да нималар акс этади?
12. Тадқиқот қайдномаларининг уч тури мазмунини тавсифлаб беринг.
13. Спортчининг тиббий-педагогик варақаси қандай тўлдирилади?

14. Тадқиқотнинг моддий-техник таъминотини тайёрлаш учун қандай талабларни бажариш керак?

15. Илмий-тадқиқот асбобларининг асосий беш гуруҳини санаб беринг.

1.9. Тавсия этиладиган адабиётлар.

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Физкультура и спорт, 1978. – 223 с.

2. Бабанский Ю.К. Проблемы повѹшения эффективности педагогических исследований. М.: Педагогика, 1982. – 192 с.

3. Введение в научное исследование по педагогике/ Под ред. В.И. Журавлева. – М.: Просвехение, 1988. – 239 с.

4. Воробъев В.Я., Елсуков А.Н. Теория и эксперимент. – Минск: Вѹсш. шк., 1989. – 111 с.

5. Губа В.П., Честаков М.П., Бубнов Н.Б., Борисенков М.П. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.

6. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2002. – 264 с.

7. Пилюян Р.А. Основу научно-исследовательской деятельности (на примере физкультурного вуза).- Малаховка: МГАФК, 1997. – 66 с.

8. Сидоренко В.М., Грушко И.М. Основы научнѹх исследований. – Харьков: Вѹсш. шк., 1977. – 200 с.

9. Спириин Л.Ф. Педагогический эксперимент в области воспитания. В кн.: Методы математического исследования./Под ред. В.И. Журавлева. – М.: Просвехение, 1972. – 159 с.

10. Селуянов В.Н., Честаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.

Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современные методу исследований в спорте. – Харьков: Основа, 1994. – 132 с.

5-Мавзу: Спорт фанида ўтказиладиган илмий тадқиқотларнинг хусусиятлари.

Режа:

- 1. Тадқиқот муаммоси, объекти ва предмети**
- 2. Тадқиқот мақсади ва вазифаларини белгилаш**
- 3. Илмий тадқиқот ишларининг турлари.**
- 4. Илмий тадқиқотда фаразлар**
- 5. Тадқиқотнинг восита ва усуллари ва қўйиладиган умумий талаблар.**

Илмий тадқиқотларни татбиқ этиш- мақсадли, режа асосида ташкил этиладиган ва бошқариладиган жараён бўлиб, у тренер-педагогнинг қонуниятлар, хулоса ва тавсияларига асосланган амалий фаолиятнинг ташкил этилишини таъминлайди. Мазкур жараён илмий тадқиқот натижаларини амалиётда қўллаш ушун алохида тайёрлаш, амалиёт ходимларини бу натижалар билан махсус таништириш, уларда илмий тавсияларни ўз фаолиятларида қўллаш эҳтиёжини пайдо қилиш, илмий тавсияларни амалиётга татбиқ этиш йўллариини ўрганиш кўникма ҳамда малакаларини хосил қилиш, бу ишда тезкор ёрдам уюштириш, жорий назорат натижалари асосида хатти-ҳаракатларга тегишли ўзгартиришлар киритиш, илмий тавсияларни спорт амалиётида қўллаш самараларини таҳлил қилиб боришни кўзда тутати.

Илмий тадқиқотлар натижаларини татбиқ этиш олим фаолиятидаги муҳим жараёндир, лекин тренерлар ҳам илм-фан муваффақиятларини амалда қўллашдан манфаатдор бўлишлари керак. Шунинг ушун тадқиқот натижаларини татбиқ этиш жараёни олим ва тренернинг ўзаро мустаҳкам алоқаси заминида юз бериши зарур. Уларнинг ҳар иккиси бир-бирини қўллаб, фаоллик ҳамда ташаббускорлик кўрсатишлари лозим. Бу алоқанинг самарадорлиги олинган натижалар мазмунининг ўзига хос хусусиятларига, уларнинг янгилиги, мураккаблигига, тренерларнинг фан муваффақиятларидан фойдаланиш ушун тайёрлигига, тадқиқотшининг татбиқ этиш жараёнига фаол

таъсир кўрсатиш имкониятларига боғлиқ бўлади. Чундай қилиб, илмий тадқиқот натижаларини татбиқ этишда олим ҳамда амалиётчи фаолиятининг нисбати ҳар бир муайян ҳолатдан келиб чиқиб аниқланади.

Қандай ҳолларда спорт фани соҳасидаги тадқиқот натижалари спортчиларнинг ўқув-машқ жараёнига татбиқ этилди, деб тасдиқлаш мумкин? Маълумки, бу ҳақда турлиша фикрлар мавжуд. Масалан, илмий иш натижаларини татбиқ этиш фақат дастурлар ва уларга илова қилинадиган бошқа ҳужжатлар (усулий тавсифнома) орқали амалга оширилади, деб ҳисоблайдилар, шунки ана шулар ўқув-машқ жараёнини ташкил этишга бевосита таъсир кўрсатади.

«Татбиқ» масаласига бошқаша нуқтаи назар шундан иборатки, бунда ўқув-машғулот жараёни самарадорлигини оширишга йўналтирилган ҳар қандай ёзма (монография, мақола ва х.к.) ёки отзаки (конференциядаги маъруза, семинарлар) ахборотни восита деб қараш мумкин.

Юқоридаги мулоҳазаларга таяниб, ҳозирги замон илм-фанининг тегишли қоидаларига тўла мос келадиган муайян ҳулоса чиқаришга ҳаққимиз бор: спорт фанидаги ҳар қандай тадқиқот натижаларини ҳам бевосита амалиётга татбиқ этиб бўлмайди. Агар фанни ишлаб чиқариш жараёни деб қарайдиган бўлсак, уни турли босқичларга бўлиш мумкинлигини тушунамиз. Кўпгина турли-туман схемалар орасида қуйидагиша босқичларга тақсимланган схема воқеликка кўпроқ мос келади:

1) Чуқур асосли (фундаметал) тадқиқотлар муайян соҳалардаги ишланмаларни, амалий тадқиқотлар олиб бориш ушун замин яратадиган фараз ҳамда назариялар илмий фаолиятини кўзда тутуди;

2) Амалий тадқиқотлар; уларнинг мақсади-билиб олинган қонун ва қонуниятларни қўллаш усулларини аниқлашдир;

3) Ишланмалар, яъни қурилмалар ҳамда технологик жараёнларни тажриба асосида шакллантириш ва ҳар томонлама синовдан ўтказиш.

4) Ишлаб чиқариш тадқиқотлари янги қурилмалар ҳамда технологик жараёнларга ҳаракатда яқуний ишлов бериш, уларни такомиллаштириш,

шунингдек, янги ишлаб чиқариш хусулиятлари ва махсулот сифатини назорат қилишни ўз ишига олади.

Келтирилган схемани спорт фанига ҳам, хусусан, ўқув-машқ жараёнини такомиллаштиришга ҳам бемалол татбиқ этиш мумкин. Амалиёт кўрсатадики, татбиқ этиш ишини тузилма занжирининг учинчи босқичидан бошлаш мумкин. Ўқув-машқ жараёнида чуқур асосли ва амалий тадқиқот натижаларидан бевосита фойдаланиш анша мураккаб.

Спорт фанида шундай қоида шаклланиб қолган: асосий эътибор чуқур асосли ва амалий тадқиқотларга қаратилади, тузилманинг кейинги халқалари, бошқаша айтганда, «татбиқ этиш»ни бевосита тайёрлайдиган тадқиқотлар эса олимлар назаридан шетда қолади. Учинчи ва тўртинчи босқичларнинг амалиётга таъсири жуда сезиларсиз, чунки илмий жамоалар ҳаракатлари мувофиқлаштирилмаган ҳамда тарқоқ холда.

Натижада, алоҳида хусусий масалаларнинг илмий ишланмалари мавжуд тизимга сезиларли ўзгаришлар кирита олмайди ва аслида машғулотлар у ёки бу жараёнларни яхшилайдиган «рационализаторлик таклифи» даражасида қолиб кетади.

Илмий тадқиқотларнинг натижаларини татбиқ этиш жараёни энг мақбул бошқарувнинг қуйидаги тамойилларига таянади;

1. Ўқув-машқ жараёнини яхлит (комплекс, ҳар томонлама) такомиллаштиришга эътиборни қаратиб, айти пайтда реал вазиятни таҳлил қилиш асосида муайян вақтда энг муҳим, етакши халқани ажратиб олиш.

2. Татбиқ этишнинг энг яқин, ўрта ва узоқ истиқболларини бирликда амалга ошириш ва шу асосда ушбу жараёнга қўйиладиган талабларни узлуксиз, изчил ошириб бориш.

3. Татбиқ этишни ташкил қилишда жамоа ва алоҳида шахс фаолиятларини уйғунлаштириш, фронтал (ялпи) ва дифференциацияланган (тақсимланган) ёндашувни амалга ошириш.

4. Илм-фан муваффақиятларини ифтор тажрибалар билан бирга татбиқ этиш.

5. Илм-фан муваффақиятларини татбиқ этиш жараёнини тренерларнинг ўз устида ишлаши ҳамда уларнинг усулий малакаларини оширишни ташкил этиш билан қўшиб олиб бориш.

Илмий ютуқларни татбиқ этиш ва улардан фойдаланиш жараёнини аниқ мақсадлар асосида бошқариш зарур. Хар қандай жараёни бошқаришнинг яқунланган цикли қуйидаги 5 унсурнинг бирлигини назарда тутди: режалаштириш, ташкил этиш, бошқариш, тахрир қилиш, натижаларнинг назорати ва тахлилини амалга ошириш.

Спорт фани ютуқларини татбиқ этиш ва улардан фойдаланиш жараёнини режалаштириш ўзига хос хусусиятларга эга. Татбиқ этишни режалаштиришга киришар экан, олим ўз олдига шикарган хулосалари ва тавсияларининг амалда қўлланишини таъминлашни мақсад қилиб қўяди.

Шу мақсадда у қуйидагиларни режага киритади, сўнгра амалга оширади:

- илмий-усулий тавсияномаларни тайёрлаш;
- спорт мактаблари ходимлари ушун зарур хужжатларни ишлаб чиқиш;
- спорт мактаби раҳбарияти ва етакши тренерлар билан усулий кенгаш ўтказиш, уларга йўл-йўриқ кўрсатиш;
- татбиқ этишда қатнашаётган барча ходимлар орасида вазифаларни тақсимлаш;
- татбиқ этилаётган муаммолар бўйиша тренерларнинг ўз устида ишлаши, ҳамда улар учун усулий ўқишларни ташкил этиш ва ўтказишда мактаб раҳбариятига тезкор ёрдам кўрсатиш;
- татбиқ этишнинг асосий босқишларини ҳамда улар билан боғлиқ усулий ўқишларни (тренерлар ушун қулай тарзда, маълум вақт мобайнида) аниқ белгилаш;
- татбиқ этиш жараёнида қатнашаётган спорт мактаби ходимларини маънавий-рухий рағбатлантириш чора-тадбирлари тизимини лойихалаштириш, ходимларда мазкур ишга эҳтиёж ҳосил қилиш;
- алоҳида тренерлар билан биргаликда муайян тояни муваффақиятли татбиқ этиш тажрибасининг дастлабки натижаларини тартиб қилиш бўйича

чора-тадбирларни режалаштириш;

- татбиқ этишнинг боришини назорат қилиб бориш, кўп учрайдиган қийинчилик ва нуқсонларни аниқлаш, усулий материаллар, усулий ўқиш мазмунига, татбиқ этиш суръати ҳамда босқичларига зарур тузатишлар киритиш;

- ўқув йили охирида татбиқ этиш натижаларини таҳлил этиш ва мазкур мавзу устидаги ишларнинг янги истиқболларини белгилаш.

Илм-фан ютуқларини татбиқ этиш бўйиша кўрсатилган амаллар мажмуидан кўриниб турибдики, бу ерда асосий иштирокчи спорт мактаби раҳбарияти билан мустақкам алоқада бутун жараёни ташкил этувчи, тренерларга татбиқ этишнинг барша босқичларида ёрдам берувчи олимнинг ўзидир. Унинг ёрдамини татбиқ этишнинг дастлабки босқичида айниқса зарур бўлади. Иккинчи босқичда-спорт мактаби жамоаси илмий ғояларни чуқурроқ ўзлаштириб олганидан кейин-тадқиқотчининг таъсири анча камаяди. Бу ҳолда спорт мактабларининг вақт-вақти билан тадқиқотчидан маслаҳат олиб турадиган раҳбарлари каттароқ роль ўйнайди. Татбиқ этишнинг учинчи босқичида спорт мактаби жамоаси илмий-усулий тавсиялардан кундалик ва мунтазам фойдаланишга ўтади, энди уларда олим маслаҳатларига эҳтиёж камаяди.

Татбиқ этишнинг энг мураккаб жихати тренерларда илм-фаннинг тегишли ютуқларини эгаллаш эҳтиёжини шакллантиришдан иборат. Ушбу масалани ҳал этиш учун янги ғояни аниқ, ишончли далилларга таянган ҳолда, тушунарли, хиссий жихатдан ёрқин тарзда тартиб этиш лозим бўлади.

Янги педагогик ғояларнинг моҳияти ҳамда аҳамиятини ишончли қилиб очиб бериш ушун:

- мазкур ғояларнинг жамият томонидан спорт муваффақиятлари, халқаро майдондаги спорт натижалари олдига қўядиган ижтимоий талаблари билан шартланганлигини;

- ўқув-машқ жараёнида эришиладиган натижаларни;

- татбиқ этиш тайёргарликнинг бошқа томонлари қарорида қай тарихқа

акс этишини;

- татбиқ этишнинг тренер ва спортчи меҳнатини такомиллаштириш ҳамда оқилона ташкил этишга таъсирини;

- мазкур илмий тояни муваффақият билан татбиқ этаётган бошқа спорт мактабларининг тажриба натижаларини;

- ишнинг янги усуллари самарадорлигини исботлайдиган қиёсий чизмалар, схемалар, жадвалларни кўрсатиш керак бўлади.

Янги илмий тоялар тартиботи тушунарли, тренерларнинг имкониятларига мос бўлиши зарур. Кўпинча спорт фани ютуқларини тадқиқ этишдаги камчиликларнинг сабаби айнан атамалар билан мураккаблаштирилган ифодаларнинг хаддан ортиқ назарийлашганлигида, татбиқ этиш объектларининг ниҳоятда мураккаблигида, деб таъкидлашга тўла асос бор. Шу сабабли янги ғоя учун далиллар ҳақида ўйлаганда ҳам, янги ўқув-усулий хужжатларни ишлаб чиқаётганда ҳам, уларни баршага тушунарли қилиб яратишга интилиш, агар зарур бўлса, кейинчалик аста-секин мураккаблаштириб бориш мақсадга мувофиқдир.

Янги илмий тояни хиссиётлар билан бойитиб, эхтирос билан, ёрқин бўёқларда тартиб қилиш лозим. қуруқ, расмий баён, ишончли ўхшатишлар, таққосларнинг йўқлиги олимнинг тингловчилар (аудитория) билан мулоқотини қийинлаштиради. Спорт амалиётидан олинган аниқ мисоллар, илмий тавсияларни қўллаш асосида ўз ечимини топган зиддиятли вазиятлар тасвири тренерларнинг қизиқишларини орттиради, уларнинг тартиб этаётган тояларини, уларнинг янгилиги, ахамиятлилигини яхшироқ англашга ёрдам беради.

Татбиқ этишнинг самарадорлигини ўрганиш учун тренерларнинг машғулот ва мусобақа фаолияти вақтида спортчиларни кузатиб боришлари, спортчиларнинг кундаликларидан фойдаланиш, спортчи жисмоний-функционал тайёргарлигини тестдан ўтказиш натижаларини ўрганишлари, мусобақалардаги иштироқи натижаларини ҳисобга олишлари мақсадга мувофиқ бўлади. Махсус фактлар кундалигини тутиб, унда қизиқ кузатишлар, фактлар, воқеалар, спортчиларнинг хиссий реакцияларини ёзиб бориш керак.

Фактлар мажмуидан кейин уларнинг таҳлили, уларнинг энг жиддий ва татбиқ этилаётган муаммога тўғридан-тўғри муносабати борлари берилади. Бунда барша йитилаётган фактларнинг максимал холислиги, ишончилигини таъминлаш, татбиқ этиш жараёнининг қийинчиликлари, камчиликлари, хаддан ташқари баланд талаблар ва х.к. ҳақидаги фактларни ҳам тушириб қолдирмаслик керак. Илмий тавсияларнинг нуқсонлари кўрсатилган фактлардан воз кечиш асло ярамайди, улар янги усулиятни самарали қўллашнинг ҳақиқий чегараларини кўришга ёрдам беради. Уларни четга суриб қўйиш эса мўлжални нотўғри олишга, ўқитиш ёки тарбиянинг у ёки бу усули аҳамиятини ошириб талқин этишга олиб келади.

Илмий тадқиқот натижаларидан тренернинг фойдаланишларини ташкил этиш.

Илм-фан ютуқларини спорт мактаблари амалиётида қўллаш жараёни бирор илмий тадқиқотнинг мантиқи билангина эмас, балки тренерлар жамоасининг ўқув-машқ жараёнини такомиллаштиришга бўлган эҳтиёжлари тизими билан белгиланади.

Спорт мактабларида илмий тавсиялардан фойдаланиш жараёни тахминан қуйидаги тартибда ташкил этилади. Спорт мактаби раҳбари ўқув-машқ жараёнини таҳлил этиб, мусобақа фаолияти эҳтиёжлари нуқтаи назаридан энг долзарб масалаларни аниқлайди. Бунда ишнинг янги илмий тавсияларга мухтож бўлган йўналишлари ажратилади, спорт мактабининг муайян давр ушун (йил, Олимпиада ўйинларигаша бўлган 4 йиллик) асосий илмий-усулий муаммоси танланади.

Спорт мактаби раҳбарияти педагогик жамоа олдида илмий тавсияларни татбиқ этиш режа-лойихасини асослаш муаммоси бўйиша тайёрланган маъруза билан шиқади. Мазкур муаммога алоҳида диққат-еътиборни таъминлаш учун (айниқса, биринши босқичда), ўқув-усулий ва бошқа зарурий хужжатлар ишлаб шиқилади ёки мавжудларига ўзгартиришлар киритилади. Тренерларнинг ўз устида ишлаши режаларига тегишли ўқув-усулий адабиётларни ўрганиш

бўйиша топшириқлар ёзилади. Бунинг ушун мазкур муаммога доир китоблар, рисоалар, журнал мақолалари кўрғазмалари ташкил этилади.

Мунтазам равишда ошиқ машғулотлар ўтказилиб, уларда тренерлар илмий тавсияларни амалда қўллаш тажрибасини намоёиш қиладилар. Бундай ошиқ машғулотлар тренерларнинг усулий кенгашларида муҳокама қилинади.

Спорт мактаблари раҳбарлари спортшининг ўқув-машқ жараёнига илмий тавсияларнинг татбиқ этилишини доимо назорат қилиб турадилар. Татбиқ этишнинг боришини назорат қилиш жараёнида тренерларнинг усулий ўқишларига тегишли ўзгартиришлар киритилади, юзага келган қийинчиликларни тез енгиш ушун нималарга эътиборни қаратиш кераклиги тўғрисида маслаҳатлар берилади. Зарур ўринларда татбиқ этиш режасига ҳам, агар у мазкур жамоа учун хаддан ташқари мураккаб ёки, аксинча, жуда содда эканлиги аён бўлса, айрим ўзгартиришлар киритиш мумкин.

Спорт мактаблари раҳбарияти муаммо устидаги ишларнинг ҳар бир босқичи якунига етказилишини таъминлайди, тренерлар кенгашларидан бирида ҳисоб беради, янги босқичга ўтиш олдидан бажариладиган амалларни белгилаб олади, тренернинг яқин кунларда ва кейинроқ олиб борадиган фаолияти ҳақида тушунша беради.

Илм-фан ютуқларини амалиётга татбиқ этишнинг боришини баҳолашда аниқликка риоя қилиш лозим. Яъни муайян вақт ишида маълум спортчилар олдига қўйиш мумкин бўлган мақсадларга эришилганлик даражасини баҳолаш зарур. Илмий ғояни амалиётга татбиқ этишнинг бош мезони - эришилган натижаларни татбиқ этишнинг аниқ мақсадларига қанчалик мувофиқ эканлигидир. Бунда татбиқ этиш натижаларига, биринчидан, тренерларнинг янги усулият бўйиша у ёки бу иш усулларини эгаллаб олганликлари нуқтаи назаридан, иккинчидан, ўқув-машқ жараёни самарадорлигини ошириш, яъни мусобақа фаолиятида кутилган муваффақиятларга эришиш нуқтаи назаридан қараш керак бўлади. Агар кўпчилик тренерларнинг фаолиятида татбиқ этилаётган иш усуллари ва шакллари қўлланаётган ва улар тобора юқориоқ спорт натижаларига эришишни таъминлаётган бўлса, у ҳолда татбиқ этиш

жараёни нисбатан поёнига етган, деб хисоблаш мумкин. Агар бу икки энг мухим шартдан бирортаси бажарилмаган бўлса, татбиқ этиш жараёнини яна давом эттириш зарур.

Илм-фан ютуқларини ўқув-машқ жараёнига татбиқ қилишни ташкил этишда бир қанша камчиликларга йўл қўйилиши мумкин;

- татбиқ этилаётган илмий натижалар мавзуларини танлашда шошма-шошарликка йўл қўйилади ва кўпинча тегишли шароитлар ушун энг долзарб хисобланмаган мавзуларга мурожаат қилинади;

- илмий натижаларни татбиқ этишга функционал равишда ёндашилади, илм-фан ютуқларидан кенг миқёсда-мажмуавий тарзда фойдаланишга кам эътибор берилади;

- татбиқ этиш жараёнининг ўзи яхлит, бутун ҳолда ташкил этилмайди, унда бир қатор мухим унсурлар, масалан: фан ютуқларини қўллаш эҳтиёжини шакллантириш, тренерларга уларнинг фаолиятида тезкор ёрдам бериш, татбиқ этиш жараёнини таҳрир этиб бориш етишмайди;

- татбиқ этиш чоралари оқилона ишлаб шиқилмайди, бу эса кўпинча спортчи фаолиятининг у ёки бу томонига кўпроқ эътибор бериб юборилишига олиб келади;

- олим ва тренерлар орасида вазифалар шуқур ўйлаб тақсимланмайди, илмий тояларни тартиб қилишда спорт мактаблари раҳбариятининг роли пасайтириб юборилади;

- янги илмий тоялар етарлиша шуқур татбиқ этилмайди.

Спорт фани ютуқларини амалиётга татбиқ этиш жараёнида бундай камчиликларнинг мавжудлиги татбиқ этиш ишларининг назарий ҳамда усулий жихатларини янада мукамал ишлаб шиқиш зарурати бор эканини кўрсатади.

Агар илмий ютуқларни ўқув-машқ жараёнига татбиқ этиш муваффақиятли ўтган ва спортчи тайёргарлигидаги алоҳида кўрсаткишларнинг яхшиланишида жиддий ўзгаришлар амалга оширилган бўлса, бу ходиса татбиқ этиш далолатномаси шаклида расмийлаштирилади.

(схемага қаранг).

Схема

Илмий тадқиқот натижаларини амалиётга татбиқ этиш далолатномаси.

Биз, қуйида имзо чекувчилар, ЎзДЖТИ вакили, илмий тадқиқот ишлари бўйича проректор, педагогика фанлари доктори, профессор Ф.А.Керимов ва Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек туманидаги 18 -сонли умумтаълим мактаби вакили, директор Н.А.Мухамеджанова ушбу далолатномани туздик шу ҳақидаким, тадқиқотчи О.В.Гоншарова «Кичик мактаб ёшидаги болаларнинг юқори концентрланган портловчи кучланишларини жисмоний тарбия жараёнида ривожлантириш усулияти» мавзуси бўйича амалиётга қуйидаги тавсиялар ва таклифларни киритди;

Татбиқ этиш муаллифининг Ф.И.О.	Таклифнинг номланиши ва қисқача тавсифи	Татбиқ этиш самараси
О.В.Гоншарова	Кичик мактаб ёшидаги болаларнинг чуқурликка сакрашга асосланган тезлик-куч тайёргарликлари усулияти	Илмий ишланмани татбиқ этиш натижасида кичик ёшдаги ўқувчиларнинг тезлик-куч тайёргарлиги кўрсаткичлари аниқланди, бу эса жисмоний тарбия бўйича ўқув жараёнининг самарадорлигини ошириш имконини берди. Ишлаб чиқилган дастур асосида шуғулланган ўқувчиларда тезлик-куч тайёргарлигини ифодаловчи кўрсаткичлар 12,2%га ошди.

Мазкур ҳужжатда ўтказилган тадқиқот мавзуси, татбиқ этилаётган муайян янги усулиятнинг номланиши кўрсатилади ҳамда татбиқ этиш самараси муфассал баён этилади. Ҳужжатни татбиқ этиш ташаббускори ва янги усулият қўлланган спорт муассасаси раҳбари имзолайдилар.

Назорат учун савол ва топшириқлар

1. Илмий тадқиқотларни татбиқ этиш жараёни деганда нимани тушунасиз?
2. Илмий тадқиқотлар қандай босқишларга тақсимланишини санаб беринг.
3. «Чуқур асосли» (фундаментал) тадқиқотлар атамасининг мохиятини ошиб беринг.
4. Спорт фанида «амалий тадқиқотлар» тушунчасига ойдинлик киритинг.
5. Спорт фанида қандай илмий ишланмалар сизга маълум?
6. Ишлаб шиқариш тадқиқотларининг ахамияти нимада?
7. Илмий тадқиқотларни татбиқ этиш жараёни оқилона бошқарувнинг қандай 5 тамойилига таянади?
8. Татбиқ этиш жараёнини бошқаришнинг беш унсурини санаб беринг.
9. Илмий тадқиқотларни машқ жараёнига татбиқ этишни режалаштиришда олим қандай чора-тадбирларни назарда тутиши ва амалга ошириши керак?
10. Тренерлар орасида янги илмий ғояларни тартиб қилганда, нималарга эътибор бериш лозим?
11. Ўқув-машқ жараёнини назорат қилиш кундалиги қандай бўлимлардан иборат бўлади?
12. Илмий тавсиялардан спорт мактабида фойдаланиш жараёнини қандай ташкил этиш керак?
13. Илм-фан ютуқларини ўқув-машқ жараёнига татбиқ этишда қандай нуқсонларга йўл қўйилиши мумкин?
14. Татбиқ этиш жараёни самарадорлигини қандай хужжат тасдиқлайди?
15. Илмий тадқиқотларни татбиқ этиш далолатномасида қандай асосий жихатлар ошиб берилиши керак?

Адабиётлар

1. Введение в научное исследование по педагогике./Под ред. В.И. Журавлева. – М.: Просвехение, 1988. – 239 с.

2. Бабанский Ю.К. Проблемы повышения эффективности педагогических исследований. – М.: Педагогика, 1982. – 192 с.
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Издательский центр «Академия». 2002. – 264 с.
4. Платонов В.М. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
5. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. – М.: Воениздат, 1997. – 304 с.
6. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
7. Методологические проблемы совершенствования системы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов: Сб. науч. тр. – Москва, 1984. – 238 с.
8. Селуянов В.Н., Честаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре.– М.: СпортАкадемПресс. 2001.–184 с.
9. Современная система спортивной подготовки./Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сўша, Б.Н. Чустина. – М.: СААМ, 1995. – 446 с.
10. Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современные методы исследований в спорте. – Харьков: Основа, 1994. – 132 с.

6-Мавзу: Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантириш.

Режа:

1. Илмий ишни адабий жиҳатдан шакллантиришга қўйиладиган талаблар.
2. Матннинг бўлимларга тақсимланиши ва жадвалли материалларнинг берилиши
3. Математик формулалар ва бошқа кўргазмали материалларни тақдим этишга қўйиладиган умумий талаблар.
5. Библиографик аппаратни шакллантириш

Илмий тадқиқот жараёни мавзу танлашдан бошланади, унинг тўғри танланиши эса кўп жиҳатдан кейинги ишларнинг муваффақиятини белгилайди. Шунинг учун ҳам тадқиқотнинг тўғри танланган мавзуси катта аҳамиятга эга бўлиб, ўзига тадқиқотчи томонидан ҳам, унинг илмий раҳбари томонидан ҳам жиддий эътиборни талаб этади.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги илмий иш мавзуси тадқиқотчининг кейинги мақсадли фаолияти учун истиқболли бўлиши, демак, у илмий тадқиқотларга қўйиладиган умумий талабларга тўла жавоб бериши шарт. Илмий тадқиқот мавзусининг истиқболли эканлигини белгилайдиган асосий мезонлар: а) унинг долзарблиги, яъни жисмоний тарбия ва спортнинг муайян соҳасидаги назарий ҳамда амалий аҳамияти; б) олинадиган маълумотлар, тадқиқот усули ва йўналишининг янгилиги; в) мураббийлик ва педагогик амалиётининг энг муҳим эҳтиёжлари билан бевосита алоқадорлик; г) спорт фанининг мазкур соҳасига оид муайян илмий масалани ҳал этиш мақсадига йўналтирилганлик; д) мавжуд шароитда қўйилган илмий вазифаларни бажариш мумкинлиги (раҳбарлик қилувчи ва бажарувчи ходимларнинг етарлилиги, ходимларнинг тайёрланганлик даражаси, зарур моддий-техника базасининг мавжудлиги).

Илмий тадқиқотнинг истиқболи йўналишини тўғри белгилаш ва унинг

аниқ мавзусини танлаб олишда илмий- техник ахборотлар катта аҳамиятга эга. Улар ҳар қандай турдаги илмий-тадқиқот ишларининг муҳим таркибий қисми ҳисобланади. Ҳар бир тадқиқотчи ишни танланган мавзуга доир ўзигача қўлга киритилган маълумотларни тўплаш ва ўрганишдан бошлайди, изланишларни ўзи эришган натижалар тўғрисидаги у ёки бу маълумотлар билан тугаллайди.

Илмий тадқиқот мавзусининг истиқболлилиги мезонларини аниқлаш учун тадқиқотчи қуйидаги йўналишлар бўйича олиб бориладиган ишнинг дастлабки таҳлилини амалга ошириш керак:

- мавзунинг ўрганилганлик даражасини аниқлаш;
- тадқиқотда қўлланилиши мумкин бўлган усулларни белгилаш;
- тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини ойдинлаштириш.

Тадқиқот мавзусининг ўрганилганлик даражасини аниқлашдан мақсад-мазкур масаланинг моҳияти ҳақида умумий тасаввур ҳосил қилиш, ўтмишда унинг илмий томондан ишланиши қайси йўллардан борганлиги тўғрисида тушунча ҳосил қилишдан иборат. Бундай маълумотлар, биринчидан, амалга ошириладиган тадқиқотнинг аниқ вазифалари ва унга асос бўладиган усулларни тўғри белгилаш имконини берса, иккинчидан, аввалги тадқиқотларда етарлича ёритилган масалалар устида ишлаш учун ортиқча куч ва маблағ сарфлашнинг олдини олади.

Бундай дастлабки таништириш манбалари сифатида «Теория и практика физической культура») («Жисмоний тарбия назарияси ва амалиёти») илмий журналлари (унда Россия бўйича химоя қилинган диссертацион ишлар рўйхати келтирилади), диссертация ишлари авторефератлари, илмий анжуманлар тўпламлари, жисмоний тарбия ва спорт бўйича монографиялар, Ўзбекистон Республикаси ОАК бюллетени, тадқиқотчини қизиқтирган масала бўйича адабиётларнинг умумлаштирилган рефератив обзорлари хизмат қилиши мумкин.

Тадқиқотда қўлланилиши мумкин бўлган усулларни белгилаш ҳам илмий ишнинг мавзусини ва уни бажариш йўлларини узил-кесил танлаб олишда катта аҳамиятга эга. Тадқиқотчи танлаган усуллар изланишнинг

мақсадига энг самарали йўллар билан эришиш, тадқиқот объекти тўғрисида ишончли маълумотлар олиш ҳамда ўрганилаётган ходиса ёки жараённинг мохиятини иложи борича чуқур очишни таъминламоғи лозим.

Тадқиқотчи теширилаётган масала устида илмий иш олиб бориш жараёнида қўллаши мумкин бўлган тадқиқот усуллари тўғрисида тасаввур ҳосил қилиш учун диссертация ва авторефератлар каби асосий адабий манбалардан фойдаланиши, улар орқали танлаган мавзусининг ўрганилганлик даражасини аниқлаши мумкин.

Тадқиқот усуллари белгилаш уни муайян шароитларда амалга оширишнинг мавжуд имкониятларига боғлиқдир. Масалан, зарур моддий-техника базаси-маҳсус компьютер дастури асосида тахлил қилинадиган тезкор видеотасмага туширувчи ускуналар бўлмаса, спортчи ҳаракатларининг биомеханик хусусиятларини тадқиқ этишни режалаштиришга қандай хожат бор?

Бирок тадқиқотчини текширувнинг фақат анъанавий ёки соддалаштирилган усулларидан фойдаланишга йўналтириш тўғри бўлмайди. Тадқиқотчи янги усулий йўл-йўриқларни қўллаш бўйича қўлидан келган барча чоралардан фойдаланиши керак. Бунинг учун зарур асбоб-ускуналарга эга бўлган муассасалар билан илмий алоқалар ўрнатиш лозим бўлади.

Тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларини ойдинлаштириш илмий иш мавзусини танлаш амалларини охирига етказди. Тадқиқотчи ўзини қизиқтирган мавзунинг ўрганилганлик даражасини ҳамда айнан шу муайян шароитда илмий жихатдан ишланиши зарур бўлган масалаларни ўрганишда қўлланиладиган усулларни аниқлагач, мазкур тадқиқотнинг вазифаларини белгилаб олиши, олдида турган мақсадни ифодалаб бера билиши шарт. Янада тушунарлироқ қилиб айтганда, у илмий–тадқиқот ишининг босқичларида амал қилинадиган ишчи фаразларни аниқлаштириб олиши керак.

Ишчи фаразлар шакллантирилгач (кейинги барча ишлар шу заминга таянади), тадқиқотнинг иш режаси тузилади. Илмий ходим танлаган фаразларига амал қилган ҳолда қандай материаллар тўплаши лозимлигини,

кандай тадқиқот объектлари талаб этилишини, олдинга сурилган фаразларни исбот қилиш ёки рад этишга яроқли маълумотларни олиш учун тадқиқотни қайси усулларда олиб бориши зарурлигини белгилайди.

Тадқиқотнинг иш режасини тузиш.

Ўтказилажак тадқиқотнинг иш режаси унинг йўналишини белгилаб бериши, илмий ишнинг мақсади, чегаралари ҳамда асосий вазифалари моҳиятини аниқ кўрсатиши керак.

Иш режасида мавзунинг ишланиш босқичлари бошланадиган ва тугалланадиган муддатлар кўрсатилиб, бунда амалга ошириладиган вазифаларнинг турлари батафсил санаб ўтилади. Масалан, адабиётларни йитиш ва ўрганиш, одатда, қуйидагиларни ўз ичига олади:

а) Тадқиқот мавзуси бўйича адабий манбаларни турли библиографик кўрсаткичларни кўздан кечириш йўли билан аниқлаш; б) чуқур ўрганилиши керак бўлган адабий манбаларнинг рўйхатини (картотекасини) тузиш; в) ажратиб олинган асарларни ўқиб чиқиш ва уларга тегишли ишлов бериш (қисқача мазмунини ёзиб олиш, зарур маълумотларни кўчириш); г) ўрганилган адабий манбаларнинг танқидий обзорини тузиш ва хулоса чиқариш.

Илмий тажриба шаклидаги тадқиқотларни режалаштиришда қуйидагиларни кўзда тутиш зарур: а) илмий тажрибани ўтказиш усулиятини ўзлаштириш; б) зарур асбоб-ускуналар, ҳужжатларни тайёрлаш, педагогик тажриба ўтказиладиган бўлса, у ҳолда спортчиларнинг жисмоний ҳамда техник-тактик тайёргарлиги даражасига кўра тажриба гуруҳларининг таркибини, педагогик тажриба учун ажратилган муддатларни белгилаш:

в) тадқиқотчининг усулий ва техник жихатдан тайёргарлигини аниқлаш мақсадида дастлабки педагогик тажрибани ўтказиш; г) ишчи фаразларнинг зарур исботини олиш учун илмий тажрибани ёки уларнинг серияларини йўлга қўйиш; д) тажриба маълумотларига статистик ишлов бериш ва унинг тажрибаларини таҳлил қилиш; е) қўшимча тажрибаларни (зарур бўлганда) ўтказиш; ж) илмий тажриба натижаларини умумлаштириш ва уларни илмий

фаразлар билан таққослаш.

Тадқиқот босқичлари ва уларда олиб бориладиган ишнинг муайян турларини режалаштиришда белгиланган амаллар кетма-кетлиги ҳамда мантиқий изчиллигини аниқ ойдинлаштириб олиш зарур. Муайян топшириқлар режада уларни у ёки бу вақт бўлагидан ажратиш мумкинлигидан келиб чиқиб (масалан, тажриба тадқиқотларининг моддий-техника базаси тайёргарлигини ҳисобга олган ҳолда) кўрсатилади.

Илмий тадқиқот ишларини режалаштиришнинг жуда муҳим нуқталаридан бири белгиланган вазифаларни амалга ошириш учун имконият яратадиган тадқиқот усулларини узиш-кесил танлаб олиш масаласидир. Энг ишончли усуллар танлаб олинган, иш режасида ўрганиладиган объектлар сони (спортчилар, машғулотлар, мусобақалар тоифаси) ҳамда ўрганиладиган объектларни кузатиш муддати белгилаб қўйилади. Бунда режадаги кузатишлар миқдори олинган маълумотларнинг статистик жиҳатдан ишончилигига мезон бўлиб хизмат қилади.

Илмий тадқиқотни режалаштириш иш режасини тузиш билан тугамайди. Тадқиқотлар ўтказиш давомида дастлаб тузилган иш режаси мунтазам равишда таҳрир қилиб борилади. Унга ишнинг алоҳида босқичларини амалга ошириш муддатларини аниқлаштириш, қўшимча тадқиқотлар ўтказиш зарурати, баъзан эса илгари кўзда тутилмаган янги илмий масалаларнинг юзага чиқиши билан боғлиқ ўзгартиришлар киритилиши мумкин.

Шундай қилиб, тадқиқотнинг иш режаси тадқиқотчи ажарадиган барча ишларнинг йўналтирувчи кучи ҳисобланади, у ўтказиладиган илмий тадқиқотнинг мақсади ҳамда ундаги асосий масалалар моҳиятини очиқ-ойдин кўрсатиши керак. Тадқиқотнинг иш режаси гарчи ҳали тахминий бўлса ҳам, бундай режа жуда зарурдир. Бусиз умуман ишга киришиш мумкин эмас, чунки режасиз тадқиқотчи иш жараёнида нималар қилиши, қайси йўлдан бориши ва қандай натижалар олмақчи эканлигини билмайди. Иш режасининг дастлабки варианты қанчалик тўғри тузилган бўлса, тадқиқот ўтказиш давомида унга шунча кам ўзгартиришлар киритишга тўғри келади.

Тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш.

Материал йитиш ва тўплаш ҳар қандай янги, ўзига хос илмий тадқиқотнинг марказий қисмини ташкил этади ва, одатда, унга сарфланадиган вақтнинг кўпротини мазкур фаолият банд қилади. Илмий-тадқиқот ишидаги бу босқичнинг моҳияти тадқиқотчига ўз олдига қўйган вазифаларни ҳал этиш ва олдинга сурилган фаразларни исботлаш учун зарур бўлган маълумотларни йитиш ҳамда тизимлаштириш имконини беради.

Илмий маълумотларни йитиш ишларининг хусусияти ва мазмуни тадқиқотнинг мақсади ҳамда усулларига боғлиқ. Изланувчи ўзини қизиқтирган масала юзасидан фанга маълум бўлган ахборотни имкон қадар тўла ўзлаштириб олмоти шарт. Буларнинг бари илмий-техника маълумотларини йитиш ва ўрганиш йўли билан ҳал этилиши мумкин. Хозирги вақтда ахборотлар ҳажми жуда муҳим бўлиб, интернет жорий этилганлиги муносабати билан имкониятлар кундан-кунга ўсиб бормоқда. Чунинг учун ҳар бир тадқиқотчи керакли илмий-техника маълумотларини олиш йўллари ҳақида аниқ тасаввурга эга бўлиши ҳамда унинг энг самарали усуллари қўллай билиши, ахборот манбаларидан иложи борича кўп фойдаланиб, олинган маълумотларни қайта ишлаш учун иложи борича кам куч ва вақт сарфлаши лозим.

Зарур маълумотларни олишнинг энг муҳим йўлларида бири тадқиқотчини қизиқтирган масалани ёритган адабиётларни йиғиш ҳамда ўрганишдир. Адабиётлар устида ишлаш уч асосий вазифанинг бажарилишини талаб қилади. Биринчидан, ўрганилаётган муаммо хусусида мамлакат ҳамда дунё адабиётида ёзилган барча аҳамиятли асарларни топиш керак бўлади. Иккинчидан, йиғилган адабий манбаларда берилган маълумотларни тизимга солиб, амалга оширилаётган тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларидан келиб чиқиб таҳлил қилиш лозим. Ва, ниҳоят, учинчидан, барча ўқилган асарларни бир-бирига боғлаб, танқидий нуқтаи назардан мазмунини чақиш зарур: одатда, бу амалларни тадқиқотчи ишланаётган илмий тадқиқот мавзуи бўйича адабиётлар обзорини тузиш вақтида бажаради.

Кўрсатилган вазифаларни ҳал этиш учун тадқиқотчи илмий адабиётлар билан ишлаш кўникмасига эга бўлиши керакки, бунга адабиётларни библиографик жихатдан ўрганиш ҳамда рўйхатга олиш, адабий манбаларни аниқ мақсад билан ўқиш ва қисқача мазмунини ёзиб бориш усулиятларини ўзлаштириб олиш киради. Илмий асарни ўқиганда, унинг мазмунини шунчаки билиб олиши эмас, балки муаллифнинг қарашларини танқидий қабул қилиши, унга ўз мулоҳазалари ва баҳолари билан изох бериб бориши лозим. Илмий ишни ўрганишнинг 3 асосий йўли бор: 1) манбани кўриб чиқиш; 2) бошидан охиригача ўқиш; 3) пухта ўзлаштириш.

Тадқиқотчи маълум бир адабий манба билан илк бор танишгач, унда янги маълумотлар йўқлигига, тадқиқот учун бирон-бир қимматга эга эмаслигига ишонч ҳосил қилгач, мазкур китоб ёки мақолани фақатгина кўриб чиқади. Бундай ҳолларда у асар саҳифаларини тезгина кўздан кечириб, диққатга сазовор бирор парчага дуч келсагина, унинг мазмунини диққат билан ўргана бошлайди.

Бошидан охиригача ўқишда тадқиқотчи адабий манбани шошмасдан, диққат билан синчиклаб мутолаа қилади. Бунда изчилликка риоя қилиб, берилган изохларни назардан қочирмаслик, расмлар, жадвал ва чизмаларни яхшилаб ўрганиш лозим. Китобни пухта ўзлаштириш уни чуқур ишлаб чиқиш, ўқилган материалнинг мазмунини қичқача ёзиб олиш демакдир.

Тадқиқотчи учун зарур материалларни йитиш ва тўплашнинг энг муҳим йўлларида бири ўрганилаётган объект ёки масала тўғрисида ўз кузатувлари, тажрибалари ва ҳ.к. асосида тегишли маълумотларни олишдир. Уларни қўлга киритишнинг йўллари турлича бўлиши мумкин, бу мазкур ҳолда тадқиқотнинг қандай усулларида фойдаланилганига боғлиқ. Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида илмий тажриба тадқиқотларининг хиллари кўп ва фақат уларгина тадқиқотчининг шахсан ўзи томонидан материал йитиш ҳамда тўплашнинг асосий йўли ҳисобланади.

Илмий тажрибанинг мақсади тадқиқотчида пайдо бўлган тояни, илгари сурилган фараз, концепсияни тасдиқлашдан иборат. Спорт фанида

қўлланиладиган илмий тажриба тадқиқотлари ҳамда хусусий усулиятлар нихоятда ранг-баранглигига қарамай, уларнинг асосида умумметодологик ва усулий тамойиллар ётади.

Тажриба асосида олинган натижалар тадқиқотчи илгари сурган ғоя, ишчи фаразларни ё тасдиқлайди, ёки унга айрим ўзгартишлар киритади, тўлдиради. Тажрибаларни ўтказишда кўпинча яна назорат тажрибаларини йўлга қўйишга тўғри келади, уларнинг вазифаси тажрибадан энг тўғри, бошқача айтганда, репрезентатив натижалар олишни таъминлашдир. Назорат тажрибаларини таққослаш учун намуна (еталон) деб аташ мумкин. Чунинг учун ҳам уларни табиийга жуда яқинлаштирилган шароитларда ўтказиш лозим, акс холда спорт фанида илмий тажрибалар ўтказиш умуман ўз маъносини йўқотади.

Илмий тадқиқот жараёнида педагогик кузатишларни амалга оширишнинг 3 асосий тури бор. Кузатиш маълумотларини умумтаълим ёки спорт мактабида ишлайдиган тадқиқотчи ўқитувчи ёхуд тренер ўзининг кундалик фаолияти давомида йитиб, тўплаб бориши мумкин. Уларни спортчи ёки жисмоний тарбия билан шутулланувчиларнинг кундаликларини тахлил қилиш натижасида қўлга киритса ҳам бўлади. Нихоят, бундай маълумотларга эга бўлиш учун жисмоний тарбия ва спорт билан шутулланувчилар хар жихатдан оммавий педагогик тестлаш ёрдамида ўрганилади, ёки спортчининг машғулот ва мусобақа фаолиятининг айрим томонларини чуқур тадқиқ этиш мақсадида махсус тайёрланган мажмуали текшириш ишлари ўтказилади.

Шу тариқа тадқиқот материалларини йиғиш ва тўплаш аниқ мақсад билан олиб борилиши, яъни илмий тадқиқотнинг мақсадидан келиб чиқиб ўтказилиши ҳамда унинг иш режасида кўрсатилган вазифаларнинг бажарилишини таъмин этиши шарт.

Йиғилган маълумотларни тахлил қилиш ва умумлаштириш.

Ўрганилаётган объект тўғрисидаги материалларни йиғиш ва тўплаш ҳар қандай тадқиқотнинг марказий қисмини ташкил этса, йиғилган маълумотларни

тахлил қилиб, умумлаштириш илмий ижоднинг энг масъулиятли босқичи саналади. Айнан шу босқичда тадқиқотчи ўрганилаётган масалани чуқур, ҳар томонлама қамраб олиши, тўпланган маълумотларга тўғри, илмий жихатдан асосланган баҳо бериши, ўз мулохазаларининг тўғрилигига ишончли далиллар келтира билиши лозим. Йиғилган маълумотларни аввал тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларидан келиб чиқиб, зарур тартибда гуруҳларга ажратиб олиш мақсадга мувофиқдир. Бундай гуруҳлаштириш турли белгиларга кўра амалга оширилиши мумкин. Баъзан тақсимлаш спортчиларнинг ёши, жинси, тайёргарлик даражасига (янги шутуланувчилар, разряд эгалари, спорт усталари ва халқаро тоифадаги спорт усталари) қараб, бошқа ҳолда ўқув-машқ ҳамда мусобақа юкламалари таъсири остида организмнинг функционал ҳаракатларидаги у ёки бу ўзгаришнинг юзага келиши даражаси (масалан, курашда - «техникачилар», «тезкорлар», «кучлилар»); учинчи ҳолда бажарилган биомеханик, физиологик, рухий тадқиқотларнинг натижалари асосида, тўртинчи ҳолда ўрганилаётган ҳаракат фаолиятининг юзага келиш ёки шаклланиш муддатига қараб бажарилади.

Йиғилган материалларни таҳлил қилишнинг энг муҳим вазифаси илмий тадқиқотнинг илгариги барча босқичларида қўлга киритилган ахборотга танқидий баҳо беришдан иборатдир. Бундай танқидий баҳо адабиётлар мутолааси асосида тўпланган маълумотларга нисбатан қанчалик зарур бўлса, муаллифнинг ўз тадқиқотлари натижасида олган маълумотларига нисбатан ҳам шунчалик зарур. Бунда маълумотларнинг ишончлилиги ва типиклиги даражасини аниқлашга алоҳида эътибор қаратилади. Тадқиқотчи йитилган илмий маълумотга усулий ёки техник томондан йўл қўйилган хатоликлар таъсир кўрсатганлигига ишонч ҳосил қилмоғи керак.

Тадқиқот материаллари муайян мақсад асосида гуруҳларга тақсимлаб олинган, уларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш жараёнининг муҳим унсури - олинган маълумотларни таққослаш ҳисобланади. Бундан мақсад - уларнинг ўхшаш ва фарқли жихатларини, мазкур тадқиқотнинг мақсад ва вазифаларига қанчалик мувофиқлигини, хусусан, ишчи фаразларнинг моҳиятини ташкил

этувчи назарий хукмлар хамда қарашлар тизимига мослигини очиб беришдир.

Тўпланган маълумотларни таҳлил этиш ва умумлаштириш, танқидий баҳолаш, таққослаш хамда боғлиқ жихатларини аниқлаш натижасида тадқиқ этилаётган ходисаларнинг ўхшаш томонлари, қонуниятлари юзага чиқади. Тадқиқотнинг якунигача хулоса қисмига замин хозирлайдиган, илмий умумлашмаларнинг матзини ташкил этадиган нарса худди шунинг ўзидир. Илгари баён этилган маълумотлардан мантиқан келиб чиқадиган бу хулосалар тадқиқотчининг тахминлари ва таассуротларига эмас, аниқ фактларга, исботланган маълумотларга асосланмоғи лозим.

Тадқиқотни яқунлаш ва шакллантириш.

Илмий тадқиқотнинг сўнгги босқичи уни яқунлаш ва шакллантириш бўлиб, одатда, бунинг таркибига изланишлар натижаларини муҳокама қилиш ва тақризлаш, ишни адабий хамда техник жихатдан шакллантириш, уни тарқатишнинг (сотишнинг) иккиламчи йўлларини белгилаш киради.

Иш натижаларини тадқиқотчи ишлаган илмий жамоа (кафедра, бўлим) муҳокама қилади ва унга тақриз беради. Муҳокамани тадқиқот тамомила яқунланганидан кейингина эмас, балки, унинг амалга оширилиши жараёнида, маълум босқичлар тугалланганидан кейин ўтказиб туриш мақсадга мувофиқдир. Олиб борилаётган тадқиқот тўғрисида даврий илмий журналларда ёки илмий тўпламларда мунтазам равишда ахборот бериб боришни ташкил этиш муҳокамалар миқёсини кенгайтиришга имкон беради. Диссертасия тадқиқотлари амалга оширилаётганда, ишнинг асосий мазмунини олдиндан эълон қилиш уни химояга тақдим этишнинг мажбурий шартларидан бири ҳисобланади.

Тадқиқот натижаларининг муҳокамаси жараёнида муаллиф талай қимматли, фойдали маслаҳатлар олиши мумкин. У барча мулоҳазаларни синчиклаб ўрганиши, эътирозларга сабаб бўлган ўринларга алоҳида эътибор қаратиб, зарур бўлса, қайта ишлаб чиқиши керакки, бу илгари сурилган

далиллар тизимини янада кучайтириш, хатто уларни ўзгартириш, шу тариқа илмий иш сифатини яна ҳам ошириш имконини беради.

Назорат учун савол ва топшириқлар.

1. Илмий тадқиқотлар қандай асосий босқичларга тақсимланади?
2. Илмий тадқиқотнинг мавзуси қандай мезонларга жавоб бериши керак?
3. Илмий тадқиқотнинг мавзуси истиқболли эканини қандай аниқлаш мумкин?
4. Илмий тадқиқот мавзусининг ўрганилганлик даражасини қандай аниқлаш мумкин?
5. Илмий иш учун тадқиқот усулларини танлаш йўллари ҳақида гапириб беринг.
6. Тадқиқотнинг иш режаси қандай тузилади?
7. Таҷриба тадқиқотларини режалаштиришда нималарга эътибор бериш керак?
8. Илмий адабиётларни ўрганишнинг уч усули (манбани кўриб чиқиш, бошидан охиригача ўқиш ва пухта ўзлаштириш) бир-биридан нимаси билан фарқ қилади?
9. Йиғилган илмий материални гуруҳларга тақсимлашда нималарга эътибор берилади?
10. Йиғилган илмий маълумотларни таққослаш қандай мақсадда амалга оширилади?
11. Илмий тадқиқотларнинг якуний босқичида уни муҳокама қилиш ва тақризлашнинг аҳамиятини очиб беринг.
12. Илмий ишнинг тақризи қандай талабларга жавоб бериши керак?
13. Мазкур боб материаллари муҳокамасини ўтказинг ва унга тақриз беринг.
14. Ўзингиз истаган магистрлик диссертасия ишига тақриз тайёрланг ва унинг муҳокамасини ташкил қилинг.

Адабиётлар:

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
2. Губа В.П., Честаков М.П., Бубнов Н.Б., Борисенков М.П. Измерения и вўчисления в спортивно-педагогической практике. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2002. – 264 с.
4. Захаров А.А., Захарова Т.Г. Как написать и захить диссертацию. – СПб.: Питер, 2003. – 157 с.
5. Кузин Ф.А. Кандидатская диссертация. Методика написания, правила оформления и порядок захитў. – М.: Ось – 89, 1998. – 208 с.
6. Магистрлик диссертациясини ёзиш, расмийлаштириш ва химоя килишга тайёрлаш буйича услубий курсатмалар. – Т.: Молия, 1999. – 180 б.
7. Нормативные материалы по оформлению диссертации и автореферата. Методческие указания /Под ред. М. Мухитдинова. – Т.: ВАК РУз, 2003. – 28 с.
8. Петров П.К. Курсовые и выпускные квалификационные работы по физической культуре. – М.: Владос-Пресс, 2003. – 112 с.
9. Селуянов В.Н., Честаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.
10. Сидоренко В.М., Трушк И.М. Основы научных исследований. – Харьков: Вўсш. шк., 1977. – 200 с.
11. Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современную методику исследований в спорте. – Харьков: Основа, 1994. – 132 с.

ГЛОССАРИЙ

Анкета — назоратдан ўтаётган шахс тўғрисида бирон-бир маълумотлар олиш учун қўлланадиган саволлар варағи.

Тестнинг аутентлилиги — тестнинг ўрганилаётган хоссани аниқ ва ишончли ўлчаш ҳамда ифодалаш қобилияти.

Ранжировка қилинган – ўлчаш натижаларидан иборат тўпламдаги сонларни ўсиб бориш ёки камайиб бориш тартибида жойлаштириш.

Вариация қатори — ранжировка қилинган ўлчаш натижаларини икки устунда ифодалаш, уларнинг бири – вариантлар, иккинчиси эса частоталар.

Эҳтимоллик — тасодифий ҳодисани содир бўлишининг объектив имкониятларини ифодаловчи сон.

Бош тўплам — бир хил белгилар билан бирлаштирилган энг умумий тўплам.

Танланган тўплам (танланма) — бош тўпламнинг уни ифодаловчи (репрезентация қилувчи) қисми.

Тўплам — ихтиёрий кўринишдаги элементлар мажмуаси.

Дисперсия — эмпирик маълумотларнинг вариациясини ифодаловчи кўрсаткич.

Хосса (хусусият) — ўрганилаётган ҳодисани характерлайдиган кўрсаткич.

Тестнинг ахборотлилиги — тестнинг қандайдир бир хоссани эмас, балки ўрганилаётган хоссани ўлчаш қобилияти.

Квалиметрия — қийматлари сон орқали ифода этилмаган маълумотларни баҳолаш учун яроқли бўлган статистик усуллар тўплами.

Тасниф — бир хил хусусиятларга эга бўлган объектларни гуруҳларга ажратиш жараёни.

Контент-таҳлил — илмий-тадқиқот ишининг мазмунини ўрганадиган усул.

Корреляцион ўзаро боғлиқлик — биринчи кўрсаткичнинг бир қийматига бошқа бир кўрсаткичнинг кўп сонли қийматларининг ўртача арифметици мос келадиган ўзаро боғлиқлик.

Ишончилилик — такрорий ўтказилганда тестнинг бир хил натижаларни кўрсата олиш қобилияти.

Меъёр — ҳодисанинг маълум рамкаларда оптимал бўлган чегаравий

қийматлари .

Тескари (манфий) корреляцион ўзаро боғлиқлик — биринчи кўрсаткичнинг сон қиймати ортиши (камайиши) билан иккинчи кўрсаткичнинг сон қиймати камаядиган (ортадиган) ўзаро боғлиқлик.

Репрезентативлик хатолиги — бош тўплам ва танланган ўртача орасидаги фарқни кўрсатувчи сон.

Башорат қилиш — келажакни, истиқболни кўра билиш.

Тўғри (мусбат) корреляцион ўзаро боғлиқлик — биринчи кўрсаткичнинг сон қиймати ортиши (камайиши) билан иккинчи кўрсаткичнинг сон қиймати ортадиган (камаядиган) ўзаро боғлиқлик.

Ўринлаштириш — ҳар бири элементларнинг тартибли билан фарқ қиладиган кичик тўпламлар сони.

Ранг тузилмаси — имтиёз тартибига кўра объектларни жойлаштириш.

Тақсимот — тўплам элементлари билан унинг элементларини пайдо бўлиши нисбати.

Регрессия — иккита кўрсаткичларни ўзаро боғлиқлигини ифодаловчи қонуният.

Нативийлик белгиси — омилнинг таъсирини қабул қилувчи параметр.

Динамик каторлари — вақт ўтиши билан кўрсаткичнинг ўзгаришини акс эттирадиган сонлар қатори.

Тестнинг мос келувчанлиги — турли хил шахслар тест топширганда бир хил натижа кўрсата олиш қобилияти.

Спорт статистикаси — жисмоний тарбия ва спорт амалиётидаги оммавий бир жинсли ҳодисалар ҳақидаги фан.

Тестнинг стабиллиги — тестнинг бир хил шароитларда бирор вақт ўтгандан кейин такрорланганда бир хил натижа кўрсата олиш қобилияти.

Тренажёр – атроф муҳитнинг табиий ҳолида тренировка ва мусобақа фаолиятини имитация қилиш имконини берадиган техник воситалар.

Тренировка қурилмалари – тренировка жараёнидаги аниқ локал масалаларни ечишга хизмат қиладиган техник воситалар

Тест ўтказиш — сон орқали ифодага эга бўлмаган хусусиятларни ўлчаш.

Қувватни аниқлаш тести — тест топшириқларининг мураккаблигини мувофиқлаштиришга асосланган тест.

Тезликни аниқлаш тести — тест топшириқларини чегараланган вақт давомида бажариш кўзда тутилган тест.

Омилли таҳлил — ҳар бир омилнинг вазнини аниқлаш омиллари бўйича бошланғич маълумотларни синфларга ажратиш имконини берадиган усул.

Функционал ўзаро боғлиқлик — биринчи кўрсаткичнинг бир қийматига бошқа кўрсаткичнинг битта қиймати мос келадиган ўзаро боғлиқлик.

Шкала — объектни аниқ бир гуруҳга киритиш имконини берадиган санок тизимининг элементи.

Тестнинг эквивалентлиги — турли хилдаги тест топшириқларидан фойдаланилганда тестнинг бир хил натижаларни кўрсата олиш қобилияти.