

## SPORT TA'LIMIDA O'QISH KOMPETENSIYASINING LINGVOPSIXOLOGIK VA METODIK ASOSLARI

**Mirzayev Mirkamol Qoratoyevich**

Andijon qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti,  
O'zbek tili, pedagogika va jismoniy madaniyat  
kafedrası dotsenti

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada sport ta'limi tizimida o'qish kompetensiyasining lingvopsixologik va metodik asoslari tahlil qilinadi. O'qish jarayonining kognitiv mexanizmlari — vizual va semantik idrok, antisipatsiya, assotsiativ bog'lanish hamda vizual-motor koordinatsiya yoritilib, uning bosqichma-bosqich rivojlanishi asoslab beriladi. Shuningdek, o'qish kompetensiyasining sport mutaxassisining kasbiy tafakkuri, analitik qobiliyati va amaliy faoliyatini rivojlantirishdagi o'rni ko'rsatib beriladi.

**Kalit so'zlar:** sport ta'limi, o'qish kompetensiyasi, lingvopsixologiya, kognitiv jarayon, vizual idrok, semantik idrok, antisipatsiya, analitik fikrlash, metodika, sport kompetensiyasi.

## ЛИНГВОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЧИТАТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ В СПОРТИВНОМ ОБРАЗОВАНИИ

**Мирзаев Миркамол Коратоевич**

Андижанский институт сельского хозяйства и агротехнологий,  
кафедра узбекского языка, педагогики и физической культуры, доцент

**Аннотация:** В данной статье анализируются лингвopsихологические и методические основы читательской компетенции в системе спортивного образования. Рассматриваются когнитивные механизмы процесса чтения — визуальное и семантическое восприятие, антиципация, ассоциативные связи и зрительно-моторная координация, а также обосновывается его поэтапное развитие. Кроме того, показана роль читательской компетенции в развитии профессионального мышления, аналитических способностей и практической деятельности специалиста в области спорта.

**Ключевые слова:** спортивное образование, читательская компетенция, лингвопсихология, когнитивный процесс, визуальное восприятие, семантическое восприятие, антиципация, аналитическое мышление, методика, спортивная компетентность.

## LINGUOPSYCHOLOGICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF READING COMPETENCE IN SPORTS EDUCATION

**Mirzayev Mirkamol Qoratoyevich**

Andijan Institute of Agriculture and Agrotechnologies,  
Department of Uzbek Language, Pedagogy and Physical Culture,  
Associate Professor

**Annotation:** This article analyzes the linguopsychological and methodological foundations of reading competence in the system of sports education. It examines the cognitive mechanisms of the reading process, including visual and semantic perception, anticipation, associative connections, and visual-motor coordination, and substantiates its step-by-step development. Furthermore, the role of reading competence in developing the professional thinking, analytical abilities, and practical performance of sports specialists is highlighted.

**Key words:** sports education, reading competence, linguopsychology, cognitive process, visual perception, semantic perception, anticipation, analytical thinking, methodology, sports competence.

Sport ta'limi va jismoniy tarbiya tizimida o'qish kompetensiyasi zamonaviy yuqori malakali mutaxassisni tayyorlash jarayonining ajralmas va strategik jihatdan muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Chunki sport sohasi faqatgina amaliy harakatlar, jismoniy mashqlar va texnik-taktik ko'nikmalar majmuasidan iborat bo'lib qolmay, balki chuqur ilmiy-nazariy bilimlar, tizimli metodik yondashuv hamda sport jarayonlarini tahlil qilishga asoslangan ilmiy tafakkurni ham talab etadi. Shu nuqtai nazardan, o'qish faoliyati sportchi, murabbiy yoki talabaning kasbiy rivojlanishida asosiy intellektual manba vazifasini bajaradi, chunki u orqali sport fiziologiyasi, biomekanika, sport psixologiyasi, mashg'ulot jarayonlarini rejalashtirish va

boshqarish metodikasi kabi fundamental hamda amaliy fanlarga oid bilimlar chuqur va izchil o'zlashtiriladi.

Bundan tashqari, o'qish jarayoni nafaqat bilimlarni egallashga, balki ularni tahlil qilish, solishtirish va amaliy vaziyatlarda qo'llash qobiliyatini shakllantirishga ham xizmat qiladi. Natijada sportchi yoki murabbiyda professional tafakkur, tanqidiy yondashuv va ilmiy asoslangan qaror qabul qilish ko'nikmalari rivojlanadi. Bu esa o'z navbatida ularning dunyoqarashini kengaytirib, sport faoliyatini intuitiv emas, balki ilmiy asoslangan, rejalashtirilgan va samarali tizim sifatida tashkil etish imkonini beradi hamda sportda yuqori natijalarga erishish uchun mustahkam nazariy va metodik poydevor yaratadi.

Sport ta'limida o'qish faoliyati murakkab kognitiv, psixologik va psixopedagogik jarayon sifatida qaralib, u sportchi yoki bo'lajak mutaxassisning kasbiy kompetensiyasini shakllantirishda muhim o'rin egallaydi. Mazkur jarayon faqat yozma ilmiy, metodik va o'quv materiallarini oddiy qabul qilish bilan cheklanib qolmay, balki ularni chuqur tahlil qilish, mazmunini anglash, umumlashtirish hamda real sport amaliyoti bilan uzviy bog'lashni ham o'z ichiga oladi.

O'qish jarayoni ikki asosiy, bir-biri bilan chambarchas bog'liq yo'nalishda amalga oshadi. Birinchisi — vizual idrok etish bo'lib, bunda sportga oid matnlardagi terminlar, belgilar, grafik ma'lumotlar va tushunchalar tanib olinadi hamda ularning shakliy jihati o'zlashtiriladi. Ikkinchisi esa semantik idrok bo'lib, u o'qilgan ma'lumotlarning chuqur mazmunini anglash, ularni sport jarayonlari bilan bog'lash va amaliy faoliyatda qo'llashni nazarda tutadi.

Shu boisdan, o'qish sport ta'limida nafaqat nazariy bilimlarni egallash vositasi sifatida, balki olingan bilimlarni amaliy sport faoliyatiga tatbiq etishni ta'minlaydigan muhim didaktik va metodik mexanizm sifatida ham alohida ahamiyat kasb etadi. Bu esa sportchining fikrlash qobiliyatini rivojlantirib, uning kasbiy tayyorgarligini yanada yuqori bosqichga olib chiqadi.

O'qish sport mutaxassislarining kasbiy kompetensiyasini shakllantirish va uni izchil rivojlantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lgan asosiy intellektual faoliyat turlaridan biri hisoblanadi. Murabbiylar, sportchilar hamda sport ta'limi

yoʻnalishidagi mutaxassislar ilmiy, metodik va amaliy manbalarni tizimli oʻqish orqali zamonaviy mashgʻulot metodikalarini oʻzlashtiradilar, sport tibbiyoti, fiziologiya va psixologiya sohasidagi bilimlarini kengaytiradilar hamda xalqaro sport tajribalarini chuqur tahlil qilish imkoniyatiga ega boʻladilar. Bu jarayon nafaqat ularning nazariy bilimlarini boyitadi, balki kasbiy faoliyatda zarur boʻlgan tahliliy fikrlash, mantiqiy yondashuv va ilmiy asoslangan qaror qabul qilish qobiliyatlarini ham rivojlantiradi. Natijada oʻqish sport sohasida samarali kommunikativ vosita sifatida namoyon boʻlib, professional muloqot madaniyatini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Zamonaviy sport metodikasi oʻqishni faqat nazariy bilimlarni egallash vositasi sifatida emas, balki sport jarayonlarini chuqur tahlil qilish, baholash va optimallashtirishning muhim instrumenti sifatida koʻradi. Sportga oid ilmiy va metodik matnlar orqali mashgʻulot jarayonlarini rejalashtirish, jismoniy yuklamalarni toʻgʻri taqsimlash, texnik va taktik harakatlarni tahlil qilish hamda sport natijalarini ilmiy asosda baholash imkoniyati yaratiladi. Bundan tashqari, matnlar asosida tashkil etiladigan muhokamalar, tahliliy vazifalar va amaliy topshiriqlar sportchilarda mustaqil fikrlash, strategik yondashuv, muammoli vaziyatlarni hal etish hamda tahliliy qaror qabul qilish koʻnikmalarini shakllantiradi va rivojlantiradi. Shu tariqa, oʻqish sport faoliyatini ilmiy asoslangan, tizimli va samarali boshqarishga xizmat qiluvchi muhim metodik vositaga aylanadi.

Oʻqish jarayoni sport taʼlimi kontekstida murakkab psixolingvistik faoliyat sifatida talqin qilinib, unda analitik va sintetik fikrlash jarayonlari uzviy va oʻzaro bogʻliq holda faoliyat yuritadi. Bu jarayon faqat matnni yuzaki idrok etish bilan cheklanmay, balki uning chuqur mazmunini anglash, tahlil qilish va amaliy sport faoliyati bilan integratsiya qilishni ham talab etadi. Sport taʼlimida oʻqish samaradorligi bir qator muhim psixologik va lingvistik mexanizmlar orqali taʼminlanadi. Jumladan, antisipatsiya mexanizmi sportga oid matn mazmunining keyingi rivojini oldindan taxmin qilish, kontekst asosida mantiqiy xulosalar chiqarish imkonini beradi. Assotsiativ bogʻlanish esa sport terminlari, nazariy tushunchalar va amaliy tajriba oʻrtasida mustahkam kognitiv aloqalarni shakllantirib, bilimlarning

tizimli o'zlashtirilishiga xizmat qiladi. Vizual-motor koordinatsiya esa matnda berilgan axborotni sport harakatlari, mashg'ulot jarayonlari va amaliy ko'nikmalar bilan bog'lash orqali nazariya va amaliyot uyg'unligini ta'minlaydi. Ushbu mexanizmlarning kompleks ishlashi o'qish jarayonini nafaqat samarali, balki chuqur mazmunli va amaliy jihatdan ahamiyatli qiladi.

Sport ta'limida o'qish ko'nikmasi bosqichma-bosqich rivojlanadigan murakkab jarayondir. Dastlab sport terminologiyasi va oddiy metodik ma'lumotlarni tanish darajasida tushunish shakllanadi. Keyingi bosqichda terminlar va tushunchalar o'rtasidagi bog'lanishlar anglanib, ularni amaliy vaziyatlarda tahlil qilish ko'nikmasi rivojlanadi. Yuqori bosqichda esa murakkab sport strategiyalari va ilmiy-metodik yondashuvlar to'liq o'zlashtirilib, amaliyotda samarali qo'llanadi. Shu tariqa, o'qish ko'nikmasi oddiy idrokdan yuqori darajadagi tahlil va qo'llash bosqichigacha rivojlanadi.

Sport sohasida o'qish oddiy terminlarni tanishdan boshlab, analitik va amaliy bosqichgacha rivojlanadi. Dastlab til va terminologik baza shakllanadi, keyin nazariy bilimlar amaliy mashg'ulotlar bilan bog'lanadi. Keyingi bosqichda ilmiy va metodik matnlar tahlil qilinib, mashg'ulotlarni rejalashtirish va baholash ko'nikmalari shakllanadi. Bu jarayon ichki o'qish orqali tezkor va chuqur tushunishni rivojlantirib, o'qishni yuqori darajadagi kognitiv faoliyatga aylantiradi.

Shuningdek, o'qish sport ta'limida bir nechta funksiyalarni bajaradi: amaliy jihatdan bilimlarni mashg'ulotlarda qo'llashga xizmat qiladi, ta'limiy jihatdan bilimlarni kengaytiradi, tarbiyaviy jihatdan intizom va mas'uliyatni shakllantiradi, rivojlantiruvchi jihatdan esa tahlil, xulosa chiqarish va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Xulosa qilib aytganda, sport ta'limida o'qish kompetensiyasi lingvopsixologik va metodik jihatdan murakkab, ko'p bosqichli hamda integrativ xarakterga ega bo'lgan kognitiv jarayon sifatida namoyon bo'ladi. U nafaqat yozma axborotni qabul qilish va tushunish faoliyati, balki sport mutaxassisining kasbiy shakllanishida nazariya va amaliyotni bog'lovchi asosiy intellektual mexanizm hisoblanadi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'qish jarayoni sport ta'limida bilimlarni egallash, ularni tahlil qilish va amaliy faoliyatga tatbiq etishning muhim vositasi bo'lib xizmat qiladi. Antisipatsiya, assotsiativ bog'lanish va vizual-motor koordinatsiya kabi psixolingvistik mexanizmlar o'qish samaradorligini ta'minlab, matnni chuqur tushunish va uni sport amaliyoti bilan integratsiya qilish imkonini beradi. Shu bilan birga, o'qish ko'nikmasi bosqichma-bosqich rivojlanib, oddiy terminlarni idrok etishdan tortib murakkab ilmiy-metodik xulosalarni tahlil qilish va qo'llash darajasigacha yetib boradi.

Shuningdek, o'qish sport mutaxassisining kasbiy kompetensiyasini shakllantirishda muhim omil bo'lib, uning tahliliy fikrlash, mustaqil qaror qabul qilish, strategik yondashuv va ilmiy asoslangan faoliyat yuritish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Bu jarayon sport sohasida zamonaviy, raqobatbardosh va yuqori malakali kadrlarni tayyorlashga xizmat qiladi.

Umuman olganda, o'qish kompetensiyasi sport ta'limining ajralmas qismi bo'lib, u sport faoliyatini ilmiy asosda tashkil etish, boshqarish va takomillashtirishning asosiy sharti sifatida namoyon bo'ladi hamda shaxsning kasbiy va intellektual rivojlanishini ta'minlaydi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar.**

1. Matveyev L.P. *Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi*. — Moskva: Fizkultura i sport, 1991.
2. Bompa T.O., Buzzichelli C. *Periodization Training for Sports*. — Champaign: Human Kinetics, 2019.
3. Platonov V.N. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte*. — Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2015.
4. Zatsiorsky V.M., Kraemer W.J. *Science and Practice of Strength Training*. — Champaign: Human Kinetics, 2006.
5. Issurin V. *Block Periodization: Training Theory and Methodology*. — Michigan: Ultimate Athlete Concepts, 2008.

6. McArdle W.D., Katch F.I., Katch V.L. *Exercise Physiology: Nutrition, Energy, and Human Performance*. — Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2015.