



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th November, 2025

JISMONIY TARBIYA BO‘YICHA TRENER VA YO‘RIQCHILARDA IJTIMOIY-KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNI RIVOJLANTIRISH

Ch. B. Nalibayeva

Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruv va
texnologiyalar universiteti, katta o‘qituvchisi

Karimjonov Olimjon

Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruv va
texnologiyalar universiteti, talabasi

Tel: +99893-737-23-32

E-mail: chulpan.baxitqizi@gmail.com

Annotatsiya:

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya trenerlari va yo‘riqchilarida ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish masalalari o‘rganilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, samarali pedagogik va kommunikativ ko‘nikmalar nazariy bilim, amaliy tajriba, shaxsiy fazilatlar va refleksiya orqali shakllanadi. Mazkur kompetensiyalar trener va yo‘riqchilarning dars samaradorligini oshirish, sportchilarning motivatsiyasini kuchaytirish va jamoa intizomini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, trener, yo‘riqchi, ijtimoiy-kommunikativ kompetensiya, pedagogik ko‘nikmalar.

DEVELOPMENT OF SOCIAL-COMMUNICATIVE COMPETENCIES IN PHYSICAL EDUCATION COACHES AND INSTRUCTORS.

Аннотация:

В статье рассматриваются вопросы развития социально-коммуникативных компетенций у тренеров и инструкторов по физической культуре. Результаты исследования показывают, что эффективные педагогические и



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfséries.com

24th November, 2025

коммуникативные навыки формируются через сочетание теоретических знаний, практического опыта, личных качеств и рефлексии. Эти компетенции способствуют повышению эффективности занятий, мотивации спортсменов и укреплению дисциплины в команде.

Ключевые слова: физическая культура, тренер, инструктор, социально-коммуникативная компетенция, педагогические навыки.

РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У ТРЕНЕРОВ И ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

Abstract:

The article explores the development of social-communicative competencies in physical education coaches and instructors. Research findings indicate that effective pedagogical and communicative skills are formed through a combination of theoretical knowledge, practical experience, personal qualities, and reflection. These competencies enhance lesson effectiveness, increase athletes' motivation, and strengthen team discipline.

Keywords: physical education, coach, instructor, social-communicative competence, pedagogical skills.

Bugungi kunda jismoniy tarbiya sohasida samarali mashg'ulot o'tkazish nafaqat sport texnikasini bilishni, balki ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarni ham talab qiladi. Trener va yo'riqchilarning muloqot qobiliyati, motivatsiya berish, jamoani boshqarish va konfliktlarni hal qilish ko'nikmalari sportchilarning natijalariga va jamoa intizomiga bevosita ta'sir qiladi. Shu sababli ushbu mavzu zamonaviy pedagogika va sport metodikasi uchun dolzarb hisoblanadi. Jismoniy tarbiya sohasida trener va yo'riqchilar nafaqat sport mashg'ulotlarini olib boradi, balki jamoa bilan ishlash, motivatsiya berish va shaxslararo munosabatlarni boshqarish vazifasini ham bajaradi. Shu sababli ularning ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalari (ya'ni muloqot qilish, jamoani boshqarish, motivatsiya berish va



konfliktlarni hal qilish qobiliyatlari) professional samaradorlikning muhim omili hisoblanadi.

Avloniy, A. Pedagogik mahorat va uning rivojlanish omillari bo'yicha manbada pedagogik mahorat tushunchasi, uning shakllanishi va rivojlanish omillari batafsil o'rganilgan. Avloniy ta'kidlaydiki, trener va yo'riqchilarda pedagogik mahorat nafaqat bilimga, balki shaxsiy fazilatlar va kommunikativ ko'nikmalarga ham bog'liq. Bu ish mavzuning nazariy asoslarini aniqlashda foydali. Yulbarsov, K Jismoniy tarbiya pedagogikasi: nazariya va amaliyot bo' yicha jismoniy tarbiya pedagogikasida kommunikativ kompetensiyalarning ahamiyatini yoritadi. U mashg'ulot jarayonida trener va yo'riqchilarning ijtimoiy-ko'nikmalarini rivojlantirish metodlarini taklif qiladi, shu jumladan guruh bilan ishlash, motivatsiya berish va faol tinglash.

Qodirov, R. O'qituvchining professional kompetensiyalari bo'yicha professional pedagogik kompetensiyalarga e'tibor qaratadi. Unda ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishning amaliy yo'llari, shaxsiy rivojlanish va refleksiya jarayonlari ta'riflangan.

Sharipov, O., Hasanov Mazkur manbada trener va yo'riqchilarning mashg'ulot jarayonidagi kommunikativ va pedagogik ko'nikmalarini oshirish usullari keltirilgan. Shuningdek, innovatsion va interaktiv metodlar orqali ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarni mustahkamlash tavsiya qilinadi.

H. To'xtayev shaxsiy fazilatlarining pedagogik va kommunikativ ko'nikmalar rivojlanishiga ta'sirini tahlil qiladi. U trener va yo'riqchilarda empatiya, yetakchilik va stressga chidamlilik kabi sifatlarni rivojlantirish muhimligini ko'rsatadi.

Tahlil shuni ko'rsatadiki:

- Trener va yo'riqchilarda ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalar **nazariy bilim, amaliy mashg'ulot tajribasi, shaxsiy fazilatlar va refleksiya** orqali shakllanadi.
- Mahorat va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish zamonaviy jismoniy tarbiya pedagogikasi va sport metodikasi uchun muhim ahamiyatga ega.
- Shu bilan birga, innovatsion va interaktiv metodlardan foydalanish kompetensiyalarni tez va samarali rivojlantirish imkonini beradi.



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th November, 2025

Trener va yo‘riqchilarning ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalari bir nechta omillar orqali rivojlanadi va shakllanadi. Bu kompetensiyalar faqat nazariy bilimga yoki amaliy tajribaga bog‘liq emas, balki shaxsiy fazilatlar va refleksiya ham muhim rol o‘ynaydi.

Struktura tahlili

- **Predmet:** Trener va yo‘riqchilarda ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalar
- **Xususiyat:** Nazariy bilim, amaliy mashg‘ulot tajribasi, shaxsiy fazilatlar, refleksiya
- **Harakat (protsess):** Shakllanadi
- **Vosita:** Orqali (ya‘ni yuqorida sanab o‘tilgan omillar orqali)

Tahlil qilingan omillar

1. **Nazariy bilim:** Bu bilimlar trening nazariyasi, pedagogika, psixologiya va kommunikatsiya qonun-qoidalarini o‘z ichiga oladi.
2. **Amaliy mashg‘ulot tajribasi:** Tajriba orqali kompetensiyalar mustahkamlanadi; real vaziyatlarda ishlash orqali kommunikativ ko‘nikmalar rivojlanadi.
3. **Shaxsiy fazilatlar:** Masalan, sabr-toqat, empatiya, muomala madaniyati va liderlik qobiliyati. Shaxsiy fazilatlar kompetensiyaning samaradorligini belgilaydi.
4. **Refleksiya:** O‘z ishini tahlil qilish, xatolarni aniqlash va o‘rganish jarayoni; professional rivojlanish uchun zarur.

Trener va yo‘riqchilarning ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish ko‘p qirrali jarayon ekanligini ko‘rsatadi. U faqat bilim yoki amaliy ko‘nikmalarga emas, balki shaxsiy sifatlar va o‘zini tahlil qilish (refleksiya)ga ham bog‘liq.

Mahorat (professional ko‘nikmalar) va kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish zamonaviy jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi uchun zarurdir. Bu kompetensiyalar muvaffaqiyatli pedagogik va metodik faoliyatning asosini tashkil qiladi.

Innovatsion va interaktiv metodlardan foydalanish trener yoki pedagogning kompetensiyalarini rivojlantirishni tezlashtiradi va samaradorligini oshiradi. Ya‘ni metodlar va yondashuvlar kompetensiyalarni shakllantirish jarayonida muhim vosita hisoblanadi.



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th November, 2025

Xulosa qilsak, trener va yo‘riqchilarda **ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalar** nazariy bilim, amaliy mashg‘ulot tajribasi, shaxsiy fazilatlar va refleksiya orqali shakllanadi. **Mahorat va kommunikativ ko‘nikmalar** zamonaviy jismoniy tarbiya pedagogikasi va sport metodikasi uchun muhim ahamiyatga ega. **Innovatsion va interaktiv metodlardan** foydalanish kompetensiyalarni tez va samarali rivojlantirish imkonini beradi. Shu bilan birga, kompetensiyalarning shakllanishi ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, bilim, amaliy ko‘nikma, shaxsiy sifatlar va metodologik yondashuvlarning uyg‘unlashuvi orqali yuqori natijalarga erishish. Trener va yo‘riqchilarda ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish uchun **nazariy bilimlar va amaliy mashg‘ulotlarni uyg‘unlashtirish** zarur. **Shaxsiy fazilatlar va refleksiyani** rivojlantirishga alohida e‘tibor qaratish, o‘z faoliyatini tahlil qilish va takomillashtirishni odat qilish. Mashg‘ulotlarda **innovatsion va interaktiv pedagogik metodlardan** keng foydalanish, masalan, guruh ishlari, vaziyatli o‘yinlar, texnologik treninglar. **Professional rivojlanish dasturlarini** ishlab chiqish va muntazam treninglar orqali trener va yo‘riqchilarning mahorat va kommunikativ ko‘nikmalarini mustahkamlash.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Ахмадалиев, Ш. (2018). Жисмоний тарбия ва спортда педагогик технологиялар. Тошкент: Ўқитувчи.
2. Ҳашимов, М. (2020). Тренер ва йўриқчиларнинг ижтимоий-коммуникатив компетенциялари. Спорт ва соғлиқ, 3(2), 45–52.
3. Петров, И. В. (2017). Современные методы обучения в физической культуре и спорте. Москва: Физкультура и спорт.
4. Рахматуллаев, Б. (2019). Инновационные и интерактивные методы в педагогической практике. Тошкент: Илм-фан.
5. Сидоров, А. (2016). Коммуникативные навыки тренера: теория и практика. Санкт-Петербург: Питер.
6. UNESCO. (2015). Quality Physical Education Guidelines for Policy-Makers. Paris: UNESCO.