



ESHTISHDA NUQSONI BOR SHAXSLARNING SPORT TURLARIGA SARALASH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
doktoranti **Po'latova Maftunaxon Xushnud qizi**

Muallif bilan bog'lanish uchun:

Email: Sobirovamaftuna2788@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada eshitishda nuqsoni bor shaxslarni sport turlariga saralash metodikasini takomillashtirish bo'yicha olib borilgan ishlar yoritilgan. Eshitishda nuqsoni bor shaxslarni yengil atletika, futzal, shaxmat sport turlari bo'yicha jismoniy tayyorgarlik, psixologik va ijtimoiy rivojlanishidagi o'zgarishlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Eshitishda nuqsoni bor, yengil atletika, futzal, shaxmat, ijtimoiy rivojlanish, tahlil.

Kirish: Hozirgi kunda imkoniyati cheklangan shaxslar uchun keng imkoniyatlar yaratilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 08.11.2024 yildagi PQ-389-son "Nogironligi bo'lgan shaxslarni sportga jalb etish orqali jismoniy reabilitatsiya qilish tizimini takomillashtirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" qaroriga muvofiq, barcha aholi qatlamini sportga jalb qilish ishlari olib borilmoqda. Shu bilan birgalikda eshitishda nuqsoni bor sportchilarning erishayotgan yutuqlarini inobatga olgan holda, ular uchun ham keng imkoniyatlar yaratilmoqda. Imkoniyati cheklangan shaxslarni sportga keng jalb etish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarning sport bilan muntazam shug'ullanishi ularning jismoniy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi hamda sog'lig'ini mustahkamlashda muhim omil hisoblanadi.

Biroq sportga saralash jarayonida ushbu toifadagi sportchilarning anatomik-fiziologik, psixologik va sensor xususiyatlari yetarli darajada hisobga olinmayapti va Amaliyotda ko'plab sport maktablari umumiy saralash mezonlaridan foydalanmoqda va bu sportchining individual imkoniyatlarini to'liq namoyon qilishiga to'sqinlik qiladi.

Shu sababli eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslar uchun ilmiy asoslangan, kompleks va individual yondashuvga asoslangan sport saralash metodikasini ishlab chiqish dolzarb ilmiy masalalardan biridir.

Tadqiqotning maqsadi: Eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarni sport turlariga saralash metodikasini takomillashtirish.

Tadqiqotning vazifasi: Eshitishda nuqsoni bor shaxslarni sport qobiliyatini baholash mezonlarini amaliyotga qo'llash.

Eshitishda nuqsoni bor shaxslarni sport turlariga saralash metodikasini qo'llashda, ularning antropometrik ko'rsatkichlari baholash, jismoniy sifatlarni aniqlash uchun testlar, vestibulyar va koordinatsion baholashdan keyin eshitishda nuqsoni bor shaxslarni o'ziga mos sport turlariga tavsiya qilish mumkin.



1-jadval

Takomillashtirilgan sport saralash modeli.

Tibbiy diagnostika	Audiometriya	Sport bilan shug'ullanishga tibbiy qarshi ko'rsatmalarni aniqlash va sog'liq holatini baholash
	Otoskopiya	
	Vestibulyar apparatni tekshirish	
	EKG, qon bosim	
	Spirometriya	
Antropometrik diagnostika	Bo'y uzunligi, Tana vazni, BMI	Sport turiga morfologik moslikni baholash
	Qo'l uzunligi, oyoq uzunligi	
	Ko'krak qafasi aylanasi	
	Son, boldir aylanasi	
	Tana yog'i foizi	
Jismoniy tayyorgarlik	Kuch: dinamometriyasi, tortilish, o'tirib-turish, to'p uloqtirish	Asosiy jismoniy sifatni baholash va sport turining talablariga mosligini aniqlash
	Tezkorlik	
	chidamlilik	
	egiluvchanlik	
	chaqqonlik	
Koordinatsion diagnostika	Romberg testi	Muvozanat, koordinatsiya va harakatlarni boshqarish qobiliyatlari
	Flamingo testi	
	Y balance test	
	Star excursion balance teste	
	Bass dinamik teste	
Vestibulyar apparat diagnostikasi	Fukuda step test	Vestibulyar tizim faoliyatini baholash
	unterberger	
	dix-halipike	
	Dynamic visual	
	Computerized dynamic	
Psixologik diagnostika	Speiberger anxiety	Ruhiy holat, motivatsiya, xavotir, irodaviy sifatlar va shaxs xususiyatlarini baholash
	Eysenk personality	
	Big five	
	Sport motivatsion	
	POMS (kayfiyat holati)	
Psixofiziologik diagnostika	Oddiy reaksiya	Nerv-psixik jarayonlar va sensor motor imkoniyatlarni baholash
	Tanlov reaksiya vaqti	
	Diqqatning barqarorligi	
	Xotira	
	Sensor-motor koordinatsiya	
Vizual diagnostika	Ko'rish o'tkirligi	Vizual axborotni qabul qilish, qayta ishlash va harakatga javob berish qobiliyatini baholash
	Periferik ko'rish	
	Qo'l-ko'z koordinatsiyasi	
	Vizual reaksiya	



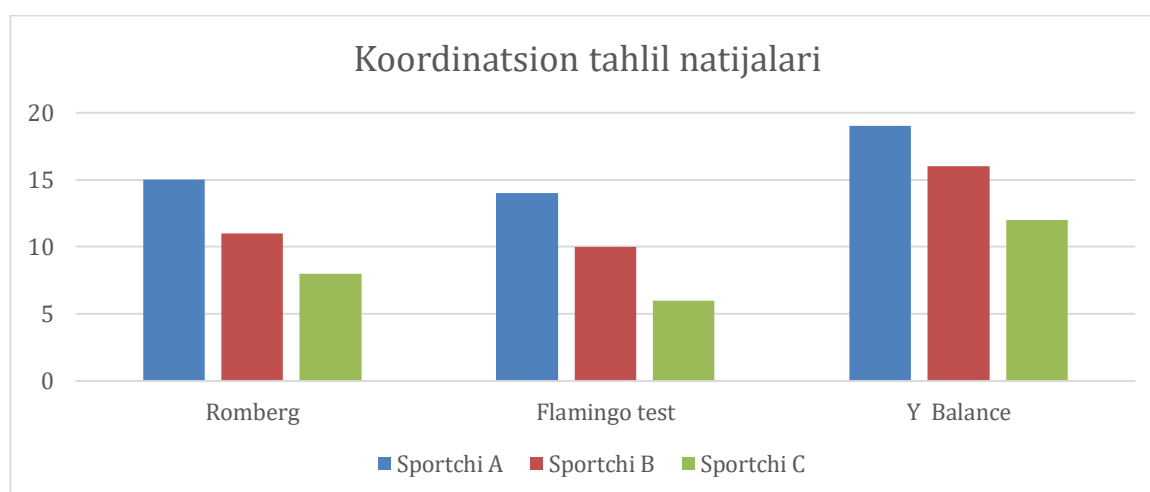
	Harakatni kuzatish	
Biomexanik diagnostika	Videoanaliz	Harakat texnikasini tahlil qilish va biomexanik samaradorligini baholash
	2d/3d motion analysis	
	Force plate	
	Inertial sensorlar	

Eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarni sport turlariga saralash jarayoni an'anaviy sport seleksiyasidan sezilarli darajada farq qiladi. Chunki ushbu toifadagi sportchilarda eshitish analizatori faoliyatining buzilishi natijasida vestibulyar apparat, muvozanatni saqlash, harakat koordinatsiyasi va fazoviy oriyentatsiya kabi ko'rsatkichlarda o'ziga xos xususiyatlar kuzatiladi. Shu sababli ularni sport turlariga saralash faqat umumiy jismoniy tayyorgarlik testlariga asoslanmasligi, balki kompleks diagnostik yondashuv asosida amalga oshirilishi zarur.

Eshitishda nuqsoni bor shaxslar orasida asosiy muammolardan biri bo'lgan koordinatsion qobiliyat yaxshi rivojlanmaganligi uchun ushbu jadvalda biz qo'llagan diagnostika tahlil natijalarini ko'rish mumkin.

2-jadval

№	Koordinatsion testlar natijalari								
1	Test nomi	Natijalar			Maksimal ball	Olingan ball			BAHOLASH
2		Sportchi A	Sportchi B	Sportchi C		A	B	C	
3	Romberg test (sek)	60	45	32	15	15	11	8	A-juda yaxshi
4	Flamingo testi (sek)	52	38	25	15	14	10	6	B-yaxshi
5	Y Balance testi(%)	92	84	70	20	19	16	12	C-oʻrtacha
6	Jami ball (maks 80)				80	77	61	44	



1-rasm



Ushbu test natijalari ko'ra Sportchi A- juda yaxshi natijani qayd etib, barcha testlarda yuqori ko'rsatkichlarni qayt etgan. Koordinatsion qobiliyati juda yaxshi ekanligi aniqlandi. Sportchi B- ko'rsatkichlari Sportchi A dan biroz farq qilib, muvozanat va dinamik koordinatsiya yaxshi rivojlangan. Sportchi C- o'rtacha natijani qayd etib, koordinatsion holati o'rtacha darajada, muvozanat va harakat aniqligini rivojlantirish kerakligi aniqlandi.

Taklif etilayotgan takomillashtirilgan sport saralash modeli bir-biri bilan uzviy bog'langan bir necha bosqichlardan iborat bo'lib, har bir bosqich sportchining muayyan imkoniyatlarini baholashga xizmat qiladi

Taklif etilayotgan modelning asosiy yangiligi shundaki, u sportchilarni baholashda faqat jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlariga emas, balki eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarga xos bo'lgan psixofiziologik va sensor-motor xususiyatlarga ham tayanadi. Natijada sport saralash jarayoni yanada obyektiv, individual va ilmiy asoslangan bo'ladi. Mazkur yondashuv sportchining imkoniyatlarini har tomonlama baholashga xizmat qiladi hamda noto'g'ri sport turiga yo'naltirish ehtimolini kamaytiradi. Natijada mashg'ulotlar samaradorligi, sport natijalari va istiqbolli sportchilarni aniqlash sifati oshadi.

Birinchidan, metodikaning muhim afzalligi individual yondashuv tamoyiliga asoslanganligidadir. Eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarning har biri eshitish darajasi, vestibulyar apparat faoliyati, harakat koordinatsiyasi, muvozanatni saqlash qobiliyati va vizual axborotni qabul qilish tezligi jihatidan bir-biridan farq qiladi. Taklif etilgan metodika aynan ushbu individual farqlarni hisobga olgan holda sportchining tabiiy salohiyatini aniqlash imkonini beradi. Natijada sportchi o'z imkoniyatlariga eng mos sport turiga yo'naltiriladi.

Ikkinchidan, metodika sport natijalarining barqaror o'sishiga xizmat qiladi. Sportchining anatomik, fiziologik va psixologik xususiyatlariga mos sport turi tanlanganda mashg'ulotlarning samaradorligi ortadi, yangi harakat ko'nikmalarini egallash tezlashadi hamda yuqori sport natijalariga erishish ehtimoli oshadi. Bu esa uzoq muddatli sport tayyorgarligi jarayonining sifatini yaxshilaydi.

Uchinchidan, taklif etilgan metodika sportchilarda uchrashi mumkin bo'lgan ortiqcha jismoniy yuklama va jarohatlanish xavfini kamaytiradi. Noto'g'ri sport turiga saralangan sportchilarda mashg'ulot yuklamasi organizm imkoniyatlariga mos kelmasligi natijasida charchash, motivatsiyaning pasayishi va turli funksional buzilishlar kuzatilishi mumkin. Kompleks diagnostika asosida sport turini tanlash esa bunday salbiy holatlarning oldini olishga xizmat qiladi.

To'rtinchidan, metodikaning yana bir ustun jihati psixologik omillarni baholash tizimiga kiritilganidir. Eshitishda nuqsoni bo'lgan sportchilarda musobaqa oldi hayajoni, stressga chidamlilik, motivatsiya darajasi va irodaviy sifatlar sport natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli psixologik diagnostika natijalari sport turini tanlash va individual tayyorgarlik dasturini ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.



Beshinchidan, metodika murabbiylar faoliyatining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Saralash natijalari aniq mezonlar va ball tizimi asosida baholanishi sababli murabbiylarning qarorlari obyektiv va ilmiy asoslangan bo'ladi. Bu esa subyektiv fikrlar ta'sirini kamaytirib, sportchilarni tanlashda adolat va shaffoflikni ta'minlaydi.

Oltinchidan, metodika adaptiv sport tizimida qo'llash uchun qulay hisoblanadi. Taklif etilgan baholash mezonlari maxsus sport maktablari, bolalar-o'smirlar sport maktablari, adaptiv sport markazlari hamda paralimpiya va surdolimpiya zaxiralari tayyorlash tizimiga moslashtirilishi mumkin. Bu esa sportchilarni tayyorlashning uzluksiz va izchil tizimini yaratishga imkon beradi.

Umuman olganda, taklif etilayotgan metodika eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarni sport turlariga saralash jarayonining ilmiy asoslanganligini, obyektivligini va samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Mazkur metodikaning amaliyotga joriy etilishi sportchilarning individual salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarish, sport natijalarini yaxshilash hamda milliy terma jamoalar uchun istiqbolli sportchilar zaxirasini shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa: Eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarni sport turlariga saralash jarayoni adaptiv sport tizimining eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Mazkur jarayonning samaradorligi sportchining individual jismoniy, funksional, psixologik va psixofiziologik imkoniyatlarini to'g'ri baholash hamda ularni eng mos sport turiga yo'naltirishga bevosita bog'liq. Amaliyotda qo'llanilayotgan an'anaviy sport saralash tizimlari asosan sog'lom sportchilar uchun ishlab chiqilgan bo'lib, eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarning o'ziga xos sensor-motor va kommunikativ xususiyatlarini to'liq hisobga olmaydi. Natijada sportchilarni noto'g'ri sport turiga yo'naltirish, mashg'ulotlar samaradorligining pasayishi va sport natijalarining kutilgan darajada bo'lmasligi kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin.

Shu nuqtai nazardan, maqolada taklif etilgan takomillashtirilgan sport saralash metodikasi kompleks diagnostik yondashuvga asoslanadi. Mazkur metodika tibbiy, antropometrik, jismoniy tayyorgarlik, koordinatsion, vestibulyar, psixologik, psixofiziologik, vizual va biomexanik diagnostika natijalarini o'zaro integratsiyalash orqali sportchining individual salohiyatini har tomonlama baholash imkonini beradi. Diagnostika natijalarining yagona baholash tizimida umumlashtirilishi esa murabbiy va mutaxassislariga ilmiy asoslangan qaror qabul qilish, sportchilarning qobiliyatiga mos sport turini tanlash hamda ularning istiqbolini aniq prognoz qilish imkoniyatini yaratadi.

Taklif etilgan metodikaning yana bir muhim jihati shundaki, unda sportchining nafaqat jismoniy sifatleri, balki vestibulyar apparat faoliyati, muvozanatni saqlash qobiliyati, vizual-motor reaksiyalari, psixologik barqarorligi va motivatsiyasi ham kompleks baholanadi. Bu esa eshitishda nuqsoni bo'lgan sportchilarning o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda individual yondashuvni ta'minlaydi va sport tayyorgarligi jarayonining samaradorligini oshiradi.

Mazkur metodikaning amaliyotga joriy etilishi sport maktablari, adaptiv sport markazlari hamda Surdolimpiya zaxirasini tayyorlash tizimida sportchilarni saralash



sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shuningdek, u sportchilarni uzoq muddatli tayyorlash tizimini takomillashtirish, mashg'ulot yuklamalarini individuallashtirish, sport natijalarini oshirish va jarohatlanish xavfini kamaytirish uchun ilmiy asos yaratadi. Umuman olganda, taklif etilgan kompleks diagnostika va sport saralash metodikasi eshitishda nuqsoni bo'lgan shaxslarning sport imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga, ularning sport faoliyatida yuqori natijalarga erishishiga hamda milliy va xalqaro musobaqalarda raqobatbardosh sportchilar zaxirasini shakllantirishga xizmat qiluvchi samarali ilmiy-amaliy model hisoblanadi. Kelgusida ushbu metodikani turli yosh guruhlar va sport turlari kesimida eksperimental sinovdan o'tkazish, raqamli monitoring tizimlari hamda sun'iy intellekt elementlari bilan boyitish uning amaliy samaradorligini yanada oshirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 8-noyabrdagi PQ-389-son qarori. "Nogironligi bo'lgan shaxslarni sportga jalb qilish orqali jismoniy reabilitatsiya qilish ta'sirchan bo'lish uchun".
2. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti. Jahon.
3. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti. Barcha.
4. Winnick JP, Porretta DL moslashtirilgan Ph. — 6-nashr. — Ch
5. Sherrill C. Moslashtirilgan jismoniy faollik, dam olish va sport: fanlararo va umr ko'rish davomiyligi . — 6-sinf
6. Bompa TO, Buzzichelli C. Peri. —
7. Reiman MP, Manske RC Functio. — Cham
8. Horak FB Postural orientatsiya va muvozanat: yiqilishlarning oldini olish uchun muvozanatni neyron nazorati haqida nimani bilishimiz kerak? // Yosh va yosh. — 2006. —
9. Plisky PJ, Gorman PP, Butler RJ va boshqalar. Yulduzli Ekskursiya Balans Sinovining komponentlarini o'lchash uchun asboblardan jihozlangan qurilmaning ishonchliligi // Yo'q. — 2009. — Vo
10. Hachad H., Mansur G., Berrada A. va boshqalar. Vestibu.