

## Section 9. Specialized branches of pedagogy

<https://doi.org/10.29013/EJEAP-23-2-79-81>

*Malikzoda Abdulatif Researcher,  
Tashkent State Pedagogical University, Uzbekista.*

### THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION IN THE PROCESS OF SELECTION FOR BOXING

**Abstract.** The article describes the implementation of psychological preparation during the qualifying competitions for the sport of boxing and the tasks of coaches in it.

**Keywords:** psychological preparation, sports, preparation, psychological stability, competitions, boxer, coach, group.

*Маликзода Абдулатиф,  
Исследователь, Ташкентский государственный  
педагогический университет, Узбекистан.*

### ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПРОЦЕССЕ ОТБОРА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ БОКСОМ

**Аннотация.** В статье описывается реализация психологической подготовки при проведении отборочных соревнований по виду спорта бокс и задачи тренеров в нем.

**Ключевые слова:** психологическая подготовка, виды спорта, подготовка, психологическая устойчивость, соревнования, боксер, тренер, группа.

#### Введение

Психологические особенности подготовки спортсмена зависят от уникальных аспектов бокса. Успешное выступление в многодневных сложных и напряженных турнирах с разнообразными опасными соперниками требует от боксера ряда технических и тактических качеств, физической работоспособности, высокого уровня психологической готовности.

Психологическая готовность боксера определяется, во-первых, уровнем развития когнитивных функций, чувством дистанции и времени ударов, направлением в ринге, быстротой реакции, спо-

собностью предугадывать поведение соперника, внимание, тактическим мышлением, а во-вторых, психологическое состояние спортсмена.

При оптимальной психологической подготовке спортсмена высоко развиты вышеперечисленные качества и так называемая психологическая готовность. Эти вещи можно охарактеризовать уверенностью в себе, умением бороться до конца боя и стремиться к победе, умением напрягать все силы для достижения поставленной перед боем цели, важностью душевной решимости.

**Обзор литературы.** По А. Ц. Пуни, высоко-развита структура психологической устойчиво-

сти, состоящая из комплекса сознательных, эмоциональных и волевых функций. По его словам, «готовность спортсмена к соревнованиям сосредоточена в его вере в свои силы, стремлении показать себя и победить, его эмоциональном возбуждении на оптимальном уровне, его способности противостоять всевозможным противодействиям, его способности свободно контролировать свое поведение».

А Г.М. Гагаева несколько иначе подходит к понятию состояния готовности, то есть, по ее мнению, оно характеризуется афферентным и эфферентным уровнями системы человеческого организма и эмоционально-волевыми качествами.

Уровень развития специальных психических процессов отражается в поведении боксера на ринге, чаще в эффективном развитии природной способности спортсмена, совершенствуемой в ходе специальной подготовки.

**Методология, материалы и методы исследования.** Попытка компенсировать недостаточно развитые у боксера специальные психические функции или другие плохие качества, такие как низкая скорость реакции, очень высокие движения, появление хорошего чувства дистанции, может привести к неуверенности спортсмена и психической нерешительности.

Уже на начальном этапе тренировки тренеры стараются выявить способности и возможности новичков, соответствующие специфике бокса. Спортивные способности — это удобное сочетание врожденных и приобретенных физических и психических качеств, а также способность спортсменов быстро и эффективно развивать эти качества в процессе тренировок. Понятие спортивных способностей, безусловно, включает в себя прекрасное здоровье и определенные анатомо-физиологические особенности организма. Вышеуказанные качества тесно связаны друг с другом и могут частично перекрываться другим. Основные признаки каждой составляющей спор-

тивной одаренности можно и нужно выделить уже у начинающих, это и есть соревновательное искусство. Регулярное участие в тренировках является важнейшим фактором диагностики физической подготовленности, а также важным показателем физической подготовленности, заключающейся в способности добиваться успеха. Молодежь, подходящая для занятий спортом, отличается (в комплексе):

- показатель успешности выше среднего;
- уровень активности в спорте и быту выше среднего;
- грузоподъемность выше средней;
- степень улучшения результатов;
- стабильность достижений.

Проблема профессиональной совместимости близка к проблеме выбора. Спорт — это постоянный выбор, для которого важны следующие моменты (по Г. Берхтольду):

1. выделение нескольких индивидуумов из многих – единичный или повторяющийся процесс – может быть формализовано определением некоторых критических уровней выполняемого действия; может осуществляться в виде непрерывного исследования);
2. определенная ограниченная цель;
3. использовать определенные приемы для разделения предметов на группы;
4. прогнозирование успеха в соответствии с критериями, определяющими эффективность этой деятельности.

В связи с необходимостью высоких тренировочных нагрузок роль отбора в современной системе спортивной подготовки резко возросла, и задачами отбора являются своевременное и правильное определение склонностей, способностей и возможностей начинающих спортсменов в соответствии со спецификой особенности бокса. Процесс отбора в спортивные команды (секции, отделения) С.М. Вайцеховский, Р. Мхитарьянц и др. разделяет на три этапа:

- прервью (через 2–4 месяца после первого урока);
- углубленное обследование в процессе первоначального обучения (3–6 месяцев);
- многолетняя систематическая самостоятельная подготовка студентов для окончательного определения спортивной специализации.

Каждый год в боксе появляются талантливые дети, подростки и молодежь. Некоторые

из них попадают в категорию успешных взрослых и продолжают развиваться дальше. Однако большинство юных чемпионов бесследно исчезают со спортивного небосклона и не достигают ожидаемых от них результатов. Как правило, причиной тому являются методические ошибки, в результате которых в организме юных боксеров происходят непоправимые (или непоправимые) биологические и психологические изменения.

### Список литературы:

1. Umarova N. Sh. Temperamental features of the manifestation of willpower in the process of psychological preparation of athletes // Fan-Sportga. – No. 3.2020. – P. 42–44.
2. Родионов А. В. Психология – спорту высших достижений / А. В. Родионов // Спорт.психолог. – 1 (13).2008. – С. 4–7.
3. Сивицкий В. Г. Условия эффективности психологического сопровождения спортсменов / В. Г. Сивицкий // Спорт.психолог. – № 3 (15).2008. – С. 42–50.
4. Ёшларда профессионал ушшга интилишни ривожлантиришнинг назарий-амалий асослари (шажаралар негизи мисолида). О. Хайитов, Н. Умарова – Т.: TURON-IQBOL, 2001.
5. Sports marketing in Uzbekistan: problems and prospects. О. Е. Hayitov, А. О. Eshboev. Economics, 43 p.
6. Хайитов О. Э. Психологическая компетентность в контексте профессиональной деятельности (теоретический аспект) // Вопросы науки и образования. – № 29(78).2019. – С. 21–29.