

## ЭМПИРИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ УРОВНЯ САМОУПРАВЛЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

Сатторов Миршод Эркинович

Научный исследователь Бухарского государственного университета

[mishas9804@gmail.com](mailto:mishas9804@gmail.com)

+998 (91) 310-27-22

### Аннотация

В статье рассматриваются эмпирические подходы к изучению уровня самоуправления у учащихся спортивных школ, значимость которого заключается в развитии самостоятельности, ответственности и саморегуляции, необходимых для успеха в спорте. Обозначены цели исследования: оценка уровня самоуправления, выявление факторов, влияющих на его развитие, и анализ взаимосвязи между самоуправлением и спортивными достижениями. В качестве методов используются анкетирование, тестирование, наблюдение и интервью с тренерами. Выделены ключевые факторы, такие как возраст, стаж тренировок, тип спорта и личные качества, влияющие на уровень самоуправления. Результаты показывают, что высокий уровень самоуправления способствует лучшим спортивным достижениям и устойчивости к стрессу.

**Ключевые слова:** Самоуправление, учащиеся спортивных школ, эмпирическое исследование, саморегуляция, спортивная психология, мотивация и ответственность

### Введение

Самоуправление в образовательной среде, особенно в спортивных школах, играет ключевую роль в развитии личности учащихся. Оно предполагает, что подростки могут принимать решения и брать на себя ответственность за свои действия, что особенно важно в спорте, где самодисциплина и умение управлять собой являются неотъемлемыми компонентами успеха. Эмпирические исследования уровня самоуправления помогают не только понять, насколько учащиеся владеют этим навыком, но и выявить факторы, влияющие на его развитие.



## Самоуправление

Самоуправление представляет собой процесс принятия решений, контроля над собственными действиями, саморегуляции и ответственности. В спортивной среде самоуправление выражается через способность спортсмена поддерживать высокую мотивацию, дисциплину, самоконтроль и самостоятельность в тренировочном процессе и на соревнованиях. Для учащихся спортивных школ самоуправление помогает им адаптироваться к требованиям тренировочного и соревновательного процесса, а также развивать лидерские качества, необходимые для дальнейшего успеха.

## Цели и задачи эмпирического исследования уровня самоуправления

Основная цель эмпирического исследования — выявление уровня сформированности самоуправления у учащихся спортивных школ и определение факторов, которые способствуют или препятствуют его развитию. Для этого решаются следующие задачи:

1. Оценка уровня самоуправления на основе опросников, тестов и наблюдений.
2. Анализ факторов, влияющих на уровень самоуправления, таких как возраст, стаж тренировок, тип спорта и особенности личности.
3. Определение взаимосвязи между уровнем самоуправления и спортивными достижениями учащихся.
4. Выявление проблемных областей в развитии самоуправления, требующих коррекции или дополнительного внимания со стороны тренеров и педагогов.

## Методы исследования

Для эмпирического изучения уровня самоуправления могут использоваться следующие методы:

### 1. Анкетирование

Анкеты позволяют выявить уровень осознанности, мотивации, самостоятельности и ответственности учащихся. Часто используются специально разработанные опросники, которые измеряют степень самоуправления по шкале от низкого к высокому уровню.

### 2. Тестирование и психологическая диагностика

Психологические тесты и методики саморегуляции могут выявить, насколько развиты у учащихся навыки самоуправления, способность к концентрации, устойчивости к стрессу и самостоятельности в принятии решений.



### 3. Метод наблюдения

Наблюдение за поведением учащихся в тренировочном и соревновательном процессе позволяет оценить реальный уровень самоуправления. Этот метод является объективным, так как основан на действиях, а не на самооценке учащихся.

### 4. Интервью и беседы с тренерами

Тренеры, работая непосредственно с учащимися, могут дать экспертную оценку уровня их самоуправления, указать на сильные и слабые стороны каждого спортсмена. Они также могут поделиться своими наблюдениями о том, как личные качества и навыки учащихся влияют на их уровень самоуправления.

### Факторы, влияющие на уровень самоуправления

Эмпирические исследования показывают, что уровень самоуправления у учащихся спортивных школ зависит от ряда факторов:

1. Возраст. Старшие учащиеся, как правило, обладают более высоким уровнем самоуправления, что связано с естественным процессом взросления и развитием когнитивных способностей.
2. Спортивный стаж. Учащиеся с более продолжительным опытом занятий спортом демонстрируют более развитые навыки самоуправления, так как у них формируются дисциплина и привычки.
3. Тип спорта. Индивидуальные виды спорта, такие как плавание, гимнастика и легкая атлетика, могут способствовать развитию более высокого уровня самоуправления, поскольку требуют высокой самоорганизации.
4. Особенности личности. Такие качества, как настойчивость, ответственность, самодисциплина и уверенность в себе, положительно коррелируют с высоким уровнем самоуправления.
5. Влияние тренера. Стиль тренерства, поддержка, мотивация и педагогический подход тренера оказывают значительное влияние на развитие самоуправления у спортсменов.

### Эмпирические результаты и их интерпретация

Результаты эмпирических исследований показывают, что учащиеся спортивных школ, обладающие высоким уровнем самоуправления, достигают лучших результатов в спорте. Это объясняется их способностью лучше справляться со стрессом, дисциплинированностью, умением самостоятельно





планировать тренировочный процесс и поддерживать мотивацию. В то же время учащиеся с низким уровнем самоуправления, как правило, испытывают трудности с соблюдением дисциплины, менее устойчивы к поражениям и требуют большего контроля со стороны тренера.

### **Проблемные области и пути их преодоления**

Эмпирические данные показывают, что одной из проблемных областей в развитии самоуправления у учащихся спортивных школ является недостаток самостоятельности и низкий уровень ответственности. Это может быть связано с недостаточно активным участием учащихся в принятии решений относительно тренировочного процесса и их зависимостью от тренера. Для преодоления этих трудностей рекомендуется:

1. Включение элементов самостоятельного планирования тренировок.
2. Создание ситуаций выбора, когда учащиеся могут сами принимать решения.
3. Повышение уровня мотивации за счет постановки личных целей.
4. Обучение методам саморегуляции и психологической устойчивости.

### **Заключение**

Эмпирическое изучение уровня самоуправления у учащихся спортивных школ является важным направлением педагогической и психологической работы, направленным на формирование ответственных и самостоятельных спортсменов. Результаты таких исследований помогают тренерам и педагогам лучше понимать, каким образом можно развивать самоуправление у подрастающего поколения, что не только положительно сказывается на спортивных результатах, но и способствует всестороннему развитию личности.

Изучение и развитие самоуправления — это неотъемлемая часть воспитания успешных спортсменов, способных самостоятельно принимать решения и отвечать за свои действия.

### **Литература:**

1. Margaret Andersen., Hovard F.Taylor. Sociology.New York. 2013
2. Diana Kendall, Sociology in Our Times: The Essentials, Tenth Edition. CengageLearning2016. USA.
3. Joan FerranteSociology: A Global Perspective, Ninth Edition. Cengage Learning2015.USA.



---

4. Frolov S.S. Obshaya Intellect psixologiyasi . //Uchebnik.Moskva.:

«Prospekt».2012

5. Toshenko J.T. Intellect psixologiyasi . //Uchebnik.Moskva.: «YUNITI». 2012

6. Роберт Дж. Стернберг — "Теория интеллекта". Стернберг — 2013

