

СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ-КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА ЛИЧНОСТЬ ДЗЮДОИСТОВ

Ильхом Аширалиевич Даминов
Термезский государственный университет

АННОТАЦИЯ

В статье приведены данные исследования автором влияния спортивной деятельности на личность спортсменов-дзюдоистов, проведены тестирование качеств личности, физического и психического здоровья дзюдоистов в подготовительном и соревновательном периодах их деятельности. В результате исследования было установлено, что особенности влияния спортивной деятельности на личность спортсменов-дзюдоистов определяются их стрессоустойчивостью и тренировочными, а также соревновательными условиями в которых она осуществляется. К исследованию были привлечены 22 спортсмена мужского пола в возрасте от 18 до 22 лет.

Ключевые слова: дзюдо, личностные качества, тестирование качеств личности, дзюдоисты, уверенность, хладнокровие, спокойствие, физическое и психическое здоровье, психологическая подготовка.

SPORTS ACTIVITY AS A FACTOR OF INFLUENCE ON THE PERSONALITY OF JUDOKAS

ABSTRACT

The article presents the data of the study by the author of the influence of sports activities on the identity of the athletes-judoists, carried out testing the qualities of the personality, physical and mental health of judoists in the preparatory and competitive periods of their activities. As a result of the study, it was established that the peculiarities of the influence of sports activities on the identity of judo athletes are determined by their stress resistance and training, as well as the competitive conditions in which it is carried out. The study involved 22 athletes of male ages aged from 18 to 22 years.

Keywords: judo, personal qualities, testing the qualities of personality, judoists, confidence, comprehension, calm, physical and mental health, psychological training.