

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

**SHAROF RASHIDOV NOMIDAGI SAMARQAND DAVLAT
UNIVERSITETI**

AXMEDOV FARRUX SHAVKATOVICH

**KURASH MUTAXASSISLARI TAYYORLASH TIZIMINI XORIJIY
TAJRIBALAR ASOSIDA TAKOMILLASHTIRISH**

**13.00.01 – Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta’limotlar tarixi
13.00.04 – Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Chirchiq – 2025

Fan doktori (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati mundarijasi

Оглавление автореферата диссертации доктора наук (DSc)

Contents of dissertation abstract of doctor of science (DSc)

Ahmedov Farrux Shavkatovich

Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini xorijiy tajribalar asosida

takomillashtirish 3

Ахмедов Фаррух Шавкатович

Совершенствование системы подготовки специалистов по курашу на основе

зарубежного опыта 31

Ahmedov Farruh Shavkatovich

Improving the system of training specialists in kurash on the basis of foreign

experience 61

E‘lon qilingan ishlar ro‘uxati

Список опубликованных работ

List of published works 65

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

**SHAROF RASHIDOV NOMIDAGI SAMARQAND DAVLAT
UNIVERSITETI**

AXMEDOV FARRUX SHAVKATOVICH

**KURASH MUTAXASSISLARI TAYYORLASH TIZIMINI XORIJIY
TAJRIBALAR ASOSIDA TAKOMILLASHTIRISH**

13.00.01 – Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta’limotlar tarixi
**13.00.04 – Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Fan doktori (DSc) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2023.3.DSc/Ped616 raqam bilan ro'yxatga olingan.

Doktorlik dissertatsiyasi Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universitetida bajarilgan. Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifaning www.uzdtsu.uz va "Ziyonet" Axborot ta'lim portalida (www.ziyonet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy maslahatchilar:

Shopulatov Abdimalik Nurillayevich
pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent

Dadabayev Odiljon Jaloliddinovich
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Rasmiy opponentlar:

Raximov Vladimir Shavkatovich
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Ishtayev Javlon Mavlonboyevich
pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent

Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

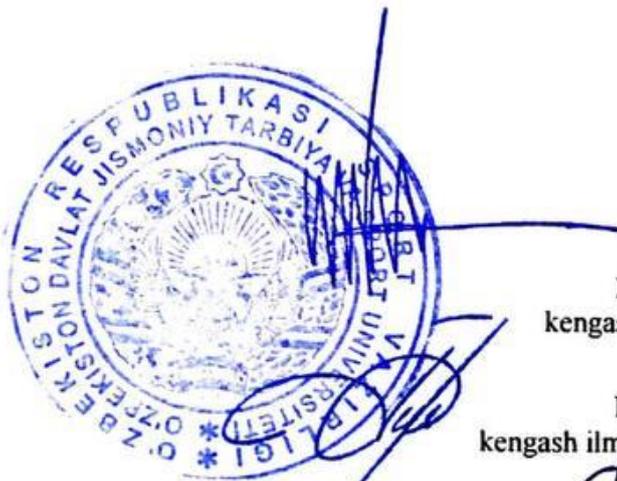
Yetakchi tashkilot:

Urganch davlat universiteti

Dissertatsiya ximoyasi O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti huzuridagi DSc.3/30.12.2019.Ped.28.01 raqamli Ilmiy kengashning 2025-yil «2» «05» soat 14:00 dagi majlisida bo'lib o'tadi. Manzil: 111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Sportchilar ko'chasi, 19-uy. Tel.:(0-370)-717-17 79,717-27-27, faks.:(0-370) 717-17-76; Veb-sayt: www.uzdjtsu.uz, e-mail: info@uzdjtsu.uz. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti "E" bino, 3-qavat, 309-auditoriya.

Dissertatsiya bilan O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Axborot - resurs markazida tanishish mumkin (0151 raqam bilan ro'yxatiga olingan). Manzil: 111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Metallurglar ko'chasi, 15-uy. Tel.:(0-370)-717-17 79,717-27-27, faks:(0-370) 717-17-76).

Dissertatsiya avtoreferati 2025-yil "15" "04" kuni tarqatilgan.
(2025-yil "18" "03" dagi 16 raqami reyestr bayonomasi)



R.M.Matkarimov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash raisi, p.f.d.(DSc), professor

Sh.Sh.Gaziyev
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash ilmiy kotibi, p.f.d.(DSc), dotsent

M.S.Olimov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash qoshidagi Ilmiy seminar raisi, p.f.d.(DSc), professor

KIRISH (fan doktori (DSc) dissertatsiyasi annotatsiyasi))

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Dunyoda kurash bilan shug'ullanish va kurashni o'rganish istagidagi mutaxassislar soni tobora ortib bormoqda. Kurash mutaxassislarini tayyorlash, ularning bilim va malakalarini oshirish borasida amaliy ahamiyatga ega ishlar olib borilayotganligi ma'lum. So'nggi yillarda kurashning Osiyo va Afrika O'yinlari hamda shu kabi boshqa nufuzli xalqaro sport musobaqalari dasturiga kiritilishi kurashning sport turi sifatida geografik jihatdan yanada kengayib borayotganligini ko'rsatadi. Biroq, kurash mutaxassislari tayyorlash amaliyotini xalqaro tajribalar asosida amalga oshirish, kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini zamon talablariga muvofiq tarzda amalga oshirish masalasi bugungi kunda o'z dolzarbligini saqlab qolmoqda. Dunyo miqyosida kurash mutaxassislari tayyorlashning samarali va natijador tizimini ishlab chiqish zarurati ushbu sport turini rivojlantirishning muhim shartlaridan biri bo'lib qolmoqda.

Jahonda jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlashga qaratilgan ilmiy-tadqiqot ishlari ko'lami tobora ortib bormoqda. Sportchilar tayyorlashning innovatsion uslublarini ishlab chiqish hamda xalqaro sport musobaqalarida yuqori natijalarni qayd etishda mutaxassis-kadrlar tayyorgarligi eng asosiy omil ekanligi xalqaro ilmiy jamoatchilik tomonidan e'tirof etilmoqda. Dunyo tajribasida jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari o'qitish, ularning professional tayyorgarligini oshirish hamda xalqaro standartlarga mos mutaxassis-kadrlar tayyorlash tizimini yo'lga qo'yish sport rivojining hozirgi sharoitida eng ustuvor masalalardan biri hisoblanadi. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari kasbiy faoliyatiga qo'yiladigan xususiy talablar va ushbu sohada kadrlar tayyorlash jarayonlarini takomillashtirish masalasida ilmiy-tadqiqot ishlariga alohida ahamiyat qaratilyapdi. Xususan, xalqaro tajribalarga asosan kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirish, hamda ularning bilim, ko'nikma va malakalarini oshirish kurash sportini rivojlantirishning zamonaviy tendentsiyalariga muvofiq hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasida kurash ustuvor sport turlaridan biri bo'lib, xalqaro miqyosida qo'lga kiritilayotgan sport natijalari mazkur sport turi bo'yicha rivojlanish holatini o'zida aks ettirmoqda. Bugungi kunda "kurash bo'yicha professional trenerlar, hakamlar tayyorlash, o'quv-uslubiy qo'llanmalar ishlab chiqish, kurashning ilmiy-metodik bazasini kuchaytirish" vazifasi¹ dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Yurtimizda kurash bo'yicha professional kadrlar tayyorlash, hakamlar va murabbiylarning malakasini oshirish tendentsiyalari mazkur sohada olib borilayotgan tizimli islohotlarning natijasi hisoblanadi. Kurash nazariyasi va amaliyotiga doir tahlillar shuni ko'rsatadiki, mutaxassislar tayyorgarligini ilg'or xorijiy tajribalar asosida tashkil etish, kurash murabbiylari va professional kadrlar tayyorlashda samarali va ta'sirchan uslublarni qo'llash hamda kurashga doir ilmiy bilimlar ko'lamini oshirish zaruratini ko'rsatmoqda. Shu sababdan, yuqori malakali kurash mutaxassislari tayyorlashning raqobatbardosh

¹O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 3-noyabrdagi PQ-4877-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori.

yondashuvlarini ishlab chiqish, xususan, kurash bo'yicha professional kadrlar tayyorlash tizimiga Osiyo va Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarini rivojlantirish tajribasini integratsiya qilish zarurati yuzaga kelmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 3-noyabrdagi PQ-4877-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi, 2020-yil 4-noyabrdagi "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4881-son Qarorlari hamda sohaga doir boshqa normativ-huquqiy hujjatlarda ko'zda tutilgan vazifalar ijrosini amalga oshirishda mazkur dissertatsiya ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Ushbu tadqiqot respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining I. "Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovatsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari" ustuvor yo'nalishiga bog'liq holda amalga oshirilgan.

Dissertatsiya mavzusi bo'yicha xorijiy ilmiy tadqiqotlar sharhi. Kurashga doir ilmiy-tadqiqot ishlari xorijiy mamlakatlarning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi yetakchi oliy o'quv yurtlari va ilmiy-tadqiqot muassasalarida olib borilgan. Rio de Janeyro Federal Universiteti [Braziliya], Rim Tor Vergata Universiteti [Italiya], Koruna Universiteti [Ispaniya], Koreya Sport va Olimpiya qo'mitasi [Janubiy Koreya], Rennes Universiteti [Fransiya] kabi universitetlarda ilg'or tajribalar amalga oshirilgan.

Jaxonda sport kurashlarining ayrim turlarida musobaqa faoliyatini modellashtirish va texnik-taktik jihatdan baholash mexanizmlari ishlab chiqilgan, natijada musobaqa faoliyatini tahlil etish metodikasi takomillashtirilgan [Rio de Janeyro Federal Universiteti, Braziliya].

Turli uloqtirish usullarining biomexanik tavsifi ishlab chiqilgan, natijada musobaqa faoliyati sharoitida turli uloqtirish usullarining qo'llanishi sharoitida sportchi organizmida energiya sarflanishi ilmiy jihatdan isbotlangan [Rim Tor Vergata Universiteti, Italiya]. Bundan tashqari, musobaqa va mashg'ulot sharoitida sportchi organizmining psixofiziologik va gormonal ko'rsatkichlari tahlil etilib sportchi organizmi va yuqori natijalarning o'zaro aloqadorligi ilmiy o'rganilgan [Koruna Universiteti, Ispaniya].

Xalqaro sport musobaqalarida, xususan, Osiyo o'yinlarida kurashchilarning jarohatlanish ko'rsatkichlari tahlil etilib amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan [Koreya Sport va Olimpiya qo'mitasi, Janubiy Koreya]. Kurashning tarixiy-madaniy rivojlanishi, hozirgi sharoitda uni ommalashtirish masalalari tahlil qilingan hamda kelgusida kurashni rivojlantirish imkoniyatlari prognoz qilingan [Rennes Universiteti, Fransiya]².

Jismoniy tarbiya va sportni ilmiy tadqiq etish muammolari bo'yicha xalqaro ilmiy-tadqiqot institutlari, oliy o'quv yurtlari va dunyoning yetakchi xorijiy ilmiy markazlarida sport kurashlarining ayrim turlari bo'yicha turli yo'nalishlarda ilmiy-

²Dissertatsiya bo'yicha xorijiy ilmiy tadqiqotlar quyidagi veb-sahifalar asosida tahlil etildi: <https://scholar.google.com>; <https://www.sports.or.kr>; <https://www.univ-rennes.fr>.

tadqiqot ishlari olib borilmoqda. Jumladan, sport tayyorgarligi tizimida tayyorgarlikning turli bosqichlarini o‘zaro uyg‘un tarzda tashkil etish, har xil vazn toifalari bo‘yicha ixtisoslashgan yondashuv asosida mashg‘ulotlarni tashkil etish, jismoniy tarbiya va sport sohasida malakali kadrlar tayyorlash muammolariga alohida ahamiyat qaratilmoqda.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. Kurashga doir ilmiy-tadqiqotlar bir qator mutaxassislar tomonidan olib borilganli adabiyotlarni tahlil qilish natijasida aniqlandi. Kurashni yoshlar va o‘smirlarga o‘qitish yuzasidan A.Atoyev, kurashning tarixiy, falsafiy, ijtimoiy-pedagogik jihatlarini yoritib berishga doir tadqiqotlar J.Toshpo‘latov hamda O‘.Ibrohimovlarning ilmiy izlanishlarida aks etgan. Shuningdek, harakatli o‘yinlarni kurash mashg‘ulotlariga joriy etish yuzasidan F.Kerimov, zamonaviy kurash qoidalari hamda kurashni o‘rgatish yo‘nalishlarida K.Yusupov, jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash masalasida A.Shopulatov kabi olimlarning ilmiy-uslubiy va ilmiy-tadqiqot ishlari alohida diqqatga sazovordir. Qayd etish joizki, respublikamizning iqtidorli olimlari tomonidan kurashga doir dissertatsion tadqiqotlar amalga oshirilganligi ahamiyatga molikdir. Xususan, S.Kupalov, D.Nurishov, Sh.Keldiyorov, B.Erembetov, F.Bobomurodov, M.Shukurov, N.Chorshamiev, B.Xoliqovlarning dissertatsiya ishlari biz o‘rganayotgan muammoning ilmiy yechimlarini topishga xizmat qiladi³.

Mustaqil Davlatlar Hamdo‘stligi (MDH) mamlakatlarning yetakchi olimlari T.T.Djamgarov, A.S.Puni, M.A.Godik, R.A.Piloyan, L.P.Matveev, A.A.Krasnikov, V.N.Platonov, R.D.Xalmuxamedovlarning tadqiqot ishlarida yakkakurash sport turlarida uzoq yillik tayyorgarlikni davrlashtirish, musobaqa va mashg‘ulot yuklamalarini baholash, individual mashg‘ulotlar tashkil etish, musobaqa faoliyatini modellashtirish, sportchilarni jismoniy tayyorgarligini oshirish, texnik-taktik tayyorlash hamda musobaqa kompetentsiyasini

³Атоев А. Ўсмир ва ёшларни курашга ўргатиш метод ва воситалари. Тошкент “Ўқитувчи”-1987. – 318 б.; Тошпўлатов Ж., Жумақулов А. Сурхон полвонлари. - Термиз: “Жайхун”, 1995. – 128-б.; Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва усулияти. Дарслик. – Т.: 2001. - 285 б.; К.Юсупов. Кураш: халқаро қоидалари, техникаси ва тактикаси. Т.: -2005. - 125 б.; Иброхимов Ў., Рафиев Х. Спорт ва кадрият. Тошкент, Янги аср авлоди. 2009. 100-б.; Купалов С.У. Мусобақадан кейинги босқичда курашчилар иш қобилиятининг тикланиш динамикаси. Фан номзоди илмий даражасини ошириш учун ёзилган диссертация. Т.: 2011. -140 б.; D.Nurishov. “Yosh kurashchilarda bazaviy elementlarni shakllantirishning ilmiy-uslubiy asoslarini takomillashtirish”, Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2018. - 49 б.; Б.Ерембетов. “Малакали курашчилар мусобақа ва машғулот жараёнини педагогик назорат қилишнинг назарий-методик асосларини такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2019. - 50 б.; Ш.Келдиёров. “Кураш миллий спорт тури ҳаракатларини дастлабки ўргатиш услубларини такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2019. - 47 б.; Ф.Бобомуродов. Курашчиларнинг морфологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштиришга дифференциал ёндашув”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2020. -61 б.; М.Шукуров. “Курашчиларни техник ҳаракатларга ўргатишда кластер услубидан фойдаланишни такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2022. - 61 б.; Н.Чоршамиев. “Ёш курашчиларнинг тайёргарлик тизимида машқланиш ва тикланиш даражасини оширишда шарқона массаждан фойдаланиш методикаси”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2022. - 47 б.; Шопулатов А.Н. Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида малакали кадрлар тайёрлаш тизими механизмларини такомиллаштириш/ Пед. фан. док. дис.автореферати (DSc) – Чирчиқ-2023. – 77 б.; Б.Холиқов. Малакали курашчиларнинг техник-тактик ва жисмоний тайёргарлигини оптималлаштириш технологияси”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2023. - 64 б.

shakllantirish, yillik tayyorgarlik siklida yakkakurashchilar mashg'ulotlarini rejalashtirish hamda mashg'ulotlar tashkil etishning samarali uslublarini ishlab chiqish masalalari tadqiqot ob'ekti sifatida o'rganilgan⁴. Shunga qaramasdan kurash mutaxassislari tayyorlash jarayoniga Osiyo va Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarini rivojlantirish tajribasini tatbiq etish va ilg'or xorijiy tajribalarni sohaga joriy etish muammosini ilmiy tadqiq etish dolzarbligicha qolmoqda.

Qayd etish kerakki, xorijlik tadqiqotchilarning sport kurashlariga doir ilmiy izlanishlari alohida diqqatga sazovordir. Xususan, R.M.Kalina, S.Foster, V.Issurin, M.Adam, M.Joanna, O.Zadorozhna kabi tadqiqotchilar sport nazariyasi va uslubiyatiga doir ilg'or tajribalar olib borganlar⁵. Uzoq yillik tayyorlgarlik davrlarini maqsadli rejalashtirish, mashg'ulotlar jarayoniga ijobiy ta'sir etishi mumkin bo'lgan omillarni aniqlash, yuqori malakali sportchilarni psixologik tayyorlash bo'yicha tadqiqot ishlari olib borilgan. Ko'p yillik tayyorgarlik jarayonida an'anaviy hamda innovatsion davrlashtirishning o'ziga xos xususiyatlari, turli rejalashtirish modellarining ijobiy tomonlari, sportchilar tayyorgarligi jarayonini innovatsion yondashuv asosida tashkil etish masalalari ilmiy tadqiq etilgan. Bundan tashqari mashg'ulot jarayonida va musobaqa sharoitida jismoniy yuklamalarni baholash, yuklama shiddati va hajmining o'zaro muvofiq nisbatlarini ishlab chiqish, oliy sport mahorati bosqichida texnik-taktik tayyorgarlikning kontseptual tuzilishi yuzasidan takliflar berilgan. Ba'zi mutaxassislar tomonidan sportchilar tayyorlashning zaruriy shartlari aniqlangan va unga qo'yiladigan zamonaviy talablar belgilangan. Tayyorgarlik turlarining o'zaro mutanosibli, yuqori sport natijalarini qayd etishda muhim bo'lgan jihatlar mutaxassis-olimlar nuqtai nazari bo'yicha umumlashtirilib, qiyosiy tahlil etilgan va ilmiy xulosalar ishlab chiqilgan. Shuningdek, ba'zi sport turlarida mutaxassislar tayyorlashning o'ziga xos xususiyatlari va ularga qo'yiladigan talablar doirasi o'rganilgan. Qayd etish kerakki, yuqoridagi tadqiqotlar kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini yangi bosqichga olib chiqishda va kurashga oid ilmiy ma'lumotlar bazasini kengaytirishga xizmat qiladi. Shunga qaramasdan, kurash

⁴Джамгарова Т.Т., Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / под ред. Т.Т. Джамгарова, А.Ц. Пуни. – М., ФиС, 1979. – 143 с.; Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А.Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.; Пилюян Р.А. Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборства: автореф. дис. д-ра пед. наук/ Р.А.Пилюян. - М.; - 1985. 50 с.; Матвеев Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования. — М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. -304 с.; Красников А.А. Проблема общей теории спортивных соревнований. М., Спорт Академия Пресс, 2003. - 324 с.; Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н.Платонов. – Киев: Олимп.лит., 2004. - 808 с.; Халмухаммедов Р.Д. Технология подготовка единоборцев на этапах годичного цикла. Диссертация на соискание ученой степен доктора педагогических наук. Т., 2009.- 300 с.

⁵Kalina R.M. Teoria sportów walki [Theory of Combat Sports. In Polish]. COS, Warsaw. - 2000. Pp. 42-48.; Foster C., Florhaug J., Franklin J., Gottschall L., Hrovatin L., Parker S., Doleshal P., Dodge C. A New Approach to Monitoring Exercise Training. Journal of strength and conditioning research / National Strength & Conditioning Association. - 2001. Pp. 109-115.; Issurin V.A modern approach to high-performance training: the Block Composition concept. In: Blumenstein B, Lidor R, Tenenbaum G. Physiology of sport training. Oxford: Meyer&Meyer Sport. - 2007. Pp. 216-34.; Adam M., Joanna M. A Profile of Joanna Majdan's Individual Technical-Tactical Preparation. Baltic Journal of Health and Physical Activity. – 2011. – Pp. 269-276.; Zadorozhna O., Briskin Yu., Maryan P., Alina P., Neonila N. Tactical training of elite athletes in Olympic combat sports: practice and experience. Trends in Sport sciences. – 2020. Pp. 71-85.

mutaxassislari tayyorlash tizimini xalqaro tajribalar asosida takomillashtirish muammosini ilmiy jihatdan yetarli darajada o'rganilmaganligi tadqiqot mavzusining dolzarbligini izohlaydi.

Ilmiy-uslubiy manbaalarning qiyosiy tahlili shuni ko'rsatdiki, kurash mutaxassislari tayyorlash amaliyoti ushbu sport turini rivojlantirishning zamonaviy tendentsiyalariga to'la mos kelmaydi. Kurash bo'yicha professional kadrlar tayyorlashning yagona tizimini ishlab chiqish, malakali trenerlar va mutaxassislar tayyorlash hamda xalqaro miqyosida kurashni samarali o'qitishga ixtisoslashgan kadrlar tayyorlashda xorijiy tajribalarni qo'llash masalasi ilmiy jihatdan asoslab berilmagan. Yuqoridagi holat kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini xalqaro tajribalarga asosan takomillashtirishning dolzarbligi va zaruratini ko'rsatadi.

Dissertatsiya mavzusining dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsiya tadqiqoti Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti ilmiy-tadqiqotlar rejasining №SJM-03 Sport pedagogik mahoratini oshirishning ilmiy-nazariy va amaliy asoslari yo'nalishiga muvofiq bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini xorijiy tajribalar asosida takomillashtirishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

texnik usullarning ijro jihatidan o'zaro mosligi hamda mashg'ulot va musobaqa faoliyatida qo'llanilishiga ko'ra kurash usullarining muayyan guruhlar bo'yicha texnik tavsifini takomillashtirish;

xorijiy tajribalar bo'yicha Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan milliy sport turlarini rivojlantirish tajribasini kurash mutaxassislari tayyorlash tizimiga integratsiya qilish modeli ishlab chiqish;

kurashda mavjud texnik usullar tasnifini ularning muayyan guruhlarga mansubligi va musobaqa sharoitida qo'llanilishiga ko'ra mutaxassislar tayyorlash tizimiga joriy etish;

jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash yuzasidan ixtisoslikka xos zaruriy kasbiy kompetensiyalarni hisobga olib kurash mutaxassislari tayyorlash bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalarni rivojlantiruvchi moslashtirilgan o'quv dasturi ishlab chiqish;

kurash mutaxassislarining mustaqil bilim olish imkoniyatini oshirishga mo'ljallangan o'quv platformasi yaratish.

Tadqiqotning obyekti sifatida mutaxassislarni tayyorlash va malaka oshirish tizimida kurashni o'qitish jarayoni tanlab olingan.

Tadqiqotning predmetini xorijiy tajribalar asosida kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirish vosita va usullari belgilangan.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqotda adabiyotlarni tahlil qilish, kurash mutaxassislarining amaliy tajribasini o'rganish, so'rovnoma o'tkazish, SWOT tahlil, mashg'ulot va musobaqalarni tahlil qilish, pedagogik kuzatuv, testlashtirish, pedagogik tajriba, matematik statistika usullaridan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

kurashda mavjud usullarning ijro jihatidan o'zaro mosligi, texnik-taktik ko'rsatkichlar, mashg'ulot va musobaqa faoliyatida qo'llanilishi asosida ishlab

chiqilgan kurash usullarining muayyan guruhlar bo'yicha texnik tavsifini kurashni rivojlantirishning zamonaviy tendensiyalariga muvofiq mutaxassislar tayyorlash tizimida o'quv dasturlari mazmuniga singdirish hisobiga o'quv-mashg'ulotlari samaradorligini oshirishga ijobiy ta'sir etish imkoniyatini kengaytirilgan;

xorijiy tajribalar bo'yicha Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan milliy sport turlarini rivojlantirish evolyutsiyasi, ularni ta'lim jarayoniga tatbiq etish yondashuvi, kadrlar tayyorlash strategiyasi, maqsadga qaratilgan lokal va xalqaro kollaboratsiya imkoniyatlarini oshirish hamda natijadorlikka yo'naltirilgan jihatlarini tizimlashtirish asosida mutaxassislar tayyorlash tizimiga integratsiya qilish modeli ishlab chiqilgan;

kurashga xos intensiv-dinamik vaziyatlar, texnik-taktik holatlar hamda mashg'ulot va musobaqa faoliyatini vizual ifodalash asosida ishlab chiqilgan texnik usullar tasnifini ularning muayyan guruhga mansubligi va o'zgaruvchan musobaqa sharoitida qo'llanilishi, taktik kombinatsiya variantlarini amalga oshirish xususiyatlariga ko'ra mutaxassislar tayyorlash tizimiga joriy etish evaziga kurash texnikasi asoslariga doir amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish imkoniyati kengaytirilgan;

jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash yuzasidan xalqaro standartlar, amaliy tajribalar, o'quv dasturlari hamda ixtisoslikka xos zaruriy kasbiy kompetensiyalar korrelyatsiyasini ta'minlash orqali kurash mutaxassislari tayyorlash bo'yicha sohaga doir bilim, ko'nikma va malakalarni rivojlantiruvchi [Key Competency] moslashtirilgan o'quv dasturi ishlab chiqish hisobiga kurash mutaxassislari tayyorlash tizimi takomillashtirilgan;

o'z-o'zini o'qitish tamoyili asosida ishlab chiqilgan "Learn Kurash" o'quv platformasi mazmuniga kurashda mavjud usullarning turli guruhlar bo'yicha texnik tavsifi, ularning qo'llanilishi, kurash texnikasi asoslarini tavsiflovchi terminlar katalogini vizual hamda matnli shaklda kiritish hisobiga kurash mutaxassislarning mustaqil bilim olish imkoniyatini oshirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

kurash mutaxassislari tayyorlash va malaka oshirishda tizimida mutaxassislarning bilim, ko'nikma va malakalarini oshirish yuzasidan taklif va tavsiyalar ishlab chiqilgan;

kurashni rivojlantirishning zamonaviy sharoitida ushbu sport turini xalqaro va mahalliy kurash mutaxassislarga o'qitishning ilmiy-uslubiy asoslari takomillashtirilgan;

xalqaro hamda mahalliy mutaxassislarga kurashni o'rgatish zaruratidan kelib chiqib kurash usullari tasnifi hamda kurash texnikasi asoslarini izohlovchi terminlar katalogi ishlab chiqilgan;

xalqaro va mahalliy mutaxassislarga kurashga doir bilim, ko'nikma va malakalarni mustaqil o'zlashtirish imkoniyatiga ega o'quv platformasi ishlab chiqilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligi olib borilgan tajribalarning mantiqiy izchilligi, yagona va ozaro aloqador metodologik asosda olib borilganligi, yetakchi olimlar va jismoniy tarbiya va sport nazariyasi va uslubiyati sohasidagi mutaxassislarning ilmiy qarashlari bilan

asoslanganligi, tadqiqot usullarining vazifalarga muvofiqligi, tadqiqot maqsadi, tajriba qamrovining yetarli hajmi va reprezentativligi, tadqiqot materiallari ustida miqdoriy va sifat tahlillarining amalga oshirilganligi, olingan natijalar matematik statistik usullar bilan qayta ishlanganligi, tadqiqot natijalarini amaliyotga joriy etish haqidagi dalolatnomalarning mavjudligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati kurash sohasida professional kadrlar tayyorlash tizimining mazmuni, tuzilishi va uni amaliyotda qo'llash bosqichlari ushbu tajriba uslubiyati orqali asoslanib kelgusida malakali kurash mutaxassislarini tayyorlashni ko'zda tutuvchi ilg'or oquv dasturlarini ishlab chiqish, ularni amalda samarali qo'llash yuzasidan tavsiyalar ishlab chiqish, qo'llanmalar va darsliklar yaratishda nazariy va ilmiy-uslubiy manbaa sifatida xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati olingan natijalar bo'lajak kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtiruvchi omil sifatida ularning bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishga, kurash trenerlariga mashg'ulotlarni samarali tashkil etish hamda kurashning xalqaro nufuzini oshirish hamda kelgusida kurashni Olimpiya O'yinlari dasturiga kiritishdga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Kurash mutaxassislarini tayyorlash tizimini xorijiy tajribalar asosida takomillashtirish yuzasidan olib borilgan pedagogik tajribalar davomida olingan natijalar asosida:

kurashda mavjud usullarning ijro jihatidan o'zaro mosligi, texnik-taktik ko'rsatkichlar, mashg'ulot va musobaqa faoliyatida qo'llanilishiga doir ishlab chiqilgan kurash usullarining muayyan guruhlar bo'yicha texnik tavsifi mutaxassislar tayyorlash tizimiga joriy etilgan (Xalqaro Kurash Institutining 2024 yil 28 avgustdagi №115/08-24 sonli ma'lumotnomasi). Natijada bo'lajak kurash mutaxassislarining kurash usullarini turli guruhlar bo'yicha texnik tavsiflariga doir ko'nikma va bilim darajasi o'rtacha 62,5 ball dan 82,7 ballga yetishiga erishilgan;

xorijiy tajribalar bo'yicha Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan milliy sport turlarini rivojlantirish evolyutsiyasi va ularni ta'lim jarayoniga tatbiq etish yondashuvi asosida ishlab chiqilgan taklif va tavsiyalar kurash mutaxassislari tayyorlash tizimiga integratsiya qilingan (Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetining 2023-yil 20-noyabrdagi 02-07-0500/04-son ma'lumotnomasi). Natijada kurash mutaxassislarining professional tayyorgarlik darajasi 21%ga yaxshilangan;

kurashga xos intensiv-dinamik vaziyatlar, texnik-taktik holatlar hamda mashg'ulot va musobaqa faoliyatini vizual ifodalash asosida ishlab chiqilgan texnik usullar tasnifi yuzasidan taklif va tavsiyalar mutaxassislar tayyorlash tizimiga joriy etilgan (Xalqaro Kurash Institutining 2024 yil 28 avgustdagi №115/08-24 sonli ma'lumotnomasi). Natijada bo'lajak kurash mutaxassislarining kurash texnikasi asoslariga doir amaliy ko'nikmalari 59,2 ball dan 79,2 ballga oshirilgan;

jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash yuzasidan xalqaro standartlar, amaliy tajribalar, o'quv dasturlari hamda ixtisoslikka xos zaruriy kasbiy kompetensiyalar korrelyatsiyasini ta'minlash orqali kurash mutaxassislari tayyorlashga doir moslashtirilgan o'quv dasturi ishlab chiqilgan (Nizomiy

nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetining 2023-yil 20-noyabrdagi 02-07-0500/04-son ma'lumotnomasi). Natijada kurash mutaxassislari tayyorlash tizimi takomillashtirilgan;

o'z-o'zini o'qitish tamoyili asosida ishlab chiqilgan "Learn Kurash" o'quv platformasi mazmuniga kurashda mavjud usullarning turli guruhlar bo'yicha texnik tavsifi, ularning qo'llanilishi, kurash texnikasi asoslarini tavsiflovchi terminlar katalogini vizual hamda matnli shaklda foydalanish yuzasidan taklif va tavsiyalar kurash mutaxassislarning malakasini oshirish jarayoniga joriy etilgan (Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetining 2023-yil 20-noyabrdagi 02-07-0500/04-son ma'lumotnomasi). Natijada kurash murabbiylarining mustaqil bilim olish imkoniyati kengaytirilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Tadqiqot natijalari 2 ta xalqaro va 2 ta respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy anjumanlarda muhokamadan o'tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 35 ta ilmiy-uslubiy ishlar, jumladan, 1 ta monografiya, O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi tomonidan doktorlik dissertatsiyalarining asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya qilingan ilmiy nashrlarida 12 ta maqola, ulardan bittasi xorijiy davriy nashrda chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya ishi 282 bet kompyuter matnida bayon etilgan bo'lib, kirish, 5 ta bob, 29 ta rasm, 18 ta jadval, xulosalar, amaliy tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning kirish qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi, muammoning o'rganilganlik darajasi, dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, ob'ekti, predmeti, usullari, ilmiy yangiligi, amaliy natijalari, tadqiqotdan olingan natijalarning ishonchligi, tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati, joriy etilishi, aprobatsiyasi, e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi haqida ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning "**Xorijiy mamlakatlarda jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash amaliyoti**" deb nomlangan birinchi bobida dunyoda jismoniy tarbiya va sportning rivojlanish holati, uning turli mamlakatlardagi ahvoli va insonlarning jismoniy tarbiya va sportga munosabatlari, xususan, jismoniy faollik bo'yicha turli mamlakatlarda aholisining ko'rsatkichlari, eng ommaviy bo'lgan jismoniy faollik turlari tahlil etilgan. Shuningdek, jahon tajribasida sport murabbiylari tayyorlash amaliyoti, uning o'ziga xos ijobiy jihatlari, Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan milliy sport turlarini rivojlantirish tajribasi muhokama etilgan.

Sport murabbiylari tayyorlash tajribasiga ko'ra, xorijiy mamlakatlarda turli xil yondashuvlar qo'llanilib kelinayotganligi aniqlandi. Masalan Germaniyada sport murabbiylari Kolon Germaniya Sport Universitetida (German Sport University Cologne) tayyorlanadi. Mazkur universitetda sohaga chuqur ixtisoslashgan hamda

tor doiradagi fanlarni puxta o'zlashtirish yo'lga qo'yilgan. Xitoy tajribasiga ko'ra Pekin Sport Universiteti (Beijing Sport University) mamlakatda jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash, milliy dasturlar ishlab chiqish va ilmiy-pedagogik-kadrlar tayyorlashga ixtisoslashgan asosiy ta'lim muassasasi hisoblanadi. Niderlandiyada jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlashda sifat birlamchi mezon sifatida belgilangan bo'lib, universitetlarga yiliga o'rtacha 900-1200 nafar atrofida bo'lajak mutaxassislar qabul qilinadi va ularning o'rtacha 650 nafari bakalavr darajasini qo'lga kiritadi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, Braziliya, Kanada, Vengriya, Buyuk Britaniya, Janubiy Afrika, AQSH, Portugaliya, Ispaniya, Finlyandiya va Avstraliya kabi mamlakatlarning mazkur soha bo'yicha mutaxassislar tayyorlash tajribasi samarali bo'lib, ularning ijobiy tomonlarini O'zbekiston sharoitida kurash mutaxassislari tayyorlash tizimiga joriy etish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Milliy sport turlarini rivojlantirish, uni Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritish yuzasidan olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatdiki, mazkur milliy sport turlarini ommalashtirishda ularning ta'lim tizimi bilan chuqur integratsiya qilinganligi muhim ahamiyat kasb etadi. Bu borada Janubiy Koreya, Indoneziya, Xitoy, Yaponiya mamlakatlarining milliy sport turlarini rivojlantirish yuzasidan olib borgan siyosati hamda tizimli ishlari diqqatga sazovordir. Taekvondo, dzyudo, penchak silat kabi Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarini rivojlantirish strategiyasida ushbu sport turlarining ta'lim tizimining deyarli barcha bosqichlariga izchil joriy etilganligi muhim o'rin tutishini alohida e'tirof etish lozim. Xususan, taekvondo Janubiy Korea ta'lim tizimining barcha bosqichlarida mustahkam o'ringa ega bo'lib, maktabgacha ta'lim tizimidan boshlab bolalarga o'rgatiladi. Huddi shuningdek, dzyudo sport turi ham Yaponiya ta'lim tizimida moslashtirilgan holda, shug'ullanuvchining imkoniyatlariga ko'ra qo'llaniladi. Bu jarayon mohiyatiga ko'ra uzluksizlik asosida yo'lga qo'yilgan bo'lib, keyinchalik universitetlar va ta'limning boshqa bosqichlarida ham muayyan darajada o'z ifodasini topadi. Xulosa qilib aytganda, muayyan sport turning ta'lim tizimiga izchil tatbiq etilishi natijasida ushu sport turini yanada rivojlanishi va ommalashishida katta ahamiyat kasb etgan.

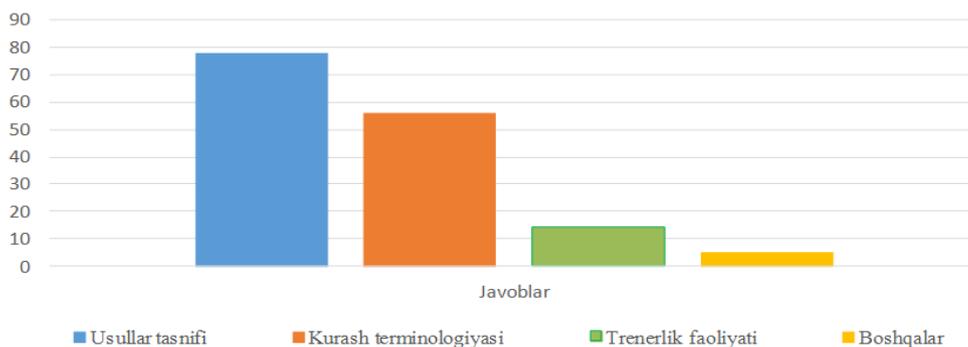
Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturidan joy olgan milliy sport turlarini rivojlantirishning yana bir muhim omili ushbu sport turlarida ilmiy-tadqiqotlarning samarali yo'lga qo'yilganligi hisoblanadi. Bunda faqat muayyan sport turida sportchilar tayyorlash, yuqori natijalarni egallashga doir ilmiy izlanishlar emas, balki, ushbu sport turning ijtimoiy ahamiyati, pedagogik imkoniyatlari, ularning tomoshabopligini oshirish va shu kabi yo'nalishlardagi tadqiqotlarni e'tirof etish kerak. Masalan, dzyudo va taekvondo bo'yicha chuqur ilmiy-tadqiqot ishlari olib borilib, ushbu sport turlarini har tomonlama ilmiy o'rganishga alohida ahamiyat qaratiladi. Yaponiya va Janubiy Koreyaning bir qancha universitetlarda dzyudo va taekvondo ixtisosligida ilmiy-pedagogik kadrlar tayyorlanishi hamda sohaga yo'naltirilgan ilmiy-tadqiqotlar olib borilishi samarali yo'lga qo'yilgan. Har yili Janubiy Korea hukumati ko'magida taekvondo ixtisosligida o'qish va ilmiy tadqiqotlar olib borish uchun mahalliy va xorijiy tadqiqotchilar universitetlarga taklif etiladi.

Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash amaliyoti hamda milliy sport turlarini rivojlantirish bo'yicha xorijiy tajribalar tahliliga asosan qayd etish joizki, mutaxassislar tayyorlashda ixtisoslikka yo'naltirilgan bilimlarni egallash, ta'lim va ilmiy-tadqiqotchilik faoliyatining o'zaro uyg'unligini ta'minlash ushbu sohada malakali mutaxassislar tayyorlashning asosiy omili hisoblanadi.

Dissertatsiyaning **“Yakkakurash mutaxassislari tayyorgarligining ilmiy-metodik masalalari”** deb nomlangan ikkinchi bobida xalqaro tajribalarda yakkakurash mutaxassislari tayyorlashning ilmiy-metodik masalalari, zamonaviy sportda qo'llanilayotgan turli yondashuvlar va uslubiyatlar, sportchilar tayyorlash tizimini boshqarish masalalari, xorijiy mamlakatlarda sportchilar tayyorlash tizimini tartibga solishda mutaxassislarning o'rni bayon qilingan. Shuningdek, ushbu bobda kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirish zarurati va uni yuzaga keltiruvchi sabablar atroflicha yoritib berilgan.

Dissertatsiya ishiga doir bir qancha tadqiqotlar va ilmiy-uslubiy ishlar olib borilgan. Xususan, A.Atoyev, O'lbrohimov, N.Azizov, O.Toymurodov, K.Yusupov, J.Toshpulatov, F.Kerimov kabilarning ishlari kurash mashg'ulotlarini tashkil etish va yoshlarga kurashni o'rgatish muammolariga qaratilgan. Kurash falsafasi, kurash tarixi va uning ijtimoiy-pedagogik masalalari yo'nalishlarida J.Tulenov, A.Asqarov, M.Murodov, I.Jabborov, T.Javliev, U.Qoraboev, T.Odilov, T.Obidov, U.Qoraboev, H.Bobobekov, H.Rafiyev, F.Axmedov, A.Abdulaxatov kabilar olimlar tadqiqot ishlari olib borganlar. Tadqiqot ishiga doir adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatdiki, ilmiy-tadqiqot va ilmiy uslubiy manbaalar doirasi muayyan yo'nalishda bo'lib, ularning aksariyati kurash tarixi (53%), kurash falsafasi va kurashning ijtimoiy-pedagogik jihatlarini (29,12%) tadqiq etishga qaratilgan. Biroq, kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirishda xorijiy tajribalarni qo'llashga doir dissertatsion tadqiqotlar olib borilmagan.

Tadqiqot doirasida xorijiy va mahalliy kurash ekspertlarining kurashga doir dolzarb ilmiy-uslubiy yo'nalishlar, jumladan mutaxassislar tayyorlashda muhim bo'lgan jihatlar haqidagi fikrlari o'rganildi. So'rovnoma mazmuniga ko'ra, ekspertlar kurashga doir eng muhim tadqiqot yo'nalishlarini belgilab berishlari taklif etildi. Xalqaro ekspertlarning 78%i kurash usullari tasnifini takomillashtirish muhim ekanligini qayd etishgan. Ikkinchi darajali yo'nalish sifatida esa (56%) kurash texnikasini tavsiflovchi terminlar katalogini ishlab chiqish, uchinchi darajali yo'nalish sifatida esa murabbiylik va hakamlik masalalariga doir bilimlarni takomillashtirish muhimligi belgilangan (14%).



1-rasm. Xorijiy kurash ekspertlarining so'rovnoma natijalari (n=74)

Dissertatsiya ishiga doir ilmiy adabiyotlarni umumlashtirish hamda ularni qiyosiy tahlil qilish, kurash ekspertlarining fikrlarini o‘rganish natijalari ushbu sport turida mutaxassislar tayyorlash tizimini takomillashtirish zarurligini tasdiqladi.

Dissertatsiyaning “**Kurashni rivojlantirishning zamonaviy sharoitida mutaxassislar tayyorlash holati**” deb nomlangan uchinchi bobida kurashni rivojlantirishning hozirgi holatida mashg‘ulotlarni tashkil etish, mutaxassislar tayyorlashga ixtisoslashgan o‘quv dasturlarining mazmuni, turli malaka va jinsga mansub kurashchilarning musobaqa faoliyati ko‘rsatkichlari hamda kurash mutaxassislariga qo‘yiladigan talablar yoritib berilgan.

Kurash mashg‘ulotlarida jismoniy yuklamalar nisbati qiyosiy tahlil qilinganda umumiy mashg‘ulot vaqtiga nisbatan 2-3 va 5 shiddat zonalarida asosiy “ish” bajarilganligi aniqlandi. Tahlil etilgan mashg‘ulotlar uchun o‘rtacha 104±12 daqiqa sarflangan bo‘lsa, 2-shiddat zonasida bajarilgan mashqlar 34±2 daqiqani (33%), 3-shiddat zonasida bajarilgan mashqlar esa 19±3 daqiqani tashkil etgan (18%). Maksimal shiddat zonasida bajarilgan mashqlar ulushi esa umumiy mashq uchun ketgan vaqtning 15%ni tashkil etgan. 1-va 4- shiddat zonalardagi yuklama mos ravishda 10±2 (9,6%) va 12±3 (11,5%) daqiqadan iboratligi tekshirishlar natijasida aniqlandi.

Kurash mutaxassislarini tayyorlashga mo‘ljallangan o‘quv dasturlarida kurash terminlari, usullar nomlari va shu kabi boshqa kurashga xos jihatlar turlicha tasdiqlangan. O‘zbekistondagi 8 ta oliy ta’lim muassasalari va 1 ta mutaxassislarning malakasini oshirish instituti o‘quv dasturlari tahlil etilganda hozirda mutaxassislar tayyorlash dasturlarida kurashga xos tushunchalar yagona tizimga solinmaganligi aniqlandi. Kurash terminlari va usullar nomlari turli o‘quv dasturlarida turlicha ko‘rsatilgan bo‘lib, bu o‘z navbatida bo‘lajak mutaxassislarda kurashga doir bilimlarning tabaqalanishiga olib keladi. O‘quv dasturlarining tahlili asosida aniqlandiki, Xalqaro Kurash Assotsiyasi tomonidan tasdiqlangan usullar tasnifi va o‘quv dasturlari mazmunida o‘zaro nomuvofiqlik mavjud (1-jadvalga qarang).

1-jadval

Xalqaro Kurash Assotsiyasi hamda amaldagi o‘quv dasturlarida kurash usullarining nomlanishi

XKA tasnifi	O‘quv dasturlarida qo‘llanilishi
Yeng-yoqa	Qo‘l va yoqani ushlagan holda yelkadan oshirib tashlash
Teskari yelka	Englardan ushlab yoqadan oshirib tashlash
Ichkariga oyoq bilan	Raqibning oyoqlari ichidan bir oyoq yordamida ko‘tarib tashlash
Engashib yelka	Tizzalarga yarim o‘tirgan holda yelkadan oshirib tashlash
Yelka-oldidan chalish	Yengi va yoqasidan ushlab oyoqlar yordamida chalib yiqitish
Orqadan chalish	Orqaga chalib tashlash
Ichki ildirma	Oyoqlar ichidan oyoq bilan ilib orqaga yiqitish
Orqadan chalish	Tovonning orqasidan ilib yiqitish
Ildirma	Raqibni oyog‘i orqasidan to‘sib ko‘tarib tashlash
Qo‘shsha-boldir	Qo‘lni bel yuqorisidan ushlagan holda oyoqlar yordamida ko‘tarib tashlash

Mutaxassislar tayyorlashda o'qitiladigan fanlar mazmuni va ularning ixtisoslikka integratsiya qilinganligi muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot davomida kurash mutaxassislari tayyorlash bo'yicha O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti hamda taekvondo mutaxassislari tayyorlash bo'yicha Koreya Milliy Sport Universiteti bakalavr akademik darajasi uchun mo'ljallangan o'quv rejalari o'zaro taqqoslandi (2- jadvalga qarang).

Taekvondo ixtisosligida bo'lajak mutaxassislarga o'qitiladigan fanlar bloki, ularning mazmuni eng yuqori darajada tanlangan ixtisoslikka yo'naltirilgan. Bunda barcha fanlar ularning nomlanishi, mazmuni, fanni o'qitishda bo'lajak mutaxassisga beriladigan bilimlar aynan tanlangan sport turi bilan bevosita integratsiya qilishga erishilgan. Kurash ixtisosligi bo'yicha mutaxassislar tayyorlash o'quv rejasida esa nisbatan keng va ixtisoslikdan muayyan darajada uzoq bo'lgan bilimlar majmuini ko'rish mumkin. Masalan, falsafa, sport biomexanikasi va boshqa shu kabi fanlar. Qiyosiy tahlillarga ko'ra xulosa qilish kerakki, kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini muayyan fanlarni o'qitish jarayonini optimallashtirish orqali takomillashtirish zarur.

Tanlangan ixtisoslikka yo'naltirilgan fanlar nisbatining yuqori ekanligi dunyoning boshqa oliy ta'lim muassasalarida ham yo'lga qo'yilganligi diqqatga sazovordir. Xususan, fanlarning muayyan ixtisoslikka yo'naltirilganligi Malayziya Putra Universitetida (Malayziya) umumiy fanlarga nisbatan 90%, Pekin Sport Universitetida (Xitoy) 100%, Vengriya Sport Universitetida (Vengriya) 90%, Koruna Universitetida (Ispaniya) 90% va Rio De Janeyro Universitetida (Braziliya) 100%ni tashkil etmoqda. Taqqoslash uchun O'zbekiston-Finlyandiya pedagogika institutida kurash ixtisosligi talabalari uchun mo'ljallangan fanlarning sohaga ixtisoslashganligi 25% dan iboratligi aniqlandi.

Yuqorida keltirilgan tahliliy ma'lumotlardan xulosa qilish mumkinki, muayyan sport turi bo'yicha mutaxassislar tayyorlashning asosiy shartlaridan biri sifatida o'quv dasturlari va rejalari, ta'lim mazmuni hamda o'qitish sifatining maqsadga muvofiqligi hisoblanadi. Shunga ko'ra kurash mutaxassislari tayyorlash borasida ushbu yondashuvni amalga oshirish muhim ahamiyatga ega.

2-jadval

Korea Milliy Sport Universiteti va O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetlari bakalavriyat bosqichida milliy sport turlarini o'qitish dasturlarining qiyosiy tahlili (taekvondo-kurash)

Korea Milliy Sport Universiteti	O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Institutlarda taekvondoni o'qitish	-
Taekvondoning zamonaviy tarixi	-
Taekvondo falsafasi	Falsafa
Taekvondo mashg'ulotlari metodlari	Kurash nazariyasi va uslubiyati
Taekvondo pumsai (texnikasi)	-
Taekvondoni o'qitish metodlari	-
Taekvondo texnikasini biomexanik tahlil qilish	Sport biomexanikasi
Taekvondo texnikasini anatomik tahlil qilish	-

Taekvondo va Sport diplomatiyasi	-
Taekvondo nutritsiyasi tahlili	-
Taekvondoda hakamlilik	-
Taekvondoda psixologik tahlil	-
Taekvondo musobaqalariga rahbarlik	-
Taekvondo mashg'ulotlari va ko'rgazmalar	-
Taekvondo muammolari bo'yicha seminarlar	-
Taekvondo boshqaruvi	-
Taekvondo tadbirlarini tashkil etish	Sport tadbirlarini tashkil etish
Jang san'atlari qiyosiy tahlili	-
Taekvondo fanida tadqiqot usullari	-
Taekvondo tadqiqotlarida statistika	-

Yuqoridagi jadvaldan ko'rish mumkinki, kurash mutaxassislari tayyorlashga ixtisoslashgan o'quv rejasi va muayyan fanni o'qitishga yo'naltirilgan fan mazmunini kurash sportining ilmiy-nazariy va amaliy masalalarini mutaxassislar tayyorlash tizimiga tatbiq etish zarurati yuzaga keladi. Ushbu yondashuv orqali kurash mutaxassislarining ixtisoslik bo'yicha chuqur bilim va ko'nikmaga ega bo'lishini ta'minlash imkoniyati oshiriladi.

Dissertatsiya ishining **“Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimida xorijiy tajribalarning qo'llanilishi”** deb nomlangan to'rtinchi bobida Olimpiya va Osiyo O'yinlari dasturiga kiritilgan yakkakurash (taekvondo, penchak silat, dzyudo) sport turlariga xos bo'lgan rivojlanish tajribasi hamda ushbu sport turlarida mutaxassislar tayyorlash amaliyoti kurash mutaxassislari tayyorlash tizimiga joriy etilishi yoritib berilgan.

Tadqiqot jarayonida kurashda mavjud usullarning turli guruhlar bo'yicha o'ziga xosligi va farqli jihatlari hisobga olib ularning texnik tavsifi ishlab chiqildi. Kurashda mavjud usullar ularning umumiy jihatlari hamda ma'lum texnik asoslarga egaligiga ko'ra muayyan guruhlariga tegishli hisoblanadi. Tadqiqot davomida mazkur guruhga mansub bo'lgan usullar uchun xos bo'lgan umumiy texnik tavsifi takomillashtirildi. Ma'lumki, kurashda mavjud usullar 7ta guruhga ajratiladi. Ushbu guruhlar uchun xos bo'lgan texnik tavsiflashtirish quyidagi 3-jadvalda keltirilgan.

3-jadval

Kurashda mavjud usullarning muayyan guruhlar bo'yicha texnik tavsifi

Guruh nomi	Mavjud usullar soni	Uloqtirish yo'nalishi	Vertikal yoki gorizontal o'q atrofida aylanish
Yonbosh	4	Oldinga va yonga	Vertikal
Yelka	10	Ko'proq oldinga	Vertikal
Yuklama	8	Oldinga va yonga	Gorizontal
Chil	7	Orqaga	Gorizontal
Supurma	6	Oldinga, Yonga, Orqaga	Gorizontal
Bardor	7	Oldinga	Gorizontal
Qo'shsha	13	Oldinga	Gorizontal

Ta'kidlash kerakki, kurash usullarining nomlanishi va ularning tsniflanishi 2019 yilda rasman Xalqaro Kurash Assostsiyasiyasi tomonidan tasdiqlangan bo'lib, shu davrdan buyon mazkur tasniflashtirish borasida deyarli o'zlashtirish

kuzatilmagan. Shunga ko‘ra tadqiqot davomida ushbu usullar tasnifi takomillashtirish yuzasidan takliflar ishlab chiqildi. Quyidagi 4-jadvalda kurash usullarini takomillashtirish yuzasidan kiritilgan takliflar keltirilgan.

Usullarni tasniflashtirishda quyidagi talablarni bajarish belgilab olindi:

1) Usullar umumiy xususiyatlarga ega bo‘lishi kerak. Bunda ma‘lum bir guruhga mansub uloqtirishlar umumiy qoidalar, texnik ko‘rsatkichlar, usulni bajarishdagi o‘ziga xosliklar o‘zaro bog‘liq bo‘lishi kerak.

2) Usullar nomi xorijiy va mahalliy mutaxassislarning foydalanishlari uchun eng maqbul darajada bo‘lishi kerak.

3) Usullar nomi texnik harakatni aks ettirishi kerak.

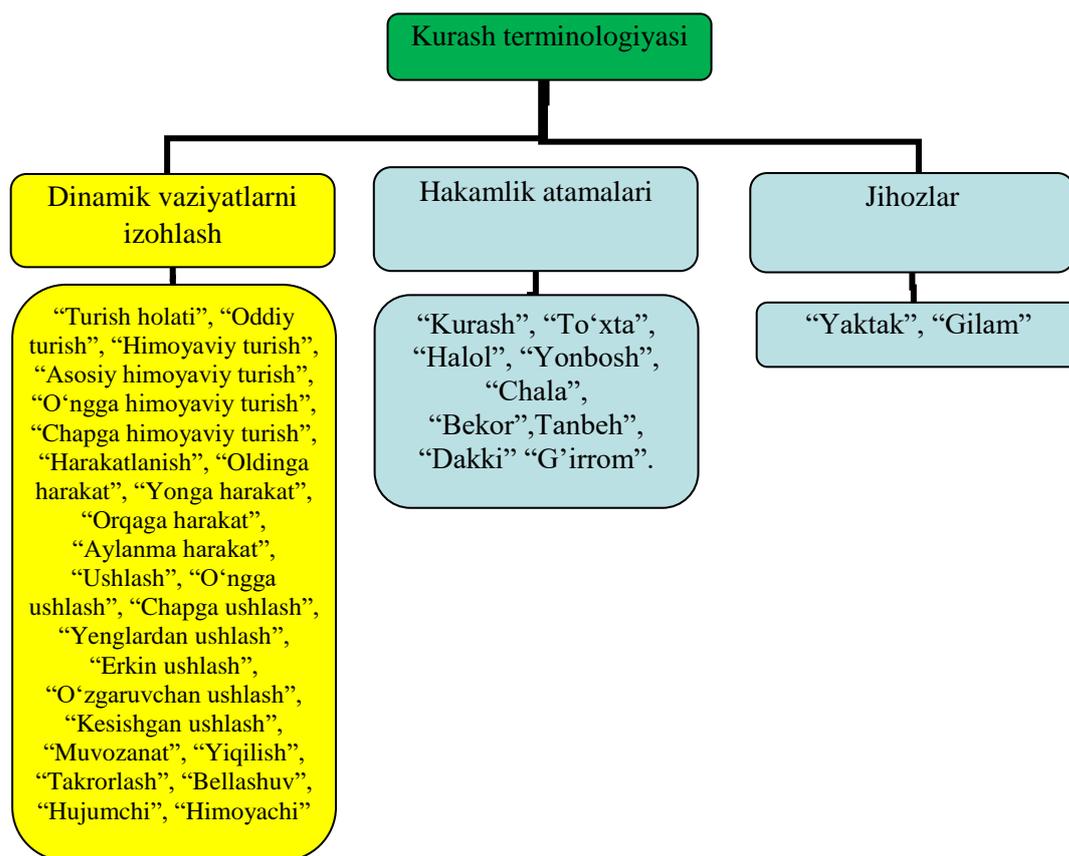
4-jadval

Kurash usullarini takomillashtirish yuzasidan takliflar

XKA tasnifi	Taklif etilgan tasnif
“Yonbosh” guruhi	
Bir qo‘ldan	Yonbosh qo‘ldan
Oyoqni kirgazib tashlash	Yonbosh ichkaridan
Yonbosh qo‘ldan	Yonbosh beldan
Jami takliflar	3
“Bardor” guruhi	
Ayiq quchoq	Quchoqlab otish
Bo‘yindan oshirib tashlash	Bo‘yindan oshirish
Ko‘krakdan yonga oshirish	Ko‘krakdan oshirish
Jami takliflar	3
“Chil” guruhi	
Qarshi usul ichki chil	Qarshi chil
Qarshi usul ildirma	Qarshi ildirma
Jami takliflar	2
“Supurma” guruhi	
Juft	Juft supurma
Oldindan chalish	Oldindan supurma
Orqadan chalish	Orqadan supurma
Yonga chalish	Yondan supurma
Jami takliflar	4
“Yuklama” guruhi	
Bel oshirish	Beldan oshirish
Qarshi usul yuklama	Qarshi yuklama
Jami takliflar	2
“Yelka” guruhi	
Qarshi usul yelka	Qarshi yelka
Yelka burama	Engdan yelka
Jami takliflar	2
“Qo‘shsha” guruhi	
Bir yoqadan oyoq bilan ildirib	Yoqa-qo‘shsha
Ildirib	Elka-qo‘shsha
Ichkariga oyoq bilan	Ichki qo‘shsha
Qarshi usul hatlab	Qarshi hatlab
Jami takliflar	4

Ushbu tasniflashtirishda “Yonbosh” guruhi uchun jami 3ta, “Bardor” guruhi uchun 3ta, “Chil” guruhi uchun 2ta, “Supurma” guruhi uchun 4ta, “Yuklama” guruhi uchun 2ta, “Yelka” guruhi uchun 2ta, “Qo‘shsha” guruhi uchun 4ta.

Kurash texnikasi asoslariga doir terminlar katalogi mashg‘ulotlar va musobaqalar jarayonida dinamik vaziyatlarni qisqa va tezkor izohlash, kurashga doir tushunchalarni bir ma‘noda anglashga xizmat qiladi. Yuqorida qayd etganimizdek, kurash sportida mazkur terminlar foydalanish uchun yetarlicha emasligi hamda ularning ro‘yxatini kengaytirish zarurati xorijlik va mahalliy kurash mutaxassislari tomonidan olib borilgan so‘rovnomada aniqlangan edi. Shunga ko‘ra o‘quv-mashg‘ulotlari samaradorligini oshirishga qaratilgan kurash texnikasi mazmunini ifodalovchi terminlar ro‘yxatini kengaytirish borasida tajribalar olib borildi. Bunda ma‘lum texnik harakatlar ularning bajarilishidagi vaziyatga mos va ushbu vaziyatni anglatishiga ko‘ra nomlandi. Taklif etilgan terminlar katalogi texnik elementlar va harakatlarni qisqa izohlash, foydalanuvchilar uchun uni tezda tushunish imkonini berishga yo‘naltirildi. Yaxlit bir texnik harakatni qisqa va aniq tushunishga imkon berishi hamda mashg‘ulotlarni samarali tashkil etishga xizmat qilishi ilmiy faraz qilindi. Taklif etilgan terminlar to‘g‘risida quyidagi rasmda ma‘lumot keltirilgan.



1-rasm. Kurash terminlari katalogi

Tadqiqot vazifasida belgilanganidek, Olimpiya va Osiyo o‘yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarida mutaxassislar tayyorlash dasturlarining ilg‘or jihatlarini kurash mutaxassislari tayyorlash jarayoniga tatbiq etish maqsadida mutaxassislar tayyorlashga ixtisoslashgan o‘quv dasturi mazmuniga tegishli takomillashtirishlar

kiritildi. Bunda kurash murabbiylarining malakasini oshirish kursida o‘qitiladigan “Kurash nazariyasi va uslubiyati” moduli unga ajratilgan soatlarga o‘zgartirish kiritilmagan holda dasturda mavjud mavzularga tegishli takliflar kiritildi (5-jadval).

5-jadval

“Kurash nazariyasi va uslubiyati” moduli

№	Mavzular	Mazmuni	Soat
Nazariy mashg‘ulotlar			
1	Kurash falsafasi. Kurashning sport turi sifatida rivojlanishi va xalqaro sport tasnifiga integratsiyasi	Kurash falsafasi, uning sport turi sifatida shaxs tarbiyasidagi roli. Kurash sportining umume’tirof etilishi, Xalqaro Kurash Assostsiyasiasining tashkil etilishi va rivojlanishi.	4
2	Kurash va boshqa yakkakurash sport turlarining qiyosiy tahlili	Kurash va boshqa yakkakurash sport turlarining qiyosiy tahlili, ularning o‘ziga xosligi. Kurashning sport turi sifatida xususiy jihatlari tahlili.	4
3	Kurash texnikasi asoslari, terminologiyasi va usullar tasnifi	Kurash texnikasi, texnik usullar tasnifi, terminologiyasi.	4
4	Kurashni ommalashtirish va rivojlantirish strategiyasi	Kurashni kelgusida Olimpiya o‘yinlari dasturiga kiritish istiqbollari. Xalqaro sport musobaqalari dasturiga kurashni kiritish masalalari.	4
5	Turli yosh va jinsga mansub kurashchilar bilan mashg‘ulotlarni tashkil etish tizimi	Bolalar, yoshlar va o‘smirlar bilan, shuningdek, ayollar bilan kurash mashg‘ulotlarini tashkil etish xususiyatlari.	4
6	Kurash mashg‘ulotlarida murabbiylarining roli	Kurash murabbiylari modeli. Kurash murabbiylarining roli. Birinchi tibbiy yordam ko‘rsatish, rivojlantirish va tarbiyalash.	4
Jami			24

Ushbu dasturda kurash murabbiylariga sohaga doir eng zarur bilimlarni berish, ular uchun amaliyotda foydalanishda muhim bo‘lgan ma’lumotlar tegishli mavzular bo‘yicha kiritildi. Kurash murabbiylari uchun tavsiya etilgan o‘quv dasturi 5-jadvalda tasvirlangan.

Tadqiqot vazifasiga ko‘ra kurash mutaxassislarining mustaqil bilim olish imkoniyatini oshirish, kurashga doir bilimlarni kengaytirishga mo‘ljallangan “Learn Kurash” o‘quv platformasi ishlab chiqildi.

Foydalanuvchi tegishli havola orqali platformaga kiradi va undan foydalanish bo‘yicha dastlabki tushuntirishlar bilan tanishadi. Mazkur bo‘limda

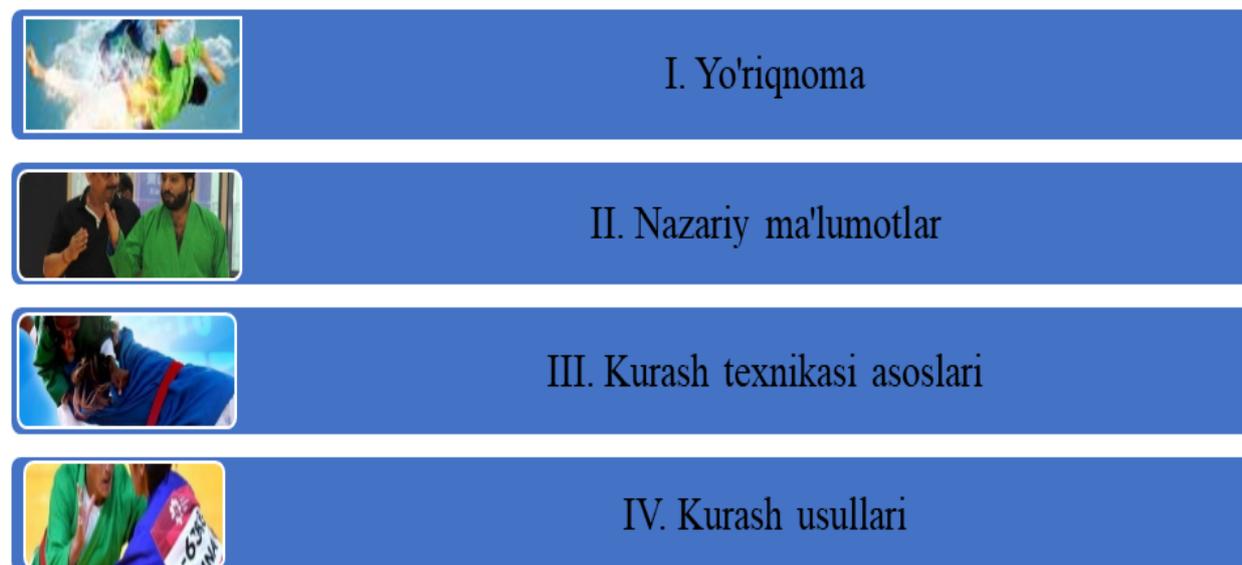
platformadan foydalanish bo'yicha yo'riqnoma keltirilgan. Shundan so'ng foydalanuvchi platformaning navbatdagi ikkinchi qismiga o'tadi.

O'quv platformasining ikkinchi qismi "Nazariy ma'lumotlar" deb nomlanib, ushbu bo'limda kurashga doir bazaviy ma'lumotlar, jumladan, kurash tarixi, kurashning rivojlanishi va kurashning ijtimoiy-pedagogik ahamiyatini aks ettiruvchi, uning tarbiyaviy asoslarini ko'rsatib beruvchi materiallar kiritildi. O'quv platformasining mazkur qismi kurashga doir birlamchi bilimlar va ma'lumotlar bilan tanishtirishni nazarda tutadi.

O'quv platformasining uchinchi qismi "Kurash texnikasi asoslari" deb nomlanadi. Mazkur bo'limda texnikasi asoslarini tashkil etuvchi tushunchalar tasvirlangan. Xususan, "Turish holati", "Harakatlanish", "Ushlash", "Muvozanat", "Yiqilish", "Takrorlash", "Bellashuv" kabi asosiy texnik harakatlar tavsifi va ularning tasvirli izohi berilgan. Shuningdek, ushbu bo'limda maxsus atamalarning o'zbek, ingliz, fransuz va arab tillaridagi tarjimalari kiritilgan.

O'quv platformasining so'nggi to'rtinchi qismi "Kurash usullari" deb nomlanadi. Mazkur qismda kurash usullarining nomlari, ularni bajarish bo'yicha uslubiy ko'rsatmalar va tavsifiy materiallar kiritilgan. Platformaning umumiy tavsifi quyidagi rasmda tasvirlangan.

Tadqiqot davomida ishlab chiqilgan "Learn Kurash" o'quv platformasi quyidagi 2-rasmda tasvirlangan.



2-rasm. "Learn Kurash" o'quv platformasi tuzilishi

O'quv platformasida mavjud ma'lumotlar Xalqaro Kurash Assotsiyatsiyasi tomonidan belgilangan tegishli normalar, mavjud ilmiy-uslubiy adabiyotlar va tadqiqot ishlarini hisobga olgan holda ishlab chiqildi.

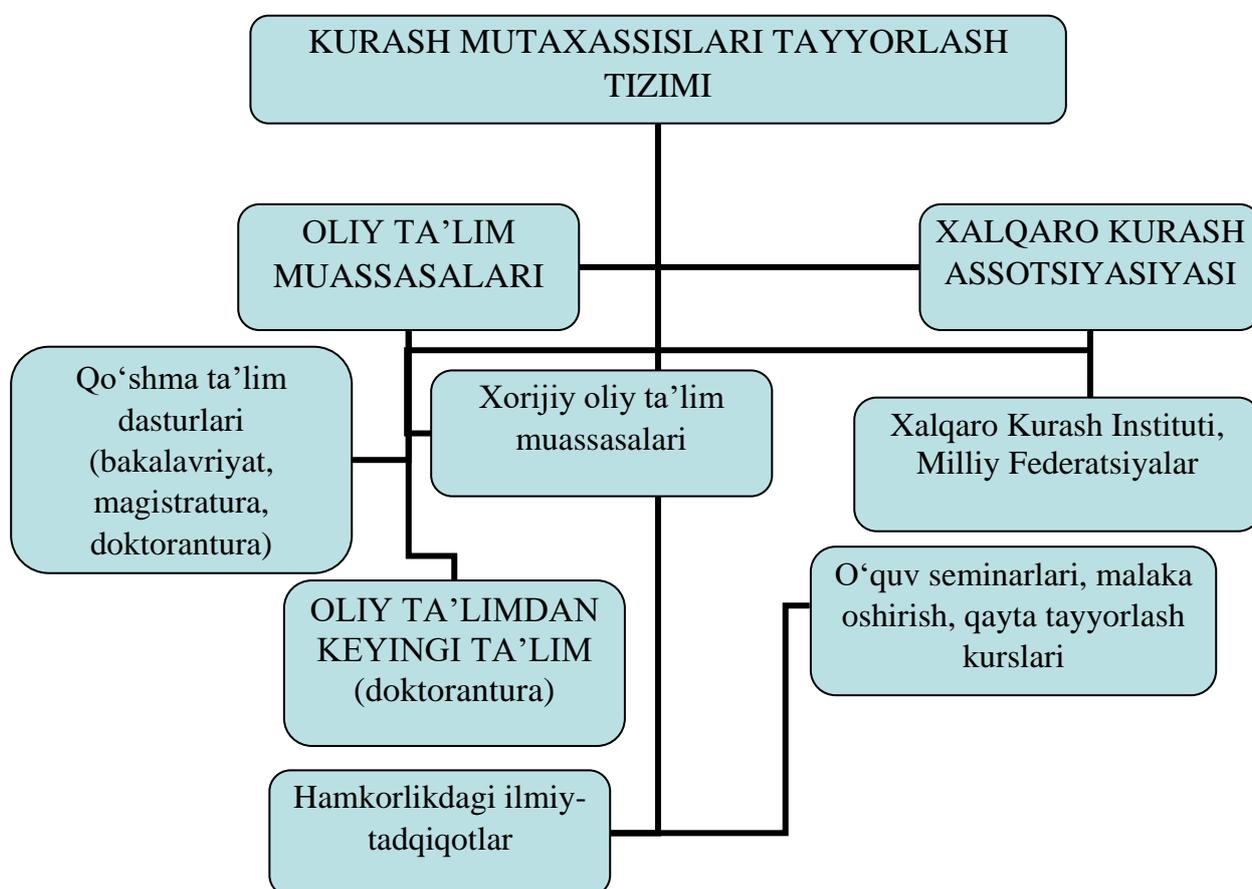
Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimiga xorijiy tajribalarning integratsiya qilinishi, Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarini rivojlantirish tajribasi hamda mutaxassislarning tayyorlashning ilg'or uslubiyatlaridan foydalanish o'zining samaradorligi va natijadorligi bilan farqlanadi. Yuqoridagi fikrlarga ko'ra kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini yangicha yondashuv

asosida tashkil etishga ustuvor masala sifatida ahamiyat qaratilgan (2-rasm). Bunda quyidagi natijalarga erishish nazarda tutiladi:

1. Ilg'or yondashuvlarning joriy etilishi natijasida kurash sportini o'qitish sifati yaxshilanadi. Natijada mutaxassislar tayyorlash tizimining didaktik asoslari takomillashtiriladi.

2. Kurash mutaxassislarining bilim, ko'nikma va malakasi, kasbiy tayyorgarlik va ijodiy fikrlash imkoniyati kengayadi. Natijada kurashni rivojlantirishning kelgusi istiqbollari va uni yanada ommalashtirish muammolariga yangi yechimlar taklif etiladi.

3. Kurash mutaxassislari tayyorlash borasida lokal va xalqaro aloqalar integratsiyasi kuchayadi, kurashni rivojlantirish, ushbu sport turini kelgusida Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritish strategiyasi takomillashtiriladi. Natijada kurash sportining xalqaro nufuzining ortishi, uning jahon maydonidagi o'rnini mustahkamlanishiga erishiladi.



3-rasm. Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirish modeli

Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini takomillashtirishda respublikamizdagi kurash mutaxassislari tayyorlashga ixtisoslashgan oliy ta'lim muassasalari hamda Xalqaro Kurash Assotsiyatsiyasi va uning tarkibidagi tashkilotlar (Xalqaro Kurash Instituti, milliy federatsiyalar) hamkorligi yo'lga qo'yiladi. Shuningdek, kurash mutaxassislari tayyorlashda qo'shma ta'lim dasturlari asosida kadrlar tayyorlash ham amalga oshiriladi. Bunda ta'limning bakalavriyat, magistratura va doktorantura bosqichlari qamrab olinadi. Ikkinchi

darajali bosqich sifatida ilmiy-tadqiqotlar olib borish, hamkorlikdagi seminarlar, o'quv kurslari tashkil etiladi.

Dissertatsiyaning **“Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini xorijiy tajribalar asosida takomillashtirish samaradorligi”** deb nomlangan beshinchi bobida tajriba davomida amalga oshirilgan tadqiqot natijalarining amaliyotda qo'llanilishi, uning samaradorligi hamda olingan natijalarning statistik ko'rsatkichlari tavsiflangan.

Bo'lajak kurash mutaxassislari bilan olib borilgan tajriba ishlari shuni ko'rsatdiki, kurashda mavjud usullarning turli guruhlar bo'yicha texnik xususiyatlarini tavsiflashtirish kurashni o'rgatish sifati va samaradorligiga ijobiy ta'sir etdi.

Bo'lajak kurash mutaxassislari kurashga doir bilimlar berish jarayonida kurash usullari guruhining texnik tavsiflashtirish borasida ma'lumotlar berildi. Kurash usullarining tegishliligi bo'yicha guruhlariga mansubligi, ularning xususiy jihatlari va murakkabligiga ko'ra ketma-ketlik asosida bo'lajak mutaxassislarga tushuntirildi va darsdan tashqari o'quv-mashg'ulotlariga joriy etildi.

Olib borilgan tajribalar shuni tasdiqladiki, ishlab chiqilgan ulotirish usullari guruhini o'zaro farqlash, ularning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganuvchilarga tushuntirish hamda o'quv-mashg'ulot jarayonida qo'llash bo'lajak mutaxassislarning amaliy ko'nikmalari yaxshilanishiga olib keldi. Tajriba natijalari bo'yicha olingan ma'lumotlar 6-jadvalda keltirib o'tilgan.

Kurash usullari guruhiga doir ko'nikmalarni baholash natijalariga ko'ra “XKA tasnifi bo'yicha kurash usullari guruhini tavsiflash” bo'yicha tajriba boshida o'rtacha o'zlashtirish 61 ballni tashkil etgan bo'lsa, tajribadan so'ng bo'lajak kurash mutaxassislarning mazkur ko'rsatkich bo'yicha natijalari o'rtacha 86 ballga teng bo'ldi. Tajribagacha va tajribadan so'ng olingan natijalar o'rtasida ishonchli statistik farq kuzatildi ($t=2,69, P\leq 0,01$).

“Supurma” guruhiga doir usullarni bajarish topshirig'i bo'yicha ham tajriba boshidagi hamda tajriba so'ngidagi natijalar o'rtasida ham ijobiy o'sish kuzatildi. Xususan, tajribagacha sinaluvchilarning o'rtacha ko'rsatkichi 59 balldan iborat bo'lgan bo'lsa, tajribadan so'ng o'rtacha natija 83 ballga teng bo'lgan. Ishonchlilik darajasi bo'yicha esa ijobiy ko'rsatkich qayd etilgan ($t=2,18, P\leq 0,05$).

“Bardor” guruhiga mansub usullarni bajarish” topshirig'i bo'yicha tajribagacha o'rtacha ko'rsatkich 63 ball bo'lgan. Tajriba so'ngida bo'lajak kurash mutaxassislarning o'rtacha bilim darajasi 81 ballni tashkil etib, sezilarli darajada yuqori bo'lgan. Natijalar o'rtasidagi statistik farq $t=2,14, P\leq 0,05$ ga teng bo'ldi.

“Qo'shsha” guruhida raqib tanasi harakatini bajarish” topshirig'i bo'yicha ham ijobiy o'zgarishlar qayd etildi. Xususan, bo'lajak kurash mutaxassislari tajribagacha o'rtacha 67 ball qayd etgan bo'lsa, tajribadan so'nggi tekshirishlar natijasida ularning o'rtacha bilim ko'rsatkichlari 81 ballga etganligi aniqlandi. Natijalar o'rtasida ijobiy statistik ishonchlilik kuzatildi ($t=2,19, P\leq 0,05$). Tajriba natijalari haqidagi ma'lumotlar quyidagi 6-jadvalda keltirilgan.

Tajribagacha va tajribadan so‘ng kurash usullarining turli guruhlar bo‘yicha texnik tavsiflashga doir bilimlarni baholash natijalari (n=94)

Tajriba jarayoni	Natijalar			O‘rtacha o‘zlashtirish	t	P
	A‘lo	Yaxshi	Qoniqarli			
XKA tasnifi bo‘yicha kurash usullari guruhi						
Tajriba boshida	10	43	41	61±2,1	2,69	≤0,01
Tajriba so‘ngida	16	46	32	86±3,4		
“Supurma” guruhiga mansub usullarni bajarish						
Tajriba boshida	17	31	46	59±4,0	2,18	≤0,05
Tajriba so‘ngida	23	40	31	83±3,1		
“Bardor” guruhiga mansub usullarni bajarish						
Tajriba boshida	14	36	44	63±5,0	2,14	≤0,05
Tajriba so‘ngida	20	42	32	81±3,2		
“Qo‘shsha” guruhida raqib tanasi harakati						
Tajriba boshida	15	37	42	67±3,2	2,19	≤0,05
Tajriba so‘ngida	22	43	29	81±4,1		

Kurash usullari tasnifi bo‘yicha olib borilgan tajribalar shuni tasdiqladiki, takomillashtirilgan usullar tasnifi bo‘lajak mutaxassislarining usullarga doir bilim va ko‘nikmalarini oshirishga xizmat qildi. Darsdan tashqari o‘quv-mashg‘ulotlarida texnik-taktik tayyorgarlik qismida usullarning takomillashtirilgan tasnifini qo‘llash bo‘lajak mutaxassislarining kurash texnikasini samarali o‘zlashtirishiga ijobiy ta‘sir etganligi tajriba yakunlari bo‘yicha tasdiqlandi.

Xususan, “Yonbosh-belbog‘” usuliga doir bilim va ko‘nikmalar tajribagacha 68 ballni tashkil etgan. Tajribalardan so‘ng esa mazkur ko‘rsatkich o‘rtacha 76 ball bilan baholangan. Olingan natijalar tahlili tajribagacha va tajribadan so‘nggi ko‘rsatkichlar o‘rtasida ishonchli ijobiy o‘sish yuzaga kelganligini tasdiqladi (t-2,02, P≤0,05).

“Ichki chil” usuli bo‘yicha esa tajriba boshida o‘rtacha natija 63 ballga teng bo‘lgan bo‘lsa, tajribadan so‘nggi tekshirishlar asosida o‘rtacha 79 ballga teng ekanligi aniqlandi. Olingan natijalar o‘rtasida ishonchli statistik ishonchlilik darajalari kuzatildi (t-2,18, P≤0,05).

“Oldindan supurma” usuli bo‘yicha dastlabki natijalar o‘rtacha 60 ballga teng bo‘lgan. Tajribadan so‘ng esa o‘rtacha ko‘rsatkich 81 ballga teng bo‘lgan. Tajriba

boshidagi tajriba soʻngidagi natijalar oʻrtasida ijobiy statistik farq kuzatildi ($t=2,26$, $P \leq 0,05$).

“Qarshi qoʻshsha” usuli boʻyicha tajribagacha olingan natijalar oʻrtacha 59 ballni tashkil etgan. Tajribadan soʻng esa oʻrtacha koʻrsatkich 83 ga teng boʻlgan. Tajriba boshidagi va tajriba soʻngidagi natijalar oʻrtasida ijobiy statistik farq kuzatilgan ($t=2,08$, $P \leq 0,05$).

Kurash usullari tasnifiga doir tekshirishlar boʻlajak kurash mutaxassislarining mazkur yoʻnalishdagi koʻrsatkichlari yaxshilanganligini tasdiqladi. Xususan, kurash texnikasini oʻzlashtirish, texnik usullarni samarali bajarish holati yaxshilanishi ushbu jarayonda tasdiqlandi.

7-jadval

Tajribagacha va tajribadan soʻnggi kurash usullari tasnifiga doir bilim va koʻnikmalarni baholash natijalari (n=94)

Tajriba jarayoni	Natijalar			Oʻrtacha oʻzlashtirish	t	P
	Aʼlo	Yaxshi	Qoniqarli			
“Yonbosh-belbogʻ” usuli						
Tajriba boshida	19	31	44	68±4,2	2,02	≤0,05
Tajriba soʻngida	23	41	30	76±3,4		
“Ichki chil” usuli						
Tajriba boshida	11	36	47	63±1,7	2,18	≤0,05
Tajriba soʻngida	25	45	24	79±3,7		
“Oldindan supurma” usuli						
Tajriba boshida	14	32	48	60±2,4	2,26	≤0,05
Tajriba soʻngida	22	42	30	81±2,9		
“Qarshi qoʻshsha” usuli						
Tajriba boshida	13	32	49	59±3,1	2,08	≤0,05
Tajriba soʻngida	27	41	26	83±3,6		

Boʻlajak kurash mutaxassislariga kurash texnikasiga doir terminlar katalogi tizimli ravishda oʻqitildi. Bir paytning oʻzida ham nazariy ham amaliy mashgʻulotlar jarayonida ularning mazmuni va amaliy qoʻllanilishiga doir bilimlar ishtirokchilarga oʻrgatib borildi. Natijada boʻlajak kurash mutaxassislarining tajribadan soʻnggi koʻrsatkichlari ijobiy tomonga oʻsishiga erishildi. Bunda ushbu yondashuvning ijobiy taʼsiri mashgʻulotlarni samarali tashkil etilganligi bilan belgilandi.

**Tajribagacha va tajribadan so‘nggi kurash texnikasi asoslariga doir
bilimlarni baholash natijalari (n=94)**

Tajriba jarayoni	Natijalar			O‘rtacha o‘zlashtirish	t	P
	A‘lo	Yaxshi	Qoniqarli			
Kurash texnikasi asoslari						
Tajriba boshida	13	39	42	58±7,1	2,16	≤0,05
Tajriba so‘ngida	24	43	27	79±3,1		
“Ushlash” holati turlari						
Tajriba boshida	11	38	45	62±4,5	2,05	≤0,05
Tajriba so‘ngida	15	49	30	77±3,3		
“Yiqilish” turlari						
Tajriba boshida	15	30	49	58±2,7	2,11	≤0,05
Tajriba so‘ngida	28	45	21	82±2,1		
“Takrorlash” va “Bellashuv”						
Tajriba boshida	14	33	47	59±3,5	2,17	≤0,05
Tajriba so‘ngida	22	48	24	79±2,8		

“Kurash texnikasi asoslarini tavsiflash” yuzasidan berilgan topshiriq bo‘yicha dastlabki olingan natijalar o‘rtacha 58 ballni tashkil etgan. Mos ravishda tajribadan so‘nggi o‘rtacha ko‘rsatkich 79 ballga yetgan. Statistik ishonchlilik darajasi $t=2,16$, $P \leq 0,05$ ga teng bo‘ldi.

“Ushlash” holati turlarini tavsiflash bo‘yicha tajriba avvalida ishtirokchilarning o‘rtacha natijalari 62 ballni tashkil etgan. Tajribalar yakunida esa o‘rtacha ball 77 ga tengligi aniqlandi. Mazkur ko‘rsatkich bo‘yicha ham ijobiy statistik o‘shish qayd etildi ($t=2,05$, $P \leq 0,05$).

“Yiqilish” turlarini tavsiflash” yuzasidan dastlabki natijalar o‘rtacha 58 ballni tashkil etgan bo‘lsa, tajribadan so‘ng bu ko‘rsatkich o‘rtacha 82 ballga yetgan hamda natijalar o‘rtasida ijobiy o‘shish aniqlandi ($t=2,11$, $P \leq 0,05$).

“Takrorlash” va “bellashuv”ni tavsiflash” bo‘yicha tajribagacha o‘rtacha natija 59 ballni tashkil etgan. Olib borilgan tekshirishlar tajribadan so‘ng o‘rganuvchilarda o‘rtacha ko‘rsatkich 79 ballga yetganligini ko‘rsatdi hamda ijobiy statistik o‘shish kuzatildi ($t=2,17$, $P \leq 0,05$).

Kurash texnikasi asoslariga doir ishlab chiqilgan terminlar katalogi bo'lajak kurash mutaxassislarining mazkur yo'nalish bo'yicha ijobiy ko'rsatkich qayd etganligini tasdiqladi.

Xalqaro tajribalarga asosan takomillashtirilgan kurash mutaxassislari tayyorlash dasturi malaka oshirish tizimidagi mutaxassislarga muayyan o'quv moduli mazmuniga singdirildi. Bunda murabbiylar uchun mo'ljallangan "Kurash nazariyasi va uslubiyati" o'quv dasturi mazmuni biz tomonimizdan taklif etilgan mavzular bilan boyitildi. Ishlab chiqilgan tegishli tavsiyalar o'quv dasturi mazmuniga kiritildi. Bunda kurashni o'qitishda eng muhim deb hisoblangan va maksimal darajada ixtisoslikka yo'naltirilgan mavzular va ularga muvofiq ma'lumotlar mutaxassislarga o'qitildi.

9-jadval

Kurash mutaxassislarining malakasini oshirishda foydalanilgan odatdagi dastur va unga kiritilgan takliflar

Odatdagi o'quv dasturi (Kurash nazariyasi va uslubiyati)	Joriy etilgan takliflar
Kurash nazariyasi va uslubiyatining xususiyatlari, maxsus atamalari	Kurash falsafasi. Kurashning sport turi sifatida rivojlanishi va xalqaro sport tasnifiga integratsiyasi
Kurashchilar jismoniy sifatlarini rivojlantirish vosita va uslublari	Kurash va boshqa yakkakurash sport turlarining qiyosiy tahlili
Texnik-taktik tayyorgarlikni takomillashtirish	Kurash texnikasi asoslari, terminologiyasi va usullar tasnifi
Kurashchilarning jismoniy, texnik-taktik tayyorgarligini rivojlanganlik darajasini nazorat qilish texnologiyasi	Kurashni ommalashtirish va rivojlantirish strategiyasi
O'quv-mashg'ulotlarida yuklama va uni sportchilar organizmiga ta'siri	Turli yosh va jinsga mansub kurashchilar bilan mashg'ulotlarni tashkil etish tizimi
Kurashchilarning musobaqa faoliyatini nazorat qilish va boshqarish	Kurash mashg'ulotlarida murabbiylarining roli

Kurash mutaxassislarining mustaqil bilim olish imkoniyatini kengaytirishga qaratilgan "Learn Kurash" o'quv platformasi samaradorligi quyidagi 10-jadvalda tasvirlangan.

"Kurash texnikasi asoslariga doir bilimlarni o'zlashtirish" bo'yicha ishtirokchilarning o'rtacha ko'rsatkichi 59 ballni, tajribadan so'nggi natijalar esa o'rtacha 74 ballni tashkil etgan. Natijalar o'rtasida ishonchli statistik farq qayd etilgan ($t=2,10, p \leq 0,05$).

Tajribagacha va tajribadan so‘ng o‘quv platformasi samaradorligini baholash natijalari (n=60)

Tajriba jarayoni	Natijalar			O‘rtacha o‘zlashtirish	t	P
	A‘lo	Yaxshi	Qoniqarli			
Kurash texnikasi asoslariga doir bilimlarni o‘zlashtirish						
Tajriba boshida	8	18	34	59±5,1	2,10	≤0,05
Tajriba so‘ngida	14	29	17	74±2,4		
Kurash usullari guruhiga doir bilimlarni o‘zlashtirish						
Tajriba boshida	11	31	18	72±3,5	2,21	≤0,05
Tajriba so‘ngida	22	22	18	86±2,8		
Kurash usullari tasnifiga doir bilimlarni o‘zlashtirish						
Tajriba boshida	10	18	32	68±4,3	2,18	≤0,05
Tajriba so‘ngida	13	33	14	81±2,7		

“Kurash usullari guruhiga doir bilimlarni o‘zlashtirish” ko‘rsatkichlari tajriba avvalida o‘rtacha 72 ballga teng bo‘lgan. Tajribadan so‘ng mazkur ko‘rsatkich o‘rtacha 86 ballni tashkil etgan. Statistika ishonchlilik darajasi $t=2,21$, $P \leq 0,05$ ga teng bo‘ldi.

“Kurash usullari tasnifiga doir bilimlarni o‘zlashtirish” natijalari tajribagacha o‘rtacha 68 ballni tashkil etgan. Tajribadan so‘ng esa ushbu natijalar o‘rtacha 81 ballga ko‘tarilgan. Natijalar o‘rtasida ijobiy statistik farq qayd etilgan ($t=2,18$, $P \leq 0,05$).

Ishlab chiqilgan “Learn Kurash” o‘quv platformasining samaradorligi tajribalar natijasida isbotlandi. Ushbu ishlab chiqilgan o‘quv platformasi kurash mutaxassislarining mustaqil bilim olish imkoniyatini yanada kengayishiga olib keldi.

Tajriba davomida qo‘llanilgan uslubiyat va ishlab chiqilgan yondashuvlar kurash mutaxassislarini tayyorlash jarayoniga ijobiy ta‘sir etganligi ilmiy asoslandi. Olib borilgan tajribalar va tadqiqot ishlari kurash mutaxassislarining ko‘nikma va malakalari ijobiy tomonga o‘zgarishida taklif etilayotgan yondashuvning samaradorligini tasdiqladi.

XULOSALAR

Dissertatsiya tadqiqoti doirasida olib borilgan ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, pedagogik kuzatishlar olib borish, so‘rovnomalar o‘tkazish va sinov-tajribalar o‘tkazish natijalariga asosan quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Kurash sportini ommaviylashtirish, uning xalqaro nufuzini yanada oshirishda mutaxassislarning roli va ularga qo'yiladigan talablar yuqori darajada. Shu sababdan kurash mutaxassislari mazkur sport turini rivojlantirish, uning ilmiy-uslubiy asoslarini tadqiq etish hamda kelgusida kurash sportini Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritishda asosiy o'rinni egallashi tadqiqot jarayonida tasdiqlandi.

2. Kurashga doir adabiyotlarni o'rganish, jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari tayyorlash yuzasidan xorijiy tajribalarning tahlili shuni tasdiqladiki, kurash sporti bo'yicha mutaxassislari tayyorlashda xalqaro tajribalarga tayanishning zarurati va dolzarbligi yuqori darajada. Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlari tajribasidan kurash mutaxassislari tayyorlash tizimida foydalanish mazkur yo'nalishda muhim hisoblanadi.

3. Xorijiy tajribalarni tahlil qilish shuni ko'rsatdiki, mutaxassislari tayyorlashda ta'lim dasturlari va o'qitish jarayoni eng maqbul darajada muayyan ixtisoslikka yo'naltirilgan, ushbu ixtisoslik bo'yicha zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni egallashga qaratilgan.

4. Olimpiya va Osiyo o'yinlari dasturiga kiritilgan sport turlarini rivojlantirish tajribasida mazkur sport turlarining ta'lim tizimiga chuqur integratsiya qilinganligi asosiy omil xisoblanishi aniqlandi. Shu sababdan kurash sportini ta'lim tizimiga keng joriy etish, xususan, oliy ta'lim tizimiga kiritish, chuqurlashtirilgan va ilg'or o'quv dasturlari ishlab chiqish zarur.

5. Kurash bo'yicha ilmiy-tadqiqotlar ko'lamini oshirish, mahalliy va xorijiy grantlar asosida kurashni tadqiq etish, uning ilmiy asoslarini chuqur o'rganish kurashni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga kurash mutaxassislari tayyorlashga ixtisoslashgan oliy ta'lim muassasalari va Xalqaro Kurash Instituti hamkorligini kuchaytirish, birgalikdagi yagona kadrlar tayyorlash dasturlari va mutaxassislarni o'qitish rejalarini ishlab chiqish zarur.

6. Kurash usullarining muayyan guruhga mansubligi bo'yicha tavsiflash va bo'lajak mutaxassislarning darsdan tashqari o'quv-mashg'ulotlari jarayoniga tatbiq etish ularning ixtisoslikka doir bilim va ko'nikmalari yaxshilanishiga imkon berdi. Tajriba natijalari bo'yicha bo'lajak mutaxassislarning kurash usullarining muayyan guruhlar bo'yicha texnik tavsiflash ko'rsatkichlari 82,7 ballga ko'tarildi.

7. Kurash usullarining takomillashtirilgan tasnifi bo'lajak kurash mutaxassislarning texnikani samarali o'zlashtirish imkoniyatini oshirdi. Darsdan tashqari o'quv-mashg'ulotlarida kurash usullari tasnifing takomillashtirilgan variantini joriy etish texnikani samarali bajarishga imkon berdi hamda bo'lajak mutaxassislarning o'rtacha o'rtacha o'zlashtirish darajasi 79,7ga ko'tarildi.

8. Kurash texnikasi mazmunini ifodalash, mashg'ulot jarayonini samarali tashkillashtirishga doir terminlar katalogi bo'lajak mutaxassislari bilan darsdan tashqari o'quv-mashg'ulotlari jarayoniga joriy etildi. Olib borilgan tajribalar natijasida bo'lajak kurash mutaxassislari bilan mashg'ulotlarni tashkil etish samaradorligi hamda ularning kurash texnikasi asoslariga doir bilim darajasi 79,2 ballga oshdi.

9. Xorijiy tajribalar hamda mutaxassislik xususiyatlarini hisobga olib kurash mutaxassislari o'qitishga mo'ljallangan o'quv dasturi mazmuniga tegishli takliflar kiritildi. Tegishli takliflar va kiritilgan mavzular kurash ixtisosligini

hisobga olib ishlab chiqildi hamda dastur mazmuniga joriy etildi. Taklif etilgan dastur kurash murabbiylarining kasbiy tayyorgarlik darajasi yaxshilanishiga ijobiy ta'sir etdi.

10. "LEARN KURASH" o'quv platformasidam maqsadga muvofiq foydalanish mutaxassislarning kurashga doir bilimlarni oshirishga xizmat qiladi. Tadqiqot jarayonida mazkur o'quv platformasidan foydalanish mutaxassislarning mustaqil bilim olish imkoniyatini kengaytirishga ijobiy ta'sir etdi.

AMALIY TAVSIYALAR

1. Kurash mutaxassislari tayyorlash va malakasini oshirish jarayonida, mashg'ulotlar va musobaqalar tashkil etishda kurashning asl mohiyatini, uning tarixiy, falsafiy, ijtimoiy-pedagogik va insonparvarlikka yo'naltirilgan g'oyalarni chuqur singdirish kerak. Natijada mutaxassislarning kurashga bo'lgan munosabatlari o'zgarishiga erishiladi.

2. Oliy ma'lumotli kurash mutaxassislari tayyorlashga ixtisoslashgan ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarga kurashni o'qitishga mo'ljallangan o'quv dasturlari mazmuniga kurashga xos bo'lgan maxsus terminlar va usullar nomlarini kiritish, kadrlar tayyorlash jarayonida ularni to'liq va to'g'ri qo'llashga erishish kerak. Bu kelgusida kurashni yanada rivojlantirishning eng muhim va birlamchi shartlaridan biri hisoblanadi.

3. Kurash mutaxassislarning malaka oshirish jarayonida qo'llanilayotgan o'quv dasturlarini qayta ko'rib chiqish, ushbu dasturlar mazmuniga kurash terminlari va usullar nomlarini kiritish orqali murabbiylarning malakasini oshirish zarur. Olingan bilimlar kelgusida mashg'ulotlarda qo'llaniladi hamda bo'lajak mutaxassislarni o'qitish jarayonlari samarali amalga oshiriladi.

4. Kurashchilar tayyorlash jarayoni, xususan, mashg'ulotlarni tashkil etish va xalqaro o'quv-yig'inlarida kurash terminlari va ulotqirish usullarining rasmiy tasdiqlangan nomlarini XKA tasnifi bo'yicha qo'llash kerak. Natijada kurashga doir bilimlarning xorijiy mutaxassislar tomonidan samarali o'zlashtirilishiga erishiladi.

5. Respublikamizda kurashga doir ilmiy-tadqiqotlar samaradorligini oshirish, bu borada xorijiy oliy ta'lim va ilmiy-tadqiqot institutlari olimlarini hamkorlikka jalb qilish, kurash mutaxassislari tayyorlashga ixtisoslashgan oliy ta'lim muassasalarida xorijiy fuqarolar uchun bakalavriyat, magistratura va doktoranturada o'qishlari uchun alohida tanlovlar e'lon qilish, kurash ixtisosligi bo'yicha o'qish va ilmiy-tadqiqotlar olib borishga keng jalb etish tavsiya etiladi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**САМАРКАНДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ
ШАРОФА РАШИДОВА**

АХМЕДОВ ФАРРУХ ШАВКАТОВИЧ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ
СПЕЦИАЛИСТОВ ПО КУРАШУ НА ОСНОВЕ ЗАРУБЕЖНОГО
ОПЫТА**

**13.00.01 – Теория педагогики. История педагогических учений
13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры**

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации доктора наук (DSc) по педагогическим наукам

Тема диссертации доктора философии (DSc) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией под номером B2023.3.DSc/Ped616.

Докторская диссертация выполнена в Самаркандском Государственном Университет имени Шарофа Рашидова.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) размещен на веб-сайте по адресу www.uzdjtsu.uz и информационно-образовательном портале «ZiyoNet» по адресу www.ziyonet.uz.

Научный руководители:

Шопулатов Абдималик Нуриллаевич
доктор педагогических наук (DSc), доцент

Дадабаев Одилджон Джалолиддинович
доктор педагогических наук (DSc), профессор

Официальные оппоненты:

Рахимов Владимир Шавкатович
доктор педагогических наук (DSc), профессор

Иштаев Джавлон Мавлонбоевич
доктор педагогических наук (DSc), доцент

Джуманиязова Мухайё Тоджиевна
доктор педагогических наук (DSc), профессор

Ведущая организация:

Ургенчский Государственный Университет

Защита диссертации состоится “___” _____ 2025 г. в _____ часов на заседании Научного совета DSc.3/30.12.2019.Ped.28.01. При Узбекском государственном университете физической культуры и спорта по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Спортчилар, дом 19. Тел.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76; Веб-сайт: www.uzdjtsu.uz, e-mail: info@uzdjtsu.uz. (Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, корпус «Е» 3-й этаж, аудитория 309).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно ресурсном центре Узбекского государственного университета физической культуры и спорта (зарегистрирована за № _____) по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Metallурглр, дом 15. Тел.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, факс. :(0-370) 717-17-76

Автореферат диссертации разослан «___» _____ 2025 года
(реестр протокола рассылки №___ от «___» _____ 2025 года)

Р.М.Маткаримов
Председатель научного совета
по присвоению ученых степеней,
д.п.н., (DSc) профессор

Ш.Газиев
Ученый секретарь научного совета
по присвоению ученых степеней,
д.п.н., (DSc) доцент

М.С.Олимов
Председателя научного семинара при
научном совете по присвоению ученых степеней,
д.п.н., (DSc) профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора наук (DSc))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мире все больше растет число профессионалов, желающих заниматься и обучаться курашом. Включение кураше в последние годы в программу Азиатских и Африканских игр и других престижных международных спортивных соревнований показывает, что кураш как вид спорта расширяется географически. Данная ситуация, в свою очередь, объясняет актуальность осуществления подготовки специалистов по кураше на основе международного опыта, внедрения системы подготовки специалистов по кураше в соответствии с требованиями времени.

В мировом опыте все больше увеличивается объем исследований и разработок, направленных на подготовку специалистов по физическому воспитанию и спорту. Международным научным сообществом признано, что подготовка специалистов является важнейшим фактором разработки инновационных методов подготовки спортсменов и достижения высоких результатов на международных спортивных соревнованиях. В современных условиях развития спорта одним из важнейших вопросов в современных условиях становится подготовка специалистов по физическому воспитанию и спорту, совершенствование их профессиональной подготовки, создание системы подготовки специалистов-кадров по международным стандартам. В частности, необходимо создать систему подготовки специалистов по кураше на научной основе с учетом международного опыта и усовершенствовать систему профессиональных кадров.

Кураш является одним из приоритетных видов спорта в Республике Узбекистан, а спортивные результаты, достигнутые на международном уровне, отражают состояние развития этого вида спорта. Сегодня задача «подготовки профессиональных тренеров по курашу, судей, разработки учебно-методических пособий, укрепления научно-методической базы кураша» является одной из актуальных задач. Тенденции в подготовке профессиональных кадров по курашу, повышении квалификации судей и тренеров в нашей стране являются результатом системных реформ в этой сфере. Анализ теории и практики кураша показывает необходимость организации подготовки специалистов на основе передового зарубежного опыта, использования эффективных и действенных методов в подготовке тренеров по курашу и профессиональных кадров, расширения объема научных знаний о кураше. По этой причине возникает необходимость развития соревновательных форм подготовки высококвалифицированных специалистов по курашу, в частности, совершенствования системы подготовки профессиональных кадров по курашу на основе международного опыта.

Настоящая диссертационная работа в определенной степени служит реализации задач, указанных в Постановлении Президента Республики Узбекистан «О мерах по совершенствованию системы подготовки кадров и повышению научного потенциала в области физического воспитания и

спорта» от 4 ноября 2020 года, «О мерах по развитию национального вида спорта кураш и дальнейшему повышению его международного авторитета» за №ПП-4881 от 4 ноября 2020 года¹, а также в других нормативно-правовых документах, направленных на определение приоритетных направлений развития кураша.

Связь исследования с приоритетными направлениями развития науки и технологий в Республике. Исследования выполнены в рамках приоритетного направления по развитию науки и технологий: I. «Информатизированное общество и формирование системы инновационных идей социального, правового, экономического, культурного, духовнопросветительского развития демократического государства и пути их реализации».

Обзор зарубежных исследований по теме диссертации. Научно-исследовательская работа по курашу проводилась в ведущих университетах и научно-исследовательских институтах в области физического воспитания и спорта зарубежных стран. В частности, продвинутые эксперименты проводились в таких университетах, как Федеральный университет Рио-де-Жанейро [Бразилия], Римский университет Тор Вергата [Италия], Университет Корунья [Испания], Корейский спортивный и олимпийский комитет [Южная Корея], Университет Ренниса [Франция].

В мире разработаны механизмы технико-тактической оценки моделирования соревновательной деятельности в некоторых видах спортивной борьбы [Федеральный университет Рио-де-Жанейро, Бразилия], биомеханическое описание различных броски, их специфических особенностей и применения различные приёмы в организме спортсмена в условиях соревновательной деятельности, научно доказаны энергозатраты [Римский университет Тор Вергата, Италия], психофизиологические и гормональные показатели организма спортсмена во время соревнований и тренировок, взаимосвязь между организмом спортсмена и научно изучены высокие результаты [Университет Коруньи, Испания]. На международных спортивных соревнованиях, особенно на Азиатских играх, определялись показатели травматизма курашистов и разрабатывались практические рекомендации [Корейский спортивно-олимпийский комитет, Южная Корея], были предсказаны историческое и культурное аспекты, будущие тенденции развития кураша [Университет Ренна, Франция]².

Кроме того, в международных научно-исследовательских институтах, университетах и ведущих зарубежных научных центрах мира проводятся научно-исследовательские работы по различным направлениям по проблемам физического воспитания и спорта. В частности, в системе спортивной подготовки проводятся научные эксперименты по взаимно гармоничной организации различных частей тренировки, на основе

¹ Постановление Президента Республики Узбекистан «О мерах по совершенствованию системы подготовки кадров и повышению научного потенциала в сфере физической культуры и спорта. 3 ноября, 2020 года. №ПП-4877.

² Зарубежные научные исследования по диссертации были проанализированы на основе следующих веб-страниц: <https://scholar.google.com>; <https://www.sports.or.kr>; <https://www.univ-rennes.fr>.

специализированного подхода для разных весовых категорий, подготовке кадров в области спортивной подготовки.

Степень изученности проблемы. Исследования по кураше проводились рядом экспертов. А. Атоева по преподаванию кураша молодежи и подростков, исследования исторических, философских, социально-педагогических аспектов кураша нашли отражение в научных исследованиях Ж. Тошполатов и У.Иброхимов. Также нужно отметить, что Ф. Керимов, К. Юсупов, А.Шопулатов и другие вели научно-методические и научно-исследовательские работы в направлении современных правил кураша и подготовки в связи с внедрением и использованием подвижной игры в борьба кураша. При этом примечательно, что талантливые ученые нашей республики также провели диссертационные исследования по кураше. В то же время С.Купалов, Д.Нуришев, Ш.Келдиёров, Б.Ерембетов, Ф.Бобомуродов, М.Шукуров, Н.Чоршамиев, Б.Холиков³ выполнили диссертационные исследования по различным направлениям кураша.

Исследовательских работах ведущих ученых Содружества Независимых Государств (СНГ) таких как Т.Т.Джамгаров, А.С.Пуни, М.А.Годик, Р.А.Пилюян, Л.П.Матвеев, А.А.Красников, В.Н.Платонов, Р.Д.Халмухамедов⁴ проблемы периодизация многолетней тренировки в

³Атоев А. Ёсмир ва ёшларни курашга ўргатиш метод ва воситалари. Тошкент “Ўқитувчи”-1987. – 318 б.; Тошпўлатов Ж., Жумакулов А. Сурхон полвонлари. - Термиз: “Жайхун”, 1995. – 128-б.; Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва усулияти. Дарслик. – Т.: 2001. - 285 б.; К.Юсупов. Кураш: халқаро қоидалари, техникаси ва тактикаси. Т.: -2005. - 125 б.; Иброхимов Ў., Рафиев Х. Спорт ва кадрият. Тошкент, Янги аср авлоди. 2009. 100-б.; Купалов С.У. Мусобақадан кейинги босқичда курашчилар иш қобилиятининг тикланиш динамикаси. Фан номзоди илмий даражасини ошиш учун ёзилган диссертация. Т.: 2011. -140 б.; D.Nurishov. “Yosh kurashchilarda bazaviy elementlarni shakllantirishning ilmiy-uslubiy asoslarini takomillashtirish”, Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2018. - 49 б.; Б.Ерембетов. “Малакали курашчилар мусобақа ва машғулот жараёнини педагогик назорат қилишнинг назарий-методик асосларини такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2019. - 50 б.; Ш.Келдиёров. “Кураш миллий спорт тури ҳаракатларини дастлабки ўргатиш услубларини такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2019. - 47 б.; Ф.Бобомуродов. Курашчиларнинг морфологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштиришга дифференциал ёндашув”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2020. -61 б.; М.Шукуров. “Курашчиларни техник ҳаракатларга ўргатишда кластер услубидан фойдаланишни такомиллаштириш”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2022. - 61 б.; Н.Чоршамиев. “Ёш курашчиларнинг тайёргарлик тизимида машқланиш ва тикланиш даражасини оширишда шарқона массаждан фойдаланиш методикаси”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2022. - 47 б.; Шопулатов А.Н. Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида малакали кадрлар тайёрлаш тизими механизмларини такомиллаштириш/ Пед. фан. док. дис.автореферати (DSc) – Чирчиқ-2023. – 77 б.; Б.Холиков. Малакали курашчиларнинг техник-тактик ва жисмоний тайёргарлигини оптималлаштириш технологияси”. Педагогика фанларида фалсафа доктори (PhD) диссертация автореферати. Чирчиқ-2023. - 64 б.

⁴Джамгарова Т.Т., Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / под ред. Т.Т. Джамгарова, А.Ц. Пуни. – М.: ФиС, 1979. – 143 с.; Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А.Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.; Пилюян Р.А. Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборства: автореф. дис. д-ра пед. наук/ Р.А.Пилюян. - М.: - 1985. 50 с.; Матвеев Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования. — М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. -304 с.; Красников А.А. Проблема общей теории спортивных соревнований. М.: Спорт Академия Пресс, 2003. - 324 с.; Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н.Платонов. – Киев: Олимп.лит., 2004. - 808 с.; Халмухамедов Р.Д. Технология подготовка единоборцев на этапах годичного цикла. Диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук. Т., 2009.- 300 с.

спорте, оценка соревновательно-тренировочных нагрузок, организация индивидуальной подготовки, моделирование соревновательной деятельности, совершенствование физической подготовленности спортсменов, формирование технико-тактической подготовки и соревновательной компетентности, планирование подготовки борцов в годовом тренировочном цикле и вопросы развития изучались в качестве объекта исследования. Однако исследования по курашу, в частности, разработка каталога специальных терминов по основам приемов кураша, совершенствование их, совершенствование подготовки специалистов по кураше на основе международного опыта проведены недостаточно.

Следует отметить, что особого внимания заслуживают научные исследования зарубежных исследователей по спортивным единоборствам. В частности, такие исследователи как R.M.Kalina, S.Foster, V.Issurin, M.Adam, M.Joanna, O.Zadorozhna⁵ провели передовые эксперименты по теории и методике спорта. Проведено целенаправленное планирование долгосрочных периодов подготовки, научное изучение факторов, способных положительно повлиять на тренировочный процесс, а также научно-исследовательская работа по психологической подготовке спортсменов высокой квалификации.

В многолетнем тренировочном процессе научно обсуждались особенности традиционной и инновационной периодизации, положительные стороны различных моделей планирования, вопросы организации тренировочного процесса спортсменов на основе инновационного подхода. При этом концептуальная структура технико-тактической подготовки на этапе высокого спортивного мастерства основана на оценке физических нагрузок во время тренировок и соревнований, разработке взаимосовместимых соотношений интенсивности и объема нагрузок.

Некоторые специалисты определили необходимые условия подготовки спортсменов и установили к ней современные требования. Обобщены с точки зрения специалистов и ученых взаимопропорциональность видов подготовки, аспекты, имеющие значение для фиксации высоких результатов в спорте, сделан сравнительный анализ и научные выводы. Также научно обоснованы современные условия и требования к подготовке спортсменов единоборств. Эта информация призвана вывести на новый уровень систему подготовки спортсменов и специалистов по кураше, расширить научную базу данных по борьбе кураш. Однако научно-методические аспекты совершенствования системы подготовки специалистов по кураше на основе мирового опыта недостаточно изучены. Диссертационные исследования по

⁵ Kalina R.M. Teoria sportów walki [Theory of Combat Sports. In Polish]. COS, Warsaw. - 2000. Pp. 42-48.; Foster C., Florhaug J., Franklin J., Gottschall L., Hrovatin L., Parker S., Doleshal P., Dodge C. A New Approach to Monitoring Exercise Training. Journal of strength and conditioning research / National Strength & Conditioning Association. - 2001. Pp. 109-115.; Issurin V.A modern approach to high-performance training: the Block Composition concept. In: Blumenstein B, Lidor R, Tenenbaum G. Physiology of sport training. Oxford: Meyer&Meyer Sport. - 2007. Pp. 216-34.; Adam M., Joanna M. A Profile of Joanna Majdan's Individual Technical-Tactical Preparation. Baltic Journal of Health and Physical Activity. – 2011. – Pp. 269-276.; Zadorozhna O., Briskin Yu., Maryan P., Alina P., Neonila N. Tactical training of elite athletes in Olympic combat sports: practice and experience. Trends in Sport sciences. – 2020. Pp. 71-85.

подготовке квалифицированных специалистов по курашу на основе международного опыта не проводились.

Сравнительный анализ научно-методических источников показал, что практика подготовки специалистов по кураше не в полной мере соответствует современным тенденциям развития этого вида спорта. Научно не обоснован вопрос разработки единой системы подготовки профессиональных кадров по курашу, подготовки квалифицированных тренеров и специалистов, а также применения зарубежного опыта подготовки кадров, специализирующихся на эффективной подготовке кадров по борьбе кураш в международном масштабе. Данная ситуация объясняет актуальность и необходимость проведения научно-исследовательской работы по совершенствованию системы подготовки специалистов по курашу на основе международного опыта.

Связь темы диссертации с планами научно-исследовательских работ высшего учебного заведения, где выполнена диссертация. Диссертационное исследование выполнено в соответствии с Планом научных исследований Самаркандского государственного университета имени Шарофа Рашидова.

Цель исследования заключается в совершенствовании системы подготовки специалистов по курашу на основе зарубежного опыта.

Задачи исследования:

совершенствование технической характеристики приёмов кураша по определённым группам с учётом их взаимной совместимости по исполнению, а также применения в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;

разработка модели интеграции опыта развития национальных видов спорта, включённых в программу Олимпийских и Азиатских игр, в систему подготовки специалистов по курашу;

внедрение в систему подготовки специалистов по курашу классификации существующих приёмов в зависимости от их принадлежности к определённым группам и применения в условиях соревнований;

разработка адаптированной учебной программы для подготовки специалистов по курашу, направленной на развитие знаний, навыков и компетенций, с учётом необходимых профессиональных компетенций, характерных для подготовки специалистов по физической культуре и спорту;

создание учебной платформы, направленной на повышение возможностей для самостоятельного получения знаний специалистами по курашу.

Объект исследования. В качестве объекта исследования выбран процесс преподавания кураша в системе подготовки и повышения квалификации специалистов.

Предметом исследования являются методы и средства совершенствования системы подготовки специалистов по курашу на основе зарубежного опыта.

Методы исследования. В исследовании использовались методы анализа литературы, изучения практического опыта специалистов по курашу, опроса, SWOT-анализа, анализа тренировок и соревнований, педагогического наблюдения, тестирования, педагогического опыта, математической статистики.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

разработанное на основе взаимной совместимости приёмов кураша с точки зрения их исполнения, технико-тактических показателей, а также применения в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности техническое описание приёмов кураша по определённым группам, внедрение которого в содержание учебных программ системы подготовки специалистов по курашу в соответствии с современными тенденциями развития кураша позволит расширить возможности для повышения эффективности учебно-тренировочного процесса;

разработана модель интеграции системы подготовки специалистов по курашу на основе эволюции развития национальных видов спорта, включённых в программу Олимпийских и Азиатских игр, с учётом зарубежного опыта, подходов их внедрения в образовательный процесс, стратегии подготовки кадров, повышения возможностей локального и международного сотрудничества, а также систематизации аспектов, ориентированных на результат;

разработанная классификация приёмов кураша на основе визуализации интенсивно-динамичных ситуаций, технико-тактических состояний, а также учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, с учётом их принадлежности к определённым группам, применения в изменяющихся условиях соревнований и реализации вариантов тактических комбинаций, внедрение которой в систему подготовки специалистов по курашу позволит расширить возможности для развития практических навыков в основах техники кураша;

разработка адаптированной учебной программы для подготовки специалистов по курашу, направленной на развитие знаний, навыков и компетенций в области кураша, с учётом корреляции международных стандартов, практического опыта, учебных программ и необходимых профессиональных компетенций [Key Competency], характерных для подготовки специалистов по физической культуре и спорту, позволила усовершенствовать систему подготовки специалистов по курашу.

на основе принципа самообразования разработана учебная платформа "Learn Kurash", содержание которой включает техническое описание существующих приёмов кураша по различным группам, их применение, а также каталог терминов, описывающих основы техники кураша, в визуальной и текстовой формах, что позволило расширить возможности для самостоятельного получения знаний специалистами по курашу.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

в системе подготовки и повышения квалификации специалистов кураша разработаны предложения и рекомендации по повышению знаний, умений и квалификации специалистов;

в современных условиях развития кураша усовершенствованы научно-методические основы обучения этому виду спорта международных и отечественных специалистов;

исходя из необходимости обучения кураша международных и местных специалистов, разработан каталог терминов, поясняющих классификацию приемов кураша и основы техники кураша;

разработана образовательная платформа, позволяющая международным и местным специалистам самостоятельно приобретать знания, навыки и умения, связанные с курашом.

Достоверность результатов исследования. Достоверность результатов исследований основана на логической последовательности проведенных экспериментов, на том, что они проводились на единой и взаимосвязанной методологической основе, опираясь на научные взгляды ведущих ученых и специалистов в области физического воспитания и теории спорта. и методологии, соответствие методов исследования поставленным задачам, цели исследования, достаточный объем и репрезентативность объема эксперимента, исследования. Это объясняется тем, что на материалах проводился количественный и качественный анализ, полученные результаты воспроизведены математическими и статистическими методами, имеются документы о внедрении результатов исследований.

Научная и практическая значимость исследования. Научная значимость результатов исследования заключается в содержании, структуре и этапах системы профессиональной подготовки кадров в области кураша на основе данной экспериментальной методики при разработке программ повышения квалификации, предусматривающих подготовку квалифицированных специалистов по курашу, в дальнейшем при создании пособий и учебников теоретический и служит научно-методическим ресурсом.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что достигнутые результаты являются фактором повышения знаний, умений и квалификации будущих специалистов по курашу, повышения их мастерства и квалификации, эффективной организации тренировок тренеров по курашу, совершенствования системы их подготовки. также служит введением в официальную программу, чтобы повысить международный авторитет этого вида спорта, а затем включить кураш в Олимпийские игры.

Внедрение результатов исследования. По результатам, полученным в ходе педагогических экспериментов по совершенствованию системы подготовки специалистов по кураше на основе зарубежного опыта:

разработанное техническое описание приёмов кураша по определённым группам, основанное на взаимной совместимости приёмов с точки зрения исполнения, технико-тактических показателей и их применения в учебно-

тренировочной и соревновательной деятельности, было внедрено в систему подготовки специалистов (Справка Международного Института Кураша от 28 августа 2024 года №115/08-24). В результате, уровень знаний и навыков будущих специалистов по курашу в области технического описания приёмов кураша по различным группам возрос с 62,5 балла до 82,7 балла.

разработанные предложения и рекомендации, основанные на эволюции развития национальных видов спорта, включённых в программу Олимпийских и Азиатских игр, и подходах их внедрения в образовательный процесс, были интегрированы в систему подготовки специалистов по курашу (Справка Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами от 20 ноября 2023 года №02-07-0500/04). В результате уровень профессиональной подготовки специалистов по курашу был улучшен на 21%.

разработанные предложения и рекомендации по классификации приёмов кураша на основе визуализации интенсивно-динамичных ситуаций, технико-тактических состояний, а также учебно-тренировочной и соревновательной деятельности были внедрены в систему подготовки специалистов (Справка Международного института кураша от 28 августа 2024 года №115/08-24). В результате практические навыки будущих специалистов по курашу в области основ техники кураша были улучшены с 59,2 балла до 79,2 балла.

разработана адаптированная учебная программа для подготовки специалистов по курашу с учётом корреляции международных стандартов, практического опыта, учебных программ и необходимых профессиональных компетенций, характерных для подготовки специалистов по физической культуре и спорту (Справка Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами от 20 ноября 2023 года №02-07-0500/04). В результате система подготовки специалистов по курашу была усовершенствована.

разработанная на основе принципа самообразования учебная платформа "Learn Kurash" включает в себя техническое описание приёмов кураша, их применение, а также каталог терминов, описывающих основы техники кураша, и рекомендации по использованию этих материалов в процессе повышения квалификации специалистов (Справка Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами от 20 ноября 2023 года №02-07-0500/04). В результате возможности для самостоятельного получения знаний тренерами по курашу были значительно расширены.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования обсуждались на 2 международных и 2 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации всего опубликовано 35 научно-методических работ, в том числе 1 монография, 12 статей в научных изданиях, рекомендованных к публикации основных научных результатов докторских диссертаций Высшей

аттестационной комиссией Республики Узбекистан, один из, которых опубликованы в зарубежных периодических изданиях.

Объем и структура диссертации. Диссертационная работа представлена на 282 страницах компьютерного текста и состоит из введения, 5 глав, 29 рисунков, 18 таблиц, выводов и практических рекомендаций, списка использованной литературы и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введение диссертации указывается актуальность и необходимость темы диссертации, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и техники республики, уровень исследования проблемы, ее связь с планы научной работы вуза, в котором выполнена диссертация, цель, задачи исследования, приводятся сведения о предмете, методах, научной новизне, практических результатах, достоверности результатов исследования, научной и практической значимости результатов исследования. выполнение, утверждение, публикация, структура и объем диссертации.

В первой главе диссертации под названием **«Практика подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту в зарубежных странах»** описывается состояние развития физического воспитания и спорта в мире, его положение в разных странах и отношение людей к физическому воспитанию и спорту, в частности. Проанализированы показатели населения разных стран относительно физической активности наиболее популярных видов физической активности. Также обсуждалась практика подготовки спортивных тренеров на мировом опыте, ее уникальность, положительные стороны, опыт развития национальных видов спорта, включенных в программу Олимпийских и Азиатских игр.

По опыту подготовки спортивных тренеров установлено, что в зарубежных странах используются разные подходы. Например, в Германии спортивных тренеров готовят в Немецком спортивном университете в Кёльне. В этом университете необходимым условием является глубокая специализация в области и доскональное освоение соответствующих предметов. По опыту Китая, Пекинский спортивный университет является главным учебным заведением страны, специализирующимся на подготовке кадров в области физического воспитания и спорта, разработке национальных программ, подготовке научно-педагогических кадров. В Нидерландах качество считается основным критерием подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту. В Нидерландах качество физического воспитания очень высокое: в университеты поступают в среднем 900-1200 кандидатов в год, из них в среднем 650 получают степень бакалавра. Также уникален опыт подготовки специалистов зарубежных стран, таких как Бразилия, Канада, Венгрия, Великобритания, ЮАР, США, Португалия, Испания, Финляндия и Австралия, и его положительные

стороны могут быть применены к системе подготовки специалистов по кураше в условиях Узбекистана необходимо внедрить.

Анализ развития национальных видов спорта и включение их в программу Олимпийских и Азиатских игр подтвердил, что они глубоко интегрированы с системой образования в области популяризации этих национальных видов спорта. В этой связи заслуживают внимания политика и системная работа, проводимая Южной Кореей, Индонезией, Китаем и Японией по развитию национальных видов спорта. В ходе анализа установлено, что внедрение этих видов спорта практически во все этапы системы образования имеет важное значение в стратегии развития видов спорта, включенных в программу Олимпийских и Азиатских игр, таких как таэквондо, дзюдо, пенчак силат.

Согласно зарубежному опыту, еще одним важным фактором развития национальных видов спорта является эффективное осуществление научной и исследовательской деятельности в этих видах спорта. Например, по дзюдо и таэквондо ведется глубокая научно-исследовательская работа, особое значение придается всестороннему научному изучению этих видов спорта. В результате анализа установлено, что в ряде университетов Японии и Южной Кореи ведется подготовка научно-педагогических кадров в области дзюдо и таэквондо, а также проводятся профильные научные исследования.

Практика подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту, анализ зарубежного опыта развития национальных видов спорта являются одними из основных факторов в процессе передачи специальных знаний, образовательной и научно-исследовательской деятельности.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **«Научно-методические вопросы подготовки специалистов в единоборства»**, рассматриваются научно-методические вопросы подготовки специалистов по единоборства, международный опыт, различные подходы и методики, используемые в современном спорте, состояние спорта, управление системой подготовки спортсменов на практике, опыт управления системой подготовки спортсменов в зарубежных странах и их положительные стороны, где описана роль специалистов. Также в этой главе подробно описаны необходимость, причины и некоторые недостатки совершенствования системы подготовки специалистов по кураше.

По диссертационной работе выполнен ряд исследований и научно-методических работ. В частности, работы А. Атоева, О. Иброхимова, Н. Азизова, О. Тоймуродова, К. Юсупова, Ж. Тошпулатова, Ф. Керимова связаны с проблемой эффективной организации подготовки и обучения кураш молодежи. С точки зрения философии и истории кураша и ее социально-педагогического значения Ж. Туленов, А. Аскарлов, М. Муродов, И. Джабборов, Т. Джавлиев, У. Карабоев, Т. Одилов, Т. Обидов, У. Исследования проводили У.Карабоев, Х. Бобобеков, Х. Рафиев, Ф. Ахмедов, А. Абдулахатов и другие многие. Большинство проведенных научных работ посвящено истории кураша (53%), философии и социально-педагогическому значению кураша (29,12%). Однако диссертационные исследования по

совершенствованию системы подготовки специалистов по кураше не проводились.

В рамках диссертационной работы изучены мнения зарубежных и отечественных специалистов по кураше о современных научно-методических тенденциях в кураше. По содержанию анкеты экспертам было предложено определить наиболее важные направления исследований по уцрашу. Результаты опроса 74 зарубежных специалистов по курашу подтвердили необходимость исследования отдельных направлений борьбы в современных условиях развития борьбы. В частности, 78% участников отметили, что важно усовершенствовать классификацию приемы. В качестве второстепенного направления (56%) говорилось о необходимости разработки каталога терминов, описывающих технику кураша. Важность совершенствования знаний по вопросам тренерской и судейской деятельности определена как направление третьего уровня (14%).

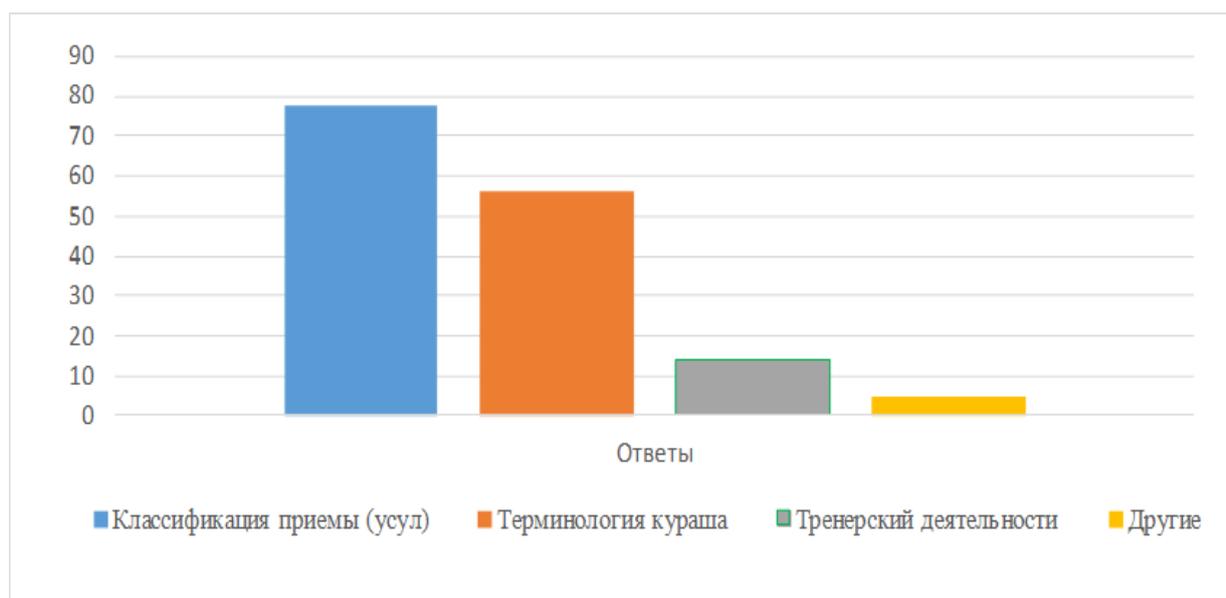


Рисунок 1. Результаты опроса международных экспертов (n=74)

Обобщение информации научной литературы и изучение мнений специалистов показали, что на современном уровне развития кураша важно совершенствовать систему подготовки специалистов.

В третьей главе диссертации «Состояние подготовки специалистов в современных условиях развития кураша» представлена практика организации подготовки в современном состоянии развития кураша, сравнительный анализ программ подготовки, показатели соревновательной деятельности спортсменов, изучены курашисты разной квалификации и пола, а также профессия специалистов по кураше.

При сравнении соотношения физических нагрузок во время спортивной тренировки установлено, что основная «работа» выполняется во 2-3 и 5 зонах интенсивности по сравнению с общим временем тренировки. На анализируемые упражнения в среднем затрачивалось 104 ± 12 минут, при этом упражнения, выполняемые во 2-й зоне интенсивности, составляли 34 ± 2 минуты (33%), а упражнения, выполняемые в 3-й зоне интенсивности, - 19 ± 3

минуты (18%). Упражнения, выполняемые в зоне максимальной интенсивности, составляли 15% от общего времени занятий. Соотношение упражнений, выполняемых в 1-й и 4-й зонах интенсивности, составляло 10 ± 2 (9,6%) и 12 ± 3 (11,5%) минут, соответственно.

В учебных программах подготовки специалистов по кураше по-разному закрепляются специальные термины, названия приемов и т. д. При анализе учебных программ 8 высших учебных заведений и 1 института повышения квалификации Узбекистана установлено, что понятия, специфичные для кураше, не включены в единую систему в программах подготовки специалистов (Табл. 1).

Таблица 1

Наименование приемов кураша в Международной Ассоциации Кураша (МАК) и действующих учебных программ

Классификация МАК	Применение в образовательных программах
Енг-ёка	Через плечо, удерживая руку и воротник
Тескари елка	Схватив за воротник
Ичкаридан оёк билан	Подъем одной ноги изнутри ног противника
Энгашиб елка	Через плечо, полусидя на коленях
Елка-олдидан чалиш	Сбить с ног с помощью ног, удерживая рукав и воротник
Оркадан чалиш	Отбросить назад
Ички илдирма	Падение назад со свисающей ступней с внутренней стороны ног
Orqadan chalish	Висит на задней части пятки
Илдирма	Бросок противника за ногу
Кушша-болдир	Подъем руки выше талии с помощью ног

*МАК – Международная Ассоциация Кураш

Названия терминов и приемов кураша в разных учебных программах указываются по-разному, что в свою очередь приводит к расщеплению знаний о кураше среди будущих специалистов. На основе анализа учебных программ установлено, что существует взаимное несоответствие между классификацией приемов, утвержденной Международной Ассоциацией Кураша, и содержанием учебных программ.

Содержание преподаваемых предметов и их интеграция в специальность имеют важное значение в подготовке специалистов. В ходе исследования сравнивались учебные программы бакалавриата Узбекского государственного университета физической культуры и спорта по подготовке специалистов по кураше и Корейского национального спортивного университета по подготовке специалистов по таэквондо (табл. 2).

Таблица 2

Сравнительный анализ национальных программ спортивной подготовки на уровне бакалавриата Национального спортивного университета Кореи и Узбекский Государственный университет физического воспитания и спорта (таэквондо-кураш)

Национального спортивного университета Кореи	Узбекский Государственный университет физического воспитания и спорта
Преподавание таэквондо в учебных заведениях	-
Современная история таэквондо	-
Философия таэквондо	Философия
Методы тренировок по таэквондо	Теория и методика кураша
Пумсеи в таэквондо	-
Методика обучения таэквондо	-
Биомеханический анализ техники таэквондо	Спортивная биомеханика
Анатомический анализ техники таэквондо	-
Таэквондо и спортивная дипломатия	-
Анализ питания в таэквондо	-
Судейство в таэквондо	-
Психологический анализ в таэквондо	-
Руководство соревнованиями по таэквондо	-
Занятия и выставки таэквондо	-
Семинары по вопросам таэквондо	-
Управление таэквондо	-
Организация мероприятий по таэквондо	Организация спортивных мероприятий
Сравнительный анализ боевых искусств	-
Методы исследования в науке таэквондо	-
Статистика в исследованиях таэквондо	-

Блок предметов, преподаваемых будущим специалистам по таэквондо, содержание которых ориентировано на выбранную специальность на самом высоком уровне. При этом все предметы, их названия, содержание и знания, передаваемые будущему специалисту при преподавании предмета, были непосредственно интегрированы с выбранным видом спорта. В плане подготовки специалистов в области кураше можно увидеть набор знаний, достаточно широкий и несколько далекий от специальности. Например, философия, биомеханика спорта и другие подобные предметы. По результатам сравнительного анализа следует сделать вывод о необходимости совершенствования системы подготовки специалистов по кураше путем оптимизации процесса преподавания отдельных предметов.

Примечательно, что высокая доля предметов, ориентированных на выбранную специальность, установлена и в других высших учебных заведениях мира. В частности, предметная специализация составляет 90% в Университете Путра в Малайзии (Малайзия), 100% в Пекинском спортивном университете (Китай), 90% в Венгерском спортивном университете (Венгрия), 90% в Университете Корунья (Испания) и 90%, Университет Жанейро (Бразилия) – 100%. Для сравнения, в Узбекско-Финляндском педагогическом институте установлено, что только 25% предметов, предназначенных для студентов специальности кураше, являются специализированными в данной области.

Из приведенных статистических данных можно сделать вывод, что одним из основных условий подготовки специалистов по определенному виду спорта является соответствие образовательных программ и планов, содержания образования, качество преподавания. Соответственно, важно реализовать такой подход к подготовке специалистов по кураше.

В четвертой главе диссертации, озаглавленной **«Применение зарубежного опыта в системе подготовки специалистов по кураше»**, представлен опыт развития видов единоборств, включенных в программу Олимпийских и Азиатских игр (таэквондо, пенчак силат, дзюдо) и подготовке специалистов по этим видам спорта объясняется внедрение практики в систему подготовки специалистов по кураше.

В ходе исследования было разработано техническое описание существующих приемов кураша с учетом уникальности и различий разных групп. Существующие приемы кураша считаются принадлежащими к определенным группам по их общности и владению определенной технической базой. В ходе исследований было уточнено общее техническое описание, характерное для приемов, относящихся к этой группе. Известно, что существующие приемы кураша разделены на 7 групп. Технические характеристики, специфичные для этих групп, перечислены в таблице 3.

Следует отметить, что наименование приемов кураша и их классификация были официально утверждены Международная Ассоциация Кураша в 2019 году. С тех пор эта классификация практически не применялась.

Таблица 3

Техническое описание приемы, доступных в кураше конкретными группами

Группы	Приемы	Направление броски	Вокруг вертикальной или горизонтальной оси
«Ёнбош»	4	Вперед и вбок	Вертикальной
«Елка»	10	Больше вперде	Вертикальной
«Юклама»	8	Вперед и вбок	Горизонтальный

«Чил»	7	Сзади	Горизонтальный
«Супурма»	6	Вперед, Вбок, Сзади	Горизонтальный
«Бардор»	7	Вперед	Горизонтальный
«Кушша»	13	Вперед	Горизонтальный

Как подтверждают результаты опроса отечественных и зарубежных специалистов по кураше, существует необходимость совершенствования классификации технических приемов. Соответственно, в ходе исследования классификация этих приемов была переработана за счет использования более выраженных и более специфичных для приемов названий. В таблице 4 ниже представлена информация по совершенствованию приемов кураша.

При классификации приемов определялось выполнение следующих требований:

1) Приемы должны иметь общие свойства. При этом броски, относящиеся к определенной группе, должны быть связаны с общими правилами, техническими показателями, особенностями выполнения приемы.

2) Название приемов должно быть на максимально приемлемом уровне для использования зарубежными и местными специалистами.

3) Название приемов должно отражать техническое действие.

В этой классификации всего 3 для группы «Ёнбош», 3 для группы «Бардор», 2 для группы «Чил», 4 для группы «Супурма», 2 для группы «Юклама», 2 для группы Группа «Елка», для группа «Кушша» усовершенствовано 4 приемы, всего 20 приемы. Эти усовершенствованные приемы были рекомендованы к практическому использованию.

Каталог терминов по основам приемов кураша служит для краткого и быстрого объяснения динамических ситуаций во время тренировок и соревнований, а также для понимания понятий технике кураша в одном смысле.

Таблица 4

Предложения по улучшению приемов по курашу

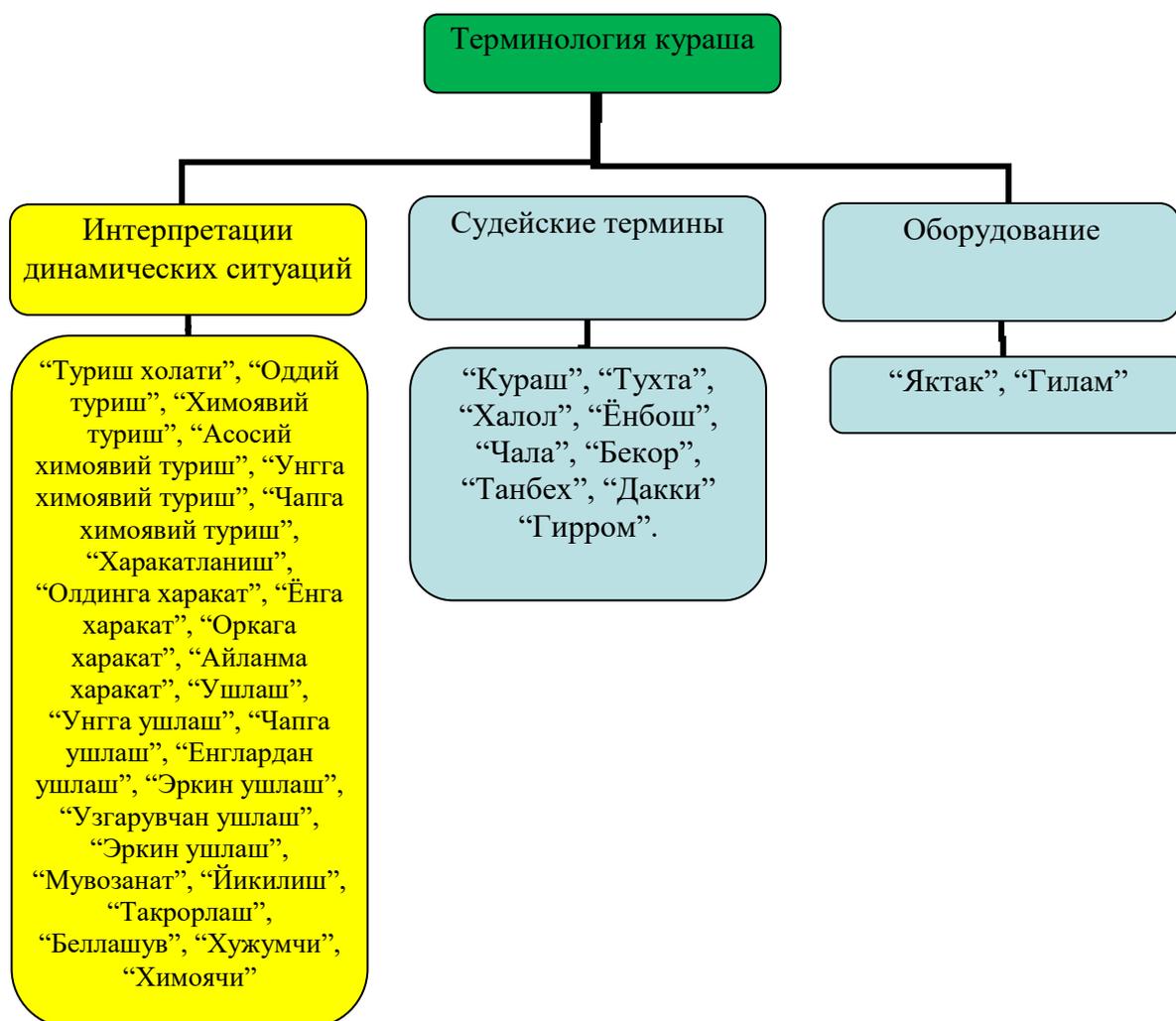
Классификация МАК	Рекомендуемая классификация
Группа “Ёнбош”	
Бир кулдан	Ёнбош кулдан
Оёкни киргазиб ташлаш	Ёнбош ичкаридан
Ёнбош кулдан	Ёнбош белдан
Всего	3
Группа “Бардор”	
Айик кучок	Кучоклаб отиш
Буйиндан ошириб ташлаш	Буйиндан ошириш

Кукракдан ёнга ошириш	Кукракдан ошириш
Всего	3
Группа “Чил”	
Карши усул ички чил	Карши чил
Карши усул илдирма	Карши илдирма
Всего	2
Группа “Супурма”	
Жуфт	Жуфт супурма
Олдиндан чалиш	Олдиндан супурма
Оркадан чалиш	Оркадан супурма
Ёнга чалиш	Ёндан супурма
Всего	4
Группа “Юклама”	
Бел ошириш	Белдан ошириш
Карши усул юклама	Карши юклама
Всего	2
Группа “Елка”	
Карши усул елка	Карши елка
Елка бурама	Енгдан елка
Всего	2
Группа “Кушша”	
Бир ёкадан оёк билан илдириб	Ёка-кушша
Илдириб	Елка-кушша
Ичкарига оёк билан	Ички кушша
Карши усул хатлаб	Карши хатлаб
Всего	4

Как мы уже упоминали выше, опрос, проведенный зарубежными и отечественными специалистами по кураше, выявил недостаточность данных терминов для использования в кураше и необходимость расширения списка этих терминов. Соответственно, проводились эксперименты по расширению перечня терминов, отражающих содержание приемов, направленных на повышение эффективности тренировок.

При этом определенные технические действия называются по ситуации, в которой они выполняются, и значению этой ситуации. Предлагаемый каталог терминов направлен на предоставление краткого пояснения технических элементов и действий, позволяющего пользователям быстро разобраться в нем. Было высказано научное предположение, что оно позволяет кратко и ясно понять полное техническое движение и служит для

эффективной организации тренировок. На следующей диаграмме представлена информация о предлагаемых терминах.



Рисунка 1. Каталог термины по курашу

Как указано в задании исследования, в целях применения передовых аспектов программ подготовки специалистов программ Олимпийских и Азиатских игр в процессе подготовки специалистов по кураше, были внесены соответствующие усовершенствования в содержание программы специализированной подготовки. При этом модуль «Теория и методика кураша», который преподается на курсе подготовки тренеров по кураше, без изменения отведенного на него часа, внесены улучшения в существующие темы в программе.

В эту программу была включена информация, важная для использования на практике, по актуальным темам, чтобы обеспечить тренеров по борьбе самыми необходимыми знаниями в этой области. Рекомендуемая программа подготовки тренеров по борьбе описана в Таблице 5.

Таблица 5

Модуль «Теория и методика кураша»

№	Темы	Содержание	Часы
Теоретический занятие			
1	Философия кураша. Развитие кураш как вида спорта и ее интеграция в международную спортивную классификацию.	Философия кураша, ее роль в воспитании личности как вида спорта. Всеобщее признание кураша, организация и развитие Международной Ассоциация Кураш (МАК).	4
2	Сравнительный анализ кураш и других единоборств.	Сравнительный анализ кураш и других единоборств, их уникальность. Анализ конкретных аспектов кураш как вида спорта.	4
3	Основы техника кураша, терминология и классификация броски	Приемы кураша, классификация технических приемов, терминология.	4
4	Стратегия популяризации и развития кураша	Перспективы включения кураша в программу Олимпийских игр в будущем. Вопросы включения борьбы в программу международных спортивных соревнований.	4
5	Система тренировок разного возраста и пола в кураше	Особенности организации занятий курашем с детьми, молодежью и подростками, а также с женщинами.	4
6	Роль тренеров в занятиях по курашу.	Модель тренера по курашу. Роль тренеров по курашу. Первая помощь, развитие и образование.	4
Всего часов			24

Согласно заданию исследования была разработана образовательная платформа «Learn Kurash», призванная повысить возможности самостоятельного обучения специалистов по курашу, расширить знания о кураше.

Пользователь входит на платформу по соответствующей ссылке и знакомится с предварительными разъяснениями по ее использованию. В этом разделе содержатся инструкции по использованию платформы. После этого пользователь переходит к следующей второй части платформы.

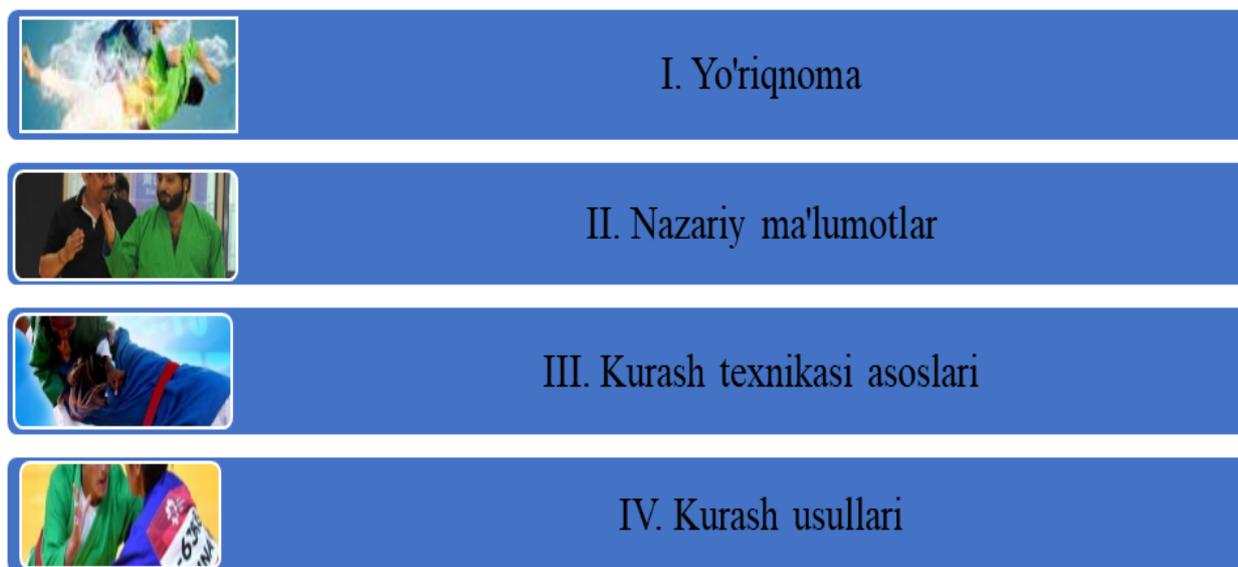
Вторая часть образовательной платформы называется «Теоретическая информация», в этом разделе размещены основные сведения о кураше, в том числе история кураша, развитие кураша, а также материалы, отражающие социально-педагогическую значимость кураша и показывающие ее воспитательное значение. Эта часть образовательной платформы знакомит с базовыми знаниями и информацией о кураше.

Третья часть учебной платформы называется «Основы техники кураша». В этом разделе описываются концепции, составляющие основу методики. В частности, даны основные технические движения, такие как «Туриш», «Харакатланиш», «Ушлаш», «Мувозанат», «Йикилиш», «Такрорлаш»,

«Беллашув» и их графическое пояснение. В этом разделе также представлены переводы специальных терминов на узбекский, английский, французский и арабский языки.

Последняя и четвёртая часть тренировочной платформы называется «Технике кураша». В эту часть входят названия приемов кураша, методические указания по их осуществлению и описательные материалы. Общее описание платформы показано на рисунке ниже.

Учебная платформа «Learn Kurash», разработанная в ходе исследования, изображена на рисунке 2 ниже.



Рисунка 2. Учебная платформа “Learn Kurash”

Информация, доступная на учебной платформе, разработана с учетом соответствующих норм, установленных Международная Ассоциация Кураша, существующей научно-методической литературы и исследовательских работ.

Интеграция зарубежного опыта в систему подготовки специалистов по кураше, опыт развития видов спорта, включенных в программу Олимпийских и Азиатских игр, использование передовых методов подготовки специалистов отличаются своей эффективностью и результативностью. Согласно изложенным мнениям, приоритет отдается организации системы подготовки специалистов по курашу на основе нового подхода. Это предполагает достижение следующих результатов:

1. В результате внедрения передовых подходов повысится качество обучения кураша. В результате будут усовершенствованы дидактические основы системы подготовки специалистов.

2. Расширятся возможности знаний, умений и квалификации, профессиональной подготовки и творческих идей специалистов по кураше. В результате предлагаются новые перспективы развития кураш и новые решения проблем ее популяризации.

3. Будет усилена интеграция местных и международных связей по вопросам подготовки специалистов по курашу, усовершенствована стратегия

развития кураша и включения этого вида спорта в программу Олимпийских игр в будущем. В результате повысится международный престиж кураша и укрепится ее место на мировой арене.



Рисунок 3. Модель совершенствования системы подготовки специалистов по курашу

В целях совершенствования системы подготовки специалистов по курашу будет налажено сотрудничество между высшими учебными заведениями, специализирующимися на подготовке специалистов по курашу в нашей республике, с Международной Ассоциацией Кураша и ее организациями (Международным Институтом Кураша, национальными федерациями). Также подготовка специалистов по курашу осуществляется на основе совместных образовательных программ. Он охватывает этапы обучения бакалавриата, магистратуры и докторантуры. На втором этапе в сотрудничестве организуются научные исследования, совместные семинары, курсы повышения квалификации и т.д.

В пятой главе диссертации под названием «**Эффективность совершенствования системы подготовки специалистов по курашу на основе зарубежного опыта**» описано практическое применение результатов

исследования, проведенного в ходе эксперимента, его эффективность и статистические показатели полученных результатов.

Экспериментальная работа с будущими специалистами по курашу показала, что описание технических характеристик существующих приемов кураша для разных групп положительно влияет на качество и эффективность изучения кураша.

В процессе привития знаний будущим специалистам по кураше давалась информация по техническому описанию группы технической приемов. Программно по актуальности приемов кураша разъяснялись отдельные документы в последовательности, исходя из актуальности урока, конкретного качества и сложности, проводилось дополнительное обучение.

Проведенные эксперименты подтвердили, что выделение разработанной группы приемов метания, разъяснение студентам их особенностей и применение в тренировочном процессе привело к совершенствованию практических навыков будущих специалистов. Полученные данные по результатам эксперимента представлены в таблице 6 ниже.

По результатам оценки знаний о группе приемов (ушу) средний уровень усвоения на начало эксперимента по “Описанию группы приемов по классификации МАК” составил 61 балл. После эксперимента результаты будущих специалистов по кураше по этому показателю в среднем равнялись 86 баллам. Между результатами, полученными до и после эксперимента, наблюдалась достоверная статистическая разница ($t=2,69$, $p \leq 0,01$).

Наблюдался положительный прирост между результатами до и после эксперимента по задаче “Описания группы “Супурма”. В частности, средний балл испытуемых до эксперимента составлял 59 баллов, а после эксперимента средний результат равнялся 83 баллам. По уровню достоверности зафиксирован положительный показатель ($t=2,18$, $p \leq 0,05$).

Средняя оценка перед экспериментом по заданию “Описание этапов выполнения приемов (ушу) “Бардор” составила 63 балла. По окончании эксперимента средний уровень знаний будущих специалистов по кураше составил 81 балл, что было достоверно выше. Статистическая разница между результатами составила $t=2,14$, $p \leq 0,05$.

В группе “Кушша” также отмечены положительные изменения в задании “Описание биомеханических особенностей движения тела соперника (ракиб)”. В частности, будущие специалисты по кураше перед экспериментом зафиксировали в среднем 67 баллов, в результате последних тестов из эксперимента было установлено, что их средние показатели знаний достигли 81 баллов. Между результатами наблюдалась положительная статистическая достоверность ($t=2,19$, $p \leq 0,05$).

Таблица 6

Результаты оценки знаний технического описания приемов кураша до и после эксперимента в разных группах (n=94)

Процесс эксперимента	Результаты			Средний показатель (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
Описанию группы приемов по классификации МАК*						
До эксперимента	10	43	40	61±2,1	2,69	≤0,01
После эксперимента	16	46	32	86±3,4		
Описания группы “Супурма”						
До эксперимента	17	31	46	59±4,0	2,18	≤0,05
После эксперимента	23	40	31	83±3,1		
Описание этапов выполнения приемов (усул) “Бардор”						
До эксперимента	14	36	44	63±5,0	2,14	≤0,05
После эксперимента	20	42	32	81±3,2		
Описание движения тела соперника (ракиб) в группы “Кушша”						
До эксперимента	15	37	42	67±3,2	2,19	≤0,05
После эксперимента	22	43	29	81±4,1		

Проведенные эксперименты по классификации приемов кураша подтвердили, что усовершенствованная классификация технических приемов послужила повышению знаний и умений будущих специалистов. По результатам эксперимента подтверждено, что использование усовершенствованной классификации приемов в технико-тактической учебной части внеклассной подготовки положительно влияет на эффективное овладение техническими приемами будущими специалистами.

Знания и навыки приема «Ёнбош белбог» до эксперимента составили 68 баллов (отлично-12, хорошо-11, удовлетворительно-20). После проведенных экспериментов данный показатель оценивался в среднем в 76 баллов (отлично-18, хорошо-20, удовлетворительно-5). Анализ полученных результатов подтвердил достоверную положительную показатель между предэкспериментальными и послеэкспериментальными показателями (t-2,02, p<0,05).

По приема «Ички чил» средний результат в начале эксперимента был равен 79 баллам (отлично-9, хорошо-11, удовлетворительно-23), по последним тестам из эксперимента средний балл составил 79 балл (отлично-12, хорошо-21, удовлетворительно-10). Между полученными результатами наблюдались достоверные статистические достоверности ($t=2,18, p \leq 0,05$).

Таблица 7

Результаты оценки знаний и умений по классификации приемов кураша до и после эксперимента (n=94)

Процесс эксперимента	Результаты			Средний показатель (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
Прием “Ёнбош-белбог”						
До эксперимента	19	31	44	68±4,2	2,02	≤0,05
После эксперимента	23	41	30	76±3,4		
Прием “Ички чил”						
До эксперимента	11	36	47	63±1,7	2,18	≤0,05
После эксперимента	25	45	24	79±3,7		
Прием “Олдиндан супурма”						
До эксперимента	14	32	48	60±2,4	2,26	≤0,05
После эксперимента	22	42	30	81±2,9		
Прием “Карши кушша”						
До эксперимента	13	32	49	59±3,1	2,08	≤0,05
После эксперимента	27	41	26	83±3,6		

Предварительные результаты приема «Олдиндан супурма» составили в среднем 60 баллов. По итогам эксперимента средний балл составил 81. Между результатами в начале эксперимента и после эксперимента наблюдалась положительная статистическая разница ($t=2,26, p \leq 0,05$).

Результаты по прием «Карши кушша» до эксперимента составляли в среднем 59 баллов. По итогам эксперимента средний балл составил 83. Между результатами в начале эксперимента и в конце эксперимента наблюдалась положительная статистическая разница ($t=2,08, p \leq 0,05$). Проверки по классификации приемов кураша подтвердили, что результативность специалистов по курашу в этом направлении улучшилась (см. Табл. 7)

Будущим специалистам по курашу систематически преподавали каталог терминов, связанных с приемами кураша. При этом в ходе как теоретической, так и практической подготовки участникам были переданы знания об их содержании и практическом применении. В результате был достигнут положительный рост последних показателей будущих специалистов по курашу. Положительный эффект от такого подхода определялся эффективной организацией обучения (Табл. 8).

Исходные результаты задания “Описание основ техники кураша” составили в среднем 58 баллов. Соответственно итоговая средняя оценка опыта достигла 79 баллов. Уровень статистической достоверности был равен $t=2,16, p \leq 0,05$.

В начале эксперимента по “Описанию варианты захваты - “Ушлаш” средние результаты участников составили 62 балла. По окончании экспериментов средний балл составил 77. По этому показателю также отмечен положительный статистический прирост ($t=2,05, p \leq 0,05$).

Исходные результаты по “Описанию варианты падений – “Йикилиш” в среднем составляли 58 баллов, а после проведения эксперимента этот показатель достиг в среднем 82 баллов и между результатами была обнаружена положительная показател ($t=2,11, p \leq 0,05$).

Средний результат до эксперимента по “Описание повторению и схватка “Такрорлаш”, “Беллашув” составил 59 баллов. Проведенные тесты показали, что средний балл студентов после эксперимента достиг 79 баллов и наблюдался положительный статистический прирост ($t=2,17, p \leq 0,05$).

Каталог терминов, разработанный по основам техника кураша, подтвердил, что будущие специалисты по курашу зафиксировали положительный показатель в этом направлении.

Таблица 8

Результаты оценки знаний будущих специалистов по базовая техника курашу до и после эксперимента (n=94)

Процесс эксперимента	Результаты			Средний показатель (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
Описание основ техники кураша						
До эксперимента	13	39	42	58±7,1	2,16	≤0,05
После эксперимента	24	43	27	79±3,1		
Описанию варианты захваты - “Ушлаш”						
До эксперимента	11	38	45	62±4,5	2,05	≤0,05
После	15	49	30	77±3,3		

эксперимента						
Описанию варианты падений – “Йикилиш”						
До эксперимента	15	30	49	58±2,7	2,11	≤0,05
После эксперимента	28	45	21	82±2,1		
Описание повторению и схватка (“такрорлаш”, “беллашув”)						
До эксперимента	14	33	47	59±3,5	2,17	≤0,05
После эксперимента	22	48	24	79±2,8		

На основе международного опыта программа подготовки специалистов по курашу интегрирована в содержание конкретного учебного модуля для специалистов системы подготовки. Содержание учебной программы «Теория и методика кураш», предназначенной для тренеров, было обогащено предложенными нами темами. Разработанные соответствующие рекомендации были включены в содержание программы обучения. При этом темы считались наиболее важными в преподавании курашу и максимально ориентированы на специализацию, а соответствующая информация преподавалась специалистам (Табл. 9).

Таблица 9

Типовая программа повышения квалификации профессиональных по курашу и входящие в нее предложения

Традиционная учебная программа (Теория и методика кураш)	Включенные предложения
Особенности теории и методики кураша, специальные термины	Философия кураша. Развитие кураш как вида спорта и ее интеграция в международную спортивную классификацию.
Методы и способы развития физических качеств спортсменов.	Сравнительный анализ кураш и других единоборств
Совершенствование технико-тактической подготовки	Основы техника кураша, терминология и классификация броски
Технология контроля уровня развития физической, технической и тактической подготовки спортсменов	Стратегия популяризации и развития кураша

Нагрузка во время тренировки и ее влияние на организм спортсменов.	Система тренировок разного возраста и пола в кураше
Контроль и управление соревновательной деятельностью спортсменов	Роль тренеров в занятиях по курашу

Эффективность образовательной платформы «Learn Kurash», направленной на расширение возможностей самостоятельного обучения специалистов по курашу, описана в таблице 9.

Средний балл участников по «Освоению знаний основ техники кураша» составляет 59 баллов, а последние результаты эксперимента – в среднем 74 балла. Между результатами отмечена достоверная статистическая разница ($t=2,10$, $p \leq 0,05$).

В начале эксперимента показатели «Овладения знаниями о группе приемов кураше» равнялись в среднем 72 баллам. После эксперимента этот показатель составил в среднем 86 баллов. Уровень статистической достоверности был равен $t=2,21$, $p \leq 0,05$.

Результаты перед экспериментом «Изучения классификации приемов кураша» составили в среднем 68 баллов. По итогам эксперимента результаты показатели составили 81 балл. В результатах имеется значительная статистическая разница ($t=2,18$, $p \leq 0,05$). Доказана эффективность разработанной учебной программы и платформы, а результаты подтверждены экспериментами.

Таблица 10

Результаты до и послеэкспериментальной оценки эффективности учебной платформы и учебной программы (n=60)

Процесс эксперимента	Результаты			Средний показатель (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
«Освоению знаний основ техники кураша»						
До эксперимента	8	18	34	59±5,1	2,10	≤0,05
После эксперимента	14	29	17	74±2,4		
«Овладения знаниями о группе приемов кураше»						
До эксперимента	11	31	18	72±3,5	2,21	≤0,05
После эксперимента	22	22	18	86±2,8		
«Изучения классификации приемов кураша»						
До эксперимента	10	18	32	68±4,3	2,18	≤0,05
После эксперимента	13	33	14	81±2,7		

Разработка обучающей платформы “learn Kurash” для дальнейшего расширения возможностей самообразования специалистов (см. Табл. 9).

Научно доказано, что использованная в ходе эксперимента методика и разработанные подходы положительно повлияли на процесс подготовки специалистов по курашу. Проведенные эксперименты и исследования подтвердили эффективность предложенного подхода в изменении навыков и квалификации специалистов по курашу в положительную сторону.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам анализа научно-методической литературы, проведения педагогических наблюдений, анкетирования и проведения тестов в рамках диссертационного исследования были сделаны следующие выводы:

1. Роль специалистов в популяризации кураша, а также в повышении его международного авторитета, имеет первостепенное значение. В связи с этим от специалистов по курашу требуется высокий уровень подготовки. В ходе исследования было подтверждено, что именно специалисты играют ключевую роль в развитии данного вида спорта, в изучении его научно-методологических основ, а также в процессе включения кураша в программу Олимпийских игр.

2. Анализ зарубежного опыта в области изучения литературы по курашу, подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта подтвердил высокую необходимость и актуальность опоры на международный опыт при подготовке специалистов по курашу. Использование опыта видов спорта, включённых в программы Олимпийских и Азиатских игр, считается важным направлением в системе подготовки специалистов по курашу.

3. Анализ зарубежного опыта показал, что в процессе подготовки специалистов учебные программы и образовательный процесс в наибольшей степени ориентированы на определённую специализацию и направлены на овладение необходимыми знаниями, навыками и компетенциями по данной специальности.

4. Опыт развития видов спорта, включённых в программы Олимпийских и Азиатских игр, показал, что одним из ключевых факторов является их глубокая интеграция в систему образования. В связи с этим необходимо широкое внедрение кураша в образовательную систему, в частности - в систему высшего образования, а также разработка углублённых и передовых учебных программ.

5. Расширение масштабов научных исследований по курашу, проведение научных изысканий на основе отечественных и зарубежных грантов, глубокое изучение научных основ данного вида спорта имеют важное значение для его развития. Кроме того, необходимо укреплять сотрудничество между высшими учебными заведениями, специализирующимися на подготовке специалистов по курашу, и

Международным институтом кураша, а также разрабатывать совместные программы подготовки кадров и планы обучения специалистов.

6. Классификация приёмов кураша по определённым группам и их внедрение в процесс внеурочных учебно-тренировочных занятий будущих специалистов способствовали улучшению их знаний и навыков по специальности. По результатам эксперимента показатели технической классификации приёмов кураша по группам у будущих специалистов повысились до 82,7 балла.

7. Усовершенствованная классификация приёмов кураша повысила эффективность освоения техники будущими специалистами по курашу. Внедрение усовершенствованного варианта классификации приёмов в процессе внеурочных учебно-тренировочных занятий позволило более эффективно выполнять технические действия, а средний уровень освоения техники у будущих специалистов повысился до 79,7 балла.

8. Каталог терминов, отражающих содержание техники кураша и эффективную организацию тренировочного процесса, был внедрён в процесс внеурочных учебно-тренировочных занятий с будущими специалистами. В результате проведённых экспериментов эффективность организации занятий с будущими специалистами по курашу, а также уровень их знаний об основах техники кураша повысился до 79,2 балла.

9. С учётом зарубежного опыта и особенностей специализации были внесены соответствующие предложения в содержание учебной программы, предназначенной для подготовки специалистов по курашу. Предложенные темы и рекомендации были разработаны с учётом специфики специализации по курашу и внедрены в содержание программы. Внедрённая программа положительно повлияла на повышение уровня профессиональной подготовки тренеров по курашу.

10. Целесообразное использование образовательной платформы «LEARN KURASH» способствует повышению знаний специалистов по курашу. В ходе исследования было установлено, что использование данной платформы положительно влияет на расширение возможностей специалистов для самостоятельного освоения знаний.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В процессе подготовки и повышения квалификации специалистов по курашу, организации тренировок и соревнований необходимо глубоко прививать истинную сущность кураша, ее исторические, философские, социально-педагогические и гуманитарные идеи. В результате отношение специалистов к курашу изменится.

2. В образовательных учреждениях, специализирующихся на подготовке высококвалифицированных специалистов по курашу, включить в содержание учебных программ, предназначенных для обучения кураше будущих специалистов, наименования специальных терминов и приемов, характерных для кураша, использовать их в полной мере в процессе обучения. Это одно из

важнейших и первостепенных условий дальнейшего развития кураша в будущем.

3. Необходимо пересмотреть образовательные программы, используемые при подготовке специалистов по курашу, повысить квалификацию тренеров путем включения в содержание этих программ наименований терминов и приемов кураша. Полученные знания будут использованы в дальнейших процессах обучения будущих специалистов будут осуществляться эффективно.

4. В процессе подготовки курашистов, в частности, при организации тренировок и международных сборов, следует использовать официально утвержденные названия терминов и приемов бросков по классификации МАК. В результате получить знания по курашу у иностранных специалистов можно быстрее и проще.

5. Повысить эффективность научных исследований по курашу в нашей республике, привлечь к сотрудничеству в этом направлении ученых зарубежных вузов и научно-исследовательских институтов, провести специальные конкурсы для иностранных граждан для обучения в бакалавриате, магистратуре и докторантуре в высших учебных заведениях специализируется на подготовке специалистов по курашу. Рекомендуется широко заниматься набором, обучением и исследованиями в области кураша.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
DSc.03/30.12.2019.Ped. 28.01 in UZBEK STATE UNIVERSITY
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

**SAMARKAND STATE UNIVERSITY NAMED AFTER SHAROF
RASHIDOV**

AHMEDOV FARRUH SHAVKATOVICH

**IMPROVING THE SYSTEM OF TRAINING SPECIALISTS IN KURASH
ON THE BASIS OF FOREIGN EXPERIENCE**

**13.00.01 Pedagogical theory. History of pedagogical teaching
13.00.04 – Theory and methodology of physical education, sports training, recreational and
adaptive physical culture**

**DISSERTATION ABSTRACT
of the doctor of pedagogical sciences (DSc)**

Chirchik – 2025

The theme of the doctoral (DSc) dissertation is registered by the Supreme Attestation Commission with № B2023.3.DSc/Ped616.

The dissertation has been prepared at the Samarkand State University named after Sharof Rashidov.

The dissertation abstract in three languages (Uzbek and Russian, English (summary) is available on the webpage at (www.uzdtsu.uz) and at the information-educational portal “ZiyoNet” at (www.ziynet.uz).

Scientific advisers:	Shopulatov Abdimalik Nurillayevich doctor of pedagogical sciences (DSc), associate professor
	Dadabaev Odiljon Jaloliddinovich doctor of pedagogical sciences (DSc), professor
Official opponents:	Raximov Vladimir Shavkatovich doctor of pedagogical sciences (DSc), professor
	Ishtayev Javlon Mavlonboyevich doctor of pedagogical sciences (DSc), associate professor
	Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna doctor of pedagogical sciences (DSc), professor
Leading organization:	Urganch State University

The defense of the dissertation will be held on “___” _____ 2025 at _____ o'clock at the meeting of Council DSc.3/30.12.2019.Ped.28.01 under The Uzbek State University of Physical Education and Sport. (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Sportchilar street 19, the 2th floor at the administrative building «B» of Uzbek State University of Physical education and sport. Tel.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, Fax. :(0-370) 717-17-76, e-mail: info@uzdjtsu.uz).

The dissertation has been registered in the Information Resource Centre of the Uzbek State University of Physical Education and Sport under №210926 (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Metallurglar street 15, the 3th floor at the administrative building of Uzbek State University of Physical education and sport. Tel.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, Fax. :(0-370) 717-17-76)

Abstract of the dissertation sent out on «___» _____ 2025 y.
(Registry record №___ on «___» _____ 2025 y.)

R.M.Matkarimov
Deputy chairman of the scientific council
awarding scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), professor

Sh.Gaziyev
Scientific secretary of the scientific council
for awarding of academic degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), docent

M.S.Olimov
Chairman of the academic seminar under the
scientific council awarding of scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), professor

INTRODUCTION (abstract of the DSc dissertation)

The aim of the research is to create of proposals and recommendations on improving the system of training kurash specialists based on foreign experiences.

Tasks of the research:

development of their scientific descriptions, taking into account the specific features of kurash throwing;

developing a catalog of special terms describing the basics of kurash techniques;

based on the need to develop the kurash sport, improving the classification of throwing methods, taking into account the international needs;

to increase the professional training of specialists and to create an educational platform with the possibility of independent assimilation of theoretical and practical knowledge of kurash.

The object of the research is the process of a continuous system of training of kurash specialists.

Scientific novelty of the research is as follows:

the technical description of kurash techniques in specific groups, developed based on the compatibility of existing throws in terms of execution, technical-tactical indicators, and their application in training and competition activities, has been integrated into the content of training programs in the system of specialist preparation in accordance with the modern trends of kurash development;

based on the evolution of the development of national sports included in the programs of the Olympic and Asian Games, the approach of applying them in the educational process, the strategy for training personnel, enhancing targeted local and international collaboration opportunities, and systematizing performance-oriented aspects, a model for integrating these into the system of specialist training has been developed;

based on the visual representation of kurash-specific intensive-dynamic situations, technical-tactical conditions, as well as training and competition activities, a classification of throwing techniques has been developed;

through ensuring the correlation of international standards, practical experiences, educational programs, and the necessary professional competencies specific to the specialty, a tailored educational program [Key Competency] has been developed to enhance the development of knowledge, skills, and competencies in the field of kurash specialist training and as a result, the system for training kurash specialists has been improved;

based on the principle of self-directed learning, the content of the “Learn Kurash” educational platform has been developed to include a technical description of kurash techniques across different groups, their application, and a catalog of terms describing the fundamentals of kurash technique, presented in both visual and textual forms.

The implementation of the research results. Based on the results obtained during pedagogical experiments on improving the training system of wrestling specialists based on foreign experiences:

the recommendations developed in connection with the application of existing throws in kurash to the educational process, based on the scientific description of different groups, were introduced into the training process of future kurash specialists (Tashkent State Pedagogical University named after Nizomiy, dated November 20, 2023, 02-07-0500/04). As a result, it was achieved that the knowledge of future kurash specialists on the groups of kurash throws increased from 62.5 points to 82.7 points on average.

based on the evolution of the development of national sports included in the programs of the Olympic and Asian Games and the approach of applying them in the educational process, the proposals and recommendations developed have been integrated into the system of training kurash specialists (according to the certificate No. 02-07-0500/04 issued by the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami on November 20, 2023). As a result, the professional preparation level of wrestling specialists has improved by 21%;

proposals and recommendations based on the classification of technical methods developed through the visual representation of kurash-specific intensive-dynamic situations, technical-tactical conditions, and training and competition activities have been integrated into the system of specialist training (according to the certificate No. 115/08-24 issued by the International Kurash Institute on August 28, 2024). As a result, the practical skills of future kurash specialists related to the fundamentals of kurash technique have increased from 59.2 points to 79.2 points;

a tailored educational program for training kurash specialists has been developed by ensuring the correlation of international standards, practical experiences, educational programs, and the necessary professional competencies specific to the specialty (according to the certificate No. 02-07-0500/04 issued by the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami on November 20, 2023). As a result, the system for training kurash specialists has been improved;

based on the principle of self-directed learning, the content of the «Learn Kurash» educational platform has been developed to include the technical description of existing kurash techniques across various groups, their application, and a catalog of terms describing the fundamentals of wrestling technique, presented in both visual and textual forms. Proposals and recommendations regarding the use of these resources have been integrated into the process of enhancing the qualifications of wrestling specialists (according to the certificate No. 02-07-0500/04 issued by the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami on November 20, 2023). As a result, the opportunity for kurash coaches to acquire independent knowledge has been expanded.

Publication of the research results. On the topic of the thesis, a total of 30 scientific and methodological works were published, including 1 monograph, 12 articles in scientific journals recommended for publication of the main scientific results of doctoral dissertations by the Supreme Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan, one of which were published in foreign periodicals.

The structure and volume of the dissertation. The dissertation work is presented on 282 pages of computer text and consists of an introduction, 5

chapters, 29 figures, 18 tables, conclusions and practical recommendations, a list of references and applications.

E‘LON QILINGAN ISHLAR RO‘YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I bo‘lim (I часть; I part)

1. Axmedov F. Kurash mutaxassislarini xorijiy tajribalar asosida tayyorlash. Monografiya. - Samarqand, SamDU nashriyoti., 2023 yil - 172 b.
2. Axmedov F. Подготовки специалистов по курашу на основе международного опыта // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта». №6 (220) – 2023 г. С.- 24-28. [13.00.00. №15]
3. Axmedov F. Xalqaro va milliy darajadagi kurashchilar musobaqaoldi psixologik holati tahlili // Ilmiy Axborotnoma. 6(136), Samarqand-2022. B.94-98. [13.00.00. №7]
4. Axmedov F. Kurashga doir ilmiy-uslubiy ishlar tahlili // Muallim hem uzluksiz bilimlendiri. Nukus-2023, 3 son. B. 413-118. [13.00.00. №20]
5. Axmedov F. Xalqaro tajribalar asosida kurash mutaxassislarini tayyorlash tajribasi // Sportda ilmiy-tadqiqotlar. Ilmiy nazariy jurnal. Toshkent-2023/2. B. 33-35. [OAK Rayosatining 2022 yil 15 dekabrda 328-son qarori]
6. Axmedov F. Xalqaro tajribalar asosida kurashni rivojlantirish // Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari. № S/4 (3) – Toshkent-2023. B. 400-409. [OAK Rayosatining 2022 yil 30 noyabrda 327/5-son qarori]
7. Axmedov. Kurash usullari tasnifini takomillashtirish // “Таълим тизимида ижтимоий гуманитар фанлар”. Toshkent-2023/3-son. B. 114-117. [OAK Rayosatining 2019 yil 29 iyunda 266/8-son qarori]
8. Axmedov F. Jismoniy tarbiya va sportning global rivojlanish holati tahlili // Pedagogik mahorat. Buxoro-2023-6 son. B. 203-208. [13.00.00. №23]
9. Axmedov F. Sport murabbiylari tayyorlash bo‘yicha xorij tajribasi // Talimda innovatsion tadqiqotlar. Toshkent-2023/7-son. B. 62-71. [OAK Rayosatining 2021 yil 4 iyunda 300/5-son qarori]
10. Axmedov F. Kurash mutaxassislari tayyorlash bo‘yicha o‘quv dasturlari tahlili // Muallim hem uzluksiz bilimlendiri. Nukus-2023, 4/1 san. B.544-549. [13.00.00. №20]
11. Axmedov F. Kurash mutaxassislari tayyorlash tizimini xorijiy tajribalar asosida tashkil etish amaliyoti // “Fan - sportga” ilmiy-nazariy jurnal. Toshkent2023/3-son. B. 9-12. [13.00.00. №16]
12. Ahmedov F. Prospects and developments of the kurash // Physical culture in university education: world practice and modern trends. Materials of the International scientific and practical conference. Dnipro-2023.B. 98-100.
13. Axmedov F. Scientific and methodological problems of the training of physical education and sports specialists // Problems of physical education and health of youth in the modern educational environment. Materials on international scientific conference. Dnipro-2023. B. 48-50.
14. Axmedov F. Kurashga doir ilmiy-uslubiy adabiyotlar sharhi // Globallashuv jarayonida jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni

tayyorlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimidagi dolzarb muammo va yechimlar. Ilmiy-amaliy anjuman materaillari to'plami. Samarqand-2023 yil. B. 152-155.

15. Axmedov F. Sportchilar tayyorlashning joriy holati: istiqbollar va yechimlar // Globallashuv jarayonida jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni tayyorlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimidagi dolzarb muammo va yechimlar. Ilmiy-amaliy anjuman materaillari to'plami. Samarqand-2023 yil. B. 211-214.

II bo'lim (II часть; II part)

16. F.Axmedov. Musobaqaoldi mashg'ulotlarida kurashchilarning jismoniy yuklamalar ko'rsatkichlari va ularning qiyosiy tahlili. Fan sportga. Toshkent-2022/5. B. 15-18.

17. Axmedov F. Kurash mutaxassislarini tayyorlash bo'yicha o'quv dasturlarini takomillashtirish zarurati // "Tafakkur ziyosi" ilmiy-uslubiy jurnal. Jizzax-2023/3 son. B. 82-85. [13.00.00. №29]

18. Khaitov O, Abdulakhatov A, Norboyev K, Kulbulov F, Azamkhonov O, Ahmedov F. Kurash: history, theory and methodics // Monograph. Sawne, US. 2020. 57 p.

19. Norboyev K, Axmedov F. Sport mashqi nazariyasi. Uslubiy qo'llanma. Samarqand-2017. 71 b.

20. Ahmedov F, Abdulakhatov A. Relationship between sports competition anxiety and technical-tactical actions of winning and losing kurash athletes. Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology, 2023. 23(2). Pp.1-5.

21. Sobirov O, Skrypchenko I, Ahmedov F, Norboyev K, Badayev R, Utayev Z. Competitive Anxiety Level of International and National Kurash Athletes before and during Competition. Journal of Human Movement and Sports Sciences, 2023. 10(6). Pp. 1173-1177.

22. Абдулахатов А, Ахмедов Ф. Профессиограмма судьи по курашу. "Фізична культура в університетській освіті: інновації, досвід та перспективи розвитку в умовах сучасності": збірник матеріалів. 2022. С. 207.

23. Singh R, Skrypchenko I, Kamo H, Shopulatov A, Ahmedov F, Hofmeister M. Fear of failure and anxiety in kurash athletes: gender and age differences. Health, Sport, Rehabilitation. 2023, Vol. 9. No. 4. Pp. 46-56.

24. Adulaxatov A, Axmedov F, Raxmonberdiev J. Milliy va xalqaro toifadagi kurashchilarning musobaqa oldi va musobaqa jarayonida xavotir va tashvish holati // Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. 2022. B. 414-422.

25. Nayitov O, Akhmedov F. Classification of technical movements of kurash. Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма. 2018. С. 686-689.

26. Скрипченко И, Ахмедов Ф. Кураш ҳаками профессиограммаси. "Кураш спорт турини ривожлантириш истиқболлари" мавзусидаги халқаро илмий анжуман материаллари тўплами. Чирчиқ-2022. Б. 194-195.

27. Khaitov O, Abdulahtov A, Ahmedov F. Current position of preparing

process of kurash athletes. “Олий таълим муассасаларида жисмоний тарбия ва спортнинг долзарб муаммолари” мавзусида Республика илмий-амалий конференцияси материаллари. Жиззах -2021. Б. 249-252.

28. Norboyev K, Ahmedov F, Mirzayev I. Organization classroom in the faculty of physical education. Modern problems of the theory and practice of physical education, sports and tourism. I international scientific-practical conference. Pereyaslav-Xmelniskiy-2016. P.p. 237-242.

29. Axmedov F. Axmedov F. Zamonaviy jismoniy trbiya o‘qituvchisining professiogrammasi. “Xalq ta‘limi” ilmiy-metodik jurnali. 2017. №1. B. 65-68.

30. Abdulaxatov A, Axmedov F, Shomirzayev N. Zamonaviy talablar asosida kasbiy-amaliy sport tayyorgarligini oshirib borish. Talabalar sport tayyorgarligini tashkil qilish va boshqarishdagi muammolar hamda ularning hal qilishdagi zamonaviy yechimlar. Ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami. Toshkent-2019. B. 149-151.

31. Axmedov F. Mirzayev I. Sportda hamkorlik va izchillikni ta‘minlash muammolari. Hamkorlik texnologiyalari yo‘naltirilgan ta‘lim: muammolar va yechimlar, istiqboldagi rejalar. Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materallari to‘plami. Samarqand-2016. B. 121-122.

32. Axmeov F, Norboyev K. Jismoniy madaniyat kadalari tayyorlash: amaliyot va istiqbol. “Профессиональные становление личности XXI века в системе непрерывного образования: теория, практика и перспективы”. Материалы научно-практической конференции. Тошкент-2016. B. 78-81.

33. Sobirov O. Axmedov F, Tolliboyev G. Sport musobaqalarining sportchilar tayyorlash tizimidagi ahamiyati. “Проблемы и перспективы развития науки в начале третьего тысячелетия в странах Европы и Азии”. Сборник научных трудов. переяслав-Хмельницкий-2017. B. 110-111.

34. Axmedov F, Axmedov F, Mamatova S. Jismoniy tarbiya va sport sohasida mutaxassilar tayyorlashning hozirgi davr muammolari va talablar. Malaka oshirish tizimi-ta‘lim-tarbiya samaradorligini oshirish omili” Ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. Jizzax-2009. B. 68-71.

35. Abdulaxatov A, Axmedov F, Ochilov O. Jismoniy tarbiya va sportda uzluksizlik va uzviylik. Ta‘limning uzviyligi va uzluksizligini ta‘minlash-soha taraqqiyotining muhim mezon. Respublika anjumani materiallari to‘plami. Toshkent-2015. B. 172-173.

Avtoreferat «_____» jurnali tahririyatida
tahrirdan o'tkazilib, o'zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlar o'zaro
muvofiqlashtirildi.

Bosmaxona litsenziyasi:



9338

Bichimi: 84x60 ¹/₁₆. «Times New Roman» garniturası.
Raqamli bosma usulda bosildi.
Shartli bosma tabog‘i: 3,5. Adadi 100 dona. Buyurtma № 15/25.

Guvohnoma № 851684.
«Tipograff» MCHJ bosmaxonasida chop etilgan.
Bosmaxona manzili: 100011, Toshkent sh., Beruniy ko‘chasi, 83-uy.