

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

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI**

A’ZAMXONOV OLTINXON ASHRAFXON O‘G‘LI

**KURASH BO‘YICHA MURABBIYLAR KASBIY MAHORATINI
RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARINI TAKOMILLASHTIRISH**

**13.00.04- Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Chirchiq–2025

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati
mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по
педагогическим наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD) on
pedagogical sciences**

A‘zamxonov Oltinxon Ashrafxon o‘g‘li

Kurash bo‘yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish
mexanizmlarini takomillashtirish..... 3

Аъзамханов Олтинхан Ашрафхан ўғли

Совершенствование механизмов развития профессионального
мастерства тренеров по курашу 27

Azamxonov Oltinxon Ashrafxon ugli

Improvement of mechanisms for developing professional skills of kurash
coaches 53

E‘lon qilingan ishlar ro‘yxati

Список опубликованных работ
List of published works..... 57

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

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI**

A’ZAMXONOV OLTINXON ASHRAFXON O‘G‘LI

**KURASH BO‘YICHA MURABBIYLAR KASBIY MAHORATINI
RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARINI TAKOMILLASHTIRISH**

**13.00.04- Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Chirchiq–2025

Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2023.4.PhD/Ped2308 raqam bilan ro‘yxatga olingan.

Doktorlik dissertatsiyasi O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o‘zbek, rus, ingliz (rezyume)) ilmiy kengashning veb-sahifasida (www.jtsu.uz) va “ZiyoNet” Axborot ta’lim portaliga (www.ziynet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar: **Qirg‘izboyev Ma’rufjon Mo‘ydinovich**
pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Rasmiy opponentlar: **Raximov Vladimir Shavkatovich**
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Olimov Alisher Isoqovich
pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Yetakchi tashkilot: **Farg‘ona davlat universiteti**

Dissertatsiya himoyasi O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti huzuridagi DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 raqamli Ilmiy kengashning 2025-yil “___” _____ soat _____ dagi majlisida bo‘lib o‘tadi. (Manzil: 111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Metalurglar ko‘chasi, 15-uy. Tel.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, faks: (0-370) 717-17-76, Web-sayt: www.jtsu.uz. e-mail: info@jtsu.uz. O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti “Madaniyat saroyi”, konferensiyalar zali).

Dissertatsiya bilan O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (_____ raqam bilan ro‘yxatga olingan). (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).

Dissertatsiya avtoreferati 2025-yil “___” _____ kuni tarqatildi.
(2025-yil “___” _____ da _____ raqamli reestr bayonnomasi)

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

M.A. Ibragimov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash
ilmiy kotibi, p.f.b.f.d. (PhD), professor

A.N. Shopulatov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy
kengash qoshidagi Ilmiy seminar
raisi, p.f.d. (DSc), professor

KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi))

Dissertasiya mavzusining dolzarbligi va zaruriyati. Dunyo bo'yicha sport tizimini rivojlantirish, sportchilar tayyorgarlik tizimini takomillashtirishga qaratilgan bir qator ilmiy-tadqiqot ishlari amalga oshirilgan va olib borilmoqda. Ayniqsa, jismoniy tarbiya va sportni ommalashishiga xizmat qiluvchi chora-tadbirlarni ishlab chiqish, amalga oshirishda sport turlarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Dunyoda har bir xalq va elatning o'ziga hos milliy sport turlari bo'lganidek, mamlakatimizda ham kurash sport turi shiddat bilan rivojlanmoqda. Ko'plab mamlakatlarda kurash sport turi bilan shug'ullanuvchi sportchilarni tayyorlash tizimini zamon talablariga moslashtirish yuzasidan keng ko'lamli ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilmoqda. Bu esa mamlakatimizda ham kurash bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlarini yanada rivojlantirish, malakali mutaxassislar tayyorlash tizimiga zamonaviy uslublarni joriy qilib borish ishlarini tizimli tashkil bo'yicha izlanishlar amalga oshirilmoqda.

Jahonda sport turlarini rivojlantirishda malakali kadrlarning o'rni muhim ahamiyat kasb etadi. Malakali mutaxassislar kurash sport turini rivojlantirishda asosiy vazifani bajarish bilan birga sport turini yanada ommalashtirish bo'yicha yangi uslublarni, innovatsion yechimlarni ishlab chiqmoqda. Shuningdek, xorijiy tajribani o'zlashtirish orqali o'quv-mashg'ulot jarayonlariga joriy qilib, yoshlar orasida malakali sportchilarni tayyorlab, mamlakat dovrug'ini dunyoga tanitmoqda. Malakali sportchilarning xalqaro musobaqalarda zafar qozonishi yoshlarning ularga bo'lgan taqlidi, ularga o'xshashga harakat qilishi yoshlar orasida kurash sport turi bilan shug'ullanishga bo'lgan qiziqishini yanada oshiradi. Shu bois kurash sportida yangi uslublarni ishlab chiqish, uning jozibadorligini oshirishga qaratilgan kreativ yondashuvlarni joriy qilish zarurligini taqazo etmoqda. Bunday jarayonda zamon talablari doirasida ishlarni tashkil qiladigan malakali murabbiylarni tayyorlash, ularning malakasini oshirish tizimidagi muammolarni o'rganib, yanada rivojlantirishga qaratilgan chora-tadbirlarni amalga oshirib borish zaruriyati yuzaga kelmoqda.

Mamlakatimiz mustaqilikka erishgach sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportga asosiy vositalardan biri sifatida yondashila boshlandi. Xususan, milliy sport turimiz bo'lgan kurashni olimpiya sport turlari qatoriga kiritish yo'lida rivojlantirish va ommalashtirish harakati boshlandi. Kurashni rivojlantirishda sport ta'lim muassasalarida sport yo'nalishlari, ixtisosliklar va mutaxassisliklar bo'yicha tegishli yo'nalishlar tashkil qilindi. Barcha sport yo'nalishdagi oliy ta'lim muassasalarida kurash bo'yicha mutaxassislar tayyorlash ishlari yo'lga qo'yilmoqda. Kurash federatsiyasi tashkil qilinib, sportchilarni jahon maydonlariga olib chiqish bo'yicha keng qamrovli ishlar amalga oshirila boshlandi. Shu bilan birga, kurashning tobora ommalashib borayotganligi nufuzli xalqaro musobaqalarni tashkil qilishga, mavjud infratuzilma va moddiy-texnik bazani modernizatsiya qilishga, sport inventarlari va kiyimlari ta'minotini yaxshilashga, bu borada ishlab chiqarishni kengaytirishga¹, shuningdek, soha uchun malakali kadrlar,

¹ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 4-noyabrdagi PQ-4881-son "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori.

trenerlar va hakamlar tayyorlashga bo'lgan e'tiborni yanada kuchaytirishni talab etmoqda. Bugungi kunda kurash bo'yicha mutaxassislarning malaka oshirish jarayonini tizimli tashkil qilish, ilmiy-tadqiqot ishlarini yo'lga qo'yish hamda xorij tajribalarini o'zlashtirish bo'yicha tajribasini oshirishga yo'naltirish zarur hisoblanadi. Ayniqsa, nazariy va amaliy bilimlarini o'zaro uyg'un rivojlantirish bo'yicha malaka oshirish jarayonini tashkil qilish, o'qitilayotgan fanlarni zamonaviy uslublarda o'qitish hamda kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishga yo'naltirish asosiy muammoli masalalardan biri bo'lib qolmoqda.

O'zbekiston Respublikasining 2015-yil 4-sentyabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'RQ 394-son Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 2-oktayabrdagi PQ-3306-son "Kurash milliy sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida", 2020-yil 4-noyabrdagi PQ-4881-son "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida", 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi farmoni, hamda O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022-yil 4-iyuldagi 355-sonli "Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlarini to'g'risida"gi qarorlari hamda sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishga ushbu tadqiqot ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Tadqiqot respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning 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" bilan bog'liq ustuvor yo'nalishlari doirasida amalga oshirilgan.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. Respublikamiz olimlari R.Salamov, A.N.Abdiyev, F.A.Kerimovlar izlanishlarida murabbiylarning kasb mahoratini oshirib borish zarur, degan xulosalarga kelishgan. Sohadagi yosh olimlar B.K.Erimbetov, Z.S.Artikov, Sh.E.Keldiyorov, Sh.S.Mirzanov, F.I.Bobomurodov, M.M.Qirg'izboyev, N.A.Chorshamiev, M.N.Shukurovlar kurashchilar tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan tadqiqot ishlarini amalga oshirishgan. Shuningdek, bevosita murabbiylar faoliyati va malaka oshirish jarayonini o'rgangan N.T.To'xtaboyev, Z.P.Rasulov, B.B.Ibragimov, I.A.Tursunaliyevlar² murabbiylar tayyorgarligini rivojlantirishga

² Саламов Р.С. Совершенствование образовательного процесса подготовки бакалавров по направлению «физическая культура и спорт». /дисс. док. наук. –Ташкент, 2003.-7 с.; Абдиев А.Н. Яккакураш спорт турларида ихтисослашувчи талабаларда мураббийнинг касбий кўникмаларини шакллантиришнинг илмий-педагогик асослари. Пед. фан. док. ... дис. –Т.:ЎЗДЖТИ нашриёти, 2004. – 210 б.; Керимов Ф.А. Спортда илмий тадқиқотлар – дарслик. – Тошкент: Илмий тахника ахбороти – пресс нашриёти, 2021. – 380 б.; Еримбетов Б.К. Малакали курашчиларнинг мусобақа ва машғулот жараёнини педагогик назорат қилишнинг назарий-методик асосларини такомиллаштириш (кураш миллий спорт тури мисолида). Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2019.-Б.51.; Артиков З.С. Белбоғли курашда статик ва динамик кучланиш давомида мувозанат сақлаш функциясини шакллантириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича (PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2019. - Б.54.; Келдиёров Ш.Э. Кураш миллий спорт тури ҳаракатларини дастлабки ўргатиш услубларини такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2019. - Б.47.; Мирзанов Ш.С. Белбоғли курашчиларда куч қобилятини изокинетик машқлар ёрдамида ривожлантириш устуворлиги ва уни баҳолаш методикаси. Педагогика фанлари

qaratilgan bir qator ilmiy uslublarni, malaka oshirish jarayonini tashkil qilish modellarini ishlab chiqishgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlarida kurash bo'yicha malakali mutaxassislar tayyorlash muammolari bilan bir qator olimlar shug'ullanib kelishmoqda. Murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirish, ularning nazariy va amaliy tajribasini uyg'un rivojlantirib borishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Xorijlik olimlaridan L.P.Matveev malakali mutaxassislar tayyorlashda kasbiy mahoratni oshirish, V.N.Platonov yuqori malakali sportchilar tayyorlashda malakali murabbiylarning mahoratini oshirish bo'yicha tadqiqot ishlarini olib borishgan. N.I.Antonova, N.V.Kandaurovalar esa sport ta'lim muassasalari xodimlari va murabbiylarda boshqaruv malakalarini oshirish bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borishgan. V.V.Ayusheev, T.V.Xovanskayalar izlanishlarida murabbiylar faoliyatini qo'llab-quvvatlash jismoniy tarbiya va sportning rivojlantirishga xizmat qiladi degan xulosaga kelishgan. A.E.Pavlov, I.G.Litvinseva, D.V.Maksimov³lar yakkakurashda sport zahiralarini shakllantirish, bo'lajak o'qituvchilarning amaliy mashg'ulotlarni tashkil qilish bo'yicha tajribasini oshirish hamda mazkur bilimlarni berish jarayonlarini individuallashtirishga qaratilgan tadqiqot ishlarini olib borishgan.

Xorijlik Ma'rton Tomin, Attila Kossa, Szabolcs Berezvai, A'kos Kmetty, Luke Capizzo, S.R.Tabasia, A.A.Norastehb, B.Mirzaeic, H.Zarei, Kimberly S.Fasczewskia, Sara M. Powell B, Nolasco R. Stevens A, Jared W. Skinner, O.Uzera, N.U.Yildirim, C.Soylub, M.Ozal. Joel S. Burma, Ben Cameron, Tin Jasinovic, Victor Lun, Cody R.

бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2020.-Б.57.; Бобомуродов Ф.И. Курашчиларнинг морфологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда техник- тактик ҳаракатларини такомиллаштиришга дифференциал ёндашув. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2020. - Б.61.; Қирғизбоев М.М. Белбоғли курашда бўғимлараро эгилувчанликнинг устуворлиги ва уни ихтисослаштирилган тартибда ривожлантириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2021.- Б.61.; Чоршамиев Н.А. Ёш курашчиларнинг тайёргарлик тизимида машқланиш ва тикланиш даражасини оширишда шарқона массаждан фойдаланиш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тірографф», 2022.-Б.61.; Шукуров М.Н. Курашчиларни техник ҳаракатларга ўргатишда кластер услубидан фойдаланишни такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тірографф», 2022.-Б.61.; Тўхтабоев Н.Т. Жисмоний тарбия мутахассисларининг касбий маҳоратини ривожлантиришга ташкилий-педагогик ёндашув. п.ф.н. илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертация автореферати.—Тошкент, ЎзДЖТИ, 2011.-Б.24.; Расулов З.П. Тренерларнинг касбий-психологик тайёргарлигини ривожлантириш механизмларини такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: ЎзДЖТСУ, 2021.-Б.67.; Ибрагимов Б.Б. Малака ошириш тизимида спорт курашлари бўйича тренерларнинг касбий маҳоратини такомиллаштириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: ЎзДЖТСУ, 2021. - Б.59.; Tursunaliyev I.A. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini uzluksiz kasbiy malaka oshirish tizimini pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish. Pedagogika fanlari bo'yicha(PhD)...diss.avtoref.-Toshkent: «Tipograff», 2023. - B.48.

³Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для ИФК / Л.П.Матвеев. - 3-е изд., перераб. – М.: Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. – 544 с.; Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.; Антонова Н.И. Правовое обеспечение менеджмента коммерческих физкультурно-спортивных организаций: дис...канд.пед.наук.-Санкт-Петербург: 2013. -209 с.; Кандаурова Н.В. Организационно-управленческая и предпринимательская деятельность руководителя спортивной школы: дис...док.пед.наук.-Мос: 2014. -340 с.; Павлов А.Е. Совершенствование системы управления подготовкой спортивных резервов в единоборствах.: автореф. дис. ... док. пед. наук. - Улан-Удэ, 2012. - 42 с.; Хованская Т.В. Информационно-аналитическое сопровождение тренерской деятельности: дис...канд.пед.наук.-Волгоград: 2013. -145 с.; Литвинцева И.Г. Практическое обучение как фактор формирования профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры.: автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Улан-Удэ, 2010. - 26 с.; Максимов Д.В. Индивидуализация физической подготовки высококвалифицированных единоборцев в подготовительном периоде.: автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Москва, 2009. - 25 с.

van Rassel, Bonnie Sutter. Preston Wiley, Kathryn J.Schneider⁴ kabi olimlar kurash sport turlarini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy izlanishlar olib borishgan.

Albatta, mazkur izlanishlarda kurashchilar umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish hamda bevosita murabbiylar malakasini oshirishga qaratilgan tadqiqot ishlarining tashkil qilinganligi muhim hisoblanadi. Biroq, bugungi shiddat bilan o'zgarib borayotgan zamonda ilm-fandagi yutuqlar, yangi innovatsion yondashuvlarning yaratilishi mutaxassislarining malakasini oshirish jarayonini takomillashtirishni taqozo qilmoqda. Ayniqsa, kurashchi murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirib borish, malaka oshirish jarayoni mexanizmlarini takomillashtirishga qaratilgan tadqiqot ishlarini tashkil qilish kerak bo'ladi. Shu jihatdan kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirib borish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqotning dissertasiya bajarilgan oliy ta'lim yoki ilmiy-tadqiqot muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Mazkur dissertatsiya O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasining №V/I/ "Jismoniy tarbiya va sport faoliyatining nazariy-uslubiy asoslari takomillashtirish asosida terma jamoalarida yuqori malakali sportchilarni tayyorlash tizimini, jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarida kasbiy-pedagogik ko'nikma hamda malakalarni rivojlantirish" mavzusidagi fundamental ilmiy-tadqiqot ishlari doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi malaka oshirish jarayonida kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

malaka oshirish jarayonida murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan amaliy mavzularni ishlab chiqish;

kurash bo'yicha murabbiylar uchun innovatsion yondashuvlar asosida ko'chma mashg'ulotlarning o'quv dasturini ishlab chiqish;

kurash bo'yicha murabbiylarda mahallalarda yoshlarning kurashga bo'lgan qiziqishini oshirishga qaratilgan kompetensiyalarini rivojlantirish;

sport maktablari kurash murabbiylarining kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan sport pedagogik mahoratini oshirish bo'yicha amaliy mashg'ulotlar dasturini ishlab chiqish.

⁴ Ma'rtin Tomin, Attila Kossa, Szabolcs Berezhvai, A'kos Kmetty. (2022) Investigating the impact behavior of wrestling mats via finite element simulation and falling weight impact tests// Polymer Testing journal . Volume-108. <https://doi.org/10.1016/j.polymertesting.2022.107521>.; Luke Capizzo. (2023) Managing intractability: Wrestling with wicked problems and seeing beyond consensus in public relations // Public Relations Review journal. Volume-49. <https://doi.org/10.1016/j.pubrev.2022.102263>.; S.R. Tabasia, A.A. Norastehb, B. Mirzaeic, H. Zarei. (2022) Proprioception and dynamic balance performance in wrestlers: Freestyle vs. Greco-Roman // Science & Sports. Volume-37. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2021.06.011>.; Kimberly S. Fasczewski a, Sara M. Powell b, Nolasco R. Stevens a, Jared W. Skinner. (2022) "Strong, fearless, tough, enduring": Collegiate male wrestlers' perceptions of body image and masculinity // Performance Enhancement & Health journal. Volume-10. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2021.100212>.; O.Uzera, N.U.Yildirim b, C.Soylub, M.Ozal. (2023) Proprioception and dynamic balance performance in wrestlers: Freestyle vs. Greco-Roman // Science & Sports. Volume-38. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2022.03.009>.; Joel S. Burma, Ben Cameron, Tin Jasinovic, Victor Lun, Cody R. van Rassel, Bonnie Sutter. Preston Wiley, Kathryn J. Schneider. (2022) The effect of an exertional field-test on sport concussion assessment tool 5 subcomponents in University rugby and wrestling athletes: A pilot prospective case series // Physical Therapy in Sport journal. Volume-55. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2022.01.005>.

Tadqiqotning obyekti sifatida Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish institut va uning Nukus, Samarqand filiallarida kurash bo'yicha murabbiylar malakasini oshirish jarayoni olingan.

Tadqiqotning predmetini Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish institutlarining kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishning mazmuni, shakl va metodlari olingan.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqotda adabiyotlarni ilmiy-nazariy tahlil qilish, mahalliy hamda xorijiy murabbiylar va mutaxassislarning tajribasini o'rganish, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malaka oshirish instituti va uning filiallaridagi o'quv-mashg'ulot jarayonlariga oid hujjatlarini tahlil qilish, anketa so'rovnoma, pedagogik kuzatuvlar, testlar, tajriba-sinov ishlari, matematik-statistik kabi uslublardan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

malaka oshirish jarayonida kurash mashg'ulotlarining nazariy va amaliy birligini ta'minlash uchun amaliy mashg'ulotlarda texnik-taktik elementlarini, fan modullariga murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan amaliy mavzularni kiritish hisobiga musobaqalarda bajariladigan usullarni bajarish samaradorligi oshirilgan;

kurash bo'yicha murabbiylar uchun ko'chma mashg'ulotlarni innovatsion yondashuvlar asosida loyihalash, trening modeli, keys-stadi, reflektiv analiz va interaktiv metodlarni namoyon etuvchi o'quv dasturini ishlab chiqish hisobiga individual va guruh shaklidagi mashg'ulotlarni samarali tashkil etish imkoniyatlari kengaytirilgan;

kurash bo'yicha murabbiylarda ijodiy faollik kompetensiyalarining nisbiy o'sishi hamda mahallalarda yoshlarning kurashga bo'lgan qiziqishini oshirishga qaratilgan ijtimoiy omillar tahlil qilish o'quv mashg'ulotlarni tashkil qilish qismiga kiritish orqali erishilgan;

sport maktablari kurash murabbiylarining kasbiy mahoratini oshirish uchun mo'ljallangan na'munaviy o'quv dasturida belgilangan mashg'ulot vaqti, qismi, mashqlar nomi hamda shiddat zonalari optimal taqsimlangan sport pedagogik mahoratini oshirishdagi amaliy mashg'ulotlar dasturini ishlab chiqish hisobiga texnik-taktik tayyorgarligini oshirish imkoniyatlari kengaytirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

kurash mashg'ulotlarining nazariy va amaliy birligini ta'minlashga xizmat qiluvchi amaliy mashg'ulotlarda texnik-taktik elementlar, fan modullariga murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan amaliy mavzular ishlab chiqilgan;

ko'chma mashg'ulotda kurash bo'yicha murabbiylarning amaliy tajribasini mustahkamlovchi o'quv dasturi ishlab chiqilgan;

kurash bo'yicha murabbiylarda ijtimoiy omillarni tahlil qilish orqali mahalla yoshlarining kurashga bo'lgan qiziqishini oshirishga qaratilgan o'quv mashg'ulotlarni tashkil qilish tajribasi oshirilgan;

sport maktablari kurash murabbiylarining kasbiy mahoratini oshirish uchun mo'ljallangan sport pedagogik mahoratini oshirishdagi amaliy mashg'ulotlar dasturini ishlab chiqilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Tadqiqotda nazariy va metodologik asosi, tadqiqotning mantiqiy izchilligi, yagona metodologik asosda amalga oshirilganligi, yetakchi mahalliy va xorijiy olimlar, kurash bo'yicha murabbiylarning ilmiy qarashlari bilan asoslanganligi, usullarning vazifalarga mosligi, tadqiqot maqsadi, tajriba qamrovining yetarli hajmi va reprezentativligi, eksperimental faoliyatning zaruriy davomiyligi, tadqiqot materiallari ustida miqdoriy va sifat tahlilini amalga oshirish hamda umumlashtirishni birgalikda qo'llanganligi hamda matematik statistika metodlar vositasida asoslanganligi, taklif va tavsiyalarining amaliyotga joriy etilganligi, olingan natijalarning vakolatli vazirlik va tashkilotlar tomonidan tasdiqlanganligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqotda jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimining samaradorligi, mazmuni mazkur pedagogik tadqiqot uslubiyati orqali istiqbolli murabbiylarni tayyorlashning individual dasturlarini ishlab chiqishda hamda ishonchli usullarini joriy qilishning asosini tashkil qiladi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati olingan ma'lumotlar malaka oshirish tizimida murabbiylar kasbiy mahoratini oshirishning malaka oshirish bosqichlarida ustuvor yo'nalishlarni belgilash, kasbiy mahoratning ilg'or yutuqlarini o'qitish, kasbiy kompetentlik va kreativlik mahoratini oshirish va takomillashtirishga yordam berib, ilmiy tadqiqot natijalari va kurash bo'yicha malakali murabbiylar tayyorlashning uslubiy ishlanmalari va mahoratini rivojlantirish uchun xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Malaka oshirish jarayonida kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish bo'yicha olingan natijalar asosida:

malaka oshirish jarayonida kurash mashg'ulotlarining nazariy va amaliy birligini ta'minlash uchun amaliy mashg'ulotlarda texnik-taktik elementlarini, fan modullariga murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan amaliy mavzularni kiritish bo'yicha takliflar mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlar uchun ajratilgan mashg'ulotlariga tatbiq qilingan (O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligining 2024-yil 5-noyabrdagi 03-16/11136-son ma'lumotnomasi). Natijada, murabbiylarning mashg'ulotlarini o'zlashtirish ko'rsatkichlari 30% ga oshgan;

kurash bo'yicha murabbiylar uchun ko'chma mashg'ulotlarni innovatsion yondashuvlar asosida loyihalash, trening modeli, keys-stadi, reflektiv analiz va interaktiv metodlarni namoyon etuvchi o'quv dasturidan foydalanish bo'yicha takliflar "Kurash" nomli o'quv qo'llanma mazmuniga singdirilgan (O'zbekiston Respublikasi Yoshlar siyosati va sport vazirining 2023-yil 20-apreldagi 01/501-A/F-sonli buyrug'iga asosan 01/501-A/F-33 raqamli guvohnomasi). Natijada, kurash bo'yicha murabbiylarning ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish bo'yicha uslubiy tavsiyalar respublika miqyosida barcha sport maktablariga tatbiq qilingan hamda

murabbiylarning ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirish ko'rsatkichlari 23,4% ga oshgan;

kurash bo'yicha murabbiylarda ijodiy faollik kompetensiyalarining nisbiy o'sishi hamda mahallalarda yoshlarning kurashga bo'lgan qiziqishini oshirishga qaratilgan ijtimoiy omillar tahlil qilish o'quv mashg'ulotlarni tashkil qilish bo'yicha takliflar jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand filiali Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kurslarining nazariy hamda amaliy mashg'ulot jarayonlariga tatbiq qilingan (O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligining 2024-yil 5-noyabrdagi 03-16/11136-son ma'lumotnomasi). Natijada, murabbiylarning kasbiy mahorati 30 % ga oshgan;

sport maktablari kurash murabbiylarining kasbiy mahoratini oshirish uchun mo'ljallangan na'munaviy o'quv dasturida belgilangan mashg'ulot vaqti, qismi, mashqlar nomi hamda shiddat zonolari optimal taqsimlangan sport pedagogik mahoratini oshirishdagi amaliy mashg'ulotlar dasturi bo'yicha takliflar jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Nukus filiali Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o'qitilyotgan "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" mazmuniga singdirilgan hamda amaliy mashg'ulotlarga tatbiq qilingan (O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligining 2024-yil 5-noyabrdagi 03-16/11136-son ma'lumotnomasi). Natijada, murabbiylarning o'zlashtirish malakasini oshirish tizimi 33,4 % ga hamda texnik-taktik tayyorgarlik mahorati 11 % ga yaxshilangan.

Tadqiqot natijalarining aprobatyasi. Tadqiqot natijalari 3 ta xalqaro, 4 ta respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy anjumanlarda muhokamadan o'tkazildi.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 11 ta ilmiy-uslubiy ishlar, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasi tomonidan falsafa doktorlik dissertatsiyalarining asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya qilingan ilmiy nashrlarida 5 ta maqola, shulardan ikkitasi xorijiy davriy nashrda chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya kirish, to'rt bob, xulosa, tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat, matni 121 betni tashkil etadi. Dissertatsiyada 8 ta jadval va 10 ta rasmlarda qayd etilgan diagrammalardan foydalanilgan.

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, obyekti, predmeti, usullari, ilmiy yangiligi, amaliy natijalari, tadqiqotdan olingan natijalarning ishonchlilik, tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati, joriy etilishi, aprobatyasi va e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi haqida ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning birinchi bobi "**Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishning pedagogik muammolari**" deb nomlangan birinchi

bobida kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish muammolari, kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini takomillashtirishning me'yoriy-huquqiy asoslari, kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish ishlarini tashkil qilishning zamonaviy konsepsiyasi mavjud ilmiy-metodik adabiyotlarni o'rganish asosida yoritib berilgan. Jismoniy tarbiya va sport sohasi mutaxassislarini tayyorlash jarayonlarini o'rganish, tadqiq qilish sohada malakali murabbiylar tayyorlash jarayonlarini yanada takomillashtirish imkoniyatini berishi hamda jismoniy tarbiya va sport sohasida mehnat qilib kelayotgan mutaxassislarning har tomonlama bilimlarining shakllanishi, yoshlarni jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishini oshirishda hamda ular orasidan malakali sportchilarni saralab olishida muhim hisoblanadi. Xususan, birgina kurash sport turi bo'yicha murabbiylarning o'z sohasidagi muammolarni ko'ra bilishi kurash sport turini yanada rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi asoslab berilgan. Shuningdek, kurash bo'yicha murabbiylarning o'quv-mashg'ulotlarini tashkil etish hamda kasbiy mahoratini oshirishdagi muammolarni aniqlashga qaratilgan tadqiqot natijalari keltirilib, mavjud muammolar aniqlangan hamda bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan (1-jadvalga qarang).

1-jadval

Kurash bo'yicha murabbiylardan o'tkazilgan so'rovnoma natijalari

T/r	So'rovnoma savollari	Ha	Yo'q
1.	Kurash sport turi bo'yicha mashg'ulot o'tish uchun sharoit mavjudmi?	17	4
2.	Mashg'ulot jarayonida shug'ullanuvchilarni qiziqitira olasizmi?	20	1
3.	Sizning tumaningizda kurash murabbiylari yetarli malakaga ega deb o'ylaysizmi?	12	9
4.	Mashg'ulotlarni innovatsion texnologiyalardan foydalanib o'tish uchun sharoitlar yetarli darajadami?	7	14
5.	Innovatsion texnologiyalardan foydalanilsa mashg'ulot samaradorligi maksimal darajada oshadi deb o'ylaysizmi?	19	2
6.	Mashg'ulot o'tish uchun shug'ullanuvchilar ishtiroki sizni qoniqtiradimi?	20	1
7.	O'tayotgan mashg'ulotingiz shug'ullanuvchilar uchun yetarli darajada deb o'ylaysizmi?	14	7
8.	Bolalarni saralab olishda ularni qobiliyati siz uchun ahamiyatlimi?	19	2
9.	Kasbiy mahoratingizni takomillashtirish uchun sohaga oid o'quv, uslubiy qo'llanmalar, uslubiy tavsiyalar yetarlimi?	17	4
10.	Malaka oshirish jarayonida dars mashg'ulotlarini olib borayotgan professor-o'qituvchilarning bilimi saviyasi tajribasi pedagogik mahorati sizni qoniqtiradimi?	19	2
11.	Ko'chma mashg'ulotlarni o'tkazish uchun yaratilgan shart sharoitlardan kunglingiz to'ladimi?	20	1
12.	Malaka oshirish jarayonida murabbiylarning kasbiy mahoratini takomillashtirish borasida amalga oshirilayotgan ishlar talabga javob beradimi?	20	1

“Sizning tumaningizda kurash murabbiylari yetarli malakaga ega deb o‘ylaysizmi?” savoliga 9 nafar murabbiyning “Yo‘q” deb hamda “Mashg‘ulotlarni innovatsion texnologiyalardan foydalanib o‘tish uchun sharoitlar yetarli darajadami?” savoliga 14 nafar murabbiyning “Yo‘q” deb javob berishi malakali murabbiylar hamda sharoitlar masalasi kurash sport turini rivojlantirishdagi asosiy muammolardan biri ekanligini ko‘rsatgan.

Dissertatsiyaning **“Tadqiqotning uslublari va uning tashkil qilinishi”** deb nomlangan ikkinchi bobida unda ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, anketa so‘rovnomasi, pedagogik kuzatuv, pedagogik-nazorat testlash, pedagogik tajriba va matematik-statistik tahlil qilish kabi usullardan foydalanganligi bo‘yicha ma‘lumotlar keltirilgan. Shuningdek, pedagogik tadqiqotning 3 ta bosqichda tashkil qilinganligi ko‘rsatib o‘tilgan:

Birinchi bosqich (2022-yil). Ushbu bosqichda tadqiqot mavzuimizga doir adabiyotlarni nazariy tahlil qilish, tadqiqot mavzusini shakllantirish, tadqiqotimizning maqsad va vazifalarini hamda yechilishi lozim bo‘lgan muammolarni aniqlash, pedagogik tajribani o‘tkazish bosqichlari va muddatlarini belgilash, tajriba tadqiqotlarida qo‘llaniladigan usul va uslublarni aniqlashtirish ishlari amalga oshirildi.

Ikkinchi bosqich (2023-yil). Bu bosqichda Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand va Nukus filiallarida malaka oshirayotgan kurash bo‘yicha murabbiylar bilimlarini aniqlash, pedagogik tajriba uchun nazorat hamda tajriba guruhlarini tanlash, ularga tadqiqot jarayonida qo‘llaniladigan usul va uslublarning mazmuni tushuntirish, tadqiqotlarni o‘tkazish uchun sinov guruhlarini tinglovchilarining ko‘chma mashg‘ulotlari faoliyatini kuzatish, harakatlarini tahlil qilish ishlari amalga oshirildi.

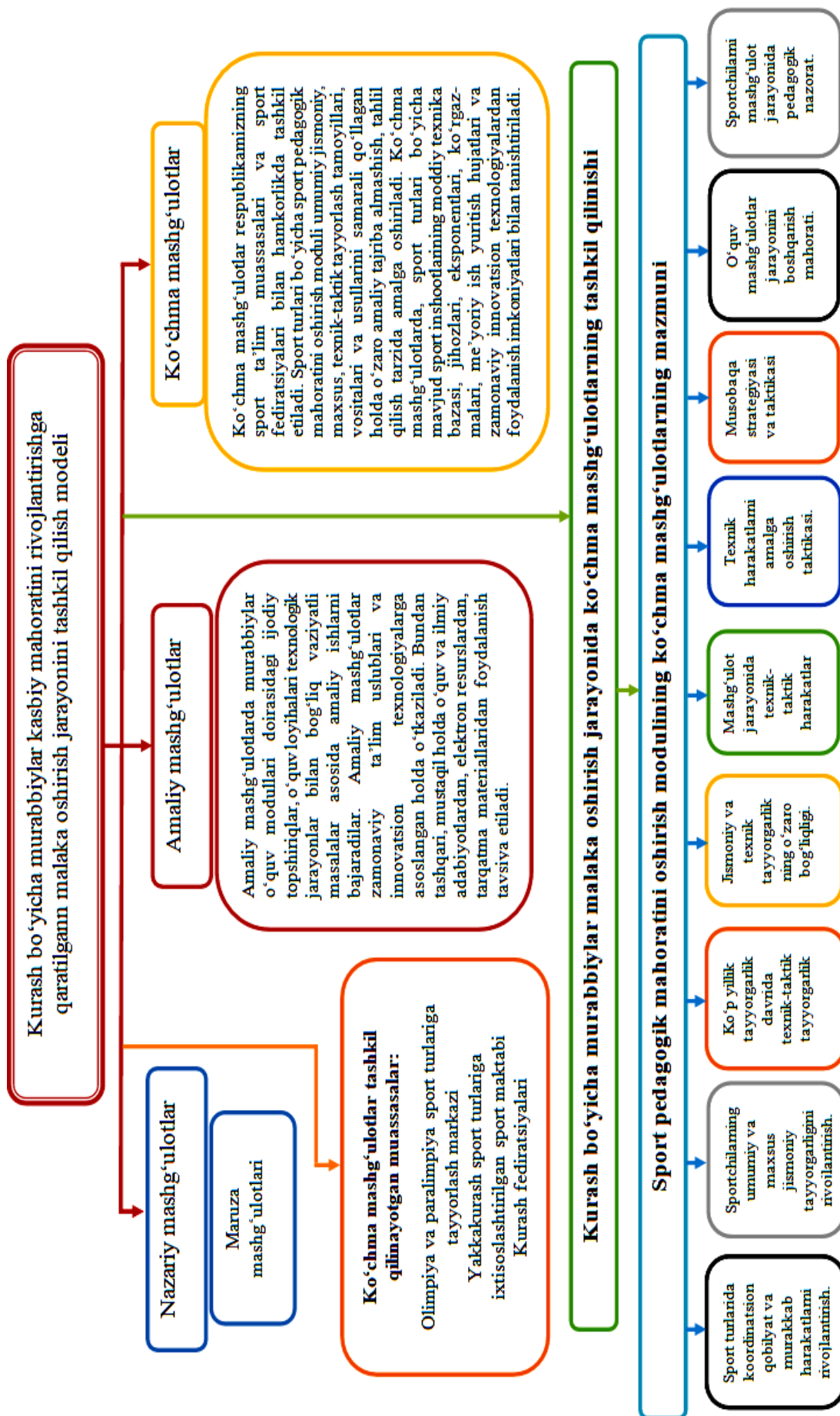
Uchinchi bosqich (2023-2024-yillar). Bu bosqichda Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand va Nukus filiallarida sport turlari bo‘yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o‘qitiladigan “Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubi” hamda “Sport pedagogik mahoratini oshirish” o‘quv modullarini ko‘chma mashg‘ulotlarini tashkil qilish jarayonlari hamda ijtimoiy munosabatlaridagi harakatlari yuzasidan pedagogik tajriba sinov ishlari o‘tkazildi. Pedagogik tajriba sinov ishlarida nazorat va tajriba guruhida jami 100 nafar kurash bo‘yicha murabbiylar ishtirok etishdi.

Dissertatsiyaning **“Kurash bo‘yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari”** deb nomlangan uchinchi bobida kurash bo‘yicha murabbiylar malakasini oshirish jarayoni tahlil qilingan bo‘lib, murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish yo‘llari, kurash bo‘yicha murabbiylar kasbiy mahoratini oshirish jarayonini uzluksiz tashkil qilishning metodologik tamoyillari o‘rganilgan.

Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va

malakasini oshirish instituti hamda uning Nukus, Samarqand va Farg'ona filiallariga biriktirilgan sport-ta'lim muassasalarida malaka oshirish kurslari ko'chma va amaliy mashg'ulotlari sport ta'lim muassasalarining sport inshootlarida jumladan Olimpiya va paralimpiya sport turlariga tayyorlash markazi, Yakkakurash sport turlariga ixtisoslashtirilgan sport maktabi, Sportning o'yin turlari va yengil atletika bo'yicha ixtisoslashtirilgan sport maktabi, Sport maktablari hamda hamkorlik shartnomasi doirasida Sport federatsiyalarida dars mashg'ulotlari zamonaviy tarzda tashkil qilinadi. Bunda trenerlar: sport turlari texnikasi va taktikasini o'rgatishning vosita, uslubiyati, tamoyillarini o'rganadi; o'quv-mashq mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazishni tashkil qiladi; jismoniy tayyorgarligini oshirish va rivojlantirish vositalarini o'rganadi; sport mashg'uloti asoslari bo'yicha nazariy va amaliy bilimlari mustaxkamlanadi; sport turi bo'yicha sport musobaqalarini hujjatlashtirish va olingan natijalarni tahlil qila oladi; mashg'ulot yuklamasining sportchi organizmiga ta'siri, tayyorgarlik jarayonida toliqish va tiklanishi; bolalar va o'smirlar bilan sport mashg'ulotlarini tashkillashtirishda yosh xususiyatlari kabi kasbiy malakalariga hamda kompetensiyalariga ega bo'lishadi hamda sportchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishning vosita va uslublari, mashg'ulotlarni o'tkazishda sportchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish, o'quv mashg'ulotlarida yuklama va uni sportchilar organizmiga ta'siri, sportchilarning musobaqa faoliyatini nazorat qilishga doir kasbiy kompetentlikka ega bo'ladilar. Shuni alohida aytish joizki, ko'chma mashg'ulot jarayonida murabbiylarning texnik mahoratini oshirish yo'llarini, taktik tayyorgarlik maqsadi va vazifalarini, hujum harakatlarini tayyorlash taktikasini, musobaqalarda qatnashish taktikasini, yuklamaning sportchi organizmiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarini, sportchilarni musobaqa faoliyatini nazorat qilishni, o'quv-mashg'ulotlarda yuklamani qayd qilish va yuklamalar tasnifi bilan taqqoslashni, sport musobaqalarini o'tkazish tizimlari va tahlilini, sport mashg'ulotlarini mazmuni va shakllari bo'yicha optimal ravishda sport tayyorgarligi va musobaqa faoliyatini tahlil qiladi, ma'lumot va tajriba almashadi. Bunda eng tajribali murabbiylar ishtirokida tashkil qilinadi.

Amaliy mashg'ulot jarayonida esa sportchining jismoniy, texnik-taktik tayyorgarligini aniqlash uchun sinov me'yorlarini qabul qilish texnologiyasi ishlab chiqiladi, o'quv trenirovka jarayonini mahoratning o'rni, sport o'lchovlarining nazariy asoslari, sportchilarni mashg'ulot jarayonida pedagogik nazorat qilish, sport mashg'ulotlarida yuklama va uni sportchilar organizmiga ta'siri, yukning ixtisosligini nazorat qilish, yuklama yo'nalishini nazorat qilish, musobaqa yuklarini nazorat qilish, yuklamalarni sportchining jismoniy va funksional imkoniyatlariga qarab rejalashtirish, mashg'ulot jarayonida turli yo'nalishdagi mashqlarni bajarish ketma-ketligi tahlil qilinadi (1-rasmga qarang).



1-rasm. Innovatsion yondashuvlar asosida kurash bo'yicha murabbiylarning kasbiy mahoratini rivojlantirishga qaratilgan malaka oshirish jarayonining tashkil qilinishi.

Tadqiqot natijasi kurash bo'yicha mutaxassislar kasbiy mahoratini oshirish tizimini rivojlantirish ishlarini tashkil qilishda berilayotgan bilimlarning zamonaviylik darajasi, kasbiy mahoratiga mosligi, murabbiylarda kreativ fikrlash hamda kasbiy kompetentligini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish kerakligini ko'rsatgan. Chunki mazkur omillar zamonaviy ta'limning asosini tashkil qilib, murabbiylar kasbiy mahoratini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Xususan, turli sohalar va kasblarning paydo bo'lishi rivojlanishi kichik bo'lgan murakkab kasblarni shakllanishi va rivojlanishini yuzaga keltirib, mutaxassislarga o'z sohasidagi yangiliklardan foydalanish malaka va tajribasiga ega bo'lishi zarurligi ko'rsatmoqda. Mazkur holat ma'lum bir sohaning barcha sirlarini bilishni emas, balki kichik bir sohani to'liq o'zlashtirib, uning imkoniyatlaridan to'liq va mahorat bilan foydalanish ko'nikmasiga, ya'ni kompetentlikka ega bo'lish kerakligini ko'rsatmoqda. Shuning uchun kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini oshirish talablari doirasida kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini oshirish jarayonida ko'chma mashg'ulotlarni tashkil qilish metodikasi ishlab chiqildi.

Mazkur metodikaning samaradorligini aniqlash bo'yicha tadqiqot ishlari Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish Instituti va uning Samarqand, Nukus filiallarida Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o'qitiladigan "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modullarini ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish jarayonida olib borildi. Ko'chma mashg'ulotlarni tashkil qilishda 6 ta mashg'ulot dasturida barcha tayyorgarlik turlarini rivojlantirish va takomillashtirish bo'yicha mashg'ulotlar davomida amaliy tavsiya va takliflar berib borildi (2-jadvalga qarang).

2-jadval

Sport pedagogik mahoratini oshirish o'quv moduli mashg'ulot dasturi

Hafta kuni	Vaqt	Mashg'ulot qismi	Mashqlar nomi	Shiddat zonasi
Dushanba	3 soat	Tayyorlov	Maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnika takrorlash, aylana yugurish (oyoq uchida yurish), yon tomonlarida yurish, tovonda yurish, ishora bilan orqaga aylanib tez yugurish, moksimon yugurish, balantga sakrash, pres anjimoniya bajarish va boshqalar)	O'rta (65-75%)
		Asosiy	Texnik tayyorgarlik. yangi va yoqasidan ushlab usulga kirib chiqish 10 soniyadan ishora orqali (Yoqasini ushlab yelka usulini bajarish, Ikkala yengini ushlab yelkadan oshirish usulini ketmaketlikda ishora bilan ishlash, Yengi va yoqasini ushlab ikkala tizani tatamiga qo'yib bajarish ketma ket bajarish, Yengi yoqasini ushlab ikkala oyog'ning orqasiga	Yuqori (85-95%)

2-jadval davomi

			o'tish 1 kurashchi o'tirib turish	
			mashqini bajarib ishoradan kegin usulga kirib chiqish, Yengi va belidan ushlab belidan oshirish usuli kurashchini joyidan xarakatlantirib (30 soniyadan ishora orqali bajarish)	
		Yakunlov	Stretching va tiklovchi mashqlar	Past (40-50%)
Seshanba	3 soat	Tayyorlov	Umumiy jismoniy tayyorgarlik, texnik usullarni takrorlash, O'nga va chapga yon bilan yugurish, (ishora bilan balantga sakrash aylana sakrash, orqaga umbaloq oshish), tizzalarni oldinga ko'tarib yugurish, (yon tomonga ko'tarish, ichkariga va yonga ko'tarib yugurish, tizani bukmagan xolda oldinga cho'zib yugurish), aylana yugurishda zigzak bilan yugurish, (bir birini ustidan sakrab yugurish, oyoqlar orasidan yugurish oyoqlar orasidan egilib o'tib yugurish)	O'rta (65-75%)
		Asosiy	O'quv bellashuvlarini to'g'ri tashkillashtirish usullari, chil usularini bajarish almaship almaship (Ikki yengidan ushlab oyoq tashqarisidan supurma usulini ishlash, Yengi va yoqasidan ushlab oyoq ichidan tovon bilan chalish usulini ishora bilan bajarish, bita yengidan ushlab o'tirib chil usulini ishlash ishora bilan, yengi va yoqa yuqorisidan ushlab ikkala oyoq orqasiga o'tish 20 soniya davomida ishora bilan bajarish)	Yuqori (85-95%)
		Yakunlov	Tiklovchi mashqlar, bel va bo'yin mushaklari uchun mashqlar.	Past (40-50%)

Izoh: Sport pedagogik mahoratini oshirish o'quv moduli mashg'ulot dasturining to'liq haftalik qismi dissertatsiyada berilgan.

Dasturning asosiy maqsadi – murabbiy-pedagoglarning faqatgina texnik va taktik tayyorgarligini rivojlantirish bilan cheklanmasdan, balki ularning umumiy hamda maxsus jismoniy tayyorgarlik bo'yicha kasbiy salohiyatini ham kompleks tarzda oshirishdan iboratdir. Ushbu yo'nalishdagi faoliyatda sportchilar bilan olib boriladigan mashg'ulotlarni individual va guruhviy shaklda samarali tashkil etish, mashg'ulot yuklamalarini ilmiy asosda me'yorlashtirish hamda boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish muhim o'rin tutadi. Shuningdek, sportchilarda harakatlarni to'g'ri va samarali bajarish bo'yicha texnik va uslubiy kompetensiyalarni

chuqur egallash, mashg'ulot jarayonining samaradorligini ta'minlashda asosiy omil sifatida qaraladi.

Mashg'ulotlar dasturiga muvofiq, haftaning har kuni uchun mashg'ulotlar uch qismga ajratilgan: tayyorlov, asosiy va yakunlov qism. Har bir bosqich o'ziga xos metodik vazifalarni amalga oshirish uchun aniq belgilangan shiddat zonalarida (past 40-50%, o'rta 65-75%, yuqori 85-100%) bajarilishi lozim bo'lgan mashqlardan iborat.

Dastur metodik jihatdan ilmiy asoslangan holda tashkil etilgan bo'lib, sport pedagogikasining zamonaviy talablariga muvofiq ravishda yuklamalarni optimal tarzda taqsimlash, sportchilarni uzoq muddatli tayyorgarlik jarayonida bosqichma-bosqich rivojlantirish tamoyillariga amal qiladi. Shu bilan birga, dasturning samaradorligini oshirish uchun texnik va taktik mashqlar, ayniqsa, "chil", "yoqa usuli", "bel usuli", "yelka usuli" kabi an'anaviy usullarni yanada chuqurroq egallash va amaliy jihatdan qo'llashga imkon yaratadi.

Shuningdek, ishlab chiqilgan mazkur dastur murabbiy-pedagoglarga sportchilarni tayyorlash jarayonida individual yondashuvlarni samarali qo'llash imkonini yaratadi va kurashchilarni musobaqa sharoitiga kompleks tayyorlashda muhim metodik vosita sifatida xizmat qiladi. Dastur doirasida o'quv-mashg'ulot jarayonlarini ilmiy-tadqiqot metodlari asosida kuzatish, baholash, xulosa chiqarish ko'nikmalarining shakllanishi ham ko'zda tutilgan.

Dastur asosida belgilangan metodik yondashuvlar va vazifalar sport pedagogikasi hamda kurash nazariyasining ilmiy asoslariga qat'iy amal qilingan holda ishlab chiqilgan. Mashg'ulotlar davomida murabbiylar tomonidan pedagogik monitoringni olib borish, mashqlar samaradorligini tahlil qilish, shuningdek, individual va guruhli o'quv holatlarini chuqur o'rganish imkoniyatlarini taqdim etadi. Natijada, sportchilar tayyorgarligining sifatini oshirish, yuklama va natija o'rtaidagi bog'liqlikni ilmiy asosda tahlil qilish imkoniyati yuzaga keladi.

Dissertatsiyaning to'rtinchi bobi **"Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish samaradorligi"** deb nomlanadi. Mazkur bobda kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish dasturining tuzulishi va mazmun mohiyati ochib berilgan hamda kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish samaradorligi pedagogik tajribada asoslash bo'yicha o'tkazilgan tadqiqot natijalarining tahlili bayon qilingan.

Kurash bo'yicha murabbiylar malakasini oshirish jarayonini rivojlantirish maqsadida malaka oshirishga kelgan mutaxassislarda yani kurash bo'yicha murabbiylarda tadqiqot ishlarini tashkil qildik. Tadqiqot ishlarimizda ishlab chiqilgan dastur asosida amaliy mashg'ulotlar tashkil qilindi hamda tadqiqot va nazorat guruhlarini tashkil qilish orqali tadqiqot ishlarimizning samaradorligi o'rganildi. Tadqiqotlar Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand filiali, Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Nukus filiallarida malaka oshirish kurslarida malaka oshirgan kurash mutaxassislari orasida o'tkazildi.

Sport ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan sport turlari bo'yicha trenerlarning malaka oshirish kursi ishchi o'quv rejasi 4 ta blok va o'quv modullaridan iborat.

Birinchi blok Umumiy tayyorgarlik deb nomlanib, uchta o'quv moduli (Yangi O'zbekiston strategiyasi, Sport ta'limini tashkil etishning normativ-huquqiy hujjatlari, Amaliy xorijiy tilni o'tganishning intensiv usullari) kiritilgan. Ushbu blokda o'quv modullariga jami 18 soat ajratilgan.

Ikkinchi blok Umumkasbiy tayyorgarlik deb nomlanib, uchta o'quv moduli (Sportda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, Trenerning professional kompetentligi va mahorati, Sportda hayot faoliyati xavfsizligi) kiritilgan. Ushbu blokda o'quv modullariga jami 18 soat ajratilgan.

Uchinchi blok Mutaxassilik bo'yicha tayyorgarlik deb nomlanib, to'qqizta o'quv moduli (Sport psixologiyasi, Sportchi organizmining fiziologik asoslari, Sport nutritsiologiyasi, Sport tibbiyoti, Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati, Sportda saralash (seleksiya), Sport pedagogik mahoratini oshirish, Sport musobaqalari tahlili, Sport inshootlari) kiritilgan. Ushbu blokda o'quv modullariga jami 106 soat ajratilgan (3-jadvalga qarang).

To'rtinchi blok Malakaviy attestatsiya deb nomlanib, yakuniy test (oflayn, onlayn) sinovlari kiritilgan hamda mustaqil tayyorgarlik uchun 2 soat ajratilgan (3-jadvalga qarang).

3-jadval

Sport ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan sport turlari bo'yicha trenerlarning malaka oshirish kursi ishchi o'quv rejasi namunasi

T/r	Bloklar va o‘quv modullari nomi	Tinglovchining o‘quv yuklamalari soatlari				Mustaqil tayyorgarlik	Haftalar bo‘yicha soatlar taqsimoti			
		Auditoriya o‘quv yuklamalari					I	II	III	IV
							Kunlar bo‘yicha soatlar taqsimoti			
		Jami	Nazariy	Amaliy	Ko‘chma mashg‘ulot		6	6	6	6
III.	Mutaxassilik bo‘yicha tayyorgarlik	106	52	30	24		24	20	28	34
3.5	Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubiyati	24	14	4	6		2	4	12	6
3.7	Sport pedagogik mahoratini oshirish	18			18					18

Biz o'z tadqiqot ishimizda kurash bo'yicha murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirish maqsadida malaka oshirish kursining uchinchi blokiga kiritilgan "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati", "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modullariga ajratilgan ko'chma mashg'ulotlarni

takomillashtirishga harakat qildik (4-jadvalga qarang).

Ko'chma mashg'ulotlar uchun "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" o'quv moduliga 6 soat hamda "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv moduliga 18 soat ajratilgan.

4-jadval

Sport ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan sport turlari bo'yicha trenerlarning malaka oshirish kursi ishchi o'quv rejasida ko'chma mashg'ulotlar ajratilgan o'quv modullari to'g'risida ma'lumot

T/r	Bloklar va o‘quv modullari nomi	Tinglovchining o‘quv yuklamalari soatlari				Mustaqil tayyorgarlik	Haftalar bo‘yicha soatlar taqsimoti			
		Auditoriya o‘quv yuklamalari					I	II	III	IV
							Kunlar bo‘yicha soatlar taqsimoti			
		Jami	Nazariy	Amaliy	Ko‘chma mashg‘ulot		6	6	6	6
III.	Mutaxassilik bo‘yicha tayyorgarlik	42	14	4	24		2	4	12	24
3.5	Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubiyati	24	14	4	6		2	4	12	6
3.7	Sport pedagogik mahoratini oshirish	18			18					18

Mazkur o'quv modullariga ajratilgan soatlarni o'zlashtirishda aynan ko'chma mashg'ulotlarni tashkil qilish bo'yicha tadqiqot ishlari olib borilmaganligi, ko'chma mashg'ulotlarni samarali tashkil qilish yo'llarini ishlab chiqish zaruriyatini yuzga keltirdi. "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" hamda "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modullari uchun ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish dasturini ishlab chiqdik.

Tajriba ishlari Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o'qitiladigan "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" hamda "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modullarini ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish jarayonida olib borildi.

Dasturdan "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlar uchun ajratilgan mashg'ulotlarni o'zlashtirishda foydalanildi. Natijada tinglovchilarning ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirish ko'rsatkichlari 30% ga oshdi hamda "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirishda foydalanilib, natijada murabbiylarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari 30 % ga oshdi (5-jadvalga qarang).

**Tajriba sinov jarayonida tinglovchilarning bilimi samaradorlik dinamikasi
(Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va
malakasini oshirish instituti) (n=40)**

Tajriba sinov davrlari	Daraja ko‘rsatkichlari				“A’lo”, “Yaxshi” va “Qoniqarli” baholarga o‘zlashtirish ko‘rsatkichi	Sama- radorlik %
	A’lo	Yaxshi	Qoniqarl i	Qoniqarsi z		
“Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubiyati” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=20) NG	2	4	5	9	11/55,0%	5,0%
Tajriba avvali (n=20) TG	2	3	5	10	10/50,0%	
Tajriba oxiri (n=20) NG	2	4	6	8	12/60,0%	30%
Tajriba oxiri (n=20) TG	6	8	4	2	18/90,0%	
“Sport pedagogik mahoratini oshirish” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=20) NG	2	3	6	9	11/55,0%	5,0%
Tajriba avvali (n=20) TG	2	4	4	10	10/50,0%	
Tajriba oxiri (n=20) NG	3	3	5	9	11/55,0%	30,0%
Tajriba oxiri (n=20) TG	5	8	4	3	17/85,0%	

Izoh: NG - nazorat guruhi, TG – tajriba guruhi.

Shuningdek, tadqiqot ishlarimiz Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand filiali Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o'qitiladigan “Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati” hamda “Sport pedagogik mahoratini oshirish” o'quv modullarini ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish jarayonida tajribalar tashkil qilindi.

Dasturdan “Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati” o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlar uchun ajratilgan mashg'ulotlarni o'zlashtirishda foydalanildi. Natijada murabbiylarning ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirish ko'rsatkichlari 23,4% ga oshdi hamda “Sport pedagogik mahoratini oshirish” o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirishda foydalanilib, natijada murabbiylarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari 20 % ga oshdi (6-jadvalga qarang)

**Tajriba sinov jarayonida tinglovchilarning bilim samaradorlik dinamikasi
(Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va
malakasini oshirish instituti Samarqand filiali) (n=30)**

Tajriba sinov davrlari	Daraja ko'rsatkichlari				“A’lo”, “Yaxshi” va “Qoniqarli” baholarga o‘zlashtirish ko‘rsatkichi	Sama- radorlik %
	A’lo	Yaxshi	Qoniqarli	Qoniqarsiz		
“Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubiyati” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=15) NG	1	2	5	7	8/53,3%	6,7%
Tajriba avvali (n=15) TG	1	2	6	6	9/60,0%	
Tajriba oxiri (n=15) NG	1	2	7	5	10/66,6%	23,4%
Tajriba oxiri (n=15) TG	3	4	7	1	14/90,0%	
“Sport pedagogik mahoratini oshirish” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=15) NG	1	2	6	6	9/60,0%	6,4%
Tajriba avvali (n=15) TG	1	3	5	7	8/53,3%	
Tajriba oxiri (n=15) NG	1	3	6	5	10/66,6%	20,0%
Tajriba oxiri (n=15) TG	3	6	4	2	13/86,6%	

Izoh: NG - nazorat guruhi, TG – tajriba guruhi.

Shu bilan birga tadqiqot ishlari Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Nukus filiali Sport turlari bo'yicha trenerlar malakasini oshirish kursida o'qitiladigan “Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati” hamda “Sport pedagogik mahoratini oshirish” o'quv modullarini ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish jarayonida tajribalar tashkil qilindi.

Dasturdan “Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati” o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlar uchun ajratilgan mashg'ulotlarni o'zlashtirishda foydalanildi. Natijada murabbiylarning ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirish ko'rsatkichlari 33,3% ga oshdi hamda “Sport pedagogik mahoratini oshirish” o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirishda foydalanilib, natijada murabbiylarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari 33,4 % ga oshdi (7-jadvalga qarang).

Tajriba natijalari murabbiylarning bilimlari “A'lo”, “Yaxshi” va “Qoniqarli” baholarga o'zlashtirish oshib borganligi biz tomonidan ishlab chiqilgan dasturning samaradorligini ko'rsatib berdi. Shuningdek, malaka oshirish kursida kurash bo'yicha murabbiylarning kasbiy mahoratini rivojlantirishda ko'chma mashg'ulotlarini tashkil qilish ishlarini rivojlantirib borish zarur hisoblanadi. Ko'chma mashg'ulotlarni mazmunli tashkil qilishga qaratilgan chora-tadbirlarni ishlab chiqib, amaliyotga joriy qilib borish murabbiylar kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan ishlarning samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

**Tajriba sinov jarayonida tinglovchilarning bilimi samaradorlik dinamikasi
(Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va
malakasini oshirish instituti Nukus filiali) (n=30)**

Tajriba sinov davrlari	Daraja ko‘rsatkichlari				“A‘lo”, “Yaxshi” va “Qoniqarli” baholarga o‘zlashtirish ko‘rsatkichi	Sama- radorlik %
	A‘lo	Yaxshi	Qoniqarli	Qoniqarsiz		
“Sport mashg‘uloti nazariyasi va uslubiyati” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=15) NG	1	2	4	8	7/46,6%	6,7%
Tajriba avvali (n=15) TG	1	2	5	7	8/53,3%	
Tajriba oxiri (n=15) NG	1	2	5	7	8/53,3%	33,3%
Tajriba oxiri (n=15) TG	3	4	6	2	13/86,6%	
“Sport pedagogik mahoratini oshirish” o‘quv moduli bo‘yicha						
Tajriba avvali (n=15) NG	1	2	4	8	7/46,6%	6,6%
Tajriba avvali (n=15) TG	1	2	3	9	6/40,0%	
Tajriba oxiri (n=15) NG	1	3	3	8	7/46,6%	33,4%
Tajriba oxiri (n=15) TG	3	5	4	3	12/80,0%	

Izoh: NG - nazorat guruhi, TG – tajriba guruhi.

Malakali mutaxassislar tayyorlash jarayonini o'rganish, uni rivojlantirishga qaratilgan tadqiqotlarni tashkil qilib borish har doim davlat va jamiyat oldida turgan asosiy masalalardan biri bo'lib kelgan. Ayniqsa, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni tayyorlash, malakasini oshirish jarayonlarini o'rganish bugungi salomatlik asosiy qadriyatlardan biri bo'lib kelayotgan zamonda zarur hisoblanadi. Chunki, jismoniy tarbiya va sportdan samarali foydalanish orqali salomatlikni rivojlantirish bilan birga uni tiklash, sog'lom fikrlash hamda barkamol avlodni tarbiyalash imkoniyatiga ega bo'lamiz. Bu esa jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish bilan birga malakali mutaxassislarni tayyorlash hamda ularning malakasini tizimli ravishda oshirib borish ishlarini samarali tashkil qilish, innovatsion yondashuvlarni joriy qilish ishlarini samarali tashkil qilish zaruriyatini yuzaga keltiradi.

Kurash bo'yicha tinglovchilarning jismoniy hamda texnik mahorati oshirishga qaratilgan dastur metodik jihatdan ilmiy asoslangan holda tashkil etilgan bo'lib, dasturning samaradorligini oshirish uchun texnik va taktik mashqlar, ayniqsa, “Chil usuliga kirib chiqish”, “Yelkadan oshirib tashlash usuliga kirib chiqish”, “Ikki yengdan ushlab o'ng va chap tomonlarga kirib chiqish”, “Yeng yoqadan ushlagan qo'larni uzish usullari” kabi usullarni yanada chuqurroq egallash va amaliy jihatdan qo'llashga imkon yaratadi (8-jadvalga qarang).

Kurash bo'yicha tinglovchilarning jismoniy hamda texnik mahorati samaradorlik dinamikasi (n=100)

8-jadval

Koʻrsatkichlar			30 m. ga yugurish (soniya)	Yerga tayangan holda qoʻllarni bukib-yozish (marta, soniya)	Chil usuliga kirib chiqish	Yelkadan oshirib tashlash usuliga kirib chiqish	Ikki yengdan ushlab oʻng va chap tomonlarga kirib chiqish	Yeng yoqadan ushlagan qoʻlarni uzish usullari	
	TG	Tajriba boshida	$\bar{X}$	6,32	20,64	11,07	9,79	9,29	17,57
			σ	0,28	2,98	1,00	1,25	1,07	1,34
			V%	4,51	14,42	9,01	12,79	11,51	7,64
	NG		$\bar{X}$	6,22	21,86	11,64	10,29	9,71	18,36
			σ	0,26	2,91	1,28	1,14	0,91	2,17
			V%	4,11	13,29	10,97	11,07	9,41	11,82
t			1,12	1,24	1,50	1,25	1,29	1,31	
P			>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	
	TG	Tajriba oxirida	$\bar{X}$	5,66	24,93	13,64	10,93	11,79	22,21
			σ	0,46	2,59	1,78	1,14	1,53	2,26
			V%	8,18	10,37	13,05	10,44	12,97	10,17
	NG		$\bar{X}$	5,95	22,86	12,36	10,07	10,64	20,57
			σ	0,29	2,74	1,45	1,07	1,22	1,91
			V%	4,81	11,99	11,71	10,64	11,42	9,29
t			2,25	2,33	2,38	2,32	2,48	2,36	
P			<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	

Xususan, murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirib borishga qaratilgan chora-tadbirlar va mashg'ulotlarni tashkil qilish, fanlarni va mashg'ulotlarni kasbiy mahoratni rivojlantirishga yo'naltirish, xorijiy tajribani o'zlashtirish bo'yicha bilimlar beruvchi fan mavzularini joriy qilish hamda hududiy qadriyatlarga amal qilish hamda olib borilgan 24 soatlik amaliy mashg'ulotlar natijasida trener-o'qituvchilarning tajribasini oshirishga harakat qilish kerak bo'ladi. Mazkur jarayonda kurash bo'yicha murabbiylarda kreativ fikrlash, kasbiy kompetentlikni rivojlantirish hamda amaliy ko'nikmalarini, jismoniy va texnik tayyorgarligini oshirishga e'tibor berish malakali murabbiylar tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etdi

XULOSALAR

Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish bo'yicha tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Tadqiqot mavzusi yuzasidan ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahliliy o'rganish asosida, bugungi kunda kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish masalalari yetarlicha o'rganilmaganligi aniqlandi.

2. Kurash sport turi milliy qadriyatlarimizdan biri bo'lib, o'zida xalqimizning o'ziga xos xususiyatlarini o'zida ifoda etib, millatimiz hamda davlatchiligimizning asoslarini mustahkamlashga xizmat qiladi. Kurash bo'yicha murabbiylarda mahallalarda yoshlarning kurashga bo'lgan qiziqishini oshirishga qaratilgan ijtimoiy omillar tahlil qilish tajribasini rivojlantirish hamda kurash sport turiga qadriyat sifatida yondashuvni shakllantirish sport turini ommalashtirishda muhim ahamiyat kasb etishi asoslandi.

3. Kurash bo'yicha sport to'garaklarini tashkil qilishda murabbiylarning kasbiy kompetentligining rivojlanganligi muhim ahamiyat kasb etadi. Murabbiylar o'z sportchi-o'quvchilarida milliy qadriyatlarni shakllantirishi ota-nalarning o'z farzandlarini kurash to'garaklariga berishlaridan manfaatdorligini oshirishiga olib kelishi aniqlandi.

4. Kurash bo'yicha murabbiylar malakasini oshirishga qaratilgan mashg'ulotlarda nazariya va amaliyot birligini ta'minlash e'tibor qaratish zarur bo'lib, mazkur jarayonda kasbiy mahoratni rivojlantirishga qaratilgan fanlarni hamda inovatsion yondashuvlar joriy qilish samaradorligi isbotlandi.

5. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishga qaratilgan dasturdan "Sport mashg'uloti nazariyasi va uslubiyati" o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlar uchun ajratilgan mashg'ulotlarni o'zlashtirishda foydalanildi. Natijada murabbiylarning ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirishi 28,9 % ga hamda "Sport pedagogik mahoratini oshirish" o'quv modulining ko'chma mashg'ulotlarini o'zlashtirishda foydalanilib, natijada murabbiylarning o'zlashtirishi 27,8 % ga oshirish erishildi.

6. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishda malaka oshirish kurslarida ko'chma mashg'ulotlarni tashkil qilishda mashg'ulot dasturlariga kurash sport turining yoshlar tarbiyasidagi ahamiyatini oshirish masalalarini kiritish, ya'ni "halol g'alaba-halollik", "raqibni hurmat qilish-o'zaro hurmat", "kamtarlik" kabi axloqiy qadriyatlarni shakllantirishdagi salohiyatidan foydalanish bo'yicha

tajribasini oshirishga yo'naltirish an'anaviy usullarga nisbatan samarali ekanligini isbotladi.

7. Kurash bo'yicha murabbiylar uchun ko'chma mashg'ulotlarni innovatsion yondashuvlar asosida loyihalash, trening modeli, keys-stadi, reflektiv analiz va interaktiv metodlarni namoyon etuvchi o'quv dasturini ishlab chiqish individual va guruh shaklidagi mashg'ulotlarni samarali tashkil etishga imkon beradi. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishga qaratilgan dasturning samarali ekanligi pedagogik tajribada o'z tasdig'ini topdi. Bu biz tomonimizdan ishlab chiqilgan va takomillashtirilgan mexanizmlarning samaradorligidan dalolat beradi.

8. Kurash bo'yicha tinglovchilarning jismoniy hamda texnik mahorati oshirishga qaratilgan dasturdan samarali foydalanish "Chil usuliga kirib chiqish", "Yelkadan oshirib tashlash usuliga kirib chiqish", "Ikki yengdan ushlab o'ng va chap tomonlarga kirib chiqish", "Yeng yoqadan ushlagan qo'larni uzish usullari" kabi usullarni yanada chuqurroq egallash va amaliy jihatdan qo'llash hamda kurash murabbiylarining kasbiy hamda sport pedagogik mahoratini oshirishga xizmat qilishi o'tkazilgan tadqiqot natijalari orqali isbotlandi.

9. Murabbiylarning amaliyotdagi tajribasini oshirishda malakali mutaxassislar tajribasini o'zlashtirish, yetakchi olimlarning ishlarini tahlil qilish hamda xalqaro va mahalliy musobaqalarni tahlil qilish bo'yicha malakasini oshirishga qaratilgan ilmiy-uslubiy adabiyotlarni, amaliy tajribasini oshirishga qaratilgan innovatsion ta'lim kontentlarini yaratib borish malaka oshirish jarayoni samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

AMALIY TAVSIYALAR

1. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishda malaka oshirish kurslarida ko'chma mashg'ulotlarni tashkil qilishda mashg'ulot dasturlariga kurash sport turining yoshlar tarbiyasidagi ahamiyatini ko'rsatib berish tavsiya etiladi.

2. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini rivojlantirishda kreativ fikrlashga o'rgatadigan va yo'naltiridigan sport muammolarini hal qilishga qaratilgan ijodiy-mashqlarni kiritish tavsiya etiladi. Bunda kurash bo'yicha murabbiylarning faoliyatida yuzaga kelayotgan muammolarni bartaraf etish imkoniyati rivojlanadi.

3. Kurash bo'yicha murabbiylarda kreativ fikrlash, nostandart yondashish, ijodiy faollik kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan o'quv modullarini joriy qilish va uslublaridan ko'chma mashg'ulotlarda foydalanish tavsiya etiladi. Bunda kurash bo'yicha murabbiylarning sportchi-o'quvchilarga kurash qadriyatlarini tushunish va ulardan mashg'ulot va musobaqada foydalanish bo'yicha kreativ fikrlashi, amaliy-kreativ harakatlari, o'ziga xos individual uslubni yaratish layoqatlari rivojlanadi.

4. Kurash bo'yicha murabbiylarda tajribasini oshirishda malakali mutaxassislar tajribasini o'zlashtirish, yetakchi olimlarning ishlarini tahlil qilish hamda xalqaro va mahalliy musobaqalarni tahlil qilish bo'yicha malakasini oshirishga qaratish yangi uslublar, yangi yondashuvlar haqidagi bilim va ko'nikmalarining shakllanishiga olib keladi.

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

**УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

АЪЗАМХОНОВ ОЛТИНХОН АШРАФХОН УГЛИ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕХАНИЗМОВ РАЗВИТИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА ТРЕНЕРОВ ПО КУРАШУ**

**13.00.04- Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры**

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам

Тема диссертации на соискание ученой степени доктора философии (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан под номером № B2023.4.PhD/Ped2308.

Докторская диссертация выполнена в Узбекском государственном университете физической культуры и спорта.

Автореферат диссертации на трёх языках (узбекском, русском, английском (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета веб-сайта Узбекском государственном университете физической культуры и спорта (www.jtsu.uz) и Информационно-образовательном портале «Ziyonet» (www.ziyonet.uz).

Научный руководитель:	Киргизбаев Маруфжон Муйдинович доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Официальные оппоненты:	Рахимов Владимир Шавкатович доктор педагогических наук (DSc), профессор Олимов Алишер Исакович доктор философии (PhD) по педагогическим наукам, доцент
Ведущая организация:	Ферганский государственный университет

Защита диссертации состоится “____” “____” 2025 г. в ____ часов на заседании Научного совета DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 при Узбекском государственном университете физической культуры и спорта по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Металурглар, дом 15. Тел: (0-370)-717-17-19, 717-27-27, факс: (0-370) 717-17-76, Веб-сайт: www.jtsu.uz, e-mail: info@jtsu.uz, Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, ("Дворец культуры," конференц-зал)).

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. Спортивная, дом 19. Тел: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76)

Автореферат диссертации разослан «__» _____ 2025 г.
(реестр протокола рассылки №__ от «__» _____ 2025 г.).

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

М.А.Ибрагимов
Ученый секретарь научного совета
по присуждению ученых степеней,
д.ф.п.п.н. (PhD), профессор

А.Н.Шопултов
Председатель научного семинара
при научном совете по
присуждению ученых степеней,
д.п.н. (DSc), профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мире проведен и продолжает осуществляться ряд научно-исследовательских работ, направленных на развитие спортивной системы и совершенствование системы подготовки спортсменов. Особое внимание уделяется разработке и реализации мер, способствующих популяризации физической культуры и спорта, с акцентом на развитие различных видов спорта. Как у каждого народа и этноса в мире есть свои национальные виды спорта, так и в нашей стране стремительно развивается борьба кураш. Во многих странах проводятся широкомасштабные научные исследования по адаптации системы подготовки спортсменов, занимающихся борьбой, к современным требованиям. В нашей стране также ведутся исследования по дальнейшему развитию научно-исследовательских работ в области кураша, систематической организации работ по внедрению современных методов в систему подготовки квалифицированных специалистов.

В мире квалифицированные кадры играют важную роль в развитии видов спорта. Квалифицированные специалисты, не только выполняют основную задачу в развитии вида спорта Кураш, но и разрабатывают новые методы и инновационные решения по его дальнейшей популяризации. Кроме того, такие кадры, осваивая и внедряя зарубежный опыт в учебно-тренировочный процесс, вносят большой вклад в подготовку квалифицированных спортсменов среди молодежи, а также популяризацию страны во всем мире. Поэтому возникает необходимость разработки новых методов в борьбе, внедрения креативных подходов, направленных на повышение ее привлекательности. В этом процессе появляется потребность в подготовке квалифицированных тренеров, способных организовать работу в соответствии с современными требованиями, а также в изучении проблем в системе повышения их квалификации и реализации мер, направленных на дальнейшее развитие.

После обретения нашей страной независимости физическая культура и спорт стали рассматриваться как одно из основных средств воспитания здорового и гармонично развитого поколения. В частности, началось движение по развитию и популяризации нашего национального вида спорта - кураша, с целью включения его в ряд олимпийских видов спорта. Для развития кураша в спортивных образовательных учреждениях были организованы соответствующие направления по спортивным специальностям. Налаживается работа по подготовке специалистов по курашу во всех высших учебных заведениях спортивного профиля. Была создана Федерация кураша, начата широкомасштабная работа по выводу спортсменов на мировую арену. Вместе с тем, растущая популярность кураша требует усиления внимания к организации престижных международных соревнований, модернизации существующей инфраструктуры и материально-технической базы, улучшению обеспечения спортивным инвентарем и одеждой, расширению производства в данной сфере¹,

¹ Постановление Президента Республики Узбекистан от 4 ноября 2020 года № ПП-4881 «О мерах по развитию и дальнейшему повышению международного авторитета национального вида спорта кураш».

а также подготовке квалифицированных кадров, тренеров и судей. На сегодняшний день необходимо систематически организовывать процесс повышения квалификации специалистов по курашу, налаживать научно-исследовательскую работу и направлять их на изучение зарубежного опыта. В частности, одной из основных проблемных задач остается организация процесса повышения квалификации по гармоничному развитию теоретических и практических знаний, преподавание дисциплин современными методами и ориентация на развитие профессионального мастерства тренеров по курашу.

Данное диссертационное исследование в определенной степени послужит реализации задач, предусмотренных в Законе Республики Узбекистан от 4 сентября 2015 года № ЗРУ-394 “О физической культуре и спорте” (новая редакция), Постановлении Президента Республики Узбекистан от 2 октября 2017 года № ПП-3306 “О мерах по дальнейшему развитию национального вида спорта «Кураш»”, Постановлении от 4 ноября 2020 года № ПП-4881 “О мерах по развитию и дальнейшему повышению международного авторитета национального вида спорта кураш”, Указе Президента от 28 января 2022 года № УП-60 “О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы”, а также в Постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан от 4 июля 2022 года № 355 “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы переподготовки и повышения квалификации специалистов в области физической культуры и спорта” и других нормативно-правовых документах, касающихся данной деятельности.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики I. «Формирование системы инновационных идей и пути их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства».

Степень изученности проблемы. Учеными нашей страны также проведен ряд научно-исследовательских работ, направленных на повышение квалификации тренеров. Такие отечественные ученые, как Р.Саламов, А.Н.Абдиев, Ф.А.Керимов в своих научных исследованиях пришли к выводу о необходимости повышения профессионального мастерства тренеров. Молодые ученые сферы Б.К.Эримбетов, З.С.Артиков, Ш.Э.Келдиёров, Ш.С.Мирзанов, Ф.И.Бобомуродов, М.М.Киргизбоев, Н.А.Чоршамиев, М.Н.Шукуров проводили исследования, направленные на развитие подготовки курашистов. Также Н.Т.Тухтабоев, З.П.Расулов, Б.Б.Ибрагимов, И.А.Турсуналиев²,

²Саламов Р.С. Совершенствование образовательного процесса подготовки бакалавров по направлению «физическая культура и спорт». /дисс. док. наук. –Ташкент, 2003.-7 с.; Абдиев А.Н. Яккакураш спорт турларида ихтисослашувчи талабаларда мураббийнинг касбий кўникмаларини шакллантиришнинг илмий-педагогик асослари. Пед. фан. док. ... дис. –Т.:ЎзДЖТИ нашриёти, 2004. – 210 б.; Керимов Ф.А. Спортда илмий тадқиқотлар – дарслик. – Тошкент: Илмий тахника ахбороти – пресс нашриёти, 2021. – 380 б.; Еримбетов Б.К. Малакали курашчиларнинг мусобақа ва машғулот жараёнида педагогик назорат қилишнинг назарий-методик асосларини такомиллаштириш (кураш миллий спорт тури мисолида). Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчиқ: «Тошкент кимё-технология институти», 2019.-Б.51.; Артиков З.С.

непосредственно изучавшие деятельность тренеров и процесс повышения квалификации, разработали ряд научных методов, направленных на развитие подготовки тренеров, модели организации процесса повышения квалификации.

Ряд ученых занимается проблемами подготовки квалифицированных специалистов по курашу в странах Содружества Независимых Государств. Особое внимание уделяется повышению профессионального мастерства тренеров, гармоничному развитию их теоретического и практического опыта. В частности, можно отметить следующих зарубежных ученых, и их исследования: Л.П. Матвеев - исследования направленные на повышение профессионального мастерства при подготовке квалифицированных специалистов, В.Н. Платонов - исследования на повышение мастерства квалифицированных тренеров при подготовке высококвалифицированных спортсменов, Ю.В. Верхошанский - исследования на повышение опыта тренеров в развитии специальной физической подготовки. В.А.Кудинова занималась развитием системы мониторинга сферы физической культуры и спорта, А.М.Корчевский - улучшением образа жизни учителей и тренеров через физическую культуру и спорт, Н.И.Антонова, В.В.Горбачева, Н.В.Кандаурова проводили научные исследования по повышению управленческих навыков работников спортивных образовательных учреждений и тренеров. В.В.Аюшеев, Т.В.Хованская в своих исследованиях продвигали идею о необходимости поддержки деятельности тренеров для развития физической культуры и спорта. А.Э.Павлов, Л.П.Кузнецова, И.Г.Литвинцева, Д.В.Максимов³ проводили

Белбоғли курашда статик ва динамик кучланиш давомида мувозанат саклаш функциясини шакллантириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича (PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2019. - Б.54.; Келдиёров Ш.Э. Кураш миллий спорт тури ҳаракатларини дастлабки ўргатиш услубларини такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2019. - Б.47.; Мирзанов Ш.С. Белбоғли курашчиларда куч қобилятини изокинетик машқлар ёрдамида ривожлантириш устуворлиги ва уни баҳолаш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2020.-Б.57.; Бобомуродов Ф.И. Курашчиларнинг морфологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда техник- тактик ҳаракатларини такомиллаштиришга дифференциал ёндашув. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2020. - Б.61.; Қирғизбоев М.М. Белбоғли курашда бўғимлараро эгилувчанликнинг устуворлиги ва уни ихтисослаштирилган тартибда ривожлантириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Тошкент кимё-технология институти», 2021.- Б.61.; Чоршамиев Н.А. Ёш курашчиларнинг тайёргарлик тизимида машқланиш ва тикланиш даражасини оширишда шарқона массаждан фойдаланиш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Tipograff», 2022. - Б.61.; Шукуров М.Н. Курашчиларни техник ҳаракатларга ўргатишда кластер услубидан фойдаланишни такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: «Tipograff», 2022. - Б.61.; Тўхтабоев Н.Т. Жисмоний тарбия мутахассисларининг касбий маҳоратини ривожлантиришга таъкилий-педагогик ёндашув. п.ф.н. илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертация автореферати. – Тошкент, ЎзДЖТИ, 2011. - Б.24.; Расулов З.П. Тренерларнинг касбий-психологик тайёргарлигини ривожлантириш механизмларини такомиллаштириш. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик:ЎзДЖТСУ, 2021. - Б.67.; Ибрагимов Б.Б. Малака ошириш тизимида спорт курашлари бўйича тренерларнинг касбий маҳоратини такомиллаштириш методикаси. Педагогика фанлари бўйича(PhD)...дисс.автореф.-Чирчик: ЎзДЖТСУ, 2021. - Б.59.; Tursunaliyev I.A. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini uzluksiz kasbiy malaka oshirish tizimini pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish. Pedagogika fanlari bo'yicha(PhD)...diss.avtoref.-Toshkent: «Tipograff», 2023. - Б.48.

³ Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для ИФК / Л.П.Матвеев. - 3-е изд., перераб. – М.: Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. – 544 с.; Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.; Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2013. – 216 с.; Кудинова В.А. Информационно-аналитический мониторинг в системе управления развитием сферы

исследования, направленные на формирование спортивного резерва в единоборствах в сотрудничестве с тренерами и родителями, повышение опыта будущих учителей физкультуре по организации практических занятий и индивидуализации процессов передачи данных знаний.

Кроме того, такие зарубежные ученые, как Мартон Томин, Аттила Косса, Сабольч Березваи, Акош Кметти, Люк Капиццо, С.Р. Табасиа, А.А. Норастех, Б. Мирзаеи, Х. Зареи, Кимберли С. Фасчевска, Сара М. Пауэлл Б, Ноласко Р. Стивенс А, Джаред У. Скиннер, О. Узер, Н.У. Йилдирим, Ч. Сойлу, М. Озал, Джоэл С. Бурма, Бен Кэмерон, Тин Ясинович, Виктор Лун, Коди Р. ван Рассел, Бонни Саттер, Престон Уайли, Кэтрин Дж. Шнайдер⁴, проводили научные исследования, направленные на развитие видов спортивной борьбы.

Безусловно, актуальным в этих работах является организация исследований, направленных на развитие общей и специальной физической подготовки борцов кураша, а также на непосредственное повышение квалификации тренеров. Однако в современном стремительно меняющемся мире достижения науки и создание новых инновационных подходов требуют совершенствования процесса повышения квалификации специалистов. В частности, необходимо организовывать исследовательские работы, направленные на повышение профессионального мастерства курашистов, совершенствование механизмов процесса повышения квалификации. В связи с этим совершенствование механизмов развития профессионального мастерства

физической культуры: автореферат дис...док.пед.наук.-Краснодар: 2019. -27 с.; Корчевский А.М. Технология повышения качества жизни мужчин-преподавателей вуза с использованием физкультурно-оздоровительных и компьютерных средств: дис...канд.пед.наук.- Благовещенск: 2017. -214 с.; Антонова Н.И. Правовое обеспечение менеджмента коммерческих физкультурно-спортивных организаций: дис...канд.пед.наук.- Санкт-Петербург: 2013. -209 с.; Горбачева В.В. Технология дифференцированной профессионально-прикладной физической подготовки студентов-спортивных менеджеров: дис...канд.пед.наук.- Волгоград: 2013. -155 с.; Кандаурова Н.В. Организационно-управленческая и предпринимательская деятельность руководителя спортивной школы: дис...док.пед.наук.-Мос: 2014. -340 с.; Аюшеев В.В. Повышение профессиональной устойчивости преподавателей вуза средствами физической культуры: дис...канд.пед.наук.- Улан-Удэ: 2013. -166 с.; Хованская Т.В. Информационно-аналитическое сопровождение тренерской деятельности: дис...канд.пед.наук.-Волгоград: 2013. -145 с.; Антонова Н.И. Правовое обеспечение менеджмента коммерческих физкультурно-спортивных организаций: дис...канд.пед.наук.-Санкт-Петербург: 2013. -209 с.; Горбачева В.В. Технология дифференцированной профессионально-прикладной физической подготовки студентов-спортивных менеджеров: дис...канд.пед.наук.- Волгоград: 2013. -155 с.; Кандаурова Н.В. Организационно-управленческая и предпринимательская деятельность руководителя спортивной школы: дис...док.пед.наук.-Мос: 2014. -340 с.

⁴ Ma'rton Tomin, Attila Kossa, Szabolcs Berezhvai, A'kos Kmetty. (2022) Investigating the impact behavior of wrestling mats via finite element simulation and falling weight impact tests// Polymer Testing journal . Volume-108. <https://doi.org/10.1016/j.polymertesting.2022.107521>.; Luke Capizzo. (2023) Managing intractability: Wrestling with wicked problems and seeing beyond consensus in public relations // Public Relations Review journal. Volume-49. <https://doi.org/10.1016/j.pubrev.2022.102263>.; S.R. Tabasia, A.A. Norastehb, B. Mirzaeic, H. Zarei. (2022) Proprioception and dynamic balance performance in wrestlers: Freestyle vs. Greco-Roman // Science & Sports. Volume-37. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2021.06.011>.; Kimberly S. Fasczewski a, Sara M. Powell b, Nolasco R. Stevens a, Jared W. Skinner. (2022) “Strong, fearless, tough, enduring”: Collegiate male wrestlers’ perceptions of body image and masculinity // Performance Enhancement & Health journal. Volume-10. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2021.100212>.; O.Uzera, N.U.Yildirim b, C.Soylub, M.Ozal. (2023) Proprioception and dynamic balance performance in wrestlers: Freestyle vs. Greco-Roman // Science & Sports. Volume-38. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2022.03.009>.; Joel S. Burma, Ben Cameron, Tin Jasinovic, Victor Lun, Cody R. van Rassel, Bonnie Sutter. Preston Wiley, Kathryn J. Schneider. (2022) The effect of an exertional field-test on sport concussion assessment tool 5 subcomponents in University rugby and wrestling athletes: A pilot prospective case series // Physical Therapy in Sport journal. Volume-55. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2022.01.005>.

тренеров по курашу является одним из актуальных вопросов сегодняшнего дня.

Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего учебного заведения или научно-исследовательского учреждения, где выполнена диссертация. Данная диссертация выполнена в рамках плана научно-исследовательских работ Узбекского государственного университета физической культуры и спорта по теме №V/I «Развитие системы подготовки высококвалифицированных спортсменов в сборных командах, а также профессионально-педагогических навыков и компетенций у специалистов по физической культуре и спорту на основе совершенствования теоретико-методических основ физической культуры и спорта».

Целью исследования является совершенствование механизмов развития профессионального мастерства тренеров по борьбе кураш в процессе повышения квалификации.

Задачи исследования:

разработка практических тем, направленных на повышение профессионального мастерства тренеров в процессе повышения квалификации;

разработку учебной программы выездных занятий для тренеров по курашу на основе инновационных подходов;

развитие у тренеров по борьбе кураш компетенций, направленных на повышение интереса молодежи в махаллях к этому виду спорта;

разработка программы практических занятий по повышению спортивно-педагогического мастерства, направленных на совершенствование профессиональных навыков тренеров по борьбе кураш в спортивных школах.

Объектом исследования является процесс повышения квалификации тренеров по курашу в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту и его Нукусском, Самаркандском филиалах.

Предметом исследования является содержание, формы и методы развития профессионального мастерства тренеров по курашу в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту и его Нукусском, Самаркандском филиалах.

Методы исследования. В исследовании использовались такие методы, как научно-теоретический анализ данных отечественной и зарубежной литературы, обобщение опыта отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, анализ документов, касающихся учебно-тренировочного процесса в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту и его филиалах, анкетирование, педагогические наблюдения, тесты, экспериментальные работы, математическая статистика.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

повышена эффективность выполнения приемов, применяемых на соревнованиях, за счет включения в практические занятия технико-тактических элементов и внедрения в модули дисциплины практических тем, направленных

на повышение профессионального мастерства тренеров в процессе повышения квалификации, что обеспечивает единство теории и практики в тренировках по курашу.

расширены возможности эффективной организации индивидуальных и групповых занятий за счет разработки учебной программы для тренеров по курашу, которая включает проектирование выездных занятий на основе инновационных подходов, демонстрирует модель тренинга, кейс-стади, рефлексивный анализ и интерактивные методы;

относительный рост компетенций творческой активности тренеров по курашу достигнут путем анализа социальных факторов, направленных на повышение интереса молодежи к курашу в махаллях и включения их в организационную часть учебных занятий;

расширены возможности повышения технико-тактической подготовки тренеров по курашу спортивных школ за счет разработки программы практических занятий по повышению спортивно-педагогического мастерства с оптимальным распределением времени занятий, частей, названий упражнений и зон интенсивности, определенных в типовой учебной программе, предназначенной для повышения профессионального мастерства.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

для модулей дисциплины разработаны практические темы, обеспечивающие теоретическое и практическое единство занятий по курашу, предусматривающие совершенствование технико-тактических элементов, применяемых на практических занятиях, а также повышение профессионального мастерства тренеров.

разработана учебная программа, закрепляющая практический опыт тренеров по курашу на выездной тренировке;

повышен опыт тренеров по курашу по организации учебных занятий, направленных на повышение интереса молодежи махалли к курашу путем анализа социальных факторов;

разработана программа практических занятий по повышению спортивно-педагогического мастерства, предназначенная для повышения профессионального мастерства тренеров по курашу спортивных школ.

Достоверность результатов исследования обусловлена их теоретико-методологической обоснованностью, последовательным выполнением научного исследования, наличием логического подхода, полным соответствием выбранных методик целям и задачам исследования, научными взглядами ведущих отечественных и зарубежных ученых, а также тренеров по борьбе кураш, достаточным объемом и репрезентативностью цели исследования и охвата экспериментальной работы, необходимой продолжительностью экспериментальной деятельности, совместным применением количественного и качественного анализа и обобщения материалов исследования, а также обоснованностью с помощью методов математической статистики, внедрением предложений и рекомендаций в практику и подтверждением полученных результатов уполномоченными министерствами и организациями.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования проявляется в повышении эффективности системы переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту в результате разработки и внедрения надежных методов и индивидуальных программ подготовки перспективных тренеров с помощью инновационной методики.

Практическая значимость результатов исследования заключается в определении приоритетных направлений повышения профессионального мастерства тренеров по курашу как основы системы повышения квалификации тренеров, в содействии повышению и совершенствованию профессиональной компетентности и креативности, в методических разработках и развитии мастерства подготовки квалифицированных тренеров по курашу.

Внедрение результатов исследования. На основе полученных результатов по совершенствованию механизмов развития профессионального мастерства тренеров по курашу в процессе повышения квалификации;

предложения по включению в выездные занятия учебного модуля «Теория и методика спортивной тренировки», преподаваемого в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, технико-тактических элементов практических занятий, направленных на обеспечение теоретического и практического единства тренировок по курашу в процессе повышения квалификации, а также практических тем, нацеленных на повышение профессионального мастерства тренеров, были реализованы в данном учебном заведении (Справка Министерства спорта Республики Узбекистан от 5 ноября 2024 года № 03-16/11136). В результате показатели успеваемости тренеров увеличились на 30%;

предложения по проектированию выездных занятий для тренеров по курашу на основе инновационных подходов, использованию учебной программы, демонстрирующей модель тренинга, кейс-стади, рефлексивный анализ и интерактивные методы, включены в содержание учебного пособия «Кураш» (Удостоверение № 01/501-A/F-33 в соответствии с приказом министра молодежной политики и спорта Республики Узбекистан от 20 апреля 2023 года № 0L/501-A/F). В результате методические рекомендации по организации выездных занятий тренеров по курашу были внедрены во все спортивные школы республики, а показатели освоения тренерами выездных занятий увеличились на 23,4%;

предложения по организации учебных занятий, направленных на анализ сравнительного роста компетенций творческой активности тренеров по курашу и социальных факторов, способствующих повышению интереса молодежи к курашу в махаллях, внедрены в теоретический и практический учебный процесс курсов повышения квалификации тренеров по видам спорта Самаркандского филиала института переподготовки и повышения

квалификации специалистов по физической культуре и спорту (Справка Министерства спорта Республики Узбекистан от 5 ноября 2024 года № 03-16/11136). В результате профессиональное мастерство тренеров увеличилось на 30%;

предложения по программе практических занятий для повышения спортивно-педагогического мастерства, в которой оптимально распределены время занятий, их части, названия упражнений и зоны интенсивности, определенные в типовой учебной программе для повышения профессионального мастерства тренеров по борьбе курашу спортивных школ, включены в содержание курса «Теория и методика спортивной тренировки», преподаваемого на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта в Нукусском филиале института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, а также применены на практических занятиях (Справка Министерства спорта Республики Узбекистан от 5 ноября 2024 года № 03-16/11136). В результате, усвоение материала тренерами улучшилось на 33,4%, а мастерство технико-тактической подготовки повысилось на 11%.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования обсуждались на 3 международных и 4 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. Всего по теме диссертации опубликовано 11 научно-методических работ, в том числе 5 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций, 2 из которых опубликованы в зарубежных периодических изданиях.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, 4 глав, заключения, рекомендаций, списка использованной литературы и приложений, текст состоит из 121 страниц. В диссертации использовано 8 таблиц и 10 рисунков с диаграммами.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении представлены данные об актуальности и востребованности темы диссертации, определена связь исследования с основными приоритетными направлениями развития науки и технологии республики, освещена степень изученности проблемы, её связь с планами по научно-исследовательской работе вуза, в котором была выполнена диссертация, определены цель и задачи, объект и предмет исследования, изложены научная новизна и практические результаты, обоснованы достоверность полученных результатов, их научное и практическое значение, также даются сведения о внедрении, апробации, опубликовании результатов исследования, а также об объеме и структуре диссертации.

В первой главе диссертации, озаглавленной «Педагогические проблемы развития профессионального мастерства тренеров по курашу»,

на основе изучения имеющейся научно-методической литературы освещены проблемы развития профессионального мастерства тренеров по борьбе кураш, нормативно-правовые основы совершенствования их профессионального мастерства тренеров, а также представлена современная концепция организации работы по развитию профессионального мастерства тренеров по курашу. Изучение и исследование процессов подготовки специалистов в области физической культуры и спорта позволяет дальнейшее совершенствование процессов подготовки квалифицированных тренеров в этой сфере, а также формирование всесторонних знаний у специалистов, работающих в области физической культуры и спорта. Это играет важную роль в повышении интереса молодежи к физической культуре и спорту, а также в отборе среди них квалифицированных спортсменов. Так, в исследовании обосновано, что способность тренеров только по курашу видеть проблемы в своей области имеет важное значение в дальнейшем развитии вида спорта кураш. Также представлены результаты исследования, направленного на выявление проблем в организации учебно-тренировочных занятий и повышении профессионального мастерства тренеров по курашу, выявлены существующие проблемы и разработаны рекомендации по их устранению (см. табл 1).

Таблица 1

Результаты опроса, проведенного среди тренеров по борьбе кураш

№	Вопросы анкетирования	Да	Нет
1.	Существуют ли условия для занятий видом спорта кураш в вашем регионе?	17	4
2.	Можете ли вы заинтересовать занимающихся в процессе занятий?	20	1
3.	Думаете ли вы, что тренеры по курашу в вашем районе обладают достаточной квалификацией?	12	9
4.	Достаточно ли на вашем рабочем месте условий для проведения занятий с использованием инновационных технологий?	7	14
5.	Считаете ли вы, что использование инновационных технологий позволит максимально повысить эффективность обучения?	19	2
6.	Удовлетворены ли вы участием занимающихся на занятиях?	20	1
7.	Считаете ли вы, что проводимые вами занятия являются вполне достаточными для занимающихся?	14	7
8.	Важны ли для вас способности детей при отборе?	19	2
9.	Достаточно ли учебных, методических пособий, методических рекомендаций, касающихся сферы, для совершенствования вашего профессионального мастерства?	17	4
10.	Удовлетворяют ли вас знания, уровень, опыт, педагогическое мастерство профессорско-преподавательского состава, ведущего занятия в процессе повышения квалификации?	19	2
11.	Довольны ли вы условиями, созданными для проведения выездных занятий?	20	1
12.	Соответствует ли требованиям проводимая работа по совершенствованию профессионального мастерства тренеров в процессе повышения квалификации?	20	1

Тот факт, что 9 тренеров ответили «Нет» на вопрос «Думаете ли вы, что тренеры по курашу в вашем районе обладают достаточной квалификацией?», и 14 тренеров ответили «Нет» на вопрос «Достаточно ли на вашем рабочем месте условий для проведения занятий с использованием инновационных технологий?», показывает, что вопрос о квалифицированных тренерах и созданных для тренировок условиях является одной из основных проблем в развитии вида спорта кураш.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **«Методы и организация исследования»**, приведены данные об использовании таких методов, как анализ научно-методической литературы, анкетирование, педагогическое наблюдение, педагогический контроль, тестирование, педагогический эксперимент и математико-статистический анализ. А также показано, что педагогическое исследование организовано в следующие 3 этапа:

I этап (2022 год). На данном этапе был проведен теоретический анализ соответствующей литературы, сформулирована тема исследования, определены его цели и задачи, а также проблемы, подлежащие решению. Были установлены этапы и сроки проведения педагогического эксперимента, уточнены методы и приемы, применяемые в экспериментальных исследованиях.

II этап (2023 год). На данном этапе проводилась работа по определению знаний тренеров по курашу, повышающих квалификацию в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, а также его Самаркандском и Нукусском филиалах, отбору контрольной и экспериментальной групп для педагогического эксперимента, разъяснению содержания методов и приемов участникам данных групп, применяемых в процессе исследования, осуществлению наблюдения за деятельностью выездных занятий, действиями слушателей испытуемых групп.

III этап (2023-2024 годы). На этом этапе в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту и его Самаркандском и Нукусском филиалах были проведены педагогические экспериментальные работы по организации выездных занятий учебных модулей «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства» которые преподаются на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта. Всего в педагогической экспериментальной работе в контрольной и экспериментальной группах приняли участие 100 тренеров по курашу.

В третьей главе диссертации **«Педагогические условия развития профессионального мастерства тренеров по курашу»** проанализирован процесс повышения квалификации тренеров по курашу, изучены пути развития их профессионального мастерства, а также методологические принципы непрерывной организации данного процесса.

Выездные и практические занятия курсов повышения квалификации

были организованы в спортивных сооружениях спортивных образовательных учреждений, закрепленных за Институтом переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, а также его Нукусским, Самаркандским и Ферганским филиалами, в том числе в Центре подготовки к олимпийским и паралимпийским видам спорта, Специализированной спортивной школе по спортивным единоборствам, Специализированной спортивной школе по игровым видам спорта и легкой атлетике, спортивных школах, а также в рамках договора о сотрудничестве в спортивных федерациях.

При этом тренеры: изучают средства, методику, принципы обучения технике и тактике видов спорта; организуют и проводят учебно-тренировочные занятия; изучают средства повышения и развития физической подготовки; закрепляют теоретические и практические знания по основам спортивной тренировки; приобретают навыки по документированию организации спортивных соревнования по виду спорта и анализировать полученные результаты; изучают влияние тренировочной нагрузки на организм спортсмена, утомление и восстановление в процессе подготовки; приобретают такие профессиональные навыки и компетенции, как учет возрастных особенностей при организации спортивных занятий с детьми и подростками, владение средствами и методами по развитию физической подготовки спортсменов, совершенствование технико-тактической подготовки спортсменов при проведении занятий, распределение нагрузки на тренировках и при учёте ее влияние на организм спортсменов, контроль соревновательной деятельности спортсменов. Следует особо отметить, что в процессе выездных занятий тренеры анализируют и обмениваются информацией и опытом по следующим аспектам: пути повышения технического мастерства, цели и задачи тактической подготовки, тактика подготовки атакующих действий, тактика участия в соревнованиях, факторы, влияющие на нагрузку на организм спортсмена, контроль соревновательной деятельности спортсменов, фиксация нагрузки на учебно-тренировочных занятиях и сравнение с классификацией нагрузок, системы проведения и анализ спортивных соревнований, оптимальное содержание и формы спортивных тренировок, анализ спортивной подготовки и соревновательной деятельности. Этот процесс организуется с участием самых опытных тренеров.

В процессе практических занятий разрабатывается технология принятия тестовых нормативов для определения физической, технико-тактической подготовленности спортсмена, анализируется роль мастерства в учебно-тренировочном процессе, теоретические основы спортивных измерений, педагогический контроль спортсменов в тренировочном процессе, нагрузка в спортивных тренировках и ее влияние на организм спортсменов, контроль направления нагрузки, контроль соревновательных нагрузок, планирование нагрузок в соответствии с физическими и функциональными возможностями спортсмена, последовательность выполнения упражнений различной направленности в тренировочном процессе (рис. 1).

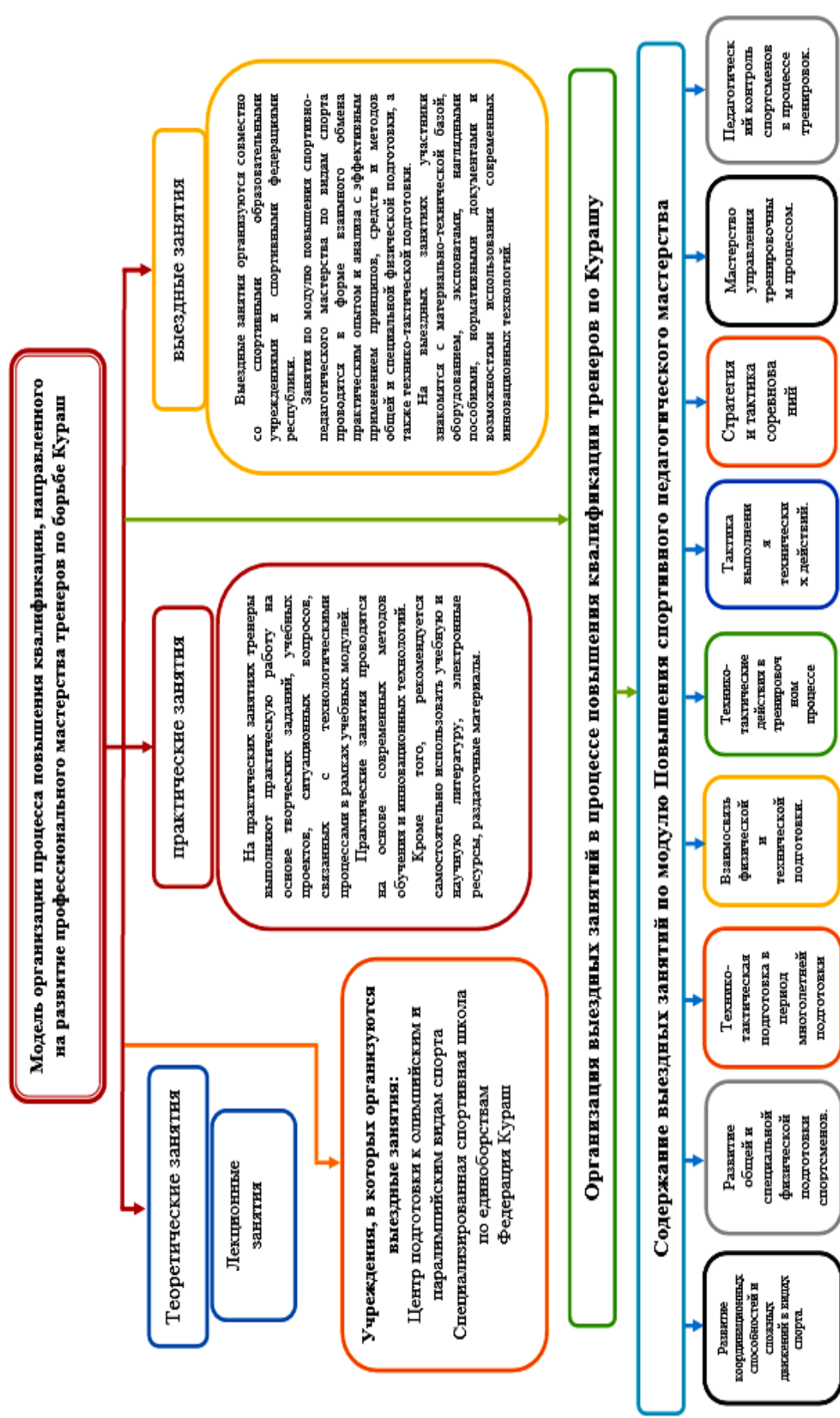


Рисунок 1. Организация процесса повышения квалификации, направленного на развитие профессионального мастера тренеров по курашу на основе инновационных подходов.

Результаты исследования показали, что при организации работы по развитию системы повышения профессионального мастерства специалистов по курашу необходимо уделять особое внимание уровню актуальности передаваемых знаний, соответствию профессиональному мастерству, развитию креативного мышления и профессиональной компетентности тренеров. Так как данные аспекты составляют основу современного образования и играют важную роль в повышении профессионального мастерства тренеров.

Во-первых, разработка новых технологий порождает новые подходы. Это привело к необходимости освоения новых методик, умения использовать новые технологии и опыта организации научно-исследовательских работ.

В частности, появление и развитие различных отраслей и профессий приводит к формированию и развитию сложных узкоспециализированных профессий, что указывает на необходимость для специалистов обладать навыками и опытом использования инноваций в своей области. Данная ситуация показывает, что необходимо не знать все аспекты определенной сферы, а полностью освоить узкую область и овладеть навыком полного и умелого использования ее возможностей, то есть обладать компетентностью. Поэтому в рамках требований повышения профессионального мастерства тренеров по курашу была разработана методика организации выездных занятий в процессе повышения профессионального мастерства тренеров по курашу.

Исследовательская работа по определению эффективности данной методики проводилась в процессе организации выездных занятий по учебным модулям «Повышение спортивно-педагогического мастерства,» преподаваемым на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту и его Самаркандском и Нукусском филиалах. При организации выездных занятий в ходе шести учебных программ давались практические рекомендации и предложения по развитию и совершенствованию всех видов подготовки (см. таблицу 2).

Таблица 2

Программа занятий учебного модуля повышения спортивно-педагогического мастерства

День недели	Время	Часть тренировки	Название упражнения	Зона интенсивности
Понедельник	3 часа	Подготовительная	Специальная физическая подготовка, повторение техники, бег по кругу (ходьба на носках), ходьба боком, ходьба на пятках, быстрый бег с разворотом назад по сигналу, челночный бег, прыжки в высоту, выполнение упражнений на пресс и другие)	средняя (65-75%)

продолжение таблицы 2

		Основная	Техническая подготовка. Вход в прием с захватом рукава и воротника по сигналу каждые 10 секунд (Выполнение приема захватом воротника через плечо, Последовательное выполнение приема броска через плечо с захватом обоих рукавов по сигналу, Последовательное выполнение приема с захватом рукава и воротника, ставя оба колена на татами, Выполнение приема захватом рукава и воротника с переходом за спину, 1 борец выполняет упражнение приседания и после сигнала входит в прием, Выполнение приема броска через бедро с захватом рукава и пояса, перемещая борца с места (выполнение по сигналу каждые 30 секунд))	высокая (85-95%)
		Заключительная	Стретчинг и восстановительные упражнения	низкая (40-50%)
Вторник	3 часа	Подготовительная	Общая физическая подготовка, повторение технических приемов, бег боком вправо и влево, (прыжки вверх по сигналу, прыжки по кругу, кувырок назад), бег с высоким подниманием колен вперед, (поднимание колен в сторону, бег с поднятием колен внутрь и в сторону, бег с вытянутыми вперед ногами без сгибания колен), бег по кругу зигзагом, (бег с перепрыгиванием друг через друга, бег между ног, бег с наклоном между ног)	средняя (65-75%)
		Основная	Методы правильной организации учебных схваток, чередование выполнения приемов чил (выполнение приема подсечки снаружи ноги с захватом за оба рукава, выполнение приема подсечки пяткой изнутри ноги с захватом за рукав и воротник по сигналу, выполнение приема чил сидя с захватом за один рукав по сигналу, переход за обе ноги с захватом за верхнюю часть рукава и воротника по сигналу в течение 20 секунд)	высокая (85-95%)
		Заключительная	Восстановительные упражнения, упражнения для мышц спины и шеи.	низкая (40-50%)

Примечание: Полная недельная часть учебной программы модуля по повышению спортивно-педагогического мастерства представлена в диссертации.

Основная цель программы заключается не только в развитии технической и тактической подготовки тренеров-педагогов, но и в комплексном повышении их профессионального потенциала по общей и специальной физической подготовке. В деятельности в этом направлении важное место занимает эффективная организация тренировок со спортсменами в индивидуальной и групповой формах, формирование навыков нормирования и управления тренировочными нагрузками на научной основе. Кроме того, глубокое овладение спортсменами техническими и методическими компетенциями по правильному и эффективному выполнению движений рассматривается как ключевой фактор обеспечения эффективности тренировочного процесса.

Согласно программе занятий, тренировки на каждый день недели разделены на три части: подготовительную, основную и заключительную. Каждый этап состоит из упражнений, которые должны выполняться в четко определенных зонах интенсивности (низкая 40-50%, средняя 65-75%, высокая 85-100%) для реализации специфических методических задач.

Программа методически научно обоснована и организована в соответствии с современными требованиями спортивной педагогики, следуя принципам оптимального распределения нагрузок и поэтапного развития спортсменов в процессе долгосрочной подготовки. Вместе с тем, для повышения эффективности программы создаются возможности для более глубокого освоения и практического применения технико-тактических упражнений, особенно традиционных приемов, таких как «чил», «прием за воротник», «прием за пояс», «прием через плечо».

Кроме того, разработанная программа позволяет тренерам-педагогам эффективно применять индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов и служит важным методическим инструментом для комплексной подготовки борцов к соревновательным условиям. В рамках программы также предусмотрено формирование навыков наблюдения, оценки и формулирования выводов на основе научно-исследовательских методов в учебно-тренировочном процессе.

Методические подходы и задачи, определенные на основе программы, разработаны в строгом соответствии с научными основами спортивной педагогики и теории курашу. Программа предоставляет тренерам возможность проведения педагогического мониторинга во время занятий, анализа эффективности упражнений, а также углубленного изучения индивидуальных и групповых учебных ситуаций. В результате создается возможность повысить качество подготовки спортсменов и научно проанализировать взаимосвязь между нагрузкой и результатом.

Четвертая глава диссертации называется **«Эффективность развития профессионального мастерства тренеров по курашу»**. В данной главе раскрыты структура и содержание программы развития профессионального мастерства тренеров по курашу, а также представлен анализ результатов исследования по обоснованию эффективности развития профессионального мастерства тренеров по курашу с помощью педагогического эксперимента.

С целью развития процесса повышения квалификации тренеров по курашу мы организовали исследовательскую работу среди специалистов, прибывших на курсы повышения квалификации, а именно тренеров по курашу. На основе программы, разработанной в ходе нашего исследования, были проведены практические занятия, а также изучена эффективность нашей исследовательской работы путем формирования экспериментальных и контрольных групп. Исследования проводились среди специалистов по борьбе кураш, прошедших курсы повышения квалификации в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, а также в его Самаркандском и Нукусском филиалах.

Рабочий учебный план курса повышения квалификации тренеров по видам спорта, осуществляющих деятельность в спортивных образовательных учреждениях, состоит из 4 блоков и учебных модулей.

Первый блок называется Общая подготовка и включает три учебных модуля (Стратегия Нового Узбекистана, Нормативно-правовые акты по организации спортивного образования, Интенсивные методы практического овладения иностранным языком). Всего на учебные модули в этом блоке выделено 18 часов.

Второй блок называется «Общепрофессиональная подготовка» и включает три учебных модуля (Информационно-коммуникационные технологии в спорте, Профессиональная компетентность и мастерство тренера, Безопасность жизнедеятельности в спорте). Всего на учебные модули в этом блоке выделено 18 часов.

Таблица 3

Образец рабочего учебного плана курса повышения квалификации тренеров по видам спорта, осуществляющих деятельность в спортивных образовательных учреждениях.

№	Наименование блоков и учебных модулей	Часы учебных нагрузок слушателей				Самостоятельная подготовка	Распределение часов по неделям			
		Аудиторные учебные нагрузки					I	II	III	IV
							Распределение часов по дням			
		Всего	Теоретические	Практические	Выездные занятия		6	6	6	6
III.	Подготовка по специальности	106	52	30	24		24	20	28	34
3.5	Теория и методика спортивной тренировки	24	14	4	6		2	4	12	6
3.7	Повышение спортивно- педагогического мастерства	18			18					18

Третий блок называется «Подготовка по специальности» и включает девять учебных модулей (Спортивная психология, Физиологические основы организма спортсмена, Спортивная нутрициология, Спортивная медицина, Теория и методика спортивной тренировки, Отбор в спорте (селекция), Повышение спортивно-педагогического мастерства, Анализ спортивных соревнований, Спортивные сооружения). На учебные модули в данном блоке отведено в общей сложности 106 часов (таблица 3).

Четвертый блок называется «Квалификационная аттестация» и включает в себя итоговые тестовые испытания (офлайн и онлайн), а также 2 часа, выделенные на самостоятельную подготовку.

В рамках нашей исследовательской работы мы стремились усовершенствовать выездные занятия, входящие в учебные модули «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства», которые включены в третий блок курса повышения квалификации, с целью повышения профессионального мастерства тренеров по борьбе кураш (см. таблицу 4).

Таблица 4

Данные об учебных модулях, на которые выделены выездные занятия в рабочем учебном плане курсов повышения квалификации тренеров по видам спорта, осуществляющих деятельность в спортивных образовательных учреждениях.

№	Наименование блоков и учебных модулей	Часы учебных нагрузок слушателей				Самостоятельная подготовка	Распределение часов по неделям			
		Аудиторные учебные нагрузки					I	II	III	IV
							Распределение часов по дням			
		Всего	Теоретические	Практические	Выездные занятия		6	6	6	6
III.	Подготовка по специальности	42	14	4	24		2	4	12	24
3.5	Теория и методика спортивной тренировки	24	14	4	6		2	4	12	6
3.7	Повышение спортивно- педагогического мастерства	18			18					18

На выездные занятия выделено 6 часов для учебного модуля «Теория и методика спортивной тренировки» и 18 часов для учебного модуля «Повышение спортивно-педагогического мастерства».

Отсутствие исследовательских работ по организации именно выездных занятий при освоении часов, отведенных на данные учебные модули,

обусловило необходимость разработки путей эффективной организации выездных занятий. Нами была разработана программа организации выездных занятий для учебных модулей «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства».

Экспериментальная работа проводилась в Институте переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту в процессе организации выездных занятий по учебным модулям «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства», преподаваемым на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта. Программа использовалась при освоении занятий, выделенных для выездных занятий учебного модуля «Теория и методика спортивной тренировки». В результате показатели освоения слушателями выездных занятий увеличились на 30%. Также программа была использована при освоении выездных занятий учебного модуля «Повышение спортивно-педагогического мастерства», в результате чего показатели освоения тренерами увеличились на 30% (см. таблицу 5).

Таблица 5

Динамика эффективности повышения знаний слушателей в ходе экспериментального исследования (Институт переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту) (n=40)

Экспериментально-испытательные периоды	Показатели уровня успеваемости				Показатель успеваемости по оценкам Отлично», «Хорошо» и «Удовлетворительно»	Эффективность %
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно		
по учебному модулю «Теория и методика спортивной тренировки»						
Начало эксперимента (n=20) КГ	2	4	5	9	11/55,0%	5,0%
Начало эксперимента (n=20) ЭГ	2	3	5	10	10/50,0%	
Конец эксперимента (n=20) КГ	2	4	6	8	12/60,0%	30%
Конец эксперимента (n=20) ЭГ	6	8	4	2	18/90,0%	
по учебному модулю «Повышение спортивно-педагогического мастерства»						
Начало эксперимента (n=20) КГ	2	3	6	9	11/55,0%	5,0%
Начало эксперимента (n=20) ЭГ	2	4	4	10	10/50,0%	

продолжение таблицы 5

Конец эксперимента (n=20) КГ	3	3	5	9	11/55,0%	30,0 %
Конец эксперимента (n=20) ЭГ	5	8	4	3	17/85,0%	

Примечание: КГ - контрольная группа, ЭГ - экспериментальная группа.

Также были организованы эксперименты в процессе проведения выездных занятий по учебным модулям «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства», преподаваемым на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта в Самаркандском филиале Института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту.

Программа использовалась для освоения занятий, отведенных для выездных мероприятий в рамках учебного модуля «Теория и методика спортивной тренировки». В результате показатели освоения тренерами выездных занятий повысились на 23,4%. Также программа применялась при освоении выездных занятий учебного модуля «Повышение спортивно-педагогического мастерства», что привело к увеличению показателей освоения у тренеров на 20% (см. таблицу 6).

Таблица 6

Динамика эффективности повышения знаний слушателей в ходе экспериментального исследования (Самаркандский филиал Института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту) (n=30)

Экспериментальные испытательные периоды	Показатели уровня успеваемости				Показатель успеваемости по оценкам «Отлично», «Хорошо» и «Удовлетворительно»	Эффективность %
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно		
по учебному модулю «Теория и методика спортивной тренировки»						
Начало эксперимента (n=15) КГ	1	2	5	7	8/53,3%	6,7%
Начало эксперимента (n=15) ЭГ	1	2	6	6	9/60,0%	
Конец эксперимента (n=15) КГ	1	2	7	5	10/66,6%	23,4 %
Конец эксперимента (n=15) ЭГ	3	4	7	1	14/90,0%	
по учебному модулю «Повышение спортивно-педагогического мастерства»						
Начало эксперимента (n=15) КГ	1	2	6	6	9/60,0%	6,4%
Начало эксперимента (n=15) ЭГ	1	3	5	7	8/53,3%	

продолжение таблицы 6

Конец эксперимента (n=15) КГ	1	3	6	5	10/66,6%	20,0 %
Конец эксперимента (n=15) ЭГ	3	6	4	2	13/86,6%	

Примечание: КГ - контрольная группа, ЭГ - экспериментальная группа.

Также были организованы эксперименты в процессе проведения выездных занятий по учебным модулям «Теория и методика спортивной тренировки» и «Повышение спортивно-педагогического мастерства», преподаваемым на курсах повышения квалификации тренеров по видам спорта в Нукусском филиале Института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту.

Программа использовалась для освоения выездных занятий учебного модуля "Теория и методика спортивной тренировки." В результате показатели усвоения тренерами выездных занятий увеличились на 33,3%. Также программа применялась при освоении выездных занятий учебного модуля "Повышение спортивно-педагогического мастерства," что привело к увеличению показателей усвоения тренерами на 33,4%.

Результаты эксперимента показали, что знания слушателей по оценкам «Отлично», «Хорошо» и «Удовлетворительно» повысились, что показало эффективность разработанной нами программы. Вместе с тем, в целях развития профессионального мастерства тренеров по курашу на курсах повышения квалификации необходимо развивать работу по организации выездных занятий. Разработка и внедрение в практику мер, направленных на содержательную организацию выездных занятий, будет способствовать повышению эффективности работы по совершенствованию профессионального мастерства тренеров (см. таблицу 7).

Таблица 7

Динамика эффективности повышения знаний слушателей в ходе экспериментального исследования (Нукусский филиал Института переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту)

Экспериментальные испытательные периоды	Показатели уровня успешности				Показатель успеваемости по оценкам «Отлично», «Хорошо» и «Удовлетворитель- но»	Эффектив- ность %
	Отлично	Хорошо	Удовлет- воритель- но	Неудовле- творитель- но		
по учебному модулю «Теория и методика спортивной тренировки»						
Начало эксперимента (n=15) КГ	1	2	4	8	7/46,6%	6,7%
Начало эксперимента (n=15) ЭГ	1	2	5	7	8/53,3%	
Конец эксперимента (n=15) КГ	1	2	5	7	8/53,3%	33,3%

продолжение таблицы 7

Конец эксперимента (n=15) ЭГ	3	4	6	2	13/86,6%	
по учебному модулю «Повышение спортивно-педагогического мастерства»						
Начало эксперимента (n=15) КГ	1	2	4	8	7/46,6%	6,6%
Начало эксперимента (n=15) ЭГ	1	2	3	9	6/40,0%	
Конец эксперимента (n=15) КГ	1	3	3	8	7/46,6%	33,4%
Конец эксперимента (n=15) ЭГ	3	5	4	3	12/80,0%	

Примечание: КГ - контрольная группа, ЭГ - экспериментальная группа.

Изучение процесса подготовки квалифицированных специалистов и организация исследований, направленных на его совершенствование, всегда являлись важнейшими задачами государства и общества. Особенно, изучение процессов подготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту считается необходимым в современное время, когда здоровье является одной из основных ценностей. Поскольку, эффективно используя физическую культуру и спорт, мы получаем возможность не только развивать здоровье, но и восстанавливать его, формировать здоровое мышление и воспитывать гармонично развитое поколение. Данное обстоятельство, наряду с развитием сферы физической культуры и спорта, создает необходимость эффективной организации работы по подготовке квалифицированных специалистов и систематическому повышению их квалификации, а также эффективной организации работы по внедрению инновационных подходов.

Программа, направленная на повышение физического и технического мастерства слушателей по курашу, методически и научно обоснованно организована. Для повышения эффективности программы технические и тактические упражнения, особенно такие приемы, как «Вход и выход из приема чиль», «Вход и выход из приема броска через плечо», «Вход и выход в правую и левую стороны, держась за оба рукава», «Способы освобождения от захвата за воротник и рукав», позволяют более глубоко освоить и применить их на практике (см. таблицу 8).

В частности, необходимо организовывать мероприятия и занятия, направленные на повышение профессионального мастерства тренеров, направлять дисциплины и занятия на развитие профессионального мастерства, внедрять предметные темы, дающие знания по освоению зарубежного опыта, а также стремиться к повышению опыта соблюдения региональных ценностей. В данном процессе особое внимание, необходимо уделять развитию креативного мышления и профессиональной компетентности тренеров по курашу, что имеет важное значение в подготовке квалифицированных специалистов.

Таблица 8
Динамика эффективности физических и технических навыков слушателей курсов повышения квалификации по курашу (n=100)

Показатели		Бег на 30 м (сек.)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (раз, сек.)	Вход и выход из приёма «чиль»	Вход и выход из приёма бросок через плечо	Вход и выход из приёма бросок держась за оба рукава	Способы освобождения от захвата за рукава и воротник	
В начале эксперимента	ЭГ	$\bar{X}$	6,32	20,64	11,07	9,79	9,29	17,57
		σ	0,28	2,98	1,00	1,25	1,07	1,34
		V%	4,51	14,42	9,01	12,79	11,51	7,64
	КТ	$\bar{X}$	6,22	21,86	11,64	10,29	9,71	18,36
		σ	0,26	2,91	1,28	1,14	0,91	2,17
		V%	4,11	13,29	10,97	11,07	9,41	11,82
t		1,12	1,24	1,50	1,25	1,29	1,31	
P		>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	
В конце эксперимента	ЭГ	$\bar{X}$	5,66	24,93	13,64	10,93	11,79	22,21
		σ	0,46	2,59	1,78	1,14	1,53	2,26
		V%	8,18	10,37	13,05	10,44	12,97	10,17
	КТ	$\bar{X}$	5,95	22,86	12,36	10,07	10,64	20,57
		σ	0,29	2,74	1,45	1,07	1,22	1,91
		V%	4,81	11,99	11,71	10,64	11,42	9,29
t		2,25	2,33	2,38	2,32	2,48	2,36	
P		<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	

ВЫВОДЫ

На основе результатов исследования по совершенствованию механизмов развития профессионального мастерства тренеров по курашу были сделаны следующие выводы:

1. На основе аналитического изучения научно-методической литературы по теме исследования установлено, что в настоящее время вопросы совершенствования механизмов развития профессионального мастерства тренеров по курашу недостаточно изучены.

2. Кураш, являясь одной из наших национальных ценностей, отражает самобытные особенности нашего народа и служит укреплению основ нашей национальной идентичности и государственности. В работе обоснована важность развития у тренеров по курашу опыта анализа социальных факторов, направленных на повышение интереса молодежи к курашу в махаллях, а также формирования ценностного подхода к курашу как к виду спорта в популяризации данного вида спорта.

3. Развитие профессиональной компетентности тренеров играет важную роль при организации спортивных секций по борьбе кураш. Установлено, что формирование тренерами национальных ценностей у своих спортсменов-учеников способствует повышению заинтересованности родителей в том, чтобы отдавать своих детей в секции по борьбе кураш.

4. На занятиях, направленных на повышение квалификации тренеров по борьбе кураш, необходимо уделить внимание обеспечению единства теории и практики. Доказана эффективность внедрения дисциплин и инновационных подходов, направленных на развитие профессионального мастерства в данном процессе.

5. Программа, направленная на развитие профессионального мастерства тренеров по курашу, использовалась при освоении выездных занятий учебного модуля «Теория и методика спортивной тренировки». В результате уровень освоения тренерами выездных занятий повысился на 28,9%. Также программа применялась при освоении выездных занятий учебного модуля «Повышение спортивно-педагогического мастерства», что привело к повышению уровня освоения тренерами на 27,8%.

6. Было доказано, что при организации выездных занятий на курсах повышения квалификации для развития профессионального мастерства тренеров по курашу более эффективным, по сравнению с традиционными методами, является включение в программы занятий вопросов повышения роли кураша в воспитании молодежи. Это подразумевает направленность на расширение опыта использования потенциала кураша в формировании таких нравственных ценностей, как «честная победа – честность», «уважение соперника - взаимное уважение», «скромность».

7. Проектирование выездных занятий для тренеров по борьбе кураш на основе инновационных подходов, разработка учебной программы, включающей модель тренинга, кейс-стади, рефлексивный анализ и интерактивные методы, позволяет эффективно организовать индивидуальные и групповые занятия.

Эффективность программы, направленной на развитие профессионального мастерства тренеров по борьбе кураш, подтвердилась в ходе педагогического эксперимента. Это свидетельствует о результативности разработанных и усовершенствованных нами механизмов.

8. Результаты проведенного исследования доказали, что эффективное использование программы, направленной на повышение физического и технического мастерства слушателей курсов повышения квалификации по борьбе кураш, способствует более глубокому освоению и практическому применению таких приемов, как «Вход в прием чиль», «Вход в прием бросок через плечо», «Вход с захватом обоих рукавов с правой и левой сторон», прием «Разрыв рук, схватившихся за воротник и рукава», а также служит повышению профессионального и спортивно-педагогического мастерства тренеров по борьбе кураш.

9. Создание научно-методической литературы, направленной на освоение опыта квалифицированных специалистов, анализ работ, ведущих ученых и повышение квалификации по анализу международных и местных соревнований, а также разработка инновационных образовательных материалов, нацеленных на расширение практического опыта тренеров, способствует повышению эффективности процесса повышения квалификации.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. При организации выездных занятий на курсах повышения квалификации для развития профессионального мастерства тренеров по курашу рекомендуется включать в программы обучения материалы, демонстрирующие значимость кураша как вида спорта в воспитании молодежи.

2. При развитии профессионального мастерства тренеров по борьбе рекомендуется ввести творческие упражнения, обучающие и ориентирующие на креативное мышление, а также направленные на решение спортивных задач. При этом развивается способность преодолевать проблемы, возникающие в деятельности тренеров по курашу.

3. Рекомендуется внедрение учебных модулей и использование на выездных занятиях методов, направленных на развитие компетенций креативного мышления, нестандартного подхода, творческой активности тренеров по курашу. При этом развивается креативный подход тренеров по курашу к разъяснению учащимся-спортсменам ценностей кураша и их использованию на тренировках и соревнованиях, практико-креативные действия, способность создавать уникальный индивидуальный стиль.

4. При повышении квалификации тренеров по борьбе кураш, сосредоточение внимания на освоении опыта квалифицированных специалистов, а также анализе работ, ведущих ученых и международных и местных соревнований приводит к формированию знаний и навыков о новых методах и подходах.

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

**UZBEK STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORT**

A'ZAMKHONOV OLTINKHON ASHRAFKHON UGLI

**IMPROVEMENT OF MECHANISMS FOR DEVELOPING
PROFESSIONAL SKILLS OF KURASH COACHES**

**13.00.04 - Theory and methodology of physical education, sports training, health-
improving and adaptive physical culture**

**DISSERTATION ABSTRACT
doctor of philosophy degree (PhD) on pedagogical sciences**

The dissertation theme of doctor of Philosophy (PhD) was registered at the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan under № B2023.4.PhD/Ped2308.

The dissertation has been prepared at the Uzbek State University of Physical Education and Sport.
The dissertation abstract in three languages (Uzbek and Russian, English (summary) is available on the webpage at (www.jtsu.uz) and at the information-educational portal “ZiyoNet” at (www.ziyounet.uz).

Scientific supervisor	Kirgizbaev Ma'rufjon Muydinovich doctor of philosophy in pedagogical sciences(PhD), docent
Official opponents:	Raximov Vladimir Shavkatovich doctor of pedagogical sciences (DSc), professor Olimov Alisher Isakovich doctor of philosophy in pedagogical sciences(PhD), docent
Leading organization:	Fergana state university

The defense of the dissertation will be held on “___” _____ 2025 year at _____ o'clock at the meeting of Council DSc. 03/30.12.2019.Ped.28.01 under Uzbek State University of Physical Education and Sport. (Address: 111709, Tashkent region, Chirchiq city, Sportchilar street, 19. Tel.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, Fax: (0-370) 717-17-76, website: www.jtsu.uz. e-mail: info@jtsu.uz. Uzbekistan State University of Physical Education and Sports "Palace of Culture," conference hall).

The dissertation has been registered in the Information Resource Centre of the Uzbek State University of Physical Education and Sport (registered under №_____). Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Metalurglar street, 15. Tel.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, Fax: (0-370) 717-17-76).

The abstract of the dissertation has been you “___” _____ 2025y.
(Extract from the digital register №_____ in “___” _____ 2025 y.)

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

M.A.Ibragimov
Scientific secretary of the Scientific council
awarding scientific degrees, doctor
of philosophy pedagogical sciences (PhD), professor

A.N.Shopulatov
Chairman of the Scientific seminar under the
scientific council awarding of scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), professor

INTRODUCTION

(annotation of Doctor of Philosophy (PhD) dissertation)

The purpose of the study is to improve the mechanisms for developing professional skills of kurash wrestling coaches in the process of advanced training.

The object of the study is the process of improving the qualifications of Kurash coaches at the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Education and Sports and its Nukus, Samarkand branches.

The subject of the research is the content, forms and methods of developing the professional skills of kurash trainers at the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Education and Sports and its Nukus and Samarkand branches.

The scientific novelty of the research consists of the following:

the efficiency of performing techniques used in competitions has been increased by including technical and tactical elements in practical classes and introducing practical topics into the discipline modules aimed at improving the professional skills of trainers in the process of advanced training, which ensures the unity of theory and practice in kurash training.

the possibilities for the effective organization of individual and group classes have been expanded by developing a training program for kurash trainers, which includes the design of off-site classes based on innovative approaches, demonstrates a training model, case studies, reflective analysis and interactive methods;

the relative growth of the creative activity competencies of kurash trainers was achieved by including an analysis of social factors aimed at increasing the interest of young people in kurash in the mahallas, in the part of organizing training sessions;

the possibilities for improving the technical and tactical training of kurash coaches of sports schools have been expanded by developing a program of practical classes to improve sports and pedagogical skills with an optimal distribution of class time, parts, exercise names and intensity zones defined in the standard curriculum designed to improve professional skills.

The implementation of the research results. Based on the obtained results on improving the mechanisms for developing the professional skills of kurash trainers in the process of advanced training;

proposals to include in the off-site classes the educational module «Theory and Methodology of Sports Training», taught at the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Culture and Sports, technical and tactical elements of practical classes aimed at ensuring the theoretical and practical unity of kurash training in the process of advanced training, as well as practical topics aimed at improving the professional skills of coaches, were implemented in this educational institution (Certificate of the Ministry of Sports of the Republic of Uzbekistan dated November 5, 2024 No. 03-16/11136). As a result, coaches' performance indicators increased by 30%;

proposals for designing off-site training sessions for kurash trainers based on

innovative approaches, using a curriculum demonstrating a training model, case studies, reflective analysis and interactive methods are included in the content of the Kurash training manual (Certificate No. 01/501-A/F-33 in accordance with the order of the Minister of Youth Policy and Sports of the Republic of Uzbekistan dated April 20, 2023 No. 0L/501-A/F). As a result, methodological recommendations for organizing off-site training sessions for kurash coaches were introduced into all sports schools of the republic, and the rate of coaches mastering off-site training sessions increased by 23.4%;

proposals for organizing training sessions aimed at analyzing the comparative growth of the competencies of creative activity of kurash coaches and social factors that contribute to increasing the interest of young people in kurash in mahallas have been introduced into the theoretical and practical educational process of advanced training courses for sports coaches of the Samarkand branch of the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Culture and Sports (Certificate of the Ministry of Sports of the Republic of Uzbekistan dated November 5, 2024 No. 03-16/11136). As a result, the professional skills of trainers increased by 30%;

proposals for a program of practical classes to improve sports and pedagogical skills, in which the time of classes, their parts, names of exercises and intensity zones defined in the standard curriculum for improving the professional skills of kurashu wrestling coaches of sports schools are optimally distributed, are included in the content of the course «Theory and Methodology of Sports Training» taught in advanced training courses for sports coaches at the Nukus branch of the Institute for Retraining and Advanced Training of Specialists in Physical Culture and Sports, and are also used in practical classes (Certificate of the Ministry of Sports of the Republic of Uzbekistan dated November 5, 2024 No. 03-16/11136). As a result, the assimilation of material by coaches improved by 33.4%, and the mastery of technical and tactical training increased by 11%.

The structure and scope of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, 4 chapters, a conclusion, recommendations, a list of references and appendices, the text consists of 121 pages. The dissertation uses 8 tables and 10 figures with diagrams.

E'LON QILINGAN ILMIY ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED SCIENTIFIC WORKS

I бўлим (I часть; I part)

1. A'zamxonov O.A. Ways to improve the professional skills of kurash coaches // Eurasian Journal of Sport Science. ISSN: 2181-127 2022/1(2): - pp.44-46.
2. A'zamxonov O.A. Malaka oshirish jarayonida kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini takomillashtirish yo'llari // "Fan-Sportga" ilmiy-nazariy jurnal. № 4/2021. - B.78-80.
3. A'zamxonov O.A. 18-20 Yosh kurashchilarda tezlik va kuch sifatlarini rivojlantirish yo'llari // "Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar" Xalqaro ilmiy-metodik jurnal ISSN 2181-1717(E) 2023/9. - B.101-105.
4. A'zamxonov O.A. Особенности воспитания нравственно-волевых качеств борцов курашистов. "Актуальные проблемы физической культуры и спорта" // Сборник материалов XIII-международной научно-практической конференции посвященной 175-летию со дня рождения И.Я.Яковлева Чебоксары 2023. - С.630-633.
5. A'zamxonov O.A. Kurashchi mutaxassislar tayyorlash sifatini oshirish va kurash murabbiyi faoliyatiga qo'yiladigon talablar // "Kurash sport turini rivojlantirish istiqbollari" Xalqaro ilmiy-amaliy anjumani Chirchiq 2022. - B.456-459.
6. A'zamxonov O.A. Kurash bo'yicha murabbiylarning ahloqiy-irodaviy sifatlarini takomillashtirish yo'llari // "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kasbga yo'naltirib o'qitishning dolzarb muammolari" mavzusidagi Respublika ilmiy anjumani to'plami 2024. - B.213-216.
7. A'zamxonov O.A. Kurash bo'yicha murabbiylar kasbiy mahoratini takomillashtirishning me'yoriy-huquqiy asoslari // "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kasbga yo'naltirib o'qitishning dolzarb muammolari" mavzusidagi Respublika ilmiy anjumani to'plami 2024. - B. 211-212.

II бўлим (II часть; II part)

8. A'zamxonov O.A. Tanlangan sport turlari nazariyasi va uslubiyati "Kurash" // O'quv qo'llanma. G'ofur G'ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi. 100128.– Toshkent. 2024-y Labzak ko'chasi 86-uy. 179 b.
9. A'zamxonov O.A. "Kurash" Namunaviy o'quv dastur. "Umid desigin" nashriyoti "Umid desigin" XK bosmaxonasi Toshkent-2024-y Navoiy ko'chasi 22-uy. 160-b.
10. A'zamxonov O.A. History of wrestling and stages of development // "Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities" November 2021. – P.89-96.
11. A'zamxonov O.A. Yosh kurashchilarni harakatli o'yinlar vositalari

yordamida jismoniy sifatlarni rivojlantirish. “Jismoniy tarbiya va sport ta’limi: muammolar, istiqbollar, innovatsiyalar” Xalqaro ilmiy kongress Chirchiq, 2023. - B.174-176.

12. A’zamxonov O.A Yosh kurashchilarning boshlang’ich tayyorgarlik davridagi texnik-taktik harakatlarining tahlili. // “Globallashuv jarayonida jismoniy tarbiya va sport bo’yicha mutaxassislarni tayyorlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimidagi dolzarb muammo va yechimlar” mavzusidagi Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari to’plami Samarqand 2023. - B.140-142.

13. A’zamxonov O.A. Malaka oshirish jarayonida kurash murrabbiylarini kasbiy mahoratini takomillashtirishning pedagogik asoslari. “Fan-sportga” Ilmiy-nazariy jurnal ISSN: 2181 7804 2025-yil 4-son.

Avtoreferat “Fan-sportga” 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 № 35/25.

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