

Sport Maktablari O'quv-Mashg'ulot Guruhlarida Shug'ilanuvchi Kurashchilarni Tayyorlashning Tashkiliy-Uslubiy Xususiyatlari

Do'stmurodov Nursulton Ilxom o'g'li

nursultondostmurodov3@gmail.com

O'zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti Jismoniy madaniyat sport va maktabgacha ta'lim fakulteti Sport turlarini o'qitish metodikasi kafedrasida assistenti

Norqobilov Jahongir Berdimurod o'g'li

O'zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti Jismoniy madaniyat sport va maktabgacha ta'lim fakulteti Sport turlarini o'qitish metodikasi kafedrasida assistenti

ARTICLE INFO.

Keywords:

Preparation, Organizational and methodological, Improvement, Specialize, Choice, Competition activity, A successful look

ABSTRACT

This article shows the organizational and methodological features of the training of wrestlers participating in the training groups of sports schools for children and teenagers through the wrestlers participating in the training groups.

<http://www.gospodarkainnowacje.pl/> © 2024 LWAB.

Kurashchilarni tayyorlash maxsus sport maktablarida olib boriladi. Ular bolalar-o'smirlar sport maktablari (BO'SM), ixtisoslashgan bolalar-o'smirlar sport maktablari (IBO'SM), oliy sport mahorati maktablari (OSMM), shuningdek sportga ixtisoslashgan maktab-internatlarga (SIMI) bo'linadi.

Sport maktablaridagi ishlar ma'lum bir muayyan vazifalarni amalga oshirishga qaratilgan.

BO'SM sportchilarning sog'lig'ini mustahkamlash va har tomonlama jismoniy rivojlantirishni ta'minlagan holda har tomonlama rivojlangan yuqori malakali o'smir sportchilarni tayyorlashni amalga oshiradi; shug'ullanuvchilar orasidan jamoatchi yo'riqchilar va hakamlarni tayyorlaydi, uslubiy markaz hisoblanadi hamda umumta'lim maktablariga sinfdan tashqari ommaviy sport ishlarini tashkil qilishda yordam ko'rsatadi.

Ixtisoslashgan bolalar-o'smirlar olimpiya o'rinbosarlari maktablari oldida yuqorida aytilgan vazifalardan tashqari, yana bitta vazifa: tayyorgarlik vazifasi turadi. Bu vazifa IBO'SM uchun asosiy hisoblanadi va ularning butun faoliyatini belgilab beradi.

OSMM vazifalari quyidagilardan iborat:

- xalqaro toifadagi sport ustalari, sport ustalari, respublika terma jamoalariga nomzodlarni tayyorlash;

- sport mashg'ulotsining ilg'or uslublarini ishlab chiqish, takomillashtirish va trener-o'qituvchilar tarkibining ish amaliyotiga joriy etish;
- BO'SM, IBO'SM, SIMI va boshqa sport tashkilotlarining o'quv-mashg'ulot ishida izchillikni amalga oshirish;
- shahar, viloyat va respublikada o'quv-mashg'ulot ishiga uslubiy rahbarlik qilish.

Sport maktabida muntazam shug'ullanish sportchilarning katta zahirasini talab etadi. Shu maqsadda sportga ixtisoslashgan maktab-internatlar tashkil qilinadi.

SIMI ning asosiy vazifasi - birga ishlash sharti bilan respublika terma jamoasi uchun yuqori malakali sportchilarni tayyorlashdan iborat.

Guruhlarni to'ldirish va mashg'ulot jarayonini tashkil etish

Sport maktablarida quyidagi o'quv guruhleri ajaratiladi: boshlang'ich tayyorgarlik guruhleri (3 yillik ta'lim); o'quv-mashg'ulot guruhleri (4 yillik ta'lim), sport takomillashuvi guruhleri (3 yillik ta'lim) va oliy sport mahorati guruhleri (3 yillik va undan ortiq ta'lim).

Har bir guruhning o'quvchilar bilan to'ldirilishi va o'quv soatlari soni 3.1-jadvalda keltirilgan.

BO'SM bo'linmalari boshlang'ich tayyorgarlik guruhleri va o'quv-mashg'ulot guruhlaridan shakllanadi. O'quv-mashg'ulot guruhleri yuqori sport ko'rsatkichlariga ega bo'lganida va kelgusida sportda o'sish uchun zarur imkoniyatlar mavjud bo'lgan taqdirda BO'SM da sport takomillashuvi guruhleri tashkil qilinishi mumkin. Bunday guruhlarning ochilishi, BO'SM yuqoridagi qaysi bir tashkilotga qarashli bo'lsa, shu tashkilotning qarori bilan amalga oshiriladi.

Ixtisoslashgan bolalar-o'smirlar sport maktablarida boshlang'ich tayyorgarlik, o'quv-mashg'ulot va sport takomillashuvi guruhleri tashkil etiladi. Bu guruhlardan tashqari IBO'SM da oliy sport mahorati guruhleri tashkil qilinishi mumkin.

Oliy sport mahorati maktablarida faqat sport takomillashuvi guruhleri va oliy sport mahorati guruhleri tashkil etiladi hamda faqat ayrim hollardagina OSMM da o'quv-mashg'ulot guruhleri tashkil qilinishi mumkin.

3.1-jadval

O'quv guruhlarining to'ldirilishi va o'quv-mashg'ulot ishi tartibi

O'quv yili	Qabul qilish uchun o'quvchilar yoshi (yosh)	Minimal soni		O'quv soatlarining maksimal soni		Umumiy, maxsus va sport tayyorgarligi bo'yicha talablar
		guruhlar	o'quvchilar	hafta-da	yilda	
O'quv-mashg'ulot guruhleri						

1-chi	13	5	12	12	624	Umumiy va max-sus tayyorgarlik bo'yicha me'yorlar hamda sinov talab-larini bajarish
2-chi	14	4	12	16	832	
3-chi	15	3	10	18	936	
4-chi	16	2	10	20	1040	

Sportga ixtisoslashgan maktab-internatning sport kurashi bo'linmasi umumta'lim maktabining kamida 6-sinfini muvaffaqiyatli tugatgan, BO'SMda ma'lum bir tayyorgarlikdan o'tgan yoki musobaqalarda o'zini yaxshi ko'rsatgan, sport bilan shug'ullanishga o'ta qobiliyatli bolalar hamda o'smirlarni tanlov asosida tanlab olish yo'li orqali to'ldiriladi. SIMIda o'quv-mashg'ulot guruhlari va sport takomillashuvi guruhlari tashkil qilinadi.

Sport maktablarida o'quv yili 1 sentyabrdan boshlanadi. O'quv dasturining o'quv yillari bo'yicha va soatlardagi mazmuni 3.2-jadvalda keltirilgan.

3.2-jadval

Sport maktablarida o'smir kurashchilar ko'p yillik tayyorgarligining taxminiy o'quv rejasi (soatlarda)

(A.M.Dyakin bo'yicha, 1990)

GURUHLAR

Tayyor-garlik bo'limlari	O'quv-mashg'ulot	
	1-chi yil	2-chi yil
1.Nazariy tayyor-garlik	18	24
2. Umu-miy jis-moniy tayyor-garlik	150	190
3.Maxsus jismoniy tayyor-garlik	94	133
4.Texnik-taktik, ru-hiy tayyorgarlik	250	350
5.Kurash bo'yicha musobaqaga tay-yorgarlik	32	40
6.Yo'riq-chilik va hakamlik qilish amaliyoti	16	16
7. Qabul qilish va ko'chi-rish si-novlari	12	12

8. Tikla-nish tad-birlari	52	67
9. Tibbiy guruh-lashtiril-gan kom-pleks tek-shiruv		
Jami so-atlar soni:	624	832

Hamma turdagi sport maktablari uchun tuzilgan yagona dastur tashkiliy tuzilmani o'smir sportchilar ko'p yillik tayyorgarlik tizimining ilmiy-usuliy tizimi bilan boshlang'ich tayyorgarlik guruhlaridan, to oliy sport mahorati guruhlarigacha birlashtirishga imkon beradi. Turli miqyosdagi sport maktab-larida zahira tayyorlashda quyidagi asosiy uslubiy qoidalar hisobga olinadi:

Bolalar, o'smirlar, o'spirinlar va katta yoshdagi sportchilarni tayyorlash vazifalari vositalari hamda uslublarining qat'iy izchilligi.

Umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalari hajmining bir tekis oshib borishi. Ular o'rtasidagi nisbat muntazam o'zgarib turadi: yildan yilga maxsus jismoniy tayyorgarlik hajmi (mashg'ulot nagruzkasining umumiy hajmiga nisbatan) ortib boradi va tegishli ravishda umumiy jismoniy tayyorgarlikning ulushi kamayadi.

Mashg'ulot nagruzkalari hajmi va shiddatining izchilligni, ko'p yillik mashg'ulotlar davomida ularning to'xtovsiz oshishi.

Kurashning texnik-taktik harakatlariga o'rgatishni sport maktablari dasturidagi nazariy masalalarni chuqur o'rganish bilan birga olib borish.

O'smir sportchilar bilan ko'p yillik ish jarayonida mashg'ulot va musobaqa nagruzkalarini qo'llash izchilligi tomoyiliga qat'iy amal qilish (3.3-jadvalga qarang).

3.3-jadval

Son ko'rsatkichlari	Tayyorgarlik bosqichlari	
	O'quv-mashg'ulot	
	1-2-yillar	3-4-yillar
Musobaqalar	5	5
Musobaqa bellashuvlari	20-23	24-26

Yillik tsiklda musobaqa nagruzkalari ko'rsatkichlari

Sport maktablari o'quvchilarini o'qitish va tarbiyalash natijalarini kompleks baholashni hisobga olgan holda sportchilarning ko'p yillik tayyorgarligi to'g'ri tashkil qilinsagina, ushbu qoidalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish imkoni tug'iladi.

Sport maktablarining hamma o'quv guruhlari uchun umumiy jismoniy tayyorgarlik bo'yicha taxminiy me'yorlar 3.4-jadvalda keltirilgan.

BO'SM (IBO'SM) da o'quv-mashg'ulot mashg'ulotlarining asosiy shakllari quyidagilardan iborat:

- jadval bo'yicha guruhlardagi nazariy va amaliy mashg'ulotlar;
- alohida reja bo'yicha mashg'ulotlar, uy vazifalarini bajarish;

- o'quv videofilmlari va kinofilmlari, kinogrammalar hamda sport musobaqalarini tomosha qilish.

Adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 4 noyabrdagi "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4881-sonli, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «Kurash milliy sport turini rivojlantirish chora-tadbirlari» PQ-3306 sonli qarori. 2017 yil 2-oktyabr.
2. Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 20-aprel PF-2909-sonli qarori.
3. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risi"dagi qonuni (yangi tahrir). T, 2015, 4-sentyabr
4. "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi PQ-3031-sonli qarori.
5. "O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-sonli farmoni.
6. O'zbekiston respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida O'zbekiston respublikasi prezidentining farmoni 24.01.2020 y. NPF-5924
7. Sh.M.Mirziyoyev Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini barpo etamiz O'zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirish tantanali marosimiga bag'ishlangan Oliy Majlis palatalari qo'shma majlisidagi nutq. "O'zbekiston" NMIU, 2017 y. – 32 b.

Internet saytlari

1. www.kurash.uz
2. https://twitter.com/kurash_uzb
3. www.belbog'li.kurash.uz
4. <http://www.ijf.org>
5. <http://www.arwrestling.ru>.gg
6. <http://www.uzwrestling.ru>.gg
7. <http://www.fila-wrestling.com>