

KURASH BO‘YICHA MURABBIYLARNING KASBIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING ILMIY PEDAGOGIK ASOSLARI.

I.Yo‘ldoshev

NamDU tadqiqotchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14212553>

Annotatsiya: Kurash bo‘yicha murabbiylarda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, u pedagogik usullar, sport fanlari va amaliy mashg‘ulotlarni birlashtirishni nazarda tutadi. Ushbu maqolada kurash bo‘yicha murabbiylarning kasbiy mahoratini oshirishning ilmiy-pedagogik asoslari yoritilgan. U samarali murabbiylik uchun zarur bo‘lgan asosiy vakolatlarni shakllantirishda rasmiy ta‘lim va norasmiy ta‘limning rolini o‘rganadi. Tahlil sportchilarning to‘liq salohiyatini rivojlantirish uchun muhim bo‘lgan psixologik tayyorgarlik, muloqot qobiliyatlari va jismoniy tayyorgarlik bo‘yicha bilimlarning muhimligini ta‘kidlaydi. Bundan tashqari, maqolada murabbiylar malakasini oshirishning markaziy tarkibiy qismi sifatida uzluksiz kasbiy rivojlanish, amaliy tajriba va yangi o‘qitish texnologiyalarini qo‘llash alohida ta‘kidlangan. Nazariy asoslarni ham, amaliy strategiyalarni ham o‘rganish orqali ushbu tadqiqot kurash bo‘yicha murabbiylarni zamonaviy sportning o‘sib borayotgan talablarini qondirish uchun qanday qilib rivojlantirish mumkinligi haqida keng qamrovli fikrni taqdim etadi.

Kalit so‘zlar: kasbiy kompetensiyalar, kurash bo‘yicha murabbiylar, pedagogik uslublar, sport fanlari, murabbiylarni malakasini oshirish, uzluksiz malaka oshirish, psixologik tayyorgarlik, o‘qitish texnologiyalari.

НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ТРЕНЕРОВ ПО БОРЬБЕ.

Аннотация: Формирование профессиональных компетенций тренеров по борьбе – многогранный процесс, предполагающий интеграцию педагогических методов, спортивной науки и практической подготовки. В данной статье описаны научно-педагогические основы повышения профессионального мастерства тренеров по борьбе. В нем рассматривается роль формального и неформального образования в формировании основных компетенций, необходимых для эффективного коучинга. Анализ подчеркивает важность психологической подготовки, коммуникативных навыков и знаний в области физической подготовки, которые необходимы для развития спортсменов в полной мере. Кроме того, в статье подчеркивается непрерывное профессиональное развитие, практический опыт и использование новых педагогических технологий как центральные компоненты подготовки учителей. Изучая как теоретические основы, так и практические стратегии, это исследование дает всестороннее представление о том, как можно подготовить тренеров по борьбе, чтобы удовлетворить растущие потребности современного спорта.

Ключевые слова: профессиональные компетенции, тренеры по борьбе, педагогические методы, спортивная наука, подготовка тренеров, непрерывное обучение, психологическая подготовка, технологии обучения.

SCIENTIFIC PEDAGOGICAL BASIS OF DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL COMPETENCES OF WRESTLING COACHES.

Abstract: The formation of professional competencies in wrestling coaches is a multifaceted process, which involves the integration of pedagogical methods, sports sciences and practical training. This article describes the scientific and pedagogical basis of improving the

professional skills of wrestling coaches. It examines the role of formal education and non-formal education in building the core competencies necessary for effective coaching. The analysis highlights the importance of psychological preparation, communication skills and knowledge of physical fitness, which are essential for developing athletes to their full potential. In addition, the article emphasizes continuous professional development, practical experience, and the use of new teaching technologies as central components of teacher training. By exploring both theoretical frameworks and practical strategies, this study provides a comprehensive view of how wrestling coaches can be developed to meet the growing demands of modern sport.

Keywords: professional competencies, wrestling coaches, pedagogical methods, sports science, training of coaches, continuous training, psychological training, teaching technologies.

KIRISH

Zamonaviy sportda murabbiyning roli faqat sportchilarga texnika va taktikalarni o'rgatishdan tashqarida. Murabbiylar sportchilarni har tomonlama rivojlantirish, ularning jismoniy, psixologik va ijtimoiy o'sishi uchun mas'uldirlar. Kurash kuchli raqobatbardosh sport turi sifatida murabbiylardan sportning murakkab tabiatiga mos keladigan[1] o'ziga xos professional malakalarga ega bo'lishni talab qiladi. Ushbu maqolada kurash bo'yicha murabbiylarda ushbu kompetensiyalarni rivojlantirish uchun zarur bo'lgan ilmiy-pedagogik asoslar o'rganiladi. Bu ularning kasbiy mahoratini oshirishga hissa qo'shadigan ta'lim asoslari, amaliy tajribalar va doimiy rivojlanish jarayonlariga e'tibor qaratadi. Kurash murabbiyligida professional kompetensiyalarni rivojlantirishning ilmiy asosi sportchi faoliyatining ham fiziologik, ham psixologik jihatlarini tushinishda yotadi. Samarali o'quv dasturlarini yaratish uchun murabbiylar biomexanika, kinesiologiya, sport ovqatlanishi va jismoniy mashqlar fiziologiyasi bo'yicha to'liq bilimga ega bo'lishi kerak. Bundan tashqari, sportchilarning psixologik tayyorgarligi muhim ahamiyatga ega, chunki kurash aqliy chidamlilik, strategik fikrlash va hissiy nazoratni talab qiladi. Pedagogika, shu nuqtai nazardan, ilmiy bilimlarni amaliyotga o'tkazishni osonlashtirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Kurash bo'yicha murabbiylar ushbu ilmiy tamoyillarni o'z sportchilarining individual ehtiyojlarini qondiradigan mashg'ulot rejimlariga kiritishda mohir bo'lishlari kerak. Bu o'quv jarayonini, rejalashtirish va davrlashtirishdan tortib, amalga oshirish va rivojlanish monitoringigacha bo'lgan chuqur tushunishni o'z ichiga oladi.

Kompetentsiyani rivojlantirishga pedagogik yondashuvlar

Pedagogik nuqtai nazardan, kurash bo'yicha murabbiylarda professional kompetensiyalarni rivojlantirish rasmiy ta'limdan boshlanadi, odatda sport fanlari va jismoniy tarbiya bo'yicha ixtisoslashtirilgan[2] kurslar yoki darajalar orqali. Ushbu dasturlar anatomiya, fiziologiya va o'qitish usullari bo'yicha asosiy bilimlarni beradi, bu esa murabbiylik samaradorligi uchun juda muhimdir. Qolaversa, pedagogik metodlar sport murabbiyligida didaktikaning muhimligini ta'kidlab, murabbiylarning o'z sportchilariga nafaqat ko'rsatma berish, balki ularni rag'batlantirish va yo'naltirishga ham qodir bo'lishini ta'minlaydi.[3] Yana bir asosiy pedagogik yondashuv - bu murabbiylarni tayyorlashda amaliy misollar va amaliy misollardan foydalanishdir. Murabbiylar kurashdagi real hayot stsenariylarini tahlil qilib, turli vaziyatlarga moslashishni o'rganadilar, masalan, sportchi jarohatlari, psixologik pasayish yoki musobaqa paytidagi taktik tuzatishlar. Tengdoshlarni o'rganish va murabbiylik ham pedagogik rivojlanish jarayonining muhim tarkibiy qismidir. Tajribali murabbiylar tajribasiz murabbiylarga yo'l-yo'riq va fikr-mulohazalarni berib, doimiy takomillashtirish va hamkorlik madaniyatini rivojlantiradi. Ushbu

ijtimoiy o'quv jarayoni qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi va kurash bo'yicha murabbiylikda talab qilinadigan moslashuvchanlikni oshiradi. Kurash bo'yicha murabbiylar rivojlanishi kerak bo'lgan asosiy kompetentsiyalarni bir necha asosiy yo'nalishlarga bo'lish mumkin:

Texnik va taktik bilimlar: Kurash bo'yicha murabbiylar sport texnikasi, qoidalari va strategiyalari haqida chuqur bilimga ega bo'lishi kerak. Bu o'yinlarni tahlil qilish, kuchli va zaif tomonlarini aniqlash va har bir sportchi uchun shaxsiy strategiyalarni ishlab chiqish qobiliyatini o'z ichiga oladi.

Jismoniy konditsionerlik: Sportchining jismoniy ko'rsatkichlarini qanday optimallashtirishni tushunish murabbiylik uchun muhim ahamiyatga ega. Bu kurashning o'ziga xos talablariga moslashtirilgan kuch va konditsioner dasturlarini yaratishni, shuningdek, jarohatlarning oldini olish va tiklanish usullarini bilishni nazarda tutadi.

Psixologik tayyorgarlik: Kurash bo'yicha murabbiylik sportchilardan aqliy ustunlik, diqqatni jamlash va chidamlilikni shakllantirish qobiliyatini talab qiladi.[4] Murabbiylar motivatsion usullarda, stressni boshqarishda va ijobiy jamoa madaniyatini rivojlantirishda malakali bo'lishi kerak.

Muloqot ko'nikmalari: Samarali muloqot ko'rsatmalarini etkazish, fikr-mulohazalarni taqdim etish va sportchilar, ota-onalar va boshqa manfaatdor tomonlar bilan munosabatlarni boshqarish uchun zarurdir.[5] Aniqlik va motivatsiyani ta'minlash uchun murabbiylar og'zaki va og'zaki bo'lmagan muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishlari kerak. Kurash bo'yicha murabbiylar ko'pincha namuna sifatida ko'riladi va ular kuchli etakchilik va axloqiy qarorlar qabul qilish qobiliyatini namoyish etishlari kerak. Bunga ijobiy o'rnak ko'rsatish, to'g'rilikni saqlash va sportchining uzoq muddatli rivojlanishi uchun eng yaxshi manfaatli qarorlar qabul qilish kiradi.

Sport murabbiyligining dinamik tabiati kurash bo'yicha murabbiylarning umrbod ta'lim bilan shug'ullanishini taqozo etadi. Sport fani sohasi yanada samarali mashg'ulotlar metodologiyasini taklif qiladigan yangi tadqiqotlar va texnologiyalar bilan doimiy ravishda rivojlanib bormoqda. Shu sababli, murabbiylar so'nggi tendentsiyalardan xabardor bo'lish uchun seminarlar, seminarlar va konferentsiyalarda qatnashish kabi doimiy kasbiy rivojlanish tadbirlarida ishtirok etishlari kerak. Bundan tashqari, o'z-o'zini aks ettirish va qayta aloqa halqalari doimiy takomillashtirish uchun muhim vositadir. Murabbiylar o'zlarining murabbiylik amaliyotlarini muntazam ravishda baholashlari, tengdoshlari va sportchilarning fikr-mulohazalarini izlashlari va shunga mos ravishda yondashuvlarini o'zgartirishlari kerak. Ushbu aks ettiruvchi amaliyot murabbiylarga yaxshilanishi kerak bo'lgan sohalarni aniqlashga yordam beradi va o'sish va o'rganish ongini rivojlantiradi [6].

Zamonaviy ta'lim texnologiyalarini qo'llash

Sport texnologiyasidagi yutuqlar bilan kurash bo'yicha murabbiylar mashg'ulotlar va natijalarni tahlil qilishni yaxshilaydigan bir qator vositalardan foydalanishlari mumkin. Masalan, video tahlil dasturi murabbiylarga o'yin tasvirlarini sindirish, texnikani baholash va o'z sportchilari uchun maqsadli takomillashtirish rejalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Kiyinish texnologiyasi va fitnes-trekerlar yurak urishi, tezlik va chidamlilik kabi sportchining ishlash ko'rsatkichlari bo'yicha real vaqt rejimida ma'lumot beradi, bu esa murabbiylarga konditsionerlik dasturlarini nozik sozlash imkonini beradi[7]. Ushbu texnologiyalarni mashg'ulot jarayoniga kiritish nafaqat murabbiyning mashg'ulotlarni kuzatish va sozlash qobiliyatini oshiribgina qolmay, balki sportchilarga ularning natijalari bo'yicha aniq, ma'lumotlarga asoslangan fikr-mulohazalarni taqdim etish orqali ularning rivojlanishiga egalik qilish imkoniyatini beradi.

XULOSA

Kurash murabbiylarida kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish ilmiy bilimlar, pedagogik strategiyalar va amaliyotda qo‘llashni o‘z ichiga olgan keng qamrovli jarayondir. Kurash bo‘yicha murabbiylar sportchi rivojlanishining jismoniy va psixologik jihatlarini chuqur bilishi, shuningdek, zamonaviy tayyorgarlik usullarini qo‘llash qobiliyatiga ega bo‘lishi kerak. Uzlusiz kasbiy rivojlanish va rivojlanayotgan sport texnologiyalarining integratsiyasi murabbiyning sportning rivojlanayotgan talablariga javob berish qobiliyatini yanada oshiradi.[8] Rasmiy ta‘lim, amaliy tajriba va doimiy o‘rganish kombinatsiyasi orqali kurash bo‘yicha murabbiylar o‘z sportchilarining muvaffaqiyati va farovonligiga samarali hissa qo‘shishlari mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. Sultonov A.I. "kurash qoidalarining xususiyatlari." Academic research in educational sciences 2.10 (2021): 403-407.
2. Shokirjonovna J. I. 15-16 Yoshli kurashchilarni tezkorlik kuch sifatlarini rivojlantirish uslubiyati //Research Focus International Scientific Journal. – 2023. – T. 2. – №. 6. – C. 189-192.
3. Ubaydullayev A.N. “Talabalarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish usullari”. Educational Research in Universal Sciences 1.6 (2022): 168-176.
4. Sadikovich K. N., Shomaxmatovna S.Z. Kasbiy kompetentlik va ularning turlari //fan, ta‘lim va amaliyotning integratsiyasi. – 2022. – C. 166-169.
5. Ergashevich H.E. Kasbiy-gnostik kompetensiya tushunchasining nazariy asoslari //ta‘lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali. – 2023. – T. 3. – №. 5. – C. 34-40.
6. Mamasaidov. I.T. “Kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirishda metodik keyslarda foydalanishni o‘rni”. ta‘lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali (2022): 214-217.
7. Genjemuratova G. Integratsion kasbiy tayyorlash jarayoniga kiritish uchun mos bo‘lgan akademik kompetensiyalar //Science and innovation in the education system. – 2024. – T. 3. – №. 2. – C. 36-40.
8. T.S.To‘ychiyev. Yuqori malakali kurashchilarni mashg‘ulotlarida tezkorlik mashqlar qo‘llash uslubiyoti. Namangan davlat unversiteti Xududiy ilmiy-nazariy anjuman. 2016. 225-228-b. [13.00.00. №3].
9. T.S.To‘ychiyev. Yuuqor malakali belbog‘li kurashchilarning texnik va taktik tayyorgarligini takomillashtirish. Namangan davlat unversiteti iimiy axborot 2018.1- soni 225-230-b. [13.00.00. №3].
10. T.S.To‘ychiyev. Yoshlarda jismoniy faollik orqali sog‘lom turmush tarzini shakllantirish muammolari. O‘zbekston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti O‘zbekston olimpiya akademiyasi.
11. T.S.To‘ychiyev. Malakali kurashchilarda texnik va taktik tayyorgligini innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo‘llash usullari. Namangan davlat unversiteti ilmiy axborotnomasi . 2019.2-soni 230-235-b. [13.00.00. №3].
12. T.S.To‘ychiyev. Ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchi o‘smirlarda dzyudo sport to‘garak mashg‘ulotlarini o‘tkazishda umumiy va maxsus tayyorgarligining birligi tamoyilini ahamiyati. Namangan davlat unversiteti ilmiy axborotnomasi. 2022.4- soni 456-461-b. [13.00.00. №3].