



KURASHCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISHDA ILMIY-USLUBIY YONDASHUVNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Boymuradov Ismatilla Xasanovich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti

“Jismoniy madaniyat va sport”

kafedrasi p.f.n., dotsenti

Annotatsiya. Ushbu maqolada kurashchilarning jismoniy tayyorgarligini yakka kurash vositalari asosida oshirishning ilmiy-uslubiy yondashish orqali ularning xalqaro musobaqalarda yuqori natijalarga erishishlarini ta’minlash va mashg’ulotlar jarayonida kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish uslublarining samaradorligini oshirish yuzasidan nazariy ma’lumotlari keltirib o’tilgan.

Tayanch so‘zlar: kurash, kasbiy ko‘nikmalar, jismoniy sifatlar, jismoniy tayyorgarlik, texnik tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, integratsiya.

KIRISH

Hozirgi davrning turli ilmiy-nazariy va o‘quv-metodik manbalarida ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotning talab va ehtiyojlaridan kelib chiqib, qayta takrorlanadigan, o‘quvchi (talaba)ning o‘qish-bilish faolligini to‘liq ta’minlaydigan, ta’lim shakllarini qulaylashtiradigan, o‘qitishda inson salohiyati va texnik vositalarning o‘zaro ta’sirini tashkil etadigan, bilim o‘zlashtirishda yo‘l qo‘yilgan xatolarni aniqlab, tuzata oladigan zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalarini o‘z vaqtida ishlab chiqish va joriy etishni ta’minlash” [1] vaqti yetib kelganligi qayd etiladi. Chunki ta’lim texnologiyalari o‘zlashtirish natijalarini kafolatlaydigan, jamiyat talablariga ko‘ra oldindan shaxs shakllanishini kafolatlovchi, ta’lim shakllarini qulaylashtiruvcho‘qitishning metod va vositalarining yig‘indisidan iboratdir.

“Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi” o‘quv fanini o‘qitishda ta’lim jarayoning yo‘nalishini muayyan izchillik va yaxlitlikda qurish, o‘quvchi



(talaba)larning o'quv-biluv faoliyatini aniqlashtirilgan maqsadni amalga oshiruvchi ta'limning shakl metod va vositalarini tanlash lozimligini taqozo etadi. Buning uchun didaktikaning muayyan qonuniyatlari, qoidalari va o'ziga xos jihatlari e'tibordan chiqarmaslik lozim. Chunki ilmiy manbalarda ta'kidlanishicha, o'qitish texnologiyasi (natija sifatida) - didaktik jarayonning ilmiy loyihasi modeli bo'lib, faoliyat davomida pedagogik harakatalar muvaffaqiyatini ta'minlaydi".

Xo'sh, o'qitish texnologiyalari mazmunida nimalar mujassamlashgan:

1. Ta'lim standartlari asosida o'qitish jarayonini loyihalash.
2. Kutilayotgan natijani kafolatlash va kafolatlangan natijaga to'liq erishish.
3. Kafolatlangan natijani qo'lga kiritishda maqsadni aniq belgilash, ya'ni ta'limning umumiy maqsadi va o'quv mavzusining maqsadini hamda o'zlashtirilishi lozim bo'lgan o'quv ma'lumotlarining maqsadini aniqlashtirish.
4. O'qitishning didaktik vositalarini aniq tanlash va ulardan maksimal (optimal) foydalanish.
5. O'qitishning uzluksizlik, tadrijiylik, ilmiylik, tushunarliklik, ko'rgazmalilik, amaliylik, tamoyillariga asoslanish.
6. O'quv mashg'ulotlarining xaritasini o'zlashtirilishi lozim bo'lgan BKM (bilim, ko'nikma, malakalar) va pedagogik harakatlar (o'qituvchi-talaba faoliyati) asosida ishlab chiqish va rejalarni tuzish.
7. Ta'lim oluvchilarning mustaqilligi, faolligi, ijodiy kamolotining ta'minlanishiga qaratilgan bo'lganligi.
8. Ta'lim jarayonining motivatsiya, ta'lim oluvchining o'qish-bilish faoliyati, o'quvchi faoliyati boshqarilishi komponentlaridan iborat bo'lishi va amalga oshishi [5].

Qolaversa, "Kurash turlari va o'qitish metodikasi" fanini o'qitishda, fan mazmunini talabalarning o'zlashtirishlari uchun ta'limning ilg'or va zamonaviy usullaridan foydalanish, yangi innovatsion-pedagogik texnologiyalarni tadbiq qilish, ma'ruza, amaliy mashg'ulotlardan ilg'or innovatsion texnologiyalardan foydalanish



zarurligi qayd qilingan. Shuni inobatga olib biz mazkur fanni o'qitishda foydalanishi mumkin bo'lgan ta'lim texnologiyalari xususida fikr yuritamiz.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Hozirgi kunda ta'lim maqsadini amalga oshirish ta'lim funksiyalari, muammoli-modulli xususiyatlari, o'qitish vositalari va ta'lim mazmunini amalga oshirish darajalari, ta'limni jadallashtirish va shaxsga yo'naltirilgan - umumiy pedagogik, xususiy pedagogik, lokal (modul)li ta'lim kabi o'qitishning xususiyatlaridan kelib chiqib, A.Y.Savelev, S.A.Smirnov, M.A.Chashanov, V.P.Bespalko, V.M.Shatalov, E.N.Shiyanov, M.I.Maxmutov, L.A.Yutsyavichene, D.V.Chernilevskiy va boshqalar tomonidan ta'lim texnologiyalari ishlab chiqilgan. Respublikamiz ta'lim muassasalarida esa o'qitishning muammoli, shaxsga yo'naltirilgan, mujassamlashtirilgan, modulli, rivojlantiruvchi, dasturlashtirilgan, differenlashtirilgan, faol, o'yin kabi texnologiyalari N.Avliyoqulov, N.Sayidaxmedov, B.Farberman, O'.Tolipov, M.Usmonboyeva, B.Xo'jayev, Sh.Olimov tomonidan ilmiy nazariy jihatdan asoslanib amalda qo'llanilmoqda.

Xullas, mazkur texnologiyalar mustaqil fikr yuritish, faol o'zlashtirish, ijodiy tafakkurni shakllantirish va rivojlantirish, kafolatli natijaga erishishni yo'lga qo'yishga yordam beradi. Zero, bunda bilish, tushunish, anglash, ajrata olish, o'z-o'zini nazorat qilish, aniqlashtirish o'z faoliyatini baholash kabi amallar doimiy harakatda bo'ladi.

TADQIQOTLAR METODOLOGIYASI

Muammoli o'qitish texnologiyasi – bu muayyan o'quv fanining muhim tomonlarini ijodiy o'zlashtirishga o'quvchilarni muntazam jalb qilishni nazarda tutadigan texnologiyadir. Muammoli o'qitish texnologiyasining o'ziga xos xususiyati shundan iboratki, u ta'lim oluvchilarga ma'lumot, axborotlarni tayyor holda emas, balki muammoli vaziyatlarni yaratish hamda ularni yechishga o'quvchilarni jalb etish orqali bilim o'zlashtirish, ko'nikma malaka hosil qilishga yo'llashni nazarda tutadi. Shuning uchun mazkur texnologiya ta'lim oluvchilarda mustaqil fikrlash, e'tiqodni tarbiyalaydi.



Darhaqiqat, “Muammoli o‘qitish, o‘qitishning eng tabiiy samarali usulidir, chunki ilmiy bilimlar mantiqi o‘zida muammoli vaziyatlar mantiqini namoyish etadi” [2]. Zero, muammoli vaziyat – ta’lim oluvchilar fikrlash jarayonining dastlabki bosqichi bo‘lib, unda biror narsani tushunish, anglash mantig‘i yotadi va u talabani muammoni yechishga yo‘naltiradi, yechimni izlashni tashkillashtiradi. Bunda o‘qituvchi o‘quvchi-talabalarga bilim, ma’lumot, axborotlarni tayyor holda taqdim etmaydi, u bilim oluvchilar oldiga muammoli topshiriqlarni qo‘yib, ularning yechimini topishga o‘quvchi-talabalarning o‘zlarini yo‘naltiradi.

Muammoli topshiriqlar, bilishga yo‘llovchi, tadqiqiy topshiriqlar hisoblanib, ularning natijalari ta’lim oluvchiga noma’lum bo‘lib, ularni yechish yo‘llari, vositalarini ularning o‘zlari o‘z tayyorgarlik darajalariga tayanib mustaqil hal etishga intiladilar.

Muammoli o‘qitish texnologiyasi o‘quvchi-talabalarning bilish faolligi va ijodiy fikrlashini rivojlantiradi. Natijada o‘quvchilar bilimlarni o‘z tayyorgarlik darajalariga tayanib mustaqil o‘rganishga odatlanadilar, muammo va topshiriqlarni yechishning yo‘l va vositalarini izlab topishga intiladilar.

TAHLIL VA NATIJALAR

“Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi” o‘quv fanini o‘qitishda muammoli ta’lim texnologiyasi bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilariga kurashchilarning jismoniy va psixologik tayyorgarliklarini inobatga olib, vaziyatdan kelib chiqib, texnik, taktik mahoratini namoyish qilishda mustaqil qaror qabul qilish yo‘llari hamda vositalari haqida ma’lumot beradi. Shuningdek, kurashchilarga hujum harakatlarini mustaqil tanlash, qo‘llash texnikasi bilan tanishtiradi. Bu esa o‘z navbatida, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari va mashqlarini tashkil etish va o‘tkazishga texnologik yondashish uchun amaliy yordam ko‘rsatadi. Bunda muammoli vaziyatni vujudga keltirish muhim ahamiyat kasb etadi. Muammoli vaziyat yaratishda:

a) texnik-taktik tayyorgarlikda ziddiyatlarni vujudga keltirish va uning yechimini topishga kurashchining o‘ziga taklif etish;



- b) aynan bir xildagi texnik-taktik tayyorgarlikni turli xil yechimini topish;
- d) kurashchilarga holatga turlicha yondashishni o'rgatish;
- e) amalga oshirilgan texnik-taktik holatni taqqoslash, umumlashtirish va xulosalar chiqarishga undashga olib keladi va ularni qo'llash ijtimoiy-pedagogik ahamiyat kasb etadi.

Shuning uchun ham "Milliy kurash turlari va uni o'qitish texnologiyalari" o'quv fanini o'qitishda muammoli ta'lim texnologiyasining roli katta.

Dasturlashtirilgan ta'lim texnologiyasi - o'quvchi-talabalarning maxsus ishlab chiqilgan o'quv materiallari ustida mustaqil ishlashlarini yo'lga qo'yish texnologiyasi hisoblanadi. Bunda milliy kurash bo'yicha sport kurashining paydo bo'lishi, ularning turlari, usullari, tamoyillari, kurashning texnik-taktik mahorat tamoyillari, jismoniy tayyorgarligi, ruhiy tayyorgarligi, texnik hamda taktik tayyorgarligi va boshqa o'quv ma'lumotlarini dozalarga bo'lib, ularni ketma-ketlikda, izchillikda bayon etish bilan tavsiflanadi. Chunki bu ta'limda o'quv ma'lumotlarini muayyan dozalarga ajratish, o'qish tempini individuallashtirishi va asta-sekin aniqdan-noaniqqa, oddiydan-murakkabga qoidasiga ko'ra amalga oshirish, o'quv materialini o'rganish nazoratini izchillik bilan o'tkazish, o'tilgan mavzuni kichik ulushlarga bo'lib, ularni to'liq o'zlashtirilishini ta'minlagandan so'ng o'quv materialining keyingi ulushini taqdim etishga o'tishni ta'minlash kabi didaktik talablar yotadi.

Bu talabning o'ziga xos tomoni shundan iboratki, talaba fan o'quv materialining oldingisini mukammal o'zlashtirmasa, keyingisini o'zlashtira olmaydi. Aniq va to'g'ri tashkil etilgan individual xarakterdagi talabaning mustaqil ishi o'quv ma'lumotlarini to'liq o'zlashtirishga imkon yaratadi. Yaxshi tashkil etilgan talabaning o'quv-biluv faoliyati, uning ustidan o'rnatilgan doimiy nazorat, talaba bilim olishi va rivojlanishini ta'minlaydi.

Modulli ta'lim texnologiyasi. O'qitishning yangi texnologiyalarini izlab topish borasida olib borilgan tadqiqotlar, ta'lim oluvchilarning mustaqil bilish faoliyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan ta'limda modulli o'qitish texnologiyasining



yaratilishiga olib keldi. Modulli o'qitish texnologiyasi aniq ta'lim oluvchiga mos keluvchi o'qitish usulini tanlashni, o'quv ma'lumotlarini o'quvchi-talabanning tayyorgarligi, o'quv-biluv ehtiyojiga muvofiqlashtirish, o'quv fani bo'yicha bilim va ko'nikmalarni mustaqil ishlashlari asosida modullar bo'yicha tizimlashtirishni nazarda tutadi.

Professor N.H.Avliyoqulov va pedagogika fanlari nomzodi N.N.Musayevalar ta'kidlaganlaridek:

- modulli o'qitish didaktik tizimning har bir tizilmasini (komponentini) so'zsiz ishlanishini ta'minlaydi va ularni modulli dasturda va modullarda ko'rgazmali taqdim etadi;

- modulli o'qitish, o'qitish mazmunini aniq tarkiblash, nazariy materialni ketma-ket bayon etish, o'quv jarayonini uslubiy material bilan ta'minlash, o'qitish jarayoniga tuzatishlar kiritishga imkon beruvchi o'zlashtirilgan bilimlarni baholash va nazorat tizimini toqazo etadi;

- modulli o'qitish o'qitishni o'zgaruvchanligini, o'quv jarayonini o'quvchilarning shaxsiy imkoniyatlari va talablariga moslashni nazarda tutadi [3].

Modulli ta'lim texnologiyasining mazkur o'ziga xos xususiyatlari milliy kurash turlari va uni o'qitish metodikasi o'quv fanini o'qitishda:

- milliy kurash turlarini tartiblashtirish;

- "Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi"ni modulli dastur shaklida o'quv ma'lumotlari modullarga (makro, mikromodullar tarzida) ketma-ketlikda o'zlashtirishni rejalashtirish;

- tashkiliy shakllarda mustaqil bilim olish asosida olib borishni yo'lga qo'yish kabi masalalarni yechish amalga oshiriladi.

Shunday qilib, modulli o'qitish texnologiyasi fan ma'ruzalarini modullarga ajratishni, o'qitish, o'zlashtirishni nazorat qilish va baholashni yuqori texnologik jarayon asosida olib boruvchi texnologiya deb xulosa chiqarish mumkin.

Differensiallashgan ta'lim texnologiyasi - bu ta'lim oluvchilarning individual (ruhiy va jismoniy) xususiyatlarini inobatga olib tashkil etilgan ta'lim texnologiyasi



hisoblanadi. Ma'lumki, didaktika fani ta'lim oluvchilarni bilim darajasi, fikrlashi, xotirasi, qobiliyatini inobatga olib, ularni a'lo, yaxshi, o'rta va bo'sh o'zlashtiruvchilarga ajratib o'qitish maktab amaliyotida keng qo'llaniladi. Bunday mashg'ulotlar mashqlarni tashkil etish odatda differensial ta'lim deb yuritiladi.

Sport kurashida esa kurashchilarning jismoniy, ruhiy, texnik, taktik tayyogarliklarini inobatga olgan holda ularni guruhlarga ajratib tashkil etiladigan mashg'ulotlarni differensial ta'lim deb aytish mumkin. Bunday yondashish sportchida taktik-texnik tayyorgarlikning oshishida, jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashida muhim o'rin tutadi. Bunday ta'limda sportchi faollashadi, o'zining jismoniy, ruhiy, texnik va taktik tayyorgarligi ustida muntazam shug'ullanadi. Buning uchun jismoniy tarbiya o'qituvchisi yoki murabbiy milliy kurash turlari, milliy kurash mashg'ulotining maqsadi, vazifalari, vositalari, usullari, tamoyillari, kurashchining jismoniy, ruhiy, texnik va taktik tayyorgarligi to'g'risida ham ilmiy-nazariy ham amaliy-usuliy ma'lumotlarni mukammal egallashi talab etiladi.

Shunday qilib, "Kurash turlari va uni o'qitish texnologiyalari" fanini o'qitishda differensial ta'lim texnologiyasidan foydalanish ta'lim oluvchilar yoki bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari hamda murabbiylarni past o'zlashtiruvchidan qoniqarli o'zlashtiruvchi darajasiga, qoniqarli o'zlashtiruvchilarni yaxshi o'zlashtiruvchilar darajasiga, yaxshi o'zlashtiruvchilarni a'lo o'zlashtiruvchilar darajasiga ko'tarish mumkinligi amalda tasdiqlangan. Demak, "Milliy sport kurashi va uni o'qitish texnologiyalari" fani mavzularini o'qitishda differensial ta'lim texnologiyasini qo'llash yaxshi samara beradi.

Mujassamlashtirilgan ta'lim texnologiyasi - ta'lim oluvchilarning his qilish xususiyatlarini, idrok etish faoliyatlarini inobatga olgan mashg'ulotlarni bloklarga biriktirib, egallangan bilimlar samarradorligini oshirish hamda ularni idrok etish qobiliyati, faolliklari, qiziqishlari, aqliy intellektual imkoniyatlarini orttirishga qaratilgan ta'lim texnologiyasidir. "Milliy kurash turlari va uni o'qitish texnologiyalari" fanini mujassamlashgan ta'lim texnologiyasi asosida o'qitish sport turkumidagi o'quv fanlarining o'qitishni mujassamlashgan holda o'qitishni nazarda



tutadi. Bunda kurashga tayyorgarlik jarayonidagi harakatlar, kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik, vaziyatni to'g'ri tushunish va unga qarab kuchini taqsimlash to'g'ri ta'minlanadi. Zero, inson ongi, sezgisi, ruhiy faoliyati o'zaro mujassamlashgan birliklardan tashkil topgan. "Milliy kurash turlari va uni o'qitish texnologiyalari" fani mazmunidagi mavzularni mujassamlashtirilgan ta'lim asosida o'rganish kurashchilarning bilimdonlik darajasi va jismoniy, ruhiy, texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantiradi, mavzularni hayotiy lavhalar bilan bog'lashni ta'minlaydi. Shuningdek, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari va murabbiylarning bilish faoliyatini mazmunan boyitadi hamda quyidagilarning namoyon bo'lishini ta'minlaydi:

- a) o'rganilayotgan fan g'oyalarini chuqurlashtiradi va zukkolik, faollikni oshiradi;
- b) kuchlilik, tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik, mustaqillikni tarbiyalaydi;
- d) har bir mashg'ulot doirasida faoliyat turlarini almashtirishga yordam beradi;
- e) mashg'ulotlarni ko'rgazmali, illyustrativ, axborotli tashkil etish imkoniyatlarini kengaytiradi;
- f) mustaqil, ijodiy fikrlash va tadqiqotchilik faoliyatini tashkil etishni yo'lga qo'yadi.

Rivojlantiruvchi ta'lim texnologiyasi - ta'lim oluvchilarning tabiiy rivojlanish qonuniyatlari asosida uning ichki imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish va muammoni mustaqil yecha oladigan, fan mazmunini anglash uchun kerakli bilimni qidirib topa olish ko'nikmalarini rivojlantiruvchi ta'limdir. Bu ta'lim texnologiyasi jahon standarti talabiga javob beradigan, o'ziga, boshqalarga, jamiyatga, davlatga, tabiatga, mehnatga, o'zining shaxsiy faoliyatiga to'g'ri munosabatni bildiradi oladigan, ijodkor, tadbirkor kadrlarni tayyorlash va o'z-o'zini takomillashtiradigan shaxsni tarbilashga qaratilgan ta'lim texnologiyasidir. Mazkur ta'lim texnologiyasi ta'lim jarayoni ishtirokchilari (subyektlar)ning harakatlarini faollashtiradi hamda o'zaro faoliyatni jadallashtiradi, interfaollikni vujudga keltiradi. Bu esa faqatgina



axborotlarni shunchaki qabul qilishni emas, balki o'rganilayotgan obyektlar yoki jarayonlarning o'zaro harakatlarni tezlashtiradi, ma'lumotlar, axborotlar xususiyatlarini faol tadqiq qilish imkoniyatlarini vujudga keltiradi.

Demak, rivojlantiruvchi ta'lim o'qitish jarayonini jadallashtirish, bilim oluvchilar faoliyatini faollashtirish, birgalikdagi harakatlarni uyg'unlashtirishga qaratilgan ta'lim hisoblanib, ta'lim va tarbiya vazifalarini oqilona hal qilishga katta imkoniyatlar yaratadi.

XULOSA

Shunday qilib, nazariy jihatdan ishlab chiqilib, amaliy faoliyatda qo'llanilayotgan o'qitishning zamonaviy texnologiyalari o'zida o'qitishning tashkiliy shakllar tizimi, ta'lim metodlari, majmuasi, vositalari, maqsad, vazifa, ta'lim o'rgatuvchi va ta'lim o'rganuvchining birgalikda, hamkorlikdagi faoliyatlarini tashkil qiluvchi, o'quv ma'lumotlarini o'zlashtirishda imkoniyatlardan to'liq foydalanuvchi texnologiyadir. Shuning uchun ham u produktiv hisoblanadi.

Hozirgi zamon ta'lim nazariyasi (didaktikasi)da o'qitishning mazmunini to'ldiruvchi o'qitishning interfaol metodlari mavjud. Bu metodlar o'qitishning samaradorligini oshiradi, o'quvchi-talabalarning ijodiy, mustaqil, tanqidiy fikrlashlarini shakllantiradi va qobiliyatini rivojlantiradi, raqobatbardosh yetuk mutaxassislarni tayyorlashga yordam beradi.

ADABIYOTLAR:

1. Karimov I.A. O'zbekiston XXI asrga intilmoqda.- T.: "O'zbekiston", 1999. 37-38-betlar.
2. Avliyoqulov N.H., Namozova N.J. Muammoli o'qitish texnologiyalari. -T., 2004. 12-bet.
3. Avliyoqulov N.H., Musayeva N.N. Modulli o'qitish texnologiyalari. -T.: "Fan va texnologiyalar", 2007. 27-bet.
4. Arslonov Q.P. Milliy kurash turlari va uni o'qitish texnologiyalari. –Buxoro, 2014-yil.
5. Milliy g'oya: targ'ibot texnologiyalari. 28- bet