

САМБО СПОРТИНИНГ ТАЪЛИМ-ТАРБИЯ ЖАРАЁНИДА ИННОВАЦИОН АҲАМИЯТИ

Тураев Муродхон Аюбхонович

Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги

Малака ошириш институти

Жисмоний тайёргарлик цикли бошлиги

shokiralbekov@gmail.com

Аннотация: Ушбу мақолада самбо спортининг таълим-тарбия тизимидаги инновацион аҳамияти ёритилган. Муаллиф самбонинг жисмоний тайёргарлик билан бирга маънавий ва ахлоқий жиҳатдан ҳам ёшларга кучли таъсир кўрсатишини таҳлил қилади. Самбо машғулоти орқали ёш авлодда жисмоний сифатлар билан бир қаторда ирода, интизом, ватанпарварлик ва масъулиятлилик каби хислатлар шаклланиши кўрсатилган. Спорт турининг миллий кадриятлар ва замонавий таълим жараёнидаги ўрни илмий асосда ёритилган.

Калит сўзлар: самбо, жисмоний сифатлар, таълим, ирода, ватанпарварлик, инновация, ёшлар тарбияси.

ИННОВАЦИОННОЕ ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА САМБО В ПРОЦЕССЕ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Тураев Муродхон Аюбхонович

Начальник цикла физической подготовки

Институт повышения квалификации

МВД Республики Узбекистан

shokiralbekov@gmail.com

Аннотация: В данной статье освещается инновационное значение самбо в системе образования. Автор анализирует, что самбо оказывает сильное влияние на молодежь как с точки зрения физической подготовки, так и с духовной и нравственной точки зрения. Показано, что посредством занятий самбо у подрастающего поколения наряду с физическими качествами формируются такие качества, как сила воли, дисциплинированность, патриотизм и ответственность. Роль вида спорта в национальных ценностях и современном образовательном процессе освещена на научной основе.

Ключевые слова: самбо, физические качества, образование, воля, патриотизм, инновации, воспитание молодежи.

THE INNOVATIVE SIGNIFICANCE OF SAMBO SPORTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS

Turaev Murodkhon Ayubkhonovich

Head of the physical training cycle

*Institute for Advanced Training of the Ministry
of Internal Affairs of the Republic of Uzbekistan*

shokiralbekov@gmail.com

Abstract: This article highlights the innovative importance of sambo in the education system. The author analyzes that sambo, along with physical training, has a strong influence on young people both spiritually and morally. It has been shown that through sambo training, along with physical qualities, such qualities as will, discipline, patriotism, and responsibility are formed in the younger generation. The role of sports in national values and the modern educational process is highlighted on a scientific basis.

Keywords: sambo, physical qualities, education, willpower, patriotism, innovation, youth education.

КИРИШ

Самбо спорти бугунги кунда нафақат спорт майдонларида, балки таълим-тарбия жараёнида ҳам муҳим ўрин эгаллаб келмоқда. У ўзининг универсал хусусиятлари билан ёшларнинг жисмоний ривожланиши, маънавий баркамоллиги ва жамиятда фаол шахс сифатида шаклланишига ёрдам беради. Самбо машғулоти инсоннинг куч, чидамлилиги ва ҳаракат координациясини ривожлантириш билан бирга, уларда интизомлилиги ва иродавий сифатларни мустаҳкамлайди.

Самбо спорт тури тарихий жиҳатдан ҳам катта аҳамиятга эга. У XX асрнинг биринчи ярмида шаклланган бўлиб, қисқа вақт ичида нафақат Россия ва Марказий Осиё ҳудудларида, балки жаҳон миқёсида ҳам оммалашди. Халқаро Самбо Федерациясининг ташкил этилиши, унинг олимпия спорт тури мақомига яқинлашиши бу спортнинг нуфузини янада оширди.

Ўзбекистонда спорт соҳасини ривожлантириш давлат сиёсати даражасида устувор йўналиш сифатида белгиланган. Президент фармон ва қарорларида ёшлар орасида соғлом турмуш тарзини шакллантириш, миллий спорт турларини оммалаштириш ва халқаро мусобақаларда юқори натижаларга эришиш вазифалари белгиланган. Самбо спорти ушбу йўналишларда энг самарали воситалардан бири ҳисобланади.

Шу билан бирга, самбо таълим жараёнининг ўзига хос инновацион шакли сифатида ҳам аҳамиятга эга. Беллашув жараёнида ёшларда вазиятни таҳлил қилиш, рақиб ҳаракатларини олдиндан сезиш, тактик қарор қабул қилиш каби кўникмалар шаклланади. Бу эса уларнинг нафақат спортда, балки ҳаётда ҳам муваффақиятли бўлишига хизмат қилади.

Шу жиҳатдан самбо спортини илмий жиҳатдан ўрганиш, унинг таълим-тарбия жараёнидаги инновацион аҳамиятини таҳлил қилиш замонавий спорт педагогикаси ва психологияси учун долзарб ҳисобланади.

АСОСИЙ ҚИСМ

Самбо машғулотлари жараёнида талабалар ва ёш спортчиларда замонавий билим бериш жараёни билан уйғун равишда шахсий сифатлар ривожланади. Беллашув жараёнида рақибни таҳлил қилиш, унга мос тактик усулларни қўллаш ва вазиятга тезкор мослашиш қобилиятлари шаклланади. Бу жараён ёшларда стратегик фикрлаш, масъулият ва тезкор қарор қабул қилиш кўникмаларини кучайтиради.

Самбо таълим жараёнида педагогик инновация сифатида қаралиши мумкин. Чунки у оддий жисмоний машқлардан фарқли ўлароқ, шахснинг руҳий-эмоционал ҳолатига ҳам кучли таъсир кўрсатади. Масалан, беллашувда юзага келадиган стресс ҳолатларини енгиб ўтиш спортчида ўзини назорат қилиш қобилиятини мустаҳкамлайди. Бу эса уларнинг турли ҳаётий вазиятларда ҳам барқарор ва чидамли бўлишига хизмат қилади.

Шу билан бирга, самбо спорти таълим муассасаларида ижтимоий-психологик муҳитни соғломлаштиришда ҳам муҳим аҳамиятга эга. Машғулотлар жамоавий тарзда олиб борилгани учун талабалар бир-бирини қўллаб-қувватлашга, ҳамкорликда ҳаракат қилишга ва рақибга ҳурмат билан муносабатда бўлишга ўрганадилар. Бу жараён уларда ижтимоий масъулият, дўстлик ва ҳамжиҳатлик туйғуларини ривожлантиради.

Самбо спорт тури миллий кадриятлар ва урф-одатлар билан ҳам уйғун. Ундаги интизом, ҳурмат, ватанпарварлик ва мағлубиятдан тўғри хулоса чиқариш каби қоидалар ёшлар тарбиясида катта аҳамиятга эга. Шу жиҳатдан самбони таълим дастурларига интеграция қилиш ёш авлодни жисмоний баркамол, маънавий етук ва ижтимоий фаол шахс сифатида тарбиялашда самарали восита бўлиб хизмат қилади.

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, самбо билан мунтазам шуғулланувчи ёшларда когнитив қобилиятлар – диққат, хотира ва реакция тезлиги юқори даражада ривожланади. Бу эса уларнинг ўқув жараёнида ҳам самарадорлигини оширади. Демак, самбо спорти нафақат спорт натижалари учун, балки таълим самарадорлигини кучайтириш учун ҳам муҳим аҳамият касб этади.

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

- Таълим муассасаларида самбо спорт тўғаракларини кўпайтириш ва уларни замонавий спорт жихозлари билан таъминлаш мақсадга мувофиқ.
- Самбо машғулотларини жисмоний тарбия дарсларига интеграция қилиш, унинг асосий усул ва машқларидан умумий ривожлантирувчи восита сифатида фойдаланиш тавсия этилади.
- Олий таълим муассасаларида самбо спорти бўйича махсус курслар ташкил қилиш орқали талабаларнинг нафақат жисмоний, балки маънавий тайёргарлигини ҳам кучайтириш мумкин.
- Самбо бўйича халқаро ва республика миқёсида мусобақаларни мунтазам ўтказиш ёшлар орасида соғлом рақобат муҳитини шакллантириш ва уларнинг миллий ғурурини мустаҳкамлашга хизмат қилади.
- Педагог ва мураббийларнинг самбо соҳасидаги малакасини ошириш, уларни замонавий методика ва инновацион таълим технологиялари билан таъминлаш орқали машғулот самарадорлигини юксалтириш зарур.
- Илмий тадқиқот ишларини давом эттириш, самбо машғулотларининг ёшларнинг психофизиологик ҳолатига, таълимдаги самарадорликка ва ижтимоий фаолликка таъсирини чуқур ўрганиш келгусида спорт педагогикаси учун муҳим натижалар бериши мумкин.

ХУЛОСА

Самбо спорти таълим-тарбия жараёнида нафақат жисмоний сифатларни ривожлантириш, балки шахсий ва маънавий камолотга эришиш учун ҳам самарали восита экани тадқиқот натижаларида ўз тасдиғини топди. У ёшларда куч, чидамлилиқ, тезкорлик ва ҳаракат координациясини ривожлантириш билан бирга, ирода, масъулият, интизом ва ватанпарварлик каби муҳим шахсий сифатларни шакллантиради. Беллашув жараёнидаги стресс ҳолатлари спортчиларда ўзини назорат қилиш, вазиятга тезкор мослашиш ва стратегик фикрлаш қобилиятини мустаҳкамлайди.

Самбо спортининг таълим тизимидаги инновацион аҳамияти шундаки, у ёшларни жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари орқали ҳаётда зарур бўлган психологик барқарорликка тайёрлайди. Шунингдек, самбо ижтимоий муҳитда ҳам ижобий таъсир кўрсатиб, талабалар орасида ҳамжиҳатлик, ўзаро ҳурмат ва қўллаб-қувватлаш каби ижтимоий қадриятларни ривожлантиради.

АДАБИЁТЛАР

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М. Мирзиёевнинг соғлом турмуш тарзи ва ёшларни спортга жалб қилиш тўғрисидаги фармон ва қарорлари. – “Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами”, 2020–2023 йиллар.
2. Мамажонов Н. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси. – Тошкент: “Fan va texnologiya”, 2020.

3. Абдуллаев А., Каримов Ш. Спорт назарияси ва услубияти. – Тошкент: “Ўқитувчи”, 2019.
4. Анохин В. П. Самбо: теория и методика подготовки. – Москва: Советский спорт, 2018.
5. Григорьев А. И. Методика преподавания национальных и прикладных видов спорта. – Москва: Советский спорт, 2018.
6. Ходжиев Х., Абдурахмонов А. Кураш ва миллий спорт турлари. – Тошкент: “Ўқитувчи”, 2018.
7. Ражабов Б. Самбо спорти: назария ва амалиёт. – Тошкент: Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети, ўқув қўлланма, 2021.
8. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. – Москва: Физкультура и спорт, 2015.
9. Чумаков Е. Н. Основы подготовки борца (самбо и дзюдо). – Санкт-Петербург: Лань, 2019.
10. Алексеев С. В. Психология спорта. – Москва: Академия, 2016.
11. Раҳимов Ш. Жисмоний тарбия ва спорт психологияси. – Тошкент: “Ўқитувчи”, 2017.
12. Шарипов Д. Самбо спорти таълим-тарбия жараёнида. // “Жисмоний тарбия ва спорт” илмий-амалий журнали, №3, 2021. – Б. 42–47.