

PEDAGOGIK MAHORAT

10
2024



PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

10-son (2024-yil, oktabr)

Jurnal 2001-yildan chiqa boshlagan

Buxoro – 2024

MUNDARIJA

№	Familiya I.Sh.	Mavzu	Bet
FILOLOGIYA VA TILLARNI O'QITISH			
1.	<i>ERGASHEVA Feruza Davlatali qizi</i>	Using scaffolding based on creative task to improve 10-11th graders' verbal speech	7
2.	<i>HAMROYEV Alijon Ro'ziqulovich</i>	Ona tili darslarida o'qish savodxonligini rivojlantirish metodik muammo sifatida	12
3.	<i>TOG'AYEVA Umida Shavqi qizi</i>	Neyrolingvistik yondashuv ona tili ta'limiga zamonaviy yondashuv asosi	18
4.	<i>SHADIEVA Dilrabo Qurbonovna</i>	Talabalarga rus tili yozuv nutqi pedagogik normasini o'rgatishning ba'zi jihatlar	22
5.	<i>MASUTOVA Shaxlo Omonovna</i>	Ona tili va adabiyot darslarida interfaol usullardan foydalanish	26
ANIQ VA TABIIY FANLARNI O'QITISH			
6.	<i>KARSHIBOYEV Shavkat Esirgapovich, RAHMONOVA Xurshida G'aybullayevna</i>	Fizika fanidan masalalar yechishning raqamli texnologiyalar yordamida tashkil etish metodikasi	31
7.	<i>ORINBAEV Ansarbay Amanbaevich</i>	Axborot texnologiyalar vositasida informatika fanidan mustaqil ta'limni tashkil etishning o'ziga xos jihatlar	38
8.	<i>RAMAZONOVA Zuxro Yorboevna</i>	Umumta'lim maktablarida kimyo fanidan sinfdan tashqari ishlarni tashkil etishning nazariy asoslari	43
9.	<i>SANAYEVA Munisa Ilamonovna</i>	Umumta'lim maktablarida biologiya fanini mediatexnologiyalar asosida o'qitishning ilmiy-nazariy asoslari	47
10.	<i>TOSHMURODOV Nuriddin Pardaqulovich</i>	Masalalarning yechilish usuliga ko'ra tasniflanishi molekulyar fizika bo'limi misolida	52
11.	<i>UBAYDULLAYEVA Vazira Patchaxanovna, SOBIRJONOV Abdusamad Zoxidovich, G'OYIBNAZAROV Ro'zimurod Baxtiyarovich, XODJAYEVA Diyora Zuxriddinovna</i>	Fizika fanidan laboratoriya mashg'ulotlarini o'tkazishda interfaol metodlarning talabalar kasb mahoratini oshirishdagi o'rni	59
12.	<i>XUDAYBERGANOV Shuhrat Shavkat o'g'li, ABDULLAYEVA O'g'iloy Abdirahman qizi</i>	Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida matematik o'yinlarning shakllari, metodlari va metodikasi	66
13.	<i>NIZAMOVA Saida Adilovna, ABDURAHIMOVA Gulhayyo Sodiqjonovna</i>	Kimyo fanida zamonaviy texnologiyalardan foydalanish orqali ta'lim samaradorligini oshirish	72
14.	<i>HAYITOV Dilshod Ergashovich</i>	“Bumerang” texnologiyasi orqali “metallarda elektr toki” mavzusini o'qitish	76
JISMONIY MADANIYAT VA SPORT			
15.	<i>JURAYEV Vohidjon Muhammedovich</i>	Sportchilarning da'vogarlik darajasini sport faoliyatiga ta'sirini belgilovchi yetakchi psixologik omillar	80
16.	<i>RAXIMBERDIYEV Javlonbek Nasriddin o'g'li</i>	Kurashchilarning koordinatsion qobiliyati va texnik-taktik harakat darajalarlarni aniqlantirish masalalari	88
IQTISODIY TA'LIM VA TARBIYA			
17.	<i>SHONAZAROV Asror Maxmaisoyevich</i>	Maxsus iqtisodiy zonalarini boshqarish va ularni izchil rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	92
INKLYUZIV TA'LIM			
18.	<i>HAMRAQULOVA Maftunaxon</i>	Nogiron bolalarning jamiyatga moslashuvida oila	98

KURASHCHILARNING KOORDINATSION QOBILYATI VA TEXNIK-TAKTIK HARAKAT DARAJALARINI ANIQLANTIRISH MASALALARI

Raximberdiyev Javlonbek Nasriddin o'g'li,

Chirchiq davlat pedagogika universiteti Jismoniy madaniyat va sport kafedrası o'qituvchisi

Ushbu maqolada kurash sport turining texnik-taktik harakatlarni aniqlantirish, kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari aniqlash, kurashchilarning musabotalarga tayyorgarligining maqsadi hamda vazifalari haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar: Kurash sport turi, kurashchilar, texnika, taktika, tayyorgarlik, musobaqa, bellashuv, murabbiy, pedagog, baholashning differensial usuli, samaradorlik, mashg'ulot, hujum va himoya harakatlari.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОРЦОВ И УРОВНЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ

В статье представлена информация об определении технических и тактических движений в борьбе, оценке показателей технической и тактической подготовленности борцов, а также об изложении целей и задач их подготовки к соревнованиям.

Ключевые слова: Спорт борьбы, борцы, техника, тактика, подготовка, соревнование, поединок, тренер, педагог, дифференциальный метод оценки, эффективность, тренировка, атакующие и защитные движения.

DETERMINING KURASH COORDINATION ABILITY AND LEVELS OF TECHNICAL-TACTICAL MOVEMENTS

This article provides information on identifying the technical and tactical movements in the sport of kurash, determining the indicators of kurash technical and tactical preparation, as well as the goals and tasks of their preparation for competitions.

Keywords: Kurash sport, kurash, technique, tactics, preparation, competition, contest, coach, pedagogue, differential method of assessment, effectiveness, training, offensive and defensive movements.

Kirish. Bugungi kunda yurt kelajagi bo'lgan yosh kurashchilarni texnik-taktik harakatlarini aniqlantirish masalalari Jahon sport kurashlarida raqobatning kuchayishi ushbu sport turlarida tezkor tahlil qilish va koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish hamda samaradorligi va texnik-taktik harakatlarini oshirish yo'llarini izlab topish talabini qo'ymoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning 2019-yil 19-martdagi Yoshlar ma'naviyatini yuksaltirish va ularni bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish to'g'risidagi “Beshta muhim tashabbus” g'oyasini ilgari surishi hamda, 2020-yil 4-noyabrdagi PQ-4881-sonli “Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora tadbirlari to'g'risidagi” qarori muhim hujjatlardan bo'ldi. Qarorlar ijrosini taminlashda ushbu dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi. Har bir xalq vaelatlarning asrlar davomida vujudga kelgan hamda shakllanib borgan o'ziga xos milliy sport turlari bo'lganidek o'zbek milliy sport turidan biri-kurash va kurashdir.

Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari yordamida malakali kurashchilar tayyorgarligi darajasini miqdoriy jixatdan aniqlash uchun musobaqa faoliyatidayd etish va kuzatishning har xil usullaridan foydalanish zarur. Bunday usullarga: kinoga olish, videomagnitofonga yozib olish va turli ramzlar yordamida stenografiya usulida qayd etish va boshqalar kiradi. Kinoga olish va videomagnitofon yozuvlari qimmatga tushadigan usullar bo'lganligi uchun xar doim ulardan foydalanishning iloji bo'lavermaydi. Shuning uchun bellashuv bayonnomalarida turli texnik-taktik xarakatlarni xilma-xil belgilar-ramzlardan foydalanib qayd etish qo'l keladi.

Asosiy qism. Kurashchilarning texnik-taktik harakatlarni qayd etish uchun qo'llaniladigan ramzlar tizimi ishlab chiqilgan. Mazkur tizim quyidagilarni o'z ichiga oladi. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajalari o'sishini baxolash usullari. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajalaridagi o'sish baxolari, yuqorida aytib o'tilganidek, texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlarini mos ravishda bazaviy [asosiy] ko'rsatkichlar bilan taqqoslash yo'li orqali aniqlanadi.

Tadqiq etilayotgan masalalarning xususiyatlariga qarab darajalar o'sishini baxolashning quyidagi usullardan foydalanildi, ya'ni: differensial, majmual va aralash usuli. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasining o'sishi qanday ekanligini tushuntirib o'tamiz. Kurashchilar texnik-taktik tayyorgarlik darajasi qotib qolgan, turg'un kattalik emas. Sport mashg'ulotlari pedagogik jarayonidagi hilma-xil ijobiy yoki salbiy omillar ta'sirida texnik-taktik tayyorgarlik darajasi vaqt o'tgan sayin goh yuksalib, goh pasayib turadi. Kurashchilar tayyorgarligining vaqt birligidagi bunday o'zgarishlari texnik-taktik tayyorgarlik darajasidagi dinamikasini ifodalaydi. Xatto yuqori malakali kurashchining o'zi "formani ushlab turganligi" ni ta'kidlayotgan bo'lsa ham, uning qandaydir texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari ushbu vaqt mobaynida o'zgarib turadi.

Mashg'ulot davomiyligida murabbiy va pedagoglar har bir mashg'ulot jarayonida sportchining har tomonlama tayyorlanishini ichki bir sezgi yordamida nazorat qilib boradilar, mashg'ulotlar rejasiga muayyan o'zgarishlar kiritadilar, qo'yilgan vazifalarning amalga oshirilishiga erishadilar. Ammo miqdoriy baxolar tizimining va usullarining yo'qligi sport mashg'ulotlari samaradorligini pasaytirib yuboradi.

Sport tayyorgarligi pedagogik jarayonida tayyorgarlikni bir tomondan, bir necha tomondan va butun tayyorlanish jarayonini yaxlit xolda baxolash zaruriyati mavjud. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlikni baxolashning differensial usuli. Mazkur usulning mohiyati bir yuqori malakali kurashchining texnik-taktik tayyorgarlikdagi aloxida ko'rsatkichlarini boshqa malakali kurashchining xuddi shunday ko'rsatkichlari bilan yoki muvofiq bazaviy ko'rsatkichlar bilan taqqoslashdan iborat. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini baxolashning majmual usuli. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini baxolashning majmual usuli chiqariladigan qarorlarni asoslash uchun texnik-taktik tayyorgarlik darajasini birgina ko'rsatkich orqali tavsiflash zarurati paydo bo'lganda qo'llanadi.

Kurashchilarni texnik-taktik tayyorgarlikning bunday ko'rsatkichi umumlashtirilgan ko'rsatkich deb, texnik-taktik tayyorgarlik darajasining shunga muvofiq baxosi majmual baxo deb ataladi. Kurashchilarni texnik-taktik tayyorgarlikning umumlashtirilgan ko'rsatkichi majmual, texnik-taktik tayyorgarlikning barcha xususiyatlarini yoki muayyan xususiyatlari guruhini, ya'ni xujum yoki ximoya harakatlarini, xajm va hilma-xillikni va x.k. qamrab oluvchi ko'rsatkich hisoblanadi.

Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik umumlashtirilgan ko'rsatkichlari mashg'ulot jarayoni dasturlarini taxrir etish uchun maqsadli topshiriqlar bo'lib hisoblanishi hamda model tavsifnomalarining uchinchi darajali ko'rsatkichlari sirasiga kiritilishi lozim. Uchinchi darajali "model tavsifnomalari"-sport faoliyati samaradorligini tushirib yuborgan yoki uning o'sishiga yordam bergan ma'lumotlar yig'indisi bo'lmish ko'rsatkichlardir, u mashg'ulot jarayoni dasturiga taxrir kiritish uchun maqsadli topshiriqlar bo'lib qolishi kerak.

Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini baxolashning aralash usuli. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini baxolashda o'rta qo'yiladigan masalalar doim ham yuqorida ko'rib chiqilgan bir yoki ikki usul: differensial yoki majmual usullar yordamida hal etilavermaydi. Bu, masalan, quyidagi hollarda yuz beradi:

-texnik-taktik tayyorgarlik alohida ko'rsatkichlari yig'indisi ancha keng imkoniyatlarga ega bo'lib, bazaviy ko'rsatkichlar yig'indisi bilan shunday qo'shib ketsaki, differensial usulning qo'llanilishi umumlashtirilgan xulosalar chiqarishga imkon bermasa;

-mavjud majmual ko'rsatkich texnik-taktik tayyorgarlikdagi kurashchilarning tayyorgarligiga to'la baxo berish uchun hisobga olinishi zarur bo'lgan muhim jixatlarini hisobga olmasa, bunday hollarda differensial va majmual usullar ma'lum darajada birlashib ketgan aralash usuldan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini aralash usul asosida baxolash quyidagi tartibda amalga oshiriladi, ya'ni:

1. Baxolashdan qo'yilgan vazifalarning qo'llanish o'rni, maqsadi va xususiyatlaridan kelib chiqib, yuqori malakali kurashchilarni texnik-taktik tayyorgarlikning alohida ko'rsatkichlari guruhlariga birlashtiriladi va har bir guruh uchun unga mos guruh ko'rsatkichi belgilanadi. Bunda texnik-taktik tayyorgarlikning eng muhim ayrim ko'rsatkichlari guruhlariga birlashtirilmasligi, keyingi taxlillarda aloxida qo'llanilishi ham mumkin.

2. Shu tarzda guruxli va aloxida ko'rsatkichlarning yuzaga kelgan yig'indisi differensial usul bilan texnik-taktik tayyorgarlik darajasini baxolashda yuqorida ko'rib chiqilgan tartibda qo'llaniladi. Shuni muhimki, bunda ko'rib chiqiladigan ko'rsatkichlarning miqdori ancha kamayadi.

Kurashchilarning texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aniqlash xususiyatlari. Kurashchilar texnik-taktik tayyorgarlik baxolarini shakllantirish uchun sport kurashi bo'yicha texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari tizimi asos bo'lib xizmat qiladi. Biroq ularning qiymatlarini aniqlashda ayrim nomuvofiqliklar yuzaga keladiki, agar ular e'tiborga olinmasa, texnik-taktik tayyorgarlikni baxolash xech qanday samara bermaydi.

Masalan, O'zbekiston terma jamoasi kurashchilari guruhining respublika miqyosidagi musobaqalar bo'yicha aniqlanadigan ko'rsatkichlari baxosi bir xil darajaga ega bo'lsa, xuddi shu guruhning yuqoriroq toifadagi musobaqalarda aniqlanadigan ko'rsatkichlari baxosi boshqa darajada bo'ladi. Muammo yuzaga keladi: yuqori malakali kurashchilarni tayyorlashda nimalarga e'tibor berish va nimalardan foydalanish kerak? Bu xolda baxolash uchun ko'rsatkichlarning sport tayyorgarligi maqsadli vazifalariga muvofiq darajadan foydalanish zarur bo'ladi. Ya'ni, agar murabbiy va yuqori malakali kurashchi O'zbekiston birinchiligi yoki shunga teng darajadagi musobaqada muvaffaqiyatli qatnashishni o'z oldilariga maqsad qilib qo'ygan bo'lsalar, unda ko'rsatilgan darajadagi musobaqalarga oid bellashuvlarda belgilangan ko'rsatkichlardan foydalanadilar. Zero, texnik-taktik tayyorgarlikni baxolash uchun maxorati taxminan bir xil bo'lgan kurashchilarning bellashuvlari bayonnomalarini tahlil etishga to'g'ri keladi.

Demak, sport ustasi bilan ikkinchi toifali kurashchining bellashuvi texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari sport ustasi bilan ustalikka nomzodning bellashuvi ko'rsatkichlariga qaraganda kamroq axborot berishga qodir.

Kurashchi tayyorgarligining maqsadi, osiyo va jaxon chempionatlari kabi eng yirik musobaqalarda ishtirok etishdan iborat bo'lgan xollarda texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlari yuqori malakali [eng kuchli] malakali kurashchilar bilan o'tkazilgan bellashuv bayonnomalariga asosiy e'tiborni qaratish lozim. Bazaviy ko'rsatkichlar darajasiga chiqolmagan malakali kurashchilar navbatdagi mashg'ulotlar jarayoni rejalariga tegishli o'zgartirishlar kiritib, o'sha g'oliblar darajasiga erishishni o'zlari uchun yaqin vaqtlar ichida bajarilishi kerak bo'lgan vazifa qilib qo'ymoqlari zarur texnik-taktik tayyorgarlik darajasi bazaviy ko'rsatkichlardan yuqoriroq bo'lgan boshqa kurashchilar esa ko'rsatkichlar qiymatini yana xam yuqoriroq toifadagi musobaqa natijalariga ko'ra baxolasalar maqsadga muvofiq bo'ladi. Bu xolda mazkur kurashchilar yanada mas'uliyatliroq musobaqalarda sovrinli o'rinlarni egallashni ko'zlamoqlari kerak.

Tahlil va natijalar. Bugungi kunda kurashchilarda “MUBIN ZASK” Intellektual sensor texnologiyasi asosida sport tayyorligini boshqarish tizimi joriy etildi. Shu bilan birga koordinatsion va texnik-taktik harkatlarni rivojlantirish masalalarini yetakchi olimlarimizdan **p.f.d. DSc Adilov S.Q.** tamonidan quydagicha ko'rinishda tahlil qilindi, ya'ni :



- bosh barmoqlarning asoslari og'irlik yukining kichikroq foizini (birinchi navbatda, harkatlar va muvozanatni tartibga solish uchun) oladi.

-kichkina barmoqning asosi og'irlik yukining nisbatan kichikroq foizini o'zlashtiradi (harkatlarni tartibga solish va muvozanatini saqlashga yordam beradi).

-to'pig'i tana vazning katta qismini oladi va barqarorlikni ta'minlaydi (og'irlik yukining ko'proq foizini ko'taradi).

Koordinatsion harakatlar bilan kurashchining tovonidagi 3 ta tayanch nuqtasi o'rtasidagi bog'liqliklar tovonidagi uchta tayanch nuqtasi orasidagi bog'liqliklar kurash paytida muvozanat va koordinatsiya uchun muhimdir. Og'irlikni teng taqsimlash uchun taglikning uchta tayanch nuqtasi (tovon, oyoq bosh barmog'i va kichik barmoq tagida) birgalikda ishlaydi. To'piq kurash musobaqalarida barqarorlikni ta'minlaydi va tana vaznini qo'llab - quvvatlaydi. Oyoqning bosh barmog'ining asosi kurash paytida harkat va barqarorlikni saqlashda oyoq barmoqlarining asosiy muhim ro'l o'ynaydi. Tovuondagi uchta tayanch nuqtasi orasidagi vazn taqsimotining nisbati kurashchining ishlashi va manyovr qobiliyatiga ta'sir qiladi.

Xulosa. Kurash bo'yicha musobaqa faoliyati va o'quv-mashg'ulot jarayonini tahlil qilish asosida kurashchilarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish va texnik - taktik harakatlar samaradorligini oshirishga bag'ishlangan ilmiy-metodik adabiyotlar tahlilini o'rganish imkonini berdi va o'rganish natijasida kurashchilarning va texnik - taktik harakatlarini rivojlantirishning ilg'or texnologiyalaridan foydalanish bo'yicha ilmiy izlanishlar yetarli emasligini ko'rsatmoqda.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining “Kurash Milliy sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risi”da Qarori. 2017 yil 2 oktyabr.

2. Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va usuliyoti. T, 2005 yil.

3. Adilov S.Q. Intellektual sensor tizimlaridan foydalangan holda sport kurashida koordinatsion va texnik-taktik harkatlarining integratsiyasi. Avtoreferat. Chichiq. 2024 yil.

4. Raximberdiyev J.N. Kurashchilarda texnik-taktik harakatlarni amalga oshirishning umumiy asoslari. Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya 369-372 bet. Urganch:. – 2024. yil.