

SHARQ YAKKAKURASH TURLARI BO‘YICHA TRENERNI KASBIY TAYYORGARLIGI XUSUSIYATLARI

O‘rozbayev.J.T

Jizzax davlat pedagogika universiteti
Ijtimoiy-gumanitar fanlarda masovafiy ta’lim
kafedrası o‘qituvchisi.

ANNOTATSIYA

Maqolada sharq yakkakurash turlari bo‘yicha o‘quv-trenerlik jarayonini amalga oshiruvchi mutaxassisni kasbiy tayyorgarligi xususiyatlari tahlil qilindi. Trenerga qo‘yiladigan umumiy va maxsus talablar ochib berildi. Mutaxassisni kasbiy tayyorlashning uch pog‘onali modeli jismoniy, psixologik-pedagogik va maxsus nazariy tayyorgarlikni nazarda tutishi ta’kidlab o‘tildi.

Kalit so‘zlar: sharq yakkakurash turlari, o‘quv-trenirovka jarayoni, shaxsiy va kasbiy talablar, tayyorgarlik turlari, uch pog‘onali tayyorgarlik.

ABSTRACT

The article analyzed the features of the professional training of a specialist who implements the educational-coaching process in oriental martial arts. The general and special requirements for the trainer have been disclosed. It was noted that the three-step model of the specialist's professional training includes physical, psychological-pedagogical and special theoretical training.

Key words: eastern martial arts, educational and training process, personal and professional requirements, types of training, three-level training.

O‘zbekistonda axloqan va jismonan sog‘lom, bilimlar bilan boyitilgan jamiyatni qurish ta’lim tizimi oldiga modernizatsiyalash vazifalarini qo‘ymoqda. Mazkur

vazifalarni hal qilish uchun jismoniy madaniyat va sport mutaxassislarini trenirovka metodikalaridan foydalanish asosida umumta’limiy va kasbiy tayyorgarligi sifatini oshirish zarur.

Zamonaviy jangovar texnikalar elementlarini egallash va ulardan foydalana olish jismoniy tarbiya va sport sohasi mutaxassislarini tayyorlashning asosiy komponentlaridan biri bo‘lib qolmoqda. Bu esa jismoniy madaniyat fakultetlari, universitet va institutlarining o‘quv jarayoniga jangovar tayyorgarlik bo‘yicha kasbga yo‘naltirilgan dasturiy-pedagogik vositalarni va kurslarni kiritishini, ishlab chiqishni va joriy qilishni talab qiladi. Ular zaruriy bilimlar asoslarini egallashga, kasbiy-pedagogik faoliyatda ulardan froydalanib, shaxsiy tajribani to‘plashga yo‘naltirilgan bo‘ladi. Sharq yakkakurash turlari bo‘yicha mutaxassislarni tayyorlash – jimoniy madaniyat ta’limi tizimida yangi yo‘nalish hisoblanadi. Sharq yakkakurash turlariga zamonaviy jismoniy madaniyat va sport harakati yo‘nalishlaridan biri sifatida munosabatda bo‘lish ularning tarbiyaviy imkoniyatlari doirasini kengaytirishga hamda insonning jismoniy va ma’naviy-axloqiy salohiyatini amalga oshirishga intilishini o‘z ichiga kiritgan shaxsiy o‘zini o‘zi rivojlantirishning samarali tizimi sifatida foydalanishga imkon beradi .

Sharq yakkakurash turlarining xususiyati shundaki, mashg‘ulotlarga har xil yoshdagi kishilarni jalb qilish qilish mumkin. Karate, taekvondo, aykido, dzyudo, ushu kabi turlar bo‘yicha mashg‘ulotlarda 5 yoshdan 60 yoshgacha, va hatto undan ham kattaroq yoshdagi kishilar qatnashayotgani qayd qilingan. Jismoniy tarbiyaning sog‘lomlashtiruvchi, sport, amaliy va boshqa vositalari tomonidan hal qilinadigan vazifalar doirasi kengaygani tufayli, turli darajadagi mutaxassislarni tayyorlash zaruriyati vujudga keldi.

Ular har xil yoshdagi kishilar bilan o‘quv-trenirovka jarayonini amalga oshira olishi kerak, chunki sharq yakkakurashi turlari bilan bog‘chada, sport maktabida, xususiy maktabda, ta’lim muassasalarida shug‘ullanish mumkin .Sharq yakkakurashi turlari bo‘yicha mutaxassis pedagogik va trenerlik faoliyati uchun zarur bo‘lgan sifatlar va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi kerak. Trenerga qo‘yiladigan umumiy pedagogik

talablar axloqiy o‘zini-o‘zi anglashning yuksak darajasi, pedagogik ta’lim, keng g‘oyaviy va siyosiy dunyoqarash, turg‘un irodaviy sifatlar, pedagogika, psixologiya va biologiyadan bilimlarga ega bo‘lish, yuksak umumiy madaniy daraja, tashkilotchilik qobiliyatlari, jamoani boshqara olish malakasi, o‘quvchilarida obro‘ qozonish kabilardan iborat. Trenerlik faoliyatiga qo‘yiladigan maxsus talabalar: jismoniy tarbiya, tibbiy nazoratning nazariy va metodik asoslarini bilish; texnika-taktika ko‘nikmalarga ega bo‘lish; sport turi bo‘yicha yutuqlarni bilish; mazkur sport turiga qobiliyatli bo‘lgan o‘quvchilarni tanlay olish malakasi; sportchilarni tayyorlashda ularni individual xususiyatlarini hisobga olib, istiqbolli tayyorgarlik rejasini tuza olish; o‘quvchilarda sport bilan doimiy shug‘ullanish istagini tarbiyalash; sportchilarni musobaqalarda yuksak natijalarga erishishga tayyorlash qobiliyatlariga ega bo‘lish. Ta’kidlash lozimki, trener – bu ijodkor shaxsdir. Uning samarali faoliyati uchun diqqat e’tiborning zo‘rligi, zehnlilik, intuitsiya, xayol, oldindan payqash qobiliyati, shablondan qochish, originallik, tashabbuskorlik, yuksak uyushqoqlik, ish qobiliyati zarurdir .

Bugungi kunda qo‘l jangi texnikalari imkoniyatlari ularni o‘quv jarayonida qo‘llash amaliyotidan ancha oldinga siljib ketgan. Agar alohida fanlarni (iqtisodiy, fizika-matematika, texnika va informatika) o‘rganish bo‘yicha ma’lum tajriba to‘plangan bo‘lsa, gumanitar yo‘nalishlarda ta’lim olayotgan talabalarga jismoniy madaniyat darslarida zamonaviy jangovar san’atlari yutuqlaridan foydalanish ancha kamtarroq ko‘rinadi yoki umuman ishlatilmaydi. Shuning uchun, bugungi kunda sog‘lomlashtiruvchi jismoniy madaniyat mazmuni va vositalarini faol o‘zgartirish, jismoniy madaniyat darslarini o‘tish metodikasini va unga qo‘yiladigan talablarni qayta ko‘rib chiqish, jismoniy madaniyat fakultetlari talabalarini kasbiy pedagogik tayyorlashning metodik tizimini sog‘lomlashtiruvchi va zamonaviy jangovar texnologiyalar integratsiyasi asosida rivojlantirish o‘z yechimini kutayotgan muammolardan hisoblanadi. M.I.Stankin tomonidan ishlab chiqilgan sharq yakkakurashi turlari bo‘yicha mutaxassisi kasbiy tayyorlanganligining uch pog‘onali modeli mazkur muammoni ma’lum darajada hal qilishga imkon beradi . Birinchi

pog‘ona faoliyatning poydevori, uning asosi, bazasi hisoblanadi. Tanlangan yakkakurash turining texnikasini egallash uchun, avvalambor, yetarlicha jismoniy tayyorlanganlikka (konditsiyaga) ega bo‘lish zarur. Texnikaning yetarli hajmini egallamagan bo‘la turib, o‘quvchilarni o‘rgatib bo‘lmaydi. Texnik harakatlar hajmini sport malakasi (kvaliyaikatsiyasi) aks ettiradi. O‘z sport malakasini oshirib, mutaxassis harakatlanish tayyorlanganligini ham miqdor jihatidan, ham sifat jihatidan yaxshilaydi.

Shuning uchun harakatlanish tayyorlanganligi sharq yakkakurashi turlari bo‘yicha mutaxassisi mo delining negizini tashkil qiladi. Ikkinchi pog‘ona – bu psixologik-pedagogik tayyorgarlikdir. Pedagog kasbi pedagogik qobiliyatlar va muhim kasbiy fazilatlar mavjudligini taqozo qiladiki, bular ta’lim oluvchilarga harakatlanish tajribasini (tanlangan yakkakurash turining texnikasiga o‘rgatish uchun va jismoniy holat darajasini oshirish uchun) o‘tkazish uchun zarur bo‘ladi. Uchinchi pog‘ona maxsus nazariy tayyorgarlikni aks ettiradi. Mutaxassis bo‘lish uchun texnikani egallash, o‘qitish qobiliyatiga ega bo‘lish bilan birga, ulardan qayerda va qanday foydalanish kerakligini ham bilish kerak. Maxsus bilimlarga ega bo‘lgan trener trenirovka jarayonini boshqara oladi, uni maqsadlar va vazifalarga mos holda tuza oladi, hamda tarbiyalanuvchilar natijalariga har xil omillarning ta’sirini tadqiq qilib, yuzaga kelgan muammolarni hal qilish yo‘llarini topa oladi. Zamonaviy jismoniy madaniyat ta’limi tizimiga bunday yondashuv natijasida bilimlarning zaruriy darajasini, hamda, shunga mos holda, bo‘lajak o‘qituvchining malakasi darajasini aniqlash mumkin bo‘ladiki, o‘qituvchi o‘z oldida turgan vazifalarning belgi-

langan doirasini amaliy faoliyati davomida amalga oshiradi. Sharq yakkakurashi turlari bo‘yicha mutaxassisni tayyorlash bo‘lajak abiturentning ixtisoslikni aniqlashi paytidan boshlab to oliy o‘quv yurtiga kirishi va oliy ta’limdan keyingi bosqichni o‘tishigacha butun jarayonni qamrab oladigan tizimni ifodalashi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. Parxomovich G.L. Osnovy klassicheskogo dzyudo. - Perm, 1993.
2. Litmanovich A.V. Nepreryvnaya podgotovka spetsialistov po vostochnym vidam yedino borstv // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. - 2000. - № 6.
3. Podolyako M.V., Podolyako V.P. Lichnostno-professionalnye trebovaniya k treneru po vostochnym yedinoborstvam // Lichnostnoye i professionalnoye razvitiye budushchego spetsialista. - Tambov, 2014.
4. Stankin M.I. Uchitel fizicheskoy kultury: lichnost, obsheniye. - M., 1993. __