

**Б. Т. ТУРУСБЕКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК ДЕНЕ
ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ АКАДЕМИЯСЫ**

**Б. СЫДЫКОВ АТЫНДАГЫ
КЫРГЫЗ-ӨЗБЕК ЭЛ АРАЛЫК УНИВЕРСИТЕТИ**

**И. РАЗЗАКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК
ТЕХНИКАЛЫК УНИВЕРСИТЕТИ**

К 13.22.653 диссертациялык кеңеш

Кол жазма укугунда
УДК: 371.372.879(575,2043,2)

КАРАБАЕВ РАШИД КАЛИЛОВИЧ

**КҮРӨШЧҮЛӨРДҮН ТЕХНИКАЛЫК-ТАКТИКАЛЫК АРАКЕТТЕРИ
МЕНЕН ЖЕКЕЧЕ ЧАБУУЛГА ӨТҮҮНҮ ҮЙРӨТҮҮ**

13.00.04 – дене тарбиянын, спорттук машыгуунун, ден соолукту чыңдоо
жана адаптивдүү дене тарбиянын теориясы жана методикасы

Педагогика илимдеринин кандидаты окумуштуулук даражасын изденип алуу
үчүн жазылган диссертациянын
а в т о р е ф е р а т ы

Бишкек-2024

Диссертация Ош мамлекеттик университетинин педагогика, психология дене тарбия факультетинин факультеттер аралык дене тарбия кафедрасында аткарылды

Илимий жетекчиси: Анаркулов Хабибулла Файзулаевич, педагогика илимдеринин доктору, профессор, И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин дене тарбия жана аны окутуу технологиясы кафедрасынын профессору

Расмий оппонентер: Коптев Олег Владимирович, педагогика илимдеринин доктору, доцент, Б. Н. Ельцин атындагы Кыргыз-Россия-Славян университетинин дене тарбия кафедрасынын доценти

Саралаев Марат Кадыкеевич, педагогика илимдеринин кандидаты, доцент, Б. Т. Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын педагогика жана психология кафедрасынын доценти.

Жетктөөчү мекеме: Казак спорт жана туризм академиясынын күрөш жана улуттук спорттун түрлөрү кафедрасы, (050022, Казакстан Республикасы, Алматы ш., Абай проспектиси 83/85).

Диссертацияны коргоо 2024-жылдын 25-июнунда саат 13:00до Б. Т. Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Б. Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университети, И. Раззаков атындагы Кыргыз мамлекеттик техникалык университетине караштуу педагогика илимдеринин кандидаты окумуштуулук даражасын изденип алуу үчүн уюштурулган К 13.22.653 / диссертациялык кеңештин жыйынында болот. Дареги: 720064, Бишкек ш., И. Ахунбаев көч, 97.

Диссертациялык иштин коргоосунун онлайн трансляциясынын идентификациялык коду: https://vc.vak.kg/k_13_22_653/Karabaev-Rashid-Kalilovich/

Диссертация менен Б. Т. Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын (720064, Бишкек ш., И. Ахунбаев көч., 97), Б. Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университети (713500, Ош ш., Г. Айтиев көч., 27), И. Раззаков атындагы Кыргыз мамлекеттик техникалык университетинин (720044, Бишкек ш. Ч. Айтматов пр. 66) китепканаларынан жана <http://narkr.kg/> сайтынан таанышууга болот.

Автореферат 2024-жылдын 30-майында таркатылган.

Диссертациялык кеңештин
окумуштуу катчысы, педагогика
илимдеринин кандидаты, доцент



Г. Ж. Карагозуева

ЖАЛПЫ МҮНӨЗДӨМӨ

Диссертациянын темасынын актуалдуулугу. Кыргыз Республикасында дени сак улут – дени сак өлкө, бул 2007-2011-жылдарга дене тарбия жана спортту өнүктүрүү программасынын негизги багыты. Бул контекстте билим берүү, дене тарбия жана спорт кызматкерлеринин негизги милдети сергек жашоо образын калыптандыруу болуп саналат. Мында биринчи кезекте кыргыздын улуттук спортунун, ачык асман алдындагы элдик оюндардын жана дене тарбия көнүгүүлөрүн, анын ичинде кыргыздын улуттук күрөшү, дене тарбиянын натыйжалуу каражаттарынын бири катары каралууга тийиш. Бул күч-аракеттер биригип, республиканын ар тараптуу өнүккөн, рухий жактан бай жана физикалык жактан күчтүү жарандарын даярдоону, аларда өзүнүн жана башкалардын ден соолугуна активдүү мотивацияны калыптандырууну камсыз кылат.

Кыргыздын улуттук спортунун түрлөрү, элдик оюндар жана дене тарбия көнүгүүлөрү улуттук маданиятты өнүктүрүүгө жана сергек жашоо образын, өзгөчө жаштар арасында спорттун улуттук түрлөрүн жана оюндарын жайылтууга жана аларды эл аралык деңгээлде жайылтууга чоң салым кошкондугу менен идеологиялык зор мааниге ээ.

Дене тарбия, эс алуу жана спорт мекемелеринин кыскарышы, спортту коммерциялаштыруу, ассигнованиелердин кескин кыскарышы, оорулары, жаш муундун психофизикалык өнүгүүсүнүн начарлашы жана башкалар массалык дене тарбия кыймылынын пассивделишине, калктын дене тарбия активдүүлүгүнүн олуттуу төмөндөшүнө, өнөкөт оорулардын өнүгүшүнө алып келди.

Жаштар арасында кыргыздын улуттук спорт түрлөрүн пайдалануу жана жайылтуу зарылчылыгы балдар менен кыздардын арасында аларга болгон кызыгуунун, улуттук аймактык жана жаш өзгөчөлүгүнүн өсүшүнө гана эмес, мамлекеттин дени сак муунду калыптандыруу боюнча социалдык заказына да байланыштуу.

Ошол эле учурда республикада физкультура жана спорт системасында тузулгон кырдаал орун алган карама-каршылыктар менен мүнөздөлөт. Бир жагынан алганда, республиканын билим берүү саясатынын принциптеринин бири (Кыргыз Республикасынын билим берүү жөнүндө Мыйзамы) жалпы адамзаттык баалуулуктардын артыкчылыктуулугун аныктаган окутуунун жана тарбиялоонун гуманисттик багыты, билим берүүнүн ар тараптуу билим алуусу үчүн шарттарды түзүү болуп саналат. Инсанга багытталган мамиленин негизинде окуучунун инсандыгын өнүктүрүү, ал эми экинчи жагынан, спорт педагогикасы элдик оюндардын эң популярдуу жана эффективдүү түрлөрүн, дене тарбия көнүгүүлөрүн жана спортчуларды даярдоодо улуттук жана заманбап талаптарды эске алуу

менен ден соолугуна, бүткүл калктын физикалык даярдыгына жана алардын дене тарбиясынын деңгээлине талаптар инновациялык кайра түзүүлөрдү камсыз кылууга жөндөмдүү илимий, теориялык жана усулдук билимдерди түзүүнү камсыз кылбайт.

Спорттук резервдерди даярдоодо спорт илиминин болгон жетишкендиктерине карабастан, концептуалдык мамилелер жалпысынан азыркы теорияда жана методологияда жана балбандардын, атап айтканда, күрөшчүлөрдүн өз ара байланышкан чабуул коюучу техникалык жана тактикалык аракеттерин окутуунун методологиясын өркүндөтүүдө учурда уландысын таба элек.

Техникалык жана тактикалык чеберчилик спортто жогорку мелдештик натыйжаларга жетишүүнүн негизи болуп саналат. Күрөштүн эл аралык деңгээлде таанылган жана улуттук түрлөрү боюнча күрөш эң идеалдуу түрдө тик туруп башталып, аягына чейин тушанын үстүндө таза жеңиш менен аякташы керек.

Жасалма техникалык кыймылдардын негизиндеги формалдуу жөнөкөй көнүгүүлөргө караганда техниканын жана тактиканын таасиринде курулган структуралык татаал кыймылдар өздөштүрүү үчүн жеткиликтүү экенин спорт мугалимдеринин машыктыруу тажрыйбасы далилдейт [66,67].

Спорттук күрөштүн практикасы балбандардын техникалык жана тактикалык даярдыгынын методикасында олуттуу резервдер бар экендигин көрсөтүп олтурат. Күрөштүн ыкмаларын үйрөтүү өз-өзүнчө туруп, жарым көпүрөдө өткөрүлө турган кырдаал түзүлдү. Бул балбандардын позициядан жерге жыгылып баратканда кол салуу аракеттерин аткаруунун дискреттик моторикасын өнүктүрүүгө алып келет.

Мындай мамиле өзүн актабайт, анткени ал атаандаштыктын натыйжалуулугуна жана анын көңүл ачуу баалуулугуна терс таасирин тийгизет. Кырдаалдын көйгөйү эксперттер тик туруу техникасын аткаргандан кийин түртүп чыгууда артынан түшүү зарылдыгын белгилешет, бирок биргелешкен чабуулдун техникалык жана тактикалык аракеттерин үйрөтүү боюнча конкреттүү изилдөөлөр жана методикалык сунуштар жетишсиз [66,99,157].

Бул изилдөөнүн темасынын актуалдуулугу дагы төмөнкү менен аныкталат:

- мамлекеттик документтерди ишке ашыруу: “Кыргыз Республикасынын билим берүү жөнүндө”, “Кыргыз Республикасынын дене тарбиясы жана спорту жөнүндө”, “Кыргыз спортунун улуттук түрлөрү жана оюндары жөнүндө” деген мыйзамдар; «2007-2011-жылдарга Кыргыз Республикасында дене тарбия жана спортту өнүктүрүү концепциясы»;
- проблеманын илимий-педагогикалык көз караштан иштелип чыкпагандыгы;

- республикада дене тарбияны жана спортту өнүктүрүүнүн заманбап шарттарында илимий-изилдөө натыйжаларынын жогорку теориялык, педагогикалык, методологиялык жана практикалык мааниси;
- республиканын студент жаштарынын арасында күрөш кармашынын чоң популярдуулугу ж.б.

Диссертациянын темасынын негизги илимий программалар (долбоорлор) менен же ири илимий долбоорлор менен байланышы.

ОшМУнун «Мугалимдерди даярдоо системасын өркүндөтүү» багыты боюнча илимий-изилдөөнүн перспективдүү планына киргизилген.

Изилдөөнүн максаты - өз ара байланышкан (бирдиктүү) техникалык-тактикалык аракеттерге даярдоонун негизинде күрөшчүлөрдүн окуу-машыгуу процессинин жана мелдештик ишмердигинин мазмуну жана аны уюштуруу.

Изилдөө максаттары:

1. Спорттук күрөштүн технико- тактикалык аракеттерин үйрөтүүнүн теориялык- методикалык (педагогикалык) негиздерин аныктоо.
2. Спорттук күрөштүн чабуулдагы бирдиктүү техникалык- тактикалык аракеттери, позициядан жерге өтүү учуруна (кысым) баштапкы үйрөтүүгө кырдаалдык тапшырмаларды иштеп чыгуу.
3. Спорттук күрөштүн чабуулдук бирдиктүү техникалык- тактикалык аракеттерин үйрөтүүнүн эксперименталдык методикасынын натыйжалуулугун аныктоо.

Алынган жыйынтыктардын илимий жаңылыгы: күрөштө кырдаалдык тапшырмаларды колдонууга негизделген чабуул коюучу техникалык-тактикалык аракеттерди (бирдиктүү) окутуунун теориялык жана педагогикалык негиздемеси такталды, күрөштүн эң натыйжалуу бирдиктүү чабуулдук техникалык-тактикалык аракеттери аныкталды жана күрөш кармашында дуэлди өткөрүү көндүмдөрүн түзүүчү кырдаалдык милдеттер аныкталды.

Изилдөөнүн натыйжалары ОшМУда жана Б.Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университетинде практикага киргизилген. Бул 2 аткаруу актысы менен тастыкталган.

Диссертацияны коргоого сунуш кылынган негизги жоболору:

1. Күрөшчүлөрдүн позициядан жерге (кысым) өтүүдөгү өз ара байланышкан чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерин окутуунун методикасын аныктоо;
2. Окутуунун баштапкы этабында карама-каршы келген кырдаалдык милдеттерди чечүү, ошондой эле эрежелердин жана атаандаштык системаларынын маселелерин иштеп чыгуу;

3. Каршылаштын каршылыгын эске алуу менен күрөш оюнчуларынын бирдиктүү чабуулунун техникалык жана тактикалык аракеттеринин практикалык ыкмаларын жүргүзүү жана күрөшчүлөрдүн мелдештик ишмердүүлүгүнүн жыйынтыктарын талдоо.

Изденүүчүнүн жеке салымы изилденип жаткан маселе боюнча илимий-методикалык адабияттарга кылдат талдоо жүргүзүү (окутуунун физиологиялык жана биомеханикалык негиздери, окутуунун техникасы жана тактикасынын методдору, тиешелүү программаларды талдоо, окутуунун техникасы боюнча методдор жана сунуштар жана кыргыздын улуттук күрөш күрөшү боюнча спорттук мелдештердин тактикасы, эрежелери жана системалары);

- изилдеп жаткан маселе боюнча өзүбүздүн фактылык материалды алуу;

- позициядан жерге өтүүдө өз ара байланышкан техникалык жана тактикалык иш-аракеттерди окутуунун методикасын иштеп чыгуу (кысым, баштапкы спорттук даярдоо тобуна тартылгандар үчүн кырдаалдык тапшырмаларды иштеп чыгуу, спорттук мелдештердин эрежелерин жана системасын оптималдаштыруунун зарылдыгын негиздөө); позициядан биринчи кабатка өтүүдө унитардык чабуулдун техникалык-тактикалык аракеттерин иштеп чыгуу жана жаш күрөшчүлөргө бирдиктүү чабуулдук техникалык-тактикалык аракеттерди үйрөтүүнүн өзгөчөлүктөрү);

- стенден жерге өтүү учурундагы өз ара байланышкан чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерди окутуунун методикасынын натыйжалуулугун ишке ашыруу аркылуу жетишилди (талдоо: жогорку квалификациялуу күрөшчүлөрдүн, 15-17 жаштагы күрөшчүлөрдүн мелдештик ишмердүүлүгү; техникалык жана Тактикалык көрсөткүчтөр мелдештин шартында эксперименталдык - эксперименталдык эрежелерге ылайык, эксперименталдык топтун күрөшчүлөрү).

Алынган жыйынтыктар ОшМУнун, Б. Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек эл аралык университетинин дене тарбия кафедраларынын окуу жана окуу процессине киргизилди.

Диссертациянын натыйжаларынын жарыяланышы:

Диссертациянын материалдары Кыргыз Республикасынын Улуттук аттестациялык комиссиясы тарабынан сунуш кылынган 8 эл аралык жана улуттук басылмаларда басылып чыккан жана РИНЦ маалыматтар базасына киргизилген. Жарыяланган макалалар диссертациянын мазмунуна туура келет жана иштин бардык бөлүмдөрүн камтыйт

Диссертациянын структурасы жана көлөмү.

Диссертация компьютердик тексттин 173 бетте баяндалып, кириш сөздөн, үч бөлүмдөн, корутундудан жана библиографиядан, ичинде 168

аталышты камтыган, ошондой эле 28и чет тилде. Эмгектер 21 таблица, 13 сүрөт, 1 тиркеме бар.

ДИССЕРТАЦИЯНЫН НЕГИЗГИ МАЗМУНУ

Киришүүдө изилдөөнүн актуалдуулугу негизделип, маселенин абалы, анын өнүгүү даражасы мүнөздөлөт, изилдөөнүн максаты, милдеттери, илимий жаңылыгы, алынган натыйжалардын теориялык жана практикалык мааниси көрсөтүлөт, жоболор коргоого берилген маалыматтар формулировкаланат, изденүүчүнүн жеке салымы жөнүндө, диссертациянын жыйынтыктарын текшерүү жөнүндө, алардын басылмаларда чагылдырылышынын толуктугу жөнүндө, диссертациянын түзүмү жана көлөмү жөнүндө маалыматтар берилет.

Биринчи бап **“Изилденип жаткан маселе боюнча илимий-методикалык адабияттарды талдоо”** деп аталат, анда изилдөөнүн биринчи максатына ылайык улуттук күрөш жана күрөштүн башка түрлөрү боюнча атайын спорттук-педагогикалык адабияттар каралып, теориялык жана аларды окуу жана окуу сабактарында колдонуунун практикалык негиздери аныкталды. Күрөш ыкмаларын, анын ичинде организмдин абалына убактылуу, өткөөл таасирин тийгизүүчү, ошондой эле узак мөөнөттүү кийинки таасир берүүчү күрөштүн ыкмаларын калыптандырууда негизгилердин бири болгон психологиялык жана физиологиялык билимдердин, өндүрүмдүүлүктүн жана фитнесин жогорулашында жана төмөндөшүндө өзгөчөлүктөрү каралган [8, 9, 10, 11, 12].

Бул бапта дагы окумуштуулардын жана адистердин күрөш маселелери боюнча көптөгөн эмгектерине чоң көңүл бурулган, анын ичинде:

- күрөш ыкмаларын окутуунун физиологиялык негиздери;
- күрөш ыкмаларын окутуунун биомеханикалык негиздери;
- күрөш ыкмаларын үйрөтүү методикасы;
- балбандарды техникалык жана тактикалык аракеттерге даярдоонун программаларын жана ыкмаларын талдоо;
- Күрөш боюнча эрежелер жана мелдеш системасы.

Студенттик тапшырмаларды жана позициядан жерге өтүүдө айкалышкан техникалык-тактикалык аракеттерди колдонуу менен күрөшчүлөрдүн техникалык-тактикалык даярдыгын окутуунун изилденген проблемасынын абалын аныктоо үчүн илимий-методикалык адабияттарды талдоо жана синтездөө жүргүзүлдү.

Адабияттарды талдоо изилденип жаткан маселенин учурдагы абалы жөнүндө так түшүнүк алууга, позициядан жерге өтүүдө кырдаалдык тапшырмаларды жана комплекстүү техникалык жана тактикалык аракеттерди колдонуунун методологиясын куруунун теориялык негизин тандоого

мүмкүндүк берди, максаты жана изилдөөнүн милдеттерин аныктоо; жумушчу гипотезаны жана эксперименттин негизги жоболорун түзүү жана теориялык жактан негиздөө.

Өзүбүздүн фактылык материалды алуу жана жалпылоо бул изилдөөнүн максаттарына толук ылайык жүргүзүлдү. Төмөндөгүлөргө өзгөчө көңүл бурулду:

- күрөш ыкмаларын окутуунун физиологиялык негиздерине;
- күрөш ыкмаларын окутуунун биомеханикалык негиздерине;
- күрөш ыкмаларын үйрөтүү методикасына;
- күрөш ыкмаларын окутуунун усулдарынын жана сунуштарынын программаларын талдоого;
- күрөш боюнча мелдештердин эрежелери жана системасына;
- алынган материалдарды алуу жана кайра иштетүү ыкмаларына;
- баштапкы даярдоо топтору үчүн күрөштүн эң типтүү кырдаалдарын чагылдырган кырдаалдык тапшырмаларды иштеп чыгууга;
- эрежелерди жана системаны оптималдаштыруунун зарылдыгын негиздөөгө;
- жаш күрөшчүлөр үчүн эрежелерди жана мелдеш системасын иштеп чыгууга;
- унификацияланган (бириккен) иштеп чыгууга, б.а. күрөш күрөшүндө позициядан жерге жылып (жарым көпүрөдөн басуу) өз ара байланышкан чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерне;
- бирдиктүү чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерге машыгуунун өзгөчөлүктөрүнө;
- 15-17 жаш курактагы күрөшчүлөрдүн атаандаштык ишмердүүлүгүн талдоого;
- жогорку квалификациялуу күрөшчүлөрдүн атаандаштык ишмердүүлүгүн талдоого;
- эксперименттик эрежелер боюнча мелдештердин техникалык жана тактикалык көрсөткүчтөрүн талдоого;
- эксперименталдык топтун спортчуларынын мелдештик активдүүлүгүн талдоого;
- изилдөө натыйжаларын талкуулоо жана аларды кайра иштетүүгө;
- корутундуларды жана илимий-практикалык сунуштарды түзүүгө.

Главанын корутунду бөлүгү мунун бардыгы бул изилдөөнүн зарылдыгын тастыктап, иштелип чыккан методологиянын эффективдүүлүгүнө эксперименталдык изилдөөлөрдү жүргүзүүгө түрткөнүн көрсөтөт.

Тандалган теманын маселелерин чечүүнүн бул варианты принципалдуу, салмактуу, мазмундуу, зарыл жана эң толук деп эсептейбиз.

“Күрөшчүлөрдүн бирдиктүү чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерин окутуунун методикасы” деген экинчи бапты талдоолордун негизинде:

Изилдөөнүн объектиси - күрөшчүлөрдүн окуу-машыгуусу жана атаандаштык иш-аракеттери, мелдеш жараяны.

Изилдөөнүн предмети – спорттун күрөш түрүндө техникалык-тактикалык чабуулдагы аракеттерди өркүндөтүү жараяны (процесси).

Изилдөөнүн методдору - коюлган маселелерди чечүү жана гипотезаны текшерүү үчүн изилдөөдө төмөнкү методдорунун комплекси колдонулган:

- илимий-методикалык адабияттарды талдоо жана жалпылоо;
- сурамжылоо жана анкеталоо;
- эксперттик баалоо;
- маектешүү;
- педагогикалык байкоо;
- педагогикалык эксперимент;
- математикалык-статистикалык методдор колдонулуп, төмөнкү маселелер каралат:

1. Күрөш өнөрүнүн системасын оперативдүү жөнгө салуу процесси үчүн татаал интеллектуалдык ишмердүүлүктүн эки түрү өзгөчө маанилүү болгон күрөшчүлөрдүн баштапкы даярдоо топтору үчүн кырдаалдык тапшырмаларды иштеп чыгуу:

1) учурдагы кырдаалдын түрүнүн (мүнөзүнүн) белгилүү болгон белгилерине басым жасоо же башкача айтканда, пайда болгон кырдаалдык тапшырманын түрүн аныктоо аркылуу баалоо;

2) спортчуга белгилүү болгон иш-аракеттердин ыкмаларынын жыйындысынан берилген конфликттик кырдаал үчүн оптималдуу болгон тандоо [137].

Мындай көндүмдөрдүн жоктугу же жетишсиз өнүгүүсү күрөштө "кокусунан" аракеттерге алып келиши мүмкүн, б.а. негизсиз, акылга сыйбаган же субоптималдуу.

Ситуациялык маселелерди чечүүнүн зарыл шарты болуп төмөнкүлөрдү камсыз кылган психикалык операциялардын калыптанган системаларынын болушу саналат:

а) реалдуу конфликттик кырдаалдарды туура классификациялоо жөндөмүн өздөштүрүү (берилген кырдаал кайсы класска, типке, типке таандык экенин аныктоо);

б) кырдаалдык кыймылды тандоодо багыттоо жөндөмүн өздөштүрүү.

Бул көндүмдөрдүн болушу жалпылаштырылган бирикмелердин биринчи мүчөсүнүн мазмунун туура аныктоону камсыздайт, бул күрөшчүлөрдүн туура аракеттерди ийгиликтүү ишке ашыруунун негизин түзөт.

Күрөштө кырдаалдарды классификациялоого мүмкүн болгон

мамилени конфликт тенденциясын логикалык формалдаштыруудан издөө керек. Биринчиден, ал чуркоо, чабуул коюу же ордунда калуу тенденцияларынын ортосундагы чыр-чатакка байланыштуу.

“Жакындоо – качуу”, “жакындоо – жакындоо”, “качуу – качуу”, “качуу – жакындашуу”, “компромисс” сыяктуу конфликттерде кырдаалды жеңүүнүн маанилүү шарты болуп күрөшчүнүн жүрүм-турум тенденциясын аңдап билүү саналат.

Күрөштө конфликттик кырдаалдарды төмөнкү психикалык аракеттердин алгоритми менен чечүүгө болот:

- кырдаалды кабыл алуу;
- кырдаалды талдоо;
- атаандаштын аракеттерин алдын ала айтуу;
- чечим кабыл алуу;
- өзүнүн иш-аракеттерин жөнгө салуу.

Ошондой эле окутуунун түпкү максаты туура жана табигый реакцияларды өнүктүрүү болуп саналат деп айтылат. Буга жетүү үчүн ар кандай өнөктөштөр менен машыгуу зарыл, анткени ар бир адамдын өзүнүн мамилеси, ылдамдыгы, адаттары жана кыймыл ыкмасы бар. Ар кандай өнөктөштөр менен машыгуу аркылуу жылмакай формаларга, табигый реакцияларга жана эффективдүү бирдиктүү (бириккен) техникага жетишүү керек.

2. Күрөш боюнча эрежени жана мелдеш системасын оптималдаштыруу зарылчылыгынын негиздемеси.

Изилдөөнүн жүрүшүндө күрөш боюнча кырк эки адис (30 машыктыруучу, 12 калыс) арасында сурамжылоо жүргүзүлүп, күрөштү башталгыч балбандар үчүн оптималдуу эрежелерди жана мелдештик системаны аныкташты (2.1, 2.2, 2.3 – таблицаларда көрсөтүлгөн).

2.1-таблица - Машыктыруучулардын жана калыстардын мелдештин колдонуудагы эрежелерине канааттануу даражасы

Жооптор	Машыктыруучулар саны %	Калыстар саны %	Бардык Саны %
«Ооба»	3 (10%)	6 (50%)	9 (21,4 %)
«Жок»	26 (86,7%)	6 (50%)	32 (26,2%)
Жооп бере албайм	1 (3,3%)	-	1 (2,4%)

2.2-таблица - Мелдештин колдонуудагы эрежелеринин спортчулардын жаш өзгөчөлүгүнө ылайыктуулугунун даражасы

Жооптор	Машыктыруу-чулар саны %	Калыстар саны %	Бардык саны %
«Ооба»	5 (16,7%)	4 (3,33%)	9 (21,4 %)
«Жок»	18 (60%)	6 (50%)	24 (57,2%)
Жооп бере албайм	7 (23,3%)	2 (16,7 %)	9 (21,4%)

2.3-таблица - Мелдешти өткөрүүдөгү системанын оптималдуулугу

Жооптор	Машыктыруу-чулар саны %	Калыстар саны %	Бардык саны %
Эки жеңилүүгө чейин	10 (3,33%)	2 (16,7%)	12 (26,6 %)
А жана Б группаларында	15 (50%)	4 (3,33%)	19 (45,2%)
Аралаш	0	0	0
Олимпиадалык система боюнча	5 (16,7%)	6 (50%)	11 (26,6%)
Жооп бере албайм	0	0	0

Сурамжылоонун натыйжалары күрөшчүлөр үчүн колдонуудагы эрежелерди жана мелдеш системасын жаңыртуу зарылдыгын көрсөтүп турат. Бирок респонденттердин айтымында, салттуу ыкмалар эң алгылыктуу болуп саналат.

Ошентип, бул сурамжылоо эрежелерди жана атаандаштык системасын оптималдаштыруу каалоосу менен аларды түп-тамырынан бери өзгөртүүнү каалабоо ортосундагы карама-каршы тенденцияны көрсөттү. Мелдештер башталгыч, ал эми машыгуу экинчи даражада экендиги белгилүү. Бул билим берүү жана окутуу процессинин жакшырышына алып келе турган эрежелерди оптималдаштыруу.

3. Жаш күрөшчүлөр үчүн эрежени жана мелдеш системасын иштеп чыгуу Күрөш боюнча эреженин жана мелдеш системасынын негизги жоболорун кайра карап чыгып, ар бир жаш курак боюнча конкреттүү сунуштарды берүү зарыл.

Жаш курагы боюнча, сунушталган эрежелер жана атаандаштык системасы жаш курешчилердин эффективдүү өсүшүнө салым кошот (2.4-таблицада көрсөтүлгөн).

2.4-таблица - Жаш күрөшчүлөр үчүн сунушталган эрежелер жана мелдеш системасы

К №	Күрөчүлөрдүн курагы	Сунушталган эрежелер жана атаандаштык системасы
1.	7-10 жаш	Күрөш менен машыгуунун болгон өбөлгөлөрүн аныктоо жана өнүктүрүү: эмоционалдуулук, татаал кыймылдарды өздөштүрүү, кыймылдардагы демилгелүүлүк, физикалык сапаттарды ар тараптуу өнүктүрүү.
2.	11-14 жаш	Күрөш менен күрөшүү үчүн зарыл сапаттарды оптималдуу өнүктүрүү: психологиялык, физикалык, ошондой эле техникалык жана тактикалык аракеттерди өркүндөтүү.
3.	15-18 жаш	Чоң курошчулардын эрежеси боюнча мелдештерге чыгууга эффективдүү даярдануу жана ошону менен күрөш мектебин биротоло түзүү

Жогорудагы фундаменталдык жоболордун негизинде жаш күрөшчүлөр үчүн мелдештердин эрежелерин жана системасын төмөнкү формада берүүнү мүмкүн деп эсептейбиз:

1. Мушташтын алгачкы 1-2 мүнөттөрү кырдаалга жараша жүргүзүлөт тапшырмалар, ал эми 3—4 минута кармашуу — фристайл программасы боюнча.

2. Мушташтын 2 жана 4-мүнөтүндө үч конфликт берилет, оппоненттердин позицияларын кезектешип алмаштыруу менен кырдаалдык тапшырмалар.

3. Мелдештер олимпиадалык система боюнча, четтетүү менен өткөрүлөт биринчи жеңилүүдөн кийин мелдештен.

4. Мелдеш мурунку мелдештердин рейтинги боюнча аныкталган 16 же 8 спортчу менен башталат.

5. Чүчүкулак төрт күчтүүнүн таралышы менен өткөрүлөт, спортчулар Күрөш боюнча сабактар кыймылдын айрым түрлөрүн өздөштүрүүгө, физикалык сапаттарды өнүктүрүүгө жана ден соолукту чыңдоого гана көмөк көрсөтпөстөн, тарбиялык жана нравалык мүнөздө болушу керек.

Жаш күрөшчүлөрдүн мелдештеринин системасына:

1) олимпиадалык система боюнча мелдештер;
2) бир нече мелдештер бир системага бириктирилген, анткени катышуучу спортчулардын жыйынтыктарын баалоо үчүн рейтингдик система бар;

3) мелдештер командалык мелдештер түрүндө өткөрүлүшү мүмкүн.

Көптөгөн байкоолор көрсөткөндөй, көпчүлүк балдар секцияга

согушканды үйрөнүү, жеңиштин кубанычын сезүү, күчтүү, эпчил, кайраттуу болуу үчүн келишет. Эгерде мелдештердин эрежелеринде жана системасында чоңдордогу спортчулардын эрежесинен айырмаланган кырдаалдык тапшырмалар менен кармаштар камтылбаса, анда күрөштүн эмоционалдык жагы жана бардык мелдештер курактык өзгөчөлүктөргө туура келбейт.

4. Туруктуу абалдан жерге өтүүдө (жарым көпүрөдөн басуу) бирдиктүү чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерди иштеп чыгуу.

Чабуул аракети чабуулдун эң жакшы каражаты болуп саналат. Бул жеңишке жетүүнүн эң туура жана активдүү жолу. Финалдык беттештерге катышып жаткан спортчулардын тактикалык-техникалык аракеттерин талдоо, чабуул коюучу техникалык жана тактикалык аракеттердин эффективдүүлүгүн жогорулатуунун багыттарынын бири жер үстүндө үзгүлтүксүз иш-аракеттерди жасоо менен, тикесинен тик турган абалдагы аракеттер экенин көрсөтүп турат, ал ийгиликтүү аяктаганда жок дегенде 2 упай менен бааланышы керек, бул жеңиш үчүн жетиштүү. Эреже катары, көпчүлүк күрөшчүлөр жаш кезинде бир эле ыкмалар менен чабуул коюшат жана позициядан жерге өтүү учурунда түзүлгөн жагымдуу биомеханикалык жана психологиялык кырдаалдардан пайдаланышпайт.

Заманбап шарттарда күрөш боюнча жогорку атаандаштык натыйжасы өнүккөн психикалык моделдөөсүз, анын элементтерин алдын ала түзмө-йүнчө, атаандаштын каршылыгын эске алуу менен стендден жерге (кысым) өтүү учурундагы чабуулдук аракеттердин планын көрсөтүү мүмкүн эмес.

1. Арткы чөйчөк менен ыргытуу, каршы колду жана курду капталдан кармап, кол салуучу таяныч бутун артка жылдыруу, чабуулчу кайыштарды жогору жактан артка тартып алуу, чабуулчу төмөн позицияны ээлөө, чабуулчу артка ыргытуу, каршы колду жана белди жогору жактан аркасынан кармап. Техника эки упайга арзыйт, андан кийин чабуулчу атаандашын жарым көпүрөдөн кысып алат.

2. Капталдан шыпыруу менен ыргытуу, карама-каршы колду жана курду алдыдан кармап - капталдан чабуулчу кол салган бутту артка чыгарат, кол салуучу колдоочу буттун (башка бутунун) астынан шыпырууну жүзөгө ашырат. Техника эки упайга ээ болот, андан кийин атаандашын жарым көпүрө абалынан ийинге кысуу мүмкүн.

3. Сырттан илгич менен ыргытуу, карама-каршы колду жана курду алдыдан - капталдан - кол салуучу колдоочу бутун артка жылдырат, кол салуучу кайырмак менен ичинен ыргытат, карама-каршы колду жана кайыштан курду кармап ыргытуу. алдыңкы - тараптан. Техника эки упайга же нокаут менен жеңишке бааланат.

4. Ичинен бурмалоо менен ыргытуу, карама-каршы колду кармап, тулкусун кур менен кысып, кол салуучу жапыз позицияны ээлейт, чабуулчу колго түшкөн колун өзүнө карай бекем тартып, ороп, техниканы аткарат. Техника эки упайга арзыйт жана атаандашты жарым көпүрөдөн ийинге чейин кадап койсо болот.

5. Ичинен пикап менен ыргытуу, карама-каршы колду жана курду алдыдан кармап - капталдан, чабуулчу төмөн позицияны ээлейт - чабуулчу каршы колду жана курду капталдан кармап, грейферди жүзөгө ашырат алдынан алдыңкы буттун астына. Техника эки упайга жана күзгө карата жеңишке ээ.

6. Алдыңкы жана капталынан карама-каршы колдору менен кур менен каптап ыргытуу - чабуулчу төмөн позицияны ээлейт, чабуулчу өзүнө карай жулкунуп, карама-каршы колду кармап, ичинен кучактап ыргытууну жүзөгө ашырат. алдыдан кур - капталынан. Кабыл алуу бир же эки упайга арзыйт.

7. Кол менен тулкудан кармап, ийилип ыргытуу (бел менен) - чабуулчу төмөнкү позицияны алат, чабуулчу карама-каршы колду кармап, кур менен тулкудан кармайт, басып баратып басып алуу менен ийилген ыргытууну жүзөгө ашырат. карама-каршы колдор менен тулку. Техника эки упайга же таза жеңишке арзыйт.

8. Жантайып секирүү менен ийинин астына ыргытуу - чабуулчу төмөн позицияны ээлейт, чабуулчу кайра-кайра чөмүлүү менен атаандашын килемден жулуп алат, тулкусун жана карама-каршы колун кармап (курчаган) жантайып ыргытат. Техника эки упайга ээ болот, андан кийин атаандашы далыларга кысып жатат.

9. Курду эки тараптан кармап, айлануу менен ыргытуу (кайчылаш) – чабуулчу да курду эки тараптан кармап алууга аракет кылат, чабуулчу айлануу менен ыргытуу менен өзүнө карай чукул силкинүү жасайт. Кармап өзгөрбөйт.

Техника эки упай катары же атаандаштын ийинине таза ыргытуу катары эсептелет. Алдыда кайыштан кармап турган бурмалуу станок - капталдан жана карама-каршы кол менен - чабуулчу төмөн позицияны ээлейт, чабуулчу өзүнө карай алдыга айлануу кыймылы менен бурмалуу дөңгөлөктү жүзөгө ашырат. Кабыл алуу эки упайга арзыйт.

Кайырмактын астына эки тараптан курду кармап ичтен ыргытуу - чабуулчу алыскы позицияны ээлейт, чабуулчу өзүнө карай кескин кыймыл менен илгичтин астына ичинен ыргытат.

Күрөшчүнүн иш-аракеттерине карата панорамалык күтүүнүн эффектиси анын ишмердүүлүгүнүн жана каршылашынын каршы аракетинин натыйжасында тигил же бул кырдаалда эмне болуп жатканына

гана эмес, андан кийин эмне күтүлүп жатканына да көңүл буруусу керектигин билдирет. Бул программанын негизинде (багытталган графиктер) учурдагы техникалык жана тактикалык аракеттерди жана студент кыска жана узак мөөнөттүү келечекте ишке ашырууга тийиш болгон аракеттерди эффективдүү үйрөтүү мүмкүн болот (2.5-таблицада көрсөтүлгөн).

2.5-таблица - Атаандаштын абалына жараша техникалык аракеттердин схемасы

№	Кырдаалдар	Күрөшчүнүн аракети	Күрөшчүнүн аракетинин жыйынтыгы
1	1-кырдаал	Чабуулчу техникалык аракетти ишке ашыруу үчүн кыймылдарды жасайт	
2	2-кырдаал	Чабуулчудан өзүн коргоп, жооп берет	
3	3-кырдаал	Чабуулга учураган адам, зарыл болсо, кармаган жерин жана абалын өзгөртүп, техникалык иш аракеттерди жасайт.	Эки балл же таза жеңиш

5. Турмуштан жерге (кысым) өтүүдө өз ара байланышкан (айкалышкан) техникалык жана тактикалык аракеттерди окутуунун өзгөчөлүктөрү.

Окутуу үч этаптан турушу керек, алар позиция жана жердеги техниканын ортосунда бекем байланыштарды түзүү зарылдыгын эске алуу менен ырааттуу түрдө бири-биринин үстүнө жайгаштырылат.

1. Ситуациялык тапшырмалардын этабы – машыгуу, карама-каршы кыймылдардын ар түрдүүлүгүн өздөштүрүү зарыл. Машыгуучулар күрөштүн негиздерин үйрөнүп, күрөштүн өзгөчөлүктөрүн түшүнүшү керек. Ушул этапта бул максатты ишке ашыруу куреш күрөшүнүн негизги учурларын чагылдырган кырдаалдык милдеттер аркылуу мүмкүн болот.

2. Туруктуу жана жердеги ыкмаларды өзүнчө окутуунун этабы - күрөштүн ыкмалары даяр нускама түрүндө берилет, иш-аракеттер тик туруп жана жерде өзүнчө изилденет. Бул формада бул учурда күрөштүн практикасында эң кеңири таралган даярдыктын бардык этаптарында сабактар өткөрүлөт.

3. Өз ара байланышкан техникалык жана тактикалык аракеттерге өткөн машыгуу этабы стенден жерге өтүү (басым) - стенд

менен жердин жеке техникалары обочолонуп калбашы үчүн бири-бирине туташтырылган, анткени чабуулдун эффективдүүлүгүн жогорулатуу жана көбөйтүү үчүн бул ыкмалардын синтези зарыл. күрөштүн көңүл ачуучу баалуулугу.

Жогоруда талкууланган маселелерден төмөнкүдөй тыянак чыгарууга болот:

1. Күрөштүн типтүү кырдаалдарын чагылдырган баштапкы даярдык топтору үчүн ситуациялык тапшырмаларды иштеп чыгуу төмөнкүлөргө мүмкүндүк берди: күрөш чеберчилигин өнүктүрүү; чечимдерди кабыл алуудагы белгисиздикти жоюу, машыгууларды жекелештирүү, жаш күрөшчүлөрдү даярдоодо кырдаалдык тапшырмаларды киргизүү ж.б.

2. Сурамжылоонун натыйжалары күрөш боюнча мелдештердин эрежелерин жана системаларын оптималдаштырууга мүмкүндүк берди. Ошол эле учурда сурамжылоо эрежелерди жана атаандаштык системасын оптималдаштыруу каалоосу менен аларды өзгөртүүнү каалабоо ортосундагы карама-каршы тенденцияны көрсөттү.

3. Сунуш кылынган эрежелер жана мелдеш системасы балбандын зарыл болгон жөндөмдүүлүктөрүн даярдоону, аныктоону жана өнүктүрүүнү жекелештирүүгө көмөктөшөт.

4. Туруктуу абалдан жерге өтүүдө (жарым көпүрөдөн басуу) бирдиктүү чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерди иштеп чыгуу эскертүүлөрдүн санын бир топ кыскартууга, жеңүүчүлөрдү объективдүү аныктоого, мелдештин көңүл ачуучу маанисин жана сапатын жогорулатууга мүмкүндүк берет. курешисттердин техникалык жана тактикалык аракеттеринин.

5. Турмуштан жерге (кысым) өтүүдө бирдиктүү техникалык жана тактикалык аракеттерге үйрөтүү күрөшчүлөрдүн даярдыгын сапаттык жактан жакшыртат жана эффективдүү техниканы түзөт.

“Кыргыз улуттук спорттук күрөшүндө бирдиктүү чабуулдук техникалык жана тактикалык аракеттерди үйрөтүүнүн эффективдүүлүгү” деп аталган үчүнчү бапта кыргыздын улуттук спорттук күрөшүнүн балбандарды чабуулга даярдоого тийгизген таасири боюнча педагогикалык эксперименттин сынагынын жыйынтыктары камтылган. Ал эми бир катар маселелер каралып, алардан баса белгилеп кетүүгө болот – жогорку квалификациялуу балбандардын – күрөшчүлөрдүн мелдештик ишмердүүлүгүнө талдоо, мында жогорку квалификациялуу балбандардын техникалык жана тактикалык аракеттерине сандык талдоо жүргүзүлөт.

Ушуга байланыштуу балбандардын атаандаштык ишмердүүлүгүнүн моделдик мүнөздөмөлөрүн аныктоо маселесин чечүү өзгөчө мааниге ээ, б.а. бугунку кундун талаптарына жооп берген стандартты түзүү.

2011-жылы Ош шаарында өткөн Кыргызстан элдеринин Спартакиадасынын шартында күрөш боюнча спортчулардын таймаштык ишмердүүлүгүнө талдоо жүргүздүк.

Атап айтканда, күрөштө фрагменттердин саны, фрагменттердин минималдуу жана максималдуу убакыт параметрлери, техникалык жана тактикалык аракеттердин саны, упайлардын саны, эскертүүлөрдүн саны, кайчылаш өз ара кармашуулардын саны жана өз ара байланыштуу техникалык жана тактикалык аракеттер эске алынган.

Мындан тышкары, каталар протоколунун (багыттоо, аткаруу, оңдоо) мисалын колдонуу менен каталар позициясынан күрөшчүлөрдүн атаандаштык ишмердүүлүгүнө талдоо жүргүзүлдү, бул спортчунун активдүүлүгүн тез баалоого жана мелдеште максатка жетүүгө, керектүү өзгөртүүлөрдү тууралоого мүмкүндүк берет.

Ишке төмөнкүлөр кирет:

- күрөшчүлөрдүн атаандаштык ишмердүүлүгүн талдоо жана техникалык-тактикалык аракеттерге сандык талдоо жүргүзүү;
- эксперименталдык эрежелерге ылайык мелдештердин техникалык-тактикалык көрсөткүчтөрүн талдоо;
- 3.6-таблицада көрсөтүлгөн эксперименталдык топтун спортчуларынын мелдештик активдүүлүгүн талдоо жана алардын техникалык жана тактикалык аракеттерине сандык талдоо жүргүзүү (3.6-таблицада көрсөтүлгөн);
- эксперименталдык топтун спортчуларынын каталарынын көз карашынан атаандаштык ишмердүүлүгүн талдоо (3.7-таблицада көрсөтүлгөн);
- жана эксперименталдык топтун күрөшчүлөрүнүн мелдештик ишмердүүлүгүнө фрагменттүү талдоо.

3.6-таблица - Эксперименталдык топтун спортчуларынын атаандаштык активдүүлүгүнүн көрсөткүчтөрү

Атаандаштык активдүүлүгүнүн көрсөткүчтөрү	стат. Көрсөткүчтөр	Эксперименттин алдындагы 107 беттешүү	Эксперименттен кийинки 105 беттешүү.	P
Позициядагы техникалык жана тактикалык аракеттердин саны	x m	3,6 0,012	2,1 0,01	<0,001
Кысуудагы техникалык жана тактикалык	x	2,3	2,1	<0,001

аракеттердин саны	m	0,011	0,01	
Комплексттүү техникалык жана тактикалык аракеттердин саны	x	0,2	1,3	<0,001
	m	0,001	0,013	
Стойкадагы упайлардын саны	x	5,1	4,5	<0,001
	m	0,014	0,013	
Бустерде утуп алган упайлардын саны	x	4,2	3,9	<0,001
	m	0,012	0,01	
Комплексттүү техникалык жана тактикалык аракеттер менен упайлардын саны	x	0,5	3,8	<0,001
	m	0,01	0,01	

3.7-таблица - Күрөшчүлөрдүн мелдештик активдүүлүгүнө эксперименталдык топтун баасы

Каталардын түрлөрү	Экспериментке чейинки 107 беттешүү		Эксперименттен кийинки 105 беттешүү	P
	Каталардын саны		Каталардын саны	
Багытоо боюнча	x	3,3 (60%)	1,2 (40,0%)	<0,001
Аткаруу боюнча	x	1,3 (23,6%)	1,1 (36,7%)	<0,01
Оңдоо боюнча	x	0,9 (16,4%)	0,7 (23,3%)	<0,01
Бардыгы		5,5 (100%)	3,0 (100%)	<0,001

Аткарылган иштердин негизинде үчүнчү глава боюнча төмөнкүдөй жыйынтык чыгарууга болот:

1. Күрөшчүлөрдүн техникалык жана тактикалык аракеттерине сандык талдоо жогорку квалификация күрөшчүлөрдүн моделдик мүнөздөмөлөрүн аныктоого мүмкүндүк берди: фрагменттердин саны – 9,6; бааланган техникалык жана тактикалык аракеттердин саны – 4,6; утуп алган упайлардын саны - 7,3; позициядан жерге өтүүдө бирдиктүү техникалык жана тактикалык аракеттердин саны 0,8.

2. Күрөшчүлөрдүн атаандаштык ишмердүүлүгүн каталар позициясынан талдоо

алардын бир нечесин түзүүгө мүмкүндүк берди:

- а) ориентациядагы каталар;
- б) аткаруудагы негизги каталар;
- в) оңдоо каталары.

3. Эксперименттик эрежелер эффективдүү болууга көмөктөшөт

техникалык жана тактикалык аракеттерди жакшыртуу. Аткарылган аракеттердин саны жана топтолгон упайлардын саны салттуу эрежелер

боюнча өткөрүлгөн мелдештерге караганда орто эсеп менен 2-3 эсе көп.

4. Экспериментке чейинки мелдештерде орто эсеп менен болгон

6,1 техникалык жана тактикалык иш-аракеттер катталып, 9,8 упай топтолду, эксперименттен кийин жогорудагы көрсөткүчтөр тиешелүүлүгүнө жараша 5,6 жана 12,2 баллды түздү.

5. Каталарды аныктоо жана аларды жоюу боюнча тынымсыз иштөө мелдештер жана окуу-тарбиялоо процесси курешчилердин мелдештик ишмердигинин натыйжалуулугун жогорулатат.

6. Эксперименталдык топ техниканын эффективдүүлүгүн далилдеди позициядан жерге өтүүдө кырдаалдык милдеттерди жана жалпы техникалык жана тактикалык аракеттерди үйрөтүү.

КОРУТУНДУ

Күрөшчүлөрдүн бирдиктүү чабуулдук техника жана тактикалык аракеттерин окутуунун методологиясын комплекстүү изилдөө, күрөшчүлөрдүн техника жана тактикалык чеберчилигинин эффективдүүлүгүн жогорулатуу максатында бул унитардыкты практикалык колдонуу изилдөө маселелерин толук чечүүгө зарыл шарттарды түзүүгө, жардам берди негизги жоболорду жана корутундуларды мүмкүндүк берди:

1. Дене тарбия жана спорт педагогикасында карама-каршы иш-аракеттерде: жекечелик, анатомиялык-физиологиялык, морфологиялык, психологиялык, функционалдык өзгөчөлүктөрүн жана мүмкүнчүлүк деңгээлин эске алуунун милдеттүүлүгү жөнүндө - физикалык өнүгүү, физикалык даярдыгы, тандалган түрлөрү менен алектенген адамдардын жогорку сезимдерин көрсөттү жана башка көптөгөн жетишээрлик негизделген пикир бар. Күрөшчүлөрдүн спорттук даярдыгынын жогоруда саналып өткөн компоненттери – спорт мугалимдерин спорттук педагогикалык иш-чараларды ишке ашырууда заманбап педагогикалык технологияны натыйжалуу пайдаланууга багыт берүүчү объективдүү мыйзам ченемдүүлүк катары кабыл алынган. Ошол эле учурда, мындай педагогикалык үлгү көбүнчө спорттук мелдештин заманбап эрежелери жана тутумдары менен байланышкан кыргыз улуттук спорттук көрүнүшүнүн оригиналдуулугун чагылдырат (күрөш үчүн убакыттын чектелиши, салмак категорияларынын болушу ж. б.).

Атайын адабий булактарда жана спорттук окутуу ишинин практикасында бул жобо түрдүү варианттарда талкууланат (каралат). Мына ушундан улам, спорт мугалимдери туруп күрөшүү позициядан жерге кулап күрөшүү ыкмасына (партерге) өтүүдө бирдиктүү чабуулдун техникалык ыкмаларын үйрөтүү маселелери боюнча тийиштүү билимге ээ эмес, спорттук педагогикалык тажрыйбанын негизине таянуу менен

спортчуларды даярдоого байланышкан практикалык милдеттер чечилет.

2. Кыргыз улуттук спорттук күрөштүн бир катар адистери тарабынан жүргүзүлгөн илимий-изилдөө күрөшчүлөрдү баштапкы адистештирилген даярдоо стадиясында гана окутуунун белгиленген иштеринин натыйжалары өздүк-жекече, психологиялык, анатомиялык-физиологиялык, антропометриялык функционалдык жана башка өзгөчөлүктөрү жактан толук жооп бербегендиктен, жаш балбандардын спорттук чеберчилигинин деңгээлин жогорулатууга жардам бербеген технологиясын изилдөөнүн педагогикалык маанисин көрсөтүп турат. Түзүлгөн технологиянын негизги терс жактарынын бири чабуулдун бирдиктүү ТТА даярдоо процессине катуу талаптарды коюу, кыймыл-аракетти өркүндөтүү, күрөшчүлөрдүн ТТЧ жогорулатуу процессин дифференциялоо жана жекелештирүү варианттарынын жоктугу.

3. Жаш күрөшчүлөр менен ОЭИ өткөрүү менен, күрөшчүлөрдүн кармашууда пайда болгон эң окшош жагдайларды көрсөтүүчү жана техникалык көрсөткүчтөрдүн жогорулашына өбөлгө түзүүчү атайын жасалган тапшырмаларды, күрөшчүлөрдүн спорттук иш-чараларында пайдалануусу аныкталып камсыздалат:

- катаал тирешүүнүн шарттарында ар кандай даярдыктагы жана стилдеги каршылаштар менен кармашуу өткөрүүнүн зарыл болгон көрүнүктүү көндүмдөрүн жана жөндөмдөрүн натыйжалуураак өздөштүрүү;

- балбандардын күрөшүндө пайда болгон каталарды тез арада жоюп, туура чечим кабыл алуу;

- жаш балбандардын жеке инсандык, психологиялык жана башка өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен, спорттук баштапкы адистештирүүнүн этабында бирдиктүү ТТА чабуулу менен балбандарды даярдоо процессин жекелештирүү жана дифференциялоо.

4. КУСКүнө ылайык иштелип чыккан эксперименталдык эрежелерди жана СМ системаларын киргизүү күрөштүн тамаша кылуу баалуулугун жогорулатууга мүмкүндүк берет. Мелдешти өткөрүүнүн мөөнөтүн чектөө менен калыстар тарабынан берилген эскертүүлөрдүн жалпы саны жана сапаты жогорулайт, ал эми балбандардын ТТЧ деңгээли жогорулайт.

Ошентип, ОЭИти ишке ашыруунун натыйжасында алынган өздүк илимий-педагогикалык материал туруп күрөшүү позициясынан жерге (партерге) өтүү процессинде унитардык чабуулчу ТТАтик даярдоонун жетишээрлик жогорку натыйжалуулугун камсыз кылууга мүмкүндүк берди. Ар бир күрөштө ($P < 0,001$) 550,0%га (0,20дан 1,30га чейин) бүткөрүлгөн жалгыз чабуул коюучу ТТАнин өсүшүнүн негизинде утуп алган техникалык упайлардын жана жеңиштердин саны бир топ көбөйдү.

Ошентип, максат ишке ашты, балбандарга берилүүчү алдыга койгон милдет чечилди, илимий гипотеза ырасталды.

Ошол эле учурда спорт мугалимдери жана башка адамдар үчүн ОЭИи ишке ашыруунун натыйжасында алынган илимий-педагогикалык материалдар ОЭИтин чечилген көйгөйлөрүнүн максаттуу багыттарына толугу менен дал келет, педагогикалык спорттук жана методикалык маанини билдирет жана бир катар практикалык сунуштарды түзүүгө мүмкүндүк берет.

Практикалык сунуштар

Балбандарды унитардык ТТА чабуулуна даярдоо боюнча өткөрүлгөн ОЭИтин мааниси жана анын илимий-педагогикалык мааниси бир катар практикалык сунуштарды иштеп чыгуу үчүн зарыл шарт түзөт. Жогоруда айтылгандарды жана көп тараптуу өзгөрүүчү ОМД катары күрөшчүлөрдүн ТТЧин натыйжалуулугун жогорулатуу боюнча калыптанган илимий-педагогикалык идеяларды эске алуу менен, анын мазмунуна карата кабыл алынган талаптарга ылайык түзүлгөн сунуштарды берүүгө аракет кылдык.

1. Баштапкы адистештирилген спорттук топтордогу унитардык ТТА чабуулудагы студенттерин даярдоо процессинин натыйжалуулугун жогорулатуу үчүн жаш күрөшчүлөрдү окутуунун физиологиялык, биомеханикалык, ыкманын ТТА, КУСК боюнча СМ эрежелери жана системалары, бириктирилген ТТАтүү чабуулду, методологиялык өбөлгөлөрүн, КУСК боюнча кармаш жүргүзүү үчүн зарыл болгон көндүмдөрдү калыптандыруучу кырдаалдык тапшырмаларды аныктоо абалын изилдөө жана аныктоонун негизинде ОМД жана САнин мазмунун изилдөө жана жалпылоо зарыл.

Анткени балбандарды даярдоонун салттуу технологиясы, негизинен, ТТАти туруп да, жерде (партерде) да өзүнчө даярдоого багытталган, негизинен күрөшчүлөрдүн денесинин адаптациялоочу функцияларын тездетүүгө негизделген.

Өз ара байланышкан (бириккен) ТТА чабуулу жана кырдаалдык (ситуациялык) тапшырмаларды колдонуунун негизинде балбандарды даярдоо процессинин педагогикалык технологиясын өркүндөтүү САнин эффективдүүлүгүн бир топ жогорулатат.

Бирдиктүү ТТА чабуулу күрөшчүлөрдү даярдоонун педагогикалык технологиясынын натыйжалуулугун аныктоонун, индивидуалдык, анатомиялык-физиологиялык, морфофункционалдык өзгөчөлүктөрүн, алардын физикалык өнүгүүсүн, физикалык жана техникалык мүнөздөмөлөрүн аныктоонун негизинде ОМД ситуациялык милдеттерин, эрежелерди жана СМ системаларын оптималдаштыруунун зарылдыгын негиздеп, жаш күрөшчүлөр үчүн эрежелерди жана СМ системаларын иштеп чыгуу, бириккен ТТА чабуулу, туруп күрөшүү позициясынан жерге (партерге) өтүүдө өз ара байланышкан ТТА машыгуусун негиздөөнү иштеп чыгуу

жана киргизүү максатка ылайыктуу.

Педагогикалык технологияны спорттук машыгуу процессине киргизүү окуу программасында унитардык чабуулдагы ТТАтин колдонуунун зарылдыгы жөнүндөгү идеяны илимий жактан негиздөөгө, алардын эффективдүүлүгүн жогорулатууга, сергек жашоо көндүмдөрүн калыптандырууга, психологиялык жактан жакшыртууга мүмкүндүк берет. катышкандардын эмоционалдык абалын, спорттук машыгуу процессин жекелештирүү жана дифференциялоо, ошондой эле аларды спортчуларга системалуу түрдө түшүндүрүү.

2. Бирдиктүү чабуулдагы ТТАтин эффективдүүлүгүн жогорулатуу боюнча машыгуу процессин долбоорлоо процессинде балбандардын СА спорттук машыгуунун компоненттери комплекстүү түрдө көрүнөрүн эске алуу керек. Бул бизди согуштук таймаштардын шарттарында спорттук иш-чараларды сандык жана сапаттык техникалык-тактикалык көрсөткүчтөр боюнча каталардын көз карашынан СА анализи (каталар: максатка багытталган, ишке ашыруу, түзөтүүлөр) долбоорлоого милдеттендирет.

СА моделдерин иштеп чыгууда балбандар төмөнкүлөрдү эске алуулары керек: үзүндүлөр; бааланган ТТА; упайлардын топтому; унитардык ТТА; күрөштү пассивдүү жүргүзүү үчүн спорттук калыстар тарабынан берилген эскертүүлөрдүн саны; өз-ара курдан коюн-колтук (кайчылаш) кармоо саны.

ОМДтын мазмунун аныктоо процессинде жаш курешчилердин алдында турган ситуациялык техникалык-тактикалык милдеттерди: мелдештин эрежелерин жана системасын эстен чыгарбоо керек.

Белгилүү болгондой, спорттогу ийгилик көптөгөн факторлор менен аныкталат, алардын арасында эң маанилүү ролду спорттук машыгуу системасы ойнойт.

Ушуга байланыштуу жаш күрөшчүлөрдү спорттук даярдоонун мазмунун кайра карап чыгуу зарылчылыгы келип чыкты. ОЭИти ишке ашыруунун жүрүшүндө алынган иш жүзүндөгү спорттук-педагогикалык материал көрсөткөндөй, ал жаш спортчулар үчүн тийиштүү машыгуу көндүмдөрүн өздөштүрүү камтылууга тийиш. Унитарлык ТТАти чабуул коюуда күрөшчүлөрдү даярдоонун педагогикалык технологиясына толуктоолорду киргизүү максатка ылайыктуу.

Жалпысынан түзүмдүү негизги жоболор жана илимий-методикалык сунуштар биз жүргүзгөн ОЭИтин эң маанилүү аспектилерин билдирип, туруп курөшүү позициясынан жерге (партерге) жылган кезде балбандардын ТТЧти жогорулатуунун натыйжалуу жолдорун камтыйт. Берилген практикалык сунуштар биргелешип, биздин изилдөөбүздүн айрым аспектилерин чагылдырат жана туруп күрөшүү позициядан жерге

(партерге) өтүүдө балбандардын күрөшүү натыйжалуулугун жогорулатуунун эң маанилүү жолдорун камтыйт.

Диссертациянын мазмуну төмөнкү илимий макалаларда чагылдырылган:

1. **Карабаев, Р. К.** Обучение технико-тактическим действиям кыргызской национальной спортивной борьбы куреш на начальном этапе подготовки [Текст] / Р. К. Карабаев // II чыгарылышы, “Вестник” ОшГУ. ISSN 1694-7452, Ош, 2016. № 3. – С. 230-233. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30547503>

2. **Карабаев, Р. К.** Разработка ситуационных заданий по борьбе “Куреш” для групп начальной спортивной подготовки [Текст] / Р. К. Карабаев // Web of scholar ISSN 2518-167X Польша. – Варшава, 2018. - С.81-83. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32821452>

3. **Карабаев, Р. К.** Педагогические правила и системы спортивных соревнований для борцов –юношей (курешистов) [Текст] / Р. К. Карабаев // “Евразийское научное объединение. Современные концепции научных исследований” ISSN 2411-1899. – Москва, 2019. №2. – С.232-233. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48400231>

4. **Карабаев, Р. К.** Күрөш боюнча мелдештердин системасы жана эрежелери. [Текст] / Р. К. Карабаев // чыгарылышы “Наука и новые технологии” ISSN 1026-9045. – Бишкек, 2012. №8. – С.- 246-249.

5. **Карабаев, Р. К.** Спорттук күрөштүн техникасына үйрөтүүнүн физиологиялык жана биомеханикалык негиздери жөнүндө маселелер [Текст] / Р. К. Карабаев // “Эл агартуу” ISSN 0132-618x Бишкек, 2013. №12. – С. 39-42. https://drive.google.com/file/d/17MNmtChTf_YnjSyD-w20f59aemaLQqSP/view?usp=drive_link

6. **Карабаев, Р. К.** Анализ программ и методик по обучению технико-тактическим действия борцов [Текст] / Р. К. Карабаев // “Известия вузов” . –Бишкек, 2010. - №8. – С. 140-141. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36490507>

7. **Карабаев, Р. К.** К вопросу о физиологических основах обучения технике спортивной борьбы [Текст] / Р. К. Карабаев // “Ош Мамлекеттик Университетинин Жарчысы” ISSN 9967-03-030-5. – Ош, 2012. №1. – С.180-181. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29094982>

8. **Карабаев, Р. К.** Методы обучения технике спортивной борьбы куреш [Текст] / Р. К. Карабаев // Бюллетень науки и практики. Нижневартовск, 2022. №4. - С. 499-504. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48400231>

9. **Карабаев, Р. К.** Количественный анализ технико-тактических действие курешистов, [Текст] / “Наука новые технологии и инновации” КР. –

Бишкек, 2023. №7. - С 265-269.

https://drive.google.com/file/d/1iSJiiFDTWLDkDi76JgAp2QrKgGcoxUFx/view?usp=drive_link

10. **Карабаев, Р. К.** «Вопросы оптимизации и разработки правил системы соревнований по борьбе куреш» [Текст] / Научный аспект, Омск, 2024. №3. – С. 360-365. <https://na-journal.ru/3-2024-fiz-kultura-sport/9606-voprosy-optimizacii-i-razrabotki-pravil-sistemy-sorevnovanii-po-borbe-kuresh>

Карабаев Рашид Калиловичтин «Күрөшчүлөрдүн техникалык-тактикалык аракеттери менен жекече чабуулга өтүүнү үйрөтүү» деген темада 13.00.04 – дене тарбиянын, спорттук машыгуунун, ден соолукту чыңдоо жана адаптивдүү дене тарбиянын теориясы жана методикасы адистиги боюнча педагогика илимдеринин кандидаты окумуштуулук даражасын изденип алуу үчүн жазылган диссертациясынын

РЕЗЮМЕСИ

Негизги сөздөр: күрөшчүлөр, бирдиктүү чабуул аракеттери, техника, тактика, ыкмалар, техникалык жана тактикалык аракеттер, методология, спорттук күрөш, чеберчилик, чеберчиликти өздөштүрүү деңгээли.

Изилдөөнүн объектиси - күрөшчүлөрдүн окуу-машыгуусу жана атаандаштык иш-аракеттери, мелдеш жараяны.

Изилдөөнүн предмети – спорттун күрөш түрүндө техникалык-тактикалык чабуулдагы аракеттерди өркүндөтүү жараяны (процесси).

Изилдөөнүн максаты - өз ара байланышкан (бирдиктүү) техникалык-тактикалык аракеттерге окутуунун негизинде күрөшчүлөрдү окуу-машыгуу процессинин жана атаандаштык ишмердүүлүгүнүн мазмуну жана уюштурулушу.

Изилдөөнүн методдору - коюлган маселелерди чечүү жана гипотезаны текшерүү үчүн изилдөөдө төмөнкү методдорунун комплекси колдонулган:

- илимий-методикалык адабияттарды талдоо жана жалпылоо;
- сурамжылоо жана анкеталоо;
- эксперттик баалоо;
- маектешүү;
- педагогикалык байкоо;
- педагогикалык эксперимент;
- математикалык-статистикалык методдор.

Изилдөө ишинин натыйжаларынын илимий жаңылыгы:

- спорттун күрөш түрүндө кырдаалдык тапшырмаларды колдонуунун негизинде техникалык-тактикалык аракеттерге (бирдиктүү) окутуунун методикасын колдонуусун теориялык-педагогикалык негиздөө;
- күрөшчүлөрдүн эң натыйжалуу бирдиктүү чабуул коюучу техникалык-тактикалык аракеттерин аныктоо;
- спорттун күрөш түрү боюнча таймашты жүргүзүү жөндөмүн жана көндүмдөрүн калыптандыруучу кырдаалдык тапшырмаларды аныктоо.

Колдонуу деңгээли - теориялык жана методикалык сунуштар Кыргыз улуттук спорттук күрөш түрү боюнча машыктыруучуларды даярдоодо колдонулат; күрөшчүлөрдү даярдоо жаатындагы педагогикалык өбөлгөлөр жана изилдөө методологиясы алдыда боло турган ар кандай деңгээлдеги спорттук мелдештерге даярдыгын жакшыртуу максатында спорттун күрөш түрүндө кырдаалдык тапшырмаларды колдонуунун негизинде (бирдиктүү) чабуул коюучу техникалык-тактикалык аракеттерге окутууга негизделген.

Колдонуу чөйрөсү - спорттук секцияларда жана улуттук күрөш түрүнүн машыктыруучуларын даярдоо процессинде, күрөш боюнча сабактарды жана балбандарды кайра даярдоодо пайдалануу сунушталат.

РЕЗЮМЕ

диссертации Карабаева Рашида Калиловича на тему: «Обучение курешистов единым атакующим технико-тактическим действиям» на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Ключевые слова: курешисты, единые атакующие действия, техника, тактика, приемы, технико-тактическая действия, методика, спортивная борьба, борьба «куреш», уровень усвоения умений и навыков.

Объект исследования - учебно-тренировочная и соревновательная деятельность курешистов.

Предмет исследования - процесс совершенствования атакующих технико-тактических действий в борьбе куреш.

Цель исследования - содержание и организация учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности курешистов на основе обучения взаимосвязанным (единым) технико-тактическим действиям.

Методы исследования – Для решения поставленных задач и проверки гипотезы был применен комплекс методов исследования:

- анализ и обобщение научно-методической литературы;
- опрос и анкетирование;
- экспертная оценка;
- интервьюирование;
- педагогическое наблюдение;
- педагогический эксперимент;
- математико-статистические методы.

Научная новизна результатов исследования:

-теоретико-педагогическом обосновании методики обучения (единым) атакующим технико-тактическим действиям на основе применения ситуационных заданий в борьбе куреш;

-выявлении наиболее эффективных единых атакующих технико-тактических действий курешистов;

-определении ситуационных заданий, формирующих умения и навыки ведения поединка в борьбе куреш.

Уровень использования, рекомендации по применению, сфера применения - теоретические и методические рекомендации используются в подготовке тренеров по кыргызской национальной спортивной борьбе куреш; педагогические предпосылки и методология исследования в области подготовки курешистов, основана на обучения (единым) атакующим технико-тактическим действиям на основе применения ситуационных заданий в борьбе куреш с целью улучшения их подготовленности к предстоящим спортивным соревнованиям различного уровня.

Область применения – рекомендуется использовать в процессе подготовки курешистов и тренеров национальной борьбы куреш в спортивных секциях, занятий по курешу и переподготовке борцов.

SUMMARY

of the dissertation research of **Karabaev Rashid Kalilovich** on the topic: "Training of kureshists in unified attacking technical and tactical actions" in the specialty 13.00.04 - theory and methodology of physical education, sports training, health and adaptive physical culture

Keywords: qureshists, unified attacking actions, technique, tactics, techniques, technical and tactical actions, methodology, sports wrestling, kuresh wrestling, skill, level of mastery of skills.

The object of the study is the educational, training and competitive activities of qureshists.

The subject of the study is the process of improving attacking technical and tactical actions in the fight against Quresh.

The purpose of the study is the content and organization of the educational and training process and competitive activity of qureshists based on training in interrelated (unified) technical and tactical actions.

Research methods – To solve the tasks and test the hypothesis, a set of research methods was applied:

- analysis and generalization of scientific and methodological literature;
- survey and questionnaire;
- expert assessment;
- interviewing;
- pedagogical supervision;
- pedagogical experiment;
- mathematical and statistical methods.

The scientific novelty of the obtained results consists in:

-theoretical and pedagogical substantiation of the methodology of teaching (unified) attacking technical and tactical actions based on the use of situational tasks in the fight of quresh;

-identification of the most effective unified attacking technical and tactical actions of the qureshists;

-determination of situational tasks that form the skills and abilities of conducting a duel in the fight of quresh.

Level of use - theoretical and methodological recommendations are used in the training of trainers in the Kyrgyz national wrestling quresh; pedagogical prerequisites and methodology of research in the field of training quresh players, based on training (unified) attacking technical and tactical actions based on the use of situational tasks in the fight Quresh in order to improve their preparedness for upcoming sports competitions of various levels.

Scope of application – it is recommended to use in the process of training quresh wrestlers and national wrestling coaches in sports sections, quresh classes and retraining of wrestlers.

Ченеми 60x84 1/16.
Көлөмү 2,0 б.т. Кагаз офсет.
Офсеттик басуу. Нускасы 100.

ЖИ «Сарыбаев Т.Т.»
Бишкек ш., Манас к., 101
т. 0 708 058 368