

ERKIN KURASH TO'GARAKLARIGA YOSH QIZLARNI JALB QILISH SAMARADORLIGI

Usmonova Iroda Zayniddin qizi

Shagiyev Ildus Ilyasovich

Qayumov Xalilillo Mavlon o'g'li

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti

Xalqaro kurash turlari nazariyasi va uslubi katedrasi

Mavzuning dolzarbligi. Jahonning eng nufuzli sportchilari bilan birgalikda yurtimiz sportchilari xalqaro musobaqalarda munosib ishtirok etib, yuksak natijalarga erishmoqdalar, sportning barcha turlarini rivojlantirish bo'yicha amaliy chora-tadbirlar bosqichma-bosqich amalga oshirilmoqda. Jumladan, erkin kurash bo'yicha xalqaro musobaqalar saviyasining yildan-yilga ortib borishi, ushbu kurash turiga xos bo'lgan texnik-taktik va jismoniy qobiliyatlarni takomillashtirish, mashg'ulot yuklamalarini taqsimlash va rejalashtirish, maxsus va musobaqa mashqlarini bajarishni boshqarish va uni biomexanik tahlil qilish, mashg'ulot yuklamalarini texnik tayyorgarlikka ta'siri, maxsus yordamchi mashqlarni saralash va ularni musobaqa mashqlarining biomexanik harakatlariga ta'sir ko'rsatishi yuzasidan katta talablarni qo'ymoqda. Bu yo'nalishda ko'pchilik olimlar va mutaxassislar ilmiy tadqiqotlar olib borishgan, lekin, erkin kurashchilarning jismoniy qobiliyatlarini takomillashtirish samaradorligini oshirishda qo'llaniladigan maxsus mashqlar kompleksini yaratish bo'yicha ilmiy ishlar yetarli darajada yoritilmagan. Jismoniy tarbiya va sport amaliyoti davomida, aniqrog'i, bu sohaga yangi-yangi va yosh istiqbollarni jalb qilishda mamlakatimiz miqyosidagi ta'lim muassasalari qoshida faoliyat olib borayotgan ko'plab sport to'garaklarining o'rni, ahamiyati va roli beqiyosdir. Bunday sport to'garaklari 8687 mahg'ulotlarida shug'ullanuvchilarning qiziqishini oshirish, mashg'ulotlar saviyasi va yoshlarni imkon qadar ommaviy jalb etilishi, shuning bilan birga mazkur sport to'garaklari faoliyatining samaradorligini oshirish masalalari bevosita mamlakatimiz va millatimiz sporti kelajagi bilan bog'liqligini o'zi mavzuni naqadar dolzarbligini ko'rsatadi. Shunday ekan, yosh qizlarni kurash sport to'garaklariga jalb qilish va bundagi faoliyat samaradorligini aniqlash bo'yicha har qanday tadqiqot ishlari katta qiziqish uyg'otadi va albatta dolzarb hisoblanadi.

Maqsad va vazifalar. Bekobod shahrida mavjud sport to'garaklarini o'rganib, yosh qizlarni kurash to'garaklariga jalb qilish ahvoli bo'yicha ma'lumotlar jamlash va umumlashtirish hamda yosh kurashchi qizlarni va maktab bitiruvchilarini to'garak mahg'ulotlariga jalb qilish bo'yicha pedagogik tajribaning natijalarini umumlashtirish va tahlil qilish.

Tadqiqot usullari va tashkil etilishi. Tadqiqot davomida ilmiy-uslubiy adabiyotlar materiallarini umumlashtirish va tahlil qilish, pedagogik kuzatish, pedagogik tajriba va matematik statistika usullaridan foydalanildi. Bekobodshahridagi o'rta umumta'lim maktablariga borib ularda keyingi bir yilda bitirgan o'quvchilar soni va o'quvchilar orasidan

to'garak mahg'ulotlariga qatnaydiganlar soni aniqlab chiqildi va tahlil qilindi. Tadqiqot o'tkazish maqsadida tanlangan maktablarda ishlab turgan to'garak mahg'ulotlariga borib, ular bilan suhbatlar o'tkazilib va maslahatlar berib borildi, suning bilan birga mazkur maktablarda maktab bitiruvchilari bilan (avvaliga haftada bir marta, keyinchalik esa oyiga ikki marta) jismoniy tarbiya va sportga mamlakatimiz rahbari va hukumatimiz tomonidan berilayotgan e'tibor, sport bilan shug'ullangan insonlarning salomatligi va yutuqlarning ahamiyati haqida mashhur, mahoratli sportchilar ishtirokida suhbatlar, davra suhbatlari hamda O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetining turli tarkibiy tuzilmalariga ekskursiyalar uyushtirish orqali tashviqot ishlari olib borildi. kTadqiqot natijalari va ularni muhokama qilish. Pedagogik tadqiqot boshlanishida va undan o'n oy o'tganidan keyin takroran Toshkent viloyati Bekobod shahridagi maktablarga tashrif buyurib ulardagi shu kunlarda faoliyat olib borayotgan sport to'garaklari soni, ulardan kurash sport turi bo'yicha to'garaklari soni va ushbu to'garaklarga qatnab sport bilan shug'ullanib kelayotgan yosh o'quvchilar soni hamda to'garak mahg'ulotlariga yosh kurashchi qizlarni jalb qilish ishlari bilan qiziqdik. Biz tashrif buyurgan va o'z ta'lim muassasasi faoliyati bo'yicha savollarimizga oid ma'lumotlar taqdim etgan maktablarining jamlangan ma'lumotlarini va ularni umumlashtirib tahlil qilish bo'yicha ma'lumotlar quyidagi jadvallarda va diagrammada ifodalangan. Biz tashrif buyurgan maktablar bo'yicha ma'lumotlar (nazorat)

1-jadval.

O'quvchilar soni	Tajriba boshida soni	O'n oydan keyin soni	O'zgarish	
			so ni	%
Sport to'garaklariga qatnaydiganlar	68	67	-1	-1,47
Ulardan qizlar	27	27	0	
Ulardan kurash to'garagiga qatnaydigan qizlar	8	8	0	

Biz tashrif buyurgan maktablar bo'yicha ma'lumotlar (tadqiqot)

2-jadval.

O'quvchilar soni	Tajribabo shida soni	O'n oydan keyin soni	O'zgarish	
			soni	%
sport to'garaklariga qatnaydiganlar	65	69	+4	+6,15
Ulardan qizlar	26	28	+2	+7,69
Ulardan kurash to'garagiga qatnaydigan qizlar	9	10	+1	+11,11

Jadvallardakeltirilganma'lumotlarbizijobyta'sirko'rsatishgaurinmagannazoratmaktablariganisbatanbizningmaktabo'quvchilargako'rsatganpedagogik-psixologikmajmuaviyta'sirko'rsatishimiz

natijasio'laroq (ulardatajribao'tkazishdavomidasportto'garaklarigaqatnaydiganlarsoni 1,47 % gakamaygan), tajribamaktablarimizdasportto'garaklarigaqatnaydiganlarsoni 4 nafarga (+ 6,15 % ga), shulardanqizlarsoni 2

nafarga (+ 7,69 % ga) vaUlardankurashto'garagigaqatnaydiganqizlarsonibirnafarga (+ 11,11 % ga) ortishkuzatildi. Buesahalitugamaganvadavometayotgan

pedagogiktajribani,
ya'niyoshqizlarnito'garakmahg'ulotlarigajalbqilishsamaradorliginioshganliginiko'rsatadi.

XULOSA

Jadvallardavadiagrammadakeltirilganma'lumotlarijobyta'sirko'rsatilmagannazoratmaktablariganisbatano'quvchilargako'rsatganpedagogik-psixologikmajmuaviyta'sirko'rsatishnatijasidao'laroq, tajribamaktablaridasportto'garaklarigaqatnaydiganlarsoni 6,15 % ga, shulardanqizlarsoni 7,69 % gavaulardankurashto'garagigaqatnaydiganqizlarsoni 11,11 % gaortishkuzatilgan. Buesahalitugamaganvadavometayotganpedagogiktajribani,
ya'niyoshqizlarnito'garakmahg'ulotlarigajalbqilishsamaradorliginioshganliginiko'rsatadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Adilov, S. (2022). INCREASING BASICS OF THE EFFICIENCY OF COMPETITION ACTIVITY AND DEVELOPING TECHNICAL AND TACTICAL PREPARATION. Журнал иностранных языков и лингвистики, 6(6), 51-64.

2. Qaxramonovich Adilov Sarvar. "TECHNOLOGY OF INCREASE IN EFFICIENCY OF DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES AND TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF ATHLETES IN FREE-STYLE WRESTLING." European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol 7.10 (2019).

3. Adilov, S. Q. (2019). Importance of Developing Technical–Tactical Preparing and Improving Coordination Skills Freestyle Wrestlers (based on Questionnaire Results). Eastern European Scientific Journal, (1).
4. Adilov, S. Q., Berdiyev, F. O., Jumaqulov, A. B., & Anarbayev, T. R. (2021). ERKIN KURASHCHILARINI MASHG'ULOT JARAYONLARIDA MODELLASHTIRISHNI ASOSIY TARKIBIY QISMLARINI O'RGANISH. Academic research in educational sciences, 2(4), 1717-1722.
5. Xolmatov, A. I., Tashnazarov, D. Y., & Kurganov, O. N. (2021). Yunon-rim kurashchilariga texnik usullarni o'rgatishda modellashtirish usulining samaradorligi. Academic research in educational sciences, 2(4), 1708-1716.
6. Mavlon O'g'li Q. X., Risbekovich A. T., Baxriddinovich A. A. ERKIN KURASHCHI QIZLARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH USULLARI //Proceedings of International Conference on Modern Science and Scientific Studies. – 2022. – T. 1. – №. 2. – C. 223-229.
7. Adilov S. Q., Anarbayev T. R., Qayumov X. M. O. G. L. SPORT KURASHLARIDA CHIDAMLILIKNI RIVOJLANTIRISH UCHUN AYLANMA MASHQLARDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI //Academic research in educational sciences. – 2022. – T. 3. – №. 5. – C. 846-851.
8. Yuldashevich, Tashnazarov Djasur, Lyulina Ekaterina Sergeyevna, and Shagiyev Ilduz Ilyasovich. "Method of Preparation for Technical Actions of Greco-Roman Wrestlers." Eurasian Scientific Herald 8 (2022): 157-162.
9. Раджапов, М. А., Анарбаев, М. А., Қаяумов, Х. М. Ў., & Усмонова, И. З. Қ. (2021). СПОРТЧИННИНГУМУМИЙ ВА МАХСУСТАЙ ЁРГАРЛИГИ БИРЛИГИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 1(4), 133-139.