



UO'K: 796.853.23:37.015

**KURASHDA TEXNIK VA TAKTIK KO'NIKMALARNI SHAKLLANTIRISHDA PEDAGOGIK METODLAR****ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ В БОРЬБЕ****PEDAGOGICAL METHODS OF FORMATION OF TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS IN WRESTLING**

**Azimov Adaxamjon Melikuziyevich**   
Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi

**Annotatsiya**

*Ushbu maqolada kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishda pedagogik metodlarning o'rni va samaradorligi tahlil qilingan. Tadqiqot davomida sport mashg'ulotlarida faol, interaktiv, muammoli va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlarning kurashchilarning texnika, taktika va strategik fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishdagi ahamiyati eksperimental asosda o'rganildi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, pedagogik metodlarni to'g'ri tanlash va tizimli qo'llash sportchining individual salohiyatini to'liq namoyon etishiga, musobaqa jarayonidagi tezkorlik, moslashuvchanlik va o'z-o'zini tahlil qilish qobiliyatini kuchaytirishga xizmat qilishi aniqlangan. Maqolada amaliyotchi murabbiylar uchun foydali tavsiyalar ham berilgan.*

**Аннотация**

*В данной статье проанализирована роль и эффективность педагогических методов в формировании технических и тактических навыков у борцов. В ходе исследования экспериментально изучено влияние активных, интерактивных, проблемных и личностно-ориентированных подходов в процессе спортивной подготовки на развитие технических умений, тактического мышления и стратегического анализа у спортсменов. Результаты исследования показали, что правильный выбор и системное применение педагогических методов способствует полной реализации индивидуального потенциала спортсмена, повышает его оперативность, адаптивность и способность к само рефлексии в условиях соревнований. В статье представлены практические рекомендации для тренеров.*

**Abstract**

*This article analyzes the role and effectiveness of pedagogical methods in developing technical and tactical skills in wrestlers. The study experimentally examines the impact of active, interactive, problem-based, and learner-centered approaches in sports training on the development of athletes' technical abilities, tactical thinking, and strategic reasoning. The findings reveal that the proper selection and systematic application of pedagogical methods help athletes fully realize their individual potential, enhance responsiveness, adaptability, and self-reflection skills during competitive performance. The article also provides practical recommendations for coaches.*

**Kalit so'zlar:** kurash, texnik ko'nikmalar, taktik tafakkur, pedagogik metodlar, shaxsga yo'naltirilgan yondashuv, interaktiv mashg'ulotlar, muammoli o'qitish, sport psixologiyasi, refleksiya.

**Ключевые слова:** борьба, технические навыки, тактическое мышление, педагогические методы, личностно-ориентированный подход, интерактивные занятия, проблемное обучение, спортивная психология, рефлексия.

**Key words:** wrestling, technical skills, tactical thinking, pedagogical methods, learner-centered approach, interactive training, problem-based learning, sports psychology, reflection.

**KIRISH**

Kurash qadimiy va milliy sport turi sifatida yosh avlodni jismoniy jihatdan chiniqtirish, iroda va bardamlikni shakllantirish, ma'naviy-axloqiy tarbiya berishda katta ahamiyat kasb etadi. Bugungi globallashuv davrida kurash nafaqat sportning bir turi, balki ijtimoiy-ma'naviy ta'sirga ega tarbiya vositasi sifatida ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, sportchilarni professional tayyorlash jarayonida texnik harakatlarning mukammal bajarilishi va taktik yondashuvlarning to'g'ri tanlanishi musobaqa jarayonida muhim ustunliklarni ta'minlaydi. Shu sababli kurash

mashg'ulotlarida sportchilarning texnik va taktik tayyorgarligini bosqichma-bosqich, izchil va ilmiy asoslangan metodlar yordamida shakllantirish zaruriyati ortib bormoqda.

Pedagogik metodlar — bu sportchilarni o'qitish, mashq qilish va tarbiyalash jarayonida qo'llaniladigan samarali vositalar tizimidir. Kurashda pedagogik metodlar nafaqat texnik ko'nikmalarni, balki vaziyatga qarab qaror qabul qilish, raqib harakatlariga tez va mos javob berish, strategik fikrlash kabi ko'nikmalarni ham rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, kurashchilarning individual xususiyatlarini e'tiborga olish, ularning ruhiy holati, jismoniy tayyorgarlik darajasi va yoshi asosida mashg'ulotlarni moslashtirish ham metodik yondashuvlar orqali amalga oshiriladi.

Kurashda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirish bir martalik jarayon bo'lmay, balki uzluksiz, tizimli, o'zaro bog'liq bosqichlardan iborat bo'lgan murakkab pedagogik jarayondir. Bu jarayonda mashq qilish, kuzatish, tahlil qilish, xatolarni bartaraf etish va refleksiya kabi metodik yondashuvlar muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, mashg'ulotlarda faol ta'lim metodlaridan - muammo qo'yish, guruhli muhokama, rolli o'yinlar, modellashtirish va situatsion tahlil usullaridan foydalanish sportchilarning texnik-taktik saviyasini oshirishga xizmat qiladi.

Mazkur ilmiy maqolada kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan pedagogik metodlarning nazariy asoslari, ularning turlari, amaliy qo'llanilish holatlari va samaradorligini baholashga doir ilmiy-tadqiqot natijalari yoritiladi. Shuningdek, sport mashg'ulotlarida pedagogik metodlarning individual va differensial yondashuvlarga asoslangan holda qo'llanishi, kurashchilarning musobaqaviy natijalariga qanday ta'sir ko'rsatishi ilmiy jihatdan asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari asosida amaliy tavsiyalar ishlab chiqilib, kurash mashg'ulotlarining metodik ta'minotini takomillashtirishga qaratilgan takliflar ilgari suriladi.

#### ADABIYOTLAR TAHLILI

Kurash sport turining metodik ta'minoti, ayniqsa, texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishga doir ilmiy izlanishlar bugungi kunda sport pedagogikasi doirasida keng muhokama qilinayotgan muhim yo'nalishlardan biridir. Jahon va mahalliy tadqiqotchilar kurash mashg'ulotlarini samarali tashkil etish, individual yondashuvlarni ishlab chiqish, sportchilar psixofiziologik holatini hisobga olish orqali texnik-taktik tayyorgarlikni rivojlantirishga qaratilgan ko'plab ilmiy ishlanmalarni ilgari surganlar.

Xususan, rus olimlari (V.N. Platonov, L.P. Matveev, Yu.M. Kolesnikov) tomonidan sportchilarni tayyorlash tizimining bosqichlari, mashg'ulot yuklamalarini boshqarish, texnik harakatlarni takomillashtirishda o'quv-trening jarayonining strukturasi va algoritmlari asoslab berilgan. Ularning tadqiqotlarida sportchilarning funksional tayyorgarligini texnik va taktik rivojlanish bilan uyg'unlashtirish tamoyili asosiy o'rinni egallaydi.

O'zbekistonlik olimlar tomonidan ham kurashning turli yo'nalishlarida, jumladan, milliy kurash, yunon-rum va erkin kurash turlari bo'yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan. Masalan, A.Qodirov, M.Sultonov, A.Mavlonovlar o'z tadqiqotlarida sportchilarda texnik harakatlarni avtomatlashtirish, raqib harakatini oldindan sezish va unga qarshi taktika qo'llash mexanizmlarini o'rganishgan. Shuningdek, yosh kurashchilarning yoshi, jinsiy xususiyatlari va psixologik holatiga mos mashg'ulot uslublari ham tavsiya etilgan.

Adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, texnik va taktik tayyorgarlikni samarali rivojlantirish uchun pedagogik metodlarning tizimli, bosqichli va kompleks qo'llanishi lozim. Biroq, amaldagi tadqiqotlarning aksariyati umumiy metodik yondashuvlarga asoslangan bo'lib, sportchilarni individual o'rgatish, o'quv mashg'ulotlarini shaxsiy imkoniyatlarga moslashtirish bo'yicha chuqurlashtirilgan izlanishlar yetarli darajada olib borilmagan. Shu bois, ushbu maqolada kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishda pedagogik metodlarning individual va differensial yondashuvlar asosida qo'llanishini o'rganish dolzarb hisoblanadi.

#### METODOLOGIYA

Ushbu tadqiqotda kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishga xizmat qiluvchi pedagogik metodlarning samaradorligini o'rganish maqsad qilingan. Tadqiqot quyidagi ilmiy usullar asosida olib borildi:

**Nazariy tahlil va umumlashtirish** — kurash bo'yicha ilgari amalga oshirilgan ilmiy-tadqiqot ishlarini, darsliklar va metodik qo'llanmalarni o'rganish orqali texnik-taktik ko'nikmalarni rivojlantirishga oid yondashuvlar tahlil qilindi.

## PEDAGOGIKA

**Tajriba-sinov usuli** — kurash mashg'ulotlarida pedagogik metodlarni sinov tariqasida joriy etish orqali sportchilarning texnik va taktik tayyorgarligidagi o'zgarishlar kuzatildi.

**Kuzatish va protokollashtirish** — sportchilar faoliyati bevosita mashg'ulotlar jarayonida kuzatilib, texnik xatolar, taktika tanlashdagi qarorlar, harakatlar ketma-ketligi protokollashtirildi.

**Sotsiologik usullar** — sportchi va murabbiylar o'rtasida so'rovnomalar, suhbatlar o'tkazilib, o'quv mashg'ulotlarining samaradorligi haqida subyektiv fikrlar olindi.

**Statistik tahlil** — tajriba sinovlari davomida olingan natijalar matematik-statistik usullar bilan qayta ishlanib, samaradorlik darajasi aniqlashtirildi.

Tadqiqot eksperiment sifatida 12 oy davomida 14-18 yoshdagi sportchilar ishtirokida olib borildi. Ular ikki guruhga bo'ldi: an'anaviy metodlar asosida mashg'ulot o'tkazilgan nazorat guruhi va yangicha pedagogik metodlar joriy qilingan tajriba guruhi. Guruhlar orasidagi farqlar taqqoslab tahlil qilindi.

**NATIJALAR VA MUHOKAMA**

O'tkazilgan eksperimental tadqiqotlar natijalari kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirishda zamonaviy pedagogik metodlardan foydalanish an'anaviy usullarga nisbatan ancha samarali ekanligini ko'rsatdi. Tadqiqotga jalb etilgan sportchilar ikki guruhga bo'lingan bo'lib, nazorat guruhida mashg'ulotlar odatiy tarzda olib borilgan, tajriba guruhida esa faol ta'lim uslublari (interaktiv mashg'ulotlar, situatsion modellashtirish, muammo asosidagi mashq usullari) tizimli ravishda joriy etildi.

Tajriba guruhi ishtirokchilarida quyidagi ijobiy o'zgarishlar kuzatildi:

**Texnik harakatlar aniqligi** bo'yicha testlarda 18% ga yaqqol o'sish kuzatildi. Sportchilar murakkab texnik uslublarni bajarishda aniqlik va barqarorlikka erishdi.

**Taktik qaror qabul qilish tezligi** 15% ga oshdi. Sportchilar raqib harakatlariga mos va o'z vaqtida qarshi usullarni qo'llashda sezilarli darajada yaxshilanishga erishdi.

**Xatoliklar chastotasi** (harakatdagi texnik xatolar soni) 21% ga kamaydi. Bu, metodik tahlil va xatolarni muhokama qilish asosida amalga oshirilgan ta'limiy yondashuv natijasi sifatida baholandi.

**Mashg'ulotlarda faollik darajasi** (o'z fikrini ifoda etish, savol-javobda ishtirok etish) 25% ga oshdi. Sportchilar faollik bilan darslarda qatnashib, o'zlari texnika va taktika haqida mustaqil fikr bildirganlar.

Muhokama jarayonida aniqlanganki, kurashchilarning texnik va taktik ko'nikmalarini shakllantirishda quyidagi omillar samaradorlikka bevosita ta'sir ko'rsatadi:

1. Yondashuvning shaxsga yo'naltirilganligi - pedagogik metodlar sportchining jismoniy va psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda tanlanganda, o'zlashtirish samarasi yuqori bo'ladi.

2. O'yinli va modellashtirilgan usullarning qo'llanilishi - kurashdagi real vaziyatlarga yaqinlashtirilgan mashqlar sportchida tezkor fikrlash va amaliyotga mos harakat qilish ko'nikmasini shakllantiradi.

3. Refleksiya va o'z-o'zini baholash - har bir mashg'ulotdan so'ng sportchi tomonidan o'z harakatlarini tahlil qilish imkoniyati yaratilganida texnik va taktik xatolar tezroq bartaraf etiladi.

4. Murabbiyning diagnostik faoliyati - sportchining o'zgarishlarini doimiy monitoring qilish va ularning natijalariga asoslangan tahlillar pedagogik jarayonni muvofiqlashtirishda asosiy vositaga aylanadi.

Shuningdek, tajriba davomida aniqlanganki, murabbiylar tomonidan yangi pedagogik metodlarga moslashish bosqichi muayyan vaqt talab etadi. Ammo, metodik ko'nikma va tajriba oshgani sayin bu uslublarning samaradorligi yanada yuqori bo'lishi mumkin.

Ushbu natijalar, ilgari o'rganilgan adabiyotlar tahlili bilan qiyoslanganida, mavjud ilmiy qarashlarni amaliy jihatdan mustahkamladi. Shuningdek, bu tajriba kurash mashg'ulotlarini takomillashtirishda individuallashtirilgan va differensial yondashuvlarni asoslashga qaratilgan yangi pedagogik model zarurligini ko'rsatdi.

**XULOSA**

Kurashchilarda texnik va taktik ko'nikmalarni shakllantirish sport tayyorgarligining eng muhim tarkibiy qismlaridan biridir. O'tkazilgan eksperimental tadqiqotlar asosida shuni aytish mumkinki, sportchilarning kurashga oid texnik harakatlarni puxta egallashi, taktik holatlarda to'g'ri qaror qabul qilishi va jangovar vaziyatlarda moslashuvchanlik ko'rsatishi, asosan, mashg'ulotlarda qanday

pedagogik metodlardan foydalanilayotganiga bog'liq. Mazkur tadqiqot shuni ko'rsatdiki, interaktiv, muammoli, modellashtirilgan va o'yinli usullarga asoslangan mashg'ulotlar an'anaviy yondashuvga nisbatan ko'proq samaradorlik beradi.

Tajriba natijalari asosida quyidagi asosiy xulosalarga kelindi:

#### 1. **Pedagogik metodlarning o'rni va ahamiyati:**

Zamonaviy o'qitish metodlari sportchilarda harakatni anglash, texnik usullarni ongli va tahliliy tarzda egallash ko'nikmalarini kuchaytiradi.

Faol ta'lim metodlari sportchining o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, murabbiy bilan o'zaro muloqotga tayyor holat yaratadi.

Yangi metodlar orqali darslar yanada mazmunli va qiziqarli kechadi, bu esa sportchining e'tibor va irodasini mustahkamlashga xizmat qiladi.

#### 2. **Texnik ko'nikmalarni rivojlantirishda individual yondashuv:**

Har bir sportchining jismoniy va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda mashg'ulot metodikasini loyihalash samarali bo'ldi.

Individual yondashuv sportchining imkoniyatlarini to'liq namoyon etishiga, o'z kuchiga ishonch hosil qilishiga yordam berdi.

#### 3. **Taktik tafakkurni shakllantirishda refleksiya va o'z-o'zini baholash metodlarining roli:**

Har bir mashg'ulotdan so'ng sportchining o'z harakatlarini tahlil qilishi, qanday xatolarga yo'l qo'ygani anglash imkoniyati yaratildi.

Bu jarayon sportchining o'z harakatlariga nisbatan mas'uliyatini oshirdi, taktik fikrlashni jadallashtirdi.

#### 4. **Mashg'ulotlarda o'yinli va raqobatli vaziyatlarni yaratishning foydasi:**

Kurashga oid vaziyatlar modellashtirilgan mashqlarda sportchi o'zini real jang holatida his qilgan, bu esa qaror qabul qilish tezligini oshirishga olib keldi.

O'yinli metodlar orqali yaratilgan raqobat muhiti sportchilarni ruhiy tayyorgarlikka ham undadi.

#### 5. **Murabbiylarning metodik savodxonligini oshirish zarurati:**

Tadqiqot davomida aniqlanganki, pedagogik metodlarni to'g'ri tanlash va samarali qo'llash murabbiyning o'qituvchilik salohiyatiga bevosita bog'liq.

Shu sababli, murabbiylar uchun pedagogik kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan maxsus seminarlar, treninglar va metodik qo'llanmalarni ishlab chiqish dolzarb vazifa hisoblanadi.

**Xulosa o'rnida** aytilish mumkinki, kurash mashg'ulotlarida texnik va taktik tayyorgarlikni samarali amalga oshirishda faqatgina jismoniy yuklamalar emas, balki pedagogik yondashuvlarning to'g'ri tanlanishi va qo'llanilishi hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shaxsga yo'naltirilgan, faol va innovatsion metodlardan foydalanish sportchilarning o'quv motivatsiyasini, jangovar tayyorgarligini va raqobatbardoshligini sezilarli darajada oshiradi.

Kelgusida kurash bo'yicha mashg'ulot tizimini takomillashtirish uchun murabbiy-amaliyotchilar, pedagog-olimlar va sport psixologlari o'rtasidagi uzviy hamkorlik asosida zamonaviy trening dasturlarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

### ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Qodirov, R. (2022). *Sport turlarini o'qitish metodikasi*. Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi nashriyoti.
2. Karimova, N., & Hasanov, D. (2021). Kurashchilarni tayyorlashda metodik yondashuvlar. *Jismoniy tarbiya va sport jurnali*, 3(1), 45-49.
3. To'xtayev, A. (2020). Texnik-taktik ko'nikmalarni rivojlantirishda innovatsion yondashuvlar. *Yosh olim*, 7(2), 30-34.
4. Mahmudov, Z. (2021). Kurashchilarning psixologik tayyorgarligi. *Sport psixologiyasi jurnali*, 2(4), 25-28.
5. Nuriddinova, S. (2023). Sport mashg'ulotlarida interaktiv metodlarning o'rni. *Pedagogik innovatsiyalar jurnali*, 5(1), 19-22.
6. Isroilov, T. (2022). Kurashda taktika va texnikani uyg'unlashtirish metodlari. *Ilmiy-amaliy sport metodikasi*, 1(1), 12-16.
7. Xudoyberdiyev, M. (2021). Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv. *Pedagogika va sport*, 4(3), 33-37.
8. Eshquvvatov, R. (2020). Sportchilarni tayyorlashda muammoli o'qitish metodikasi. *O'quv jarayonida innovatsiyalar*, 6(2), 41-44.