

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

НАМАНГАН ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ХАМИДЖОНОВ АБДУЛАЗИЗ УСУБЖОН ЎҒЛИ

**БЕЛБОҒЛИ КУРАШ СПОРТ ТУРИГА БОЛАЛАРНИ САРАЛАШ
ТИЗИМИ ВА МАЗМУНИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ**

**13.00.04 – Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти назарияси ва
методикаси**

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФРАТИ**

Чирчиқ – 2021

**Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
автореферати мундарижаси**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по
педагогическим наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD) on
pedagogical sciences**

Хамиджонов Абдулазиз Усубжон ўғли

Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини
такомиллаштириш 3

Хамиджонов Абдулазиз Усубжанович

Совершенствование содержания и системы отбора детей для занятий
“Бельбогли кураш” 33

Xamidjonov Abdulaziz Usubjon ugli

Improving the children's qualifying system and content in the belt wrestling 61

Эълон қилинган ишлар рўйхати

Список опубликованных работ

List published works 65

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

НАМАНГАН ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ХАМИДЖОНОВ АБДУЛАЗИЗ УСУБЖОН ЎҒЛИ

**БЕЛБОҒЛИ КУРАШ СПОРТ ТУРИГА БОЛАЛАРНИ САРАЛАШ
ТИЗИМИ ВА МАЗМУНИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ**

**13.00.04 – Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти назарияси ва
методикаси**

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФРАТИ**

Чирчиқ – 2021

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида В2019.3.PhD/Ped1137. рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Наманган давлат университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (Ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгаш веб-саҳифасининг (www.uzdjtsu.uz), “Ziyonet” Ахборот таълим порталида (www.ziyonet.uz) жойлаштирилган.

Илмий раҳбар: Керимов Фикрат Азизович
педагогика фанлари доктори, профессор

Расмий оппонентлар: Тажибаев Сойиб Самижонович
педагогика фанлари доктори (DSc), профессор

Бакиев Зафар Абдушукурович
педагогика фанлари номзоди, доцент

Етакчи ташкилот: Урганч давлат университети

Диссертация ҳимояси Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети ҳузуридаги DSc.03/30.12.2019.Ped/28.01. рақамли Илмий кенгашининг 2021 йил “30” “Ноябрь” соат 12⁰⁰ даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси, 19-уй. Тел.: (0-370)-717-17 79,717-27-27, факс:(0-370) 717-17-76, Веб-сайт: www.uzdjtsu.uz, e-mail:uzdjtsu@uzdjtsu.uz. Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети “Б” биноси, 2-қават, кичик мажлислар зали).

Диссертация билан Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (211431 рақам билан рўйхатга олинган). (Манзил: 111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси, 19-уй.Тел.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, факс.:(0-370) 717-17-76.

Диссертация автореферати 2021 йил “16” “Ноябрь” кuni тарқатилди.
(2021 йил “16” “Ноябрь” даги 39 рақамли реестр баённомаси)



М.Р.Болтабаев

Илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш раиси, и.ф.д., профессор

М.Х.Миржамолов

Илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш илмий котиби, и.ф.б.ф.д. (PhD), доцент

Р.М.Маткаримов

Илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш қошидаги илмий семинар раис ўринбосари, п.ф.н., профессор

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати. Дунё микёсида ҳар бир халқ ва элатнинг миллий кадриятлари, уларни ифодаловчи урф-одатлар, анъаналарини сақлаб қолиш ва оммалаштириш учун миллий спорт турларини ривожлантиришга алоҳида эътибор қаратишмоқда. Жумладан, ўзбек халқининг белбоғли кураш спорт тури жаҳоннинг барча қитъаларида қизиқиш уйғотиб, дунё ҳамжамиятида белбоғли кураш машғулотларига болаларни саралаш ва юқори малакали спортчиларни тайёрлаш тизимини замон талабларига мослаштириш юзасидан кенг кўламли ишлар амалга оширилмоқда. Бугунги кунда барча спорт турлари олдида турган энг муҳим вазифалардан бири болаларни спорт турларига саралаш ва йўналтириш масаласи долзарб аҳамият касб этмоқда.

Жаҳонда белбоғли курашга яқин ёки ўхшаш бошқа спорт турларининг инсон жисмоний камолотиغا ҳиссаси, спорт этикасини тўлиқ ифодалаш каби хусусиятларини тадқиқ этиш, самарадорлигини исботлаш ҳамда янада ривожлантириш, белбоғли курашчиларни тайёрлаш тизимини илмий асослаш юзасидан кенг қамровли илмий тадқиқотлар олиб борилмоқда. Жумладан, курашнинг барча турларига болаларни саралашда функционал ва жисмоний тайёргарлиги, техник-тактик ҳаракатлар ва жисмоний сифатларини ривожланганлигига асосланган саралаш тизими яратилган. Аммо белбоғли курашни ўрганиш, ўргатиш ҳамда жаҳон микёсида оммалаштириш, спорт тури бўйича ёш мусобақачиларни саралаб олиш, жисмоний имкониятларини баҳолаш методлари шу ўринда спорт ютуқларини башорат қилишга қаратилган муаммолар етарлича ўрганилмаган.

Республикамизда жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги асосий масалалардан бири аҳолини доимий равишда спорт билан шуғулланишини таъминлашга қаратилмоқда. Давлат сиёсатининг асосий йўналишларинидан бири “Миллий спорт турларини ривожлантириш ва оммавийлигини ошириш, уларни Осиё ва Олимпиада ўйинлари дастурларига киритиш бўйича тизимли чора-тадбирларни амалга ошириш”¹ масалаларига алоҳида эътибор қаратилмоқда. Белбоғли кураш спорт тури бўйича кенг қамровли, илмий-услубий ишлар тўлалигича ўрганилмаганлиги, бундан ташқари белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаб олиш жараёнида ёши ҳамда жинсига, вазн-оғирлигига кўра умумий жисмоний ва махсус жисмоний тайёргарлик ҳолатини баҳоловчи, белбоғли курашга болаларни саралаш тизими юзасидан механизмларнинг йўқлиги белбоғли кураш спорт турига оид қобилиятларни аниқловчи мажмуали ва комплексли тестларни ишлаб чиқиш ва амалиётга жорий қилиш талабини кўймоқда. Шунингдек, мураббийлар белбоғли курашчининг индивидуал имкониятларини саралаш босқичида асосий восита сифатида умумий ҳамда махсус жисмоний тайёргарлиги қандай даражада

¹Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М.Мирзиёевнинг 2020 йил 24 январдаги “Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги ПФ-5924-сонли Фармони. www.lex.uz

эканлигини аниқлаш, болаларнинг кучли ривожланган жисмоний сифатларини спорт турига мос техник-тактик машқлар комплексини ишлаб чиқиш шу ўринда илмий ва амалий тажрибага асосланган тадқиқот ишларини амалга ошириш давр талаби бўлиб қолмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 мартдаги ПФ-5368-сон “Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармони, 2017 йил 2 октябрдаги ПҚ-3306-сон “Кураш” миллий спорт турини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ҳамда Вазирлар Маҳкамасининг 2020 йил 4 мартдаги 122-сон “Спорт турлари бўйича терма жамоалар таркибига спортчиларни саралаб олиш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарорлар бу соҳага тегишли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишга ушбу диссертация тадқиқоти муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги. Тадқиқот республика фан ва технологияларини ривожлантиришнинг I. “Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий, маданий, маънавий-маърифий ривожлантиришда инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари” билан боғлиқ устувор йўналишлар доирасига мос равишда амалга оширилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Иқтидорли спортчиларни саралаш, қолаверса, белбоғли курашчиларни рақобатбардош фаолиятига тайёрлаш, ўқув машғулотларининг кўп йиллик босқичларига саралашни янгича илмий-назарий ёндашиш асосида долзарб муаммолар қаторига киради. Ушбу муаммони ҳал этишда бир қатор маҳаллий олимлар илмий тадқиқотлар олиб борган. Жумладан, Ж.М. Нуршин, Р.С. Саламов, Ф.А. Керимов, Т.С. Усмонхўжаев, А.Ш. Абдуллаев, Ш.Х. Ханкелдиев ва бошқалар илмий изланишлар олиб бориб ўзларини дарслик, ўқув қўлланма, мақола ва тезисларида саралаш тизимини асословчи янги таклиф ҳамда тавсиялар ишлаб чиқишган². Белбоғли курашнинг тор ҳамда маҳаллий масалаларига қаратилган муаммолар юзасидан Ф.А. Керимов, Н.М. Юсупов, Ш.А. Абдуллаев, Р.Д. Халмухамедов, В.Н. Шин, Г.Б. Абдурасулова, С.С. Тажибаев, Ж.М. Нуршин, Ш.А. Мирзакулов, А.Р.Таймуратов, Н.А.Тастанов, З.С.Артиковлар олиб борган тадқиқот натижалари алоҳида эътиборга сазовор³.

² Нуршин Ж.М., Саламов Р.С., Керимов Ф.А. Ўзбекча миллий спорт кураши // Дарслик. Т.: 1993. – Б.14-17.; Усмонходжаев Т.С. Миллий ҳаракатли ўйинлар. Тошкент. «Ўқитувчи» 2000. – Б. 53-54.; Абдуллаев. А. Ш., Ханкелдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва усулияти. – Т.: ЎзДЖТСУ. – 2019. –232 б.

³ Керимов Ф.А., Юсупов Н.М. Подвижные игры для кураша. – Т.: Абу Али ибн Сино, 2003. – 72 с.; Абдуллаев Ш.А, Ёш курашчиларни тайёрлашнинг илмий-услубий асослари / Ўқув-услубий қўлланма. Т., 2012. – Б. 32-35; Халмухамедов Р.Д., Шин В.Н., Абдурасулова Г.Б., Тажибаев С.С. Ёш яккакурашчиларни кўп йиллик тайёргарлик жараёнининг турли босқичларида саралашнинг меъёрлари/ Ўқув-услубий қўлланма – ЎзДЖТИ., 2013. – 166 б.; Нуршин Ж.М., Мирзакулов Ш.А. Ёш белбоғли курашчиларнинг жисмоний

Яккакураш спорт турларига спортчиларни саралашда умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларини аниқлаш ва баҳолашга қаратилган диссертация тадқиқот натижаларидан З.Б. Болтаев, З.С.Артиков, С.С. Тажибаев, М.М. Қирғизбоев, Х.Ю. Матназаров, ҳозирги кунда ушбу соҳада фойдаланиб келинмоқда⁴.

Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги ва хорижда мавзу юзасидан олиб борилган бир қатор тадқиқотлар Н.П. Дудин, В.А. Запорожанов Р.Н. Дорохов, В.П. Губа, В.Г. Петрухин, Н.Ж. Булгакова, В.П. Губа, С.Г. Фомин, С.В. Чернов Fukuda, D. Kelly, J. Albuquerque, M. Stout, J. Hoffman J. Samuel, David Grácio Pedro, Paulo Martins, В.Н. Платонов ва бошқа кўпгина олимлар тадқиқот ишларини олиб борганлар⁵.

Олиб борилган тизимли тадқиқотларга қарамасдан ўқув ва услубий манбаларда мазкур диссертация мавзуси сифатида танланган, белбоғли кураш спорт турини шиддат билан ривожланиши, ушбу соҳада янги замонавий ёндашувлар асосида белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштиришга оид кўшимча илмий, илмий-услубий ишланмаларни ишлаб чиқишни талаб этади.

Тадқиқотнинг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Мазкур диссертация Наманган давлат университети илмий-тадқиқот ишлари режасининг И. 1-14/3 – сонли “Ўқувчи ёшлар учун олимпия таълимининг самарали тизимини яратиш” мавзусидаги инновацион лойиҳа доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади белбоғли кураш спорт турига болаларни

тайёргарлиги// Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти назарияси ва услубиятининг замонавий муаммолари/ Халқаро илмий-амалий анжуман материаллари. II қисм. – Тошкент. 2015. – Б. 83-84; Таймуратов А.Р. Курашчиларга хос куч турлари ва уларни ривожлантирувчи машқлар таснифи // журнал. “Фан-спортга”, – Т., 2016. – №2. – Б. 29-32.; Tastanov N.A. Kurash turlari nazariyasi va uslubiyati. / Darslik. – Т.: Sano-Standart. 2017. – 480 б.; Artikov Z.S. Sport-pedagogik mahoratini oshirish (Belbog'li kurash). / O'quv qo'llanma. – Т.: O'zkitobsavdo, 2018. – 148 б.

⁴ Болтаев З.Б. Эркин курашчиларни бошланғич тайёргарлик гуруҳларида компетентликни сақлаш учун ўқув машғулоти жараёнини оптималлаштириш // Пед.фан.номзодлик: диссертация., Тошкент., ЎзДЖТИ. 2012. – 131 б.; Artikov Z.S. Белбоғли курашда статик ва динамик кучланиш давомида мувозанат сақлаш функциясини шакллантириш методикаси// п.ф.б.ф.д., (PhD) Автореферат., Чирчиқ. ЎзДЖТСУ. 2019. – 28 б.; Тажибаев С.С. Ўсмир яккакурашчиларнинг комплекс тайёргарлигида ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини илмий педагогик асослаш: Автореферат., 2020. – 53 б.; Қирғизбоев М.М. Белбоғли курашда бўғимларо эгилувчанликнинг устуворлиги ва уни ихтисослаштирилган тартибда ривожлантириш методикаси// п.ф.б.ф.д., (PhD) Автореферат., Чирчиқ., 2021. – 28 б.; Матназаров Х.Ю. Ёш сузувчиларни дастлабки ихтисослик босқичида саралаш услубиятини такомиллаштириш// п.ф.б.ф.д., (PhD) Автореферат., Чирчиқ., 2021. – 26 б.

⁵ Дудин Н.П., Запорожанов В.А. Значение некоторых морфофункциональных и психомоторных характеристик для отбора юных спортсменов/ Теория и практика физической культуры. – 1993 – №11 – 12. – С. 27– 29; Дорохов Р.Н., Губа В.П., Петрухин В.Г. Методика раннего отбора и ориентации в спорте: учебное пособие. Смоленск., 1994. – 86 с.; Булгакова, Н.Ж. Спортивная ориентация и отбор как научная проблема/ Теория и практика физической культуры. – 1995. – №4. – С. 21-24.; Губа В.П., Фомин С.Г., Чернов С.В. Особенности отбора в баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 160 с. Fukuda D., Kelly J., Albuquerque M., Stout J., and Hoffman, J. Relative age effects despite weight categories in elite junior male wrestlers. Sport Sciences for Health, 2017. – P. 99-106.; Samuel David Grácio Pedro, Paulo Martins Engagement and Injuries in Wrestling Athletes. International Journal of Wrestling Science, 2018. – P. 1 – 8 Published online. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. Спорт. – М. 2019. – 655 с.

саралаш самарадорлигига таъсир этувчи кўрсаткичларни инобатга олган ҳолда саралаш босқичлари, услублари ҳамда тайёргарлик жараёни мувофиқлигини такомиллаштириш бўйича таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш учун функционал, жисмоний тайёргарлиги бўйича яккакураш элементларига хос ҳаракатли ўйинларни мусобақа техник элементларига мослаштириш орқали саралашнинг янги дастурини ишлаб чиқиш;

ёш белбоғли курашчиларни иккинчи босқичга саралашда вазн тоифасига қараб жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг мезонлари ва меъёрларий кўрсаткичларини аниқлаш ҳисобига, мажмуавий интеграл баҳолаш шкаласини ишлаб чиқиш;

ёш белбоғли курашчиларни узоқ муддатли ўқув машғулотларининг турли босқичларига саралашда вазн-бўй кўрсаткичларини башорат қилиш дастурини ишлаб чиқиш;

миллий терма жамоа белбоғли курашчиларини техник-тактик ҳаракатларини мониторинг қилиш асосида ёш белбоғли курашчиларни саралашнинг янги моделини ишлаб чиқиш ва самарадорлигини тажрибада асослаш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида Наманган вилояти Тўрақўрғон туманидаги Болалар ва ўсмирлар спорт мактабига белбоғли кураш спорт тури бўлинмаларига болаларни саралаш ҳамда улар билан олиб бориладиган ўқув машғулот жараёни олинган.

Тадқиқотнинг предмети белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш босқичлари, воситалари, услублари, дастлабки тайёргарлик жараёни кўрсаткичларини баҳолаш ва мониторинг қилувчи назорат тестларидан фойдаланиш методларини мувофиқлиги ташкил этади.

Тадқиқотнинг усуллари. Тадқиқотда илмий-услубий адабиётлар таҳлили, педагогик кузатувлар, анкета сўровномаси, педагогик тестлаш, педагогик тажриба, инструментал метод, ҳамда тадқиқот натижаларини математик-статистик таҳлил қилиш каби усуллардан фойдаланилган.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизимида функционал, жисмоний тайёргарлик даражасидан келиб чиқиб яккакураш элементларига хос ҳаракатли ўйинларни мусобақа техник элементларига мослаштириш ҳисобига белбоғли курашга саралашнинг янги (чемпион) дастури ишлаб чиқилган;

ёш белбоғли курашчиларнинг вазн тоифаларига қараб умумий, махсус жисмоний тайёргарлигининг мезонлари ва меъёрий кўрсаткичларидан келиб чиқиб техник ҳаракатларни баҳолаш учун беш даражали ютуқ ва камчиликларни ташхислаш ҳисобига саралашнинг иккинчи босқичи учун мажмуавий интеграл баҳолаш шкаласи ишлаб чиқилган;

ёш белбоғли курашчиларни кўп йиллик тайёргарлик босқичларига саралашда вазн-бўй кўрсаткичларидан келиб чиқиб ўсиш динамикасини назорат қилишнинг модел тавсифларини ишлаб чиқиш ҳисобига намунавий спорт истиқболларини аниқлаш алгоритми такомиллаштирилган;

миллий терма жамоа таркибига кирувчи белбоғли курашчилар техник ҳаракатларини бажариш учун умумий ва муваффақиятли уринишлар сони, тўпланган баллар йиғиндиси, умумий ўртача баҳо, ҳужум ишончилиги, ҳужум даража кўрсаткичларини мажмуавий назорат қилиш механизмларини ишлаб чиқиш эвазига ёш белбоғли курашчиларни саралаш имкониятлари такомиллаштирилган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари қуйидагилардан иборат:

белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш самарадорлигига таъсир этувчи саралашнинг дастлабки (биринчи) босқичида яккакураш элементларига эга ўйинларда мусобақалашиб методикаси, қолаверса антропометрик кўрсаткичлар, функционал ва жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларини аниқлаш ва баҳолаш методикаси ишлаб чиқилган;

саралашнинг иккинчи босқичида белбоғли курашчи болаларни вазн-оғирлигини инобатга олган ҳолда, умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари, белбоғли кураш техника элементларини кўрсатиш (демонстрация), мусобақа фаолиятини баҳолаш орқали саралаш тизими механизмларини такомиллаштиришга йўналтирилган восита, методлар белбоғли курашчиларни кўп йиллик тайёргарлик босқичларида қўлланилган;

белбоғли курашчи болаларни вазн-оғирлигига қараб махсус назорат машқларидан фойдаланиш методикасини қўллаш орқали саралаш самарадорлиги оширилган;

ёш белбоғли курашчиларни бўй узунлигини ёшга боғлиқ башорат қилиш ҳисобига юқори малакали курашчилар модел хусусиятлари аниқланиб тажрибада исботланган.

Тадқиқот натижаларининг ишончилиги. Тадқиқот натижалари ишончилиги жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари назарияси ва методикаси соҳасидаги республикамиз ва хорижий олимларнинг фикр-мулоҳазаларига асосланганлиги, тажриба-синов ишларининг репрезентативлиги ҳамда олинган натижаларнинг математик-статистик таҳлил методлари ёрдамида ишлаб чиқилганлиги билан асосланиб, компьютер техникаси ёрдамида олинган маълумотлар ва натижалар қайта ишлаб чиқилганлиги ҳамда мазкур ишда берилган хулосалар ва илмий тавсияларнинг ишончилиги ваколатли органлар томонидан тасдиқланганлиги билан изоҳланди.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти шундан иборатки, ўтказилган педагогик тажрибалар асосида олинган тадқиқот натижалари белбоғли кураш спорт турига болаларни кўп йиллик тайёргарлик босқичларига ёш белбоғли курашчиларни тайёрлаш ва саралаш босқичлари, воситалари ва услубларини

мажмуавий интеграл такомиллаштириш дастури ишлаб чиқиш эвазига, белбоғли курашга болаларни саралашда функционал тайёргарлик, жисмоний ривожланиш, жисмоний ва махсус тайёргарлик натижалари, мусобақа фаолияти натижалари билан ўзаро боғлиқликда бўлган саралаш тизими механизмларини ёшга нисбатан дифференциаллашган мезонлар билан мувофиқлаштириш ҳисобига саралаш самарадорлиги аниқланганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари, ихтисослашган болалар ўсмирлар спорт мактаблари, ихтисослашган болалар ўсмирлар спорт мактаб интернатларининг белбоғли кураш бўлинмаларига болаларни саралашда, вазн-бўй кўрсаткичларини ёшга боғлиқ башорат қилишда, спорт ютуқларини кафолатловчи кўрсаткичлар, ёш белбоғли курашчиларни вазн оғирлигини инобатга олган ҳолда функционал тайёргарлиги, умумий жисмоний, махсус жисмоний тайёргарлиги ҳамда мусобақа фаолиятини мажмуали интеграл баҳолаш шкаласидан, спорт мактабларига жорий қилинадиган ҳуқуқий-меъёрий ҳужжатларни тузиш ҳамда ишлаб чиқиш билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштиришда маълумотларни ҳисобга олиш ва таҳлил қилишнинг ягона тизими асосида:

белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизимида яккакураш элементларига хос ҳаракатли ўйинларни мусобақа техник элементларига мослаштириш бўйича таклифлар “Спорт педагогик маҳоратини ошириш” (белбоғли кураш) номли ўқув қўлланма мазмунига сингдирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 30 августдаги 375 сон буйруғига асосан 375-007 рақамли гувоҳнома). Натижада белбоғли курашчиларнинг куч-қобилиятларининг тавсифий курсаткичлари 16,5% ошганлиги аниқланган;

ёш белбоғли курашчиларнинг вазн тоифалари бўйича техник ҳаракатларни баҳолаш учун беш даражали ютуқ ва камчиликларни ташхислаш шкаласи “Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби” амалиётга жорий қилинди (Ўзбекистон Республикаси Туризм ва спорт вазирлиги 2021 йил 7 июндаги 04-07-08/2303 сон маълумотномаси). Натижада белбоғли курашчиларнинг вазн-бўй кўрсаткичларини мослаштириш ҳисобига техник ҳаракатларни баҳолаш имконияти 12,7% га яхшиланган;

11-12 ёшли белбоғли курашчиларни кўп йиллик тайёргарлик босқичларига саралашда намунавий спорт истиқболларини аниқлаш бўйича таклифлар “Спорт педагогик маҳоратини ошириш” (белбоғли кураш) номли ўқув қўлланма мазмунига сингдирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 30 августдаги 375 сон буйруғига асосан 375-007 рақамли гувоҳнома). Натижада ушбу дастурдан фойдаланиш орқали курашчиларнинг ҳужум ҳаракатлари самарадорлигини 12,4% фоизга оширишга имкон яратган;

миллий терма жамоа таркибига кирувчи белбоғли курашчилар техник ҳаракатларини мажмуавий назорат қилиш бўйича таклиф ва тавсиялар “Спорт педагогик маҳоратини ошириш” (белбоғли кураш) номли ўқув қўлланма мазмунига сингдирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 30 августдаги 375 сон буйруғига асосан 375-007 рақамли гувоҳнома). Натижада белбоғли курашчиларни техник тактик тайёргарлик кўрсаткичларини аниқлаш ҳамда мониторинг қилиш асосида саралаш самарадорлиги асосланган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Тадқиқот натижалари 2 халқаро ва 2 республика илмий-амалий анжуманларида ўтказилган тренерлар семинар-тренингида, Наманган давлат университети Жисмоний маданият ва спорт фаолияти кафедрасининг кенгайтирилган мажлисида апробациядан ўтказилди.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Тадқиқот мавзуси бўйича жами 21 та илмий иш, жумладан, Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг докторлик диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этишга тавсия этилган илмий нашрларида 4 та мақола, шу жумладан, хорижий илмий журналда 1 та мақола чоп этилган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Диссертация иши кириш, тўртта боб, хулосалар ва амалий тавсиялар, иловалар ва фойдаланилган адабиётлар рўйхатидан иборат бўлиб, матни 133 саҳифа ташкил этади, 19 та жадвал ва 18 та расмда қайд этилган диаграммалардан фойдаланилган.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Диссертациянинг **кириш** қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати, тадқиқотнинг фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги асослаб берилган. Муаммонинг ўрганилганлик даражаси, диссертация тадқиқотнинг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари билан боғлиқлиги баён қилинган, тадқиқотнинг мақсади ва вазибалари, шунингдек, объекти ва предмети аниқланган, тадқиқот усуллари, тадқиқотнинг илмий янгилиги, тадқиқотнинг амалий натижалари, тадқиқот натижаларнинг ишончлилиги, илмий ва амалий аҳамияти, натижаларнинг амалиётга жорий этилиши, апробацияси, эълон қилинганлиги, диссертациянинг тузилиши ва ҳажми борасидаги маълумотлар берилган.

Диссертациянинг **“Спорт турларига болаларни саралаш тизими ва мазмунини назарий таҳлил қилишнинг илмий асослари”** деб номланган биринчи бобида жисмоний тарбия ва спортда болаларни спорт турларига саралаш муаммолари, спорт курашига саралашнинг умумий босқичлари, спорт курашига саралашининг ташкилий-услугий жиҳатлари, белбоғли кураш спорт турига саралаш муаммолари ёритиб берилган. Болаларни белбоғли курашга саралашда қобилиятларини аниқлашга, қолаверса, янада

юқори даражадаги жисмоний ва махсус тайёргарликка эришишига қаратилган бўлиши керак. Бунда асосий вазифа белбоғли курашчиларни умумий ва махсус тайёргарлик кўрсаткичларини бир-бирига мослиги қай даражада эканлиги, энг асосийси, ушбу спорт турига қобилятини мавжудлигини аниқлашдир. Бунинг учун болаларни белбоғли курашга саралаш учун танланган тестлар комплекси ахборот ва ишончлилик учун текширилган бўлиши зарур. Саралаш жараёнида ҳар бир мураббий-тренер саралаш жараёнида болаларнинг жисмоний тайёргарлиги ва ривожланиши, махсус жисмоний тайёргарлигининг дастлабки кўрсаткичларини билиш ва юқори натижаларга эришиш учун пойдевор бўлувчи индивидуал дастурлардан фойдаланиши, қолаверса, келгуси ўқув йили учун юқори гуруҳларга ўтиши учун нормативларни олдиндан билиши ва фойдаланиши керак.

Белбоғли курашнинг техник тайёргарлиги бўйича Ж.Ш. Мирзакулов (2015), З.С. Артиқов (2018), Ш.С. Мирзанов (2019), М.М.Қирғизбоев (2021) каби мутахассислар ўзларининг илмий-услубий ишларида спорт ютуқларига эришишда белбоғли курашчиларни техник-тактик тайёргарлиги асосий ўринда эканлигини таъкидлашган. Ушбу илмий-услубий ишларда белбоғли курашга болаларни саралаш тизими, воситалари, механизмлари бўйича маълумотлар етарлича берилмаганлиги белбоғли курашга болаларни саралашдаги муаммолар ечимини топишда муҳим камчиликлардан ҳисобланади. Саралаш ва йўналтириш бўйича Ш.А. Абдуллаев (2012), Р.Д. Халмухамедов, В.Н. Шин, Г.Б. Абдурасулова, С.С. Тажибаевлар (2013), бундан ташқари Н.А. Тастанов (2017), Ф.А.Керимов (2018) каби олимлар эса кураш турларига саралаш босқичлари, юқори малакали курашчиларни модель тавсифномаларини ишлаб чиқиш, жисмоний сифатларни ривожланиши, морфофункционал кўрсаткичлар, етакчи омил эканлигини таъкидлашган. Баъзи мутахассислар Ф.А. Керимов, М.Н. Умаров (2005), В.П. Губа (2008), В.Б. Иссурин (2017), Р. Martins, А. Rosado (2017). D. Fukuda, J. Kelly, M. Albuquerque, J. Stout, J. Hoffman, (2017) болаларни умумий спорт турларига саралаш таъсир кўрсатувчи муҳим омилларни комплекс ривожлантириш жараёнига асосий тадбир сифатида қараш лозимлигини таъкидлашган.

Қиёсий таҳлил натижалари бугунги кунда белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда қўлланилаётган услублар белбоғли курашчиларни жисмоний ривожланиши, жисмоний сифатларини ривожланиши, техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичларини баҳолаш орқали саралаш вазифаларини аниқлаш имконини бермайди, ушбу йўналишда илмий тадқиқот ишлари етарли эмаслиги, тадқиқот предмети сифатида тўлиқ ўрганилмаганлигини кўрсатади.

Диссертациянинг **“Тадқиқотнинг методлари ва ташкил қилиниши”** деб номланган иккинчи бобида илмий-услубий адабиётларнинг таҳлили, анкета сўровномаси, педагогик тестлаш, педагогик тажриба, математик

статистика услуги, тадқиқотнинг ташкил қилинишидауларни қўллаш услубияти ва шартлари батафсил ёритилган. Диссертация ишини бажариш ва ташкил қилиш учун фойдаланилган илмий тадқиқотлар методлари ёритилган. Белбоғли курашга болаларни саралаш тизими ва мазмунини илмий-амалий вариантлари яратилган. Шунингдек, бобда белбоғли курашга болаларни саралашда умумий жисмоний, махсус жисмоний, техник-тактик тайёргарликларини баҳолаш учун тестлар келтирилган.

Диссертациянинг тадқиқотлари тўрт босқичда ўтказилди.

Биринчи – аналитик ва методик босқич (2017-2018 йиллар) маҳаллий ҳамда ҳорижий адабиётлари илмий мавзунинг долзарблигини ўрганиш ва илмий асослаш. Илмий аппарат ва тадқиқот тадқиқот лойиҳасини ишлаб чиқиш, илмий фаразларни яратиш масалаларига бағишланган.

Иккинчи – режалаштириш ва амалга ошириш босқичи (2018-2019 йиллар) Наманган вилоятида фаолият олиб боровчи 66 нафар белбоғли кураш мураббийлардан анкета сўровнома ўтказилди, қолаверса, Наманган вилоятидаги болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари бошланғич тайёрлов гуруҳларида шуғулланувчи ёш белбоғли курашчиларнинг функционал, жисмоний ривожланиши, умумий жисмоний ва махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари ҳамда спорт натижалари, мусобақа фаолияти натижалари асосида саралашнинг мезонлари ва меъёрлари тартиблаштириш ҳисобига саралашнинг босқичли интеграл баҳолаш шкаласи ишлаб чиқилди.

Учинчи – назорат ва текшириш босқичи (2019-2020 йиллар) танлаб олинган ёш белбоғли курашчиларни саралашда мажмуавий назорат тестлар комплекси асосида енгил, ўрта, оғир вазндаги белбоғли курашчиларга махсус оғирлигига қараб назорат тестлари такомиллаштирилиб амалиётга жорий қилинди. Тадқиқотга жалб қилинган белбоғли курашчиларнинг тажриба бошидаги ва сўнгидаги кўрсаткичлари қиёсий таҳлил қилиш орқали саралашнинг комплекс баҳолаш дастури самарадорлиги тажрибада асосланди.

Тўртинчи босқич - тадқиқот давомида қайд этилган натижалар математик-статистика усуллари орқали ҳисоблаб чиқилди ва таҳлил қилинди.

Диссертациянинг **“Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш воситалари ва методлари”** деб номланган учинчи бобда белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш муаммолари, белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашнинг восита ва методлари, 9-14 ёшли болаларни функционал тайёргарлик (Юрак қон томир, Нафас олиш тизими) кўрсаткичлари, 9-14 ёшли болаларни умумий жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари, белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда махсус жисмоний тайёргарлигини аниқлаш ва баҳолаш методикаси, болаларни белбоғли курашга саралашда бўй ўсиши ва оғирлигини башорат қилиш ҳамда тестлаш методикаси, белбоғли курашга болаларни саралаб олишда компьютер технологияларидан фойдаланиш каби масалаларга бағишланган бўлиб, белбоғли курашга болаларни саралашда илмий услубий адабиётлар

тахлили асосида ҳамда тажрибали белбоғли кураш бўйича мутахассислар ва экспертлар гуруҳи ҳамда мамлакатимизнинг турли хил ҳудудларида фаолият олиб боровчи мураббийлар билан биргаликда белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашга таъсир этувчи меъёрлар ва мезонларни тартиблаштириш асосида саралашнинг биринчи ва иккинчи босқичлари учун махсус саралашнинг интеграл баҳолаш шкаласи ишлаб чиқилди (1-расмга қаранг). Жумладан, белбоғли курашга болаларни саралашда функционал тайёргарлиги бунда нафас олиш тизими кўрсаткичлари, Генчи синови, Штанге тести, юрак-қон томир тизими кўрсаткичлари, ортостатик синов (тикланиш коэффициенти), Руфье тести. Умумий жисмоний тайёргарлиги, гимнастика ўриндиғида ўтириб олдинга эгилиш, турникда тортилиш, жойдан туриб узунликка сакраш, яккакураш элементларига эга ўйинлар, рўмолчани торт, четлашган ютқазади, оёққа эҳтиёт бўлинг, доирадан чиқариш. белбоғли кураш техник элементларини кўрсатиш, белбоғни қويدаси бўйича ушлаш ҳолатини кўрсатиш, белбоғни қويدаси бўйича тик туриш ҳолатини кўрсатиш, белбоғни қويدаси бўйича паст тик турган ҳолатда кўрсатиш, белбоғни ушлаш тақлиди билан ўнг оёқларни кўтаришни кўрсатиш, белбоғни ушлаш тақлиди билан чап оёқларни кўтаришни кўрсатиш, белбоғни ушлаш тақлиди билан ҳимояланишни кўрсатиш ушбу юқоридаги тестларни саралаш босқичларига тартиблаштириш орқали, саралаш босқичлари, биринчи ва иккинчи босқичи ишлаб чиқилди. Ушбу кўрсаткич бўйича 9-14 ёшли болаларнинг жисмоний ривожланиш, функционал тайёргарлик, умумий ва махсус тайёргарлик кўрсаткичларини баҳолаш шкаласи ишлаб чиқиш орқали саралашда болалар кўрсаткичларини аниқловчи ҳамда саралашнинг интеграл баҳолаш шкаласи яратилди.

Спортга саралашнинг илмий асосланган самарали тизимини ташкил қилишни яратиш талаби бир қатор мажмуавий омиллар билан белгиланади, жумладан, бунда ижтимоий, иқтисодий, педагогик ва тиббий омиллар ҳисобга олинади. Ушбу омилларни инобатга олган ҳолда биз томонимиздан белбоғли курашга болаларни саралашнинг биринчини ва иккинчи босқичи учун нозоарт тестлари тартиблаштирилди. Бунда белбоғли курашга болаларни саралашнинг биринчи босқичини ташкил этишда, назорат тестларидан олинган натижаларни баҳолаш шкаласи яратилиб, компьютер дастури ёрдамида баҳоланди ва 5 та даражага ажратилди. Белбоғли курашга болаларни саралашда жисмоний ривожланиши, функционал тайёргарлиги, жисмоний ва махсус тайёргарлик кўрсаткичларини баҳоловчи ҳамда мониторингини амалга оширувчи компьютер дастури ишлаб чиқилиб, шу орқали саралаш босқичлари такомиллаштирилди. Ушбу дастурдан саралашнинг биринчи босқичида фойдаланилди.

Учинчи бобда биз томонимиздан яратилган белбоғли курашга болаларни саралашда жисмоний ривожланиши, жисмоний ва махсус тайёргарлиги назорат синов тест натижалари бўйича маълумотлар компьютерга киритилгандан сўнг ҳисоб-китоблар бажарилиб, бешта даража (юқори, юқоридан паст, ўрта, ўртадан паст, паст) ажратиб олинди. Улар монитор экранда беш хил рангда: юқори – сариқ рангда, юқоридан паст – қизил рангда, ўрта – яшил рангда, ўртадан паст-кўк рангда, паст – кўлранг рангда пайдо бўлади (1-жадвалга қаранг).

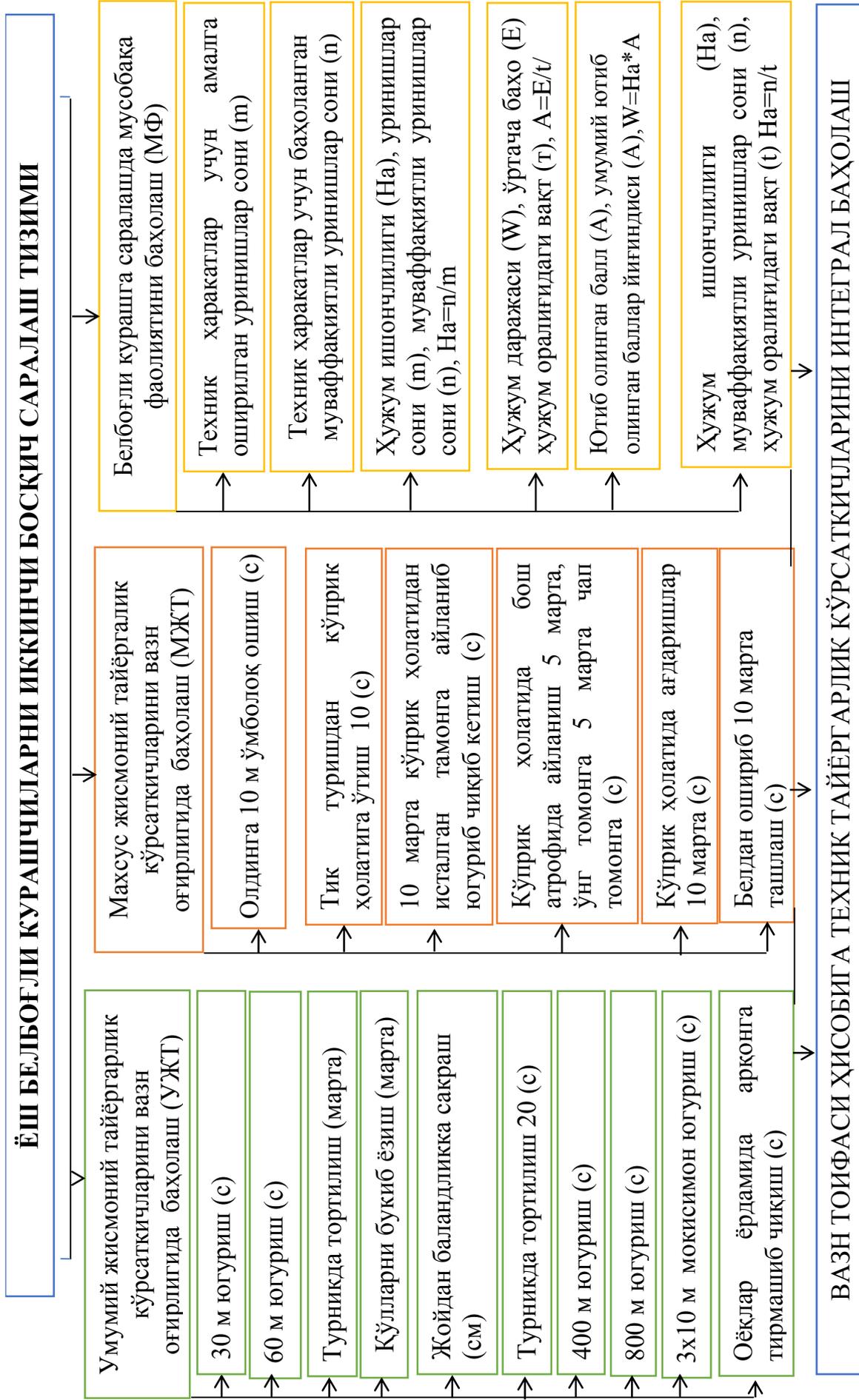
Жадвалдан кўриниб турибдики, биз тўртта турдаги кўрсаткичларни аниқладик: юрак-қон томир тизими параметрлари, нафас олиш тизими кўрсаткичлари ва жисмоний тайёргарлик ва махсус тайёргарлик кўрсаткичлари аниқланди. Махсус ишлаб чиқилган компьютер дастури асосида ишланган маълумотлар мониторинг қилиш натижасида саралашда қайси кўрсаткичдан паст натижа қайд этганлигига алоҳида этибор бердик, агар кўрсатган паст натижага қараб ёш белбоғли курашчиларни ушбу кўрсаткичини ривожлантириш орқали саралаш самарадорлигини оширишга эришилди.

2-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда тайёргарлик даражасини аниқловчи махсус шкала

Т/р	Балларнинг тақсимланиши	Даража
1.	1-18	Юқори
2.	19-36	юқоридан паст
3	37-54	Ўрта
4	55-72	ўртадан паст
5	73-90	Паст

Бу шкалада бешта мезон аниқланди. Агар ўқувчи юқори натижа кўрсатиб меъёрни бажарса, унга бир балл, юқоридан паст кўрсаткични бажарганда 2 балл, ўртача бажарганда уч балл, ўртачадан паст бажарганда тўрт балл, паст кўрсаткич кўрсатганда 1 балл берилди. Умумий 4 та йўналиш бўйича тестлар сони 18 тадан иборат бўлиб, шу тарика умумий максимал балл 18 баллни, минимал балл эса 90 баллни ташкил қилди. Даражалар биз томонимиздан ишлаб чиқилган жадвалга мувофиқ, ҳар бир тест бўйича натижаларга қўйилган баллардаги баҳолар йиғиндисини умумлаштириш йўли билан аниқланди. Ушбу кўрсаткичлар асосида олинган натижаларни таҳлил қилиш орқали болаларни белбоғли курашга саралаш балки ҳар бир болани ўз имконияти ва қобилиятини инобатга олган ҳолда ёндашиш имконини беради. Бундан ташқари агар саралашда белбоғли курашчи болалар учун энг муҳим бўлган кўрсаткичлар паст даражада қайд этилса, айнан ушбу кўрсаткичларни ривожлантирувчи машқлар ёрдамида индивидуал ёндашиш асосида болаларни белбоғли курашга саралаш ва йўналтириш такомиллаштирилади (2-жадвалга қаранг).



2-Расм. Бебоғли курашга болларни салашнинг иккинчи босқичи

Белбоғли курашга болаларни саралашнинг иккинчи босқичи 3 мезон бўйича саралаш механизими ишлаб чиқилиб, бунда машқлар, тестлар, кетма-кетлиги тартиблаштирилди. Бунда болаларнинг умумий жисмоний тайёргарлиги (УЖТ), махсус жисмоний тайёргарлик (МЖТ), мусобақа фаолиятини (МФ) баҳолаш орқали амалга оширилди.

Белбоғли курашга болаларни саралашнинг узлуксиз кўп йиллик тайёргарлик босқичларига саралашнинг таркибий мезонлари тартиблаштирилган ҳолда ишлаб чиқилди. Биз ҳар бир ёш бўйича саралаш учун умумий тестлаш ва текшириш кўрсаткичларини болаларни саралашда ёши ва ривожланиш даврларини инобатга олган ҳолда ишлаб чиқилди. Бундан ташқари болаларни оғирлигига қараб машқлар ва тестлар комплекси тартиблаштириб чиқилди (3-жадвалга қаранг).

Белбоғли кураш спорт турига болаларнинг саккизта вазн бўйича Республика чемпионати мусобақалари ўтказилишини ҳисобга олган ҳолда, биз 3 та оғирлик категориясига ажратган ҳолда нормативларни таснифлаб чиқдик.

Умумий жисмоний тайёргарлик (УЖТ) бўйича назорат тестлари жами ўнта бўлиб болаларнинг оғирлигига қараб 5 даражадаги баҳолаш шкаласи ёрдамида таснифлаб чиқилди. 30 метрга югуриш, 60 метрга югуриш, турникда тортилиш, ерга таянган ҳолда, қўлларни букиб ёзиш, жойдан туриб узунликка сакраш, турникда тортилиш 20 сонияда, 400 метрга югуриш, 800 метрга югуриш, 3x10 метрга югуриш, оёқлар ёрдамида арқонга тирмашиб чиқиш, юқорида келтирилган болаларни белбоғли курашга фойданалган тестлар болаларнинг оғирлигига қараб таснифлаб чиқилди.

Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашнинг иккинчи босқичида махсус жисмоний тайёргарлик (МЖТ) ҳолатини баҳолашда олти та тестлар мажмуаси тартиблаштириб чиқилди. Булар Олдинга 10 метрга ўмболоқ ошиш, тик туришдан кўприк ҳолатига ўтиш 10 марта, кўприк ҳолатида исталган томонга айланиб югуриб чиқиб кетиш, кўприк ҳолатида бош атрофида айланиш 5 марта ўнг томонга, 5 марта чап томонга, кўприк ҳолатида ағдаришлар 10 марта, белдан ошириб ташлаш, юқорида кўрсатилган махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари нафақат болаларнинг ёши балки оғирлигига қараб таснифлаб чиқилди.

Ёш белбоғли курашчи болаларни саралаш ҳамда самадорлигини аниқлаш мақсадида белбоғли кураш мусобақа фаолиятини (МФ) баҳолаш мақсадида техник-тактик тайёргарликни баҳоловчи ва назорат қилувчи техник-тактик ҳаракатларни баҳоловчи шкала 6 мезон ишлаб чиқилди. Жумладан, техник ҳаракатлар учун амалга оширилган уринишлар сони (м), техник ҳаракатлар учун баҳоланган муваффақиятли уринишлар сони (п), ҳужум ишончилиги (На), уринишлар сони (m), муваффақиятли уринишлар сони (n), $Na=n/m$.

Белбоғли курашга болалар саралашда вазн оғирлигини инобатга олиб УЖТ ва МЖТ, назорат меъёрлари

	Назорат машқлари ва ўлчов бирликлари	Вазнлар оралигидаги натижаларни баҳоси															
		27-36 кг					40-48 кг					52-55 кг дан ортик					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
	30 метрга югуриш (с)	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0	5,3	5,2	5,1	5,0	4,9	4,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4
	60 метрга югуриш (с)	9,6	9,4	9,2	9,0	8,8	9,5	9,3	9,1	8,9	8,7	8,7	9,8	9,6	9,4	9,2	9,0
	Турникда тортилиш (марга)	4	6	8	10	12	5	7	9	11	13	2	4	6	8	10	
	Қўлларга таяниб қўлларни букиб ёзиш (марга)	30	35	40	45	50	32	37	42	47	52	15	20	25	30	35	
	Жойдан баландликка сакраш (см)	42	44	46	48	50	45	48	50	52	55	40	42	44	46	48	
	Турникда тортилиш 20 с (марга)	4	5	6	7	8	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	
	400 м югуриш (мин, с)	1,18	1,16	1,14	1,12	1,10	1,17	1,15	1,13	1,11	1,09	1,23	1,21	1,19	1,17	1,15	
	800 м югуриш (мин, с)	3,10	3,05	3,00	2,55	2,50	3,08	3,03	2,54	2,48	2,40	3,2	3,1	3,1	3,0	3,00	
	Моқисмон югуриш 3x10 м (с)	7,5	7,4	7,3	7,2	7,1	7,4	7,3	7,2	7,1	7,0	7,8	7,7	7,6	7,5	7,4	
	5 метр баландликдаги арқонга оёқ ёрдамида осилиб чиқиш (с)	18,4	17,2	16,0	14,8	13,6	18,2	17,0	15,8	14,6	13,4	19,6	18,4	17,2	16,0	14,8	
	Олдинга 10 марга ўмбалок ошиш (с)	18,8	18,4	18,0	17,6	17,2	18,6	18,2	17,8	17,4	17,0	19,8	19,4	19,0	18,6	18,2	
	5 марга тик туришдан кўприк ҳолатига ўтиш. Исталган томонга айланиб югуриб чиқиб кетиш ва д.х.га қайтиш.	17,5	16,5	15,5	14,5	13,5	17,2	16,2	15,2	14,2	13,2	18,3	17,3	16,3	15,3	14,3	
	Кўприк ҳолатида бош атрофида айланишлар: 5-марга ўнга томонга, 5-марга чапга томонга (с)	20,0	19,0	18,0	17,0	16,0	19,0	18,0	17,0	16,0	15,0	27,0	26,0	25,0	24,0	23,0	
	Кўприк ҳолатида ағдарилишлар: 10 марга (с)	35,0	33,0	31,0	29,0	27,0	39,0	37,0	35,0	33,0	31,0	42,0	39,0	37,0	35,0	33,0	
	Белдан ошириб ташлаш 10 марга (с)	36,0	33,	30,0	27	24,0	38,0	35,0	32,0	29,0	26,0	40,0	37,0	34,0	31,0	29,0	

УЖТ

МЖТ

Техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), умумий баллар йеғиндиси (Е) ҳужум оралиғидаги вақти (t), $A=E/t$ Ҳужум даражаси (W), техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), ҳужум ишончилиги (На) га кўпайтирилади $W=Na*A$. Ҳужум ишончилиги (На), муваффақиятли уринишлар сони (n), Мувофакқиятли ҳужум оралиғи (Иа), муваффақиятли уринишлар сони (n), ҳужум оралиғидаги вақт (t) $Иа=n/t$. Белбоғли курашга болаларни саралаш самадорлигини аниқлашда мусобақа фаолиятини (МФ) биз томонимиздан ишлаб чиқилган мезонлар ва баҳолаш шкаласи ёрдамида саралаш самарадорлиги тадқиқот бошида ҳамда охирида асосланади (4-жадвал).

4-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда мусобақа фаолиятини (МФ) таҳлил олиб бориш мезонлари

№	Техник ҳаракатлар номи ва формуласи	Баҳолаш шкаласи				
		1	2	3	4	5
1	Техник ҳаракатлар учун амалга оширилган уринишлар сони (m)	12	10	8	6	4
2	Техник ҳаракатлар учун баҳоланган муваффақиятли уринишлар сони (n)	8	6	4	2	1
3	Ҳужум ишончилиги (На), уринишлар сони (m), муваффақиятли уринишлар сони (n), $Na=n/m$	0,66	0,60	0,50	0,33	0,25
4	Техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), умумий баллар йеғиндиси (Е) ҳужум оралиғидаги техник ҳаракатлар вақти (t), $A=E/t$	2,5	2,0	1,5	1,0	0,5
5	Ҳужум даражаси (W), техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), ҳужум ишончилиги (На) га кўпайтирилади $W=Na*A$	1,65	1,2	0,75	0,33	0,12
6	Мувофакқиятли ҳужум оралиғи (Иа), муваффақиятли уринишлар сони (n), ҳужум оралиғидаги вақт (t) $Иа=n/t$	2	1,5	1,0	0,5	0,25

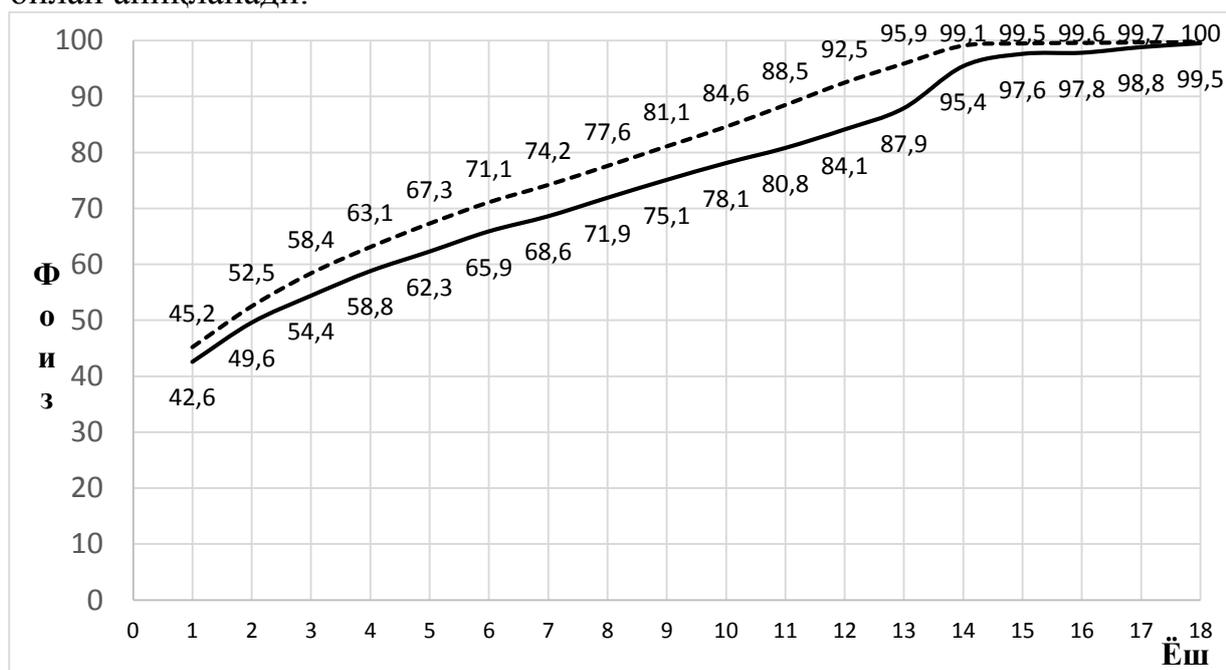
Биз тадқиқотимизда келтирилган 3-жадвалларда баҳолаш шкаласидан фойдаланиш болаларни тайёргарлик кўрсаткичларидаги камчиликларини ташхислаш ва камчиликларини бартараф этиш имконини беради. Техник ҳаракатлар номи ва формуласи асосида ишлаб чиқилган 4-жадваллар беш даражада баҳолаш, орқали, унинг асосий ютуқ ва камчиликларини олдиндан башорат қилиш имконияти яратилди.

Белбоғли кураш бўйича ўтказилган 2016 йил жаҳон чемпионати ғолиб ва совриндори ҳамда иштирокчилари бўлган белбоғли курашчиларни бўй узунлиги таҳлил қилиниб оптимал вазн-бўй кўрсаткичларининг модель хусусияти ишлаб чиқилди (5-жадвал қаранг). Белбоғли курашга болаларни саралашда бўй узунлигини олдиндан башорат қилишда В.Б. Шварц, С.В.Хрущев томонидан ишлаб чиқилган бўй ўсишини ёшга боғлиқ фоизларда башорат қилувчи жадвалидан фойдаланилган.

**Белбоғли кураш бўйича ўтказилган жаҳон чемпионати
иштирокчиларининг вазн-бўй кўрсаткичлари таҳлили (n=169)**

№	Вазн оғирлиги (кг)	Қатнашчилар (n)	Бўй узунлиги ($\bar{x} \pm \sigma$)
1	55	22	160,5±4,3
2	60	25	163,6±5,7
3	66	30	169,3±6,3
4	73	40	173,2±7,6
5	81	20	177,6±8,4
6	90	14	180,8±6,9
7	100	11	185,5±9,5
8	+100	7	188,7±9,9

Натижада бўй ўсишини олдиндан башорат қилувчи компьютер дастури яратилди. Бугунги замонавий курашда бўй узунлигини башорат қилиш ёрдамида кураш техникасини индивидуаллаштириш, тактикани танлаш, истиқболли болаларни бўй узунлигига қараб саралаш (3 расмга қаранг) билан аниқланади.



Изоҳ: - - - - - Қиз болаларни бўй ўсиш фойз кўрсаткичи. — Ўғил болалар бўй ўсиш фойз кўрсаткичи

3-расм. Ўғил ва қиз болаларни бўй узунлигини олдиндан башорат қилувчи компьютер дастур

3-расмда бўй ўсишини ёшга боғлиқ фойзда олдиндан башорат қилиш шкаласи берилган. Биринчи устундаги рақамлар болаларнинг ёшини билдиради. Иккинчи устунда фойзларда кўрсатилган. Бугунги кунда яккакураш спорт турларида болаларни иқтидорини аниқлаб саралаб олиш тизимида болаларни бўй ўсиши ва оғирлигини башорат қилиш алоҳида

аҳамиятга эга. Хусусан 1 ёшдан 18 ёшгача бўлган болаларнинг тана узунлигини фоизларда ҳисобланади.

Диссертациянинг “Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштириш бўйича ишлаб чиқилган методиканинг самарадорлигини тажрибада асослаш” деб номланган тўртинчи бобида белбоғли курашга болаларни саралашда ёш даврларининг табақалаштирилиши, белбоғли курашга 11-12 ёшли болаларни саралаш натижалари, педагогик тажриба ва назорат гуруҳи курашчиларининг функционал, умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларининг қиёсий статистик таҳлили, белбоғли курашга болалар саралашда мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичлари самарадорлигини тажрибада асослаш, параграфлардан ташкил топган бўлиб, педагогик тажрибадан кейин тажриба ҳамда назорат гуруҳлари ўқувчиларининг жисмоний ривожланиш ва жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари таҳлиллари ва натижалари батафсилроқ баён қилинган.

6-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда педагогик тажриба бошида жисмоний ривожланиши ва жисмоний ва махсус тайёргарлиги кўрсаткичларининг қиёсий статистик таҳлили (n=36)

Назорат тестлари	Тажриба гуруҳи n=18		Назорат гуруҳи n=18		t	P
	($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
Штанге синови (с)	23,1±1,7	7,3	23,5±1,6	6,8	1,8	P>0,05
Генчи синови (с)	17,1±1,6	9,3	17,5±1,7	9,7	1,7	P>0,05
Руфье тести (с)	10,1±0,9	8,9	10,3±1,2	11,6	1,9	P>0,05
Ортостатик синов (с)	7,8±0,7	8,9	7,9±0,8	10,1	1,3	P>0,05
Гимнастика ўриндиғи да олдинга эгилиш (см)	3,7±0,4	10,8	3,6±0,4	11,2	1,8	P>0,05
30 м. Югурш	6,1±0,5	8,1	6,2±0,3	4,8	1,9	P>0,05
Турникда тортилиш (м)	4,6±0,3	6,5	4,7±0,5	10,6	1,6	P>0,05
Жойдан туриб узник-ка сакраш (см)	154,7±11,6	7,4	152,3±13,4	8,7	1,8	P>0,05
T-1 (с)	10,7±1,1	10,2	11±1,1	10,1	1,9	P>0,05
T-2 (с)	10,2±0,9	8,8	10,1±0,9	8,9	1,1	P>0,05
T-3 (с)	11,1±1,3	11,7	11,3±1,3	11,5	1,7	P>0,05
T-4 (с)	12,4±1,1	8,9	12,3±1,4	11,3	0,8	P>0,05
T-5 (с)	12,6±1,4	11,1	12,2±1,1	8,9	1,2	P>0,05
T-6 (с)	11,8±1,2	10,1	11,6±1,2	10,3	1,4	P>0,05

Изоҳ: T-1-тест 1, белбоғни баланд тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш, T-2-тест 2, белбоғни ўрта тик туриб ушлаш ҳолатини кўрсатиш, T-3-тест 3, белбоғни паст тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш, T-4-тест 4, белбоғни ушлаш тақлиди б.н ўнг оёқни кўтаришни кўрсатиш, T-5-тест 5, белбоғни ушлаш тақлиди б.н чап оёқни кўтаришни кўрсатиш бедром, T-6-тест 6, белбоғни ушлаш тақлиди б.н ҳимояланишни кўрсатиш.

Педагогик тажриба бошида текширилаётган 11-12 ёшли болаларни саралашда жисмоний ривожланиши, жисмоний ва махсус тайёргарлиги кўрсаткичлари қиёсий статистик таҳлил қилинди (6-жадвалга қаранг).

Биз томонимиздан ишлаб чиқилган методиканинг самарадорлигини аниқлаш мақсадида Наманган вилояти Тўрақўрғон туманидаги Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби шароитида белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда, 11-12 ёшдаги жами 36 нафар болалар, орасида педагогик тажрибалар ўтказилди. Тажрибаларнинг барча қатнашчилари (n=36) икки гуруҳга ажратилди: тажриба (ТГ) ва назорат (НГ) гуруҳлари. Гуруҳлардаги болалар сони бир хил (n=18) бўлди. Назорат гуруҳида Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби муассасалари учун мўлжалланган анъанавий дастур ва низом асосида, тажриба гуруҳида эса биз томонимиздан ишлаб чиқилган ва тақлиф қилинган методика асосида ўтказилди.

7-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда педагогик тажриба охирида жисмоний ривожланиши ва жисмоний ва махсус тайёргарлиги кўрсаткичларининг қиёсий статистик таҳлили (n=36)

Тест	Тажриба гуруҳи n=18		Назорат гуруҳи n=18		t	P
	($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
Штанге синови (с)	27,5±1,6	5,8	25,7±2,1	8,1	7,4	P<0,001
Генчи синови (с)	20,1±1,4	6,9	19,1±1,2	6,2	6,3	P<0,001
Руфье тести (с)	7,8±0,9	12,2	8,2±1,1	13,6	2,8	P<0,01
Ортостик синови (с)	4,2±0,4	9,5	4,5±0,6	13,3	3,9	P<0,001
Гимнастика ўриндиғи да олдинга эгилиш (см)	4,1±0,5	12,1	3,9±0,4	10,2	4,4	P<0,001
30 м. Югурш	5,8±0,6	10,3	5,9±0,7	11,8	2,5	P<0,05
Турникда тортилиш (м)	5,2±0,4	7,6	4,8±0,5	10,4	2,7	P<0,01
Жойдан туриб узник-ка сакраш (см)	163,1±11,7	8,6	156,3±13,5	7,1	2,4	P<0,05
Т-1 (с)	9,9±1,3	13,1	10,5±0,9	8,5	3,9	P<0,001
Т-2 (с)	9,3±0,9	9,6	9,7±0,8	8,2	3,2	P<0,01
Т-3 (с)	10,1±0,9	8,9	10,5±0,8	7,6	3,3	P<0,01
Т-4 (с)	13,1±1,2	9,1	12,7±1,2	9,4	2,3	P<0,05
Т-5 (с)	13,3±1,3	9,7	12,9±1,6	10,1	2,4	P<0,05
Т-6 (с)	13,2±1,5	11,4	12,6±1,3	10,4	3,3	P<0,01

Изоҳ: Т-1-тест 1, белбоғни баланд тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш, Т-2-тест 2, белбоғни ўрта тик туриб ушлаш ҳолатини кўрсатиш, Т-3-тест 3, белбоғни паст тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш, Т-4-тест 4, белбоғни ушлаш тақлиди б.н ўнг оёқни кўтаришни кўрсатиш, Т-5-тест 5, белбоғни ушлаш тақлиди б.н чап оёқни кўтаришни кўрсатиш бедром, Т-6-тест 6, белбоғни ушлаш тақлиди б.н ҳимояланишни кўрсатиш.

Тадқиқот сўнгида (7-жадвалга қаранг) тажриба ва назорат гуруҳларида ўн тўртта кўрсаткичлардан барчасида яхшиланишни кузатишимиз мумкин. Масалан, Штанге тести бўйича тажриба охирида ишончли статистик фарқларни аниқладик.

Бу ерда тажриба гуруҳида Штанге тести натижасига кўра $27,5 \pm 1,6$ сонияни, назорат гуруҳида эса $25,7 \pm 2,1$ сонияни ташкил қилди ($t=7,4$; $p<0,001$). Генчи синов статистик ишончли фарқлар тажриба гуруҳида тажриба сўнгида $20,1 \pm 1,4$ сония, назорат гуруҳида эса $19,1 \pm 1,2$ сония натижа кўрсатилди ($t=6,3$; $p<0,001$).

Юрак-қон томир тизими кўрсаткичлари бўйича қуйидаги натижаларни олдик: Руфье тести бўйича тажриба охирида биз статистик ишончли фарқларга эга бўлдик, бунда тажриба гуруҳида – $7,8 \pm 0,9$ сония, назорат гуруҳида – $8,2 \pm 1,1$ сония маълумотлардан маълум бўлдики, тажриба гуруҳи болалари назорат гуруҳи болаларидан анча устунликка эга бўлишди ва бу статистик таҳлиллар билан тасдиқланади ($t=2,8$; $p<0,01$). Бироқ ортостатик синови натижаларига кўра тажриба охирида, тажриба гуруҳида – $4,2 \pm 0,4$ сония, назорат гуруҳида – $4,5 \pm 0,6$ сония ($t=3,9$; $p<0,01$). Маълум бўлдики, бу ерда барча кўрсаткичлар бўйича ишончли статистик фарқлар мавжуд. Биз томонимиздан таклиф қилинган методика ўзининг ижобий натижани берди ва жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларида ўз аксини топди. Ўтирган ҳолатдан олдинга эгилиш тестида ҳам статистик фарқлар аниқладик, тажриба гуруҳида – $4,1 \pm 0,5$ см, назорат гуруҳида – $3,9 \pm 0,4$ см. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=4,4$; $p<0,01$). Биз тажриба охирида 30 метрга югуришда тажриба гуруҳида натижа $5,8 \pm 0,6$ сония, назорат гуруҳида эса $5,9 \pm 0,7$ сонияни ташкил қилганлигини аниқладик. Бу ишончли статистик фарқни кўрсатади ($t=2,5$; $p<0,05$). Турникда тортилиш тажриба гуруҳида $5,2 \pm 0,4$ марта, назорат гуруҳида $4,8 \pm 0,5$ мартани ташкил этди, бу ерда ҳам биз статистик фарқларни аниқладик ($t=2,7$; $p<0,01$). Турган жойдан узунликка сакраш тажриба гуруҳида $163,1 \pm 11,7$ см га, назорат гуруҳида эса $156,3 \pm 13,5$ см га тенг бўлди, тажриба охирида статистик фарқлар кузатилди ($t=2,4$; $p<0,05$).

Махсус жисмоний тайёргарлиги натижаларига кўра, белбоғни баланд тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш (Т-1) тести натижалари, тажриба гуруҳида $9,9 \pm 1,3$ с, назорат гуруҳида – $10,5 \pm 0,9$ с. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=3,9$; $p<0,001$). Белбоғни ўрта тик туриб ушлаш ҳолатини кўрсатиш (Т-2) тести натижалари тажриба гуруҳида – $9,3 \pm 0,9$ с, назорат гуруҳида – $9,7 \pm 0,8$ с. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=3,2$; $p<0,01$). Белбоғни паст тик туриб ушлаш ҳолати кўрсатиш (Т-3) тестида тажриба гуруҳида – $10,1 \pm 0,9$ с, назорат гуруҳида $10,5 \pm 0,8$ с. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=3,3$; $p<0,01$). Белбоғни ушлаш тақлиди билан ўнг оёқни кўтаришни кўрсатиш (Т-4) тажриба гуруҳида – $13,1 \pm 1,2$ с, назорат гуруҳида – $12,7 \pm 1,2$ с. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=2,3$; $p<0,05$). Белбоғни ушлаш тақлиди б.н чап оёқни кўтаришни кўрсатиш бедром

(Т-5) тажриба гуруҳида – $13,3 \pm 1,3$ с, назорат гуруҳида – $12,9 \pm 1,6$ с. Математик статистик таҳлилда катта статистик фарқ аниқланди ($t=2,4$; $p < 0,05$). Белбоғни ушлаш тақлиди б.н химояланишни кўрсатиш (Т-6) тести натижалари тажриба гуруҳида – $13,2 \pm 1,5$ с, назорат гуруҳида – $12,6 \pm 1,3$ см. Математик ишлаб чиқишда катта статистик фарқ аниқланди ($t=3,3$; $p < 0,01$).

Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда, тадқиқотда ($n=36$) икки гуруҳга ажратилди: тажриба (ТГ) ва назорат (НГ) гуруҳларидаги болалар сони бир хил ($n=18$) ташкил қилди. (8-жадвалга қаранг).

8-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда педагогик тажриба бошида мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичларининг қиёсий статистик таҳлили ($n=36$)

№	Белбоғли кураш техник ҳаракатлари номи ва формуласи	Тажриба гуруҳи $n=18$		Назорат гуруҳи $n=18$		t	P
		$(\bar{x} \pm \sigma)$	V	$(\bar{x} \pm \sigma)$	V		
1	Техник ҳаракатлар учун амалга оширилган уринишлар сони (m)	$6,1 \pm 0,5$	8,5	$6,3 \pm 0,6$	9,9	1,37	$> 0,05$
2	Техник ҳаракатлар учун баҳоланган муваффақиятли уринишлар сони (n)	$4,1 \pm 0,4$	11,7	$3,9 \pm 0,5$	13,2	1,75	$> 0,05$
3	Ҳужум ишончилиги (На), уринишлар сони (m), муваффақиятли уринишлар сони (n), $Na = n/m$	$0,51 \pm 0,06$	13,3	$0,48 \pm 0,05$	10,7	1,59	$> 0,05$
4	Техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), умумий баллар йеғиндиси (Е) ҳужум оралиғидаги техник ҳаракатлар вақти (t), $A = E/t$	$1,4 \pm 0,17$	12,1	$1,5 \pm 0,21$	14,1	1,56	$> 0,05$
5	Ҳужум даражаси (W), техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (А), ҳужум ишончилиги (На) га кўпайтирилади $W = Na * A$	$0,7 \pm 0,09$	12,6	$0,67 \pm 0,06$	9,50	1,80	$> 0,05$
6	Муваффақиятли ҳужум оралиғи (Иа), муваффақиятли уринишлар сони (n), ҳужум оралиғидаги вақт (t) $Ia = n/t$	$1,06 \pm 0,10$	10,2	$1,02 \pm 0,11$	10,9	1,49	$> 0,05$

Назорат гуруҳида Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби муассасалари учун мўлжалланган анъанавий дастур ва низом асосида, тажриба гуруҳида эса биз томонимиздан ишлаб чиқилган ва таклиф қилинган методика асосида ўтказилди (9-жадвалга қаранг).

9-жадвал

Белбоғли курашга болаларни саралашда педагогик тажриба охирида мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичларининг қиёсий статистик таҳлили (n=36)

№	Белбоғли кураш техник ҳаракатлари номи ва формуласи	Тажриба гуруҳи n=18		Назорат гуруҳи n=18		t	P
		($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
1	Техник ҳаракатлар учун амалга оширилган уринишлар сони (m)	9,2±0,88	9,4	7,9±0,80	10,9	6,76	<0,001
2	Техник ҳаракатлар учун баҳоланган муваффақиятли уринишлар сони (n)	6,2±0,82	13,3	5,3±0,76	14,3	4,66	<0,001
3	Ҳужум ишончилиги (Ha), уринишлар сони (m), муваффақиятли уринишлар сони (n), $Ha=n/m$	0,61±0,06	10,8	0,56±0,04	8,1	3,43	<0,01
4	Техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (A), умумий баллар йеғиндиси (E) ҳужум оралиғидаги техник ҳаракатлар вақти (t), $A=E/t$	2,1±0,27	13,1	1,9±0,16	8,4	3,83	<0,001
5	Ҳужум даражаси (W), техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (A), ҳужум ишончилиги (Ha) га кўпайтирилади $W=Ha*A$	1,4±0,14	10,2	1,2±0,17	14,1	3,64	<0,001
6	Мувофакқиятли ҳужум оралиғи (Ia), муваффақиятли уринишлар сони (n), ҳужум оралиғидаги вақт (t) $Ia=n/t$	1,8±0,20	11,3	1,6±0,17	10,3	3,35	<0,01

Белбоғли курашга болаларни саралаб олишда мусобақа фаолиятини текшириш олинган техник ҳаракатларни бажариш учун уринишлар сони тадқиқот бошида, тажриба гуруҳида 6,1±0,5 тани, назорат гуруҳида эса

6,3±0,6 тани ташкил қилди. Олинган кўрсаткичлар таҳлили кўрсаткичлар орасидаги ишончли фарқлар кузатилмади ($t=1,37$; $p>0,05$). Ушбу кўрсаткич бўйича тадқиқот якунида тажриба гуруҳида 9,2±0,88, назорат гуруҳида эса 7,9±0,80 тани ташкил қилиб кўрсаткичлар ишончилиги ($t=6,75$; $p<0,001$).

Техник ҳаракатларни бажариш учун баҳоланган (муваффақиятли) уринишлар сони тажриба бошида, тадқиқот гуруҳида 4,1±0,4 тани, назоратгуруҳида ушбу кўрсаткич бўйича 3,9±0,5 тани ташкил қилиб ($t=1,75$; $p>0,05$). Ушбу кўрсаткич бўйича тадқиқот сўнгида, тажриба гуруҳида 6,3±0,82 тани, назорат гуруҳида эса 5,3±0,76 тани ташкил қилди, тажриба гуруҳи болалари назорат гуруҳи болаларига нисбатан анча юқори кўрсаткич қайд этишди ва бу статистик таҳлиллар билан тасдиқланади ($t=4,66$; $p<0,001$).

Ҳужум ишончилиги (H_a), уринишлар сони (m), муваффақиятли уринишлар сони (n), $H_a=n/m$ ушбу тест натижаларига кўра тадқиқот бошида тажриба гуруҳида 0,51±0,06 ни ташкил қилган бўлса, назорат гуруҳида эса 0,48±0,05 ни ташкил қилди ($t=1,59$; $p>0,05$). Тадқиқот сўнгида тажриба гуруҳида 0,61±0,06 ни, назорат гуруҳида эса 0,56±0,04 ни ташкил қилди кўрсаткичлар орасидаги статистик ишончли фарқлар ($t=3,43$; $p<0,001$).

Ҳужум даражаси (W), ўртача баҳо (E) ҳужум оралиғидаги вақт (t), $A=E/t$ кўрсаткич бўйича тадқиқот бошида тажриба гуруҳида 1,4±0,17 ни ташкил қилган бўлса, назорат гуруҳида 1,5±0,21 ни ташкил қилди статистик ишончли фарқлар кузатилмади ($t=1,56$; $p>0,05$). Юқорида кўрсаткич бўйича тадқиқот охирида 2,1±0,27 тани, назорат гуруҳида 1,9±0,16 тани ташкил қилди, олинган маълумотларга кўра статистик фарқлар кузатилди ($t=3,83$; $p<0,001$).

Ҳужум даражаси (W), техник ҳаракатлар учун ўртача баҳо (A), ҳужум ишончилиги (H_a) га кўпайтирилади, тадқиқот бошида тажриба гуруҳида 0,7±0,09 тани, назорат гуруҳида 0,67±0,06 тани ташкил қилди. статистик фарқлар кузатилмади ($t=1,80$; $p>0,05$).. Ушбу кўрсаткич бўйича тадқиқот бошида тажриба гуруҳида 1,4±0,14 тани, назорат гуруҳида эса 1,2±0,17 тани ташкил қилди олинган кўрсаткичлар ўзора статистик таққосланганда ишончли фарқлар кузатилди ($t=3,64$; $p<0,001$).

Муваффақиятли ҳужум оралиғи (I_a), муваффақиятли уринишлар сони (n), ҳужум оралиғидаги вақт $I_a=n/t$ кўрсаткич бўйича тадқиқот бошида тажриба гуруҳида 1,06±0,10 ни ташкил қилган бўлса, назорат гуруҳида 1,02±0,11 ни ташкил қилди, статистик ишончли фарқлар кузатилмади ($t=1,49$; $p>0,05$). Юқорида кўрсаткич бўйича тадқиқот якунида тажриба гуруҳида 1,8±0,20 ни, назорат гуруҳида эса 1,6±0,17 ни ташкил қилди ва статистик ишончли фарқлар кузатилди ($t=3,35$; $p<0,01$).

Тадқиқот бошида олинган натижалар ва тадқиқот якунида олинган натижаларга асосланиб белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштириш учун ишлаб чиқилган мусобақа фаолияти ва техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичларини баҳолаш белбоғли курашга болаларни саралаш ва йўналтиш, бундан ташқари болалар ва

Ўсмирлар спорт мактабларида шуғулланаётган белбоғли курашчиларни гуруҳдан гуруҳга ўтказишда ҳам ўз саралаш самарадорлиги асосланди.

ХУЛОСАЛАР

Илмий-методик адабиётлар ҳамда ўтказилган тадқиқот ва улардан олинган натижаларга асосланиб қуйидаги хулосалар шаклланди:

1. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашга оид ўрганилган илмий-услубий адабиётларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш асосида мамлакатимиз ва дунё ҳамжамиятида сўнгги йилларда спорт турларига болаларни саралаш ва йўналтиришга оид илмий тадқиқотларда таклиф ҳамда тавсиялар берилган бўлиб, аммо ушбу изланишларда айнан белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизимини ишлаб чиқиш ва жорий қилиш масалалари бўйича етарлича ёритилмаганлиги ўз исботини топди.

2. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда педагогик тажрибани ташкил қилиш ва ўтказишда, ахборот технологияларидан фаол фойдаланиш мамлакатимизда болалар ва ўсмирлар спорт мактабларига саралаш бўйича нафақат белбоғли кураш балки бошқа спорт турлари учун ҳам болаларни саралаш ва йўналтириш масалалари бўйича электрон тизим яратилмаганлиги, саралашда белбоғли курашчиларни функционал тайёргарлиги, умумий, махсус жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларини, мусобақа фаолиятида кўрсатган натижаларни мониторингни амалга ошириш қолаверса саралашда самарадорлигига (болалар контингентини сақлаш) ҳам таъсир кўрсатиши аниқланди.

3. Белбоғли курашга болаларни саралаш босқичларини ишлаб чиқилиши ҳамда олтита турдаги кўрсаткичлар (антропометрик кўрсаткичлари, нафас олиш тизими кўрсаткичлари, юрак-қон томир тизими параметрлари, умумий жисмоний тайёргарлиги, махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичи, техник тайёргарлик кўрсаткичларини мусобақа фаолиятида қайд этиб бориш) асосида ишлаб чиқилган компьютер дастурини ўқув жараёнига татбиқ қилиш, олинган натижаларни математик статистик ишлаб чиқиш ҳамда уларнинг ишончлилик даражасини текшириш натижалари, биз ишлаб чиққан методикани самардорлигини исботлади. Бунда тажриба гуруҳидаги болаларнинг тадқиқот якунидаги тажриба гуруҳи натижалари, назорат гуруҳи натижаларидан сезиларли фарқ қилиши ($P < 0,001$), тадқиқот самарали эканлиги тасдиқлайди.

4. Тадқиқотимизда болаларни белбоғли курашга саралашда умумий жисмоний тайёргарлиги ва махсус жисмоний тайёргарлигини баҳоловчи назорат тестларини вазн оғирлигига қараб баҳолаш шкаласи ишлаб чиқилди. Бунда 3 та вазн тоифасига ажратган ҳолда меъёрлар тартиблаштирилди. Саралашга энг кучли таъсир этувчи омиллар, функционал тайёргарлик, антропометрик кўрсаткичлар, жисмоний тайёргарлик ва махсус жисмоний тайёргарлик, кўрсаткичлар сарлашнинг асосий омили эканлиги аниқланди.

5. Белбоғли курашга болаларни саралашда бўй узунлигини олдиндан башорат қилишда В.Б. Шварцу, С.В.Хрушчев томонидан ишлаб чиқилган бўй ўсишини ёшга боғлиқ фоизларда башорат қилувчи жадвалдан фойдаланилган ҳолда бўй ўсишини олдиндан башорат қилувчи компьютер дастури яратилди. Белбоғли кураш бўйича ўтказилган жаҳон чемпионатида (2016 йил) вазн-бўй кўрсаткичларини 8 та вазн тоифасидаги белбоғли курашчиларни намунавий вазн-бўй кўрсаткичлари аниқланди. Ушбу дастурдан фойдаланган ҳолда юқори малака спортчилар моделини аниқлаш асосида ёш белбоғли курашчиларни бўй узунлигини олдиндан башорат қилиш эвазига саралашда вазн-бўй кўрсаткичларини моделини аниқлаш имкони яратилди.

6. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда, ёш даврларининг табақалаштирилиши ҳисобига саралаш самарадорлиги қайси ёш даврларида сарлашни ташкил этиш юзасидан анкета сўровининг 15 саволномасининг умумий натижалари шуни кўрсатдики, 9 ёшда 15,9 % ни, 10 ёшда 16,8 % ни, 11 ёшда 20,3 % ни, 12 ёшда 20,6 % ни, 13 ёшда 14,6 % ни, 14 ёшда 11,8 % ни ташкил қилди. Олинган натижаларга асосланиб белбоғли курашга болаларни саралашни 11-12 ёш даврида амалга ошириш ёш белбоғли курашчиларни ўз имконият ва қобилиятларини тўла намоён қила оладиган ёш даври эканлиги аниқланди.

7. Ўтказилган педагогик тажриба натижасида махсус тайёргарлик кўрсаткичлари орасида педагогик тажриба тугагандан сўнг тажриба гуруҳи болаларида кўрсаткичларнинг яхшиланиши кузатилди. Бунда энг аҳамиятли муҳим ўзгаришлар қуйидаги кўрсаткичларда фарқ қилди: ўтирган ҳолатдан олдинга эгилиш тестида, тажриба гуруҳида - $4,1 \pm 0,48$ см, назорат гуруҳида - $3,9 \pm 0,46$ см ($t=4,47$; $p<0,001$). 30 м га югуриш: тажриба гуруҳида $5,8 \pm 0,64$ сония, назорат гуруҳида $5,96 \pm 0,57$ сония ($t=2,55$; $p<0,05$). Турникда тортилиш: тажриба гуруҳида $5 \pm 0,48$ марта, назорат гуруҳида $4,8 \pm 0,57$ марта ($t=2,79$; $p<0,01$). Турган жойдан узунликка сакраш: тажриба гуруҳида $163,1 \pm 11,7$ см га, назорат гуруҳида $156,3 \pm 13,5$ см ($t=2,4$; $p<0,05$). белбоғни ушлаш тақлиди б.н ўнг оёқни кўтаришни кўрсатиш тажриба гуруҳида - $13,1 \pm 1,2$ с, назорат гуруҳида - $12,7 \pm 1,2$ с ($t=2,3$; $p<0,05$). Тадқиқотларнинг кўрсатишича, тажриба дастури умумий қабул қилинган дастурга нисбатан самарали эканлиги аниқланди.

8. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш дастури уларнинг умумий ва махсус жисмоний тайёргарлигини аниқлашга имкон берди. Курашчиларни куч қобилиятларини тавсифлаш кўрсаткичлари 16,5% га ошди. Ишлаб чиқилган компьютер дастури болаларни кураш бўлинмалари бўйича саралаш вақтида ирода сифати самарасини аниқлашга имкон берди жисмоний сифатлар ривожланишига мувофиқ самарадорлик, 12,7% ташкил этди. Курашчиларни рақобатбардош фаолиятини таҳлил қилиш учун ишлаб чиқилган компьютер дастури курашчиларнинг техник-тактик тайёргарлигининг модел хусусиятлари самарадорлигини 12,4% га оширишга имкон яратди.

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

1. Биз томонимиздан ишлаб чиқилган белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда антропометрик кўрсаткичлар, функционал тайёргарлик, умумий, махсус жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари мусобақа фаолияти харакатларини (техник-тактик кўрсаткичларни), аниқловчи компьютер дастуридан фойдаланиш болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари белбоғли кураш бўлинмасига саралаш жараёнида олинган маълумотларни мониторинг қилишда фойдаланиш қуйидаги имкониятларни яратди:

– белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашда, жисмоний тайёргарлиги ва махсус тайёргарлигини кўрсаткичларини баҳолаш, назорат қилиш қолаверса мониторинг қилиш;

– белбоғли курашга саралашда болаларни жисмоний ривожланиш ва жисмоний тайёргарлигини камчиликларини ташхислаш ва ўз вақтида бартараф этишда чора тадбирларни қўллаш;

– болаларни белбоғли кураш спорт турига саралашда таълим муассасаларида жисмоний тарбия дарслари ва болалар ўсмирлар спорт мактабидаги таълим тизими ва машғулот сифатини баҳолаш имконини беради.

2. Белбоғли курашга болаларни саралашда олтига турдаги кўрсаткичлардан фойдаланилди. Ушбу кўрсаткичлар натижаларини компьютер дастурига киритиш орқали баҳолаш шкаласи яратилди. Дастур фойдаланиш орқали саралашда паст натижа кўрсатган болаларга кўпроқ вақт ажратиш тавсия қилинади, бунда яқинлаштирувчи машқларни машқлар сонини ошириб бориш тавсия қилинади. Бундан ташқари яхши натижа кўрсатган белбоғли курашчилар ўз натижаларини янада яхшилашда давом этишлари мумкин бўлсин.

3. Белбоғли курашга болаларни саралашда умумий жисмоний тайёргарлиги ва махсус жисмоний тайёргарлигини баҳоловчи назорат тестларини белбоғли курашчиларни вазн оғирлигига қараб баҳолаш шкаласи ишлаб чиқилди. Бунда ёш белбоғли курашчиларнинг вазн оғирлигига қараб меъёрларни бажаришда, кўникма ва малакалари шакилланганлигини инобатга олиш лозим.

4. Болаларни белбоғли курашга саралашда бўй узунлигини башорат қилиш методикасидан фойдаланиш айни вақтда бўй узунлиги ва ёшни компьютер дастурига киритиш орқали амалга оширилади, масалан, (11 ёшли болани, бўй узунлигини аниқлаб 130, юзга кўпайтириб 13000 ўнсаккиз ёшда кўрсатилган $99,5\%$ га бўлинади $160,8$ см, $130 \times 100 = 13000 : 80,8 = 160,8$ см, бу бўй ўсишини сўнги нуқтаси хисобланади), ушбу методикадан фойдаланиш орқали бўй ўсишини сўнги нуқтасини аниқлаш имконини беради. Бундан ташқари, юқори малакали белбоғли курашчиларнинг вазн-бўй кўрсаткичларини аниқлаб, биз таклиф қилаётган методикадан фойдаланиш

орқали белбоғли курашчиларни модел хусусиятлари асосида саралаш имконини беради.

5. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштиришга қаратилган махсус ишлаб чиқилган саралаш босқичлари, мезонлар ва меъёрларидан, республикамизниг болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ҳамда ихтисослашган болалар ва ўсмирлар олимпия заҳиралари мактаб интернатлари ўқув жараёнига татбиқ этишда олинган тадқиқот натижаларига асосланган ҳолда тавсия этамиз.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

НАМАНГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ХАМИДЖОНОВ АБДУЛАЗИЗ УСУБЖОН УГЛИ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ И СИСТЕМЫ ОТБОРА
ДЕТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ “БЕЛЬБОГЛИ КУРАШ”**

13.00.04 – Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

Чирчик– 2021

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD)).

Актуальность и необходимость темы диссертации. В мире ради сохранения и популяризации национальных ценностей каждого народа и страны, выражающихся в их обычаях и традициях, большое внимание уделяется развитию национальных видов спорта. В частности, борьба на поясах, будучи национальным видом спорта узбекского народа, вызывает большой интерес на всех континентах планеты, в мировом сообществе проводятся широкомасштабные работы по приведению системы отбора детей к занятиям борьбой на поясах и системы подготовки высококвалифицированных спортсменов в соответствии с современными требованиями. На сегодняшний день актуальное значение приобретает отбор и направление детей в спортивные виды, это одна из самых важных задач, стоящих перед всеми спортивными видами.

В мире проводятся широкомасштабные научные исследования по изучению вклада близких или похожих на борьбу на поясах спортивных видов в физическое совершенство человека, исследование таких характеристик, как полное выражение спортивной этики, подтверждение эффективности и еще большее развитие, по научному обоснованию системы подготовки борцов на поясах. В частности, создана система отбора детей во все виды борьбы, основанная на развитии функциональной и физической подготовки, технико-тактических действий и физических качеств. Однако еще не достаточно изучены проблемы обучения борьбе на поясах, её популяризации в мире, отбора юных спортсменов в спортивные виды, методы оценивания физических возможностей, проблемы прогнозирования спортивных достижений.

Одной из основных задач в области физической культуры и спорта в нашей республике является организация регулярных занятий населения спортом. Уделяется особое внимание одному из направлений государственной политики – вопросам “Развития и популяризации национальных видов спорта, проведения системных мер по включению их в программу Азиатских и Олимпийских игр”¹. Не были в полном объеме изучены широкомасштабные научно-методические работы по спортивному виду борьбы на поясах, помимо этого отсутствие механизмов по системе отбора детей в борьбу на поясах, оценивающих состояние общей физической и специальной физической подготовки в процессе отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах, исходя из их пола, веса, роста, ставит требование по разработке и внедрению в практику комплексных тестов, определяющих способности к спортивному виду борьбы на поясах. В том числе, требованием времени становится то, что тренеры должны на этапе отбора определять индивидуальные возможности борца на поясах, основным средством является определение уровня общей и специальной физической подготовки, наиболее сильно развитых физических качеств детей, требованием времени становится разработка комплекса технико-

¹ Указ Президента Республики Узбекистан № УП -5924 от 24 января 2020 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан» www.lex.uz

тактических упражнений, соответствующих спортивному виду, проведение исследовательских работ, основанных на научном и практическом опыте.

Исследование данной диссертации в определенной степени служит выполнению задач, обозначенных в Указе Президента Республики Узбекистан от 5 марта 2018 года УП№5368 «О мерах по коренному совершенствованию системы государственного управления в области физической культуры и спорта», ПП№3306 «О мерах по дальнейшему развитию национального вида спорта “Кураш” от 2 октября 2017 года, в Постановлении Кабинета Министров №122 “О мерах по дальнейшему совершенствованию системы отбора спортсменов в состав сборных команд по видам спорта” от 4 марта 2020 года и других нормативно-правовых документах данной сферы.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Исследование проведено в соответствии с приоритетными направлениями развития науки и технологий республики: “Формирование системы инновационных идей и пути их осуществления при социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информатизированного общества и демократичного государства”.

Степень изученности проблемы. Актуальными проблемами являются отбор талантливых спортсменов, подготовка борцов на поясах к конкурентоспособной деятельности, проведение отбора к многолетним этапам учебно-тренировочного процесса на основе нового научно-теоретического подхода. Целый ряд отечественных ученых проводили научные исследования по решению данной проблемы том числе: Ж.М. Нуршин, Р.С. Саламов, Ф.А. Керимов Т.С. Усмонхужаев, А.Ш. Абдуллаев, Ш.Х. Ханкелдиев и другие научные исследования представлены в учебниках, учебных пособиях, статьях и тезисах, эти учёные разработали новые предложения и рекомендации, обосновывающие систему отбора². Результаты исследований, проведенных Ф.А. Керимовым, Н.М. Юсуповым, Ш.А. Абдуллаевым, Р.Д. Халмухамедовым, В.Н. Шин, Г.Б. Абдурасуловой, С.С. Тажибаевым, Ж.М. Нуршиным, Ш.А. Мирзакуловым, А.Р.Таймуратовым, Н.А.Тастановым, З.С.Артиковым по изучению проблем борьбы на поясах заслуживают особого внимания³.

Результаты исследований, полученные в диссертационных исследованиях З.Б. Болтаева, З.С.Артикова, С.С. Тажибаева, М.М. Киргизбоева, Х.Ю. Матназарова, направленные на определение и оценивание показателей

² Нуршин Ж.М., Саламов Р.С., Керимов Ф.А. Ўзбекча миллий спорт кураши // Дарслик. Т.: 1993. – Б.14-17.; Усмонходжаев Т.С. Миллий ҳаракатли ўйинлар. Тошкент. «Ўқитувчи» 200. Б.- 53-54.; Абдуллаев. А. Ш, Ханкелдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва усулияти. – Т.: ЎзДЖТИ, 2019. – 232 б.

³ Керимов Ф.А., Юсупов Н.М. Подвижные игры для кураша. – Т.: Абу Али ибн Сино, 2003. – 72 с.; Абдуллаев Ш.А. Ёш курашчиларни тайёрлашнинг илмий-услубий асослари / Ўқув-услубий қўлланма. Т., 2012 – Б. 32-35; Халмухамедов Р.Д., Шин В.Н, Абдурасулова Г.Б., Тажибаев С.С. Ёш яккакурашчиларни кўп йиллик тайёргарлик жараёнини турли босқичларида саралашнинг меъёрлари/ Ўқув-услубий қўлланма – ЎзДЖТИ., 2013 – 166 б.; Нуршин Ж.М., Мирзакулов Ш.А. Ёш белбоғли курашчиларнинг жисмоний тайёргарлиги// Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти назарияси ва услубиятининг замонавий муаммолари/ Халқароилмий-амалий анжуман материаллари. II қисм. – Тошкент. 2015. – Б. 83-84; Таймуратов А.Р. Курашчиларга хос куч турлари ва уларни ривожлантирувчи машқлар таснифи // журнал. “Фан-спортга”, – Т., 2016. – №2 – Б. 29-32.;

Tastanov N.A. Kurash turlari nazariyasi va uslubiati/ Darslik. – Т.: Sano-Standart. 2017. – 480 б.; Artikov Z.S. Sport-pedagogik mahoratini oshirish (Belbogʻli kurash). / Oʻquv qoʻllanma. – Т.: Oʻzkitobsavdo, 2018. – 148 б.

общей и специальной физической подготовки при отборе спортсменов в спортивные виды единоборств, на сегодняшний день используются в данной области⁴.

В Содружестве Независимых Государств и зарубежом по данной теме проводились исследовательские работы со стороны Н.П. Дудина, В.А. Запорожанова, Р.Н. Дорохова, В.П. Губы, В.Г. Петрухина, Н.Ж. Булгаковой, С.Г. Фомина, С.В. Чернова, Fukuda, D. Kelly, J. Albuquerque, M. Stout J, и Hoffman J. Samuel, David Grácio Pedro, и Paulo Martins, В.Н. Платонова и многих других ученых⁵.

Несмотря на проведенные многочисленные исследования, есть много нераскрытых вопросов по теме диссертационной работе. Стремительное развитие спортивной борьбы на поясах, требует разработки дополнительных научных, научно-методических разработок по совершенствованию системы и содержанию отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах, на основе нового современного подхода в этой сфере.

Связь исследования с планом научно-исследовательских работ высшего учебного заведения, где выполнена диссертация. Данная диссертация исследование выполнено в рамках инновационного проекта по теме И. 1-14/3 “Создание эффективной системы олимпийского образования для учащейся молодежи” научно-инновационного плана Наманганского государственного университета.

Целью исследования является разработка предложений и рекомендаций по совершенствованию этапов и методов отбора детей в спортивные виды борьбы на поясах в учебно-тренировочном процессе.

Задачи исследования:

разработка новой программы для отбора детей в спортивные виды борьбы на поясах по функциональной, физической подготовке, путем адаптации подвижных игр с элементами единоборств к техническим действиям борьбы;
разработка шкалы комплексного интегрального оценивания на втором

⁴ Болтаев З.Б. Эркин курашчиларни бошланғич тайёргарлик гурухларида компетентликни сақлаш учун ўқув машғулот жараёнини оптималлаштириш // Пед.фан.номзодлик: диссертация, Тошкент., ЎзДЖТИ. 2012. - 131 б.; Artikov Z.S. Белбоғли курашда статик ва динамик кучланиш давомида мувозанат сақлаш функциясини шакиллантириш методикаси// п.ф.б.ф.д., (PhD) автореферат., ЎзДЖТСУ. 2019.-28 б.; Тажибаев С.С. Ўсмир яккакурашчиларнинг комплекс тайёргарлигида ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини илмий педагогик асослаш: автореферат., 2020 й. 53 б.; Қирғизбоев М.М. Белбоғли курашда бўғимлараро эгилувчанликнинг устуворлиги ва уни ихтисослаштирилган тартибда ривожлантириш методикаси// п.ф.б.ф.д., (PhD) Автореферат., Чирчиқ., 2021.-28 б.; Матназаров Х.Ю. Ёш сузувчиларни дастлабки ихтисослик босқичида саралаш услубиятини такомиллаштириш// п.ф.б.ф.д., (PhD) автореферат., Чирчиқ., 2021.-26 б.

⁵ Дудин Н.П., Запорожанов В.А. Значение некоторых морфофункциональных и психомоторных характеристик для отбора юных спортсменов // Теория и практика физической культуры. – 1993 – №11-12. – С. 27-29; Дорохов Р.Н., Губа В.П., Петрухин В.Г. Методика раннего отбора и ориентации в спорте: учебное пособие. – Смоленск., 1994. – 86 с.; Булгакова, Н.Ж. Спортивная ориентация и отбор как научная проблема //Теория и практика физической культуры. - 1995. - №4. - С. 21-24.; Губа В.П., Фомин С.Г., Чернов С.В. Особенности отбора в баскетболе. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 160 с. Fukuda D., Kelly J., Albuquerque M., Stout J., и Hoffman, J. Relative age effects despite weight categories in elite junior male wrestlers. Sport Sciences for Health, 2017.-P. 99-106.; Samuel David Grácio Pedro и Paulo Martins Engagement and Injuries in Wrestling Athletes. International Journal of Wrestling Science, 2018.- P. 1-8 Published online. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. Спорт. – М. 2019. – 655 с.

этапе отбора юных борцов на поясах засчет определения нормативных показателей и критериев физической подготовки с учетом их весовых категорий;

разработка программы прогнозирования росто-весовых показателей при отборе детей на разных этапах многолетнего учебно-тренировочного процесса для занятий белбогли кураш;

на основе мониторинга технико-тактических действий борцов на поясах национальной сборной команды разработка новой модели отбора юных борцов на поясах и экспериментально обосновать её эффективность.

Объект исследования процесс отбора детей в секции спортивного вида борьбы на поясах и учебно-тренировочный процесс Детско-юношеской спортивной школы Туракурганского района Наманганской области.

Предмет исследования соответственно составляют этапы, средства, методы отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах.

Методы исследования. В исследовании были использованы такие методы, как анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, математико-статистический анализ результатов исследования.

Научная новизна исследования состоит из следующего:

в системе отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах, исходя из уровня функциональной, физической подготовки, засчет адаптации подвижных игр с элементами единоборств к техническим элементам соревнований, была разработана новая программа отбора детей для занятий белбогли кураш;

с учетом весовой категории юных белбогли кураш, исходя из нормативных показателей и критериев специальной физической подготовки, для оценивания технических действий, засчет пятиуровневого диагностирования достижений и недостатков, для второго этапа отбора разработана шкала комплексного интегрального оценивания;

при отборе на этапах многолетней подготовки юных белбогли кураш, исходя из росто-весовых показателей, разработаны модельные характеристики и динамики роста и были усовершенствованы алгоритм определения примерных росто-весовых показателей;

разработаны механизмы комплексного контроля показателей количества общих и успешных попыток выполнения технических действий, суммы набранных баллов, общей средней оценки за технические действия спортсменов, надежности атаки, уровня атаки борцов на поясах, входящих в состав национальной сборной команды страны, были усовершенствованы возможности отбора юных белбогли кураш.

Практические результаты исследования состоят из следующего:

была разработана методика проведения соревнований с применением игр с элементами единоборств на этапе отбора, а также методика выявления и оценивания антропометрических, функциональных показателей и физической подготовки;

на втором этапе отбора, с учетом весовых категорий юных борцов на

этапах многолетней подготовки были применены средства и методы, направленные на совершенствование механизмов системы отбора через показатели общей и специальной физической подготовки, демонстрацию технических элементов борьбы на поясах, оценивание соревновательной деятельности;

путем применения методики использования специальных контрольных упражнений, исходя из весовых категории юных борцов на поясах, была улучшена эффективность отбора;

засчет прогнозирования увеличения роста юных борцов на поясах в соответствии с возрастом, были определены и экспериментально обоснованы модельные характеристики высококвалифицированных борцов.

Достоверность результатов исследования объясняется обоснованностью на мнениях отечественных и зарубежных ученых в области теории и методики физической культуры и спортивных тренировок, репрезентативностью экспериментально-испытательных работ, а также обработкой полученных результатов методами математико-статистического анализа, повторной обработкой результатов и данных, полученных с помощью специальной компьютерной программы, тем, что достоверность указанных в этой работе выводов и научных рекомендаций подтверждается вышестоящей организацией.

Научное и практическое значение результатов исследования. Научное значение результатов исследования поясняется тем, что результаты исследования, полученные на основе проведенных педагогических экспериментов, за счет разработки программы комплексного интегрального совершенствования средств и методов, этапов отбора и подготовки юных борцов на поясах к этапам многолетней подготовки детей к спортивному виду борьбы на поясах, поясняется тем, что была выявлена эффективность отбора за счет соотношения с дифференцированными критериями относительно возраста системы отбора, взаимосвязанными с результатами функциональной подготовки, физического развития, физической и специальной подготовки, результатами соревновательной деятельности при отборе детей в борьбу на поясах.

Практическое значение результатов исследования поясняется тем, что при отборе детей в секции борьбы на поясах детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских спортивных школ-интернатов, при прогнозировании роста-весовых показателей в соответствии с возрастом, с учетом показателей, гарантирующих спортивные достижения, с учетом весовых категорий юных борцов на поясах, используется шкала комплексного интегрального оценивания функциональной подготовки, общей физической, специальной физической подготовки и соревновательной деятельности, для внедрения в спортивные школы были составлены и разработаны нормативно-правовые документы

Внедрение результатов исследования. На основе единой системы учета и анализа данных при совершенствовании системы и содержания отбора детей в спортивный вид борьба на поясах:

предложения по проведению игр с элементами единоборств в системе отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах в соответствие с техническими элементами соревнований были введены в содержание учебного пособия “Повышение спортивного педагогического мастерства” (борьба на поясах) (свидетельство №375-007 согласно приказа №375 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 30 августа 2021 года). В результате показатели характеристик силовых способностей борцов на поясах выросли на 16,5%;

пятиуровневая шкала диагностирования достижений и недостатков для оценивания технических действий юных борцов на поясах по весовым категориям была внедрена в практику “Детско-юношеской спортивной школы” (справочник №04-07-08/2303 от 7 июня 2021 года Министерства туризма и спорта Республики Узбекистан). В результате за счет адаптации роста-весовых показателей борцов на поясах возможность оценивания технических действий улучшилась на 12,7%;

предложения по определению примерных спортивных перспектив при отборе на этапах многолетней подготовки 11-12 летних борцов на поясах были введены в содержание учебного пособия “Повышение спортивного педагогического мастерства” (борьба на поясах) (свидетельство №375-007 согласно приказа №375 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 30 августа 2021 года). В результате использования этой программы дало возможность для увеличения эффективности атакующих действий борцов на 12,4%;

предложения и рекомендации по комплексному контролю технических действий борцов на поясах, входящих в национальную сборную команду, были введены в содержание учебного пособия “Повышение спортивного педагогического мастерства” (борьба на поясах) (свидетельство №375-007 согласно приказа №375 Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан от 30 августа 2021 года). В результате на основе определения и мониторинга показателей технико-тактической подготовки борцов на поясах была обоснована эффективность отбора.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования прошли апробацию на семинарах-тренингах для тренеров, проведенных на 2 международных, 2 республиканских научно-практических конференциях, на расширенном заседании кафедры физической культуры и спортивной деятельности Наманганского государственного университета.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации было опубликовано в общей сложности 21 научных работ, в том числе 4 статьи опубликованы в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций, в частности 1 статья опубликована в иностранном научном журнале.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, выводов и практических рекомендаций, списка

использованной литературы и приложений, текста на 133 страницах, 19 таблиц, диаграмм и 18 рисунков.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

В **введении** диссертации обоснованы актуальность и необходимость темы диссертации, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий. Изложены степень изученности проблемы, связь исследования диссертации с научно-исследовательскими работами высшего учебного заведения, где выполнена диссертация, определены цель и задачи исследования, а также его объект и предмет, приведены данные о методах, научной новизне исследования, его практических результатах, достоверности результатов исследования, их научном и практическом значении, внедрении результатов в практику, их апробации, публикации, данные о структуре и объеме диссертации.

В первой главе диссертации, озаглавленной **“Научные основы теоретического анализа системы и содержание отбора детей в различных видах спорта”** освещены проблемы физической культуры и спорта по отбору детей в спортивные виды, единые этапы отбора в спортивную борьбу, организационно-методические аспекты отбора в спортивную борьбу, проблемы отбора в спортивный вид бельбогли кураш. При отборе детей в бельбогли кураш внимание должно быть обращено на выявление их способностей, на достижение ими более высокого уровня физической и специальной подготовки. Здесь основной задачей является определение степени соответствия показателей общей и специальной подготовки бельбогли кураш, самое главное, определение наличия способностей к данному виду спорта. Для этого выбранный для отбора детей в бельбогли кураш комплекс тестов должен быть исследован на информативность и достоверность. В процессе отбора каждый наставник-тренер должен знать начальные показатели физической подготовки и развития, специальной физической подготовки детей и использовать индивидуальные программы, являющиеся фундаментом достижения высоких результатов, заранее знать и использовать нормативы следующего учебного года для перехода в старшие группы.

Такие специалисты по технической подготовке бельбогли кураш, как Ж.Ш. Мирзакулов (2015), З.С.Артиков (2018), Ш.С.Мирзанов (2019), М.М.Киргизбоев (2021) в своих научно-методических работах подчеркивали, что при достижении спортивных достижений основную роль играет технико-тактическая подготовка борцов на поясах. Тот факт, что в этих научно-методических работах не дано достаточного количества данных о системе, средствах, механизмах отбора детей в бельбогли кураш, считается важным недостатком при поиске решения проблем отбора детей в борьбу на поясах. Такие ученые по теории и методике видов борьбы, как Ш.А.Абдуллаев (2012), Р.Д. Халмухамедов, В.Н.Шин, Г.Б.Абдурасулова, С.С. Тажибаев (2013), Н.А.Гастанов (2017), Ф.А.Керимов (2018) подчеркивали, что ведущими

факторами являются этапы отбора в виды борьбы, разработка модельных характеристик высококвалифицированных борцов, развитие физических качеств, морфофункциональные показатели. Некоторые специалисты, в том числе Ф.А. Керимов, М.Н. Умаров (2005), В.П. Губа (2008), В.Б. Иссурин (2017), Р. Martins, и А. Rosado (2017), D. Fukuda, J. Kelly, M. Albuquerque, J. Stout, и J. Hoffman, (2017) подчеркивали, что к процессу комплексного развития важных факторов, влияющих на отбор детей в общие спортивные виды, необходимо относиться как к основному мероприятию.

Результаты сравнительного анализа показывают, что методы, применяемые на сегодняшний день при отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах, не дают возможности определить задачи отбора путем оценки физического развития борцов на поясах, развития их физических качеств, оценки показателей технико-тактической подготовки, в этом направлении нет достаточного количества научно-исследовательских работ, оно еще не изучено в полной мере в качестве предмета исследования.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **“Методы и организация исследования”** подробно даны анализ научно-методической литературы, анкетирование, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, математико-статистический метод, методика и условия их применения при организации исследования. Освещены научно-исследовательские методы, использованные для реализации диссертационной работы и её организации. Созданы научно-практические варианты системы и содержания отбора детей в бельбогли кураш. А также, в главе приведены тесты для оценки общей физической, специальной физической, технико-тактической подготовки при отборе детей в бельбогли кураш.

Исследования диссертации проводились в четыре этапа.

Первый – аналитический и методический этап (2017-2018 годы) изучение отечественной и зарубежной литературы, изучение и научное обоснование актуальности научной темы. Посвящен вопросам разработки научного аппарата и проекта исследования, создания научной гипотезы.

Второй – этап планирования и воплощения (2018-2019 годы), было проведено анкетирование среди 66 тренеров по борьбе на поясах, осуществляющих свою деятельность в Наманганской области, а также, на основе показателей функционального, физического развития, общей физической и специальной физической подготовки бельбогли кураш, занимающихся детей в начальных подготовительных группах детско-юношеских спортивных школ Наманганской области, и их спортивных результатов, результатов их соревновательной деятельности, за счет упорядочивания критериев и нормативов отбора, была разработана шкала поэтапной интегральной оценки отбора.

Третий – этап контроля и проверки (2019-2020 годы), на основе комплекса контрольных тестов для отбора юных бельбогли кураш легкого, среднего, тяжелого веса, исходя из специфики веса, контрольные тесты были усовершенствованы и внедрены в практику.

Путем сравнительного анализа показателей привлеченных к исследованию бельбогли кураш в начале и конце эксперимента, экспериментально была обоснована эффективность программы комплексной оценки отбора. Зафиксированные в течение исследования результаты были подсчитаны и проанализированы путем математико-статистических методов.

Третья глава диссертации, озаглавленная **“Средства и методы отбора детей в спортивной бельбогли кураш”**, посвящена таким вопросам, как проблемы отбора детей в спортивный вид бельбогли кураш, методы и средства отбора детей в спортивную бельбогли кураш, показатели функциональной подготовки летних детей (сердечно-сосудистая, дыхательная системы), показатели общей физической подготовки детей, методика выявления и оценки специальной физической подготовки при отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах, методика тестирования и прогнозирования увеличения роста и веса при отборе детей в бельбогли кураш, использование компьютерных технологий при отборе детей в бельбогли кураш, основываясь на анализе научно-методической литературы по отбору детей в бельбогли кураш, совместно с опытными специалистами по бельбогли кураш и группой экспертов, а также с работающими в различных местностях нашей страны тренерами, на основе упорядочивания нормативов и критериев, влияющих на отбор детей в спортивный вид бельбогли кураш, для первого и второго этапов отбора была разработана специальная шкала интегральной оценки отбора. (см. рис. 1). В том числе, по функциональной подготовке при отборе детей в бельбогли кураш, здесь показатели дыхательной системы, проба Генчи, проба Штанге, показатели сердечно-сосудистой системы, ортостатической пробы (коэффициент восстановления), тест Руфье.

Общая физическая подготовка, наклоны вперед, сидя на гимнастической скамейке, подтягивания на перекладине, прыжки в длину с места. Игры с элементами единоборств: “Вытяни платочек”, “Вынеси из круга”, “Салки ногами”, “Выталкивание из круга”. Оценка элементов технических действий Бельбогли кураш: демонстрация положения захвата за пояс в высокой стойке (Т-1), демонстрация положения захвата за пояс в средней стойке (Т-2), демонстрация положения захвата за пояс в низкой стойке (Т-3), поднятие правой ноги с имитацией захвата за пояс (Т-4), поднятие левой ноги с имитацией захвата за пояс (Т-5), демонстрация защиты с имитацией захвата за пояс (Т-6), путем упорядочивания вышеприведенных тестов были разработаны первый и второй этап отбора. По этим показателям была создана шкала интегральной оценки отбора детей.

На первом этапе отбора была создана шкала оценки упражнений, оценена с помощью компьютерной программы и поделена на 5 уровней (рис 2).

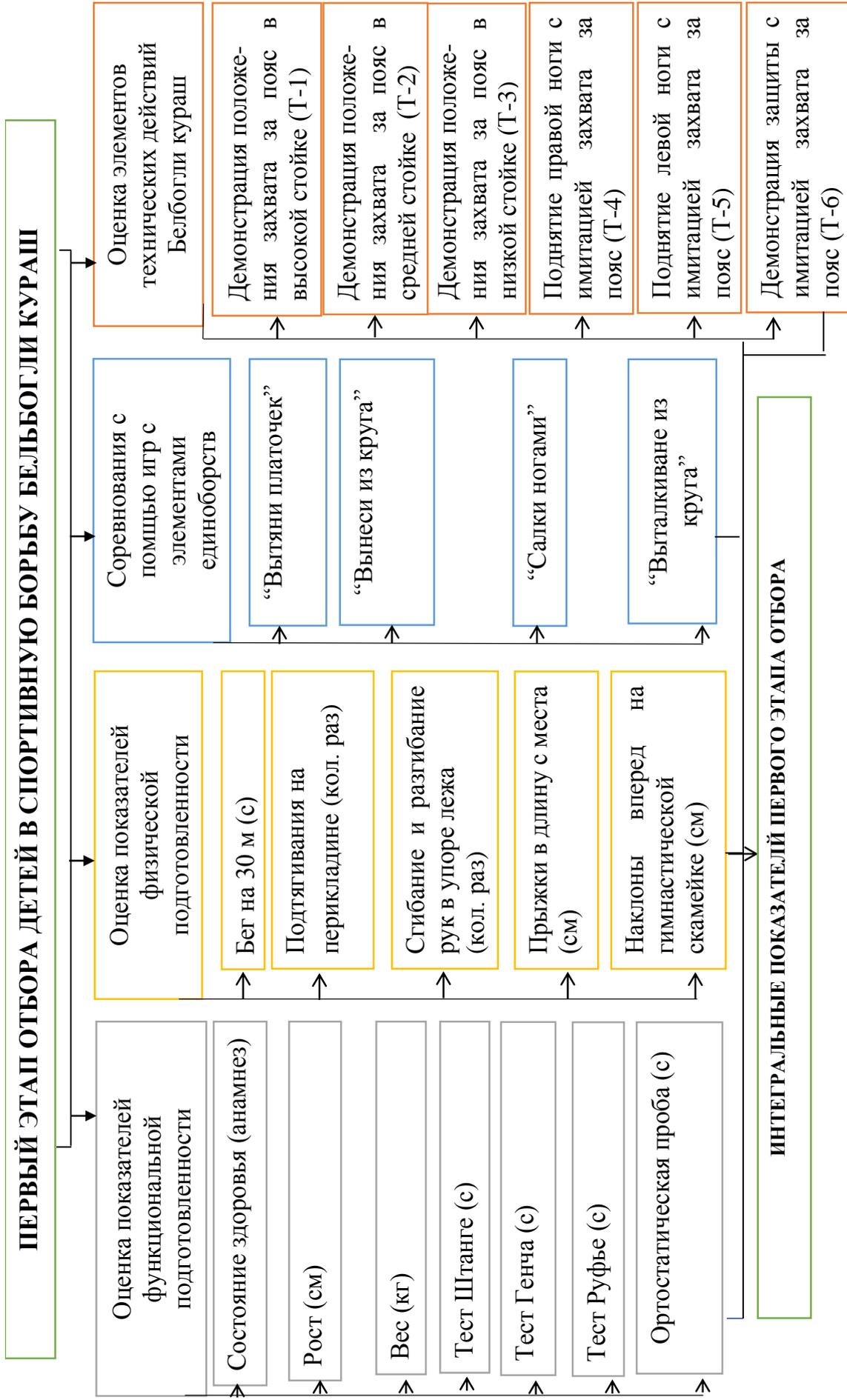


Рис. 1. Первый этап отбора детей в бельбогли кураш

Таблица 1

Компьютерная программа по мониторингу показателей физического развития, физической и специальной подготовки

подготовки при отборе детей Бельбогли кураш

Общие сведения		Дополнительная система		Показатели сердечно-сосудистой системы		Общая физическая подготовка			Плавильные игры с элементами бейсбола кураш			Специальная физическая подготовка						Сумма баллов	Уровень подготовки			
№	Ф.И.О.	дата рождения. Мес:день.	Тест Штанге (с)	Тест Гечин (с)	Тест Руфье (с)	Ортоста тистиче ская	Наклоны вперед на гимнастической	Бег на 30 м (с)	Полгания ание	Прыжки в длину с места (см)	«Вытагли платочек из круга»	«Выкаси из круга»	«Салки вогаши»	Вытагли ваке из круга»	T-1	T-2	T-3	T-4	T-5	T-6		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
1	А-э III	12.11.2009	27	14	7	5	5	5,4	5	164	3	3	3	3	5,3	11,4	10,1	13,2	13,2	17,2	18	Высокий
2	Р-э Н	22.09.2010	25	19	8	4	3	5,1	4	163	3	3	1	1	5,5	11,3	9,4	12,4	14,1	16,3	18	Высокий
3	Х-э Ж	03.11.2010	24	18	9	5	4	5,3	6	118	3	3	3	7,8	9,4	10,2	11,3	14,3	12,3	18	Высокий	
4	Р-э III	04.12.2010	23	16	10	7	2	6,5	3	120	2	2	2	11,2	11,4	9,3	10,1	13,2	14,2	18	Высокий	
5	А-э С	06.03.2009	22	14	5	3	5	5,8	4	164	1	2	3	3	9,4	9,3	11,4	11,4	13,4	15,4	19	Высокий среднего
6	Х-э А	19.10.2009	21	20	6	4	4	6,2	5	158	2	2	2	2	8,7	10,2	9,1	12,4	11,2	12,1	19	Высокий среднего
7	Н-э Д	01.05.2009	19	15	7	5	5	5,5	3	153	3	3	3	3	9,4	9,3	11,3	13,2	15,1	12,4	20	Высокий среднего
8	М-э Ф	20.05.2009	18	16	8	6	4	5,8	4	167	1	1	1	1	10,2	9,4	12,4	14,1	12,3	13,2	21	Высокий среднего
9	А-э III	17.10.2010	11	9	12	9	3	6,3	3	158	2	2	2	2	11,4	10,3	9,1	15,2	14,2	14,1	38	Высокий
10	А-э X	07.01.2010	14	11	11	8	4	6,4	4	162	0	0	0	0	9,4	11,4	12,3	13,3	14,3	14,3	42	Высокий
11	Н-э Д	27.03.2009	10	8	7	5	5	6,1	6	149	1	3	2	1	8,6	8,4	9,4	14,1	15,1	9,2	42	Высокий
12	Р-э А	19.10.2010	31	23	5	4	4	5,2	7	138	2	1	1	2	11,3	9,3	10,2	13,4	14,3	8,4	54	Высокий
13	А-э М	03.11.2009	29	24	3	2	5	6,5	5	146	3	2	2	1	11,4	11,3	11,1	15,1	15,2	10,1	56	Высокий среднего
14	А-э X	27.05.2009	23	19	5	4	4	7,1	2	147	1	3	3	2	10,1	10,2	10,3	13,2	14,4	9,2	69	Высокий среднего
15	Б-э О	22.10.2010	24	18	4	3	3	6,4	4	152	2	1	2	3	9,6	9,4	13,4	12,4	12,2	10,3	71	Высокий среднего
16	Б-э С	02.12.2009	17	13	7	6	4	5,4	2	165	1	3	1	1	8,7	9,4	12,1	14,3	11,3	9,4	72	Высокий среднего
17	М-э III	18.11.2010	10	7	8	5	4	6,2	1	155	3	1	1	1	12,5	11,4	13,3	12,1	14,2	14,2	74	Высокий
18	Г-э А	13.06.2010	26	21	9	7	5	6,1	4	142	1	2	2	3	11,4	12,3	9,2	14,1	13,2	15,3	81	Высокий
19		20	18	3	4	5	6	4	145	2	3	3	3	1	12	11	11	13,4	14,3	12	56	Высокий
20		20	18	4	5	5	6	4	145	1	0	0	0	2	12	12	11	13,4	14,3	12	58	Высокий

На основе этапов отбора была разработана программа, оценивающая физическое развитие, физическую и специальную подготовку детей при отборе в борьбу на поясах, а также осуществляющая мониторинг. Компьютерная программа было разработана на первом этапе отбора.

В третьей главе представлены данные по результатам созданных нами контрольных тестовых испытаний по физическому развитию, физической и специальной подготовке детей при отборе в борьбу на поясах, которые были загружены в компьютер, после был проведен расчет, и были выделены 5 уровней (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Они появляются на мониторе в пяти цветах: высокий – желтого цвета, выше среднего – красного цвета, средний – зеленого цвета, ниже среднего - синего цвета, низкий – серого цвета. (2-рис).

Как следует из таблицы, нами были выявлены 4 вида показателей: параметры сердечно-сосудистой системы, показатели дыхательной системы, показатели физической подготовки и специальной подготовки. В результате мониторинга данных, обработанных на основе специально разработанной компьютерной программы, мы обратили особое внимание на то, по какому из показателей при отборе был зафиксирован определенный результат, по которому было достигнуто улучшение эффективности отбора.

Таблица 2

Специальная шкала для определения уровня подготовки детей при их отборе в Бельбогли кураш

П/п	Распределение баллов	Уровень
1.	1-18	Высокий
2.	19-36	Выше среднего
3.	37-54	Средний
4.	55-72	Ниже среднего
5.	73-90	Низкий

В этой шкале было определено пять критериев. Если спортсмен показывает высокий результат и выполняет норматив, он получает один балл, при показателе выше среднего 2 балла, при среднем исполнении три балла, при исполнении ниже среднего четыре балла, при низком показателе получает 5 баллов. В общей сложности по 4 направлениям количество тестов составляет 18, таким образом общее максимальное количество баллов составляет 18 баллов, максимальное количество 90 баллов. Уровни, в соответствии с разработанной нами таблицей, были определены путем сложения сумм оценок в баллах, полученных по результатам каждого теста.

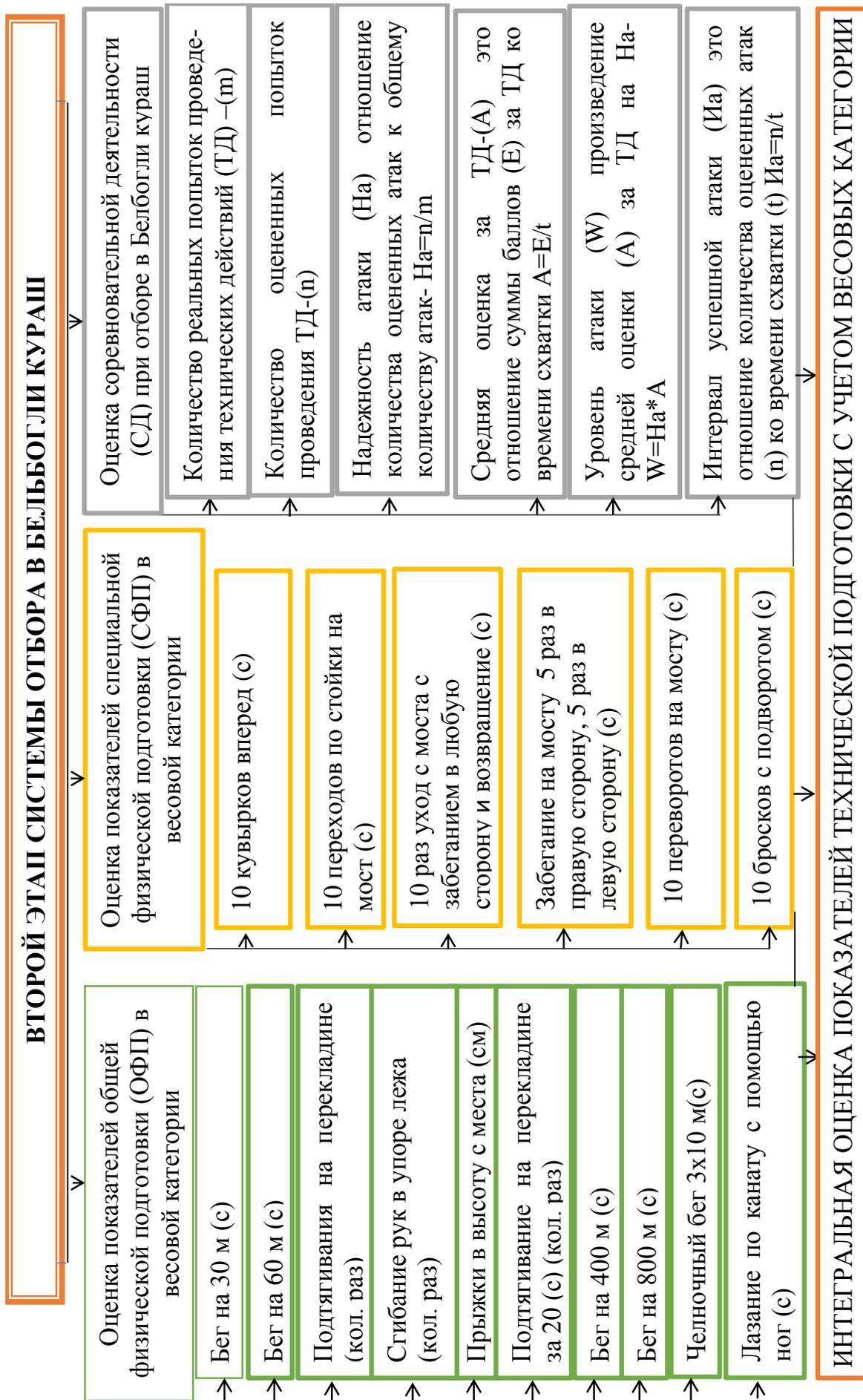


Рис 2. Второй этапе отбора детей в белбогли кураш

Был разработан механизм второго этапа отбора детей в бельбогли кураш по 3 критериям, в нем была упорядочена последовательность упражнений и тестов. Это было осуществлено путем оценки общей физической подготовки (ОФП), специальной физической подготовки (СФП), соревновательной деятельности (СД) детей.

Для этапов многолетней подготовки детей в бельбогли кураш были разработаны составные критерии отбора. Нами для отбора в каждую возрастную группу были разработаны общие показатели тестирования с учетом возраста и периода развития детей при отборе. Помимо этого в зависимости от веса детей был упорядочен комплекс упражнений и тестов (табл 3).

С учетом того, что на чемпионате Республики по бельбогли кураш проводятся соревнования по восьми весовым категориям, мы составили нормативы, разделив детей на три весовые категории.

Десять тестов по общей физической подготовке (ОФП) для детей, с учетом весовых категорий, были рассмотрены с помощью 5 уровневой шкалы: бег на 30 метров, бег на 60 метров, подтягивания на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, прыжки в длину с места, подтягивания на перекладине в течение 20 секунд, бег на 400 метров, бег на 800 метров, челночный бег 3x10 метров, лазание по канату с помощью ног.

На втором этапе отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах при оценивании состояния специальной физической подготовки (СФП) был упорядочен комплекс из шести тестов. Это 10 кувырков вперед, 10 переход из стойки в мост 10 раз уход с моста с забеганием в любую сторону, забегание на мосту 5 раз вправо, 5 раз влево, 10 переворотов на мосту, 10 бросков с подворотом, вышеприведенные показатели специальной физической подготовки были классифицированы, исходя не только из возраста, но и веса детей.

С целью определения эффективности показателей соревновательной деятельности (СД) в борьбе на поясах, были разработаны 6 критериев: количество реальных попыток проведения технических действий (ТД) $-(m)$, количество оцененных попыток проведения ТД $-(n)$, надежность атаки (На) отношение количества оцененных атак к общему количеству атак $- Na=n/m$, средняя оценка за ТД $-(A)$ это отношение суммы баллов (E) за ТД ко времени схватки $A=E/t$, уровень атаки (W) произведение средней оценки (A) за ТД на На $- W=Na*A$, Интервал успешной атаки (Иа) это отношение количества оцененных атак (n) ко времени схватки (t) $Иа=n/t$.

Эффективность отбора с помощью разработанных нами критериев и шкалы оценивания соревновательной деятельности (СД) при определении эффективности отбора детей в бельбогли кураш, обосновывается в начале и конце исследования (табл 4). Использование шкалы оценивания, приведенной нами в 3 таблице исследования, дает возможность для диагностирования недостатков в показателях подготовки детей и устранения этих недостатков.

Таблица 3

Контрольные нормативы ОФП и СФП при отборе детей в бельбогли кураш с учетом их весовых категорий

Контрольные упражнения и единицы измерения	Оценки результатов по весовым категориям																		
	27-36 кг						40-48 кг						свыше 52-55 кг						
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		
ПФО	Бег на 30 метров (с)	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0	5,3	5,2	5,1	5,0	4,9	5,0	4,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4	
	Бег на 60 метров (с)	9,6	9,4	9,2	9,0	8,8	9,5	9,3	9,1	8,9	8,7	9,5	9,3	9,8	9,6	9,4	9,2	9,0	
	Подтягивания на перекладине (кол. раз)	4	6	8	10	12	5	7	9	11	13	5	7	9	2	4	6	8	10
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол. раз)	30	35	40	45	50	32	37	42	47	52	32	37	42	47	52	25	30	35
	Прыжки в высоту с места (см)	42	44	46	48	50	45	48	50	52	55	45	48	50	52	44	46	48	
	Подтягивания на перекладине за 20 с (кол. раз)	4	5	6	7	8	5	6	7	8	9	5	6	7	8	4	5	6	7
	Бег на 400 м (мин, с)	1,18	1,16	1,14	1,12	1,10	1,17	1,15	1,13	1,11	1,09	1,17	1,15	1,13	1,11	1,23	1,21	1,19	1,15
	Бег на 800 м (мин, с)	3,10	3,05	3,00	2,55	2,50	3,08	3,03	2,54	2,48	2,40	3,08	3,03	2,54	2,48	3,2	3,1	3,0	3,00
	Челночный бег 3x10 м (с)	7,5	7,4	7,3	7,2	7,1	7,4	7,3	7,2	7,1	7,0	7,4	7,3	7,2	7,1	7,8	7,7	7,6	7,4
	Лазание по 5 метровому канату с помощью ног (с)	18,4	17,2	16,0	14,8	13,6	18,2	17,0	15,8	14,6	13,4	18,2	17,0	15,8	14,6	19,6	18,4	17,2	16,0
СФП	10 кувырков вперед(с)	18,8	18,4	18,0	17,6	17,2	18,6	18,2	17,8	17,4	17,0	18,6	18,2	17,8	19,8	19,4	19,0	18,6	18,2
	10 раз уход с моста с забеганием в любую сторону и возвращение (с)	17,5	16,5	15,5	14,5	13,5	17,2	16,2	15,2	14,2	13,2	17,2	16,2	15,2	18,3	17,3	16,3	15,3	14,3
	Забегание на мосту: 5-раз в правую сторону, 5-раз в левую сторону (с)	20,0	19,0	18,0	17,0	16,0	19,0	18,0	17,0	16,0	15,0	19,0	18,0	17,0	27,0	26,0	25,0	24,0	23,0
	10 перевороты на мосту (с)	35,0	32,0	31,0	29,0	27,0	39,0	37,0	35,0	33,0	31,0	39,0	37,0	35,0	42,0	39,0	37,0	35,0	33,0
	10 бросков с подворотом (с)	36,0	33,0	30,0	27	24,0	38,0	35,0	32,0	29,0	26,0	38,0	35,0	32,0	40,0	37,0	34,0	31,0	29,0

Таблица 4

Критерии анализа соревновательной деятельности (СД) при отборе детей в бельбогли кураш

№	Названия и формулы технических действий	Шкала оценивания				
		1	2	3	4	5
1	Количество реальных попыток проведения технических действий (ТД) –(m)	12	10	8	6	4
2	Количество оцененных попыток проведения ТД-(n)	8	6	4	2	1
3	Надежность атаки (На) отношение количества оцененных атак к общему количеству атак- $Na=n/m$	0,66	0,60	0,50	0,33	0,25
4	Средняя оценка за ТД- (А) это отношение суммы баллов (Е) за ТД ко времени схватки $A=E/t$	2,5	2,0	1,5	1,0	0,5
5	Уровень атаки (W) произведение средней оценки (А) за ТД на Na - $W=Na*A$	1,65	1,2	0,75	0,33	0,12
6	Интервал успешной атаки (Иа) это отношение количества оцененных атак (n) ко времени схватки (t) $Ia=n/t$	2	1,5	1,0	0,5	0,25

В разработанной на основе названий технических действий и формул в таблице 4 путем использования пятиуровневого оценивания была создана возможность заблаговременного прогнозирования основных достижений и недостатков.

Был проанализирован рост победителей, призеров и участников чемпионата мира по борьбе на поясах 2016 года и разработаны модельные характеристики оптимальных показателей веса-роста (табл 5).

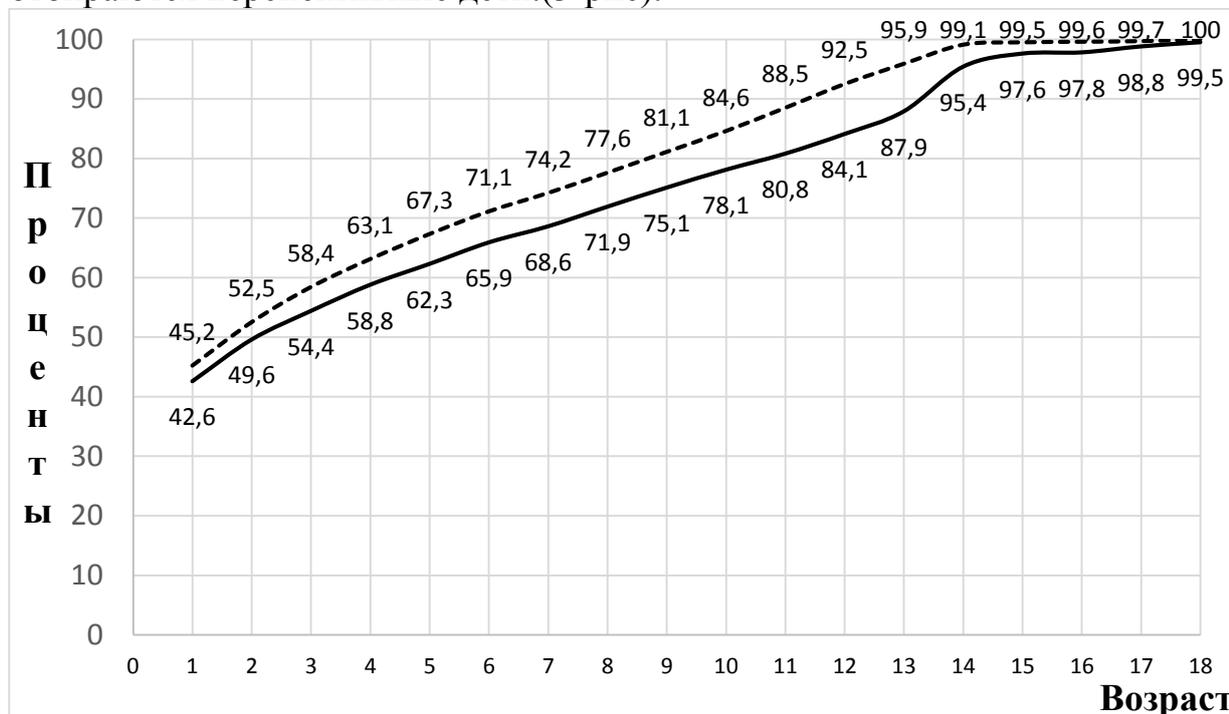
Таблица 5

Росто-весовые показатели участников Чемпионата Мира бельбогли кураш (n=169)

№	Вес (кг)	Участники (n)	Рост ($\bar{x} \pm \sigma$)
1	55	22	160,5 ± 4,3
2	60	25	163,6 ± 5,7
3	66	30	169,3 ± 6,3
4	73	40	173,2 ± 7,6
5	81	20	177,6 ± 8,4
6	90	14	180,8 ± 6,9
7	100	11	185,5 ± 9,5
8	+100	7	188,7 ± 9,9

Для заблаговременного прогнозирования увеличения роста при отборе детей в борьбу на поясах была использована таблица прогнозирования увеличения роста в процентной взаимосвязи с возрастом, разработанная В.Б.

Шварцем и С.В.Хрущевым. В результате была создана компьютерная программа, заблаговременно прогнозирующая увеличение роста. В современной борьбе с помощью прогнозирования увеличения роста индивидуализируется техника борьбы, подбирается тактика, исходя из роста, отбираются перспективные дети.(3-рис).



Примечание: ----- прогнозирование увеличения роста у девочек, — прогнозирование увеличения роста у мальчиков.

Рис 3. Компьютерная программа для определения роста девочек и мальчиков

На 3-рисунке приведена шкала заблаговременного прогнозирования увеличения роста в процентной взаимосвязи с возрастом. Цифры в первом столбике обозначают возраст детей. Во втором столбике указаны проценты (%). На сегодняшний день в спортивных единоборствах в системе отбора детей путем определения способностей особое значение имеет прогнозирование увеличения роста и веса детей. В частности длина тела детей от 1 года до 18 лет рассчитывается в процентах.

В четвертой главе диссертации, озаглавленной “**Экспериментальное обоснование эффективности разработанной методики по совершенствованию системы и содержания отбора детей в бельбогли кураш**” более детально изложены классификация возрастных периодов при отборе детей в бельбогли кураш, результаты отбора 11-12 летних детей в бельбогли кураш, сравнительный статистический анализ показателей функциональной, общей и специальной физической подготовки борцов экспериментальной и контрольной групп, экспериментальное обоснование эффективности показателей соревновательной деятельности и технико-тактической подготовки при отборе детей в бельбогли кураш, она состоит из параграфов, в ней более детально изложены результаты и анализ показателей физического развития и физической подготовки борцов экспериментальной и

контрольной групп после педагогического эксперимента.

В начале педагогического эксперимента при отборе проверяемых 11-12 летних детей был проведен сравнительный статистический анализ показателей физического развития, физической и специальной подготовки (6-табл). С целью определения эффективности разработанной нами методики в условиях детско-юношеской спортивной школы Туракурганского района Наманганской области при отборе детей в спортивный вид бельбогли кураш, среди в общей сложности 36 детей 11-12 летнего возраста был проведен педагогический эксперимент.

Таблица 6

Сравнительный статистический анализ показателей физического развития и физической и специальной подготовленности в начале педагогического эксперимента по отбору детей в бельбогли кураш (n=36)

Контрольные тесты	Экспериментальная группа n=18		Контрольная группа n=18		t	P
	($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
Тест Штанге (с)	23,1±1,7	7,3	23,5±1,6	6,8	1,8	P>0,05
Тест Генчи (с)	17,1±1,6	9,3	17,5±1,7	9,7	1,7	P>0,05
Тест Руфье (с)	10,1±0,9	8,9	10,3±1,2	11,6	1,9	P>0,05
Ортоstaticеская проба (с)	7,8±0,7	8,9	7,9±0,8	10,1	1,3	P>0,05
Наклоны вперед на гимнастической скамейке (см)	3,7±0,4	10,8	3,6±0,4	11,2	1,8	P>0,05
Бег на 30 м	6,1±0,5	8,1	6,2±0,3	4,8	1,9	P>0,05
Подтягивания на перекладине (кол во раз)	4,6±0,3	6,5	4,7±0,5	10,6	1,6	P>0,05
Прыжки в длину с места (см)	154,7±11,6	7,4	152,3±13,4	8,7	1,4	P>0,05
T-1 (с)	10,7±1,1	10,2	11±1,1	10,1	1,9	P>0,05
T-2 (с)	10,2±0,9	8,8	10,1±0,9	8,9	1,1	P>0,05
T-3 (с)	11,1±1,3	11,7	11,3±1,3	11,5	1,7	P>0,05
T-4 (с)	12,4±1,1	8,9	12,3±1,4	11,3	0,8	P>0,05
T-5 (с)	12,6±1,4	11,1	12,3±1,1	8,9	1,2	P>0,05
T-6 (с)	11,8±1,2	10,1	11,6±1,2	10,3	1,4	P>0,05

Примечание: T-1- Демонстрация положения захвата за пояс в высокой стойке. T-2-Демонстрация положения захвата за пояс в средней стойке, T-3-Демонстрация положения захвата за пояс в низкой стойке, T-4- Поднятие правой ноги с имитацией захвата за пояс, T-5- Поднятие левой ноги с имитацией захвата за пояс, T-6- Демонстрация защиты с имитацией захвата за пояс.

Все участники экспериментов (n=36) были поделены на две группы: экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ) группы. Количество детей в группах было одинаковым (n=18). В контрольной группе занятия

проводились по традиционной программе, предназначенной для детско-юношеских спортивных школ, а в экспериментальной группе на основе разработанной и предложенной нами методики.

В конце исследования (7-табл) в экспериментальной и контрольной группах по всем 14 показателям можно наблюдать улучшения. Например, по пробе Штанге в конце эксперимента мы обнаружили достоверную статистическую разницу. Здесь в экспериментальной группе результаты пробы Штанге составили $27,5 \pm 1,6$ секунд, а в контрольной группе $25,7 \pm 2,1$ секунд ($t=7,4$; $p<0,001$).

Таблица 7

Сравнительный статистический анализ показателей физического развития и физической и специальной подготовленности в конце педагогического эксперимента по отбору детей в бельбогли кураш (n=36)

Контрольные тесты	Экспериментальная группа n=18		Контрольная группа n=18		t	P
	($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
Тест Штанге (с)	$27,5 \pm 1,6$	5,8	$25,7 \pm 2,1$	8,1	7,4	$P<0,001$
Тест Генчи (с)	$20,1 \pm 1,4$	6,9	$19,1 \pm 1,2$	6,2	6,3	$P<0,001$
Тест Руфье (с)	$7,8 \pm 0,9$	12,2	$8,2 \pm 1,1$	13,6	2,8	$P<0,01$
Ортостатическая проба (с)	$4,2 \pm 0,4$	9,5	$4,5 \pm 0,6$	13,3	3,9	$P<0,001$
Наклоны вперед на гимнастической скамейке (см)	$4,1 \pm 0,5$	12,1	$3,9 \pm 0,4$	10,2	4,4	$P<0,001$
Бег на 30 м	$5,8 \pm 0,6$	10,3	$5,9 \pm 0,7$	11,8	2,5	$P<0,05$
Подтягивания на перекладине (кол во раз)	$5,2 \pm 0,4$	7,6	$4,8 \pm 0,5$	10,4	2,7	$P<0,01$
Прыжки в длину с места (см)	$163,1 \pm 11,7$	8,6	$156,3 \pm 13,5$	7,1	2,4	$P<0,05$
Т-1 (с)	$9,9 \pm 1,3$	13,1	$10,5 \pm 0,9$	8,5	3,9	$P<0,001$
Т-2 (с)	$9,3 \pm 0,9$	9,6	$9,7 \pm 0,8$	8,2	3,2	$P<0,01$
Т-3 (с)	$10,1 \pm 0,9$	8,9	$10,5 \pm 0,8$	7,6	3,3	$P<0,01$
Т-4 (с)	$13,1 \pm 1,2$	9,1	$12,7 \pm 1,2$	9,4	2,3	$P<0,05$
Т-5 (с)	$13,3 \pm 1,3$	9,7	$12,9 \pm 1,6$	10,1	2,4	$P<0,05$
Т-6 (с)	$13,2 \pm 1,5$	11,4	$12,6 \pm 1,3$	10,4	3,3	$P<0,01$

Примечание: Т-1- Демонстрация положения захвата за пояс в высокой стойке. Т-2-Демонстрация положения захвата за пояс в средней стойке, Т-3-Демонстрация положения захвата за пояс в низкой стойке, Т-4- Поднятие правой ноги с имитацией захвата за пояс, Т-5- Поднятие левой ноги с имитацией захвата за пояс, Т-6- Демонстрация защиты с имитацией захвата за пояс.

По тесту Генчи статистически достоверная разница в экспериментальной группе в конце эксперимента показала результат в $20,1 \pm 1,4$ секунд, а в контрольной группе $19,1 \pm 1,2$ секунд ($t=6,3$; $p<0,001$).

По показателям сердечно-сосудистой системы нами были получены следующие результаты: по тесту Руфье в конце эксперимента нами была получена статистически достоверная разница, в экспериментальной группе – $7,8 \pm 0,9$ секунд, в контрольной группе – $8,2 \pm 1,1$ секунд, из данных следует, что дети экспериментальной группы имеют большое преимущество перед детьми контрольной группы и это подтверждается статистическим анализом ($t=2,8$; $p<0,01$). Результаты ортостатической пробы в конце эксперимента в экспериментальной группе – $4,2 \pm 0,4$ секунд, в контрольной группе – $4,5 \pm 0,6$ секунд статистически достоверны ($t=3,9$; $p<0,001$)

Стало известно, что здесь по всем показателям существует статистически достоверная разница. Предложенная нами методика дала положительные результаты и нашла свое отражение в показателях физической подготовки. И в тесте наклоны вперед из положения сидя нами была выявлена статистическая разница, в экспериментальной группе – $4,1 \pm 0,5$ см, в контрольной группе – $3,9 \pm 0,4$ см. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=4,4$; $p<0,001$). В конце эксперимента мы выявили, что результаты бега на 30 м в экспериментальной группе составили $5,8 \pm 0,6$ секунд, а в контрольной группе $5,9 \pm 0,5$ секунд. Это показывает статистически достоверную разницу ($t=2,5$; $p<0,05$). Подтягивания на перекладине в экспериментальной группе составили $5,2 \pm 0,4$ раз, в контрольной группе $4,8 \pm 0,5$ раз, и здесь нами была выявлена статистическая разница ($t=2,7$; $p<0,01$). Прыжки в длину с места в экспериментальной группе составили $163,1 \pm 11,7$ см, а в контрольной группе $156,3 \pm 13,5$ см, в конце эксперимента наблюдалась статистическая разница ($t=2,4$; $p<0,05$).

По результатам специальной физической подготовки, в тесте на демонстрацию захвата за пояс в высокой стойке в экспериментальной группе – $9,9 \pm 1,3$ с, в контрольной группе – $10,5 \pm 0,9$ с. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=3,9$; $p<0,001$). Результаты теста на демонстрацию захвата за пояс в средней стойке в экспериментальной группе – $9,3 \pm 0,9$ с, в контрольной группе – $9,7 \pm 0,8$ с. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=3,2$; $p<0,01$). В тесте на демонстрацию захвата за пояс в низкой стойке в экспериментальной группе – $10,1 \pm 0,9$ с, в контрольной группе – $10,5 \pm 0,8$ с. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=3,3$; $p<0,01$). Результаты теста на демонстрацию поднятия правой ноги с имитацией захвата за пояс, в экспериментальной группе – $13,1 \pm 1,2$ с, в контрольной группе – $12,7 \pm 1,2$ с. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=2,3$; $p<0,05$).

Результаты теста на демонстрацию поднятия левой ноги с имитацией захвата за пояс в экспериментальной группе – $13,3 \pm 1,3$ с, в контрольной группе – $12,9 \pm 1,6$ с. При математико-статистическом анализе была выявлена большая статистическая разница ($t=2,4$; $p<0,05$).

Результаты теста на демонстрацию защиты с имитацией захвата за пояс

в экспериментальной группе – $13,2 \pm 1,5$ с, в контрольной группе – $12,6 \pm 1,3$ см. При математической обработке была выявлена большая статистическая разница ($t=3,3$; $p < 0,05$).

Таблица 8

Сравнительный статистический анализ показателей соревновательной деятельности детей в бельбогли кураш в начале педагогического эксперимента (n=36)

№	Технико-тактические показатели борцов на поясах	Экспериментальная группа n=18		Контрольная группа n=18		t	P
		($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
1	Количество реальных попыток проведения технических действий (ТД) – (m)	$6,1 \pm 0,5$	8,5	$6,3 \pm 0,6$	9,9	1,37	$> 0,05$
2	Количество оцененных попыток проведения ТД- (n)	$4,1 \pm 0,4$	11,7	$3,9 \pm 0,5$	13,2	1,75	$> 0,05$
3	Надежность атаки (На) отношение количества оцененных атак к общему количеству атак- $Na=n/m$	$0,51 \pm 0,06$	13,3	$0,48 \pm 0,05$	10,7	1,59	$> 0,05$
4	Средняя оценка за ТД- (А) это отношение суммы баллов (Е) за ТД ко времени схватки $A=E/t$	$1,4 \pm 0,17$	12,1	$1,5 \pm 0,21$	14,1	1,56	$> 0,05$
5	Уровень атаки (W) произведение средней оценки (А) за ТД на Na - $W=Na*A$	$0,7 \pm 0,09$	12,6	$0,67 \pm 0,06$	9,50	1,80	$> 0,05$
6	Интервал успешной атаки (Иа) это отношение количества оцененных атак (n) ко времени схватки (t) $Ia=n/t$	$1,06 \pm 0,10$	10,2	$1,02 \pm 0,11$	10,9	1,49	$> 0,05$

При проверке соревновательной деятельности при отборе детей в борьбу на поясах, в начале исследования количество реальных попыток проведения технических действий в экспериментальной группе составило $6,1 \pm 0,5$ а в контрольной группе $6,3 \pm 0,6$. При анализе полученных показателей не наблюдалось достоверной разницы между показателями ($t=1,37$; $p > 0,05$). Данный показатель в конце исследования в экспериментальной группе составил $9,2 \pm 0,88$, а в контрольной группе $7,9 \pm 0,80$, достоверность

показателей ($t=6,75$; $p<0,001$).

Количество оцененных попыток проведения технических действий в начале эксперимента, в экспериментальной группе составило $4,1\pm 0,4$, в контрольной группе этот показатель составил $3,9\pm 0,5$, ($t=1,37$; $p>0,05$).

Таблица 9

Сравнительный статистический анализ показателей соревновательной деятельности детей в бельбогли кураш в конце педагогического эксперимента (n=36)

№	Техник харакатлар номи ва формуласи	Эксперимен- тальная группа n=18		Контрольная группа n=18		t	P
		($\bar{x} \pm \sigma$)	V	($\bar{x} \pm \sigma$)	V		
1	Количество реальных попыток проведения технических действий (ТД) – (m)	$9,2\pm 0,88$	9,4	$7,9\pm 0,80$	10,9	6,76	<0,001
2	Количество оцененных попыток проведения ТД- (n)	$6,2\pm 0,82$	13,3	$5,3\pm 0,76$	14,3	4,66	<0,001
3	Надежность атаки (На) отношение количества оцененных атак к общему количеству атак- $Na=n/m$	$0,61\pm 0,06$	10,8	$0,56\pm 0,04$	8,1	3,43	<0,01
4	Средняя оценка за ТД- (А) это отношение суммы баллов (Е) за ТД ко времени схватки $A=E/t$	$2,1\pm 0,27$	13,1	$1,9\pm 0,16$	8,4	3,83	<0,01
5	Уровень атаки (W) произведение средней оценки (А) за ТД на На- $W=Na*A$	$1,4\pm 0,14$	10,2	$1,2\pm 0,17$	14,1	3,64	<0,01
6	Интервал успешной атаки (Иа) это отношение количества оцененных атак (n) ко времени схватки (t) $Иa=n/t$	$1,8\pm 0,20$	11,3	$1,6\pm 0,17$	10,3	3,35	<0,01

Этот показатель в конце исследования, в экспериментальной группе составил $6,2\pm 0,82$, а в контрольной группе $5,3\pm 0,76$, у детей экспериментальной группы были зафиксированы более высокие показатели,

нежели у детей контрольной группы и это подтверждается статистическим анализом ($t=4,66$; $p<0,001$).

Надежность атаки (Na), отношение количества оцененных атак (n) к общему количеству атак (m), $Na=n/m$, результаты этого теста в начале исследования в экспериментальной группе составили $0,51\pm 0,06$, а в контрольной группе $0,48\pm 0,05$ ($t=1,59$; $p>0,05$). В конце исследования в экспериментальной группе эти результаты составили $0,61\pm 0,06$, а в контрольной группе $0,56\pm 0,04$, статистически достоверная разница между показателями ($t=3,43$; $p<0,001$).

Средняя оценка за технические действия - (A) это отношение суммы баллов (E) за технические действия ко времени схватки (t) $A=E/t$, этот показатель в начале исследования в экспериментальной группе составил $1,4\pm 0,17$, а в контрольной группе $1,5\pm 0,21$, между показателями не наблюдалась статистически достоверная разница ($t=1,56$; $p>0,05$). Этот показатель в конце исследования в экспериментальной группе составил $2,1\pm 0,27$, в контрольной группе $1,9\pm 0,16$, по полученным данным наблюдалась статистическая разница ($t=3,83$; $p<0,001$).

Уровень атаки (W) произведение средней оценки (A) за технические действия на Na - $W=Na*A$ в начале исследования в экспериментальной группе составил $0,7\pm 0,09$, в контрольной группе $0,67$. Из полученных данных следует, что не наблюдается статистическая разница ($t=1,80$; $p>0,05$). Этот показатель в конце исследования в экспериментальной группе составил $1,4\pm 0,14$, а в контрольной группе $1,2\pm 0,17$, при статистическом сравнении полученных результатов наблюдалась достоверная разница ($t=3,64$; $p<0,001$).

Интервал успешной атаки (Ia) это отношение количества оцененных атак (n) ко времени схватки (t) $Ia=n/t$, по этому показателю в начале исследования экспериментальная группа показала результат $1,06\pm 0,10$, а контрольная группа $0,90\pm 0,11$, не наблюдалось статистически достоверной разницы ($t=1,49$; $p>0,05$). По этому показателю в конце исследования экспериментальная группа показала результат $1,8\pm 0,20$, а контрольная группа $1,6\pm 0,17$, наблюдалась статистически достоверная разница ($t=3,35$; $p<0,01$).

Основываясь на полученных в начале и конце исследования результатах, была обоснована разработанная методика по оцениванию показателей соревновательной деятельности и технико-тактической подготовки детей в спортивную борьбу на поясах, кроме этого была обоснована эффективность отбора детей при переводе из одной группы в другую занимающихся в детско-юношеских спортивных школах.

ВЫВОДЫ

Основываясь на научно-методической литературе, проведенном исследовании и полученных вследствие него результатах, сформировались следующие выводы:

1. Анализ и обобщение изученной научно-методической литературы по отбору детей в спортивной борьбе на поясах свидетельствует, что в

последние годы в нашей стране и в мире в научных исследованиях по отбору и направлению в спортивные виды были даны предложения и рекомендации, однако в этих исследованиях не были достаточно освещены вопросы разработки и внедрения системы отбора детей именно в спортивный вид борьбы на поясах.

2. При организации и проведении педагогического эксперимента по отбору детей в спортивной борьбе на поясах выявилось, что использование информационных технологий, тот факт, что при отборе в детско-юношеские спортивные школы нашей страны не только по борьбе на поясах, но и по другим видам спорта отсутствует электронная система по вопросам отбора и направления, влияет на проведение мониторинга показателей функциональной подготовки, общей, специальной физической подготовки, результатов соревновательной деятельности борцов на поясах.

3. Разработка этапов отбора детей в борьбу на поясах и внедрение в учебный процесс компьютерной программы, разработанной на основе шести видов показателей (антропометрические показатели, показатели дыхательной системы, параметры сердечно-сосудистой системы, общая физическая подготовка, показатель специальной физической подготовки, фиксация показателей технической подготовки в соревновательной деятельности), математико-статистическая обработка полученных результатов и результаты проверки уровня их достоверности подтверждают эффективность разработанной нами методики. Тот факт, что к концу исследования результаты детей экспериментальной группы ощутимо отличаются от результатов контрольной группы подтверждает эффективность исследования ($P < 0,01$).

4. В течение исследования была разработана шкала оценки контрольных тестов, оценивающих общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку при отборе детей в борьбу на поясах, исходя из их весовой категории. Здесь нормативы были систематизированы с разделением на 3 весовые категории. Было выявлено, что наиболее сильно влияющими на отбор факторами являются функциональная подготовка, антропометрические показатели, физическая подготовка и специальная физическая подготовка, эти показатели являются основными факторами отбора.

5. При заблаговременном прогнозировании увеличения роста при отборе детей в борьбу на поясах, используя таблицу прогнозирования увеличения роста в процентной взаимосвязи с возрастом, разработанную В.Б. Шварцем, С.В.Хрущевым, была создана компьютерная программа, заблаговременно прогнозирующая увеличение роста. Были выявлены типовые росто-весовые показатели борцов на поясах в 8 весовых категориях, участвовавших на чемпионате мира по борьбе на поясах (2016 год). На основе определения модели высококвалифицированных спортсменов путем использования этой программы, засчет заблаговременного прогнозирования роста юных борцов на поясах создается возможность определения модели

росто-весовых показателей при отборе.

6. При отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах, засчет дифференциации возрастных периодов, на вопрос по поводу того, в каком возрастном периоде наиболее эффективна организация отбора, общий результат по анкетам показал следующее, в 9 лет составили 15,9 %, в 10 лет 16,8 %, в 11 лет 20,3 %, в 12 лет 20,6 %, в 13 лет 14,6 %, в 14 лет 11,8 %. Основываясь на полученных результатах, было выявлено, что при отборе детей в борьбу на поясах 11-12 лет являются возрастным периодом, когда юные борцы на поясах могут наиболее полно проявить свои возможности и способности.

7. В результате проведенного педагогического эксперимента было выявлено, что по показателям специальной подготовки после педагогического эксперимента у детей экспериментальной группы наблюдалось улучшение изучаемых показателей. Здесь наиболее значимые важные изменения наблюдались в следующих показателях: в тесте наклоны вперед из положения сидя, в экспериментальной группе - $4,1 \pm 0,58$ см, в контрольной группе - $3,9 \pm 0,46$ см ($t=4,47$; $p<0,001$). Бег на 30 м : в экспериментальной группе $5,8 \pm 0,64$ секунд, в контрольной группе $5,96 \pm 0,75$ секунд ($t=2,55$; $p<0,05$). Подтягивания на перекладине: в экспериментальной группе $5,2 \pm 0,48$ раз, в контрольной группе $4,8 \pm 0,57$ раз ($t=2,79$; $p<0,01$). Прямки в длину с места: в экспериментальной группе $163,1 \pm 11,7$ см, в контрольной группе $156,3 \pm 13,5$ см ($t=2,46$; $p<0,05$). Поднятие правой ноги с имитацией захвата за пояс: в экспериментальной группе - $13,1 \pm 1,2$ с, в контрольной группе - $12,7 \pm 1,3$ с ($t=2,31$; $p<0,05$). Из исследований следует, что экспериментальная программа более эффективна нежели общепринятая программа.

8. Программа отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах дала возможность для определения их общей и специальной физической подготовки. Показатели характеристик силовых способностей борцов выросли на 16,5%. Разработанная компьютерная программа дала возможность определения эффективности волевых качеств при отборе детей в секции борьбы, в соответствии с развитием физических качеств, эффективность составила 12,7%. Компьютерная программа, разработанная для анализа соревновательной деятельности борцов, дала возможность для увеличения эффективности модельных характеристик технико-тактической подготовки борцов на 12,4%.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Использование разработанной нами компьютерной программы, выявляющей при отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах их антропометрические показатели, показатели функциональной подготовки, общей, специальной физической подготовки, движений соревновательной деятельности (технико-тактических показателей), использование её при мониторинге данных, полученных в процессе отбора в секции борьбы на

поясах детско-юношеских спортивных школ, предоставляет следующие возможности:

- оценки, контроля и мониторинга показателей физической подготовки и специальной подготовки при отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах;

- диагностирования недостатков физического развития и физической подготовки при отборе детей в борьбу на поясах и проведения мер по своевременному устранению их;

- при отборе детей в спортивный вид борьбы на поясах дает возможность оценки качества уроков физкультуры в учебных заведениях и оценки системы обучения и качества занятий детско-юношеских спортивных школ.

2. При отборе детей в борьбу на поясах были использованы показатели шести видов. Путем ввода результатов этих показателей в компьютерную программу была создана оценочная шкала. Рекомендуется уделять больше времени детям, показавшим при отборе через эту программу низкий результат, в этом случае рекомендуется увеличить количество необходимых упражнений. Кроме этого показавшие хороший результат борцы на поясах должны иметь возможность продолжить улучшать свои результаты.

3. Была разработана шкала оценки контрольных тестов, оценивающих общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку при отборе детей в борьбу на поясах, исходя из их весовой категории. Здесь, исходя из весовой категории юных борцов на поясах, при выполнении ими нормативов необходимо учитывать сформированность навыков и умений.

4. Использование при отборе детей в борьбу на поясах методики прогнозирования величины их роста, в то же время путем ввода в компьютерную программу роста и возраста (например, определив рост 11 летнего ребенка - 130, умножаем на сто – 13000, делим на указанные в восемнадцать лет 99,5 % - 160,8 см, $130 \times 100 = 13000 : 80,8 = 160,8$ см, это считается конечной точкой увеличения роста), использование этой методики дает возможность определения конечной точки увеличения роста. Кроме этого, если, определив росто-весые показатели высококвалифицированных борцов на поясах, использовать предложенную нами методику, это даст возможность отбора борцов на поясах на основе модельных характеристик.

5. Рекомендуется использование специально разработанных этапов, критериев и нормативов отбора, направленных на совершенствование системы и содержания отбора детей в спортивный вид борьбы на поясах, при внедрении их в учебный процесс детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ-интернатов олимпийского резерва нашей республики, основываться на полученных результатах исследования.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
DSc. 03/30.12.2019.Ped.28.01. in UZBEK STATE UNIVERSITY
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

NAMANGAN STATE UNIVERSITY

XAMIDJONOV ABDULAZIZ USUBJON OGLI

**IMPROVING THE CHILDREN'S QUALIFYING SYSTEM AND
CONTENT IN THE BELT WRESTLING**

13.00.04 - Theory and methodic of physical education and Sport training

**DISSERTATION ABSTRACT OF THE DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD) ON
PEDAGOGICAL SCIENCES**

Chirchik - 2021

The theme of Doctor of Philosophy dissertation (PhD) was registered at the Supreme Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under number B2019.3.PhD/Ped1137.

The dissertation has been prepared at the Namangan state university.

The thesis abstract in three language (Uzbek, Russian and English (summary)) is located on the website (www.uzdjtsu.uz) as well as the information and educational portal at (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor:

Kerimov Fikrat Azizovich
doctor of pedagogical sciences, professor

Official opponents:

Tajibaev Soyib Samijonovich
doctor of pedagogical sciences (DSc), professor

Бакиев Зафар Абдушукурович
condidete of pedagogical science, dotsent

Leading organization::

Urgench State University

The defense of the dissertation will be held on «30» «November» 2021 year at 12⁰⁰ hours at a meeting of the Scientific the Council DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. at the Uzbekistan state university of physical education and sport at the address: 111709, Tashkent region, Chirchik, st. Sportchilar, haus, 19. Tel: (0-370) -717-17-79, 717-27-27, Fax: (0-370) 717-17-76, Website: uzdjtsu@uzdjtsu.uz e-mail: www.uzdjtsu.uz, Uzbekistan state university of Physical Culture and sports, B-block 2nd floor, conference hall

The dissertation can be found in the Information Resource Centre of the Uzbekistan state university of physical education and sport (registerd for 211431) at the address: 111709, Tashkent region, Chirchiq, st. Sportchilar, house 19. Tel: (0-370) -717-17-79, 717-27-27, Fax: (0-370) 717-17-76

Abstract of the dissertation sent «16» «November» 2021 year.

(Mailing Protocol Register No 39 of «16 November» 2021 year)



M.R.Boltabayev
Deputy Chairman of the Scientific Council
awarding scientific degrees,
doctor of economical sciences, professor

M.X.Mirjamalov
Scientific Secretary of the Scientific Council for
awarding of academic degrees (PhD)
doctor of philosopfy, docent

R.M.Matkarimov
Chairman of the Scientific seminar at
Scientific Council for awarding degrees,
condidete of pedagogical science, professor

INTRODUCTION (abstract of PhD thesis)

Aim of the research is to develop suggestions and recommendations for improving the compliance of the qualifying stages, methods and preparation process by taking into account the indicators that affect the effectiveness of the selection of children in belt wrestling.

Object of the research the selection of children for belt wrestling at a sports school in Turakurgan District of Namangan region were carried out as well as the educational process was modified.

Subject of the research is the assessment of the children's qualifying stages, tools, methods, indicators of the initial preparatory process for belt wrestling and the methods of using the monitored control tests.

Scientific novelty of the research is followings:

a new program of qualifying for belt wrestling has been developed on the basis of adaptation of the functional, physical training level of children to the technical elements of the competition of moving games specific to the elements of individual physical training;

a complex integrated assessment scale has been developed for the second stage of qualifying for the diagnosis of five-stage achievements and deficiencies in the evaluation of technical movements, based on the criteria and normative indicators of general, special physical training contingent upon the weight categories of young belt wrestlers;

on the account of the development of model descriptions of control over the dynamics of growth due to weight-bearing indicators in the selection of 11-12-year-old belt wrestlers for multi-year preparatory stages as well as the algorithm for determining the candidate prospects improved;

the number of general and successful attempts to perform the technical actions, the total sum of the accumulated points, the overall average score, the reliability of the attack, the development of complex control of the indicators of the attack level improved the opportunities for qualifying young belt wrestlers.

Implementation of research results. Belt wrestling is based on a single system of data accounting and analysis in improving the system and content of sorting children for sports:

belt wrestling offers to adapt to the technical elements of the competition in the system of selection of children in Belt Wrestling moving games specific to the elements of martial arts which are integrated into the content of the training manual (reference note of the Ministry of Higher and Secondary education of the Republic of Uzbekistan № 375 as of August 30, 2021). As a result, it was found that the descriptive indicators of the strength and abilities of the belted wrestlers increased by 16,5 percent;

the scale of five-stage achievement and diagnosis of shortcomings for the evaluation of technical actions of young belt wrestlers as to weight categories was introduced into practice at a Teenagers' Sports School (reference note of the Ministry of Tourism and sports of the Republic of Uzbekistan № 04-07-08/2303 as of June 7, 2021). As a result, the possibility of assessing technical movements on

the account of adaptation of the weight-height indicators of the belt wrestlers has been improved by 12,7 percent;

Proposals for determining the prospects of exemplary sports in the selection of 11-12-year-old belt wrestlers for multi-year preparatory stages are integrated into the content of the training manual named "Improvement of pedagogical skills in sports" (Certificate 375-007 issued for the order №375 by the Ministry of Higher and Secondary education of the Republic of Uzbekistan). As a result, the effectiveness of fighters' attack efforts has increased by 12,4 percent;

Proposals and recommendations on the complex control of national team wrestlers' technical actions are integrated into the content of the training manual named "improvement of pedagogical skills in sports" (belt wrestling) (Certificate 375-007 issued for the order №375 by the Ministry of Higher and Secondary education of the Republic of Uzbekistan). As a result, the effectiveness of sorting belt wrestlers on the basis of detection and monitoring of technical tactical readiness indicators has increased.

Structure and volume of dissertation. The dissertation work consists of an introduction, four chapters, conclusions and practical recommendations, a list of applications and used literature, the text of which consists of 133 pages, 19 tables and 18 diagrams were used in the study.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИЛМИЙ ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF THE PUBLISHED SCIENTIFIC WORKS

I бўлим [I часть; Ipart]

1. Хамиджонов А.У. Improving the sustem and content of selection of children for the sport of belt wrestling // European journal of research and reflection in educational Sciences. Progressive Academic Publishing. Vol. 8 No. 11. 2020 Part II ISSN 2056-5852 – P. 12-16. [13.00.00. №3].

2. Хамиджонов А.У. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралашнинг назарий ва амалий таҳлили // “Фан – спортга” илмий-назарий журнали, 2020 – №6 – Б.75-77. [13.00.00. №3].

3. Хамиджонов А.У. Белбоғли кураш спорт турига ўқувчиларни саралаш тизими ва мазмуни // Наманган давлат университети илмий ахборотномаси, 2019. – №4 – Б. 277-288. [13.00.00. №3].

4. Хамиджонов А.У. Белбоғли кураш спорт турига болаларни саралаш тизими ва мазмунини такомиллаштириш босқичи // Наманган давлат университети илмий ахборотномаси, 2019 – №4 – Б. 314-317. [13.00.00. №3].

5. Хамиджонов А.У. Белбоғли курашга 9-14 ёшли болаларни саралашда умумумий жисмоний тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўрни ва аҳамияти// Замоний спортда муаммо ва ечимлар: Халқаро илмий-амалий анжуман материаллари – Чирчиқ, 2021. – Б.497-500.

6. Хамиджонов А.У. Белбоғли курашга 9-14 ёшли болаларни саралашда юрак-қон томир тизими, нафас олиш тизими кўрсаткичларининг ўрни ва аҳамияти// Замоний спортда муаммо ва ечимлар: Халқаро илмий-амалий анжуман материаллари – Чирчиқ, 2021. – Б.370-373.

7. Хамиджонов А.У. Спорт турига болаларни саралаб олишнинг ўзига хос хусусиятлари // Мамлакатимиз олий таълим тизимида жисмоний маданият таълими модернизациялаш стратегияси муаммолари ва таълим мазмуни янги моделлари: Республика илмий амалий анжуман. – Фарғона, 2019 – Б.118-119.

8. Хамиджонов А.У. Белбоғли кураш спорт турига ўқувчиларни саралаш тизими ва мазмуни // Мамлакатимиз олий таълим тизимида жисмоний маданият таълими модернизациялаш стратегияси муаммолари ва таълим мазмуни янги моделлари: Республика илмий амалий анжуман. – Фарғона, 2019. – Б.107-109.

II бўлим (II часть; IIpart)

9. Xamidjonov A.U., Artikov Z.S. Sport-pedagogik mahoratini oshirish (Belbog'li kurash) // O'quv qo'llanma. T.: Ilmiy texnika axboroti-press nashriyoti, 2021. – 165 b.

10. Хамиджонов А.У., Азизов Н.Н. Курашчиларни махсус жисмоний тайёргарлигини баҳолаш ва назорат қилиш услублари // Фарзандлари соғлом

юрт қудратли бўлур. Худудий илмий-назарий анжуман материаллари тўплами. – Наманган, 2014. – Б.83-84.

11. Хамиджонов А.У., Бойбоев Б.Б., Ғозиев Н.Р. Кураш машғулотларида статик машқлар қўллаш услубиёти // Бошланғич таълим ва жисмоний маданият йўналишида сифат ва самарадорликни ошириш: муаммо ва ечимлар. – Тошкент, 2015. – Б.72-73.

12. Хамиджонов А.У., Ғозиев Н.Р. Малакали миллий курашчиларнинг техник тайёргарлигида зарб билан йиқитиш усулини бажариш учун тактик ҳаракатларини такомиллаштириш услубияти // Наманган давлат университети илмий ахбороти, 2015 – №1 – Б.516-519.

13. Хамиджонов А.У. Белбоғли курашда курашчининг психологик маънавий ва иродавий тайёрлаш услуби // Наманган илмий ахбороти, 2015 – №1 – Б.594-597.

14. Хамиджонов А.У. Курашчиларда тезкор куч сифатини тарбиялашда статик машқлардан фойдаланиш методикаси // Наманган илмий ахбороти, 2015 – №3 – Б.87-90.

15. Хамиджонов А.У., Азизов Н.Н. Ёш эркин курашчиларни ўқув машғулоти тайёрлашнинг хусусиятлари // Наманган илмий ахбороти, 2016 – №3 – Б.9-12.

16. Хамиджонов А.У., Азизов Н.Н. Ёш эркин курашчиларни тайёрлаш хусусиятлари – Наманган илмий ахбороти, 2016. Махсус сон – Б.13-15.

17. Хамиджонов А.У. The brief history end victorious steps of Uzbek national wrestling are in front of the world // Ўзбекистон Республикаси мустақиллигини 25-йиллигига бағишланган “Биз буюк юрт фарзандларимиз” номли мақолалар тўплами. – Наманган, 2016. – Б.33-35.

18. Хамиджонов А.У. Замонавий ўқув тренировка машғулотларини режалаштиришнинг ўзига хос хусусиятлари // Ўзбекистон ижтимоий-иқтисодий ривожланишида ёшларни ўрни шиори остида “Фарғона водийси ёш олимлари” 1-худудий илмий анжуман материаллари тўплами. – Наманган, 2017. – Б.131-134.

19. Хамиджонов А.У. Курашчиларни ўқув машғулотларини режалаштиришда сифат ва самарадорлигини ошириш йўллари // Наманган илмий ахбороти, 2018. – №3 – Б.87-89.

20. Хамиджонов А.У. Курашчиларнинг ўқув машғулотларини режалаштиришни асосий қонуниятлари // Наманган илмий ахбороти, 2018. – №3 – Б.113-115.

21. Хамиджонов А.У., Азизов М.М. Курашчиларнинг ўқув машғулоти жараёнини режалаштириш ва ўқув машғулоти жараёнидаги муаммо ва ечимлар // Наманган илмий ахбороти, 2016. Махсус сон – Б.20-124.

22. Хамиджонов А.У., Азизов М.М. Ўқув тренировка машғулотларини ташкил этиш услублари // Наманган илмий ахбороти, 2016. Махсус сон – Б.212-215.

Автореферат “Фан спортга” илмий журнали таҳририятида таҳрирдан ўтказилди ва ўзбек, рус ва инглиз тилларидаги матнларнинг мослиги текширилди.

Бичими: 84x60 ¹/₁₆. «Times New Roman» гарнитураси.
Рақамли босма усулда босилди.
Шартли босма табағи: 3,25. Адади 100. Буюртма № 18/21.

Гувоҳнома № 851684.
«Тирограф» МЧЖ босмаҳонасида чоп этилган.
Босмаҳона манзили: 100011, Тошкент ш., Беруний кўчаси, 83-уй.