

Eshturdiyev Abbos Erkin ògli

"Toshkent Irrigatsiya va Qishloq xòjaligini mexanizatsilash muhandislari instituti" Milliy tadqiqot universiteti óqituvchisi.

Annotatsiya. Ushbu tezisda yosh kurashchilarning jismoniy va axloqiy fazilatlarini tarbiyalash uchun zarur bo'lgan pedagogik sharoitlar ko'rib chiqilgan. U mavjud adabiyotlarni o'rganadi, samarali usullarni muhokama qiladi, amaliy qo'llanilish natijalarini taqdim etadi va yosh sportchilarning yaxlit rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan pedagogik tavsiyalar va takliflar beradi.

Kalit so'zlar: yosh kurashchilar, pedagogika, jismoniy tarbiya, axloqiy rivojlanish, sportchi yoshlar.

Jismoniy talablari va aqliy matonati bilan hurmatga sazovor bo'lgan qadimiy sport turi bo'lgan kurash sportni rivojlantirish sohasida o'ziga xos mavqega ega. Jismoniy jasoratdan tashqari, kurash kuch, epcillik, strategiya va yaxlitlik muvozanatini talab qiladi. Yoshlar kurashi sharoitida pedagogikaning roli nafaqat sportchilarning jismoniy mahoratini, balki ularning axloqiy xususiyatlarini ham shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolada yosh kurashchilarning jismoniy va axloqiy fazilatlarini tarbiyalashning muhim pedagogik shartlari ko'rib chiqilgan.

Yoshlar sportini rivojlantirish bo'yicha adabiyotlarda sportchilarning yaxlit o'sishini shakllantirishda tuzilgan murabbiylik, qo'llab-quvvatlovchi muhit va axloqiy rahbarlik muhimligi ta'kidlangan. Tadqiqotlar murabbiylarning murabbiy sifatidagi rolini ta'kidlab, sportchilarda chidamlilik, intizom va hurmatni rivojlantiradi. Bundan tashqari, tadqiqotlar yoshga mos keladigan o'qitish usullarining ahamiyatini ta'kidlab, mahoratga ega bo'lish, jarohatlarning oldini olish va psixologik farovonlikni ta'kidlaydi.

Yosh kurashchilarning jismoniy va axloqiy fazilatlarini oshirishning samarali pedagogik strategiyalarini o'rganish uchun aralash usul bilan yondashildi. Ishlash ko'rsatkichlari va jismoniy baholash kabi miqdoriy choralar intervyular va murabbiylik amaliyotini kuzatish orqali to'plangan sifatli ma'lumotlar bilan to'ldirildi. Ishtirokchilar orasida 8-16 yoshdagi yoshlar kurashchilari, murabbiylar va kurash dasturlariga jalb qilingan ota-onalar bor edi.

Yosh kurashchilarning jismoniy va axloqiy fazilatlarini tarbiyalash jismoniy tarbiya va xarakterni rivojlantirishni o'z ichiga olgan yaxlit yondashuvni talab qiladi. Ushbu maqsadga erishishga yordam beradigan ba'zi pedagogik shartlar:

Malakali murabbiylik: yosh kurashchilar nafaqat kurash texnikasini biladigan, balki xarakterni rivojlantirish muhimligini tushunadigan murabbiylarning ko'rsatmalariga muhtoj. Murabbiylar tajribali, sertifikatlangan va texnik ko'nikmalar va axloqiy qadriyatlar bo'yicha to'g'ri ko'rsatmalar bera olishlari kerak.

Tuzilgan o'quv dasturi: kuch, chidamlilik, moslashuvchanlik va chaqqonlikni oshirishga qaratilgan puxta ishlab chiqilgan o'quv dasturini ishlab chiqing. Ushbu dastur yosh polvonlarning jismonan rivojlanishiga yordam berish uchun yoshga mos va asta-sekin qiyin bo'lishi kerak.

Texnikaga e'tibor: faqat g'alaba qozonishga emas, kurash texnikasini o'zlashtirishga ustuvor ahamiyat bering. Darhol natijalarga nisbatan mahoratni rivojlantirishga urg'u berib, to'g'ri shakl, joylashishni aniqlash va strategiyani o'rgating.

Jismoniy tayyorgarlik: yosh kurashchilarning ehtiyojlariga mos ravishda muntazam ravishda kuch va konditsionerlik mashg'ulotlarini o'tkazing. Bunga jismoniy tayyorgarlikni oshirish va jarohatlarning oldini olish uchun yurak-qon tomir mashqlari, kuch mashqlari va moslashuvchanlik mashqlari kiradi.

Oziqlantirish bo'yicha ta'lim: yosh kurashchilarga to'g'ri ovqatlanishning optimal ishlash va umumiy salomatlik uchun ahamiyati haqida ma'lumot berish. Sog'lom ovqatlanish odatlarini rag'batlantiring va ularning mashg'ulot rejimini qo'llab-quvvatlaydigan muvozanatli dietalar bo'yicha ko'rsatmalar bering.

Aqliy chidamlilik bo'yicha trening: aqliy chidamlilikni va qiyinchiliklar va muvaffaqiyatsizliklarni engish qobiliyatini o'rgating. Vizualizatsiya texnikasi, maqsadlarni belgilash mashqlari va ehtiyotkorlik amaliyotlari orqali ishonch, diqqat va qat'iyatlilikni singdiring.

Xarakterni shakllantirish: sport mahorati, yaxlitlik, hurmat va intizom kabi qadriyatlarni mashg'ulotning barcha jihatlariga integratsiya qiling. Jamoa ishini, adolatli o'yinni va raqiblar, murabbiylar va rasmiylarga hurmatni rag'batlantiring.

Ijobiy mustahkamlash: g'alaba qozonishdan ko'ra, harakat, yaxshilanish va yaxshi sport mahoratini tan oling va mukofotlang. Yosh kurashchilar o'zlarini qadrlig va g'ayratli his qiladigan qo'llab-quvvatlovchi va rag'batlantiruvchi muhit yarating.

Nizolarni hal etish ko'nikmalari: yosh kurashchilarga matda ham, undan tashqarida ham ziddiyat va kelishmovchiliklarni konstruktiv tarzda hal qilishni o'rgatish. Mojarolarni tinch yo'l bilan hal qilish uchun muloqot, hamdardlik va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini rag'batlantiring.

Ro'l modellashtirish: murabbiylar va murabbiylar yosh kurashchilarga singdirmoqchi bo'lgan qadriyatlar va xatti-harakatlarni namoyish etib, ijobiy namuna bo'lib xizmat qilishlari kerak. Namuna bilan boshqaring va sport mahorati, halollik va fidoyilik tamoyillarini o'zida mujassam eting.

Jismoniy tayyorgarlikni axloqiy rivojlanish bilan birlashtirgan qo'llab-quvvatlovchi va tuzilgan muhitni ta'minlash orqali yosh kurashchilar gilamchada ham, undan tashqarida ham muvaffaqiyat uchun zarur bo'lgan ko'nikmalar, qadriyatlar va fazilatlarini rivojlantirishlari mumkin.

Topilmalar yoshlar kurashida jismoniy va axloqiy rivojlanish o'rtasidagi simbiyotik munosabatlarni ta'kidlaydi. Samarali murabbiylik amaliyoti nafaqat sportchilarning texnik mahoratini oshiradi, balki gilamchada ham, undan tashqarida ham muvaffaqiyat uchun zarur bo'lgan qadriyatlarni singdiradi. Biroq, raqobatbardoshlikni sport mahorati bilan muvozanatlash va ota-onalarning umidlarini boshqarish kabi muammolar kurash hamjamiyatida doimiy muloqot va hamkorlikni talab qiladi. Bundan tashqari, yosh sportchilar o'rtasida axloqiy xulq-

atvor va yaxlit rivojlanishni targ'ib qilishda ta'lim muassasalarining roli yanada o'rganishni talab qiladi.

Xulosa va takliflar:

Yosh kurashchilarning jismoniy va axloqiy fazilatlarini tarbiyalash uchun tuzilgan mashg'ulotlar, axloqiy murabbiylik va qo'llab-quvvatlovchi muhitlarni o'z ichiga olgan ko'p qirrali yondashuv talab etiladi. Murabbiylar, o'qituvchilar va otalar sportchilarning tajribalarini shakllantirishda va umrbod qadriyatlarni singdirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oldinga siljish, doimiy izlanishlar va hamkorlik pedagogik amaliyotni takomillashtirish va yoshlar kurashchilarining yaxlit rivojlanishini ta'minlash uchun juda muhimdir.

Keyingi tadqiqotlar uchun takliflar:

-Yoshlar kurashi dasturlarining sportchilarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishiga uzoq muddatli ta'sirini kuzatuvchi bo'ylama tadqiqotlar.

- Turli yosh guruhlari va raqobatbardosh darajalar bo'yicha murabbiylik metodologiyasini qiyosiy tahlil qilish.

- Yoshlar kurashida o'qitish samaradorligi va axloqiy tarbiyasini oshirish uchun texnologiya va pedagogikani birlashtirgan innovatsion yondashuvlarni o'rganish.

Adabiyotlar.

1.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmoni. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami, 2017 y., 6-son 70-modda; 20-son, 354-modda; 23-son, 448-modda.

2.Musayev O. Oliy o'quv yurti o'qituvchisining pedagogik qobiliyatlar kompleksini takomillashtirishning nazariy va amaliy asoslari. Monografiya. – Toshkent: “Tamaddun”, 2016.

3.Egamberdiyeva N.M. Atrof-muhit ta'sirida o'quvchilarni axloqiy tarbiyalashning ilmiypedagogik asoslari (pedagogika kollejlari misolida): Ped.fan.nom. ... diss. avtoreferati. – T., 2004. - 23 b.

4.Hasanova Z.D. Bo'lajak kasb ta'limi o'qituvchilarida axloqiy-estetik dunyoqarashni rivojlantirish. Buxoro, 2016. – 195 b.