

олинган кўникмаларни ўз касбий фаолиятларига ўтказиб, бирмунча муваффақиятларга эришганлар. Ижодий ёшлар уюшмаларининг қўллаб-қувватлаш ҳозирда катта лавозимларни эгаллайдилар ёки мукаммал мутахассислардир, раҳбарлари ва ишдаги ҳамкасбларидан яхши баҳо оладилар, баъзилари тадбиркорлик билан шуғулланиб, ўз бизнесини очганлар. Дарсдан ташқари тадбирларда иштирок этиш уларга ўз комплексларини енгишга, янги истеъдод ва қобилиятларни кашф этишга, мулоқот маҳоратини оширишга, низоли вазиятларни бартараф этиш, ҳаётий устуворликларни белгилаш ва умуман жамиятда ўз ўрнини топишга ёрдам беради [3:2].

Олинган маълумотлар шуни кўрсатадики, муваффақиятга эришиш мотивацияси машғулотлар давомида шаклланади, аммо дарсдан ташқари машғулотларда иштирок этаётган талабалар учун у биринчи йили намоён бўлади ва дарсдан ташқари ишларга жалб қилинмаган талабалар учун бу жараён секинроқ ва муваффақиятга эришиш мотивацияси уларнинг анча кичик сонида намоён бўлади.

Шу билан бирга ОТМларда дарсдан ташқари ишларнинг ижобий томонлари билан бирга салбий томонлари ҳам мавжуд. Шундай қилиб, сўров натижалари шуни кўрсатадики, талабалар кўнгил очар фаолиятини афзал кўрадилар. Тақлиф этилаётган иш шаклларининг кўпчилиги ОТМда таълим жараёнининг айрим йўналишлари мақсад ва мазмунига мос эмас.

Шундай қилиб, бўлажак мутахассисларнинг ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигини шакллантириш учун дарсдан ташқари ишларни такомиллаштириш,

умуман тарбиявий ишларнинг шакл ва усуллари янгилаш зарур.

Дарсдан ташқари ишларнинг тизимлилиги ОТМда талабалар билан ишлашнинг мақсад, вазифалари ва тамойиллари ҳамда уни ташкилий-услубий қўллаб-қувватлаш механизмлари баён қилиниши лозим бўлган дарсдан ташқари ишларнинг ишлаб чиқилган яхлит концепциясининг таъминланганлиги билан берилади. Шу билан бирга, бу нуқтаи назардан «таъминлаш» атамаси моддий воситалар билан ишлаш маъносида эмас, балки таълим вазифаларини ҳал қилиш йўллари сифатида қўлланилади: масалан, ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигининг шаклланишини келажакдаги касбий муваффақият учун асос сифатида таъминлаш [5:27].

Шу мақсадда ОТМда мувофиқлаштирувчи тузилмалар – бошқарув ёки ўқув-дарсдан ташқари ишларни ташкил этиш бўлимлари, ёшлар марказлари ва бошқалар ишини такомиллаштириш лозим. дарсдан ташқари ишларни ташкил этувчиларнинг самарадор-лигининг шартли уларнинг касбий компетентлиги, яъни талабалар билан ишлашнинг мақсадга мувофиқ ва хилма-хил турлари ва шакллари тизимини туза олишидир.

Хулоса қилиб айтганда, ОТМда «талаба - ривожлантирувчи таълим муҳити - дарсдан ташқари тадбирлар» тизимининг яратилиши ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигини шакллантириш муаммосини ҳал этишга кўмаклашади ва пировардида ОТМ битирувчиларининг келажакдаги касбий муваффақиятларига олиб келади.

Адабиётлар

1. Деркач А.А. Развитие акмеологии: достижения, проблемы, перспективы. // Народное образование. №3. 2020. –С. 57-64.
2. Зимняя И.А. Компетентный подход. Каково его место в системе подходов к проблемам образования? // Высшее образование сегодня. 2006. № 8. –С. 20–26.
3. Исследование гуманитарных систем. Вып.1. Теория педагогической системы Н.В.Кузьминой: генезис и следствия / Под ред. В.П.Бедерхановой, сост. А.А.Остапенко. –Краснодар: «Парабеллум», 2013. –С. 90.
4. Сенашенко В.С., Конькова Е.А. Студенческие организации как инструмент формирования социально-воспитательной среды вуза. // Университетское управление: практика и анализ. 2011. №3. –С. 75-81.
5. Шадриков В.Д. Новая модель специалиста: инновационная подготовка и компетентный подход. . –М.: // Высшее образование сегодня 2004. №8. –С. 26-31.
6. Harrold R. Curricular and Extra-curricular Work. // The Bulletin. 2002. March.

РЕЗЮМЕ

Мақола талабаларнинг ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигининг шаклланиши битирувчиларнинг бўлажак касбий фаолияти муваффақиятига таъсири таҳлилига бағишланган. Касбий муваффақиятни тушунишда турли ёндашувлар таҳлил қилиниб, асосий омил сифатида ижтимоий фаол фуқаролик компетентлиги қаралади. Талабаларнинг ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигининг таркибий қисмларини шакллантиришга, уларнинг қадриятларни англаш ва муваффақиятга эришиш учун мотивация сифатида дарсдан ташқари ишларнинг таъсирини ўрганиш асосида, ижтимоий фаол фуқаролик компетентлигини шакллантиришга таъсири ҳақида хулоса чиқарилади.

РЕЗЮМЕ

Статья посвящена анализу влияние социально активной гражданской компетентности, формируемой у студентов, на успешность будущей профессиональной деятельности выпускников. Анализируются различные подходы к пониманию профессиональной успешности, в качестве основного фактора рассматривается социально активная гражданская компетентность. На основе изучения влияния внеучебной деятельности на формирование таких составляющих социально активной гражданской компетентности студентов, как сознание своих ценностей и мотивации достижения успеха, сделан вывод о влиянии внеучебной деятельности на формирование социально активной гражданской компетентности.

SUMMARY

The article is devoted to the analysis of the influence of socially active civic competence formed in students on the success of the future professional activity of graduates. Various approaches to understanding professional success are analyzed, socially active civic competence is considered as the main factor. Based on the study of the influence of extracurricular activities on the formation of such components of socially active civic competence of students as the consciousness of their values and motivation for success, the conclusion is made about the influence of extracurricular activities on the formation of socially active civic competence.

КОМПЕТЕНТЛИК ТУШУНЧАСИ ВА УНИНГ ҲАРБИЙ ПЕДАГОГЛАР ФАОЛИЯТИДАГИ ЎРНИ

Г.Х.Жарылкасынова – катта ўқитувчи
Жамоат ҳавфсизлиги университети

Таянч сўзлар: инновация, Интернет-ресурс, интеграция, компетенция, компетентлик, касбий компетентлик, коммуникация, масофавий таълим.

Ключевые слова: инновация, Интернет-ресурс, интеграция, компетенция, компетентность, профессиональная компетентность, коммуникация, дистанционное обучение.

Key words: innovation, Internet resource, integration, competence, professional competence, creativity, linguistics, distance learning, pragmatics sociolinguistics.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2012 йил 10 декабрдаги “Чет тилларни ўрганиш тизимини янада

такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПҚ-1875-сонли қарорида мамлакатда чет тилларга

ўқитишнинг комплекс тизими, яъни уйғун камол топган, ўқимишли, замонавий фикрловчи ёш авлодни шакллантиришга, республиканинг жаҳон ҳамжамиятига янада интеграциялашувига йўналтирилган тизим яратилганлиги шунингдек, Мустақиллик йилларида республикамизда 51,7 минг нафардан зиёд чет тиллар ўқитувчилари тайёрланганлиги, умумтаълим мактаблари ўқувчилари учун инглиз, немис ва француз тиллари бўйича мультимедиа дарсликлари, бошланғич синфларда инглиз тилини ўрганиш бўйича электрон ресурслар тайёрланганлиги ҳамда умумтаълим мактаблари, касб-хунар коллежлари ва академик лицейларда 5 мингдан кўпроқ лингвфон кабинетлари жиҳозланганлиги қайд этилган.

Шу билан бирга, таълим стандартлари, ўқув дастурлари ва дарсликлар замон талабларига, хусусан, илғор ахборот ва медиа-технологиялардан фойдаланиш борасидаги талабга тўлиқ жавоб бермаслиги, таълим асосан анъанавий услубларда олиб борилиши таъкидлаб ўтилган.

Ушбу қарорнинг туб моҳияти, – “Замонавий педагогик ва ахборот-коммуникация технологияларидан фойдаланган ҳолда ўқитишнинг илғор услубларини жорий этиш йўли билан, ўсиб келаётган ёш авлодни чет тилларга ўқитиш, шу тилларда эркин сўзлаша оладиган мутахассисларни тайёрлаш тизимини тубдан такомиллаштириш ҳамда бунинг негизида, уларнинг жаҳон цивилизацияси ютуқлари ҳамда дунё ахборот ресурсларидан кенг қўламда фойдаланишлари, халқаро ҳамкорлик ва мулоқотни ривожлантиришлари учун шарт-шароит ва имкониятлар яратиш”га қаратилган [7].

Мазкур йўналишдаги устувор вазифаларни бажарилишини таъминлаш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2013 йил 8 майдаги “Ўзлуксиз таълим тизимининг чет тиллар бўйича давлат таълим стандартини тасдиқлаш тўғрисида”ги 124-сонли қарори қабул қилинишини мамлакатда олиб борилаётган ушбу йўналишдаги ислохотларнинг мантикий давоми сифатида қараш мумкин [3].

Таълим ва фан соҳасида юқори даражаларга эришиш, шу йўналишда ислохотлар самарадорлигини ошириш кўп жиҳатдан ва таълим муассасалари интеллектуал салоҳиятдан унумли фойдаланишга ҳамда педагог кадрлар касбий компетентлигини оширишга боғлиқдир.

Шунинг учун, таълим тизимининг барча босқичларида чет тилларни ўзлуксиз ўрганишни ташкил қилиш, ўқитувчилар малакасини ошириш хусусан, хорижий тил ўқитувчиси компетентлигини ошириш ҳамда таълим жараёнини замонавий ўқув-услубий материаллар билан таъминлашни янада такомиллаштириш муҳим аҳамиятга эга.

Педагог кадрлар касбий компетентлигини ошириш ўзига хос хусусиятларга эга бўлиб, кадрлар салоҳияти, таълим муассасалари моддий техника базаси, мавжуд ички имконият - ишлаб чиқариш ва ижтимоий инфратузилма объектларининг мавжудлиги ва жойлашишига бевосита боғлиқ бўлади. Бу эса, мазкур йўналишни устувор ривожлантиришга нисбатан алоҳида ёндашувни тақозо этади. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2013 йил 8 майдаги “Ўзлуксиз таълим тизимининг чет тиллар бўйича давлат таълим стандартини тасдиқлаш тўғрисида”ги 124-сонли қарори асосланган ҳолда чет тилини, хусусан инглиз тилини ўрганишга табақалашув асосида ёндашиш, уни ўрганишни турли босқичларга

бўлиб, европа таълим тизимида қўлланадиган тизимга мослаштириш ўқитувчи касбий компетентлигини оширишда қулай имкониятлар яратади.

Тадқиқотлар таҳлили шуни кўрсатадики, педагог кадрлар касбий компетентлигини ошириш масалалари турли даврларда хорижий ва мамлакатимиз олимлари томонидан ҳар хил йўналишларда ўрганилган.

Умуман, “компетентлик” ва “компетенция” тушунчалари мазмун-моҳияти ўрганилар экан, ушбу тушунчаларни айнан ўхшаш, ўзаро боғлиқ бўлган тушунчалар сифатида қўлланилиши ҳамда дифференциал ва интеграл хусусиятлари билан фарқлиниши педагог олимлар томонидан таъкидлаб ўтилган. Бир қатор илмий ишларда “компетентлик” ва “компетенция” тушунчаларининг психологик, педагогик моҳияти, компетентли ёндашув, профессионал компетентликни ривожлантириш масалалари атрофлича ўрганилган.

Жумладан, А.Хуторский “компетентлик” тушунчасининг амалиётга киритилиш талабларига назарий билимлар тўпламини эгаллаб, аниқ вазифа ёки ҳолатларни ҳал қилишда, уларни жорий қилишда дуч келадиган жиддий қийинчиликларни ҳал қилишда катта аҳамият касб этади, - деб ҳисоблайди.

В.Д.Щадриков илмий изланишларида ўқитувчининг шахсий сифатлари, фаолият мақсад ва вазифаларини белгилаш, ўқув фаолияти мотивацияси, ахборот компетентлиги, касбий фаолият дастурларини ишлаб чиқиш ва ўқув жараёнини ташкил қилиш каби сифатларни киритган ҳолда компетентлик тушунчасига ёндашиш масалаларига кенг эътибор қаратилган.

И.А.Зимняя эса, компетентликнинг асосий учта гуруҳини ажратиб кўрсатади:

- ҳаёт фаолияти субъекти ҳисобланувчи шахснинг ўзига тааллуқли бўлган компетентлиги;
- инсоннинг бошқалар билан ўзаро алоқаларига тааллуқли бўлган компетентлиги;
- инсон фаолиятининг барча турлари ва шаклларида намойён бўладиган компетентлик.

Ҳарбий педагоглар ўзи яшаб турган мамлакат халқларининг анъана ва урф-одатларидан хабардор бўлиши, ишлаб чиқариш тараққиёти ва хусусиятлари тўғрисидаги ахборотларга эга бўлиши ва уларни билиши, шу билан биргаликда ушбу ахборотлардан ўзининг таълим-тарбиявий ишларида фойдаланиши зарур.

Таълимда замонавий ахборот-коммуникация технологиялари ютуқларидан фойдаланиш, ўз навбатида мавжуд тўпланган маълумот, ахборотлар устида ишлаш, уларни таҳлил қилиш, тушунириш ҳамда ундан фойдаланишни билиши керак. Компетентли ёндашувнинг яна бир муҳим томони глобаллашув жараёнида ўқитувчининг ўз устида ҳар доим мустақил ишлаши, ахборот коммуникация-технологияларининг сўнгги янгиликларини муттасил ўзлаштириб бориши керак бўлади.

Таълимда замонавий ахборот ва коммуникация технологияларини кенг жорий этилиши: фан соҳаларини ахборотлаштиришни, ўқув фаолиятни интеллектуаллаштиришни, интеграция жараёниларини чуқурлаштиришни, таълим тизими инфратузилмаси ва уни бошқариш механизмларини такомиллаштиришга олиб келади.

Таълимни ахборотлаштириш деганда –таълим-тарбиянинг психологик-педагогик мақсадларини амалга оширишда замонавий ахборот технологияларидан фойдаланиш, таълим тизимида электрон ахборот-таълим муҳитини ташкил этиш, таълим соҳасининг электрон ахборот-таълим ресурсларини яратиш, компьютер технологияларини жорий қилиш амалиёти ва методологияси билан таъминлаш назарда тутилади.

Ҳарбий педагоглар касбий компетентлигини ҳозирги замон талаблари даражасида ривожлантириш, уларда зарурий билим, кўникма ва малакаларни, замонавий педагогик ва ахборот-коммуникация технологияларидан унумли фойдаланган ҳолда шакллантириш муҳим вазибалардан биридир. Хорижий тил ўқитувчиси касбий компетентлигини ривожлантиришнинг узлуксиз ахборот-методик таъминотини ишлаб чиқиш муаммоларига доир тадқиқотга мурожаат этиш узлуксиз таълим тизими шароитида ўқитувчиларнинг касбий компетентлигини такомиллаштириш йўллари излаб топиш шунингдек, ўқитувчиларга услубий ёрдам кўрсатиш йўлида ахборот-коммуникацион технологиялари ролининг ўсиб бораётганлиги билан изоҳланади.

Ҳозирги вақтда ўқитишнинг замонавий техник воситалари (компьютерлар, мультимедияли ўқитиш дастурлари, интернет-ресурслар)ни ахборот маълумотлари эҳтиёжларига мос равишда қўлланилиши таълим самарадорлигини оширишга ҳамда уни янги сифат даражаларига олиб чиқишга имконият яратиб бермоқда.

Замонавий таълим тизими талаблари асосида ўқитувчилар фаолиятини ташкил этиш шакл ва методларини такомиллаштиришда АКТ имкониятларидан фойдаланиш муҳим аҳамият касб этади. Жумладан, АКТ воситалари асосида масофавий таълимни ташкил этиш каби ўқитишнинг янги шакллари шулар жумласидандир. Таълим муассасаларини янги замонавий техника воситалари билан таъминланиши ва таълим тизимини ахборотлаштирилиши педагогик кадрларни тайёрлаш ҳамда уларнинг мазкур техник воситалардан фойдаланиш бўйича компетентлигини оширишга ҳам алоҳида ёндашишни талаб этади.

Е.С.Полат илмий изланишларида, XXI асрнинг бошларида меҳнат бозорида ўз фаолиятида ахборот-коммуникацион технологиялар имкониятларида юқори даражада фойдалана оладиган, компетентли “масофавий таълим ўқитувчиси” касбига талаб жуда юқори бўлиши башорат қилинади.

Бироқ, масофавий таълим тизими учун педагог кадрлар тайёрлаш масаласи бугунги куннинг асосий муаммоларидан бири ҳисобланади. Узлуксиз педагогик таълим тизими учун мутахассислар тайёрлаш йўлларида бири бу, ўқитувчиларнинг Интернет тармоқлараро касбий мулоқотларини ташкил этиш деб қараш мумкин. Шу боис, бугунги кунда жамият учун касбий компетентлик даражаси юқори ва аиниқса, ахборот-коммуникация технологиялари бўйича базавий компетенцияга эга бўлган мутахассислар зарур бўлади.

Интернет ҳарбий педагогларига мамлакатимиз ва чет эл таълим тизимига доир ҳар хил маълумотлар, масофавий курслар, виртуаль конференциялар, касбий мулоқот, тажриба алмашиш каби таълим-тарбия жараёни билан боғлиқ маълумотларни олиш ҳамда улар устида ишлаш имкониятларини беради. Лекин, кўпчилик ўқитувчилар керакли маълумотларни қандай, қайси йўл билан топиш ва интернет ресурсларидан

касбий фаолиятида қандай фойдаланишни билмайдилар. Шунинг учун Интернет тармоқларидан фойдаланиш бўйича кўпгина тадбирлар баъзи ҳолларда тарқоқ ва тизимлаштирилмаган характерга эга бўлади.

Умуман, ҳарбий педагогларнинг тармоқдаги фаолияти, уларнинг яратилган ахборот-методик ресурсларидан фойдаланиш ишлари ҳали етарли ташкил этилмаган. Жамиятнинг бугунги асосий талабларидан келиб чиқиб, ҳарбий педагогларнинг касбий компетентлигини такомиллаштиришга йўналтирилган ахборот-методик тизим шаклланмаган ва илмий-методик жиҳатдан асосланмаган.

Шу боис, узлуксиз таълим тизимида АКТ имкониятларидан фойдаланган ҳолда ҳарбий педагогларнинг касбий компетентлигини ривожлантириш зарурияти ҳамда уларнинг касбий компетентлигини такомиллаштиришга йўналтирилган ва илмий-методик жиҳатдан асосланмаганлиги билан боғлиқ муаммоларни ҳал этиш мақсадида хорижий тил ўқитувчиларининг тармоқдаги ахборот-методик тизимини ишлаб чиқиш муҳим аҳамиятга эга. Ҳозирги вақтда ахборотлар таъсир доирасининг тезлик билан ўсиши, инсонларнинг ҳар томонлама ўз устида ишлаши ҳамда уларнинг рақобатбардош, кўниқувчан ва талабчан кадрлар бўлишини ўз-ўзидан талаб этмоқда. Шу нуқтаи назардан, дунёдаги ривожланган мамлакатлар сингари мамлакатимиз таълим тизимида фаолият юритаётган кадрлар ҳам ижтимоий, иқтисодий ва сиёсий ҳаётда юқори билимга эга бўлишлари ҳамда ҳар томонлама компетентли бўлишлари зарур.

Замонавий ахборот-коммуникация технологиялари ютуқларидан фойдаланиш, ўз навбатида мавжуд тўпланган маълумот, ахборотлар устида ишлаш, яъни уларни таҳлил қилиш, тушунтириш ҳамда ундан фойдаланиш ёки фойдаланмаслик ҳақида қарор қабул қилишни билиш хорижий тил ўқитувчиси компетентлигини ривожлантиришга таъсир этувчи омиллардан ҳисобланади. Компетентли ёндашувининг яна бир муҳим томони глобаллашув жараёнида ўқитувчининг ўз устида мустақил ишлаши, ахборот коммуникация технологиялари сўнгги янгилекларини муттасил ўзлаштириб бориши керак бўлади.

Юқорида таъкидланган фикрларни таҳлил қилсак, касбий компетентлик – ўқитувчининг шахсий сифатлари, фаолият мақсади ва вазибаларини белгилаш, ўз навбатида уларнинг қаторига замонавий ахборот коммуникация технологияларни қўллаш олиш, ўзига хос тадқиқотчилик қирралари ҳам қўшилиши, мазкур тушунчанинг моҳиятан тўлиқ изоҳланишига имкон беради.

Ҳарбий педагоглар компетентлигини оширишда ахборот-методик таъминотининг аҳамияти ва унинг ўзига хос хусусиятлари тадқиқ қилинар экан, “Ҳарбий педагогларнинг касбий компетентлиги – унинг касбий билим кўникмаси, шахсий сифатлари, фаолият мақсад ва вазибаларини белгилаш, замонавий ахборот коммуникация технологияларини қўллаш олиш қобилияти ва профессионал тайёргарлигини белгиловчи сифат кўрсаткичидир” – деб, ифодалаш мақсадга мувофиқ бўлади.

Адабиётлар

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2012 йил 10 декабрдаги “Чет тилларни ўрганиш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПҚ-1875-сонли қарори.
2. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2013йил 8 майдаги “Узлуксиз таълим тизимининг чет тиллар бўйича давлат таълим стандартини тасдиқлаш тўғрисида”ги 124-сонли қарори.
3. Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами, 2013 йил., 20-сон, 251-модда
4. Маматқулов Х.А. Ҳарбий педагогларда хорижий тиллар бўйича касбий компетентликни ривожлантиришнинг ахборот-методик таъминотини такомиллаштириш. Монография. – Тошкент вилояти: Harbiy-texnik instituti bosmaxonasi, 2018. 240-б.
5. Зимняя И.А. Психология обучения неродному языку. – М.: Русский язык, 1989, –С. 220.
6. Полат Е.С. Теория и практика дистанционного обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. –С. 416.
7. / “Халқ сўзи”, 11.12.2012 йил., 240 (5660)-сон.
8. Хуторский А.В. Деятельность как содержание образования. // “Народное образование”. –Москва: 2003. № 8. -С. 107-114.

9. Маматкулов Х.А. Ҳарбий педагогларнинг инглиз тили бўйича касбий компетентлигини ривожлантиришда мустақил таълимнинг ўзига хос хусусиятлари // ТДПУ ахборотнома. – Тошкент: 2019. № 1. 216-221-б.

РЕЗЮМЕ

Маколада курсантларнинг ахборот-коммуникация технологияларидан фойдаланган ҳолда хорижий тил бўйича касбий компетентлигини ошириш муаммолари ва ахборот-таълим муҳитини яратиш шарт-шароитлари ёритилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются проблемы повышение уровня профессиональной компетентности курсантов по иностранному языку с применением информационно-коммуникационных технологий и условия создания информационно- образовательной среды.

SUMMARY

The article discusses the content of normative model of cadet's competency, displaying scientifically based composition of professional knowledge and skills and here we can see pedagogical condition and developing level of professional competence of foreign languages teachers.

CONSTRUCTION AND PLANNING OF TRAINING LOADS OF HIGH - QUALIFIED FEMALE FIGHTERS OF FREESTYLE WRESTLING

Q.T.Jumaniyazov – *assistant teacher*

Sh.J.Koshanov – *student*

Nukus state pedagogical institute named after Ajiniyaz

Tayanch so'zlar: erkin kurash, umumiy jismoniy tayyorgarlik, maxsus jismoniy tayyorgarlik, mikrotsikl, texnik-taktik xarakterlar.

Ключевые слова: вольная борьба, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, микроцикл, техника-тактическая действия.

Key words: freestyle wrestling, general physical preparation, sectional physical, micro cycle, technique-tactical action.

The novelty of the research: The immense popularity of the types of martial arts for women in many countries around the world, a significant increase in the skills of athletes and a high level of achievements in the international arena have identified significant development prospects and predetermined the inclusion of some of them in the program of the Olympic Games. In particular, women's freestyle wrestling among the sports included in the Olympics. The intensive development of women's wrestling strongly demanded its inclusion in the Olympic program [2].

High athletic results of athletes cannot stop at the achieved level due to the ever-increasing competition in women's wrestling. In particular, it is known that in the practice of women's wrestling coaches, who worked previously with men, transfer the methods of training men-wrestlers to the training process of female wrestlers, virtually without any changes, without taking into account the characteristics of their body and sports training. As the authors note (A.V.Ivanov 1994, F.A.Kerimov 2007, and others), this is the cause of gross pedagogical errors, which may result in unstable sports results, injuries and a decrease in women's interest in wrestling [3]. In the system of improving the training of highly skilled female wrestlers, a deeper understanding of the scientific and methodological experience gained in the field of women's sports in general and a reasonable transfer of it to the female, conducting of special studies to establish effective ways of building training loads for athletes to achieve high sports results without negative consequences for their health are necessary [4].

The aim of the research:

Planning of training loads of highly qualified sports-women of women's freestyle wrestling based on the rational construction of the means of General Physical Preparation (GPP) and Specific Physical Preparation (SPP).

The tasks of the research: 1. To study the main trends of competitive activity in women's freestyle wrestling. 2. To determine the level of general and specific physical preparation of women wrestlers. 3. To develop and experimentally substantiate the program of stages of direct preparation for competitions, based on a rational ratio of general and specific physical preparation of women freestyle wrestlers [1].

The pedagogical experiment was conducted from 2006–2007 with the aim of testing the developed program of building training loads in the preparatory period on the basis of a rational ratio of the GPP and the SPP.

In the pedagogical experiment, a scheme was chosen for the stages of direct preparation for competitions, which, in addition to the traditional 2 stages preparation, included a 10-day micro cycle. This micro cycle preceded the centralized preparation for the competition [4].

As a result of the experiments, a program for constructing training loads in the preparatory period was tested on the basis of a rational ratio between the level of physical and specific physical preparation at the stages of pre-competitive preparedness of athletes. At the core of the program should be considered a proposal on the need to improve aerobic mechanisms to the stages of centralized training. For this purpose, a decentralized 10-day training plan was developed for candidates for the national team. The percentage distribution of means at this stage of the "home" training was as follows: the GPP means - 26% and the SPP means - 30%. Such a preliminary orientation of the training process allows in the first micro cycles of pre-competition preparation to provide a soft transition to a tough and intensive training program of the final stages of preparation [5].

Based on the analysis of competitive activity of freestyle wrestlers, allowed determining trends in women's freestyle wrestling. So, for example, the percentage distribution of technical actions showed a lack of receptions in the women's freestyle wrestling with a maximum (five-point) grade and an insignificant number of moves with a 3-point assessment. According to the analysis of competitive activity, the following distribution of technical and tactical actions is shown: techniques with a rating of 1 point - 62.3%, techniques with a rating of 2 points - 30.1%, techniques with a rating of 3 points - 7.6%, techniques with a rating of 5 points - 0% [5].

Conclusion: The experimental program for building effective training loads of pre-competitive training reasoned on monitoring the readiness level of female wrestlers at the stages of preparing for competitions, the increase in readiness amounted to an average of 32.8% [1].

References

1. Тумаян Г.С. Спортивная борьба: Отбор и планирование. -М.: 1984
2. Купцова А.П. Спортивная борьба. Учебник для ИФК. 1978.
3. Нуршин Ж.М., Саламов Р.С., Керимов Ф.А. «Ўзбекча миллий спорт кураши». -Т.: 1993.
4. Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва услубияти. –Ташкент: 2007.
5. Атаев А.Қ. Ёш-ўсмирларга ўзбек курашини ўргатиш услубияти. –Ташкент: 2005.