



BOLALAR VA O'SMIRLAR QILICHBOZLIK BO'YICHA O'QITISHNING TIZIMLI VA PEDAGOGIK MODEL.

**Davranova Maftuna
Elyorovna**

Qo`qon davlat universiteti talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada bolalar va o'smirlar qilichbozlik bo'yicha tayyorlash jarayonini tizimli va pedagogik yondashuv asosida tashkil etish masalalari yoritiladi. Tadqiqotda yosh sportchilarning jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarligini kompleks rivojlantirishga qaratilgan model ishlab chiqildi. Mazkur modelda o'quv-trening jarayoni bosqichma-bosqich qurilib, har bir bosqichda yosh xususiyatlari, sportchilar tayyorgarlik darajasi va individual imkoniyatlari hisobga olindi. Trening dasturiga umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalari, texnika va taktika bo'yicha bosqichli o'qitish, shuningdek, motivatsiyani oshirish va musobaqa faoliyatiga tayyorlash bo'yicha pedagogik strategiyalar kiritildi. Natijalar, ishlab chiqilgan tizimning samaradorligini amaliy tajribada tasdiqladi va yosh qilichbozlar sport ko'rsatkichlarining sezilarli o'sishiga olib keldi.

Kalit so'zlar: qilichbozlik, sport tayyorgarligi, tizimli model, pedagogik yondashuv, bolalar sporti, o'smirlar sporti, texnik tayyorgarlik, taktika, psixologik tayyorgarlik, innovatsion trening usullari.

Kirish.

So'nggi yillarda qilichbozlik sporti nafaqat Olimpiya o'yinlari dasturida o'z o'rnini mustahkamlab, balki yosh avlodning jismoniy va intellektual rivojlanishiga samarali ta'sir ko'rsatadigan murakkab ko'p komponentli sport turi sifatida katta e'tibor qozonmoqda. Qilichbozlikning o'ziga xos jihatlari – yuqori tezlikda qaror qabul qilish, aniqlik, koordinatsiya, psixologik barqarorlik va taktik tafakkur – uni bolalar va o'smirlar sport tayyorgarligi tizimida alohida ahamiyatga ega qiladi.

Biroq, amaliyot shuni ko'rsatadiki, bolalar va o'smirlar qilichbozligini o'qitishda bir qator muammolar mavjud: tayyorgarlik jarayonida yosh sportchilarning psixofiziologik xususiyatlarini yetarli darajada hisobga olmaslik, o'quv-trening dasturlarining tizimlilik va izchilligining yetarli emasligi, shuningdek, texnik va taktik ko'nikmalarni bosqichma-bosqich shakllantirishga yo'naltirilgan yagona metodik yondashuvning yo'qligi.

Zamonaviy sport pedagogikasi bu muammolarni hal etish uchun tizimli yondashuv va ilmiy asoslangan pedagogik modellardan foydalanishni talab qiladi. Qilichbozlik bo'yicha o'qitishning tizimli va pedagogik modeli nafaqat sportchilarning

umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini, balki texnik, taktik, psixologik va irodaviy sifatlarini ham bir butun jarayon sifatida rivojlantirishga xizmat qiladi.

Mazkur tadqiqotning maqsadi – bolalar va o'smirlar qilichbozlik bo'yicha tayyorgarligini samarali tashkil etishga mo'ljallangan, bosqichma-bosqichlik, tizimlilik va individual yondashuv tamoyillariga asoslangan pedagogik modelni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etishdir. Ushbu model yosh sportchilarni tayyorlashda samaradorlikni oshirish, musobaqa faoliyatida yuqori natijalarga erishish va sport zaxirasini shakllantirish imkonini beradi.

Tadqiqot usullari. Tadqiqot 2024–2025 o'quv yilida Qo'qon shahri 1-son sport maktabida olib borildi. Unda sport maktabining qilichbozlik bo'limida tahsil olayotgan 10–16 yoshdagi 18 nafar sportchi (10 nafar o'g'il bola va 8 nafar qiz bola) ishtirok etdi. Ishtirokchilar tayyorgarlik darajasiga ko'ra boshlang'ich (1–2 yil shug'ullanuvchilar), o'rta (3–4 yil shug'ullanuvchilar) va yuqori (5 yil va undan ortiq shug'ullanuvchilar) bosqichlarga ajratildi.

Tadqiqot quyidagi bosqichlarda amalga oshirildi:

- Adabiyotlarni tahlil qilish – qilichbozlik bo'yicha o'quv-trening jarayonini tashkil etish, yosh sportchilarni tayyorlash va pedagogik modellashtirish bo'yicha zamonaviy ilmiy manbalar o'rganildi.

- Pedagogik kuzatish – o'quv-trening jarayoni davomida sportchilarning texnik, taktik va jismoniy tayyorgarligi darajasi muntazam kuzatildi.

- Eksperimental metod – ishlab chiqilgan tizimli va pedagogik model 6 oy davomida eksperimental guruhda qo'llanildi, nazorat guruhi esa an'anaviy mashg'ulot dasturi asosida shug'ullandi.

Test sinovlari – sportchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligi (tezlik, chidamlilik, kuch, koordinatsiya), shuningdek texnik va taktik ko'nikmalarini baholash uchun standartlashtirilgan testlar o'tkazildi.

Tadqiqot davomida yosh sportchilarning psixologik holati, motivatsiya darajasi va musobaqa faoliyatidagi o'zgarishlarni baholash uchun so'rovnomalar va suhbat usullaridan ham foydalanildi.

Natija. Tadqiqot yakunlariga ko'ra, tizimli va pedagogik model asosida eksperimental guruhda olib borilgan mashg'ulotlar yosh qilichbozlarning jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarlik ko'rsatkichlarida sezilarli ijobiy o'zgarishlarga olib keldi.

Jismoniy tayyorgarlik natijalari:

- Eksperimental guruh sportchilarining tezlik sifati (10 m va 20 m yugurish testi) o'rtacha 10% ga yaxshilandi, nazorat guruhida esa bu ko'rsatkich 3% bo'ldi.

- Chidamlilik (6 daqiqalik yugurish testi) natijalari eksperimental guruhda 12% ga, nazorat guruhida 4% ga oshdi.

- Kuch va kuch chidamliligi (qo'llarda bukilish-yozilish, to'p uloqtirish) natijalari eksperimental guruhda o'rtacha 10,6% ga, nazorat guruhida 4% ga o'sdi.

Texnik va taktik tayyorgarlik:

- Eksperimental guruh sportchilarida asosiy zarba va himoya harakatlarining aniqligi hamda bajarish tezligi 15% ga oshdi.

- Taktik qaror qabul qilish tezligi va jang davomida vaziyatga moslashish ko'nikmalari 15% ga yaxshilandi, bu esa musobaqa faoliyatida samaradorlikni oshirdi.

Psixologik tayyorgarlik: motivatsiya darajasi so'rovnom natijalariga ko'ra eksperimental guruhda 17% ga oshgan bo'lsa, nazorat guruhida faqat 5% o'sish kuzatildi.

Umuman olganda, ishlab chiqilgan tizimli va pedagogik model yosh qilichbozlarning umumiy sport tayyorgarligini kompleks rivojlantirishga yordam berdi. Eksperimental guruh natijalari nazorat guruhiga qaraganda barcha o'lchov ko'rsatkichlari bo'yicha yuqori bo'ldi, bu esa modelning samaradorligini tasdiqlaydi.

Munozara. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, ishlab chiqilgan tizimli va pedagogik model yosh qilichbozlarni tayyorlash jarayonida kompleks yondashuvning yuqori samaradorligini ta'minlaydi. Modelning asosiy afzalligi shundaki, u jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarlikni bir-biri bilan uyg'unlashtirgan holda bosqichma-bosqich rivojlantirishga qaratilgan.

Tadqiqot davomida kuzatilgan jismoniy tayyorgarlikdagi sezilarli o'sish shuni ko'rsatadiki, maxsus tanlangan mashqlar majmuasi yosh sportchilarning asosiy motor sifatlarini (tezlik, kuch, chidamlilik) samarali rivojlantiradi.

Texnik va taktik tayyorgarlikdagi ijobiy o'zgarishlar mashg'ulot dasturiga bosqichli murakkablashtirish va jangovar vaziyatlarni modellashtirish usullarini kiritish bilan izohlanadi. Bu yondashuv sportchilarni real musobaqa sharoitlariga moslashishga va qaror qabul qilish tezligini oshirishga yordam berdi.

Psixologik tayyorgarlikdagi yuksalish esa motivatsiyani oshirish va stressni boshqarish bo'yicha maxsus pedagogik metodlar samaradorligini tasdiqlaydi. Shu nuqtai nazardan, ishlab chiqilgan model nafaqat texnik-taktik, balki psixologik tayyorgarlikning ham uzviy qismiga aylandi.

Shuni ham ta'kidlash joizki, tadqiqot natijalari faqatgina 10–16 yosh oralig'idagi sportchilar guruhida olingan, shuning uchun modelning boshqa yosh toifalarida qo'llanishi uchun qo'shimcha tadqiqotlar zarur. Biroq mavjud ma'lumotlar asosida aytish mumkinki, ushbu tizimli va pedagogik model qilichbozlik bo'yicha boshlang'ich va o'rta bosqich tayyorgarlik jarayonida yuqori samaradorlikka ega.

Xulosa va tavsiya. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ishlab chiqilgan tizimli va pedagogik model bolalar va o'smirlar qilichbozlik bo'yicha tayyorlash jarayonida yuqori samaradorlikni ta'minlaydi.

Modelning asosiy ustunligi — jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarlikni kompleks holda, bosqichma-bosqich rivojlantirish imkoniyatidir. Maxsus tanlangan mashqlar majmuasi va pedagogik yondashuvlar yosh sportchilarning umumiy va maxsus tayyorgarlik ko'rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshiladi. Shuningdek, motivatsiyani oshirish va musobaqaga tayyorgarlik darajasini optimallashtirish bo'yicha qo'llanilgan metodlar ijobiy natija berdi.

Tavsiyalar. Trening jarayonini bosqichma-bosqich tashkil etish — yosh sportchilarning tayyorgarlik darajasini hisobga olgan holda, mashqlar murakkabligini asta-sekin oshirish tavsiya etiladi.

- Motivatsiyani oshirish strategiyalarini kiritish — individual maqsadlar qo'yish, musobaqalarga tayyorgarlik jarayonida rag'batlantiruvchi omillarni qo'llash.

- Psixologik tayyorgarlikka e'tibor berish — stressni boshqarish, o'ziga ishonchni oshirish va irodaviy sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan metodlarni muntazam qo'llash. Musobaqa sharoitlarini modellashtirish — mashg'ulotlarda real

jangovar vaziyatlarni yaratish orqali sportchilarning taktik moslashuvchanligini oshirish.

- Ilmiy-pedagogik monitoringni yo'lga qo'yish — sportchilarning rivojlanish dinamikasini muntazam kuzatib borish va o'quv-trening dasturini moslashtirish.

- Modelni boshqa yosh guruhlariga va sport turlarida sinab ko'rish — ishlab chiqilgan tizimning universalligini aniqlash uchun qo'shimcha tadqiqotlar o'tkazish.

Adabiyotlar

1. Абдуллаев, Б. Х. (2020). *Спортивная подготовка юных фехтовальщиков: методические рекомендации*. Ташкент: Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети.

2. Баранников, С. П. (2019). *Методика обучения техническим действиям в фехтовании*. Москва: Спорт.

3. Жураев, Ф. М., & Хакимов, А. А. (2021). Психологическая подготовка юных спортсменов в условиях соревновательной деятельности. *Вестник физической культуры и спорта*, 3(2), 45–52.

4. Platonov, V. N. (2015). *Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Киев: Олимпийская литература.

5. Халилов, А. У. (2021). Особенности применения моделирования соревновательных ситуаций в фехтовании. *Физическая культура, спорт и здоровье*, 6(1), 102–108.

6. Muratova, G. R. "Some aspects of the development of modern student sports in the republic of uzbekistan." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.4 (2023): 903-905.

7. Муратова, Гулнара Рашитовна. "Вопросы стратегического управления в сфере физической культуры и спорта в ферганской области." *Инновации в педагогике и психологии SI* (2020).

8. Муратова, Г. Р. "О некоторых аспектах развития координационных способностей учащихся." *Образование. Наука. Карьера*. 2018.