BOSHLANG‘ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDAGI YOSH DZYUDOCHILARNI SARALASH KRITERIYALARI VA METODIKASI

Ozdayeva Viktoriya Ruslanovna

O‘zbekkiston davlat ismoniy tarbiya va sport universiteti

Xalqaro kurash turlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi professori

Ozdayev Gelaniy Ruslanovich

Yoshlar dzyudo terma jamoasi katta murabbiyi

Annotatsiya. Maqolada dzyudo bilan shug‘ullanishning boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichidagi yosh sportchilarni saralash kriteriyalari va metodikasi nazariy jihatdan asoslangan. Saralashning sog‘liq, morfologik, jismoniy, koordinatsion, texnikani o‘rganuvchanlik va psixologik kriteriyalari tizimi, ularni standart ballarga asoslab umumlashtirish va uch bosqichli qaror qabul qilish tartibi taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: dzyudo, saralash, boshlang‘ich tayyorgarlik, iste’dodni aniqlash, test, biologik yetilish, yosh sportchilar.

CRITERIA AND METHODOLOGY FOR SELECTING YOUNG JUDOKAS AT THE INITIAL PREPARATION STAGE

Ozdaeva Viktoriya

Uzbekistan State University of Physical Education and Sport

Professor, Department of Theory and Methodology of International Wrestling Styles

Ozdayev Gelaniy

Head coach of the youth judo national team

Abstract. The article provides a theoretical foundation for the criteria and methodology used to select young athletes for the initial training stage in judo. It proposes a selection system encompassing health, morphological, physical, and coordination-related criteria, as well as technical aptitude and psychological factors; it further suggests a method for synthesizing these criteria based on standardized scores, along with a three-stage decision-making process.

Keywords: judo, selection, initial training, talent identification, test, biological maturation, young athletes.

Kirish. Dzyudoda sport yutuqlari uzoq yillik tayyorgarlik natijasi bo‘lib, uning poydevori boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichida qo‘yiladi. Bu bosqichda guruhga qabul qilingan bolalarning kelajakdagi imkoniyatlari turlicha: ba’zilari tez rivojlanadi, boshqalari sustroq, ayrimlari esa shu sport turiga umuman mos kelmaydi yoki tez qiziqishini yo‘qotadi. Murabbiylar ko‘pincha qabulda bolaning bo‘yi, kuchi yoki tashqi ko‘rinishiga qarab fikr bildiradi, bu esa xatoga olib kelishi mumkin.

Saralash masalasi ikki jihatdan murakkab. Birinchidan, 8–10 yoshdagi bolalar jismoniy ko‘rsatkichlari tez o‘zgaradi va biologik yetilish darajasi bir xil yoshdagilar orasida ham katta farq qiladi. Ikkinchidan, yil boshida tug‘ilgan bolalar o‘z tengdoshlaridan bir necha oy kattaligi tufayli jismonan kuchliroq ko‘rinadi va ko‘pincha shu sababli tanlanib qoladi. Shu sababli saralash faqat bir martalik «imtihon» emas, bolaning rivojlanish dinamikasini hisobga oluvchi ilmiy asoslangan jarayon bo‘lishi lozim.

Tadqiqot maqsadi – boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichidagi yosh dzyudochilarni saralashning kriteriyalari tizimini va metodikasini asoslash.

Vazifalar:

1. Saralash tushunchasi, bosqichlari va tamoyillarini nazariy tahlil qilish;
2. Saralash kriteriyalarini aniqlash va tizimlashtirish;
3. Kriteriyalarni baholash va qaror qabul qilish metodikasini ishlab chiqish;
4. Metodikaning samaradorligini tekshirish uchun tajriba-sinov dizaynini belgilash.

Saralash tushunchasi, bosqichlari va tamoyillari

Sport pedagogikasida saralash sportchining ma’lum sport turiga layoqatini aniqlash va eng istiqbolli yoshlarni tanlab olish jarayoni sifatida talqin etiladi. Zamonaviy yondashuvlarda iste’dodni aniqlash va uni rivojlantirish o‘zaro bog‘liq jarayonlar sifatida qaraladi: faqat hozirgi ko‘rsatkichlarga qarab hukm chiqarish emas, balki bolaning o‘sish imkoniyatini baholash muhim hisoblanadi. F.Gagné ning rivojlanish modeli ham tabiiy

layoqat (qobiliyat) va uni ochuvchi omillar (muhit, murabbiy, motivatsiya) o‘rtasidagi bog‘liqlikni ko‘rsatadi.

Biologik yetilishdagi farq va tug‘ilgan oy ta’siri saralashda eng ko‘p uchraydigan xato manbalaridir: bir yoshli bolalar orasida bo‘yi, vazni va kuchi bo‘yicha katta tafovut bo‘lishi mumkin, bu esa kelajak imkoniyatini emas, faqat yetilish tezligini ko‘rsatadi.

Shunga ko‘ra dzyudo uchun saralash quyidagi tamoyillarga tayanadi:

- **kompleksligi:** bir ko‘rsatkichga emas, bir necha guruh kriteriyalarga asoslanadi;
- **bosqichma-bosqichligi:** bir martalik qaror emas, kuzatuv va dinamikaga asoslangan jarayon;
- **ob’ektivligi:** standart testlar va bir xil sharoit;
- **yoshga mosligi:** natijalar yosh va biologik yetilish darajasini hisobga olib baholanadi;
- **insonparvarligi:** qabulda bolani chetlatish emas, unga eng mos yo‘nalishni topishga yordam berish.

Saralash kriteriyalari tizimi

Boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichi (taxminan 8–10 yosh) uchun kriteriyalar sakkizta guruhga bo‘linadi.

Guruh	Ko‘rsatkich	Test yoki usul
Sog‘liq (shart)	Shifokor xulosasi, tayanch-harakat apparati va yurak-qon tomir holati	Tibbiy ko‘rik (mezon: qarshi ko‘rsatma yo‘qligi)
Morfologik	Bo‘y, tana vazni, tana tuzilishi, qo‘l kafti o‘lchami; biologik yetilish darajasi	Antropometriya, biologik yoshni baholash
Tezkorlik va tezkor kuch	Qisqa masofaga yugurish, joydan uzunlikka sakrash, 1 kg to‘pni uloqtirish	30 m yugurish, sakrash, uloqtirish

Kuch va kuch chidamliligi	Qo‘l kafti kuchi, osilib turish, qorin mushaklari	Dinamometriya, turnikda osilish, 30 soniyada qorin mashqi
Chidamlilik va egiluvchanlik	Umumiy chidamlilik, tana egiluvchanligi	6 daqiqalik yugurish yoki 800–1000 m, egilib qo‘l bilan yetish
Koordinatsiya va chaqqonlik	Muvozanat, yo‘nalish o‘zgartirish, ritm	Mokisimon yugurish, bir oyoqda turish, to‘siqli yo‘lak
Dzyudoga xos o‘rganuvchanlik	Yiqilish, dumalash, juftlikdagi o‘yin-vaziyatni tushunish sifati	Murabbiy va ekspertlar baholashi (ball)
Psixologik va ijtimoiy	Qiziqish, qat’iyat, qoidaga rioya, qo‘rquvni yengish, hamkorlik	Kuzatuv varaqasi, motivatsiya so‘rovnomasi

Muhimi shundaki, jadvalning birinchi guruhi (sog‘liq) tanlov emas, shart: boshqa kriteriyalardan qat’i nazar, tibbiy qarshi ko‘rsatma bo‘lsa, bola guruhga qabul qilinmaydi. Qolgan guruhlar ball tizimi orqali baholanadi.

Saralash metodikasi

1. **Dastlabki bosqich (ommaviy qabul, 1–2 hafta).** Maktab va mahallalardan kelgan barcha istagan bolalar tibbiy ko‘rikdan o‘tadi va qisqa test majmuasini (tezkorlik, sakrash, kuch, egiluvchanlik, chaqqonlik) bajaradi. Bu bosqichda faqat sog‘liqqa qarshi ko‘rsatma bo‘lgan bolalar chetlatiladi; test natijalari kuzatuv uchun asos bo‘ladi, hukm uchun emas.

2. **Asosiy bosqich (kuzatuv mashg‘ulotlari, 6–8 hafta).** Bolalar o‘yin shaklidagi mashg‘ulotlarda ishtirok etadi; murabbiy yiqilish texnikasi, muvozanat, juftlikdagi o‘yin, qoidaga rioya va qiziqish bo‘yicha kuzatuv varaqasi yuritadi. Antropometriya va biologik yetilish darajasi shu bosqichda aniqlanadi.

3. **Yakuniy bosqich (dinamikani baholash, 6–12 oy).** Bolaning boshlang‘ich va oxirgi natijalari solishtirilib, o‘sish sur’ati, mashg‘ulotga davomat va qiziqish baholanadi. Yakuniy qaror shu bosqichda qabul qilinadi.

Qaror qabul qilish. Integral ko‘rsatkich va o‘sish dinamikasi birgalikda baholanadi: bolalar “tavsiya etiladi”, “kuzatuvni davom ettirish” va “boshqa sport turini tavsiya etish”

guruhlariga ajratiladi. Biologik yetilish bo‘yicha oldinda yoki orqada qolgan bolalar uchun natijalar tuzatiladi yoki qaror qayta ko‘rib chiqiladi.

Metodikaning samaradorligi uning bashorat qobiliyati, ya’ni saralash natijalari bolaning keyingi rivojlanishini qanchalik oldindan ko‘rsata olishi bo‘yicha tekshiriladi. Tajriba bir yoki ikki o‘quv yili davom etadi, bir necha dzyudo to‘garagi qamrab olinadi.

Tajriba tartibi:

1. Qabul vaqtida barcha bolalar yuqoridagi metodika bo‘yicha baholanadi va integral ko‘rsatkichlari yoziladi; murabbiyga bu natijalar saralash uchun ko‘rsatilmaydi (yoki qaror an’anaviy usulda qabul qilinadi), shunda ikki yondashuv solishtiriladi.

2. Bir va ikki yildan so‘ng bolalarning dzyudo bo‘yicha o‘sish ko‘rsatkichlari baholanadi.

3. Qabul vaqtidagi integral ko‘rsatkich bilan keyingi natijalar o‘rtasidagi bog‘liqlik hisoblanadi.

Xulosa. Boshlang‘ich tayyorgarlik bosqichida yosh dzyudochilarni saralash bir martalik tanlov emas, kompleks, bosqichma-bosqich va dinamikani hisobga oluvchi jarayon bo‘lishi lozim. Sog‘liq shart sifatida, morfologik, jismoniy, koordinatsion, dzyudoga xos o‘rganuvchanlik va psixologik kriteriyalar esa standart ballar asosida umumlashtirilib baholanishi tavsiya etiladi. Biologik yetilish va tug‘ilgan oy ta’sirini hisobga olish xatolarning oldini oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Vaeyens R., Lenoir M., Williams A.M., Philippaerts R.M. Talent identification and development programmes in sport: current models and future directions. Sports Medicine, 2008, 38(9), 703–714.

2. Johnston K., Wattie N., Schorer J., Baker J. Talent identification in sport: a systematic review. Sports Medicine, 2018, 48(1), 97–109.

3. Gagné F. Transforming gifts into talents: the DMGT as a developmental theory. High Ability Studies, 2004, 15(2), 119–147.