



KURASH BO'YICHA IMKONIYATI CHEKLANGAN MURABBIYLARNI TAYYORLASHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Turdiyev To'xtaboy Mamatmurod o'g'li

Termiz davlat pedagogika instituti

Jismoniy tarbiya va sport

Annotatsiya : Ushbu tezis kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan yoshlar bilan ishlash uchun murabbiylarni tayyorlash jarayonining o'ziga xos jihatlarini o'rganadi. Imkoniyati cheklangan sportchilarning turli xil ehtiyojlari va xususiyatlarini hisobga olgan holda murabbiylarga zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va yondashuvlar tahlil qilinadi. Murabbiylarni tayyorlash dasturlariga kiritilishi zarur bo'lgan asosiy kompetensiyalar, jumladan, moslashtirilgan mashg'ulot metodikalari, xavfsizlikni ta'minlash, inklyuziv kommunikatsiya va psixologik qo'llab-quvvatlash masalalari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan murabbiylarni o'qitish va ularning kasbiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda foydalanish imkoniyatlari muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: imkoniyati cheklangan murabbiylar, kurash, tayyorlash, o'ziga xos xususiyatlar, moslashtirilgan metodikalar, inklyuziya, xavfsizlik, psixologik qo'llab-quvvatlash, AKT.

Kirish

Imkoniyati cheklangan yoshlarning sportga bo'lgan qiziqishi ortib borayotgan bir davrda, ularga malakali va maxsus tayyorgarlikka ega bo'lgan murabbiylarning zarurati ham oshmoqda. Imkoniyati cheklangan sportchilar bilan ishlash standart murabbiylik yondashuvlaridan farq qiladi va murabbiyning chuqur bilim, maxsus ko'nikma va empatik munosabatda bo'lishini talab etadi. Ushbu tezis kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan murabbiylarni tayyorlash jarayonining o'ziga xos xususiyatlarini aniqlashga qaratilgan.

Asosiy qism

1. Murabbiylarga zarur bo'lgan asosiy kompetensiyalar



Kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan murabbiylar quyidagi asosiy kompetensiyalarga ega bo'lishlari zarur:

- **Imkoniyati cheklanganlik bo'yicha bilimlar:** Turli xil imkoniyat cheklovlarining turlari, ularning jismoniy va psixologik ta'siri, tibbiy kontrendikatsiyalar va xavfsizlik choralari bo'yicha chuqur bilimga ega bo'lish.
- **Moslashtirilgan mashg'ulot metodikalari:** Turli xil imkoniyatlarga moslashtirilgan mashqlar, texnikalar va taktikalarni ishlab chiqish va qo'llash ko'nikmalari. Standart mashqlarni modifikatsiya qilish, yordamchi vositalardan foydalanish va individual dasturlar tuzish qobiliyati.
- **Inklyuziv kommunikatsiya ko'nikmalari:** Turli xil kommunikatsiya usullarini (verbal, vizual, taktil) qo'llash, sportchilar bilan samarali muloqot o'rnatish va ularning ehtiyojlarini tushunish qobiliyati.
- **Psixologik qo'llab-quvvatlash ko'nikmalari:** Sportchilarni motivatsiya qilish, o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, stressni boshqarish va ijobiy psixologik muhit yaratish qobiliyati.
- **Xavfsizlikni ta'minlash ko'nikmalari:** Mashg'ulotlar davomida xavfsizlik qoidalariga rioya qilish, jarohatlanishning oldini olish bo'yicha choralar ko'rish va birinchi yordam ko'rsatish ko'nikmalari.
- **Axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish ko'nikmalari:** Mashg'ulotlarni rejalashtirish, o'qitish materiallarini yaratish, sportchilarning rivojlanishini kuzatish va kommunikatsiya uchun AKTdan samarali foydalanish qobiliyati.

2. Murabbiylarni tayyorlash dasturlarining o'ziga xos xususiyatlari

Kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan murabbiylarni tayyorlash dasturlari quyidagi o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lishi zarur:

- **Maxsus o'quv modullari:** Imkoniyati cheklanganlikning turli xil turlari, moslashtirilgan jismoniy tarbiya va sport, inklyuziv ta'lim, sport psixologiyasi va xavfsizlikni ta'minlash bo'yicha maxsus o'quv modullarini o'z ichiga olishi.



- **Amaliy mashg'ulotlar va tajriba almashinuvi:** Imkoniyati cheklangan sportchilar bilan bevosita ishlash, tajribali murabbiylar bilan stajirovka o'tash va o'zaro tajriba almashish imkoniyatlarini yaratish.
- **Simulyatsiya va rol o'yinlari:** Turli xil vaziyatlarni modellashtirish va murabbiylarning ularga adekvat javob berish ko'nikmalarini rivojlantirish.
- **AKTdan foydalanish bo'yicha treninglar:** Murabbiylarni maxsus dasturiy ta'minot, mobil ilovalar va boshqa AKT vositalaridan samarali foydalanishga o'rgatish.
- **Hamkorlik va tarmoqlash:** Tibbiy xodimlar, psixologlar, pedagoglar va imkoniyati cheklangan sport tashkilotlari bilan hamkorlikni o'rnatish.

3. AKTning murabbiylarni tayyorlash va qo'llab-quvvatlashdagi roli

AKT kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan murabbiylarni tayyorlash va ularning kasbiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynashi mumkin:

- **Masofaviy o'qitish platformalari:** Murabbiylarga istalgan vaqtda va joyda o'z bilimlarini oshirish imkoniyatini beradi.
- **Onlayn resurslar va kutubxonalar:** Maxsus o'quv materiallari, video-darslar, vebinarlar va boshqa resurslarga qulay kirishni ta'minlaydi.
- **Virtual hamjamiyatlar va forumlar:** Murabbiylarning o'zaro tajriba almashishi, savollar berishi va maslahat olishi uchun platformalar yaratadi.
- **Baholash va monitoring vositalari:** Murabbiylarning bilim va ko'nikmalarini baholash va ularning kasbiy rivojlanishini kuzatish imkonini beradi.

Xulosa

Kurash bo'yicha imkoniyati cheklangan murabbiylarni tayyorlash o'ziga xos bilim, ko'nikma va yondashuvlarni talab qiladigan muhim jarayondir. Maxsus o'quv dasturlarini ishlab chiqish, amaliy mashg'ulotlar o'tkazish va AKTdan samarali foydalanish orqali malakali va kompetent murabbiylar tayyorlash mumkin. Bu esa, o'z navbatida, imkoniyati cheklangan yoshlarning kurash bilan muvaffaqiyatli shug'ullanishi va jamiyatga integratsiyalashuviga xizmat qiladi.