

**И. АРАБАЕВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК УНИВЕРСИТЕТИ,  
КЫРГЫЗ БИЛИМ БЕРҮҮ АКАДЕМИЯСЫ**

Диссертациялык кеңеш Д 13.23.662

Кол жазма укугунда  
УДК [796.853.23:796.015.4](043.3)

**Коптев Олег Владимирович**

**ДЗЮДОЧУЛАРДЫ КӨП ЖЫЛДЫК СПОРТТУК ДАЯРДООДО  
МЕЛДЕШТИК КОМПЕТЕНТТҮҮЛҮГҮН КАЛЫПТАНДЫРУУ**

13.00.04 – Дене тарбиянын теориясы жана методикасы, спорттук машыгуу,  
денени чыңдоо жана адаптивдүү дене тарбиясы

Педагогика илимдеринин доктору окумуштуулук  
даражасын изденип алууга диссертациянын  
авторефераты

**Бишкек – 2023**

Диссертациялык иш В. П. Астафьев атындагы Красноярск мамлекеттик педагогикалык университетинин федералдык мамлекеттик бюджеттик жогорку билим берүүнүн билим берүү мекемесинин күрөштүн теориясы жана методикасы кафедрасында аткарылды

**Илимий консультант: Мамытов Абакир Мамытович**

педагогика илимдеринин доктору, профессор, Кыргыз билим берүү академиясынын технология, искусство жана дене тарбия лабораториясынын башкы илимий кызматкери

**Расмий оппоненттер: Андрущишин Иосиф Францевич**

педагогика илимдеринин доктору, Казак спорт жана туризм академиясынын дене тарбия жана спорттун теориялык негиздери кафедрасынын профессору

**Керимов Фикрат Азизович**

педагогика илимдеринин доктору, Ўзбек мамлекеттик дене тарбия жана спорт университетинин дене тарбиянын теориясы жана методикасы кафедрасынын профессору

**Алимханов Елемес**

педагогика илимдеринин доктору, Казакстан Республикасынын Аль-Фараби атындагы Казак улуттук университетинин дене тарбия кафедрасынын профессору, Казакстан Республикасынын Эмгек сиңирген машыктыруучусу

**Жетектөөчү уюм:**

Урал мамлекеттик дене тарбия университетинин күрөштүн теориясы жана методикасы кафедрасы

Диссертацияны коргоо 2023-жылдын 23 июнунда саат 14-00дө И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин жана Кыргыз билим берүү академиясынын алдындагы педагогика илимдеринин доктору (кандидаты) окумуштуулук даражасын изденип алууга диссертацияларды жактоо боюнча Д13.23.662 диссертациялык кеңештин отурумунда болот. Дареги: 720026, Бишкек шаары, Раззаков көчөсү 51.

Диссертацияны коргоонун онлайн трансляциясынын идентификациялык коду: <https://vc.vak.kg/b/132-iro-djs-est>.

Диссертациялык иш менен И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин (дареги: 720026, Бишкек шаары, Раззаков көчөсү, 51), Кыргыз билим берүү академиясынын (дареги: 720000, Бишкек шаары, Эркиндик бульвары, 25) Илимий китепканаларынан жана дискеңештин сайтынан ([www.arabaev.kg](http://www.arabaev.kg)) таанышууга болот.

Автореферат 2023-жылдын 22-майында таркатылды

**Диссертациялык кеңештин окумуштуу катчысы,**

**педагогика илимдеринин кандидаты, доцент**  Абдыкапарова А. О.

## ИШТИН ЖАЛПЫ МҮНӨЗДӨМӨСҮ

**Диссертациянын темасынын актуалдуулугу.** Бүгүнкү күнү ондогон өлкөлөрдүн миллиондогон адамдары дзюдо менен алектенишет. Дүйнөлүк аренадагы атаандаштык улам барган сайын күчөп бара жатат. Көпчүлүк учурларда бири-биринен дени бойлук күчү, техникасы жагынан кем калышпаган атаандаштар татамиде күч сынашат. Ошентсе да бири экинчисин жеңет, себеби ал атаандашына караганда компетенттүүрөөк. Мында мелдештердин шартында көрсөтүлгөн атайын компетенттүүлүк же мелдештик компетенттүүлүк жөнүндө сөз болуп жатат.

Мындай жагдай төмөнкүлөрдү талап кылат: 1) көп жылдык даярдыктын жүрүшүндө анын өнүгүүсү андан көз каранды болгон мелдештик компетенттүүлүктүн жана факторлордун деңгээлин эрте табууну; 2) дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн аныктоочу техникалык ыкмаларды табууну; 3) машыктыруучу процесс менен башкаруу методунун натыйжалуулугун издөөнү жана эксперименталдык негиздөөнү. Бул болсо даярдыкка болгон убакытты олуттуу үнөмдөйт жана спортчунун ден соолугу үчүн зыянсыз максималдуу жекече натыйжаларга эрте жетүүгө мүмкүндүк берет.

Ошондуктан ишенимдүүлүгү жогоруу болгон дзюдочуларды даярдоо үчүн спортчунун «мелдештик компетенттүүлүгүнүн» инновациялык моделин сунуштаганбыз жана анын калыптанышын камсыз кылуучу факторлорду табуу боюнча изилдөөлөр жүргүзүлгөн. Бул изилдөөлөрдүн зарылдыгы эл аралык спорттук кыймылдагы өзгөрүүлөргө байланыштуу келип чыккан. Заманбап дүйнөдө спорттун белгилүүлүгү, анын интенсивдүү коммерцияланышы жана кесипкөйлүккө айланышы, эл аралык ири мелдештердеги, өзөгөчө Олимпиада оюндарындагы ийгиликтердин туруктуу өсүүчү социалдык саясий маанилүүлүгү акыркы жылдары дүйнөнүн көптөгөн өлкөлөрүндө спортчуларды даярдоонун өздүк (улуттук) тутумун түзүүгө алып келди. Мунун натыйжасында, эл аралык спорт аренасында атаандаштык кескин өсүп кетти.

Түрдүү жааттардагы компетенттүүлүктүн калыптаныш жана өнүгүү көйгөйлөрүн А. П. Акимова [1973]; В. И. Байденко [2006]; Д. Иванов [2007]; А. А. Вербицкий, О. Г. Ларионова [2009]; Л. В. Шкерица, Е. В. Сенькина, Г. С. Саволайнен [2013]; В. А. Адольф [2015] сыяктуу илимпоздор изилдеген. Ал эми педагогдун дене тарбия жана спорт жаатындагы компетенттүүлүгүн Л. К. Сидоров [2007]; К. К. Марков [2010]; В. А. Адольф [2015]; М. А. Возисова, Т. Н. Шутова [2016]; А. С. Касмалиева [2023] тигил же бул деңгээлде изилдөөгө алган. Спортчулардын өздөрүнүн компетенттүүлүгү спорттун ар кайсы түрүндө изилденген: кайыкты калак менен айдоодо тең салмактуулукту сактоо, волейболдо – техниканы үйрөнүү, эркин күрөштө - негизги кыймылдаткыч компетененттүүлүк изилденген. Бирок, мелдештик компетенттүүлүктү азыркыга чейин эч ким изилдеген эмес. Аны менен бирге компетенттүү спортчуларда эл аралык спорттук тажрыйбанын керектөөлөрүнүн жана иш жүзүндөгү даярдыктын төмөн деңгээлинин, ошондой эле мелдештик компетенттүүлүктү түзүүнүн педогогикалык шарттарынын изилденбегендигинин ортосунда карама-каршылыктар күчөп бара жатат.

Изилдөө иштеринин көпчүлүгү техникалык даярдыкка арналган: В. Л. Пашута

[2013]; Б. В. Дагбаев [2016]; В. И. Авилов, С. Е. Харахордин [2019, 2021]; Р. Петров [1976]; Н. Müller-Deck, G. Lehmann [1980]; Н. Wolf [1981]; Т. Sato, I. Okano [1982]. Ю. Д. Железняктын [1980] пикири боюнча, техникалык аракеттердин топтому мелдешүүчү даярдыкта биринчи даражадагы мааниге ээ. Бирок, эң жогорку спорттук натыйжага жетүү үчүн жогорку рангдагы балбандын арсеналына канча жана кандай ыкмалар кириши керек деген суроо боюнча пикирлердин бардыгы ар түрдүүчө болуп саналат. Эл аралык таанылган күрөш түрлөрүндө 400гө жакын ыкма, контр ыкмалар, коргонуулар жана комбинциялар бар экендиги аныкталган. Бул техникалык аракеттердин баардыгына бирдей мыкты ээ болууга иш жүзүндө мүмкүн эмес. Демек, эл аралык ири мелдештердин тажрыйбасына ылайык, техниканын керектүү арсеналын табуу муктаждыгы турат.

Спортчуларды функционалдык даярдоо маселелери да курч турат. Дүйнөлүк аренада атаандаштыктын курчушу спортчулардын ишке жөндөмдүүлүгүнө талапты жогорулатуунун зарылдыгын алып чыгат. Машыгуу, мелдешүү процесстеринин чектеги интендификациясынын жана спортчулардын ден соолугун сактоо зарылдыгынын ортосундагы карама каршылык доппингдик кошулмаларсыз спорттук машыгууну башкаруунун натыйжалуу ыкмаларын издөөнү актуалдаштырат. Бул милдеттерди чечүү үчүн компетенттүү педогогикалык контрол керек: В. М. Зациорский, В. А. Запорожанов, И. А. Тер-Ованесян [1971]; В. В. Иванов [1987]; А. И. Завьялов [2017].

Теориялык изилдөөлөргө жана педогогикалык тажрыйбага жүргүзүлгөн талдоолор төмөнкү карама каршылыктарды аныктады:

- бир жагынан, мелдештик компетенттүүлүктү түзүү зарылдыгынын ортосундагы карама каршылыктын, жана экинчи жагынан, көп жылдык спорттук даярдоо этаптарында түзүүнүн факторлору жана мыйзам ченемдүүлүктөрү жөнүндө билимдин жоктугунан улам аны ишке ашыруунун мүмкүн эместигинин ортосунда;

- спорттук сабактарды уюштуруунун формаларынын, методдорунун жана ыкмаларынын көптөгөн санынын болушунун жана спорт менен алектенүү процессинде түрдүү концепцияларды компетенттүү ишке ашыруу мүмкүнчүлүгүн берүүчү иштердин санынын жетишсиздигинин ортосунда;

- дзюдонун бүткүл техникасына ээ болуу мүмкүнчүлүгүнүн жоктугунун жана кармаштын баллдык жагдайында компетенттүү күрөш жүргүзүү зарылдыгынын ортосунда;

- машыгуу жүгүн даярдоонун бир этабынан, экинчи этабына планга ылайык көбөйүү зарылдыгынын жана түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын организмнин чектелген адаптациялык мүмкүнчүлүктөрүнүн ортосунда.

Бул карама каршылыктар алардын маңызы теориялык болжолдорду негиздөөдө жана көп жылдык спорттук даярдоо процессинде дзюдочулардын мелдешүүчүлүк компетенттүүлүгүн калыптандырууда концептуалдык чечимдерди издөөдө болгон **изилдөө көйгөйлөрүн** коюуну шарттады.

**Диссертациянын темасынын алгылыктуу илимий багыттар, ири илимий программалар, негизги илимий-изилдөө иштери менен байланышы.** Бул багыттагы изилдөөлөрдүн жетишсиздиги «Дзюдочуларды көп жылдык спорттук машыктырууда мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу» аталышындагы

диссертациялык теманы тандоону автордун демилгелөөсүнө түрткү берди.

**Изилдөөнүн максаты** – спортчуларды спорттук көп жылдык машыктырууда мелдештик компетенттүүлүктү калыптандыруу концепциясын теориялык негиздөө жана иштеп чыгуу, анын мазмунун аныктоо, методикалык камсыз кылуу жана жогорку класстагы дзюдочулардын мелдештик ишинин сапатын олуттуу жогорулатуу үчүн экспериментте текшерүү.

**Изилдөөнүн милдеттери:**

1. Спорттун түрүнүн спецификасына жана машыктыруу процессин башкаруу методуна жараша көп жылдык даярдыкта мелдештик компетенттүүлүктү калыптандыруунун теориялык негиздерин аныктоо.

2. Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруунун концепциясын иштеп чыгуу жана алардын даярдыктарынын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрүндө айырмачылыктарды мүнөздөө.

3. Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын даярдыктарынын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрү менен мелдештик компетенттүүлүгүнүн корреляциялык өз ара байланышын аныктоо.

4. Көп жылдык процесстин түрдүү этаптарында дзюдочулардын даярдыгынын жана мелдештик ишинин түзүмүн аныктоо.

5. Жогорку квалификациялуу дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруунун эксперименталдык программасын иштеп чыгуу, педогогикалык эксперименттин жүрүшүндө анын натыйжалуулугун текшерүү жана машыгуу процессин башкаруу боюнча практикалык сунуштамаларды иштеп чыгуу.

**Иштин илимий жаңылыгы** төмөнкүлөрдө турат:

1. «Мелдештик компетенттүүлүк» аныктамасы, анын мелдештик иштеги түзүмдүк-маңыздык модели жана дзюдочуларды спортко көп жылдык даярдоо процессинде өнүктүрүү зарылдыгы негизделди.

2. Анын маңызы мелдештик иштин сапатына жооп берген түзүлүш бирдиктердин синтезинде жана аларды ишке ашыруу үчүн керектүү факторлорду табууда болгон мелдештик компетенттүүлүктү калыптандыруу концепциясы иштелип чыкты:

а) сунушталган концепциянын алкагында түрдүү жаш курактагы дзюдочуларда мелдештик компетенттүүлүктүн түзүлүш бирдиктеринин сандык маанилери көрсөтүлдү жана 15-17 жаш куракта мелдештик компетенттүүлүктүн чукул өсүүсү илимий жактан негизделди (авт. күб. №2604 21.05.2015-ж.);

б) түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын даярдыгын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрүн баскычтуу салыштыруу 15-17-жаш куракта мелдештик иштин сапатынын мелдештик компетенттүүлүктүн чукул өсүүсү менен шартталган олуттуу жогорулашын белгиледи.

3. Мелдештик компетенттүүлүктүн түрдүү жаш курактагы дзюдочуларда даярдыктарынын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрүнөн мыйзам ченемдүү көз карандуулугу аныкталды.

4. Даярдыктардын жана мелдештик иштин көрсөткүчтөрүнүн түзүлүшүнүн этап боюнча өзгөрүүлөрү, ошондой эле даярдыктын компоненттеринин жана мелдештик коэффициенттердин өз ара байланышы аныкталды.

5. Жогорку квалификациялуу дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн жогорулатуунун эксперименталдык программасы иштелип чыкты жана ишке ашырылды, анын түзүлүш бирдиктерин калыптандыруу боюнча стратегиялык белгилөөлөр жүргүзүлдү, ал эми компетенттүүлүк мамиленин негизинде машыгуу процессин башкаруу - тутумду түзүүчү фактору болуп саналат.

**Алынган натыйжалардын практикалык маанилүүлүгү** төмөнкүлөрдө турат:

- «мелдештик компетенттүүлүктүн» моделин түзүү, анын түзүлүш бирдиктеринин синтези боюнча практикалык сунуштамалар иштелип чыккан, түрдүү жаш курактагы дзюдочулар үчүн мелдештик компетенттүүлүктү ишке ашырууга мүмкүн болгон тактикалык жана техникалык даярдыктын ыкмалары сунушталды, ошондой эле машыгуу деңгээлин олуттуу жогорулатуу үчүн машыгуу жүктөрүн контролдоо ыкмасы сунушталды;

- мелдештик компетенттүүлүктүн секиртмек түрүндөгү өсүүсүнүн, жана дзюдочулардын даярдыктарынын жана мелдештик ишинин негизги параметрлерин калыптандыруунун курагы аныкталды;

- мелдештик компетенттүүлүктү калыптандырууда жетектөөчү факторлор табылды;

- фактордук түзүмдүн динамикасы 13-14, 15-17 жаш курактагы жана андан улуу дзюдочуларда өз ара байланышкан көрсөткүчтөрдүн олуттуу топторун көрсөтөт, бул болсо машыктыруу процессин башкарууда жаңы мүмкүнчүлүктөргө жол ачат;

- жогорку класстагы дзюдочулардын мелдештик ишинин сапатын мелдештик компетенттүүлүктүн түзүлүш бирдиктерин өнүктүрүүнүн негизинде олуттуу жогорулатуу үчүн машыгуу процессинин жылдык план-графи сунушталды.

### **Диссертацияны коргоого коюлуучу негизги жоболор:**

1. Азыркы спортто жогорку кесипкөйлүгүнөн сырткары, негизин спортчунун кесипкөйлүк, психологиялык, инсандык жана социалдык мүнөздөмөлөрүнүн уникалдуу кошулмасы түзгөн тийиштүү мелдештик компетенцияга ээ спортчу гана утушка ээ болот. Тактап айтканда, биз спортчуда зарыл билим, билгичтик, мелдештин өзгөрүп туруучу шарттарына натыйжалуу аракет кыла алган жөндөмүн аныктоочу мелдештик жана турмуштук тажрыйба, психологиялык жактан өзүн кармай билүүсүнүн жана бардык аракетин ийгиликке (жеңишке) багыттап алуусунун болушун биз мелдештик компетенттүүлүк деп эсептеген компетенттүүлүк менен алектенүү мезгили келип жетти. Анын мазмунун биз сунуштаган моделдин 16 түзүлүш бирдиги түзөт.

2. Мелдештик компетенттүүлүктү калыптандыруу концепциясы мелдештердин расмий кабыл алынган эрежелеринин негизинде мелдештик компетенттүүлүктүн моделин курууну негиздейт жана анын өсүүсүнө таасир этүүчү факторлорду конкреттештирет. Мында көп жылдык даярдыкта аны калыптандыруу дайыма эле ойдогудай жагына тегиз болбостугу далилденген. Буга бардык мүмкүнчүлүктөрү толуп турган 15-17-жаш куракта анын түзүлүшүн бирдиктеринин өсүшүндө «секирик» болот: дене бойлук күчүнүн, функционалдык мүмкүнчүлүктөрүнүн өсүүсү жана чеберчиликтин болушу. Натыйжалуу техникалык аракеттер, дене бойлук зарыл сапаттардын жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрдүн өнүгүүсүнүн

бийик деңгээли болгондо гана мелдештик компетенттүүлүктүн түзүлүш бирдиктерин ишке ашырууга мүмкүн болот.

3. Ар бир жаш курактык топтогу мелдештик компетенттүүлүктүн деңгээли диссертациянын анын калыптанышындагы жетектөөчү жана экинчи деңгээлдеги факторлор чагылдырылган 4-главасында баяндалган, аны менен байланышкан көрсөткүчтөрдүн өсүүсүнө жараша болот.

4. Ага мелдештик компетенттүүлүк дагы кирген мелдештик иштин жана даярдыктын көрсөткүчтөрүнүн түзүмү дайыма эле акырындык менен калыптана бербешти аныкталган: 11-12-жашта түзүм калыптанган эмес, 13-14-жашта даярдыктын көрсөткүчтөрүнүн түзүмү тошлугу менен жана мелдештик иштин түзүмү жарым жартылай калыптанат, 15-17-жашта мелдештик коэффициенттердин көпчүлүгү 1 жана 2-факторлордо бөлүнүп чыгат. Ошентип, даярдыктын мелдештик иштин көрсөткүчүнүн түзүмү улуу дзюдочуларды сакталган эки, үч факторлуу бүткөн формага дароо («секирик менен») ээ болот.

5. Мелдештик компетенттүүлүктү ишке ашыруу программасы жогорку класттагы дзюдочуларда ылдамдык-күчтүк даярдыктарынын деңгээлин орточо алганда 5,48%га, техникалык деңгээлин 8,14%га, атайын чыдамкайлуулугун 6,34%га, мелдештик компетенттүүлүгүн 8,77%га жогорулатууга мүмкүндүк берди. Мында мелдештик иштин бир нече көрсөткүчү олутту өскөндүгү байкалат.

**Издөнүүчүнүн жеке салымы төмөнкүлөрдө турат:** «Мелдештик компетенттүүлүк» аныктамасын теориялык жактан негиздөө; мелдештик компетенттүүлүктүн моделин түзүү; анын түзүмдүк бирдиктеринин сандык маанилеринин эсебинин методикасын иштеп чыгуу; дзюдочуларды даярдоонун ар бир этабында мелдештик компетенттүүлүктү ишке ашыруу үчүн керек болгон техникалык арсеналды жана беттешүү учурунда техникалык аракеттердин жыштыгын өзгөртүү себептерин табуу; физикалык жүктү контролдоо үчүн электрокардиографиянын методунун натыйжалуулугун эксперименталдык түрдө негиздөө; жогорку класстагы дзюдочуларда мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктерин өнүктүрүүгө багытталган эксперименталдык программаны иштеп чыгуу.

**Диссертациянын жыйынтыктарын апробациялоо** илимий практикалык конгресстерде, конференцияларда жана симпозиумдарда чыгып сүйлөө аркылуу жүзөгө ашырылган: И. Арабаев атындагы университеттин эл аралык конференциясы «Өткөөл мезгилде жогорку мектепти модернизациялоо: абалы жана келечеги [Бишкек, 2002-ж.]; Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын 50 жылдыгына арналган эл аралык илимий практикалык конференция, «Дене тарбияны өнүктүрүүнүн актуалдуу көйгөйлөрү» [Бишкек, 2007]; «ШКУ жана КМШ өлкөлөрүнүн жаңы шарттарында жогорку жетишкендиктеги спортту жана массалык спортту өнүктүрүү» Эл аралык симпозиум [Бостери, 2011-жыл]; «Спорт коомду интеллектуалдык жана адеп ахлактын өнүктүрүү үчүн» [Чолпон-Ата, 2012]; «Адамдын ден соолугу, дене тарбиянын теориясы жана методикасы» Эл аралык илимий практикалык конференция [Барнаул, 2015-ж]; Нижневартоск мамлекеттик университетинин дене тарбия жана спорт факультетинин 20 жылдыгына арналган эл аралык катышуу менен V Бүткүл россиялык илимий практикалык конференция [Нижневартоск,

2015-ж]; «Улуттук спорттун түрлөрү жана бүткүл дүйнөлүк көчмөндөр оюндары: тарыхый мурас жана келечек» Эл аралык илимий практикалык конференция [Чолпон-Ата, 2017-ж.]; «Илимди инновациялык өнүктүрүүнүн заманбап көйгөлөрү» Эл аралык илимий практикалык конференция [Волгоград, 2017-ж.]; «Заманбап илимдин маселелери: көйгөйлөр, тенденциялар жана келечектер» XIII Эл аралык илимий практикалык конференция [Москва 2017-ж.], көйгөйлөр контекстиндеги ЖОЖдор аралык семинарларда, ошондой эле изилдөө ишинин бүткүл мөөнөтүндө окумуштуулар жана практиканттар алдында чыгып сүйлөөлөр.

**Диссертациянын жыйынтыктарынын басылмаларда толук чагылдырылышы.** Изилдөөнүн негизги жыйынтыктары КР Улуттук Аттестациялык Комиссиянын реестрине кирген илимий журналдардагы 24 макалада, үч монографияда, методикалык эки сунуштамада чагылдырылды. Ал журналдардын 4ү «Scopus» жана «Web of Science» индекстерине кирет.

**Диссертациянын түзүлүшү жана көлөмү.** Диссертация киришүүдөн, беш главадан, корутундудан, практикалык сунуштамалардан, пайдаланылган булактардын тизмегинен жана сунуштардан турат. Ал компьютердик текст менен 366 бетте баяндалып, 41 таблицаны жана 3 сүрөттү камтып турат. Пайдаланылган булактардын тизмеги 300 булакты камтыйт, алардын 35и чет өлкөлүк булактардан.

## **ДИССЕРТАЦИЯНЫН НЕГИЗГИ МАЗМУНУ**

**Киришүүдө** изилдөөнүн актуалдуулугу негизделген, иш демилгелүү экендиги көрсөтүлгөн, изилдөөнүн максаты менен милдети чагылдырылган, илимий жаңылыгы, практикалык маанилүүлүгү ачылган, коргоого коюлуучу жоболор туюндурулган, изденүүчүнүн жеке салымы, диссертациянын жыйынтыктарынын апробацияланышы, диссертациянын жыйынтыктарынын басылмаларда чагылдырылышынын толуктугу, диссертациянын түзүмү жана көлөмү жөнүндө маалыматтар келтирилген.

**«Спортчулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруунун илимий-теориялык өбөлгөлөрү»** аталышындагы биринчи главада «компетенттүүлүк» жана «компетенция» түшүнүктөрү ачылып берилет. С. И. Ожеговдун сөздүгүндө [2019] “компетенттүү” түшүнүгү маалыматы бар, кайсы бир жаатта беделдүү адис деп туюндурулат.

Чет өлкөлүк сөздөрдү чечмелөөчү сөздүк “компетенттүү” деген түшүнүктү компетенцияга - белгилүү бир маселелерди чечүү үчүн ыйгарым укукка ээ болгон жак катары ачып берет.

Компетенттүүлүк айрым өзүнчө компетенциялардан түзүлөт. Я. С. Сергеев [2004] аларды билимди, билгичтикти жана аракетти бириктирип байланыштыруучу комплекс, конкреттүү жагдайда (автор тарабынан асты сызылды) билгичтигин мобилизациялоо жөндөмү катары мүнөздөйт. Компетенциядагы негизги нерсе – “билүү” же “жасай билүү” эмес, тигини же муну керектүү учурда мобилизациялай алуу болуп саналат. Ал эми көрсөтүлбөгөн компетенция – бул жашыруун мүмкүнчүлүк гана болуп саналат. [В. А. Адольф, 2014].

«Компетенттүүлүк», «компетенция» адистер тарабынан адам баласынын



ишиндеги түрдүү чөйрөлөрүндө: билим берүү, кесиптик, социалдык чөйрөлөрдө [И. А. Зимняя, 2003; А. В. Хуторской, 2003; Я. С. Сергеев, 2004; А. К. Наркозиев, А. Т. Аязбаева, 2019]; спорт чөйрөсүндө [Д. А. Завьялов, 2006; К. К. Марков, 2010; Л. А. Зеленин, 2016] изилдөөгө алынган. Атайын мелдештик компетенттүүлүк азыркы учурга чейин изилдене элек темалардан болуп саналат. Бул болсо спорттун ар кайсы түрүндө спортчулардын мүмкүнчүлүктөрүн аларга таандык эрежелерге, кыймылдуу аракеттердин камтылышына, мелдештик беттешүүнүн ыкмаларына жана натыйжалардын баалоосуна ылайык көрсөтүүнү жана баалоону караган мелдештик иштин шартында даана көрүнөт. Ал иш-аракеттин белгилүү бир (спорттук) түрүндө өркүндөп [А. Н. Леонтьев ж.б., 2005; Л. С. Выготский, 2008], спорт менен алектенгендердин спортчу катары калыптанышын гана эмес, алардын инсан катары да калыптанышын болжолдойт [В. А. Сластенин, 2008; А. В. Мудрик, 2013].

Б. Блумдун таксономиясына ылайык, мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктерин жакшыртуу процесси алты этапты басып өтөт, ал калыптануунун үч деңгээлин туюндурат (1.1-таблица). Репродуктивдүү биринчи деңгээлде спортчу өздөштүрүү үчүн ага сунушталуучу компетенцияларды кайра жаратуусу мүмкүн. Экинчи, андан жогорураак - продуктивдүү деңгээлде, спортчу өздөштүргөн компетенцияларын иш жүзүндө пайдалана алат, аларды бөлүктөргө бөлүп, алардан башкысын жана экинчи деңгээлдегилерин ажыратып көрсөтө алат. Үчүнчү, эң жогорку – креативдүү деңгээлде, спортчу өздөштүргөн компетенцияларынын жардамы менен кыймылдуу милдеттерди чечүүнүн андан да жакшыртылган ыкмаларын издейт.

Жогоруда баяндалгандар мелдештик компетенттүүлүктүн аныктамасын туюндурууга мүмкүндүк берет: “Мелдештик компетенттүүлүк – спортчуда мелдештердин өзгөрүлмө шарттарында натыйжалуу аракеттенүү жөндөмүн, психолологиялык жактан өзүн топтой билүүсүн жана өзүнүн бардык аракеттерин ийгиликке (жеңишке) багыттоосун аныктоочу керектүү билимдин, билгичтиктердин, мелдештик жана турмуштук тажрыйбанын болушу. Анын мазмуну биз сунуштаган моделдин түзүмдүк 16 моделин түзөт”.

Мелдештик компетенттүүлүк көп жылдык даярдыктын курулушунун, спорттун түрүнүн спецификасынын жана аны башкаруу ыкмасынын натыйжалуулугунун максаттуулугуна жараша болорун болжолдоо адилет болот.

Л. П. Матвеев [2021] үч баскычты 1) базалык даярдыкты, 2) спорттук мүмкүнчүлүктөрдү максималдуу ишке ашырууну, 3) спорттук узак жашоону бөлүп көрсөтүп, көп жылдык жол-жобонун бөлүштүрүү негизине жаш курактык өзгөчөлүктөрдү жана спорттук артыкчылыкка жетүүнүн логикасын коюу менен, көп жылдык даярдыктын курулушунун илимий-методикалык негиздемесин берген.

Көп жылдык даярдыктын теориясы тууралуу маалыматтар В. Н. Платоновдун эмгектеринде [2013, 2015] андан ары өнүккөн. Ал көп жылдык даярдыктын негизги беш элементин атайт: баштапкы, алдын ала базалык, адистештирилген базалык, жекече мүмкүнчүлүктөрдү максималдуу ишке ашыруу, жетишкендиктерди сактап калуу.

Кийинчерээк көп жылдык спорттук даярдыктын маселелерин теориялык жалпылоого: А. М. Мамытов [2001], В. П. Филин [2006], Ж. К. Холодов жана В. С.

1.1 - таблица – Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүнүн модели

Комп-циялар	Билими	Түшүнүгү	Колдонуу	Талдоо	Синтез	Баалоо
1. Беттешүүгө тактикалык план түзө билүү	Каршылаштарынын беттешүү мүнөзүн эске тутуп калат	Конкреттүү каршылашы менен жеке-жеке беттешүүдө кыймылдоо милдеттерин сүрөттөйт	Конкреттүү каршылашы менен жеке-жеке беттеште өз планын пайдаланат	Беттеште жаралган жагдайдын планынын ошол каршылашына туура келерин баалайт	Андан жогору жыйынтыкка жетүү үчүн өзүнүн тактикалык планын өзгөртөт	Конкреттүү каршылашы менен болуучу беттештин жыйынтыгын болжолдойт
2. Беттешүүнүн биринчи мүнөтүндө чабуул коюу жөндөмү	Өз аракеттерин чабуул жасоодо көрсөтөт	Биринчи чабуулду өз сөзү менен баяндайт	Чабуулду таймаштын 1-мүнөтүндө пайдаланат	Чабуул жасоодо каршылашынын мүмкүнчүлүгүн текшерет	Өзүнүн андан аркы аракеттерин долбоорлойт	Өз аракеттеринин максатка ылайыктуулугу жөнүндө жыйынтык чыгарат
3. Үзгүлтүксүз чабуул жасоо жөндөмү	Өзүнүн техникалык арсеналын системалаштырат	Ыкмалардын логикалык ыраатын баалайт	Үзгүлтүксүз чабуулду көрсөтөт	Салыштырылбас чабуул аракеттерин бөлүп көрсөтөт	Чабуулдардын ыраатын компоновкалайт	Чабуулдун ырааттуулугун аргументтештирет
4. кыска убакыттын ичинде реалдуу үч чабуул жасоо жөндөмү	Чабуулдун ыкмаларын сүрөттөйт	Бири-бири менен байланышкан ыкмаларды тандайт.	Иш жүзүндө катары менен үч чабуулду пайдаланат	Чабуул жасоонун түрдүү ыкмаларын салыштырат жана бири-бирине каршы коёт	Чабуулдук аракеттердин ырааттуулугун реконструкциялайт	Аяктоочу чабуул үчүн натыйжалуураак ыкманы тандайт.
5. Жаткан абалда беттешүүдө чабуул жасоо көндүмү	Жатып күрөшүүдө ыкмаларды көрсөтөт	Өнөктөшүндөгү ыкмалар техникасын түшүндүрөт	Өнөктөшүнүн техникасын модифицирлейт	Жогорку жана төмөнкү балбандын техникасын бөлүштүрөт	Тик турууп беттешүү технкасын жана өнөктөштүн техникасын компонирлейт	Өнөктөшүнүн аракеттерин баалайт
6. Ыкманы даярдай билүү	Алдамчы ыкмаларды санап өтөт: «жалган чабуул», «чакырык».	Ар бир маневрдын максатын тактайт.	Ыкма жүргүзүү үчүн маневр тандайт	Маневрларды классификациялайт: «коркунуч», «чакырык», «жалган чабуул»	Конкреттүү ыкмалар менен маневрларды компонирлейт	Ыкмаларга туура келүүчү маневрларды белгилейт.
7. Беттешүүдө ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү приемы	Түрдүү ыкмаларды жаратат	Биргелешкен ыкмаларды табат	Ыкмалардын комбинацияларын иштеп чыгат	Ыкмаларды бири-бирине комбинацияда каршы коет	Ыкмалардын жаңы комбинацияларын түзөт	Ыкмалардын комбинацияларын натыйжалуулугу боюнча ранжирлейт
8. Каршы чабуул жасоо билгичтиги	Контр чабуулга чыгуучу аракеттерди эсине тутуп калат	Контр чабуулга туура келген ыкмаларды тандайт.	Чабуулга каршы чабуулду инсценировкалайт	Алардын адаптацияланышы үчүн каршы ыкманы түзүмдүк бөлүктөргө бөлөт	Адаптацияланган бөлүктөрдөн каршы чабуулду түзөт	Каршы ыкманы каршылашынын чабуулуна адекваттуулугун белгилейт
<b>Комп-лук деңгээлери:</b>	Мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышынын 1-деңгээли -репродуктивдүү		Мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышынын 2-деңгээли -продуктивдүү		Мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышынын 3-деңгээли - креативдүү	

## 1.1 –таблицасынын уландысы

Комп-циялар	Билими	Түшүнүк	Пайдалануу	Талдоо	Синтез	Баалоо
9. Каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу көндүмү	Каршылашынын мүмкүн болуучу варианттарына басым жасайт	Каршылашынын чабуулун беттешүүдөгү утулуу менен байланыштырат	Каршылашынын чабуулун нейтралдаштыруу үчүн физикалык күч колдонот	Каршылашынын аракеттеринин эркиндигин чектөө үчүн кармоонун варианттарын карайт	Беттешүүдө өзгөрмө жагдайга байланыштуу кармашуунун ыкмасын өзгөртөт	Тигил же бул кармаштын максатка ылайыктуулугун түшүндүрөт
10. Каршылашын ары-бери сүйрөө жөндөмү	Коргонуучу ыкма үчүн жазаны эстейт	Түшүндүрөт: каршылашын тик туруп коргонуу ыкмасында болуусуна кантип мажбурлоо керек	Беттешүүдө “сүйрөө” ыкмасын колдонот	Каршылашын тең салмагынан чыгаруу үчүн кармашуу ыкмасынын варианттарын карайт	Беттешүүдө өзгөрмө жагдайга байланыштуу кармашуунун ыкмасын өзгөртөт	Тигил же бул кармаштын максатка ылайыктуулугун түшүндүрөт
11. Жумушчу зонадан ары түртө билүү жөндөмү	Жумушчу зонадан ары чыккандыгы үчүн жазаны эстейт	Түшүндүрөт: каршылашын жумушчу зонадан ары чыгышына кантип мажбурлоо керек	Каршылашын жумушчу зонадан ары түртүүнү колдонот	Жумушчу зонадан ары түртүүдөгү негизги учурду бөлүп көрсөтөт: колдору чыканагынан бүгүлгөн	Жумушчу зонадан түртүү менен чабуулду компонирлейт	Көйгөйдү чечет: эркин чыккандыгы үчүн каршылашынан “шидо” алуу
12. Тизеден алып баштан ары ыргытуу аракетине бөгөт коюу көндүмү	Тизеден алып жана таманы менен курсакка ныгырып баштан ары ыргытууну көрсөтөт	Тизеден алып, же баштан ары ыргытуудан кантип сактанып туруп калууну сүрөттөйт.	Тизеден алып жана баштан ары ыргытууга бөгөт коюуну иш жүзүндө колдонот	Ыргытууга бөгөт коюуда башкы кыймылды бөлүп көрсөтөт: жарым-жартылай отура калуу же каршылашын айланып өтүү	Жарым жартылай отура калуу же каршысын айланып өтүү аркылуу кысып кармоого бөгөт коет	Көйгөйдү чечет: алып ыргытууну имитациялагандыгы үчүн каршылашынан “шидо” алуу
13. Далысынан башка, дененин кандай болбосун бөлүгүнө кулай билүү жөндөмү	Ал тарабы менен кулаганда алып ыргытуу эсептелбей турган дененин бөлүктөрүн санап өтөт.	Алып ыргыткандан кийин, кулоо техникасын түшүндүрөт: көкүрөгү менен, курсагы менен, жамбашы менен, тизеси менен, ийини менен	Алып ыргытканда дененин далыдан башка бөлүгү менен кулоо техникасын колдонот.	Ал тарабы менен кулаганда алып ыргытуу эсептелбей турган кулоонун варианттарын коопсуздукка изилдейт	Алып ыргыткандан кийин коопсуз кулоону жакшыртуу үчүн көнүгүүлөрдү жалпылайт	Каршылашынын ийгиликтүү жана ийгиликсиз алып ыргытууларынын санын салыштырат
14. Жазасыз беттешүү жөндөмү	Мелдештин эрежелерине таянат	Баалоо жана жазалоо тутумун интерпретациялайт	Беттешүүдө мелдештин эрежелерин манипуляциялайт	Мелдештин эрежелериндеги жазаларды классификациялайт	Беттешүүнү жазага тартуу жок болгудай жүргүзөт	Өзүнүн аракеттерин мелдештин эрежелерине шайкеш келтирет
15. Беттешүүнүн аягында спуртка жөндөм	Өзүнүн күчүн беттешүүнүн формуласы менен шайкеш келтирет	Беттешүүнүн функционалдык чыңалуусун баалайт	Беттешүүнү спурт менен аяктайт	Беттешүү учурунда эс алууга мүмкүн болгон жагдайды эсептейт	Беттешүүнү аягында балл алгыдай кылып жүргүзөт.	Беттештин аягындагы спурттун натыйжалуулугун аныктайт
16. Ишке жөндөмдүүлүгүн сактай билүү көндүмү.	Өзүнүн күчүн беттешүүнүн формуласы менен салыштырат	Беттешүүнүн функционалдык чыңалуусун баалайт	Темпти сактоо үчүн эркинин аракетин пайдаланат	Беттешүү учурунда эс алууга мүмкүн болгон жагдайды эсептейт	Темптин эсебинен жеңип чыгуу үчүн, беттештин жүрүшүн башкарат	Беттештин темпин башкаруунун натыйжалуулугун аныктайт.

Кузнецов [2012] жана башкалар; жана анын түрдүү варианттарын иш жүзүндө ишке ашырууга В. А. Воробьев [2012]; В. В. Фарбей [2014]; И. Г. Максименко, А. В. Воронков, Л. В. Жилина [2016] арналган бир нече эмгектер пайда болгон.

Спорттун ар бир түрүндөгү мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин мазмуну менен саны анын спецификасына жана мелдештин эрежелерине жараша болот. Циклдик түрлөрдө мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмү ациклдик түрдүн түзүмүнөн айырмаланып турат.

Алсак, сууда сүзүүдө ал төмөнкү бирдиктер менен берилет: старт; күүлөнүү 7,5 м; аралыкка сүзүү; бортко сүзүп келүү 7,5 м; бурулуу; күүлөнүү 7,5 м; аралыкка сүзүү; мараага жетүү. Мында спортчулардын айрымдары аралыктагы ылдамдыгынын жогорулугунан улам утуп турса, башкалары тез жана техникалык туура старт алышынын жана бурулушунун эсебинен утушка ээ болушат.

Футболдо: топту кыска аралыкка жана узун аралыкка тээп берүүнүн саны, топко ээ болуп жүрүү убактысы, дарбазага киргизген тобунун саны жана дарбазага киргизүүгө топту өткөрүп берүүлөрүнүн саны менен.

Күрөштөрдө: уткан жана утулган баллдардын айырмасы, чабуулдардын жана каршы чабуулдардын саны, ыкмалардын жана алардын комбинацияларынын түрдүүлүгү, жазалардын жоктугу, мелдештердеги жеңиштердин саны менен.

Күрөштүн түрлөрүнүн бири болуп дзюдо саналат. Дзюдонун спецификасы Я. К. Коблевдин, М. Н. Рубановдун, В. М. Невзоровдун [1987]; В. С. Дахновскийдин, Б. Н. Рукавицындин [1989]; Б. В. Шилакиндин А. В. Захаровдун [2016]; А. В. Егановдун [2020-2022]; Н. Nishioka [2010] иштеринде чагылдырылган. Ал уруксат берилген техникалык аракеттердин түрдүүлүгү, күрөштүн эл аралык таанылган башка түрлөрүнө караганда мында физикалык күчтү аз пайдаланылгандыгы, жүргүзүлгөн ыкмалардын сапатына (натыйжасына) күчөтүлгөн талаптын коюлушу менен туюндурулат. Мелдештер дзюдо үчүн спецификалуу болгон эрежелер менен регламенттештирилген. Алар япониянын атактуу “Кодокан” мектебинин эрежелеринде топтолгон, ал эрежелерде этиканын негизги принциптери, техникалык аракеттерди жана жазаларды баалоонун түрдүү деңгээлдери камтылган. Алсак, күрөштүн эл аралык таанылган түрлөрүнөн айырмаланып, дзюдодо жеңүүчүнү аныктоодо ыкма үчүн коюлган бир жогорку баа төмөн коюлган баалардын кандай болбосун санынын суммасынан ашып кетет.

Ошентип, изилденүүчү көйгөйдүн теориялык-методологиялык негиздемеси болуп төмөнкүлөр кызмат өтөдү:

- адамдын өздүгү жана анын жүрүм-турумунун мыйзам ченемдүүлүгү жөнүндө системалаштырылган жана илимий жактан текшерилген жоболорду бириктирүүчү, инсанды өнүктүрүү теориясы [В. А. Сластенин, 2008; А. В. Мудрик, 2013];

- ишмердиктин теориясы - аны изилдөөнүн негизги предмети болуп бардык психикалык процесстерди ортого топтоочу иш таанылган психикалык феномендерди изилдөөнүн методологиялык жана теориялык принциптеринин системасы катары [А. Н. Леонтьев ж.б., 2005; Л. С. Выготский, 2008];

- компетенттүүлүктүн калыптанышы жана өнүгүшү жаатындагы изилдөөлөр [И. А. Зимняя, 2003; А. В. Хуторской, 2003; Д. А. Поляк, Л. А. Осадчая, 2018; А. К.

Наркозиев, А. Т. Аязбаева, 2019; А. С. Касмалиева, 2023];

- спортто моделдөө теориясынын жоболору [А. А. Новиков, 1977; В. В. Кузнецов, 1979; Б. Н. Шустин, 1983; А. Я. Павелец, 2013];

- спортчуларды көп жылдык даярдоонун теориялары [А. М. Мамытов, 2001; В. Н. Платонов, 2015; Л. П. Матвеев, 2019];

- дзюдочуларды даярдоо методикасы [Я. К. Коблев, М. Н. Рубанов, В. М. Невзоров, 1987; Б. В. Шилакин, А. В. Захаров, 2016; А. В. Еганов, 2020-2022].

Булар атайын мелдештик компетенттүүлүктү: компетенттик-ишмердик, тутумдук жана технологиялык компетенттүүлүктү калыптандырууда методологиялык мамилелерди аныктоого мүмкүндүк берди.

**«Изилдөөнүн материалы, методдору жана аны уюштуруу»** аталышындагы экинчи главада коюлган милдеттерди чечүүгө багытталган изилдөөнүн объектиси, предмети жана ыкмаларынын керектүү комплекси келтирилген: адабий документалдык булактарга талдоо жана жалпылоо, дзюдо боюнча ири мелдештердин видео тасмаларын көрүү, мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин синтезин анкетирилөө, сурамжылоо, педогогикалык байкоо жүргүзүү, мелдештик ишти каттоого алуу, педогогикалык эксперимент, педогогикалык тестирилөө, электрокардиография, дарыгердин контролдоосу, математикалык статистиканын методдору, ошондой эле изилдөөнү уюштуруу.

**Изилдөөнүн объектиси.** Түрдүү жаш курактагы дзюдочулар. Алардын даярдыгынын негизги формасы болуп, анын натыйжасында организмде пайда болгон өзгөрүүлөргө органдардын жана системалардын активдүү адаптацияланышы жүргөн спорттук машыгуу саналат. Машыгуу каражаттарынын таасири канчалык күчтүү болсо, калыбына келүү жана машыгуусунун өсүүсү ошончолук жигердүү жүрөт. Машыгуучу өзүнчө сабактар суммаланган натыйжага жетүү үчүн окуу-машыгуу процессине биригишет. Окуу-машыгуучу бүткүл процесс өзүнүн милдеттери, каржаттары, методдору менен этаптарга ажыратылат.

**Изилдөөнүн предмети** болуп мелдештик компетенттүүлүк жана дзюдочуларды көп жылдык спорттук даярдоодо аны калыптандыруу процесси саналат. Мелдештик компетенттүүлүктүн моделин түзүү үчүн мелдештердин расмий кабыл алынган эрежелеринин негизиде түзүмдүк 16 бирдик синтездештирилген. Алар спортчунун даярдыгынын түрдүү тараптарын-психологиялык, дене бойлук, техника-тактикалык даярдыктарын чагылдырып турат. Түзүмдүк бирдиктерде максатка багыттуу өнүктүрүү менен анын тигил же бул тараптарын күчөтүү аркылуу мелдештик компетенттүүлүктүн өсүүсүнө таасир этүүгө болот. Ошондуктан даярдыктын ар бир баскычында алардын сандык маанисин, алардын өсүүсүн камсыз кылуучу факторлорду билүү өтө маанилүү.

Талдоо илимий методикалык адабияттын төмөнкү бөлүмдөрү боюнча жүргүзүлдү: а) «компетенттүүлүк», «компетенттүү», «компетенция» түшүнүктөрүн аныктоо; б) спортчулардын көп жылдык даярдыгы; в) дзюдочулардын даярдыгынын компоненттери; г) дзюдочунун спецификасы; д) спорттогу электрокардиография.

Спортчуларды даярдоо планына жана күндөлүгүнө талдоо жүргүзүү түрдүү

жаш курактагы дзюдочулардын машыктыруу процессине даярдоонун ар кандай түрүнүн пайыздык катышын, техникалык арсеналды, чоңдукту, машыгуу жүгүн жекече көтөрө алууну, макро, мезо – жана микро циклдердин түзүлүшүнүн өзгөчөлүктөрүн изилдөө үчүн жүргүзүлдү.

2011-2013-жылдардагы эл аралык мелдештердин видео тасмаларына жүргүзүлгөн талдоолор бир топ натыйжалуу ыкмаларды табууга мүмкүндүк берди. Бардыгы болуп, 2350 беттешүү талдоого алынды.

Мелдештик компетенттүүлүктүн синтези жана аны моделдөө. Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүнүн 16 түзүмдүк бирдигинин синтези мелдештердин расмий кабыл алынган эрежелерин изилдөөнүн негизинде жүргүзүлдү. Натыйжада мелдештик компетенттүүлүктүн модели түзүлдү.

Кыргызстандын жана Казакстандын эң күчтүү дзюдочуларынын ортосунда спорттук карьералардын түрдүү жаш курактык мөөнөттөрүндө мыкты ыкмаларды аныктоо максатында анкетирлөө жүргүзүлгөн. Анкетирлөөгө бардыгы болуп 420 спортчу катышкан.

Түрдүү жаш курактагы спортчуларды сурамжылоо мыкты ыкмаларды аныктоо үчүн жүргүзүлгөн. Ага 730 адам катышкан.

Педагогикалык көзөмөлдөө түрдүү жаш курактагы спортчулардын даярдыгынын деңгээлин баалоого, машыгууларда колдонулуучу каражаттарды жана даярдыктын түрдүү тараптарын – интеллектуалдык, психологиялык, дене бойлук, техника-тактикалык, интегралдык тараптарын өркүндөтүү ыкмаларын изилдөөгө; алардын педагогикалык максатка ылайыктуулугун аныктоого; машыгуу жүктөрүн контролдоонун колдонулуучу ыкмаларын табууга мүмкүндүк берди.

Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын мелдештик ишин каттоо видео жазууларды жана стенографияларды пайдалануу менен жүргүзүлдү. Бул максатта биз иштеп чыккан протоколго киргизилген атайын символдор пайдаланылды. Алынган маалыматтарды иштеп чыгуу атайын формулалардын жардамы менен жүргүзүлдү.

Педагогикалык эксперимент 2 этап менен өттү.

2009-2012-жылдары алдын ала эксперимент уюштурулган. Анда көп жылдык спорттук даярдануунун аралыгында дзюдочуларда мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышынын ырааттуулугун аныктоо жана даярдыктын жана мелдештик ишти көрсөткүчтөрү менен анын өз ара байланышын аныктоо зарыл болгон. Бул максатта түрдүү жаш курактагы дзюдочуларды изилдөөдөн өткөрүү чечими кабыл алынган: I (11-12 жаш) - 726 адам, II (13- 14 жаш) - 553 адам, III (15-17 жаш) - 637 адам, IV (чоңдор) - 518 адам. Мындай бөлүштүрүү көп жылдык даярдыктын этаптары жана мелдештердин эрежелери менен макулдашылат: 11-12 жаштагы уландарда мелдештик кармаштын узактыгы 2 мүнөттү, 13-14 жашта -3 мүнөттү, 15-17 жаштагы кадеттерде – 4 мүнөттү, чоңдордо – 5 мүнөттү түзөт.

2013-2014-жылдары негизги эксперимент жүргүзүлгөн. Анда контролдук (257 адам) жана эксперименталдык (261 адам) топтун улуу спортчулары катышкан. Эксперименттин максаты жогорку класстагы дзюдочулардын мелдештик

компетенттүүлүгүн олуттуу жогорулатууга мүмкүндүк берүүчү каражаттарды жана методдорду табуу болгон.

Дозага салынган дене бойлук жүк менен тесттер дзюдочулардын дене бойлук, технико-тактикалык, психологиялык жана интеллектуалдык даярдыктарынын компоненттерин баалоо үчүн пайдаланылган.

Электрокардиография машыгуунун башталышында жана аягында дене бойлук жүктү экспресс-контролдоонун методу катары колдонулган. Организмдин абалы А. И. Завьяловдун таблицалары [2013] боюнча бааланган.

Дарыгердин контролдоосу спортчуларды мелдештерге жана машыгууларга уруксат берүү жөнүндө маселе чечилген дене бойлук, спорттук диспансердин жетектөөчү врачтары тарабынан жүргүзүлгөн. Медициналык тереңдетилген кароо бир жылда эки жолу, жана профилактикалык текшерүү - ар бир мелдештин алдында өткөрүлгөн.

Математикалык статистиканын методдору Стьюденттин  $t$  - критерийи боюнча көрсөткүчтөрдүн ортосундагы айырмалардын тактыгын аныктоо, жөнөкөй жуп корреляциянын ыкмасы менен белгилер ортосундагы өз ара байланышты табуу, фактордук анализдин жардамы менен даярдыктын түзүмүн изилдөө үчүн жүргүзүлгөн.

Изилдөө бир нече этаптар менен жүргүзүлгөн:

Биринчи этап - 2006-2008-жылдардагы теориялык издөө этабы. Бул этапта гипотеза чыгарылып, изилдөөнүн максаты жана милдеттери коюлган, илимий методикалык адабияттар талдоого алынган. Алдыдагы изилдөөлөрдүн планы жана документациясы даярдалып, эксперименттин мөөнөттөрү пландалган.

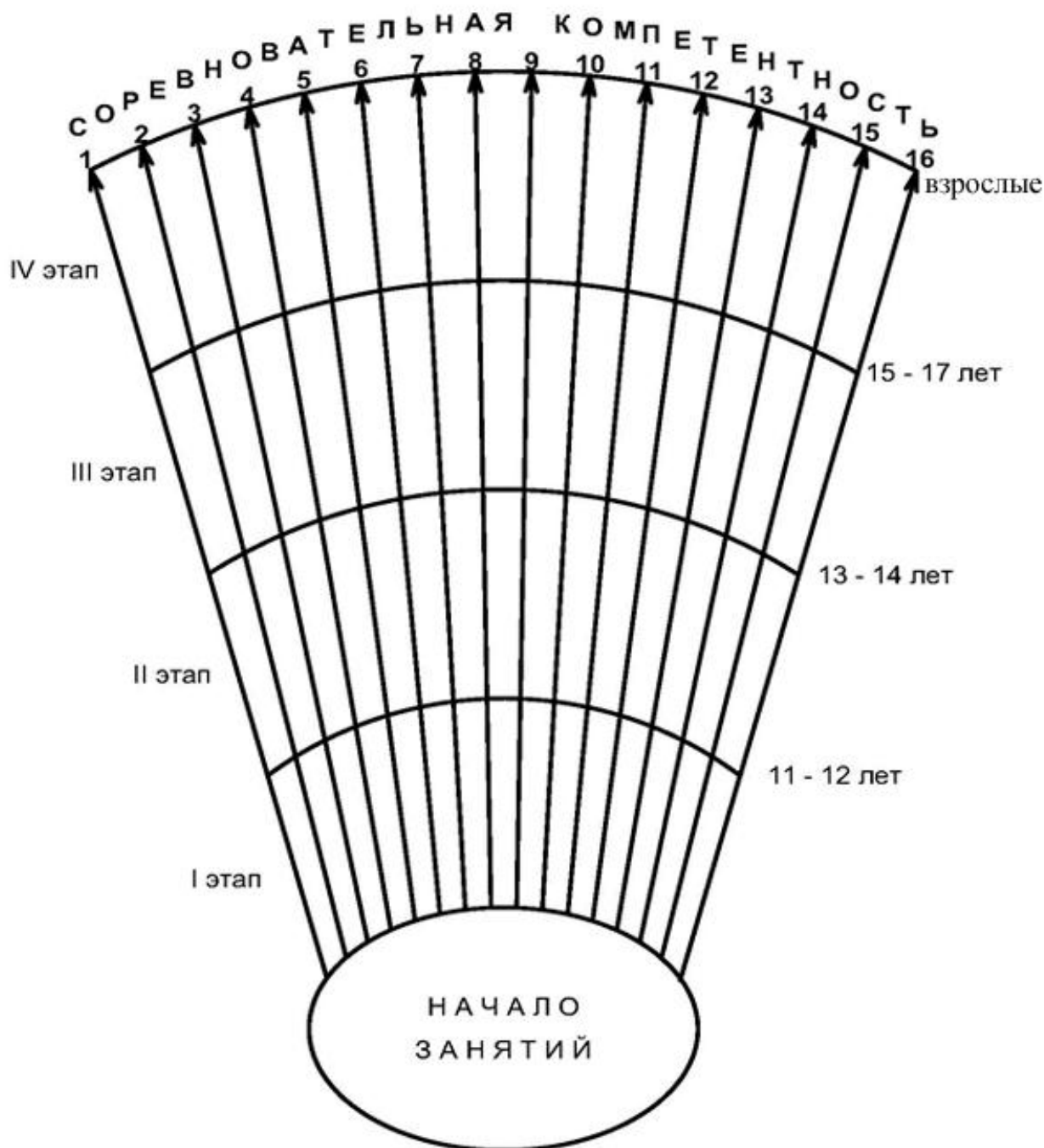
Экинчи этап – аналитикалык -эксперименталдык. 2009-2012-жылдары илимий-методикалык адабияттарга талдоо жүргүзүү улантылган жана алдын ала эксперимент жүргүзүлгөн.

2013-2014-жылдары мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин өсүүсүн камсыз кылышы керек болгон улуу курактагы дзюдочулар үчүн машыгуу процессинин план-графи түзүлгөн жана педогогикалык негизги эксперимент жүргүзүлгөн.

Үчүнчү этап - 2015-2021-жылдардагы корутунду-баалоочу этап. Бул этап математикалык иштеп чыгуу, алынган маалыматтарды жалпылоо жана интерпретациялоо, изилдөөнүн жыйынтыктарын сүрөттөө, диссертацияны акыркы тариздөө жүргүзүлгөн.

Главада андан ары дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүккө ээ болуу процессинин структурасы (2.1-сүрөт) жана аны методикалык камсыздоо чагылдырылган, «дзюдочулардын аракетин баалоо жана жазалоо тутумуна талдоо жүргүзүүнүн негизинде анын түзүмдүк бирдиктерин калыптандыруу жогорку класстагы дзюдочулардын спорттук натыйжасын бир топ жогорулатууга мүмкүндүк берүүчү күрөштүн, анын ичинде чет өлкөлүк мелдештердин моделин түзүүнү болжолдогон мелдештик компетенттүүлүктүн **концепциясы**» баяндалган.

Түрдүү курактагы дзюдочулардагы мелдештик компетенттүүлүктүн жана машыккандыгынын деңгээли түрдүү болот. Алсак, үчүнчү разряддагы спортчуларга салыштырмалуу, спорттун чеберлеринде ал жогору болот. Бирок



2.1-сүрөт. Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу модели:

1) беттешүүгө тактикалык план түзө билүү; 2) беттешүүнүн биринчи мүнөтүндө чабуул коюу жөндөмү; 3) үзгүлтүксүз чабуул жасай алуу жөндөмү; 4) кыска убакыттын ичинде реалдуу үч чабуул жасоо жөндөмү; 5) жаткан абалда беттешүүдө чабуул жасоо көндүмү; 6) ыкманы даярдай билүү; 7) беттешүүдө ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү; 8) каршы чабуул; 9) каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу; 10) каршылашын тең салмактуулуктан үзгүлтүксүз чыгара билүү жөндөмү; 11) каршылашын жумушчу зонадан ары түртө билүү жөндөмү; 12) каршылашынын тизеден алып же таманы менен ичти ныгытуу аркылуу баштан ары ыргытуу аракетине бөгөт коюу; 13) алып ыргыткандан кийин далысынан башка, дененин кандай болбосун бөлүгүнө кулай билүү жөндөмү; 14) жаза албастан кармаша билүү жөндөмү; 15) беттешүүнүн аягында спуртка жөндөм; 16) беттешүүнүн жүрүшүнүн аягына чейин өзүнүн ишке жөндөмдүүлүгүн сактай билүү көндүмү



экинчи жана үчүнчү разряддардагы дзюдочуларды, же спорт чеберине талапкерлерди жана спорт чеберлерин салыштырууда биринчи тараптагыларында артыкчылык болуп кетиши мүмкүн. Себеби мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышы көптөгөн факторлорго: машыктыруучу процесстин уюштурулушуна, мелдештик тажрыйбасына, спорт менен алектенүүчүнүн дене бойлук өсүүсүнө, жаш курагына, ден соолугунун абалына, квалификациясынын өсүү факторлоруна жараша болот.

Баяндалгандардан улам, этаптан этапка чейинки көп жылдык даярдоодо мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышы дайыма эле тегиз жана прогрессивдүү боло бербейт деген божомолду койдук. Жаш курагынын өзгөрүүсүнөн, даярдыгынын өсүшүнөн жана мелдештик тажрыйбасынан улам этаптардын биринде анын өсүүсүндө «секирик» болуп кетиши мүмкүн.

Мелдештик компетенттүүлүктү калыптандыруу көп жылдык даярдыктын бүткүл этабы бою жүрө берет. Аны өздөштүрүүдөгү жана калыптандыруудагы ийгилик көп жылдык даярдыкты уюштуруу, спорттун түрүнүн спецификасы, башкаруу ыкмасынын натыйжалуулугу сыяктуу объективдүү себептерге жараша болот. Мелдештик компетенттүүлүктүн түзүлүшүн жана калыптанышын методикалык камсыз кылуу үчүн түрдүү каражаттар менен ыкмалар колдонулат. Каражаттар катары: мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктерин ишке ашырууну камсыз кылууга жөндөмдүү техникалык арсенал; пассивдүүлүк үчүн жаза алуудан алыс болуу жана каршылашынын алдында кандайдыр бир артыкчылык алуу максатында мелдештик күрөштөрдө кыймыл-аракеттин жогорку чектеги активдүүлүгүн кармоо үчүн жалпы жана атайын чыдамкайлуулукту жогорулатуу каражаттары; алардын жардамы менен өз максатына жетүү үчүн мелдештин эрежелерин пайдаланууга мүмкүн болгон тактикалык ыкмалар. Алар төмөнкүлөр:

- алып ыргыткандан кийин курсагы, жамбашы, тизеси, ийини менен түшүү;
- каршылашы коргонуу абалына келүүгө аргасыз болушу үчүн, аны «ары-бери тарткылоо»;
- каршылашы тизеден алып, же таманы менен курсакка басып башынан ары ыргытуу аракетине каршы ыкма көрсөтүү;
- күрөш учурунда каршылашын жумушчу зонадан ары түртүү, мында бул эркин чыгуу катары көрүнүш үчүн колдору бүгүлүү болуш керек;
- кыска убакыттын ичинде эки-үч жолу кайталанган чабуул;
- каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу.

Техниканы өркүндөтүү ыкмасы катары: бири-бири менен байланышкан аракеттер ыкмасы, күрөштө болжолдонгон жагдайларды моделдөө, ыкмаларды аткаруу, комбинирлөө, жаткан абалда беттешүүдө каршылашынын артынан андан ары түшүү менен алып ыргытууну иштеп чыгуу шарттарын татаалдаштыруу же жеңилдетүү ж.б. Кыймылдын активдүүлүгүн жогорулатуу үчүн – жалпы жана атайын: интервалдык, оюндук чыдамкайлуулукту, прогрессивдүү жүк менен өзгөрмө көнүгүүнү өркүндөтүүгө багытталган методдор ж.б.

Мелдештик компетенттүүлүктү өркүндөтүүнүн негизги методу – мелдештик. Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн этап боюнча өнүктүрүүнүн

көйгөйүн изилдөө үчүн 16 түзүмдүк бирдиктин ар бири боюнча кармашууну талдоого алууда анын бар же жок экендигине жараша ар бир катышуучуга «+» же «-» коюлган. Алсак, ал жаш курактагы категориянын бардык кармаштарында ар бир бирдик боюнча кошуу белгилердин камтылыш пайызы эсептелген. Кармаштардын экиге (себеби ар биринде экиден катышуучу болот) көбөйтүлгөн саны 100% катары кабыл алынган. Салыштыруу маанилүүлүктүн 5%дык деңгээлинде Стьюденттин t-критерийи боюнча жүргүзүлгөн (2.1-таблица).

2.1 - таблица – Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүнүн түзүмдүк бирдиктерин салыштыруу

№	I топ., 11-12 жаш	I ж/а II топтор дун айыр. такт	II топ., 13-14 жаш	II ж/а III топ- тордун айыр. такт	III топ., 15-17 жаш	III ж/а IV топ- тордун айыр. такт	IV топ., эркек.
	$\bar{X} \pm m$	P	$\bar{X} \pm m$	P'	$\bar{X} \pm m$	P''	$\bar{X} \pm m$
1	42,33 ± 1,26		38,57 ± 3,39		43,51 ± 1,69		41,54 ± 1,68
2	36,49 ± 3,96	< 0,01	19,82 ± 3,06		13,62 ± 0,93	< 0,001	5,49 ± 1,40
3	18,51 ± 2,79	< 0,05	8,53 ± 2,89		10,84 ± 1,45		9,90 ± 2,57
4	33,94 ± 1,68		29,20 ± 3,51	< 0,05	39,27 ± 1,19		40,76 ± 1,43
5	35,69 ± 0,89	< 0,05	30,48 ± 2,04	< 0,001	45,73 ± 1,29		42,36 ± 2,09
6	36,33 ± 1,86		38,21 ± 3,79		40,26 ± 1,79		41,80 ± 2,26
7	34,29 ± 1,77	< 0,05	27,91 ± 2,00	< 0,001	41,15 ± 0,84	< 0,01	47,63 ± 1,68
8	38,98 ± 1,86		29,54 ± 3,90	< 0,01	45,23 ± 1,82		46,10 ± 1,93
9	29,43 ± 1,24		24,60 ± 2,68	< 0,05	33,74 ± 2,01	< 0,05	43,97 ± 3,10
10	29,11 ± 1,36		24,60 ± 2,68	< 0,05	33,42 ± 2,04		33,49 ± 1,75
11	29,11 ± 1,36		24,60 ± 2,68	< 0,05	33,42 ± 2,04		34,23 ± 1,75
12	29,84 ± 1,31		24,90 ± 2,88	< 0,01	36,18 ± 2,09	< 0,05	42,58 ± 1,12
13	77,24 ± 2,28		73,60 ± 6,36		75,42 ± 2,77		70,78 ± 2,96
14	80,01 ± 2,18	< 0,001	57,24 ± 3,83	< 0,05	69,86 ± 2,60		65,49 ± 3,23
15	2,72 ± 0,50		3,78 ± 1,99		5,71 ± 1,45		6,25 ± 1,57
16	14,72 ± 1,72		9,55 ± 2,21	< 0,05	16,71 ± 1,47		15,30 ± 2,65

Жүргүзүлгөн баскычтуу салыштыруунун натыйжасында 11-12 жаштагы спортчулар өзүлөрүнө караганда тажрыйбалуу болгон 13-14 жаштагы жолдошторунан айрым түзүмдүк бирдиктер боюнча: 2 (беттешүүнүн биринчи мүнөтүндө чабуул коюу жөндөмү) – 16,67%га; 3 (үзгүлтүксүз чабуул жасоо жөндөмү) - 9,98%га; 5 (жаткан абалда беттешүүдө чабуул жасоо жөндөмү) – 5,21%га; 7 (беттешүүдө ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү) – 6,38%га; 14 (жаза албастан, кармашуу жөндөмү) – 22,77%га ашып кеткендиги аныкталган. 11-12 жаштагы спортчулардын тажрыйбасы азыраак жана абайлоо тактикасы жок болгондуктан, беттештин эки мүнөтүнүн ичинде же туруп кармашууда, же жатып кармашууда утуш баллдарга ээ болуу үчүн көп учурларда баш аламан чабуулга өтүп кеткен учурларынан гана алардан айырмаланып турат. II топтогу беттешүү үч мүнөткө созулат. Ошондуктан, дзюдочулар өтө этият болушуп, чабуулга дыкат даярданышат, ошондон улам техникалык аракеттердин жыштыгы төмөндөйт.

Мелдештик компетенттүүлүктөгү түзүмдүк дароо он бирдик боюнча өткөөл

мезгил 15-17 жаштагы дзюдочуларда болот. Дал ушул куракта алардын физикалык күчүнүн, функционалдык мүмкүнчүлүктөрүнүн, ошондой эле чеберчиликтин өсүшү ага түрткү берет. Алсак, III топтогу дзюдочулар II топтогу дзюдочуларга караганда төмөнкү бирдиктер боюнча мыкты натыйжаларды көрсөтүшкөн: 4 (кыска убакыттын ичинде реалдуу үч чабуул жасоо жөндөмү) – 10,07%га; 5 (жатып кармашууда чабуул жасоо көндүмү) – 15,25%га; 7 (ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү) – 13,24%га; 8 (каршы чабуул жасай алуу) – 15,69%га; 9 (каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу) – 9,14%га; 10 (каршылашын тең салмагынан үзгүлтүксүз чыгара билүү жөндөмү) – 8,82%га; 11 (каршылашын жумушчу зонанын чегинен ары түртө билгичтиги) – 8,82%га; 12 (каршылашынын тизеден алып, же таманы менен курсактан басып башынан ары ыргытуу аракетин аткаруусуна кеаршы тура билүү) – 11,28%га; 14 (жазаны албастан кармаша билүү жөндөмү) – 12,62%га; 16 (кармаштын жүрүшүнүн аягына чейин өзүнүн ишке жөндөмдүүлүгүн сактай билүү көндүмү) – 7,16%га жогору болгон.

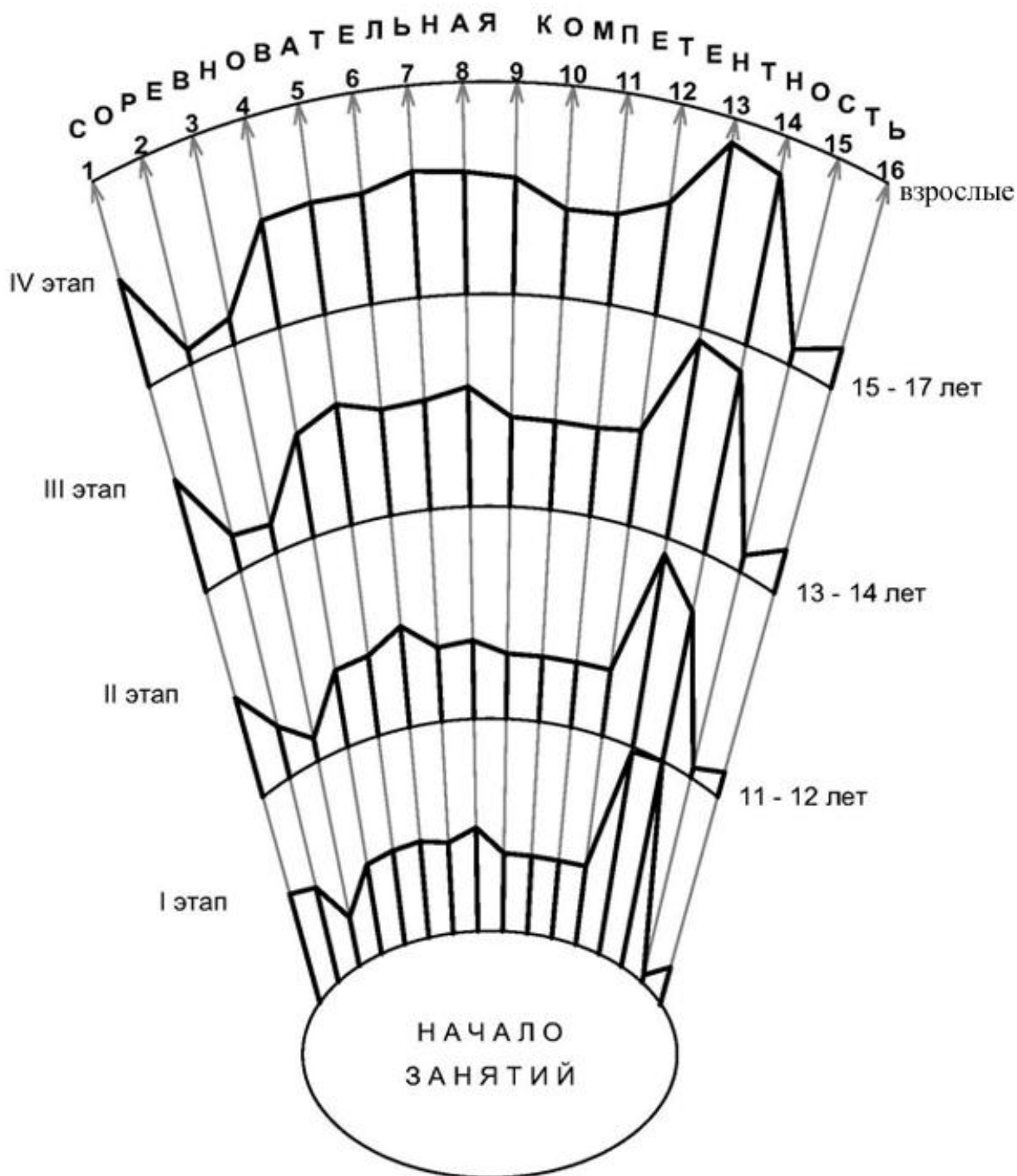
III (15-17 жаш) жана IV (улуу дзюдочулар) топторду салыштырууда 2, 7, 9, 12-түзүмдүк бирдиктерде айырмачылык аныкталган. Улуу дзюдочулар алардын үч түрүнөн мыкты натыйжаларды көрсөтүшкөн: 7 (ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү) – 6,48%га; 9 (каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу) – 10,23%га; 12 (каршылашынын тизеден алып, же таманы менен курсактан басып башынан ары ыргытуу аракетин аткаруусун бөгөт коюу) – 6,40%га жогору болгон. Ал эми 2-бирдикте Кадеттер 8,13%га мыкты натыйжа көрсөтүшкөн (кармаштын 1-мүнөтүндө чабуул жасоо жөндөмү). Мелдештердин жогорку рангы эркектерге ашыкча кылдат болуусуна аргасыз кылат окшойт. Дзюдочулардын жаш курагы менен чеберчилик деңгээлин эске алсак, топтор ортосундагы айырма анча олуттуу деле эмес.

Жалпысынан алганда, мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктерин баскычтуу салыштыруу I жаш курактык топтун спортчулары II топтун спортчуларына караганда, 5 бирдик боюнча, логикага сыйбас, мыкты натыйжаларга жетишкендиктерин көрсөттү. Ал эми II жана III топторду салыштыруу 15-17 жаш куракта дароо түзүмдүк 10 бирдик боюнча мелдештик компетенттүүлүктүн секирик сымал өсүүсү жүргөндүгү жөнүндөгү биздин болжолубузду ырастады. III жана IV топторду салыштырууда жаш курактагы жана чеберчиликтеги айырманы эске алсак, бир аз эле айырма табылды.

2.2-сүрөттө дзюдочулардын бардык жаш курактагы топторунда мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин чоңдугу көрсөтүлгөн.

**“Дзюдочулардын даярдыгынын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрүнүн этаптуу өзгөрүшү”** аталышындагы үчүнчү главада мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин өсүүсүнө байланыштуу дзюдочулардын даярдыгынын жана мелдештик ишинин көрсөткүчтөрүнүн этаптуу өзгөрүшү чагылдырылган.

I (11-12 жаш) жана II (13-14 жаш) жаш курак топтогу дзюдочулардын салмак категорияларынын көпчүлүгүндө даярдыктарынын жана мелдештик иштеринин көрсөткүчтөрүн салыштыруу I топтогу спортчулардын мелдештик коэффициенттер боюнча артыкчылыктарын тапты: жатып беттешүүнүн мелдештик



2.2-сүрөт. Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу модели: 1) беттешүүгө тактикалык план түзө билүү; 2) беттешүүнүн биринчи мүнөтүндө чабуул коюу жөндөмү; 3) үзгүлтүксүз чабуул жасай алуу жөндөмү; 4) кыска убакыттын ичинде реалдуу үч чабуул жасоо жөндөмү; 5) жаткан абалда беттешүүдө чабуул жасоо көндүмү; 6) ыкманы даярдай билүү; 7) беттешүүдө ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү; 8) каршы чабуул; 9) каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу; 10) каршылашын тең салмактуулуктан үзгүлтүксүз чыгара билүү жөндөмү; 11) каршылашын жумушчу зонадан ары түртө билүү жөндөмү; 12) каршылашынын тизеден алып же таманы менен ичти ныгыруу аркылуу баштан ары ыргытуу аракетине бөгөт коюу; 13) алып ыргыткандан кийин далысынан башка, дененин кандай болбосун бөлүгүнө кулай билүү жөндөмү; 14) жаза албастан кармаша билүү жөндөмү; 15) беттешүүнүн аягында спуртка жөндөм; 16) беттешүүнүн жүрүшүнүн аягына чейин өзүнүн ишке жөндөмдүүлүгүн сактай билүү көндүмү

жана натыйжалуу техникаларынын көлөмү боюнча, чабуул жасоонун интервалдары боюнча, техникалык жактан даярдыгы боюнча, тик туруп каршы чабуул жасоо аракеттеринин көрсөткүчтөрү боюнча, көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыктары боюнча, мелдештик компетенттүүлүк боюнча; ал эми II топтогу спортчуларда – тестирилөөнүн жыйынтыгы менен: уруу тобун максаттуу багытка түртүү боюнча, 60 м аралыкка чуркоо боюнча, турган ордунан узундукка секирүү боюнча, висте тартылуу боюнча, жалпы чыдамкайлуулукту баалоо үчүн тапшырылган ылдамдык менен эки мүнөттүк чуркоо боюнча, Малиновский С. В., картасын чечүү ылдамдыгы боюнча; ийинден 10 жолку ыргытууну аткарууну баалоо боюнча. Мелдештик коэффициенттердеги мындай айырмачылык беттешүүнүн узактыгы менен түшүндүрүлөт: I топто беттешүүнүн формуласы эки мүнөт, I топто – үч мүнөт. Техникалык аракеттердин жогорку жыштуулугу жаш спортчуларга жеңиш үчүн керектүү баллдарды алууга мүмкүндүк берет. Анын үстүнө аларды ушунчалык кыска мөөнөттүн аралыгында кайра утуп алуу өтө оор. Аны менен бирге беттешүү сабатсыз да болот. Ыкмалар талаптагы даярдыксыз акарылат, бирок каршылашынын коргонуусу алсыз болгондуктан, алардын айрым бөлүктөрү ийгиликтүү болуп кетет. Тесттин жыйынтыктары боюнча II топтун сынамага алынгандар, негизинен, даярдыктан мыкты өтүшкөн. Алардын жаш курагын жана машыгуу тажрыйбасын эске алсак, бул табигый нерсе. Мыктылап үйрөнгөн ыкмаларын гана пайдаланууга аракет жасашат, аларды даярдоого көп убакыт коротушат – беттешүүнүн формуласы буга жол берет. Анын натыйжасында техникалык аракеттердин жыштыгы I топтогуга караганда бир топ төмөн. Бул болсо чабуулду жана мелдештик компетенттүүлүктү мүнөздөөчү мелдештик коэффициенттердин чоңдугуна таасир этет. Ал I топто тогуз салмактагы категориянын алтысында бир топ жогору: 29, 32, 35, 42, 50, 55 кг чейин. Анын маанилери мындай: 41,74%; 39,31%; 40,18%; 40,17%; 34,49%; 44,54%. Тиешелүү салыштырууларда II топто ал муну түзөт: 29,83%; 33,41%; 27,57%; 35,22%.

II (13-14 жаш) жана III (15-17 жаш) топтордун көрсөткүчтөрүн салыштыруу мелдештик компетенттүүлүктүн «секирик сымал» өсүүсү жөнүндө биздин болжолубузду тастыктады. Алсак, II топтун спортчуларынын пайдасына карата салмактык көпчүлүк категориялардагы айырмачылыктар табылды: тик туруп утулган техниканын көлөмүндө, ийгиликтүү чабуулдун интервалында, жалпы эле чыдамкайлуулукта табылды; III топтун спортчуларынын пайдасына: мелдештик жана натыйжалуу техникалардын көлөмдөрүндө, коргонуунун мелдештик натыйжалуулугунда, тик туруп коргонуунун сапаттуу ишенимдүүлүгүндө, тик туруп чабуул жасоо аракеттеринин техникалуулугунда, комбинациялуулугунда, тик туруп каршы чабуул жасоо аракеттеринин көрсөткүчүндө, тик туруп көрсөтүлүүчү техникалардын ассиметриясынын коэффициентинде, көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун, мелдештик компетенттүүлүктүн жыйынтыгында, висте тартылуунун санында, өзүнүн салмагынын өнөктөшү менен отуруп туруунун санында, кыймылдуу татаал реакциянын ылдамдыгында, С. В. Малиновскийдин тестинде, ийин аркылуу 10 жолу алып ыргытууну аткаруунун баасында табылды. Көрсөткүчтөрдөгү көпчүлүк артыкчылык мелдештик компетенттүүлүктүн

чондугунда чагылдырылган. Ал салмактык төрт категорияда бир топ жогору жана төмөнкүлөрдү түзөт: 36,43%; 49,54%; 43,78%; 42,19%. II топтогу дзюдочуларда мелдештик компетенттүүлүк 46 кг га чейинки категорияда гана жогору болуп, 41,02%ды түзөт. Бул толук мыйзам ченемдүү. II топтогу сынамага алынуучулар – 13-14 жаштагылар, бул болсо тереңдетилген специализациялоо этабынын биринчи жарымына шайкеш келет. Алар жумасына үч жолудан машыгышат. III топтогу сынамага алынуучулар – 15-17 жаштагылар, бул болсо тереңдетилген специализациялоо этабынын экинчи жарымына шайкеш келет. Булар калыптанып калган спортчулар, алардын көбү КР спортунун мастерине талапкерлер же мастелер. Алар жумасына алты жолу, айрымдары он эки жолудан машыгышат жана эркектердин мелдештерине катышышат.

III (15-17 жаш) жана IV (чоңдор) топторду салыштыруу кадеттерде көпчүлүк салмак категорияларында жатып беттешүү техникасынын арсеналында, тик туруп жеңилген техниканын өлчөмүндө, чабуулдун, техникалуулуктун интенсивдүүлүгүндө; ал эми улуу спортчуларда – тик туруп беттешүү техникасынын арсеналында, чабуулдук комбинациялуулугунда, теннис тобун бутага ыргытууларда, 60 м аралыкка чуркоодо, көмкөрөсүнөн жатып 15 секунд аралыгында эки колун бүгүүдө жана жазууда, чалкасынан жатып тулку боюн 20 секунд бою түз отурганча ийүүдө, ордунан узундукка секирүүдө, бийик жайгашкан чабак жыгачта весад тартылууда, өзүнүн салмагынын өнөктөшү менен отуруп-турууда, кыймылдагы объектиге реакцияда, С. В. Малиновскийдин интеллектуалдык тестинде, ийин аркылуу 10 жолу ыргытуу аткаруудагы убакытта айрым артыкчылыктар бар экендигин көрсөттү. III топтогу дзюдочулардын мелдештик коэффициенттериндеги айрым артыкчылыктар алар азыраак кооптонушуп, чабуулга көбүрөөк өткөндүгү, беттешүүнү жаткан абалына өткөрүшөрү менен түшүндүрүлөт. Мындай абалда беттешүү жеңиш менен гана аяктабастан, жеңилип да калышы мүмкүн. Мелдештик компетенттүүлүк III топтогуларда эки гана учурда жогору болот: 50 кг га чейинки салмакта – 49,54% жана 81 кг салмакта - 43,68%; IV топто – 60 кг га чейинки салмакта - 42,58%. Биздин оюбузча, даярдык компетенттүүлүгүндөгү артыкчылыктарды улуу спортчулар мелдештик компетенттүүлүктө ишке ашыра алган эмес.

Дзюдодогу техника – бул өзүнүн мелдештик компетенттүүлүгүн далилдөө үчүн каражат. Ар бир дзюдочуда биринчи эле машыккан күндөн баштап өзүнүн антропометрикалык өзгөчөлүгүнө ылайык өзүнүн, жекече техникалык аракеттеринин арсеналы калыптанат. “Техникалар арсеналын андан ары кеңейтүү үчүн спортчуга кандай ыкмаларды сунуштоо керек?” деген суроо жаралат. Айрым ыкмалар өзүлөрүнүн биомеханикалык түзүлүшү боюнча бири бирине окшош болушуп, окшош тактикалык маселелерди чечишет. Ыкмалардын бардыгын жаттап алууга мүмкүн эмес. Беттешүүнү кандай болбосун жагдайда жүргүзүүгө мүмкүндүк берүүчү ыкмаларды аныктоо зарылдыгы бар болсо керек.

Жүргүзүлгөн анкеталоого ылайык, 13-14 жаштагы респонденттердин бардык көрсөтүлгөн ыкмалардын ичинен көпчүлүгүнүн жакшы көргөн ыкмасы ийин аркылуу тизеден алып ыргутуу - 26,83%; экинчи орунда – арттан жана алдынан чалуу – 21,95%; үчүнчү орунда – шыйрактары менен кыпчуу жана жамбаш аркылуу

ыргытуу – 12,20%дан; төртүнчү орунда жолун кесүү – 9,76%.

15-17-жаштагыларда ийин аркылуу тизеден ыргытуу мурдагыдай эле биринчи ордунда- 21,69%; экинчи орунда – 1 буту менен кысуу – 10,84%; үчүнчү орунда жолун кесүү жана шыйрактар менен кысуу - 9,64%дан; төртүнчү орунда чалуу жана ийин аркылуу ыргытуу – 8, 43%дан.

Машыгуунун акыркы эки жылында биринчи орунда – бир бут менен кыпчуу - 15,33%; экинчиде – чалуу – 14,60%; үчүнчүдө – ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 11,68%; төртүнчүдө – ийин аркылуу ыргытуу – 10,95%; бешинчиде – кыпчуу – 10,22% (3.1-табл.). Тактап айтканда, дзюдочулардын чеберчилиги өсүшү менен бирге техникадагы артыкчылыктардын алмашышы жүрөт.

Сурамжылоого ылайык, 11-12 жаштагы дзюдочулардын жакшы көргөн ыкмалары төмөндөгүдөй: бардык белгиленген ыкмалардын ичинен биринчи орунда жамбаш аркылуу ыргытуу – 21,98%; экинчиде – ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 19,78%; үчүнчүдө – чалуу – 17,58%; төртүнчүдө – ийин аркылуу ыргытуу – 16,48%.

13-14 жашта: биринчи орунда жамбаш аркылуу ыргытуу – 20,00%; экинчиде – тике туруп ийин аркылуу жана тизеден ыргытуу – 18,18%дан; үчүнчүдө – чалуу – 12,73%; төртүнчүдө – кыпчуу – 9,09%.

15-17 жашта биринчи орунда – чалуу, бир бутун кыпчуу, ийин аркылуу тизеден ыргытуу – по 14,81%; экинчиде – ийин аркылуу ыргытуу – 12,96%; үчүнчүдө – эки бутун тең тосуу – 11,11%; төртүнчүдө – шыйрагы менен кыпчуу жана жамбаш аркылуу ыргытуу – 9,26% дан.

Тактап айтканда, машыгуусу өсүшү менен эки кичине топтогу жамбаш аркылуу ыргытуунун ордуна 15-17 жашта дароо үч ыргытуу биринчи орунга чыкты: чалуу, бир бутка кармоо жана ийин аркылуу тизеден ыргытуу. Албетте “менчик” ыкмалардын санынын көөбөйүшү дзюдочулардын мүмкүнчүлүктөрүн кеңейтет.

Мелдештик ишке болгон талдоодо 11-12 жаштагы балдарда бардык аракеттердин ичинен ийин аркылуу тизеден ыргытуу 23,33%ды; жолун кесүү – 14,89%ды, чалуу – 12,97%ды, кыпчуу – 11,97% пайызды түзгөнүн көрсөттү.

13-14жаштагы спортчуларда 29,52% учурунда ийин аркылуу тизеден ыргытуу ыкмасы пайдаланылат, экинчи орунда – бутун ныгырып кулатуу – 13,54%, үчүнчү орунда – кыпчуу – 10,65%, төртүнчү орунда – чалуу – 9,54%. Бул мурдагы топко салыштырмалуу жаккан ыкманын сакталышы тууралуу күбөлөндүрүп турат.

15-17 жашта биринчи орунда бутун ныгырып кулатуу – 19,60%, экинчи орунда – ийин аркылуу тизеден ыгытуу – 18,61%; үчүнчү орунда – чалуу – 10,73%; төртүнчү орунда –кыпчуу – 9,78%, бешинчи орунда – бир бутун ороп алуу – 9,26%.

Мурдагы эки топко салыштырмалуу биринчи орунга бутун ныгырып кулатуу чыкты, ал эми чалуу – төрүнчү орундан үчүнчү орунга көтөрүлдү.

Улуу дзюдочулар көпчүлүк учурларда бардык ыкмалардын ичинен ийин аркылуу тизеден ыргытуу ыкмасын колдонушкан – 23,32%; андан азырак – бутун ныгырып кулатуу – 16,51%; ыкмалардын колдонулган саны боюнча үчүнчү орунда– таман менен курсакты тиреп баштан ары ыргытуу – 11,46%; төртүнчү орунда – чалуу – 8,72%; бешинчиде– бир бутуна ороп алуу – 7,64%.

3.1 – таблица - Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын техникалык арсеналы %  
менен

\ Бкмалар	Бкмалардын арсеналы, %														
	Тама- ны ме- нен ны- гырып жыгуу	Чалуу- лар	Тизе синен чалуу	Саны менен кып- чуу	Бир буту менен ороо	Эки буту менен ороо	Жам- баш аркы- луу ыргы- туу	Ийин аркы- луу ыргы- туу	Ийин аркы- луу тизед ен ыргы- туу	Тегир мен	Тизед ен тегир мен	Колтук- тан кирги- зип колун кармоо менен ыргытуу	Таянуу менен баштан ары ыргытуу	Сан- дан ыргы- туу	Отур- гу- зуу (ка- дам- доо)
Жашы\															
А. 13-14 жаш	9,76	21,95		12,20		2,44	12,20	4,88	26,83	2,44		2,44			2,44
А. 15-17 лет	9,64	8,43		9,64	10,84	1,20	6,02	8,43	21,69	3,61	3,61	1,20	2,41	2,41	2,41
А. 2 жылдан кийин	8,03	14,60	0,73	10,22	15,33	2,19	4,38	10,95	11,68	2,19	0,73	2,19	4,38	1,46	4,38
О. 11-12 жаш		17,58		7,69	5,49	6,59	21,98	16,48	19,78					1,10	3,30
О. 13-14 жаш		12,73		9,09	7,27	3,64	20,00	18,18	18,18					1,82	3,64
О. 15-17 жаш	1,85	14,81		9,26	14,81	11,11	9,26	12,96	14,81			1,85	1,85	1,85	
СА. 11-12 жаш	14,89	12,97	0,06	11,97	8,06	3,23	2,30	4,90	23,33		0,19	0,25	1,86	0,12	1,55
СА. 13-14 жаш	13,54	9,54	0,78	10,65	5,55	2,77	2,11	4,44	29,52		0,22	0,89	4,66		1,66
СА. 15-17 жаш	19,60	10,73	0,35	9,78	9,26	2,73	2,38	5,67	18,61		0,13	0,30	4,41	0,26	1,43
СА. Эркектер	16,51	8,72	0,83	5,99	7,64	0,83	1,14	1,39	23,32	1,14	4,95	0,67	11,46		2,12
ЭП. 11-12 жаш	6,23	11,17		9,34	5,86	4,21	6,96	3,85	19,96			0,37	1,83		3,30
ЭП. 13-14 жаш	8,47	7,34		7,91	10,73	3,39	2,26	7,34	27,12			1,13	2,26		1,69
ЭП. 15-17 жаш	5,43	10,36		8,49	8,83	3,74	2,04	5,94	20,20			0,34	2,21	0,51	3,06
ЭП. Эркектер	7,43	8,39		6,47	9,83	0,96	2,16	1,92	20,62	1,92	5,04		8,39		4,32
ЭП. СДМ	5,48	6,51	1,37	13,36	8,22	4,45	2,74	5,82	15,75		2,40	1,37	5,14	1,03	1,37

Эскертүү: 1. А. - Кыргызстандын курама командасынын мүчөлөрүн анкетирлөө маалыматтары спорттук карьерасынын түрдүү мезгилдеринде;

2. О. - түрдүү жаштагы дзюдочуларды сурамджылоонун маалыматтары;
3. СА. - түрдүү жаштагы дзюдочулардын мелдештик арсеналы;
4. ЭП. - э түрдүү жаштагы дзюдочулардн натыйжалуу ыкмалары;
5. ЭП. СДМ - дүйнөнүн күчтүү дзюдочуларынын натыйжалуу ыкмалары.



### 3.1 – таблицасынын уландысы

\ Ыкмалар	Ыкмалардын арсеналы, %							
	Жыгуу	Айлан- тып ыргы- туу	Көкү- рөк аркы- луу ийил- тип ыр- гытуу	Тең сал- мак- туулу- ктан чыга- руу	Көкү- рөк менен отур- гузуу	Карм- ап туруу	Муун- туу	Оорут уучу ыкма
Жашы \								
А. 13-14 жаш			2,44					
А. 15-17 лет		2,41	4,82				1,20	
А. 2 жылдан кийин			5,11		0,73			0,73
О. 11-12 жаш								
О. 13-14 жаш			3,64	1,82				
О. 15-17 жаш			5,56					
СА. 11-12 жаш	5,52		0,50	0,68	0,93	5,46	0,87	0,37
СА. 13-14 жаш	3,11	0,11	1,22	1,78	0,44	4,11	1,11	1,78
СА. 15-17 жаш	2,60	0,17	0,30	0,39	0,82	4,76	2,64	2,68
СА. Эркектер	0,57	3,10	1,39	0,98	0,52	3,35	1,91	1,50
ЭП. 11-12 жаш	8,42	0,18	2,01	1,28	1,83	13,19		
ЭП. 13-14 жаш	6,21		2,82	1,13	1,13	9,04		
ЭП. 15-17 жаш	5,43		0,85	0,51	2,04	14,94	2,38	2,72
ЭП. Эркектер	0,96	6,24	1,20	1,92		8,15	1,68	2,40
ЭП. СДМ	4,11	4,45	2,74	1,37	0,68	6,51	0,68	4,45

Натыйжалуу ыкмалардын саны жаш өткөн сайын өзгөрүп турат: 11-12 жашында ал 20,21% ды, 13-14 жашта – 23,29%; 15-17 жашта – 18,65%ды түзөт; эркектерде – 17,56%. Натыйжалуу ыкмалардын санынын төмөндөшү коргонуунун ишенимдүүлүгүнүн өсүшү менен байланышкан.

Өтө бааланган ыкмалардын арсеналы көбүрөөк пайдаланылган ыкмалардын арсеналына шайкеш келбейт. Алсак, 11-12 жаштагыларда ийин аркылуу тизеден ыргытуу көбүрөөк бааланган – 19,96%; экинчи орунда кармап туруу – 13,19%; үчүнчү орунда – чалуу – 11,17%; төртүнчүдө – кыпчуу – 9,34%; бешинчиде – жыгуу – 8,42%.

13-14 жашта бул динамика мындайча көрүнөт: ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 27,12%; бир бутун ороп алуу – 10,73%; кармап туруу – 9,04%; бутун ныгырып жыгуу – 8,47%; шыйрагы менен кыпчуу – 7,91%.

15-17 жаш: ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 20,20%; кармап туруу – 14,94%; чалуу – 10,36%; бир бутуна кыпчып алуу – 8,83%; шыйрагы менен кыпчуу – 8,49%.

Эркектерде: ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 20,62%; бир бутуна кыпчып алуу – 9,83%; алдыдан жана арттан чалуу жана таман менен курсагын ныгырып, баштан ары ыргытуу – 8,39%дан; кармап туруу – 8,15%; бутун ныгырып кулатуу – 7,43%.

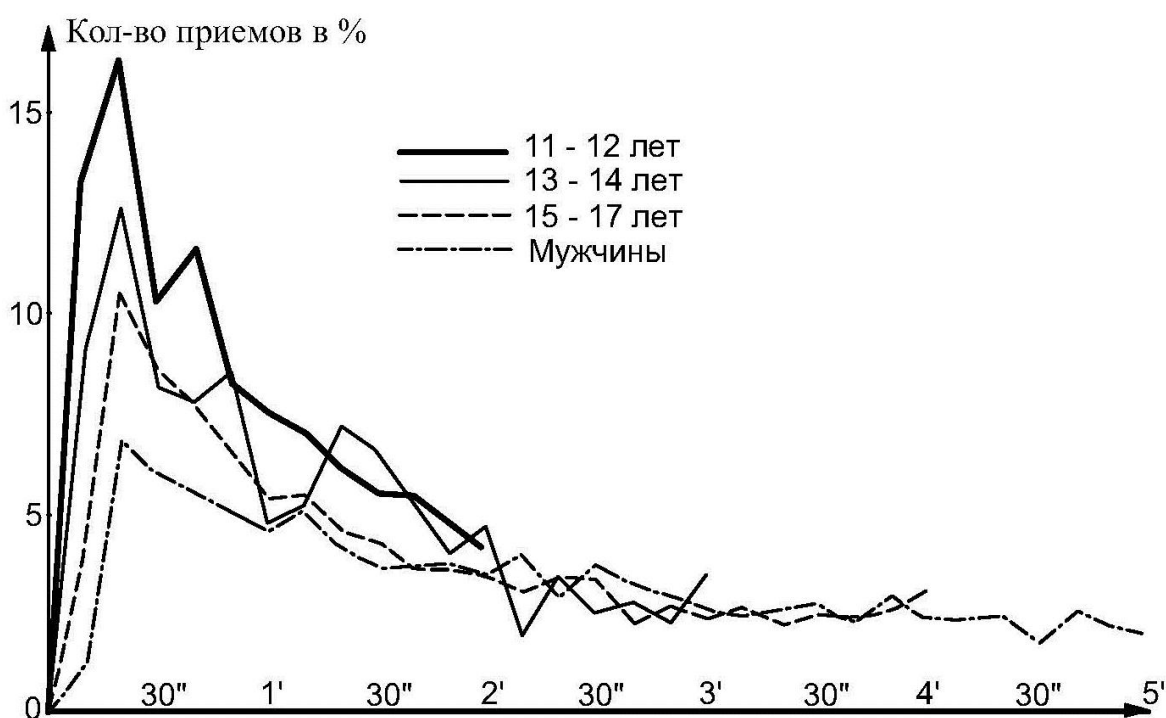
Дүйнөдөгү эң күчтүү делген 2350 дзюдочунун беттешүүлөрүнө талдоо жүргүзгөндө натыйжалуу ыкмалардын төмөнкүдөй динамикасы аныкталды: ийин аркылуу тизеден ыргытуу – 15,75%; шыйрагы менен кыпчуу – 13,36%; бир бутун

имерип кыпчып алуу – 8,22%; чалуу жана кармап туруу – по 6,51%; ийин аркылуу ыргытуу – 5,82%.

Негизинен сынамага алынган спортчулар колдонгон ыкмаларынын натыйжалуулугу боюнча эл аралык деңгээлге туура келет. Ар бир жаш курактагы топ үчүн натыйжалуу ыкмалардын өз арсеналы бар экендигин техникага анализ жүргүзүү көрсөттү, ал дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн камсыз кылат.

Даярдык этаптарынын ортосундагы натыйжалуу техниканын арсеналындагы орун басуучулук техникалык даярдыкка убакытты үнөмдүү коротууга жана аны менен машыгуу процессин оптималдаштырууга мүмкүндүк берет.

Мелдештердин эрежелери беттешүүлөрдү бардык жактан активдештирүүгө багытталган. Ушуга байланыштуу биз сунуштаган 16 түзүмдүк бирдиктин беши чабуулду мүнөздөйт. Бул болсо техникалык аракеттердин жыштыгы же кыймылдык активдүүлүк – дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүнүн маанилүү түзүүчүсү экендигин туюнтат. 3.1-сүрөттө түрдүү жаш курактагы дзюдочуларда беттешүү учурундагы кыймылдуу жигердүүлүгүнүн динамикасын изилдөө көрсөтүлгөн, ал жаш куракка карабастан анын чайпалуусундагы тенденция болжол менен бирдей деген корутунду чыгарууга мүмкүндүк берет: биринчи 10 секунд ичинде бир аз, чалгындоочу активдүүлүк; максималлуу –



3.1-сүр. Түрдүү жаштагы дзюдочуларда беттешүү учурунда техникалык аракеттердин жыштыгы

20 секунд, атаандаштар беттешүнү мөөнөтүнөн мурда бүткөрүүгө же балл топтоодо артыкчылык алууга аракет жасашат; 30 секундада активдүүлүк дароо төмөндөйт жана жаңы бийиктик, эми азыраак, 40-50 секундда.

Андан кийин техникалык аракеттердин активдүүлүгү же тыгыздыгы 2-

мүнөткө же 2 мүнөт 10 секундага төмөндөй баштайт да, аны турукташтыруу 1%га чейин ары-бери болуп, 2%-3% деңгээлинде турат.

Эң чоң чокунун бийиктиги 20 секундада, техникалык аракеттердин жыштыгынын кулашынын тереңдиги 30 секундада жана графиктерди термелүүсүнүн курчашы жаш өткөн жана беттешүүнүн убактысы узарган сайын азая берет. Бул учурда кеп беттешүүнү жүргүзүү стратегиясы: болгон күчүн беттешүүнү бардык убактысына тең бөлүшүү жөнүндө болуп жатат.

Ошондуктан, эркектерде беттешүүнүн узактыгы менен 5 мүнөт графиктик эң аз термелүү: чокунун бийиктиги 20 секунд – 6,78%; 20- жана 30-ой секундалардын ортосундагы техникалык аракеттердин жыштыгындагы айырма 0,84%ды түзөт; термелүүнүн кенендиги - 5,47%.

Салыштыруу үчүн, беттешүүнүн узактыгы 2 мүнөт болгон эң жаш дзюдочуларда ушуга окшош көрсөткүчтөр төмөнкүдөй: чокунун бийиктиги 20 секундада – 16,33%; 20 жана 30 секундада техникалык аракеттердин жыштыгындагы айырма 6,00%ды түзөт; графиктин термелүүсүнүн чоңдугу – 12,29%.

Техникалык аракеттердин эң эле төмөн жыштыгы беттешүү бүтөрдүн алдындагы 20-50 секундда байкалат. Бул тайм-аут спортчуларга мараалык секириги үчүн зарыл болуш керек.

Демек, жаштын өйдөлөшү жана беттешүүнүн узактыгы көбөйүшү менен дзюдочулардын техникалык аракеттеринин жыштыгы төмөндөйт, бул болсо чабуулду жана ишке жөндөмдү мүнөздөөчү айрым түзүмдүк бирдиктердин чоңдугуна терс таасир берет.

Мелдештик компетенттүүлүктүн калыптанышы спортчунун учурагы абалы тууралуу маалымат болгондо гана мүмкүн болот. Спортчулардын учурдагы абалын электрокардиограмма менен баалоонун экспресс-методу анын натыйжалуулугун жогорулатуу менен, машыктыруучу процесске тез арада түзөтүүлөрдү киргизүүгө, кайра машыгуунун алдын алууга, зарыл учурларда – спортчуларды машыгуудан четтетүүгө мүмкүндүк берери эксперимент менен далилденген. Алсак, машыгууга чейин Б. Рысмамбетовдо жана Ш. Идирисовда 8-9 балл чөгүү белгиленген («Т» ашык эмес 0,1 mV); өнөкөт чөгүү 11 балл («Т» - терс) Бактыбек у. А. да байкалган; 12 балл ашыкча чыңалуу Т. Мугалимов менен Э. Сактановдо байкалган. Бул сынамадагылар медициналык текшерүүгө жөнөтүлгөн.

Баштапкы жана тереңдетилген специализация топторунда жүргүзүлгөн электрокардиограммаларды талдоо жүктүн (15-16 балл) деңгээли машыктыруучу сабактын (техниканы үйрөнүү) мазмунуна толук шайкеш келгендигин көрсөттү.

15-17 жаш курактагы жана андан жогорку жаштагы категорияларда чарчоо - аз өлчөмдөгү 19-20 баллдан, орточо 21-24 баллга чейин болуп турду. Бул болсо пайдаланылган каражаттардан максималдуу машыгуучулук натыйжа алууга мүмкүндүк берген жок. Машыгуу процессин түзөтүүнүн натыйжасында, бир жумадан кийин кайрадан изилдөөдөн өткөргөндө, 85%ында орточо чарчоо 22-25 балл, калган 15%ында – өтө курч чарчоо 28 балл болгон. Мында айырма зор экендиги көрүнүп турат.

Ошентип, А. И. Завьяловдун методикасы машыктыруучу процессти

башкарууда өзүнүн жөндөмдүүлүгүн дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн өнүктүрүүнүн негизи катары толук далилдеди.

**«Түрдүү жаш курактагы дзюдочуларда даярдык көрсөткүчтөрү жана мелдештик иши менен мелдештик компетенттүүлүктүн өз ара байланышы»** аталышындагы 4-главада мелдештик компетенттүүлүктүн башка көрсөткүчтөр менен корреляциясы аныкталган. Ушинтип ар бир жаш курак тобунда жетектөөчү көрсөткүчтөр белгиленген.

I топто төмөнкүлөр болушат (корреляция коэффициентинин орточо мааниси көрсөтүлгөн): рейтинг ( $r = -0,65$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,65$ ), чабуулдун интервалы ( $r = -0,63$ ), ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,69$ ), техникалуулук ( $r = 0,61$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,70$ ).

II топто: тик туруп аткарган натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,80$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,81$ ), ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,75$ ), тик туруп чабуул жасоонун сапаттуу ишенимдүүлүгү ( $r = 0,82$ ), техникалуулук ( $r = 0,79$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,75$ ), 60 метрге чуркоо ( $r = -0,73$ ), жаткан абалында 15 секунд бою алакаандарды жерге тиреп көтөрүлүү ( $r = 0,72$ ), чалкасынан жаткан абалынан 20 секунд бою денесин көтөрүү ( $r = 0,67$ ), ордунан узундукка секирүү ( $r = 0,64$ ), өнөктөш менен отуруп туруу ( $r = 0,75$ ), жөнөкөй ылдамдык ( $r = -0,77$ ) татаал ылдамдык ( $r = -0,70$ ) кыймылдуу реакциянын, ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткаруунун убактысы ( $r = -0,75$ ), жалпы ( $r = -0,64$ ) жана атайын ( $r = 0,73$ ) чыдамкайлуулук.

III топто: рейтинг ( $r = -0,65$ ), жаткан абалда мелдештик техникасынын ( $r = 0,62$ ) жана тик туруп көрсөткөн натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,63$ ) жана жаткан абалда ( $r = 0,59$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,63$ ), чабуулдун интервалы ( $r = -0,66$ ) жана ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,68$ ), техникалуулук ( $r = 0,67$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,71$ ), 60 метрге чуркоо ( $r = -0,59$ ), жаткан абалда 15 секунд бою алакаанды жерге тиреп түртүнүү ( $r = 0,57$ ), чалкасынан жаткан абалдан 20 секунд боюу денесин көтөрүү ( $r = 0,63$ ) ордунан узундукка секирүү ( $r = 0,59$ ), висада тартылуу ( $r = 0,62$ ), кыймылдуу реакциянын ылдамдыгы ( $r = -0,71$ ), техникага тест ( $r = 0,66$ ), жалпы ( $r = -0,64$ ) жана атайын ( $r = 0,73$ ) чыдамкайлуулук.

IV топто: рейтинг ( $r = -0,72$ ), тик туруп көрсөтүлгөн натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,69$ ), коргонуунун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,68$ ), чабуулдун ( $r = -0,72$ ) жана ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,68$ ), тик туруп коргонуунун сапаттуу ишенимдүүлүгү ( $r = 0,61$ ), техникалуулук ( $r = 0,68$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,84$ ), ылдамдык-күчтүк ( $r = 0,71$ ), күчтүк ( $r = 0,67$ ), психологиялык ( $r = -0,70$ ), интеллектуалдык ( $r = -0,63$ ), техникалык даярдыктын көрсөткүчтөрү ( $r = 0,69$ ).

Мелдештик иштин көрсөткүчтөрү менен мелдештик компетенттүүлүктүн корреляциясынын так коэффициенттеринин саны боюнча динамика төмөнкүдөй көрүнөт: I топто – 60, II – 56, III – 70, IV – 67. Демек 14 коэффициентте айырма боюнча мелдештик компетенттүүлүктүн өсүшү III топто болгондугу жөнүндө айтууга болот. Муну мелдештүү компетенттүүлүктү түзүү дайыма эле тегиз жана ойдогудай бобостугу жөнүндөгү биз жылдырган божомол тастыктап турат: 15-17

жашта анын өсүшүндө «секирик» жүрөт.

Тестирилөөнүн жыйынтыктары менен мелдештик компетенттүүлүктүн корреляциясынын так коэффициенттеринин саны боюнча динамика төмөнкүдөй көрүнөт: I топто –24, II – 58, III – 76, IV – 61. 34 коэффициенттеги айырмадан улам даярдык компоненттери II жаш курактык топто калыптана баштаган, III – негизги калыптануу аяктаган, жана айырма 18 коэффициентти түзгөн, IV так байланыштардын саны бир аз төмөндөгөн.

**«Көп жылдык даярдыктагы көрсөткүчтөрдүн түзүмүнүн динамикасы жана кесипкөй дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу боюнча эксперименттин жыйынтыктары»** аталышындагы бешинчи главада башкы компоненттердин методунун негизинде даярдыктын жана мелдештик иштин, ага мелдештик компетенттүүлүк дагы кирген түзүмүндөгү өзгөрүүлөрү каралган.

I топто түзүм калыптанган эмес, II – жарым жартылай, III жана IV- ал 2, 3 фактордук формага ээ болот. Бирок баардык жаш курактагы топтордо аныкталган мыйзам ченемдүүлүк байкалат. 1-факторго төмөнкү көрсөткүчтөр кирет: рейтинг, коргоо коэффициенттери, техникалуулук, көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы, мелдештик компетенттүүлүк, ылдамдык – күчтүк, күчтүк, жөнөкөй кыймылдуу реакция, ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткарууну баалоо, атайын чыдамкайлуулук. Чабуулдун коэффициенттери дайыма эле биринчи даражадагы ролду ойной бербейт жана көпчүлүк учурларда 1 жана 2 – факторлордо бөлүштүрүлгөн болот. II группадан баштап салмактык категориянын көпчүлүгүндө татаал кыймылдык жана кыймылдаган объектиге реакция, ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткаруунун ылдамдыгы биринчи фактордо пайда болот. Ошентип, психологиялык жана техникалык компоненттер 13-14 жаштагы дзюдочулардын даярдыктарынын түзүмүн калыптандырууну бүтүрөт. Фактордук түзүмдөрдөгү тактикалык көрсөткүчтөр III жаш курак тобунда, көпчүлүк учурларда 2-фактордо даярдыктын координациялык жана интеллектуалдык компоненттери менен жарыш пайда болот; IV топто тактиканын көрсөткүчтөрү көпчүлүк учурда 1-фактордо бөлүнүп чыгат, бул алардын мелдештик иштеги көрсөткүчтөрүнүн түзүмүндө өсүп жаткан маанилүүлүгү жөнүндө күбөлөндүрүлүп турат.

1-фактордо салмактык көпчүлүк категориялардагы жалпы чыдамкайлуулук I–III топтордо гана бар болот. Демек, улуу спортчуларда анын маанилери теңдешет. IV топто 1-факторго өтүп кетет, тик туруп чабуул коюу аракеттеринин комбинациялуулугу салмактык 4 категорияда: 60, 81, 90, 100 кг.га чейин; жана С. В. Мариновскийдин интеллектуалдык текстинде: 61, 81, 100кг.г чейин, 100 кг.дан өйдө.

Координациялык жана интеллектуалдык компоненттер жарыш жакшыртыларын жана тактиканын көрсөткүчтөрүндө ишке ашырылаарын белгилеп кетүү керек: жатып беттешүүдө артынан түшүүнүн көрсөткүчүндө, тик туруп чабуул жасоо аракеттеринин комбинациялуулугунда, тик туруп каршы чабуул жасоо аракеттеринин көрсөткүчтөрүндө.

Ылдамдык күчтүк компонент күчтүк чыдамкайлыктын базасында жакшыртылат жана техникалык даярдыкта трансформацияланат: ийин аркылуу 10

жолу ыргытууну аткаруунун ылдамдыгында жана баасында, мелдештик иштин коэффициенттеринде.

Жалпы чыдамкайлуулук мелдештик коэффициенттерде: чабуулдун интервалында, ийгиликтүү чабуулдун интервалында ишке ашырылуучу атайын жакшыртуу үчүн негиз болуп саналат.

13-14 жаштан баштап психологиялык компонент даярдыктын башка компоненттери менен биргеликте 1-факторго кирет. Ушул жаш курактан баштап ал организмдин машыгуучу же мелдештик жүктү аткарууга функцияларын мобилизациялоо деңгээлин аныкташы мүмкүн.

«Кесипкөй дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу боюнча эксперименттин жыйынтыгы боюнча бөлүмүндө» төмөнү **гипотеза** алынып чыкты: кесипкөй дзюдочулардын машыгуу процессин башкаруу машыгуунун даярдык түзүмүнө, мелдештик ишине көп жылдык таасиринин факторун эсепке алууга негизделген болсо, анда алардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу бир топ натыйжалуу болот.

Гипотезаны текшерүү, негизинен, эксперимент жүргүзүү аркылуу жүзөгө ашырылган. Ага Кыргызстандын, Казакстандын, Өзбекстандын жана Россиянын дзюдочулары катышкан. Эксперименталдык топтун изилдөөдөн өтүп жаткандары (261 адам) үчүн жылдык план – машыгуу процессинин графиги түзүлгөн. Даярдыктын төмөнкү түрлөрү анын мазмунун түзгөн: тик туруп жана жатып күрөшүүдө жалпы жана атайын физикалык, техникалык, тактикалык, интегралдык даярдык. Макроциклдин башталышында каражаттардын 2 блогу жарыш пландалган: 1) жалпы чыдамкайлуулукту жакшыртууга жана 2) координацияга. Андан кийин кезек-кезеги менен: 3) ылдамдык – күчтүк жөндөмдөрдү жакшыртууга жана 4) атайын чыдамкайлуулукка. Техникалык, тактикалык жана интегралдык даярдыктын каражаттары дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүнүн түзүмдүк бирдиктерин жакшыртууга багытталган жана макроциклдин аралыгында параллель – комплекстүү методдорго бөлүштүрүлгөн. Графиктин негизинде макроциклге машыгуу сабактарынын планы түзүлгөн. Контролдук топтун дзюдочулары (257 адам) өзүлөрүнүн машыктыруучулары менен адаттагы программа боюнча машыгышкан. Алардын даярдыктарында артыкчылыктуу бир багыттын каражатын жана мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин өсүшүнө багытталган каражаттардын концентрациясы менен блоктор жок болгон. Эксперимент өткөрүлүп бүткөндөн кийин, педогогикалык тестирлөө жүргүзүлгөн, ал эми сентябрь-декабрда изилдөөгө катышкан спортчулар менен мелдештер каттоого алынган. Даярдыктын, мелдештик иштин жана мелдештик компетенттүүлүктүн түзүмдүк бирдиктеринин көрсөткүчтөрү ушинтип алынган. Түзүмдүк бирдиктердин көрсөткүчтөрү боюнча сынамга алынгандардын ар биринин мелдештик орточо компетенттүүлүгү пайыз менен эсептелген.

Даярдыктын жана мелдештик иштин көрсөткүчтөрүн салыштыруунун негизинде төмөнкүлөр белгиленет. Салмактык категориялардын көпчүлүгүндө контролдук топтун дзюдочуларынын артыкчылыктары натыйжалуу көлөмдө жана тик туруп аткарылган техниканын ассимметриясын коэффициентинде болот;

эксперименталдык – тик туруп аткарууда утулган техниканын көлөмүндө, коргонуунун мелдештик натыйжалуулугунда, чабуулдун интервалында жана ийгиликтүү чабуулдун интервалында, жаткан абалда аткарган чабуулдун сапаттуулугунда, техникалуулукта, жатып аткарган кармаштагы артынан түшүүнүн көрсөткүчүндө, мелдештик компетенттүүлүктө, 60 метрге чуркоодо, жаткан абалда 15 секунд боюу алаканы менен жерден көтөрүлүүдө, ордунан узундукка секирүүдө, ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткаруунун ылдамдыгында, атайын чыдамкайлуулугунда.

Контролдук жана эксперименталдык топтордун мелдештик компетенттүүлүгүнүн орточо маанилерин жалпы салыштыруу так айырманы аныктады:

$P < 0,001$  болгондо,  $(44,28\% \pm 0,70\%) - (40,77\% \pm 0,56\%) = 3,51\%$ ;

Эксперимент аяктагандан кийин, контролдук топтун дзюдочулары чет өлкөлүк мелдештерге катышып, континенталдык чемпионатта бир 3-орунду ээлешти. Эксперименталдык топтун дзюдочулары континенталдык чемпионатта бир 1-орунду жана бир 2-орунду ээлеп, эл аралык рейтинг боюнча континенталдык чемпионаттан бир топ жогору турган Grand Prix мелдештеринде бир 2-орунду, жана бир 3-орунду жеңип алышкан.

Бул эксперименталдык программанын натыйжалуулугун тастыктайт жана биз көрсөткөн дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн калыптандыруу концепциясын далилдейт.

## КОРУТУНДУЛАР

1. Изилденүүчү көйгөйдүн теориялык-методологиялык негиздемеси болуп төмөнкүлөр саналат:

- адамдын өздүгү жана анын жүрүм-турумунун мыйзам ченемдүүлүгү жөнүндө системалаштырылган жана илимий жактан текшерилген жоболорду бириктирүүчү, инсанды өнүктүрүү теориясы [В. А. Сластенин, 2008; А. В. Мудрик, 2013];

- ишмердиктин теориясы - аны изилдөөнүн негизги предмети болуп бардык психикалык процесстерди ортого топтоочу иш таанылган психикалык феномендерди изилдөөнүн методологиялык жана теориялык принциптеринин системасы катары [А. Н. Леонтьев ж.б., 2005; Л. С. Выготский, 2008];

- компетенттүүлүктүн калыптанышы жана өнүгүшү жаатындагы изилдөөлөр [И. А. Зимняя, 2003; А. В. Хуторской, 2003; А. К. Наркозиев, А. Т. Аязбаева, 2019];

- спортто моделдөө теориясынын жоболору [А. А. Новиков, 1977; В. В. Кузнецов, 1979; Б. Н. Шустин, 1983; А. Я. Павелец, 2013];

- спортчуларды көп жылдык даярдоонун теориялары [А. М. Мамытов, 2001; В. Н. Платонов, 2015; Л. П. Матвеев, 2019];

- дзюдочуларды даярдоо методикасы [Я. К. Коблев, М. Н. Рубанов, В. М. Невзоров, 1987; Б. В. Шилакин, А. В. Захаров, 2016; А. В. Еганов, 2020-2022].

Булар атайын мелдештик компетенттүүлүктү: компетенттик-ишмердик, тутумдук жана технологиялык компетенттүүлүктү калыптандырууда

методологиялык мамилелерди аныктоого жана аныктаманы туюнтууга мүмкүндүк берди. “Мелдештик компетенттүүлүк – спортчуда мелдештердин өзгөрүлмө шарттарында натыйжалуу аракеттенүү жөндөмүн, психолологиялык жактан өзүн топтой билүүсүн жана өзүнүн бардык аракеттерин ийгиликке (жеңишке) багыттоосун аныктоочу керектүү билимдин, билгичтиктердин, мелдештик жана турмуштук тажрыйбанын болушу. Анын мазмуну биз сунуштаган моделдин түзүмдүк 16 моделин түзөт”.

2. Мелдештик компетенттүүлүктүн компетенциясы дзюдочулардын аракетин баалоо жана жазалоо тутумуна талдоо жүргүзүүдө туюнтулат, анын негизинде, түзүмдүк бирдиктерди калыптандыруу жогорку класстагы дзюдочулардын спорттук натыйжасын олуттуу жогорулатууга мүмкүндүк берүүчү спортчунун, анын ичинде, чет өлкөлүк мелдештердин моделин түзүүнү болжолдогон мелдештик компетенттүүлүктүн концепциясын болжолдойт. Анын мазмунун 1) беттешүүгө тактикалык план түзө билүү; 2) беттешүүнүн биринчи мүнөтүндө чабуул коюу жөндөмү; 3) үзгүлтүксүз чабуул жасай алуу жөндөмү; 4) кыска убакыттын ичинде реалдуу үч чабуул жасоо жөндөмү; 5) жаткан абалда беттешүүдө чабуул жасоо көндүмү; 6) ыкманы даярдай билүү; 7) беттешүүдө ыкмаларды комбинациялай билүү жөндөмү; 8) каршы чабуул; 9) каршылашын кыймылдатпай чырмап алуу; 10) каршылашын тең салмактуулуктан үзгүлтүксүз чыгара билүү жөндөмү; 11) каршылашын жумушчу зонадан ары түртө билүү жөндөмү; 12) каршылашынын тизеден алып же таманы менен ичти ныгыруу аркылуу баштан ары ыргытуу аракетине бөгөт коюу; 13) алып ыргыткандан кийин далысынан башка, дененин кандай болбосун бөлүгүнө кулай билүү жөндөмү; 14) жаза албастан кармаша билүү жөндөмү; 15) беттешүүнүн аягында спуртка жөндөм; 16) беттешүүнүн жүрүшүнүн аягына чейин өзүнүн ишке жөндөмдүүлүгүн сактай билүү көндүмү түзөт.

Ар түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын көрсөткүчүн салыштыруу мелдештик коэффициенттерде I топтун артыкчылыгын белгилеген: жаткан абалда кармашуу техникасынын көлөмүндө, чабуулдардын интервалында, техниканы пайдаланууда, туруп беттешүүдө чабуулга каршы аракеттердин көрсөтүчүндө, көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгында; II – жалпы чыдамкайлуулуктун көрсөткүчтөрүндө. Демек, мелдештик компетенттүүлүк да I топто 6 салмактык категорияда олуттуу жогору болуп, 41,74%; 39,31%; 40,18%; 40,17%; 34,49%; 44,54%ды түзөт.

II жана III топторго салыштырмалуу, мелдештик коэффициенттерде III топтун артыкчылыгы белгиленди: техниканын көлөмүндө жана ар түрдүүлүгүндө, коргонуунун жана тактиканын көрсөткүчтөрүндө, көрсөткөн натыйжалуулуктардын жыйынтыктарында; жана даярдыктарынын көрсөткүчтөрүндө: күчтүк, психолологиялык, интелектуалдык, техникалык. Ошондуктан мелдештик компетенттүүлүк да 4 салмактык категорияда жогору болуп, 36,43%; 49,54%; 43,78%; 42,19%ды түзөт.

III жана IV топторго салыштырмалуу, кадеттерде жатып кармашуу техникасынын көлөмү көбүрөөк, уткан жана утулган ыкмалардын катышы мыкты, чабуулдардын интервалдары кыска; жогору жаштагы дзюдочуларда туруп



беттешүү техникасынын көлөмү жана комбинациялуулугу жогору, координацияларынын, күчтүк жана ылдамдык-күчтүк, психологиялык, интеллектуалдык жана техникалык көрсөткүчтөрү мыкты. Мелдештик компетенттүүлүк III топто жогору: 50 кг чейинки салмакта - 49,54% жана 81 кг чейинки салмакта - 43,68%; IV топто - 60 кг чейинки салмакта - 42,58%.

3. Корреляциялык талдоо I топто мелдештик компетенттүүлүктү ишке ашырууда төмөкү көрсөткүчтөрдү тапты (корреляция коэффициентинин орточо мааниси көрсөтүлдү): рейтинг ( $r = -0,65$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,65$ ), чабуулдун интервалы ( $r = -0,63$ ), ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,69$ ), техникалуулук ( $r = 0,61$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,70$ ).

II топто: тик туруп аткарган натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,80$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,81$ ), ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,75$ ), тик туруп чабуул жасоонун сапаттуу ишенимдүүлүгү ( $r = 0,82$ ), техникалуулук ( $r = 0,79$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,75$ ), 60 метрге чуркоо ( $r = -0,73$ ), жаткан абалында 15 секунд бою алакаандарды жерге тиреп көтөрүлүү ( $r = 0,72$ ), чалкасынан жаткан абалынан 20 секунд боюу денесин көтөрүү ( $r = 0,67$ ), ордунан узундукка секирүү ( $r = 0,64$ ), өнөктөш менен отуруп туруу ( $r = 0,75$ ), жөнөкөй ылдамдык ( $r = -0,77$ ) татаал ылдамдык ( $r = -0,70$ ) кыймылдуу реакциянын, ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткаруунун убактысы ( $r = -0,75$ ), жалпы ( $r = -0,64$ ) жана атайын ( $r = 0,73$ ) чыдамкайлуулук.

III топто: рейтинг ( $r = -0,65$ ), жаткан абалда мелдештик техникасынын ( $r = 0,62$ ) жана тик туруп көрсөткөн натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,63$ ) жана жаткан абалда ( $r = 0,59$ ), чабуулдун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,63$ ), чабуулдун интервалы ( $r = -0,66$ ) жана ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,68$ ), техникалуулук ( $r = 0,67$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,71$ ), 60 метрге чуркоо ( $r = -0,59$ ), жаткан абалда 15 секунд боюу алакаанды жерге тиреп түртүнүү ( $r = 0,57$ ), чалкасынан жаткан абалдан 20 секунд боюу денесин көтөрүү ( $r = 0,63$ ) ордунан узундукка секирүү ( $r = 0,59$ ), висада тартылуу ( $r = 0,62$ ), кыймылдуу реакциянын ылдамдыгы ( $r = -0,71$ ), техникага тест ( $r = 0,66$ ), жалпы ( $r = -0,64$ ) жана атайын ( $r = 0,73$ ) чыдамкайлык.

IV топто: рейтинг ( $r = -0,72$ ), тик туруп көрсөтүлгөн натыйжалуу техниканын көлөмү ( $r = 0,69$ ), коргонуунун мелдештик натыйжалуулугу ( $r = 0,68$ ), чабуулдун ( $r = -0,72$ ) жана ийгиликтүү чабуулдун интервалы ( $r = -0,68$ ), тик туруп коргонуунун сапаттуу ишенимдүүлүгү ( $r = 0,61$ ), техникалуулук ( $r = 0,68$ ), көрсөтүлгөн натыйжалуулуктун жыйынтыгы ( $r = 0,84$ ), ылдамдык-күчтүк ( $r = 0,71$ ), күчтүк ( $r = 0,67$ ), психологиялык ( $r = -0,70$ ), интеллектуалдык ( $r = -0,63$ ), техникалык даярдыктын көрсөткүчтөрү ( $r = 0,69$ ).

Мелдештик иштин көрсөткүчтөрү менен мелдештик компетенттүүлүктүн корреляциясынын так коэффициенттеринин саны боюнча динамика төмөнкүдөй көрүнөт: I топто – 60, II – 56, III – 70, IV – 67. Демек 14 коэффициентте айырма боюнча мелдештик компетенттүүлүктүн өсүшү III топто болгондугу жөнүндө айтууга болот. Муну мелдештүү компетенттүүлүктү түзүү дайыма эле тегиз жана ойдогудай бобостугу жөнүндөгү биз жылдырган божомол тастыктап турат.

Тестирлөөнүн жыйынтыктары менен мелдештик компетенттүүлүктүн корреляциясынын так коэффициенттеринин саны боюнча динамика төмөнкүдөй көрүнөт: I топто –24, II – 58, III – 76, IV – 61. 34 коэффициенттеги айырмадан улам даярдык компоненттери II жаш курактык топто калыптана баштаган, III – негизги калыптануу аяктаган, жана айырма 18 коэффициентти түзгөн, IV так байланыштардын саны бир аз төмөндөгөн.

4. Түрдүү жаш курактагы дзюдочулардын көрсөткүчөрүнүн фактордук анализи даярдыктын жана мелдешти иштин түзүмүнүн калыптануу этаптарын бөлүүгө мүмкүндүк берет: 11-12 жашагы дзюдочулардын жаш курагына шайкеш келген 1-этап, көрсөткүчтөрдүн чачырандылыгы жана кандайдыр бир интерпретациялануучу түзүмдүн жокумугу менен айырмаланат; 13-14 жашкаа туура келген 2-этап, даярдыктын көрсөткүчтөрүнүн түзүмү гана түзүлгөндүгү менен мүнөздөлөт, 15-17 жаштагы дзюдочулардын курагына туура келген 3-этап, даярдыктын жана мелдештик иштин көрсөткүчтөрүнүн бүткүл түзүмү «секирик» аркылуу жки, үч фактордук формага ээ болорлугу менен мүнөздөлөт, бул 18 жаштагы жана андан жогору курактагы дзюдочуларга туура келген 4-этапта да сакталат.

5. Биз иштеп чыккан эксперименталдык программа көрсөтүлгөн түзүмдүк бирдиктерди жакшыртуунун натыйжалуулугун жана «мелдештик компетенттүүлүктүн» моделин куруу мүмкүнчүлүгүн далилдеди. Мында салмактык көпчүлүк категорияларда төмөнкү көрсөткүчтөрдө жыйынтыктар жакшырды: тик туруп аракеттенгенде утулган техниканын көлөмү орточо алганда 0,95 ыкмага; коргонуунун мелдештик натыйжалуулугу - 8,60%га, чабуулдун интервалы – 13,16га; ийгиликтүү чабуулдун интервалы –110,55га; жатып чабуул жасоонун ишенимдүүлүгү – на 3,13%; техникалуулук –6,78 баллга; жаткан абалында беттешүүдө артынан түшүүнүн көрсөткүчү – 4,43%; мелдештик компетенттүүлүк –8,77%; 60 м ге чуркоо – 0,24; жаткан абалда 10 секунд боюу алаканы менен жерден түртүлүү –2,4 жолу; ордунан узундукка секирүү – 7,59 см; ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну атикаруунун убактысы –1,56 с; атайын чыдамкайлуулуктун коэффициенти –0,04 у.е.

Бардык сынамага алынган IV (контролдук) жана эксперименталдык топтордун салыштырылышы меодештик компетенттүүлүктө олуттуу – 3, 51% га айырманы тапты.

## **ПРАКТИКАЛЫК СУНУШТАМАЛАР**

1. Көп жылдык даярдыктын аралыгында мелдештик компетенттүүлүктү калыптандырууну башкаруу даярдыктын ар бир этабынын өзгөчөлүктөрүн жана спорт түрүнүн спецификасын эске алуу менен жүргүзүү, ал эми машыгуу жүктөрүн контролдоо үчүн А.И. Завьяловдун экспресс методун пайдалануу сунушталат, мында чөгүү 26-28 баллга жетиши керек.

2. Беттешүүлөрдөгү «мелдештик компетенттүүлүктүн» моделин мелдештердин эрежелеринин негизинде синтезделген түзүмдүк бирдиктерди пайдалануу менен биз сунуштаган методика боюнча куруу сунушталат. Аларды

этабы менен салыштыруу, дароо 10 түзүмдүк бирдиктер боюнча мелдештик компетенттүүлүктү өздөштүрүүдөгү «секирик» 15-17 жашта, буга бардык шарттар колгон учурда жүрөт: дене сөөгүнүн узундукка карай өсүүсү негизинен токтойт да, булчуң массалары жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрү өтө тез өсө баштайт. Спортчулар чеберчиликтерге ээ болушат. Бул жаш куракта организм ийкемдүү болгондуктан компетенттүү балбандын дене бойлук жана техникалык-тактикалык даярдыгынын негизги параметрлерин калыптандыруу сунушталат.

3. Дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгү конкреттүү тактикалык – техникалык аракеттерде ишке ашат.

Тактиканы өркүндөтүү үчүн төмөнкү ыкмаларды пайдалануу сунушталат: ыргытканда курсагы, жамбашы, тизеси, ийини менен кулоо; каршылашы коргонуучу ыкманы алууга аргасыз болушу үчүн аны «ары бери сүйрөө»; каршылашынын тизеден же таман менен курсакты тирөө аркылуу баштан ары ыргытуу аракетине бөгөт коюу; беттешүү учурунда каршылашын жумушчу зонадан ары түртүү, бул эркин чыгуу катары көрүнүшү үчүн колдор бүгүлгөн; убакыттын минималдуу аралыгында кайталанган эки-үч чабуул; каршылашын бүгүү.

Ар бир жаш курак тобунда техникалык аракеттердин арсеналын көбүрөөк бааланган ыкмалардын базасында түзүү керек.

11-12 жашта маанилүү жагынан натыйжалуу ыкмалар: ийин аркылуу тизеден ыргытуу, кармап туруу, алдынкы жана арткы чалуу, шыйрактары менен кысуу, жыгуу.

13-14 жашта: ийин аркылуу тизеден ыргытуу, бир бутун кыпчып туруу, кармоо, таман менен ныгырып бутунан жыгуу, буту менен бурап туруу.

15-17 жашта: ийин аркылуу тизден ыргытуу, кармап туруу, алдынкы жана арткы чалуу, бир бутка кыпчып кармоо, саны менен кысуу.

Чоң кишилерде: тик туруп ийини аркылуу жана тизеден ыргытуу, бир бутуна ороп кармоо, алдынкы жана арткы чалуу, таманы менен ичин ныгыруу аркылуу баштан ары ыргытуу, кармап туруу, бутун ныгыруу менен жыгуу, саны менен кыпчып туруу.

Ыргытууларды жакшыртууну жатып беттешүүдө артынан түшүү менен аткарууга ыңгаайлуу.

4. Мелдештик компетенттүүлүктү жогорулатуу үчүн аны менен корреляциялануучу көрсөткүчтөрдүн өсүшүн камсыз кылуу сунушталат.

5. Даярдыктын жана мелдештик иштин көрсөткүчтөрүнүн түзүмү этаптар боюнча калыптанат: баштапкы этапта кайсы бир түзүмдүн жоктугунан баштап тереңдетилген спорттук специализациянын жана өз ара аракеттенүүчү компетенттердин тобун бөлүү менен спорттук өркүндөтүүнүн этаптарында так эки, үч фактордуу түзүм пайда болгонго чейин. Машыгууда алардын өз ара аракеттенүүсүн эске алуу зарыл.

Алсак, координациялык жана интеллектуалдык компонентер жарыш жакшыртылат жана тактиканын көрсөткүчтөрүндө: жатып беттешүүдө артынан түшүүнүн көрсөткүчүндө, тик туруп чабуул жасоо аракеттеринин комбинациялуулугунда, тик туруп каршы чабуул жасоо аракеттеринин

көрсөткүчтөрүндө ишке ашырылат.

Ылдамдык-күчтүк компонент күчтүк чыдамкайлуулуктун базасында өркүндөтүлөт жана техникалык даярдыкта трансформацияланат: ийин аркылуу 10 жолу ыргытууну аткаруунун ылдамдыгында жана баалоосунда, жана мелдештик иштин коэффициенттеринде.

Жалпы чыдамкайлуулук мелдештик коэффициенттерде: чабуулдун интервалында, ийгиликтүү чабуулдун интервалында ишке ашырылуучу атайын жакшыртуу үчүн негиз болуп саналат.

Башкы компонент - психологиялык, эреже катары даярдыктын көптөгөн компоненттери менен байланышкан жана машыктыруучулук же мелдештик жүктү аткарууга организмдин функцияларын мобилизациялоо даражасын аныктайт.

6. Жогорку класстагы дзюдочулардын мелдештик компетенттүүлүгүн жогорулатуу үчүн биз иштеп чыккан жылдык планды – машыгуучу сабактардын графигин пайдалануу сунушталат.

## **ЖАРЫЯЛАНГАН ЭМГЕКТЕРДИН ТИЗМЕСИ**

### **диссертациянын темасы боюнча**

1. **Коптев, О. В.** Корреляционная взаимосвязь показателей подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов весовой категории до 66 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2011. – Т.11. – №11. – С. 178-181. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41866578>.

2. **Коптев, О. В.** Сравнительные результаты соревновательной деятельности высококвалифицированных дзюдоистов [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2011. – Т.11. – №11. – С. 181-184. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17270415>.

3. **Коптев, О. В.** Методы воспитания в спорте [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета. – КРСУ, 2012. – Т.12. – №3. – С. 176-179. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=33744950>.

4. **Коптев, О. В.** Техническая оснащенность сильнейших дзюдоистов, принявших участие в борьбе за кубок Президента НФД КР 2009 г. [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №3. – С. 179-183. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17888389>.

5. **Коптев, О. В.** Исследование корреляционных связей показателей подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов весовой категории до 73 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №8. – С. 172-173. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18790668>.

6. **Коптев, О. В.** Оценка соревновательной деятельности высококвалифицированных дзюдоистов средних и тяжелых весовых категорий [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №8. – С. 174-177. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18790669>.

7. **Коптев, О. В.** Корреляционная взаимосвязь показателей подготовленности

и соревновательной деятельности дзюдоистов весовой категории свыше 100 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №9. – С. 169-173. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18798988>.

8. **Коптев, О. В.** Управление подготовкой квалифицированных дзюдоистов весовой категории до 66 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №9. – С. 173-175. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18798989>.

9. **Коптев, О. В.** Корреляционная взаимосвязь показателей подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов весовой категории до 90 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2012. – Т.12. – №10. – С. 181-185 (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21788866>.

10. **Коптев, О. В.** Исследование взаимосвязи компонентов подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов весовой категории до 100 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2013. – Т.13. – №9. – С. 110-113. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20860397>.

11. **Коптев, О. В.** Годичный цикл подготовки квалифицированных дзюдоистов весовой категории до 60 кг [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2013. – Т.13. – №9. – С. 113-116. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=33921784>.

12. **Коптев, О. В.** Двигательная активность дзюдоистов на соревнованиях [Текст] / О. В. Коптев // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2015. – С. 116-120. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24258391>.

13. **Коптев, О. В.** Этапы становления компетентности дзюдоистов различных возрастных групп [Текст] / О. В. Коптев // Вестник КГПУ им. В. П. Астафьева, 2015. – №4(34). – С. 106-111. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25106263>.

14. **Коптев, О. В.** Последовательность развития компетентности дзюдоистов [Текст] / О. В. Коптев // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: матер. 5 Всеросс. науч.-практ. конф. – Нижневартовск, 2015. – С. 130-132. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23729440>.

15. **Коптев, О. В.** Технический арсенал дзюдоистов разного возраста [Текст] / О. В. Коптев // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта: матер. Междунар. науч.-практ. конф. – Барнаул: Алтайский гос. ун-тет, 2015. – С. 105-110. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25535785>.

16. **Коптев, О. В.** Сравнение показателей I (10-13 лет) и II (14-15 лет) возрастных групп дзюдоистов [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2016. – Т.16. – №8. – С. 176-178. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27260922>.

17. **Коптев, О. В.** Сравнение показателей дзюдоистов III (16-18 лет) и IV (мужчины) возрастных групп [Текст] / О. В. Коптев // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2016. – Т.16. – №8. – С. 179-182. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27260923>.

18. **Коптев, О. В.** Наиболее используемые и эффективные приемы в дзюдо [Текст] / О. В. Коптев // Вестник спортивной науки. – М., 2016. – №1. – С. 9-15.

(РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26643631>.

19. **Коптев, О. В.** Связь соревновательной компетентности дзюдоистов с показателями подготовленности и соревновательной деятельности [Текст] / О. В. Коптев // Вестник спортивной науки. – М., 2017. – №4. – С. 55-61. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30753624>.

20. **Коптев, О. В.** Этапные изменения структуры показателей физической и психологической подготовленности дзюдоистов [Текст] / О. В. Коптев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар, 2017. – №4. – С. 40-45. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30776422>.

21. **Коптев, О. В.** Анализ соревнований по дзюдо на кубок Президента НФД КР [Текст] / О. В. Коптев // Sciences of Europe. – Praha, 2017. – V.2. – №16. – Р. 60-69.

22. **Коптев, О. В.** Различия в подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов 10-13 лет (I группа) и 14-15 лет (II группа) [Текст] / О. В. Коптев // Вопросы современной науки: проблемы, тенденции и перспективы: мат. XIII Междунар. науч.-практ. конф. (13 июня 2017 г.). “Chronos.” – М., 2017. – №51. – С. 19-23. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36259108>.

23. **Коптев, О. В.** Характер связи соревновательных коэффициентов и показателей подготовленности дзюдоистов (на примере весовой категории до 81 кг) [Текст] / О. В. Коптев // Современные проблемы инновационного развития науки: сб. статей Междунар. науч.-практ. конф. 23 июня 2017 г. “Omega science.” – Волгоград, 2017. – С. 131-135. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29377522>.

24. **Коптев, О. В.** Электрокардиография (ЭКГ), как способ контроля тренировочных нагрузок (на примере дзюдо) [Текст] / О. В. Коптев // Вестник физической культуры и спорта, 2017. – Т.3. – №18. – С. 97-100. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29896898>.

25. **Коптев, О. В.** Анализ показателей дзюдоистов 11-12 лет (I группа) и 13-14 лет (II группа) [Текст] / О. В. Коптев, А. И. Завьялов // International Science Project. – Turku, 2018. – №19(1). – Р. 12-14. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36375274>.

26. **Коптев, О. В.** Взаимодействие показателей подготовленности и соревновательной деятельности высококвалифицированных дзюдоистов Кыргызстана (на примере весовой категории до 60 кг) [Текст] / О. В. Коптев, А. И. Завьялов // Вестник физической культуры и спорта, 2018(23). – №4. – С. 28-33. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36785143>.

27. **Коптев, О. В.** Результаты Открытого чемпионата Кыргызстана по дзюдо [Текст] / О. В. Коптев, А. И. Завьялов // Scientific pages. – Brno, 2018. – №14. – Р. 19-29. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36375276>.

28. **Коптев, О. В.** Формирование структуры соревновательной компетентности в дзюдо [Текст] / О. В. Коптев // Человек. Спорт. Медицина. – Челябинск, 2018. – Т.18. – №2. – С. 35-44. <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000437542200004>.

29. **Коптев, О. В.** Статодинамическая устойчивость у дзюдоистов разного возраста [Текст] / О. В. Коптев, А. Мамытов // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2020. – Т.20. – №6. – С. 108-110. (РИНЦ)



<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43791883>.

30. **Коптев, О. В.** Отбор и подготовка резерва в дзюдо [Текст] / О. В. Коптев, А. Мамытов // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета, 2021. – Т.21. – №10. – С. 143-149. (РИНЦ) <https://elibrary.ru/item.asp?id=47155067>.

31. Estimation degree of changes influence in competition rules on the contests ratios of judo wrestlers of lightweight categories in Russia and Kyrgyzstan [Text] / [O. Koptev, A. Osipov, M. Kudryavtsev et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – V.17. – №54. – P. 2067-2072. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57203726004>.

32. Contest coefficients of the elite judo athletes of Russia and Kyrgyzstan (less than 60 kg, 73 kg and 81 kg) from 2010 till 2015 [Text] / [A. Osipov, M. Kudryavtsev, O. Koptev et al.] // International Journal of Applied Exercise Physiology. – 2018. – V.7. – №2. – P. 32-45. <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000435602100005>.

33. Level increase of competitive readiness of elite judokas in the weight category of up to 60 kg (as an example is the national team of Kyrgyzstan) [Text] / [O. Koptev, A. Osipov, M. Kudryavtsev, et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2019. – V.19(1). – P. 716-721. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57203726004>).

#### Монографии

34. **Коптев, О. В.** Технология управления подготовкой квалифицированных дзюдоистов [Текст]: монография / О. В. Коптев, 2012. – 240 с. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36281629>.

35. **Коптев, О. В.** Формирование соревновательной компетентности в многолетней подготовке дзюдоистов [Текст]: монография / О. В. Коптев, 2017. – 242 с. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36281638>.

36. **Коптев, О. В.** Соревновательная компетентность дзюдоистов [Текст]: монография / О. В. Коптев, А. И. Завьялов, 2019. – 240 с. (РИНЦ) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37223798>.

#### Методические рекомендации

37. **Коптев, О. В.** Скоростно-силовая подготовка борцов вольного стиля [Текст]: метод. рек. / О. В. Коптев. – КГПУ им. И. Арабаева, 2002. – 16 с.

38. **Коптев, О. В.** Должные нормативы для отбора и контроля уровня разносторонней физической подготовленности юных борцов вольного и греко-римского стиля [Текст]: метод. рек. / О. В. Коптев. – Гос. агентство по физ. культ. и спорту при Прав-ве КР, 2006. – 22 с.

**Коптевд Олег Владимировичтин 13.00.04 – дене тарбиясынын теориясы жана методикасы, спорттук машыгуу, ден соолукту чыңдоо адистиги боюнча педагогика илимдеринин доктору окумуштуулук даражасына жетүү үчүн «Дзюдочулардын узак мөөнөттүү спорттук даярдыгында атаандаштык компетенттүүлүгүн калыптандыруу» аттуу темадагы жазылган изилдөөсүнүн**

## **РЕЗЮМЕСИ**

**Негизги сөздөр:** дзюдо, спорттук машыгуу, атаандаштык компетенттүүлүк, атаандаштык ишмердүүлүк, даярдоо этаптары, узак мөөнөттүү машыгуу, кыймыл активдүүлүк, техникалык аракет.

**Изилдөөнүн объектиси:** коп жылдык спорттук даярдыктын бардык баскычтарында ар кандай курактагы дзюдочулар.

**Изилдөөгүн предмети:** дзюдочулардын узак мөөнөттүү спорттук даярдыгында атаандаштык компетенция жана анын калыптануу процесси.

**Иштин максаты:** спортчуларды узак мөөнөттүү даярдоодо атаандаштык компетенттүүлүгүн калыптандыруунун концепциясын теориялык жактан негиздөө жана иштеп чыгуу, анын мазмунун жана жогорку класстагы дзюдочулардын атаандаштык ишмердүүлүгүнүн сапатын олуттуу жакшыртуу үчүн методологиялык жактан камсыз кылууну аныктоо.

**Изилдөөнүн методдору:** анализ, синтез, моделдөө, суроо берүү, сурамжылоо, педагогикалык байкоо, конкурстук ишмердүүлүктү каттоо, педагогикалык эксперимент, дозаланган физикалык активдүүлүк менен тесттер, электрокардиография, медициналык көзөмөл, математикалык статистиканын ыкмалары.

### **Алынган натыйжалар жана алардын жаңылыгы:**

1. «Атаандаштык компетенттүүлүгүнүн» аныктамасы, анын атаандаштык ишмердүүлүгүндөгү структуралык жана мазмундук модели жана дзюдочулардын узак мөөнөттүү спорттук даярдыгы процессин өркүндөтүү зарылчылыгы негизделген.

2. Атаандаштык компетенттүүлүгүн калыптандыруу концепциясы илимий жана эксперименталдык жактан негизделген, анын маңызы атаандаштык ишмердүүлүктүн сапатына жооптуу түзүмдүк бөлүмдөрдү өнүктүрүү жана аларды ишке ашыруу үчүн зарыл болгон факторлорду аныктоо болуп саналат:

а) Сунушталган концепциянын алкагында ар кандай курактагы дзюдочулардын атаандаштык компетенттүүлүгүнүн түзүмдүк бирдиктердин сандык маанилери берилген жана 15-17 жаш курактагы атаандаштык компетенттүүлүгүнүн кескин жогорулашы илимий жактан негизделген;

б) ар кандай курактагы дзюдочулардын даярдыгынын көрсөткүчтөрүн жана мелдештик активдүүлүгүн баскыч түрдө катары салыштыруу 15-17 жаш курагында атаандаштык жөндөмдүүлүгүнүн кескин жогорулашынан улам мелдешке жөндөмдүүлүктүн сапатынын олуттуу өсүшүн белгиледи.

3. Ар кандай курактагы дзюдочулардын даярдык көрсөткүчтөрүндөгү жана мелдештик ишмердүүлүгүнүн көрсөткүчтөрүнөн атаандаштык компетенттүүлүгүнүн көз карандылыгы аныкталды.

4. Даярдык жана атаандаштык иш-көрсөткүчтөрдүн структурасынын этаптуу өзгөрүшү, ошондой эле даярдык жана мелдеш атаандаштык компоненттеринин өз ара байланышы аныкталган.

5. Жогорку квалификациядагы дзюдоисттердин атаандашуучулук компетенттүүлүгүн жогорулатуу программасы иштелип чыкты жана ишке ашырылды, анын түзүмдүк бирдиктерин түзүү боюнча стратегиялык түзүлүштөрү түзүлгөн, ал эми система түзүүчү фактор болуп компетенттик мамиленин негизинде машыгуу процессин башкаруу саналат.

**Колдонуу боюнча сунуштар:** алынган жыйынтыктар ар кандай курактагы дзюдочуларды даярдоого колдонулушу мүмкүн.

**Колдонуу чөйрөсү:** балдар жана өспүрүмдөр спорт мектептери, жогорку спорт чеберчилигинин мектептери, дзюдо боюнча республиканын курама командасы.



## РЕЗЮМЕ

**диссертации Коптева Олега Владимировича на тему: «Формирование соревновательной компетентности в многолетней спортивной подготовке дзюдоистов» на соискание ученой степени доктора педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

**Ключевые слова:** дзюдо, спортивная тренировка, соревновательная компетентность, соревновательная деятельность, этапы подготовки, многолетняя тренировка, двигательная активность, техническое действие.

**Объект исследования:** дзюдоисты разного возраста на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

**Предмет исследования:** соревновательная компетентность и процесс её формирования в многолетней спортивной подготовке дзюдоистов.

**Цель работы** - теоретическое обоснование и разработка концепции формирования соревновательной компетентности в многолетней подготовке спортсменов, определить её содержание, методическое обеспечение и проверить в эксперименте для существенного повышения качества соревновательной деятельности у дзюдоистов высокого класса.

**Методы исследования:** анализ, синтез, моделирование, анкетирование, опрос, педагогическое наблюдение, регистрация соревновательной деятельности, педагогический эксперимент, тесты с дозированной физической нагрузкой, электрокардиография, врачебный контроль, методы математической статистики.

### **Полученные результаты и их новизна:**

1. Обоснованы определение «соревновательной компетентности», её структурно-содержательная модель в соревновательной деятельности и необходимость совершенствования в процессе многолетней спортивной подготовки дзюдоистов.

2. Разработана концепция формирования соревновательной компетентности, суть которой состоит в синтезе структурных единиц, отвечающих за качество соревновательной деятельности и выявлении необходимых факторов для их реализации:

а) в рамках предложенной концепции представлены количественные значения структурных единиц соревновательной компетентности у дзюдоистов разного возраста и научно обоснован резкий прирост соревновательной компетентности в 15-17 лет;

б) ступенчатое сравнение показателей подготовленности и соревновательной деятельности дзюдоистов разных возрастных групп зафиксировало значительное повышение качества соревновательной деятельности в 15-17 лет, обусловленное резким приростом соревновательной компетентности.

3. Установлена закономерная зависимость соревновательной компетентности от показателей подготовленности и соревновательной деятельности у дзюдоистов разного возраста.

4. Определены этапные изменения структуры показателей подготовленности и соревновательной деятельности, а также взаимосвязь компонентов подготовленности и соревновательных коэффициентов.

5. Разработана и реализована экспериментальная программа повышения соревновательной компетентности дзюдоистов высокой квалификации, сформулированы стратегические установки по формированию её структурных единиц, а системообразующим фактором является управление тренировочным процессом на основе компетентностного подхода.

**Рекомендации по использованию:** полученные результаты могут использоваться в подготовке дзюдоистов разного возраста.

**Область применения:** детско-юношеские спортивные школы, школы высшего спортивного мастерства, сборная команда республики по дзюдо.

## SUMMARY

of thesis of Koptev Oleg Vladimirovich on the topic: “Forming competitive competence in long-term sports training of judoists” for the degree of Doctor of Education in the specialty 13.00.04 - Theory and methods of physical education, sports training, recreational and adapted physical education

**Key words:** judo, sports training, competitive competence, competitive activity, preparation stages, long-term training, physical activity, technical action.

**Subject of research:** judoists of different ages at all stages of long-term sports training.

**Scope of research:** competitive competence and its formation process in long-term sports training of judoists.

**Goal of research** - theoretical justification and development of the concept of competitive competence formation in long-term training of athletes, to determine its content and methodological support for a significant improvement in competitive activities quality among high-class (competitive) judoists.

**Methods of research:** analysis, synthesis, modeling, questioning, survey, lesson observation, competitive activities recording, pedagogical experiment, tests with graduated exercise, electrocardiography, sports healthcare, methods of mathematical statistics.

**The results obtained and their novelty:**

1. The definition of “competitive competence”, its structural and conceptual model in competitive activities and the need for improvement in the process of long-term sports training of judoists have been substantiated.

2. The concept of competitive competence formation has been developed, the essence of which is the synthesis of structural units responsible for competitive activity quality and identification of necessary factors for their implementation:

a) The quantitative values of structural units competitive competence among judoists of different ages are presented within the framework of proposed concept, and a sharp increase in competitive competence at the age of 15-17 years is scientifically substantiated;

b) Stepwise comparison of indicators in preparedness and competitive activity of judoists of different age groups recorded a significant increase in competitive activity qualities at the age of 15-17, due to a sharp increase in competitive competence.

3. Regular dependence of competitive competence on indicators of preparedness and competitive activities among judoists of different ages has been established.

4. Staged changes in the structure of readiness indicators and competitive activities, as well as the relationship between the components of readiness and competitive coefficients were identified.

5. An experimental program for improving competitive competence of highly qualified judoists has been developed and implemented, strategic guidelines for its structural units' formation have been formulated, and system-forming factor is the management of training process based on a competency-based approach.

**Recommendations for use:** results obtained can be used in the training of judoists of different ages.

**Area of application:** children's and youth sports schools, schools of high sports mastery, national team of the republic in judo.