

**Б. ТУРУСБЕКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК ДЕНЕ  
ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ АКАДЕМИЯСЫ**

**Б.СЫДЫКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ-ӨЗБЕК ЭЛ АРАЛЫК  
УНИВЕРСИТЕТИ**

**И.РАЗЗАКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК  
ТЕХНИКАЛЫК УНИВЕРСИТЕТИ**

Диссертациялык кеңеш К 13.22.653  
Кол жазма катары  
УДК: 378.096: 796.01(575.2) (043.3)

**УМЕТАЛИЕВ ЭРКИНБЕК БАГЫШБЕКОВИЧ**

**СПОРТТУК АДИСТИКТИН БАШТАПКЫ ЭТАБЫНДА  
КҮРӨШЧҮЛӨРДҮН (БАЛБАНДАРДЫН) ТЕХНИКАЛЫК ЖАНА  
ТАКТИКАЛЫК АРАКЕТТЕРИН ОКУТУУНУН МЕТОДИКАСЫ**

13.00.04 – теория жана методология адистиги, дене тарбия, ден соолукту  
чыңдоо жана адаптивдик дене тарбия

Педагогика илимдеринин кандидаты илимий даражасын изденип алуу үчүн  
диссертациянын

**АВТОРЕФЕРАТЫ**

**Бишкек - 2024**

Диссертациялык иш Б.Турусбеков атындагы Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын дене тарбия жана спорттун териясы жана методикасы кафедрасында аткарылды.

**Илимий жетекчиси**

**Анаркулов Хабибулла Файзуллаевич**, педагогика илимдеринин доктору, И.Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин дене тарбиянын теориясы жана билим берүү технологиясы кафедрасынын профессору

**Официалдык оппоненттер:**

**Доскараев Бауржан Мелдебекович**, педагогика илимдеринин доктору, Казак Улуттук кыз-келиндер педагогикалык университетинин дене тарбия жана спорт кафедрасынын профессору

**Джапаркулов Айбек Сузабаевич**, педагогика илимдеринин кандидаты, КР ИИМнин кадрлар башкы башкармалыгынын өздүк курамы менен иштөө жана кесиптик даярдоо башкармалыгынын тескөчүсү, милициянын подполковниги

**Жетектөөчү мекеме**

Казак спорт жана туризм академиясынын физкультура жана спорттун теориялык негиздери кафедрасы. Казак Республикасы Алматы, 050022, Абай көч., 105

Диссертацияны коргоо 2023-жылдын 10-майында, саат 15-00до Б.Т. Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын, Б. Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университети, И. Раззаков атындагы Кыргыз мамлекеттик техникалык университетинин педагогика илимдеринин кандидаты окумуштуулук даражасын коргоо боюнча түзүлгөн К 13.22.653 диссертациялык кеңештин жыйынында болот. Дареги: 720064, Бишкек ш., И. Ахунбаев көч., 97.

Диссертациялык иштин коргоосунун онлайн трансляциясынын идентификациялык коду: [https://vak.kg/k\\_13\\_22\\_653/umetaliev-erkinbek-bagyshbekovich/](https://vak.kg/k_13_22_653/umetaliev-erkinbek-bagyshbekovich/)

Диссертация менен Б.Т. Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын алдындагы К.13.20.623 диссертациялык Кеңешинин түзүлгөн уюмдарынын китепканаларынан (720064, Бишкек ш., И. Ахунбаев көч., 97), Б. Садыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университетинин (Ош, Г. Айтиев көч., 27), И. Раззаков атындагы Кыргыз мамлекеттик техникалык университетинин (Бишкек ш., Ч. Айтматов пр., 66) жана <http://ksapcs.kg/> сайтында таанышса болот.

Автореферат 2023 жылдын 10-апрелинде жөнөтүлдү.

Диссертациялык кеңештин окумуштуу катчысы,  
педагогика илимдеринин кандидаты, доцент

Карагозуева Г.Ж.

## ИЗИЛДӨӨНҮН ЖАЛПЫ МҮНӨЗДӨМӨСҮ

**Диссертациянын темасынын актуалдуулугу.** Кыргыздын улуттук спорттук күрөшү – ар тараптуу билим берүүнүн эң эффективдүү каражаттарынын бири жана дене тарбия көнүгүүлөрдүн жеткиликтүү түрү.

Ушуга байланыштуу бир катар жылдар бою спорттук башталгыч даярдыктын тайпасынан баштап эң жогорку спорт чеберчилигине чейинки күрөшчүлөрдү даярдоону уюштуруунун жана башкаруунун педагогикалык негизи болуп, алардын ТТЧ ги спорттук даярдыктын теориясы болуп саналган, анда эффективдүү каражаттарды пайдалануу, медициналык-педагогикалык көзөмөлдү жүргүзүүнүн ыкмалары, мелдештерди уюштурууну жана эрежелерин өркүндөтүү, машыгуу методдору жана башка көптөгөн маселелер каралат. Ошону менен бирге жогорку спорттук жетишкендиктердин көбөйүшү жана квалификациялуу спортчуларды даярдоо процессине коюлган талаптардын татаалдашы азыркы талаптарга жооп бербеген спорттук даярдыктын теориясында, өзгөчө спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында байкалууда.

Бул өзгөчө III Дүйнөлүк көчмөндөр оюнунан кийин ачык байкалып, анда күрөш боюнча балбандарды даярдоо процесси көптөгөн өлкөлөрдө кеңири илимий-педагогикалык изилдөөлөрдөн өткөн [5]. Алынган фактылар адистерди көп жылдык теориялык, педагогикалык жана эксперименталдык изилдөөлөрдүн методологиясынын негизинде квалификациялуу спортчуларды даярдоо процессин натыйжалуу уюштурууга жана башкарууга жардам бере турган бир кыйла алдыңкы спорттук даярдыкты өнүктүрүүнүн жолдорун издөөгө мажбур кылды. Заманбап системалык мамиле [51, 105], алдыга коюлган, андан кийин спорттук машыгуу системасынын (модулунун) теориясы иштелип чыккан жана сунушталган, бул анын структурасын кеңейтүүгө жана тереңдетүүгө, бир катар подсистемаларды аныктоого мүмкүндүк берген: Жогорку спорттук жетишкендиктерди болжолдоо, жогорку спорт чеберчилигинин этабында квалификациялуу жана келечектүү

күрөшчүлөрдү даярдоону системалаштыруу (моделдештирүү), колдонулуучу каражаттардын жана ыкмаларынын комплексин багытталган калыбына келтирүү, күрөшчүлөрдүн жана окутуучу-машыктыруучулардын өзүн-өзү өркүндөтүү, спорттук симулятор системалары жана аппараттары. Белгилүү болгондой, “система” (модуль) термини билимдин ар кандай тармактарында эң көп колдонулгандардын бири, өзгөчө өнүгүүнүн азыркы этабында “Система” түшүнүгүнүн маанисинин бир нече варианттары аныкталган.

Система өз ара байланышкан бөлүктөрдүн (элементтердин) бүтүндүгүн билдирет:

- айлана-чөйрө менен белгилүү бир биримдикти түзөт;
- изилденип жаткан тигил же бул система кыйла жогорку тартиптеги система экени белгилүү;
- изилденүүчү белгилүү бир системанын бөлүктөрү (элементтери) өз кезегинде кыйла төмөн (алсыз) тартиптеги системалар катары каралат [105].

Бүгүнкү күндө системалуу мамиле күрөштүн спецификалык түрү боюнча квалификациялуу спортчуларды даярдоону уюштуруунун жана башкаруунун деңгээлинде оригиналдуулукка, жаңы функцияларга жана касиеттерге жооп берүүгө мүмкүндүк берет.

Тигил же бул система уникалдуу, туюндурулган (айырмаланган) түзүлүш менен түшүндүрүлөт. Системанын түзүмү (системалык мамиле) деп анын бөлүктөрүнүн ортосундагы олуттуу мамилелердин комплекси түшүнүлөт, б.а. системанын эндогендик түзүлүшүнүн сорту (тиби) жана формасы. Мындай мамилелердин касиеттери структуранын (уюмдун) талашсыз чындыгын (аксиомаларын) көрсөтүп, аны теориялык жана педагогикалык жактан изилдөө үчүн негиз болуп кызмат кылат. Интегративдик (көп кырдуу) системаны түзүү структуралардын толук өз ара байланышы аркылуу гана мүмкүн.

Спорттун бүгүнкү өнүгүү деңгээли квалификациялуу спортчуларды даярдоонун сапатына өзгөчө талаптарды коюп жатат. Спорттук машыгуу системасын андан ары өркүндөтүү төмөнкү багыттар боюнча мүмкүн болот:

- бир катар социалдык механизмдер боюнча илимий изилдөөлөрдүн окуу-тарбиялоо процессин уюштурууну жана жүргүзүүнү жакшыртууда;
- атаандаштыкка жөндөмдүү спортчулардын физикалык жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн жогорулатуу;
- күрөш спортсмендерин даярдоо жана ТТЧ жакшыртуу үчүн спорттук машыгуунун методдорун өркүндөтүү. Н. Г. Озолин мындай деп жазат: «Жалпысынан спорттук машыгуунун мүнөздүү системасы деп төмөндөгүлөрдү айтууга болот, узак мөөнөттүү, жыл бою, атайын уюштурулган билим берүү, окутуу, өнүктүрүү жана спортчулардын функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн жогорулатуу. Белгилүү бир принциптердин, эрежелердин жана ченемдердин негизинде үзгүлтүксүз байланышта болгон гигиеналык режим, илимий, медициналык-педагогикалык жана материалдык шарттар, уюштуруу ж.б. болгон процесс» [83].

Биздин республикада адистер спортсмендерди, анын ичинде күрөшчүлөрдү даярдоо системасын өнүктүрүүгө жана өркүндөтүүгө өздөрүнүн көңүлүн буруп жатышат.

**Иштин мамлекеттик жана эл аралык программалар менен байланышы.** Иш «Билим берүү жөнүндө», «Дене тарбия жана спорт жөнүндө», «Кыргыздын улуттук спорт түрлөрү жана оюндары жөнүндө» Кыргыз Республикасынын мыйзамдарын жана Кыргыз Республикасынын Президентинин жарлыгын ишке ашыруунун алкагында жүргүзүлдү. «Инсандын руханий-адеп-ахлактык өнүгүүсү жана физикалык жактан чыңдалуусу жөнүндө». Диссертациянын темасы Б.Т.Турусбеков атындагы Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын илимий-изилдөө планына киргизилген.

**Изилдөөнүн максаты** – спорттук баштапкы адистештирүү баскычында күрөшчүлөрдү техникалык жана тактикалык даярдоонун методологиясын иштеп чыгуу, теориялык жана эксперименталдык жактан негиздөө.

**Изилдөө милдеттери:**

1. Спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында күрөшчүлөрдү техникалык жана тактикалык жактан даярдоонун салттуу түрдө калыптанган системасын талдоо.
2. Техниканы ырааттуу (системалуу) даярдоого жана тактикалык аракеттердин варианттарын тандоого негизделген жаш балбандарды (10-12 жаш) техникалык жана тактикалык даярдоонун методикасын иштеп чыгуу.
3. Спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында күрөшчүлөрдү техникалык жана тактикалык жактан даярдоонун эксперименталдык методикасынын натыйжалуулугу аныктоо.

**Изилдөөнүн жаңылыгы төмөнкүлөр болуп саналат:**

- жаш спортчуларды спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында даярдоо процессинде алардын индивидуалдык өзгөчөлүктөрүн жана мүмкүнчүлүктөрүн эске алуу менен ТТАнын ырааттуулугун жана вариациясын (алмаланышын) сактоого негизделген комплекстүү (комбинацияланган) мамилени сунуштоо;
- жаш күрөшчүлөр үчүн ырааттуу система түрүндө техникалык жана тактикалык аракеттерди өздөштүрүү үчүн тарбиялык жана таанып-билүү (машыгуу) милдеттерин иштеп чыгуу;
- системалаштыруу

**Изилдөөнүн практикалык мааниси:**

- күрөштү баштаган спортчулардын окуу-тарбиялоо процессин уюштуруу жана кыргыздын улуттук күрөшү боюнча окутуучу-машыктыруучуларды даярдоо процессинде илимий-практикалык сунуштарды иштеп чыгуу;

- педагог-тренерлердин кесиптик-педагогикалык ишмердигинде ырааттуу тартипте түзүлгөн сунуштарды колдонуу мүмкүнчүлүгү.

**Коргоо үчүн сунушталган негизги жоболор:**

1. Күрөшчүлөрдүн техникалык жана тактикалык даярдыгында спорт илиминин жетишкендиктерин байытып, күрөшчүлөрдүн техникалык-тактикалык аракеттерин үйрөтүү процессинин ырааттуулугу боюнча сунуштарды бекитебиз, аны төмөнкү системада колдонуу максатка ылайыктуу: кыймыл аракетинин негизги элементтерине басым жасоо менен кыймыл аракетинин структурасын схемалык түрдө чагылдыруудан кийин баштапкы машыгуу, андан кийин кыймыл аракеттерди аткаруунун техникасы жана алардын булчуң сезүүлөрүн сүрөттөп берүү боюнча оозеки отчеттордун алдында.

2. Сунуш кылынган методиканын мазмунун түшүндүрүп, биз баса белгилейбиз: ТА ырааттуулугун үйрөтүү процессинде МБКда тапшырмалар; күрөш килеминдеги кыймылдар, ТТАнын аткарылган комбинациялары катуу көрсөтүлүшү керек, ал эми ТТАны өткөрүү процессинде жеке өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен күрөшчүлөр тарабынан тандалып алынышы керек.

3. ТТАнын ырааттуулугуна жана вариациясына негизделген спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында күрөшчүлөрдү даярдоонун иштелип чыккан методикасы жаш күрөшчүлөргө мелдештерде эң жакшы натыйжаларга жетишүүгө: ТТАны аткаруунун шык-жөндөмдөрүн сапаттык жактан өздөштүрүүгө мүмкүндүк берүүгө тийиш. Баштапкы спорттук адистиктин этабында жаш күрөшчүлөрдү даярдоону жакшыртуу үчүн биз сунуштап жаткан окутуу методикасын натыйжалуу пайдалануу максатка ылайыктуу.

**Изилдөөчүнүн жеке салымы болуп төмөнкүлөр саналат:**

- спорттук баштапкы адистештирүү этабында күрөшчүлөргө техникалык-тактикалык аракеттерди үйрөтүү методикасын теориялык жана педагогикалык жактан негиздөө;

- окутуу техникасынын ырааттуулугуна жана тактикалык аракеттердин варианттарын тандоого негизделген жаш күрөшчүлөрдү техникалык жана тактикалык даярдоонун методикасын иштеп чыгуу:

- спорттук башталгыч адистештируу этабында жаш күрөшчүлөрдү техникалык-тактикалык даярдоонун эксперименталдык методдорунун эффективдүүлүгүн аныктоо.

**Изилдөө натыйжаларын текшерүү.** Изилдөөнүн материалдары: «Дене тарбия жана спорттун актуалдуу көйгөйлөрү» Эл аралык илимий-практикалык конференциясында (Алма-Ата, 2022); Б.Сыдыков атындагы Кыргыз-Өзбек Эл аралык университетинин жылына өткөрүлүүчү илимий-практикалык конференцияларында (Ош, 2022, 2023). Б.Т.Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясында (2018-2023) көрсөтүлгөн.

Р.Санатбаев атындагы олимпиадалык резерв спорт мектебинин окуу-машыгуу группасына тартылган күрөшчүлөрдү даярдоо практикасына изилдөөнүн натыйжалары киргизилди (Свердлов району, Бишкек шаары); Талас шаарындагы балдар-өспүрүмдөр спорт мектебинде жаш күрөшчүлөргө техникалык жана тактикалык аракеттерди үйрөтүүнүн эффективдүүлүгүн жогорулатуу максатында ишке ашыруу актысы түрүндө киргизилди. Иштелип чыккан методологияны колдонуу жаш күрөшчүлөрдүн ТТАны жогорку деңгээлде өнүктүрүүсүнө шарт түздү.

**Басылмаларда диссертациянын жыйынтыктарын чагылдырган полотно.** Диссертациянын негизги илимий натыйжалары диссертациянын темасына ылайык рецензияланган басылмалардын тизмесине кирген мезгилдүү илимий басылмаларда 10 илимий макала түрүндө жарыяланган, алардын 2өө РФ РИНЦда жана 2өө КР РИНЦ.



**Диссертациянын структурасы жана көлөмү.** Диссертация кириш сөздөн, үч бөлүмдөн, жалпы корутундулардан, практикалык сунуштардан, пайдаланылган адабияттар тизмесинен (147) жана тиркемеден турат. Диссертациянын жалпы көлөмү 242 беттен турат. Санариптик материалдар 5 цифрада жана 20 таблицада чагылдырылган.

## **ДИССЕРТАЦИЯНЫН НЕГИЗГИ МАЗМУНУ**

**Киришүү** изилдөөнүн темасынын актуалдуулугун негиздеп, иштин объектисин, предметин, максаттарын жана милдеттерин, иштин илимий, теориялык жана практикалык маанисин аныктап, изилдөөнүн негизги жыйынтыктарын түзөт.

**“Адабият талдоо” деген биринчи бөлүмдө** алгачкы спорттук адистештирүүнүн этабында күрөшчүлөрдүн ТТД проблемасынын абалына талдоо каралат, бул бир топ чечилбеген көйгөйлөрдү, анын ичинде спорттук спортту куруунун педагогикалык аспектилеринин маселелерин ырастады; Окуу процессинин ырааттуулугу; ырааттуу окутуу ДД: жаш күрөшчүлөрдү техникалык жактан даярдоонун мазмуну: ТТА күрөшчүлөрдү ырааттуу даярдоо; СБКдагы мелдештин үлгүсү.

СБКнын спорттук өнүгүү деңгээли күрөшчүлөрдүн ТТДнын сапатына өзгөчө талаптарды коёт. Кадрларды даярдоо системасын андан ары оркундотуу төмөнкүлөр менен ишке ашырылууга тийиш: техникалык окууну уюштурууну жакшыртуу; тартылгандардын физикалык, психологиялык сапаттарын жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн жогорулатуу; окутуу методдорун оптималдаштыруу. ТТЧ күрөшчүлөрдү тарбиялоо жана жакшыртуу.

Көптөгөн адабий булактар ТТА аткаруунун түрлөрүн жана квалификациялуу күрөшчүлөр колдонгон алардын комбинацияларын сунуштайт. Бирок, ТТА СБК, СКтүн эл аралык түрлөрүндөгү ТТА сыяктуу, рационалдуу ДД, биз ТДнын айрым варианттарын гана таптык. Окуу

процессин комплекстүү ишке ашыруу процессинде ТТ олуттуу каталар менен алынат жана ТДны өздөштүрүү процесси бир нече жылга созулушу мүмкүн. Эгерде биз СККны ар тараптуу инсанды тарбиялоо системасы катары карай турган болсок, анда бул жерден эмнени изилдөө керек экенин көрүүгө болот. Иштин алгачкы 3-5 жылында окуу процессинин тенденциясын түп тамырынан бери өзгөртүү, СКК теориясын иштеп чыгуу, илимий негизделген окутуу программасын түзүү, атаандаштыкка жөндөмдүү мугалимдерди, тренерлерди жана башка адистерди даярдоону баштоо, балким, оңдоонун жалгыз жана туура жолу болуп саналат. Ушуга байланыштуу бул эмгекте СККны тыкыр кароого, күрөшчилердин ТТАсына талдоо жүргүзүүгө, бул аракеттердин мүнөздүү белгилерин теориялык негиздер менен аныктоого, күрөшчүлөрдү этап-этабы менен даярдоонун схемасын иштеп чыгууга аракет жасалган, ТТАны 3-5 жылга окутуунун методикасын иштеп чыгуу, СККда окутуучу-тренердин окуу жана тарбиялык ишмердүүлүгүн кийинки өркүндөтүүнүн маанилүү аспектилерин аныктоо. Күрөшчүлөр үчүн спорттук машыгуунун заманбап ыкмалары жеткилендикке жете элек жана окутуучу-машыктыруучулар, эреже катары, СМтин, өзгөчө психологиялык, физикалык, техникалык-тактикалык жана функционалдык даярдыкта чоң кемчиликтери бар кульминацияга алып барууда. Демек, жалпысынан кадрларды даярдоонун сапатына коюлуп жаткан жогорулатылган талаптар күрөшчүлөрдүн ТТЧ мындан ары жогорулатуунун негизги резерви болуп калат. Күрөшчүлөр үчүн сунушталган ТТД методологиясынын маңызы ТТАнын өз ара байланышынан турган ТТАны окутуунун логикалык ырааттуулугуна негизделет: бир ТТА ырааттуулугунан экинчисине өтүүдө ырааттуу аткаруу мотордук тапшырманы ийгиликтүү чечүүнү камсыз кылат. ТТЧ күрөшчүлөрүнүн көйгөйлөрүн изилдеп, биз биринчи кезекте бирдиктүүлүк жана жекелик принцибине жана ОМП жана ДД башкаруунун структуралык-функционалдык теориясына чыктык. Келечектин технологиялык моделин куруу маселелерин чечүүдө технологияны

өркүндөтүүнүн теориясында жана практикасында маанилүү орунду аны өздөштүрүү процессин оптималдаштыруу жана ТА биомеханикалык структураларынын механизмдин иштеп чыгуу саналат [13]. Бул маселелерди чечүүдө педагогикалык көз караштан алганда маселе ДД аспектилеринин көп түрдүүлүгүнө таасир этүүчү багыт маселеси, анын ар түрдүү формалары болуп саналат. ТТЧти өркүндөтүү жолу биринчи кезекте спорттогу техникалык даярдыктын жана кыймылдын тажрыйбасынын фондук абалы менен аныкталат, бул фазалык мүнөздөгү көп жылдык этаптуу процесс. Бул жерде окуу процесси өркүндөтүү процесси менен органикалык түрдө чырмалышкан, ошол эле учурда: методикалык, маалыматтык башкаруу терминдери, алар окутуу боюнча бири-биринен олуттуу айырмаланат; башкаруу ырааттуулук принцибинде курулган барган сайын татаал көнүгүүлөргө негизделген. Спорттук практикада ТТЧти өркүндөтүүнүн эки негизги процесси бар: биринчиси, курешисттердин ТД кыймылдардын заманбап түзүмүнө ылайык келгенде жана ошол эле учурда анын ПТнын индивидуалдуу өзгөчөлүктөрүнө ылайык келгенде, курешисттердин ТД функционалдык мүмкүнчүлүктөрүнө толугу менен туура келет жана заманбап техникалык моделден бир катар четтөөлөрдү камтыйт [12]. Бул жагынан алганда, кыймыл көндүмдөрүн өркүндөтүү процесси күрөшчүдөн өзүнүн ДАны кайра карап чыгууну жана өзгөртүүлөрдү колдонууда ырааттуу болууну жана жөндөмдү жетишерлик жогорку деңгээлде бекемдөөнү талап кылат. СККда ДД-ны окутуунун проблемалары чоң мааниге ээ болууда. Себеби, даярдоо кеңири кулач жайып, квалификациялуу күрөшчүлөрдү даярдоонун алдында турган милдеттер ар тараптан өзгөрүп, татаалдашып, кеңейген. Бул ДДны оптималдуу окутуу, СКК боюнча эртерээк адистештирүү жана ар тараптуу жеке өнүгүү зарылдыгы менен шартталган. Окуу процессин кароодо ДД өзүнүн структурасында өз ара байланышкан үч этапты бөлүп көрсөтөт, алардын мазмуну окуу материалын өздөштүрүүнүн айрым аспектилеринен турат. I - баштапкы окуу баскычы; Тереңдетилген деталдуу

үйрөнүүнүн II этабы; III - кыймыл көндүмдөрүн консолидациялоо жана өркүндөтүү баскычы. Азыркы учурда спортсмендердин ой жугуртуусунун жетилгендиги жана дене тарбия көнүгүүлөрүн рационалдуу аткаруу жагынан чоң талаптар коюлууда. Бул талаптар окутуунун эффективдүүлүгүн жогорулатуунун негизинде студенттердин АИде пайда болгон ар кандай кырдаалдарга логикалык талдоо жүргүзүү жана ой жүгүртүү жөндөмдүүлүгүн камсыз кылат. Тийиштуу чечимдерди өз убагында кабыл алып, аларды практикалык иштерде турмушка ашыруунун жолдорун билүүнү үйрөтөт. Окуу процессинде ТТ комплекстүү баалуулуктарды көрсөтүү үчүн колдонулат, б.а. жалпысынан тигил же бул окутууда, ДД окуу теориясында колдонулат. Ырааттуу тартипте инструкциялар аныктык, массалык мүнөз жана эффективдүүлүк сыяктуу касиеттери менен мүнөздөлөт. СККнын тактикалык аракеттери – бул күрөштүн бүткүл мезгили бою конфронтациянын зарыл оптималдуу моделин камсыз кылууга багытталган кыймыл аракеттеринин жыйындысы. СККнын тактикалык аракеттерин изилдөөдө ДД аткаруунун инерциялык кыймылын аткарган өзүнчө өз ара аракеттенүүчү элементтер катары ал мезгил катары аныкталган. Мезгил 2 фазадан турган эки жарым периоддон турат: 1 - чалма алуу фазасы, 2 - ыргытууну жүзөгө ашыруу фазасы. СКК физикалык көнүгүүлөрдүн татаал координациялык түрлөрүнө тиешелүү, ТТАнын ар түрдүүлүгү, кармагычтар, чоң кыймылдар, ар түрдүү дене позициялары күрөшчүлөрдүн кыймылын кыйындатат. Күрөшчүлөрдүн ТТА анализи боюнча материалдарды изилдөө жана өз ара байланышкан иш-аракеттердин механизмдери, булчуң системасынын иши жана жогорку көрсөткүчтөргө жетишүү мүмкүнчүлүгүн чектеген факторлорду аныктоо боюнча маалыматтарды алуу мүмкүнчүлүгү. Бул такшалган кыймылдын милдеттеринин бири квалификациялуу күрөшчүлөрдү натыйжалуураак даярдоонун жолдорун издөө экенин билдирет. Башталгыч күрөшчүлөр менен ТТ өткөрүүнүн педагогикалык ыкмаларын талдоо баштапкы окутуунун этабында ТДны окутуу маселелери

боюнча бирдиктүү пикирдин жоктугун көрсөттү. Бул белгилүү бир деңгээлде СККга тартылган адамдардын санынын көбөйүшүн, ошондой эле курешчилердин үзгүлтүксүздүгүн жана ТТЧин токтотуп турат. Окуу процессинин, феноменинин дагы бир себеби, СККнын окутуучу-машыктыруучуларынын разряддык спортсмендерди даярдоону тездетүүгө болгон аракети, алардын техникалык даярдыгынын деңгээлин жоготуп коюшу. ТТЧ модели ар дайым атаандаштык ишмердүүлүгүн сандык эсепке алуу, жалпылоо жана талдоо маселелери менен алектенген коопсуздук адистеринин көңүл борборунда болуп келген. СККнын практикасында АИнын техникалык жана тактикалык мазмунунун ар кандай аспектиери эске алынат: жеңүүчүлөрдүн эффективдүү тактикалык аракеттеринин жүктөрү жана аларды топторго бөлүштүрүү; ТДнын ордунда жана жердеги катышы; прикладдык ТДнын ар тараптуулугу, АДдын эффективдүүлүгү, чабуул аракеттеринин натыйжалуулугу. Идеалдуу күрөшчүнүн ТТЧ модели квалификациялуу күрөшчүлөрдүн тиешелүү мүнөздөмөлөрүн талдоо жана жалпылоонун негизинде түзүлөт. Ар кайсы мезгилде сунушталган моделдик мүнөздөмөлөрдүн олуттуу айырмачылыктары бар экени аныкталган. Натыйжалуу технология менен сапатты баалоодо эксперттер арасында консенсус жок. Күрөшчүлөр үчүн ТТДны даярдоонун ырааттуулугуна негизделген БСА этабында күрөшчүлөр үчүн ТТД методологиясын колдонуу, аны ырааттуу ишке ашыруу аларга мотор көйгөйлөрүн натыйжалуураак чечүүгө мүмкүндүк берерин көрсөтүп турат. ТТДны ырааттуу өнүктүрүүнүн негизинде БСАнын этабында күрөшчүлөр үчүн ТТДны даярдоо күрөшчүлөр үчүн ТТАнын деңгээлин кыйла сапаттуу жакшыртууга мүмкүндүк берет.

**Экинчи бөлүм, "Материалдар жана изилдөө ыкмалары,"** объект жана изилдөөнүн предмети, изилдөөлөрдү уюштуруунун ыкмаларын баяндайт.

**Изилдөөнүн объектиси:** БСА этабында жаш күрөшчүлөрдү даярдоо процесси.

**Изилдөө предмети:** ТД даярдоонун ырааттуулугуна жана ТД варианттарын жекече тандоого негизделген жаш күрөшчүлөрдүн педагогикалык технологиясы (МТПнын мазмуну, ыктары, ыкмалары).

Талкууланып жаткан планда фактылык материалды жыйноо методдоруна өзгөчө роль берилген: илимий жана илимий-методикалык адабияттарды талдоо жана синтездөө, анкеталык сурамжылоо, эксперттерден сурамжылоо, педагогикалык байкоо жүргүзүү. ТЭИ, актуалдуу изилдөө материалдарын математикалык иштетүү ыкмалары. Күрөшчүлөрдү спорттук даярдоо системасынын теориялык жана педагогикалык негиздеринин өзгөчөлүктөрү логикалык жактан ТТД теориясын окутуу методикасынын жана тандалып алынган спорт түрүнүн методикасынын, биздин учурда СБКнын эң маанилүү талаптарынан келип чыгат. Эгерде тандалган спорттун теориясы ОМП шарттарына катышкандардын АИ башкаруунун объективдүү мыйзам ченемдүүлүктөрүн аныктаса, анда методология окутуунун методикасынын эффективдүүлүгүн жогорулатуунун конкреттүү маселелерин чечүүдө бул моделдердин көрүнүшүнүн оригиналдуулугун баса белгилейт. Теориянын аспектилеринин ар түрдүүлүгү, методологиянын мазмунун аныктайт. СККда ТТАны окутуу методикасы теориянын чыгармачылык рефракциясы, анын СКК боюнча ТКда практикалык рефракциясы БСА этабында жаш күрөшчүлөр менен болгон. Мазмуну боюнча, башкача айтканда, ПТ теориясы жана СКК, методологиянын төмөнкүдөй конкреттүү бөлүмдөрүн бөлүүгө болот: - окутуу, тарбиялоо, өнүктүрүү милдеттери; - ОМП мазмуну; - тиешелүү принциптерди ишке ашыруу; - СМнун уюштуруу формаларынын ар түрдүүлүгүн колдонуу.

СКК теориясынын бардык эң маанилүү жана талап кылынган талаптарын чагылдырууга умтулуу, алардын структуралык тактыгы, ар тараптуу жана терең иштелип чыгышы биздин сунуш кылып жаткан ТТАны

жаш күрөшчилерге БСА этабында окутуунун илимий жактан негизделген, гармониялуу жана мазмундуу кылат.

Биздин сунуш кылынган методологиянын артыкчылыктары аныкталган, бирок муну менен гана эмес. Алар ошондой эле жаш күрөшчүлөрдүн ишинде методиканын саналган ар бир болумунун жетиштүү спецификациясын бергендигинде турат. 10-11 жаштагы балдар да спорттук машыгуу системасында мындай типтүү контингенттер болуп эсептелет. Жаш күрөшчүлөргө ТТАны окутуунун методикасынын негизги аспектилеринин спецификациясы көп кырдуу жана катуу алгоритмдик. Биз, мисалы, жаш спортчулар үчүн СМ системасы жөнүндө сөз кылганда, бул учурда биз белгилейбиз: - бир катар ден соолукту чыңдоочу тарбиялык, окуу жана учурдагы уюштуруу-методикалык милдеттерди чечүү зарылчылыгы; - ар кандай түрлөрүн жана иш-аракеттерди колдонуу; - жаш курагын, даярдыгын, типтүү кызыкчылыктарын жана педагогикалык шарттарды эске алуу менен окутуунун жана тарбиялоонун принциптерин ишке ашыруу; - окутуунун бардык түрлөрүн колдонуу, СККга тартылгандарды ар тараптуу тарбиялоо; - окууну, машыктырууну, мелдешти, эс алууну уюштуруу жана башка иш-чаралар. ТТАны жаш күрөшчүлөргө атайын каражаттардын жардамы менен үйрөтүү методикасынын өзгөчөлүктөрүнүн көп түрдүүлүгү, гармониясы жана илимий негиздүүлүгү алардын билиминин өзгөчө тармактарын бөлүп көрсөтүүгө мүмкүндүк берди. ТТА СККнын окутуу методикасынын педагогикалык негиздеринде төмөнкүлөрдү бөлүп көрсөтүүгө болот: - спорттун теориясынын бардык аспектилерин чагылдыруу; - ТТД катышкандардын физикалык, психологиялык, функционалдык жана техникалык мүнөздөмөлөрүн жакшыртуунун өзгөчөлүктөрүн чагылдырган; - ар кандай каражаттарды колдонууда СБК өзгөчөлүгүн баса белгилеп көрсөтүү;

Окутуунун методикасы окуу программаларында чагылдырылган СМ теориясы жана методологиясы өзгөчө татаалдыгы жана ар тараптуулугу

менен мүнөздөлгөн жалпылоочу илимий дисциплиналардын бири болуп саналат. Ал бир катар принциптуу маанилуу аспектилерди кабыл алат, мисалы: методологиялык, социалдык, жалпылоочу, системалуу жана практикалык.

Мында ар бир тарап атайын функционалдык негизде курулуп, маселелердин өзгөчө спектрин, өзгөчө ыкманы чечүүнү жана атайын талаптарды ишке ашырууну камсыз кылуу маанилүү.

Бул бизди бул проблеманы анын илимий жана практикалык түшүнүгүнүн негизинде кароого түрттү. СККны өнүктүрүүнүн заманбап шарттарында мындай мамиле, сыягы, педагогикалык жактан зарыл, бул бир катар жагдайларга байланыштуу:

1. СКК класстарынын практикасында колдонуу үчүн илимий жоболорду иштеп чыгуу боюнча талаптарды коёт.

2. Биз тандап алган көйгөйдү чечүүнүн илимий жана практикалык мамилеси СКК класстарынын тартылган адамдарга тийгизген таасиринин натыйжалуулугун жогорулатуу аркылуу өзгөчө көп түрдүүлүктү камтыйт.

3. Илимий-практикалык ыкма жаш күрөшчүлөрдү атайын комплекстерге бириктирүүнү караган: ТТА демонстрациялуу сөздөр, мажбурлоо менен ынандыруу, өтүү менен жүктөө ж.б.

4. Мындай илимий-практикалык мамиле атайын адабияттардагы орун алган проблемаларды толуктап, биз чечип жаткан изилдөө көйгөйлөрүн кесиптик жана методологиялык түшүнүүнү тереңдетти.

Жүргүзүлүп жаткан изилдөөлөрдүн мүнөзүнө жараша, бул проблеманын эң маанилүү аспектилерин камтыган жана илимий материалдарды чогултуунун жана кайра иштетүүнүн бардык этаптарында жүргүзүлгөн изилдөө аракеттеринин натыйжалуулугун камсыз кылуучу өзүбүздүн фактылык материалыбызды алуу үчүн тиешелүү методдор тандалып алынган. Изилдөөнү уюштуруу өтө татаал болгон, бул бизди андагы маанилүү аспектилерди кароого мажбур кылды, алар төмөнкүлөрдү



камтышы керек: иштин этаптарын жана аларды ишке ашыруунун мөөнөттөрүн аныктоо, изилдөө жана көмөкчү күчтөрдү тандоо, илимий-изилдөө иштерин бүткүл колдоонун иштешин топтоо, системасы, тиешелүү адамдар менен уюмдардын ортосундагы өз ара аракеттенүүнү уюштуруу.

Жаш курешчилерди спорттук даярдоо процессине киргизүү үчүн төмөнкү формада тиешелүү ишке ашыруу иштери жүргүзүлдү: алынган материалдарды, негизги жоболорду, корутундуларды жана сунуштарды КР УАК тарабынан сунушталган мезгилдүү басылмаларга жарыялоо. Ошентип, иштин экинчи главасында бул изилдөөнүн мазмунунун оригиналдуулугуна, анын милдеттерине, аны жүргүзүүнүн реалдуу педагогикалык шарттарына өзгөчө көңүл бурулуп, изилдөөнүн объектисин жана предметин аныктоонун, колдонуунун зарылчылыгын аныктаган. Тандалып алынган проблеманы терең изилдөөнү камсыз кылуучу, БСА этабында ТТАны жаш курешчилерге окутуунун методикасынын эффективдүүлүгүн жогорулатуунун жетишээрлик конкреттүү педагогикалык шарттарын аныктоочу өзүнүн илимий материалын чогултуунун жана иштеп чыгуунун жолдорунун комплексин.

**Үчүнчү главада “Биздин изилдөөбүздүн натыйжалары жана аларды талкуулоо”** ТТАны окутуунун структурасын жана ырааттуулугун аныктоонун методологиясын жана ТТАны жаш курешчилерге окутуу процессин ишке ашыруу программасын талдоонун жана жалпылоонун БСА баскычындагы жыйынтыктарын талкуулайт. Ушуга байланыштуу иш-аракеттин визуалдык жана логикалык жолун калыптандыруу процессинде ТЭП төмөнкүлөргө бөлүндү: логикалык жактан курулган; демонстрациялар; техникалык иш-аракеттердин негизги бөлүктөрүн көрсөтүүчү иш-аракеттерди куруунун схемалык сүрөттөлүшү; терминологияны көрсөтүү тактасында жазууларды жүргүзүү; СККда колдонулат, ошол эле учурда аткарылуучу иш-аракеттердин структурасын көрсөтүү менен: окутуучу-тренердин экинчи даражадагы түшүндүрүүсүнө курешчилердин өздөрүн тартуу; өз ара байкоо жана өз ара жардамдашуу.

ТД демонстрациялоо процессинде ыңгайлуу кармоону ишке ашыруунун негизги элементтери (тең салмактуулукту бузуу) жана аларды ишке ашыруунун оригиналдуулугу баса белгиленди. Окуу процессинде ТТА жалпы педагогикалык көрүнүү жана жеткиликтүүлүк принциптерин колдонуу менен биргелешип иш-чараларды жандандырууга аракеттерди жасады. Мобилдик түшүнүктөрдү калыптандыруу процессинде төмөнкүдөй педагогикалык ыкмаларды колдондук: кыймылдуу кыймылдардын аткарылышынын натыйжалары боюнча окуучуларды оозеки баяндамаларга тартуу; атайын жетектөөчү иш-аракеттерди аткаруу: санариптик технологияларды колдонуу; катуу сүйлөө менен аткарылган ТД коштоосу.

ТД окуу процесси күрөшчүнүн атаандашы менен дуэль өткөрүү, мелдештерге катышуу тактикасын кантип түзүүнү үйрөтүү жана коюлган максатка жетүү үчүн натыйжалуураак каражаттарды сабаттуу тандоо жөндөмүн өнүктүрүү максатын камтыйт. техникалык тапшырмаларды аткаруу көндүмдөрүн калыптандыруу. ТДны окутуу процессин когнитивдик процесс катары кароо керек, мында педагог-тренердин жана окутуучунун ишмердүүлүгү төмөнкүлөрдү камтыйт: окутуучу-тренердин интуициясына жана кесиптик педагогикалык тажрыйбасына негизделген тиешелүү көңүл бурууга татыктуу илимий гипотезалардын сунуштары жана тренер-студенттин өзү: бул илимий божомолдорду тактоо жана тастыктоо менен ЭЭИнин бир түрүн ишке ашыруу; Бул тесттен алынган натыйжаларды колдонуу менен күрөшчүлөрдү чогултуу жана ТЭИ көндүмдөрүн түзүү үчүн заманбап илимий божомолдорду алдыга коюу максатында өбөлгөлөрдү түзүү.

Окутуунун методикасынын эффективдуулугун жогорулатуу процессинде курешисттердин ТТАны өткөрүүнүн маанилүү принциптери колдонулду.

1. Күчтүн (энергиянын) жана аракеттин топтолуу принциби. Баштапкы абал: белди эки тараптан кармап, алдыңкы позиция, арткы ийилген, орточо аралык. Каршылашты өзүңө тартып, андан кийин кескин түртүп, колдун,

дененин жана буттун күчүн ырааттуу пайдаланып, атаандашын тең салмактуулуктан чыгара баштайт.

2. Реакция жана каршылык көрсөтпөө принциби. Баштапкы абалдан чабуулчу курешка бир буту менен отуруп, бир эле нерсени кармап, кескин көтөрүлүп, сол капталга жулкулдатуу кыймылын жасайт.

Жаш күрөшчүлөр учун ТТЧнын окуу процессин ырааттуу ишке ашыруу. Эреже катары, СККдеги ТД адатта фазаларга бөлүнөт: басып алуу, чалып жыгуу, учуу жана конуу. Иш-аракеттин биомеханикалык анализинин көз карашынан алганда, бул фазалар гана ТТАны үйрөнүүнүн объектиси болуп саналат. Кыймыл-аракеттерди аткаруунун семантикалык түзүлүшүнүн бузулушуна алып келген үзгүлтүксүз аракетти байланыштыруу. Ушуга байланыштуу, СКК ТД структурасынын татаалдыгына жараша фазалык элементтер боюнча иш-аракет төмөнкүдөй: - Биринчи аракет атаандашты тең салмактан чыгарууга даярданууга байланыштуу: - атаандашты тең салмаксыздандыруудагы экинчи аракет денени буруп, ага каршылаш менен жетүү жана күч колдонуу ыкмасы менен байланышкан; - үчүнчү аракет - ыргытуу максатында позицияны алуу, ыргытуу үчүн колдонуу ыкмасы (чалуу); - төртүнчү ыкма – күрөшчүнү башкарууну ишке ашырууга даярдоо: - Күрөшчүнүн бешинчи аракети атаандашына жарым көпүрөдөн басым жасоо үчүн күч колдонуу менен байланышкан.

Күрөшчүлөр үчүн ТТАны даярдоо процессин ырааттуу ишке ашыруунун мисалы катары кадам темпте каптал шыпыруу менен ыргытууну аткарууда атайын нускамалар (инструкциялар) төмөнкүдөй түзүлөт: - биринчи аракет: дисбаланс үчүн даярдоо. Дистанция: орто, капталынан жана карама-каршы тараптан курду кармап. Ортоңку (бийик) позицияны көздөй каптал тепкичтер менен жуп болуп жылып: - экинчи аракети: тең салмактуулукту бузуу, капталга термелүү (түртүрүү). Учурда коргоочу тарапка жылып, дене салмагын басып бараткан бутуна өткөрүп, аны өйдө көтөрөт: - үчүнчү аракет: ыргытуу. Коргоочунун бутун колдоочу буту менен байланыштырып,

бутунузду килемден өйдө көтөрбөй, буттун шыпыргыч кыймылы менен коргоочуну камчылаңыз. Ыргытуу учурунда чабуулчунун дене салмагы оң бутунда болот. Кесүү дене салмагы менен жүзөгө ашырылат. Бут, тизе, жамбаш жана тулку бир блоктун (бөлүктүн) кесилишин түзөт: - төртүнчү иш-аракет: партерде контролду башкарууга даярдоо; чабуулчуну ыргыткандан кийин коргоочунун сол капталында жарым мостко туруп, . курдан жана тулкудан кармап алуу; - бешинчи аракет: көзөмөлдөө үчүн күч колдонуу. Эгерде чабуулчу жыгылган күрөшчүнүн жанында болсо, атаандашына басым жасалат. СККда ТД өткөрүүнүн тактикалык ыкмасын ишке ашыруу үчүн бир катар шарттарды эске алуу керек. Булар: жагымдуу жагдайларды түзүү: басуу, маневр жасоо, коркунуч жана чакырык менен камуфляж. Ыргытуудан коргонууда да ушундай ырааттуулук сакталышы керек.

Эреже катары, СККда ТТАны даярдоо процессинде тиешелүү спорттук-педагогикалык маселелер чечилет. Ушуга байланыштуу техникалык шарттарды ырааттуу иштеп чыгуу процессин бир катар этаптарга бөлүүгө болот: алдыдагы техникалык шарттар менен таанышуу; ТТАны деталдуу үйрөнүү: бүтүндөй ТТАны изилдөө; консолидациялоо жана квалификацияны жогорулатуу. ТД тактикасын окутуунун методикасы төмөнкүдөй педагогикалык ырааттуулукта ишке ашырылган: - ТТА жүргүзүү үчүн жагымдуу жагдайларды түзүү; - техникалык операцияларды (басуу, маневрлөө, коркунуч жана чакырык менен камуфляж) жүргүзүү боюнча тактикалык машыгуулар; - физикалык сапаттарды жана функцияларды колдонуу.

Коргонуу аракеттерин окутуунун методикасы төмөнкү ырааттуулукта ишке ашырылган: - чабуулга бөгөт коюу; - маневр жасоо: күрөш килеминин четин бойлоп; каршылашка карай; - физикалык сапаттарды жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрдү колдонуу. ТЭИ алдын ала изилдөөлөрдүн көрсөткүчтөрүнө негизделген, анын жүрүшүндө күрөшчүлөрдүн ТТД түзүмүндө окуу жана окуу жүктөмдөрүнүн

эффективдүү модели аныкталган. Алдын ала даярдоо этабында жаш күрөшчүлөргө ТТАны окутуунун эксперименталдык ыкмаларын түзүү жана натыйжалуулугун жана колдонуу боюнча коюлган милдеттерди аткаруу жолдору: - мелдешке чейинки даярдоо структурасында күрөшчилердин ырааттуу ТТА системасын колдонуу; - ТЭИге чейин жана андан кийин ТТДде өзгөрүүлөрдү белгилөө үчүн күрөшчүлөрдү текшерүү: - алынган изилдөө натыйжаларын талдоо.

Жаш курашчылардын курактык-индивидуалдык өзгөчөлүктөрүн, СД жана ФӨ деңгээлин эске алуу менен ТЭИ антропометриялык өлчөөлөрдүн (салмак-бой көрсөткүчтөрү) негизинде жүргүзүлдү. Жаш күрөш спортчуларынын күч жөндөмдүүлүгүн изилдөө процессинде физикалык активдүүлүктүн деңгээлин жана булчуңдардын сезгичтигин аныктоо үчүн тесттик көнүгүүлөр (колдун ийкемдүү булчуңдарынын күчү, туруп узундукка секирүү, бийик штангага тартылуу, ийилип туруу) колдонулган. дене, 30 секунд чалкасынан жатып, 30 ( 60) жана 800 м чуркоо, 30 сек. ичинде аркасынан ыргытат. Алынган жыйынтыктар упайларга айландырылат. Булчуңдардын сезгичтигин аныктоодо С. А. Мешавкиндин методу колдонулган, мында колдун бүгүшүүчү булчуңдарынын булчуңдарынын чыңалуусунун абсолюттук катасынын % менен көрсөтүлүп, динамометрдин максималдуу кысуусунун 50,0% түзөт. Адамдын соматикалык көрсөткүчтөрү генетикалык факторлордун таасиринин ар кандай күчтөрү, экологиялык күчтөрдүн таасиринин пластикасы менен мүнөздөлөт, бул балдардын психофизикалык өнүгүүсүндөгү айырмачылыктарды аныктоого мүмкүндүк берди. Кыймыл жөндөмдүүлүгүнүн өнүгүү темпинин жалпы көрсөткүчү боюнча энергетикалык потенциалды изилдөө (өткөн жылга салыштырмалуу % менен) балдардын тез өсүп жаткан организмнин энергетикалык потенциалынын мезгил-мезгили менен өзгөрүшүн көрсөттү. Сыноо көнүгүүлөрүнүн комплексинен (30 м чуркоо, 60 м чуркоо, 800 м чуркоо, 4x9 чуркоо, туруп узундукка секирүү, денени көтөрүү, 30 секундда жаткан

абалдан , тартылуу) турган эксперименттик машыгууну ишке ашыруу процессинде бийик тилкеде, 30 секунддун ичинде артына толтурулган чучеланы ыргытып), биз күрөшчүлөрдүн ГПП жана СПП түздүк. Жаш күрөшчүлөрдүн ТТД түзүү максатында ТЭИнин алдында С. В. Малиновскийдин методу боюнча 13 тапшырмадан турган жана биздин шарттарга ылайыкташтырылган контролдук тест өткөрүлдү (3.5-таблица).

Бүткүл окуу жана окуу жылы бою КГнын күрөшчүлөрү салттуу метод боюнча даярданышты. ТЭГдин катышуучулары, КГдан айырмаланып, окутуунун жалпы ыкмасынан тышкары, СККнын техникалык шарттарын ырааттуу иштеп чыгууну камсыз кылуучу эксперименталдык окутуу менен алектенишкен. (3.3; 3.5-таблица).

Эксперименттик даярдыкта берилген ар бир тапшырмада аны чечүүнүн бир нече варианттары болгон. Проблеманын маңызы, предметтин чечим варианттарын кылдаттык менен карап чыгып, логикалык мааниге ээ болуу менен туура баа бериши керек эле.

Ошентип, СДны талдоонун негизинде ТТАны жаш курешисттерди БСА стадиясында окутуунун ырааттуулугу жана эксперименталдык даярдыгы аныкталды. Курешчилер үчүн ТТДнын түзүмүндө ТТДнын жана окуу жана окуу жүктөмүнүн системасы (үлгүсү) сунушталган. ТТДны ырааттуу өнүктүрүүнүн жана перифериялык мүмкүнчүлүктөрдү комплекстүү жакшыртуунун жана куреш оюнчуларынын өзгөчө даярдыгынын ажырагыс сапатынын негизинде жаш күрөшчүлөрдүн ТТДны жакшыртуунун натыйжалуулугун эмпирикалык түрдө көрсөтүү.

## **КОРУТУНДУ**

1. Психологиялык, педагогикалык, медициналык, биологиялык жана атайын теориялык изилдөөлөрдө жана тикелей спорттук машыгууда ТТАнын жаш курешчилерин баштапкы спорттук адистештирүүнүн этабында окутуу методикасын өркүндөтүү маселеси алдыңкы орундардын бирин ээлейт. Курешчилерди окутуунун методдорун өркүндөтүү азыркы учурда өтө

маанилуу. ТТА күрөшчүлөрүн окутуунун салттуу методологиясы аны үзгүлтүксүз өркүндөтүүгө кыйла натыйжалуу спорттук-педагогикалык, методикалык, илимий жана практикалык ыкмаларды талап кылат. БСА стадиясында ТТА күрөшисттерин окутуунун методикасын теориялык жана педагогикалык жактан негиздее боюнча изилдоолорду жүргүзүү; ТТАны окутуунун ырааттуулугуна жана ТД варианттарын тандоого негизделген ТТД методологиясын иштеп чыгуу; БСА стадиясында эксперименталдык ТТР методологиясынын натыйжалуулугун аныктоо ырааттуу окутуу процессинин жана ТТАнын вариациясынын айкалышы ТТДны натыйжалуу башкарууга мүмкүндүк берерин көрсөттү, бул ТТАнын окутуу процессинин салттуу түрдө түзүлгөн системаларын трансформациялоого олуттуу салым кошот, БСА этапта күрөшчүлөр үчүн.

2. Күрөшчүлөр менен ТЭИдин эффективдүүлүгүн жогорулатуу максатында төмөндөгүлөр пайдаланылды: ТД структурасын диаграммалар, графиктер, карталар жана пландар түрүндө демонстрациялык тактада чагылдыруу; диаграммаларды, графиктерди жана башкаларды кеңири түшүндүрүү. (көңүл буруу) ДД жана аларды ишке ашыруу шарттарын жазган; санариптик технологиялардын техникалык мүнөздөмөлөрүн көз карандысыз, объективдүү талдоого катышуу; өз алдынча тыянак чыгаруу, түшүнүү боюнча отчеттор, булчуң сезимдерин үйрөнүү шартында: ТТА СККны ырааттуу окутуу боюнча нускамаларды колдонуу. Алынган изилдөөлөрдүн жыйынтыктары көрсөткөндөй, пилоттук экспериментте ТТА күрөшчүлөрүн даярдоо ыкмаларын колдонуу, жогоруда аталган педагогикалык ыкмаларды ырааттуу колдонуунун негизинде түз кармашта дене тарбиясын аткаруунун шарттарын имитациялоого мүмкүндүк берет. СККда ТТАны даярдоо процессин ырааттуу ишке ашыруу боюнча атайын инструкцияларды колдонуу жаш күрөшчилердин ТАнын мазмунун ЖКК этабында илимий жактан ирээтке келтирүүгө мүмкүндүк берет. Логикалык

ырааттуулук түрүндө колдонулган техникалык билимдерди ырааттуу өздөштүрүү ТДнын негиздерин түзүүгө өбөлгө түзөт.

3. ЭЭГди ырааттуу ишке ашыруу процессинде алынган езубуздун фактылык материалыбыз ТЭГге катышкан күрөшисттерге мелдеште КГга салыштырганда жогорку натыйжаларга жетишууге мумкундук берди. 3.3-таблицаларда чагылдырылган; 3.4; 3.6; 3.7, ТЭГ күрөшчүлөрдүн көрсөткүчтөрү бир кыйла айырмаланат: кыймыл жөндөмдүүлүгүнүн көрүнүшүнүн деңгээли; жалпы физикалык даярдыкты, ТТДны, күрөштө активдүүлүктү, ТТА арсеналынын өзгөрмөлүүлүгүн баалоо үчүн көрсөткүчтөр; эффективдүүлүк (бардык учурларда  $P < 0,005$ ). Жаш күрөшчилерге ТТАны үйрөтүү процессин ырааттуу ишке ашыруу боюнча нускамаларды колдонуу менен ТЭГдин материалдарын талдоо ТЭГ мезгилинде бул топтун күрөшчүлөрү ТТА СБКны натыйжалуу өздөштүргөнүн көрсөттү. Бул мелдештерде жакшы жыйынтыктарды көрсөтүүгө жана жаштар категорияларынын талаптарын (45-25 адам) аткарууга шарт түздү. Алынган иш жүзүндөгү көрсөткүчтөр эмгекте чечилип жаткан илимий-изилдөө милдеттеринин жалпы багытына толук ылайык келет, илимий-методикалык мааниге ээ жана окутуучуларга жана башка адистерге илимий-практикалык сунуштардын сериясын түзүүгө мүмкүндүк берет.

### **ПРАКТИКАЛЫК СУНУШТАР**

1. ТТАны БСА этабында даярдоонун натыйжалуулугун жогорулатуу максатында ТТАнын көйгөйлөрүн чагылдырган алынган фактыларды тынымсыз изилдөө жана талдоо; СБКда ТТАны ырааттуу окутуу процессине педагогикалык мамиле кылуу; ТТАны окутуунун методикасынын структурасын мүнөздөгөн, ТТАны окутуу процессин БСА стадиясында ырааттуу ишке ашыруу; соматикалык көрсөткүчтөр; жашы боюнча кыймыл жөндөмдүүлүктөрүн көрсөткөн; ЖФД, АФД, ТТД; АИ (эффективдүүлүктү, өзгөрмөлүүлүгүн, күрөштүн эффективдүүлүгүн), көрсөткүчтөрдү



объективдүү баалоо, алардын негизинде оптималдаштыруу, рационалдаштыруу, УТДнын ар бир этабынан кийин ТТАны окутуунун натыйжалуулугун жогорулатуунун методологиясын өркүндөтүү технологияларын тактоо. Соматикалык көрсөткүчтөрдүн, РФ, ПТ, ТТДнын ОМПдеги иш жүзүндөгү деңгээлин жетишерлик терең түшүнүү аркылуу окуу-машыгуу сессиясына талаптарды эске алуу менен конкреттүү спорттук-педагогикалык милдеттер иштелип чыгышы керек. Бул милдеттерди жаш кура-писттерге системалуу түрдө тушундуруу керек. Мындай аракеттер табигый натыйжаларга салым кошуп, логикалык, конкреттүү жана гармониялуу болушу үчүн түрдүү программаларды түзүү зарыл.

2. СБКнын бир топ кеңири тараган салттуу картинасы кармаштын башталышында техникалык артыкчылыкка ээ болуп, беттештин аягында аны сактап калууга чейин жетет. Ошол эле учурда мындай тактика бүгүнкү күндө эффективдүү болбой жатканын белгилей кетүү керек, анткени оппоненттин активдүүлүгүн функционалдык басуу ТДлары кыйла натыйжалуу болуп калды. Заманбап калыстын шарттарында калыстын акыркы ышкырыгы чыкканга чейин күрөштүн ырааттуулугун байкабай туруп, техникалык артыкчылыкты сактап калуу өтө кыйын, бул акыры ийгиликсиздикке алып келет. Ушуга байланыштуу АИНүн эффективдүүлүгүн жогорулатуунун педагогикалык технологиясын аныктоо процессинде БСА этабында жаш күрөшчүлөргө ТТАны окутуунун методикасын өркүндөтүүгө өзгөчө көңүл буруу керек. Окутуу милдеттерин иштеп чыгуу процессинде соматикалык көрсөткүчтөрдү, жалпы физикалык даярдыгын, физикалык даярдыгын, кыймыл жөндөмдүүлүктөрүнүн көрүнүшүнүн деңгээлин жана биримдикте көрүнгөн ТТДны эстен чыгарбоо керек. Бул сандык жана сапаттык көрсөткүчтөрдү, алардын активдүүлүгүн, өзгөрмөлүүлүгүн, билим берүү жана окутуу шарттарында натыйжалуулугун жана Эффективдүүлүгүн камсыз кылууну талап кылат.

3. Жаш курешчилердин ТДсын БСА этабында ийгиликтүү ишке ашыруу үчүн ОМЗ серияларын кезектешип ишке ашыруу түрүндө СБКда ТТАны БСА этабында даярдоо процессин ырааттуу ишке ашыруу зарыл. Күрөшисттердин техникалык даярдыгынын алдында жалпы даярдыкты камсыз кылуу этабы өтүшү керек, анын максаты – физикалык өнүгүүнүн, физикалык активдүүлүктүн, кыймыл тажрыйбасынын жана күрөшчүнүн психологиялык даярдыгынын тиешелүү деңгээлине жетишүүгө мүмкүндүк берүүчү ар тараптуу дене тарбия боюнча системалуу көнүгүүлөр. Бул максатка жетүү үчүн төмөнкүлөрдү колдонуу керек: 30 м, 60 м, 800 м, чуркоо 4x9 м, 5,0%; - ТТД - 30,0%; ачык оюндар жана жетектөөчү көнүгүүлөр - 20,0%; - спорттук оюндар - 15,0%. Курактык жана демографиялык өзгөчөлүктөрдү эске алуу менен ырааттуу дал келүү боюнча нускамада сунушталган ФУнун болжолдуу комплекстери ОМП өткөрүү шарттарын эске алуу менен башка ФУлар менен толукталышы мүмкүн. ТТАнын окуу процессин ишке ашыруунун ырааттуулугуна негизделген ТД СБК үчүн окутуу методологиясы МТБ баскычында күрөшчүлөрдүн ТЧсында колдонулушу керек. Кыймылдардын жана аракеттердин режимде аткарылышын жеңилдеткен, келечекте АИни талап кылган эксперименталдык методологиянын шарттары, алардын АИни өздөштүрүү процессинде күрөшчүлөрдүн табигый күчтөрүн жана энергияларын толуктоого мүмкүндүк берет. Күрөшчүлөрдүн техникалык даярдыгынын деңгээлине баа берүү процессинде физикалык жана психологиялык даярдыктын деңгээлине да көңүл буруу зарыл. БСА этабында жаш курешчилерге техникалык чеберчиликти өздөштүргөндөн кийин гана мелдештерге катышууга уруксат бериши керек. ТТА СБКнын окуу процесстерин ырааттуу ишке ашыруу боюнча нускамада төмөнкүлөр камтылган: атайын киришүү көнүгүүлөрү, системалуу эсеп жана контроль, мүнөздүү каталар жана аларды жоюу жолдору, сүйлөө маданияты. Бул жаш курешчилер менен СБК боюнча ОМП натыйжалуулугун жогорулатуунун эң

маанилүү жолдорун камтыган ТТА күрөшчүлөрүн окутуунун методикасын ишке ашыруунун сапатына ар кандай баа берүүгө жайылтышы керек.

**ДИССЕРТАЦИЯНЫН НЕГИЗГИ МАЗМУНУ ЖАНА ЖОБОЛОР ТӨМӨНКҮ ЭМГЕКТЕРДЕ ЧАГЫЛДЫРЫЛГАН:**

1. Үмөталиев, Э.Б. Профессионалдык окуу жайларында иштеген эркин күрөшчүлөрдүн психикалык сапаттарынын көрсөткүчтөрүнүн динамикасы / Э.Б. Уметалиев, А.З.Айбалаев, Г.К.Садырова // Кыргызстандын илими жана жаңы технологиялары жана инновациялары. Бишкек, 2015. – 108-111-б.

2. Уметалиев, Э.Б. Футбол боюнча калыстарды даярдоонун психологиялык-педагогикалык негиздери / Э.Б.Уметалиев, А.Ж.Айбалаев, К.Т.Чыныбеков // Вестник ФКиС. Бишкек, 2015. - 9-12-б.

3. Уметалиев, Е. В. Маанилүү мелдештерге спортчулардын ыктыярдуу даярдыгын изилдөө маселеси боюнча / Э. Б.Үмөталиев, А.Ж.Айбалаев // Кыргызстандын илими жана жаңы технологиялары жана инновациялары. Баткен, 2016. - 156-158-б.

4. Уметалиев, Е.Б. Эркин күрөшчүлөрдүн физикалык өнүгүү динамикасы / Э.Б. Уметалиев, А.Ж.Айбалаев // Дене тарбия жана спорт жарчысы Казакстан. Алматы, 2016. – 34-37 б.

5. Уметалиев, Е.Б. Жаш эркин күрөш боюнча кесиптик окуу жайларынын окуучуларынын үлгүлүү мүнөздөмөлөрүн эксперименталдык куруу. / Э.Б.Үмөталиев, А.Ж.Айбалаев // Кыргызстан дене тарбия жана спорт жарчысы. Бишкек, 2017. – 57-61-б.

6. Уметалиев, Э.Б. Спорттогу жыйынтыктарды болжолдоо жана пландаштыруу / Э.Б. Уметалиев, А.Ж.Айбалаев // Кыргызстандын илими жана жаңы технологиялары жана инновациялары. Бишкек, 2017. – 22-25-б.

7. Үмөталиев, Э.Б. Эркин күрөшчүлөрдүн физикалык өнүгүүсүнүн жаш динамикасы жана психологиялык сапаттары / Э.Б. Уметалиев, А.Ж.Айбалаев // Кыргызстандын илими жана жаңы технологиялары жана инновациялары. Бишкек, 2017. – 7-11-б.

8. Уметалиев, Э.Б. Эркин күрөштө өзгөчө чыдамкайлыкты өнүктүрүү / Э.Б. Уметалиев // Россиянын заманбап илимин модернизациялоонун келечеги. Москва, 2018. – 264-265-б.

9. Уметалиев, Э.Б. Эркин спортсмендин денесин ысык климаттын шартына ыңгайлаштыруу / Э.Б. Уметалиев // Россиядагы илимий изилдөөлөрдүн заманбап концентрациясы. Москва, 2019.115-116-бб.

10. Уметалиев, Э.Б. Жаш күрөшчүлөрдү (балбандарды) баштапкы спорттук адистештирүү баскычында техникалык даярдоонун мазмуну / Э.Б. Уметалиев, Э.М.Тукеев // Илим жана практика жарчысы. Орусия, 2023.238-244-бб.

11. Уметалиев, Э.Б. Кыргыз улуттук спорт күрөшү боюнча кыймыл аракеттерди окутуунун ырааттуулугу / Э.Б. Уметалиев, Э.М.Тукеев // Илим жана практика жарчысы. Россия, 2023. - 245-249-бб.

12. Уметалиев, Э.Б. Күрөш менен алектенгендердин даярдалышы жана машыгуунун жыйынтыгын аныктоо ыкмаларына талаптар / Э.Б. Уметалиев, Э.М.Тукеев // Кыргызстандын жаңы техникалык салыктары жана инновациялары илими. Бишкек, 2023. – 15-23-б.

13. Уметалиев, Э.Б. Кыргыздын улуттук спорт күрөшү Күрөштөгү техникалык-тактикалык аракеттердин мазмуну, классификациясы жана таксономиясы / Э.Б. Уметалиев, Э.М.Тукеев // Кыргызстандын жаңы технологиялары жана инновациялары илими. Бишкек, 2023.-С. 100-101.

14. Уметалиев, Э. Б. Баштапкы спорттук адистештирүү этабында кыргыз улуттук спорттук күрөш балбандарынын техникалык жана тактикалык даярдыгы / Э. Б. Уметалиев, К. К. Кушчубеков, Э. М. Тукеев // Түрк элдеринин салттуу спорт оюндары XII эл аралык симпозиуму. Бишкек, 2023. – С. 501-504.

**Уметалиев Эркинбек Багышбековичтин «Спорттук адистиктин баштапкы этабында күрөшчүлөрдүн (балбандардын) техникалык жана**

**тактикалык аракеттерин окутуунун методикасы» аттуу темадагы 13.00.04 – «Дене тарбия, спорттук машыгуу, ден соолукту чыңдоо жана дене тарбия адистиги боюнча педагогика илимдеринин кандидаты илимий даражасын изденип үчүн жазылган диссертациясынын**

### **РЕЗЮМЕСИ**

**Негизги сөздөр:** техника, тактика, ыкмалар, техникалык жана тактикалык аракеттер, методология, спорттук күрөш, күрөш күрөшү, чеберчилик, чеберчиликти өздөштүрүү деңгээли.

**Изилдөөнүн объектиси:** жаш курешчилерди НСС этабында даярдоо процесси.

**Изилдөөнүн предмети:** ТДны окутуунун структурасынын ырааттуулугуна жана ТД варианттарын жекече тандоого негизделген жаш күрөшчүлөрдүн педагогикалык технологиясы (КТПнын мазмуну, ыкмалары, ыкмалары).

**Изилдөөнүн максаты** – спорттук баштапкы адистештирүү баскычында күрөшчүлөрдү техникалык жана тактикалык даярдоонун методологиясын иштеп чыгуу, теориялык жана эксперименталдык жактан негиздөө.

**Изилдөө ыкмалары:** фактылык материалдарды чогултуу: илимий жана илимий-методикалык адабияттардын теориялык анализи жана синтези, анкеталык сурамжылоо, эксперттерден сурамжылоо, педагогикалык байкоо, ЭЭР, фактылык изилдөө материалдарын математикалык иштетүү ыкмасы.

**Илимий жаңылык болуп төмөнкүлөр саналат:** - жаш күрөшчүлөрдү спорттук адистештирүүнүн баштапкы этабында даярдоо процессинде алардын индивидуалдык өзгөчөлүктөрүн жана мүмкүнчүлүктөрүн эске алуу менен ТТДнын ырааттуулугун жана вариациясын (алмашуу) сактоого негизделген комплекстүү (комбинацияланган) мамилени сунуштоо;

- жаш күрөшчүлөр үчүн ырааттуу система түрүндө техникалык жана тактикалык аракеттерди өздөштүрүү үчүн тарбиялык жана таанып-билүү (машыгуу) милдеттерин иштеп чыгуу;

- күрөшчилердин ТТДны бир тектүү комплекстерге системалаштыруу, аларды түзүү принциптер боюнча ишке ашырылды: бурулуш жасоо ыкмалары, туруктуу позициядан чыгуу учуру, күрөш ыкмасы, комплексте андагы ТТД болуп саналат. кыйшаюу ыргытууну аткаруу процессинде стабилдүү абалдан чыгаруу ыкмасы жана таптаган жери боюнча айырмаланган кадамдардан бирдей.

**Практикалык мааниси:** күрөштү баштаган спортчулардын окуу-тарбия процессин уюштуруу жана кыргыз улуттук күрөшү боюнча окутуучу-машыктыруучуларды даярдоо процессинде илимий-практикалык сунуштарды иштеп чыгуу;

- педагогдордун жана тренерлердин кесиптик-педагогикалык ишинде ырааттуу тартипте түзүлгөн сунуштарды колдонуу мүмкүнчүлүгү.

## РЕЗЮМЕ

**диссертации Уметалиева Эркинбека Багышбековича на тему: «Методика обучения технико-тактическим действиям курешистов (борцов) на начальном этапе спортивной специализации» на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

**Ключевые слова:** техника, тактика, приемы, технико-тактическая действия, методика, спортивная борьба, борьба «куреш», навык, уровень усвоения умений и навыков.

**Объект исследования:** процесс подготовки юных курешистов на этапе НСС.

**Предмет исследования:** педагогическая технология (содержание, способы, приемы ТТП) юных курешистов, основанный на последовательности построения обучения ТД и индивидуально-личностном выборе вариантов ТД.

**Цель исследования** заключалась в разработке, теоретико- экспериментальном обосновании методики технико-тактической подготовки курешистов на этапе их начальной спортивной специализации.

**Методы исследования:** сбора фактического материала: теоретический анализ и обобщение научной и научно-методической литературы, анкетный опрос, опрос экспертов, педагогическое наблюдение, ОЭР, метод математической обработки фактических исследовательских материалов.

**Научная новизна** заключается в:

- *предложении интегрированного (комбинированного) подхода* в процессе обучения юных курешистов на начальном этапе их спортивной специализации, основанный на соблюдении последовательности и вариатизации (чередовании) ТТД с учетом их индивидуальных особенностей и возможностей;

- *разработке образовательно-познавательных (учебных) заданий* по овладению юными курешистами технико-тактическими действиями в виде последовательной системы;

- *систематизации ТТД курешистов* однородные комплексы, формирование их осуществлялось по принципам: способы выполнения поворота, момент выведения из устойчивого положения, способ выполнения подбива, в комплексе одинаков ТТД в нем от шагов, отличающихся способом выведения из устойчивого положения и местом подбива в процессе выполнения броска с наклоном.

**Практическая значимость** разработка научно-практических рекомендаций для организации учебно-тренировочного процесса начинающих

спортсменов-курешистов и в процессе подготовки преподавателей-тренеров по Кыргызской национальной спортивной борьбе кураш;

- возможности использования сформулированных предложений последовательного порядка в профессионально-педагогической деятельности преподавателей-тренеров.

### SUMMARY

dissertation research by Umetaliev Erkinbek Bagyshbekovich on the topic: "Methodology of teaching technical and tactical actions of kureshists (wrestlers) at the initial stage of sports specialization" for the academic degree of candidate of pedagogical sciences in specialty 13.00.04 - theory and methodology of physical education, health-improving and adaptive physical culture

**Key words:** technique, tactics, techniques, technical and tactical actions, methodology, sports wrestling, kuresh wrestling, skill, level of mastery of skills.

**Object of study:** the process of training young kuresh players at the NSS stage.

**Subject of research:** pedagogical technology (content, methods, techniques of TTP) of young kuresh players, based on the sequence of structure of teaching TD and individual personal choice of TD options.

**The purpose:** - of the study was to develop, theoretically and experimentally substantiate the methodology for technical and tactical training of kuresh players at the stage of their initial sports specialization.

**Research methods:** collection of factual material: theoretical analysis and synthesis of scientific and scientific-methodological literature, questionnaire survey, survey of experts, pedagogical observation, EER, method of mathematical processing of factual research materials.

**Scientific novelty lies in:** - proposing an integrated (combined) approach in the process of training young kuresh players at the initial stage of their sports specialization, based on maintaining consistency and variation (alternation) of TTD, taking into account their individual characteristics and capabilities;

- development of educational and cognitive (training) tasks for young kuresh players to master technical and tactical actions in the form of a consistent system;

- systematization of the TTD of Kureshists into homogeneous complexes, their formation was carried out according to the principles: methods of performing a turn, the moment of removal from a stable position, the method of tackling, in the complex the TTD in it is the same from steps that differ in the method of removing from a stable position and the place of tamping in the process of performing a tilt throw.

**Practical significance:** development of scientific and practical recommendations for organizing the educational and training process of beginning kuresh athletes and in the process of training teachers-trainers for the Kyrgyz national kuresh wrestling;

- the possibility of using formulated proposals of a sequential order in the professional and pedagogical activities of teachers and trainers.

Формат 60x84 1/16. Офсеттик басма.

Офсеттик кагаз. Көлөм 1,5 п.л.

Тиражы 100 экземпляр. Заказ

Ж. И. «Сарыбаев Т.Т.» басмаканасында басылган.

720040, Бишкек ш. Раззаков көч, 49.