

***DOI:10.26104/NNTIK.2023.98.28.061***

*Уметалиев Э.Б., Тукеев Э.М.*

**КЫРГЫЗ УЛУТТУК СПОРТТУК КҮРӨШ МЕНЕН  
МАШЫККАНДАРДЫ ДАЯРДОО ЖАНА МАШЫГУУНУН  
ЖҪЫЙЫНТЫГЫН АНЫКТОО ЫКМАЛАРЫНА ТАЛАПТАР**

*Уметалиев Э.Б., Тукеев Э.М.*

**ТРЕБОВАНИЯ К МЕТОДАМ ПОДГОТОВКИ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ  
РЕЗУЛЬТАТОВ ЗАНЯТИЙ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ  
НАЦИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ «КУРЕШ»**

*E. Umetaliev, E. Tukeyev*

**REQUIREMENTS TO METHODS OF PREPARATION AND  
DETERMINATION OF RESULTS OF OCCUPATIONS OF ATHLETES  
ENGAGED IN NATIONAL WRESTLING «KURESH»**

УДК: 796.01 (043.3)

Күрөш практикалык максатта (күжүрмөн аракеттер, өзүн-өзү коргоо ж.б.), ошондой эле спорттук күрөштүн алкагында атаандаштык максатта да өтүшү мүмкүн жана акыркы учурда күрөштүн ар бир түрү үчүн аныкталган эрежелер боюнча жана күрөштүн белгилүү ыкмаларын колдонуу менен өткөрүлөт. Күрөш мелдештин эрежелери тарабынан уруксат берилген атайын техникалык жана тактикалык аракеттерди колдонуу аркылуу каршылыкты өз ара жеңүү менен мүнөздөлөт. Бул макалада спорттук баштапкы адистештирүүнүн этабында күрөш боюнча балбандарды даярдоо процесси талкууланып, күрөш боюнча балбандардын тиешелүү билимдерин, көндүмдөрүн калыптандырууга багытталган. Күрөш боюнча зарыл көндүмдөргө жана көндүмдөр аткарылган техникалык жана тактикалык аракеттерди максаттуу кайталоо процессинде алынат деп көрсөтүлгөн. СККтө көндүмдөрдүн калыптанышы этап процессинде жүрөт: жалпылоо; концентрация; автоматташтыруу.

**Негизги сөздөр:** спорттук күрөш, балбан, билим, чеберчилик, физикалык өнүгүү, техникалык даярдык, тактикалык даярдык, окуу-тарбия процесси.

Борьба может состояться как с практической целью (боевые действия, самооборона и т. п.), так и с состязательной целью, в рамках спортивной борьбы, и в последнем случае проводится по определённым для каждого вида борьбы правилам и с использованием определённых приёмов борьбы. Борьба характеризуется взаимным преодолением сопротивления с помощью применения разрешённых правилами соревнования специальных технических и тактических действий. В данной статье рассматривается процесс подготовки занимающихся спортивной борьбой куреш на этапе начальной спортивной специализации, ориентированный на формирование у курешистов соответствующих знаний, умений и навыков. Указываются, что необходимые умение и навыки в спортивной борьбе куреш приобретаются в процессе целенаправленного повторения, выполняемых технико-тактических действий. Формирование умения и навыков в СБК происходит в процессе стадии: генерализации; концентрации; автоматизации.

**Ключевые слова:** спортивная борьба, борец, образование, мастерство, физическое развитие, техническая подготовка, тактическая подготовка, учебно-воспитательный процесс.

*A wrestling match can take place both for a practical purpose (fighting, self-defense, etc.) and for a competitive purpose, within*

*the framework of wrestling, and in the latter case it is carried out according to rules defined for each type of wrestling and using certain wrestling techniques. Wrestling is characterized by mutual overcoming of resistance through the use of special technical and tactical actions permitted by the rules of the competition. This article discusses the process of preparing kuresh wrestlers at the stage of initial sports specialization, focused on the formation of relevant knowledge, skills and abilities among kuresh wrestlers. It is indicated that the necessary skills and abilities in wrestling kuresh are acquired in the process of purposeful repetition of technical and tactical actions performed. The formation of skills and abilities in the SBC occurs in the process of the stage: generalization; concentration; automation.*

**Key words:** wrestling, wrestler, education, skill, physical development, technical training, tactical training, educational process.

Обучение технико-тактическим действиям (ТТД) в спортивной борьбе куреш (СБК) – педагогический процесс, ориентированный на формирование у курешистов соответствующих знаний, умений и навыков (ЗУН) в процессе неуклонного осуществления задач духовного развития и физического совершенствования. Процесс спортивной подготовки юных курешистов должно быть направлено на решение определенной спортивно-педагогической задачи [1, 2, 5].

Наряду с учетом уровня физического развития (ФР) и технико-тактической подготовленности (ТТП) курешистов преподавателю-тренеру следует знать, как данное действие связано с комплексом образовательно-воспитательного процесса (ОВП), формирующий их объективное мировоззрение, нравственность, характер и волю.

В процессе учебно-тренировочных занятий (УТЗ) преподаватель-тренер располагает средствами воспитания таких ценных качеств, как любовь к Родине, трудолюбие, целеустремленность, смелость и др. Решение спортивно-технических задач, поставленных тренером-педагогом, требует от занимающихся курешистов дисциплинированности, соблюдения режима тренировок, учебы, выполнения гигиенических требований.

Каждый преподаватель прилагает свои усилия, чтобы воспитать курешистов высокой квалификации. В основе формирования квалифицированного курешиста лежит правильное изучение техники и тактики СБК. Техничко-тактическое мастерство (ТТМ) курешистов в значительной мере зависит от уровня владения технико-тактическим действиям (ТТД); правильности и прочности усвоения необходимых навыков выполнения технического действия (ТД).

На учебно-тренировочных занятиях (УТЗ) процесс обучения осуществляется и управляется непосредственно преподавателем-тренером. Кроме важных установок, прилагаемыми учебными программами, преподаватели-тренеры СБК используют в учебно-тренировочном процессе (УТП) и разнообразные образовательные материалы представляют преподавателю-тренеру большие возможности для проявления творчества [4].

Отличие от видов спорта, где победитель определяется с измерениями показанных спортсменами результатов, в спортивном единоборстве, в том числе в СБК, курешист добивается победы в непосредственном взаимодействии с соперником. Участие курешистов во взаимодействии не сводится лишь к преодолению соперника в непосредственном поединке и обязательно включает в себя активную организацию и осуществление собственных действий с умелым использованием прилагаемых усилий соперника. Атакующему курешисту в ходе осуществления атакующих действий (АД), нередко приходится принимать положения как по отношению к борцовскому ковру, так и по отношению к атакующему.

Полученные знания на основе личного многократного выполнения, включая выполнение ТД в усложненных условиях дополняются соответствующими умениями. Умения являются способностью безошибочно, не автоматизировано, сосредотачивая внимание на различные фазы и детали ТД [3].

В процессе УТЗ преподаватель-тренер рассчитывает на активность и проявляемое творчество занимающихся, специально организывает и направляет их инициативу. Зачастую более подготовленные курешисты начинают разучивать и применять ТД, не изучали на УТЗ. Такой вид самостоятельного обучения следует поощрять.

Проявление интереса и инициативы на УТЗ следует рассматривать как показатель хорошо поставленной учебно-тренировочной работы (УТР).

В СБК немаловажное значение имеет двигательная чувствительность. В ходе поединка, курешист ориентируется на определенную часть борцовского

ковра. Поединок зачастую проходит в обоюдном плотном захвате. В этой связи для курешистов важна и тактильная чувствительность.

Преподаватель-тренер по СБК всегда может рассчитывать на то, что самое общее представление о СБК начинающие имеют еще до занятий. Однако, такое представление не одинаково. Оно в основном зависит от отношения к СБК занимающихся, обстановки, в которой развивается курешист. В этой связи преподаватель-тренер должен внимательно относиться к своим объяснениям ученикам о сущности СБК как физических упражнений.

Навыки в СБК приобретаются в процессе целенаправленного повторения, выполняемых ТТД. Крайне важно, чтобы каждое последующее выполнение было качественно лучше предыдущего.

Три стадии процесса формирования навыка концентрации тормозно-возбудительных процессов, автоматизации и стабилизации в процессе обучения ТТД имеют свои особенности.

**Стадия генерализации.** В процессе разучивания тактических действий СБК курешист получает конкретное представление в определенных сочетаниях. На этой стадии курешист зачастую реагирует на основные стороны и на другие детали выполнения разучивания ТД. В процессе получения информации о выполняемых движениях происходит процесс «иррадиация».

**Стадия концентрации.** По мере многократного выполнения тактических действий иррадиация возбудительных процессов сменяется на концентрацию. Курешисты осваивают важные детали изучаемого тактического действия. Устраняются излишние движения. Вначале основное действие, а затем и ТД в целом становятся более доступными для выполнения.

Управление последовательности выполнения ТД, сменяется управлением возможности восприятия и осознание всех данных о движении.

Важным моментом деятельности преподавателя-тренера на этой стадии становится активное содействие концентрации процесса возбуждений. В этой связи преподавателю-тренеру необходимо умело использовать явление дифференцированного торможения, выявлять ошибки, ТД, отсеивать неправильные действия.

**Стадия автоматизации.** На этой стадии процесс формирования двигательного навыка выполнения тактических действий становится более стабильным. Курешисты имеют возможность внимательно контролировать отдельные части и фазы выполнения при достаточно высоком качестве выполнения ТД в целом.

По мере образования динамических стереотипов и автоматизации выполнения тактических действий создается возможность легко переходить от одного тактического действия к другому. Это умение ценно в поединке курешистов, поскольку технико-тактическое построение в СБК основаны на применении отдельных тактических действий и их комбинациях. Способность мысленно опережает процесс целой серии движений называется «антиципацией». Курешистам приходится выполнять тактические действия в таких сочетаниях, в которых они ими ранее не разучивались. Такая способность нервной системы называется «экстраполяцией».

В процессе разучивания ТТД СБК более наглядно проявляется взаимодействие навыков. Квалифицированный курешист без особого приложения усилий усваивает предстоящие тактические действия, где стадии генерализации и концентрации возбуждения также имеют место. В тоже время не следует упускать из вида, что наличие двигательных навыков вполне может оказывать как положительное, так и нежелательное влияние на процесс овладения навыками ТТД, может облегчить формирование нового навыка и, наоборот, затруднять этот процесс, так называемый гетерехронность, т.е. перенос навыков.

В СБК положительный перенос навыков может быть двусторонним, ограниченным и обобщенным.

Двусторонний процесс осуществляется в ходе разучивания определенного тактического действия в левую и правую сторону (в обе стороны).

Образование навыка затруднено в том случае, если решение сходной двигательной задачи различны. Такой перенос называется «хроническим».

В практике СБК, наиболее часто встречается обобщенный перенос, когда освоенный навык оказывает положительное влияние на формирование нового, не имеющего сходства с ним в структуре.

В практике УТЗ бывают случаи, когда имеющиеся навыки тормозят образование. Такое явление называется «отрицательным» переносом и нередко наблюдается при переучивании неправильно усвоенных тактических действий.

Итак, не все следует рассматривать с позиции правильного и неправильного освоения, а иногда следует проследить возможность конкретного спортивного достижения нетрадиционным способом.

Применение того или иного метода определения итогов обучения ТТД в СБК должно отвечать специальным и общим требованием к учету успеваемости занимающихся.

**Систематичность** – обеспечивает достаточную

регулярность оценки приобретенных ЗУН. При этом в каждом случае преподаватель-тренер принимает во внимание общий уровень подготовленности занимающихся курешистов и этап изучения ТТД. Выполнение указанного требования обеспечивает накапливаемость оценок, дает возможность преподавателю-тренеру иметь четкое представление об эффективности как своих усилий в деле обучения курешистов, так и усилий занимающихся курешистов в деле освоения предложенных заданий и требований.

**Разносторонность** – позволяет учитывать взаимодействие комплекса сторон подготовленности курешистов, выявить наиболее слабые из сторон и прилагать соответствующие усилия к их устранению. Например, при разностороннем подходе к оценке качества «броска через спину» учитывается не только фазы захвата и подбива, но и его амплитуда (полет). Более того, в этом случае могут проверяться представления курешистов по данным вопросам, уровень их функциональных возможностей, психологическая подготовленность к качественному выполнению броска и пр.

**Индивидуализированность** – требует учета личных особенностей каждого занимающегося курешиста (его рост, вес, длины конечностей, возбудимости и лабильности нервных процессов, склонности к освоению подобного ТД, психологической устойчивости в ЗУН и т.д.). Благодаря индивидуальному подходу к занимающимся появляется возможность опираться на их сильные стороны, последовательно и вдумчиво исправлять имеющихся недостатки. Указанное требование ориентирует и на то, чтобы оценивались не только показатели освоения ТТД, но и темпы их роста.

**Объективность** – предполагает выставление оценки в соответствии с усилиями, затраченными как преподавателем-тренером, так и курешистом. При этом на оценку не должны влиять ни их личные симпатии и антипатии, ни организационно-дисциплинарные отклонения курешиста, ни нравственный статус его в спортивной группе, ни другие факторы. Более того, при определении итогов показателей обучения ТТД не должны играть существенную роль даже посещаемость тренировки курешистами. Иначе говоря, оценивать надо сами ЗУН.

**Аргументированность** – обеспечивает понимание занимающимися курешистами сильных и слабых сторон своей подготовленности, определение характера своих собственных усилий в дальнейшем повышении ТТМ. Через аргументированность повышается его сознательность и активность в УТП, формируется требовательное отношение к само- и взаимно – оценке

изучаемых заданий и требований.

Таким образом, отметим лишь то положение, что выбор метода проверки результатов обучения ТТД СБК, формы его применения, времени использования, динамики методов в УТП определяется многими организационно-методическими и специально-теоретическими положениями.

**Литература:**

1. Анаркулов Х.Ф. Методика преподавания «Куреша» на уроках физической культуры в общеобразовательной школе / Х.Ф. Анаркулов // Совершенствование физического воспитания школьников. – Фрунзе: Мектеп, 1989. – С. 36-72.
2. Байшулаков Ж.С. Оптимизация тренировочного процесса и повышение роли технико-тактической подготовки в казак-куреси с учётом современных тенденций развития видов спортивной борьбы: автореф. дисс. ... к.пед.н.: 13.00.04 / Ж.С. Байшулаков. – Алматы, 2010. – 26 с.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
4. Тукеев Э.М. Исследование методики обучения борьбы куреш / Э.М. Тукеев // Эл агартуу. – Бишкек, 2008. - № 1-2. - С. 7-17.
5. Туманян Г.С. Спортивная борьба: учебное пособие / Г.С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2008. – 384 с.
6. Самудинов К.С. Совершенствование тактической подготовки в кыргызской борьбе «куреш». / Наука, новые технологии и инновации Кыргызстана. 2016. №. 7. С. 275-277.