

С.В. Разновская // Современный ученый. – 2021. – № 2. – С. 123–128.

2. Анализ и основные направления реализации требований ФГОС ВО по дисциплине «физическая культура (подготовка)» в военно-образовательных учреждениях / В.Б. Парамзин, И.Ю. Пугачев, О.С. Васильченко, С.В. Разновская // Современный ученый. – 2021. – № 2. – С. 96–101.

3. Критерии эффективности организационно-управленческой деятельности преподавателей кафедры физического воспитания вуза / А.Н. Сысоев, И.Ю. Пугачев, С.В. Разновская [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 11 (201). – С. 451–456.

4. Модернизация контента управления состоянием соревновательной готовности квалифицированных атлетов на этапе спортивного совершенствования / А.Л. Юрченко, А.О. Киселев, С.В. Разновская [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 10 (212). – С. 514–519.

5. Парамзин В.Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30–36.

6. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс-тестов / В.Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 5 (49). – С. 68–72.

7. Эффективность применения модернизированного метода «просеивания» в определении основных положений разработки комплексов контрольных тестов / О.С. Васильченко, С.В. Разновская, И.Ю. Пугачев, В.Б. Парамзин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 61–66.

#### REFERENCES

1. Pugachev, I.Yu., Vasilchenko, O.S., Paramzin, V.B. and Raznovskaya, S.V. (2021), “The relevance of assessing the level of professional performance of students against the background of fatigue by means of physical culture”, *Modern scientist*, No. 2, pp. 123–128.

2. Paramzin, V.B., Pugachev, I.Yu., Vasilchenko, O.S. and Raznovskaya, S.V. (2021), “Analysis and main areas of implementation of the fses of he requirements for the discipline "physical education (training)" in military educational institutions”, *Modern scientist*, No. 2, pp. 96–101.

3. Sysoev, A.N., Pugachev, I.Yu., Raznovskaya, S.V., Vasilchenko, O.S., and Paramzin, V.B. (2021), “Criteria for the effectiveness of organizational and managerial activities of teachers of the department of physical education of the university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (201), pp. 451–456.

4. Yurchenko, A.L., Kiselev, A.O., Raznovskaya, S.V., Pugachev, I.Yu. and Paramzin, V.B. (2022), “Modernization of content of management of the state of competitive readiness of qualified athletes at the stage of sports improvement”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (212), pp. 514–519.

5. Paramzin, V.B. (2007), “Analysis of the content of high training in military engineering and technical universities of the Ministry of Defense of the Russian Federation”, *Bulletin of the Tambov University. Series: Humanities*, No. 6 (50), pp. 30–36.

6. Paramzin, V.B. (2007), “The expediency of forming theoretical knowledge on physical culture of cadets and students of military educational institutions using express tests”, *Bulletin of the Tambov University. Series: Humanities*, No. 5 (49), pp. 68–72.

7. Vasilchenko, O.S., Raznovskaya, S.V., Pugachev, I.Yu. and Paramzin, V.B. (2021), “Efficiency of using the modernized “sifting” method in determining the main provisions for the development of control test complexes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (200), pp. 61–66.

**Контактная информация:** sveta\_r3000@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 16.06.2023*

**УДК 796.81.04**

#### **ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО КУРАШУ НА ОСНОВЕ МЕЖДУНАРОДНОГО ОПЫТА**

**Фаррух Шавкатович Ахмедов**, доктор философии по педагогическим наукам, Самаркандский Государственный Университет, Самарканд, Узбекистан

#### **Аннотация**

В современных условиях развития кураша речь идет о подготовке специалистов. Цель статьи - применить на практике опыт организации подготовки специалистов по курашу на основе зарубежного опыта. Методология и организация исследования. В ходе исследования изучалась практика подготовки специалистов по ряду видов спорта, входящих в программу Олимпийских и Азиатских игр. На основе международного опыта была разработана соответствующая программа обучения и проверена ее эффективность на практике. Результаты и обсуждение. Результаты, полученные в ходе эксперимента, подтвердили эффективность и действенность учебной программы. Разработанная программа повлияла на положительный рост навыков и компетенций будущих специалистов по курашу. Выводы. В дальнейшем целесообразно использовать данный учебный план в системе подготовки специалистов по курашу.

**Ключевые слова:** кураш, подготовка специалистов, международный опыт, компетенции, навыки, эффективности.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p24-28**

### **TRAINING OF KURASH SPECIALISTS ON THE BASIS OF INTERNATIONAL EXPERIENCE**

*Farruh Shavkatovich Ahmedov, doctor of philosophy on pedagogical sciences, Samarkand State University, Samarkand, Uzbekistan*

#### **Abstract**

In modern conditions of development of kurash it is important training of specialists. The purpose of the article is to put into practice the experience of organizing the training of specialists in kurash based on foreign experience. Methodology and organization of the study. In the course of the study, the practice of training specialists in a number of sports included in the program of the Olympic and Asian Games was studied. On the basis of international experience, an appropriate training program was developed and its effectiveness was tested in practice. Results and discussion. The results obtained during the experiment confirmed the effectiveness and efficiency of the training program. The developed program influenced the positive growth of skills and competencies of future kurash specialists. Conclusions. In the future, it is advisable to use this curriculum in the system of training specialists in kurash.

**Keywords:** kurash, training of specialists, international experience, competencies, skills, efficiency.

#### **ВВЕДЕНИЕ**

Кураш является одним из древнейших видов спорта, и ее развитие на территории Узбекистана зафиксировано в ряде исторических источников и научно-методической литературы [1]. На новом этапе развития кураша возникает необходимость дальнейшего развития этого вида спорта и совершенствования его научно-методических основ. Анализ научно-методических источников и обобщение мнений специалистов по курашу показал, что существует необходимость совершенствования практики подготовки специалистов по курашу.

Из спортивной практики известно, что развитие любого вида спорта неразрывно связано с процессом подготовки специалистов в этой области [2]. Исходя из вышеизложенного, следует отметить, что процесс подготовки квалифицированных кадров должен основываться на ряде требований. На наш взгляд, в этом процессе важно опираться на международную практику, в частности, международный опыт подготовки профессиональных кадров.

Из результатов эксперимента известно, что к подготовке будущих специалистов физической культуры и спорта предъявляется ряд требований [3]. Поэтому практика подготовки специалистов в мировом опыте различна, и в практику внедряются различные подходы и опыт [4].

Необходимо изучить источники, связанные с темой исследования, проанализировать международные соревнования по курашу и обучающие семинары, провести опрос среди международных специалистов по курашу для совершенствования научно-

методической базы подготовки специалистов. В частности, в ходе анализа определено, что начинать подготовку специалистов по курашу необходимо на основе опыта подготовки специалистов по наиболее массовым видам спорта.

Исходя из приведенных замечаний, целью исследования является апробация практики подготовки специалистов по курашу на основе международного опыта.

### МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЕ

В ходе исследования была проанализирована литература по данной теме. Проанализирован опыт подготовки специалистов по ряду видов спорта, включенных в программу Олимпийских и Азиатских игр (таэквондо, печчак силат, дзюдо). Также было изучено состояние подготовки специалистов в Национальном спортивном университете Южной Кореи, Ёгёкартском университете Индонезии и японском Nippon Sports Research Institute.

На основании полученной информации была разработана соответствующая учебная программа и применена в процессе подготовки специалистов по кураше.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Учебная программа, разработанная на основе опыта подготовки специалистов по единоборствам, включенная в программу Олимпийских и Азиатских игр, была применена к процессу подготовки специалистов по кураше. Содержание и структура программы подготовки специалистов описаны ниже (таблица 1).

Таблица 1 – Учебная программа, специализирующаяся на подготовке специалистов по курашу

Блок	Содержание тем	Часы
I	История и философия кураш, социально-педагогическое значение кураш	6
II	Основы техники и приемов (усул), термины, технические движения	16
III	Техника кураша (усул)	58
Всего		80

На основе разработанной программы подготовки в течение определенного периода готовились будущие специалисты по кураше. Проведенные образовательные процессы положительно сказались на росте профессиональная компетенций и навыков будущих специалистов.

По результатам оценки знаний о группе приемов (усул) средний уровень усвоения на начало эксперимента по «Описанию группы приемов по классификации МАК» составил 61 балл (отлично – 2, хорошо – 23, удовлетворительно – 22). После эксперимента результаты будущих специалистов по кураше по этому показателю в среднем равнялись 86 баллам (отлично – 8, хорошо – 29, удовлетворительно – 10). Между результатами, полученными до и после эксперимента, наблюдалась достоверная статистическая разница ( $t = 2,69, p \leq 0,01$ ).

Наблюдался положительный прирост между результатами до и после эксперимента по задаче «Описания группы “Супурма”». В частности, средний балл испытуемых до эксперимента составлял 59 баллов (отлично – 7, хорошо – 14 и удовлетворительно – 26), а после эксперимента средний результат равнялся 83 баллам (отлично – 13, хорошо – 24, удовлетворительно – 13). По уровню достоверности зафиксирован положительный показатель ( $t = 1,79, p \leq 0,05$ ).

Средняя оценка перед экспериментом по заданию «Описание этапов выполнения приемов (усул) “Бардор”» составила 63 балла (отлично – 4, хорошо – 21, удовлетворительно – 22). По окончании эксперимента средний уровень знаний будущих специалистов по кураше составил 81 балл, что было достоверно выше (отлично – 11, хорошо – 26, удовлетворительно – 10). Статистическая разница между результатами составила  $t = 1,68, p \leq 0,05$ .

В группе «Кушша» также отмечены положительные изменения в задании «Описание биомеханических особенностей движения тела соперника (ракиб)». В частности,

будущие специалисты по кураше перед экспериментом зафиксировали в среднем 67 баллов (отлично – 3, хорошо – 14, удовлетворительно – 20), в результате последних тестов из эксперимента было установлено, что их средние показатели знаний достигли 81 баллов (отлично – 18, хорошо – 27, удовлетворительно – 2). Между результатами наблюдалась положительная статистическая достоверность ( $t = 1,31, p \leq 0,05$ ).

По результатам эксперимента подтверждено, что систематическое обучение будущих специалистов по курашу разработанному научному описанию группы приемов (усул) положительно сказалось на уровне их теоретических знаний.

Таблица 2 – Индекс уровня знаний будущих специалистов по теории курашу до и после эксперимента (n=47)

Процесс эксперимента	Результаты			Сред. пок-ль (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
Описание группы приемов по классификации МАК*						
До эксперимента	2	23	22	61	2,69	$\leq 0,01$
После эксперимента	8	29	10	86		
Описания группы «Супурма»						
До эксперимента	7	14	26	59	1,79	$\leq 0,05$
После эксперимента	13	24	13	83		
Описание этапов выполнения приемов (усул) «Бардор»						
До эксперимента	4	21	22	63	1,68	$\leq 0,05$
После эксперимента	11	26	10	81		
Описание биомеханических особенностей движения тела соперника (ракиб) в группы «Кушша»						
До эксперимента	3	14	20	67	1,31	$\leq 0,05$
После эксперимента	18	27	2	81		

Примечание: МАК – Международный Ассоциация Кураш.

Исходные результаты задания «Описание основ техники кураша» составили в среднем 58 баллов (отлично – 8, хорошо – 9, удовлетворительно – 30). Соответственно итоговая средняя оценка опыта достигла 79 баллов (отлично – 14, хорошо – 28, удовлетворительно – 8). Уровень статистической достоверности был равен  $t = 1,31, p \leq 0,05$ .

В начале эксперимента по «Описанию варианты захваты – “Ушлаш”» средние результаты участников составили 62 балла (отлично – 7, хорошо – 12, удовлетворительно – 35). По окончании экспериментов средний балл составил 77 (отлично – 11, хорошо – 24, удовлетворительно – 12). По этому показателю также отмечен положительный статистический прирост ( $t = 1,65, p \leq 0,05$ ).

Исходные результаты по «Описанию варианты падений – “Йикилиш”» в среднем составляли 58 баллов (отлично – 5, хорошо – 9, удовлетворительно – 33), а после проведения эксперимента этот показатель достиг в среднем 82 баллов (отлично – 13, хорошо – 23, удовлетворительно – 11) и между результатами была обнаружена положительная показател ( $t = 1,82, p \leq 0,05$ ).

Таблица 3 – Индекс уровня знаний будущих специалистов по базовая техника курашу до и после эксперимента (n=47)

Процесс эксперимента	Результаты			Сред. пок-ль (балл)	t	P
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно			
Описание основ техники кураша						
До эксперимента	8	9	30	58	1,76	$\leq 0,05$
После эксперимента	14	28	8	79		
Описанию варианты захваты – «Ушлаш»						
До эксперимента	7	12	35	62	1,65	$\leq 0,05$
После эксперимента	11	24	12	77		
Описанию варианты падений – «Йикилиш»						
До эксперимента	5	9	33	58	1,82	$\leq 0,05$
После эксперимента	13	23	11	82		
Описание повторению и схватка («такрорлаш», «беллашув»)						
До эксперимента	12	11	24	59	1,91	$\leq 0,05$
После эксперимента	19	20	8	79		

Средний результат до эксперимента по «Описание повторению и схватка “такрорлаш”, “беллашув”» составил 59 баллов (отлично – 12, хорошо – 12, удовлетворительно – 24). Проведенные тесты показали, что средний балл студентов после эксперимента достиг 79 баллов (отлично – 19, хорошо – 20, удовлетворительно – 8) и наблюдался положительный статистический прирост ( $t = 1,91, p \leq 0,05$ ).

Разработанная и использованная в ходе эксперимента программа подготовки специалистов по курашу подтвердила свою эффективность и действенность.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Разработанная программа обучения положительно повлияла на повышение уровня профессиональной подготовки, знаний и компетенций будущих специалистов по кураше. Считаю целесообразным использование данной учебной программы в будущей системе подготовки специалистов по кураше.

#### ЛИТЕРАТУРЫ

1. Юсупов К. Кураш международные правила, техника и тактика / К. Юсупов. – Ташкент, 2005. – URL: [https://e-library.namdu.uz/75 Спорт/Kurash xalq.kur.qoidal.tex.takt.\(K.Yusupov 2005\)/Kurash texnikasi.PDF](https://e-library.namdu.uz/75%20Спорт/Kurash%20xalq.kur.qoidal.tex.takt.(K.Yusupov%202005)/Kurash%20texnikasi.PDF) (дата обращения: 01.01.2023).

2. Щенникова М.Ю. Подготовка кадров для спорта: современное состояние и направления развития / М.Ю. Щенникова, С.И. Петров // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2017. – № 5 (147). – С. 203–211.

3. Вадюхин С.В. Подготовка кадров в отрасли физической культуры в условиях университетского комплекса / С.В. Вадюхин // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2008. – № 12 (46). – С. 4–7.

4. A content analysis of empirical literature on sport coach education programs around the world, 2010-2019 / Sh. Majidullah, Yu.S. Yura, R. Francois [et al.] // A Scoping review of literature on sport coach education programs : an international perspective final report. – 2020. – P. 3–41.

#### REFERENCES

1. Yusupov, K. (2005), *Kurash international rules, technique and tactics*, Taskkent, available at: [https://e-library.namdu.uz/75 Спорт/Kurash xalq.kur.qoidal.tex.takt.\(K.Yusupov 2005\)/Kurash texnikasi.PDF](https://e-library.namdu.uz/75%20Спорт/Kurash%20xalq.kur.qoidal.tex.takt.(K.Yusupov%202005)/Kurash%20texnikasi.PDF) (accessed 1 January 2023).

2. Shennikova, M.Yu. and Petrov, S.I. (2017), “Training the staff for sport: current state and directions of development”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 5 (147), pp. 203–211.

3. Vadyuhin, S.V. (2008), “A professional training in branch of physical training in conditions of the university complex”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 12 (46), pp. 4–7.

4. Majidullah, Sh., Yura, Yu.S., Francois, R. et al. (2020), “A content analysis of empirical literature on sport coach education programs around the world, 2010-2019”, *A Scoping review of literature on sport coach education programs: an international perspective final report*, pp. 3–41.

**Контактная информация:** ahmedovfsh@gmail.com

*Статья поступила в редакцию 08.06.2023*

**УДК 796.422.12**

#### **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНОВ НА 100 И 200 МЕТРОВ**

*Сергей Игоревич Баландин, кандидат педагогических наук, доцент, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Ирина Юрьевна Баландина, старший преподаватель, Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, Санкт-Петербург*