



THE COACH'S ROLE IN SHAPING AN INDIVIDUAL TECHNICAL-TACTICAL MODEL IN JUDO

Ilmatova Rinata

Denov Institute of Entrepreneurship and Pedagogy
Lecturer, Department of Physical Education and Sport

ilmatovarinata@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17840906>

ARTICLE INFO

Received: 28th November 2025

Accepted: 04th December 2025

Online: 05th December 2025

KEYWORDS

Judo, technical-tactical model, individual preparation, coach's role, athlete development, technical-tactical analysis, competition performance, personalized approach, pedagogical monitoring, training methodology.

ABSTRACT

This article provides a scientific analysis of the coach's role in developing an individual technical-tactical model for judo athletes. Conducted in the IMRAD format, the study is based on theoretical analysis, comparative methods, pedagogical observations, and analytical modeling. The findings demonstrate that the coach plays a central role in shaping the athlete's technical repertoire, enhancing tactical decision-making skills, managing psychological preparation, and constructing a personalized combat model. The experience of the Uzbek judo school is compared with international approaches, identifying effective pedagogical strategies. The results of the study have practical significance for improving coaching systems and advancing individualized athlete development.

MURABBIYNING ROLI DZYUDO SPORTIDA INDIVIDUAL TEXNIKA-TAKTIK MODELNI SHAKLLANTIRISHDA

Ilmatova Rinata

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti Jismoniy tarbiya va sport kafedrası

o'qituvchisi.ilmatovarinata@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17840906>

ARTICLE INFO

Received: 28th November 2025

Accepted: 04th December 2025

Online: 05th December 2025

ABSTRACT

Ushbu maqolada dzyudochining individual texnika-taktik modelini shakllantirish jarayonida murabbiyning roli ilmiy asosda tahlil qilingan. Tadqiqot IMRAD formatida olib borilib, nazariy tahlil, qiyosiy metod, pedagogik kuzatuv va analitik modellashtirish asosida olingan ma'lumotlar umumlashtirilgan. Natijalar murabbiy sportchining texnik repertuarini shakllantirish, taktik qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish, psixologik tayyorlovni boshqarish hamda individual kurash modelini yaratishda markaziy figura ekanligini



KEYWORDS

Dzyudo, texnika-taktik model, individual tayyorgarlik, murabbiy faoliyati, sportchi rivojlanishi, texnik-taktik tahlil, musobaqa jarayoni, shaxsiylashtirilgan yondashuv, pedagogik monitoring, sport trenirovkasi metodikasi.

ko'rsatadi. O'zbekiston dzyudo maktabi tajribasi xalqaro yondashuvlar bilan qiyoslangan holda, samarali pedagogik usullar aniqlangan. Tadqiqot natijalari murabbiylik tizimini takomillashtirish va sportchilarni individuallashtirilgan tayyorlash jarayonini yanada rivojlantirish uchun amaliy ahamiyatga ega.

KIRISH

Dzyudo sportida yuqori natijalarga erishish uchun sportchining tayyorgarligi jismoniy, texnik, taktika va psixologik komponentlardan iborat dastur bo'lib, ular uzviy bog'langan holda tashkil etiladi. Mazkur tayyorgarlik jarayonida murabbiy markaziy rol o'ynaydi: u sportchiga texnik va taktika ko'nikmalarini o'rgatuvchi o'qituvchi, rahbar, motivator va maslahatgo'y sifatida faoliyat yuritadi. Murabbiy nafaqat mashg'ulotlarni tizimli ravishda tashkil etadi, balki har bir sportchining shaxsiy xususiyatlari va potensialini inobatga olgan holda ularni rivojlantirishga va rag'batlantirishga mas'uldir. So'nggi yillarda O'zbekiston terma jamoalari xalqaro tajriba va malakali xorijiy murabbiylar bilan hamkorlik qilgan holda o'z dzyudo an'alarini takomillashtirmoqda: ayniqsa Jahon va Olimpiya chempionatlaridagi yutuqlar aynan bunday yondashuv natijasidir.

USUL.

Maqolada zamonaviy ilmiy adabiyotlar hamda O'zbekiston sport tizimi tajribalari tahlil qilindi. Murabbiylarning individual tayyorlov jarayonidagi roli mavzusi bo'yicha mavjud nashrlar, hukumat hisobotlari va mutaxassis intervyularidan olingan ma'lumotlar asosida mavzu o'rganildi. Shuningdek, bu borada avvalgi izlanishlar va dzyudo bo'yicha xalqaro tajribalar solishtirildi.

NATIJALAR.

- Texnika va taktika tayyorlashi. Murabbiy har bir dzyudochiga mos texnika va taktika modellarini ishlab chiqadi hamda ularni mukammal o'zlashtirishga yo'naltiradi. Uchinchi shaxs sifatida murabbiy sportchiga to'g'ri uchish, qurash usullari hamda o'rnak o'rganishga yo'l-yo'riq beradi.
- Jismoniy va ruhiy tayyorgarlik. Murabbiy sportchining jismoniy kuchini, chidamliligini rivojlantirish bilan birga uning ruhiy tayyorgarligiga ham alohida e'tibor qaratadi. U sportchi motivatsiyasini oshirish uchun kuch, maqsad aniq belgilash va irodani mustahkamlash bo'yicha maslahatlar beradi.
- Motivator va rahbar. Murabbiy sportchining ishchanligi va iroda kuchini uyg'unlashtiruvchi motivator bo'lib, uni mashg'ulot jarayonida doimiy qo'llab-quvvatlaydi. U sportchi oldiga kichik bosqichma-bosqich maqsadlar qo'yib, erishilgan natijalarni baholab boradi, shunda har bir muvaffaqiyat motivatsiya kuchini oshiradi.
- Individual yondashuv. Har bir sportchining imkoniyatlari, yosh va psixologik holatini hisobga olgan holda murabbiy alohida o'quv-reja va metodlarni ishlab chiqadi.



Psixologik tayyorgarlik rejasi sportchining ruhiy xususiyatlari va stressga munosabati inobatga olinib tuziladi, shunda murabbiy har bir dzyudochiga turli usullar bilan yordam beradi.

- Ustozlik va tahlil. Murabbiy nafaqat mashg'ulot boshlovchi, balki ma'ruzachi, maslahatchi hamdir. U musobaqa paytida raqiblar tahlilini olib borib, sportchiga o'ziga xos taktik strategiyalarni bildiradi. Masalan, murabbiy chempion sportchi taktik xatolarini kamaytirish va raqib kuchlarini inobatga olgan kurashlar taktik modelini ishlab chiqishda muhim rol o'ynaydi.

MUNOZARA.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, murabbiyning roli murakkab va ko'pqirrali bo'lib, u sportchining umumiy rivojlanishini ta'minlaydi. Murabbiy sportchining faqat texnik mahoratini oshirmaydi, balki uning xulq-atvori, motivatsiyasi va ruhiy bardoshlilik uchun ham xizmat qiladi. Psixologik tayyorgarlik va motivatsiya bo'yicha ilmiy-tadqiqotlar ham shuni ko'rsatadiki, sportchining maksimal natijaga erishishi uchun tayyorgarlik rejalarini individual qaratilishi lozim. O'zbekiston sharoitida ham murabbiylar nafaqat milliy dzyudo an'alarini aks ettiruvchi, balki chet el tajribalarini ham qo'llaydigan usullarga tayanmoqda. Masalan, jahon chempioni I.Iliadis terma jamoga rahbarlik qilishi natijasida mashg'ulotlarda yangi yondashuvlar paydo bo'lganligi kuzatilmoqda. Shu bilan birga, mamlakatimizda murabbiylar tayyorlash tizimi yanada rivojlanib, ularning malakasini oshirishga e'tibor qaratilmoqda. Biroq ushbu sohada ilmiy tadqiqotlar hali cheklanganligidan kelib chiqib, murabbiy uslublarini mukammallashtirish va zamonaviy fan yutuqlarini joriy etish zarurati mavjud.

XULOSA.

Xulosa qilib aytganda, dzyudo sportida individual texnika-taktik modelni shakllantirishda murabbiyning roli katta ahamiyatga ega. U jismoniy, texnik va taktika tayyorgarligini psixologik tayyorgarlik bilan uyg'unlashtirgan holda, har bir sportchiga moslangan individual dastur tuzadi. O'zbekistonda ham milliy an'alar va xalqaro tajribalarga asoslangan murabbiylik amaliyotlari sportchilarning salohiyatini oshirishga xizmat qilmoqda. Shu bois, murabbiylarning pedagogik va metodik malakasini rivojlantirish, ularni zamonaviy ilmiy uslublar bilan tanishtirish judo mahoratini yanada oshirishga hissa qo'shadi.

References:

1. Абдуллаев, Н. (2019). Дзюдо назарияси ва методикаси. Тошкент: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
2. Исмоилов, Ш., & Каримов, А. (2021). Yakkakurash turlarida texnika-taktik tayyorgarlikning ilmiy asoslari. Тошкент: Fan va texnologiya.
3. Mirzayev, U. (2020). "Dzyudochi sportchilarda individual yondashuvning didaktik jihatlari". Jismoniy tarbiya va sport, 4(3), 45–52.
4. Богданов, В. В. (2018). Техника и тактика дзюдо высокого уровня. Москва: Спорт.
5. Matsuoka, K., & Sugai, T. (2017). Judo Coaching and Performance Analysis. Tokyo: Kodansha International.



6. Franchini, E., & Sterkowicz, S. (2015). "Technical–tactical strategies in judo athletes during competition". *International Journal of Combat Sports Science*, 7(2), 15–27.
7. Kano, J. (2013). *Kodokan Judo: The Essential Guide to Judo Technique*. Tokyo: Kodokan Institute.
8. Pivovarov, P. (2022). "Individualizatsiya podgotovki dzjudistov v sovremennoy trenirovochnoy sisteme". *Sportivnaya nauka*, 9(1), 60–68.
9. Otabekov, M., & G'iyosov, R. (2019). "Musobaqa faoliyatini tahlil qilishda texnika-taktik mezonlarning roli". *Sport va vaqt*, 11(2), 22–28.
10. International Judo Federation. (2020). *IJF Refereeing Rules and Coaching Guidelines*. Lausanne: IJF Publications.