MILLIY KURAŞ SPORTI BÖYIÇA YUQORI MALAKALI MURABBIYLARNI TAYYORLAŞNING AMALIY-METODIK TIZIMINI TAKOMILLAŞTIRIŞ

Q.P.Arslonov[1]

1. Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasi professori

Mas'ul muallif: Arslonov Qahramon Polvonovich, Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasi professori.

Received: 04 Noyabr 2026
Accepted: 09 Noyabr 2026
Published: 14 Noyabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Arslonov, Q. P. MILLIY KURAŞ SPORTI BÖYIÇA YUQORI MALAKALI MURABBIYLARNI TAYYORLAŞNING AMALIY-METODIK TIZIMINI TAKOMILLAŞTIRIŞ / Q. P. Arslonov // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 11, № 1. — B. 441–444.

Annotatsiya. Maqolada milliy kuraş sporti murabbiylarini tayyorlaş va ularning malakasini oşirişda amaliy-metodik ta'limni taşkil etiş muammolari tadqiq qilingan. Işning maqsadi maşğulot kuzatuvi, murabbiylik mentorligi, videoyozuv asosida fikr-mulohaza beriş va refleksiv tahlilni birlaştiruvçi uzluksiz kasbiy rivojlaniş algoritmini işlab çiqişdan iborat. Nazariy qiyoslaş, pedagogik loyihalaş va faoliyatni modellaş usullari qöllanib, milliy kuraş musobaqa qoidalari, sportçining uzoq muddatli rivojlanişi va murabbiy ta'limiga oid naşrlar tahlil qilindi. Natijada 12 haftalik namunaviy amaliy-metodik kurs, «reja–bajariş–kuzatiş–tahlil–tuzatiş» sikli, videotahlil varaqasi hamda murabbiy faoliyatining monitoring körsatkiçlari taklif qilindi. Mazkur natijalar eksperiment asosida tasdiqlangan körsatkiçlar sifatida emas, joriy etilişi va tekşirilişi mumkin bölgan metodik mahsulotlar sifatida talqin etiladi. Dastur murabbiylarning qaror qabul qiliş, texnik xatolarni tuzatiş, sportçi yuklamasini individuallaştiriş va xavfsiz muloqotni taşkil etiş kompetensiyalarini rivojlantirişga yönaltirilgan. Kalit sözlar: milliy kuraş, murabbiy malakasi, amaliy-metodik tayyorgarlik, mentorlik, videotahlil, refleksiya, sport monitoringi, uzluksiz ta'lim

Kalit so'zlar: milliy kuraş, murabbiy malakasi, amaliy-metodik tayyorgarlik, mentorlik, videotahlil, refleksiya, sport monitoringi, uzluksiz ta'lim.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРАКТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТРЕНЕРОВ ПО НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЕ КУРАШ

Аннотация. В статье исследуются практико-методические аспекты подготовки и повышения квалификации тренеров по национальному курашу. Цель работы - разработать алгоритм непрерывного профессионального развития, объединяющий наблюдение за тренировкой, наставничество, видеообратную связь и рефлексивный анализ. Использованы теоретическое сопоставление, педагогическое проектирование и моделирование деятельности; изучены правила соревнований по курашу и публикации о долгосрочном развитии спортсменов и образовании тренеров. Представлены проект двенадцатинедельного практического курса, цикл «планирование–проведение–наблюдение–анализ–коррекция», карта видеоанализа и индикаторы мониторинга тренерской практики. Результаты не рассматриваются как подтверждённые экспериментом статистические показатели: это методические продукты, предназначенные для внедрения и последующей проверки. Программа ориентирована на развитие профессионального принятия решений, исправление технических ошибок, индивидуализацию нагрузки и создание безопасной учебно-тренировочной среды.

Ключевые слова: национальный кураш, квалификация тренеров, практико-методическая подготовка, наставничество, видеоанализ, рефлексия, спортивный мониторинг, непрерывное образование.

IMPROVING THE PRACTICAL AND METHODOLOGICAL SYSTEM FOR TRAINING HIGHLY QUALIFIED COACHES IN NATIONAL KURASH WRESTLING

Abstract. The paper addresses practice-oriented methods for preparing and upskilling coaches in national Kurash. Its aim is to design a continuous professional development pathway integrating observation of coaching sessions, mentoring, video-supported feedback and structured reflection. The study adopts a theoretical and design-based approach: official Kurash rules and international literature on coaching education, long-term athlete development and athlete safety are compared and translated into operational teaching procedures. The outputs include a sample 12-week course, a plan–deliver–observe–analyse–adjust cycle, a video-analysis checklist and a monitoring matrix for professional coaching practice. These outputs are not presented as measured treatment effects; no controlled experiment or new participant data are claimed. The suggested programme is intended to strengthen coaching decisions, technical error correction, load individualisation and respectful athlete communication. A subsequent pilot with independent observers and pre-defined evaluation criteria is proposed to examine

feasibility and effectiveness.

Keywords: national Kurash, coach development, practice-based education, mentoring, video analysis, reflective practice, training monitoring, continuing education.

Kiriş. Milliy kuraş murabbiyining kasbiy mahorati sportçiga usulni körsatiş bilangina belgilanmaydi. Maşğulotning didaktik vazifasini aniq belgilaş, harakatdagi xatoni sabablar böyiça ajratiş, yuklamani şaxsiy tayyorgarlikka moslaştiriş, bellaşuvni tahlil qiliş va murakkab vaziyatda tezkor qaror qabul qiliş yuqori malakali mutaxassisning kundalik vazifalaridir.

2024-yil 20-dekabrdagi PQ-450-son qaror milliy kuraş murabbiylarini tayyorlaş bilan birga ularni qayta tayyorlaş, malakasini oşiriş va xalqaro darajada faoliyat yuritişga tayyorlaşni ham dolzarb vazifa sifatida belgilaydi [1]. Bu holat uzluksiz kasbiy rivojlanişni dastlabki diplom olinganidan keyin boşlanadigan tasodifiy jarayon emas, balki oldindan loyihalanadigan metodik tizim sifatida tuşunişni talab qiladi.

Amaliyotda murabbiy maşğulotni köp yillik tajribaga tayangan holda muvaffaqiyatli olib borişi mumkin, ammo qaror nima uçun töğri bölganini izohlaş, öz tajribasini yoş murabbiyga örgatiş yoki xatoni tizimli tahlil qiliş har doim ham oson emas. Demak, tajribani dalillarga aylantiriş, tahlil va mentorlik orqali boşqalarga uzatiş tizimli pedagogik yondaşuvni talab etadi.

Tadqiqotning maqsadi milliy kuraş murabbiylarining amaliy-metodik tayyorgarligini videokuzatuv, mentorlik, refleksiya va rivojlanişni monitoring qilişga asoslangan uzluksiz sikl orqali takomillaştiriş modelini işlab çiqişdir. Tadqiqot obyekti - murabbiylarning kasbiy malakasini rivojlantiriş jarayoni; predmeti - amaliy maşğulotga asoslangan öqitiş vositalari va teskari aloqaning metodik mexanizmlaridir.

Adabiyotlar tahlili va nazariy asoslar

Xalqaro kuraş assotsiatsiyasi qoidalari sportçini gilamga olib çiqiş, bellaşuvni taşkil etiş va nazorat qiliş uçun aniq normativ doirani beradi [2]. Murabbiylar malakasini oşirişda qoidalarni amaliy vaziyatlarga qöllaş, qoidabuzarlik xavfini tuşuntiriş hamda texnik elementni nazoratli şaroitda örgatiş alohida örganilişi kerak.

Mallett va hammualliflar rasmiy va norasmiy ta'lim şakllari bir-birini töldirişini qayd etgan [3]. Şuning uçun kursni faqat auditoriya ma'ruzasi yoki bir martalik attestatsiya bilan çeklaş qiyin: kuzatuv, mentordan muloqot, öz maşğulotini körib çiqiş va amaliy xatolardan örganiş ham malaka ösişining muhim manbalaridir.

Côté va Gilbert konsepsiyasida [4] murabbiyning samaradorligi sportçi rivojlanişining turli bosqiçlari va kontekstlariga moslaşa oliş bilan boğliq. International Sport Coaçing Framework [5] ham kuzatiş, tahlil, qarorni tuzatiş va refleksiya jarayonlarini murabbiy faoliyatining umumiy vazifalari qatoriga kiritadi. Bu yondaşuv milliy kuraşdagi konkret didaktik holatlar bilan uyğunlaştirilganda amaliy kasbiy öqitişning mantiqiy asosi şakllanadi.

I. Balyi, R. Way va C. Higgsning sportçining uzoq muddatli rivojlanişi haqidagi yondaşuvi [6] murabbiy qarorlarini şaxsning ösiş bosqiçi bilan boğlaş zarurligini ta'kidlaydi. Biroq bu umumiy sport modeli milliy kuraş uçun tayyor yuklama foizlarini bermaydi; maşğulotning hajmi va intensivligi yoş, soğliq holati, tayyorgarlik va musobaqa taqvimiga qarab aniqlanişi kerak.

Sportda himoyalangan, hurmatga asoslangan munosabatni taşkil etiş murabbiy faoliyatining asosiy mezonlaridan biridir. XOQning 2024-yilgi konsensusida [7] xavfsiz sportni tizimli mas'uliyat, sportçi ovozini inobatga oliş va barqaror munosabatlar bilan boğlaydi. Şu jihatdan mentorlik faqat texnik maslahat emas, maşğulot etikasi va murabbiylik muloqotini ham rivojlantiruvçi vosita bölişi lozim.

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur iş metodik loyihalaşga asoslangan nazariy tadqiqotdir. Unda ilmiy adabiyotlarni qiyoslaş, vazifalar tahlili, öquv siklini modellaştiriş va baholaş indikatorlarini operatsionlaştiriş usullaridan foydalanildi. Real murabbiylar guruhi jalb qilinmadi; tajriba ötkazilmadi; kursning samaradorligi böyiça foiz yoki statistik ahamiyatlilik natijalari da'vo qilinmaydi.

Loyihalaş birligi sifatida «bitta murabbiy - bitta maqsadli maşğulot - bitta tahlil sikli» tanlandi. Har bir siklda (1) aniq maqsad va xavf nazoratini belgilaş; (2) maşğulotni ötkaziş; (3) oldindan kelişilgan indikatorlar asosida kuzatiş; (4) murabbiy va mentor tomonidan tahlil qiliş; (5) keyingi maşğulot uçun bitta ustuvor tuzatişni tanlaş ketma-ketligi qöllanadi.

Videotahlil uçun harakatni bajarişdagi tayyorgarlik holati, tutiş va muvozanatga ta'sir etuvçi fazalar, şerik bilan özaro xavfsizlik hamda murabbiyning qayta aloqa beriş uslubi nazarda tutiladi. Biroq videoyozuv rozilik va maxfiylik talablariga rioya qilingan holda, ayniqsa voyaga yetmagan sportçilar iştirokida tegişli tartiblar asosida amalga oşirilişi lozim.

Metodik modelni tekşiriş uçun keyingi pilotda iştirokçilarning avvalgi tajribasi, sportçilar yoşi, maşğulot davomiyligi va murabbiylik vazifalari qayd etilişi, mustaqil kuzatuvçilarning kelişuv darajasi baholanişi va oldindan belgilangan yakuniy mezonlar böyiça oldingi-keyingi özgarişlar tekşirilişi taklif etiladi.

Natijalar va tahlil

Nazariy-loyihaviy tahlil natijasida kasbiy rivojlanişning 12 haftalik namunaviy dasturi işlab çiqildi. Uning mantiqi umumiy mavzular sonini köpaytiriş emas, har bir haftadagi faoliyatni keyingi haftadagi amaliy yaxşilaşga boğlaşdan iborat. Dastur davomiyligi sinovdan ötgan majburiy standart emas, moslaştirilişi mumkin bölgan metodik variantdir.

1-jadval.

Milliy kuraş murabbiylari uçun 12 haftalik amaliy-metodik kurs loyihasi

Davr	Asosiy vazifa	Amaliy mahsulot	Nazorat
1–2-haftalar	Dastlabki audit: maşğulot videosi, xavfsizlik va ehtiyojlar	Şaxsiy rivojlaniş maqsadi	Boşlanğiç rubrika
3–4-haftalar	Usulni örgatiş va xatoni aniqlaş	Texnik keyslar töplami	Mentor kuzatuvi
5–6-haftalar	Yuklama, individual farqlar va rejalaştiriş	Individuallaştirilgan konspekt	Reja himoyasi
7–8-haftalar	Muloqot va qayta aloqa metodikasi	Maşğulot videoyozuvi	Kuzatuv bayonnomasi
9–10-haftalar	Bellaşuv vaziyatlarini tahlil qiliş	Taktik qarorlar xaritasi	Video-keys tahlili
11–12-haftalar	Takroriy oçiq maşğulot, refleksiya va yakun	Dalilli elektron portfolio	Yakuniy baholaş

Dasturdagi amaliy örganiş murabbiy va mentorning teng muloqotiga asoslanadi. Mentor tayyor retsept beriş örniga dastlab kuzatilgan dalilni körsatadi, keyin murabbiyning sabablar haqidagi izohini tinglaydi va kelgusi maşğulot uçun eng muhim bitta özgarişni kelişib oladi. Şunda refleksiya umumiy taassurot almaşişdan aniq qaror va tekşiriladigan harakatga aylanadi.

Ikkinçi metodik natija videotahlil protokoli bölib, u texnik harakatni emas, öqitiş jarayonining butun ketma-ketligini örganadi. Qayta aloqa «yaxşi/yomon» degan umumiy bahoga emas, vaziyat, kuzatilgan harakat, ehtimoliy sabab va keyingi maşq taklifiga tayanişi kerak.

2-jadval.

Murabbiy maşğulotini videotahlil qiliş uçun namunaviy protokol

Kuzatuv obyekti	Savol	Yozib olinadigan dalil	Tuzatiş yöli
Maşğulot maqsadi	Talaba yoki sportçi vazifani angladimi?	Maqsadni oğzaki izohlaş epizodi	Qisqa körsatma va qayta savol
Harakat fazalari	Xato qaysi bosqiçda takrorlandi?	Video va vaqt belgilari	Fazaga yönaltirilgan maşq
Individual yuklama	Topşiriq tayyorgarlikka mosmi?	Takror soni va tiklaniş kuzatuvi	Hajmni ehtiyojga moslaş
Xavfsizlik	Xavfli vaziyat vaqtida töxtatildimi?	Nazorat röyxati	Zudlik bilan xavfsiz variant
Qayta aloqa	Murabbiy fikri aniq va hurmatlimi?	Oğzaki mulohaza epizodi	Aniq, qisqa, xolis tavsiya

Uçinçi natija kasbiy ösişni baholaş uçun jarayon körsatkiçlarini natija körsatkiçlaridan ajratişdir. Jarayon körsatkiçlari - reja, kuzatuv, tahlil va xavfsizlik talablarini bajariş; natija körsatkiçlari - murabbiy tomonidan belgilangan vazifani mustaqil amalga oşiriş sifati va sportçi uçun tuşunarli körsatma beriş darajasidir. Sportçining musobaqadagi yakuniy örni köplab taşqi omillarga boğliq bölgani uçun yagona murabbiy sifati indikatori böla olmaydi.

3-jadval.

Malaka oşiriş dasturi monitoringining taklif etilayotgan indikatorlari

Indikator	Manba	Talqin qiliş ehtiyoti
Maqsad–topşiriq muvofiqligi	Konspekt va video	Ekspert rubrikasi oldindan aniqlanadi
Xatoni tuşuntiriş sifati	Standart video-keys	Keyslar qiyinligi tenglaştiriladi
Tuzatiş strategiyasi	Mentor qaydi va keyingi video	Har bir sportçi rivojlanişi individual
Refleksiya aniqligi	Rivojlaniş kundaligi	Özini baholaş xolislik bilan tekşiriladi
Xavfsiz muomala	Xavfsizlik varaqasi va anonim fikr	Nojöya holatlarni yaşirişga yöl qöyilmaydi

Namuna sifatida bitta didaktik vaziyatni köriş mumkin: murabbiy yangi usulni örgatişda sportçilar muvozanatini yetarli nazorat qilmayotganini videoda aniqladi, deb tasavvur qilaylik. Metodik algoritmga köra avval xavfsiz boşlanğiç holat qayta körsatiladi, keyin vazifa kiçik tarkibiy qismlarga bölinadi, söng takroriy videokuzatuv orqali xato kamaygan-kamaymagani tekşiriladi. Bu vaziyat real tadqiqot protokoli emas, algoritmning qanday işlaşini tuşuntiradigan didaktik misoldir.

Dastur yakunida töplanadigan portfolioda kamida ikki marta qayta işlangan maşğulot konspekti, bittadan dastlabki va takroriy videokuzatuv, mentor mulohazasi, xavfsizlik varaqasi va qisqa refleksiv hisobot bölişi taklif etiladi. Uşbu mahsulotlar murabbiylik faoliyatidagi özgarişni dalillar orqali muhokama qilişga xizmat qiladi, biroq samaradorlikning mavjudligini avtomatik tasdiqlamaydi.

Muhokama. Taklif qilingan modelning asosiy farqi murabbiy rivojlanişini mavsumiy sertifikat oliş bilan çeklamasdan, kundalik maşğulotning içki sifatiga boğlaşidir. Formal kurs, iş joyidagi mentorlik va mustaqil refleksiyani birlaştiriş Mallett va hammualliflar tahlili [3]ga mos keladi. Ayni paytda uşbu tarkibiy qismlarning milliy kuraşdagi nisbiy samarasi faqat keyingi dala sinovida aniqlanişi mumkin.

Videokuzatuvdan foydalaniş amaliy jihatdan qulay bölsa-da, u texnikaning barça sabablarini avtomatik oçib bermaydi. Kamera burçagi, tasvir sifati va kuzatuvçining tajribasi xulosaga ta’sir qiladi. Şuning uçun videoyozuv

murabbiyning bevosita kuzatuvi, sportçining hissiy holati va xavfsizlik ma'lumotlari bilan birgalikda talqin qilinişi kerak.

Yana bir muhim masala sportçining avtonomiyasi va maxfiyligidir. Videoni tahlil qiliş va qayta aloqa beriş sportçini kamsitiş yoki nazoratsiz kuzatiş vositasiga aylantirilmasligi zarur. XOQ tavsiyalariga muvofiq [7] maqsad rivojlanişni qöllab-quvvatlaş, hurmat va xavfsizlikni ta'minlaşdir. Şuningdek, voyaga yetmagan sportçilarga oid tasvirlar bilan işlaşda alohida rozilik va ma'lumotni muhofaza qiliş tartiblari qöllanişi lozim.

Işning çeklovi - konsepsiyaning amaliyotda hali sinovdan ötmagani. Baholovçilar rubrikasi, mentorlar tayyorgarligi va vaqt resurslari turliça bölişi mumkin. Kelgusida bir neçta sport maktabi iştirokidagi pilot joriy etiş, sifatli intervyular va standart video-topşiriqlar natijalarini uyğunlaştiriş orqali modelning qaysi elementlari eng köp pedagogik qiymat yaratişi aniqlanişi zarur.

Xulosa va amaliy tavsiyalar

Milliy kuraş murabbiylarini tayyorlaşning amaliy-metodik tizimi uzluksiz «reja – bajariş – kuzatiş – tahlil – tuzatiş» sikliga tayanganda kasbiy örganişni aniq faoliyat bilan boğlaş imkoniyati yuzaga keladi. Nazariy tahlil natijasida 12 haftalik namunaviy kurs, mentorlik tartibi, videotahlil protokoli va monitoring indikatorlari işlab çiqildi.

Amaliyot uçun har bir murabbiyga rivojlaniş maqsadini belgilaş; har oy kamida bitta maqsadli maşğulotni mentor bilan körib çiqiş; texnik xatolarni umumiy tanbeh bilan emas, kuzatilgan faza va sabablar böyiça tahlil qiliş; xavfsiz sport tamoyillarini barça vazifalarga kiritiş; kurs yakunida dalilli portfolio himoyasini taşkil etiş tavsiya etiladi. Mazkur davriylik ham dastlabki metodik taklif bölib, muassasa resurslariga moslaştiriladi.

Keyingi ilmiy bosqiçda dastur kiçik pilotdan ötkazilib, oldin va keyin ölçanadigan amaliy körsatkiçlar, mustaqil ekspert baholari va iştirokçilarning tajribasi qiyoslanişi kerak. Real sinov amalga oşirilmagunça taklif etilgan modelning samaradorligi ehtimoliy ilmiy faraz darajasida qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar röyxati.

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 20-dekabrdagi PQ-450-son qarori. Kurash milliy sport turini rivojlantirish va ommalashtirishni yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida // Lex.uz. - URL: https://lex.uz/uz/acts/-7270705 (murojaat sanasi: 10.11.2026).

2. International Kurash Association. International Rules of Organization and Holding of Kurash Competitions. - Tashkent, 1998 (rasmiy saytda e'lon qilingan matn). - URL: https://kurash-ika.org/2022/08/20/kurash-rules/ (murojaat sanasi: 10.11.2026).

3. Mallett C. J., Trudel P., Lyle J., Rynne S. B. Formal vs. Informal Coach Education // International Journal of Sports Science & Coaching. - 2009. - Vol. 4, No. 3. - P. 325–364. - DOI: 10.1260/174795409789623883.

4. Côté J., Gilbert W. An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise // International Journal of Sports Science & Coaching. - 2009. - Vol. 4, No. 3. - P. 307–323. - DOI: 10.1260/174795409789623892.

5. International Council for Coaching Excellence; Association of Summer Olympic International Federations; Leeds Metropolitan University. International Sport Coaching Framework. Version 1.2. - Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. - 56 p. - ISBN 9781450471275.

6. Balyi I., Way R., Higgs C. Long-Term Athlete Development. - Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. - 296 p. - ISBN 9780736092180.

7. Tuakli-Wosornu Y. A. et al. IOC consensus statement: interpersonal violence and safeguarding in sport // British Journal of Sports Medicine. - 2024. - Vol. 58, No. 22. - P. 1322–1344. - DOI: 10.1136/bjsports-2024-108766.

8. Armour K. M., Jones R. L., Potrac P. Sports Coaching Cultures: From Practice to Theory. - London: Routledge, 2004. - 200 p.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

[1] O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 20-dekabrdagi PQ-450-son qarori. Kurash milliy sport turini rivojlantirish va ommalashtirishni yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida // Lex.uz. - URL: https://lex.uz/uz/acts/-7270705 (murojaat sanasi: 10.11.2026).

[2] International Kurash Association. International Rules of Organization and Holding of Kurash Competitions. - Tashkent, 1998 (rasmiy saytda e'lon qilingan matn). - URL: https://kurash-ika.org/2022/08/20/kurash-rules/ (murojaat sanasi: 10.11.2026).

[3] Mallett C. J., Trudel P., Lyle J., Rynne S. B. Formal vs. Informal Coach Education // International Journal of Sports Science & Coaching. - 2009. - Vol. 4, No. 3. - P. 325–364. - DOI: 10.1260/174795409789623883.

[4] Côté J., Gilbert W. An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise // International Journal of Sports Science & Coaching. - 2009. - Vol. 4, No. 3. - P. 307–323. - DOI: 10.1260/174795409789623892.

[5] International Council for Coaching Excellence; Association of Summer Olympic International Federations; Leeds Metropolitan University. International Sport Coaching Framework. Version 1.2. - Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. - 56 p. - ISBN 9781450471275.

[6] Balyi I., Way R., Higgs C. Long-Term Athlete Development. - Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. - 296 p. - ISBN 9780736092180.

[7] Tuakli-Wosornu Y. A. et al. IOC consensus statement: interpersonal violence and safeguarding in sport // British Journal of Sports Medicine. - 2024. - Vol. 58, No. 22. - P. 1322–1344. - DOI: 10.1136/bjsports-2024-108766.

[8] Armour K. M., Jones R. L., Potrac P. Sports Coaching Cultures: From Practice to Theory. - London: Routledge, 2004. - 200 p.