

ГАНДБОЛЧИЛАРНИ МУСОБАҚАЛАРГА ТАЙЁРЛАШДА ХУЖУМ ҲАРАКАТЛАРИНИ НАЗОРАТ ВА ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ

Илхом Камалович Қурбонов

Қарши муҳандислик-иқтисодиёт институти
ilhom_1515@mail.ru

АННОТАЦИЯ

Мақолада мусобақа даврида юқори малакали гандболчиларнинг ҳужум ҳаракатларини назорат ва таҳлил қилиш давомида ҳужум ҳаракатларининг самарадорлиги ҳамда олинган маълумотлар асосида мусобақа олди тайёргарлик жараёни учун ҳужум ҳаракатларини такомиллаштиришда чакқонлик сифатининг аҳамиятини характерлайдиган сифатлар ўрганилган.

Калит сўзлар: техник-тактик ҳаракатлар, чакқонлик сифати, машғулот, мусобақа фаолияти, муваффақиятли ўриниш, ҳужум ҳаракатлари, тўп отиш, ривожлантирувчи машқ.

КИРИШ

Педагогик тадқиқот давомида мусобақа даврида юқори малакали гандболчиларнинг ҳужум ҳаракатларини назорат ва таҳлил қилмиш давомида ҳаракатларининг самарадорлиги ўрганилди, ҳамда олинган маълумотлар асосида мусобақа олди тайёргарлик жараёни учун ҳужум ҳаракатларини такомиллаштиришда чакқонлик сифатининг аҳамиятини характерлайдиган сифатлар ўрганилди.

Тадқиқотнинг мақсади ва вазифаларидан келиб чиққан ҳолда тадқиқот бошида Қарши муҳандислик-иқтисодиёт институтининг “ҚарМИИ” жамоаси ўйинчиларидан тажриба гуруҳи ташкил этилди.

“ҚарМИИ” жамоаси машғулотлари таркибига ҳужумда дарвозага тўп отиш техник ҳаракатларини ривожлантирувчи машқлар киритилди. Олий лига баҳсларининг III-тур ўйинлари олдидан ўтказилган ўқув-йиғин машғулотларида жамоа ушбу машқлар асосида тайёргарлик кўрди.

АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА МЕТОДОЛОГИЯ

- тадқиқот муаммосига оид илмий ва услубий назарий адабиётлар таҳлили;

- жамоа ўйинчиларининг ҳужумдаги техник фаолиятини назорати ва таҳлили;

- математик статистик услуб.

Тадқиқот ишининг объекти Қашқадарё вилояти Қарши муҳандислик-иқтисодиёт институтининг “ҚарМИИ” жамоаси машғулоти хисобланиб, унда Ўзбекистон Республикаси олий лига мусобақаларида иштирок этувчи “ҚарМИИ” жамоасининг мусобақада ҳужум ҳаракатлари (дарвозага тўп отиш) самарадорлигини назорат ва таҳлил қилиш бўйича тадқиқот ишларини олиб бордик.

Биз тадқиқотимиз давомида “ҚарМИИ” жамоасининг дарвозага тўп отиш техник ҳаракатларининг самарадорлигини ошириш ва ўйинда янада самарали ўйин намойиш этиш учун чаққонлик сифатини тарбияловчи машқлар мажмуасини жамоанинг ўқув-машғулоти дастурига киритдик.

Бундан ташқари гандболчиларнинг жисмоний тайёргарликка оид махсус гуруҳли ва индивидуал машғулоти, техника ва тактикага доир гуруҳли ҳамда индивидуал машғулоти икки ёқлама ўйинлар ўтказилади. Мунтазам равишда назорат синовлари ўтказилиб турилди.

Тадқиқотимизнинг иккинчи қисмини Олмаликнинг “ОКМК” спорт мажмуасида Ўзбекистон Республикаси олий лига баҳслари IV-тур ўйинларининг дастлабки 3 ўйинида “ҚарМИИ” жамоаси гандболчиларининг ҳужум ҳаракатлари (дарвозага тўп отиш) самарадорлигини назорати ва таҳлилинини давом эттирдик.

IV-турдаги ўйинларни ушбу жадвалда қисқача таҳлил қилар эканмиз ўнг бурчак ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 77,1%, (6 м дан отилган тўплари ҳам ҳисобга олинган). Ўнг ярим ўрта ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 75,4%, марказ ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 77,1%, чап ярим ўрта ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 72,1%, чап бурчак ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 75,6%, чизик ўйинчисининг дарвозага тўп отиш самарадорлиги 70,2% ни ташкил этдилар, қайд этилган натижаларни солиштрадиган бўлсак, самарадорлик тадқиқотдан кейин анчагина ўзгариш борлигини кўришимиз мумкин.

ХУЛОСАЛАР

1) Мусобақа фаолиятида юқори малакали гандболчиларнинг ҳужум ҳаракатларини ўрганганимизда, кўплаб жамоалар ҳусусан Олмаликнинг “ОКМК” жамоаси ҳам ҳужумдаги самарадорликни айнан гандболчилардаги чаққонлик сифатининг ривожланганлик даражаси юқори бўлганлиги сабабли қўлга киритишган.



Тадқиқотимизнинг сўнгида “ҚарМИИ” жамоасининг хужумдаги техник ҳаракатлари самарадорлигининг сезиларли даражада ўсганлигини гувоҳи бўлдик.

2) Тадқиқот ишлари Қарши муҳандислик-иқтисодиёт институтининг “ҚарМИИ” жамоаси гандболчиларида олиб борилган эди ва уларнинг дарвозага тўп отиш техник ҳаракатлари назорат қилинди ва натижалар ўзаро таққосланди.

3) Ўзбекистон чемпионатининг 2021 йил сарҳисобига кўра бизнинг “ҚарМИИ” жамоамиз совриндорлар қаторига кира олмади, лекин 2022 йилги Ўзбекистон чемпионатида муносиб иштирок этишни режалаштирган. “ҚарМИИ” жамоаси ҳозирги кунда яқунланган чемпионатда йўл қўйилган хатолар устида иш олиб бормоқда ва бошланажак чемпионатга юқори спорт формасида боришни мақсад қилдилар. Мусобақаларга тайёргарлик даврида жамоа ўйинчиларини авваламбор махсус дастур асосида тайёргарлик кўришини ташкил қилиш ва шу дастур билан таништириш зарур деб ҳисоблайдилар.

REFERENCES

1. Бобомуродов Н. Ш. Физическая реабилитация борцов с нарушениями в позвоночнике у квалифицированных борцов //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 2. – С. 874-879.
2. Бобомуродов Н. Ш. Technique of Recording Technical and Tactical Actions in Fight Turon //Eastern European Scientific Journal. – 2018. – №. 4. – С. 16-19.
3. Бобомуродов Н. Ш. Юқори малакали курашчиларнинг техник-тактик ҳаракатларини ривожлантириш методикаси //Педагогик таълим" Илмий-назарий журнал. Тошкент. – 2011.
4. Бобомуродов Н. Ш. Контроль и анализ действий в борьбе турон //Фан-спортга" илмий-назарий журналы. Тошкент. – 2011.
5. Бобомуродов Н. Ш. Физиологический подход в прогнозировании перспективности борцов-туронистов //МуРаллим х, ем узликсиз билимлендириу" илмий-методикалык журнал. Нукус.-2019. – 2019.
6. Халмурадов Р. Н., Махмудов В. В., Арисланов И. Т. О значимости использования информационных технологий в образовательном процессе по физической культуре учащейся молодёжи //Молодой ученый. – 2017. – №. 15. – С. 684-686.
7. Арисланов И. Т. Тактическая подготовка квалифицированных спортсменов по мини-футболу на основе специальных упражнений: состояние проблемы и перспективы ее решения //Fan-Sportga. – 2020. – №. 2. – С. 17-20.



8. Эрдонов О. Л., Махмудов В. В., Арисланов И. Т. Соревнования по мини-футболу как эффективное средство физического воспитания студентов технического вуза //Молодой ученый. – 2015. – №. 3. – С. 886.
9. Сафронов А. А., Арисланов И. Т. Динамика физического развития и физической подготовленности учащихся 5–6 классов //Молодой ученый. – 2013. – №. 7. – С. 455-458.
10. Курбонов И. К. Факторы, влияющие на подготовку к гандбольной тренировке: развитие скорости и подвижности спортсменов на соревнованиях //Вестник науки. – 2021. – Т. 1. – №. 6-1 (39). – С. 305-310.
11. Курбонов И. К. Юқори малакали гандболчиларнинг рақабатдошлик фаолиятида самарали ҳаракатларни қўллаш //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 2. – С. 533-538.
12. Курбонов И. К. Педагогико-психологические аспекты профессиональной подготовки будущих спортивных тренеров //Вестник науки. – 2022. – Т. 3. – №. 3 (48). – С. 52-56.

