

YOSH GANDBOLCHILARNING MUSOBAQA DAVRI TEXNIK TAKTIK TAYYORGARLIGINI NAZORAT QILISH

Ergashaliyev Dostonbek No`monjon o`g`li

Namangan davlat pedagogika instituti

Jismoniy madaniyat va sport kafedrası o`qituvchisi

ergashaliyevdostonbek95@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada yosh gandbolchilarni musobaqa davrida texnik taktik tayyorgarliklarini nazorat qilib borish hamda takomillashtirish haqida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Gandbol, qobiliyat, saralash, nazorat, taxlil, musobaqa, tadqiqot.

КОНТРОЛЬ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Аннотация. В данной статье представлена информация по мониторингу и совершенствованию технико-тактической подготовки юных гандболистов во время соревнований.

Ключевые слова: Гандбол, умение, отбор, контроль, анализ, соревнование, исследование.

CONTROLLING THE TECHNICAL TACTICAL PREPARATION OF YOUNG HANDBALL PLAYERS DURING THE COMPETITION PERIOD

Annotation. This article provides information on monitoring and improving the technical and tactical training of young handball players during the competition.

Keywords: Handball, ability, selection, control, analysis, competition, research.

KIRISH

O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport borgan sari davlat siyosatiga aylanib bormoqda. Gandbol sport turi kundan-kunga rivojlanib bormoqda. O'yin uslublari takomillashib, gandbolchini harakat faoliyati qiyinlashib bormoqda.

Gandbol o'yini asosiy harakat sifatlarini harakati tezligi va aniqligini, chaqqonlikni, kuchni, chidamkorlikni rivojlantirishga ko'maklashmoqda.

Gandbol sport turi – o‘z mohiyati, mazmuni va turli o‘yin malakalari va kombinatsiyalari bilan minglab kishilarni o‘ziga jalb qilib kelmoqda. Zamonaviy gandbol o‘ta tezkorligi va katta g‘ayrat talab qiluvchi sport o‘yinlari turiga mansubdir. Yuqori texnik-taktik mahoratga sazovor bo‘lish uchun birinchi navbatda gandbolchilarning jismoniy sifatlari mukammal darajada rivojlangan bo‘lishi kerak. Mazkur sifatlarni o‘yin fikrlovi birligidagi boshqarilishi musobaqa g‘alabasini ta‘minlaydi. Bugungi kun gandbol darvozaboni baland bo‘yli bo‘lib, u harakatchan, o‘tkir zehni, tez fikrlovchi, o‘zgaruvchan o‘yin vaziyatlariga munosib harakat bilan javob qaytarishi va jamoaga katta yordamberishi lozimdir. Lekin bunday saviyadagi o‘yinni har bir gandbol darvozabonida ham kuzatavermaymiz. Shuning uchun gandbolchi darvozabonlarning o‘quv-mashg‘ulot jarayonlarida jismoniy, texnik-taktik sifatlarni to‘g‘ri taqsimlanishi, mashq to‘g‘ri tashkil etilishi, jismoniy yuklamalarning to‘g‘ri tanlay bilishi, darvozabonlarni musobaqa faoliyatiga tayyorlashda murabbiylar nazoratida bo‘lishi darkordir.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Respublikamizda sportni rivojlantirishga katta e‘tibor qaratilmoqda. Sportni rivojlantirishga qaratilgan ko‘pgina farmon va qonunlar ishlab chiqilmoqda va ular hayotga tadbiiq qilinmoqda. Lekin, shuni ham aytib o‘tish kerakki, ko‘pgina masalalarni yechimini echishda, ayniqsa sportchilarni tayyorgarlik tomonlardan o‘rganishda ilm-fanni o‘rni ham o‘zgachadir. Shu sohada ish olib borgan olimlar judaham ko‘p.

I. P. Pavlov – Garchi Pavlov asosan nerv tizimi va psixologiya sohasidagi tadqiqotlari bilan tanilgan bo‘lsa-da, uning ishlari sportchilarning mental tayyorgarligiga ta‘sir qilgan va ularning musobaqa davri tayyorgarligiga oid nazariyalarni ishlab chiqishda yordam bergan.

T. S. Usmonov (2000-2010-yillar) – Yosh g‘andbolchilarni tayyorlashda o‘qitish metodikalariga oid ishlari bilan tanilgan olim. Ularning texnik-taktik tayyorgarligini oshirish va musobaqa davrida ularni nazorat qilishni optimallashtirishga qaratilgan tadqiqotlar olib borgan.

Javlonbek Sh. Normatov (2015-yildan hozirgi kungacha) – Yosh g‘andbolchilarni tayyorlash va musobaqa davrida texnik-taktik yondashuvlarni

optimallashtirishga qaratilgan tadqiqotlar olib borgan. U yosh sportchilarning tayyorgarligini yaxshilash uchun zamonaviy metodlarni ishlab chiqqan va sport treninglarida amaliy yondashuvlarni ilgari surgan.

Yuqoridagi olimlar va mutaxassislar O'zbekistonda yosh g'andbolchilarni tayyorlash, ularning musobaqa davrida texnik-taktik tayyorgarligini nazorat qilish va optimallashtirishga oid zamonaviy yondashuvlar va metodlarni ishlab chiqishda faoliyat yuritgan.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tadqiqotni o'tkazilishi-Tadqiqotlar davomida 2 ta o'yin nazorat qilindi. Nazorat qilishda yosh gandbolchilar tomonidan bajariladigan barcha texnik-taktik harakatlar kuzatildi va natijalar qayd qilinib borildi.

Qayd qilingan ko'rsatkichlar:

- qisqa to'p uzatishlar (yonga, oldinga);
- uzoq masofaga to'p uzatishlar;
- to'pni olib qo'yish;
- to'pni olib yurish;
- sakrab darvoza tomon zarba berish;
- darvoza tomon zarba berish;
- raqibni aldab o'tish;

Bu harakatlarni qayd qilish uchun Yu.Morozov tomonidan ishlab chiqilgan uslubdan foydalanildi va qisman biz tomondan o'zgartirish kiritilgan. Olingan natijalarning hajm va sifat ko'rsatkichlari aniqlandi. Olingan natijalarga asoslanib kuzatilgan jamoadagi har bir gandbolchi haqida umumiy xulosaga kelinib, so'ngra butun jamoani ko'rsatgan natijalariga ham baho berish imkoni yaratilgan.

Gandbolchilarni individual texnik-taktik harakatlarini pedagogik kuzatuv va taxlili. Kuzatishlar davomida 2 ta o'yin nazorat qilindi. Nazorat qilishda yosh gandbolchilar tomonidan bajariladigan barcha texnik-taktik harakatlar kuzatildi va natijalar qayd qilinib borildi.

Jadvalda gandbolchilar tomonidan bajarilgan texnik taktik harakatlar natijalari ko'rsatib o'tilgan.

Natijalarni taxlil qilib o'tadigan bo'lsak, quyidagilarni aytib o'tish mumkin.

Gandbolchilar o'rtacha o'yin davomida 410 ta texnik-taktik harakatni amalga oshirishdi. Bu texnik-taktik harakatlarni 238 tasi samarali yakun topdi va 172 ta texnik-taktik harakat samarasiz yakun topdi. Umumiy samaradorlik koeffitsienti 0.60% ni tashkil qilgan. Gandbolchilarni barcha texnik-taktik harakatlarini yarmidan ko'proq qismini turli to'p uzatishlar tashkil qilgan. Ya'ni o'rtacha o'yin davomida gandbolchilar 232 ta turli to'p uzatishlarni amalga oshirishgan (1-jadval).

Sport maktabi gandbolchilarini Namangan olimpiya va parolimpiya sport turlariga tayyorlash markazi gandbolchilari bilan bo'lgan o'yindagi texnik - taktik harakatlari natijalari

№	To'p uzatishla			To'pni olib qo'yish	Raqibni aldab o'tis	To'pni olib yurish	Darvoza tomon zarba berish	Jami TTX	Samaradorlik koeffitsienti
	Yonga	Oldinga	Harakatdagi						
1.	+2	+3	+5-4	+3-2	-	+1	-	20	0,68
2.	+5-1	+2-1	+6-4	+4-2	+1-1	+2	+5-1	35	0,74
3.	+6-2	+3-2	+8-5	+3-3	+2-2	+2	+4-2	43	0,66
4.	+5-1	+2-3	+8-7	+2-3	+2-1	+2-1	+3-1	41	0,60
5.	+6-1	+3-5	+8-8	+5	+2-3	+3	+2-3	49	0,60
6.	+6-2	+2-5	+7-8	+3-4	+2-3	+3	+3-3	51	0,54
7.	+5-2	+3-5	+7-7	+3-3	+3-3	+7	+2-2	52	0,57
8.	+4-1	+2-4	+5-6	+2-4	+3-3	+4	+2-5	45	0,50
9.	+3-2	+1-1	+6-6	+2-5	+1-3	+3	+3-2	37	0,55
10.	+4-1	+2-3	+4-2	+1-3	+2-4	+5	+3-3	37	0,49
	+46-13	+23-29	+64-57	+28-29	+18-23	+32-1	+27-22	410	0,60

To'p uzatishlar-Yonga to'p uzatishlar o'rtacha o'yin davomida 59 marotaba qo'llanilgan. Ulardan 46 tasi to'g'ri bajarilgan bo'lib, 13 ta to'p uzatish noto'g'ri bajarilgan. Samaradorlik koeffitsienti 0.87% ni tashkil qilgan.

Oldinga to'p uzatishlar- o'rtacha o'yin davomida 52 marotaba amalga oshirilgan. Samaradorlik koeffitsienti 0,56% tashkil etdi. Ko'pgina urinishlar mo'ljalga aniq etib bormagan bo'lib, 52 ta to'p uzatishdan 23 ta to'p uzatish aniq o'yinchiga etib bormagan.

Harakatdagi o'yinchiga to'p uzatish-Harakatdagi o'yinchiga (oldinga) to'p uzatishlar. 121 marotaba bu uzatishlar foydalanilgan va ularning 64 tasi aniq amalga oshirilib, 57 tasi noaniq amalga oshirilgan. Samaradorlik koeffitsienti 0,44% ni tashkil etdi.

To'pni olib yurish-O'rtacha har o'yinda bu texnik harakatda gandbolchilar 32 marotaba foydalanishgan. Bu ko'rsatkichni nisbatan me'yoriy ko'rsatkichlar atrofida hisoblasa bo'ladi.

Raqibni aldab o'tish-Gandbolchilar bu texnik harakatni o'yin davomida 41 marotaba o'z raqibini aldab o'tish uchun foydalanishgan va ulardan 18 urinish samarali yakun topgan, 23 ta urinish esa noaniq amalga oshirilgan. Samaradorlik koeffitsienti 0,55% tashkil etdi. Bu texnik usulni amalga oshirishda gandbolchilardan bir qancha tayyorgarlik sifatlarini rivojlanganligini talab qilinadi. Gandbolchi yaxshi jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lishi, tezlik kuch sifatlarini yaxshi rivojlanganligiga va driblinga ega bo'lishi ahamiyatli hisoblanadi.

Darvoza tomon zarba berish-Gandbolchilar o'yin davomida o'rtacha 49 ta texnik-taktik harakat amalga oshirishgan. 27 marotaba urinishlar samarali yakunlangan. 22 ta urinishlar esa harakatlar noaniq yakunlangan. Samaradorlik koeffitsienti 0,60% ni tashkil qildi.

XULOSA

Maxsus adabiyotlar shuni ko'rsatdiki, gandbolchilarni musobaqa faoliyatini nazorat qilish gandbolchilarni tayorlash jarayonida muxum o'rin egallaydi. Individual texnik-taktik harakatlarni baholash bilan birga, gandbolchilar tezlik-kuch sifatlarini, maxsus chaqqonligini, chidamkorligini, taktik o'ylashlarini va

texnik xartaraflamalik qobiliyatlarini aniqlasa bo'ladi. Taxlil natijalariga asoslanib, gandbolchini turli tayorgarlik tomonlariga maqsadli ta'sir etsa bo'ladi.

Yosh gandbolchilarni musobaqa faoliyatini o'rganish jarayonida, ular tomonidan bajariladigan bir qancha texnik harakatlar kuzatildi va olingan natijalar tahlil qilindi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)

1. Mahmudjonov, A. A., Izatullayev, A. M., & Ergashaliyev, D. N. (2024). THE IMPORTANCE OF GENERAL PHYSICAL FITNESS IN INCREASING THE EFFICIENCY OF SPORTS TRAINING IN PRIVATE SCHOOLS. INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY, 755-759.
2. Butabayev, A. X., & Ergashaliyev, D. N. (2024). GANDBOLCHILARNI HUYUM VA HIMOYADAGI SHAXSIY TAKTIK HARAKATLARINI SAMARADORLIGINI OSHIRISH USULLARI. Экономика и социум, (6-1 (121)), 160-166.
3. Болтобаев, С. А., Азизов, С. В., Жураев, Т. Ж., Рахманов, М. У., Жахангиров, Ш. Ж., & Мухторжонова, Н. (2013). Влияние переживаний, тревоги и стресса на соревновательную успешность у спортсменов и их преодоление. SCIENCE AND WORLD, 24, 261-267.
4. Mahmudjonov, A. A., Izatullayev, A. M., & Ergashaliyev, D. N. (2024). THE IMPORTANCE OF GENERAL PHYSICAL FITNESS IN INCREASING THE EFFICIENCY OF SPORTS TRAINING IN PRIVATE SCHOOLS. INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY, 755-759.
5. Azizov, S. V., Azizova, R. I., Mahmudjonov, A., & Tuxtaboyeva, N. (2024). SPORTCHILARDA O'YIN JARAYONINI YUQORI DARAJADA IDROK QILISH QOBILIYATINI SHAKLLANTIRISH INTELLEKTUAL TAYYORGARLIKNING ASOSIY VAZIFASI. Экономика и социум, (9 (124)), 82-86.