ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ ГАНДБОЛЧИЛАРНИНГ РАҚАБАТДОШЛИК ФАОЛИЯТИДА САМАРАЛИ ҲАРАКАТЛАРНИ ҚЎЛЛАШ

Илҳом Камолович Қурбонов
Қарши муҳандислик иқтисодиёт институти катта ўқитувчиси
ilhom_1515@mail.ru

АННОТАЦИЯ

Ушбу мақола юқори малакали гандбол жамоаларининг рақобатбардош фаолияти жараёнида қарши ҳужумлардан фойдаланиш масаласини кўриб чиқади. Тезкор ҳужум турларини таҳлил қилиш орқали тадқиқотлар амалга оширилади. Жамоа ўйинчиларининг мусобақа жараёнидаги қарши ҳужум ҳаракатлари сони, нисбати ва самарадорлигининг умумий кўрсаткичлари келтирилган.

Калит сўзлар: рақобатбардош фаолият, гандбол жамоалари, тезкор ҳужум.

APPLICATION OF EFFECTIVE MOVEMENTS IN COMPETITIVE ACTIVITIES OF HIGHLY QUALIFIED HANDBALL PLAYERS

Ilhom Kamolovich Kurbonov
Senior Lecturer at the Karshi Institute of Engineering Economics
ilhom_1515@mail.ru

ABSTRACT

This article discusses the use of counter-attacks in the competitive activities of highly qualified handball teams. Research is done by analyzing the types of rapid attacks. The general indicators of the number, ratio and effectiveness of counter-attack actions of the team players during the competition are given.

Keywords: competitive activity, handball teams, fast attack.

КИРИШ

Ўзбекистонда Гандбол 1923-24 йилларда пайдо бўлиб, биринчи мусобақа 1926 йилда Тошкентда ўтказилган. 1991 йил Ўзбекистон Республикаси Гандбол федерацияси тузилди. Республиканинг барча вилоятларида Гандбол бўйича болалар спорт мактаблари, эркаклар, аёллар ва болалар жамоалари бор. 1991

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

йилдан Ўзбекистан чемпионати мунтазам ўтказилади. Ўзбекистон Гандболчилари терма жамоаси (аёллар) Осиё чемпионатида 4-ўринни эгаллади ва Германияда ўтказилган жаҳон биринчилиги мусобақаларида қатнашди (1997). Ўзбекистонда хизмат кўрсатган спорт устозлари Ф. Абдураҳмонов, В. Каплинский, хизмат кўрсатган спорт устаси, Олимпия ўйинлари ва жаҳон чемпиони М. Васильев, халқаро миқёсдаги спорт устаси, жаҳон чемпиони С. Землянова, спорт усталари А.Абзалова, О.Абдуллаева ва бошқаларнинг Гандбол ривожланишида катта ҳиссаси бор.[1]

Гандболчилар техник маҳоратини такомиллаштириш йўллари назарий асосланган ҳолда кўрилади ва тактикани такомиллаштириш, ҳаракат ва маънавий, ирода сифатларини ривожлантириш билан бирга қўшиб бажарилади. Техника – бу ўйиннинг асоси саналади. Уни мукаммал эгаллаш ва ҳар хил ўйин шароитида қўллашни билиш юқори спорт малакасига эришишнинг гаровидир.

АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА МЕТОДОЛОГИЯ

Рақобатбардош фаолиятни тадқиқ этиш гандбол назарияси ва амалиёти учун катта қизиқиш уйғотади. Ҳужум тактикасини ўрганиш, ҳужумнинг турли шаклларини аниқлаш машғулот жараёнини симуляция қилишга ёрдам беради. Моделлаштириш манбаи бу жамоалар ва индивидуал ўйинчиларнинг рақобатбардош фаолияти. Мутахассисларнинг фикрича, ҳужум ва мудофаанинг энг самарали шаклларини билиш мураббийга машғулот жараёнини такомиллаштиришга, оғирлашган рақобат шароитида ўйин тактикасини такомиллаштиришнинг стратегик йўналишини жамоага тўғри танлашга ёрдам беради [2].

Гандболда ҳаракат фаолияти ўзига хос бўлгани учун машғулотни турли тезликда бажариладиган машқларни қисқа вақт, анча узоқ вақт, суст ва фаол дам олишни алмашлаб олиб бориш мумкин. Ўйин ҳаракатларининг тавсифи тўхтаб-тўхтаб ўтиладиган бўлгани учун, у нафас олиш жараёнининг энг кўп миқдорда кучайтирилишини талаб қилади. Гандболчиларнинг вазифаларни бажариш тайёргарлигини оширишда махсус воситалардан фойдаланилади.

Ҳужумда жамоаларнинг қарши ҳужум ҳаракатларидан фойдаланиш алоҳида қизиқиш уйғотмоқда, улардан фойдаланиш шакллари унчалик ўрганилмаган.

Тезкор ҳужумнинг моҳияти рақибларнинг уюшмаган ёки ҳали ҳам яхши ташкил этилмаган ҳимоясига қарши ҳужумни якунлаш учун тўпни эгаллаб олишда жамоанинг ҳимоя ҳаракатларидан ҳужумчиларга тезкор ўтишидан

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

иборат. Адабиётлар таҳлили шуни кўрсатдики, тезкор ҳужум билан ҳужум пухта ўрганилган жамоаларда жамоанинг тактик ҳаракатлари тезроқ, муваффақиятли ва жисмоний кучларни кам сарфлаган ҳолда якунланади [4].

Тезкор ҳужумнинг ўзига хос хусусияти шундаки, биринчи навбатда, у майдонда ўйинчиларнинг аниқ тартибини талаб қилмайди, балки тўғридан-тўғри ҳимоя позицияларидан, яъни рақиб ҳужуми тўхтатилган жойлардан амалга оширилади. Иккинчидан, қарши ҳужум ҳаракатларида тўпни аҳамиятсиз ўтказилиши (бирдан учтагача) ва майдон атрофида гандболчиларнинг оз миқдордаги ҳаракатлари билан тавсифланади [3].

Ҳужум ҳаракатларини тайёрлаш ва якунлашни максимал даражада тезлаштириш замонавий гандболни ривожлантиришнинг асосий тенденциясидир. Бу иккала ўйиннинг эволюцияси ва юзага келган қоидаларнинг ўзгариши билан боғлиқ [4]. Шу муносабат билан, тезкор ҳужумнинг аҳамияти беқиёс даражада ортади.

Гандболда юқори спорт маҳорати муаммолари бўйича маълум миқдордаги тадқиқотлар олиб борилди, унда турли усуллардан фойдаланган ҳолда рақобатбардош спортчилар тўғрисидаги маълумотлар мавжуд. Рақобатбардош фаолиятга мувофиқ гандболчиларнинг тайёргарлигини ошириш воситаларини танлаш бўйича жуда кўп турли хил тавсиялар мавжуд. Гандболчиларнинг рақобатбардош фаолиятини таҳлил қиладиган барча хилма-хил ишлар билан тезкор ҳужумнинг хусусиятлари фрагментларда акс эттирилган.

Тадқиқотнинг мақсади гандбол бўйича Қашқадарё вилоятидаги ОТМ жамоаларининг рақобатбардош фаолиятидаги муваффақият омилларини қарши ҳужумлардан фойдаланган ҳолда аниқлаш.

Тадқиқот объекти Вилоятдаги юқори малакали гандболчиларнинг рақобатбардошлик фаолияти.

Тадқиқот предмети гандбол мусобақаларида спортчилар томонидан қарши ҳужум ҳаракатларидан тўғри фойдаланишни ўрганиш.

НАТИЖАЛАР

Тадқиқотнинг вазифаси мусобақа давомида юқори тоифадаги гандболчиларнинг қарши ҳужум ҳаракатлари турларини таҳлил қилишдан иборат бўлиб, жами Вилоятимизнинг 2 та этакчи ОТМ жамоаларининг 12 та ўйини таҳлил қилинди. 1-жадвалда Вилоят гандбол чемпионатида иштирок

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

этадиган жамоаларнинг тезкор ҳужуми ва ҳужумлари бўйича ўртача маълумотлар келтирилган.

Жадвал 1

Мусобақа давомида гандболчиларнинг қарши ҳужумлар сони, нисбати ва самарадорлигининг умумий кўрсаткичлари

Тўпни узатгандан сўнг дарвозабон		**Рақиб томонидан тўпни ушлаб қолиш ёки йўқотишдан кейин**		**Майдон ўйинчиси тўпни узатгандан сўнг**	
Ҳужумлар сони	Голларнинг сони	Ҳужумлар сони	Голларнинг сони	Ҳужумлар сони	Голларнинг сони
69	51	14	11	50	29
Самарадорлик, %					
72,9		73,5		52,0	
Ҳужум нисбати, %					
46,8		8,5		32,5	
Бош нисбати, %					
47,0		11,0		26,8	

Жадвалда дарвозабоннинг узатмасидан сўнг, тўсиқдан кейин ва дарвозабон узатма берган гандболчининг узатмасидан сўнг майдон ўйинчилари томонидан ҳужумларни амалга ошириш бўйича миқдорий маълумотлар келтирилган.

Ўйинда муваффақиятга эришиш асосан тўғри ҳаракат қилишга боғлиқ. Шу сабабли ўйинни бошқаришда турли хил тактик воситалардан фойдаланиш лозим. Тактика деганда, ўйинчиларнинг рақиб устидан ғалаба қозонишга қаратилган шахсий ёки жамоа ҳаракатларини ташкил қилиниши, яъни, аниқ рақиб билан муваффақиятли кураш олиб боришга имкон берадиган ҳаракатларни тушуниш керак.

МУҲОКАМА

Дарвозабоннинг қўлидан қарши ҳужумлар 69 маротаба бошланди ва умумий ҳужумлар сонининг 46,8 фоизини ташкил этди. Ҳужумлар 51 марта гол билан якунланди ва самарадорликнинг 56,0% ини ташкил этди.

Тўпни эгаллаб олгандан кейин тезкор ҳужум атиги 14 марта бошланди ва умумий ҳужумлар сонининг 11,0% ини ташкил этди. Ҳужум 11 марта гол билан якунланди. Бундай ҳужумларнинг самарадорлиги энг юқори кўрсаткич - 77,5% билан таъминланди.

Дарвозабондан тўпни қабул қилиб олган ҳужумкор майдон ўйинчилари томонидан уюштирилган қарши ҳужум ҳаракатлари 50 маротаба содир бўлди,

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

яъни умумий ҳужумлар сонининг 37,5%. Гол 29 та ҳужум билан якунланди. Ушбу ҳужумларнинг самарадорлиги 47,0% ни ташкил этди.

Барча жамоаларнинг ўртача кўрсаткичлари шуни кўрсатадики, дарвозабон энг кўп қарши ҳужумларни ташкил қилади, дарҳол этакчидаги ўйинчига (46,8%) ёки жамоага ҳаммага энг яқин бўлган ўйинчига (32,5%) пас беради.

Дарвозабоннинг тўғридан-тўғри узатмасидан сўнг (72,9%) ва ҳимоячиларнинг тўпни эгаллаб олишидан кейин қарши ҳужумлар энг самарали бўлган - 73,5%. Тўпни ушлаб олишдан кейинги ҳужумлар рақиб учун кутилмаган бўлиб, тўпни тўсиб қўйган ҳимоячилар ҳужум қилаётган ўйинчилар олдида, ўз мақсадларига яқинроқ бўлишади.

Жамоаларнинг ўйин фаоллигини кузатиб, тезкор ҳужумларнинг умумий сони қайд этилди. Бу ушбу турдаги ҳужумларнинг нисбати ва уларнинг самарадорлиги нисбатларини аниқлашга имкон берди.

Тадқиқотлар жараёнидаги маълумотларимизни таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, тезкор ҳужум ўз таркибида оддий ўйин фаолияти эмас. Тезкор ҳужумдан фойдаланишнинг озгина қисми уни ташкил қилиш қийинлиги билан боғлиқ. Бунга сабаб шундаки, тўп рақиб ҳужумидан сўнг, кўпинча майдонни тарк этади, сўнгги чизиқдан ўтиб чиқиб кетаверади, ҳар доим ҳам дарвозабон ёки ҳужумни дарҳол ташкил эта оладиган гандболчилар қўлига тушмайди.

ХУЛОСА

Мусобақалар таҳлили шуни кўрсатадики, икки жамоанинг умумий тайёрлик даражаси тенг бўлганда, ғалаба ҳар доим тезкор ҳужум энг самарали ва кенг амалга оширилган ғалаба билан таъминланади. Тезкор ҳужумдан муваффақиятли фойдаланиш, шунингдек, спортчилардан юқори даражадаги махсус чидамлилик ва вақт ва маконда яхши йўналишни талаб қилади.

REFERENCES

1. http://usport.uz/uz/kinds/33
2. Игнатьева В. Я. Гандбол: учебник для высших учебных заведений. — М., Физическая культура, 2008. — 111 с.
3. Игнатьева, В. Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гандбол» В. Я. Игнатьева, В. И. Тхорев, А. Я. Овчинникова. — М.: Спорт, 2016. — 97 с.

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723
DOI: 10.24411/2181-1385-2021-00231

4. R.A.Qosimova, U.S.Do'sanov Qo'l to'pi (gandbol) va uni o'qitish uslubiyati uslubiy qo'llanma Samarqand-2011 12-26 b
5.Рузикулов, Б. Б. (2019). Морфо-функциональные показатели как критерии для прогнозирования перспективности футболистов с учетом возраста и игрового амплуа. Фан - спортга, (3), 57-62.
6. Рўзиқулов, Б. (2019). Узлуксиз таълим тизимида жисмоний тарбия ва спорт самарадорлигини ошириш. Муаллим ва узлуксиз таълим, (2), 145-149.
7. Рўзиқулов, Б. Б. (2020). Футболчиларнинг махсус чидамлилигини ривожлантиришнинг долзарб муаммолари. Academic Research in Educational Sciences, 1 (4), 260-265.
8. Рўзиқулов, Б. Б. (2020) Сравнительный анализ компонентного состава массы тела и функционального состояния футболистов различного игрового амплуа. Высшая школа: научные исследования. Материалы Межвузовского научного конгресса 2020, 111-117.
9. Рўзиқулов Б. Б.(2020) Физическое развитие и физическая работоспособность футболистов с учетом их игрового амплуа Актуальные вопросы науки и практики. Сборник научных трудов по материалам XXI Международной научно-практической конференции, 2020 года, г Анапа, 277-282.
10. И.Т Арислонов.(2021) Мини футболда чидамлиликни намоѐн этишнинг ўзига хос хусусиятлари Academic Research in Educational Sciences, 2 (1), 681-686.
11. И.Т. Арисланов (2020) Тактическая подготовка квалифицированных спортсменов по мини-футболу на основе специальных упражнений: состояние, проблемы и перспективы ее решения Фан - спортга, 2020 (2), 17-20.
12. Э. Қувватов (2021) Курашчиларнинг анаэробик ишланмасини баҳолаш Academic Research in Educational Sciences, 2 (1), 18-22.
13. Э. Қувватов (2020) Спорт педагогик маҳоратини ошириш машғулотларида мусобақа машқларини бажариш самарадолигини ОШИРИШ Фан - спортга, 2020 (6), 25-28.