



UDK: 796.015.82.842: 011.1: 322

Zafarjon YUSUPOV,

*O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Ganbol,
regbi nazariyasi va uslubiya kafedrasida mustaqil izlanuvchisi, (PhD)*
E-mail: Zafarjon1990@list.ru

JTSMQTMOI dotsenti, (PhD) B.Nematov taqrizi asosida

YUQORI MALAKALI GANDBOLCHILARNI TEXNIK-TAKTIK HARAKATLARINI NAZORAT QILISH USLUBIYOTI

Аннотация

Mazur maqolada yuqori malakali gandbolchilarning musobaqa faoliyatiga amplua bo'yicha saralash va tayyorlash tizimi, musobaqalarda o'yinchilarning sifat ko'rsatkichlarini aniqlash va maxsus testlar asosida texnik-taktik tayyorgarligini baholash hamda takomillashtirish vositalarini ishlab chiqish va amaliyotga tadbiq etish ishlari amalga oshirilgan.

Kalit so'zlar: Yuqori malakali gandbolchilar, musobaqa faoliyati, saralash, texnik-taktik tayyorgarligi, takomillashtirish.

МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГАНДБОЛИСТОВ

Аннотация

В данной статье освещаются работы по внедрению в практику по совершенствованию средств оценки технико-тактической подготовки высококвалифицированных гандболистов при помощи специальных тестов, а также определение качественных показателей игроков в процессе отбора по амплуа на соревнованиях.

Ключевые слова: Высококвалифицированные гандболисты, соревновательная деятельность, отбор, технико-тактическая подготовка, совершенствование.

METHODS OF CONTROL OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF HIGHLY QUALIFIED HANDBALL PLAYERS

Annotation

In this article, the system of selection and preparation of highly qualified handball players for competitive activities by role, determination of quality indicators of players in competitions and assessment of technical and tactical readiness based on special tests, development and implementation of improvement tools were carried out.

Key words: Highly qualified handball players, competitive activity, selection, technical and tactical training, improvement.

Tadqiqot nazariy ahamiyati va dolzarbligi.

Zamonaviy gandbol o'ta tezkorligi va katta g'ayrat talab qiluvchi sport o'yinlari turiga mansubdir. Yuqori texnik-taktik mahoratga sazovar bo'lishi uchun birinchi navbatda gandbolchilarning jismoniy sifatlari mukammal darajada rivojlangan bo'lishi kerak. [1]

Gandbol bo'yicha yaratilgan ilmiy metodik va maxsus adabiyotlarni tahlil qilganda shuni guvohi bo'ldikki hozirgi davrda gandbolchilarning musobaqalarga tayyorlash va ularni maxoratini oshirish xususida ko'p ilmiy ishlar qilingan.

Biroq musobaqalar davrida o'quv mashg'ulotlarini optimallashtirish muammosi chetda qolib ketgan. Barchamizga malumki sport o'yinlarida ayniqsa gandbolda musobaqalar davrida mashg'ulotlarni rejalashtirish va aniq bir dastur asosida o'tkazishning spetsifik ahamiyati bor. Gandbol bo'yicha musobaqalarni ko'p "tur"dan iborat bo'lishi o'yinchilarning har bir "tur"ga jismoniy va psixologik tayyorgarligi yuqori darajada bo'lishini taminlash uchun optimal dasturga ega bo'lishimiz shart. [2]

Musobaqalar davrida "tur"larning tig'izligi munosabati bilan o'yinchilarni har bir "tur"ga tayyorlash uchun ulardan yuqori darajada jismoniy tayyorgarlikni va texnik-taktik maxoratini rivojlantirish talab etiladi. [3]

Malakali gandbolchilarning musobaqa faoliyatiga jismoniy texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantirish, mashg'ulot jarayonini rejalashtirish va namunaviy ishchi dasturini ishlab chiqish hamda amaliyotga tadbiq yetish, bugungi kunda dolzarbligicha qolmoqda.

Tadqiqot maqsadi.

Yuqori malakali gandbolchilarning musobaqa faoliyatiga amplua bo'yicha faoliyatini nazorat qilish, musobaqalarda o'yinchilarning sifat ko'rsatkichlarini aniqlash va maxsus testlar asosida texnik-taktik tayyorgarligini baholash shuningdek, musobaqadagi ko'rsatkichlar orqali jamoalarning amplua bo'yicha samarali saralangani yoki samarasiz saralangani bo'yicha takliflar ishlab chiqish.

Tadqiqotning mavjvalari: Yuqorida qayd etilgan maqsadga erishish uchun quyidagi vazifalar asosida tadqiqot olib borildi.

1. Gandbolchilarning mashg'ulotlarda texnik-taktik harakatlarini rivojlantirish jarayonini o'rganib chiqish.

2. Mashg'ulot va musobaqa faoliyatini tahlili asosida gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini samaradorligini aniqlash.

3. Musobaqa natijalariga ko'ra jamoalarning amplua bo'yicha samarali saralanganligi bo'yicha takliflar va samarali saralash texnologiyasini ishlab chiqish.

Tadqiqot usullari:

1. Maxsus adabiyot va ilmiy metodik maqolalar hamda ilmiy ishlarning tahlili.

2. Pedagogik nazorat.

3. Gandbolchilarning texnik-taktik harakatlarining tahlili.

4. Jamolarga samarali saralash texnologiyasini ishlab chiqish.

Jamomalarga sportchilarni samarali saralashning tajribaviy texnologiyasi tuzilmasiga ko'ra, iqtidorli va

istiqbolli gandbolchilarni saralash texnologiyasi to'rtta asosiy komponentlarni (bosqichlarni) o'z ichiga oladi:

- 1) maqsad – model;
- 2) tashxis – diagnostika;
- 3) tahlil – analitika;
- 4) baholash va bashorat qilish (1-rasmga qarang).

Tahlil asosida o'yinchilarning hujumda amalga oshirilgan texnik-taktik harakatlari va ularning sherigiga to'pni aniq oshirish, raqibini chalg'itish, raqib darvozasi tomon yo'naltirilgan zarbalarni quyidagi belgilar bilan belgilanadi.

- (+A.Z) Aniq zarbalar;

- (+X.Z) Xato zarbalar;

Aniqlik kiritish uchun quyidagi sxemadan foydalanildi.

- (+O) – olis masofadan yo'naltirilgan aniq zarba;

- (+O') – o'rtadan yo'naltirilgan aniq zarba;

- (+Ya) – yaqindan yo'naltirilgan aniq zarba;

- (+A) – aylantirib yo'naltirilgan aniq zarba;

- (+Ch) – raqibni chalg'itib yo'naltirilgan zarba;

Jadval 1.

Nb	Texnik-taktik harakatlar	Chiziq o'yinchisi	Burchak o'yinchisi	Yarim o'yinchisi	o'rta	Markaz o'yinchisi
1	To'pni ilish	19,5±2,2 12,7±3,1	76,5±5,0 50,5±2,8	160,8±5,0 123,5±3,4		173,8±4,9 136,8±3,4
2	Sherigiga to'pni uzatish	10,3±1,6 6,3±1,6	71,7±3,0 36,8±1,7	148,5±3,4 116,3±2,4		163,8±3,4 127,0±4,2
3	Raqibni aldab o'tish	12,8±1,8 10,5±3,1	18,8±1,9 10,3±3,3	22,2±1,5 12,3±3,0		26,8±1,5 13,5±3,4
4	To'p otish	3,5±1,2 4,0±1,1	7,0±2,0 12,0±1,4	13,4±2,3 10,5±1,3		7,8±1,9 10,3±1,3
5	To'p otish nuqtasi	21,5±1,9 13,3±2,2	12,5±1,0 8,7±2,5	21,2±2,1 9,8±2,2		25,7±1,9 11,3±4,4
6	TTX umumiy ko'rsatkichi	48,2±2,8 34,0±2,8	110,0±3,5 98,7±2,5	27,3±3,2 24,2±2,7		36,8±2,4 32,6±2,1

Izoh: natijalar foiz xisobida qayd etilgan.

“SKIF” gandbol jamoasining texnik-taktik harakatlarini nazorati.

Jadval 2.

Nb	Texnik-taktik harakatlar	Chiziq o'yinchisi	Burchak o'yinchisi	Yarim o'yinchisi	o'rta	Markaz o'yinchisi
1	To'pni ilish	17,3±2,2 11,3±2,1	74,5±5,2 49,5±1,8	158,8±4,1 121,5±2,4		171,2±2,6 134,8±2,2
2	Sherigiga to'pni uzatish	9,1±1,3 5,1±1,9	69,7±2,4 35,8±1,2	146,1±2,4 114,3±2,1		160,9±2,9 126,1±2,2
3	Raqibni aldab o'tish	11,3±2,8 9,5±2,1	16,9±1,4 9,5±2,3	20,2±1,9 11,3±2,8		25,4±1,9 12,5±2,3
4	To'p otish	2,9±2,2 3,2±1,4	6,8±2,7 10,0±2,4	12,1±1,3 9,5±2,0		6,9±2,0 9,6±1,5
5	To'p otish nuqtasi	19,5±1,3 1,3±1,2	12,5±1,0 7,3±1,5	20,3±1,1 8,7±2,6		24,9±1,5 10,8±2,4
6	TTX umumiy ko'rsatkichi	46,2±1,8 33,2±1,8	102,3±2,5 96,7±1,3	25,9±2,2 23,0±1,7		34,9±1,3 32,9±2,7

Izoh: natijalar foiz xisobida qayd etilgan.

- (+Q.H) – qarshi hujumda yo'naltirilgan aniq zarba.

Yuqorida ko'rsatilgan belgilardan tashqari o'yin vaqtida sportchilar tomonidan amalga oshirilgan aniq va noaniq zarbalarni hisobga olish uchun quyidagi qo'shimcha belgilardan foydalandik.

TUG – tup uzatishdan keyin gol bo'lgan.

T – to'p darvoza ustuniga tegib qaytdi.

X – xato zarba.

D – darvozabon ushlab o'ldi.

UT – uzoq masofadan uzatilgan to'p darvoza to'siniga tegib qaytdi.

UD – uzoqdan yo'naltirilgan to'pni darvozabon qaytardi.

UB – uzoqdan yo'naltirilgan to'p blokka tegib qaytdi.

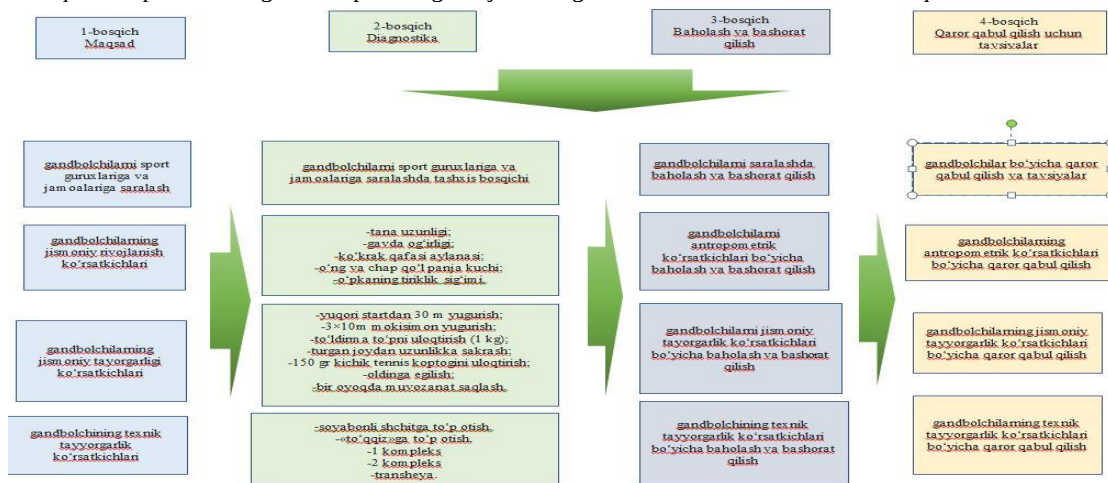
XK – to'pni qabul qilganda xatolikka yo'l qo'yildi.

TYU – to'p bilan yugurganda xatoga yo'l qo'ydi.

Shular asosida olingan natijalar 1-2-jadvallarda aks ettirildi.

“Xorazm” gandbol jamoasining texnik-taktik harakatlarini nazorati.

1-rasmda Iqtidorli sportchilarni gandbol sport turiga va jamoalarga samarali saralash uchun to'rt bosqichli saralash texnologiyasi



Xulosa. Yuqoridagi jadvallardan ko'rinib turibdiki SKIF jamoasining tahlil natijalariga ko'ra tayyorgarlik darajasi Xorazm jamoasiniqiga qaraganda anchagina farq qiladi.

O'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra SKIF jamoa o'yinchilari amplua bo'yicha samarali saralanmagani hamda xorazim jamoasining amplua bo'yicha saralash jarayoni SKIF jamoasiga nisbatan maqsadli amalga oshirilgani aniqlandi.

Gandbol jamoalarini boshlang'ich va musobaqa oldi saralash jarayonlarini maqsadli bajarish uchun ishlab chiqilgan saralash texnologiyasi orqali amalga oshirish tavsiya beriladi.

Ishlab chiqilgan saralash texnologiyasi (1-rasimga qarang) jamoalrni musobaqalarga maqsadli tayyorgarlik ko'rish va musobaqlarda ishtirokini ta'minlaydi.

Xorazm jamoasining tahlil natijalari: o'yinda to'pni sherigiga uzatishni yarim o'rta o'yinchilar bajardilar 160±5,1.

Markaz o'yinchilarning to'p uzatishi – chiziqdagi hujumchi 19,5±2,2 va yon tomondagi hujumchilar 76,5±3,8.

Shuni ta'kidlash kerakki o'yin natijasi aksariyat musobaqalarda hujumchilarning o'yiniga bog'liq. Shu o'rinda hujumchi tomonidan raqibni chalg'itib o'tish yoki zarba berish harakatlari katta ahamiyatga ega. Bir o'yinda bu harakatlarning soni 20,1±1,8 ni tashkil etdi. Birinchi o'rinda markaziy hujumchi 26,8±1,5, ikkinchi o'rinda yarim himoyachi 22,2±1,5 turadi.

Hujumchilarning o'yinda to'psiz harakatlari eng asosiy ko'rsatkich hisoblanadi. Agar hujumchi o'yinda 60 daqiqa qatnasha, shundan 3,5-43 daqiqa to'p bilan o'zi harakat qiladi, qolgan daqiqlarda bu faqat zarba berish uchun fursatni va nuqtani izlaydi. Tahlilga ko'ra hujumchi uchun qulay sharoit bir o'yinda 81,2±3,4 ni tashkil etdi. Shu o'rinda markaziy hujumchilar 32,6±1,3% yon tomon hujumchilari 28,3±1,4%.

Tahlil jarayonida o'yinchilar xatosi quyidagicha bo'ldi: xato zarbalar 40,2±2,1%, darvozabon qayyargan zarbalar 17,8±0,5%, to'pni to'siqqa tegib qaytishi 16,4±0,3%, darvoza yonidan o'tib ketishi 13,4±0,3% ni tashkil etadi.

ADABIYOTLAR

1. Pavlov Sh.K, Abdurahmonov F.A, Akromov J.A, Gandbol :JTI uchun darslik, 2005 y. – 80 b.
2. Алешин И.Н., Рыбаков В.В. Моделирование годичной подготовки в командных игровых видах спорта //Теория и практика физической культуры. - М., 2007. – 95 с.
3. Achilov A.M., Akramov J.A. Goncharova O.V. Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash. O'quv qo'llanma. - T.: O'zDJTI, 2009. – 88 b.
4. Балсевич В.К. Спортивный венсор физического воспитания в российской школе. - Москва. НИЦ, 2006. – 99 с.
5. Безверхов П.В. Библиотека тренера. - Т.: ITA-PRESS, 2014. – 102 с.