

KURASHCHILAR MUSOBAQA FAOLIYATINI TASHKIL ETISH QOIDALARI

Mazkur maqolada kurashchilar musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari tadqiq etilgan. Musobaqa faoliyatida hujum, himoya va qarshi hujum harakatlarining miqdor ko'rsatkichlari va ogohlantirishlar tahlil etilgan. Vazn toifalari va jins bo'yicha musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari aniqlangan.

Kalit so'zlar: kurashchilar tayyorlash tizimi, kurash, musobaqa faoliyati, madqiqot jarayonida bellashuvlar, miqdor ko'rsatkich, ogohlantirish, tahlil, terma jamoa.

В статье изучены показатели соревновательной деятельности борцов. Анализированы предупреждения и количественные показатели атаки, защиты и контратаки в соревновательной деятельности. Выявлены показатели соревновательной деятельности по весовой и половой категориям.

Ключевое слово: система подготовки борьбы, борьба, соревновательная деятельность, соревнования в исследовательском процессе, количественные показатели, предупреждение, анализ, сборная команда.

In this article are studied indicators of struggle activity of kurash athletes. Rate indicators of attack, defense and counter attack and penalties in combat activity are analyzed. Struggle indicators by the weight and sex categories are identified.

Key words: wrestling training system, wrestling, competition activities, competitions in the research process, quantitative indicators, warning, analysis, national team.

Kirish. Mamlakatimizda kurashchilar tayyorlash tizimi o'ziga xos rivojlangan bo'lib, mutaqqillikning qo'lga kiritilishi natijasida kurash bo'yicha terma jamoamiz vakillari salmoqli natijalarni qo'lga kiritib kelmoqda. Bu kabi yuqori natijalarning qo'lga kiritilishida murabbiylar va mutaxassislarning xizmati beqiyos, albatta. Mazkur yo'nalishda kadrlar tayyorlash masalasi alohida ahamiyat kasb etib, o'ziga xos yondashuv va talablarga asoslanishi kerak.

Asosiy qism. Kurashchilar musobaqa faoliyatini tahlil qilish sportchi imkoniyatlari va uning kelgusi sport faoliyatini rejalashtirishda katta ahamiyatga ega. Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni har tomonlama rivojlantirish va ommalashtirish bo'yicha tizimli ishlar amalga oshirilmoqda.

Mazkur masala shunisi bilan ham ahamiyatliki, hakamlik qoidalarining o'zgarishi [5, 128] va sportchilar tayyorlashning takomillashuvi [4, 114] musobaqa faoliyatini muntazam tadqiq etish zaruratini ko'rsatadi. Yuqorida ko'rsatilgan sabablar tufayli ham musobaqa faoliyatini tahlil etish masalasi o'z dolzarbligini yo'qotmaydi.

O'zbekistonda mustaqillik yillarida kurashchilar tayyorlash borasida yetarlicha tajriba to'plandi. Jahon Chempionatlari, Osiyo O'yinlari, shuningdek, boshqa nufuzli musobaqalarda o'zbek kurash maktabi vakillari yuqori natijalar qayd etib kelishmoqda. Ammo shuni ta'kidlash kerakki, xalqaro maydonda barqaror natijalar qayd etish bugungi kunda muhim va o'ta murakkab masala hisoblanadi. Ushbu vazifani amalga oshirishda mashg'ulotlar tizimini muntazam takomillashtirish yetakchi sportchilar bellashuv faoliyatini modellashtirish va boshqa muhim omillarga ahamiyat qaratish zarur. Shu bilan birga, musobaqa faoliyati ko'rsatkichlarini tahlil qilish ham tayyorgarlikning kelgusi istiqbollarini belgilashda amaliy ahamiyatga ega.

Yuqorida bildirilgan fikr va mulohazalar shuni anglatadiki, musobaqa faoliyatini tahlil qilish asosida sportchi imkoniyatlari doirasini aniqlash va tayyorgarlikning muayyan yo'nalishini belgilash mumkin. Shu sababdan **kurashchilar musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari tahlil etish**

maqola maqsadi sifatida belgilangan.

Muhokamalar va natijalar. Musobaqa faoliyatini tekshirish va tahlil qilishda bellashuvlar qayta kuzatildi (www.ika.uz). Musobaqa faoliyatining miqdor ko'rsatkichlari hisoblandi. Kurashchilar tomonidan bajarilgan texnik harakatlarning samaradorlik ko'rsatkichlari hisobga olinmadi. Hujum, himoya va qarshi hujum harakatlariga ajratilib o'rganildi. Shuningdek, bellashuvdagi ogohlantirishlar ham hisoblab borildi (1-2-jadvallar).

1-jadval. Kurashchilar musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari (erkaklar, n=6)

№	Vazn toifasi	Jami texnik harakatlar			Ogohlantirish	Bellashuv soni	Bellashuv vaqti
		Hujum	Himoya	Qarshi hujum			
1	-60 kg	10	5	2	1	2	06:17
2	-66 kg	24	11	3	1	2	10:40
3	-73 kg	5	4	-	3	2	06:38
4	-81 kg		-	-	-	-	-
5	-90 kg	10	5	1	2	1	06:14
6	-100 kg	9	8	3	4	3	07:46
7	+100 kg	16	16	3	3	6	14:28
Jami		74	49	12	14	16	1 soat, 6 daqiqa, 31 soniya
		12,33±6,12	8,16±4,21	2,4±0,8	2,33±1,10	-	-

2-jadval. Kurashchilar musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari (ayollar, n=6)

№	Vazn toifasi	Jami texnik harakatlar			Ogohlantirish	Bellashuv soni	Bellashuv vaqti
		Hujum	Himoya	Qarshi hujum			
1	-48 kg	7	16	-	2	2	08:20
2	-52 kg	1	1	-	1	1	01:54
3	-57 kg	4	4	-	-	1	02:19
4	-63 kg	-	-	-	-	-	-
5	-70 kg	4	9	-	1	1	04:00
6	-70 kg	1	3	-	2	1	02:13
7	-78 kg	-	2	-	-	1	01:14
8	87 kg	-	-	-	-	1	-
9	+87 kg	-	-	-	-	1	-
Jami		17	35	-	6	7	20:00 daqiqa
X±m		3,4±2,24	5,83±5,20	-	1,5±1,0	-	-

Yuqoridagi 1-va 2-jadvallardagi ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki bellashuv soni va vaqtining ortib borishi bevosita texnik harakatlar nisbatiga ham ta'sir etadi. Tahlillar natijasida shu narsa aniqlandiki, erkaklar va ayollarda musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari farqlanadi.

Hujum harakatlarining o'rtacha ko'rsatkichi erkaklarda 12,33±6,12ni tashkil etgan bo'lsa, ayollarda mazkur ko'rsatkich 3,4±2,24dan iboratligi aniqlandi. Hujum harakatlari bo'yicha erkaklar ayollarga nisbatan sezilarli faollik ko'rsatishgan.

Himoyalani borasida ham muayyan farq kuzatildi. Ushbu ko'rsatkich bo'yicha erkaklar 8,16±4,21, ayollar esa 5,83±5,20 natija qayd etdi.

Qarshi hujum ko'rsatkichi bo'yicha erkaklarda 2,4±0,8 natija qayd etildi. Ayollar esa musobaqa faoliyatida mazkur jihatdan hech qanday natija qayd etmadi.

Bellashuv jarayonidagi faollik raqib imkoniyatlari va tayyorgarlik darajasiga ham bog'liq, albatta. Mazkur jihatdan qaralganda bellashuvning yuqori tempda o'tishi teng nisbatda sportchi va uning raqibiga aloqador. Jami amalga oshirilgan texnik harakatlar har uchta ko'rsatkich bo'yicha erkaklarda yuqori ekanligini ta'kidlash kerak. Bizning fikrimizcha, mazkur holatning yuzaga

kelishini bellashuvlar soni bilan izohlash kerak. Sportchi qanchalik ko'p bellashuv o'tkazsa, tegishli ravishda musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari ham ortib boradi. Kuzatishlar va musobaqa bayonnomalarini o'rganish sportchilar jami 23ta bellashuv (100%) o'tkazganligini ko'rsatdi. Mos ravishda erkaklar 16ta (69,57%), ayollar esa 7ta (30,43%) uchrashuv o'tkazgan. Uchrashuvlar sonining ayollar va erkaklardagi nisbati musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari farqlanishiga olib keladi.

Tadqiqot jarayonida biz tomonimizdan jami olingan ogohlantirishlar va ularning sabablari ham o'rganildi. Hakamlar tomonidan jami 20ta ogohlantirish (tanbeh, dakki va g'irrom) berilgan. Ogohlantirishlar erkaklarda 14ta ($2,33 \pm 1,10$) va ayollarda 6 tadan ($1,5 \pm 1,0$) iborat. Ogohlantirishlarning aksariyat qismi nafaol harakat (7, 35%), yolg'on hujum (5, 25%) va bir tomonlama ushlar (4, 20%) uchun berilgan. Qolgan ogohlantirishlar noto'g'ri usul qo'llash, tatamidan chiqib ketish, himoya holatida turish va ushlar holatidagi xatolar uchun (1, 5%dan) berilgan.

Musobaqa faoliyatidagi ogohlantirishlar to'g'risida fikr bildirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ogohlantirishlarning u yoki bu darajada bo'lishi sportchi jismoniy va taktik tayyorgarligiga ham bog'liq, albatta. Bizning fikrimizcha, sportchi g'alabaga erishish uchun muayyan yo'l tanlaydi. U musobaqada yutuqqa erishishning taktik usullarini tanlagan holatda ogohlantirishlar soni ortishi kuzatiladi va sportchi 1- va 2- ogohlantirishlarning berilishidan cho'chimaydi.

Ikkinchi holatda shuni aytish kerakki, agar kurashchining imkoniyatlari raqib imkoniyatlaridan past bo'lganda u himoyalani, raqib hujumidan va bosimidan chiqib ketishga harakat qiladi va tabiiyki tatamidan chiqib ketadi yoki himoya holatiga o'tadi. O'z navbatida qoidalariga asosan sportchi bunday holda ogohlantirish oladi. Bugungi kunda kurashchilar tayyorlash amaliyoti va nazariyasi yuqori darajaga ko'tarildi. Musobaqalarda sportchilar tomonidan qo'llaniladigan xilma-xil usullar bunga misol bo'ladi. Usullarning mohirona bajarilishi zahirida chuqur va har tomonlama ilmiy tadqiq etilgan musobaqa faoliyati shart-sharoitlari mavjud.

Kurash bo'yicha o'tkazilayotgan yirik tadqiqotlar va yetakchi mutaxassislar ilmiy ishlari shuni ko'rsatadiki, musobaqa faoliyatini tahlil etish sportchi tayyorgarligini tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Aksariyat tajribali mutaxassislar o'z shogirdlarining va ularning raqiblari musobaqa faoliyatini tahlil qilish asosida tayyorgarlik jarayonlarini rejalashtirishlari ham bejiz emas, albatta.

Xulosa. Kurashchilar tayyorlash tizimining zamonaviy masalalaridan biri - bu sportchi haqida ma'lumot olish, tahlil qilish va tayyorgarlik jarayonida qo'llashdan iborat. Sportchining muayyan ko'rsatkichlari uning tayyorgarlik holatini xarakterlaydi. Xususan, kurashda musobaqa faoliyati ko'rsatkichlari sport formasi darajasi aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Musobaqa faoliyatini tadqiq etish yana shuni bilan ahamiyatliki, tahlil natijalari butun bir musobaqa to'g'risida qimmatli ma'lumotlar olish imkonini beradi. Chempion, sovrindor va autsayderlar uchun xos bo'lgan xususiy jihatlar aniqlanishi, shuningdek, musobaqa faoliyatining optimal modeli ishlab chiqilishi mumkin. Kurashchilar musobaqa faoliyatini tadqiq etish yuzasidan olib borilgan tajriba xulosalari va natijalari muallif fikrlari bilan bir nuqtada tutashadi. Kurash rivojlanishining har bir davrida hakamlar qoidalariga hamohang tarzda kurashchilar musobaqa faoliyati o'zgarib bormoqda. Ushbu omil musobaqa faoliyatini har tomonlama tadqiq etish zaruratini ko'rsatadi.

Adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 3-noyabrda "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish choratadbirlari to'g'risida"gi PQ-4877 – sonli Qarori.
2. Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. –Toshkent, 2017-yil.
3. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. –Toshkent, 2017-yil.
4. Tastanov N.A. Kurash turlari nazariyasi va uslubi. –Toshkent, 2015-yil. -142 b.
5. Abdurazzoqov X.A., Odilov F.R. Kurash. –Toshkent, 2017-yil. -128 b.