# TAKOMILLASHUV BOSQICHIDAGI ERKIN KURASHCHILARNING TEXNIK-TAKTIK HARAKATLARINI NAZORAT QILISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

**Dehqonov Abdulaziz Ilhomjon o‘g‘li**
**FarDU, jismoniy madaniyat va sport faoliyati fakulteti, yakkakurash sport turlari nazaryasi va uslubiyoti kafedrasi o‘qituvchisi, dotsent**

**Annotatsiya.** Mazkur tezisda takomillashuv bosqichidagi erkin kurashchilarning texnik-taktik harakatlarini nazorat qilishning nazariy va amaliy jihatlari yoritilgan. Sportchilarning texnik usullarni bajarish sifati, taktik qarorlar qabul qilishi, harakatlarning samaradorligi hamda musobaqa faoliyatidagi o‘zgarishlarni baholash mezonlari tahlil qilingan. Shuningdek, nazorat jarayonini mashg‘ulotlar tizimiga izchil joriy etish orqali sportchilarning individual imkoniyatlarini aniqlash va sport mahoratini oshirishga yo‘naltirilgan metodik yondashuvlar asoslangan.

**Kalit so‘zlar:** erkin kurash, takomillashuv bosqichi, texnik-taktik tayyorgarlik, pedagogik nazorat, sport mahorati, musobaqa faoliyati, baholash mezonlari.

**Kirish.** Zamonaviy erkin kurashda yuqori sport natijalariga erishish sportchining jismoniy tayyorgarligi bilan bir qatorda texnik-taktik harakatlarni samarali bajarish qobiliyatiga ham bog‘liq. Takomillashuv bosqichida kurashchilarning texnik arsenalini kengaytirish, mavjud usullarni takomillashtirish, raqib harakatlarini tahlil qilish va musobaqa vaziyatlariga mos qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli mashg‘ulot jarayonida texnik-taktik harakatlarni muntazam nazorat qilish sport tayyorgarligini boshqarishning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Texnik-taktik harakatlarni nazorat qilish sportchining usullarni to‘g‘ri, tezkor va samarali bajarishini aniqlash, taktik rejaning amalga oshirilishini baholash hamda aniqlangan kamchiliklarni bartaraf etishga xizmat qiladi. Bunda nazorat faqat bajarilgan usullar sonini hisoblash bilan cheklanmasdan, ularning natijadorligi, bajarilish sharoiti va raqib qarshiligiga mosligini ham qamrab olishi lozim.

**Tadqiqotning maqsadi** takomillashuv bosqichidagi erkin kurashchilarning texnik-taktik harakatlarini nazorat qilish mezonlarini tizimlashtirish va mashg‘ulot jarayonida ulardan foydalanish bo‘yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Metodlar. Tadqiqot mavzusini yoritishda ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, pedagogik kuzatish, taqqoslash, texnik-taktik harakatlarni tasniflash va natijalarni tizimli tahlil qilish metodlaridan foydalanish nazarda tutiladi. Nazorat jarayonida sportchining texnik usullarni bajarish aniqligi, harakatlarning o‘z vaqtida amalga oshirilishi, hujum va himoya harakatlarining o‘zaro muvofiqligi, taktik vaziyatni baholash hamda musobaqa sharoitida qaror qabul qilish xususiyatlariga e’tibor qaratiladi. Ko‘rsatkichlarni baholashda mashg‘ulot va musobaqa faoliyati natijalarini o‘zaro taqqoslash muhim hisoblanadi.

**Natijalar.** Nazariy-metodik tahlil texnik-taktik nazoratni bir-biri bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan bir nechta yo‘nalish asosida tashkil etish maqsadga muvofiqligini ko‘rsatadi. Birinchi yo‘nalish texnik tayyorgarlikni baholash bo‘lib, unda usulning to‘g‘ri bajarilishi, harakatlar ketma-ketligi, muvozanatni saqlash va usulni yakunlash sifati hisobga olinadi. Ikkinchi yo‘nalish taktik tayyorgarlikni baholashni qamrab olib, raqibning harakatlariga moslashish, qulay vaziyatni aniqlash, hujumni tashkil etish va himoyadan qarshi hujumga o‘tish qobiliyatini o‘z ichiga oladi.

Uchinchi yo‘nalish natijadorlikni baholashga qaratiladi. Bunda bajarilgan hujumlar soni bilan birga ularning muvaffaqiyatli yakunlanishi, samarasiz urinishlar sabablari va texnik xatolar tahlil qilinadi. To‘rtinchi yo‘nalish sportchining individual xususiyatlarini hisobga olishdan iborat. Jumladan, harakat tezligi, koordinatsion imkoniyatlari, tajribasi va musobaqa sharoitida namoyon bo‘ladigan taktik xususiyatlari nazorat natijalarini talqin qilishda e’tiborga olinishi lozim. Mazkur mezonlarni yagona nazorat tizimida qo‘llash sportchining tayyorgarlik holatini batafsil baholash,

kamchiliklarni aniqlash va keyingi mashg‘ulot vazifalarini belgilash imkonini beradi. Bunda nazorat natijalari muntazam qayd etilishi va oldingi ko‘rsatkichlar bilan taqqoslanishi zarur.

**Muhokama.** Texnik-taktik harakatlarni nazorat qilish samaradorligi baholash mezonlarining aniqligi, kuzatishning muntazamligi va olingan ma’lumotlardan mashg‘ulot jarayonida foydalanishga bog‘liq. Faqat umumiy natijalarni qayd etish sportchining qaysi texnik usullarda qiynalayotganini yoki taktik qarorlarni qabul qilishda qanday kamchiliklarga yo‘l qo‘yayotganini to‘liq ochib bermaydi. Shu bois murabbiy nazorat natijalarini sifat va miqdor ko‘rsatkichlari asosida tahlil qilishi, sportchining individual imkoniyatlariga mos tuzatishlar kiritishi lozim. Video tahlil, nazorat bellashuvlari va maxsus mashqlar natijalarini qayd etish texnik-taktik faoliyatni baholash imkoniyatlarini kengaytiradi. Biroq ushbu vositalardan foydalanishda baholash mezonlarining bir xilligi va natijalarning ishonchliligiga e’tibor qaratish zarur. Nazorat sportchiga faqat kamchiliklarni ko‘rsatish vositasi sifatida emas, balki o‘z faoliyatini anglash va takomillashtirishga yordam beradigan pedagogik jarayon sifatida tashkil etilishi kerak.

**Xulosa.** Takomillashuv bosqichidagi erkin kurashchilarning texnik-taktik harakatlarini samarali nazorat qilish uchun texnik aniqlik, taktik maqsadga muvofiqlik, harakatlar natijadorligi va individual xususiyatlarni qamrab oluvchi kompleks baholash tizimidan foydalanish maqsadga muvofiq. Nazorat natijalarini muntazam tahlil qilish mashg‘ulot mazmunini takomillashtirish, xatolarni o‘z vaqtida bartaraf etish va sportchilarning musobaqa faoliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi.

**Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Bompa, T. O., Buzzichelli, C. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.

2. Platonov, V. N. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpicheskom sporte. Obshchaya teoriya i yeye prakticheskiye prilozheniya*. Kiyev: Olimpiyskaya literatura.

3. Sport mashg‘ulotlari nazariyasi va metodikasiga oid ilmiy-uslubiy adabiyotlar.