BOKS MASHG‘ULOTLARIDA TEXNIK HARAKATLARNI O‘RGATISHDA MEZONLI BAHOLASHNING METODIK ASOSLARI

Majidov Ruslan Rustam o’g’li
FarDu Yakkakursh sport turlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi katta o’qituvchisi
ruslanmajidov5732@gmail.com

Annotatsiya. Tezisda boks texnikasini o‘rgatishda mezonli baholashning metodik asoslari tahlil qilinadi. Oldingi qo‘l bilan to‘g‘ri zarbani o‘rgatish uchun kuzatuv mezonlari va tuzatuvchi ko‘rsatmalar taklif etiladi. Ish nazariy-metodik xususiyatga ega; taklifning samaradorligi tajribada tekshirilmagan.

Kalit so‘zlar: boks, texnik tayyorgarlik, mezonli baholash, shakllantiruvchi baholash, pedagogik kuzatuv.

Dolzarblik. AIBA murabbiylar qo‘llanmasida texnik tayyorgarlikni baholashda turish holati, qo‘l-oyoq harakatlari, himoya va zarbadan keyingi qaytishga e’tibor berish tavsiya etiladi [1, 83-b.]. Ushbu talablarni o‘quv topshirig‘i bilan bog‘lash uchun «qaysi element bajarildi va nimani tuzatish kerak?» degan savollarga javob beradigan kuzatuv tartibi zarur. Mazkur ishda mezonli baholash sportchini boshqalarga qiyoslash emas, uning harakatini oldindan tushuntirilgan texnik talablarga solishtirish sifatida qo‘llanadi.

Maqsad. Boshlang‘ich tayyorgarlikda oldingi qo‘l bilan to‘g‘ri zarbani o‘rgatish uchun kuzatiladigan mezonlar hamda baholashni tuzatuvchi topshiriqqa bog‘lash tartibini ishlab chiqish.

Metodlar. Boksga oid metodik qo‘llanma, shakllantiruvchi baholash, zarbani o‘lchash, qayta aloqa va kuzatuv ishonchliligi haqidagi besh manba maqsadli tahlil qilindi. Bu tizimli sharh emas. Pedagogik modellashtirish orqali kuzatuv varaqasi loyihalandi; ishtirokchilar jalb etilmadi, tajriba va statistik hisoblashlar o‘tkazilmadi.

Ilmiy-metodik tahlil natijalari

D. R. Sadler shakllantiruvchi baholashda ta’lim oluvchi sifatli bajarishni tushunishi, o‘z ishini namuna bilan taqqoslashi va tuzatish usullarini bilishini ta’kidlaydi [2]. Shu asosda mezonni tushuntirish, bajarishni kuzatish va tuzatuvchi ko‘rsatma berish ketma-ketligi taklif etiladi.

M. S. Smith va hammualliflar zarba kuchini uch o‘qli tizimda o‘lchagan [3]. Chen va hammualliflarda boks qopi tezlanishining ortishi boshlovchilarda gavda aylanish tezligi yaxshilanishi bilan birga kuzatilmagan [4]. Demak, zarba natijasi texnik belgilarni to‘liq ifodalamaydi; jadvalda ular alohida kuzatiladi.

1-jadval. Oldingi qo‘l bilan to‘g‘ri zarbani baholash mezonlari loyihasi

Mezon	Kuzatiladigan belgi	Tuzatuvchi ko‘rsatma
Boshlang‘ich holat	Tayanch holati saqlangan, tizzalar biroz bukilgan.	Zarbagacha turish holatini tiklang.
Himoya	Iyak ko‘tarilmaydi; zarba bermayotgan qo‘l himoyada.	Iyakni tushiring, orqa qo‘lni himoyada saqlang.
Zarba yo‘nalishi	Oldingi qo‘l belgilangan nishon tomon to‘g‘ri uzatiladi.	Qo‘lni belgilangan yo‘nalishda uzating.
Muvozanat	Muvozanatni tiklash uchun qo‘shimcha qadam tashlanmaydi.	Harakatni sekinlashtirib, tayanchni saqlang.
Qaytish	Qo‘l zarba yo‘li bo‘ylab himoya holatiga qaytadi.	Qo‘lni pastga tushirmay, himoyaga qaytaring.

Izoh: texnik belgilar AIBA tavsiflariga tayangan [1, 34, 40–42, 83-b.]; ularni guruhlash va kuzatuv varaqasiga aylantirish — muallifning metodik taklifi. Jadval tasdiqlangan test yoki musobaqa hakamligi mezoni emas.

Qo‘llash tartibi va tekshirish shartlari. Taklif joyida turib, oldingi qo‘l bilan to‘g‘ri zarbani kontaktsiz bajarishga mo‘ljallangan. Bu AIBAning avval joyida, keyin qadam bilan o‘rgatish ketma-ketligiga mos [1, 40-b.]. Turish holati, nishon yo‘nalishi va sur’at oldindan belgilanadi; sparring baholanmaydi. Murabbiy namuna va mezonlarni tushuntiradi. Har bir urinishda har bir mezon «bajarildi», «bajarilmadi», «kuzatib bo‘lmadi» tarzida qayd etiladi. Oxirgisi xato hisoblanmaydi: kuzatish sharoiti yaxshilanib, urinish takrorlanadi. Mezonlar umumiy mahorat baliga yig‘ilmaydi.

Bokschi o‘z bajarishini izohlaydi; murabbiy bitta ustuvor tuzatishni tanlaydi. Qo‘l pastga tushib qaytsa, masalan, himoyaga qaytish yo‘li tuzatiladi. Xavf tug‘ilsa, mashq to‘xtatiladi. Keyingi mashg‘ulotda topshiriq ko‘rsatmasiz takrorlanadi. Bir urinishdagi yaxshilanish uzoq muddatli o‘zlashtirish isboti hisoblanmaydi.

K.A.Hallgren kuzatuv baholarida baholovchilararo moslikni tekshirish va statistik usulni ma’lumot turiga mos tanlash zarurligini ko‘rsatadi [5]. Taklifni tekshirishda mezonlar mutaxassislar bilan aniqlashtirilib, bir xil urinishlar ikki murabbiy tomonidan mustaqil baholanishi kerak. Videoyozuvda ishtirokchi roziligi olinib, kuzatish rakursi bir xil saqlanadi. Chen va hammualliflar ishida qayta aloqasiz alohida nazorat guruhi bo‘lmagan; uzoq muddatli saqlanish keyingi tadqiqot vazifasi sifatida ko‘rsatilgan [4]. Shu bois bu natijalar taklif etilgan varaqaning samaradorligiga dalil emas. Loyihani alohida pedagogik tajribada tekshirish zarur.

Xulosa. Tahlil asosida texnik belgi, kuzatuv qaydi va tuzatuvchi ko‘rsatmani bog‘lovchi metodik loyiha ishlab chiqildi. U murabbiy va ta’lim oluvchiga baholash mazmunini aniqlashtirishga qaratilgan. Uning foydaliligi, baholovchilararo mosligi va o‘zlashtirishga ta’siri tajribada tekshirilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. AIBA Coach Manual [Elektron resurs] / AIBA Coaches Commission. – [S. l.] : International Boxing Association, 2011. – 276 p. – URL: https://www.iba.sport/wp-content/uploads/2019/01/AIBA-Coach-Regulations-Manual_WEB_2019_01-1.pdf (murojaat sanasi: 15.10.2026).

2. Sadler, D. R. Formative assessment and the design of instructional systems / D. R. Sadler // Instructional Science. – 1989. – Vol. 18, № 2. – P. 119–144. – DOI: 10.1007/BF00117714.

3. Development of a boxing dynamometer and its punch force discrimination efficacy / M. S. Smith, R. J. Dyson, T. Hale, L. Janaway // Journal of Sports Sciences. – 2000. – Vol. 18, № 6. – P. 445–450. – DOI: 10.1080/02640410050074377.