AYOL GANDBOLCHILARNING TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGINI BAHOLASH MEZONLARINI ISHLAB CHIQISH.

Farg‘ona davlat universiteti Jismoniy ma’daniyat va sport faoliyati fakulteti
“Sport o‘yinlari nazariyasi va uslubiyati” kafedrasi o‘qituvchisi,
Nizomov Akmaljon Akramjon o‘g‘li
Tel: 33-346-19-95
E-mail: nizomovakmaljon1995@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlarini ishlab chiqishning ilmiy-uslubiy asoslari yoritilgan. Gandbolchilarning texnik mahorati va taktik harakatlarini baholashda to‘pni uzatish va qabul qilish aniqligi, darvozaga zarba berish samaradorligi, to‘pni olib yurish, aldab o‘tish, himoyaviy harakatlar, tezkor qarshi hujumlarni tashkil etish hamda jamoaviy hamkorlik kabi ko‘rsatkichlarga alohida e’tibor qaratilgan. Shuningdek, texnik-taktik tayyorgarlikni baholashda harakatlarning aniqligi, bajarilish tezligi, samaradorligi, barqarorligi va o‘yin vaziyatiga mosligi kabi mezonlardan foydalanish masalalari ko‘rib chiqilgan. Ayol gandbolchilarning o‘yin pozitsiyasi, sport mahorati va musobaqa faoliyati xususiyatlarini hisobga olgan holda baholash mezonlarini takomillashtirish imkoniyatlari asoslab berilgan. Mazkur yondashuv murabbiylarga sportchilarning individual tayyorgarlik darajasini aniqlash, mavjud kamchiliklarni belgilash va mashg‘ulot jarayonini takomillashtirishga yordam beradi.

Kalit so‘zlar: ayol gandbolchilar, gandbol, texnik tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, baholash mezonlari, texnik-taktik mahorat, o‘yin samaradorligi, musobaqa faoliyati, jismoniy tayyorgarlik, mashg‘ulot jarayoni.

Kirish. Zamonaviy gandbolda yuqori sport natijalariga erishish ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasiga bevosita bog‘liq. O‘yin jarayonida to‘pni uzatish va qabul qilish, darvozaga zarba berish, aldab o‘tish, himoyaviy harakatlarni bajarish hamda taktik vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli sportchilarning texnik-taktik tayyorgarligini obyektiv baholash mezonlarini ishlab chiqish sport mashg‘ulotlari samaradorligini oshirishning dolzarb yo‘nalishlaridan biridir.

Ayol gandbolchilarning tayyorgarligini baholashda harakatlarning aniqligi, bajarilish tezligi, samaradorligi, barqarorligi va o‘yin vaziyatiga mosligi asosiy mezonlar sifatida qaraladi. Shuningdek, sportchilarning o‘yin pozitsiyasi, individual imkoniyatlari va jamoaviy hamkorligi ham hisobga olinishi lozim. Aniq baholash mezonlaridan foydalanish mavjud kamchiliklarni aniqlash, mashg‘ulot jarayonini individuallashtirish va musobaqa faoliyatini takomillashtirish imkonini beradi.

Tadqiqotning maqsadi — ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlarini ishlab chiqish va ularni mashg‘ulot amaliyotida qo‘llash imkoniyatlarini asoslashdan iborat. Tadqiqot natijalari sportchilarning tayyorgarlik darajasini tizimli nazorat qilish hamda ularning texnik-taktik mahoratini rivojlantirishga xizmat qilishi mumkin.

Adabiyotlar sharhi

Gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantirish va baholash masalalari mahalliy hamda xorijiy olimlarning ilmiy tadqiqotlarida muhim o‘rin egallaydi. Sh.K. Pavlov, O.X. Abdalimov va R.I. Isroilovning gandbol bo‘yicha ilmiy-uslubiy ishlari sportchilarning texnik mahoratini shakllantirish, jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish va o‘yin faoliyatini takomillashtirish masalalarini o‘rganishda ahamiyatlidir. Ushbu yo‘nalishdagi tadqiqotlar mashg‘ulot jarayonini sportchilarning individual xususiyatlariga mos tashkil etish zarurligini ko‘rsatadi.

Karcher va Buchheit (2014) elita gandbolchilarning musobaqa faoliyatini tahlil qilib, o‘yin pozitsiyalariga qarab jismoniy va harakat talablarida farqlar mavjudligini yoritgan. Matthys va hammualliflar (2013) yosh gandbolchilarning antropometrik ko‘rsatkichlari, biologik yetilishi va jismoniy natijalarini o‘rganib, o‘yin pozitsiyasini hisobga olish muhimligini ta’kidlagan. Mazkur tadqiqotlar texnik-taktik ko‘rsatkichlarni baholashda sportchilarning pozitsion vazifalarini e’tiborga olish zarurligini asoslaydi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, gandbolchilarning tayyorgarligini baholashda texnik harakatlar aniqligi, zarbalar samaradorligi, taktik qarorlar, himoyaviy harakatlar va jamoaviy hamkorlikni kompleks o‘rganish muhimdir. Shu bilan birga, ayol gandbolchilar uchun ushbu ko‘rsatkichlarni yagona mezonlar asosida tizimlashtirish va amaliyotda qo‘llash masalasi qo‘shimcha tadqiqotlarni talab qiladi.

Metodologiya

Ushbu tadqiqot ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlarini ishlab chiqish va ularning samaradorligini aniqlashga yo‘naltiriladi. Tadqiqot jarayonida ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, pedagogik kuzatish, nazorat sinovlari, musobaqa faoliyatini o‘rganish hamda matematik-statistik tahlil usullaridan foydalanish nazarda tutiladi.

Tadqiqotda ayol gandbolchilarning to‘pni uzatish va qabul qilish aniqligi, darvozaga zarba berish samaradorligi, to‘pni olib yurish, aldab o‘tish, himoyaviy harakatlar va tezkor qarshi hujumlarda ishtirok etish ko‘rsatkichlari baholanadi. Taktik tayyorgarlikni aniqlashda individual va jamoaviy harakatlarning samaradorligi, o‘yin vaziyatini to‘g‘ri baholash, qaror qabul qilish tezligi hamda jamoaviy hamkorlik darajasiga e’tibor qaratiladi.

Texnik harakatlar samaradorligi muvaffaqiyatli bajarilgan harakatlar sonining jami urinishlar soniga nisbati orqali foizda aniqlanadi:

Bu yerda: (S) — samaradorlik; (M) — muvaffaqiyatli harakatlar soni; (U) — jami urinishlar soni.

Olingan natijalar o‘yin pozitsiyalari, sportchilarning yoshi va malakasini hisobga olgan holda taqqoslanadi. Statistik tahlilda o‘rtacha qiymat, standart og‘ish va zarur hollarda guruhlar o‘rtasidagi farqlarni aniqlash usullaridan foydalaniladi. Baholash sharoitlari barcha ishtirokchilar uchun bir xil tashkil etilishi lozim.

Tadqiqot yakunida ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash uchun mezonlar tizimi shakllantirilib, ularni mashg‘ulot jarayonida qo‘llash bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Izoh: ishtirokchilar soni, yoshi, sport malakasi, tadqiqot o‘tkazilgan joy va muddat haqidagi ma’lumotlar haqiqiy tadqiqot natijalariga muvofiq kiritiladi.

Natijalar va muhokama

Ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlarini ishlab chiqish jarayonida texnik harakatlarning aniqligi, bajarilish samaradorligi, taktik qarorlarning to‘g‘riligi va jamoaviy hamkorlikni kompleks baholash muhimligi belgilandi. Ushbu ko‘rsatkichlar sportchilarning individual tayyorgarlik darajasini aniqlash hamda mashg‘ulot jarayonini takomillashtirish uchun asos bo‘lib xizmat qiladi.

Texnik tayyorgarlikni baholashda to‘pni uzatish va qabul qilish aniqligi, darvozaga zarba berish samaradorligi, to‘pni olib yurish va aldab o‘tish harakatlari asosiy ko‘rsatkichlar sifatida tanlandi. Taktik tayyorgarlikni aniqlashda esa hujumni tashkil etish, himoyaviy harakatlarni bajarish, tezkor qarshi hujumlarda ishtirok etish, vaziyatga mos qaror qabul qilish va sheriklar bilan hamkorlik qilish mezonlari ajratildi.

1-jadval

Ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlari

Baholash yo‘nalishi	Asosiy ko‘rsatkichlar	Baholash usuli
Uzatish texnikasi	To‘pni aniq uzatish	Muvaffaqiyatli uzatmalar foizi
Zarba berish	Darvozaga aniq zarbalar	Aniq zarbalar ulushi

To‘pni boshqarish	To‘pni olib yurish va aldab o‘tish	Muvaffaqiyatli harakatlar soni
Hujum taktikasi	Hujumni tashkil etish va qarshi hujum	Samarali hujumlar ulushi
Himoya taktikasi	To‘pni olib qo‘yish va zarbalarni to‘sish	Muvaffaqiyatli himoyaviy harakatlar
Jamoaviy hamkorlik	Sheriklarga qulay vaziyat yaratish	Samarali hamkorlik harakatlari

Jadvalda keltirilgan mezonlar texnik va taktik tayyorgarlikni alohida hamda o‘zaro bog‘liq holda baholash imkonini beradi. Masalan, to‘pni aniq uzatish ko‘rsatkichi texnik mahoratni ifodalasa, uzatmaning hujumni davom ettirish yoki gol urish imkoniyatini yaratishdagi ahamiyati taktik samaradorlikni tavsiflaydi. Shu sababli baholashda harakatning bajarilish sifati bilan bir qatorda, uning o‘yin natijasiga ta’sirini ham hisobga olish lozim. Natijalarni tahlil qilishda har bir ko‘rsatkich bo‘yicha muvaffaqiyatli harakatlar ulushini aniqlash, o‘yin pozitsiyalari kesimida taqqoslash va sportchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish tavsiya etiladi. Bunday yondashuv murabbiylarga texnik-taktik tayyorgarlikdagi kamchiliklarni aniqlash, individual mashqlarni tanlash va mashg‘ulot yuklamalarini maqsadli rejalashtirishga yordam beradi.Shunday qilib, taklif etilgan baholash mezonlari ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini tizimli nazorat qilish uchun metodik asos yaratadi. Ularning ishonchliligi va amaliy samaradorligini tasdiqlash uchun mezonlarni sportchilar ishtirokidagi pedagogik kuzatish va nazorat sinovlari orqali tekshirish, olingan natijalarni matematik-statistik usullar yordamida tahlil qilish zarur.

Xulosa qilib aytganda, ayol gandbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholash mezonlarini ishlab chiqish sport mashg‘ulotlari samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. To‘pni uzatish va qabul qilish aniqligi, darvozaga zarba berish samaradorligi, aldab o‘tish, himoyaviy harakatlar va taktik qarorlarni baholash sportchilarning tayyorgarlik darajasini aniqlash imkonini beradi. Baholash mezonlarini o‘yin pozitsiyalari va individual xususiyatlarga moslashtirish mashg‘ulot jarayonini takomillashtirishga xizmat qiladi. Taklif etilgan mezonlarni amaliyotda sinovdan o‘tkazish orqali ularning ishonchliligini aniqlash, sportchilarning kamchiliklarini bartaraf etish va musobaqa faoliyati samaradorligini oshirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. Pavlov Sh.K., Abdurahmanov F.A., Raxmanova M.M. Gandbol: o‘quv-uslubiy qo‘llanma. — Toshkent, 2010.
2. Pavlov Sh.K., Abdalimov O.X., Isroilov R.I. Sport pedagogik mahoratini oshirish (gandbol). — 2018.
3. Karcher C., Buchheit M. On-court demands of elite handball, with special reference to playing positions // Sports Medicine. — 2014. — Vol. 44. — P. 797–814. https://doi.org/10.1007/s40279-014-0164-z