VOLEYBOLCHI TALABA QIZLARNI RESPUBLIKA BOSQICHI MUSOBAQALARIDAGI MUAMMOLARI VA XATOLARI

Sulaymonov Jaxongir Solijonovich
Farg‘ona davlat universiteti Jismoniy madaniyat va sport faoliyati fakulteti Sport o‘yinlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi o‘qituvchisi
E-mail: sulaymonovjaxongir8182@gmail.com
Kimsanova Gulsanam Shavkatjon qizi
Farg‘ona davlat universiteti Jismoniy madaniyat va sport faoliyati fakulteti voleybol yo‘nalishi 3-bosqich talabasi

Annotatsiya. Maqolaning maqsadi voleybolchi talaba qizlarning respublika bosqichi musobaqalariga tayyorgarligi va o‘yin faoliyatidagi muammolarni o‘rganish uchun ilmiy dalillarga tayangan tahliliy asos ishlab chiqishdir. Metod sifatida ayollar va talaba qizlar voleyboliga oid yettita empirik tadqiqotning maqsadli narrativ sharhi qo‘llanildi. Texnik-taktik samaradorlik, rotatsiya, mashg‘ulot yuklamasi, taktik bilim, jismoniy tayyorgarlik va musobaqaviy xavotirga oid natijalar solishtirildi. Tahlil hujum natijasini oldingi o‘yin harakatlari bilan bog‘lab baholash, amplua bo‘yicha yuklamani hisobga olish va video tahlilni o‘yinchining qarorini muhokama qilish bilan birlashtirish zarurligini ko‘rsatdi. Shu bilan birga, kichik tanlanmalar, kuzatuv dizaynlari va yosh-malaka farqlari natijalarni umumlashtirishni cheklaydi. Respublika musobaqalarining birlamchi videoyozuvlari va bayonnomalari tahlil qilinmagan, shu sababli mahalliy xatolar chastotasi yoki tavsiya etilayotgan yondashuvning samaradorligi haqida statistik da’vo berilmaydi. Maqolada xatolarni tasniflash, natijalarni imkoniyatlar soniga nisbatan hisoblash va keyingi mahalliy tadqiqotlarni tashkil etish bo‘yicha amaliy takliflar ishlab chiqildi.

Kalit so‘zlar: talaba qizlar, ayollar voleyboli, respublika musobaqalari, texnik-taktik xatolar, side-out, o‘yin ampluasi, mashg‘ulot yuklamasi, video tahlil, musobaqaviy xavotir.

Kirish. Respublika bosqichidagi talabalar musobaqalarini ilmiy tahlil qilishda asosiy masala mag‘lubiyatni umumiy “tayyorgarlik yetishmasligi” bilan izohlashdan ko‘ra, ochko yo‘qotilgan epizodning tarkibini aniqlashdir. Masalan, hujumning samarasiz tugashi qabul sifati, uzatish aniqligi, hujumchining qarori yoki raqib blokining muvaffaqiyatli harakati bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Bunday holatlarni bir xil “hujum xatosi” sifatida talqin qilish mashg‘ulot vazifalarini noto‘g‘ri belgilashga olib kelishi mumkin. Ayollar voleybolini kuzatishga asoslangan tadqiqotlarda yutgan va yutqazgan setlar o‘rtasidagi farqlar hujum samaradorligi va o‘yin harakatlarining sifatida aniqlangan [1]. Talabalar voleyboliga oid ishlar esa uzatuvchining oldingi yoki orqa chiziqda bo‘lishi bilan bog‘liq rotatsion vaziyatlarni alohida hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi [2]. Demak, o‘yin natijasini baholashda texnik harakatning bajarilishi bilan birga uning taktik sharoiti ham qayd etilishi kerak.

Talaba sportchilarning tayyorgarligi musobaqa va mashg‘ulot jadvalini o‘qish majburiyatlari bilan muvofiqlashtirishni talab etadi. Biroq O‘zbekistondagi respublika musobaqalari uchun aynan qaysi omil ustun ekanligini xalqaro adabiyotlar asosida oldindan belgilab bo‘lmaydi. Mazkur maqolada “respublika bosqichi” ilmiy tavsiyalar qo‘llanishi ko‘zda tutilgan kontekstni bildiradi; u kuzatilgan mahalliy tanlanma sifatida ishlatilmaydi.

Adabiyotlar sharhi. Inkinen, Häyrinen va Linnamo (2013) ayollar va yoshlar xalqaro voleybol uchrashuvlarini tahlil qilib, yutqazgan setlarda o‘yin harakatlarining muvaffaqiyati pastroq va xatolar ko‘proq bo‘lganini aniqlagan. Hujum samaradorligi setni yutish bilan bog‘liq muhim ko‘rsatkich sifatida ajratilgan. Mualliflar hujum natijasini uzatish sifati va xilma-xilligi hamda o‘yinchilarning jismoniy imkoniyatlari bilan bog‘lab izohlagan. Palao va Ahrabi-Fard (2011) talaba qizlar voleybolining 48 setidagi 2 435 ta rallyni o‘rgangan. Tadqiqotda uzatuvchi

oldingi yoki orqa chiziqda bo‘lgan vaziyatlarda hujumni tashkil etish va side-out samaradorligi taqqoslangan. G‘olib jamoalarda ushbu rotatsion vaziyatlar o‘rtasidagi natijaviy muvozanat qayd etilgan. Kupperman va hammualliflar (2021) 11 nafar voleybolchi talaba qizni 55 mashg‘ulot va 30 o‘yin davomida kuzatgan.

Gil-Arias va hammualliflar (2015) sakkiz nafar yosh voleybolchi qiz ishtirokidagi kvazieksperimental tadqiqotda video qayta aloqa va interaktiv savollarni qo‘llagan. Tajriba guruhida taktik bilimning murakkabligi va tizimliligi yaxshilangan. Ahmadi va hammualliflar (2021) 17 nafar voleybolchi ayolda sakkiz haftalik plyometrik mashqlarni qum va qattiq maydonda bajarish natijalarini taqqoslagan. Ayrim sakrash, kuch va chidamlilik ko‘rsatkichlarida mashq sirti bilan bog‘liq farqlar aniqlangan. Englert va Seiler (2020) voleybol testini bajarish sharoitida ayol ishtirokchilarning holat xavotiri bilan natijasi o‘rtasida salbiy bog‘lanish aniqlagan. Bu natija psixologik holatni o‘rganish uchun asos bo‘lsa-da, respublika musobaqalaridagi xatolar sababini to‘liq tushuntirmaydi: tadqiqot turnirdagi o‘yin emas, baholash vaziyatidagi testga tegishli. Shuning uchun adabiyotlar sharhida psixologik omillar texnik-taktik sharoit va jismoniy yuklama bilan birga tekshirilishi kerak bo‘lgan yo‘nalish sifatida ko‘rsatiladi.

Metodologiya

Tarkibiy qism	Maqolada beriladigan ma’lumot
Tadqiqot maqsadi	Talaba qizlar voleybolidagi texnik-taktik xatolar va ularga aloqador tayyorgarlik omillarini ilmiy manbalar asosida aniqlash
Tadqiqot materiali	Maqolaga kiritilgan 2011–2021-yillardagi yettita empirik tadqiqot
Tahlil birligi	Alohida ilmiy tadqiqot va unda tekshirilgan natija ko‘rsatkichi
Manba tanlash mezonlari	Ayollar yoki talaba qizlar voleyboliga aloqadorlik; empirik ma’lumot, tushunarli metod va tekshiriladigan natijalarning mavjudligi
Ma’lumot ajratish	Ishtirokchilar soni, yosh va malaka, tadqiqot dizayni, davomiylik, baholash vositasi, asosiy natija va cheklovlar
Tahlil usuli	Natijalarni mavzular bo‘yicha guruhlash va tadqiqotlar o‘rtasida qiyoslash
Umumlashtirish chegarasi	Mahalliy birlamchi ma’lumot yo‘qligi sababli O‘zbekiston jamoalarida xatolarning tarqalishi hisoblanmaydi

Tahlil qilinadigan asosiy yo‘nalishlar. (Texnik faoliyat) to‘p kiritish, qabul, uzatish, hujum, blok va himoya, **(Taktik faoliyat)** hujum variantini tanlash, rotatsiyalar samaradorligi, raqib blokiga mos qaror, (Jismoniy va funksional holat) sakrash yuklamasi, charchoq, tiklanish va amplua farqlari, (Kognitiv-psixologik omillar) taktik bilim, vaziyatni baholash va musobaqaviy xavotir.

Natija

Tadqiqot	Metod va tanlanma	Aniqlangan natija	Talqin chegarasi
Inkinen, Häyrinen va Linnamo, 2013	Ayollar va yoshlar xalqaro musobaqalaridagi to‘rtta uchrashuvning Data Volley orqali tahlili	Yutqazgan setlarda ayrim ko‘nikmalarning bajarilishi pastroq va xatolar ko‘proq; hujum g‘alabaga aloqador muhim ko‘nikma bo‘lgan	To‘rtta uchrashuv barcha jamoalar uchun universal me’yor bermaydi
Palao va Ahrabi-Fard, 2011	Talaba qizlar voleybolidagi **48 set, 2 435 rally** bo‘yicha kuzatuv	G‘olib jamoalarda uzatuvchi oldingi va orqa chiziqda bo‘lgan rotatsiyalar o‘rtasidagi samaradorlik muvozanati kuzatilgan	Uzatuvchining joylashuvi barcha hujum ko‘rsatkichlariga bir xil ta’sir qilmagan

Kupperman va hammualliflar, 2021	**11 o‘yinchi, 55 mashg‘ulot, 30 o‘yin**; akselerometr va subyektiv holat monitoringi	Mashg‘ulot yuklamasi o‘yin yuklamasidan yuqoriroq; uzatuvchilar mashg‘ulotda o‘yinga qaraganda ikki baravardan ko‘proq sakragan	Bir jamoa kuzatilgan; yuklama xatoga sabab bo‘lganligi tekshirilmagan
Gil-Arias va hammualliflar, 2015	**8 nafar qiz**; tajriba va nazorat guruhlarida to‘rttadan; video va savol-javob	Tajriba guruhida taktik bilim murakkabroq va tizimliroq shakllangan	Yosh sportchilardagi kichik tanlanma
Moreno va hammualliflar, 2016	Ispaniya terma jamoasining **8 hujumchisi**; sakkiz refleksiv mashg‘ulot	Video ko‘rish, o‘z qarorini tushuntirish va murabbiy bilan muhokama taktik bilimni yaxshilagan	O‘lchangan natija taktik bilim; mahalliy turnirdagi g‘alaba foizi emas

Ahmadi va hammualliflar tadqiqotida 17 nafar voleybolchi ayol qumda mashq qiluvchi guruhga — **8 nafar**, qattiq maydonda mashq qiluvchi guruhga — **9 nafar** qilib tasodifiy taqsimlangan. Dastur sakkiz hafta davom etgan.

“Guruh × vaqt” o‘zaro ta’siri:

- tushib qayta sakrash balandligida qattiq maydon guruhi foydasiga — **p = 0,035**;
- qarshi harakatli sakrashdagi eng yuqori kuchda qum guruhi foydasiga — **p = 0,032**;
- kardiorespirator chidamlilikda qum guruhi foydasiga — **p = 0,01**;
- oyoq bilan itarish mashqidagi bir takroriy maksimal kuchda qum guruhi foydasiga — **p = 0,002** bo‘lgan.

Bu raqamlar mashq bajariladigan sirt ayrim moslashuvlarga turlicha ta’sir qilganini bildiradi. Ular musobaqadagi xatolar aynan shuncha kamayganini anglatmaydi.

Xulosa

Ilmiy adabiyotlar voleybolchi talaba qizlarning musobaqa faoliyatini hujum natijasi, undan oldingi harakatlar, rotatsiya va ampluaga xos yuklamani birgalikda hisobga olgan holda baholashni qo‘llab-quvvatlaydi. Video asosidagi savol-javob va refleksiya taktik bilimni rivojlantirish uchun empirik asosga ega, ammo uning mahalliy musobaqa natijalariga ta’siri alohida tekshirilishi kerak. Respublika bosqichida ustuvor vazifa - xatolarning haqiqiy tarkibi va chastotasini ishonchli qayd etish, texnik natijani taxminiy sababdan ajratish hamda tuzatish vositasini aniqlangan muammoga mos tanlashdir. Mazkur maqola ana shu kuzatuv va keyingi pedagogik tajribani tashkil etish uchun tahliliy asos beradi; O‘zbekiston talaba qizlar jamoalaridagi muammolarning tarqalishi haqida yakuniy empirik xulosa bermaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. Inkinen, V., Häyrinen, M., & Linnamo, V. (2013). Technical and tactical analysis of women’s volleyball. Biomedical Human Kinetics, 5, 43–50. https://doi.org/10.2478/bhk-2013-0007.
2. Palao, J. M., & Ahrabi-Fard, I. (2011). Side-out success in relation to setter’s position on court in women’s college volleyball. International Journal of Applied Sports Sciences, 23(1), 155–167. https://doi.org/10.24985/ijass.2011.23.1.155.
3. Kupperman, N., Curtis, M. A., Saliba, S. A., & Hertel, J. (2021). Quantification of workload and wellness measures in a women’s collegiate volleyball season. Frontiers in Sports and Active Living, 3, 702419. https://doi.org/10.3389/fspor.2021.702419.
4. Gil-Arias, A., Del Villar, F., García-González, L., Moreno, A., & Moreno, M. P. (2015). Effectiveness of video feedback and interactive questioning in improving tactical knowledge

in volleyball. Perceptual and Motor Skills, 121(3), 635–653. https://doi.org/10.2466/30.PMS.121c23x9.