

## MUSOBAQA FAOLIYATIDA GANDBOLCHILARNING TEZKOR QARSHI HUJUMLARINI NAZARIY TAHLILI

G'ofurov Mirzohid Gulomjonovich

Sport turlari nazariyasi va metodikasi kafedra o'qituvchisi

E-mail: [G'ofurovM@gmail.com](mailto:G'ofurovM@gmail.com)

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17938354>

**Annotatsiya:** Malakali gandbolchilarda tezkor qarshi hujum tayyorgarligiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash uchun anketa so'rovlarini o'tkazish maqsadga muvofiq deb hisoblandi.

**Kalit so'zlar:** Malakali, gandbolchi, yugurish tezligi, darvozabon, to'p uzatish, to'pni olib olish, to'pni olib qo'yish, erga urib, olib yugurish.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БЫСТРЫХ КОНТРАТАК ГАНДБОЛИСТОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Гафуров Мирзохид Гуломжонович

Преподаватель кафедры теории и методики спорта

E-mail: [G'ofurovM@gmail.com](mailto:G'ofurovM@gmail.com)

**Аннотация:** Признано целесообразным провести анкетирование для выявления факторов, влияющих на готовность квалифицированных гандболистов к быстрым контратакам.

**Ключевые слова:** Мастерский, игрок в гандбол, скорость бега, вратарь, пас, ловля мяча, отбирание мяча, удар о землю и бег с мячом.

## THEORETICAL ANALYSIS OF HANDBALL PLAYERS' QUICK COUNTERATTACKS IN COMPETITION ACTIVITIES

Gafurov Mirzohid Gulomjonovich

Teacher of the Department of Theory and Methodology of Sports

E-mail: [G'ofurovM@gmail.com](mailto:G'ofurovM@gmail.com)

**Abstract:** It was considered appropriate to conduct a questionnaire survey to identify factors affecting the readiness of skilled handball players for quick counterattacks.

**Keywords:** Skilled, handball player, running speed, goalkeeper, passing, catching the ball, taking the ball away, hitting the ground and running with it.

### KIRISH

Respublikamizda bugungi kunda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta'minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Shu jumladan "Jismoniy tarbiya va sport sohasida malakali kadrlar tayyorlash, ta'lim jarayonini xalqaro standartlarga moslashtirish va boshqaruv tizimini raqamlashtirish, pedagogik va ilmiy salohiyatni yanada oshirish hamda ilmiy-tadqiqot ishlari sifatini tubdan yaxshilash, ilg'or xorijiy sport-ta'lim texnologiyalarining transferini amalga oshirish orqali yuqori natijalarga erishish" asosiy maqsad qilib belgilanmoqda. Shuningdek yoshlarni sportga keng jalb qilish va ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish, sport turlari bo'yicha yuqori natijalarni ta'minlaydigan mahoratli sportchilar bilan milliy terma jamoalarni shakllantirish va trenerlar uchun qo'shimcha shart-sharoitlar yaratish zaruratini keltirib chiqarmoqda.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5924-son Farmoni, 2022-yil 3-noyabrdagi “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-414-son Qarorida belgilangan vazifalarni samarali amalga oshirishda mazkur tadqiqot ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

#### ADABIYOTLAR TAHLILI

Malakali gandbolchilarni raqobatbardosh faoliyatga tayyorlash, o‘quv-mashg‘ulotlarining ko‘p yillik bosqichlarida texnik tayyorgarlikka oid maxsus mashqlar yordamida qarshi hujum samaradorligini oshirishga yangicha ilmiy-nazariy yondashish dolzarb muammolar qatoriga kiradi. Ushbu muammoni hal etish yo‘lida bir qator mahalliy va xorijiy olimlar ilmiy tadqiqotlar olib borganlar. Jumladan, F.A.Abduraxmanov, Sh.K.Pavlov, R.R.Kariyeva, A.A.Artikov tomonidan musobaqa faoliyatida texnik va jismoniy tayyorgarlik holatini tizimli baholash uslubiyati ishlab chiqilgan, u yoki bu o‘yin ampluasidagi o‘yinchilarni tayyorlashni o‘ziga xos xususiyatlari muammolari tadqiq qilingan.

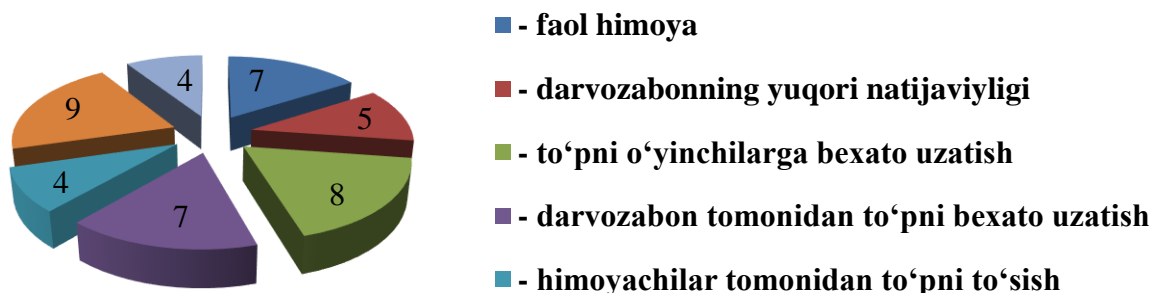
**Ishning maqsadi.** Malakali gandbolchilarda tezkor qarshi hujum tayyorgarligiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash uchun anketa so‘rovlarini o‘tkazish maqsadga muvofiq deb hisoblandi.

**Ishning tashkil qilish va usullari.** Ushbu uslub malakali gandbolchilarning o‘quv-mashg‘ulot tartibi, tezkor qarshi hujumlarni tashkil etilishga yo‘naltirilgan mashg‘ulot yuklamalarining xususiyatlari, ishchanlik qobiliyatlari dinamikasi, o‘quv-mashg‘ulot jarayonini bashqarish tuzilmasini o‘rganib chiqish uchun qo‘llanildi.

#### NATIJALARI VA MUHOKAMA

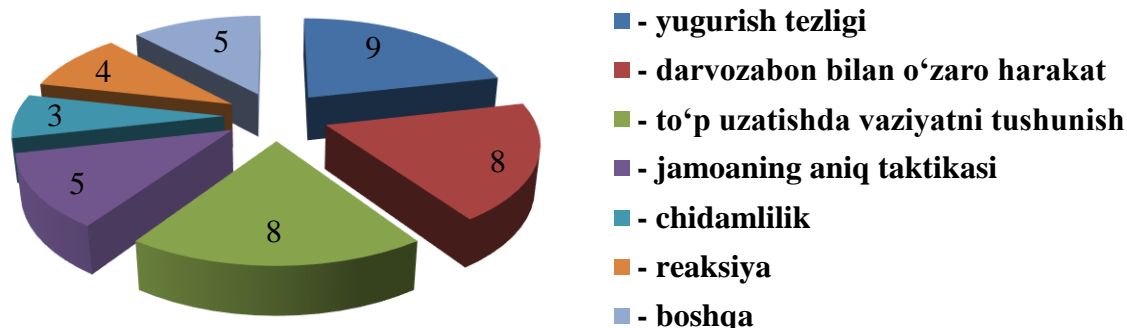
Natijalari va muhokama davomida anketalash va suhbatlar gandbol bo‘yicha mutaxassislar va murabbiylar ishtirokida o‘tkazildi.

Anketa so‘rovida 12 ta yuqori malakali murabbiylar ishtirok etdi. Anketa 6 ta savolni o‘z ichiga oldi. Mutaxassislarning javoblari quyidagicha bo‘ldi. Musobaqa faoliyatida gandbolchilar uchun tezkor qarshi hujumdan foydalanishning ahamiyatiligini aniqlang deyilgan birinchi savolga murabbiylar shunday javob berdilar: 6 nafar murabbiy ahamiyatligi yuqori, 6 nafar murabbiy ahamiyatligi o‘rta deya qayd etdilar. Tezkor qarshi hujum muvoffaqiyatga ta’sir ko‘rsatuvchi eng ahamiyatli omillardan uchtasini tanlang deyilgan ikkinchi savolga mutaxassislar tomonidan tanlangan omillar natijalari hilma-hil bo‘lib chiqdi (1-rasm). Murabbiylar asosiy omil sifatida hujumchilar tomonidan o‘zaro uzatilgan to‘pni olib qo‘yish, to‘pni o‘yinchilarga bexato uzatish va himoyachilar faolligini alohida ko‘rsatib o‘tganlar.



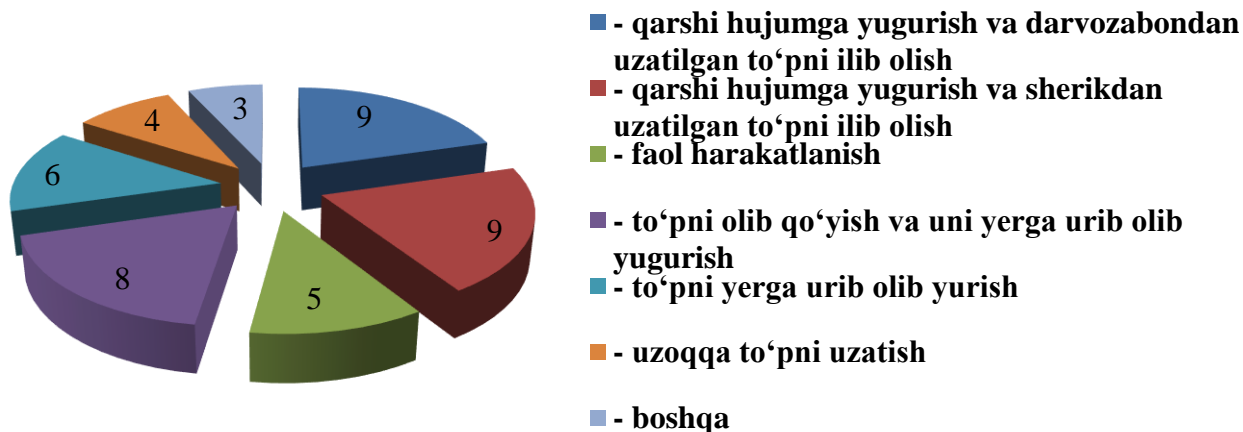
1-rasm. Murabbiylar tomonidan tanlangan tezkor qarshi hujumlar muvoffaqiyatiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar nisbati

So‘rovnomaning Tezkor qarshi hujum muvoffaqiyati uchun gandbolchilarga zarur bo‘lgan uchta eng muhim sifatlarni tanlang deyilgan uchinchi savoliga murabbiylar, yugurish tezligi, darvozabon bilan o‘zaro harakat, to‘p uzatishda vaziyatni tushunish kabi omillarni tanladilar (2-rasm).



**2-rasm. Murabbiylar tomonidan tanlangan tezkor qarshi hujumlarni tashkil etish uchun gandbolchilarga zarur bo‘lgan sifatlarni nisbati**

Murabbiylar, malakali gandbolchilarni tezkor qarshi hujumga o‘rgatish uchun zarur bo‘lgan uchta eng ahamiyatli mashqlarni belgilang deyilgan to‘rtinchi savolga qarshi hujumga yugurish va darvozabondan uzatilgan to‘pni ilib olish, qarshi hujumga yugurish va sherikdan uzatilgan to‘pni ilib olish, to‘pni olib qo‘yish va uni erga urib olib yugurish kabi mashqlarni asosiy mashqlar sifatida tavsiya qilganlar (3-rasm).



**3-rasm. Tezkor qarshi hujumlarni o‘zlashtirish uchun tavsiya qilingan mashqlar nisbati**

Siz mashg‘ulot vaqtining necha daqiqasini (%) tezkor qarshi hujumga ajratasiz? Murabbiylar ushbu savolga 10-12 daqiqa deb javob berishdi. Tayyorgarlik davrida ushbu mashqlarga umumiy mashg‘ulot vaqtining 5-8 % ni, musobaqa davrida esa 10 dan 15% gacha ajratishar ekan.

O‘z sportchilaringiz bilan tezkor qarshi hujumning qaysi turlarini tez-tez takomillashtirasiz? Deb so‘ralgan so‘nggi oltinchi savolga barcha murabbiylar, asosan individual

tez yorib o'tish hujumlarni takomillashtirish mashqlariga ko'proq e'tibor qaratishlari ma'lum bo'ldi.

### XULODA

Murabbiylar bilan o'tkazilgan anketa so'rov natijalari shuni ko'rsatadiki, ular bitta mashg'ulot jarayonida tezkor qarshi hujumlarni takomillashtirishga atiga 10-12 daqiqa ajratadilar. Tayyorgarlik davrida ushbu mashqlarga umumiy mashg'ulot vaqtining 5-8 % ni, musobaqa davrida esa 10% dan 15% gacha ajratadilar. Barcha mutaxassislarning ta'kidlashicha, ular asosan qarshi hujumlar turi hisoblangan individual tez yorib o'tish hujumlarini takomillashtirish mashqlariga ko'proq e'tibor qaratadilar.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 23.11.2015 yildagi "Oliy mahorat sport maktablarini tashkil etish to'g'risida" PQ-2438-son qarori. Lex.uz.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 24.01.2020 yildagi "O'zbekiston respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" PF-5924-son Farmoni. Lex.uz.
3. Абдурахманов Ф.А., Кариева Р.Р., Оптимизация нагрузок различной направленности в межигровых циклах соревновательного периода гандболистов высокой квалификации. Фан-спортга илмий назарий журнал. 2019. № 2. – Б. 47-53.
4. Алешин И.Н., Рыбаков В.В., Алешин И.Н. и др. Моделирование годичной подготовки в командных игровых видах спорта / Теория и практика физической культуры. 2007. №10. – С. 38-42.
5. Артыков А.А. Анализ специализированных средств по совершенствованию целевой точности технических приемов в футболе: Фан-спортга илмий-назарий журнал №3. 2017. - С. 46-47.
6. Болтовский А.Ю., Банникова Н.А., Воробьева О.И. Методика комплексной оценки эффективности игровой деятельности спортсменов // Современные проблемы науки и образования. – 2022. – № 4. - С. 4-5.
7. Бальсевич В.К. Перспектива развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теория и практика физ. культуры. - 1999. - № 4. - С. 21-25.
8. Борисов Э.Л., Романов А.В. и др. Характер соревновательной деятельности и надёжность действий игроков, выполняющих семиметровый штрафной бросок в гандболе: сборник статей Международной научно-практической конференции. Уфа: 2020. - С. 175-178.