

YOSH BOKSCHILARNI MUSOBAQA FAOLIYATINING OBEKTIV TAVSIFLARI

Solijonov Azizjon Obidjon o'g'li

Namangan davlat universiteti Sport faoliyati yo'nalishi magistranti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7992059>

Annotatsiya: Ushbu maqolada bokschilarning texnik-taktik takomillashuvi tizimida mashg'ulot janglari muntazam ravishda va katta hajmlarda, birinchi navbatda, musobaqalarga yaqinlashtirilgan sharoitlarda harakatlarning qo'llanilish vaziyatlarini modellashtirish, o'quv janglari samaradorligini oshirish, turli-tuman texnik-taktik tayyorgarlik vazifalari orasida mashg'ulot sharoitlarida o'zlashtirilgan harakatlarni bajarilish texnikasini musobaqalarda qo'llash kabi ishlari olib borilgan va batafsil yoritilgan.

Kalit so'zlar: Bokschilar, texnik-taktik, takomillashuv, tizim, mashg'ulot janglari, muntazam, hajmlar, musobaqa, modellashtirish, o'quv janglari, samaradorlik, tayyorgarlik, vazifa.

ОБЪЕКТИВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ

Аннотация: В данной статье была проведена и подробно освещена работа боксеров по систематизации и большому объему тренировочных боев в системе технико-тактического совершенствования, прежде всего моделированию ситуаций применения движений в условиях, приближенных к соревновательным, повышению эффективности тренировочных боев, применению приемов выполнения движений, освоенных в условиях тренировок, среди различных задач технико-тактической подготовки.

Ключевые слова: боксеры, технико-тактические, совершенствование, система, тренировочные бои, рутина, объемы, соревнования, моделирование, тренировочные бои, эффективность, подготовка, задача.

OBJECTIVE DESCRIPTIONS OF COMPETITION ACTIVITIES OF YOUNG BOXERS

Abstract: In this article, the work of boxers on systematization and a large volume of training fights in the system of technical and tactical improvement was carried out and covered in detail, first of all, modeling situations of using movements in conditions close to competitive, improving the effectiveness of training fights, using techniques of performing movements mastered in training conditions, among various tasks of technical and tactical preparation.

Keywords: boxers, technical and tactical, improvement, system, training fights, routine, volumes, competitions, modeling, training fights, efficiency, preparation, task.

KIRISH

Sport nazariyasi va amaliyotida sport faoliyati deganda sportchining mashg'ulot hamda musobaqa faoliyati uyg'unligi (majmui) tushuniladi.

Sportchining musobaqa faoliyati tarkibiga musobaqa harakatlari va ularning majmuali shakllarini birlashtiruvchi sportchining musobaqalar jarayonidagi hatti-harakatlari kiradi.

Musobaqa harakatlarini kombinatsiyalarga, ularni esa sportchining musobaqa jarayonida bosqichma-bosqich hosil bo'ladigan hatti-harakatlarining yaxlit shakllariga birlashtiruvchi qonuniy bog'liqliklarning yig'indisi uning musobaqa faoliyatining hatti-harakatlar tuzilmasini tashkil qiladi.

Musobaqa jarayonining o'zida dastavval hosil qilingan musobaqaga shaylanish hamda faoliyat modeli, tabiiyki, muayyan holga keltiriladi, aniqlashtiriladi va musobaqada aniq yuzaga keladigan vaziyatlarga qarab tuzatishlar kiritiladi.

Mos ravishda sportchining funktsional imkoniyatlarining amalga oshirilishi yuzaga keladi, u sportchining musobaqa harakatlari (texnik va taktik) kompleksida namoyon bo'ladi.

Musobaqa faoliyati xususiyatini tushunish uchun uning to'qnashuvli ekanligini, musobaqalashuvchilar o'zaro harakatlarining o'zaro refleksivligini hamda faoliyat boshlash ehtimoli mavjudligini nazarda tutish zarur.

Ushbu holda to'qnashuvli deganda shunday faoliyat tushuniladiki, bunda ikkita yoki bir nechta individlar bir xil maqsadga erishishga (masalan, g'alaba qozonishga, birinchi, eng yaxshi bo'lishga) intiladilar, ob'ektiv tarzda berilgan sharoitlar esa uni faqat intiluvchilardan birining amalga oshirishiga imkon beradi.

Sportdagi manfaatlarning shundan kelib chiqadigan raqobatli to'qnashuvi, ko'rsatib o'tilganidek, umuman olganda, ziddiyatli hisoblanmaydi. Ushbu ma'noda sport-musobaqa to'qnashuvi shartlidir.

SHunga qaramasdan, u sportchilarning musobaqadagi hatti-harakatlariga alohida emotsional keskinlik berishga qodir.

MAVZUNING DOLZARBLIGI

A.A. Novikov va R.A. Piloyanning ta'kidlashlaricha, sport fanida tarixiy shunday shakllanganki, sport mashg'uloti nazariyasi bilan bog'liq bo'lgan masalalar birinchi o'ringa chiqqan, ba'zan sportchining musobaqa faoliyati hisobga olinmagan. Ko'rinib turibdiki, sportchini aniq bir natijaga erishish uchun tayyorlashdan avval yakkama-yakka olishuvning borishi sharoitlarini, organizmning ayrim funktsiyalariga qo'yiladigan talablarni, musobaqa sharoitlarida uning energiya sarflashi va asab-mushak apparatining ishlash xususiyatlarini bilish, keyin esa, shundan kelib chiqib, mashg'ulot jarayonini tuzish zarur.

Shunday mualliflar ham borki, ularning fikricha, sportga mashg'ulot jarayonini tadqiq qilish orqali yondashishdan ko'ra sportchining musobaqa faoliyatini o'rganish, bu harakatlarning qonuniyatlarini bilish uning yuqori natijalarga erishishga bo'lgan tayyorgarligiga katta hissa qo'shishga yordam beradi. Bir vaqtning o'zida sport faoliyatini mashg'ulot nuqtai nazaridan tahlil qilish oliy mahoratning alohida tomonlarga (jismoniy, texnik va h.k.) bo'linishi to'g'risida tasavvur hosil qiladi.

Musobaqalarda bu hamma tarkiblar dialektik birlikda namoyon bo'ladi va integrativ xususiyatga ega.

Shu sababli musobaqa jarayonining o'zining mohiyatini, ya'ni sportchining musobaqalashishi nimaga asoslanishi, ular qanday tarkibdan tashkil topishini ochib berish juda muhim.

Yakkakurashlarda musobaqa faoliyati nostandart muhitda, vaqt tanqisligi sharoitlarida, kutilmaganda o'zgaruvchan vaziyatlarga javoban qaror qabul qilish zarur bo'lgan holatlarda kechadi. Bu yerda raqiblar o'rtasida bevosita kurash ketadi, natijaga erishish esa muayyan raqibning faol qarshiligini yengib o'tishda ifodalanadi.

Bu hollarda sportchining faoliyati o'z vaqtida (tezkor) bajariladigan alohida usullardan iborat bo'ladi, bu yakkakurashlardagi ushbu faoliyatni tezkor faoliyat namunasi sifatida ko'rib chiqishga imkon beradi.

Sportchining musobaqa kurashining ekstremal sharoitlaridagi harakatlarini inson hatti-harakatlarining psixikaviy va fiziologik bilimlariga tayanadigan faoliyat nazariyasidan foydalanmay turib tushunib bo'lmaydi.

Faoliyat nazariyasining muhim qonuniyatlari quyidagilardan iborat:

1. Insonda munosib motivatsiyaning mavjudligi faoliyatning asosiy belgisi hisoblanadi.

2.Faoliyat muayyan maqsadlarga bo'ysundirilgan alohida harakatlardan iborat.

3.Harakat avtomatlashtirilgan elementlar majmuidan shakllanadi, ular operatsiyalar deb ataladi.

Bu masala bir qator nashrlarda batafsil yoritilgan, bu yerda esa shuni ko'rsatish muhimki, musobaqalar davomida yakkakurashchilar faoliyatining harakat tarkibini sportchining maqsadli ko'rsatmalari nuqtai nazaridan qismlarga bo'layotib, texnika va taktika masalalarini qanday hal eta olish mumkin.

Hattoki eng oddiy zarba, sanchish, otish va boshqalarning harakat tuzilishi, agar ularni musobaqa sharoitlarida amalga oshirishga harakat qilinsa, juda murakkabdir.

Ta'kidlash muhimki, alohida operatsiyalar va ularning majmui muayyan yakkakurashchining texnik tayyorgarligini aks ettiradi. Odatda bunday operatsiyalar g'alaba kelitmasligi mumkin, lekin buning uchun jiddiy shart-sharoitlar yaratib beradi. Buning ustiga, sportchi ularni avtomatizm darajasida egallab olgan bo'ladi.

Harakatlar to'plami va ularning majmui yakkakurashchining texnik-taktik tayyorgarligini aks ettiradi. Ular yordamida u musobaqa olishuvida yuzaga keladigan turli xil maqsadlarga erishishi mumkin.

Avtomatizm darajasigacha mustahkamlangan alohida operatsiyalar va ularning majmui texnikani tashkil qiladi, ularni raqib xususiyatlarini, o'zining joriy holati va musobaqadagi olishuvning borishini hisobga olgan holda turli harakatlarda uyg'unlashtira olish qobiliyati esa taktikani ifodalaydi.

Yakkakurashchida butun turnir davomida kuchni taqsimlashga hamda belgilangan maqsadga erishishga yordam beruvchi hatti-harakatlar majmuasining yetarli miqdorda mavjudligi uning shaxsan taktik tayyorgarligi to'g'risida fikr yuritishga asos bo'ladi. Bunda R.A. Piloyan va A.D. Suxanov hatti-harakat (xulq) majmui deganda turnir davomida yuzaga keladigan vazifalardan birini hal etishga qaratilgan harakatlar tizimini tushunadilar.

Boksda musobaqa olishuvlarini tahlil qilish katta qiyinchilik tug'diradi. Yaqin kunlarda bokschilarning yakkama-yakka olishuvlari to'g'risida keng qamrovli axborot olishning imkoni yo'q. Sportga xos bo'lgan masalalardan tashqari, shunday muammolar ham borki, insonning o'zi tabiat va jamiyat hodisasi sifatida fan uchun vazifa hisoblanadi. Bu ayniqsa, insonning ekstremal, ziddiyatli vaziyatlardagi faoliyatida namoyon bo'ladi.

Musobaqa faoliyatida, ko'zgudagi kabi, bokschilar mahoratining ustunliklari va kamchiliklari, demak, zamonaviy boksning xususiyatlari ham aks etadi. Biroq ularni aniqlash oson emas. Buning sababi juda yuqori sur'atda bajariladigan ko'p sonli turli-tuman harakatlardan iborat bo'lgan olishuvning murakkabligidir.

Shu bilan birga ko'p yillar mobaynida boksda musobaqa faoliyati mazmunini tahlil qilish borasida qator urinishlar amalga oshirilib kelindi.

Boksga oid adabiyotlarda bokschilar musobaqa faoliyatini o'rganishning turli xil usullari taklif qilinadi.

Odatda, olishuv alohida harakatlarga yoki ularning epizodlardagi (lahzalardagi) birikmalariga bo'linadi. Ular bokschilarning jismoniy va texnik-taktik tayyorgarligini aks ettiruvchi maxsus harakat sifatleri hamda malakalarini ifoda qiladi. Bunday harakatlarga, birinchi galda, zarbalar va himoyalanişlar kiradi. O.T. Frolov tomonidan turli shakldagi janglarda bokschi qo'llaydigan asosiy texnik harakatlar – zarbalar va himoyalanişlarni namoyon qilishning son tavsiflarini o'rganish uchun musobaqa faoliyatini formulalashtirish, tasniflash va son jihatdan baholash taklif qilingan.

Zamonaviy sportda musobaqa faoliyati (MF) turli jihatdan o'rganilishi mumkin: tushuntirish tamoyili sifatida, tadqiqot predmeti sifatida, baholash predmeti sifatida, tashkil etish, boshqarish, bashorat qilish va modellashtirish predmeti sifatida.

Hozirgi paytda MFni tahlil qilish ko'pincha o'ta empirik va ko'p miqdorda ham oddiy, ham ancha murakkab son va sifat ko'rsatkichlarni aniqlashni ko'zda tutuvchi turli xil yondashuvlar asosida amalga oshiriladi.

M.A. Godik fikricha, boks, kurash, qilichbozlik bo'yicha musobaqalarda qo'llaniladigan nazorat me'yorlari va ob'ektlari hujum hamda himoya harakatlari hajmini, turli-tumanligi va samaradorligini baholashni o'z ichiga oladi. Ularning miqdori yakkakurashchilarda keng qamrovda o'zgarib turadi va shuning uchun takroriy o'lchashlarning ishonchliligi odatda yuqori bo'lmaydi. SHunga qaramasdan, yakkakurashlarda MFni nazorat qilish natijalaridan quyidagi yo'nalishlarda foydalanish mumkin:

- miqdoriy mo'ljal sifatida, unga asoslanib mashg'ulot yuklamasi me'yorlanadi.
- sportchilar musobaqa harakatlari samaradorligini baholash usuli sifatida, MFni tahlil qilish uchun turli xil ramziy belgilar yordamida har xil stenografiya (notatsion yozuv) usullari qo'llaniladi.

Mutaxassislarning fikricha, hozirgi kunda MFning yagona unifikatsiyalashgan mezonlari va ularni baholash usuliyati haligacha ishlab chiqilmagan. Uni tavsiflash uchun taqqoslash qiyin bo'lgan va ko'pincha turlicha izohlanadigan ko'rsatkichlar qo'llaniladi. Bunda kurash bo'yicha tadqiqotlarda ko'llaniladigan ko'pgina mezonlar maxsus metrologik talablarga mos kelmaydi.

MFning yuqorida aytib o'tilgan joriy qiymatlarini modelning eng kattaga yaqin qiymatlariga bog'liq tahlil qila turib, har bir sport yakkakurashi turi bo'yicha yillik tayyorgarlik tsiklini strategik rejalashtirish elementlari ishlab chiqiladi.

XULOSA

Boks, dzyudo va qilichbozlikda ishonchli amalga oshiriladigan hujum texnik harakatlari to'plamini kengaytirish zarur. Qilichbozlik va boks himoya harakatlarini keng doirada takomillashtirish imkoniyatiga ega. Musobaqa olishuvlaridagi texnik harakatlarning zichligini ko'rib chiqayotib, hamma yakkakurash turlari bo'yicha joriy qiymatlarning past darajada ekanlinini ta'kidlash zarur. Buni ushbu vaqt bo'lagida takomillashtirishning asosiy zahira omili sifatida baholash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimov M.A., Xalmuxamedov R.D., Shamsematov I.Yu., Tajibaev S.S. Bokschilarning sport-pedagogik mahoratini oshirish. T., 2011. 478 b.
2. Горстков Е.Н. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности боксеров тяжелых весовых категорий / Е.Н. Горстков // Бокс: Ежегодник. - М.: ФиС, 1983. -С. 43-46.
3. Градополов К.В. Тренировка боксера в соревновательном периоде: учебное пособие для тренеров / К.В. Градополов, В.И. Огуренков. - М.: ФиС, 1963. - 305 с.
4. Щербаков С.И. Исследование соревновательной деятельности в боксе / С.С. Наумов, В.А. Киселев // Сб. молодых ученых и студентов РГАФК. - М.: ФОН, 2000. - С. 61-65.
5. Гаськов А.В. Теоретико-методические основы управления соревновательной и тренировочной деятельностью квалифицированных боксеров: автореф. дис. ... докт. пед. наук / А.В. Гаськов. — М., 1999.-53 с