

BELBOG‘LI KURASH SPORT TURIDA IXTISOSLASHAYOTGAN SPORTCHILARNING MAXSUS JISMONIY TAYYOGARLIGI.

I.A.Mirzabekov
Andijon davlat universiteti

Annotatsiya: Yakkakurash sport turlarida kurash olib borish, kurashni uslubini tushunishga nisbatan turli xil yondashuvlar mavjud. “Bellashuvni olib borish uslubini” tushunchasining o‘rni va ahamiyatini belgilab beruvchi muhim tushunchalar, shuningdek ushbu atamaning ta’rifini aniqlashtirishga imkon beruvchi tushunchalar – bular taktika va strategiya tushunchalaridir. Bellashuv taktikasining vazifalari- muayyan raqibga qarshi kurashishda harakatlar natijasini belgilab olish. Bellashuv rejasini ishlab chiqish uchun maqsad belgilash, shuningdek avval ishlab chiqilgan musobaqalar taktikasini inobatga olgan holda unga erishish yo‘llari hamda vositalarini belgilab olish zarur.

Kalit suzlari: mintaqaviy, jahon, sport, milliy, xalqaro, olimpiya, professional, jadal, yakkakurash, nazariyasi, metodikasi.

Abstract: There are different approaches to fighting in single combat sports and understanding the style of fighting. Important concepts that determine the place and importance of the concept of "competition style", as well as concepts that allow to clarify the definition of this term - these are the concepts of tactics and strategy. Tasks of competition tactics - to determine the result of actions in the fight against a certain opponent. To develop a competition plan, it is necessary to set a goal, as well as determine the ways and means of achieving it, taking into account the previously developed competition tactics.

Key words: regional, world, sports, national, international, Olympic, professional, intensive, martial arts, theory, methodology.

Аннотация: В единоборствах существуют разные подходы к ведению боя и пониманию стиля боя. Важные понятия, определяющие место и значение понятия «стиль соревнований», а также понятия, позволяющие уточнить определение этого термина – это понятия тактики и стратегии. Задачи тактики соревнований – определить результат действий в борьбе с определенным противником. Для разработки плана соревнований необходимо поставить цель, а также определить пути и средства ее достижения с учетом ранее разработанной тактики соревнований.

Ключевые слова: региональный, мировой, спортивный, национальный, международный, олимпийский, профессиональный, интенсивный, боевые искусства, теория, методология.

Maxsus jismoniy tayyorgarlik tanlangan sport turi uchun xos bo‘lgan jismoniy sifatlarni tarbiyalashga qaratilgan (masalan, belbog‘li kurash vakili uchun gavda kuchi). Sport kurashi sohasilagi yetakchi olimlar tomonidan kurashchilarining texnik-taktik tayyorgarligi muammolari ishlab chiqilgan. Xalq sport turlari bo‘yicha ko‘p sonli musobaqalarning o‘tkazilishi, ayniqsa mintaqaviy va jahon musobaqalari doirasida o‘tkazilishi noolimpiya sport turlari, jumladan, belbog‘li kurash sport musobaqalarining tashkil qilinishi va o‘tkazilishiga olib keldi. Bunday umumjahon o‘yinlarining ishtirokchilar soni va sport turlarining ko‘payishi evaziga muntazam ravishda o‘tkazilishi ehtimoldan holi emas.

Milliy va xalqaro yakkakurash sport turlarining rivojlanishi.

Olimpiya va professional sportning bir-biriga yaqinlashishiga olib boruvchi sportning jadal professionallashuvi muhim omillaridan biridir. Bunday professionallashuv ko‘p jihatdan olimpiya harakati iqtisodiy mexanizmlar orqali boshqarilishi lozimligini tushunishga imkon beradi.

O‘zbekistonda sport kurashi, yakkakurash sport turlari sohasidagi yetuk olimlar tomonidan sport kurashlari nazariyasi va metodikasi masalalarida zamonaviy qarashlar ishlab chiqilgan, bular F.A.Kerimov, L.P.Yugay, Y.S.Kim, N.A.TAstanov, Sh.A.Mirzakulov, YE.I.Bayturayev, (2016), A.Taymuratov (2017), Z.P.Jumakulov (2018) kabi olimlardir [2]

Vatanimiz olimlari tomonidan tayyorlangan ilmiy adabiyotlardagi ma’lumotlardan ko‘rinadiki, hozirgacha ilmiy nazariy ahamiyatga ega, shuningdek, mashg‘ulotlarni metodik ta’minlash bilan bog‘liq bo‘lgan masalalar ishlab chiqilgan. Xalqaro sport harakatini rivojlantirish va unda milliy kurash turlarining ahamiyati hamda o‘rnini aniqlashtirishdagi asosiy tendensiyalarga bir qator omillar kiradi. Belbog‘li kurashdagi musobaqa faoliyati turli-tuman harakat amallarining qo‘llanilishini nazarda tutadi, ular har xil kurash turlaridan jamlangan (erkin kurash, sambo, yunon-rum kurashi, dzyudo).

Belbog‘li kurashda sport mahorati, birinchi navbatda sportning jismoniy psixofiziologik va funksional tayyorgarligiga asoslanuvchi, musobaqa bellashuvi jarayonida muvaffaqiyatga erishishini ta’minlovchi yaxshi texnik-taktik harakatlar arsenali bilan aniqlanadi [3,5].

Bir qator olimlar shuni e’tirof etadilarki, yakkakurash sport turlarida, xususan belbog‘li kurashda harakat amallarini shakllantirish 10-12 yoshdagi yosh sportchilarning mashg‘ulot jarayonini samarali tashkil qilishga bog‘liq. Har xil yakkakurash sport turlarida oqilona va samarali harakat omillarini shakllantirish masalalari maxsus ilmiy-metodik adabiyotlarda yetarlicha yoritilgan bo‘lsada (V.A.Vorobyov, B.I.Tarakanov, 2007; R.M.Gorodnichev, YE.Y.Andriyanova, N.A.Sklyar, 2008), ularda ayniqsa belbog‘li kurashga doir adabiyotlarda (CH.T.Ivankov, 2007; A.A.Valemeyev, 2007; V.A.Taymazov, S.M.Ashkinadi, A.A.Otvitsev, 2016) sportchining harakatlanish imkoniyatlarini oshirish masalalari qarab chiqilmagan shuningdek, yosh sportchilarni tayyorlash amaliyotida qo‘llaniladigan vositalarning o‘zaro bog‘liqligi deyarli yo‘q.

Biroq katta sport bilan shunday shaxslar shug‘ullanadiki, ular ajoyib imkoniyatlarga egalar, tegishli mashg‘ulotlar sharoitlarida yuqori sport natijalarini ko‘rsatishga qodirdirlar. Sportdagi natija bir qator omillar, nafaqat morfologik, funksional va psixologik, ma’naviy-ahloqiy sifatlar, trenerning malaka darajasiga, balki shug‘ullanuvchining iqtidoriga, ya’ni genetik belgilangan harakat faoliyati imkoniyatlariga ham bog‘liq. Bu jismoniy yuklamalar kattaligi va sport bilan shug‘ullanish istiqbolini aniqlash uchun sportga saralash mezonlarini belgilab olish zaruratini yuzaga keltiradi. Ushbu fikr “sportga xos qobiliyatlarga” ega individlarni saralash muammolari tuzilmasida genetik tadqiqotlar ahamiyatini aniqlashtirib olishga imkon yaratadi [1].

Tanlangan sport turida mashg‘ulot va musobaqa faoliyatiga ta’sir ko‘rsatuvchi maxsus yuklamalar sport faoliyatining ustuvor omili hisoblanadi. Biroq maxsus jismoniy tayyorgarlikda u yoki bu jismoniy sifatlarni rivojlantirish uchun boshqa sport turlaridan, masalan, gimnastika, akrobatikadan olingan vositalar, shuningdek, tanlangan sport turi uchun xos bo‘lgan maxsus mashqlar qo‘llanilishi mumkin. Sh.A.Mirzaqulov tomonidan (2014) belbog‘li kurashda kurashuvchilarni tayyorlash uchun ixtisoslashtirilgan mashqlar ishlab chiqilgan. Yakkakurash sport turlarida kurash olib borish, kurashni uslubini tushunishga nisbatan turli xil yondashuvlar mavjud. “Bellashuvni olib borish uslubi” tushunchasining o‘rni

va ahamiyatini belgilab beruvchi muhim tushunchalar, shuningdek ushbu atamaning ta’rifini aniqlashtirishga imkon beruvchi tushunchalar – bular taktika va strategiya tushunchalaridir. Bellashuv taktikasining vazifalari- muayyan raqibga qarshi kurashishda harakatlar natijasini belgilab olish. Bellashuv rejasini ishlab chiqish uchun maqsad belgilash, shuningdek avval ishlab chiqilgan musobaqalar taktikasini inobatga olgan holda unga erishish yo’llari hamda vositalarini belgilab olish zarur [4].

Musobaqalar vaqtida tahlil ma’lum bir tizim asosida aqlda bajarilishi kerak:

1. Raqib tayyorgarligini baholash: a) texnik; b) taktik; v) jismoniy; g) psixik.

Yakkakurashlarning qo’l jangi turlarida “taktika” tushunchasiga ta’rif bera turib, V.A.Arkadyev shunday yozadi: ...taktika jangovar vaziyatni tushunib, raqib harakatlari va imkoniyatlarini, o’zining individual xususiyatlari va salohiyatini hisobga olish asosida kurash olib borish qobiliyati yoki maxsus ko’nikma sifatida qatnashadi” Keller ta’rifi yanada aniqroq va lo’nda berilgan – bu “kurash olib borish qobiliyatidir”. Sportda taktika deganda, muallifning fikricha, musobaqa qoidalari, shaxsiy va raqibning xususiyatlaridagi ijobiy hamda salbiy tomonlarni inobatga olgan holda musobaqa vazifalarini hal etish uchun taktik harakatlardagi texnik usullardan maqsadli foydalanish usullarini tushunish kerak.

Adabiyotlarda taktikaning yana bir ta’rifi bor. U O.B.Malkov tomonidan berilgan bo’lib, muallifning e’tiroficha, “yakkakurash sport turlarida taktika – bu raqib bilan to’qnashuvli o’zaro harakatlarni tashkil qilish usullari va metodlari yig’indisidir. Bu o’zaro harakatlar o’zining va raqibning imkoniyatlari, vaziyatni tushunish asosida raqib imkoniyatlarini, ayniqsa xatti-harakatlarni amalga oshirish imkoniyatlarini kamaytirishga qaratidgandir”

Adabiyotlar

1. А.Ю.Асанов, Э.Г.Мартиросов-Некоторые епроблемы генетических исследований в спорте. //Морфологические проблемы спортивного отбора. Москва, 1989 г., стр. 30-35;

2.Керимов Ф.А. Теория и методика спортивной борьбы //Учебник. Т., 2001, - 245 с.;

3.Иванков Ч.Т Учебник по национальной борьбе «Корэш»(борьба на поясах).

Издательства «Инсан» 384с. 2007 год.;

4.Сафарова Д.Д.- Морфогенетические аспекты спортивной ориентации спортивной ориентации и отбора, //Проблемы биологии и медицины №3, 2013,стр. 81-83).

5.Г.С. Туманян, 1997; В.В. Шиян, 1998; Ч.Т. Иванков, 2007 (Иванков Ч.Т. Учебник по национальной борьбе «Корэш»(борьба на поясах). Издательства «Инсан» 384с. 2007 год.