

ДЗЮДОДА ТИК ТУРИБ ВА ПАРТЕРДА ҚЎЛГА КИРИТИЛГАН БАҲОЛАР ВА УЛАРНИНГ САБАБЛАРИ

Фаррух Ахмедов, СамДУ докторанти

Тел. +998933575467, email: fsh_akhmedov@mail.ru

Аннотация. Ушбу мақоланинг мақсади дзюдода тик туриб ва партерда қўлга киритилган баҳолар ва уларнинг сабабларини сўров ўтказиш орқали аниқлашдан иборат. Мазкур тадқиқот иши натижалари мураббийлар ва дзюдочиларга техник-тактик тайёргарлик жараёнини самарали ташкил этишга хизмат қилади.

Калит сўзлар. дзюдо, мусобақа фаолияти, баҳолар нисбати, сўровнома.

Аннотация. Цель данного исследования сравнить оценки стоя и партер соотношениями спортсменов по дзюдо с использованием опрос. Соотношения оценки подтверждают, могут помочь тренерам и спортсменам эффективно планировать технико-тактической подготовки.

Ключевое слово. Дзюдо, соревновательная деятельности, соотношения оценки, опрос.

Annotation. The aim of this study is to determine standing fight and fight in groundwork of judo athletes and its causes using special questionnaire. The results of this investigation may help coaches and athletes to effectively plan their technical and tactical training.

Key words: judo; competitive activity; ratios of scores; questionnaire.

Долзарблик. Халқаро дзюдо федерациясининг (IJF) жорий ҳакамлик қоидаларимга кўра спортчилар тик туриб (*Nage waza*) ва партерда (*Katame waza*) баҳоларни қўлга киритишига рухсат берилган [1]. Ҳар иккала ҳолатда тегишли баҳони қўлга киритиш ўзига хос хусусиятга эга. Бу борада 2017-2019 йиллар давомида Ўзбекистон Республикасида ташкил этилган мусобақалар муаллиф томонидан кузатилганда, барча вазн тоифаларидаги дзюдочилар беллашувларида тик туриб улоқтириш (*Nage Waza*) орқали қўлга киритилган баҳолар нисбати сезиларли фарқ қилиши аниқланди. Хусусан, енгил вазн тоифасида 95% баҳолар тик туриб қўлга киритилган бўлса, мос равишда бу кўрсаткич ўрта ва оғир вазнли дзюдочиларда 85% ва 76%ни ташкил этди [2].

Таҳлил натижаларига кўра барча вазн тоифаларида кам сонли баҳолар партерда қўлга киритилган (*Katame Waza*). Аммо бу кўрсаткич халқаро майдонда муносиб рақобатлашиш ва юқори натижаларни қайд этишда

тўсқинлик қилиши мумкин. Халқаро миқёсида ўтказилган расмий мусобақалар таҳлил қилинганда (www.judobase.org), бугунги кунда дунёда энг кучли саналадиган баъзи миллий терма жамоалар вакиллари, хусусан, Япония, Франция, Бразилия, Россия, Германия, Италия, Нидерландия, Жанубий Корея, Хитой каби мамлакатлар миллий терма жамоалари аъзолари беллашув шароитида партерда бажариладиган усулларни максимал самарадорлик билан қўллаши аниқланди. Бу ўз навбатида спорт натижаларининг юқорилашига таъсир қилса, иккинчидан бундай имкониятдан фойдалана олиш кўникма ва малакаларини шакллантириш муаммосини кун тартибига қўяди.

Мусобақа фаолиятини таҳлил қилиш дунё миқёсида илмий жамоатчилик томонидан ўрганилганлиги, ҳозирда ҳам мазкур масала бўйича кўпсонли илмий-тадқиқотлар олиб борилаётганлиги маълум. Шунга қарамай, юқоридаги масаланинг сабабларини аниқлашга қаратилган тажрибалар етарлича эмас. Хусусан, беллашув фаолиятида қўлга киритилган баҳолар нисбати ва уларнинг юзага келиш сабаблари дзюдочилар қарашлари ва фикр-мулоҳазалари бўйича аниқланмаган. Юқоридаги фикр ва мулоҳазаларга асосланган ҳолда тик туриб ва партерда қўлга киритилган баҳолар ва уларнинг юзага келиш сабабларини дзюдочилар нуқтаи-назари бўйича таҳлил қилиш мақола мақсади сифатида белгиланди. Беллашув фаолияти кўрсаткичларининг мазкур нисбати бевосита машғулот жараёни билан боғлиқлиги илмий фараз қилинди.

Тадқиқотнинг ташкил этилиши. Тадқиқотни амалга оширишда махсус саволнома ишлаб чиқилди ва 61 нафар дзюдочи сўровдан ўтказилди (*халқаро тоифадаги спорт устаси-10%, спорт устаси-31%, спорт усталигига номзодлар-48% ҳамда разрядлилар-11%*). Дзюдочиларнинг шуғулланиш даври $8,49 \pm 3,65$ ва ёши $20,4 \pm 3,24$ йилни ташкил этди.

Натижалар. Сўровнома натижалари ҳақида қуйидаги 1-жадвалда умумий маълумот келтирилган (1-жадвал).

1-жадвал. Тик туриб ва партерда беллашув олиб бориш бўйича дзюдочилар фикрлари

Саволлар	Жавоб 1	Жавоб 2	Жавоб 3
Нима учун аксарият ҳолларда тик туриб беллашув олиб боришга ҳаракат қиласиз	Тик туриб беллашув олиб боришда имкониятим кўпроқ	Бу машғулот жараёни билан боғлиқ	Партерда усулларни бажариш тик туриб бажаришга қараганда қийинроқ
Нисбат	47%	28%	25%
Партерда беллашув олиб боришнинг қийинлиги (салбий томони) нимада деб ўйлайсиз,	Рақибларим партерда яхши ҳимояланади	Партерда усулларни самарали яқунлаш қийин	Партерда бажариладиган усулларни кам биламан
Нисбат	67%	23%	10%
Сизнинг фикрингизча, кучли спортчиларнинг мусобақа фаолиятини таҳлил қилиш муҳимми,	Албатта, бу тайёргарлик жараёнининг ажралмас бир қисми	Бу унчалик муҳим эмас	Бу мутлақо муҳим эмас
Нисбат	84%	16%	—

Саволномага берилган жавоблар шуни изоҳлайдики, аксарият дзюдочилар тик туриб ва партерда қўлга киритилган баҳолар нисбати ва уларнинг сабабларини тик туриб беллашувни олиб боришда имкониятлари кўпроқ эканлиги билан изоҳлайдилар. Иштирокчиларнинг катта қисми (47%) тик туриб усулларни қўллаш ва уларни бажаришда имкониятлари юқори эканлигини қайд этишган. 28% респондент эса ушбу ҳолат бевосита машғулот жараёни билан боғлиқ эканлигини таъкидлаб ўтганлар. Шунингдек, 25% респондент партерда баҳо олиш учун бажариладиган усуллар ва уларни қўллаш мураккаб эканлигини айтиб ўтишган. Саволномага берилган ушбу жавоблар мантиқан алоқадор бўлиб, ҳар учала жавоб ҳам бевосита машғулот жараёни билан алоқадор. Тайёргарликнинг у ёки бу даражасига мос равишда мусобақа фаолиятининг модели шаклланади ва у мусобақа фаолияти жараёнида акс этади. Махсус адабиётларда бу борада муайян фикрлар акс эттирилган бўлиб, вазн тоифаларининг ортиши билан тик туриб қўлга киритиладиган баҳолар нисбати пастлаб боради. Бу бевосита тана вазни ва унинг ҳаракат частотаси билан боғлиқ бўлиб, енгил вазндаги дзюдочилар мусобақа фаолияти нисбатан шиддатли характерда бўлиб, асосан тик туриб беллашув олиб боришга асосланади. Аксинча, тана вазни оғирроқ бўлган дзюдочилар партерда

қўлланиладиган усуллардан унумли фойдаланадилар. Тадқиқотлар шуни тасдиқлайдики, тана вазни бевосита партерда хужумни самарали яқунлаш воситаси сифатида хизмат қилади [3].

Масаланинг яна бир муҳим томони шундаки, аксарият дзюдочилар фикрича партер бу самарали ҳимоя воситаси саналар экан. Бу ўринда 67% респондентлар рақиблари партерда самарали ҳимояланиши ва шу сабабдан улар партерда вақтни йўқотишдан қочишларини таъкидлаганлар. Сўралувчиларнинг 23%и эса партерда усулларни қўллаш қийинлигини эътироф этишган. Атиги 10% респондентлар партерда бажариладиган усулларни кам билишини таъкидлаган. Олинган натижалар шуни изоҳлайдики, партерда беллашув олиб бориш ўзига хос мураккаблик касб этиб, беллашувни олиб бориш тактикасига ҳам алоқадор экан. Бир сўз билан айтганда партерда беллашув олиб бориш бир пайтнинг ўзида ҳимояланиш учун қулай восита ҳисобланса, усулни самарали қўллаш учун маълум даражада мураккабликка эгаллиги билан ажралиб туради.

Кучли спортчилар мусобақа фаолияти ўзига хос асосларга эга. Бу ўринда кўп сонли кузатишлар ва тажрибалар фикримизни тўлақонли тасдиқлайди. Сўровнома иштирокчиларининг катта қисми (84%) кучли рақибларининг мусобақа фаолиятини таҳлил қилиш муҳим аҳамиятга эгаллигини эътироф этишади. Ушбу фактор тайёргарлик жараёнида асосий рол ўйнайди, деб ҳисоблайдилар. 16% сўралувчилар эса бу фактор ҳар доим ҳам катта аҳамият касб этмаслигини таъкидлаган.

Сўровнома натижалари шуни кўрсатдики мусобақа фаолиятининг кўрсаткичлари бевосита машғулот жараёнининг хусусиятлари билан боғлиқ эканлиги сўровнома натижалари билан тасдиқланди. Аксарият респондентлар тик туриб беллашув олиб боришга ҳаракат қиладилар ва уларнинг фикрича партерда усулларни қўллаш ўзига хос мураккаб ҳисобланади.

Хулоса. Олинган натижаларга асосан қуйидаги хулосаларга келинди:

1. Машғулотлар жараёнида партерда бажариладиган усуллар ва уларни мусобақа шароитида қўллаш кўникма ва малакасини такомиллаштириш

керак. Бунда бир пайтнинг ўзида партерда ҳимояланиш ва ҳужумни самарали қўллаш масаласига аҳамият қаратиш керак.

2. Партерда беллашув олиб бориш, усулларни муваффақиятли қўллаш ҳамда ишончли ҳимояланиш бевосита жисмоний ва техник-тактик тайёргарлик билан боғлиқ.
3. Таҷрибали ва маҳоратли дзюдочилар беллашув олиб бориш тактикаси ва уларнинг ўзига хос хусусиятларини таҳлил қилиш ва машғулот жараёнида уларни ўзлаштириш муҳим аҳамиятга эга.

Адабиётлар

1. International Judo Federation. www.ijf.org. Explanatory guide to the refereeing rules 9 March 2018 Published. 1547390614 pdf.
2. F.Ahmedov. The relationship between the weight classes and competitive activity of judo athletes. International Journal of Physical Education, Sports and Health. 2020; 7(4): 108-111.
3. Ivan Segedi, Hrvoje Sertic, Dario Franjic, Nenad Kustro & Davor Rozac. Analysis of judo matches for seniors. Journal of Combat Sports and Martial Arts. (2014). 2(2), 57-61.