

Yarasheva Dilnoza

Osiyo Xalqaro Universiteti

Jismoniy madaniyat kafedra o'qituvchisi

Email: yarashevadilnozaismoilqizi@oxu.uz

GANDBOLDA TAKTIK FIKRLASHNING ASOSIY JIHATLARI

Anotatsiya: Qo'l to'pidagi taktika murakkab va ko'p qirrali fan bo'lib, jamoaviy o'yinni strategik fikrlashning haqiqiy san'atiga aylantiradi. Zamonaviy qo'l to'pi shunchaki jismoniy to'qnashuv emas, balki intellektual kurash bo'lib, unda har bir harakat, har bir o'yin o'yin naqshlarini chuqur anglash va bir zumda qaror qabul qilish natijasiga aylanadi. Kortda va maydon tashqarisida g'alaba qozonish uchun qo'l to'pi taktikasini bilish va undan foydalanishning ahamiyati.

Kalit so'zlar: Taktik mahorat, taktik fikrlash, Strategik rejalashtirish, O'yin sxemasi, Hujum taktikasi "2ga 2", Zonaviy himoya.

Kirish

Qo'l to'pidagi taktik mahorat muvaffaqiyatning asosi bo'lib, u o'yin maydonidan ancha uzoqqa cho'ziladi. Tahlil qilish, bashorat qilish va o'zgaruvchan o'yin sharoitlariga darhol moslashish qobiliyati nafaqat taniqli sportchilarni, balki hayotning turli sohalarida muvaffaqiyatli shaxslarni ham shakllantiradi.

Gandbolda taktik fikrlashning asosiy jihatlari:

Strategik rejalashtirish: bir necha qadam oldinda o'yin vaziyatlarining rivojlanishini hisoblash qobiliyati

Jamoaviy ish: sheriklarning harakatlarini darhol o'qish va qo'llab-quvvatlash qobiliyati

Moslashuvchanlik: Raqibning harakatlariga qarab taktikani o'zgartirishda moslashuvchanlik

Aqliy mustahkamlik: xotirjamlikni saqlash va stressli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish

Gandbolda taktik tayyorgarlik murakkab ko'p bosqichli jarayon bo'lib, quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- O'yin sxemalarini nazariy o'rganish
- Doimiy tayyorgarlik va o'zaro ta'sir amaliyoti
- Raqiblarning harakatlarini tahlil qilish
- Har bir o'yinchining individual mashg'ulotlari
- Jamoaning psixologik va jismoniy sinxronlashuvi

Taktikaning ahamiyati sportdagi yutuqlardan ham oshib ketadi. Qo'l to'pi bo'yicha olingan ko'nikmalar - jamoada ishlash, tezkor qaror qabul qilish, vaziyatni tahlil qilish - professional va shaxsiy hayotda muhim boylikka aylanadi.

Zamonaviy gandbolda taktik sxemalar

Zamonaviy qo'l to'pi murakkab taktik tizim bo'lib, unda har bir sxema o'yinchilarning o'zaro ta'siri uchun puxta o'ylangan strategiyani ifodalaydi. Jamoaning muvaffaqiyati turli taktik modellarni bir zumda almashtirish qobiliyatiga bog'liq.

Hujum taktikasi "2ga 2"

Zamonaviy gandboldagi eng samarali hujum sxemalaridan biri:

Taktikaning mohiyati: Sudning muayyan sohalarida son ustunligini yaratish

Ijro mexanikasi: Ikki o'yinchi raqib himoyasini chalg'itib, murakkab harakat traektoriyasini yaratadi.

Asosiy afzalliklari:

- Yuqori hujum o'zgaruvchanligi
- Himoya qilish qiyinligi
- Hujum yo'nalishini tez o'zgartirish
- 2v2 taktikasining muvaffaqiyati quyidagilarga bog'liq:
- O'yinchilarning harakatlarini sinxronlashtirish
- Qaror qabul qilish tezligi
- Raqibning harakatlarini o'qish qobiliyati
- O'yinchilarning individual mahorati
- Zonaviy himoya

Raqib hujumlariga samarali qarshi turish imkonini beruvchi zamonaviy mudofaa strategiyasi:

Afzalliklari:

- Yurish xavfini minimallashtirish
- Tez qarshi hujum qilish qobiliyati
- Markazlashtirilgan mudofaa boshqaruvi
- Zonaviy mudofaa samaradorligiga erishiladi:
- Mas'uliyat sohalarini aniq taqsimlash
- O'yinchilar o'rtasida doimiy aloqa
- Raqibning harakatlariga tez moslashish
- Qarshi hujum o'yini

O'yin kursini bir zumda o'zgartirishga imkon beruvchi zamonaviy gandbolning asosiy elementi:

Strategik maqsad: Raqib to'pni yo'qotib qo'ygan daqiqalardan unumli foydalanish

Asosiy xususiyatlar:

- ✓ Himoyadan hujumga o'tishning yuqori tezligi
- ✓ Raqib uchun syurpriz
- ✓ Psixologik bosim
- ✓ Qulfdan foydalanish

O'yinchilarning yuqori darajadagi o'zaro ta'sirini talab qiladigan murakkab taktik harakat:

Asosiy maqsad: o'tish yoki uzatish uchun joy yaratish

Texnik xususiyatlari:

- Joylashuvni aniq hisoblash
- Hamkorlarning tezkor reaksiyasi
- Qoidalarni buzish xavfini minimallashtirish

Qo'l to'pidagi zamonaviy taktik sxemalar murakkab dinamik tizim bo'lib, doimiy takomillashtirish va moslashishni talab qiladi. nega g'alaba uchun muxlislarning qo'llab-quvvatlashi muhim emas. Qo'l to'pidagi muxlislar shunchaki tomoshabinlar emas, balki jamoaning haqiqiy o'n ikkinchi o'yinchisidir. Ularning qo'llab-quvvatlashi o'yinning borishini tubdan o'zgartirishi, sportchilarga o'yinning eng muhim daqiqalarida qo'shimcha kuch va motivatsiya berishi mumkin.

Stendlarni qo'llab-quvvatlashning psixologik ta'siri ko'p qirrali. Baland ovozli qo'shiqlar, barabanlar, maxsus tayyorlangan qichqiriq sektorlari o'yinchilarni tom ma'noda qo'shimcha kuch bilan to'ldiradigan maxsus atmosferani yaratadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, muxlislarning qo'llab-quvvatlashi natijasida hissiy kuchayish sportchilarning jismoniy chidamliligini 15-20% ga oshirishi mumkin.

Muxlislar ta'siri hodisasi, ayniqsa, jamoa mag'lubiyat yoqasida turgan paytlarda yaqqol ko'zga tashlanadi. Aynan shunday daqiqalarda stendlarning umumiy energiyasi mo'jizalar yaratishi mumkin. Kuchli qo'llab-quvvatlash o'yinchilarning psixologik kayfiyatini o'zgartirishi, so'nggi zaxiralarini safarbar qilishga va imkonsiz narsani qilishga majbur qilishi mumkin.

Shunisi qiziqki, muxlislarning ta'siri nafaqat hissiy fonga, balki aniq taktik qarorlarga ham taalluqlidir. Kuchli qo'llab-quvvatlash raqib jamoani ruhiy tushkunlikka tushirishi va qo'shimcha psixologik bosim yaratishi mumkin. Tajribali murabbiylar ko'pincha yaxshi o'qitilgan cheerliding jamoasi fan ekanligini aytadilar.

Muxlislarni jalb qilishning zamonaviy strategiyalari shunchaki tribunada bo'lishdan ham uzoqroq. Klublar butun muxlislar hamjamiyatini yaratadi, maxsus tadbirlarni tashkil qiladi va sodiqlik dasturlarini ishlab chiqadi. Muxlislar shunchaki passiv kuzatuvchilar emas, balki sport ekotizimining to'liq ishtirokchilariga aylanishadi.

Ayniqsa, yoshlar sportida qo'llab-quvvatlash muhim. Boshlang'ich sportchilar uchun baland qarsaklar va hayqiriqlar nafaqat motivatsiya, balki ularning sa'y-harakatlarini e'tirof etishdir. Ko'pgina professional gandbolchilar tribunadan birinchi qo'llab-quvvatlash ularning karyeralarida burilish nuqtasi bo'lganini eslashadi.

Statistika shuni ko'rsatadiki, muxlislar kuchli qo'llab-quvvatlagan jamoalar o'z uylarida o'rtacha 30% tez-tez g'alaba qozonishadi. Bu shunchaki raqam emas - bu zamonaviy sportda hissiy omil qanchalik muhim ekanligining tasdig'idir.

Xulosa

Zamonaviy gandbolda taktika murakkab va ko'p qirrali tizim bo'lib, doimo rivojlanib, takomillashib boradi. Keling, tadqiqotimizning asosiy natijalarini umumlashtiramiz: Taktik

mahorat gandbolda muvaffaqiyatning asosi bo'lib, oddiy o'yin rejalaridan tashqariga chiqadi. Zamonaviy taktik uslublar o'yinni chuqur tushunish, tezkor reaksiya va jamoaviy ishlashni talab qiladi. Texnologiya gandbolda taktik tayyorgarlikka yondashuvni tubdan o'zgartirdi. Muxlislar qo'llab-quvvatlashi jamoaning ruhiy holatida muhim rol o'ynaydi.

Har bir taktik sxema o'yinchilar o'rtasidagi o'zaro ta'sirning murakkab algoritmidir.

Jamoa muvaffaqiyati o'zgaruvchan o'yin sharoitlariga tez moslasha olishiga bog'liq.

Gandbolda taktik fikrlash doimiy rivojlanish va takomillashtirishni talab qiladigan san'atdir.

Gandbol dinamik va qiziqarli sport turi bo'lib qolmoqda, unda taktik mahorat g'alabaning kalitidir.

Foydalangan adabiyotlar

1. Yarasheva, D. (2024). GANDBOL O'YININING TUZULISHI VA STRATEGIYALAR. *Medicine, pedagogy and technology: theory and practice*, 2(9), 378-387.
2. Dilnoza, Y. (2024). ELITA GANDBOLCHILARIDA BA'ZI JISMONIY TAYYORGARLIK PARAMETRLARI O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNI TEKSHIRISH.
3. Dilnoza, Y. (2024). GANDBOLDA FUNKTSIONAL HARAKAT TAHLILI.
4. Dilnoza, Y. (2024). GANDBOLCHILARNING SUST RIVOJLANGAN MUSHAKKLARINI ANIQLASH USULLARI.
5. Dilnoza, Y. (2024). BOLALARNING GANDBOLGA XOS MAHORAT DARAJASINI ANIQLASH.
6. Dilnoza, Y. (2024). SPORT MARKETINGIDA HOMIYLIK ALOQALARI.
7. Dilnoza, Y. (2024). GANDBOL SANOAT VA TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH.
8. Dilnoza, Y., & Javoxir, Q. (2024). FUTBOL SPORT TURIDA TEXNIKA VA TAKTIKANING AHAMYATI. *IMRAS*, 7(4), 476-480.
9. Yarasheva, D., & Olimov, D. (2024). ECONOMIC SIGNIFICANCE OF SPORT SERVICES. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(2), 160-166.
10. Yarasheva, D. (2024). NOANANAVIY SOG'LOMLASHTIRISH MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISH USULLARI. *Международный журнал научных исследователей*, 9(1), 246-250.
11. Dilnoza, Y. (2025). SPORTCHILARNING TAYYORGARLIGINI NAZORAT QILISH. *PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(2), 144-148.
12. Dilnoza, Y. (2025). JISMONIY FAOLLIK, YUKLAMA VA DAM Olish NISBATI. *PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI*, 3(1), 3-8.
13. Dilnoza, Y. (2025). SPORTCHINING PSIXOLOGIK HOLATI. *PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI*, 3(2), 146-150.
14. Dilnoza, Y. (2024). SPORT MARKETINGIDA HOMIYLIK ALOQALARI.
15. Dilnoza, Y., & Sheraliyevna, T. G. (2024). STOL TENNIS OYINI TARIXI VA BUGUNGI KUNI. *IMRAS*, 7(3), 239-243.