

HIMOYA TAKTIKASI: ZAMONAVIY VOLEYBOLDAGI YONDASHUVLAR

Shaalimov Muhtorsho Adxamovich

O'zbekiston davlat jaxon tillar universiteti o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15602426>

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy voleybol o'yinida himoya taktikasining o'rni va ahamiyati tahlil qilingan. Himoyaviy harakatlarning turlari blok, zonal joylashuv, libero o'yinchisining vazifalari va ularning samaradorlikka ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, zamonaviy texnologiyalar, videoanaliz va statistik tahlil asosida himoya tizimini shakllantirish usullari yoritilgan. Himoya samaradorligini oshirish uchun mashg'ulotlarda qo'llaniladigan metodlar, o'yinchilar jismoniy va psixologik tayyorgarligi muhim omil sifatida ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: voleybol, himoya taktikasining turlari, blok, libero, zonal himoya, texnologik yondashuvlar, jismoniy tayyorgarlik, videoanaliz.

Аннотация. В данной статье анализируется роль и значение защитной тактики в современной игре в волейбол. Рассматриваются виды защитных действий блок, зональное расположение, задачи игрока либеро и их влияние на результативность. Также освещаются методы формирования системы защиты на основе современных технологий, видеоанализа и статистического анализа. Методы, используемые на тренировках для повышения эффективности защиты, физическая и психологическая подготовка игроков указаны как важный фактор.

Ключевые слова: волейбол, виды защитной тактики, блок, libero, зональная защита, технологические подходы, физическая подготовка, видеоанализ.

Annotation. This article analyzes the role and importance of defensive tactics in the modern game of volleyball. The types of defensive actions block, zonal location, tasks of the libero player and their impact on performance are considered. Methods of forming a protection system based on modern technologies, video analysis and statistical analysis are also highlighted. The methods used in training to improve the effectiveness of protection, physical and psychological preparation of players are indicated as an important factor.

Keywords: volleyball, types of defensive tactics, block, libero, zonal defense, technological approaches, physical training, video analysis.

Zamonaviy sport turlari ichida voleybol o'zining dinamikasi, tezkor qarorlar qabul qilish talabi va jamoaviy muvofiqlashtirish darajasi bilan ajralib turadi. Bu sport turida nafaqat hujum, balki himoya harakatlari ham g'alaba taqdirini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, yuqori darajadagi musobaqalarda himoyaning to'g'ri tashkil etilishi o'yin taqdirini hal qilishi mumkin. Ushbu maqolada zamonaviy voleyboldagi himoya taktikasi, uning turlari, tashkil etish usullari va samaradorligini oshirish yo'llari tahlil qilinadi.

Voleybol o'yinida himoya taktikasi deganda raqib hujumiga qarshi kurashish uchun o'yinchilarning maydonda joylashuvi, harakatlanish algoritmi va o'zaro muvofiqlashtirilgan harakatlar tizimi tushuniladi. Himoya nafaqat zarbani qaytarish, balki hujumni qayta tashkil etish uchun sharoit yaratishga xizmat qiladi.

Himoya taktikasining ahamiyati quyidagilarda namoyon bo'ladi:

- raqibning kuchli hujumlarini neytrallashtirish;
- o'yinchilarning harakatini muvofiqlashtirish;
- qayta hujum uchun imkoniyat yaratish;

➤ jamoaviy intizom va mas'uliyatni shakllantirish.

Zamonaviy voleybolda qo'llaniladigan himoya taktikalari quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Blok himoyasi

Blok — bu raqib hujumini to'g'ridan-to'g'ri to'xtatishga qaratilgan faol himoya turi. Blok qilish o'yinchining balandligi, sakrash qobiliyati va vaqtni to'g'ri baholash ko'nikmasini talab qiladi. Bloklar bir kishilik, ikki kishilik va uch kishilik shakllarda bo'ladi. Hujumchi pozitsiyasiga qarab, blokchilar joylashuvi ham o'zgaradi.

2. Zona bo'yicha joylashgan himoya

Bu usulda o'yinchilar oldindan belgilangan zonalarga joylashtiriladi va har bir o'yinchi ma'lum hudud uchun mas'ul bo'ladi. Bu yondashuv raqibning hujum yo'nalishlarini to'g'ri taxmin qilishga asoslanadi. Zonal himoya kuchli jamoaviy muvofiqlikni talab qiladi.

3. "Libero" o'yinchining roli

Zamonaviy voleybolda "libero" pozitsiyasi himoya taktikasining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Libero o'yinchisi qabul, pas va himoya harakatlariga ixtisoslashtirilgan bo'lib, blok va hujumda ishtirok etmaydi. U asosan past to'plarni qabul qiladi va markaziy himoyani kuchaytiradi.

So'nggi yillarda zamonaviy voleybolda analitik va texnologik vositalar yordamida himoya taktikasini rejalashtirish keng tarqalgan. Jumladan:

1. Video tahlil. O'yinlar videoyozuvlari asosida raqibning hujum uslubi, asosiy zarba yo'nalishlari, hujumchi pozitsiyasi va zaif nuqtalari aniqlanadi. Shu asosda himoya taktikasiga o'zgartirishlar kiritiladi.

2. Ma'lumotlar tahlili (data analysis). Statistik dasturlar yordamida har bir o'yinchining himoyadagi ishtiroki, muvaffaqiyatli qabul va bloklar soni, zonal qamrov darajasi aniqlanadi. Trendlarga qarab himoya strategiyasi moslashtiriladi.

3. Sun'iy intellekt va simulyatsiya. Ayrim professional jamoalar simulyatsiya dasturlari va sun'iy intellektdan foydalangan holda voleybol o'yinining turli ssenariylarini tahlil qilmoqda. Bu esa real vaziyatlarga mos himoya tizimini shakllantirishga imkon beradi.

Zamonaviy voleybolda himoya taktikasini takomillashtirish uchun quyidagi yondashuvlar qo'llaniladi:

- **Mashg'ulotlarda himoyaviy senariylarni takrorlash** – turli vaziyatlarda o'yinchilarning reaksiya tezligini oshiradi.
- **Pozitsion himoya mashqlarini olib borish** – o'yinchilarning zonal joylashuvi va o'zaro almashinishini yaxshilaydi.
- **Jismoniy tayyorgarlikni kuchaytirish** – ayniqsa, past to'plarga tez yetib borish, sakrash va turg'unlikni saqlash ko'nikmalarini rivojlantiradi.
- **Psixologik tayyorgarlik** – o'yin bosimi ostida to'g'ri qaror qabul qilish va e'tiborni saqlashga yordam beradi.

Zamonaviy voleybolda himoya taktikasining samarali tashkil etilishi jamoaning umumiy muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Himoyani faqat zarbani qaytarish deb emas, balki taktik kurashning muhim jihati sifatida ko'rish zarur. Blok, zonal himoya, libero o'yinchining roli, videoanaliz va statistik tahlil kabi yondashuvlar orqali himoyani yuqori darajada tashkil etish mumkin. Har bir jamoa o'z o'yinchilari xususiyatlarini hisobga olgan holda himoya tizimini ishlab chiqishi lozim. Himoya taktikasini o'rganish va takomillashtirish voleybol rivojida muhim o'rin tutadi.

References:

Используемая литература:

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Рустамов, Л. Х. (2013). Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. *Педагогика и современность*, (3), 69-76.
2. Рустамов, Л. Х. (2013). Физическая культура и ее влияние на организм человека. In *Актуальные вопросы современной науки* (pp. 99-103).
3. Рустамов, Л. Х., & Зайниддинов, Т. Б. (2013). Основные средства физической культуры и классификация упражнений. *Педагогика и современность*, (5), 137-140.
4. Рустамов, Л., & Махмудов, Ш. (2023). ВОЛЕЙБОЛ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ. *Академические исследования в современной науке*, 2(27), 91-93.
5. Рустамов, Л., & Тошпулатов, Х. (2024). СПОСОБЫ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ. *Development and innovations in science*, 3(3), 21-25.
6. Рустамов, Л. Х. (2021). ЗНАЧЕНИЕ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АНИМАЦИИ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. *POLISH SCIENCE JOURNAL*, 200.
7. Рустамов, Л. Х. (2022). ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ У УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. *POLISH SCIENCE JOURNAL*, 194.
8. Рустамов, Л. Х. (2022). ОРГАНИЗАЦИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В МЛАДШИХ КЛАССАХ. *POLISH SCIENCE JOURNAL*, 191.
9. Рахимкулов, К. Д., & Рустамов, Л. Х. (2021). ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ В ШКОЛЕ. *POLISH SCIENCE JOURNAL*, 257.
10. Рустамов, Л. Х. (2024). VOLLEYBALL PLAYERS' TRAINING IN MODERN CONDITIONS. *Ethiopian International Journal of Multidisciplinary Research*, 11(05), 807-810.
11. Маҳкамджонов, К. М., Иноземцева, Л. А., Нурматов, Ф., & Рустамов, Л. Спорт байрамларини ташкил қилиш ва ўтказиш методикаси. *Toshkent: -2007*.
12. Рустамов, Л., & Турсунов, Ш. (2024). ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ. *Академические исследования в современной науке*, 3(28), 35-41.