

“5-1” HIMOYASIDA BAJARISHDA GANDBOL O‘YINCHILARINING TAKTIK O‘ZARO TA’SIRLARI**Akimov Jumaniyaz Erniyazovich**

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti “Jismoniy madaniyat nazariyaasi va metodikasi” kafedrası katta o‘qituvchisi

Uzakbaev Ruslan Anvarovich

I - bosqich magistranti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15514219>

Annotatsiya. Maqolada ish “5-1” himoya tizimida gandbol o‘yinchilarining taktik o‘zaro ta’sirlarini o‘rganishga bag‘ishlangan. Tadqiqotda ushbu himoya usulining asosiy tamoyillari, uning ustunliklari va zaif jihatlari tahlil qilinadi. Ayniqsa, oldingi chiziqda (ya’ni 1-o‘yinchi pozitsiyasida) harakatlanadigan himoyachining raqibning hujumini buzishdagi roli, markaziy va qanot himoyachilari bilan muvofiqlashtirilgan harakati alohida ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: Taktik o‘zaro ta’sir, himoyaviy harakatlar, Jamoaviy taktika, Himoyachilar koordinatsiyasi, raqib hujumining oldini olish, sportchi yondashuvi.

ТАКТИЧЕСКИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ИГРОКОВ В ГАНДБОЛ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ В ОБОРОНЕ "5-1"

Аннотация. Работа посвящена изучению тактических взаимодействий гандболистов в системе защиты "5-1." В исследовании анализируются основные принципы этого метода защиты, его преимущества и слабые стороны. В частности, отдельно рассматривается роль защитника, действующего на передней линии (т.е. на позиции 1-го игрока), в прерывании атаки соперника, его координированные действия с центральными и крайними защитниками.

Ключевые слова: Тактическое взаимодействие, защитные действия, Командная тактика, Координация защитников, предотвращение атаки соперника, подход спортсмена.

TACTICAL INTERACTIONS OF HANDBALL PLAYERS WHEN PERFORMING DEFENSE "5-1"

Abstract. The work is dedicated to studying the tactical interactions of handball players in the "5-1" defense system. The study analyzes the main principles of this protection method, its advantages and weaknesses. In particular, the role of the defender acting on the front line (i.e., in the position of the 1st player) in interrupting the opponent's attack, his coordinated actions with the central and wing defenders, is considered separately.

Key words: Tactical interaction, defensive actions, Team tactics, Coordination of defenders, preventing the opponent's attack, athlete's approach.

Kirish: Zamonaviy sport doimiy ravishda mashq jarayonlarinig rivojlanib borishi bilan xarakterlanadi. Bu tendensiya guruhli o‘ynlarda, jumladan gandbolda ham kuzatiladi. Bugungi kunda gandbol nazariyasi va amaliyoti bilan shug‘ullanuvchi aksariyat mutaxassislar jismoniy va texnil tayorgarlikdan ko‘ra, taktik tayorlash o‘ta muhim ahamiyatga ega. Shu ma’noda, “5-1” himoyasini bajarishda gandbol o‘yinchilarining taktik o‘zaro ta’sirini o‘rganish o‘ta dolzarb mavzu bo‘lib hisoblanadi. O‘quv va raqobatbardosh amaliyotning barcha bosqichlarida gandbolchilarni taktik tayyorlash ikki parallel yo‘nalishda olib boriladi. Birinchisi, asosan individual harakatlar. Taktik tayyorgarlikning ikkinchi yo‘nalishi asosan guruh va jamoaviy harakatlardir. Jamoa taktikasi himoyalanish taktikasi va hujum taktikasiga bo‘linadi [1-3]. Jamoaning himoyalanish buyruqlari, albatta, raqib hujumi o‘yining barcha kuchli va zaif tomonlarini hisobga olishi kerak [4,5]. Himoyachini uzoq muddatli tayyorlash, uning ruhiyatini shakllantirish, ma’lum bir dushman bilan o‘ynashga qaratilgan munosabat doimiy ravishda himoya harakatlarining asosiy vazifalarini hal qilishga bo‘ysunishi kerak:

- raqib o‘yinchilarining o‘zaro ta’sirini muntazam ravishda buzish, hujumchilarning individual va jamoaviy harakatlarini buzish, hujum harakatlaridan oldinroq borish, taktik harakatlar va kombinatsiyalarni yo‘q qilish;

- darvoza tomon zarbalarni o'z vaqtida blokirovka qilish;
 - qoidalar doirasida raqibdan to'pni olib, qarshi hujumlarga o'ting.
- Ish Qoraqalpoq davlat universiteti rejasiga muvofiq amalga oshirildi

Ish maqsadlarini shakllantirish: Maqolaning maqsadi zamonaviy adabiyotlarning nazariy ma'lumotlarini tahlil qilish natijalari va yuqori sport mahorati jamoalarining amaliy kuzatuvlari asosida "5-1" tizimi bo'yicha himoyalash taktik o'zaro ta'sirlarning asosiy tarkibiy qismlarini aniqlashdir.

Tadqiqot natijalari. Zamonaviy gandbol amaliyotida uchta jamoaviy himoya tizimi ishlab chiqilgan. bular: 1) shaxsiy; 2) zonali; 3) aralash. "5-1" himoyasi zonani himoya qilish turlaridan biri bo'lib hisoblanadi. Ushbu himoyaning harakatlanuvchi markaz bilan klassik versiyasi quyidagi o'yinchilar tartibiga ega. Beshta himoyachi darvozabon maydoni bo'ylab joylashgan: ikkita ekstremal, ikkita yarim o'rta va Markaziy. Oltinchi himoyachi darvoza maydonidan 7-8 metr masofada joylashgan bo'lib, oldingi mudofaa chizig'ida o'ynaydi.

Himoyadagi o'yinchilarning bunday joylashuvi ularga raqib hujumchilarining kombinatsion o'yinini yo'q qilish, hujumchini xavfli hujum joyida blokirovka qilish, to'pni olishdan oldin uni "bog'lash", to'pni ushlab qolish va qo'riqchini siqib chiqarish imkoniyatini beradi. Pirovardida, ko'p daqiqalarda hujumchilar faol zonalaridan chekinishga majbur bo'ladi.

Old himoyachi har doim sportchini eng chaqqon, tajribali, bardoshli hamda texnik va taktik jihatdan mukammal darajada tayyorlaydi. Zero, u juda murakkab va katta hajmdagi ishni o'z zimmasiga oladi. Markaziy va yarim o'rta hujumchilarga to'p bilan ham, to'psiz ham hujum qilish, hujumchilarning harakatini to'xtatish, to'p uzatmalariga to'sqinlik qilish, hujum chizig'ining markazida bog'langan kombinatsiyalarni yo'q qilish, faol harakat qilish, o'ngga-chapga, oldinga-orqaga, diagonal kabilar shular jumlasidandir. Old himoyachi har doim to'pni ushlab olishga qodir bo'lishi kerak.

O'yin davomida harakatlanuvchi markaz bilan o'ynaganda, har bir bo'limda oldingi himoyachiga bir necha daqiqaga almashtirib, tanaffus berish tavsiya etiladi. Agar oldingi himoyachini to'liq almashtirish imkoni bo'lmasa, u holda jamoa hujum qilayotgan paytda uni almashtirish orqali dam olishi mumkin.

Harakatlanuvchi markazga ega bo'lgan usul kombinatsion o'yinni olib boradigan va uzoq pozitsiyalardan raqib darvozasiga hujum qila oladigan har qanday jamoaga, shuningdek, mudofaa o'yinchilarining ko'pchiligiga qarshi muvaffaqiyatli qo'llanilishi mumkin.

Yuqori malakali jamoalar o'zlarining arsenalida bir nechta himoya turlariga ega, ulardan biri ma'lum bir dushmanga qarshi qo'llaniladi. Biroq, jamoalarning har biri o'zlarining sevimli himoyalarga ega. Himoya turlaridan birini qo'llash har doim mavjud ijrochilarga, ya'ni ma'lum bir qurilishda himoyachilarning xarakterli funksiyalarini bajara oladigan o'yinchilar zimmasiga yuklanadi.

Himoyaning har bir turi o'zining ijobiy va salbiy tomonlariga ega. "5-1" himoyasi ham bundan mustasno emas. Xususan, ushbu himoya tizimi amalga oshirayotganda himoyachi o'yinchilar bilan to'g'ri muloqot qilish uchun mashg'ulot va raqobatbardosh amaliyotning uzoq, tikonli yo'lidan borish kerak. "5-1" himoyasini amalga oshirishda o'yinchilar tomonidan bajarilishi kerak bo'lgan o'zaro ta'sirlarning asosiy qonunlari mavjud.

Ular quyida keltirilib, birma-bir tahlil qilinadi:

I ekstremal himoyachilar o'yini:

1. Haddan tashqari himoyachi faol bo'lishi kerak, ekstremal hujumchilarni 8-8,5 metrga, yadroga emas, balki oldinga siljishi kerak, buning uchun hujumchiga to'pni "ushlab" olishiga yo'l qo'ymaslik kerak.

2. Yakkama-yakka o'ynashda (1x1) haddan tashqari hujumchi tomonidan chekka (old chiziq) tomon urilishiga yo'l qo'yilmasligi kerak, aksincha unga yordam berishi kerak bo'lgan yarim o'rta himoyachiga zarba berishga ruxsat berish, chetga o'tish, "almashtirish".

3. Agar urish sodir bo'lgan bo'lsa, haddan tashqari o'yinchining qo'lidan ushlamang (to'pni urishi mumkin bo'lgan darvozabon bor), lekin yon tomonga ozgina itaring, kestirib -

muvoqilastirishni urib qo'yning.

4. Kirish paytida chiziqqa o'ta hujumchi uning orqa tomondan yarim o'rta himoyachiga kirishiga yo'l qo'ymasligi kerak (ikkinchisi chetidan), uni qoidalar doirasida oldinga surib, ikkinchi himoyachiga topshirishi kerak va agar kirish yoy bo'ylab amalga oshirilsa, u signal berishi kerak. kiruvchi o'yinchi ostida "o'rnashgan", kirish tezligini pasaytiradi va uni Markaziy himoyachiga kuzatib boradi.

5. Agar xochdagi chiziqqa kirishning boshida haddan tashqari hujumchi yarim o'rta hujumchi yoki chiziq o'yinchisini orqasiga qo'yib yuborsa, u holda o'ta himoyachi yarim o'rta, chiziqchilar bilan uchrashishdan oldin ekstremal hujumchini kuzatib boradi va yarim o'rta chiziqqa o'tadi va ekstremal hujumchini yarim o'rta himoyachi qabul qiladi (chetidan ikkinchi).

6. Haddan tashqari hujumchi ikkinchi qatorga kirganda va haddan tashqari himoyachi uni yaqin atrofdagi yarim o'rta himoyachiga (chetidan ikkinchi) yoki oldinda o'ynayotgan o'yinchiga topshirgandan so'ng, u yaqin yarim o'rta hujumchini "ushlaydi" (to'pni ushlash ko'pincha mumkin), lekin esda tutish kerakki, siz o'z joyingizga qaytib, chiziqli o'yinchini ushlashingiz kerak, bunday hollarda ko'pincha chetga siljiydi.

7. Agar haddan tashqari himoyachi va yarim o'rta himoyachi o'rtasida (chetidan ikkinchi) chiziqli o'yinchi bo'lsa, u holda haddan tashqari himoyachi hali ham oldinga siljiydi va to'pni haddan tashqari hujumchiga qarshi turish uchun shunday pozitsiyani egallaydi, ammo u qaytib kelishi va "ushlab turishi" kerakligini yodda tutishi kerak. bunday hollarda ko'pincha chetga siljigan chiziqli o'yinchi.

II o'yin tik turgan o'yinchi oldida:

1. Ekstremal himoyachidan haddan tashqari hujumchining kirishi to'g'risida buyruq olgach, u harakat tezligini pasaytirish uchun uning ostiga "turishi" kerak, so'ngra Markaziy himoyachiga kuzatib borishi kerak va men Markaziy hujumchiga oldinga yoki biroz markazdan yarim o'rta hujumchilardan biriga qarab harakat qilaman. to'p.

2. Hujum paytida Markaziy hujumchi uni "ushlashi" kerak, 9 metrlik erkin zarbani olishga harakat qiling, ya'ni hujumni to'xtatish.

3. Agar Markaziy hujumchi hujum qilsa va xochda hujum qilish uchun yarim o'rta hujumchilardan birini qo'yib yuborsa, u darhol Markaziy hujumchi ostiga "almashtiriladi", raqobat qoidalari doirasida uning harakatini to'xtatishga harakat qiladi va agar uning to'xtashi natija bermasa, o'z vaqtida yarim o'rta hujumchiga o'ting, uning hujumini to'xtatishga harakat qiling. Agar er-xotin janjal bo'lsa, ya'ni yarim o'rta hujumchilardan biri xochdagi hujumni davom ettirib, ikkinchi yarim o'rta hujumchini hujum qilish uchun qo'yib yuborsa, u holda keyingi yarim o'rta hujumchiga o'ting va hujumni to'xtatishga harakat qiling.

4. Agar oldida turgan kishi uning yonida yoki uning orqasida Markaziy hujumchi kirib kelayotganini ko'rsa, u uning ostiga "suyanishi", harakat tezligidan yiqilishi, 9 metrlik jarima zarbasini olishga harakat qilishi kerak va agar bu muvaffaqiyatsiz bo'lsa, oldinga qaytib, yarim o'rta hujumchilardan biriga ko'chib o'tishi kerak. to'p bilan.

5. Agar Markaziy hujumchi to'siqni turgan kishining oldiga qo'ysa, u bu to'siqqa tushmasligi kerak. Agar siz to'siqqa tushib qolsangiz, u oxirigacha Markaziy hujumchi bilan o'ynaydi va agar u chiziqqa kirishga harakat qilsa, bunga qarshi turadi. Agar Markaziy hujumchi hali ham chiziqqa kirgan bo'lsa, oldinda turgan kishi unga hamroh bo'ladi va u bilan birga chiziqqa kiradi. Shu payt hujumkor yarim o'rta hujumchini Markaziy va yarim o'rta himoyachilar kutib olishadi va chiziq o'yinchisini to'pdan ajratib olishadi.

6. Agar chiziqchi oldinga chiqib, turgan kishining oldiga to'siq qo'ygan bo'lsa va keyin chiziqqa "o'chirilgan" bo'lsa, u holda turgan kishi uni chiziqqa kuzatib boradi, oxirigacha u bilan o'ynaydi va uni himoyachilardan biriga topshiradi, oldinga chiqadi.

7. Agar yarim o'rta hujumchi ikkinchi qatorga kirishga harakat qilsa, oldinda turgan kishi uni qoidalar doirasida to'xtatishga harakat qiladi. Ammo, agar bu ishlamasa, u yarim o'rta hujumchi bilan Markaziy himoyachiga kiradi, uni unga topshiradi va o'zi Markaziy hujumchiga boradi, odatda bu vaqtga kelib chiziqqa kirgan yarim o'rta hujumchining o'rnini egallaydi. Bunday holda, siz uni shaxsan "ushlashingiz" mumkin, keyin ikkinchi yarim o'rta hujumchiga

o'ta hujumchidan tashqari pas beradigan joy yo'q.

III Markaziy va yaqin turgan yarim o'rta himoyachilar o'yini

1. Haddan tashqari yoki yarim o'rta hujumkor o'yinchilarning kirishida, birinchi navbatda, ikkinchi himoyachi ularni chetidan (yarim o'rta) va old tomondan turgan o'yinchi oladi, ularni Markaziy himoyachiga topshiradi va u, qoida tariqasida, tik turgan himoyachiga, ikkinchisi chetidan (kirishning qarama-qarshi tomonida). Markaziy himoyachi va ikkinchi himoyachi (kirishning qarama-qarshi tomonida) chiziqqa kirgan va chiziqli o'yinchini to'pdan uzish uchun shunday pozitsiyani egallaydi. Chiziqli odatda bu holda Markaziy himoyachi yoki kirish tomonidagi ikkinchi himoyachi ostida bo'ladi. Shuni esda tutish kerakki, bir tomondan o'ta yoki yarim o'rta hujumchilar kirganda, to'p ko'p hollarda Markaziy hujumchida yoki boshqa tomondan yarim o'rta hujumchida bo'ladi.

2. To'pni Markaziy yoki qarama-qarshi yarim o'rta hujumchiga, Markaziy himoyachiga va uning yonida turgan himoyachiga uzatishda, chiziqdan ikkinchi o'rinni egallagan va ikkinchi o'rinni egallagan o'yinchilarni kesib tashlash uchun vaqt topish uchun tezda qayta qurish kerak.

3. Kirish tomonidagi ikkinchi himoyachi (yarim o'rta) joyida qolmasligi kerak, lekin Markaziy himoyachiga o'tishi va odatda ikkinchi himoyachi (yarim o'rta) va Markaziy himoyachilar o'rtasida kirish tomonida joylashgan chiziqli o'yinchiga o'tishiga yo'l qo'ymaslik uchun shunday pozitsiyani egallashi kerak.

4. Agar Markaziy himoyachi va ikkinchi himoyachi o'rtasida chiziqqa kirgan haddan tashqari yoki yarim o'rta hujumchi bo'lsa va ularga yarim o'rta hujumchi hujum qilsa (oldingi himoyachi xalaqit berishga ulgurmagani bo'lsa), ikkinchi himoyachi (yarim o'rta) oldinga chiqishni talab qilishi kerak, yarim o'rtadagi bo'sh joyni bo'shatish kerak, shunda chiziqqa kirgan ekstremal, yarim o'rta to'pdan o'ta, yarim o'rta darajadagi hujumchilarni kesib tashlagan joy (odatda ikkinchi himoyachining oldinga siljishi bilan chiziqqa kirgan o'yinchilar uning o'rniga siljiydi) va Markaziy himoyachi yarim o'rta hujumchiga chiqishi kerak, to'pni darvoza tomon uloqtirishni to'sib qo'yishi kerak va agar bu sodir bo'lmasa, ikkinchi himoyachi (yarim o'rta) bilan bir tomondan va boshqa tomondan to'pning chiziqqa o'tishiga yo'l qo'ymaslik kerak.

5. Yuqorida tavsiflangan hujumda, hujumkor yarim o'rtaga nisbatan qarama-qarshi tomonda joylashgan ikkinchi himoyachi (yarim o'rta) mudofaa markaziga tortilishi va to'pni o'sha paytda ikkinchi va Markaziy himoyachilar o'rtasida bo'lgan chiziqli o'yinchiga berish imkoniyatini yo'q qilishi kerak. Ushbu maqolada keltirilgan materiallar "5-1" tizimiga muvofiq o'yinchilarni joylashtirishda himoyada o'yinni faollashtirish bo'yicha murabbiylar oldida turgan muammolarning ozgina qismini aks ettiradi.

Xulosa: Xulosa o'rnida ta'kidlash joizki, jamoa taktikasi har doim jamoaning tayyorgarlik darajasi va raqibning haqiqiy imkoniyatlarini hisobga olgan holda belgilanadi. Himoyalani harakatlarning samaradorligi ularning muvofiqligiga bog'liq. Ushbu turdagi himoya bilan belgilangan taktik harakatlar har qanday darajadagi musobaqalarda muvaffaqiyat uchun asos bo'ladi. To'g'ri taktik o'zaro ta'sirlar ushbu turdagi himoyani rivojlantirishga xizmat qiladi, bu esa o'yinning yuqori sifatli darajasiga olib keladi. Keyingi tadqiqotlar boshqa muammolarni o'rganish yo'nalishi bo'yicha o'tkazilishi kerak.

REFERENCES

1. Ташпулатов Ф., Хамраева З. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ //Educational Research in Universal Sciences. - 2022. - Т. 1. - №. 4. - С. 10-17.
2. Farhad T., Khamraeva Z. B. PROBLEMS AND SOLUTIONS IN CHILDREN'S FOOTBALL //INTERNATIONAL CONFERENCES ON LEARNING AND TEACHING. - 2022. - Т. 1. - №. 1. - С. 45-51.
3. Tashpulatov F. A., Shermatov G. K. Wrestling-The Honor of Uzbek Nation //Eurasian Scientific Herald. - 2022. - Т. 8. - С. 205-208.
4. Alisherovich T. F. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy madaniyatning inson hayotidagi roli //BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN

- ILMIY JURNALI. - 2022. - С. 187-190.
5. Khamrayeva Z. B. Physical Education of Students in Modern Conditions //European Journal of Business Startups and Open Society. - 2022.
 6. Shermatov G. K. Classification of Methods of Sports Wrestling, System //EUROPEAN JOURNAL OF BUSINESS STARTUPS AND OPEN SOCIETY. - 2022. - Т. 2. - №. 2. - С. 39-42.
 7. Мухаметов А.М. (2021) Methodology for Normalizing Workload in Health Classes, european journal of life safety and stability, <http://www.ejlss.indexedresearch.org/>
 8. Мухаметов А.М. (2021) Stages and Methods of Teaching Children to Play in Badminton International Journal of Development and Public Policy <http://www.openaccessjournals.eu/>
 9. Шерматов F.K. (2021) DYNAMICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS WITH ONE AND TWO TIME COMPULSORY LESSONS, World Economics & Finance Bulletin (WEFB) <https://www.scholarexpress.net/>
 10. Мухамметов, А.М. (2022). Научно-методические основы нормирования нагрузок в физкультурно-спортивном здравоохранении. Евразийский научный вестник, 8, 194-197.
 10. Khurramovich, K. F. (2022). DEVELOPING A SET OF WELLNESS EXERCISES FOR MIDDLE AGED MEN (45-60 YEARS OLD) ACCORDING TO PHYSICAL PREPARATION. Academia Globe: Inderscience Research, 3(04), 165-169.
 11. Alisherovich, T. F., & Toshboyeva, M. B. Innovative Pedagogical Activity: Content and Structure.
 12. Акимов, Жуманияз Ерниязович, and Курбанияз Жуманиязович Акимов. "МУРАББИЙНИНГ ПЕДАГОГИК МАХОРАТИ." *Journal of Modern Educational Achievements* 1212.12 (2023): 252-256.
 13. Акимов, Ж. Е., & Акимов, К. Ж. (2023). МУРАББИЙНИНГ ПЕДАГОГИК МАХОРАТИ. *Journal of Modern Educational Achievements*, 1212(12), 252-256.