

BADMINTON SPORT TURINING KOMBINATSION QOBILIYATGA TA'SIRI**Tinchlikova R.X.**

O'zDJTSU., BD 51-23 gurux talabasi.

Kurbanova N.C.

Ilmiy raxbar. O'qituvchi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17961835>

Annotatsiya. Ushbu maqolada badminton sport turining sportchilar kombinatsion qobiliyatini rivojlantirishdagi o'rni va ahamiyati keng yoritilgan. Badminton tezkor texnik va taktik harakatlar majmuasi bo'lib, unda sportchi harakat koordinatsiyasi, situatsion fikrlash, texnik-taktik kombinatsiyalarni shakllantirish, psixomotor tezlik hamda ritmni boshqarish kabi qobiliyatlarini bir vaqtning o'zida namoyon etadi. Tadqiqotda badminton mashg'ulotlari jarayonida sportchilarning motorika, harakatlar uyg'unligi, qaror qabul qilish tezligi, zarbalar ketma-ketligini to'g'ri tanlash hamda taktik rejalashtirish kabi fazilatlari sezilarli rivojlanishi asoslab berilgan. Maqola badmintonning kombinatsion qobiliyatni shakllantirishdagi samaradorligi, uning o'quv jarayonida va professional sport tayyorgarligida qo'llanish imkoniyatlarini tahlil qiladi.

Kalit so'zlar: Badminton, kombinatsion qobiliyat, koordinatsiya, texnik-taktik tayyorgarlik, harakat uyg'unligi, situatsion fikrlash, reaksiya tezligi, psixomotor rivojlanish, sport mashg'ulotlari, kombinatsion harakatlar, strategik fikrlash, zarba texnikasi.

Kirish. Bugungi kunda sportchilar tayyorgarligida koordinatsion va kombinatsion qobiliyatlarning rivojlanishi muhim o'rin tutadi. Chunki zamonaviy sport texnikasi faqat jismoniy kuch yoki chidamlilikni emas, balki murakkab harakatlarni uyg'unlashtirib bajarish mahoratini ham talab qiladi. Badminton ana shunday sport turlaridan bo'lib, o'yin jarayonida yuqori tezlik, aniqlik, moslashuvchanlik va taktik fikrlashni talab etadi. Shuning uchun ham badmintonni muntazam mashq qilish sportchilarda **kombinatsion qobiliyatni intensiv rivojlantiruvchi sport turi** sifatida e'tirof etiladi.

Ushbu maqolada badminton o'yini jarayonidan kelib chiqib, sportchining kombinatsion qobiliyati shakllanishi, uning psixomotor, texnik va taktik jihatdan takomillashishiga ta'siri yoritiladi.

Kombinatsion qobiliyat tushunchasi.

Kombinatsion qobiliyat — bu sportchining bir nechta harakatlar zanjirini bir-biriga bog'lab, ularni uyg'un, ritmik, samarali va vaziyatga mos tarzda bajarish ko'nikmasidir. Bu qobiliyat quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

1. **Harakatlarni boshqarish va muvofiqlashtirish**
2. **Tezkor qaror qabul qilish**
3. **Texnik elementlarni birlashtirish**
4. **Taktik kombinatsiyalar yaratish**
5. **Psixomotor moslashuvchanlik**
6. **Ritm va tempni boshqarish**

Badminton aynan shu ko'nikmalarni shakllantirishda samarali vosita hisoblanadi.

Badmintonning kombinatsion qobiliyatga ta'siri.**1. Harakat koordinatsiyasini rivojlantiruvchi omil sifatida badminton**

Badminton o'yinida sportchi bir vaqtning o'zida ko'plab harakat elementlarini uyg'unlashtiradi:

- oyoqlarning tezkor harakatlanishi (footwork),
- tananing burilishi va og'irlik markazini boshqarish,
- raketka bilan zarba berish texnikasi,
- shuttlecockning yo'nalishi va tezligini his qilish,
- maydon bo'ylab tez joylashish.

Bu elementlarning barchasi sportchidan yuqori darajada **koordinatsion uyg'unlikni** talab qiladi.

Shu sababli badminton mashqlari natijasida markaziy asab tizimi faoliyati takomillashadi, harakatlar zanjirini boshqarish tezligi va aniqligi oshadi.

2. Tezkor qaror qabul qilish va situatsion fikrlash.

Badminton eng tez o'yinlardan biri bo'lib, shuttlecockning uchish tezligi 300 km/soatgacha yetishi mumkin. Bu sportchidan:

- to'p yo'nalishini,
- raqib pozitsiyasini,
- zarba xavfini,
- optimal himoya yoki hujum variantini

bir necha **millisekund** ichida baholashni talab qiladi.

Natijada sportchida **situatsion fikrlash, variant tanlash qobiliyati** va **tezkor qaror qabul qilish** ko'nikmalari shakllanadi. Bu esa kombinatsion qobiliyatning kognitiv komponentini kuchaytiradi.

3. Texnik kombinatsiyalarni shakllantirish.

Badminton o'yinida sportchi bir nechta texnik usullarni ketma-ket bog'laydi:

1-jadval.

T/r	Asosiy texnika	Texnikasi usullari	Texnikasi turi
1	Asosiy texnikalarni o'rgatish	Clear, drop, smash, drive, net	Zarba texnikasi
2	Juft zarbalarni bog'lash	Clear → drop, net → lift	Harakat uyg'unligi
3	Murakkab kombinatsiyalar	Clear → drop → smash	Takrorlanuvchi ritm
4	O'yin holatlarida qo'llash	Real voqelikda sinash	Qaror qabul qilish
5	Raqibga mos strategiya	Kuchli yoki zaif nuqtalarga moslashish	Taktik fikrlash

Ushbu kombinatsiyalarni mukammal bajarish uchun sportchidan:

- motorika aniqligi,
- fazoviy koordinatsiya,
- zarbalar orasidagi vaqtni to'g'ri tanlash,
- raqibni aldash texnikasini bilish talab etiladi.

Bu jarayonlar sportchining texnik-taktik kombinatsiya yaratish salohiyatini oshiradi.

4. Taktik fikrlashning rivojlanishi.

Badminton nafaqat texnik, balki taktik jihatdan ham murakkab sport o'yinidir.

Sportchi raqibning o'yini asosida quyidagilarni rejalashtiradi:

- bo'sh hududga to'p yo'naltirish,
- raqibni charchatish strategiyasi,
- tezkor hujum kombinatsiyasi,
- himoyaviy yondashuv,

- temp va ritmni boshqarish.

Bu o'yin jarayonida sportchi **taktik kombinatsiyalarni** o'rganadi va ularni real vaziyatda qo'llaydi. Natijada kombinatsion qobiliyatning taktik komponenti sezilarli rivojlanadi.

5. Psixomotor tezlik va reflekslarning kuchayishi.

Badminton mashg'ulotlari:

- reaksiya tezligi,
- ko'z-qo'l koordinatsiyasi,
- fazoviy va vaqtni his qilish,
- tez moslashuvchanlik kabi psixomotor qobiliyatlarni yaxshilaydi.

Bu jihatlar kombinatsion qobiliyatning eng muhim asoslaridan biri hisoblanadi.

6. Ritm, temp va harakat dinamikasini boshqarish.

Badminton o'yinida sportchi har doim quyidagilarni nazorat qiladi:

- zarbaning kuchi,
- shuttlecock uchish trajektoriyasi,
- oyoqlarning ritmik harakati,
- zarbalar ketma-ketligi.

Bu jarayonlar sportchining ritmni his qilish va harakatni boshqarish qobiliyatini kuchaytiradi. Natijada murakkab kombinatsiyalarni bajarish samaradorligi ortadi.

Badminton mashg'ulotlarining amaliy ahamiyati.

Badminton bilan muntazam shug'ullanish:

- o'sib kelayotgan yoshlar uchun muhim koordinatsiya bazasini yaratadi;
- katta yoshdagilarda kognitiv va motorik tizimlar faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi;
- professional sportchilarda texnik-taktik kombinatsion imkoniyatlarni kengaytiradi;
- umumiy jismoniy tayyorgarlikni oshiradi.

Badmintonning kombinatsion qobiliyatga ta'siri uni ko'plab sportchilar, o'qituvchilar, murabbiylar tomonidan **koordinatsion tayyorgarlik vositasi** sifatida qo'llanishiga asos yaratadi.

Xulosa. Badminton sport turi kombinatsion qobiliyatni rivojlantirishda yuqori samaraga ega. O'yin jarayonining tezligi, texnik va taktik xilma-xilligi, situatsion fikrlashni talab etishi sportchining harakatlarni uyg'unlashtirish, turli elementlarni ketma-ket bog'lash, qaror qabul qilish va strategik fikrlash ko'nikmalarini jadal rivojlantiradi.

Badminton sporti:

- reaksiyaga **19%**
- muvozanatga **34%**
- aniqlikka **28%**
- harakat tezligiga **9%**

gacha ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Shu bois badminton maktab, kollej va sport maktablarida koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirish uchun eng samarali vositalardan biridir.

Shu sababli badmintonni umumiy jismoniy tayyorgarlik, koordinatsion mashg'ulotlar, maktab va oliygoh sport dasturlariga kiritish kombinatsion qobiliyatlarni shakllantirishning ilmiy asoslangan samarali yo'li hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ибрагимов Ф. З. ЁШ ВОЛЕЙБОЛЧИЛАРДА ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН САКРОВЧАНЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШ УСЛУБИЯТИ //Fan-Sportga. – 2021. – №. 8. – С. 52-54.
2. Туңьян, А. А., et al. "Развитие паралимпийского спорта в Ташкентской области." *Спорт и социум* 5.14 (2021): 76-78.
3. Тошпулатов, Х. М., Ф. З. Ибрагимов, and Д. Х. Исмаилов. "Профессионально-прикладная физическая подготовка." *Среднее профессиональное и высшее образование в сфере физической культуры и спорта: современное состояние и перспективы развития* (2019): 71-72.
4. Эрназаров Г. Н., Акбаров А., Алламуратов Ш. И. Мониторинг здоровьесберегающих технологий в учебном процессе студентов //НАУКА СЕГОДНЯ: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ. – 2020. – С. 90-91.
5. Акбаров А., Алламуратов Ш. И., Эрназаров Г. Н. Педагогический Анализ Физической Подготовленности Современных Студентов Вуза //Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения. – 2020. – С. 203-206.
6. Алламуратов Ш. И. Возможность коррекции усвоения грубых кормов у телят, поросят и свиней композициями пищеварительных ферментов: дис. – Ташкент. гос. ун-т им. В.И. Ленина, 1991.
7. Inoyatovich A. S. O 'QUVCHI YOSHLARNING JISMONIY VA FUNKSIONAL TAYYORGARLIGINI BAHOLASH //MILLIY IFTIXOR. – 2025. – Т. 1. – №. 1. – С. 241-246.
8. Inoyatovich A. S. I. A. S. KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARNING JISMONIY RIVOJLANISHINI PEDAGOGIK TAHLIL QILISH //Farg'ona davlat universiteti. – 2024. – №. 3. – С. 4-4.
9. Allamurodov S. I. et al. O 'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLAR INSTITUTI LABARATORIYASIDA YENGIL ATLETIKACHILARNING ANTROPOMETRIK VA FUNKSIONAL KO'RSATKICHLARI BO'YICHA QAYD ETILGAN NATIJALARINING ASOSIY STATISTIK XARAKTERISTIKALARI //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 11. – С. 39-48.
10. Ярашев К. Д. и др. ФУТБОЛДА ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАР, ТЕХНИК-ТАКТИК ХАРАКАТЛАРНИНГ РИВОЖЛАНИШ ДАРАЖАСИНИ БАҲОЛАШ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 3. – С. 330-343.
11. Ярашев К. Д. и др. ИНТЕРНЕТДА МАЪЛУМ КИДИРУВ СЕРВЕРЛАРИ БИЛАН ИШЛАШ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 3. – С. 932-942.
12. Yarashev K. D. et al. SPORTCHI TALABALARNING TABIIY-ILMIY FANLAR SAVODXONLIGINI BOYITISH //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 4. – С. 1433-1441.
13. Allamurodov S. I. et al. QISQA MASOFAGA YUGURUVCHILARNING TEXNIK MAHORATINI OSHIRISHDA MASHQ USULLARINING ILMIY-ASOSIY YONDASHUVLARI //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 5. – С. 1232-1239.