

**BADMINTON MUSOBAQASIDA O'YINNI TO'G'RI REJALASHTIRISH USULLARI
VA TAKTIK TAYYORGARLIK****Nazarov Zokirjon Abduraxmanovich**

Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti katta o'qituvchisi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18046500>

Annotatsiya. Ushbu maqolada badminton musobaqalarida o'yinni to'g'ri rejalashtirish usullari hamda sportchilarning taktik tayyorgarligi masalalari yoritilgan. Tadqiqot davomida zamonaviy badminton o'yinida taktik fikrlashning ahamiyati, raqib harakatlarini tahlil qilish, hujum va himoya taktikasini samarali qo'llash yo'llari tahlil qilinadi. Shuningdek, musobaqa jarayonida sportchilarning strategik qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirish hamda o'yin samaradorligini oshirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: badminton, musobaqa, o'yinni rejalashtirish, taktik tayyorgarlik, sport strategiyasi, hujum va himoya, sportchi mahorati.

Аннотация. В данной статье рассматриваются методы правильного планирования игры в соревнованиях по бадминтону, а также вопросы тактической подготовки спортсменов. В ходе исследования анализируется значение тактического мышления в современном бадминтоне, способы анализа действий соперника, эффективное применение атакующей и защитной тактики. Кроме того, представлены практические рекомендации, направленные на развитие способности спортсменов принимать стратегические решения и повышение эффективности игровой деятельности.

Ключевые слова: бадминтон, соревнование, планирование игры, тактическая подготовка, спортивная стратегия, атака и защита, мастерство спортсмена.

Annotation. This article discusses the methods of proper game planning in badminton competitions and the issues of athletes' tactical preparation. The study analyzes the importance of tactical thinking in modern badminton, ways of analyzing opponents' actions, and the effective use of offensive and defensive tactics. In addition, practical recommendations aimed at developing athletes' strategic decision-making skills and improving overall game performance are provided.

Key words: badminton, competition, game planning, tactical preparation, sports strategy, offense and defense, athlete performance.

Mavzuning dolzarbligi: Bugungi kunda badminton sport turi nafaqat havaskorlar, balki professional sportchilar orasida ham keng ommalashib bormoqda. Jahon va Osiyo miqyosidagi musobaqalarda yuqori natijalarga erishish faqatgina jismoniy tayyorgarlik bilan cheklanib qolmasdan, balki o'yinni to'g'ri rejalashtirish, raqib harakatlarini oldindan tahlil qilish va samarali taktik qarorlar qabul qilish bilan chambarchas bog'liqdir. Zamonaviy badminton yuqori tezlik, aniqlik, fikrlash tezligi hamda strategik yondashuvni talab etadi.

Hozirgi raqobat kuchli bo'lgan sport muhitida texnik jihatdan teng bo'lgan sportchilar o'rtasida aynan taktik tayyorgarlik va o'yinni ongli rejalashtirish g'alabani ta'minlovchi asosiy omilga aylanmoqda. Musobaqa jarayonida sportchining vaziyatga moslashuvi, zarba yo'nalishini to'g'ri tanlashi, hujum va himoya taktikasini samarali qo'llashi natijaga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, respublikamizda badminton sportini rivojlantirish, yosh sportchilarni xalqaro musobaqalarga tayyorlash jarayonida ilmiy asoslangan taktik mashg'ulotlar tizimini joriy etish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Shu sababli badminton musobaqasida o'yinni to'g'ri rejalashtirish usullari va taktik tayyorgarlik masalalarini chuqur o'rganish, ularni amaliyotga tatbiq etish dolzarb ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Badminton sport turi yuqori dinamikaga ega bo'lgan, tezkor qaror qabul qilishni talab etuvchi o'yinlardan biri hisoblanadi. Ushbu sport turida muvaffaqiyatga erishish uchun sportchidan nafaqat kuch, chaqqonlik va texnik mahorat, balki o'yinni oldindan puxta rejalashtirish, raqibning o'yin uslubini tahlil qilish hamda vaziyatga mos taktik harakatlarni qo'llash talab etiladi.

Musobaqa jarayonida har bir ochko alohida ahamiyatga ega bo'lib, noto'g'ri tanlangan taktika yoki rejasiz harakat sportchini mag'lubiyatga olib kelishi mumkin. Shu bois badmintonchilarning tayyorgarlik jarayonida taktik fikrlashni rivojlantirish, o'yin davomida strategik qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish muhim o'rin tutadi. O'yinni to'g'ri rejalashtirish sportchiga o'z kuch va imkoniyatlarini samarali taqsimlash, raqibning zaif tomonlaridan foydalanish hamda ustunlikka erishish imkonini beradi.

Zamonaviy badminton musobaqalarida hujum va himoya taktikasining uyg'unligi, maydon bo'ylab to'g'ri joylashish, zarbalarni maqsadga muvofiq tanlash va psixologik barqarorlik muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shu nuqtai nazardan, taktik tayyorgarlik sportchining umumiy sport mahoratini oshirishda muhim tarkibiy qism sifatida namoyon bo'ladi.

Mazkur maqolada badminton musobaqasida o'yinni to'g'ri rejalashtirish usullari, taktik tayyorgarlikning asosiy jihatlari, ularning sport natijalariga ta'siri hamda mashg'ulot jarayonida taktik tayyorgarlikni rivojlantirish yo'llari yoritib beriladi.

Tadqiqotning maqsadi

Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi badminton musobaqalarida o'yinni to'g'ri rejalashtirish usullarini hamda sportchilarning taktik tayyorgarligini ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilish, shuningdek, samarali taktik yondashuvlar orqali sport natijalarini oshirish yo'llarini aniqlashdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari

Mazkur maqsadga erishish uchun quyidagi vazifalar belgilandi:

1. Badminton sportida o'yinni rejalashtirish tushunchasi va uning nazariy asoslarini o'rganish.
2. Zamonaviy badminton musobaqalarida qo'llanilayotgan asosiy taktik usullarni tahlil qilish, mashg'ulot jarayonida taktik tayyorgarlikni rivojlantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.
3. Sportchilarning taktik tayyorgarligi darajasining o'yin natijalariga ta'sirini aniqlash, musobaqa jarayonida o'yinni to'g'ri rejalashtirish orqali sportchilarning o'yin samaradorligini oshirish imkoniyatlarini aniqlash.
4. Raqib harakatlarini tahlil qilish va unga mos taktik qarorlar qabul qilish usullarini yoritish, hujum va himoya taktikasini samarali uyg'unlashtirish yo'llarini ko'rsatib berish.

Badminton musobaqalarida yuqori natijalarga erishish sportchining jismoniy va texnik tayyorgarligi bilan bir qatorda, o'yinni to'g'ri rejalashtirish va taktik tayyorgarlik darajasiga ham bevosita bog'liqdir. Zamonaviy badminton o'ta tezkor, dinamik va intellektual sport turi bo'lib, unda sportchi har bir vaziyatni tez tahlil qilishi, raqibning harakatlarini oldindan sezishi va shunga mos qaror qabul qilishi lozim. O'yinni rejalashtirish musobaqa oldidan ishlab chiqilgan umumiy strategiya bo'lib, u o'yin davomida vaziyatga qarab o'zgartirib boriladi.

Musobaqa oldi rejalashtirish jarayonida sportchining individual imkoniyatlari, jismoniy holati, texnik mahorati hamda psixologik tayyorgarligi hisobga olinadi. Shu bilan birga, raqibning o'yin uslubi, kuchli va zaif tomonlari, zarba turlari va harakat tezligi tahlil qilinadi.

Ushbu tahlil asosida sportchi o'ziga qulay bo'lgan o'yin ritmini tanlaydi, hujum va himoya o'rtasidagi muvozanatni belgilaydi. Masalan, tezkor hujumga moyil sportchilar faol hujum taktikasini tanlasa, himoyada kuchli bo'lgan badmintonchilar qarshi hujum taktikasidan samarali foydalanadilar.

Badminton o'yinida taktik tayyorgarlik sportchining maydon bo'ylab to'g'ri joylashishi, zarbalarni maqsadli va aniqlik bilan amalga oshirishi hamda raqibni noqulay vaziyatga solish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Zarbalarning yo'nalishi va balandligini o'zgartirib borish, raqibni maydonning chekka hududlariga majburiy harakatlantirish o'yinda ustunlikni ta'minlaydi.

Ayniqsa, qisqa zarbalar (drop), uzoq zarbalar (clear) va kuchli hujum zarbalari (smash)ni o'zaro uyg'unlashtirib qo'llash samarali taktik yechim hisoblanadi.

Musobaqa jarayonida vaziyat tez-tez o'zgarib turadi, shuning uchun sportchi rejalashtirilgan taktikasini moslashuvchan tarzda o'zgartira olishi kerak. Raqibning charchashi, xatolari yoki o'yin ritmining pasayishi hujumni kuchaytirish uchun qulay imkoniyat yaratadi.

Aksincha, raqibning faol hujumlari kuchaygan holatlarda himoya taktikasiga o'tish va qarshi hujumni to'g'ri tashkil etish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu jarayonda sportchining taktik fikrlashi va tezkor qaror qabul qilish qobiliyati hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Taktik tayyorgarlikning muhim jihatlaridan biri sportchining psixologik barqarorligidir.

Musobaqa davomida bosim ostida to'g'ri qaror qabul qilish, mag'lub bo'layotgan vaziyatda ham o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotmaslik va rejalashtirilgan taktikani davom ettirish sportchining yetukligini ko'rsatadi. Psixologik tayyorgarlik yetarli bo'lmagan sportchi hatto texnik va jismoniy ustunlikka ega bo'lsa ham o'yinni boy berishi mumkin.

Mashg'ulot jarayonida taktik tayyorgarlikni rivojlantirish maqsadida turli o'yin vaziyatlarini modellashtirish, shartli mashqlar va nazorat uchrashuvlaridan keng foydalaniladi.

Bu sportchilarga musobaqa sharoitiga moslashish, taktik rejalarini amalda sinab ko'rish va o'z xatolarini tahlil qilish imkonini beradi. Murabbiy tomonidan beriladigan tahliliy ko'rsatmalar sportchining taktik savodxonligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Badminton musobaqasida o'yinni rejalashtirish va taktik tayyorgarlik jadvali

№	Tayyorgarlik bosqichi	Mazmuni	Qo'llaniladigan taktik usullar	Kutiladigan natija
1	Musobaqa oldi rejalashtirish	Sportchi va raqib imkoniyatlarini tahlil qilish	Raqib o'yin uslubini o'rganish, kuchli va zaif tomonlarni aniqlash	O'yin uchun to'g'ri strategiya ishlab chiqiladi
2	O'yinni rejalashtirish	O'yin davomida umumiy taktika tanlash	Hujum yoki himoyaga yo'naltirilgan o'yin uslubi	O'yinda ustunlikka erishish
3	Hujum taktikasini qo'llash	Faol va tezkor harakatlar orqali ochko olish	Smash, tezkor hujum, maydon bo'ylab bosim o'tkazish	Ochkolar sonining oshishi
4	Himoya taktikasini qo'llash	Raqib hujumlarini qaytarish	Uzoq zarbalar, qarshi hujum, to'g'ri joylashish	Raqib xatolaridan foydalanish

5	Zarba tanlash va joylashish	Maydon bo'ylab to'g'ri harakatlanish	Drop, clear, kombinatsiyalangan zarbalar	O'yin samaradorligi oshadi
6	Taktik moslashuv	O'yindagi vaziyatga moslashish	Taktikani o'zgartirish, o'yin ritmini boshqarish	Raqibni noqulay holatga tushirish
7	Psixologik tayyorgarlik	Ruhiy barqarorlikni saqlash	Bosim ostida xotirjamlik, ishonch bilan o'ynash	Barqaror o'yin va kam xato
8	Mashg'ulot jarayonida taktik tayyorgarlik	Taktik ko'nikmalarni shakllantirish	O'yin vaziyatlarini modellashtirish	Musobaqaga yuqori tayyorgarlik

Badminton musobaqalarida o'yinni to'g'ri rejalashtirish va taktik tayyorgarlikni oshirishda taqdim etilgan jadvaldan foydalanish yuqori samaradorlikni ta'minlaydi. Jadval sportchi va murabbiy uchun o'yin jarayonini tizimli ravishda tashkil etishga yordam berib, musobaqa oldi tayyorgarlikdan tortib, o'yin davomida qaror qabul qilishgacha bo'lgan barcha bosqichlarni izchil rejalashtirish imkonini yaratadi. Uni muntazam qo'llash sportchining taktik fikrlashini rivojlantiradi hamda o'yin jarayonida aniqlik va barqarorlikni ta'minlaydi.

Mazkur jadvalni mashg'ulot jarayonida qo'llash sportchilarga turli o'yin vaziyatlarini oldindan modellashtirish va ularga mos taktik yechimlarni ishlab chiqish imkonini beradi. Har bir tayyorgarlik bosqichi alohida tahlil qilinib, hujum va himoya taktikasining samarali uyg'unligi shakllantiriladi. Natijada sportchi musobaqa jarayonida yuzaga keladigan kutilmagan vaziyatlarga tez va to'g'ri moslasha oladi.

Jadvaldan foydalanish raqib harakatlarini tahlil qilish jarayonini ham sezilarli darajada osonlashtiradi. Raqibning o'yin uslubi, zarba tanlash xususiyatlari va harakat tezligi oldindan aniqlanib, sportchi uchun eng qulay o'yin rejasi ishlab chiqiladi. Bu esa ochkolarni samarali qo'lga kiritish va raqibni noqulay holatga tushirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, musobaqaning hal qiluvchi pallalarida jadval asosida ishlab chiqilgan taktika sportchiga ruhiy ustunlik beradi.

Psixologik tayyorgarlik nuqtayi nazaridan ham jadvalni qo'llash muhim ahamiyatga ega.

Oldindan rejalashtirilgan harakatlar sportchining o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, stress va hayajon darajasini kamaytiradi. Bu holat sportchining musobaqa davomida xatolarga yo'l qo'ymasdan, barqaror va ishonchli o'yin namoyish etishiga yordam beradi.

Shuningdek, jadval murabbiylar uchun ham samarali metodik vosita hisoblanadi. U mashg'ulotlarni rejalashtirish, sportchilarning individual xususiyatlarini inobatga olish va ularning taktik tayyorgarlik darajasini baholash imkonini yaratadi. Jadval asosida olib borilgan mashg'ulotlar natijasida sportchilarning o'yin samaradorligi oshadi va musobaqalarda yuqori natijalarga erishish ehtimoli kuchayadi.

Umuman olganda, taqdim etilgan jadvaldan tizimli va maqsadli foydalanish badmintonchilarni musobaqaga tayyorlash jarayonining sifatini oshiradi. U o'yinni ongli ravishda rejalashtirish, taktik savodxonlikni rivojlantirish hamda sportchilarning musobaqaviy faoliyatini samarali tashkil etishda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.

Umumiy xulosa: Mazkur maqolada badminton musobaqalarida o'yinni to'g'ri rejalashtirish va sportchilarning taktik tayyorgarligini oshirish masalalari ilmiy-nazariy hamda amaliy jihatdan tahlil qilindi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy badminton sportida yuqori natijalarga erishish faqatgina jismoniy va texnik tayyorgarlik bilan cheklanib qolmay, balki sportchining taktik fikrlash darajasi va o'yinni ongli rejalashtira olish qobiliyatiga bevosita bog'liqdir.

O'yin jarayonini to'g'ri rejalashtirish sportchiga o'z kuch va imkoniyatlarini samarali taqsimlash, raqibning o'yin uslubini tahlil qilish hamda hujum va himoya taktikasini vaziyatga mos holda qo'llash imkonini beradi. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar asosida taktik tayyorgarlik sportchilarning musobaqaviy faoliyatida barqarorlikni ta'minlash, xatolar sonini kamaytirish va o'yin samaradorligini oshirishda muhim omil ekanligi aniqlandi.

Shuningdek, mashg'ulot jarayonida taktik tayyorgarlikka alohida e'tibor qaratish, o'yin vaziyatlarini modellashtirish hamda jadval asosida rejalashtirilgan mashg'ulotlardan foydalanish sportchilarning musobaqaga tayyorgarlik darajasini sezilarli oshirishi isbotlandi. Taqdim etilgan jadval va amaliy tavsiyalar murabbiylar va sportchilar uchun metodik qo'llanma sifatida xizmat qilishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, badminton musobaqalarida o'yinni to'g'ri rejalashtirish va taktik tayyorgarlikni tizimli ravishda tashkil etish sportchilarning sport mahoratini yuksaltirish, raqobatbardoshligini oshirish hamda yuqori sport natijalariga erishishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqola natijalari badminton sportini rivojlantirish va yosh sportchilarni tayyorlash jarayonida amaliy ahamiyatga ega bo'lib, kelgusidagi ilmiy tadqiqotlar uchun ham muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ziyayev F. C. et al. YENGIL ATLETIKA SPORT TURINI RIVOJLANTIRISHDA UMUMIY O'RTA T'ALIM MAKTABLARINING JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA YENGIL ATLETIKA TURLARINI O'RGATISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH SAMARADORLIGI //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2021. – T. 1. – №. 3. – C. 348-355.
2. Ziyayev F. C. et al. O'RTA MASOFAGA YUGURUVCHI YENGIL ATLETIKACHILARNI MUSOBAQA OLDI TAYYORGARLIGI SAMRADORLIGINI OSHIRISH //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2021. – T. 1. – №. 4. – C. 78-90.
3. Ch Z. F. YENGIL ATLETIKACHILARNI UZUNLIKKA SAKROVCHANLIGINI MAXSUS MASHQLAR YORDAMIDA RIVOJLANTIRISH //PEDAGOGS jurnali. – 2022. – T. 18. – №. 1. – C. 183-185.
4. Ziyayev F. C. et al. BOSQON ULOQTIRUVCHI SPORTCHILARNI TAYYORLASHDA MODELLASHTIRISH ORQALI SAMARADORLIGINI ANIQLASH //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – T. 2. – №. 10. – C. 280-285.
5. Ғанибоев И. Д. и др. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ЕНГИЛ АТЛЕТИКА МАШҚЛАРИНИ ЎЗИДА МУЖАССАМЛАШТИРГАН ХАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ ОРҚАЛИ БОЛАЛАРНИ ЖИСМОНИЙ СИФАТЛАРНИ ТАРБИЯЛАШ //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – T. 2. – №. 10. – C. 286-293.
6. Xo'jamkeldiyev G. S. et al. AHOLI O'RTASIDA OMMAVIY YUGURISHNING AHAMIYATI //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – T. 2. – №. 10. – C. 120-125.

7. G'aniboyev I. D. et al. UZUNLIKKA SAKROVCHILARNI TAYYORLASH SAMARADORLIGINI OSHIRISH //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 14. – C. 725-729.
8. G'aniboyev I. D. et al. YOSH YENGIL ATLETIKACHI SPORTCHILARNI UZUNLIKKA SAKRASH TURIGA SARALASHDA JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 14. – C. 736-741.
9. G'aniboyev I. D. et al. QISQA MASOFAGA YUGURISH TEXNIKASINI BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHI SPORTCHILARIGA O'RGATISH SAMARADORLIGI //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 14. – C. 730-735.
10. G'aniboyev I. D. et al. G'OVLAR OSHA YUGURUVCHILARNI MUSOBOQALARGA TAYYORLASH TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 14. – C. 718-724.
11. KARIMOV F. BOSHLANG'ICH TAYYORLOV BOSQICHIDAGI UZUNLIKKA SAKROVCHILARNI YILLIK MASHG'ULOTLARINI REJALASHTIRISHDAGI MUAMMOLAR //News of the NUUZ. – 2024. – T. 1. – №. 1.10. – C. 88-91.
12. Alisherovich T. F. PRE-COMPETITION PSYCHOLOGICAL PREPARATION SYSTEM FOR SHORT-DISTANCE TRACK AND FIELD ATHLETES //Ethiopian International Journal of Multidisciplinary Research. – 2024. – T. 11. – №. 11. – C. 80-83.
13. <https://proximusjournal.com/index.php/PJSSPE/article/view/84>
14. Tashpulatov F. A. DEVELOPMENT OF SPORTS ACTIVITY IN STUDENTS, TAKING INTO ACCOUNT THEIR INDIVIDUALITY //INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL: LEARNING AND TEACHING. – 2024. – T. 1. – №. 1. – C. 7-10.
15. Khamraeva, Z. B., Tashpulatov, F. A., Carmen, P., & Setiawan, E. (2024). Elements of dynamics in gymnastic exersicess. *Revista iberoamericana de psicologia del ejercicio y el deporte*, 19(1), 54-59.
16. Alisherovich T. F. Hygienic basics of physical exercise //World scientific research journal. – 2024. – T. 23. – №. 2. – C. 67-74.
17. Alisherovich T. F. ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ //ISSN 2181-3523 VOLUME 2, ISSUE 23 DECEMBER 2023. – 2023. – C. 432.
18. Toshmatov I., “Sportchilarni tayyorlash nazariyasi”, Toshkent, 2021.
19. IAAF Coaching Manual, World Athletics, 2020.
20. Platonov V.N., “Sistema podgotovki sportsmenov”, Moskva, 2015.
21. O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligining metodik qo'llanmalari.