

MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH VA O`TKAZISHNI METODIKALARINI TAKOMILLASHTIRISH

Jizzax DPI o`qituvchisi F.Xoliqov

550-20– guruh Bosimova. N.T

Annotasiya: Musobaqalarda har bir sportchi uz rakibini engishga intiladi va bu intilish sportchidan butun kuchni safarbar etishni talab kiladi.

Kalit so'zlar: Musobaqa, sport, jismoniy tarbiya, texnik, taktik, egiluvchanlik, ruhiy-psixologik sifatlar.

Annotasiya: На соревнованиях каждый спортсмен стремится победить своего соперника, и это стремление требует от спортсмена мобилизации всех своих сил.

Ключевые слова: Соревнования, спорт, физическая культура, технические, тактические, гибкость, психопсихологические качества.

Annotasiya: In competitions, every athlete strives to defeat his opponent, and this aspiration requires the athlete to mobilize all his strength.

Key words: Competition, sports, physical education, technical, tactical, flexibility, psycho-psychological qualities.

Sport musobaqalari sportchilarning malakalarini oshirishda katta ahamiyatga ega. Ular jismoniy, texnik, taktik, ruhiy, funksional tayyorgarliklarni aniqlashga va takomillashtirishga yordam beradi hamda qilinayotgan mehnatni natijasini ko`rsatadi.

To`g`ri va yaxshi tashkil qilingan musobaqalar katta tarbiyaviy ahamiyatga ega, chunki musobaqalar faqat jismoniy sifatlargagina (kuchlilik, chidamlilik, tezkorlik va egiluvchanlik) emas, balki ruhiy-psixologik sifatlarga ham katta ta`sir ko`rsatadi. Musobaqa davrida sportchilarning tashkilotchilik, o`zini tuta bilishlik, jamoa maqsadini o`z maqsadidan yuqori qo`ya olishlik kabi yana bir qancha sifatlari ham takomillashadi.

Musobaqalarda qatnashuvchilar avvalombor, tajriba almashadilar, trenerlar esa yangi trenirovka usullarini sinovdan o`tkazish imkoniyatiga ega bo`ladilar.

Shuningdek, sport musobaqalari sport turlarini targ'ib qilishning eng yaxshi va hammabop shakllaridan hisoblanadi.

Mamlakatimizda musobaqalar o'tkazilishi tufayligina sport o'yinlaridan basketbol, voleybol, futbol, gandbol, yengil atletika, va boshqalar ommaviylashdi. Demak, musobaqasiz sportning bo'lishi mumkin emas.

Musobaqalarning turlari

Musobaqalar qo'yilgan vazifalargagina qarab: birinchiliklar yoki chempionatlar, kubok musobaqalari, qisqartirilgan, baravrlashtirilgan, klassifikatsiya va saralash musobaqalari, match va o'rtoqlik uchrashuvlar kabi turlarga bo'linadi.

Birinchiliklar yoki chempionatlar eng katta musobaqalardan bo'lib, ularda kollektiv, tuman, shahar, respublika chempioni degan faxriy unvon beriladi. Ular yilda bir marta o'tkaziladi. Birinchilik g'oliblari oltin, kumush va bronza medallari bilan mukofotlanadilar.

Kubok musobaqalari "yutkazgan chiqib ketish" prinsipida o'tkaziladi. Bu musobaqalar ko'p vaqt talab qilmaydi va ko'p qatnashuvchilarni jalb qilish imkonini beradi.

Qatnashuvchilarning tayyorgarligi har xil bo'lganligi uchun kuchlirok jamoalarning uchrashuvlarini oxirgi bosqichlarga mo'ljallash kerak. Qisqartirilgan musobaqalar (blitsturnirlar)da ko'p jamoalar qatnashganlari holda bir kunda o'tkaziladi. Buning uchun o'yin vaqti 30 minutgacha qisqartiriladi. Bunday musobaqalar mavsumning ochilishiga yoki bayramlarga bag'ishlab o'tkaziladi.

Baravrlashtirilgan musobaqalar tayyorgarligi har xil bo'lgan jamoalar orasida o'tkaziladi. Jamoalarning qiziqishini saqlab qolish uchun kuchsizrok jamoaga oldindan yoki uchrashuv tamom bo'lgandan so'ng qo'shimcha ochkolar beriladi. Klassifikatsiya musobaqalari jamoalarning (o'yinchilarning) tayyorgarligini aniqlash, sport klassifikatsiyasining razryad talablarini bajarish maqsadida o'tkaziladi.

Saralash musobaqalari tayyorgarligi eng yaxshi jamoalarni (o'yinchilarni) aniqlab, keyingi yirik musobaqalarda qatnashtirish uchun o'tkaziladi.

Match uchrashuvlari musobaqalar kalendarida ko`zda tutilgan va an'anaviy hisoblanadi. Uchrashuvlarda ikki va undan ortiq jamoalar qatnashishi mumkin. Musobaqalarning bunday turlari alohida shaharlar, viloyatlar hamda chet davlatlar orasida do`stlik munosabatlarining rivojlanishiga yordam beradi.

O`rtoqlik uchrashuvlari bo`lajak musobaqalarga va sport trenirovkasining ba'zi bir bo`limlari bo`yicha tayyorgarlikni aniqlash maqsadida ayrim jamoalar o`rtasida o`tkaziladi.

Sport musobaqalari tizimi

Sport musobaqalari o`ziga xos faoliyat bo`lib raqiblarning harakatini tartibga solishda katta rol o`ynaydi, ularning ayrim qobiliyatlarini ob'ektiv ravishda solishtirib ko`rishga va jismoniy sifatlarni maksimal darajada namoyon bo`lishini musobaqa davomida harakatlanishni maksimal darajada ta'minlashga imkoniyat yaratadi.

Adabiyotlar:

1. Sportivnaya borba. Uchebnik dlya IFK Pod.red. A.P.Kupsova, 1978.
2. Igumenov V.M. Organizatsiya i provedenie sorevnovaniy po klassicheskoy borbe. - M., 1986.
3. Ionov S.F., Sipurskiy I.L. Organizatsiya i sudeystvo sorevnovaniy po borbe sambo. - M., 1983.
4. Ataev A.K. Kurash. O`quv qo`llanma. - T., 1987.