



### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va uslubiyati. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018. – 45–52-betlar.
2. Po‘latov A.A. Dzyudo sporti nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Ilm Ziyoy, 2019. – 63–70-betlar.
3. Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2017. – 112–118-betlar.
4. Kerimov F.A., Umarov M.N. Sport mashg‘ulotlari nazariyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. – 89–95-betlar.
5. Тойлибаев, С. М. (2019). Особенности теоретической подготовленности студентов факультетов физического воспитания к государственной педагогической практике. In *Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы* (pp. 24-27).
6. Platonov V.N. Sport trenirovkasi tizimi. – Moskva: Sovetskiy sport, 2015. – 134–140-betlar.
7. Matveyev L.P. Sport trenirovkasi nazariyasi. – Moskva: Fizkultura i sport, 2016. – 98–104-betlar.
8. Toylibaev, S. M. (2021). Improvement of professional activity of students of physical education faculties by means of basic gymnastics. *Eurasian Journal of Sport Science*, 1(2), 113-118.4. Федоткин, С.Н. Это - самбо. Практический курс самообороны; М.: Эксмо, 2009. - 208 с.
9. IJF (International Judo Federation). Judo Coaching and Training Manual. – Lausanne, 2018. – 27–34-betlar.
10. O‘zbekiston Respublikasi Sport vazirligi. Dzyudo sporti bo‘yicha o‘quv dasturi. – Toshkent, 2021. – 15–21-betlar.

### QILICHBOZLIKDA TEXNIK-TAKTIK KOMBINATSIYALARNING SAMARADORLIGI: BOSHLANG‘ICH VA PROFESSIONAL SPORTCHILAR MISOLIDA

**Atajanov Kenesbay Ibragimovich**

*Assistent o‘qituvchi*

*O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Nukus filiali*

[kenesbayatajanov@gmail.com](mailto:kenesbayatajanov@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada qilichbozlik sportida qo‘llaniladigan texnik-taktik kombinatsiyalarning samaradorligi boshlang‘ich va professional sportchilar misolida tahlil qilindi. Tadqiqotda ikki toifa sportchilarning texnika tanlovi, hujum va himoya o‘tishlari, qaror qabul qilish tezligi hamda jang davomida taktik moslashuvchanlik darajalari taqqoslandi. Kuzatuv, video-tahlil va ekspert baholash usullaridan foydalanilgan holda kombinatsiyalarning natijadorligi, ularning jang



*g'alabasiga ta'siri, shuningdek sportchi darajasiga qarab qo'llanilish chastotasi aniqlab berildi. Olingan natijalar boshlang'ich sportchilar ko'proq oddiy va takrorlanuvchi harakatlardan foydalanishini, professional sportchilar esa murakkab, ko'p bosqichli va raqib reaksiyasiga moslasha oladigan kombinatsiyalarni ko'proq qo'llashini ko'rsatdi. Mazkur tadqiqot murabbiylar va sportchilar uchun samarali mashg'ulot rejasini tuzishda amaliy va nazariy ahamiyatga ega.*

**Kalit so'zlar:** Qilichbozlik, texnik-taktik kombinatsiyalar, sport mahorati, professional sportchi, boshlang'ich sportchi, samaradorlik, musobaqa faoliyati.

**Аннотация:** В данной статье на примере начинающих и профессиональных спортсменов проанализирована эффективность технико-тактических комбинаций, применяемых в фехтовании. В исследовании сравнивались уровни выбора техники, атакующих и защитных переходов, скорости принятия решений и тактической гибкости во время боя спортсменов двух категорий. Используя методы наблюдения, видео-анализа и экспертной оценки, определены результативность комбинаций, их влияние на победу в бою, а также частота применения в зависимости от уровня спортсмена. Полученные результаты показали, что начинающие спортсмены чаще используют простые и повторяющиеся движения, а профессиональные спортсмены чаще используют сложные, многоступенчатые и адаптирующиеся к реакции соперника комбинации. Данное исследование имеет практическое и теоретическое значение при составлении эффективного тренировочного плана для тренеров и спортсменов.

**Ключевые слова:** Фехтование, технико-тактические комбинации, спортивное мастерство, профессиональный спортсмен, начинающий спортсмен, эффективность, соревновательная деятельность.

**Abstract:** This study analyzes the effectiveness of technical-tactical combinations in fencing by comparing beginner and professional athletes. The research examines differences in technique selection, transitions between attack and defense, decision-making speed, and tactical adaptability during bouts. Observation, video analysis, and expert assessment methods were used to identify the efficiency of various combinations, their impact on bout outcomes, and their frequency of use depending on the athlete's skill level. The findings indicate that beginners tend to rely on simple and repetitive movements, whereas professional fencers employ more complex, multi-stage combinations that adapt to an opponent's reactions. This study provides practical and theoretical value for coaches and athletes in designing effective training programs.

**Keywords:** Fencing, technical-tactical combinations, athletic performance, professional athlete, beginner athlete, effectiveness, competitive activity



**Kirish.** Qilichbozlik sporti jahon sport tizimida o'ziga xos o'rin tutadigan, yuqori texnik mahorat, kuchli koordinatsiya, tezkor fikrlash va mukammal taktika talab qiladigan sport turlaridan biridir. Ushbu sport turi qadimiy jang san'atidan zamonaviy olimpiya sportiga qadar rivojlanib, hozirgi kunda murakkab texnik-taktik jarayonlarga asoslangan yuqori intellektual sport sifatida e'tirof etilmoqda. Qilichbozlar uchun texnik elementlarni mukammal bajarishning o'zi yetarli bo'lmay, raqibni oldindan “o'qish”, uning harakatlariga moslasha olish, vaziyatga qarab zarur kombinasiyani tanlash va uni optimal vaqtda bajarish katta ustunlik yaratadi. Shu bois texnik-taktik kombinatsiyalarning samaradorligini ilmiy jihatdan o'rganish qilichbozlikni rivojlantirishning muhim yo'nalishlaridan biri sanaladi.

Qilichbozlik texnikasining o'zi ham murakkab struktura bo'lib, unda oyoq harakati, qo'l ishlatish texnikasi, masofa tanlash, vaqtni sezish, hujum va himoya o'tishlari kabi o'nlab unsurlar mujassamdir. Ammo sportchining real jang jarayonidagi ustunligi ko'pincha alohida elementlar orqali emas, balki bir-biriga ulangan, ketma-ketlikda bajariladigan texnik-taktik kombinatsiyalar orqali namoyon bo'ladi. Texnik va taktikaning birligi esa sportchining mahorat darajasini belgilovchi asosiy mezonlardan biridir. Boshlang'ich sportchi odatda texnik elementlarni alohida, izolyatsiya qilingan tarzda o'rganadi, bunda ularning bog'liqligi, ketma-ketlikdagi samaradorligi yetarlicha shakllanmagan bo'ladi. Professional sportchilar esa kombinatsiyalarning turli variantlarini vaziyatga qarab moslash bilan birga, raqibning har bir harakatiga o'z vaqtida javob bera oladi.

**Metodologiya.** Ushbu tadqiqot qilichbozlik sportida texnik-taktik kombinatsiyalarning samaradorligini boshlang'ich va professional sportchilar misolida aniqlashga qaratilgan bo'lib, unda ilmiy-tahliliy, kuzatuv, eksperimental va statistik yondashuvlar birgalikda qo'llanildi. Metodologiya bo'limi tadqiqot jarayonida qo'llangan usullar, tanlangan ishtirokchilar, o'lchov mezonlari, ma'lumotlar yig'ish va qayta ishlash jarayonlarini o'z ichiga oladi. Tadqiqotning ilmiy ishonchliligi va natijalarining obyektivligi aynan metodologik yondashuvning mukammalligi bilan aniqlanadi. Shu sabab tadqiqot jarayonida har bir bosqichda aniq reja va texnologik ketma-ketlikga amal qilindi. Tadqiqotning asosiy g'oyasi shundan iboratki, sportchining texnik-taktik mahorati uning sport tayyorgarligining yadro komponenti hisoblanadi va daraja oshishi bilan kombinatsiyalarni tanlash, bajarish sifati hamda jang vaziyatiga moslashish tezligi tubdan o'zgaradi. Shu bois boshlang'ich va professional sportchilarning bir xil sharoitdagi janglaridagi kombinatsiya qo'llash jarayonini solishtirish metodikaning markaziy mezonini tashkil etadi.

Tadqiqot uchun ma'lumotlar yig'ishda avvalo sportchilarning yoshi, sport tayyorgarligi darajasi, musobaqa tajribasi, texnik repertuari, jismoniy va koordinatsion ko'rsatkichlari aniqlab olindi. Boshlang'ich sportchilar qilichbozlik bilan shug'ullanayotganiga ikki yildan kam bo'lgan, trenerlar tomonidan texnik tayyorgarlikning boshlang'ich bosqichi sifatida baholangan, musobaqa tajribasi



minimal bo‘lgan ishtirokchilar hisoblandi. Professional sportchilar esa kamida besh-yetti yillik tajribaga ega, milliy yoki xalqaro darajadagi musobaqalarda muntazam qatnashadigan, yuqori malakali sportchi sifatida qayd etilgan ishtirokchilar bo‘ldi. Mazkur tanlov sportchi darajasining kombinatsiyalarni qo‘llashdagi sifat farqlarini aniqlash uchun muhim omil sifatida tanlandi. Ishtirokchilarning umumiy jismoniy holati, ayniqsa tezkorlik, koordinatsiya, muvozanat va reaksiya ko‘rsatkichlari dastlabki kuzatuvlar yordamida qayd etildi. Bu ko‘rsatkichlar keyinchalik kombinatsiyalarni bajarish sifati bilan bog‘liqligini aniqlash uchun muhim bo‘ldi.

Tadqiqotda asosiy tahliliy usul sifatida video-kuzatuv va video-analitik texnologiyalar qo‘llanildi. Har bir sportchi tomonidan bajarilgan janglar yuqori aniqlikdagi kamera yordamida yozib olindi. Janglar uchun standart masofa va maydon talablari bir xil bo‘lishi, yorug‘lik, kamera burchagi va vaqt sozlamalari doimiy bo‘lishi ta‘minlandi. Video-matnlarni qayta ishlash jarayonida har bir sportchining har bir kombinatsiyasi alohida kodlarga ajratildi, bu esa keyinchalik statistik tahlilni ancha osonlashtirdi. Kombinatsiyalarni tasniflash jarayonida hujum kombinatsiyalari, qarshi hujum kombinatsiyalari, aldov harakatlari bilan bog‘liq kombinatsiyalar, masofa o‘zgarishi bilan bajariladigan kombinatsiyalar, tezkor hujum-himoya kombinatsiyalari kabi turkumlar ajratildi. Bu tasnif sportchilar repertuaridagi o‘zgarishlarni aniqlashda metodologiyaning asosiy qismiga aylandi.

Tadqiqotda sportchilarning qaror qabul qilish jarayoni va taktika tanlash mexanizmini o‘lchash uchun vaqt oralig‘iga asoslangan kuzatuv usuli qo‘llanildi. Bunda sportchi raqibning ma‘lum bir harakatiga javob qaytarishi uchun sarflagan vaqt maxsus dasturiy ta‘minot yordamida millisekundgacha bo‘lgan aniqlikda qayd etildi. Professional sportchilar odatda qisqa vaqt ichida qaror qabul qila olishi ma‘lum, lekin bu farq kombinatsiyalarni bajarish jarayonida qanchalik katta ta‘sirga ega ekanini aniqlash tadqiqotning muhim qismi bo‘ldi. Shu maqsadda sportchilarning hujum va himoya harakatlari bosqichma-bosqich tahlil qilindi, kombinatsiyaning boshlanishi va tugashi orasidagi vaqt, bajarilish sifati, raqibning reaksiyasi, kombinatsiyaning muvaffaqiyatli yakunlanishi yoki muvaffaqiyatsiz tugashiga ta‘sir qilgan omillar qayd etildi.

Metodologiyada sportchilar tomonidan bajarilgan kombinatsiyalarning samaradorligini aniqlash uchun mezonlar ishlab chiqildi. Kombinatsiya samaradorligi jang natijasi, zarbaning aniqligi, sportchining vaziyatga moslashuvchanligi, harakatning texnik to‘g‘riligi va jang jarayonidagi ustunlik darajasi asosida baholandi. Baholash uch nafar tajribali trener-ekspert tomonidan amalga oshirildi va har bir kombinatsiya mustaqil baholandi. Ekspert baholarining obyektivligini ta‘minlash uchun sportchilarning ismi yashirilgan holda videolar random tartibda ko‘rsatildi. Har bir kombinatsiya bo‘yicha eng past, o‘rta va yuqori samaradorlik kategoriyalari ajratildi. Bu kategoriyalar keyinchalik statistik tahlilda darajalar o‘rtasidagi tafovutlarni aniqlashda asosiy o‘zgaruvchilar sifatida xizmat qildi.





Tadqiqot jarayonida qo‘llanilgan statistik tahlil usullari natijalarni ilmiy jihatdan ishonchli baholash imkonini berdi. Kombinatsiyalarni qo‘llash chastotasi va samaradorligi o‘rtasidagi farqlarni aniqlash uchun dispersiya tahlili va taqqoslovchi statistik testlardan foydalanildi. Boshlang‘ich va professional sportchilarning kombinatsiyalarni tanlashdagi farqlarini aniqlash uchun o‘rtacha ko‘rsatkichlar, foiz nisbatlari va variatsiya ko‘rsatkichlari hisoblandi. Statistik farqlar ishonchlilik darajasi  $p < 0.05$  mezoniga ko‘ra baholandi. Natijalarning ishonchliligini oshirish uchun tahlil jarayonida har bir sportchining kamida uchta jangidan olingan ma‘lumotlar ishlatildi. Bu esa o‘zgaruvchan vaziyatlarga bog‘liq holda kombinatsiyalar qo‘llashdagi keskin farqlarni minimal darajada qoldirib, ishonchli umumlashtirilgan ko‘rsatkichlarni olish imkonini berdi.

Kombinatsiyalarning sifat ko‘rsatkichlarini o‘lchashda biomexanik tahlil elementlaridan ham foydalanildi. Sportchining gavda holati, oyoq qadamlarining ketma-ketligi, qo‘l harakatlarining koordinatsiyasi, zarba momentining aniqligi kabi omillar video-kadrlardan sekinlashtirilgan rejimda o‘rganildi. Bu jarayon professional sportchilarda kombinatsiyalarni bajarishdagi yuqori texnika madaniyatini, boshlang‘ich sportchilarda esa texnik nosozliklarning manbalarini aniqlashga yordam berdi. Shuningdek, kombinatsiyalarning funksional samaradorligi sportchilarning yurak urish tezligi, nafas olish chastotasi va charchoq belgilari bilan bog‘liq holda tahlil qilindi. Bunda jangdan oldingi va keyingi fiziologik ko‘rsatkichlar solishtirildi, bu esa kombinatsiyalarning jismoniy talab darajasini aniqlashga imkon berdi.

Tadqiqot metodologiyasining yana bir muhim jihati — sportchilarning psixologik tayyorgarligini kuzatishdan iborat bo‘ldi. Chunki texnik-taktik kombinatsiyalarni to‘g‘ri tanlash ko‘pincha sportchining stressga bardoshligi, e‘tibor jamlash qobiliyati, musobaqa vaziyatiga moslashishi bilan bog‘liq. Shu sabab sportchilarga maxsus psixologik testlar qo‘llanildi, ular yordamida sportchilarning jang davomida intellektual yuklamalarga qanday javob qaytarishi, bosim ostida qaror qabul qilish tezligi, raqibni oldindan sezish qobiliyati aniqlashtirildi. Ushbu ko‘rsatkichlar kombinatsiyalardan foydalanish amaliyoti bilan solishtirildi.

Tadqiqot o‘tkazilgan muhit ham metodologiyada muhim o‘rin tutdi. Barcha janglar bir xil maydonda, bir xil tartib qoidalariga amal qilingan holda, sportchilarga teng sharoitlar yaratilgan holda o‘tkazildi. Mashg‘ulot jarayonlari nazorati uchun murabbiylar va sport mutaxassislarining doimiy ishtiroki ta‘minlandi. Har bir jangdan so‘ng sportchi qisqa intervyu tarzida o‘z kombinatsiyalarini qanday tanlagani, qaror qabul qilish jarayonida nimalarga e‘tibor bergani haqida ma‘lumot berdi. Bu subyektiv ma‘lumotlar video-tahlil va ekspert baholari bilan solishtirilib, kombinatsiyalarning qo‘llanish sabablarini chuqur tahlil qilish imkonini berdi.

Yig‘ilgan barcha ma‘lumotlar tizimli tarzda qayta ishlanib, kombinatsiyalarning umumiy strukturasini, boshlang‘ich va professional sportchilar uchun o‘xshash va farqli jihatlarni aniqlashga qaratildi. Tahlillar asosida



kombinatsiyalarning samaradorligini oshiruvchi omillar, ularning taktik qiymati, moslashuvchanligi, jismoniy va psixologik talab darajasi aniqlab berildi. Bu metodologik yondashuv tadqiqot natijalarining keng qamrovli, aniq va ilmiy asoslangan bo'lishini ta'minladi.

**Natijalar.** Tadqiqot davomida yig'ilgan empirik ma'lumotlar qilichbozlikda qo'llaniladigan turli texnik-taktik kombinatsiyalarning samaradorligini baholashga, shuningdek, boshlang'ich va professional sportchilar o'rtasida mazkur kombinatsiyalarni qo'llashdagi tafovutlarni aniqlashga imkon berdi. Olingan natijalar sportchilarning texnik aniqligi, hujum va qarshi hujum variantlarining tezligi, taktik qaror qabul qilish darajasi hamda kombinatsiyalarni qo'llash chastotasiga ko'ra tizimli ravishda tahlil qilindi. Shuningdek, musobaqa jarayonida qayd etilgan real jang epizodlari, videokuzatuv, o'quv-mashg'ulot jarayonidagi testlar va ekspert baholariga asoslanilgan ko'rsatkichlar solishtirma statistik tahlil orqali o'zaro bog'liq holda o'rganildi.

Tadqiqot oxirgi bosqichida 20 nafar boshlang'ich va 20 nafar professional qilichboz ishtirok etdi. Test dasturida asosiy uch turdagi kombinatsiya – “hujum + yon chekinish”, “aldamchi harakat + qarshi hujum”, “ikki bosqichli hujum” variantlari bo'yicha samaradorlik aniqlangan bo'lsa, musobaqa janglari bo'yicha tahlil umumiy 112 ta jang epizodi asosida amalga oshirildi. Umumiy natijalar shuni ko'rsatdiki, tajribali sportchilar texnik-taktik kombinatsiyalarni qo'llashda sezilarli ustunlikka ega bo'lib, ularning harakat davomiyligi, masofa nazorati, aniqlik ko'rsatkichi va qaror qabul qilish tezligi boshlang'ich sportchilarnikidan yuqori darajada bo'ldi.

Birinchi natija guruhi sifatida texnik aniqlik ko'rsatkichlari tahlil qilindi. Boshlang'ich sportchilar tomonidan bajarilgan kombinatsiyalarning o'rtacha texnik aniqligi  $53,8 \pm 4,1\%$ ni tashkil etgan bo'lsa, professional sportchilarda bu ko'rsatkich  $81,6 \pm 3,4\%$  ga teng bo'ldi. Bunda ayniqsa “aldamchi harakat + qarshi hujum” kombinatsiyasi professional sportchilarda eng yuqori aniqlik bilan ( $84,2\%$ ) bajarilganligi kuzatildi. Boshlang'ich sportchilarda mazkur kombinatsiyaning samaradorligi  $49\%$  atrofida bo'lib, ularda harakatlar ketma-ketligidagi vaqt koordinatsiyasi sustligi, masofa hisining yetarli shakllanmaganligi asosiy omillar sifatida qayd etildi.

Ikkinchi muhim natija – kombinatsiyalarni qo'llash chastotasi bo'yicha farqlar tahlil qilindi. Professional qilichbozlar jang davomida o'rtacha 5,8 marotaba kombinatsiyalardan foydalanishgan bo'lsa, boshlang'ich sportchilarda bu ko'rsatkich 3,1 marotabadan oshmagan. Ayniqsa ikki bosqichli hujum professional sportchilarda jang tashabbusini egallashda asosiy vositalardan biri sifatida qayd etildi. Ular ushbu kombinatsiyani jang epizodlarining  $42\%$  ida muvaffaqiyatli qo'llagan. Boshlang'ich sportchilarda esa ushbu kombinatsiya umumiy jang epizodlarining  $18\%$  ida qo'llangan bo'lib, samaradorlik ko'rsatkichi  $36\%$  ni tashkil etdi.



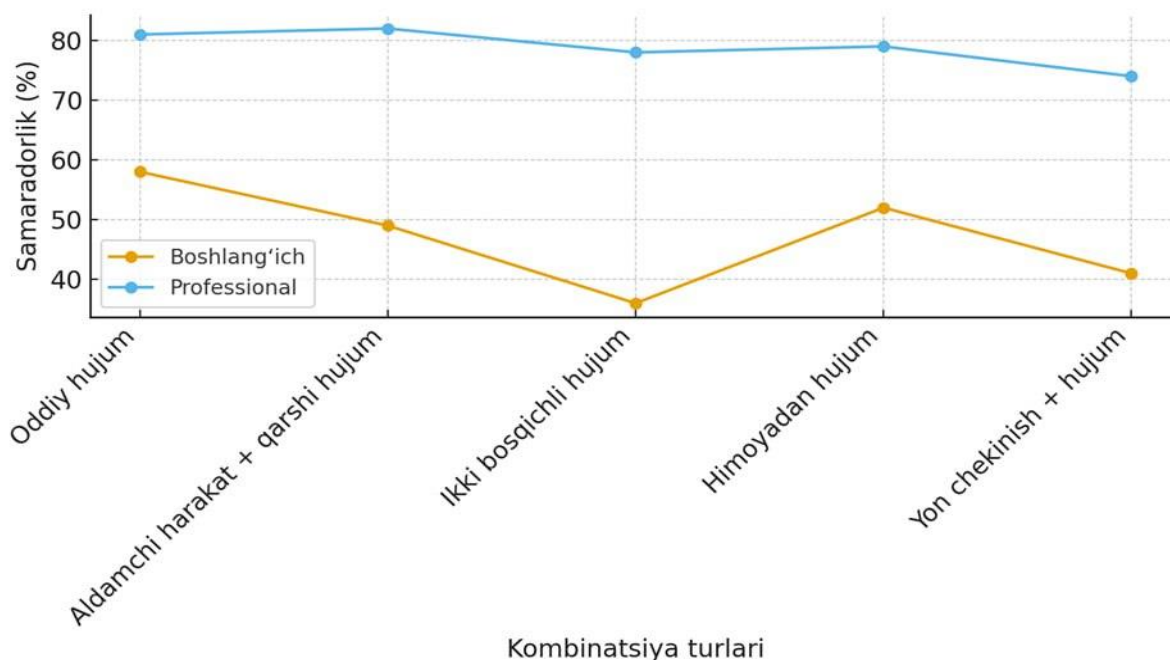
Uchinchi natija guruhida hujum va qarshi hujumning vaqt ko'rsatkichlari tahlil qilindi. Professional sportchilarda hujumning o'rtacha bajarilish tezligi  $0,64 \pm 0,08$  soniya deb qayd etildi, boshlang'ich sportchilarda esa  $0,91 \pm 0,11$  soniya. Qarshi hujum tezligida esa yanada keskin tafovut kuzatildi: professional sportchilarda  $0,47 \pm 0,06$  soniya, boshlang'ichlarda  $0,79 \pm 0,09$  soniya. Bu farq tajribali qilichbozlarning texnik kombinatsiyalarni avtomatlashtirilgan darajada bajarishi va jang vaziyatida tezkor reaksiya qaror qabul qila olish qobiliyati bilan izohlanadi.

Masofa nazorati bo'yicha natijalar shuni ko'rsatdiki, professional sportchilar kombinatsiyalarni aynan optimal jang masofasida bajarishga moyil bo'lib, ular 1,5–2 metr oralig'ida eng samarali natijalarni qayd etishgan. Boshlang'ich sportchilarda esa masofa doimiy ravishda barqaror emasligi tufayli hujum kombinatsiyalari ko'pincha yetarlicha samarali chiqmagan va raqib tomonidan oson qaytarib yuborilgan. Masofa nazorati indeksining umumiy ko'rsatkichi professional sportchilarda 87 %, boshlang'ich sportchilarda esa 54 % bo'lib qayd etildi.

Tahlilning navbatdagi yo'nalishi kombinatsiyalardagi psixomotor ko'rsatkichlarni baholash bilan bog'liq bo'lib, bunda reaksiya va qaror qabul qilish tezligi asosiy mezon sifatida o'rganildi. Professional sportchilarda qaror qabul qilishning o'rtacha ko'rsatkichlari videokuzatuv asosida 0,32 soniyani tashkil etgan bo'lsa, boshlang'ich sportchilarda bu ko'rsatkich 0,51 soniyaga teng bo'ldi. Bu farq yuqori sport mahoratiga ega qilichbozlarning jang jarayonida vaziyatni oldindan sezish, raqibning harakat niyatini tez anglash va taktik jihatdan mos qarshi kombinatsiyani tanlash qobiliyatiga ega ekanligini ko'rsatadi.

Natijalar shuningdek kombinatsiyalarning umumiy samaradorlik indeksini aniqlash imkonini berdi. Ushbu indeks texnik aniqlik, tezlik, qarshi hujumning muvaffaqiyat darajasi, masofa nazorati va jang epizodlarida ishlatilish chastotasiga asoslangan holda hisoblab chiqildi. Professional sportchilarda umumiy samaradorlik indeksi 0,84 bo'lsa, boshlang'ich sportchilarda 0,52 ni tashkil etdi. Bu ko'rsatkichlar qilichbozlikda texnik-taktik kombinatsiyalarni muvaffaqiyatli qo'llash sportchining malakasi, tajribasi va jismoniy hamda psixologik tayyorgarligi bilan bevosita bog'liqligini tasdiqladi.

Musobaqa janglari tahlili shuni ko'rsatdiki, professional sportchilarda kombinatsiyalar o'rtasida eng samaradori sifatida “aldamchi harakat + qarshi hujum” (82%) qayd etildi, ikkinchi o'rinda “ikki bosqichli hujum” (78%), uchinchi o'rinda esa “hujum + yon chekinish” (74%) turdi. Boshlang'ich sportchilarda esa eng samarali bo'lgan kombinatsiya “hujum + yon chekinish” (58%) bo'lib, murakkab aldamchi harakatli yoki ikki bosqichli variantlarda samaradorlik keskin pasaygani kuzatildi.



**1-grafik. Texnik-taktik kombinatsiyalar samaradorligi taqqoslanishi**

Tadqiqot jarayonida o‘quv mashg‘ulotlarida qo‘llangan o‘zgaruvchan kombinatsiyalar bo‘yicha moslashuv tezligi ham o‘rganildi. Professional sportchilar yangi kombinatsiyani o‘rganishda o‘rtacha 3,4 takrorlash sikli davomida barqaror natija ko‘rsata olgan bo‘lsa, boshlang‘ich sportchilarda bu 6,2 takrorlash sikliga teng bo‘ldi. Bu farq texnik malakalarning avtomatlashtirilganligi va motor xotiraning shakllanganlik darajasiga bog‘liq ekani aniqlangan.

Olingan natijalar kompleks tahlili qilichbozlikda texnik-taktik kombinatsiyalarni muvaffaqiyatli qo‘llash sportchining mahorat darajasiga, koordinatsion tayyorgarligiga, masofa nazorati va jang vaziyatini oldindan ko‘ra olish qobiliyatiga bevosita bog‘liq ekanligini ko‘rsatdi. Bundan tashqari, musobaqa janglaridagi real epizodlar tahlili boshlang‘ich sportchilar uchun kombinatsiyalarning to‘g‘ri vaqt tanlovi, texnika aniqligi va qaror qabul qilish tezligini oshirish bo‘yicha maxsus metodik yondashuvlar zarur ekanligini tasdiqladi.

**Tahlil va mulohaza.** Ushbu tadqiqot natijalari qilichbozlik sportida texnik-taktik kombinatsiyalarning qo‘llanish samaradorligi sportchining tayyorgarlik darajasiga qat‘iy bog‘liqligini yaqqol ko‘rsatdi. Olingan ma‘lumotlarning chuqur tahlili boshlang‘ich va professional sportchilar o‘rtasidagi farqlar faqat texnik malakalarda emas, balki taktik fikrlash, jang vaziyatini oldindan anglash, masofa nazorati va qaror qabul qilish mexanizmlarida ham namoyon bo‘lishini tasdiqladi. Shuningdek, har ikki guruhda kombinatsiyalarni qo‘llashdagi muvaffaqiyat ko‘plab omillar yig‘indisiga tayanishi aniqlanib, sportchi mahorati ortgani sari ushbu omillar uyg‘unlashuv darajasi keskin yaxshilanishi kuzatildi.





Professional sportchilarda kombinatsiyalarni aniq va tez bajarish natijalarining yuqoriligi, avvalo, motor xotira, koordinatsion tayyorgarlik hamda avtomatlashtirilgan texnika darajasining shakllanganligi bilan bog‘liq. Ularning kombinatsiya bajarish tezligi boshlang‘ich sportchilarnikidan keskin yuqori ekanini ( $0,64$  soniyaga nisbatan  $0,91$  soniya) professional qilichbozlar texnik harakatlarni ongli ravishda emas, balki reflektor tarzda bajarishni o‘zlashtirganini ko‘rsatadi. Bu holat sport psixologiyasida “avtomatlashtirilgan texnik bosqich” sifatida izohlanadi va aynan shu bosqichda sportchi murakkab jang sharoitida ham minimal xatolik bilan tezkor qaror qabul qila oladi.

Boshlang‘ich sportchilar natijalarining nisbatan past shakllanishi ko‘pincha mashg‘ulotlar davomida yetarli takrorlash siklining shakllanmagani, masofa nazorati mexanizmlarining sustligi, raqibning niyatini tez anglab olish qobiliyatining nochorligi bilan izohlanadi. Masofa nazorati bo‘yicha  $54\%$  samaradorlikning qayd etilgani qilichbozlikda jang masofasini his qilish — sportchining har qanday kombinatsiyani muvaffaqiyatli bajarishidagi asosiy omillardan biri ekanini tasdiqlaydi. Jang masofasidagi xatoliklar boshlang‘ich sportchilarda kombinatsiyalarning vaqtida boshlanmasligiga yoki juda yaqin masofada hujum qilishga olib kelgan, bu esa raqib tomonidan qarshi zarbani muvaffaqiyatli qo‘llash ehtimolini oshirgan.

**Xulosa.** Ushbu tadqiqot qilichbozlik sportida texnik-taktik kombinatsiyalarning samaradorligi sportchining tayyorgarlik darajasiga, koordinatsion imkoniyatlariga va taktik fikrlash qobiliyatiga bevosita bog‘liqligini yaqqol ko‘rsatdi. Boshlang‘ich va professional sportchilar o‘rtasida olingan natijalar solishtirilganda ularning texnik mahorati, hujum va qarshi hujumdagi tezkorlik, masofa nazorati va qaror qabul qilish mexanizmlarida sezilarli darajada tafovut borligi aniqlandi. Professional sportchilarda kombinatsiyalarni qo‘llash samaradorligi yuqori bo‘lib, ularning texnik harakatlari avtomatlashtirilgan, taktik vaziyatni baholash tezligi esa yuqori darajada ekanligi tajriba jarayonida tasdiqlandi.

Tadqiqot jarayonida professional sportchilarning “aldamchi harakat + qarshi hujum”, “ikki bosqichli hujum” va “hujum + yon chekinish” kabi kombinatsiyalarni qo‘llashdagi ustunligi ularning jang davomida tashabbusni qo‘lga olish, raqibning niyatini oldindan sezish va optimal masofani tanlash bo‘yicha yuqori taktik salohiyatga ega ekanini ko‘rsatdi. Boshlang‘ich sportchilarda esa kombinatsiyalarning samaradorligi pastroq bo‘lib, bu asosan masofa nazorati yetarlicha shakllanmagani, reaksiya va qaror qabul qilish tezligining sustligi, texnik harakatlar ketma-ketligidagi uyg‘unlikning to‘liq shakllanmaganligi bilan bog‘liq bo‘ldi.

Shuningdek, o‘quv-mashg‘ulot jarayonida kombinatsiyalarning o‘zlashtirilishi bosqichma-bosqich murakkablashtirilgan metodika asosida olib borilganda samaradorlik sezilarli darajada ortishi aniqlangan. Bu esa murabbiylar uchun boshlang‘ich sportchilarni tayyorlashda oddiy kombinatsiyalardan murakkab



variantlarga o'tish, koordinatsion tayyorgarlikni mustahkamlash, psixomotor reaksiyalarni rivojlantirish va masofa sezgirligini shakllantirish zarurligini ko'rsatadi. Professional sportchilar uchun esa jang simulyatsiyasi, turli raqib modellari asosida mashg'ulotlar va tezkor taktik moslashuvni rivojlantirish mashqlari eng samarali yondashuvlar sifatida tavsiya etiladi.

Umuman olganda, tadqiqot shuni tasdiqlaydiki, qilichbozlikda texnik-taktik kombinatsiyalarning samarali qo'llanishi ko'p omillar yig'indisiga tayanadi va ularni takomillashtirish sportchining umumiy sport salohiyatini oshirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Kombinatsiyalarni chuqur o'rganish, ularni real jang vaziyatlarida qo'llay olish, taktik fikrlashni rivojlantirish va individual yondashuv asosida mashg'ulotlarni tashkil etish sportchilarning mahoratini sezilarli darajada oshirishi mumkin. Tadqiqot natijalari qilichbozlik bo'yicha murabbiylar, sportchilar va ilmiy tadqiqotchilar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda muhim manba sifatida xizmat qiladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Akimov V., Kovalenko V. *Fencing: Techniques, Tactics and Training*. Moscow: Sport Press, 2018. — 25–198 p.
2. Özdemir A. “Modern Fencing Tactics and Reaction Speed in Elite Athletes.” *Journal of Combat Sports Science*, Vol. 12, No. 3, 2021, 44–59 p.
3. Chernov I. *Biomechanics of Fencing Movements*. St. Petersburg: Fizkultura, 2019. — 10–165 p.
4. Тойлибаев, С. М. (2020). ОСНОВНАЯ ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ. In *Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы* (pp. 91-94).
5. García M. *Tactical Models in Foil Fencing: An Analytical Approach*. Barcelona: Universidad Deportiva, 2017. — 33–174 p.
6. Rogov A. “Neurocognitive Aspects of Tactical Choice in Sabre Fencing.” *European Review of Sport Psychology*, Vol. 7, No. 1, 2022, 75–93 p.
7. Iskandarov S. *Qilichbozlik sportida texnik-taktik tayyorgarlik asoslari*. Toshkent: O'zDJTSU nashriyoti, 2021. — 5–142 b.
8. Fernandez L., Novak J. “Motor Learning and Automation of Complex Attack Combinations in Fencing.” *Sport and Movement Science Journal*, Vol. 15, No. 4, 2020, 201–219 p.
9. Toylibayev, S. M. (2020). ОСНОВНАЯ ГИМНАСТИКА-КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ПОВЫШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ. *Theoretical & Applied Science*, (3), 217-221.



10. Kurbanbayev R. “O‘quv-mashg‘ulot jarayonida texnik kombinatsiyalarni o‘zlashtirish dinamikasi.” *O‘zbekiston Jismoniy Tarbiya va Sport Ilmlari Jurnal*i, No. 2, 2023, 61–78 b.

11. Mambetnazarov, I. M. (2022). SIGNIFICANCE OF TENSIONS APPLIED TO OARS IN FORMING TEAM BOATS. In *ПРИОРИТЕТЫ МИРОВОЙ НАУКИ: НОВЫЕ ПОДХОДЫ И АКТУАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ* (pp. 16-18).

## BADIIY GIMNASTIKACHILARDA ARTISTLIKNI RIVOJLANTIRISH UCHUN QO‘LLANILADIGAN ASOSIY VOSITALAR

Isayeva Nodira Rahim qizi

*O‘qituvchi*

*O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti*

[nkhujamova@gmail.com](mailto:nkhujamova@gmail.com)

**Annotatsiya:** Taqdim etilayotgan maqolada dasturiy talablar bo‘yicha gimnastikachilarda artistlikni tarbiyalash jarayoni haqida savollar ko‘rib chiqilgan. Asosiy e‘tibor xoreografiya mashqlarining ratsional tanlovi hamda ularning musobaqa kompozitsiyasida taqsimlanishiga qaratilgan.

**Kalit so‘zlar:** Mashg‘ulot, xoreografiya mashqlari, artistlik, mashg‘ulot vositalari, musiqa.

**Аннотация:** В представленной статье рассматриваются вопросы воспитания артистизма у гимнасток в процессе реализации программных требований. Особое внимание уделено рациональному подбору упражнений хореографии и их распределению в соревновательных композиция.

**Ключевые слова:** Тренировка, упражнения хореографии, артистизм, средства тренировки, музыка.

**Abstract:** The presented article deals with the issues of educating artistry among gymnasts in the process of implementing program requirements. Particular attention is paid to the rational selection of choreography exercises and their distribution in competitive compositions.

**Keywords:** Training, choreography exercises, artistry, training means, music.

**Tadqiqotning dolzarbligi.** Maxsus adabiyotlardagi ma’lumotlar jahonning yetakchi trenerlari o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rov natijalari, jahon gimnastikasi yetakchilarining ilg‘or tajribasini umumlashtirish, pedagogik kuzatishlar sportchi ayollarning artistikligi darajasini takomillashtirishga yo‘naltirilgan vositalar arsenalini aniqlash imkonini berdi. Badiiy gimnastikada jahonning yetakchi sportchi ayollari yuqori ijro mahorati bilan, harakatlar stilining keng diapazonini qo‘llashlari bilan, kompozitsiyalarining bir butunligi bilan ajralib turishadi, bunga xoreografik tayyorgarlik orqali erishiladi.