

ZAMONAVIY VOLEYBOLNING DOLZARB MASALALARI

Po'latova Shahnoza Ikrom qizi

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Farg'ona filiali Ta'lim sifatini nazorat qilish bo'limi bosh mutaxassisi.

Annotatsiya: *Mazkur maqolamizda zamonaviy voleybolning masalalari, oldin qo'yilgan xato - kamchiliklari, o'zgartirilgan o'yin qoidalari, o'yinchilarni xatti - harakatlari, olib borgan natijalari, ko'rsatgichlari, qo'llanayotgan harakatlari, o'zgartirilgan qonun - qoidalari, eski voleybol o'yini bilan zamonaviy voleybolning farqlari haqida fikr bildirib o'tilgan.*

Kalit so'zlar: *voleybol, bahs-raqobat, jismoniy va ruhiy barkamollik, kombinatsiya, texnik-taktik harakatlar, akkreditsiya, tay-breyk, libero, portlovchi-inersion kuch.*

Аннотация: *В данной статье даны комментарии по вопросам современного волейбола, ранее поставленным ошибкам, измененным правилам игры, поведению игроков, результатам, показателям, применяемым действиям, измененным правилам, различиям между старой волейбольной игрой и современным волейболом.*

Ключевые слова: *волейбол, спор-соревнование, физическое и психическое совершенство, комбо-я, технико-тактические действия, аккредитация, тай-брейк, либеро, взрыво-инерционная сила.*

Annotation: *in this article, the issues of modern volleyball, the mistakes made before, the rules of the changed game, the behavior of the players, the results they carried, the indicators, the actions they are applying, the modified rules of law, the differences of modern volleyball with the old Game of volleyball.*

Keywords: *volleyball, controversy-competition, physical and mental perfection, combinatsiya, technical-tactical actions, accreditation, tie-break, libero, explosive-inertial force.*

Voleybol o'zining hammaboplighi, go'zal o'yin mazmuni, kattayu – kichik yoshdagi insonlar diqqatini o'ziga rom qiluvchi, hujum va himoya kombinatsiyalari bilan nafaqat shahar va tumanlar markazlarida, balki uzoq qishloqlarda, mahalla-yu-maskanlarda, to'y va bayramlarda bahs-raqobat, sihat-salomatlik, jismoniy va ruhiy barkamollik vositasi sifatida turli yosh va qatlamga mansub aholi hayotiga ki-rib bormoqda. Voleybol o'quv fani va salomatlik manbai sifatida barcha ta'lim mu-assasalarida o'quv rejasiga kiritilgan. Ayniqsa, so'nggi yillarda voleybolni "Uni-versiada", "Xotin-qizlar spartakiadasi", "Faxriylar musobaqalari" kabi ko'p bosqichli va muntazam o'tkazilib kelinayotgan nufuzli sport tadbirlari dastu-ridan joy olishi uni geografik chegarasi hamda shug'ullanuvchilar soni keskin orta bori-shiga zamin yaratdi.

Zamonaviy klassik voleybol XX asr oxirlari va XXI asrdan boshlab o'zining

tabiiy taraqqiyoti tufayli hamda musobaqa qoidalarining keskin o'zgarishi evaziga yangicha mazmunga ega bo'ldi. O'yin qoidalarining tubdan o'zgarishi nafaqat g'oliblikka da'vogar jamoalar raqobati bilan belgilanadi, balki ma'lum darajada bozor munosabatlariga ham bog'liqdir. Ma'lumki, yirik nufuzli musobaqalarni (jahon, Osiyo chempionatlari, Olimpiada va Osiyo o'yinlari hamda boshqa yuqori reytingli xalqaro turnirlar, Kubok musobaqalari) o'tkazishda ko'plab teleradiokompaniyalar, jurnalistlar ushbu musobaqalarni teletranslyatsiya qilish, reportajlar olib borish uchun maxsus akkreditsion talablarni qondirishlari lozim. Agar qayd etilgan musobaqalarda o'yin shiddati sust bo'lsa, "kuchli" zarbalar tufayli ochkolar tez-tez olin-sa-yu, uzluksiz jarayon tez-tez uzilib, to'xtash holatlari ko'p bo'lsa, musobaqaga bo'lgan qiziqish so'na boshlaydi, akkreditsiya bozori chegaralanadi, tomoshabinlar doirasi toraya boshlaydi. Aynan shunday holatlar eski qoidalarga muvofiq himoya zonalarida joylashgan "kuchli" hujumchilar hujum va yon chiziqlarini bosmasdan, shiddat bilan sakrab, 4- yoki 2- zonalardan zarba berish natijasida "ochko ishlagan-lar". Tananing oyoq va bel qismlarigacha to'p tegsa, o'yin to'xtatilgan. To'p may-dondan uzoqqa tushsa, vaqt ketgan, boshqa to'p bilan o'ynash ta'qiqlangan; to'p kiritish "yo'qotilsa", raqib jamoaga ochko berilmagan, kiritilgan to'p to'rga tegib o'tsa, o'yin to'xtatilar edi va hokazo. Bunday vaziyatlar o'yinni tez-tez to'xtab qolishiga sabab bo'lib kelgan. Bugungi voleybol qoidalaridagi ko'plab prinsipial o'zgarishlar evaziga bunday "to'xtash" holatlariga barham berildi. Jumladan, o'yin 3 ta to'p (bir to'p o'yinda, 2 ta to'p zahirada) "ishtirokida" o'tkaziladigan bo'ldi. Tananing istalgan qismi bilan to'pni o'ynashga ruxsat etildi. O'yin "tay-breyk" tarzida amalga oshirilishi yo'lga qo'yildi, ya'ni to'p kiritish "yo'qotilganda" ham raqib jamoaga ochko berilishi joriy etildi. "Birinchi" to'pni qabul qilish yoki uza-tishga doir qoidaning "kuchi" keskin yumshatildi, kiritilgan to'p to'rga tegib o'tsa, "to'g'ri" deb baholanadigan bo'ldi. Musobaqa qoidalarining bunday o'zgarishi o'yin shiddatini keskin jadallashtirdi, o'yinchilar faolligini oshirdi, tomoshabinlar qiziqishini kuchaytirdi. Alohida shuni ta'kidlash joizki, musobaqa qoidalarining tubdan o'zgarishi o'yin mazmunini yanada boyitdi, o'yin usullarining tamomila yangi avlodlarini vujudga kelishiga asos bo'ldi. Jumladan, himoya zonalaridan zarba berish diagonal sakrash sifatini o'zlashtirish zarurligiga e'tibor qaratdi, "libero" o'yinchisini ta'xis etilishi himoyani yanada kuchaytirdi, yugurib kelib sakrab to'p kiritish hujumkorlik sur'atini oshirdi va hokazo. Ushbu o'zgarishlar natijasida vujudga kelgan yangi o'yin elementlari, maxsus sifatlari, harakat usullari o'quv-trenirovka mashg'ulotlari mazmuniga yangicha yondashish, tarkibiga yangi mashqlarni kiritish va mashg'ulot musobaqa birligini ta'minlash muhimligini bel-gilaydi. Bunday zaruriyat so'nggi yillarda olingan rasmiy ma'lumotlarga asoslana-di. Chunonchi, jahon voleyboli nazariyasi va amaliyotida o'zlarining qator funda-mental ilmiy tadqiqotlari bilan tanilgan Yu.D.Jeleznyak, T.Ya.Shinulin va O.E.Serdyukovlarning ilmiy kuzatuvlari natijalariga ko'ra, zamonaviy voleybol borgan sari o'yin mazmuni jihatidan yangicha texnik usullar, taktik xususiyat va "eskicha" voleyboldan tubdan farq qiluvchi texnik-taktik yo'nalishlar hisobiga o'zgarib bormoqda. Yugurib kelib sakrab katta "portlovchi-inersion kuch" bilan to'p kiritish usulining keng joriy etilishi to'pni samarali

qabul qilish imkoniyatini keskin chegaralab qo'ydi. Bu esa raqib jamoani maqsadli hujum uyushtirish unum-dorligini tushirib yubordi. Birinchi "to'pni" qabul qilish va uzatish usullariga qoi-dani deyarli qo'llanilmasligi o'rtacha shiddatda kiritilgan yoki zarba berilgan to'p- ni yuqoridan ikki qo'llab qabul qilish hamda uzatish usullarini ommalashtirib bormoqda. Himoya zonalaridan hujum zarbalarini keng joriy etilishi 3- zonadan kom-binatsion hujum uyushtirish sonini sezilarli qisqartirdi. Agar 1998-yillargacha 3- zonadan tashkil etiladigan hujum miqdori 30 foizdan oshmagan bo'lsa, so'nggi yillarda bunday hujumlar soni 23 foizga tushib ketdi. Aksincha, 80- yillarda himo-ya zonalaridan uyushtirilgan hujum zarbalari 9,6-10% dan ortmagan. Zamonaviy voleybolda esa orqa zonalardan tashkil etilgan hujum zarbalari 20-21% gacha ko'-paygan. Himoya zonalaridan ijro etilgan zarbalarni "to'siq" bilan bartaraf etish mu-rakkabligi o'z-o'zidan ma'lum. Demak, bugungi voleybolda hujum samaradorligi himoya salohiyatidan ustun bo'lib borayotganligi kuzatilmoqda. Shu bilan bir qa- torda zamonaviy voleybolning muhim yo'nalishlaridan biri yakka, guruh va jamoa tarkibida ijro etiladigan himoya harakatlarining o'ta faollashuvi bilan belgilanadi. Birinchi navbatda ushbu vaziyat birinchi "to'pni" qabul qilish bilan bog'liq himo-ya harakatlari qoida ta'siridan deyarli ozod qilinishi bilan isbotlanadi. To'siq qo'-yish taktikasi ham talaygina o'zgardi. 4- zonadan ijro etiladigan zarbalarga qarshi juftlikda to'siq qo'yish yakka yoki uch kishilab to'siq qo'yishdan ustun bo'lib bo-rayotganligi ko'zga tashlanmoqda. Lekin, 3- zonadan ijro etilgan zarbaga qarshi qo'yilgan to'siq samaradorligi tamoman boshqacha ko'rinishga ega bo'ldi. Chu-nonchi, 80-yillarda ushba zonada qo'llanilgan yakka va juftlik to'siq qo'yish de-yarli bir xil darajada bo'lgan - 38-42%, uchlikda to'siq qo'yish esa ancha kam miq-dorni tashkil etgan (20-22%). Ushbu ko'rsatkichlardan shu narsa ko'zga tashlana-diki, zamonaviy voleybolda juftlikda to'siq qo'yish miqdori ortganligi, yakka to'-siq qo'yish kamayganligi qayd etildi.

Birinchi temp o'yinchisi zarbasiga qarshi markaziy o'yinchiga (3- zona o'yin-chisi) aksariyat 2 va 4- zona o'yinchilari ko'mak berishi kuzatiladi. Bunday texnik-taktik chora avvallari kamdan-kam qayd etilgan. 2- zonadan berilgan zarbalarga ham qarshi to'siq qo'yish juftlik ustuvorligida amalga oshiriladi. Ayni vaqtda 2-zo-nada uchlikda to'siq qo'yish ulushi ortib bormoqda. Buning asosiy sabablaridan bi-ri, zamonaviy voleybolda to'p kiritish murakkabligi va zarbdorligining kuchaygan-ligi to'pni sifatli qabul qilish va 2- zonadagi "uzatuvchi" o'yinchiga aniq yetkazish qiyinlashganligidadir. Aniq yetkazilmagan to'pni "uzatuvchi" aksariyat hollarda 4-zonaga uzatishga majbur bo'ladi. Shuning uchun 4- zonadan berilgan zarbaga qar-shi 2- zonada uchlikda qo'yiladigan to'siq brogan sari ommalashib bormoqda. Bu-gungi voleybolda o'yin samaradorligi turli o'yin ixtisosligi (amplua)ga ega o'yin-chilarning ijrochilik mahoratiga bog'liqdir. Jumladan, ikkinchi temp bilan hara-katlanuvchi hujumchi birinchi temp bilan harakatlanuvchi hujumchi, uzatuvchi (bog'lovchi), libero (himoyachi). Jahonning eng kuchli terma jamoalari o'yinlarini tahlil qilish o'yin shiddati jihatidan texnik-taktik harakatlarini (TTH) ikki asosiy guruhlarga bo'lish imkonini beradi. Yuqori o'yin shiddati bilan ifodalanuvchi birinchi guruhga - yugurib kelib sakrab to'p kiritish, hujum zarbasi, to'siq qo'yish va himoyada o'ynash malakalari kiritilgan.

O'rtacha o'yin shiddati bilan ifodalanuvchi ikkinchi guruhga – kiritilgan to'pni qabul qilish, qo'riqlash va turli harakatlanishlar kiritildi. Qolgan barcha tex-nik-taktik harakatlar sekin shiddatli deb belgilandi. Tadqiqot asosida aniqlandiki, bir partiya davomida o'yin vaziyatini davom ettiruvchi va diagonal harakatlanuv-chi hujumchilar hamda “uzatuvchi” o'yinchilarning umumiy TTH miqdori 43-50 martani tashkil etdi. Lekin, yuqori va o'rtacha shiddatli TTH o'rtasida keskin farq qayd etildi. Masalan, “uzatuvchi” va o'yin vaziyatini davom ettiruvchi hujumchi-larda TTH o'rtacha shiddat bilan ifodalanar ekan. Diagonal harakatlanuvchi o'yin-chilarda yuqori shiddatli TTH ancha ko'proq bo'lib, bir partiyada 20-22 martani tashkil etadi. Birinchi temp bilan harakatlanuvchi o'yinchilarda TTH nisbati bosh-qacha ko'rinish ifodalandi. Jumladan, ushbu ixtisoslikdagi o'yinchilarda yuqori shiddatli TTH 2 barobardan ortiq bo'ldi. Buning asosiy sababi, birinchi temp bilan harakatlanuvchi hujumchilar o'yin vaqtini ko'proq hujum zonalarida o'tkazar ekan, himoya zonalarida ularni aksariyat hollarda “libero” o'yinchilari almashtirishi ku-zatiladi. Yuqorida qayd etilgan nazariy va ilmiy ma'lumotlar hamda ularning qiyo-siy tahlili zamonaviy voleybolning dolzarb yo'nalishlari va amaliy jihatdan muhim masalalarini ochib berdi. Binobarin, o'quv-trenirovka mashg'ulotlarini tashkil etish, mashg'ulot-musobaqa birligini ta'minlash hamda mashqlarni tanlash va qo'l-lashda zamonaviy voleybol xususiyatiga mos texnologiyalardan foydalanish zarur-ligiga e'tibor qaratadi.

Zamonaviy voeybolda kuzatilayotgan yana bir o'ta muhim muammolardan biri shuki, - bu o'naqay o'yinchilar tomonidan ijro etiladigan hujum zarbalari faqat o'ng qo'lda, chapaqaylarda esa faqat chap qo'lda amalga oshirishi yaqqol ko'zga tashlanadi. Bunday holat, shubha yo'qki, nafaqat texnik-taktik mahorat ko'lamini toraytiradi, balki yetakchi qo'l mushaklari va bo'g'imlariga katta yuklama tushishi-ga sabab bo'ladi, mushaklarning zo'riqishi, hatto bo'g'imlarda jiddiy shikastlanish-larni yuzaga kelishiga olib keladi. Ta'kidlash zarurki, hujum zarbalarini aynan shunday yondashuv asosida surunkasiga ijro etaverish natijasida 6-10 yil voleybol bilan shug'ullangan sportchilar mashg'ulotga yoki musobaqa o'yinlariga chiqish-dan avval o'z yelkalarini og'riq qoldirishga mo'ljallangan qizdiruvchi “surtmalar” (kapsikam, viprosal, viprotoks va h.k.) bilan ishqalaydilar. Gap shundaki, voley-bolga (boshqa sport o'yinlarida ham) ixtisoslangan sport maktablarining o'quv-mashg'ulot dasturlaridan ham, darslik yoki o'quv qo'llanmalarida ham hujum zarbalarini o'ng va chap qo'l bilan ijro etishga (texnikasi va taktikasini) alohida sim-metrik tartibda o'rgatish, bunday ikki yoqlama zarba berish usullarini muntazam shakllantirib borish choralari joriy etilmagan. Ana shu muammoar barcha ta'lim muassasalari, sport maktablari va sport internatlari, xatto klub va terma jamolarda olib borilayotgan voleybol mashg'ulotlarida o'z yechimini topmog'i lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. A.A. Pulatov - Voleybol nazariyasi va uslubiyati. Darslik, Chirchiq – 2020.
2. Sh.I.Po'latova - Dars ta'limida rivojlantirish texnologiyasi va prinsiplari.

3. Sh.I.Po'latova - Umumta'lim maktablarida o'quvchilarni jismoniy tarbiya o'qituvchisi kasbiga qiziqishini shakllantirish samaradorligini oshirish shartlari va metodlari. vol. 2 no. 8 (2023): theory and analytical aspects of recent research
4. Sh.I.Po'latova - Shaxsning individual psixologik – xususiyatlari
5. Yo'ldashev, I. SH. Po'latova (2023). O 'quvchilarni kasb-hunarga samarali yo'naltirish pedagogik-psixologik, ijtimoiy muammo sifatida. Formation of psychology and pedagogy as interdisciplinary sciences, 2(19), 7-15.
6. Po'latova Sh.I. - Voleybolchilar tayyorlash jarayonini boshqarish
7. Po'latova Sh.I. - Voleybol o 'yinini o 'rgatishning pedagogik asoslari
8. Sh.I.Po'latova - Umumiy o 'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiya o 'qituvchisi kasbining o 'ziga xos xususiyatlari va talablari
9. Po'latova Sh.I. - Kasb-hunar maktablarida voleybol seksiyasi ishini rejalashtirish
10. Sh.I.Po'latova - Bo'lg'usi mutaxassis-kadrlarni tayyorlashning dolzarb masalalari
11. Po'latova Sh.I. - Voleybolchilar tayyorlash jarayonini boshqarish
12. Sh.I.Po'latova - Voleybol o 'yinini o 'rgatishning pedagogik asoslari
13. Po'latova Sh.I. - O'quvchilarni kasb-hunarga samarali yo'naltirish pedagogik-psixologik, ijtimoiy muammo sifatida
19. Doniyorbek, N. (2023). BOLALAR UCHUN ZAMONAVIY SUV MUOLAJALARI MAJMUASINI YARATISH. CENTRAL ASIAN JOURNAL OF ARTS AND DESIGN, 523-527.
20. Qo'ziyevich, E. I., & Elmuradovna, J. E. (2023). Qadimgi qarshi shahri arxiologik yodgorliklari arxitekturasini ilmiy tahlili. Arxitektura, muhandislik va zamonaviy texnologiyalar jurnali, 2(2), 58-61.
21. Qo'ziyevich, E. I., & Elmuradovna, J. E. (2023). The scheme of territorial placement of agglomeration commercial and household complexes in Uzbekistan. Arxitektura, muhandislik va zamonaviy texnologiyalar jurnali, 2(2), 62-67.
22. Maxmatqulov, I. T. (2022). Scientific analysis of the Erkurgan historical and archeological complex in Karshi district of Kashkadarya region. Journal of Architectural Design, 4, 27-31.
23. Elmuradovna, J. E., & Qo'ziyevich, E. I. (2023). BUXORO ARKINING ARXITEKTURAVIY SHAKLLANISHI. ARXITEKTURA, MUHANDISLIK VA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALAR JURNALI, 2(2), 75-78.