

КУРАШ БЎЙИЧА МУСОБАКАЛАРНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ВА ЎТКАЗИШ

Axmedov G'ayratjon Qosimovich

Andijon davlat universiteti Jismoniy madaniyat fakulteti

Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedراسi o'qituvchisi

Мусобака - бу ўқув-тренировка жараёнининг таркибий қисмидир. Тренировка жараёнида одатда, спортчининг юкори спорт натижаларига эришишига ёрдам берадиган ҳамма сифатларни юксак даражада намоён қилиш учун шароитлар яратиш имконияти йўқ.

Мусобакаларда ҳар бир спортчи уз рақибини енгишга интилади ва бу интилиш спортчидан бутун кучни сафарбар этишни талаб қилади. Бу нафакат инсоннинг функционал имкониятларини намоён қилишга имкон беради, балки уларни шакллантириш воситаси бўлиб хизмат қилади.

Мусобакалар қуйидаги вазифаларни ҳал этишга ёрдам беради:

- - спорт жамоасида ўқув-тренировка иши ахволини аниқлаш;
- - курашчилар тайёргарлиги даражасини аниқлаш;
- - у ёки бу тайёргарлик босқичида ўқув-тренировка ишига яқун ясаш;
- - курашни тарғиб қилишга ва шугулланувчилар сонини оширишга

ёрдам бериш.

Кураш мусобакаларини ўтказиш хусусиятига кўра улар қуйидагича бўлади:

- шахсий;
- жамоа;
- шахсий-жамоа;
- тоифалаш.

Шахсий мусобакаларда иштирокчиларнинг ҳар бир вазн тоифасида эгаллаган ўринлари аниқланади; жамоа мусобакаларида жамоалар ўрни аниқланади; шахсий-жамоа мусобакаларида бир вақтда иштирокчилар ва жамоаларнинг эгаллаган ўринлари аниқланади. Тоифалаш мусобакалари иштирокчиларнинг эгаллаган ўринларини аниқламасдан ўтказилиши мумкин. Иштирокчилар томонидан кўрсатилган натижалар спорт тоифаларига мувофиқ унвонлар ҳамда разрядларни беришда ёки тасдиқлашда ҳисобга олинади.

Мусобакаларни ўтказиш усулига кўра улар қуйидаги турларга бўлинади:

- а) айлнама усул;
- б) четлатиш билан айланма усул;
- в) аралаш усул.

Мусобакалар хусусиятлари уларни ўтказиш усуллари мусобакалар низомида белгилаб берилган.

Кураш мусобакалари календар режа ва мусобака низомига мувофиқ режалаштирилади ҳамда ўтказилади. Бу ҳужжатларни мусобака ўтказаятган ташкилот тайёрлайди ва тасдиқлайди. Уларни пухта ишлаб чиқиш ва спорт ташкилотларига муддатидан олдин хабар қилиш мусобакаларнинг муваффақиятли ўтишига ёрдам беради. Мусобакаларнинг календар режаси уларни ўтказишга масъул бўлган ташкилот томонидан тузилади.

Календар режа календар йил учун ишлаб чиқилади. Календар режани тузишда қуйидаги қоидаларга амал қилиш лозим:

а) календар режани ишлаб чиқаятганда уни юқори ташкилотлар томонидан режалаштирилган мусобакалар муддатлари ва дастурларига асосланган ҳолда тузиш зарур;

б) мусобакалар сони ва хусусияти ўз аҳамиятига кўра шугулланувчиларни масъулиятли мусобакаларга тайёрлашга ёрдам бериши лозим;

в) ҳар хил турдаги мусобакаларни ўтказиш кўзда тутилади: тайёргарлик, назорат, саралаш ва асосий.

Тайёргарлик мусобакаларининг асосий мақсади-курашчи-ларни мусобака шароитларига мослаштириш, мусобака фаолиятининг оқилона техник-тактик ҳаракатларни мустаҳкамлаш, мусобака тажрибасини эгаллаш.

Назорат мусобакаларида спортчининг имкониятлари текширилади, унинг тайёргарлик даражаси, босиб ўтилган тайёргарлик босқичи самарадорлиги аниқланади. Кўрсатилган натижалар асосида курашчиларнинг келгусидаги тайёргарлик дастури ишлаб чиқилади.

Саралаш мусобакалари натижалари буйича асосий мусобакаларнинг иштирокчилари аниқланади.

Асосий мусобакаларнинг бош мақсади галабага эришиш ёки имкони борича юқори ўринларни эгаллашдан иборат.

Мусобакаларни ташкил қилиш ва ўтказиш учун иккинчи муҳим ҳужжат - бу мусобака низомидир.

Мусобака календар режа ва кураш бўйича мусобака қоидалари асосида тузилади. Мусобака низоми қуйидаги бўлимларни ўз ичига олади.

Мусобака мақсади ва вазифалари: Бу бўлимда мусобака ўтказаятган ташкилотнинг ўз олдига қўядиган асосий мақсади ва вазифалари очиқ берилади:

- спорт жамоаларида ўқув-тренировка ва тарбиявий ишларнинг ахволини текшириш;

- терма жамоа таркибини тўлдириш мақсадида энг яхши курашчиларни вазифалари бўйича саралаб олиш;

- спорт ташкилотлари ва спортчилар ўтрасида дўстлик алоқаларини мустахкамлаш;

- аҳоли ўртасида спорт курашини оммалаштириш ва ёшларни кураш билан мунтазам шугулланишга жалб қилиш.

Мусобакаларни бошқариш: Бўлимда мусобакаларни тайёрлаш ва ўтказишга умумий раҳбарликни амалга оширадиган ташкилот, шунингдек мусобакани ўтказиш аниқ кимга юклатилиши; мусобакалар жойини тайёрлаш, спортчилар ва хакамларни кутиб олиш, жойлаштириш, овқатлантириш, уларга тиббий хизмат кўрсатиш, шунингдек маданий тадбирларни ўйказиш учун ким жавобгар бўлиши кўрсатилади.

Adabiyotlar:

1. Керимов Ф.А. Кураш тушаман. Тошкент, 1990.
2. Начальный этап в многолетней подготовке борцов. Малаховка, 1991.
3. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Под.ред. М.Я.Набатниковой, -М., 1982.
4. Теория спорта. Под.ред. В.Н.Платонова. Киев, 1987.
5. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. -М., 1980
6. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. -М., 1987.