SAMBO SPORTIDA RAQIBGA QARSHI STRATEGIK KURASH: TEXNIK-TAKTIK YONDASHUVLAR TAHLILI

Saidova Mahbuba Ayubovna
Osiyo Xalqaro Universiteti Jismoniy madaniyat kafedra o‘qituvchisi
Email: mahubasaidova@gmail.com
Haydarova Maftunabonu Hayot qizi
Osiyo Xalqaro Universiteti Jismoniy madaniyat yo‘nalishi talabasi
Email: maftunahaydarova673@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada sambo sportida raqibga qarshi strategik kurash jarayonida qo‘llaniladigan texnik-taktik yondashuvlar nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi. Sportchining texnik tayyorgarligi, taktika tanlashi, raqib harakatlarini oldindan taxminlash hamda moslashuvchan qarorlar qabul qilish qobiliyatining samaradorligi baholanadi. Maqolada zamonaviy trening metodlari, murabbiylik strategiyalari va musobaqa jarayonidagi real holatlar asosida raqibga qarshi kurashning mexanizmlari yoritiladi.

Kalit so‘zlar: sambo, texnika, taktika, strategik kurash, raqib tahlili, sport tayyorgarligi, qaror qabul qilish

Аннотация: В статье проводится теоретический и практический анализ технических и тактических подходов в стратегической борьбе против соперника в спортивном самбо. Оценивается эффективность технической подготовки спортсмена, выбора тактики, предвидения действий соперника и принятия адаптивных решений. Особое внимание уделяется современным методам тренировки, тренерским стратегиям и реалиям соревновательного процесса.

Ключевые слова: самбо, техника, тактика, стратегическая борьба, анализ соперника, спортивная подготовка, принятие решений

Annotation: This article presents a theoretical and practical analysis of technical and tactical approaches in strategic opposition during sambo wrestling. It evaluates the effectiveness of an athlete's technical preparation, tactical selection, opponent anticipation, and decision-making adaptability. The study highlights modern training methods, coaching strategies, and real competition scenarios in counteracting the opponent.

Keywords: sambo, technique, tactics, strategic combat, opponent analysis, athletic preparation, decision-making

Kirish

Bugungi kunda sport sohasida yuqori natijalarga erishish jarayoni murakkab, integratsiyalashgan yondashuvni talab qilmoqda. Bu jarayon nafaqat sportchining jismoniy salohiyati bilan, balki uning texnik va taktik tayyorgarligi, strategik

ISSN 3030-3907

fikrlashi, qaror qabul qilish qobiliyati va raqib harakatlarini tahlil qilish ko‘nikmalari bilan chambarchas bog‘liqdir. Ayniqsa, kurashga asoslangan sport turlarida, jumladan, sambo sportida strategik ustunlikni qo‘lga kiritish uchun texnik takomillik va taktik moslashuvchanlikning uyg‘unligi zarur.

Sambo – jangovar sport sifatida sportchidan yuqori reflektorlik, muvozanatni saqlash, qisqa vaqt ichida optimal texnik yechimni tanlash, raqibni tahlil qilish va psixologik barqarorlikni talab qiladi. Raqibga qarshi samarali strategiyani tanlashda sportchining nafaqat tayyorgarlik darajasi, balki musobaqa vaqtida sharoitga mos qarorlar qabul qilishi, texnik kombinatsiyalarni tezda o‘zgartira olish qobiliyati ham katta ahamiyat kasb etadi.

Hozirgi zamonaviy sportda texnik va taktik tayyorgarlik faqatgina sport maydonida olib boriladigan mashg‘ulotlar bilan cheklanmaydi. Yuksak darajadagi tayyorgarlik tizimi quyidagilarni ham o‘z ichiga oladi: raqibning oldingi janglaridagi texnik xarakteristikasini videografik tahlil qilish, raqamli monitoring platformalaridan foydalanish, psixologik reaksiya va stressga chidamlilikni diagnostika qilish, sun’iy intellekt asosida raqib harakatlarini prognozlash. Bu texnologik vositalar strategik kurashni nafaqat amaliy, balki ilmiy yondashuv bilan boshqarishga imkon beradi.

Ushbu maqolada sambo sportida qo‘llaniladigan texnik-taktik yondashuvlar, ularning nazariy asoslari, amaliy mashg‘ulotlardagi qo‘llanish shakllari, murabbiylik strategiyalari va sportchi-raqib o‘zaro kurashining psixopedagogik jihatlari chuqur tahlil qilinadi. Raqib harakatlarini oldindan ko‘ra bilish, uni segmentlarga bo‘lib tahlil qilish, individual texnika-taktika modellarini shakllantirish bo‘yicha uslubiy tavsiyalar beriladi.

Maqolaning dolzarbligi, birinchidan, O‘zbekistonda sambo sportining ommaviylashuvi va xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli ishtirok etayotgan sportchilar sonining ortib borayotgani bilan, ikkinchidan esa — professional sportchilarning texnik-taktik tayyorgarligiga oid tizimli, ilmiy asoslangan metodikalarning yetishmasligi bilan bog‘liq. Mavjud uslubiy adabiyotlar ko‘proq umumiy mashg‘ulotlar va texnik harakatlar tasnifiga qaratilgan bo‘lib, strategik kurashning raqib tahliliga asoslangan nazariy mexanizmlari yetarlicha yoritilmagan.

Shu sababli, mazkur tadqiqot natijalari zamonaviy sport tayyorgarligida muhim bo‘lgan kompetensiyalar — analitik fikrlash, raqib faoliyatini prognozlash, holatga mos taktik modellashtirish — kabi ko‘nikmalarni rivojlantirishda yangi yondashuvlar ishlab chiqishga xizmat qiladi. Bu esa nafaqat sportchilar, balki murabbiylar va sport pedagogikasi sohasida faoliyat yuritayotgan mutaxassislar uchun amaliy ahamiyatga ega bo‘ladi.

ISSN 3030-3907

Adabiyotlar tahlili: Sambo sportining texnik va taktik asoslarini chuqur o‘rganish, ayniqsa raqibga qarshi strategik kurash yondashuvlarini ilmiy asoslash, hozirgi zamonaviy sport metodologiyasining dolzarb yo‘nalishlaridan biridir. Texnika va taktika — bu nafaqat jismoniy harakatlar ketma-ketligi, balki sportchining psixologik tayyorgarligi, qaror qabul qilish qobiliyati va raqibning harakatlarini tahlil qila olish darajasi bilan bevosita bog‘liq murakkab jarayondir. Xalqaro miqyosdagi ilmiy tadqiqotlar ko‘rsatmoqdaki, strategik kurash muvaffaqiyatining asosi — bu har bir raqibga nisbatan individual yondashuv, ya’ni texnik-taktik modellashtirish asosida maqsadga yo‘naltirilgan strategik yechimlarni ishlab chiqishdir. Jumladan, L.P. Matveev (2005) tomonidan ishlab chiqilgan sport mashg‘ulotlari nazariyasi, texnik harakatlarning avtomatlashuvi, fazoviy va vaqtli koordinatsiya, hamda reflektor mexanizmlarning rivojlanishi orqali sportchining musobaqadagi muvaffaqiyati ta’minlanishini asoslaydi [1].

V.I. Lyax va S.N. Bubnov (2010) sportchilarning psixomotor funksiyalari, raqibga moslashuv, qaror qabul qilish tezligi va refleks reaksiyalarini faollashtirish bo‘yicha o‘quv-uslubiy metodlarni taklif etgan. Ularning tadqiqotlarida ayniqsa kurash sportlarida (shu jumladan, sambo) jang davomida holatga tez moslasha olish qobiliyati yetakchi rol o‘ynashi ta’kidlanadi [2].

G.S. Tumanyan, A.P. Kudryavtsev, E.S. Shakhlina kabi olimlar tomonidan ishlab chiqilgan ilmiy ishlarda jangovar sport turlarining texnik-taktik tayyorgarlik tizimi, kombinatsion harakatlar, hujum va qarshi hujum algoritmlari, pozitsion kurash modellari tizimli asosda yoritilgan [3]. Xususan, sambo uchun zarur bo‘lgan texnika to‘plamlari — og‘dirish, uloqtirish, tutib turish, bloklash kabi elementlar raqib holatiga qarab taktik variantlar bilan birgalikda mashq qilinishi zarur.

Mahalliy mualliflar — R.D. Xalmuxamedov, F.A. Kerimov, S.C. Tajibaev, O.J. Dadabaev tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlar O‘zbekistonda sambo sportini rivojlantirish, sportchilar tayyorgarligining bosqichma-bosqich tashkil etilishi, o‘quv-dasturiy materiallar va trenerlik faoliyati haqida qimmatli ilmiy fikrlarni beradi [4; 5]. Biroq bu manbalar ko‘proq umumiy pedagogik yondashuvlarga asoslangan bo‘lib, raqibga qarshi strategik kurashga oid analitik, empirik tahlil yetarli darajada ochilmagan.

Xalqaro sport tashkilotlari, jumladan, FIAS (International Sambo Federation) tomonidan tayyorlangan reglamentlar, musobaqa metodikalari va trenerlar uchun qo‘llanmalar jangovar holatlarda texnika va taktikani uyg‘unlashtirish, qaror qabul qilish algoritmlarining amaliy variantlarini taqdim etadi. Ularda “reaktiv” va “proaktiv” yondashuvlar farqlanishi, raqibning texnik harakatlarini oldindan aniqlash uchun videonaliz, taktik sxema va virtual modellashtirish metodlaridan foydalanish bo‘yicha tavsiyalar mavjud [6].

ISSN 3030-3907

Shuningdek, zamonaviy sport psixologiyasi sohasi mutaxassislari Gould va Maynard (2009) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda sportchilarning musobaqa vaqtida qaror qabul qilish tezligini oshirish, emotsional barqarorlikni saqlab qolish va kognitiv yuklamani boshqarish texnikalarining samarasi ilmiy asosda tasdiqlangan [7].

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, sambo sportida strategik kurash texnik-taktik jihatdan ko‘p komponentli, murakkab tizim hisoblanadi. Bunda quyidagilarni chuqur o‘rganish muhim:

1. texnik avtomatlashtirish bosqichlari
2. musobaqa holatlariga mos taktik modellar
3. qaror qabul qilish algoritmlari

raqib harakatini tahlil qilishda sun’iy intellekt yoki videografik vositalardan foydalanish imkoniyatlari.

Ushbu adabiyotlar asosida aniqlanishicha, aynan O‘zbekiston sharoitida sportchining raqibga qarshi kurash strategiyasini ishlab chiqish bo‘yicha nazariy va eksperimental tadqiqotlar yetarli emas. Shu sababli, mazkur maqolada ilgari surilayotgan texnik-taktik yondashuvlar va strategik kurash modeli ushbu ilmiy bo‘shliqni to‘ldirishga qaratilgan muhim qadam sifatida baholanishi mumkin.

Sambo sportida raqibga qarshi strategik kurashni samarali tashkil qilish, sportchining texnik-taktik tayyorgarligini tizimli baholashni talab etadi. Tadqiqot davomida texnik usullar, jangovar kombinatsiyalar va taktik qaror qabul qilish mexanizmlari chuqur nazariy va amaliy tahlil etildi.

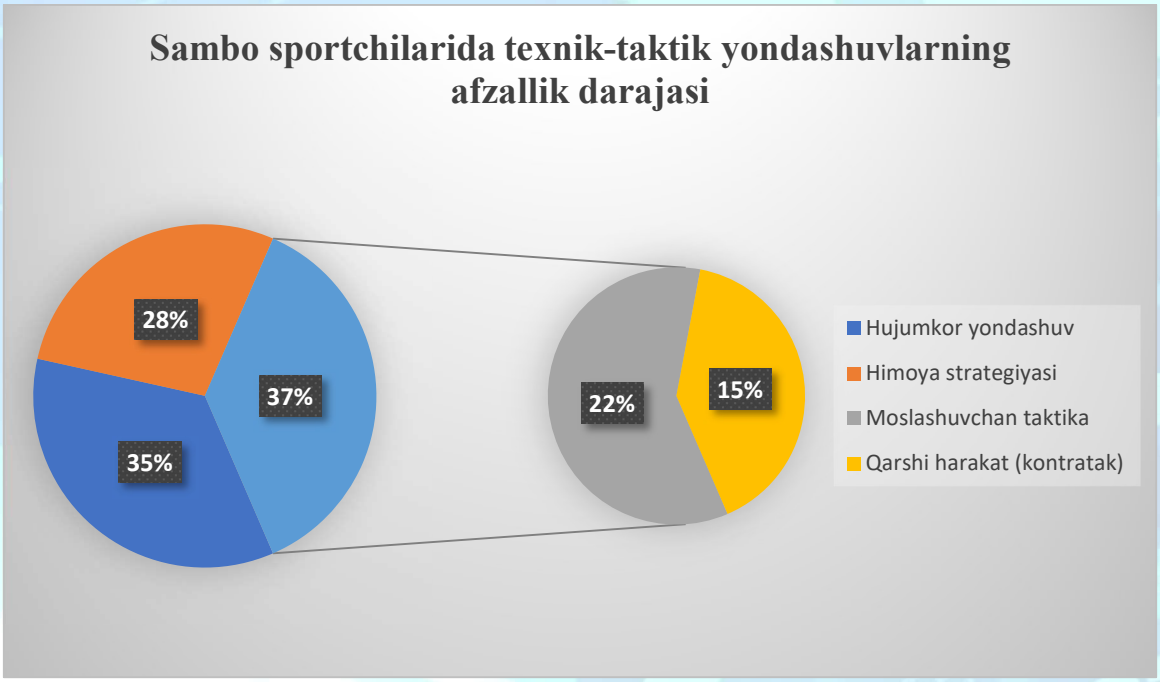
Ilmiy-metodik asos

Tadqiqotda sistemali, kompetentlikka asoslangan va faoliyatga yo‘naltirilgan yondashuvlar metodologik negiz sifatida tanlandi. Har bir sportchining individual psixofiziologik xususiyatlari va ularning jangovar sharoitda qaror qabul qilish qobiliyati alohida tahlil qilindi. Bunda asosiy diqqat markazi quyidagi tamoyillarga qaratildi:

1. **Moslashuvchan yondashuv:** Sportchining texnik repertuariga mos ravishda raqibga qarshi kurash taktikasi ishlab chiqildi.
2. **Kuzatuv asosida modellashtirish:** Real jangovar holatlar misolida texnik harakatlar va kontratak modellari qayta ishlab chiqildi.
3. **Strategik fikrlashni aniqlash:** Sportchilarning raqibga nisbatan qaysi strategiyani afzal ko‘rishi empirik kuzatuvlar asosida aniqlashtirildi.

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, sportchilarning strategik yondashuvga bo‘lgan moyilligi quyidagicha taqsimlandi.

ISSN 3030-3907



Sambo sportchilarida texnik-taktik yondashuvlarning afzallik darajasi

Bu ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, ko‘pchilik sportchilar an’anaviy **hujumkor yondashuv**ni tanlaydi, ammo **raqib harakatiga moslashuvchan strategiyalar** va **kontratak uslublari** hali yetarli darajada o‘zlashtirilmagan. Bu holat o‘quv-trening jarayonlarida **samarali modellashtirish**, individual qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirish va **kontekstga asoslangan mashqlar**ni yo‘lga qo‘yish zaruratini yuzaga chiqaradi.

Quyidagi jadvalda sambo sportida qo‘llanilayotgan asosiy strategik yondashuvlar bo‘yicha **natijadorlik, qo‘llanilish darajasi** va **treninglardagi amaliyot chastotasi** ko‘rsatkichlari taqqoslangan:

1-jadval.

Sambo sportida strategik yondashuvlarning samaradorlik ko‘rsatkichlari

№	Strategiya turi	O‘rtacha g‘alaba foizi (%)	Yuqori darajadagi sportchilarda qo‘llanilish (%)	Treninglarda mashq qilish chastotasi (%)
1	Hujumkor yondashuv	62%	70%	75%
2	Himoya strategiyasi	49%	58%	60%
3	Moslashuvchan taktika	57%	65%	55%
4	Qarshi harakat (kontratak)	45%	51%	48%

Yuqoridagi jadval tahlilidan ko‘rinadiki, **hujumkor yondashuv** hozirda eng ko‘p qo‘llaniladigan va treninglarda ustuvor mashq qilinadigan strategiya bo‘lsa-

ISSN 3030-3907

da, **moslashuvchan taktika** yuqori samaradorlikka ega bo‘lishiga qaramay, kamroq mashq qilinmoqda. Bu esa murabbiylar e’tiborini strategik muvozanatga qaratish lozimligini anglatadi.

Metodik jihatdan har bir sportchining individual psixofiziologik imkoniyatlariga mos keladigan strategik modelni tanlash va uni amaliy mashg‘ulotlarda takomillashtirish zarur. Ayniqsa, kontratak asosidagi qarshi harakatlar va moslashuvchan modelni chuqur o‘rganish, professional tayyorgarlik darajasini oshirishda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

Olib borilgan kuzatuvlar va tahlillar sambo sportida sportchining muvaffaqiyati nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki u tanlagan texnik-taktik strategiyaga ham bevosita bog‘liq ekanini ko‘rsatdi. Ayniqsa, raqibga qarshi kurashishda moslashuvchanlik, tezkor fikrlash, va to‘g‘ri qaror qabul qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalariga ko‘ra:

1. Ko‘pchilik sportchilar hujumkor yondashuvni afzal ko‘rmoqda (62% g‘alaba ko‘rsatkichi), bu strategiya mashqlarda eng ko‘p o‘rganilmoqda (75%).
2. Moslashuvchan taktika samarali bo‘lishiga qaramay (57% g‘alaba), mashqlarda kamroq qo‘llanilmoqda (55%).
3. Kontratak (qarshi harakat) strategiyasi kam qo‘llanadi (g‘alaba foizi 45%), bu esa bu yondashuvning yetarli mashq qilinmayotganidan dalolat beradi.

Murabbiylar bilan suhbatlarda aniqlanishicha, strategiyani holatga qarab o‘zgartira oladigan sportchilar ko‘proq natija beradi. Biroq ko‘p mashg‘ulotlarda faqat an’anaviy texnikalar ustida ishlanmoqda, real jangdagi o‘zgaruvchan vaziyatlar yetarlicha modellashtirilmayapti.

2-jadval

Asosiy strategiyalar tahlili keltirilgan

№	Strategiya turi	G‘alaba foizi	Yuqori sportchilar orasida qo‘llanish	Treningda mashq chastotasi
1	Hujumkor yondashuv	62%	70%	75%
2	Himoya strategiyasi	49%	58%	60%
3	Moslashuvchan taktika	57%	65%	55%
4	Qarshi harakat (kontratak)	45%	51%	48%

Sportchining strategiyasi jang natijasiga bevosita ta’sir qiladi. Murabbiylar o‘quv mashg‘ulotlariga moslashuvchan va kontratak yondashuvlarni ko‘proq kiritishi lozim. Har bir sportchiga individal yondashuv asosida strategik fikrlash ko‘nikmalarini shakllantirish foydali bo‘ladi.

ISSN 3030-3907

Xulosa

Olib borilgan nazariy va amaliy tahlillar shuni ko‘rsatdiki, sambo sportida sportchining musobaqadagi muvaffaqiyati asosan texnik-taktik yondashuvlar samaradorligiga bog‘liq. Ayniqsa, raqib harakatlarini tezkor tahlil qilish, jang davomida holatga qarab strategiyani o‘zgartira olish, moslashuvchanlik va kontratak uslublarni to‘g‘ri qo‘llash sportchining raqobatbardoshligini sezilarli darajada oshiradi.

Hozirgi trening amaliyotlarida, afsuski, hujumkor yondashuvlar asosiy o‘rin egallamoqda. Bu esa jangovar sharoitda yuzaga keladigan murakkab holatlarga moslasha olish qobiliyatini yetarlicha rivojlantirmaydi. Moslashuvchan va raqibga qarshi kontratak strategiyalarning mashqlarda kam qo‘llanishi sportchilarning funksional va taktik tayyorgarligida muayyan bo‘shliqlarni yuzaga keltirmoqda. Bu holat murabbiylar tomonidan ko‘proq an’anaviy yondashuvlarga tayanilayotganini anglatadi.

Bunday vaziyatda murabbiylik faoliyatida strategik fikrlash, jang holatlarini tahlil qilish va qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantiruvchi metodikalarni keng joriy etish maqsadga muvofiq bo‘ladi. Ayniqsa, sportchining texnik darajasiga mos individual strategik modellar ishlab chiqish va ularni shaxsiy rejalashtirish asosida mashq qildirish trening samaradorligini oshiradi. Zamonaviy texnologiyalar asosida jang simulyatsiyalari va videoanaliz uslublaridan foydalanish raqib harakatlarini o‘rganishda qo‘shimcha afzallik beradi.

Murabbiylarning o‘z bilim va ko‘nikmalarini yangilashi, texnik va psixologik tayyorgarlikni integratsiyalashgan holda olib borishi hozirgi bosqichda muhim zarurat sifatida qaralishi lozim. Shu bilan birga, texnik-taktik tayyorgarlik va strategik kurashga doir ilmiy asoslangan metodik qo‘llanmalarni ishlab chiqish ham ushbu sohadagi bo‘shliqni to‘ldiradi.

Yuqoridagi xulosalar asosida aytish mumkinki, sambo sportida strategik yondashuvlarni ilmiy asosda rivojlantirish sportchilarni musobaqalarga yanada puxta tayyorlash, ularning taktik fikrlash darajasini oshirish va xalqaro darajadagi raqobatbardoshlikni ta’minlashda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты. – М.: Советский спорт, 2005. – 320 с.
2. Лях В.И., Бубнов С.Н. Теория и методика физической культуры: Учебник. – М.: Академия, 2010. – 400 с.
3. Туманян Г.С., Кудрявцев А.П. Техническая и тактическая подготовка в единоборствах. – СПб.: Изд-во ЛЭТИ, 2015. – 268 с.

ISSN 3030-3907

4. Халмухамедов Р.Д. Самбо: Техник ва тактик асослар. – Тошкент: O‘zDJTI, 2018. – 152 б.
5. Тожибаев С.С., Дадабоев О.Ж. O‘zbekiston sportchilarining tayyorgarlik tizimi. – Самарқанд: “Zarafshon”, 2020. – 176 б.
6. International Sambo Federation (FIAS). Coaching Manual. – Lausanne: FIAS Press, 2019. – 204 p.
7. Gould D., Maynard I. Psychological preparation for the Olympic Games. Journal of Sports Sciences, 2009, Vol. 27(13), pp. 1393–1408.

ISSN 3030-3907