

Yo'ldoshev Maqsud Haqberdiyevich*Alfraganus university**"Sport faoliyati" kafedrası o'qituvchisi*

ORCID: 0009-0001-0029-856X

Email: maqsud.yoldoshev@mail.ru

12–14 YOSHLI BOKSCHILARNING YILLIK MASHG'ULOT DAVRIDA MAXSUS JISMONIY TAYYORGARLIK ASOSIDA TAKTIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH METODIKASI

Annotatsiya. Mazkur maqolada 12–14 yoshli bokschiarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirishning ilmiy-nazariy va metodik asoslari yoritilgan. Tadqiqotda yosh bokschiarni tayyorlash tizimida maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnik tayyorgarlik va taktik tayyorgarlikning o'zaro integratsiyasi sport mahoratini rivojlantirishning muhim omili sifatida tahlil qilingan. Shuningdek, sport strategiyasi va taktik tafakkurning shakllanishiga ta'sir etuvchi kognitiv jarayonlar, musobaqa faoliyatini samarali tashkil etish, raqibning jismoniy, texnik va taktik imkoniyatlarini tahlil qilish, jang vaziyatlarini prognozlash hamda tezkor va optimal taktik qarorlar qabul qilishning metodik jihatlari asoslab berilgan. Maqolada yillik mashg'ulot siklining bosqichlariga mos ravishda maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashqlar bilan kompleks qo'llashning ilmiy-metodik yondashuvlari bayon etilgan. Shuningdek, yosh bokschiarning tezkorlik, tezkor-kuch sifati, maxsus chidamlilik, koordinatsion qobiliyatlari va taktik fikrlashini uyg'un rivojlantirishga qaratilgan metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan. Tadqiqot natijalari maxsus jismoniy tayyorgarlik va taktik tayyorgarlikning uzviy integratsiyasi sportchilarning musobaqa faoliyati samaradorligini oshirish, texnik-taktik harakatlarni vaziyatga mos ravishda qo'llash hamda barqaror sport natijalariga erishishda muhim omil ekanligini ko'rsatadi. Tadqiqot xulosalari bolalar va o'smirlar sport maktablari, boks bo'yicha ixtisoslashtirilgan sport maktablari, sport klublari hamda murabbiylar amaliyotida mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda takomillashtirishda foydalanish uchun tavsiya etiladi.

Kalit so'zlar: 12–14 yoshli bokschi, yillik mashg'ulot sikli, maxsus jismoniy tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, sport strategiyasi, taktik fikrlash, texnik-taktik tayyorgarlik, musobaqa faoliyati, taktik mahorat, maxsus chidamlilik, tezkorlik, tezkor-kuch sifati, koordinatsion qobiliyat, kognitiv jarayonlar, sport pedagogikasi, boks metodikasi, sport mashg'ulotlari, yosh sportchilar, taktik kompetensiya, sport mahorati.

МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОКСЕРОВ 12-14 ЛЕТ НА ОСНОВЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ГОДОВОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ПЕРИОДЕ

Аннотация. В данной статье освещены научно-теоретические и методические основы совершенствования тактической подготовки боксёров 12-14 лет на основе специальной физической подготовки в годичный тренировочный период. В исследовании анализируется взаимная интеграция специальной физической подготовки, технической подготовки и тактической подготовки в системе подготовки юных боксеров как важный фактор развития спортивного мастерства. Также обоснованы когнитивные процессы, влияющие на формирование спортивной стратегии и тактического мышления, эффективная организация соревновательной деятельности, анализ физических, технических и тактических возможностей соперника, прогнозирование боевых ситуаций, а также методические аспекты принятия оперативных и оптимальных тактических решений. В статье изложены научно-методические подходы к комплексному применению средств специальной физической подготовки с тактическими упражнениями в соответствии с этапами годового тренировочного цикла. Также разработаны методические рекомендации, направленные на гармоничное развитие скорости, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, координационных способностей и тактического мышления юных боксеров. Результаты исследования показывают, что органическая интеграция специальной физической подготовки и тактической подготовки является важным фактором повышения эффективности соревновательной деятельности спортсменов, применения технико-тактических действий в соответствии с ситуацией и достижения устойчивых спортивных результатов. Выводы исследования рекомендуются для использования в детско-юношеских спортивных школах, специализированных спортивных школах по боксу, спортивных клубах и практике тренеров для совершенствования тренировочного процесса на научной основе.

Ключевые слова: боксеры 12-14 лет, годовой тренировочный цикл, специальная физическая подготовка, тактическая подготовка, спортивная стратегия, тактическое мышление, технико-тактическая подготовка, соревновательная деятельность, тактическое мастерство, специальная выносливость, быстрота, скоростно-силовые качества, координационные способности, когнитивные процессы, спортивная педагогика, методика бокса, спортивные тренировки, юные спортсмены, тактическая компетенция, спортивное мастерство.

A METHODOLOGY FOR IMPROVING THE TACTICAL PREPARATION OF 12-14-YEAR-OLD BOXERS THROUGH SPECIALIZED PHYSICAL TRAIN- ING WITHIN THE ANNUAL TRAINING CYCLE

Abstract. This article highlights the scientific-theoretical and methodological foundations for improving the tactical training of 12–14-year-old boxers based on special physical preparation during the annual training period. The study analyzes the integration of special physical training, technical training, and tactical training within the training system of young boxers as an important factor in the development of athletic mastery. It also substantiates the cognitive processes influencing the formation of sports strategy and tactical thinking, the effective organization of competitive activities, the analysis of the opponent's physical, technical, and tactical capabilities, the forecasting of combat situations, and the methodological aspects of making rapid and optimal tactical decisions. The article outlines scientific and methodological approaches to the complex application of special physical training tools with tactical exercises in accordance with the stages of the annual training cycle. Methodological recommendations have also been developed aimed at the harmonious development of speed, speed-strength qualities, special endurance, coordination abilities, and tactical thinking in young boxers. The results of the study show that the integral integration of special physical training and tactical training is an important factor in increasing the efficiency of athletes' competitive activities, applying technical and tactical actions in accordance with the situation, and achieving sustainable athletic results. The research findings are recommended for use in improving the training process on a scientific basis in children's and youth sports schools, specialized sports schools for boxing, sports clubs, and coaching practice.

Key words: 12–14-year-old boxers, annual training cycle, special physical training, tactical training, sports strategy, tactical thinking, technical-tactical training, competitive activity, tactical mastery, special endurance, speed, speed-strength quality, coordination ability, cognitive processes, sports pedagogy, boxing methodology, sports training, young athletes, tactical competence, sports mastery.

Kirish. Bugungi kunda sportchilarning tayyorlash tizimini ilmiy asosda takomillashtirish, ayniqsabolalar va o'smirlar sportida mashg'ulot jarayonining samaradorligini oshirish dolzarb ilmiy-amaliy masalalardan biridir. Boksda yuqori natijaga erishish sportchining nafaqat texnik va jismoniy, balki taktik tayyorgarligi darajasi bilan ham bevosita bog'liq. 12–14 yosh davri sport mahoratini shakllantirishda

muhim bosqich hisoblanadi, chunki aynan shu davrda maxsus jismoniy sifatlar, tezkorlik, tezkor-kuch qobiliyati, maxsus chidamlilik hamda taktik fikrlash faol rivojlanadi. Amaliyot tahlili shuni ko'rsatadiki, ko'plab hollarda maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalari taktik tayyorgarlik bilan yetarli darajada uyg'unlashtirilmaydi. Natijada sportchilarning musobaqa faoliyatida jismoniy imkoniyatlarni samarali qo'llash darajasi past bo'lib qolmoqda.

Shu sababli, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarlikni takomillashtirish metodikasini ishlab chiqish hamda uning samaradorligini ilmiy asoslash sport pedagogikasi va mashg'ulotlar nazariyasining dolzarb ilmiy-amaliy vazifasi hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi. 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirish metodikasini ishlab chiqish, uning ilmiy-metodik asoslarini yoritish hamda mashg'ulot jarayonidagi samaradorligini aniqlash.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotning metodologik asosini sport tayyorgarligi nazariyasi va metodikasi, sport pedagogikasi, sport fiziologiyasi, yosh davrlari fiziologiyasi, sport biomexanikasi hamda jismoniy tarbiya nazariyasiga oid ilmiy konsepsiyalar tashkil etadi. Tadqiqot jarayonida yosh sportchilarni tayyorlashning zamonaviy pedagogik yondashuvlari, mashg'ulotlarni uzoq muddatli rejalashtirish tamoyillari, sportchilarning maxsus jismoniy sifatlarini rivojlantirish hamda texnik-taktik tayyorgarligini integrallashgan holda takomillashtirishga oid ilmiy qarashlarga tayanildi.

Tadqiqot tizimli yondashuv, kompleks yondashuv, kompetensiyaviy yondashuv, faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv hamda individuallashtirish tamoyillari asosida olib borildi. Tizimli yondashuv orqali 12–14 yoshli

bokschilarning yillik mashg'ulot davridagi maxsus jismoniy, texnik va taktik tayyorgarlik komponentlarining o'zaro bog'liqligi tahlil qilindi. Kompleks yondashuv esa sportchilarning jismoniy, funksional, psixologik va taktik tayyorgarligini yagona pedagogik tizim sifatida baholash imkonini berdi. Faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv asosida mashg'ulot jarayonida musobaqa vaziyatlarini modellash, taktik topshiriqlarni bajarish va qaror qabul qilish mexanizmlarini rivojlantirish metodikasi ishlab chiqildi.

Tadqiqotda ilmiy bilishning nazariy va empirik metodlari uyg'un holda qo'llanildi. Nazariy metodlar sifatida ilmiy-pedagogik, sport-metodik va psixologik adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, tizimlashtirish, umumlashtirish hamda ilmiy talqin qilish usullaridan foydalanildi. Mazkur metodlar orqali yosh bokschilarni tayyorlash tizimida maxsus jismoniy tayyorgarlikning taktik mahoratni rivojlantirishdagi o'rni va mavjud ilmiy yondashuvlar tahlil qilindi.

Empirik tadqiqot metodlari sifatida pedagogik kuzatuv, pedagogik tajriba-sinov, suhbat, murabbiylar va mutaxassislar o'rtasida ekspert baholash, videokuzatuv orqali texnik-taktik harakatlarni tahlil qilish hamda maxsus jismoniy tayyorgarlikni baholovchi testlardan foydalanish nazarda tutiladi. Tajriba-sinov mashg'ulotlari yillik tayyorgarlik siklining tayyorgarlik, musobaqa va o'tish davrlariga mos ravishda tashkil

etilib, maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashqlar bilan integratsiyalashgan holda qo'llash samaradorligi o'rganildi.

Mazkur metodologik yondashuv 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalari asosida taktik tayyorgarlikni takomillashtirishning ilmiy-metodik modelini ishlab chiqish, uning amaliy samaradorligini aniqlash hamda sport mashg'ulotlari tizimiga tatbiq etish uchun zarur ilmiy asoslarni yaratishga imkon berdi.

Adabiyotlar sharhi. Boks sport turida taktika musobaqa faoliyatining ajralmas qismi bo'lib, uning asosiy vazifasi jang jarayonida optimal qarorlar qabul qilish orqali raqib ustidan ustunlikka erishishdan iborat. Jang taktikasi sportchining musobaqani olib borish konsepsiyasini, uning mantiqiy tuzilishini va qo'llaniladigan harakatlar ketma-ketligini belgilaydi. 12–14 yoshli bokschilar bilan yillik mashg'ulot jarayonida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashqlar bilan uyg'unlashtirish nafaqat alohida jangovar harakatlarning samaradorligini oshiradi, balki ularning musobaqa faoliyatida taktik fikrlashini va jangni oqilona boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Natijada texnika, maxsus jismoniy tayyorgarlik va taktika yagona tizim sifatida namoyon bo'ladi.[1]

Texnik tayyorgarlik sportchiga jang jarayonida harakatlarni aniq va samarali bajarish imkonini beradi, Taktik tayyorgarlik esa ushbu texnik

harakatlardan jang vaziyatiga mos ravishda oqilona foydalanish, yuzaga kelgan holatlarni to'g'ri baholash va oldindan belgilangan rejani amalga oshirishni ta'minlaydi. Shu bois, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini texnik va taktik tayyorgarlik bilan uzviy bog'lash mashg'ulot samaradorligini oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Bunday yondashuv yosh bokschilarda texnik usullarni turli vaziyatlarda maqsadli qo'llash, vaziyatga tez moslashish va taktik qarorlarni samarali amalga oshirish ko'nikmalarini shakllantiradi. Natijada tayyorgarlik jarayoni yaxlit tizim sifatida rivojlanib, sportchilarni musobaqaga tayyorlash sifati oshadi.

Boks texnikasini o'rgatishning dastlabki bosqichidanoq har bir texnik usulning mazmuni, amaliy ahamiyati va jang jarayonidagi vazifasi sportchilarga ilmiy asosda tushuntirilishi zarur. Texnik ko'nikmalar izchil takomillashib borishi jarayonida sportchida taktik fikrlash ham shakllanadi. Shu bilan birga, taktik tafakkurning rivojlanishi texnik usullarni turli jangovar vaziyatlarda samarali qo'llash imkoniyatini kengaytiradi.[2] Shu nuqtai nazardan, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnik va taktik tayyorgarlikni uzviy bog'lash sport mahoratini shakllantirishning muhim metodik sharti hisoblanadi. Bunday yondashuv yosh sportchilarda texnik harakatlarni ongli o'zlashtirish, taktik fikrlashni rivojlantirish hamda

musobaqa vaziyatlarida tez va asosli qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Natijada mashg'ulot jarayoni yaxlit tizim sifatida tashkil etilib, sport tayyorgarligining barcha tarkibiy qismlari o'zaro uyg'unlashadi.

Tadqiqot tahlili va natijalar.

Asosiy texnik usullarni takomillashtirish jang masofasini to'g'ri baholash, qulay vaziyatni aniqlash, raqib harakatlarini inobatga olish kabi ko'nikmalar bilan uzviy bog'liq holda olib borilishi lozim. Shu jihatdan 12–14 yoshli bokschi larning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarlikni rivojlantirish jang masofasini to'g'ri tanlash va vaziyatga mos qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Natijada yosh bokschi larning texnik usullarni musobaqa vaziyatlarida maqsadga muvofiq qo'llash hamda taktik jihatdan asosli qaror qabul qilish malakalarini izchil rivojlantiradilar.

Texnika boks sport turida sportchining jang jarayonida turli operativ vazifalarni samarali bajarishga xizmat qiladi. Strategiya esa muayyan sharoitda g'alabaga erishish uchun kurashni eng maqbul tarzda olib borish usullarini ifodalaydi. Taktik tayyorgarlik sportchining taktik mahoratini shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan uzluksiz jarayon bo'lib, individual va jamoaviy taktik harakatlarni o'zlashtirish hamda ularni musobaqa sharoitida maqsadga muvofiq qo'llash usullarini qamrab oladi. Shu nuqtai nazardan, 12–14

yoshli bokschi larning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik tayyorgarlik bilan uyg'unlashtirish texnik harakatlarni vaziyatga mos ravishda qo'llash, strategik yondashuvni shakllantirish hamda musobaqa jarayonida samarali taktik qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Texnika boks sport turida sportchining jang jarayonida turli operativ vazifalarni samarali bajarishga xizmat qiladi. Strategiya esa muayyan sharoitda g'alabaga erishish uchun kurashni eng maqbul tarzda olib borish usullarini ifodalaydi. Taktik tayyorgarlik sportchining taktik mahoratini shakllantirish va rivojlantirishga qaratilgan uzluksiz jarayon bo'lib, individual va jamoaviy taktik harakatlarni o'zlashtirish hamda ularni musobaqa sharoitida maqsadga muvofiq qo'llash usullarini qamrab oladi. Shu nuqtai nazardan, 12–14 yoshli bokschi larning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik tayyorgarlik bilan uyg'unlashtirish texnik harakatlarni vaziyatga mos ravishda qo'llash, strategik yondashuvni shakllantirish hamda musobaqa jarayonida samarali taktik qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Bokschi larni tayyorlash uzluksiz va uzoq muddatli pedagogik jarayon bo'lib, unda sportchining texnik, taktik, jismoniy va psixologik ko'nikmalari bosqichma-bosqich rivojlantiriladi.

Ushbu jarayonda taktik tayyorgarlik boshqa tayyorgarlik turlari bilan, ayniqsa texnik tayyorgarlik bilan chambarchas bog'liq holda shakllanadi.

Mashg'ulotlarni rejalashtirishda raqibning jang uslubi, uning kuchli va zaif tomonlari, jismoniy va texnik imkoniyatlari, shuningdek taktik qaror qabul qilish xususiyatlarini tahlil qilish metodik jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi. Shu munosabat bilan 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik tayyorgarlik bilan uyg'unlashtirish sportchilarning jang vaziyatlarini tezkor baholash, ibga mos taktik yechim tanlash va musobaqa sharoitida samarali harakat qilish ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Bu yondashuv mashg'ulot jarayonining ilmiy-metodik asoslanganligini ta'minlab, yosh bokschilarning sport mahoratini izchil rivojlanishiga zamin yaratadi.

12–14 yoshli bokschilarning taktik tayyorgarligini rivojlantirish dasturiga strategik fikrlash, taktik ko'nikmalar, amaliy malakalar hamda kognitiv qobiliyatlarni shakllantirishga xizmat qiluvchi mashg'ulot vositalarini kiritish maqsadga muvofiq. Boksda musobaqa faoliyati natijasi ko'p jihatdan sportchining strategik rejalashtirish va vaziyatga moslashish qobiliyatiga bog'liq. Shu sababli yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashg'ulotlar bilan uyg'unlashtirish yosh bokschilarda taktik fikrlash va

strategik qaror qabul qilish ko'nikmalarini izchil shakllantirishga xizmat qiladi.

12–14 yoshli bokschilarning taktik tayyorgarligini samarali shakllantirish uchun ular yetarli darajadagi maxsus jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lishi, texnik harakatlarni mukammal o'zlashtirishi hamda boks taktikasining nazariy asoslarini chuqur bilishi talab etiladi. Sportchining taktik vazifalarni muvaffaqiyatli bajarishi uning yuqori sur'atda harakat qila olish qobiliyati, hujum va qarshi hujum harakatlarini tezkor hamda aniq bajarishi, texnik usullarni turli kombinatsiyalarda qo'llay olishi hamda qat'iyat va murakkab vaziyatlarni yengib o'tishga bo'lgan intilishi bilan belgilanadi. Shu bilan birga, texnik-taktik harakatlarning mazmunini chuqur anglash va ulardan samarali foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish ham muhim ahamiyatga ega. Yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashg'ulotlar bilan uyg'unlashtirish yosh bokschilarning strategik fikrlashini kengaytiradi, individual texnik-taktik imkoniyatlarini boyitadi hamda musobaqa sharoitida vaziyatga mos, tezkor va samarali qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Natijada sportchilarning texnik, maxsus jismoniy va taktik tayyorgarligi uzviy bog'liqlikda rivojlanib, musobaqa faoliyatining umumiy samaradorligi oshadi.

12–14 yoshli bokschilarning taktik mahorati mashg'ulot va musobaqa jarayonida qo'llaniladigan

turli taktik usullar, vositalar va harakat shakllarini chuqur anglash hamda amaliyotda qo'llay olish bilan belgilanadi. Bu jarayonda taktik ko'nikmalar sportchining raqib strategiyasini oldindan tahlil qila olishi, musobaqa vaziyatini to'g'ri baholashi hamda o'z taktik rejasini jang davomida vaziyatga mos ravishda o'zgartira olish qobiliyatlarida namoyon bo'ladi. Mazkur aqliy va amaliy qobiliyatlar yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnik va taktik mashqlarni uzviy birlashtirish asosida izchil rivojlantiriladi. Bunday yondashuv 12–14 yoshli bokschilarda taktik tafakkurni shakllantirish, musobaqa vaziyatlarini prognoz qilish va samarali taktik qarorlar qabul qilish kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Natijada yosh sportchilarning taktik mahorati, maxsus jismoniy tayyorgarligi hamda musobaqa faoliyati samaradorligi o'zaro bog'liqlikda takomillashib boradi va sport natijalarining barqaror o'sishi ta'minlanadi. Ushbu yondashuv mavzu doirasida ilmiy asoslangan holda yosh bokschilar tayyorgarligini kompleks rivojlantirish zaruratini belgilab beradi.

Muhokama. 12–14 yoshli bokschilarning taktik tayyorgarligida taktik ziyraklik muhim ahamiyatga ega bo'lib, u vaqt tanqisligi va yuqori ruhiy zo'riqish sharoitida jang vaziyatini tezkor baholab, eng maqbul taktik yechimni tanlash qobiliyatida namoyon bo'ladi. Boksda taktik strategiya sportchini musobaqaga tayyorlashda hujum harakatlarini samarali tashkil etish uchun qulay sharoitlar yaratishga

xizmat qiladi. Ushbu jarayonda quyidagi asosiy metodik yo'nalishlar ajratib ko'rsatiladi:

- raqibni himoya harakatlariga majbur etish, ya'ni tahdid, ehtiyotkorlik yoki shoshqaloqlik kabi reaksiyalarni yuzaga keltirish;
- raqibni faol qarshi hujumga undash orqali uning harakatlarini oldindan anglash;
- raqibning javob harakatlaridagi sustlik yoki kamchiliklardan foydalanish;
- yuqori tezkorlik va zarba kuchiga asoslangan hujum harakatlarini amalga oshirish.

Mazkur yondashuvlarni 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida tizimli ravishda qo'llash ularning taktik fikrlashini, tezkor qaror qabul qilish qobiliyatini hamda musobaqa sharoitida samarali harakat qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Taktik tayyorgarlik sportchiga musobaqa jarayonida raqibga qarshi samarali harakat qilish usullari va strategiyalarini o'zlashtirish imkonini beradi. Musobaqada strategik jihatdan asoslangan harakatlar mavjud resurslarni optimal taqsimlash, hujum va qarshi hujum usullarini maqsadga muvofiq tanlash va qo'llash orqali namoyon bo'ladi. 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirish musobaqa oldidan tezkor taktik reja ishlab chiqishni talab qiladi. Bunda raqib haqidagi ma'lumotlarni tahlil qilish

muhim bo'lib, quyidagi jihatlar alohida e'tiborga olinadi:

- raqibning jismoniy, texnik, taktik va psixologik xususiyatlari;
- uning ustun jismoniy sifatlari (kuch, chidamlilik, tezkorlik, chaqqonlik va boshqalar) hamda rivojlanishdagi muammoli jihatlar;
- jang davomida qo'llaniladigan texnik vositalar soni va ularning bajarilish xususiyatlari;
- raqib jangning turli bosqichlarida o'z imkoniyatlaridan qay darajada foydalanishi;
- uning psixofiziologik barqarorligi (jasorat, qat'iyat, ruhiy chidamlilik va boshqalar).

Yuqoridagi omillarni ilmiy asosda o'rganish va mashg'ulot jarayoniga integratsiya qilish yosh bokschilarning taktik fikrlashini shakllantirish, jang vaziyatlarini oldindan ko'ra bilish va samarali qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Natijada sportchilarning texnik, maxsus jismoniy va taktik tayyorgarligi uzviy bog'liqlikda rivojlanadi. Bu esa ularning musobaqalardagi ishtirok samaradorligini oshirib, sport mahoratining izchil o'sishini ta'minlaydi hamda tayyorgarlik tizimining ilmiy-metodik asoslanganligini kuchaytiradi.

12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirishda raqibning shaxsiy sifatlarini to'g'ri baholash muhim ahamiyat kasb etadi. Raqibda yaqqol ifodalangan yoki yetarli rivojlanmagan individual sifatlar jang

olib borish strategiyasini tanlashga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Texnik va taktik tayyorgarlik bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalar faqat amaliy musobaqa jarayonida qo'llanilgandagina real sport ahamiyatiga ega bo'ladi. Shu bois, yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini texnik-taktik mashqlar bilan uzviy bog'lash yosh bokschilarning musobaqa faoliyatiga tayyorgarligini oshirishning asosiy shartlaridan biridir.

Bokschining musobaqaviy arsenali amaldagi qoidalarga muvofiq qo'llaniladigan texnik usullar, taktik manevrlar va individual jang uslubini qamrab oladi. Bundan tashqari, zamonaviy sport infratuzilmasi – sport jihozlari, maxsus trenajyorlar, sport zallari, gimnastika anjomlari va boshqa yordamchi vositalar taktik tayyorgarlik samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Mazkur omillarni o'zaro uyg'unlashtirgan holda qo'llash 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida sport mahoratini kompleks rivojlantirish, musobaqa faoliyati samaradorligini oshirish va taktik tayyorgarligini takomillashtirishning muhim metodik omili hisoblanadi.

Turli xil trenajyorlar bokschilarning qo'shimcha va ixtisoslashgan mashg'ulot vazifalarini samarali bajarishiga xizmat qiladi. Sportchilarning malakasi hamda tayyorgarlikni takomillashtirish maqsadlaridan kelib chiqib, mutaxassis mashqlar majmuasini toifalar bo'yicha

shakllantiradi va ularning qo'llanilishi sportchining musobaqalarga eng yuqori darajada tayyor bo'lishini ta'minlaydi. Asosiy vositalar toifalari o'rtasidagi chegaralar qat'iy emas, chunki sportchi sog'lig'iga individual va jamoaviy yondashuv shakllari hamda usullarining ta'siri jihatidan sezilarli farqlar mavjud. Shu bois, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarlikni rivojlantirish jarayonida vositalarni ilmiy asosda tanlash va ularni maqsadli qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi. Bu yondashuv mashg'ulotlar samaradorligini oshirish, sportchi salomatligini saqlash hamda musobaqa faoliyatida yuqori natijalarga erishish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratadi.

Bundan tashqari, har bir kichik guruh doirasidagi mashg'ulotlar musobaqa jarayonida yoki undan tashqari sharoitlarda tashkil etilishiga qarab mazmuni va bajarilish xususiyatlari jihatidan bir-biridan sezilarli darajada farq qilishi mumkin. Shunga qaramay, ular sportchini tayyorlash jarayonida o'zaro yaqin darajadagi pedagogik va funksional natijalarni ta'minlaydi. Tayyorlov vositalarining dastlabki uch guruhi qo'llanilishi mashg'ulot yuklamalarining sportchi organizmiga ko'rsatadigan ta'sirini boshqarish va nazorat qilish imkonini beradi. Ushbu yuklamalar sportchi organizmiga ta'sir ko'lami bo'yicha kompleks, qisman yoki mahalliy (cheklangan) shakllarda

namoyon bo'lishi mumkin. Kompleks ta'sirda asosiy mushak guruhlarining uchdan ikki qismidan ko'prog'i mashg'ulot jarayoniga jalb etiladi. Qisman ta'sirda mushak guruhlarining uchdan bir qismidan uchdan ikki qismigacha ishtirok etsa, mahalliy ta'sirda asosiy mushak guruhlarining uchdan bir qismidan kamrog'i yuklama ostida bo'ladi. Jismoniy yuklamalarning turli ko'rinishlari hamda ularning sportchi organizmiga ko'rsatadigan ta'siri mashg'ulot jarayonida keng ko'lamli ta'limiy va sport tayyorgarligi vazifalarini samarali hal etishga xizmat qiladi.

Organizmning umumiy boshqaruv mexanizmlari harakat faoliyati hamda vegetativ (avtonom) funksiyalarni o'z ichiga olgan holda organizmning asosiy funksional jarayonlari o'rtasidagi uzviy uyg'unlikni ta'minlaydi. Sportchining tanasining muayyan qismlari va alohida funksional tizimlariga tanlab ta'sir ko'rsatishga yo'naltirilgan mashqlar esa jismoniy sifatlarni maqsadli ravishda rivojlantirish hamda organizmning funksional imkoniyatlarini belgilangan ko'rsatkichlargacha bosqichma-bosqich oshirishga xizmat qiladi. Shu bois, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarligini tashkil etishda organizmning funksional tizimlariga differensial ta'sir ko'rsatuvchi mashqlardan ilmiy asosda foydalanish muhim metodik ahamiyat kasb etadi. Bunday yondashuv yosh bokschilarning maxsus ish qobiliyatini,

harakat faoliyatini boshqarish mexanizmlarini hamda taktik harakatlarni yuqori intensivlik sharoitida samarali bajarish imkoniyatlarini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi. Natijada maxsus jismoniy tayyorgarlik va taktik tayyorgarlikning o'zaro integratsiyasi ta'minlanib, musobaqa faoliyati samaradorligini oshirish uchun zarur bo'lgan funksional asos yaratiladi.

Sport strategiyasi sportchining musobaqa faoliyatini samarali tashkil etishga xizmat qiluvchi maxsus bilim, ko'nikma va kompetensiyalar majmuasini o'z ichiga oladi. U musobaqa jarayonida yuzaga keladigan vaziyatlar to'g'risidagi ma'lumotlarni yig'ish va tahlil qilish, raqibning harakatlarini baholash hamda g'alabaga erishishga qaratilgan eng maqbul taktik qarorlarni qabul qilishni ta'minlaydi. Ayniqsa, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida sport strategiyasini bosqichma-bosqich shakllantirish ularning maxsus jismoniy tayyorgarligi va taktik mahoratini uyg'un rivojlantirishning muhim sharti hisoblanadi.

Sport strategiyasi o'zaro uzviy bog'liq bo'lgan bir necha tarkibiy qismlardan tashkil topadi. Ularning asosini sportchining kognitiv jarayonlari – idrok etish, anglash, tasavvur qilish, xotira, tafakkur, intellektual qobiliyatlar hamda nutq faoliyati tashkil etadi. Mazkur psixik jarayonlar sportchining taktik fikrlashi, jang vaziyatini tezkor tahlil qilishi, ehtimoliy holatlarni oldindan prognoz qilishi va maqbul

taktik yechimlarni tanlashida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu sababli, yillik mashg'ulotlar tizimida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashqlar bilan kompleks ravishda uyg'unlashtirish yosh bokschilarning strategik fikrlashini rivojlantirish, musobaqa faoliyatida vaziyatga moslashuvchan harakat qilish hamda yuqori sport natijalariga erishish uchun zarur bo'lgan taktik kompetensiyalarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Shunday qilib, sport strategiyasi o'zaro bog'liq tarkibiy qismlardan iborat murakkab tizim ekanligi aniqlanadi. Maxsus tayyorgarlik jarayonida sportchi musobaqa qoidalari, hakamlik faoliyatining o'ziga xos jihatlari, musobaqani tashkil etish tamoyillari, jismoniy tayyorgarlikning muhim yo'nalishlari, asosiy taktik harakatlar hamda ehtimoliy raqiblarning tayyorgarlik darajasi haqida zarur bilimlarni bosqichma-bosqich egallaydi. Musobaqa jarayonida esa sportchi shakllangan bilim va tajribasiga tayangan holda jang vaziyatini tahlil qiladi, raqibning taktik harakatlarini baholaydi, turli ehtimoliy ssenariylarni solishtiradi hamda vizual kuzatuvlar va shaxsiy tajribasi asosida maqbul taktik qarorlarni qabul qiladi. Shu sababli strategik tayyorgarlikning samaradorligi, avvalo, sportchida shakllangan taktik ko'nikma va kompetensiyalar darajasi bilan belgilanadi.

12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida taktik tayyorgarlikni takomillashtirishda sportchilarda

strategik faoliyatni ta'minlovchi amaliy ko'nikmalarni shakllantirish alohida ahamiyat kasb etadi. Bunda sportchi raqibning jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligi to'g'risidagi ma'lumotlarni tezkor yig'ish va tahlil qilish, o'z taktik niyatlarini raqibdan yashirish, uni chalg'itish, kerakli reaksiyalarni yuzaga keltirish, hujum va qarshi hujum uchun qulay vaziyatlarni yaratish, shuningdek jangning boshlanishi va yakunlanishidagi vaqt hamda masofa omillarini aniq baholash ko'nikmalarini egallashi zarur.

Taktik tayyorgarlikni ilmiy jihatdan baholashda harakatning o'zi bilan uni boshqaruvchi taktik qarorlarni o'zaro farqlash muhim metodik tamoyil hisoblanadi. Sportchining bevosita bajaradigan texnik harakatlari qabul qilingan taktik qarorlarning amaliy ifodasi bo'lib, ular texnik-taktik harakatlar tizimiga kiradi. Sport taktikasining mohiyati esa, avvalo, jang vaziyatini tahlil qilish, axborotni qayta ishlash va optimal qaror qabul qilish jarayonida namoyon bo'ladi. Shu nuqtai nazardan, taktik faoliyatning asosiy yo'nalishlari sifatida raqib to'g'risida musobaqagacha ma'lumot to'plash, musobaqa sharoitida uning harakatlarini uzluksiz kuzatish va tahlil qilish, jang davomida sportchi bilan raqib o'rtasidagi taktik o'zaro ta'sirni boshqarish hamda murabbiy ko'rsatmalari asosida taktik rejani vaziyatga mos ravishda tezkor o'zgartirish alohida metodik ahamiyatga ega.

Mazkur yondashuvni 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davriga tatbiq etish maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnik tayyorgarlik va taktik fikrlashni yagona pedagogik tizim asosida rivojlantirish imkonini beradi. Natijada yosh bokschilarning musobaqa vaziyatlarini oldindan prognoz qilish, vaziyatga mos strategik qarorlarni qabul qilish va texnik harakatlarni taktik maqsadga muvofiq qo'llash qobiliyati izchil rivojlanib, musobaqa faoliyatining umumiy samaradorligi sezilarli darajada oshadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari hamda ilmiy-nazariy manbalar tahlili asosida 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirishga oid quyidagi ilmiy xulosalar shakllantirildi:

1. 12–14 yosh bokschilarni sport mahoratiga tayyorlash tizimida eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Ushbu yosh davrida tezkorlik, tezkor-kuch sifati, koordinatsion qobiliyat, maxsus chidamlilik va reaksiya tezligi kabi maxsus jismoniy sifatlar jadal rivojlanishi bilan bir qatorda taktik tafakkur, vaziyatni tahlil qilish va tezkor qaror qabul qilish qobiliyatlari ham faol shakllanadi. Shu sababli mazkur yosh bosqichida maxsus jismoniy va taktik tayyorgarlikni o'zaro integratsiyalashgan holda tashkil etish yuqori sport natijalariga erishishning muhim pedagogik sharti hisoblanadi.

2. Tadqiqot davomida maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarini taktik mashg'ulotlar bilan uyg'unlashtirish

yosh bokschilarning musobaqa faoliyatida texnik harakatlarni vaziyatga mos ravishda qo'llash, jang masofasini samarali boshqarish, hujum va qarshi hujum kombinatsiyalarini maqsadli tashkil etish hamda taktik fikrlash darajasini sezilarli rivojlantirishga xizmat qilishi ilmiy jihatdan asoslandi.

3. Yillik mashg'ulot siklining tayyorgarlik, musobaqa va o'tish davrlarini o'zaro uzviy bog'liq holda rejalashtirish hamda har bir bosqichda maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalarining mazmunini taktik vazifalar bilan uyg'unlashtirish sportchilarning funksional imkoniyatlarini bosqichma-bosqich oshirish, mashg'ulot yuklamalarini maqbullashtirish va sport formasining barqaror shakllanishini ta'minlaydi.

4. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, taktik tayyorgarlik faqat texnik usullarni egallash bilan chegaralanmaydi. U sportchining raqib faoliyatini tahlil qilish, jang vaziyatini prognoz qilish, optimal taktik qaror qabul qilish, vaqt va masofa omillarini to'g'ri baholash hamda o'z harakatlarini musobaqa sharoitiga mos ravishda tezkor o'zgartira olish kompetensiyalarini ham qamrab oladi. Mazkur kompetensiyalarni rivojlantirishda maxsus jismoniy tayyorgarlik muhim funksional asos vazifasini bajaradi.

5. Mashg'ulot jarayoniga musobaqa vaziyatlarini modellashtirish, situatsion topshiriqlar, variativ texnik-taktik mashqlar hamda

maxsus jismoniy yuklamalarni kompleks qo'llash yosh bokschilarda taktik tafakkur, harakatlarni oldindan rejalashtirish, vaziyatga moslashuvchanlik va psixofunksional barqarorlikni rivojlantirishning samarali vositasi ekanligi aniqlandi.

6. Maxsus jismoniy tayyorgarlikning tezkorlik, tezkor-kuch sifati, maxsus chidamlilik, koordinatsion qobiliyat va reaksiya tezligini rivojlantirishga qaratilgan vositalari taktik tayyorgarlikning sifat ko'rsatkichlariga bevosita ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Bu esa jismoniy tayyorgarlik va taktik mahorat o'rtasida mustahkam funksional bog'liqlik mavjudligini tasdiqlaydi.

7. Tadqiqot davomida ishlab chiqilgan metodik yondashuv yosh bokschilar tayyorgarligida maxsus jismoniy, texnik va taktik tayyorgarlikni yagona pedagogik tizim sifatida tashkil etish imkonini beradi. Ushbu metodika mashg'ulot jarayonining ilmiy asoslanganligini kuchaytirish, sportchilarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda yuklamalarni optimallashtirish hamda musobaqa faoliyatining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

8. Tadqiqot natijalari asosida ishlab chiqilgan ilmiy-metodik tavsiyalar bolalar va o'smirlar sport maktablari, boks bo'yicha ixtisoslashtirilgan sport maktablari, olimpiya va paralimpiya zaxiralari maktablari hamda sport klublarida 12–14 yoshli bokschilarni tayyorlash jarayonini takomillashtirishda amaliy

ahamiyatga ega. Ularni mashg'ulotlar tizimiga joriy etish yosh sportchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligi, taktik mahorati va musobaqa natijalarini izchil yaxshilashga xizmat qiladi.

Shunday qilib, 12–14 yoshli bokschilarning yillik mashg'ulot davrida maxsus jismoniy tayyorgarlik asosida taktik tayyorgarligini takomillashtirish sport tayyorgarligi tizimining ustuvor

yo'nalishlaridan biri bo'lib, maxsus jismoniy tayyorgarlik, texnik mahorat va taktik fikrlashning integratsiyasiga asoslangan metodik yondashuv yosh sportchilarning musobaqa faoliyati samaradorligini oshirish hamda yuqori sport natijalariga erishishning muhim ilmiy-amaliy omili ekanligi tadqiqot natijalari bilan asoslandi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Соловьев П. Ю., Осколков В. А. Обоснование методики билатерального обучения юных боксеров // Физическая культура и спорт в XXI веке. Волжский: Волжский гуманитарный институт, 2006. С. 255-258.
2. Никуличев А. А. Соревновательная деятельность профессиональных боксеров // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2010. № 9 (67). С. 82-85.
3. Haqberdiyevich, Y. L. M. (2025). YOSH BOKSCHILARNI MASHG'ULOTLAR VA MUSOBAQALARDAN SO'NG TIKLANISH HOLATI VA UNING FIZIOLOGIK AHAMIYATI. TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR, 1(4), 456-457.
4. Sa'dullayev, S. (2025). Sportda kamolotga erishish bosqichining birinchi yilida shug'ullanuvchi dzyudochilarning qarshi hujum samaradorligini oshirish. Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali, 3(12), 32-35. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18105999>
5. Pardayev, B. (2024). 16-18 YOSHLI KURASHCHILARNING TEZKOR-KUCH SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH USLUBI. Alfraganus xalqaro Ilmiy Jurnal, 2(2), 31-38.
6. Xujayev, M. I. (2018). THE COVERAGE OF THE PROBLEM OF NATIONALARITY AND ITS ROLE ON THE PRESENT DAY IN AHMAD ZAKI VALADI'S WORK. Мировая наука, (6 (15)), 61-63.
7. Isoxonovich, M. X. (2022). Middle Ages Movarounnahr Rulers in the Views OF Researchers. European Journal of Innovation in Nonformal Education, 2(6), 134-136.
8. Abduraimova, N., Sharopova, N., Khujaev, M., Sapayev, V., Fattoyeva, O., & Yusufov, S. (2025). Economic development through analysis of the education and entrepreneurship impacts. Economic Annals-XXI/Ekonomičnij Časopis-XXI, 214(3/4), 84.

9. Matnazarov, K. Y. (2025). CONSTRUCTION OF A MACROCYCLE FOR HIGHLY QUALIFIED ATHLETES IN ROWING. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 6(08), 178-186.
10. Salayev, D. (2024). THE IMPORTANCE OF NUTRITION IN SPORTS. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 5(01), 175-184.
11. Utashev, K. N. (2022). Theoretical analysis of motor activity in assessing the mass sports movement of schoolchildren. Eurasian Journal of Sport Science, 2(1), 1-4.
12. Utashev, K. (2024). Fundamentals of introducing a mass sports movement through theoretical analysis of the daily physical activity of schoolchildren. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 5(01), 298-215.
13. Атамухамедова, Н. М., Уташев, Х. Н., & Рахмонов, Э. Т. (2010). Таълимни ривожлантиришда инновацион технологияларнинг тутган ўрни. In Роль молодежи в развитии науки и инновационной деятельности.//Доклады научно-практической конференции (22 октября, 2010) (p. 49).
14. O'tashev, X. (2025). OLIY TA'LIM MUASSASASIDA SPORT ISHLARINING USTUVOR VAZIFASI SIFATIDA SPORT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING MUHIM JIHATLARI. Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук Actual Problems of Humanities and Social Sciences., 5(3), 487-492.
15. Xasan, O. T. (2024). WAYS TO SOLUTION THE PROBLEM OF PHYSICAL INACTIVITY IN SCHOOLCHILDREN BY IMPLEMENTING A SYSTEM OF MASS SPORTS. Alfraganus, (5 (10)), 22-26.
16. Ўташев, Х. Н. (2021). УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ОММАВИЙ СПОРТ ҲАРАКАТИНИ БАҲОЛАШДА ЎҚУВЧИЛАР ҲАРАКАТ ФАОЛЛИГИНИНГ ТАҲЛИЛИ. Fan-Sportga, (2), 80-82.
17. Уташев, Х. Н. (2019). ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОЙ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF MASS SPORTS AND HEALTH WORK IN GENERAL EDUCATIONAL SCHOOLS. ББК 75.1 А-437, 649.