Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii



BOKSCHILARNING MUSOBAQA FAOLIYATIDA TEXNIK-TAKTIK HARAKATLAR SAMARADORLIGINI BAHOLASH MEZONLARI

Mamatqulov Xusanboy Baxtiyor o‘g‘li
Farg‘ona davlat universiteti,Yakkakurash sport turlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi o‘qituvchisi
https://doi.org/10.5281/zenodo.22860606

Annotatsiya. Mazkur tezisda bokschilarning musobaqa faoliyatida namoyon bo‘ladigan texnik-taktik harakatlarning samaradorligini baholash masalalari tahlil qilinadi. Boks musobaqa faoliyati yuqori tezlikda amalga oshiriladigan hujum, himoya, qarshi hujum, masofa va harakatlanish kabi ko‘plab o‘zaro bog‘liq komponentlardan tashkil topadi. Tadqiqotda bokschining texnik-taktik tayyorgarligini baholashda zarbalar soni bilangina cheklanib qolmasdan, zarbalarning aniqligi, kombinatsion harakatlar, himoya usullarining samaradorligi va hujum-himoya harakatlarining o‘zaro uyg‘unligini hisobga olish zarurligi asoslab beriladi. Ilmiy adabiyotlar tahlili asosida texnik-taktik samaradorlikni baholashning asosiy mezonlari tizimlashtirildi.

Kalit so‘zlar: boks, bokschi, musobaqa faoliyati, texnik tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, hujum, himoya, qarshi hujum, zarba aniqligi, texnik-taktik samaradorlik.

Kirish

Zamonaviy sportda yuqori natijaga erishish sportchining faqat jismoniy tayyorgarlik darajasiga emas, balki musobaqa sharoitida texnik va taktik harakatlarni tez, aniq va samarali bajarish qobiliyatiga ham bevosita bog‘liq. Ayniqsa, boksda sportchi cheklangan vaqt ichida raqibning harakatlarini kuzatishi, masofani saqlashi, hujumni tashkil etishi, himoyalanishi va qulay vaziyatda qarshi hujumga o‘tishi talab etiladi.

Boks musobaqalarini video va notatsion tahlil qilish bo‘yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar g‘olib va mag‘lub bokschilarning texnik-taktik faoliyatida muayyan farqlar mavjudligini ko‘rsatadi. Xususan, El-Ashker tadqiqotida 33 ta jangdagi 66 nafar yuqori malakali bokschining 19 ta texnik-taktik ko‘rsatkichi tahlil qilingan. Tadqiqotda g‘olib bokschilarda bosh va gavdaga yo‘naltirilgan hujumlar, umumiy zarbalar, oldingi va orqa qo‘l zarbalari, kombinatsiyalar, himoya harakatlari hamda texnik samaradorlik ko‘rsatkichlari yuqoriroq ekani aniqlangan [1].

Shuningdek, elita havaskor bokschilar musobaqa faoliyatini o‘rgangan tadqiqotda jang davomida texnik harakatlarning yuqori chastotada amalga oshirilishi va g‘oliblik bilan zarba aniqligi hamda ayrim to‘g‘ri zarbalar o‘rtasidagi bog‘liqlik qayd etilgan [2].

Shu sababli bokschining texnik-taktik tayyorgarligini baholashda faqat bajarilgan harakatlarning miqdorini emas, balki ularning natijadorligi va musobaqa vaziyatiga mosligini ham hisobga olish muhim hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi

Bokschilarning musobaqa faoliyatidagi asosiy texnik-taktik harakatlarni aniqlash va ularning samaradorligini baholash mezonlarini ilmiy adabiyotlar asosida tizimlashtirish.

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







Tadqiqot vazifalari

1. Bokschilarning musobaqa faoliyatida qo‘llaydigan asosiy texnik-taktik harakatlarini aniqlash.
2. Hujum, himoya va qarshi hujum harakatlarining o‘ziga xos xususiyatlarini tahlil qilish.
3. Texnik-taktik samaradorlikni baholashda foydalaniladigan asosiy ko‘rsatkichlarni aniqlash.
4. Musobaqa tahlili natijalaridan mashg‘ulot jarayonida foydalanish imkoniyatlarini asoslash.

Tadqiqot metodlari

Tadqiqotda ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, ilmiy manbalarni umumlashtirish, boks musobaqalarini notatsion tahlil qilish metodlaridan foydalanish imkoniyatlari ko‘rib chiqildi.

Asosiy qism

Boksdagi texnik-taktik tayyorgarlikni shartli ravishda uch asosiy guruhga ajratish mumkin: hujum harakatlari, himoya harakatlari va qarshi hujum harakatlari.

Hujum harakatlariga yakka zarbalar, ketma-ket zarbalar va kombinatsiyalar kiradi. Ularning samaradorligi zarbaning bajarilganligi bilan emas, balki uning aniqligi, raqibga ta’siri va jang vaziyatidagi maqsadga muvofiqligi bilan belgilanadi.

Himoya harakatlari esa blok, qaytarish, og‘ish, gavdani olib qochish, oyoq harakati orqali masofani o‘zgartirish kabi usullarni o‘z ichiga oladi. Zamonaviy boksda himoya harakatini hujum bilan uzviy bog‘lash alohida ahamiyatga ega. El-Ashker tomonidan olib borilgan tadqiqotda ham himoya harakatlarini hujum bilan bog‘lash texnik-taktik samaradorlikning muhim komponentlaridan biri sifatida ko‘rsatilgan [1].

Qarshi hujum raqibning hujumidan foydalanib, tezkor javob harakatini amalga oshirishni nazarda tutadi. Bunda bokschining raqib harakatini oldindan sezishi, masofani to‘g‘ri baholashi va texnik harakatni qisqa vaqt ichida amalga oshirishi muhimdir.

Ilmiy tadqiqotlar bokschilarning texnik-taktik faoliyatini baholashda quyidagi ko‘rsatkichlardan foydalanish mumkinligini ko‘rsatadi:

№	Baholash ko‘rsatkichi	Mazmuni
1	Umumiy zarbalar	Jang davomida bajarilgan barcha zarbalar
2	Aniq zarbalar	Nishonga yetib borgan zarbalar
3	Zarba aniqligi	Aniq zarbalarning umumiy zarbalarga nisbati
4	Kombinatsiyalar	Ketma-ket bajarilgan ikki va undan ortiq zarbalar
5	Himoya harakatlari	Raqib zarbasini bartaraf etuvchi harakatlar
6	Qarshi hujum	Raqib hujumidan keyingi javob harakati
7	Harakatlanish	Masofani saqlash va o‘zgartirish
8	Texnik samaradorlik	Harakatlarning natijadorligi

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







Havaskor boks bo‘yicha tadqiqotlarda texnik yuklamaning yuqoriligi, hujum va himoya harakatlarining ko‘pligi hamda sportchining malakasi musobaqadagi texnik faoliyatga ta’sir qilishi ko‘rsatilgan [3].

Bundan tashqari, 26 nafar elita erkak bokschi ishtirokidagi tadqiqotda g‘olib bokschilarda zarbalarning aniqligi yuqoriroq bo‘lgani aniqlangan: g‘oliblarning aniq zarba ulushi 33%, mag‘lublarniki esa 23% bo‘lgan. Bu natija texnik harakatlar miqdoridan tashqari ularning sifatini ham baholash zarurligini ko‘rsatadi [4].

Shunday qilib, bokschining texnik-taktik tayyorgarligini baholashda “qancha zarba berdi?” degan savol bilan chegaralanish yetarli emas. “Qancha zarba aniq yetib bordi?”, “Qaysi vaziyatda bajarildi?”, “Zarbadan keyingi himoya qanday tashkil etildi?”, “Kombinatsiya qanday yakunlandi?” kabi savollar ham tahlil qilinishi lozim.

Muhokama

Musobaqa faoliyatini tizimli ravishda tahlil qilish bokschining individual texnik-taktik kamchiliklarini aniqlash imkonini beradi. Masalan, sportchi umumiy zarbalar soni bo‘yicha yuqori ko‘rsatkichga ega bo‘lishi mumkin, biroq zarba aniqligi past bo‘lsa, uning hujum faoliyati kutilgan samarani bermaydi.

Shuningdek, himoya harakatlari ham alohida emas, balki hujum bilan bog‘liq holda baholanishi maqsadga muvofiq. Raqib zarbasidan muvaffaqiyatli himoyalanishdan keyin tezkor qarshi hujumning amalga oshirilishi texnik-taktik samaradorlikning yuqori darajasini ko‘rsatishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, mashg‘ulot jarayonida musobaqa faoliyatining notatsion yoki video tahlilidan foydalanish sportchining individual tayyorgarligini takomillashtirish uchun muhim pedagogik vosita bo‘la oladi.

Xulosa

1. Bokschilarning texnik-taktik tayyorgarligini baholashda hujum, himoya va qarshi hujum harakatlarini kompleks o‘rganish zarur.
2. Zarba soni texnik samaradorlikni to‘liq ifodalamaydi; zarba aniqligi va natijadorligini ham hisobga olish lozim.
3. Kombinatsion harakatlar, himoya va hujumning o‘zaro bog‘liqligi bokschining musobaqa faoliyatidagi muhim ko‘rsatkichlardan hisoblanadi.
4. Musobaqa faoliyatini video va notatsion tahlil qilish sportchining individual texnik-taktik xususiyatlarini aniqlash imkonini beradi.
5. Olingan tahliliy ma’lumotlarni mashg‘ulot jarayoniga qayta kiritish bokschilarning texnik-taktik tayyorgarligini individuallashtirish uchun metodik asos bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. El-Ashker S. Technical and tactical aspects that differentiate winning and losing performances in boxing. International Journal of Performance Analysis in Sport. 2011. Vol. 11, No. 2. P. 356–364. DOI: 10.1080/24748668.2011.11868555.
2. Davis P., Connorton A.J., Driver S., Anderson S., Waldock R. The Activity Profile of Elite Male Amateur Boxing After the 2013 Rule Changes. Journal of Strength and Conditioning Research. 2018. Vol. 32, No. 12. P. 3450–3455.
3. Davis P., Wittekind A., Beneke R. The technical demands of amateur boxing: Effect of contest outcome, weight and ability. International Journal of Performance Analysis in Sport. 2016. Vol. 16, No. 1.

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







4. Slimani M., Miarka B., Briki W., Cheour F. Comparison of mental toughness and power profiles in elite amateur boxers according to weight category. Psychology Research and Behavior Management. 2016.
5. World Boxing. Competition and technical rules.
6. O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasi. 13.00.04 ixtisosligi bo‘yicha dissertatsiyalar va himoya materiallari.