



Basic rules for organizing badminton classes at sports schools

Fotima ISMOILOVA¹

Samarkand State University

ARTICLE INFO

Article history:

Received August 2023

Received in revised form

15 September 2023

Accepted 25 September 2023

Available online

15 October 2023

Keywords:

competition,
game,
score,
training,
badminton,
physical quality,
preparation,
technique,
equipment,
court

ABSTRACT

Currently, the organization of training badminton players in sports schools requires additional improvement. The author of this article drew attention to important aspects of organizing badminton training in sports schools, relying on the experience of coaches, teachers and specialists in this field, as well as scientific literature in this field. The article discusses the key rules and aspects of organizing badminton training in order to improve the quality of training badminton players in sports schools.

2181-1415/© 2023 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol4-iss8/S-pp214-218>

This is an open access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Sport maktablarida badminton mashg'ulotlarini tashkil etishning asosiy qoidalari

ANNOTATSIYA

Kalit so'zlar:

musobaqa,
o'yin,
hisob,
mashg'ulot,
badminton,
jismoniy sifat,
tayyorgarlik,
texnika,
jihoz,
kort

Hozirda sport maktablarida badminton bilan shug'ullanuvchilar uchun mashg'ulotlarni tashkil qilish, xususan, sport maktablarida badmintonchilarni tayyorlash tobora takomillashuvga ehtiyoj sezmoqda. Ushbu maqolada muallif tomonidan murabbiy o'qituvchilar va soha mutaxassislarining tajribalari, ular tomonidan yaratilgan ilmiy adabiyotlarga tayangan holda sport maktablarida badminton mashg'ulotlarini tashkil etishning asosiy qoidalari haqida ma'lumotlar berilgan hamda tahlil qilingan.

¹ Doctoral student, Samarkand State University, Samarkand, Uzbekistan, E-mail: fismoilova@gmail.com

Основные правила организации занятий бадминтоном в спортивных школах

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

соревнование,
игра,
счет,
тренировка,
бадминтон,
физическое качество,
подготовка,
техника,
инвентарь,
корт

В настоящее время организация подготовки бадминтонистов в спортивных школах требует дополнительного усовершенствования. Автор данной статьи обратил внимание на важные аспекты организации тренировок по бадминтону в спортивных школах, опираясь на опыт тренеров, преподавателей и специалистов в данной области, а также научную литературу в этой области. В статье рассматриваются ключевые правила и аспекты организации тренировок по бадминтону с целью улучшения качества подготовки бадминтонистов в спортивных школах.

Hozirga kelib, mamlakatimizda Olimpiya o'yinlari qatoridan joy olgan badminton sporti ham tobora rivojlanib bormoqda. Badminton mashg'ulotlarini tashkil qilishda asosiy qoida va talablarni chuqur o'rganish mazkur sport turini rivojlantirish va ommalashtirish imkonini beradi. Zamonaviy badminton o'yini va musobaqa qoidalarini joriy qilinishi ushbu sport turining ommaviy nufuzini oshiradi. Bugungi kunda sport maktablarida badminton yo'nalishida murabbiy sifatida faoliyat yuritayotgan mutaxassislarning mashg'ulot jarayonlarini tashkil qilishda badmintonning asosiy qoidalarini yoritishlari muhim masalalardan sanaladi. Shu bois, muallif tomonidan murabbiy o'qituvchilar va soha mutaxassislarning tajribalari, ular tomonidan yaratilgan ilmiy adabiyotlarga tayangan holda sport maktablarida badminton mashg'ulotlarini tashkil etishning asosiy qoidalariga e'tibor qaratildi.

Badminton o'yinida muhim qoidalar. Badmintonda musobaqa jarayoni quyidagi tartibda amalga oshiriladi.

- bir kishilik o'yin - erkaklar;
- bir kishilik o'yin - ayollar;
- juftlik o'yin - erkaklar;
- juftlik o'yin - ayollar;
- juftliklar - aralash.

O'yin maydonning o'ng tomonidan, raketkaning pastki qismi bilan zarba berishdan boshlanadi, zarba vaqtida raketkaning ramkasi beldan tepada yoki bilakdan tepada bo'lmasligi kerak. Raketkaning siltanishi o'yinda xato hisoblanmaydi. Hisobning juft holatida valan kimda bo'lsa o'sha odam faqat o'ng tomondan valanni o'yinga kirgiza oladi, hamma uchrashuvlarda birlik yoki juftlik o'yinchilar 21 hisobgacha, agar hisob 20 – 20 bo'lsa, bunda o'yin davom etadi. Qaysi bir raqib ikki ochko oldinga o'tmaguncha, 29 ochkogacha har bir uchrashuvlar 2ta, ikki marta yutish ya'ni partiyalar hisobiga amalga oshiriladi. Hal qiluvchi o'yinda uchinchi partiyada 5 minutlik tanaffus qilinadi. Bu partiyada hisob 11 ga yetganda maydon tomonlari almashinadi, xar bir uchrashuv birinchi to'p kirgizishi uchrashuvning oxirigacha to'xtatilishi kerak emas. 3-partiyadan oldin 5 minutlik tanaffus bor [1].

Kort va jihozlar. Kortga qalinligi 4 sm bo'lgan chiziq tortiladi, belgilovchi chiziqlar aniq ko'rinishi lozim, chiziq sariq yoki oq rangda bo'ladi. Barcha chiziqlar o'zi chegaralayotgan maydonning bir qismi hisoblanadi. Ustunlar kort yuzasidan 1,55 metr balandlikda bo'lib

yetarlicha mustahkam bo'lishi, tortilgan to'rni yaxshi ushlashi va tik holatini saqlab turishi lozim. To'r katakchalari kattaligi esa 15x15 mmdan to 20x20 mmni tashkil etadi.

- kortda yakkalik (bunda ikki raqib o'yinchi ishtirok etadi);
- juftlik (bunda raqiblar juft bo'lib bellashadilar);
- aralash juftlik (bunda raqiblar bir o'g'il va bir qiz juft bo'lib bellashadilar) bahslari o'tkaziladi.

Valan. Valan tabiiy yoki sintetik materiallardan tayyorlanishi mumkin. Qanday materialdan tayyorlanishidan qat'i nazar, valan quyidagi talablarga javob berishi kerak:

patli valan: boshchaga ip yoki boshqa mos keluvchi material bilan mahkam biriktirilgan 16 patdan tashkil topgan bo'ladi. Patlar uzunligi bir xil uzunlikda 62 mmdan 72 mmgacha bo'lishi (pat ichidagi boshcha yuqorisiga qadar o'lchanadi), diametri esa 58-68 mm bo'lgan aylana hosil qilishi kerak. Valan boshchasining diametri 25-28 mm, valanning umumiy og'irligi esa 4.74-5.50grni tashkil etadi. Patsiz valan tabiiy patga o'xshash sintetik material bilan almashtiriladi. Valan boshchasi o'lchami va og'irligi yuqorida ko'rsatilgan talablarga javob berishi lozim. Ammo sintetik materiallar bilan tabiiy materiallar orasidagi ayrim tafovutlarni hisobga olib belgilangan ko'rsatgichlardan 10% ga qadar farq bo'lishiga yo'l qo'yiladi.

Raketka. Raketkaning umumiy uzunligi 680 mm hamda eni 230 mmdan oshmasligi kerak. Raketka quyidagi qismlardan tashkil topgan, dasta, to'rli yuza, boshcha, tayyoqcha, o'tish yo'lidan iborat bo'ladi. To'rli yuza tekis bo'lib, o'zaro kesib o'tilgan to'rli bo'laklardan tashkil topadi. Uning zichligi yuzada bir xil bo'lishi shart. To'rli yuza uzunligi 280 mm va eni 220 mm bo'lib, qachonki bu qism eni 35 mm. dan oshmasa, ba'zan o'tish joyigacha davom etishiga ruxsat etiladi. To'rli yuzaning umumiy uzunligi 330 mmdan oshmasligi kerak [2].

O'yinning borishi, qur'a tashlash: o'yin boshlanishidan avval qur'a tashlanadi, unda omadi kelgan tomon valanni birinchi bo'lib oshirish yoki qabul qilish, shuningdek o'yinni kortning qay bo'lagidan boshlashni tanlash huquqiga ega bo'ladi.

Hisob. O'yin agar boshqacha kelishilgan bo'lmasa, ko'pi bilan 3 taymdan tashkil topadi, birinchi bo'lib 21 ochko to'plagan tomon har bir taymda g'olib chiqadi (hisob 20-20 hamda 29-29 bo'lgan hollardan tashqari). Hujumni yutgan tomonga ochko beriladi – raqib (raqiblar) xato qilsa yoki valan kortning raqib bo'lagi yuzasiga tegib o'yindan chiqib ketse, hisob 20-20 bo'lgan hollarda birinchi bo'lib 2 ochkoli farqqa erishgan tomon shu taymni yutadi. Hisob 29-29 bo'lgan holda birinchi bo'lib 30 ochkoni qo'lga kiritgan tomon shu taymni yutadi. Har bir taymda g'olib bo'lgan tomon keyingi taymda birinchi bo'lib hujum (valan oshirish) ni boshlaydi.

O'yinda joy almashish. O'yinchilar birinchi taym yakuni hamda uchinchi taym boshlanishidan avval kort bo'laklari bilan o'rin almashishlari kerak. Uchinchi taymda tomonlardan biri 11 ochko to'plagan holda ham o'rin almashiladi. Bordi-yu bu holatda o'rin almashish o'tkazib yuborilsa, hisob saqlangan holda darhol o'rin almashish amalga oshiriladi.

Valanni oshirish (hujum). Valan oshirish vaqtini juda ham cho'zib yuborish mumkin emas. Oshirishda raketkaning oldinga harakati vaqtida har qanday vaqtni ushlash xato hisoblanadi (fol). Oshirayotgan va qabul qilayotgan tomon oshirish maydonining diagonal hududida bu maydonni chegaralovchi chiziq'larga teginmagan holda turishlari kerak. Oshirayotgan va qabul qilayotgan o'yinchilarning ikkala oyoq kaftining biron qismi oshirish vaqti boshlanishidan to tugaguncha harakatsiz holda kort yuzasiga tegib turishi talab etiladi. Valanni oshirayotgan tomon dastlab raketkasi bilan valan boshchasiga zarba beradi. Valan oshirish vaqtida oshirayotgan tomonning bel qismidan pastda turishi kerak. Oshirish vaqtida oshirayotgan tomon raketkasining tayoqchasi aniq ravishda pastga qaratilgan bo'lishi shart.

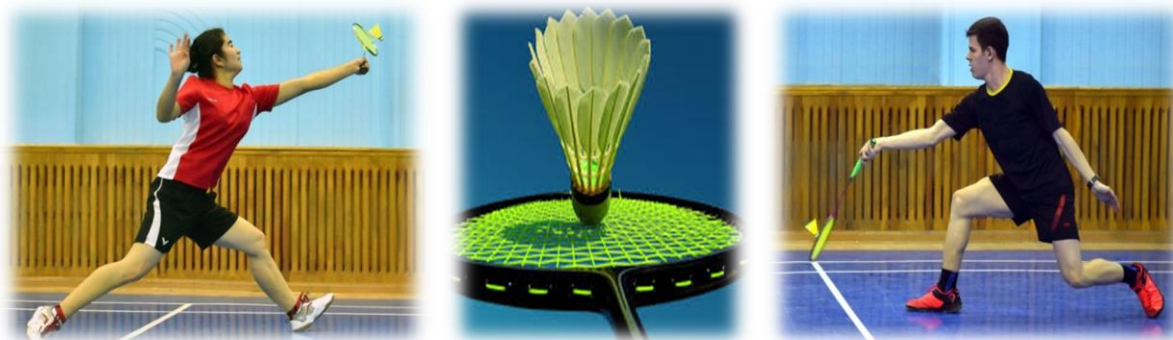


Rasm 1. Valanni o'yingga kiritish (oshirish).

Valan parvozi yuqoriga ko'tarilish chizig'i bo'ylab to'r bilan kesishguncha shunday harakatlanishi kerakki, agar u raqib tomonidan qaytarilmasa, kortning belgilangan oshirish bo'lagiga, ya'ni uni chegaralovchi chiziqqa yoki o'ziga tushishi kerak.

Yakkalik o'yinlar. Agar oshiruvchi o'yinchi ushbu taymda ochkoga ega bo'lmasa yoki juft miqdordagi ochkoga ega bo'lmasa, o'yinchilar o'z oshirish maydonlarining o'ng tomonida valanni oshirish yoki qabul qilishlari kerak. Agar oshiruvchi o'yinchi ushbu taymda toq miqdordagi ochkoga ega bo'lsa o'yinchilar o'z oshirish maydonlarining chap tomonida valanni oshirish yoki qabul qilishlari kerak.

Kortda o'yin va joylashish tartibi: valan o'yindan chiqib ketmagunga qadar navbati bilan oshiruvchi va qabul qiluvchi o'yinchi tomonidan qaytarilishi kerak. Agar oshiruvchi o'z zarbasidan g'alabaga erishsa, unga ochko yoziladi, so'ng u maydonning boshqa yarimidan yana zarba berishni boshlaydi. Bordi-yu zarbani qabul qiluvchi o'yinchi yutsa, ochko unga yoziladi, so'ng qabul qiluvchi valanni o'yinga kiritishni amalga oshiradi.



Rasm 2. Valanni chap va o'ng tomondan qabul qilish texnikasi.

Juftlik o'yinlar. Valanni o'yinga kirituvchi tomon ushbu taymda ochkoga ega bo'lmasa yoki juft miqdordagi ochkoga ega bo'lsa, valan oshiruvchi tomon o'yinchilari o'z oshirish maydonlarining o'ng tomonidan valanni o'yinga kiritishlari kerak bo'ladi. Valanni o'yinga kirituvchi tomon ushbu taymda toq miqdordagi ochkoga ega bo'lsa, valan oshiruvchi tomon o'yinchilari o'z oshirish maydonlarining chap tomonidan valanni o'yinga kiritishi kerak bo'ladi. Oxirgi marta oshirishni amalga oshirgan qabul qiluvchi tomon o'yinchisi zarba bergan o'z maydoni tomonida qoladi, uning sherigi esa qo'shni maydonga o'tadi [3].

Oshirayotgan o'yinchi ro'parasida qarshi tomon maydoniga diagonal turuvchi qabul qiluvchi tomon, o'yinchisi qabul qiluvchi bo'lishi kerak. O'yinchilar o'z maydon bo'laklarini oshirishdan ochko olmaganlaricha o'zgartirmasliklari kerak. Qaysi tomon valanni o'yinga kiritishni amalga oshirishidan qat'i nazar, valanni o'yinga kiritish maydonidan amalga

oshirilishi kerak. O'yin va kortdagi pozitsiya tartibi valanni o'yinga kiritish amalga oshirilgandan so'ng qabul qiluvchilar tomonidan qaytarilgach, valan oshirgan tomonning u yoki bu o'yinchisi tomonidan o'z to'ri tomonining istalgan joyidan qaytariladi, so'ng qabul qiluvchining u yoki bu o'yinchisi tomonidan qaytariladi, shu tarzda valan o'yindan chiqib ketmaguncha davom ettiriladi [4].

Xulosa. Badminton mashg'ulotlarini tashkil qilishda asosiy qoidalarini bilish mashg'ulot jarayonini o'rgatishda qo'l keladi. Mashg'ulot jarayonlarini tashkil qilish bilan birga kerak bo'ladigan jihozlar va ularning nazariy bilimlarini chuqur egallash yuqori malakali sportchilarning iqtidorli bo'lib yetishishlariga xizmat qiladi. Badminton qoidalari tennisga o'xshash, lekin undan bir muncha farq qiladi. Badmintonda o'yin va musobaqa qoidalarini bir sira yaxshilab nazariy o'rganib chiqish va amaliyotda qo'llash murabbiy va sportchilarning pedagogik mahoratini oshiradi. Badmintonda musobaqa qoidalarini o'rganish unchalik ham qiyinchilik tug'dirmaydi. O'yin jarayonida raketka, badminton valani bilan to'g'ri muomala qilishni o'rgatish kerak bo'ladi. Shuningdek, tezkorlik va tez qaror qabul qilishni tushuntirish, amaliy bajarib o'rgatish, maydonda harakatlanishda xatolarga yo'l qo'ymaslik, yo'l qo'yilganda esa joyida xatolarni tuzatib mashg'ulot jarayonlarini tashkil qilish mashg'ulot nufuzini oshiradi. Badmintonda yuqori natijalarni qayd etishda turli darajadagi usullar va vositalar zarur. Bugungi kunda bunday usullar o'zining tom ma'nodagi natijasini va samaradorligini ko'rsatmoqda. Ularning turlari va xillari shu qadar ko'pki, qaysi bir usulni qo'llash kerakligi bir muncha murakkablik tug'diradi. Hozirda mazkur masalada dunyo miqyosida keng ko'lamli tadqiqotlar o'tkazilmoqda.

Badminton mashg'ulotlarini tashkil etish bo'yicha mazkur tavsiyalar yuqorida bayon etilganidek, shaxsiy kuzatishlar va tajribalar, mutaxassislar va murabbiylar ish faoliyatini o'rganish hamda xorijiy ilmiy – uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish natijasida shakllantirildi. Yuqorida bildirilgan fikrlar mutlaq to'g'ri va asosli deyish fikridan yiroqmiz. Chunki, sport fani va umuman, mazkur yo'nalish xususiyati bunday qat'iy fikr bildirish imkoniyatini bermaydi. Shu sababdan mazkur mavzu bo'yicha tadqiqotlar o'tkazish, kuzatishlar tashkil qilish va tajribalar olib borish zarurati yanada ortadi. Badminton qoidalarini yoritishda shu narsa aniq bo'ldiki, kelgusida mazkur mavzu bo'yicha tadqiqotlar ko'lamini yanada oshirish imkoniyati mavjud. Badminton qoidalarini hali o'rganilmagan va yoritib berilmagan jihatlari bor. Badminton mashg'ulotlarini tashkil etish bo'yicha tadqiqotlar o'tkazish va uning natijalarini amaliyotga izchil tatbiq etish sport natijalari o'sishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. О.В. Байгужина. Бадминтон в структуре подготовки студентов по физической культуре. Челябинск 2021.
2. А.Пulatov, О.М.Savatyugin, Sh.Sh.Isroilov. Badminton nazariyasi va uslubiyati. Darslik. T.:2017
3. Б.Б.Кипчаков, Ф.И.Исмоилова. "Badminton sports training stages and its content" Евразийский союз ученых (есу) Ежемесячный научный журнал № 3 (84)/2021. Том 1, Серия: Психологические науки.
4. Н.Ю.Камалиева, Н.Г.Искаков, А.С. Шалавина. Бадминтон для начинающих. Учебно-методическое пособие. - Казань: Казанский университет, 2021. - 57 с.