YARIŞ QAYDALARINDA EDİLƏN DƏYİŞİKLİKLƏRİN AZƏRBAYCAN GÜLƏŞÇİLƏRİNİN TEXNİKİ –TAKTİKİ HAZIRLIĞINA TƏSİRİ

Idman ustası, Etibar Quliyev
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

Xülasə: Məqalədə Azərbacan güləşçilərinin texniki – taktiki hazırlığına təsirinin elmi-tədqiqat işlərinin təşkili, yunan-Roma güləşi üzrə yüksəkixtisaslı güləşçilərin texniki-taktiki hazırlığının mövcud göstəricilərin qiymətləndirilməsinin yoxlanılması, eyni zamanda texniki-taktiki hazırlığının qiymətləndirilməsinin yeni meyarlarının seçimi, onun əsasında texniki-taktiki hazırlıq və məşq prosesinin düzgün idarə edilməsi, yunan-Roma güləşi üzrə yarış görüşlərinin təhlili üçün istifadə olunan qiymətləndirilmə amillərinin əhəmiyyətinin müəyyən edilməsi, texniki-taktiki hazırlığın (TTH) dərəcəsinin müəyyən edilməsi, dünyanın aparıcı güləşçilərinin və Azərbaycanın ən güclü güləşçilərinin TTH göstəriciləri və başqa problemlər şərh edilmişdir.

Açar sözlər: Yunan-Roma güləşi, Olimpiya oyunları, dünya və Avropa çempionatları, məşqçi, idmançı, Beynəlxalq Güləş Federasiyaları Assosiasiyası, çəki dərəcələri, təmiz qələbə, Dünya Güləş Birliyi, Respublika Olimpiya Məktəbi, fəndlərin orta kəmiyyəti, görüşdə xəbərdarlıq.

Yunan-Roma güləşi üzrə Olimpiya oyunlarında, dünya və Avropa çempionatlarında rəqabətin kəskin artımı, bu və ya digər dövlətin məşqçi və idmançılarının ustalıq dərəcələrinə əsasən yüksək yerlərə iddialı olmalarına əsasən, adı çəkilən idman növü üzrə yarış qaydalarında baş verən yeniliklər məşq prosesində nisbi güc və zəruri dəyişikliklərin edilməsini tələb edir. Yanvarın 1-i 2014-cü il trixdə Beynəlxalq Güləş Federasiyaları Assosiasiyası (FİLA) çəki dərəcələrində, qaydalarda və yarışların keçirilmə formatında dəyişikliklər etmişdir. Bu idman növünün daha maraqlı vəcəlbedici olması üçün addımlar atan qurum seçimlərdə bir sıra mütəxəssislərin rəyini əsas tutub. Belə ki, 4 illiyin ən nüfuzlu yarışında sərbəst güləşçilər 57 kq, 65 kq, 74 kq, 86 kq, 97 kq və 125 kq çəki dərəcələrində mübarizə aparacaqlar. Yunan-Roma güləşində 59 kq, 66 kq, 75 kq, 85 kq, 98 kq və 130 kq çəki dərəcələri üzrə qaliblər müəyyənləşəcək. Qadın idmançıların mübarizəsi isə 48 kq, 53 kq, 58 kq, 63 kq, 69 kq və 75 kq çəki dərəcələri üzrə olacaq. Digər yarışlarda FİLA hər növdə 2 əlavə çəki dərəcəsi də tətbiq edəcək.

Güləşin qaydaları da müəyyən dəyişikliklərə məruz qalıb. Təmiz qələbə üçün sərbəst güləşdə 10 xal fərqə, yunan-Roma güləşində isə 8 xala nail olmaq lazımdır. Birincilər hər aşırmada 4 xal qazanacaq, ikincilərdə bu qədər xal rəqibi saxlama fəndi və aşırma üçün veriləcək. Rəqibə effektli fənd tətbiq etməyə 5 xal veriləcək. Hakimin fitindən öncə mübarizəyə başlamaq indiki kimi 2 deyil, 1 xalın silinməsi ilə əvəz olunub. Yunan-Roma güləşində hesab 0:0 olarsa, sonuncu xəbərdarlıq alana məğlubiyyət veriləcək. Bundan başqa, komanda yarışlarında qələbənin hesablanması qaydaları da yenidən müzakirə olunub.

Dünya Güləş Birliyi yunan-Roma güləşi qaydalarında dəyişiklıklərdən biri yeniyetmə və gənclər arasında keçirilən yarışlarda parter qaydasının ləğv olunması idi. Böyüklər yaş qrupunda isə bu məsələyə Rio-2016 Olimpiadasından sonra yenidən baxılması qərarlaşdırılmışdı.[6]

Dünya Güləş Birliyi artıq bu dəyişikliyi təsdiqləyib və ötən il yarım ərzində yeniyetmə və gənclər yaş qrupunda tətbiq edilən bu qayda artıq böyüklər arasında keçirilən yarışlarda da tətbiq ediləcək. Yəni artıq passiv güləşməyə görə parter tətbiq edilməsi qaydası ləğv edilib. Belə ki, passiv güləşməyə görə ilk dəfə güləşçiyə şifahi xəbərdarlıq ediləcək və protokolda qeyd ediləcək. Eyni güləşçi yenə də passivlik nümayiş etdirərsə ona rəsmi xəbərdarlıq veriləcək.

Güləşçiyə üçüncü dəfə passivliyə görə xəbərdarlıq edilərsə o zaman ikinci rəsmi xəbərdarlıq veriləcək və rəqibin hesabına 1 xal əlavə ediləcək. Bundan sonra baş verəcək hər ikinci xəbərdarlıq rəqibə 1 texniki xal verilərək qiymətləndiriləcək.[5]

Bütün bu hallarda - passivliyə görə edilən xəbərdarlıq və rəqibə xal verilməsi üçün görüş dayandırılmayacaq.

Bu məsələnin həlli üçün, ən azı yunan-Roma güləşinin inkişaf tendensiyasını müəyyən etməyə imkan verən yarış fəaliyyəti təhlili edilməli, ən sonda isə lazımı məşq proqramı tərtib olunmalıdır. Hazırda yunan-Roma güləşində göstərilən həcmdə buna bənzər işləmələr mövcud deyil. Buna görə də belə tədqiqatlar aktuallıq kəsb edir.

Məsələnin belə qoyuluşunda işin məqsədi dünyanın güclü güləşçilərinin texniki və taktiki dinamikasının tendensiyasının qurulmasından, onların vasitəsilə yunan-Roma üslublu yüksək ixtisaslı güləşçilərin texniki-taktiki hazırlığının idarəetmə vasitə və metodlarının yenidən işlənib hazırlanmasından ibarətdir.

Tədqiqat Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının və Respublika Olimpiya Məktəbinin ümumi planına müvafiq "Texniki ustalığın təkmilləşdirilməsinin yeni vasitə və metodlarının işlənilməsi" probleminə əsasən yerinə yetirilmişdir.

Tədqiqatın metodları: elmi-metodiki ədəbiyyatın təhlili; yarışların video çəkilişi; s t enoqrafiyası; video qeydləri və stenoqramların təhlili; riyazi statistikanın metodları. [9]

Bu məsələnin həlli üçün XXXI Yay Olimpiya oyunlarında və 2016-cı il dünya çempionatında 50 görüş keçirən yunan- Roma üslublu 70 yüksək ixtisaslı güləşçilərin yarış fəaliyyəti tədqiq edilmişdir. Görüşün 20-si 2016-cı ilin Olimpiadasında, 30-u isə 2016-cı ilin dünya çempionatında keçirilmişdir. Adı çəkilən yarışlarda 1-10-cu yerləri tutan güləşçi – idmançılar tədqiq olunmuşlar.

Yarış qaydalarında baş verən ən yeni dəyişikliklər yüksək ustalığa malik yunan-Roma üzrə güləşçilərin yarış fəaliyyətinə təsir göstərmişdir . Əslində isə yaranan dəyişikliklər əhəmiyyət kəsb etmir. Onlar

Yunan-Roma güləşini xarakterizə edən görüşlərin cədvəli
(2016 - cı il Olimpiadasının və 2016-cı il dünya çempionatı iştirakçılarının orta göstəriciləri)

Cədvəl № 1

Görüşlərin adı	Olimpiada 2016	Dünya çempionatı
1	2	3
Güləşmədə fəndlərin orta kəmiyyəti	2,12	2,24
Hücumun fasiləsi	22	28
Uğurlu hücum fasiləsi	1,2	1,32
Bütün fəndlərin payına düşən parterdə keçirilən fəndlərin faizi	44,56	31,24
Parterdə alınan balların sayı, bütün balların %	48,13	31,04
Güləşmədə balların orta kəmiyyəti	6,13	4,11
Fəndlərin orta qiymətləndirilməsi	1,14	2,65
Parterdə güləş vaxtı.Ümumi vaxtın %	26,45	14,67
Duruşda güləş vaxtı.Ümumi vaxtın %	54,11	55,11
Güləş vaxtı (orta " təmiz " vaxt)	4,97	3,13
TTH təsnifat qruplarının miqdarı	1,22	1,07
Güləşdə xəbərdarlıqların miqdarı	2,45	2,26

Müxtəlif çəki dərəcəli yunan-Roma üzrə yüksək ixtisaslı güləşçilərin model xarakteristikaları

Cədvəl № 2.

Meyarlar	Çəki dərəcələri					
	59	66	75	85	98	130
1) Texniki-taktiki hazırlıq əmsalı	0,67	1,02	0,53	1,01	1,01	1,01
2) Duruşda hücum effektivliyi əmsalı	0,36	0,45	0,21	0,32	0,17	0,31
3) Parterdə hücum effektivliyi əmsalı	1,02	1,01	0,06	1,01	1,o1	1,01
4) Duruşda müdafiə effektivliyi əmsalı	0,67	1,01	0,61	1,01	1,01	1,01
5) Parterdə müdafiə effektivliyi əmsalı	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01
6) Duruşda TTH variantlarının miqdarı	4	6	3	6	5	4
7) Parterdə TTH variantlarının miqdarı	2	2	5	4	4	2
8) Duruşda TTH təsnifat qruplarının miqdarı	2	3	2	4	6	4
9) Müxtəliflilik göstəricisi	0,50	0,20	0,40	0,11	0,41	0,51
10) Hakimlərin rəyinə əsasən fəallılıq göstəricisi	0,43	0,41	0,50	0,43	0,49	0,60

2016-cı ilin Olimpiadasında, 2016-cı ilin dünya çempionatında tətbiq edilən TTH qrupunun əsas strukturu, duruşunda əyilərək tullanma qruplarından savayı əhəmiyyətli olaraq dəyişməmiş istifadə edilmə tezliyi və nəticəliliyi yüksəkdir. Duruşda və parter vəziyyətində yerinə yetirilən fəndlərin aşkar olunmuş dəyişmə tezliyinin xüsusiyyətləri, həqiqi dəyişən müvafiq vəziyyətlərdə döyüş vaxtının faiz nisbətinin dəyişməsi ilə əlaqədardır. Əgər Olimpiadada duruş vəziyyətində keçirilən döyüşün vaxtı parterdə keçirilən vaxtın 49,22%-in 23,68%-ə aiddirsə, o zaman 2016-cı ilin dünya çempionatında duruş vəziyyətində keçirilən döyüşün xüsusi əhəmiyyəti yüksələrək 58,67% təşkil edir. Yarış qaydalarının dəyişilməsi taktiki hərəkətlər kimi yalnız istifadə olunan manevretmənin kəmiyyətinə təsir etmişdir. Fikrimizcə, bu, döyüşün əsas keçirilmə vaxtının azaldılması səbəbindən güləşçilər manevretmə də daxil olmaqla, daha effektiv taktiki hərəkətlərin tətbiq edilməsinə cəhdləri ilə izah oluna bilər. [2]

2016–cı ilin Olimpiadası və 2016-cı ilin dünya çempionatının mükafatçılarının tədqiqi duruş vəziyyətində hücum əmsalının effektivliyinin yüksəldiyini və parterdə TTH variantlarının kəmiyyət göstəricisinin azaldılmasını göstərir. Sonuncu dəyişikliyi biz parter görüşünün keçirilmə vaxtının azalması ilə əlaqələndiririk, başqa sözlə desək parter vəziyyətində aparılan görüşü vaxtının azalması ilə əvvəlki yarış qaydalarına əsasən Pekin Olimpiadasında keçirdikləri TTH

variantlarının miqdarına dünya çempionatında əldə edə bilməmişlər. 2016-cı ilin olimpiadasında və 2016-cı ilin dünya çempionatında güləşçilərin duruş vəziyyətində yerinə yetirilən TTH miqdarı olduqca cüzi fərqlənir. Lakin bununla əlaqədar idmançılar daha az risk etməyə başladılar, cəhdlərin sayı azalmış, yəni güləşçilər daha inamla hücuma keçirlər, bu da öz növbəsində duruş vəziyyətində hücum əmsalının effektivliyinin yüksəlişində əks olunur. [2]

Ekstrapolyasiya metodu ilə alınan təhlil əsasında güman ki, baş verən dəyişikliklər yuxarıda adı çəkilən səbəblərlə əlaqəlidir. Texniki-taktiki hazırlıq və parterdə hücumun effektivlik əmsallarının artması yüksək ustalığa malik güləşçilərin TTH yüksəlməsi ilə izah olunur. Parter vəziyyətində görüş vaxtının azalması ilə parterdə hücum effektivliyinin yüksəlişi xüsusilə qeyd olunmalıdır. Fikrimizcə, bunun parterdə daha uğurlu hücumun asanlıqla aparılmasından bəhs edir. Yunan-Roma güləş növünün tamaşalılığının artması məqsədilə yarış qaydalarının gələcək dəyişdirilmə perspektivliyində nəzərə alınmalıdır.

Duruşda müdafiənin effektivlik əmsalının azalması güləşçilərin duruşda döyüş vaxtının nisbi həcminin artması ilə əlaqədar fəallığa verilən tələblərin yüksəlməsi ilə birgə artan yeni tələblərə uyğunlaşmamaları ilə əsaslandırıla bilər. Bunu idmançıların əvvəlki tələblərə alışmaları ilə də əlaqələndirilə bilər. Onlar daha çox hücumu dəf etməli idilər. 2016-cı ilin Olimpiadasında mövcud olan qaydaları, təbii ki, bu kəmiyyətlərin azalması ilə müdafiə ən effektivli olur. Parterdə TTH variantlarının kəmiyyətinin azalma səbəblərinə gəldikdə isə onlar yuxarıda qeyd olunanlarla izah edilmişdir.

Güləşçilərin yarış fəaliyyətinin müxtəlif parametrlərində baş verən dəyişikliklər yeni yarış qaydalarının təsiri altında (cədvəl 1) dəyişir və aşağıda qeyd olunan səbəblərdən müsbət xarakterizə oluna bilməzlər: [8]

1) Güləşdə fəndlərin və balların orta kəmiyyəti, eyni zamanda hücum fasilələrinin azalması.

2) Fəndlərin orta kəmiyyəti, görüşdə xəbərdarlıq, eyni zamanda görüş keyfiyyəti dəyişməz qalır.

İşin məqsədi: yunan-Roma üzrə yüksəkixtisaslı güləşçilərin texniki-taktiki hazırlığının mövcud göstəricilərin qiymətləndirilməsinin yoxlanılması, eyni zamanda texniki-taktiki hazırlığının qiymətləndirilməsinin yeni meyarlarının seçimi daha əlverişli meyarların müəyyən edilməsinə, onun əsasında texniki-taktiki hazırlıq və məşq prosesinin tamlıqla düzgün idarə edilməsinə imkan verir.

Qarşıya qoyulan məqsədin həlli üçün aşağıda adı çəkilən tədqiqat **vəzifələri** göstərilmişdir:

1) Yunan-Roma üzrə yarış görüşlərinin təhlili üçün istifadə olunan qiymətləndirilmə amillərinin əhəmiyyətini müəyyən etmək.

2) Texniki-taktiki hazırlığın (TTH) dərəcəsini müəyyən etmək və Respublikanın ən güclü güləşçilərinin TTH model xarakteristikalarını işləyib hazırlamaq.

Müdafiəyə aşağıdakı **müddəalar daxil edilir:**

- güləşçilərin texniki-taktiki hazırlığının qiymətləndirilməsi üçün amillərin sistemli istifadəsinin ardıcıllığı:
- yüksək ixtisaslı güləşçilərin yarışlarında istifadə olunan texniki-taktiki, texniki hərəkətlərin, onların variantlarının sıxlığı, nəticəliliyi və müxtəlifliliyi:
- ixtisaslı güləşçilərin texniki-taktiki hazırlıqlarının qrup model xarakteristikaları;

Tədqiqatın **elmi fərziyyəsi** aşağıda qeyd olunanlardan ibarətdir:

- güləşçilərin texniki-taktiki ustalıqlarını hərtərəfli təhlil etməyə imkan verən TTH qiymətləndirilməsinin ilk kompleks məlumat meyarlarının təklifi;
- güləşçilərin digər hazırlıq bacarıqlarını qismən qiymətləndirməyə imkan verən TTH nəzarəti üçün informativ meyarların istifadə edilmə sisteminin təklifi;
- müxtəlif çəki dərəcəli yüksəkixtisaslı güləşçilər üçün TTH model xarakteristikalarının yenidən işlənib hazırlanması;
- yunan-Roma güləşi üzrə yüksək ixtisaslı güləşçilərin taktiki hərəkətlərinin nisbət və tərkibinin müəyyən edilməsi.

Tədqiqatın yeniliyi:

1) yüksəkixtisaslı güləşçilərin hazırlanmış TTH qiymətləndirilmə meyarları və TTH model xarakteristikalarının müəyyən edilməsinə təklif olunan sistemləşdirilmə və yanaşmalar aşağıda qeyd olunan maddələrdə istifadə edilə bilər:

- yüksəkixtisaslı güləşçilərin ustalıqlarının təhliledilmə xüsusiyyəti kimi:
- texniki-taktiki ustalığın təkmilləşdirilməsi üzrə məşq prosesinin qoyuluş əsası kimi;

2) Yunan-Roma güləşi üzrə yüksəkixtisaslı güləşçilərin TTH səviyyəsinin, model xarakteristikaların (nümunəvi) standart hesablamaların müəyyən edilməsi üzrə əldə edilən nəticələr və yunan-Roma güləş növündə aşkar edilən əsas texniki-taktiki hərəkət (TTH) qrupları məşqçilər, Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının və Respublika Olimpiya Məktəbinin tələbələri və şagirdləri üçün zəruri olan tədris, tədris-metodiki vəsaitlərin və tövsiyyələrin tərtibində istifadə oluna bilər.

3) Yarış qaydalarında baş verən sonuncu dəyişikliklərlə əlaqədar yunan-Roma güləşinin aşkar edilmiş inkişaf tendensiyası adı çəkilən idman növünün dünyada tanınmasına və onların təkmilləşdirilməsi üzrə tövsiyələrin təklifinə imkan verir;

4) Olimpiya komandası üzvləri və yığma komandaya namizədlər üçün TTH təkmilləşdirilmə proqramı təklif olunmuşdu.

Tədqiqat prosesində belə **nəticəyə** gəlmək olar ki, yariş qaydalarinda edilən dəyişikliklərin Azərbacan güləşçilərinin texniki –taktiki hazirlığına təsirinin elmi-tədqiqat işlərinin təşkili problemi tədqiq olunur.

ВЛИЯНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ, ВВЕДЕННЫХ В ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЯ НА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ БОРЦОВ АЗЕРБАЙДЖАНА

Кулиев Этибар Дильгам оглы
АГАФКС

АННОТАЦИЯ: Проверка оценки существующих показателей технико-тактической подготовки высококвалифицированных борцов по Греко-римской борьбе, а также выбор новых критериев оценнвания технико-тактической подготовки, и на основании этого, правильное управление технико-тактической подготовкой и тренировочным процессом, определение значения факторов оценивания, используемых для анализа встреч на соревнованиях по Греко-римской борьбе, определение уровня технико-тактической подготовки (ТТП), показатели ТТП ведущих борцов мира и самых сильных борцов Азербайджана, влияние изменений, введенных в правила соревнования на технико-тактическую подготовку борцов Азербайджана и другие проблемы изложены в данной статье.

Ключевые слова: Греко-римская борьба, Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы, тренер, спортсмен, Ассоциация Международных Федераций по Борьбе, весовые категории, чистая победа, Мировое Объединение по Борьбе, Республиканская Олимпийская Школа, среднее количество приемов, предупреждение во время встречи.

IMPACT OF THE CHANGES MADE IN CONTEST RULES ON TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF AZERBAIJAN WRESTLERS

SUMMARY

Guliyev Etibar

Monitoring of the existing technical and tactical training indicators' assessment of highly skilled wrestlers on Greco-Roman wrestling, as well as, the choice of the new criteria aimed at technical and tactical training evaluation, and for reasons given, proper management of technical and tactical training and training process, determination of the factors' significance evaluation

used for the analysis of the contests' matches on Greco-Roman wrestling, determination of the technical and tactical training (TTT) level, TTT indicators of the leading wrestlers of the world and the strongest wrestlers of Azerbaijan, impact of the changes made in contest rules on technical and tactical training of Azerbaijan wrestlers and other problems are given in this article.

Key words: Greco-Roman wrestling, Olympic Games, World and European championships, coach, athlete, International Wrestling Federations Association, weight classes, clear-cut win, World Wrestling Union, Republican Olympic School, average amount of techniques, warning during the match.

Ədəbiyyat:

1. Qurbanov X.K. İdman güləşinin taktikası . Bakı, Azərbaycan, 1991, s.23
2. Quliyev D.Q. Helsinkidən Rio-De-Janeyroyadək. “Bəxtiyar-4” İKF-nın mətbəəsi. Bakı, 2016, 127 s.
3. Quliyev D.Q. Parter vəziyyətində sərbəst güləşin texnikasının öyrədilməsi. Məktəbdə bədən tərbiyəsi jurnalı, Bakı: 1987, № 4, c. 32
4. Quliyev D.Q. Yunan-Roma güləşində fəndlərin öyrədilməsi. Dərs vəsaiti. Azərbaycan Texniki Universitetin mətbbəsi. Bakı, 1996. 54 s.
5. Quliyev D.Q. Güləşlə məşğul olanlara yarış qaydalarının öyrədilməsi yolları. Tədris vəsaiti. «Nicat» kiçik müəssisəsi, Bakı, 1999, 80 s.
6. Quliyev D.Q. İdman güləşməsində taktikanın öyrədilməsi. Metodik vəsait. ADBTİA-nın mətbəəsi Bakı, 1993, 44 s.
7. Quliyev D.Q., Hacıyev R. İdman güləşində taktikanın öyrədilməsi. Metodok vəsait. Az.DBTİA-nın mətbəəsi. Bakı, 2015. 56 c.
8. Кондарацкий И.А. Основы методики становления и совершенствования технико-тактического мастерства в классической борьбе. Учебное пособие. Изд. Омск.; 1984
9. Алиханов И.И. Техника и тактика в вольной борьбе. М.ФИС, 1968, с. 303.
10. Бабаев М. Развитие классической и ольной борьбы в Азербайджане, за 40 лет. Баку, 1960, с. 42-47