применения дополнительных средств восстановления в ходе подготовительного этапа годичного тренировочного цикла. Экспериментально показано высокая эффективность рационального построения тренировочных нагрузок, а также сопряженного влияния традиционных средств спортивной подготовки и дополнительных восстановительных средств на организм юных спортсменов

Ключевые слова: Таеквон До, юные спортсмены, подготовительный период, спортивная, тренировка, спортивная, подготовленность.

Organization of loads of different directions we taekvon do the preparatory period of a year eyele

Khurbanov X.K, Qurbanov O.X, Hysenli G.H, Aslanov V.B.
Azerbaijan State Academy of Physical Culture and Sport

Annotation: In article materials on studying of a problem of rational construction different orientation at Taekvon Do at training stage of long-term preparation are presented 13-15 years whiting the limits of an experimental research possibility of applications of additional means of restoration a preparatory stage of a year training eyelet is considered. High efficiency of rational construction of rational construction of training loadings, and also the interfaced influence of traditional means of sports preparation and additional regenerative means for an organism of young sportsmen is experimentally shown

Key words: Taekvon Do, young athletes, preparatory period, sports training, sports readiness.

BOKS ÜZRƏ KEÇİRİLƏN XX DÜNYA ÇEMPİONATINDA İŞTIRAK EDƏN AZƏRBAYCAN MİLLİ YIĞMA KOMANDASININ ÇIXIŞLARININ TƏHLİİLİ

Baş müəllim:Vəliyev Vahid
Vahidveliyev@g.mail.ru
Dosent: Mardanov Nuralam
Nuralemmardanov@g.mail.ru
B.ü.f.d. Rzayev Zaur
abucavad@gmail.com
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

Nəşr tarixi
Qəbul edilib: 1 oktyabr 2019
Dərc olunub: 5 noyabr 2019
© 2019 ADBTİA. Bütün hüquqlar qorunur.

Annotasiya. Azərbaycanın boks üzrə yığma komandası, Rusiyanın Yekaterinburq şəhərində,08-21 sentyabr 2019-cu il tarixində keçirilən XX dünya çempionatında iştirak etmişdir. Bu mötəbər yarışla əlaqədar biz qərara gəldik ki, boksçularımızın çıxışları nəzəri və praktiki cəhətdən təhlil olunmalıdır. Bu səbəbdən bu məqaləni yazdıq. Bu məqalənin tətbiqi əhəmiyyəti ondan ibarətdir ki, məşqçilər, boks üzrə mütəxəssislər də bu məqalədən yararlanıb boksçularımızın göstərdikləri nəticələri təhlil etdikdən sonra gələcək mötəbər yarışlara hazırlıq prosesində edilən məsləhətləri nəzərə alıb, buraxılmış səhvləri düzəltmək üçün çalışsınlar. Onu da qeyd edək ki, Beynəlxalq Olimpiya komitəsinin qərarı ilə, boks idmanında olan 10 çəki dərəcəsi dəyişdirilib 8 çəki dərəcəsinə endirilmişdir.

Açar sözlər. Boks üzrə XX dünya çempionatı, 8 çəki dərəcəsi, raund.

Boks üzrə XX dünya çempionatı Rusiya Federasiyasının Yekaterinburq şəhərində 2019-cu il 08-21 sentyabr tarixində keçirilmişdir. Bu mötəbər yarışda 79 ölkənin 362 idmançısı 8 çəki dərəcəsində mübarizə aparmışdır. Ümumilikdə, 400 döyüş keçirilmişdir.

Biz boksçularımızın hər bir döyüşünü televiziya vasitəsi ilə izləmiş və birlikdə təhlil etmişik.

Bu yarışda Azərbaycan Recpublikasının boksçuları bütün çəki dərəcələrində iştirak edirdilər.(8 çəki dərəcəsində)

52 kq çəki dərəcəsində çıxış edən boksçumuz Məsud Yusifzadə birinci görüşünü Mərakeş boksçusu Səid Mortaji ilə keçirdi. Bu döyüşdə boksçumuz hakimlərin yekdil qərarı ilə qalib gəldi. Bu döyüşü boksçumuz yüksək səviyyədə keçirdi. Məsud ikinci döyüşünü isə təcrübəli Ermənistan boksçusu Artur Hovanisyan ilə keçirdi. Bu döyüşdə boksçumuz xal hesabı ilə məğlub oldu. Məsudun beynəlxalq rinqdə təcrübəsinin az olması özünü göstərdi.Bunun üçün təcrübəsi az olan boksçuları hər tərəfli hazırlamaq mühüm əhəmiyyət kəsb etməlidir.Bir də ki, təcrübəsi az olan boksçunu birbaşa dünya çempionatına göndərməyimiz nə qədər doğru olması haqqında düşünməliyik.

57 kq çəki dərəcəsində Azərbaycanı təmsil edən Tayfur Əliyev birinci döyüşünü İsveçrə boksçusu Tiaqo Puqno ilə keçirdi. Boksçumuz bu döyüşü yüksək səviyyədə keçirərək hakimlərin yekdil qərarı ilə qalib gəldi. İkinci döyüşü o, Türkmənistan boksçusu Yazmurat Qurbanovla keçirdi. Yazmurat Qurbanov çox təcrübəli boksçu olmasına baxmayaraq boksçumuz Tayfur Əliyev texniki-taktiki ustalıq göstərərək bu döyüşdə də qalib gəldi. Tayfurun üçüncü döyüşü təcrübəli İngiltərə boksçusu MaqQreil Piter ilə idi. Bu boksçu Avropa çempionudur. Tayfur döyüşü yaxşı səviyyədə keçirməsinə baxmayaraq təcrübəli rəqibinə xal hesabı ilə məğlub oldu. Qeyd edək ki, Tayfurun rəqibi bu yarışda bürünc medal qazanır.

63 kq çəki dərəcəsində boksçumuz Qazıbəyov Bəxtiyar mübarizə aparırdı. Bəxtiyar Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının4-cü kurs tələbəsidir. Qazıbəyov Bəxtiyarın beynəlxalq rinqdə təcrübəsinin çox da yüksək olmaması özünü göstərdi. O, birinci döyüşünü təcrübəli Qazaxıstan boksçusu Zakir Safiullin ilə keçirdi. Bu döyüşdə boksçumuz hakimlərin yekdil qərarı ilə məğlub oldu.

69 kq çəki dərəcəsində mübarizə aparan təcrübəli boksçumuz Olimpiya 2-cisi Sotomayor Collazo Lorenzo idi. Sotomayor birinci döyüşünü Avstraliya boksçusu Mallia Ceyson ilə keçirdi. Bu döyüş çox gərgin keçdi. Boksçumuz bu gərgin döyüşdə 3:2 hesabı ilə qələbə qazandı. İkinci döyüş Əlcəzair boksçusu Şəmsəddin Kramou ilə oldu. Rəqib boksçu da çox təcrübəli boksçu sayılır. Sotomayor döyüşü orta səviyyədə keçirib 2:3 hesabı ilə məğlub oldu. Bu dünya çempionatında Sotomayor öz imkanlarından aşağı səviyyədə çıxış etdi (5).

75 kq çəki dərəcəsində Azərbaycan yığmasını Amin Kuşkov təmsil edirdi. Amin perspektiv gənc boksçudur. Aminin birinci rəqibi Türkmənistan boksçusu Nursəhət Pazziyev idi. Türkmənistan boksçusunun təcrübəli olmasına baxmayaraq boksçumuz 4:1 hesabı ilə qalib gəldi. Amin ikinci döyüşünü Rusiya boksçusu Qleb Bakşi ilə keçirdi. Döyüş çox gərgin keçdi. Hakimlərin qərarı ilə 1:4 hesabı ilə Rusiya boksçusu qalib gəldi. Qeyd edək ki, Rusiya boksçusu bu çəki dərəcəsində yarışların qalibi oldu. Aminin bu yarışda çıxışını isə qənaət-bəxş hesab etmək olar.

81 kq çəki dərəcəsində ölkəmizi çox böyük perspektivə malik olan Alfonso Domingez Loren təmsil edirdi. Alfonso birinci döyüşünü İspaniya boksçusu Qazımoqamed Qafurovla görüşdü. Gərgin keçən döyüşdə təmsilçimiz Alfonso 3:2 hesabı ilə qələbə qazandı. İkinci döyüşü Alfonso Avstriya boksçusu Djambekov Umar ilə keçirdi. Alfonso döyüşü yüksək səviyyədə keçirərək 4:1 hesabı ilə qələbə qazandı. Üçüncü döyüşdə rəqib Özbəkistan boksçusu Ruzmetov Dilşodbek idi. Bu döyüşün birinci raundunda Alfonso Domingez Loren özünə çox inamlı idi və döyüşməyə meyilli deyildi. Növbəti raundlarda isə yüksək ustalıq göstərərək qalib gəldi. Çox gərgin keçən döyüşdə hakimlərin düzgün olmayan qərarı Özbəkistan boksçusu Ruzmetov Dilşodbekə2:3 hesabı ilə qələbə qazandırdı.

91 kq çəki dərəcəsində döyüşən boksçumuz Yaqubov İsmayıl birinci döyüşünü Ukrayna Respublikasının boksçusu Marat Qriqoryanla keçirdi. İsmayıl birinci raundda pis döyüşmədi, döyüş bərabər səviyyədə keçirdi. Üçüncü raundda İsmayılın fiziki hazırlığının lazımi səviyyədə olmaması özünü göstərdi və nəticədə döyüşü 1:4 hesabı ilə məğlub oldu. Yaqubov İsmayılın bu Dünya çempionatındakı çıxışını qənaət-bəxş saymaq olmaz. Onun fiziki, texniki, taktiki və psixoloji hazırlığı üzərində işlənilməlidir.

91 kq-dan yuxarı çəki dərəcəsində döyüşən çox perspektivli gənc boksçumuz Məhəmməd Abdullayev mübarizə aparırdı. O, Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyasının 4-cü kurs tələbəsidir. Məhəmməd birinci döyüşünü Çin Xalq Respublikasını təmsil edən Bayıkevuzi Danabieke ilə keçirdi. Təmsilçimiz bu döyüşdə 4:1 hesabı ilə qələbə qazandı. İkinci döyüş Misir idmançısı Rezk Mustafa ilə oldu. Döyüş çox gərgin keçdi. Misir idmançısı fiziki güclü idi. Boksçumuz döyüşü texniki-taktiki cəhətdən çox yaxşı apararaq 3:2 hesabı ilə qələbə əldə etdi. Məhəmməd ¼ final döyüşünü Avstraliya təmsilçisi Huni Justis ilə keçirdi. Avstraliya təmsilçisi fiziki və texniki-taktiki cəhətdən çox yaxşı hazırıqlı idi. Buna görə bu döyüşdə boksçumuz rəqibi ilə mübarizə apara bilmədi və 0:5 hesabı ilə məğlub oldu. Fikrimizcə boksçumuz fiziki hazırlıq səviyyəsini daha da gücləndirsə, gələcək yarışlarda nəticələri daha da çox ola bilər.

Boksçularımızın Dünya çempionatında zəif çıxışlarının səbəbini fiziki və psixoloji hazırlıqlarının yüksək səviyyədə olmamalarını göstərmək olar. Amma, buna baxmayaraq, komandamızda perspektivli idmançılar var. Məsələn, Yusifzadə Məsud, Tayfur Əliyev, Amin Kuşkov, Alfonso Domingez Loren, Məhəmməd Abdullayev. Bu boksçular üzərində işlənilsə, mötəbər yarışlarda yüksək nailliyətlər əldə edə bilərlər.Bununla yanaşı boksçularımızla mənəvi,psixoloji cəhətdən hazırlıqlarına daha çox yer verilməlidir.

Boks üzrə yığma komandamızın dünya çempionatında göstərdiyi nəticəni qənaət-bəxş hesab etmirik, çünki Azərbaycan boks ölkəsi kimi tanınan ölkələrdən biri sayılır.Dünya çempionatındaboksçularımızın medal qazanmamağı komandamızın yaxşı çıxış etməməsinin göstəricisidir. Bu da yenə də dünya çempionatına hazırlığın zəif olduğun göstərir. Düşünürük ki, yığma komandamızın məsul şəxsləri bu yarışın təhlillindən nəticə çıxarıb gələcək növbəti dünya çempionatında boksçularımızı daha da yaxşı hazırlaşdıracaqlar.

Qeyd edək ki, bu Dünya çempionatında Özbəkistan komandası 3 qızıl, 1 gümüş və 1 bürünclə I yerə, Rusiya komandası 3 qızıl və 1 bürünclə II yerə, Qazaxstan komandası isə 1 qızıl, 1 gümüş və 4 bürünclə III yerə layiq görüldü.

Yerlər	Ölkə	Qızıl	Gümüş	Bürünc	Medal sayı
I	Özbəkistan	3	1	1	5
II	Rusiya	3	0	1	4
III	Qazaxıstan	1	1	4	6

Ədəbiyyat

1. İdman qəzeti. № 18 2019
2. Olimpiya dünyası qəzeti№ 34 2019
3. Boks dərslik. A.Q.Abiyev, T.X.Babanlı, E.A.Hüseynov 2006
4. Boksda hərtərəfli hazırlığın elm-metodiki əsasları. E.A.Hüseynov, N.A.Mardanov, N.S.Abdullayev 2013
5. Referi. E.A.Hüseynov, T.X.Babanlı 2014
6. Boksçuların ustalığının təkminləşdirilməsi E.A.Hüseynov, N.S.Abdullayev, N.A.Mardanov 2013
7. Yarış fəaliyyətinin psixologiyası. E.A.Hüseynov 2014
8. Вокс. Учубник институтов и физическойподготовленности боксеров высокого класса. И.П.Дегтярева 1979

9. Модели функциональной и физической подготовленности боксеров высокого класса. А.Г.Абиев, М.Г.Караев, Б.Д.Кипиани 2012

Анализ участия сборной азербайджана в xx чемпионате мира по боксу

Старший преподователь: Вахид Велиев
Доцент: Марданов Нуралам
Д.ф.п.б. Рзаев Заур
Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта

Аннотация. Национальная сборная Азербайджана по боксу участвовала XX чемпионате мира, проводимом в городе Екатеринбург (Россия) с 08 по 21 сентября. Мы решили проанализировать как теоретически, так и практически выступление наших боксеров на этом турнире.Практическая польза этой статьи состоит из того, что бы тренеры, специалисты по боксу использовав ее, извлекли соответствующие уроки для предстоящих соревнований тщательно проанализировав результаты наших боксеров. Стоит также отметить, что по решению МОК количество весовых категорий в боксе сокращено от 10 до 8.

Ключевые слова: XX чемпионат мира по боксу, 8 весовых категорий, раунд.

Analysis of the performance of the national team of azerbaijan participating in the xx world boxing championship

Senior lecturer: Veliyev Vahid
Dosent: Mardanov Nuralem
Ph.D Rzayev Zaur
Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport

Annotation. The Azerbaijani national boxing team participated in the XX World Championship held in Yekaterinburg (Russia) from September 08 to 21. We decided to analyze both theoretically and practically the performance of our boxer in this tournament.

The practical of use of this article consists in the fact that the trainers, boxing experts, using it, learn the appropriate lessons for the upcoming competitions by carefully analyzing the results of our boxers. It is also worth noting that, according to the decision of the IOC, the number of weight categories in boxing reduced from 10 to 8.

Keywords: The XX World Championship, 8 weight category, round.

АНАЛИЗ НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫХ ПРИЕМОВ В БОРЬБЕ ДЗЮДО

маг. З.З.Мамедов
маг.А.А.Джафаров
магН.М.Агаев
Азербайджанская Государственная Академия Физической культуры и Спорта
zaurjudo@bk.ru

Nəşr tarixi
Qəbul edilib: 1 oktyabr 2019
Dərc olunub: 5 noyabr 2019
©2019 ADBTİA. Bütün hüquqlar qorunur.

Аннотация: В статье приведены результаты анкетирования дзюдоистов сборной Азербайджана на предмет определения излюбленных и эффективных приемов в разные периоды их спортивной карьеры: в 10-12 лет, в 13-17 лет и в последние два года занятий. Проанализированы соревнования спортсменов разных возрастов для определения наиболее эффективных и излюбленных приемов. Исследование показало, что излюбленные и эффективные приемы это не одно и тоже. Также отмечено о совпадении состава используемых приемов дзюдоистов сборной Азербайджана и сильнейших