

HARBIY XIZMATCHILARNING QO‘L VA PICHOQ JANGI BO‘YICHA KO‘NIKMA VA MALAKASINI SHAKLLANTIRISH ASOSLARI

Jaynarov Nodir Fozilovich

O‘R QK Akademiyasi jismoniy tayyorgarlik va sport kafedrasini o‘qituvchisi

Qo‘l va pichoq jangi mashg‘ulotlari shaxsiy tarkibning raqibni hayotdan mahrum qilish, safdan chiqarish yoki asir olish, raqib hamlasidan o‘zini o‘zi himoya qilish ko‘nikmalarini shakllantirish, shu jumladan, dovyuraklik, qat’iyatlilik sifatлари hamda o‘z kuchiga bo‘lgan ishonchini tarbiyalashga yo‘naltirilgan.

Qo‘l va pichoq jangi mashg‘ulotlari:

Qurol bilan bajariladigan qo‘l va pichoq jangi amallari jihozlangan maydonlar, taktik maydonlar, qorovul shaharchasi va to‘siqlar yo‘lagida;

Qurolsiz bajariladigan qo‘l jangi amallari tekis maysazor, qum yoki yog‘och qipig‘i to‘kilgan maxsus chuqurda, sport to‘shaklari yotqizilgan sport zalida o‘tkaziladi.

Harbiy xizmatchilar va bo‘linmalarni qo‘l va pichoq jangi amallarining ijrosi bo‘yicha tekshirish tadbirlari o‘z ichiga ikkita ko‘rsatkichni, xususan:

1. qo‘l va pichoq jangining bo‘linma tarkibida qurolsiz va qurol bilan bajariladigan amallarni namoyish etilishini;

2. qo‘l va pichoq jangi kompleksining turli guruhlariga tegishli beshta harakat, jumladan:

o‘zini o‘zi ehtiyot qilish amallari;

raqibni qurolsizlantirish amali;

raqib changalidan xalos bo‘lish amali;

og‘ritish, bo‘g‘ish va yerga qulatilish amali.

Qo‘l va pichoq jangining bo‘linma tarkibida namoyishkorona bajariladigan amallari uchun baho quyidagicha belgilanadi:

muvaqqiyatli - agar bo‘linmaning barcha bazaviy xatti-harakatlari sinxron tarzda, ishonchli bajargan bo‘lsa;

muvaqqiyatsiz - agar bo‘linma bajargan bazaviy xatti-harakatlar ishonchsiz kechgan, sinxron bajarilmagan, amal ijrosi davomida to‘xtalishlarga yo‘l qo‘yilgan bo‘lsa.

Agar bo‘linmaga “**muvaqqiyatsiz**” baho belgilangan bo‘lsa, bo‘linmaning jismoniy tayyorgarlik darajasiga belgilangan umumiy **baho bir balga pasaytiriladi.**

Qo‘l va pichoq jangi quyidagilarni o‘z ichiga oladi

Qo‘l va pichoq jangi amallarining boshlang‘ich kompleksi.

Qo‘l va pichoq jangi amallarining umumiy kompleksi.

Qo‘l va pichoq jangi amallarining maxsus kompleksi.

Qo‘l va pichoq jangi amallarining boshlang‘ich kompleksi.

O‘z ichiga qurol bilan va qurolsiz bajariladigan amallarni mujassam etadi.

Qurol bilan bajariladigan amallar.

- joyda turib nayza sanchish;
- oldinga tashlanib nayza sanchish;
- qo'ndiq bilan yon tomondan zarba berish;
- o'qdon bilan zarba berish;
- raqib zarbalarini qaytarish;
- raqib tutib olgan avtomatni qaytarib olish;

Quolsiz bajariladigan amallar.

- Musht bilan beriladigan zarbalar;
- Qo'l bilan berilayotgan zarbani qaytarish;
- Oyoq bilan to'g'ridan zarba berish;
- Oyoq bilan berilayotgan zarbani qaytarish va ximoyalanish.

Qo'l va pichoq jangi amallarining umumiy kompleksi.

Qurol bilan bajariladigan amallar.

- nayza va stvol bilan zarba berish;
- qo'ndiqning ortki yuzasi bilan zarba berish;
- qo'ndiq bilan pastdan zarba berish;
- raqib zarbasini o'ngga va chapga qaytarish;
- piyodalar kuragi bilan zarbalar berish;
- zarbani piyodalar kuragi vositasida o'ngga va chapga qaytarish;
- pichoq sanchish va kesish harakatlari;
- pichoqni sanchishga uringan raqibni quolsizlantirish;
- raqib qo'lini tashqariga va ichkariga qayirib quolsizlantirish;
- orqa tomondan yaqinlashib bo'g'ish;

Quolsiz bajariladigan amallar.

- **raqib changalidan xalos bo'lish usullari:**
- orqa tomondan bo'g'ib olgan raqib changalidan xalos bo'lish;
- old tomondan bo'g'ib olgan (yoqadan tutib olgan) raqib changalidan xalos

bo'lish;

Quolsiz bajariladigan amallar:

- barmoq niqtash;
- kaft asosi bilan zarba berish;
- kaft qirrasi bilan zarba berish;
- tirsak bilan zarba berish;
- **Qo'l bilan berilayotgan zarbalarni qaytarish usullari:**
- oyoq bilan berilayotgan zarbalarni qaytarish;

Qo'l va pichoq jangi amallarining maxsus kompleksi

Og'ritish va bo'g'ish usullari.

- hamla qilgan raqib qo'lini qayirish;
- raqibni yotgan holatda bo'g'ish;
- raqibni kamar (tasma, arqon) vositasida bo'g'ish;
- Raqibni yerga qulatish usullari:
- Qo'li bilan ushlab olgan raqib changalidan xalos bo'lish usullari:

- Gavda va oyoqni ushlab olgan raqib changalidan xalos bo'lish usullari:
- Pistolet bilan tahdid qilayotgan raqibni qurolsizlantirish usullari:
- Raqibni bog'lash usullari:
- Raqibni tintuv qilish usullari:
- Raqibni kerakli joyga olib borish usullari:
- Pichoq va piyodalar kuragini uloqtirish usullari.

Xulosa: qilib aytganda o'tkazilgan mashg'ulotlar natijasiga ko'ra, qo'l jangi nafaqat o'z-o'zini himoya qilishning samarali usuli hisoblanadi, balki muvaffaqiyatli bajarilishi uchun ularning jismoniy tayyorgarligining zarur darajasini ta'minlab, harbiy xizmatchilar o'rtasida jismonan o'zini o'zi takomillashtirish usuli hisoblanadi. Har qanday vaqtda va har qanday sharoitda o'zlarining jangovar missiyasi uchun berilgan vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish uchun zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. A.Xaydarov, B.To'xtanazarov, S.Abduazimov. Jismoniy tayyorgarlikni tashkillashtirish va olib borish bo'yicha qo'llanma. 2020-yil Toshkent.
2. S.U.Abduazimov. Qo'l jangi bo'yicha o'quv qo'llanma. 2015-yil Samarqand.
3. X.K.Madrimov. Qo'l jangi bo'yicha uslubiy qo'llanma. 2016-yil Chirchiq.