



YOSH FUTBOLCHILARNING TEXNIK TAYYORGARLIGI VA UNI RIVOJLANTIRISH USLUBIYATI

O'zbekiston Milliy universiteti tekvando fakulteti kafedrası Pedagogika fanlari bo'yicha

falsafa doktori (PhD), dotsent Ibragimov Murod Arslanovich

Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruv

va texnologiyalar universiteti 2- kurs magistranti

Ashurmatov Rustamjon Elyorovich

Muallif bilan bog'lanish:

Tel: 939219292

Annotasiya: Maqolada boshlang'ich ixtisoslashtirilgan tayyorgarlik bosqichida 8-10 yoshli futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligi uslubiyati fazoviy mo'ljallash olish, fikrlash tezkorligini rivojlantirishga, o'quv-mashg'ulot va musobaqa faoliyati sharoitida texnik-taktik harakatlarni shakllantirishga alohida ta'sir ko'rsatuvchi o'yin vositalaridan foydalanish asosida loyihalashtirilgan va nazariy jihatdan asoslangan.

Annotation: The article presents a methodology for developing the technical-tactical preparation of 8–10-year-old football players during the initial specialized training stage. The approach is theoretically grounded and designed on the basis of using game-based tools that significantly influence the development of spatial orientation, rapid thinking, and the formation of technical-tactical actions in training and competitive activities.

Kalit so'zlar: futbol, texnika, taktika, kuch, jismoniy tayorgarlik, mashq, vosita, mashg'ulot, yosh sportchilar.

Keywords: football, technique, tactics, strength, physical preparation, exercise, tool, training, young athletes.



Tadqiqotning dolzarbligi. Futbolda sport zaxirasini tayyorlash muammosi klub va terma jamoalar darajasidagi keyingi sport natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadigan keng qamrovli tashkiliy, uslubiy va ilmiy masalalarni o'z ichiga oladi. Hozirgi kunda malakali futbolchilarning yetishmovchiligi sezilmoqda. Bu holat sport zaxirasini tayyorlash tizimi samaradorligining, shuningdek, boshlang'ich tayyorgarlik guruhlar bilan ishlaydigan murabbiylarning kasbiy mahorati sifatining biroz pasayganidan dalolat beradi (M.Ya. Andrujeychik, 2009).

Mutaxassislarining fikricha, boshlang'ich tayyorgarlik guruhlaridagi bolalarda futbol mahorati asoslarini shakllantirishga alohida e'tibor qaratish lozim (P.A. Ponomarenko, 1994; A.P. Zolotaryov, 1997; A.A. Suchilin; A.I. Shamardin, 2000).

Bugungi kunda bolalarni futbolga jalb qilish qiyinlashmoqda. Bunga ularning boshqa sport turlariga qiziqishining sezilarli darajada oshganligi, televizor va kompyuter o'yinlariga haddan tashqari berilib ketishlari salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Futbol maktablari va klublarida keyingi sport tayyorgarligi uchun zarur bo'lgan o'yin ko'nikmalarini shakllantirishga hissa qo'shgan hovli futboli deyarli yo'qolib ketdi (I.Ye. Slivka, 1999).

Tadqiqot obyekti- sport muassasalarida yosh futbolchilarning sport mashg'ulotlari jarayoni.

Tadqiqot predmeti - boshlang'ich ixtisoslashuv bosqichida yosh futbolchilarni texnik-taktik tayyorlashning vositalari, usullari va tashkiliy shakllari.

Tadqiqotning maqsadi - 8-10 yoshli futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini o'yin vositalariga asoslangan holda rivojlantirish.

Tadqiqot metodologiyasi. Futbolchilarni tayyorlash uslubini ishlab chiqish va takomillashtirishga tizimli yondashuv yangi pedagogik texnologiyalarni izlash va shakllantirishni taqozo etadi (S.Yu. Tyulenkov, 2007 va boshqalar). Shu munosabat bilan bir qator mualliflar yosh futbolchilarni texnik tayyorlashning mavjud an'anaviy uslublari 40 yildan ortiq vaqtdan beri qo'llanilayotganini va ularda o'rnatilgan amaliyot hamda zamonaviy ilmiy tadqiqotlar tavsiyalari o'rtasida jiddiy



ziddiyatlar mavjudligini ta'kidlaydilar. P.A. Ponomarenko (2004), A.V. Petuxov (2006), M.Ya. Andrujeychik (2009) ta'kidlaganidek, yosh futbolchilarning sport mahoratini oshirishning asosiy muammosi bolalarni o'yin vazifalari bo'lmagan mashqlar orqali o'rgatishning ildiz otgan tizimi bo'lib, bunda shakllangan ko'nikmalar qaror qabul qilishni talab etmaydigan oddiy vaziyatlarda mustahkamlanadi.

1-jadval

Texnika va to'p nazoratini rivojlantirish uchun mashqlar

Mashq	Tavsif	Maqsad
Kvadrat (Rondo)	O'yinchilar guruhi (4-6) doira hosil qiladi, uning ichida 1-2 o'yinchi to'pni olib qo'yishga harakat qiladi. Doiradagi o'yinchilar to'pni bir-biriga bir yoki ikki teginishda tez uzatishlari kerak.	Qaror qabul qilish tezligi, qisqa paslar aniqligi va chegaralangan maydonda to'p nazoratini rivojlantirish.
Bir teginishli o'yin	O'yinchilar faqat bir teginishda to'p uzatishga majbur bo'lgan kichik o'yin. Cheklangan maydonda o'tkazilishi mumkin.	Birinchi teginish, fikrlash tezligi va aniq pas berishni takomillashtirish.
"Devor"	O'yinchi to'pni devorga (yoki devor vazifasini bajarayotgan sherigiga) uzatadi va uni qaytarib oladi, pas aniqligini va to'p nazoratini mashq qiladi.	Pas berish, to'pni qabul qilish va to'p bilan tez ishlashni mashq qilish.



Tadqiqot natijalari va uning muxokamasi. 2 yillik uzoq muddatli tadqiqot natijalari yosh futbolchilarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari sezilarli darajada oshganligini ko'rsatmoqda (2-jadval)

2-jadval

Tajriba (n=15) va nazorat (n=15) guruhlaridagi 8-10 yoshli yosh futbolchilarning morfofunktsional ko'rsatkichlari dinamikasi

	Ko'rsatki chlar	Sinov bosqichlari va rivojlanish hamda o'rganish jarayonidagi ko'rsatkichlar qiymati					Ko'rsatkishlar ning o'sish sur'ati	
		Boshlan g'ich (8 yosh)	I 6 oydan so'ng	II 12 oydan so'ng	III 18 oydan so'ng	IV 24 oydan so'ng	1 yil	2 yil
							%	
1	Tana vazni, kg	24,70±0, 9	26,32±0 ,9	28,92±1 ,0°	31,74±1 ,1°	34,12±1, 1°	15,7 °	32,0°
2		25,50±1, 1	27,23±1 ,1	30,71±1 ,2°	33,32±1 ,2°	36,11±1, 2°	18,5 °	34,4°
1	Bo'y, sm	128,10± 1,3	130,22± 1,3	134,63± 1,8°	137,73± 1,4°	140,53± 1,2°	4,9°	9,2°
2		131,20± 1,0	133,01± 1,6	138,32± 1,4°	140,94± 1,5°	143,51± 1,5°	5,3°	9,0°
1	O'pka sig'imi, l	1,50±0,0 5	1,56±0, 06	1,90±0, 08°	2,14±0, 08°	2,36±0,0 9°	25°	44,6°
2		1,61±0,0 4	1,68±0, 04	1,96±0, 08°	2,19±0, 08°	2,38±0,0 9°	19,6 °	38,6°
1		36,01±1, 0	41,22±2 ,0°	48,22±2 ,1°	51,10±2 ,1°	54,11±1, 1°	28,6 °	40,0°



2	Shtange probasi, s	38,02±2,1	43,12±2,1	58,32±2,2°	61,31±2,2°	64,16±2,4°	41,7°	51,0°
1	Gebchi probasi, s	20,11±1,4	32,08±2,2°	42,15±2,13°	42,23±2,3°	43,14±1,21°	71,0°	73,1°
2		20,13±1,2	33,32±1,19°	46,14±1,21°	46,17±1,1°	49,26±1,13°	78,8°	84,1°

Izoh: 1-guruh - nazorat guruhi; 2-guruh - tajriba guruhi; * - nazorat guruhidagi (1) yosh futbolchilarning xuddi shu sinov bosqichidagi ko'rsatkichlariga nisbatan ishonchli farqlar ($p < 0,05$); ° - o'z guruhidagi 8 yoshli o'g'il bolalarda ko'rsatkichning dastlabki qiymatiga nisbatan ishonchli farqlar ($p < 0,05$); TM - tana massasi; TB - tana bo'yi; O'TS - o'pkaning tiriklik sig'imi.

Ko'rsatkichlarning o'sish sur'atlarini foizlarda hisoblash $T = 100 - (P_2 - P_1) / (0,5 * (P_2 + P_1))$ formulasi bo'yicha amalga oshirildi, bu yerda T - o'sish sur'ati, P1 va P2 - tanlangan vaqt davri uchun boshlang'ich va yakuniy ko'rsatkichlar [Kuznetsov A.A., 207]

Sport mashg'ulotlari organizmning gipoksiyaga chidamliligini ta'minlovchi mexanizmlarning shakllanishini va o'pka tizimining rivojlanish jarayonlarini tezlashtiradi. Yosh futbolchilarda o'pkaning tiriklik sig'imining o'sish sur'ati (1 yilda 21,2% va 2 yilda 41,2%) tana vazni o'sish sur'atidan yuqori bo'lib, u 17,7% (1 yilda) va 33,2% (2 yilda) ni tashkil etdi. Odatda, sport to'garaklarida shug'ullanmagan o'g'il bolalarda tana vaznining o'sish sur'ati o'pkaning tiriklik sig'imining o'sish sur'atidan yuqori bo'ladi (P.I. Kuzminov, 2000). Natijada, yosh futbolchilarda hayotiylik indeksi (o'pkaning tiriklik sig'imining tana vazniga nisbati, ml/kg hisobida) 61 dan 66 ml/kg gacha oshdi. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, avvalo jismoniy mashg'ulotlar ta'sirida bolalarda organizmning funksional zaxiralari ortadi, keyin esa antropometrik ko'rsatkichlarning o'sish



sur'ati ham ko'tariladi.

Xulosa. Futbolda o'quv-mashg'ulot jarayonini zamonaviylashtirish muammolariga bag'ishlangan mahalliy va xorijiy tadqiqotlarni o'rganish natijasida shunday xulosaga kelish mumkinki, bolalarning "harakat zaxirasi"ni o'yin mazmuni vositalari orqali oshirishga va shu orqali texnik-taktik hamda jismoniy tayyorgarlik masalalarini hal etishga qaratilgan zamonaviy o'qitish metodikalarini ishlab chiqish zarur. Futbolchilarni boshlang'ich tayyorgarlik guruhlarida o'qitish samaradorligi o'yin vositalarining nisbatiga va ularni mashg'ulotning turli qismlarida qo'llash ketma-ketligiga bog'liq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 30-oktyabrda PF-6099-sonli Farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2023-yil 7-aprelda "Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo'shimcha chora-tadbirlari to'g'risida" gi PQ-115-sonli qarori.
3. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o'quv mashg'ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. Uslubiy tavsiya. T-O'zDJTI. 2011-yil. 38 b.
4. Axmadjonov U.M., Talipdjanov A.I., Iseyev Sh.T. Futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. –T.: Ilmiy texnika axyurot – press.2019.-164 b.
5. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o'quv mashg'ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. Uslubiy tavsiya. T-O'zDJTI. 2011-yil. 38 b.
6. Axmadjonov U.M., Talipdjanov A.I., Iseyev Sh.T. Futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. –T.: Ilmiy texnika axyurot – press.2019.-164 b.