

ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК-ТАКТИК ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ТАШКИЛ ҚИЛИШ УСЛУБИ

Р.А.Мельзидинов
ЎзДЖТСУ, П.ф.б.ф.д. (PhD)
Абдубориев Сухробжон
FB01-23 гуруҳ талабаси

Аннотация: мақолада ёш футболчиларни техник-тактик тайёргарлиги масалалари ёритилган бўлиб, унда, муаллиф томонидан тажрибаларда асосланган, таклиф қилинган ўйин машқларидан ташкил топган услубият футболчиларнинг техник-тактик маҳоратини тезкор ва сифатли такомиллаштириши ҳамда — индивидуал техник-тактик тайёргарлигини индивидуал таркибий қисмларига танлаб таъсир кўрсатиши ёритилган.

Калит сўзлар: футбол, ҳаракат амаллари, техника, тактика, техник-тактик тайёргарлик, ўйин ҳаракатлари, ўргатиш, тўп билан ишлаш.

Замонавий футболда барча ҳаракат амаллари мақсадга йўналтирилган ва рационал бўлиши учун ёш футболчиларни мос равишдаги умумий ва махсус техник-тактик тайёргарлигини яхшилаш зарур бўлиб, у, ўйин ҳаракатларининг асоси ҳисобланади ва онгнинг фаол иштирокида ўз ҳаракатларини бошқариш қобилиятини ривожлантиришдан иборат.

Ҳаракат кўникмасини шакллантириш пайтида, ёш футболчиларда техник усул ва унинг элементлари тўғрисида ҳаракат тасаввури юзага келади. Улар, қисқа вақт ичида хилма хил ҳаракатларни бажаришлари, ҳар қандай ўйин ҳолатида тезкор қарор қабул қилишлари ва бунда, югуриш тезлигини назорат қилишлари, дарвозагача бўлган масофани баҳолашлари, яхши реакцияга эга бўлишлари, майдондаги ҳар хил ҳолатлардан туриб дарвозага қарата аниқ зарба беришлари, тезкор қарор қабул қилишлари, фазо ва вақт чегараланган, айрим пайтларда рақиб томонидан босим ўтказилган ҳолатдаги ўйин пайтида юзага келадиган вазифаларни ҳал қилишлари керак. Агарда, жамоа техник жиҳатдан тайёргарлиги юқори, кучли, ўз малакаси ва маҳоратини юқори даражада кўрсата оладиган футболчилардан ташкил топган бўлса, унда, рақиб устидан ғалаба қозониш имконияти юқори бўлади. Замонавий футбол қарма-қаршиликни юқори даражада бўлишини, ўйинни чиройли олиб бориш малакасини — самарали хужум қилиш, моҳирона ҳимояланишни ҳисобга олади, бундай ҳолатда, ўйинчиларни муваффақият қозониши қийин бўлади, техник усуллар кўпинча автоматик тарзда

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

бажарилади, лекин бу, кўп йиллик тренировка ва ўйинчиларни мос равишдаги мусобақа тажрибаси бўлгандагина мумкин бўлади.

Педагогик кузатишлар футбол бўйича машғулотларда ўтказилган бўлиб, ундаги вазифалар усулларни рационал танлаш, ишни амалга оширишнинг аниқ ташкилий шакллантириш, олинган маълумотларни мақсадга йўналтирилган қайта ишлаш ва таҳлил қилиш йўли билан ҳал қилинган. Асосий педагогик тажрибаларда ёш футболчиларнинг техник-тактик тайёргарлигини такомиллаштиришнинг оптимал усуллари асосланган ва уни тренировканинг йиллик циклида такомиллаштириш самарадорлиги аниқланган. Тадқиқотнинг учинчи босқичида педагогик тажрибада олинган натижаларни математик-статистик қайта ишлаш амалга оширилган.

Шуғуланувчиларнинг бири коридордан бир неча қадам нарида ён томонда туради. Қолганлар марказий доирада жойлашади. Биринчи иштирокчи тўпни биринчи устунга қадар тепиб олиб боради ва уни коридордан ташқарида турган ўйинчига пастдан тепиб узатади. Ушбу ўйинчи тўпни биринчи ўйинчига қайтаради ва у, тўпни кейинги устунга қадар тепиб олиб боради ва уни яна коридордан ташқарида турган ўйинчига узатади ва ҳ.к. Биринчи ўйинчи охириги устундан ўтганидан кейин жарима майдонига киради ва дарвозага қарата зарба беради. Сўнгра, ушбу машқни кейинги ўйинчи бажаради. Машқни ўзлаштирилишига қараб, кейинчалик ўйинчилар тўпни бир марта тепиш билан бир-бирига узатишади.

Жамоа ўйинчилари ўйин вақтида ўзаро ҳаракат қилишганида ҳар хил тактик комбинацияларни амалга оширишади – бу, ҳар хил тактик вазифаларни ҳал қиладиган иккита ёки бир нечта ўйинчиларнинг ҳаракатларидир. Тренер, ёш футболчиларни тактик комбинацияларга ўргатиши пайтида, битта звено ёки чизик ўйинчилари, жумладан ҳар хил звеноларда (иккита, учта ва ундан кўп ўйинчилар) ўйнайдиган футболчилар ўртасида ўзаро ҳамжиҳатлик ва уйғунликка эришишга интилиши керак. Ёш футболчилар зарурий техник усулларни, маълум даражадаги назарий билимларни ва ўйинчилар ўртасида ҳамкорликда ҳаракат қилишни ўзлаштириши даражаларига кўра, уларни жамоавий тактик ҳаракатларга ўргатишга ўтиш мақсадга мувофиқ, бунда, ҳар бир ёш футболчининг мойилликлари ва имкониятларини ҳисобга олиш муҳимдир.

Ёш футболчиларнинг ўқув-тренировка амалиётида ўйин машқларини кенг қўллаш тавсия қилинади ва улар ёрдамида маълум бир тактик ҳаракатларни ривожлантириш, қўйилган вазифалар ва шуғуланувчиларнинг тайёргарлиги

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

даражасига боғлиқ ҳолда ўйинчилар сонини ва майдоннинг катталигини ўзгартириш билан ўйинчилар ўртасида ўзаро ҳамкорликни ва ўзаро алоқани ишлаб чиқиш мумкин бўлади.

Ёш футболчиларни жамоавий тактик ҳаракатларга ўргатишнинг асосий воситаси ўқув ўйини ҳисобланади. Уни бошлашдан олдин, тренерга ўйин сценарийсини ишлаб чиқиш ва ўйинчилар билан зарурий суҳбат ўтказиш, ўқув ўйини вақтида эса – ўйинчиларнинг битта гуруҳидан бошқаси олдига, алоҳида ҳолатларда танбеҳ ва кўрсатмалар бериш билан ҳаракатланиши тавсия қилинади. Жамоавий тактик ҳаракатларни мустаҳкамлаш ва такомиллаштириш ўртоқлик ва тақвим ўйинлари жараёнида амалга оширилади, аввалига кучсизроқ рақиб танланади, кейин кучи тенг бўлган ва ундан кейингина кучли рақиб танланади. Мазкур ўйинларнинг асосий мақсади – жамоани ва ҳар бир ўйинчини амалиётда текшириб кўришдан иборат.

Мусобақа фаолиятини баҳолаш учун индивидуал-жамоавий техник-тактик ҳаракатларнинг миқдор ва сифат кўрсаткичларини таҳлил қилиш қўлланилади. Педагогик тажрибани ўтказиш пайтида, биз, ўйинчиларни мусобақа босқичидаги техник-тактик ҳаракатларини қайд қилдик.

Тадқиқот натижаларини қиёсий таҳлили ёш футболчиларнинг ўйин фаолияти оптимал шароитларда ўтишини (бу, ўйин фаолиятида жуда муҳим), шу билан бирга, қийинлаштирилган шароитларда ўтишини кўрсатади. Барча техник-тактик ҳаракатларнинг деярли ярми қийинлаштирилган шароитларда ўтиши футбол учун характерли бўлиб, ушбу ҳаракатларнинг ярмини брак ташкил қилади. Тадқиқот давомида барча гуруҳларда ўйин фаолиятининг нафақат миқдорий, балки сифат кўрсаткичлари ҳам ўзгаргани кўринади ва улар ўзаро анча катта даражада фарқ қилади.

Носпецифик воситалар улушини оширилишига, специфик ва носпецифик юкламалар ҳажмини ойма-ой тақсимланишини носпецифик юкламалар улушини июл ойида ошириш билан ўзгартирилишига асосланган ёш футболчиларни тайёрлаш технологияси жисмоний қобилиятларни, функционал ва техник-тактик тайёргарликни ривожланиши даражалари бўйича анча юқори суммар самарани таъминлайди.

Ишлаб чиқилган машқлар тизими йил давомида қўлланигандан кейин назорат ва тажриба гуруҳи футболчилари иштирокида 12 та ўйин қайд қилинди. Тажриба гуруҳида тўпни узатишни, айланиб ўтиш ва тўпни тортиб олишни бажариш пайтида, дарвозага зарба бериш сифатида, техник-тактик ҳаракатларнинг умумий сонини ишончли устиворлик аниқланган. Тажриба

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

гуруҳи томонидан бажарилган гуруҳли ўзаро ҳаракатларнинг умумий миқдори 15 марта кўп ва уларни бажариш ишончилиги юқори бўлган.

Мусобақалар вақтида киритилган тўпларни таҳлил қилиш, ўйинни кўп усулли комбинацияларни устивор қўллаш билан олиб боришнинг танланган манераси ўйинчиларнинг спорт маҳоратини ўсиб бориши билан ўйин натижасига таъсир кўрсатишини ортиши аънанасига эга эканлигини кўрсатади. Тажриба гуруҳи мусобақаларда 28 та тўп киритган, назорат гуруҳи эса – 15 та. Ўйинни олиб боришнинг ҳар хил тактик схемаларини қўллаш пайтида, 13-14 ёшли тажриба гуруҳи футболчилари 5 нафар яримҳимоячилар (3-5-2) билан ва 4 нафар яримҳимоячилар (3-4-2-1) билан жамоавий ҳаракатларни муваффақиятли ўзлаштиришган.

Таклиф қилинган ўйин машқларидан таркиб топган тренировканинг тажрибада асосланган услубияти ёш футболчиларнинг техник-тактик маҳоратини тез ва сифатли ўсишига кўмаклашади ҳамда уларнинг индивидуал техник-тактик тайёргарлигини маълум бир таркибий қисмларига танлаб таъсир қилиш имконини беради.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Нуримов Р.И. Совершенствование тактических действий футболистов высокой квалификации. Учеб пособие, Т., 2000. -254 с.
2. Ziyayev, Abdurakhmon. "SPORTS TOURISM AS A MODULE OF ELECTIVE COURSES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS." *Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi* 6 (2023): 707-712.
3. Toxirjonovich, Arabboyev Qaxramon, et al. "THE ROLE OF SPORT IN PEOPLE'S HEALTH." *International Journal of Early Childhood Special Education* 14.7 (2022).
4. Nazirjonovich, Khatamov Zafarjon, and Akhmedov Muhammadjon. "DEVELOPMENT OF TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS OF HIGHLY QUALIFIED BOXERS BASED ON AN INNOVATION CLUSTER." *Лучшие интеллектуальные исследования* 11.2 (2023): 76-85.
5. Khatamov, Zafarjon. "METHODOLOGICAL JUSTIFICATION OF THE MAIN DIRECTIONS OF IMPROVING PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS." *Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi* 6

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik,
pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv
masalalari

(2023): 811-818.

6. Ibra
gimovich, Sultanov Usmon. "DYNAMICS OF FORMATION OF PHYSICAL
DEVELOPMENT AND PHYSICAL TRAINING OF LONG DISTANCE
RUNNERS." European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences
Vol 7.6 (2019)

7. Ziy
ayev, Abdurakhmon. "SPORTS TOURISM AS A MODULE OF ELECTIVE
COURSES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES IN HIGHER
EDUCATION INSTITUTIONS." Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi
6 (2023): 707-712.

8. Ab
dullaevich, Ziyayev Abdurakhmon. "Development of General Physical Qualities of
Girls Football Players in Higher Education Institution." European Journal of
Economics, Finance and Business Development 1.9 (2023): 1-6.

9. Ab
dullayevich, Ziyayev Abduraxmon. "THE EFFECTIVENESS AND METHODS OF
DEVELOPING THE TECHNIQUE OF PLAYING YOUNG BASKETBALL
PLAYERS THROUGH SPECIAL EXERCISES." ASIA PACIFIC JOURNAL OF
MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603
11.12 (2022): 123-125.