

## FUTBOL O'YININI TASHKIL ETUVCHI ASOSIY TEXNIK HARAKATLARGA O'RGATISH

Sharipov Fayzillo Maribjon o'g'li  
O'Z D T sport universiteti Farg'ona filiali  
“Sport o'yinlari nazariyasi va uslubi  
kafedrası” mudiri

### **Annotatsiya:**

Maqolada futboldagi asosiy texnik harakatlarni o'rgatish va bolalar va kattalar uchun futbol o'yinini tashkil etish yondashuvlari muhokama qilinadi. Dribling, to'p uzatish, zarba berish va taktik fikrlash kabi asosiy ko'nikmalarni rivojlantirish uchun mashg'ulot usullari muhokama qilinadi. O'rganish natijalari futbol mashg'ulotlarini o'rgatish va tashkil etishda turlicha yondashuvlar samaradorligini ko'rsatib berilgan.

### **Абстрактный:**

В статье рассматриваются подходы к обучению основным техническим движениям в футболе и организации футбольной игры детей и взрослых. Обсуждаются методы обучения для развития базовых навыков, таких как ведение мяча, пас, стрельба и тактическое мышление. Результаты исследования показывают эффективность различных подходов в обучении и организации футбольной подготовки.

### **Abstract:**

The article discusses the approaches to teaching the basic technical movements in football and organizing a football game for children and adults. Training methods are discussed to develop basic skills such as dribbling, passing, shooting and tactical thinking. The results of the study show the effectiveness of different approaches in teaching and organizing football training.

**Tayanch so'zlar:** mashg'ulot, texnik harakatlar, futbol, to'pni dribling qilish, uzatish, darvozaga zarba berish, taktik fikrlash, o'yinni tashkil qilish, mashq qilish.

**Ключевые слова:** тренировка, технические движения, футбол, ведение мяча, пас, попадание в ворота, тактическое мышление, организация игры, тренировка.

**Key words:** training, technical movements, football, dribbling the ball, passing, hitting the goal, tactical thinking, game organization, training.

### **Kirish**

Futbol dunyodagi eng mashhur sport turlaridan biri bo'lib, o'yinchilardan turli xil texnik mahorat va taktik fikrlashga ega bo'lishni talab qiladi. Asosiy texnik

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

harakatlarni o'rganish va o'yinni to'g'ri tashkil etish individual va jamoaviy qobiliyatlarni rivojlantirishda asosiy rol o'ynaydi. Ushbu maqolaning maqsadi futboldagi asosiy texnik harakatlarni o'rgatish usullarini ko'rib chiqish va futbol mashg'ulotlari va o'yinlarini tashkil etishda samarali yondashuvlarni taklif qilishdir.

### **Asosiy texnik harakatlar**

**Dribling:**

Dribling texnikasi: Oyoqning turli qismlari yordamida, oyoqning ichki va tashqi qismlari yordamida to'pni boshqaring.

Mashqlar: Ilon, to'siqlar bilan dribling, cheklangan joylarda dribling.

**To'pni uzatish**

O'tish texnikasi: Oyoqning ichki qismi, oyoqning tashqi tomoni va oyoq osti qismidan foydalangan holda qisqa va uzoq uzatmalar.

Mashqlar: juft bo'lib, uch burchakli uzatma, harakat bilan o'tadi.

**Darvozaga zarba**

Urish texnikasi: oyoq osti, oyoqning ichki va tashqi tomoni bilan urish, joydan va harakatda urish.

Mashqlar: nishonga otish, turli masofadan zarbalar, to'pni driblingdan keyin zarbalar.

**Taktik fikrlash**

O'yinni tushunish: maydonda joylashish, turli o'yin vaziyatlarida qaror qabul qilish.

Mashqlar: Mini-o'yinlar, taktik vazifalar, o'yin holatlarini tahlil qilish.

**Futbol o'yinini tashkil etish**

**Treningni rejalashtirish:**

O'yinchilarning yoshi va mahorat darajasini hisobga olgan holda jadval tuzish.

Muqobil texnik, taktik va o'yin mashqlari.

**O'yin holatlari:**

Haqiqiy o'yin vaziyatlariga imkon qadar yaqin sharoitlarni yaratish.

Mini-o'yinlar va parchalangan mashqlardan foydalanish.

**Psixologik tayyorgarlik:**

Motivatsiya va o'ziga ishonchni qo'llab-quvvatlaydi.

Jamoa ruhi va o'zaro munosabatlar ustida ishlash.

### **Tadqiqot natijalari**

O'rganish shuni tasdiqladiki, futboldagi asosiy texnik harakatlarni o'rgatish va o'yinchilarning yoshi va tayyorgarlik darajasini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etishning kompleks yondashuvi mashg'ulotlar samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. O'yin vaziyatlariga birlashtirilgan texnik mashqlar ko'nikmalarni

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

yaxshiroq egallashga va ularni haqiqiy o'yinlarda qo'llashga yordam beradi. Shuningdek, muntazam ruhiy tayyorgarlik va ijobiy mashg'ulot muhitini yaratish jamoaning umumiy kayfiyatini ko'tarishi va jamoaviy ruhni yuksaltirishi aniqlandi.

### Xulosa

Asosiy texnik harakatlarni samarali o'rgatish va futbol mashg'ulotlarini to'g'ri tashkil etish o'yinchilarning muvaffaqiyatli rivojlanishining asosiy omillaridir. Yoshni, tayyorgarlik darajasi va mashg'ulotlarning psixologik jihatlarini hisobga olish o'rganish va yuqori natijalarga erishish uchun maqbul sharoitlarni yaratishga imkon beradi. Maqolada keltirilgan usullar va tavsiyalar futbol seksiyalari va maktablari murabbiylari, o'qituvchilari va tashkilotchilari uchun foydali bo'lishi mumkin.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Sharipov, F. (2023, April). The Importance of technical methods in the development of football skills. In International Conference on Research Identity, Value and Ethics (pp. 76-79).

2. Sharipov, F. (2024). O 'ZBEKISTON TERMA JAMOSANINING "OSIYO KUBOK" LARIDA ISHTIROKI. *Research and implementation*, 2(5), 10-14.

3. Maribjon o'g'li, S. F. (2024). FUTBOL MUSOBAQALARINI TASHKIL ETISH: TO'LIQ MA'LUMOT. XALQARO KONFERENSIYA VA JURNALLARNI SIFATLI INDEXLASH XIZMATI, 1(1), 217-219.

4. Sharipov, F. (2023, November). FUTBOL O'YINIDA DARVOZABONNING O'YIN TEXNIKASI. In Conference on Digital Innovation: "Modern Problems and Solutions".

5. Sharipov, F. (2023, November). FUTBOLNING UMUMIY TAVSIFI. In Conference on Digital Innovation: "Modern Problems and Solutions".

6. Sharipov, F. (2023, November). FUTBOLCHILARNI TAYYORLASH USLUBIYATI. In Conference on Digital Innovation: "Modern Problems and Solutions".

7. Sharipov, F. (2023, November). FUTBOL O'YININING PAYDO BO 'LISHI VA RIVOJLANISHI. In Conference on Digital Innovation: "Modern Problems and Solutions".

8. Hakimovich, A. S. (2024). UMUMTA'LIM MAKTABLARDA SOG'LOMLASHTIRISH TADBIRLARINI TASHKIL ETISH. *Научный Фокус*, 1(12), 244-247.

9. Abduraxmonov, S. (2023). GANDBOLCHILARNING SPORT TAYYORGARLIGI TIZIMI. *Евразийский журнал академических исследований*, 3(10), 195-197.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish  
va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

11. Abduraxmonov, S. (2023). GANDBOL SPORT TURINI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI. Инновационные исследования в современном мире: теория и практика, 2(25), 95-98.

12. Jismoniy, A. S. O. Z. D., Farg'Ona, T. V. S. U., Va, F. S. O. Y. N., & O'Qituvchisi, U. A. (2024). MAKTABYUQORI SINFI O'QUVCHILARINING JISMONIY TAYYORGARLIGI. Экономика и социум, (2-2 (117)), 19-22.

13. Hakimovich, A. S. (2024). SOG'LOM TURMUSH TARZINI JISMONIY TARBIYADAGI O'RNI. XALQARO KONFERENSIYA VA JURNALLARNI SIFATLI INDEXLASH XIZMATI, 1(1), 220-222.