

YOSH FUTBOLCHILARNI TEXNIK TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISH

O'zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti, Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat fakulteti, Sport turlarini o'qitish metodikasi kafedrası o'qituvchisi

S.A.Abdumalikov,

Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat fakulteti,

Sport faoliyati (futbol) yo'nalishi talabasi

Saydullayev B

ANNOTATSIYA

“Yosh futbolchilarni texnik tayyorgarligini rivojlantirish” mavzusi bo'yicha maqola innovatsion texnologiyalar asosida tayyorlangan. Mavzu yuzasidan keys, interfaol usullar, turli dars ishlanmalari, test hamda nazorat savollari ishlab chiqilgan. Ishda yosh futbolchilarning texnik tayyorgarligini rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: Yosh futbolchi, tezkor-kuch, sifat, usuliyat, rivojlantirish, trenirovka, ta'sir vaqti, tezkorlik qobiliyati, yuklama, mashg'ulot.

Kirish

O'zbekistonda barkamol avlodni tarbiyalash, qobiyatli yoshlarni sportga jalb etish, milliy futbolimizni yanada qo'llab quvvatlash va rivojlantirish uchun shart sharoitlar yaratish, yosh futbolchilarni tanlab olish va ularda profisssonal maxorat hamda ko'nikmalarni chuqur rivojlantirishni ta'minlash, shuningdek, ulardan futbol bo'yicha mamlakat klublari va terma jamoalariga ishonchli zahirani shakllantirish maqsadida O'zbekiston respublikasi Prezidneti va O'zbekiston respublikasi Vazirlar Maxkamasining bir qator farmon va qarorlari qabul qilindi. Bu xujjatlarda yosh futbolchilarning nazariy tayyorgarligi va texnik taktik ko'nikmalarni

takomillashtirish, professional fazilatlarni rivojlantirish, shuningdek, zamonaviy futbolni rivojlantirish xalqaro talablariga muvofiq xolda yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonini ilmiy uslubiy tavsiyalar asosida tashkil etish vazifalarni belgilanadi. Mamlakatidagi bir qancha futbol mutaxassislarining fikricha yosh futbolchilarning texnik taktik ko'nikmalarni egallashda ortda qolishlarni, eng avvalo yosh futbolchilarni tayyorlashning dastlabki bosqichlaridayoq yuzaga keladigan muammolar bilan izoxlash mumkin. Futbol o'yinida yuqori malakali futbolchilarni tarbiyalash har doim ham dolzarb muammo hisoblangan. Yuqori malakali futbolchilarni jismonan etuk, texnik-taktik tomonlama tayyorlash voyaga etkazish, yoshlikdan futbol sport maktablarida, internatlarida o'quv mashg'ulotlarini to'g'ri yo'naltirish bilan bog'liqdir. Bizning mutaxassis va murabbiylar O'zbekiston futbolida yuqori malakali deb hisoblangan ko'pgina o'yinchilarda texnik-taktik harakatlarni ancha past darajada ekanligini takidlashmoqda. Bunga milliy terma jamoamiz safida o'ynovchi futbolchilarning xalqaro uchrashuvlarida texnik-taktik harakatlardagi kamchiliklarning ko'rinib qolishi yaqqol misol bo'la oladi. Yosh futbolchilarga beriladigan umumiy jismoniy tayyorgarliklari va texnik-taktik mashqlarning fiziologik qiymati e'tiborga olinmaydi. Zamonaviy futbolga xos modellar bilan ishlanmayapti va mo'ljal qilinmaydi. Hozirgi kunda bu ish dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Tadqiqot ishining maqsadi: Futbol nazariyasi va uslubiyati fanida texnik harakatlarni o'rgatish nazariy va amaliy masalalarini tadqiq etish, mavzu yuzasidan innovatsion texnologiyalarni shakllantirish asosida o'qitishni takomillashtirish bo'yicha xulosalar va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. "Futbol nazariyasi va uslubiyati" fani o'quv dasturida keltirilgan texnik harakatlarining mazmun mohiyatini ochib berish; Mavzu yuzasidan innovatsion texnologiyalar ishlanmasini tayyorlash; Texnik harakatlarni o'qitishni yanada takomillashtirish yuzasidan taklif va tavsiyalar ishlab chiqish. Yosh futbolchilarning texnik harakatlarga tavsif. Ko'plab olimlarning tadqiqot natijalariga qaraganda, o'quv mashg'ulotlarini rejalarini ishlab chiqish va texnik –taktik harakatlari samaradorligini

oshirishda aniq yuklamalarni bilish, harakatlarni ko'rsatib berish va amalda qo'llash orqali tarbiyalash ahamiyatli hisoblanadi. Hozirgi zamon futbolining rivojlanishida o'yin usullari takomillashib, futbolchilarning harakatlari mukammallashib bormoqda. Jahon futbol mutahassislarining ta'kidlashicha, hozirgi zamon futbolining rivojlanishi o'z ichiga juda ko'p jixatlarni oladi. Bular. **1.** Har bir futbolchi o'yinni oxirigacha olib borishi; **2.** Futbolchilarning maydon bo'ylab, yuqori tezlikda to'p bilan va to'psiz harakatlanishlari; **3.** Texnik – taktik harakatlarni tezkorlik bilan bajarishlari; **4.** O'yin davomida to'pni jamoadoshiga aniqlik bilan oshirish, darvozaga zarbalarni to'g'ri yo'naltirishni va boshqa texnik usullarni behato bajarishlari kerak. Hozirgi jahon futboli har bir futbolchidan to'p bilan to'g'ri muomilada bo'lishini, aniq va behato harakatlar bajarishini, hujumda ham ximoyada ham o'ynay bilishini taqazo etmoqda. Chunki noaniq bir harakat, jamoaning uyushtirgan xujumlarini tugallanmay, samarasiz yakun topishiga, yoki to'p o'tkazib yuborishiga sababchi bo'lishi mumkin. Ko'pincha murabbiylar futbol jamoasini mahoratiga va kuchiga qarab taktik tizimlarni qo'llaydi. Bu tizimlar ba'zida qo'l kelsa ba'zida esa pand berishi mumkin. Bizning mamlakatimizda futbolga katta e'tibor qaratilishi futbolni rivojlanishi uchun, ko'p harakatlar amalga oshirilishini taqazo etadi. Yosh futbolchilarning texnik-taktik va jismoniy tayyorgarligi etarli emasligi va kelajakda bu kamchiliklarni bartaraf qilish uchun esa hozirgi kundagi yosh futbolchilarni, ya'ni futbol klublarida mashg'ulotlarni kuchaytirishni talab qiladi. Yuqorida qayd etilgan ilmiy va uslubiy ma'lumotlar, tezlik-kuch sifatleri umuman, jismoniy tayyorgarlikni yuqori malakali sportchilar yetishtirishda muhim omillardan biri ekanligini isbotlaydi. Quyida inavatsiyalardan foydalanishda qo'llash mumkin bo'lgan jadvalni ko'rishingiz mumkin.

T-SXEMA "Texnik tayyorgarlik"

№	Afzalliklar	Kamchiliklar
---	-------------	--------------

1	Texnik harakatlarni yuqori darajada egallash taktik harakatlarni muvaffaqiyatli bajarishga yordam beradi.	Texnik harakatlarni yuqori darajada egallamaslik xujumlarni yakunlashga to'sqinlik qiladi.
2	Texnik harakatlarni to'g'ri bajarish orqali jamoaga to'pni nazorat qilishga va saqlab turishga yordam beradi.	Taktik harakatlarni uyushtirishda ko'pgina qo'pol hatoliklarga yo'l qo'yilishiga olib keladi.
3	Texnik harakatlarning yuqori darajada bo'lishi o'yinchiga maydonning turli zonalarida erkin harakat qilish imkonini beradi.	Texnik harakatlarning mukammal egallamaslik jamoadoshlariga to'pni aniq yetkazib berishdagi kamchiliklar yuzaga kelishiga olib keladi.
4	Texnik harakatlarning yuqori darajada bo'lishi o'yinchiga raqib bilan kurashishda hato qilishning oldini oladi.	Texnik harakatlarning yuqori darajada egallamaslik raqibdan to'pni olib qo'yishdagi hatolarni vujudga keltiradi.

MUHOKAMA

Biz tomonimizdan ishlab chiqilgan va murabbiylarga tavsiya etilgan futboldagi innovatsion texnologiyalar bo'yicha mashqlar o'yindan kelib chiqqan holda, o'yinda amalga oshiriladigan vaziyatlar asosida tanlab olindi. Bu tadqiqotlardan mutaxassislariga shu narsani tavsiya etamizki, ular tomonidan tanlangan mashqlar o'yinga xos bo'lishini, o'yinchilarning texnik mahoratini oshirib taktik harakatlarni tanlashlarini tavsiya etamiz. Biz tomonimizdan tanlangan mashqlar ham biz joriy etgan futbolchilarda ijobiy ta'sir etishi mumkin. SHu sababdan, mana shu mashqlarni tavsiya etamiz. Bu mashqlar mashg'ulot jarayonlarini qiziqarli olib borishda yordam beradi. Bundan tashqari biz tomonimizdan o'quv-mashg'ulot jarayonidagi asosiy qismida olib boriladigan mashqlardan tashqari, tayyorgarlik qismida olib boriladigan badanni qizdiruvchi mashqlarga ham e'tibor qaratish kerak deb o'ylaymiz. Bu mashqlar futbolchilarni ayniqsa, hujum harakatlariga ishtirok etuvchilarni harakatlarini o'zgartirishga yordam beradi. Xulosa qismida futbolchilarning texnik harakatlarni zamonaviy texnik vositalari orqali takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

XULOSA

Tez hujumni uyushtirishda talab qiluvchi texnik harakatlardagi asosiy talablar:

1. Raqib hujumchilari mudofaaga qaytib ulgurmasligi uchun ularni «kesib qo'yish» maqsadida to'pni oldinga, albatta, tez uzatib yuborish. Albatta, bularning har biri mudofaaga mumkin qadar tez qaytishga harakat qiladi, lekin hujumdagilarning vaqtdan yutganligi va ular bundan mohirlik bilan foydalanib, darvozani zabt etish uchun real imkoniyat hosil qilishlari mumkinligi aniq ko'rinib turibdi.
2. O'yinchilarning ikkinchi va uchinchi fazadagi harakatlarni bajarishda texnikani zamonaviy innovatsion texnologiyalar asosida tobiga yetkazgan holda yuksak tezlikda bajariladigan kombinatsiyalar asosida bo'lishi kerak.
3. Shug'ullanuvchilar tezlik bilan yorib o'tish manevri qanot bo'ylab, markazda va maydonning butun kengligi bo'ylab to'pni yetkazib berish harakatlarini amalga oshirishi mumkin. Bundagi asosiy maqsad – zarba berish pozitsiyasiga chiqishning eng qisqa yo'lini topish. Hujumni rivojlantirishda sal bo'lsa ham sustkashlik qilish raqib tomonidan oldin «kesilib» qolgan o'yinchilarning mudofaaga qaytib olishiga imkon berishini, binobarin, hujumni qiyinlashtirib qo'yishini doim yodda tutish kerak.
4. Hujumning oldingi qator o'yinchilari yakkama-yakka kurash san'atini yaxshi egallagan bo'lishlari, ya'ni yakka holda raqibni engib chiqishni bilishlari kerak. Zarba berish pozitsiyasiga chiqish uchun qisqa yo'llardan foydalanib, dastlabki imkoniyat paydo bo'lgani zahoti darvozani mo'ljallab zarba berishi yoki darvozani zabt etish uchun sheriklarga sharoit yaratib berishi lozim.
5. Jamoada mudofaadan dastlabki uzoqqa uzatib berishni kutadigan ma'lum bir o'yinchi bo'lishi shart. Sheriklari eng kam vaqt ichida unga to'p yetkazib berishlari uchun shu futbolchining yaxshi ko'rgan pozitsiyasini albatta bilishlari kerak. Jamoa harakatlarining kutilmagan bo'lib chiqishi to'pni hujumning oldingi qatoriga ana shunday maksimal tezlikda o'tkazib berilishiga bog'liq. Ko'pincha dastlabki uzoqqa uzatishda to'p jamoaning dispetcheriga yo'naltiriladi. U o'yindagi sharoitni boshqa sheriklariga qaraganda tez va aniqroq

baholaydigan bo'lgani uchun, shiddatli hujumni hammadan ko'ra yaxshiroq davom ettira oladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasining —Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi Qonuni. Toshkent, 5 sentabr 2015 yil. 174 – son Xalq so'zi gazetasi.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining —Futbolni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risidagi qarori. Toshkent.16 mart 2018 yil.PQ-3610.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining —O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risidagi farmoni.Toshkent. 4 dekabr 2019 yil. PF-5887-son.
4. Aliyev M.B., Usmonxo,jayev T.S., Sagdiyev H.H. Sport o'yinlari. Futbol. T.,Ilm Ziyo, 2007. 118 b.
5. Акрамов Р.А. Игровые и тренировочные нагрузки в футболе. Учебное пособие. Ташкент Изд-во.Абу-Али-Ибн-Сино. – 2000 г. – с. 135.
6. Nurimov R.I.Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O'quv qo'llanma.Toshkent, 2005. – 35-58 b.
7. R.I.Nurimov. —Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. ITA-PRESS.Toshkent. 2015 yil. 342 b.
8. R.I.Nurimov, Abidov Sh.U, Nurimov Z.R, S.R.Davletmuradov. —Sport va milliy o'yinlar (Futbol).Darslik.ITA-PRESS. Toshkent. 2015 yil. 211-248 b.