

MUSOBAQA FAOLIYATI TUZILISHINI HISOBGA OLGAN HOLDA YOSH FUTBOLCHILARNING TEXNIK TAYYORGARLIGINI BAHOLASH

D.I.Choriyev

Sharof Rashidov nimidagi Samarqand davlat universitetining

O‘zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti

Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat fakulteti

“Sport turlarini o‘qitish metodikasi” kafedrasasi assistenti

dilshod.choriyev.97@mail.ru

Tel +99891958-65-56

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada yosh futbolchilarning to‘pni boshqarish texnikasini takomillashtirishga metodik jihatdan yordam berish va to‘pni boshqarish yosh futbolchilar uchun maxsus mashqlar majmuasini ishlab chiqishga qaratilgan. Texnik-taktik harakatlarni xajm va sifat ko‘rsatkichlari dinamikasini tahlili va jismoniy qobiliyatlarini har tomonlama rivojlantirishga, kuchlilik, tezkorlik, chidamkorlik, chaqqonlik kabi jismoniy sifatlarini oshirishga, texnik harakatlari bo‘yicha test natijalari jadvallar va futbolchilar tomonidan bajarilgan texnik-taktik harakatlar soni va samaradorligi jadvallar asosida yoritib berishga qaratiladi.

Kalit so‘zlar: *Yosh futbolchi, tezkor-kuch, sifat, usuliyat, rivojlantirish, trenirovka, tezkorlik qobiliyati, yuklama, mashg‘ulot.*

ОЦЕНИТЬ ТЕХНИЧЕСКУЮ ГОТОВНОСТЬ ЮНЫХ ИГРОКОВ С УЧЕТОМ СТРУКТУРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

Чориев Д.И.

Ассистент кафедры «Методика преподавания спорта» факультета естественных наук и физической культуры Узбекско-финского педагогического института Самаркандского государственного университета имени Шарофа Рашидова.

dilshod.choriyev.97@mail.ru

Tel + 99891958-65-56

АННОТАЦИЯ

Целью данной статьи является оказание методической помощи юным игрокам в совершенствовании их техники управления мячом и разработка специального комплекса упражнений для юных игроков в управлении мячом. Анализ динамики объема и качества технико-тактических движений и всестороннее развитие физических возможностей, повышение таких

физических качеств, как сила, скорость, выносливость, ловкость, результаты тестирования по таблицам технических движений и количества и эффективности технико-тактических действий в исполнении игроков, ориентированных на освещение на основе таблиц.

Ключевые слова: Юный игрок, ловкость, качество, метод, развитие, тренировка, ловкость, нагрузка, тренировка.

ASSESS THE TECHNICAL READINESS OF YOUNG PLAYERS, TAKING INTO ACCOUNT THE STRUCTURE OF THE COMPETITION

D.I. Choriyev

Assistant of the department "Methods of teaching sports", Faculty of Natural Sciences and Physical Culture, Uzbek-Finnish Pedagogical Institute, Samarkand State University named after Sharof Rashidov.

dilshod.choriyev.97@mail.ru

Tel + 99891958-65-56

ABSTRACT

This article aims to provide methodological assistance to young players in improving their ball management techniques and to develop a special set of exercises for young players in ball management. Analysis of the dynamics of volume and quality of technical and tactical movements and comprehensive development of physical abilities, increase of physical qualities such as strength, speed, endurance, agility, test results on technical movements tables and the number and effectiveness of technical and tactical actions performed by players focused on lighting based on tables.

Keywords: Young player, agility, quality, method, development, training, agility, loading, training.

KIRISH

Tadqiqotda tizimli tahlilni qo'llash texnik tayyorgarlikni yosh futbolchilar tayyorgarligini boshqarishdagi eng muhim tizimlardan biri sifatida ko'rib chiqish imkonini berdi. Tadqiqotlarimiz natijalari shuni tasdiqladiki, yosh futbolchilarning texnik tayyorgarligi darajasi umumiy spot mahorati darajasini ko'p jihatdan belgilaydigan omil hisoblanadi. Yosh futbolchilarning ko'p yillik texnik tayyorgarligi yetarli darajada emas ekan, buning asosiy sabablaridan biri bugungi kungacha o'yin texnikasining alohida elementlariga boshlang'ich o'rgatish izchilligiga ilmiy asoslangan qarashlarning yo'qligidir.

8-14 yoshli futbolchilar uchun texnik tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotni mazmuni bilan musobaqa faoliyati tuzilishi orasidagi bog'liqlik muommosining nazariy jihatlarini tahlil etish natijasida ma'lum bo'ldiki, mamlakatimiz mutaxassislarining ilmiy ishlarida bu masala yetarlicha o'rganilmagan ekan. Ayni vaqtda yuqori malakali futbolchilar musobaqa faoliyati tahlilining va shu asosda o'quv-mashg'ulot jarayoniga o'zgartirishlar kiritishning asoslanganligini mamlakatimiz hamda chet ellik mutaxassislar qayd etadilar. Afsuski, bunday yondashuv amaliyotda yetarlicha qo'llanilmayapdi, shuning uchun yosh futbolchilar musobaqa faoliyatining tahlili epizodik xususiyatga ega edi. Amaldagi o'quv dasturlarida mazkur jihatning yo'qligi ham shu bilan izohlanadi (1). Amaliyot talablari bu muammoning yechimi nihoyatda zarur ekanligini, uning ishlanmalari BO'SM o'quv dasturlarida aks etishi lozimligini ko'rsatishiga qaramay, shunday holat mavjud, holbuki, masalaning hal etilishi yosh futbolchilar o'quv-mashg'ulot jarayoni samaradorligini orttirishga ko'maklashgan bo'lar edi.

Asosiy texnik usullarga ajratilgan soatlarning dasturiy taqsimlanishi, bizningcha, ehtimol, aynan yosh futbolchilar musobaqa faoliyati tuzilishi to'g'risidagi yangi ma'lumotlar olinganidan so'ng, optimal emasdek. Sport o'yinlarida, ayniqsa, boshlang'ich bosqichlarda texnik tayyorgarlik samaradorligini oshirish masalasini ko'rib chiqishga shunday ilmiy yondashuv zarurligini (1-3-4) ta'kidlab o'tgan edi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Yosh futbolchilar musobaqa faoliyati ustidagi pedagogik kuzatuvlar 8-14 yoshgacha har bir yosh guruhi uchun asosiy texnik-taktik harakatlar tuzulishini aniqlashga imkon berdi. Taxlillarning kursatishicha, yosh futbolchilar, odatda, o'z o'yinlarini koordinatsiya nuqtai nazaridan oddiy, yaxshi o'zlashtirib olingan texnik usullardan foydalanish asosiga ko'radilar. 8-9 yoshli futbolchilarning o'yini bundan mustasno bo'lib, ular har qanday texnik-taktik harakatlarni qo'llaydilar, biroq bu harakatlarni taktik jihatdan to'liq maqsadga muvofiq deb bo'lmaydi. Texnik jihatdan ham bajarilayotgan usullar mukammal emas, chunki hali oddiy texnik harakatlar uchun zamin yo'q.(2)

Oqibatda, oldinga qisqa va o'rtacha uzatishlarni bajarishda xatolar foizi yuqori, keskin yo'nalishda shiddat bilan uzatishlarda - 57%, aldab o'tishda - 38%, to'pni olib qo'yishda - 47%, pastdagi yakkama-yakka olishuvlarda - 58%, yuqorida yakkama-yakka olishuvlarda - 37%, bosh bilan o'ynashda - 51%, bosh bilan darvozaga zarba berishda - 29%, oyoq bilan zarba berishda - 54% bajaradigarakatlarida xatoliklarni ko'rishimiz mumkin.

Murakkab texnik usullarni bajarish samaradorligining past darajasi boshqa yoshlarda ham saqlanib qoladi. Masalan, 11-12 yoshda uzoq masofali uzatishlarni bajarishda xatolar 42%ni, 12-13 yoshda - 45%ni tashkil etadi. To'pni harakatlanayotgan o'yinchiga uzatish texnik usul 10-11 yoshda 39% xatolik bilan, 11-12 yoshda - 40%, 12-13 yoshda - 39%, 13-14 yoshda - 40% xatolik bilan amalga oshiriladi. Bunga keskin yo'nalishda shiddat bilan to'p uzatishlarni ham qo'shish mumkin, ularni bajarishdagi xatolar 10-11 yoshda - 49%, 11-12 yoshda - 46%, 12-13 yoshda-43%, 13-14 yoshda-53% ni tashkil qiladi. Raqibni aldab o'tishda xatolar 10-11 yoshda - 41%, 11-12 yoshda - 37%, 12-13 yoshda - 31% va 13-14 yoshda - 33% ni tashkil qiladi. Yuqorida to'p uchun kurash bilan bog'liq harakatlar kam samarali xisoblanadi. Masalan, 10-11 yoshda yuqoridagi yakkama-yakka olishuvlarni bajarishda xatolar 49%ni, 11-12 yoshda - 47%ni, 12-13 yoshda - 48%ni, 13-14 yoshda - 36%ni tashkil qildi. Bosh bilan o'ynash 10-11 yoshda 45%, 11-12 yoshda. 37%, 13-14 yoshda - 32% xato bilan bajarildi. Darvozaga bosh bilan zarba berish, 10-11 yoshda - 24%, 11-12 yoshda - 28%, 12-13 yoshda - 32%, 13-14 yoshda -58% xato bilan amalga oshirildi. Darvozaga oyoq bilan zarba berish texnik usulida ham samaradorlikning pastligi qayd etildi. 10-11 yoshda - 51%, 11-12 yoshda - 48%, 12-13 yoshda - 54%, 13-14 yoshda - 59% xatolik kuzatildi.

O'z navbatida, texnik tayyorgarlik darajasi past bo'lgan yosh bolchilarning koordinatsion jihatdan murakkab bo'lgan harakatlarni bajarishi qiyin kechadi. Shu sababli yosh futbolchilar o'yinda harakatlanayotgan o'yinchiga to'p uzatishlarni o'yin davomidagi barcha texnik-taktik harakatlarning bor-yo'g'i 0,2-3%, to'pni keskin yo'nalishda shiddat bilan uzatishlarni 3%-4%, yuqoridagi yakkama-yakka olishuvlarni 1,2-2%, bosh bilan o'ynashni 2%-3%, darvozaga bosh bilan zarba berishni 0,2-0,3%. Oyoq bilan zarba berishni esa 3%-4% chegarasida bajaradilar.

Yosh futbolchilar musobaqa faoliyatining yosh xususiyatlarini kengroq yosh chegaralarida o'rganish shuni ko'rsatadiki, 13-14 yoshli futbolchilar to'pga ko'p bor tegish vositasida (olib yurish, aldab o'tish) uni yetarlicha uzoq muddat nazorat qilish bilan bog'liq harakatlar ancha ko'p (boshqa texnik-taktik harakatlarga nisbatan) qo'llaniladi.(5) Bunda ta'kidlash lozimki, raqibni aldab o'tishda 8-9 yoshgacha futbolchilar o'yinida eng ko'p foydalaniladi (12%), 13-14 yoshlarga borib u barcha texnik taktik harakatlar umumiy hajmining 7% inigina tashkil etadi. Aftidan, buning sababi shundaki, 8-9 yoshli o'yinchi individual taktikaga xos texnik harakatlarni ko'proq qo'llaydi. 13-14 yoshda futbolchilarning taktik imkoniyatlari ancha xilma-xillashib, o'yinchi guruhli va jamoali taktikadan foydalanadi, shuning uchun to'p uzatishlar ustuvorlikka erishadi. Futbol amaliyotining ko'rsatishicha, murabbiylar

tayyorgarlikning dastlabki bosqichlarida tezkor harakatlanish vaqtida to'pni nazorat qilishga o'rganish masalasiga yetarlicha ahamiyat bermay, yosh sportchilarni o'zining aloxida xususiyatlarini to'la ochish imkoniyatidan mahrum qiladilar.

Ayrim texnik texnik-taktik harakatlarni bajarish samaradorligining pastligi tufayli yosh futbolchilar taktik kombinatsiyaning eng maqbul davomini emas (boshlang'ich o'rgatish guruhlarini o'yinchilari bundan mustasno) balki, odatda, to'pni yo'qotmay bajarish mumkin bo'lganini tanlashga majburlar. O'yinni tashkil etishdagi bunday qonuniyat ilgari yuqori malakali futbolchilarda ham qayd etilgan (7).

Yuqori malakali futbolchilarda kuzatilgan ikkinchi tamoyil yosh sportchilarda ham o'z aksini topadi: har bir texnik-taktik harakatning bajarilishi qanchalik samarali bo'lsa, jamoa to'pni shuncha uzoq muddat nazorat qiladi, demak, taktik kombinatsiyalarni samarali texnik-taktik harakatlar hisobiga amalga oshiradi, bu esa jamoaga hujumni to'pni yo'qotish bilan emas, balki darvozaga zarba berish bilan yakunlash imkonini beradi.

Shunday qilib, bizningcha, o'yin sifatini yaxshilash zahiralaridan biri yosh futbolchilarning texnik mahorati darajasidir. Alohida texnik-taktik harakatlarning o'zaro bog'liqligi va ularning o'yin natijasiga ko'rsatadigan ta'siri jiddiy ahamiyat kasb etadi. Olingan yangi ma'lumotlar amaldagi o'quv dasturlarining mazmuniy tarkibiy qismlarini tabaqalashtirib borish zarurligini ko'rsatdi. Bularning hammasi futbolchilarning ko'p yillik tayyorgarligini tashkil etishga bir qator yangicha usuliy yondashuvlarni taklif etish va sinovdan o'tkazish imkonini berdi. Birinchidan, o'rgatishni an'anaviy tarzda harakatsiz turgan to'pga oyoq bilan zarba berishdan emas, uni olib yurish hamda aldab o'tishdan boshlash zarurati, bu o'zgarishlarning asosligini tajribalar orqali qo'lga kiritilgan natijalarda kuzatish mumkin: ularda nazorat guruhidan farqli o'laroq, tajriba guruhida texnik mahorat va o'yindagi barqarorlikni tavsiflovchi barcha ko'rsatkichlar bo'yicha sezilarli o'sish yuz berganligi aniqlandi. Ikkinchidan, musobaqa faoliyati tuzilishi to'g'risidagi ma'lumotlarga ko'ra texnik tayyorgarlik uchun ajratilgan soatlarni qayta taqsimlashi yosh futbolchilarning texnik tayyorgarligi darajasini, ayniqsa dastlabki bosqichlarda ancha oshirdi. Yosh xususiyatlarini e'tiborga olib musobaqa faoliyati tuzulishiga kiritilgan o'zgarishlar texnik tayyorgarlikning an'anaviy tuzilishidan jiddiy farq qiladi (1-jadval). Uchinchidan, futbol texnikasini «bog'lamlar» yordamida o'rgatish zarurati. Bunday yondashuv (6-7) tomonidan tavsiya etilgan. Bizning tadqiqotimiz natijalariga ko'ra, o'yinda asosiy texnik-taktik harakatlarni muvaffaqiyatli bajarish zamini sanalgan to'pni olib yurish «bog'lamlar»ning asosi bo'lishi kerak. Bunday yondashuvning to'g'riligi ham tajriba natijalari bilan tasdiqlandi.

Tajriba tadqiqotlarining natijalari texnik mahoratning shakllanishida yoshga ko'ra rivojlanishdagi ustuvorliklarni aniqlash imkonini berdi. Ilgari keltirilgan ma'lumotlarni hisobga olib, ko'rsatilgan yosh davrlarida texnik tayyorgarlik borasida ko'proq ta'sir qilishning o'ziga xos xususiyatlarini ajratib ko'rsatish mumkin:

- 8 yoshdan 10 yoshgacha to'pni olib yurish va aldab o'tish, jonglyorlik qilish;
- 10 yoshdan 11 yoshgacha to'pni olib yurish va aldab o'tishlar, bosh bilan o'ynash;
- 11 yoshdan 12 yoshgacha to'pni olib yurish va aldab o'tish, qisqa va o'rta masofaga to'p uzatishlar, darvozaga oyoq bilan zarba berish, bosh bilan o'ynash;
- 12 yoshdan 13 yoshgacha to'pni olib yurish va aldab o'tish, keskin yo'nalishda shiddat bilan uzatish, uzun uzatish, darvozaga bosh bilan zarba berish;
- 13 yoshdan 14 yoshgacha to'pni olib yurish va aldab o'tish, uzoq masofaga uzatish, olib qo'yish, keskin yo'nalishda shiddat bilan uzatish, darvozaga bosh va oyoq bilan zarba berish;

1-jadval

Amaldagi dasturlarga ko'ra o'quv mashg'ulotlari va taklif etilayotgan

| | Asosiy texnik usullar | Yoshi | | | | | | | | | | | |
|---|----------------------------|-------|-----|------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|
| | | 8-9 | | 9-10 | | 10-11 | | 11-12 | | 12-13 | | 13-14 | |
| | | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 1 | Oyoq bilan zarbalar | 54 | 13 | 63 | 13 | 56 | 20 | 49 | 30 | 71 | 30 | 58 | 29 |
| 2 | Olib yurish | 16 | 19 | 12 | 19 | 12 | 16 | 11 | 16 | 9 | 14 | 12 | 16 |
| 3 | Fintlar | 4 | 12 | 2 | 12 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 8 | 5 | 8 |
| 4 | Bosh bilan zarbalar | 3 | 3 | 6 | 3 | 2 | 10 | 10 | 10 | 1 | 13 | 2 | 10 |
| 5 | To'pni olib qo'yish | 9 | 13 | 6 | 13 | 7 | 13 | 9 | 13 | 4 | 11 | 6 | 11 |
| 6 | Yo'l-yo'lakay tutib qolish | 6 | 10 | 2 | 10 | 5 | 11 | 7 | 11 | 6 | 10 | 5 | 10 |
| 7 | Boshqalar | 8 | 30 | 9 | 30 | 14 | 21 | 10 | 11 | 5 | 14 | 12 | 16 |
| 8 | Yillik jami | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

o'zgarishlar tuzilishini qiyoslash (o'quv soatlari umumiy hajmidan foizlarda)

Izoh: 1-ustun-murabbiylar foydalanadigan soatlar hajmi foizlarda;
2-ustun-soatlarning taklif etilayotgan qayta taqsimlanishi foizlarda.

XULOSA

Pedagogik tajriba natijalari, texnik tayyorgarlikda ustuvorlikni belgilash bilan bir qatorda, yosh futbolchilarning o'quv-mashg'ulot jarayoni amaliyotida mavjud texnik mahoratni takomillashtirish uslubiyatiga yendashuvni qayta ko'rib chiqish, xususan, to'pni bevosita nazorat qilish bilan bog'liq o'yin texnikasi elementlarini egallashga ajratilgan soatlar hajmini 30% (texnik tayyorgarlikka ajratilgan barcha soatlarga nisbatan) oshirish imkoniyati mavjudligini ko'rsatadi.

REFERENCES

1. Artiqov A.A. Malakali futbolchilarda texnik usullarning maqsadli aniqligini takomillashtirish metodikasi. Toshkent 2018.
2. А.К. Беляков Особенности подготовки юных футболистов Методическое пособие — М.:ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2012. — 80 с.
3. Нуримов З.Р. Основание эффективных средств совершенствования групповых тактических действий квалифицированных футболистов. Т. 2004г
4. Акрамов Р.А. Игровые и тренировочные нагрузки в футболе. Учебное пособие. Ташкент Изд-во.Абу-Али-Ибн-Сино. – 2000 г. – с. 135.
5. Лунегов Э.А. Техническая подготовка юных футболистов 10-12 лет Екатеринбург 2019.
6. Антипов, А.В. Эффективность методики развития скоростно-силовых способностей и выносливости у юных футболистов 12-14 лет в процессе годичного тренировочного цикла [Текст]/ А.В. Антипов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – №4. – С.37-39.
7. Голомазов С.В. Футбол [Текст] / С.В. Голомазов - М.: Спорт Академ Пресс, 216 - 281 с.