FTAI Jild: 03 | Nashr: 06 | June 2022

FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

ISSN: 2181-1776

Muminov Feruz Ilxomovich

Buxoro davlat universiteti Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrasi o'qituvchisi

YOSH FUTBOLCHILARNI TEXNIK VA TAKTIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH SAMARADORLIGI

Annotatsiya: Bu maqolada bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport soxasida, ayniqsa, futbolni rivojlantirishbolalar sportini yanada rivojlantirish, har bir shaxar va qishloqda zamonaviy talabalarga javob beradigan, zarur anjomlar bilan jixozlangan sport maydonchalari, inshoot va majmualarni barpo etish bo'yicha amalga oshirayotgan ishlarimiz o'zining ijobiy samarasini berayotganligi yoritib berilgan.

Key words: Futbol, texnika,taktika ,tayyorlov, jismoniy tayyorgarlik.

Ko'p yillik mashg'ulotning barcha bosqichlarida tehnik usullar va taktik harakatlarg o'rgatish jarayoni uzluksiz davom etadi. Maqsadga muvofiq texnikaning barcha tomonlarini biomexanika qonunlaridan foydalanish asosida va shug'ullanuvchilarning individual hususiyatlarini hisobga olgan holda puhta o'zlashtirish o'yin faoliytining murakkab sharoitlarda tehnikaning muvoffaqyatli qo'llanishini oldindan belgilab beradi. Mukammal o'yin ko'nikmalarining shakllanishi yosh futbolchilarning yuqori darajadagi jismoniy tayyorgaligiga asoslanadi.

Yosh futbolchilarni o'qitish va ularning malakalarini takomillashtirish bosqichlarida jismoniy tarbiyaning odatdagi uslublari: mashqlar, o'yin. Musobaqa uslublari, ko'rsatmalilikni ta'minlash, og'izaki nutqdan foydalanish, hatolarni tuzatish uslublaridan foydalaniladi. Barcha uslublar bir – biri bilan yaqindan bog'liq holda qo'llanadi. Biroq ulardan foydalnishning foizli nisbati ko'pgina omillarga: o'qitish bosqichi hamda

vazifalariga, shug'ullanuvchilarning yosh va individual hususiyatlariga, ularning tayyorgarlik darajasiga bog'liq bo'ladi.

Alohida tehnik usul va taktik harakatni o'rganish quyidagi bosqichlarga bo'linadi:

- dastlabki o'rganish;
- chuqur o'rganish;
- mustahkamlash va yanada takomillashtirish.

Har bir bosqich bir qator hususiyatlarga ega bo'lib, shu hususiyatlarni hisobga olgan holda konkkret vazifalar qo'yiladi va o'qitish (o'gatish)ning ratsional uslubikasi tanlanadi. Dastlabki o'rgatish. Bu bosqichning asosiy maqsadi o'rgatilayotgan ususl yoki harakat asoslarini o'zlashtirib olish. Konkret bir harakatni uning asosiy variantida bajarish ko'nikmalarini shakillantirishdagi dastlabki urinishlar bosh miya dinamik stereotib hosil qilishga 35 qaratilgan va bosh miya qobig'idagi narv jarayonlarining irradiasiyasi bilan harakterlanadi. Bolalarda ichki tormozlanish yetarlcha rivojlanmagan bo'ladi. Bolalarning hammasi ko'pincha o'rganilayotgan harakatning kinematik va dinamik harakteristikalarining noaniq esga tushirilishiga, uning ritmining beqarorligiga.kerak bo'lmagan qo'shimcha harakatlarga sabab bo'ladi. Mazkur bosqichning asosiy vazifasi – shug'ullanuvchilargabajarilayotgan harakat va shu harakat asosiy elementlarining yahlit tasvvurini (ko'rish orqali) va harakat sezgisini paydo qilish, harakat ko'nikmalarini shakillantirish hususiyatlarini hisobga olgan holda hal etiladi.

Harakatni dastlabki o'rganish u bilan tanishishdan boshlanadi. Bunga uslublar kompleksi yordamida erishiladi. Og'zaki tushuntirish, va mashq uslublaridan foydalanadi. Og'zaki tushuntirishda harakatning aniq terminalogik nomi bariladi, uning ahamiyati o'yin sharoitlarida qo'llaniladigan o'rni haqidagi ma'lumotlar aytiladi, bajarish prinssiplari tushuntiriladi. Bolalar diqqat etiborining beqarorligi, hajmi esa kichikligi sababli tushuntirish aniq, qisqa, va obrazli bo'lishi kerak. Ikkinchi signal sistemasi orqali hosil qilinadigan ko'ruv tasavvurlari ko'rsatmalilikni ta' minlash uslublaridan foydalanish bilan to'ldiriladi. Bular birinchi signal tizimi orqali ta'sir etish, o'rganilayotgan harakatlarning konkret obrazlarini hosil qilishga yordam beradi. Bevosita namoyish qilish (ko'rsatish) ko'rsatmalilikni ta'minlashning asosiy uslubidir. Namoyish qilish faqat tashqi formasi bo'yicha namunali bo'lishi kerak emas.

Harakatning muvaqqat,fazoviy va kuch harakteritikalarini optimal ravishda qayta esga olib boriladi. Bu esa harakatning tez va puhta idrok qilinishini ta'minlaydi. Harakat sezgilarini hosil qilish uchun mashq uslublaridan foydalaniladi. O'rganilayotgan harakat nisbatan doimiy va soddalashtirilgan sharoitda sharoitda esga tushuriladi. Futbol o'yini tehnikasini o'rgatishda ko'proq yahlit mashq uslubidan foydalaniladi, chunki harakatni bo'laklarga bo'lib yuborish ko'pincha ularning mohiyatini qo'pol ravishda buzishga olib keladi. Takrorlash meyorini aniqlashda yangi, koordinasion jihatdan murakkab mashqlar yosh futbolchilarda tegishli narv markazlarining charchashiga sabab bo'lishini hisobga olish lozim. Shuning uchun mazkur bosqichda mashlarni sezilarli takrorlash juda samarali bo'ladi.

O'rganuvchilar har birida 8-10ta takrorlashi bo'lgan 2-3 seriyali bajaradilar. Seriyalar oralig'idagi intervallar dam olish uchun yetarlibo'lishi kerak. Ulardan zarur fikirlarni aytish va mashni takroriy ko'rsatish uchun ham fiydalanish mumkin. Yangi materialni o'rganish keyingi 3-5 ta dars mobaynida davom ettiriladi.

Tehnik usullar bilan tanishish va ularni o'rganish jarayonida asosan o'qituvchining mukammal usulidan foydalaniladi. U ko'p yillik mashg'ulotning har bir bosqichi uchun muayyan doiradagiusul va usullar tanlab olishi bilan harakterlanadi. Bular darslar tizimida parallel ravishda:dastlab (tehnika asoslari o'zlashtirib olinguncha) har bir usul alohida, keyinchalik o'zlashtirilgan boshqa usullar bilan birgalikda o'rganiladi. Shu bilan birga, bir darsda, bir vaqtning o'zida ikki-uchtadan ortiq yangi usulga o'rgatish mumkin emas.

Ko'p yillik mashgulotlarning har bir bosqichida futolchilarning tehnik tayyorgarligi yuzasidan muayyan vazifalar qo'yish ko'pkina omillar: bolalar va o'smirlar rivojlanishning yosh hususiyatlari, jismmoniy sifatlarni tarbiyalash dinamikasi, harakat ko'nikmalarini shakllantirish tizimining hususiyatlari, bosqichlarning qaysi maqsdga qaratilganligi bilan belgilanadi. Dastlabki tayyorgarlik bosqichida futbol o'yinini yangi o'rganuvchi futbolchilarni tehnik usullarning asosiy guruhlari bilan tanishtirish vazifasi qo'yiladi. Bu vazifaning muvoffaqiyatli hal etilishi shug'ullanuvchilarda futbolga nisbatan qat'iy qiziqish hosil bo'lishiga yordam beradi.

Mazkur bosqichda o'qitish ishi maydonda harakat qilish: yugurish, to'htash, burulish va sakrashning asosiy usullarini o'rganishdan boshlanadi. Shular bilan parallel ravishda yosh futbolchilar to'pni egallash tehnikasi va buni bajarishning quyidagi asosiy usullarni o'rganadilar:

- to'p tepish (tovonning ichki tomoni bilan, oyoq yuzining ichki va o'rta qismi bilan);
- kalla qo'yish (peshonaning o'rta qismi bilan);
- to'pni oyoq bilan to'htatish (tovonning ichki tomoni, oyoqning kafti va son bilan);
- to'pni oyoq bilan olib yurish (oyoq yuzining o'rta va tashqi qismi "qochib qolish" yo'li bilan aldaydigan harakatlar qilish);
- to'pni olib yurish (hamla qilib, to'pni tepib yuborish);
- yon chiziqdan (turgan joydan) turib to'pni o'yinga tashlash. Boshlang'ichich sport ihtisoslashuvi bosqichida shug'ullanuvchilar futbol o'yini tehnikasi asoslarini egallab oladilar. Yosh futbolchilar avvalgi bosqichda tanishgan tehnik usullarini ancha chuqur o'rganadilar hamda qolgan usullar va ularning turli hillarini o'rganishga kirishadilar. Darvozabonlar to'pni egallab olish tehnikasining asosiy usullarini: to'pni ushlab olish, urub yuborish va tashlashni o'zlashtiradilar.

References

1. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 02. – C. 1011-1016.
2. SH.Kadirov. Спорт как важный Фактор социализации учащихся. Professional formation of the future teacher Materials of the international scitntific conference on May 22-23, Prague 2017
3. SH.Kadirov. Physical education as the necessary elements of sports culture. XIII international correspondence scientific and practical conference european research; innovation in science,education and technology dio;10 20861 2304-2338-2018-42
4. Салимов, Г. М., Дустов, Б. А., Фарманов, У. А., & Рахмонов, Р. Р. (2020). Показатели констатирующего этапа экспериментальной работы по физическому

развитию учеников 7-10 лет общеобразовательных организаций Узбекистана. Педагогическое образование и наука, (1), 91-97.

5. Azimovna F. M., Ashrapovich N. F. Motivation of students to do sports as part of physical education classes //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Т. 10. – №. 5. – С. 1446-1450.
6. Shoxrux Ne'matovich Kadirov FEATURES OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS SCIENTIFIC PROGRESS VOLUME 2 | ISSUE 7 | 2021 ISSN: 2181-1601
7. Kadirov Sh.N. PSYCHOLOGICAL METHODS OF REGULATION OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF VOLLEYBALL PLAYERS.WEB OF SCIENTIST:INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH JOURNAL ISSN:2776-0979,Volume 3, Issue 2, Feb.,2022
8. Kadirov Shohrukh Nematovich. Sports, physical, physical education as necessary elements of sports culture. MIDDLE EUROPEAN SCIENTIFIC BULLETIN ISSN 2694-9970 VOLUME 11 April 2021
9. Farmonov U. A. BASIC CONCEPTS AND DEFINITIONS OF SPORTS TOURISM, ESPECIALLY ITS ORGANIZATION //Теория и практика современной науки. – 2019. – №. 5. – С. 21-24.
10. Ilxomovich M. F. FEATURES OF THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1314-1320.
11. Mo'minov F. YOSH FUTBOLCHILAR O'QUV MASHG'ULOTLARINI OPTIMALLASHTIRISH METODIKASI //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 3. – №. 3.
12. Mo'minov F. ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ РИВОЖЛАНИШИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ, УЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИНГ КЎПРОҚ БАРҚАРОР КЎРСАТКИЧЛАРИНИ ТАНЛАБ ОЛИШ //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
13. Mo'minov F. FUTBOL SPORTIDA MASHG 'ULOT JARAYONLARINI BOSHQARISH ASOSLARI //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
14. Ilxomovich M. F. METHODOLOGICAL BASIS FOR THE FORMATION OF FOOTBALL TRAINING //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 355-363.
15. Ibodov A. THE NEED FOR AN INNOVATIVE APPROACH TO THE DEVELOPMENT OF STUDENTS PHYSICAL CULTURE //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
16. Ibodov A. Control Of Special Aggression Of Football Players //Центр Научных Публикаций (Buxdu. Uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
17. Ф.С. Фазлиддинов ВИДЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК В ФУТБОЛЕ-Web of Scientist: International Scientific Research…, 2022

18. FS Fazliddinov PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATHLETES- E-Conference Globe, 2021
19. Abduyeva S. AGE-SPECIFIC DYNAMICS OF ATTACK AND DEFENSE RESPONSE SPEED IN HANDBALL PLAYERS //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 7. – №. 7.
20. Abduyeva S. SYSTEM APPROACH IN THE FORMATION OF THE PHYSICAL CULTURE OF THE PERSONALITY //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
21. Abduyeva S. СПЕЦИФИКА ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 7. – №. 7.
22. Abduyeva S. Jismoniy madaniyat sohasida innovatsion metodlarni qo'llashning psixologik jihatlari //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 3. – №. 3.
23. Abduyeva S. Xotin-qizlarning milliy madaniyati va hozirgi davr jismoniy tarbiya va sportning tasiri //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 3. – №. 3.
24. Alimovichn F. U. The system of training young basketball players at the initial stage of training at school //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 11. – С. 93-98.
25. Abduyeva S. THE PSYCHOLOGICAL SIGNIFICANCE OF HIGHLY QUALIFIED 19-21-YEAR-OLD HANDBALL PLAYERS BETWEEN PERIODS IN THE TRAINING PROCES //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
26. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 242-249.
27. Karomatovich I. A., Shodiyevich T. M. THE PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE OF THE FORMATION OF STUDENTS'SPIRITUAL AND MORAL VALUES THROUGH MOVEMENT GAMES IN SPORTS LESSONS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 310-320.
28. Karomatovich I. A., Utkirjonovich E. F. CHARACTERISTICS OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING METHODOLOGY OF BOXERS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 27-40.
29. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.
30. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.
31. Azimovna F. M. et al. DEVELOP THE PROFESSIONAL SKILLS OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND MANAGE THE PHYSICAL CULTURE

MOVEMENT OF STUDENTS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 275-283.

32. Azimovna F. M. et al. EDUCATIONAL IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND HEALTH MEASURES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS //E-Conference Globe. – 2021. – C. 321-325.
33. Nurullaev A. R. Methods of developing endurance in students through the use of folk games in physical education classes //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 11. – C. 520-524.
34. Ruzimbaevich N. A., Ruzimbaev M. A. RESEARCH PARK. – 2021
35. Rasulovich R. R. EFFECTIVENESS OF IMPROVING THE TECHNICAL AND TACTICAL MOVEMENTS OF MIDDLE-DISTANCE RUNNERS //E-Conference Globe. – 2021. – C. 309-314.