



FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

ISSN: 2181-1776

Ermatov Sherzod Saidovich

Samarqand davlat universiteti

YOSH IQTIDORLI BOLALARNI TEXNIK, TAKTIK VA JISMONIY TAYYORGARLIGI KO'RSATKICHLARI YORDAMIDA TANLAB OLISH USULLARI

Annotatsiya

Mazkur ilmiy maqolada jismoniy tayyorgarlikning individual ko'rsatkichlari va futbolchilarning texnik-taktik harakatlari o'rtasidagi munosabatlarning o'ziga xos xususiyatlari tahlil qilingan. Ilmiy adabiyotlar tahlili asosida berilgan korrelyatsion tahlil ma'lumotlari yosh futbolchilarni tanlash va ularning jismoniy tayyorgarligini rejalashtirish uchun ishlatilishi mumkin.

Kalit so'zlar: Tanlov, jismoniy tayyorgarlik, texnik-taktik harakatlar, futbolchilar.

Dolzarbligi. Bugungi kunda futbol eng ommabop va mashhur sport turlaridan biridir. So'nggi o'n yil ichida futbolda katta o'zgarishlar yuz berdi. Zamonaviy futbol yanada tezkor, kombinatsiyalashgan va ommabop bo'ldi. Raqobatbardoshlik faoliyatni tahlil qilish, dunyoning yetakchi futbolchilari to'p bilan mohirona harakat qilish texnikasi va yaxshi funktsional tayyorgarlikka ega ekanligini ko'rsatadi. Mutaxassislarning yuqori malakali futbolchilarni tayyorlash samaradorligini oshirish asosan tanlab olish tizimiga bog'liqligiga ishonchlari komil.

Bu borada mamlakatimizning ko'plab olimlari R.I.Nurimov, Sh.T.Iseyev, R.A.Akramov, I.A.Koshbaxtiyev, S.R.Davletmuratov va boshqalar o'zlarinig adabiyotlarida alohida tuxtalib o'tganlar. Shuningdek rus olimi L.P.Sergienko ham sport tanlovi bo'yicha alohida monografiya qilib, sport tanlovining ko'plab mamlakatlar miqiyosida tahlil qilgan.

Shuni ta'kidlab o'tish kerakki, tanlov – bu bir lahzalik sinov emas albatta, balki tadqiqotning pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik uslubiyatlarini qo'llash bilan

futbolchilarni sport takomillashuv jarayonlarining turli bosqichlarida amalga oshiriladigan ko'p qirrali tadbirlarni nazarda tutuvchi, juda aniq o'ylangan ko'p bosqichli tizimdir (7).

Ma'lumki, zamonaviy futbol futbolchilardan yuqori jismoniy faollik va kuchli mushak mehnatini talab qiladi, u notekis va aritmik jismoniy yuklamalar bilan ajralib turadi. Futbolchilarning harakat faoliyati turli versiyalarda tuzilishi va murakkablik darajasi bo'yicha har xil bo'lgan ko'plab texnik va taktik harakatlarni qamrab oladi. Futbolchilarning faolligi, harakatlarining tabiati va samaradorligiga o'yindan tashqari, ko'plab omillar ta'sir ko'rsatadi. O'yin faoliyati davomida ish intensivligi o'rtachadan maksimalgacha o'zgarib turadi, bu esa futbolchilarning har tomonlama jismoniy va funktsional tayyorgarligiga yuqori talablarni qo'yadi¹.

Bugungi kunda O'zbekistonda futbolni rivojlantirish strategiyasini amalga oshirish doirasida futbol assosiasiyasi tomonidan ishlab chiqilgan va amalga oshirilayotgan, ta'lim muassasalarini milliy loyihalar shaklida jismoniy tarbiya dasturiga kiritish fonida professional klublar va terma jamoalar uchun malakali sport zahirasini tayyorlash kabi turli darajadagi ustuvor yo'nalishlar mavjud.

Ushbu jarayonning samaradorligi ko'p jihatdan sport tanlovining sifatiga bog'liq bo'lib, uning ajralmas qismi ilmiy asoslangan metodologiya, shu jumladan, ma'lum bir sport turining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan mezon hisoblanadi.

Shu bilan birga, futbolda shu paytgacha ayrim savol asosan ochiqliciga qolmoqda yosh futbolchilarni, ayniqsa ushbu sport turiga ixtisoslashgan futbolchilarni qanday va qanaqa mezonlar asosida tanlash kerak. Bu holat, birinchidan, bolalar futboli murabbiylarining amaliy ishlarini optimallashtirishga yordam bermaydi, ikkinchidan, mutaxassislar tomonidan umuman futbolga sport resurslarini uzoq muddatli tayyorlash samaradorligini cheklovchi omillardan biri sifatida qaralmoqda.

Yuqorida aytib o'tilganlar bilan bog'liq holda, bir tomondan, futbol zaxiralarini uzoq muddatli tayyorlash samaradorligini oshirish zarurligi va ushbu sport turiga ixtisoslashish uchun ilmiy asoslangan metodika va tanlov mezonlari mavjud emasligini ta'kidlash xaqqoniy ko'rinadi. Bularning barchasi ushbu tadqiqotning dolzarbligini belgilaydi.

Tadqiqot maqsadi: Futbolchilarning texnik va taktik harakatlari ko'rsatkichlari bilan jismoniy tayyorgarlik darajasi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aniqlash.

Tadqiqot metodikasi va tashkil etilishi. Texnik tayyorgarlikning individual ko'rsatkichlari va jismoniy rivojlanish darajasi o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash uchun biz maxsus tadqiqotlar o'tkazdik. Tadqiqotga Samarqand BO'SM (n-24) sportni takomillashtirish guruhi futbolchilari jalb qilingan. O'yinchilarning turli xil rollarda yuqori samaradorlik bilan o'yinchiga xos texnikani bajarish qobiliyati individual emas, balki jismoniy va funktsional tayyorgarlikning ahamiyatlari majmuasi bilan chambarchas bog'liqdir.

Tadqiqot natijalari. Yuqoridagi tadqiqotlar natijasida quyidagi natijalarga erishildi:

1. Himoyachilar tomonidan to'pni tanlash samaradorligi quyidagi jismoniy tayyorgarlikning ko'rsatkichlari bilan o'zaro bog'liq:

- umumiy chidamlilik (0,691),
- portlovchi quvvat darajasi (0,821)

¹ Высочин Ю.В., Денисенко Ю.П. Влияние сократительных и релаксационных упражнений скелетных мышц на физическую работоспособность футболистов // Теория и практика физической культуры. -2004.-№6.-С. 47.

- tezlik qobiliyatlari (0,712).
- 2. Tutib olish samaradorligi:
 - masofaviy tezlik (0,793)
 - umumiy chidamlilik (0,672).
- 3. Boshqarish samaradorligi
 - tezlikka chidamlilik (0,782),
 - umumiy chidamlilik (0,675) va
 - boshlang'ich tezligi (0,722).
- 4. Yarim himoyachilarning uzoq uzatmalarining samaradorligi:
 - tezlikka chidamlilik (0,698)
 - umumiy chidamlilik (0,732),
 - portlovchi quvvat darajasi (0,644).
- 5. Zarbalarni amalga oshirish samaradorligi
 - ✓ tezlikka chidamlilik (0,721),
 - ✓ boshlang'ich tezligi (0,735)
 - ✓ masofa tezligi (0,681).
- 6. Tanlash samaradorligi
 - ✓ tezlikka chidamlilik (0,644)
 - ✓ portlash kuchi (0,697).
- 7. Darvoza tomon zarbalarning samaradorligi
 - ✓ tezlikka chidamlilik (0,635),
 - ✓ portlash kuchi (0,677),
 - ✓ boshlang'ich tezligi (0,722)

O'tkazilgan o'zaro bog'liqlik tahlili individual texnik va taktik harakatlar va futbolchilarning jismoniy tayyorgarligining turli ko'rsatkichlari o'rtasidagi turli xil aloqalarni aniqlashga imkon berdi.

Xulosa: Bugungi zamonaviy talablar darajasida yuqori sport natijalariga futbol bilan shug'ullanishni istagan har qanday bola ham erisha olmaydi. O'zbekistonning eng etakchi futbolchilari biografiyasini o'rganib chiqib shunday hulosaga kelish mumkin, sportga kirib kelishning dastlabki kunlaridanoq ular o'z tengdoshlari orasida ma'lum sifat hususiyatlari: jismonan yaxshi rivojlanganliklari, harakat koordinatsiyasi ancha takomillashganligi, tez fikrlash va jasurliklari bilan ajralib turganlar. Bu kabi sifat hususiyatlari futbolchilarni keyingi sport takomillashuv jarayonlarida saqlanib qolgan va muntazam mashg'ulotlar, maqsadga intilish, mehnatsevarlik, qat'iyatlilik va o'jarliklari bilan uyg'unlikda yuqori sport natijalariga erishishlariga imkoniyat yaratgan.

Futbolga endi qadam qo'ygan yosh futbolchidan to sport ustasi darajasigacha O'zbekistonning etakchi futbolchilari bosib o'tgan yo'li 6 – 9 yilni tashkil etgan. Zamonaviy futbol – atletik o'yin hsioblanadi. O'yin harakatlarining yuqori tempi, tez

o'zgaruvchan vaziyatlar, to'p uchun kurashda raqib bilan bevosita to'qnashuvlar, taktik vazifalarni hal qilishda vaqtning chegaralanganligi, his-hayajon (emotsionallik) va uning boshqa hususiyatlari futbolchining harakat, funksional va ruhiy holatlariga katta talab qo'yadi.

Shuning uchun futbol mashg'ulotlari uchun bolalarni tanlab olish muammosini bolaning texnik – taktik harakat faoliyati, funksional va ruhiy holatlari, ularni mustaqil rivojlanishga bo'lgan hususiyatlari va sport maxorati shakllanayotgan jarayonlarida o'zaro ichki to'ldirmalarni har tomonlama o'rganib chiqmasdan hal qilish mumkin emas (7).

Yuqoridagi fikrlarni inobatga olib yosh iqtidorli bolalarni texnik, taktik va jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlari yordamida tanlab olish bo'yicha quyidagi takliflarni berish mumkin.

1. Shunday qilib, futbolchilarning sport turlarini tanlashni optimallashtirish texnologiyasi jismoniy tayyorgarlikning informatsion ko'rsatkichlari va texnik-taktik harakatlarni birlashtirishga (umumlashtirishga) asoslangan bo'lishi kerak.

2. O'tkazilgan tadqiqotlar natijasida futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi ko'rsatkichlari aniqlandi, ular sportni tanlash ko'rsatkichlari va jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'tkazish uchun xizmat qilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Akramov R.A. Yosh futbolchilarni tanlab olish va tayyorlash. T., 1989 y.
2. Дыгин С.В. Физическая подготовка юных футболистов на этапе начальной специализации: Автореф. дис. канд. пед. наук. Волгоград, 2003. -22 с.
3. Высочин Ю.В., Денисенко Ю.П. Влияние сократительных и релаксационных упражнений скелетных мышц на физическую работоспособность футболистов // Теория и практика физической культуры. - 2004. - №6.- С. 47.
4. Гидарс Сабер бен Шадли Динамика скоростно-силовой подготовленности футболистов в соревновательном периоде: Автореф. дис. канд. пед. наук. М., 2004. - 22 с.
5. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор теория и практика. Монография. Москва. 2013 г.
6. Исеев Ш.Т. Техничко-тактическая подготовка футболистов. ITA-press, 2018-228 с.
7. Nurimov R.I., Iseyev Sh.T., Akramov R.A., Davletmuratov S.R. Futbol nazariyasi va uslubiyyati. Darslik. T. 2017 y.
8. Nurimov R.I. Futbol nazariyasi va uslubiyyati. Tashkent-ITA-press, 2018-396 b.