

## O'QUVCHI YOSHLARNI FUTBOL SPORT TURIGA QIZIQTIRISH VA O'RGATISHNING ZAMONAVIY TENDENSIYALARI

**Raxmatov Shuxrat Axatovich**

p.f.f.d (PhD), dotsent

**Toyirov Sanjar Soliyevich**

Turkiston yangi innovatsiyalar universiteti, magistr

**Annotatsiya:** Futbol dunyoning aksariyat mamlakatlarida eng mashhur va sevimli o'yin. Yuz minglab bolalar, yoshlar, kattalar futbol o'ynashadi. O'quv jarayonini boshqarish keyingi bosqichlarda mashg'ulotlarni futbolchilarning individual xususiyatlariga mos ravishda tashkil etish uchun o'yinchilarning maxsus tayyorgarligining turli jihatlarini o'rganishni o'z ichiga oladi. Futbol nazariyasi va amaliyoti ko'p qirrali bo'lib, doimiy rivojlanmoqda.

**Kalit so'zlar:** futbol, yushlar, sport, zamonaviy to'garaklar, sog'lom avlod, jismoniy madaniyat, texnik, taktik.

Tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, bosqichma-bosqich, joriy va tezkor boshqarish vositalari va usullaridan foydalangan holda murabbiyga kelgan futbolchilarning texnik va taktik tayyorgarligi to'g'risida keng qamrovli ma'lumotlar tegishli boshqaruv maqsadlari uchun, agar murabbiy faqat pedagogik mahoratga ega bo'lsa. .

Bu o'yinchilarning maxsus tayyorgarligining ba'zi tarkibiy qismlarining ustun rivojlanishiga yo'naltirilgan maxsus mashqlarning keng arsenalidan to'g'ri foydalanish qobiliyatini anglatadi; turli xil mashqlar va ularni amalda bajarish usullarini o'quv jarayonining turli tarkibiy tuzilmalarida futbolchilarni tayyorlashning aniq maqsad va vazifalariga muvofiq oqilona birlashtirish.

Asosiy muammo shundaki, bir tomondan, xalqaro natijalarni yaxshilash va futbolni yanada rivojlantirish zarurati mavjud bo'lsa, ikkinchi tomondan, futbolchilarni tayyorlash samaradorligini oshirmasdan bu muammoni hal qila olmaslik, bu umuman futbol uchun sport zaxirasi tizimini takomillashtirishga asoslanishi kerak.



O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirish to'qrisida kadrlar tayyorlashdagi oqilona tizim muqim aqamiyatga ega. Shu bois respublikamizda jis moniy madaniyatning maqsad va vazifalari hukumatning ham da Respublika jismoniy -tarbiya va sport qo'mitasining qaroridan kelib chiqqan holda amalga oshiriladi. Respublikamizda amalga oshirilatyotgan jismoniy madaniyatni o'z oldiga qo'ygan maqsadi sog'lom-ruhan tetik va bunyodkor insonni qayotga tayyorlashtdan iborat.

Davlatimiz va jamiyatimizning bugungi kuni, ayniqsa, kelajagi uchun g'oyat muxim bo'lgan sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash vazifasini o'z oldimizga qo'yar ekanmiz, avvalambor, biz yashayotgan XXI asr-intellektual boylik, yuksak bilim va salohiyat talab etiladigan, aynan shu qadriyatlar ustuvor axamiyat kasb etadigan asr, degan xayotiy haqiqatdan kelib chiqqan edik.

"Faol tadbirkorlik va innovatsion g'oyalarni qo'llab-quvvatlash yili" Davlat dasturini amalga oshirishda ta'lim soxasini rivojlantirish, avvalambor, uning moddiy - texnik bazasini mustaxkamlash, yangi o'quv muassasalari qurish va ularni zamonaviy uskunalar bilan jixozlash masalasiga e'tibor yanada kuchaytirildi. Kadrlar tayyorlash milliy dasturi va maktab ta'limini rivojlantirish davlat umum milliy dasturining amalga oshirilishi natijasida 1 ming 536 ta akademik litsey kasb - xunar kolleji, umumta'lim maktablarining qariyb 9 mingtasi, ya'ni deyarli hammasi, 1 ming 800 dan ortiq sport zali namunaviy loyixalar asosida barpo etildi yoki kapital rekonstruktsiya qilindi. Ushbu o'quv muassasalarining moddiy - texnik bazasini muntazam yangilab borish, tizimli asosda zamonaviy komp'yuter texnikasi, o'quv - laboratoriya uskunalari, mebel' va o'quv anjomlari bilan qayta jixozlash, ularni talab darajasida hamda yaratilgan bu ulkan salohiyatdan samarali foydalanish maqsadida mutlaqo yangi bir tuzilma - Moliya vazirligi huzurida maxsus jamg'arma tashkil etildi. Bu jamg'armaning hisob raqamiga 2016 yili 315 milliard so'm mablag' ajratilgan bo'lsa, 2017 yilda 570 milliard so'm ajratish ko'zda tutilmoqda.

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport soxasida, ayniqsa, bolalar 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 bermoqda.



Shuni mamnuniyat bilan aytish kerakki, istiqlol yillarida yurtimizda 1 ming 200 dan ziyod yangi spora inshooti barpo etilib, ularning mingdan ortiqi qishloq joylarida qurildi. Bu esa 260 ming nafardan ziyod bolang'ich sportning ko'plab turlari bilan muntazam shug'ullanishi uchun imkoniyat yaratdi. Qiz bolalarni, eng avvalo, qishloq qizlarini sport bilan shug'ullanishga jalb etishda joriy yilda sezilarli natijalarga erishildi. "Sport xayotidan hech kim chetda qolmasligi kerak" degan shiordan kelib chiqqan holda, kam ta'minlangan oilalarning 120 ming nafar qizlari uchun 3 milliard 500 million so'mlik sport kiyimi va jixozlari xarid qilindi. Yana bir muxim xolatga e'tiboringizni qaratmoqchiman. Mamlakatimizda badiiy gimnastikani rivojlantirish dasturi qabul qilingach sportning ushbu nafis turi bilan shug'ullanadigan qizlar soni shu yilning o'zida 6-7 barobar, ayrim viloyatlarda esa 10 - 12 barobar ortdi.

Sportchilarimizning halqaro sport maydolaridagi erishayotgan yutuqlari, ayniqsa mahalliy millat xotin-qizlarining sportda jahonga tanilishiga, bu bilan esa yurtimiz shon-shuxratini oshirishdagi say-xarakatlari Vatanimizning bevosita g'amxo'rligining ulug'vor natijasidir. Bu jihatlarda ilmiy xodimlar va murabbiylarning o'zaro hamkorliklarini ta'minlashni davr talab qilmoqda. R.N.Poliyani fikriga ko'ra 8-9 yoshli bolalarda tezkor-kuch va chaqqonlik sifatlarining o'sishi kuzatiladi. Tezkorlik va egiluvchanlik qobiliyati esa biroz susayadi. 14-15 yoshda egiluvchanlik va tezkorlik kuchini rivojlantirishga oid hajmini ko'tarish maqsadga muvofiq. Ushbu fikrni V.F.Bashkirov, V.P.Filinlar ham qullab-quvvatlaganlar. I.Arshavskiy, Ya.V.Vaynbaum, A.Tujalavskiy va boshqalar. Yosh sportchilarning funktsional tayyorgarligini ilmiy tekshirish nitajasida jismoniy mashqlar organizmning rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynashi tasdiqlangan. V.S.Daxnovenkiy va boshqalar tezkor kuch va maxsus chidamkorlik sifatlarini rivojlantirishga yo'naltirilgan mashqlar bilan uzoq muddat mab aynida muntazam shug'ullanish natijasida kurashchilarning texnik-taktik mahorati hamda boshqa qobiliyatlari qanchalik sezilarli darajada shakllanish mumkinligini tadqiqot asosida isbot qilib bergan.

Futbolga bo'lgan qiziqishning ortib borishini hisobga olgan holda, ushbu sport turini turli tomonlardan ko'rib chiqish tavsiya etiladi: o'yin texnikasi va taktikasi, vosita mahoratining rivojlanishiga ta'siri, o'yin uchun mashg'ulotlar.



Ma'lumki, futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi jamoaviy, guruhiy va individual texnik va taktik harakatlarning samaradorligiga bog'liq bo'lgan eng muhim omillardan biridir. Texnik va taktik savodli futbolchi qanday bo'lishidan qat'i nazar, u yaxshi va ko'p qirrali jismoniy tayyorgarligisiz hech qachon muvaffaqiyatga erisha olmaydi. Hatto bitta futbolchining jismoniy tayyorgarligi zamonaviy futbol standartlariga javob bermaydigan jamoa muvaffaqiyat qozonmaydi.

Birinchidan, chunki har bir o'yin epizodida bir nechta futbolchilar bir vaqtning o'zida muayyan o'yin muammosini hal qilishadi. Buning uchun ular tezlik, makon va o'yin harakatlarida muvofiqlashtirilgan harakatlarni bajarishlari kerak. Va agar ularning kamida bittasi mos keladigan funktsiyaga ega bo'lmasa, unda o'yin epizodining muammosini hal qilish mumkin bo'lmaydi.

Masalan, jismoniy holati zaif bo'lgan o'yinchi taktik jihatdan foydali pozitsiya uchun kurashda raqibni ortda qoldirishga yoki to'p uchun jang san'atini yo'qotishga va hokazolarga vaqt topa olmaydi.

Ikkinchidan, chunki o'yinda har bir futbolchi taktik vaziyatlarni tez va aniq baholashi, aniq qaror qabul qilishi va darhol amalga oshirishi kerak. Tezligi etarlicha rivojlanmagan futbolchilarning taktik samaradorligi, harakatlanuvchi ob'ektga (raqib, sherik, to'p) yoki tanlov tezligiga javob berish har doim past bo'ladi.

Uchinchidan, futbol tobora kuchayib borayotgan sport o'yiniga aylanib bormoqda, faol juftliklar va yakka kurash turlari. Faqat tajribali futbolchi to'p uchun kurashda g'alaba qozonishi, xavfli to'qnashuvdan xalos bo'lishi va raqibning itarishidan so'ng oyoqqa turishi mumkin. Shuning uchun kuchli kuch bilan mashq qilish futbolchining ajralmas sifati.

O'yinda futbolchi maksimal amplituda ko'p harakatlarni bajarishi kerak: zarbalar, zarbalar, zarbalar. Ular o'yinchi yaxshi moslashuvchan bo'lgandagina samarali bo'ladi. Shuni ham ta'kidlaymizki, yaxshi moslashuvchanlik - bu futbolchining mushaklari egiluvchan va yaxshi holatda ekanligi bilvosita dalildir. Mushaklarning bu holati ularni jarohatlardan himoya qiladi. Shuning uchun yaxshi moslashuvchanlik ham futbolchining ajralmas sifati. Texnikalarni samarali amalga oshirish mushak va mushak ichidagi jarayonlarga asoslanadi muvofiqlashtirish yoki



muvofiqlashtirish qobiliyati. Futbolchilarning, ayniqsa yoshlarning futbol texnikasini o'rganish qobiliyati ularga bog'liq. Yaxshi rivojlangan muvofiqlashtirish qobiliyatisiz hech qanday professional futbolchi bo'lishi mumkin emas.

Bu fazilatlarning barchasi o'yinchilarning jismoniy tayyorgarligini tashkil etadi. Shuning uchun jismoniy tayyorgarlikni oshirish - bu futbol jamoalarining mashg'ulotlarida hal qilishga intilayotgan eng muhim vazifalardan biridir.

Hozirda professional futbol uchun yuqori malakali zaxira tayyorlash vazifasi yangilanmoqda. Zamonaviy sportning rivojlanish tendentsiyalari yuqori mahoratga erishish uchun uzoq muddatli rejalashtirilgan jarayonni oldindan belgilab beradi, uni bosqichma-bosqich shakllantirish tizimini takomillashtirish zarurligini taqozo etadi. Bu futbolga to'liq tegishli. Sportchilarni tayyorlash uyg'un va izchil mashqlar metodologiyasiga asoslanishi kerak, bu esa sport mahoratining samarali rivojlanishini, funktsional imkoniyatlarning jadal o'sishini va ularning to'g'ri bajarilishini ta'minlaydi, shunga ko'ra tayyorgarlikning puxta tayyorlangan dastlabki bosqichsiz mumkin emas.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Jismoniy tarbiya va sport soxdsida davlat boshkaruvi tizimi tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari tugrisida Uzbekiston Respublikasi prezidenti farmoni № PF-5368 05.03.2018 y. 34
2. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik Uzbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz T.: Uzbekiston, 2016 y. 34
3. Golomazov S.V., Chirva B.G. Futbol nazariyasi va metodikasi. O'yin texnikasi. - M.: "SportakAdemPress", 2002. - 472 y.