

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
SPORT VAZIRLIGI

JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO'YICHA MUTAXASSISLARNI  
QAYTA TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI

---

# **SPORT ILM-FANINING DOLZARB MUAMMOLARI**

Xalqaro ilmiy-nazariy jurnal

3-SON

TOSHKENT - 2023

# MUNDARIJA

## Jismoniy tarbiya va sport sohasida menejment

<b>A. Частоедова.</b> Налитический обзор путей развития спорта в Китайской Народной Республике .....	8
<b>П. Чайников, Н. Соломатина, С. Муравьев.</b> Когнитивные функции у лиц молодого возраста в зависимости от спортивной деятельности .....	13

## Bolalar va talaba yoshlar jismoniy tarbiyasi

<b>Q. Arzibayev.</b> O'smir sportchilarda sport bilan shug'ullanish motivlarini o'rganish .....	18
<b>C. Гурьев, Б. Неъматов.</b> Витагенный опыт как средство формирования здорового стиля жизни у дошкольников .....	26
<b>M. Ibragimov, S. Turayev.</b> Yosh sportchilarni saralash va tayyorlash tizimida sport mashg'ulotlarining o'rni.....	30
<b>A. Shilmanov.</b> Yosh futbolchilarning to'pni uzatish harakatlarini tahlili natijalari.....	34

## Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va uslubiyati

<b>A. Талипджанов.</b> Контроль и оценка соревновательной двигательной деятельности футболистов .....	40
<b>A. Хожаметов.</b> Хотин-қизлар спорти ривожланишини такомиллаштиришда жисмоний-эстетик маданиятни ошириш .....	44
<b>A. Якупбаев.</b> О корреляционной взаимосвязи физической подготовленности квалифицированных борцов-вольников 15-16 лет с функциональными показателями.....	48
<b>Р.Т. Казоқов, А.М. Джўрабаев, Б.Ў. Бўриев.</b> Ёш футболчиларнинг техник-тактик тайёргарлигини хисобга олган холда ўйин услубини такомиллаштириш .....	54
<b>A. Элов, Ш. Арсланов, М. Арслонов.</b> Совершенствование процесса физической подготовки девушек 18-20 лет в дзюдо .....	57
<b>A. Жахбаров.</b> Оператив назорат ва машғулот юкламаларини режалаштириш ҳамдаташқил этишда футбол тренерларининг ўрни .....	61

## Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining tibbiy-biologik jihatlar

<b>C. Шукурова.</b> Оценка аэробной работоспособности и функционального состояния футболистов после физической нагрузки.....	66
<b>Г. Ильясова.</b> Антропометрические показатели физического развития подростков, проживающих в разных регионах.....	69
<b>V.V. Shpaniuk, S. Lyzohub, V.O. Pustovalov, A.A. Palabiik.</b> Diagnostic capabilities of telemetry systems to assess the individual characteristics of the functional state of the cardiovascular system of qualified football players .....	72

## Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining pedagogik va psixologik jihatlar

<b>O. Hayitov.</b> Jipslikning sport jamoalariga xos ijtimoiy-psixologik determinantlari.....	82
---	----

Как показало наше исследование, больший процент детей (75%) приобрели свой опыт через активные каналы, а остальные получили через пассивные каналы.

#### **Закключение.**

Специалистам физического воспитания, работающим с детьми дошкольного возраста, необходимо позволять детям приобретать жизненный опыт, пусть даже не

безболезненно, но самостоятельно! Ребенок признает только тот опыт, который пережил сам. Ваш собственный опыт часто оказывается лишенным ценности для детей. Дайте им возможность накопить собственный опыт, даже если это связано с определенным риском. Чрезмерно оберегаемые дети, «застрахованные» от любой опасности, часто становятся социальными инвалидами.

**Abstract.** *The formation of a healthy lifestyle for the child is seen as a process of appropriating to him the social experience represented in the form of knowledge, skills, and abilities, ways of acting, norms of relationships, aesthetic judgments and tastes, and also in the form of objects of material and spiritual culture.*

**Keywords:** *preschool children, vital experience, healthy lifestyle.*

**Annotatsiya.** *Bolaning sog'lom turmush tarzini shakllantirish uning bilim, ko'nikma va ko'nikmalar, harakat usullari, munosabatlar normalari, estetik mulohazalar va didlar shaklida taqdim etilgan ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayoni sifatida qaraladi. moddiy va ma'naviy madaniyat ob'ektlarining shakli.*

**Kalit so'zlar:** *maktabgacha yoshdagi bolalar, hayotiy tajriba, sog'lom turmush tarzi*

#### **Библиографические ссылки:**

1. Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста / Н.М. Аксарина. – М.: Педагогическое общество России, 2007.
2. Гурьев С.В. Формирование здорового образа жизни у старших дошкольников средствами компьютерных технологий в сочетании с традиционными методами физического воспитания // С.В. Гурьев. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 2 (60). С. 48-53.
3. Гурьев С.В. Современный взгляд на физическое воспитание детей дошкольного возраста // С.В. Гурьев. Современное дошкольное образование. Теория и практика. 4 (76) 2017. – С. 64-74.
4. Детская художественная литература по теме «Здоровый образ жизни». Список. [Электронный ресурс] Режим доступа: [http://detsad-189.ru/uploadedFiles/files/Detskaya\\_khudozhestvennaya\\_literatura111.pdf](http://detsad-189.ru/uploadedFiles/files/Detskaya_khudozhestvennaya_literatura111.pdf). Дата обращения 07.05.2017 г.
5. Савельева, Н.Ю., Организация оздоровительной работы в ДОУ / Н.Ю. Савельева. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 464 с.

## **YOSH SPORTCHILARNI SARALASH VA TAYYORLASH TIZIMIDA SPORT MASHG'ULOTLARINING O'RNII**

**Manuchexr IBRAGIMOV**

Dotsent, p.f.f.d. (PhD), Buxoro davlat universiteti, Buxoro shahri, O'zbekiston Respublikasi.

**Sunnatillo TURAYEV**

O'qituvchi, Buxoro davlat pedagogika instituti, Buxoro shahri, O'zbekiston Respublikasi.

**Annotatsiya.** *Mazkur maqolada jismoniy tarbiya va sport sohasida iqtidorli yoshlarni tanlab olish, saralash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biriga aylangani hamda ularning jismoniy va ruhiy tayyorgarliklarida muhim ahamiyat kasb etuvchi jihatlari yoritib berilgan.*

**Kalit so'zlar:** *jismoniy tarbiya, yosh sportchi, sport natijasi, shaxs, psixologik tayyorgarlik, jismoniy tayyorgarlik, faollik, iroda.*

**Kirish.** Bugungi kunda dolzarblashib borayotgan jismoniy tarbiya va sport tizimida yangi maqsadlarga erishish maqsadida Prezidentimiz tomonidan muhim qarorlar qabul qilinmoqda. Respublikamiz sportchilarni Osiyo, Jahon va olimpiada o'yinlarida muvaffaqiyatli ishtirok etib kelishayotgani mamlakatimizda shu sohaga alohida e'tibor qaratilayotgani namunasidir. Yoshlarni jismoniy tarbiya, sportga bo'lgan qiziqishlarini hisobga olib, hukumat tomonidan yoshlarimizni ta'lim-tarbiya olishlari, jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug'ullanishlari, sog'liqlarini yaxshilashlari uchun barcha shart-sharoitlar yaratib berilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risidagi"gi Farmoni imzolashi fikrimizning asosi bo'la oladi.

Ko'n vllik tayyorgarlik iaravonida

yo'nalishlarini aniqlash. Sportga yo'naltirish, ma'lum sport turi doirasiga tor sport mutaxassisligiga (sprinterstayer, himoyachi-hujumchi va h.k.) qo'yidagicha bo'linadi:

– ko'p yillik tayyorlovning shaxsiy strukturasi aniqlashga, yuklamalar dinamikasi va o'sish jadalligiga;

– ma'lum bir sportchining sport natijalari saviyasiga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatish imkoniyatiga ega bo'lgan tayyorgarlik va bellashuv faoliyatining yetakchi omillarini aniqlashga;

– sportchi qobiliyatini rivojlanishiga, uning shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan vositalar, yuklamalar, usullarni tanlashga tegishli bo'lishi mumkin. Shunday qilib, sport saralovi kelajakda buyuk sportchilarni tayyorlash mumkin bo'lgan istiqbolli odamlarni aniqlash masalasini yechsa, sportga yo'naltirish esa, ushbu tayyorlovning o'qitish va sport mashg'ulotlari tizimidagi strategiyasi va taktikasini aniqlavdi Saralov

Ko'p yillik tayyorgarlik jarayonida sportchilarni tanlash va yo'llanma berish (yosh sportchilarni tanlash tartibi). Sportda o'rinbosarlarni tayyorlashda kelajak yosh sportchilarni tanlash tartibi muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Sportda yuqori natijalarni ko'rsatish uchun sportchida yuqori rivojlanish darajasidagi noyob morfologik ko'rsatkichlar, jismoniy va ruhiy qobiliyatlar kompleksi bo'lishi kerak. Bunday uyg'unlikka ega bo'lgan sportchilar juda kamchilikni tashkil etadi.

Sport saralovi - sportning ma'lum turida yuqori natijalarga erishish imkoniga ega bo'lgan, bunda yosh iqtidorli sportchilarni seleksiya qilish jarayoni ahamiyatlidir. Sportga yo'naltirish - sportchilarning qobiliyati, imkoniyatlari, mahoratlarini shakllanishining shaxsiy xususiyatlaridan kelib chiqqan holda yuqori sport mahoratiga erishishning istiqbolli

strategiyasi va taktikasini aniqlaydi. Saralov bosqichlarining har biri uchun o'z usul va mezonlari, baholarining aniqligi va xulosalarning xolisligi va qat'iyligi mavjud, asosiy e'tibor erishilgan sport yutuqlariga, yuklamalar kattaligi va xarakteriga, sportchilarning psixologik jihatlariga, ularning ijtimoiy holati hamda sport bilan shug'ullanishni davom ettirish sabablariga qaratiladi. V.P. Fillinning fikricha, pedagogik, sotsiologik, ruhiy-tibbiy biologik tadqiqot (ilmiy tekshirish) usullarini o'z ichiga oladigan tashkiliy uslubli tadbirlarni kompleks tartibini tushunadiki, uning asosida ayrim bir sport turida ixtisoslashish uchun bolalarning qobiliyatlari aniqlanadi.[5]

**(Nazariy qismi). Yosh sportchilarning individual qobiliyatlarini aniqlash.** Yosh sportchilar tez harakatni o'rganuvchilardan kelajagi bor sportchilar chiqmaydi. Tanlashda

### Sport ilm-fanining dolzarb muammolari

kam o'zgaradigan morfofunktsional ko'rsatkichlarga e'tibor berish kerak. Masalan: J.Bulgakova 11-16 yoshli bolalar yoshida katta bog'liqlik topgan. 12 yoshli bolalarning bo'yi bo'lajak bo'yining 86% tashkil qilar ekan. Tanlashda bolaning tana tuzilishiga e'tibor berish shart. Masalan: suzishga va eshkak eshish bo'yi va vazni katta bolalar tanlanadi. Organizmning energiya bilan ta'minlanishi tizimini o'rganish katta ahamiyatga ega. Velosipedchi va uzoq masofaga yuguruvchilar uchun o'pkaning tiriklik sig'imi katta ahamiyatga ega. Masalan: 12 yoshli velosipedchilarda 300-3500 sm. Keyingi yillarda mushak biopsiyasiga e'tibor berilyapti. Ma'lumki, mushak to'qimasining tuzilishi ham katta ahamiyat kasb etadi. Tez qisqaradigan mushaklar sprint uchun 90%. Stayerlarda sekin qisqaradigan mushak tolalari ko'p 80-90% ni tashkil etadi. Dastlabki tanlashda pedagogik testlar ko'p qo'llaniladi. Testlar tezkorlikni, harakat uyg'unligini, chidamlilikni, aerob va anaerob imkoniyatlarini tekshirish bilan bog'liq.

Sport tanlovi - yuqori darajali qobiliyatga ega bo'lgan shu sport turining maxsus talablariga javob beradigan nazariy bilimlar. Tanlov ko'p yillik va yillik tayyorgarlik tizimiga kirib, sifat tomonidan o'zgarib boradi va uning hamma davrlarida ishtirok etib, to'rt bosqichdan iborat bo'ladi. Birinchi bosqich aniq sport turini aniqlash, egallash uchun potensial qobiliyatga ega bo'lgan (ko'pincha 9-14 yoshli) bolalarning boshlang'ich tanlovi. Tashkiliy tomondan tanlov uch davr bo'yicha o'tkaziladi.

Birinchi, mashg'ulotlarga qiziqish uyg'otish maqsadida targ'ibot ishlarini o'tkazish: ikkinchisi- testlar bo'yicha tekshirish va shu sport turi uchun kerakli qobiliyatli bolalarni ko'rsatish: uchinchidan - o'rgatish jarayonida va jismoniy sifatlarni rivojlanishi, o'quv materialini o'zlashtirish tempi ustidan uzoq vaqtli kuzatish hisoblanadi. Tanlov bolalar va o'smirlar jamoasidagi mashg'ulot va musobaqa faoliyatini o'rganish, maxsus o'rganiladigan o'quv yig'ilishi mashg'ulotlari nazorat testlari va funksional

tayyorgarligini aniqlash orqali amalga oshiriladi. Demak keyingi bosqichda - har xil terma jamoa (ishtiroki, idoralar va h.k.) guruhiga kiritish va mas'ul musobaqalarga qatnashuvchilarni aniqlash uchun o'tkaziladigan tanlov. Bu maqsadda sportchining o'z klubidagi mashg'ulot va musobaqa faoliyati to'g'risidagi axborot tahlil qilinsa, terma jamoada uning musobaqa faoliyati milliy birinchiliklarda va o'quv-mashg'ulot yig'inlarida o'rganiladi. Tanlovda, shu sportchilar bilan ishlaydigan murabbiylar va yuqori malakali mutaxassislardan tuzilgan ekspertlar ham qatnashishi o'rinli.

Yosh sportchilarning individual qobiliyatlarini aniqlash. Pedagogik, tibbiy biologik, ruhiy va sotsiologik ilmiy tekshirish usullariga asoslangan holda kompleks hal qilinishi kerak [2]. Pedagogik ilmiy tekshirish usullari yosh sportchilarning jismoniy sifatlarni rivojlanish darajasini, koordinatsion qobiliyatlari va sport texnikaviy mahoratini baholashga imkon beradi. Tibbiy biologik usullarni qo'llash bilan sportchining sog'lik darajasi, analizator tizimining holati, morfologik xususiyatlari uyg'onadi. Ijtimoiy usullar bolalarni sportga qiziqishi, yuqori natija ko'rsatishga ruhiy uslublar, sportchilarni ruhiy xususiyatlari, ruhiy birlik va boshqalarni ko'rsatadi. Sportda tanlash uch bosqichda amalga oshiriladi. Dastlabki, bunga bolaning morfo-funksional va ruhiy xususiyatlarini hisobga olgan holda to'g'ri sport turini tanlash vazifasini hal etadi.

Bugungi kunda ham sport psixologiyasi fani rivojlanib bormoqda, sportda tanlash bu qaysi bir sport turida yuqori natijaga erishishda o'z ta'siri bera oladigan, qobiliyatli, iste'dodli sportchilarni qidirib topish jarayonini tushunamiz. Sportga yo'llanma - bu sportchi qobiliyatlarini sport mahoratini shakllanishining individual xususiyatlarini o'rganish asosida yuqori sport mahoratiga erishishning perspektiv yo'nalishini aniqlashdir.

### 1-jadval

**Ko'pgina sport turlarida mashg'ulotlarni boshlash uchun ijobiy ta'sir ko'rsatadigan yoshi**

Suzish	9-11	8-11
Sport gimnastikasi	8-9	6-8
Akademik eshkak eshish	15-17	-
Og'ir atletika	12-14	-
Velosiped	14-16	14-16

Futbol	12-14	-
Volleybol	12-14	12-14
Kurash	12-14	-
Boks	12-14	15-16

Sportchilarni musobaqa davrida sport faoliyatining psixologik xususiyatlari analiz qilinadi. Har bir sport turining psixologik xususiyatlarini o'rganmay turib, qiziquvchilarga uni o'rgatish va mashg'ulot o'tkazish uslublarini to'g'ri ilmiy yoki amaliy talqin qilib berib bo'lmaydi. Bugungi kunda ham sport psixologiyasi sportda paydo bo'ladigan muammoli vaziyatlarni to'g'ri hal etish uchun quyidagilarni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan.

a) sport faoliyatining sportchilar ruhiga ta'sirini o'rganish;

b) sport musobaqasi jarayonini psixologik jihatdan tahlil qilish;

d) sport mashg'uloti va musobaqasining sportchi xarakteriga ta'sirini o'rganish;

e) sportchilarning axloqiy va irodaviy sifatlarini o'rganish;

f) sportchi faoliyatining shart-sharoitlarini psixologik tahlil qilish;

g) sportchilarning o'zaro munosabatlarini va tashkilotchilik qobiliyatlarini jamoada tajriba yordamida shakllantirish;

h) sport mashg'ulotini sifatli tashkil qilish maqsadida maxsus psixologik ko'rsatmalar berish;

Sportchi shaxsining psixologik xususiyatlarini o'rganish katta ilmiy va amaliy ahamiyatga egadir. U sportchi shaxsining o'zi tanlagan sport turi bo'yicha muvaffaqiyatga erishishi to'g'risida ilmiy asoslangan, ishonchli ma'lumot berishi lozimdir. Sportchi faoliyati davomida bir qancha obyektiv va subyektiv qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bu qiyinchiliklarni bartaraf qilish metodikasi sportchida irodaviy sifatlarini tarbiyalashdan iborat bo'ladi. Bunday tarbiya usullari sifatida ishontirish, ibrat ko'rsatish metodini, har xil sharoitda mashg'ulot va musobaqalar o'tkazish, musobaqa kurashlarida tajribalar to'plash, o'z-o'ziga buyruq berishni shakllantirish va rivojlantirish kabilarni keltirib o'tish mumkin. Sportchilarning psixologik tayyorgarligiga yana quyidagilarni qo'shimcha qilish mumkin [6].

- sportchilar o'zlarining psixologik yo'nalishini bilish bilan birga muayyan sport ko'rsatkichlariga erishish uchun sermahsul ruhiy faollik holatini vujudga keltirishga odatlanishlari zarur;

- sportchilar har qanday sharoitda ham o'zini-o'zi boshqarishi, jismoniy faollik va ishchanlik kasb eta bilmog'i kerak.

Sportchilarda ruhiy va jismoniy barqarorlik, chidamlilik kabi sifatlarini vujudga keltirish, ularning chinakam sog'lom yigit-qizlar bo'lishiga erishish zarur. Sport faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadigan jihatlardan yana biri bu sportchining jismoniy tayyorgarligidir. Sportchining jismoniy tayyorgarligi pedagogik jarayon bo'lib, u ayni sportga xos harakatlarni bajarish usullarini egallash va ularni takomillashtirishdan iboratdir. Har xil sport turlarida sport harakatlarining texnik-taktik usullari turlicha bo'ladi. Xususan, sport turiga qarab psixologik tayyorgarligi ham farqlandi, misol uchun yakka kurashchilar hamda jamoaviy sport o'yinlari sportchilari bir-biridan mashg'ulotlar fazasi va musobaqa oldi tayyorgarliklari musobaqa davridagi vaqtlari farqli ekanligini ko'rsatib beradi. Sportchining texnikani o'zlashtirishi xilma-xil harakat malakalarni o'zlashtirish bilan bog'liqdir, chunki har qanday sport faoliyatida texnikaning asosi malaka hisoblanadi. Har bir harakat malakasi o'z fiziologik asosiga ko'ra, shartli reflekslar aloqalari tizimlaridan iborat bo'ladi, yosh sportchi uchun zarur bo'lgan kuch, tezlik, ephillik, egiluvchanlik, chidamlilik, sharoitga tez moslashish kabi sifatlar yetiladi.

**Xulosa** qiladigan bo'lsak, tanlab olish usulining mazmuni sport turining aniq mazmuni va o'ziga mosligi bilan belgilanadi. Buni aytish mumkinki yosh sportchilarni tanlashning asosiy vazifasiga ko'p tomonlama izlanish va aniq bir sport turiga qaratilishidir. Dastlabki holati, yoshi va mashg'ulot ta'siri ostida ko'rsatkichlarning o'zgarishi va ularning sport ko'rsatkichlari bilan aloqasi hisobga olinadi. Sportchi tanlash – ko'p yillik jarayon bo'lib, tanlagan sport turini tashkil qilish va yuqori natijalarga erishishni tashkil qilish, tanlovning sifatli amalga oshirilishi, bo'lajak sportchilarni tayyorlashda asosiy omil bo'lib xizmat qilishi kerak.

**Аннотация.** В данной статье отражены актуальные вопросы отбора талантливой молодежи в сферу физической культуры и спорта, а также важные аспекты их физической и психологической подготовки.

**Ключевые слова:** физкультура, юный спортсмен, спортивный результат, личность, психологическая подготовка, физическая подготовка, активность, воля.

# YOSH FUTBOLCHILARNING TO'PNI UZATISH HARAKATLARINING TAHLIL NATIJALARI

**Aydos SHILMANOV**

O'qituvchi, Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Nukus filiali, Nukus shahri, O'zbekiston Respublikasi.  
shilmanovaydos@gmail.com

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada turli yoshdagi yosh futbolchilarning musobaqa sharoitidagi pedagogik kuzatuv orqali olingan natijalar tahlili keltirilgan. Shu bilan birga, ushbu ma'lumotlar bo'lajak trener va mutaxassislarning o'quv-seminar mashg'ulotlarni tashkil etishda uslubiy manba sifatida amaliyotda tatbiq etilgan.

**Kalit so'zlar:** futbol, yosh futbolchilar, texnik-taktik harakatlar, pedagogik kuzatuv, musobaqa, natija.

**Dolzarbli.** Futbol hozirgi kunga kelib o'yinchilarni musobaqa davomida yuqori darajada texnik-taktik harakatlarni bajarishlarini talab qilmoqda. Bu texnik-taktik harakatlarni o'yin davomida oddiy emas, murakkab vaziyatlarda bajarishni, ulardan yuqori darajada to'plarni bir-birlariga uzatishda aniqlikni talab qiladi. Ayniqsa hozirgi kunda raqib jamoasiga hujum uyushtirish davomida to'plarni bir-birlariga aniq oshirib berish harakatlari, darvozani ishg'ol etishdagi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Hozirda esa, to'p uzatishlarni qarshilik qilayotgan raqibning mustahkam bo'lgan himoya zonasini yorib o'tishda foydalanish va bosim ostida hujumni darvozaga zarba berish harakatlari bilan yakunlash qiyin kechmoqda. Tadqiqot olib borayotgan ko'pgina mutaxassislar o'yin davomida to'pni aniq sherigiga oshirib berish jamoaning g'alaba qozonishidagi eng samarali usuli deb hisoblaydilar. Bunda bitta-uchta uzatishda o'yinchilardan birini darvozani zabt etish yo'liga chiqarish orqali hujumni gol bilan yakunlash mumkinligini bildirishgan (1. 2. 3. 4-jadvallar). Bizning chempionatimizda ishtirok etayotgan jamoalarning xalqaro (OChL) uchrashuvlardagi va O'zbekiston terma jamoasi ishtirokidagi uchrashuvlarida ko'proq tarkibiy hujumlarni amalga oshirishda to'plarni bir-birlariga orqaga, yonga oshirib, ko'proq o'zlari hujumlarni to'xtatib qolish harakatlarini kuzatamiz.

Bularni e'tiborga olib, turli yoshdagi futbolchilarimiz tomonidan turli masofalarga to'plarni oshirib berishlarining son va sifat darajasi pastligini o'yin jarayoniga ta'siri bor deb o'ylaymiz. Shuning uchun yosh futbolchilarning to'plarni aniq oshirib berishdagi yutuq va muammosi ko'pgina mutaxassis va trenerlarning diqqat e'tiboridagi dolzarb masalalardan biridir.

**Ishning maqsadi:** musobaqa sharoitida turli yoshdagi futbolchilarning turli yo'nalishlarga

to'plarni oshirib berishdagi aniqliklarini o'rganish.

## Vazifalari:

– yosh futbolchilarning musobaqa faoliyatida to'p uzatish harakatlarini tahlil qilish.

– yosh futbolchilarni to'p uzatish harakatlarini takomillashtirishga qaratilgan taklif va tavsiyalar ishlab chiqish.

## Tadqiqot natijalari va muhokamasi.

Kuzatish ishlari yoshlar o'rtasida O'zbekiston chempionatida bahs olib borayotgan "Jayxun" jamoasining turli yoshdagi futbolchilarida olib borildi.

O'yin davomida ularning turli yo'nalishlarda to'plarni oshirib berishdagi yutuq va kamchiliklari aniqlandi. Kuzatishlar 2022-yilning musobaqa davridagi 15 ta o'yin davomida yuqorida keltirib o'tgan texnik harakatlar, ya'ni to'plarni turli masofalarga oshirib berish harakatlarini qayd etib bordik. Bu yerda tanlab olgan jamoamizning o'yin davomida ko'p marotaba amalga oshirilgan turli masofa va yo'nalishlarga to'plarni yetkazib berish harakatlaridagi yutuq va kamchiliklariga alohida to'xtaldik.

Olingan natijalardan, to'plarni turli masofalarga yetkazib berishda "Jayxun" jamoasining turli yoshdagi tarbiyalanuvchilari o'rtasida katta farq borligi ko'zga tashlandi. Olingan natijalar biz tomonimizdan jadvallar orqali taqdim etildi. Dastlabki 1-jadvalda 2008-yilda tug'ilgan yosh futbolchilarning to'plarni turli masofa va yo'nalishlarga oshirib berish harakatlari ko'rsatilgan. Ular tomonidan jami o'yin davomida o'rtacha 256 ta turli masofalarga to'plarni oshirib berish harakatlarini ko'rsak, noaniq harakati 51% (-131) ni tashkil etdi. 2007-yilda (2-jadvalda) tug'ilgan yosh futbolchilarning o'yin davomidagi natijalari jami o'rtacha 291 ta to'pni oshirib berishgan bo'lsa, xato harakatlari 42% (-116) ni tashkil etgan. 2008-yilda tug'ilgan yosh tarbiyalanuvchilar

uzoq masofaga 47 ta to'p oshirib bergan bo'lsa, noaniqligi 77% (-36), 2007-yildagilar esa, 59 ta to'p oshirib bergan bo'lsa, noaniqligi 59% (-35) ni tashkil etgan. O'rta masofaga to'plarni oshirib berishda 2008-yildagi yosh tarbiyalanuvchilar 73 ta to'p uzatishni, noaniqligi 53% (-39) va qisqa masofaga oshirib berishda 136 ta to'p

uzatishni, noaniqligi 41% (-56) ni tashkil etsa, 2007-yildagi yoshlar o'rta masofaga oshirib berish texnikasi jami 93 ta to'p uzatishlardan, xatosi 52% (-43) va qisqa masofaga oshirib berishda esa 139 ta to'p uzatishlardan, xatosi 27% (-38) ni tashkil etmoqda.

## 1-jadval

"Jayxun" jamoasi tarbiyalanuvchilarining to'pni oshirib berish harakatlari  
(14 yoshli futbolchilar jamoasi)

To'p uzatish turlari	To'pni uzatishlar									jami to'p uzatish	Xato %
	Qisqa			O'rta			Uzoq				
	+	-	Xato %	+	-	Xato %	+	-	Xato %		
Orqaga	14	2	13	5	0	0	0	0	0	+19-2	10
Yonga	39	13	25	9	14	61	2	2	50	+50-29	37
Oldinga	27	41	60	20	25	56	9	33	79	+56-99	64
Jami	80	56	41	34	39	53	11	36	77	+125-130	51

## 2-jadval

"Jayxun" jamoasi tarbiyalanuvchilarining to'pni oshirib berish harakatlari  
(15-yoshli futbolchilar jamoasi)

To'p uzatish turlari	To'pni uzatishlar									jami to'p uzatish	Xato %
	Qisqa			O'rta			Uzoq				
	+	-	Xato %	+	-	Xato %	+	-	Xato %		
Orqaga	24	1	4	16	1	6	0	0	0	+40-2	5
Yonga	42	6	13	15	15	50	3	7	70	+60-28	32
Oldinga	35	31	47	17	26	60	21	28	57	+73-85	54
Jami	101	38	27	50	43	52	24	35	59	+173-115	40

Kuzatishlarimizning turli yoshdagi futbolchilarda ham qiziqarli ma'lumotlarni qo'lga kiritdik. 3-jadvaldagi natijalarda 2006-yilda tug'ilgan yosh futbolchilarning to'plarni turli masofa va yo'nalishlarga oshirib berish harakatlarini ham aniq ochib berishga harakat qildik. Ular tomonidan jami o'yin davomida o'rtacha 274 ta turli masofalarga

to'plarni oshirib berish harakatlarni bajarganligini ko'rsak, noaniq harakati 43% (-119) ni tashkil etdi. Uzoq masofaga 65 ta to'p oshirib bergan bo'lsa, noaniqligi 74% (-48), o'rta masofaga to'plarni oshirib berishda 80 ta to'p uzatishni, noaniqligi 48% (-38) va qisqa masofaga oshirib berishda 129 ta to'p uzatishni, noaniqligi 25% (-33) ni tashkil etgan.

## 3-jadval

"Jayxun" jamoasi tarbiyalanuvchilarining to'pni oshirib berish harakatlari  
(16-yoshli futbolchilar jamoasi)

To'p uzatish turlari	To'pni uzatishlar									jami to'p uzatish	Xato %
	Qisqa			O'rta			Uzoq				
	+	-	Xato %	+	-	Xato %	+	-	Xato %		
Orqaga	17	1	6	5	0	0	0	0	0	+22-1	4
Yonga	48	20	29	16	13	45	2	5	71	+66-38	37
Oldinga	31	12	28	20	24	55	15	43	74	+66-79	61
Jami	96	33	25	42	38	48	17	48	74	+154-118	43

Quyida keltiriladigan 4-jadvaldagi natijalar bizning e'tiborimizni tortdi. Bu yoshdagi futbolchilar oliy, birinchi va ikkinchi liga jamoalarini to'ldiruvchi futbolchilar qatoriga kiradi. Olingan natijalarda 2005-yilda tug'ilgan yosh futbolchilarning to'plarni turli masofa va yo'nalishlarga oshirib berish harakatlari ko'rsatilgan. Ular tomonidan jami o'yin

davomida o'rtacha 320 ta turli masofalarga to'plarni oshirib berish harakatlarini ko'rsak, noaniq harakati 33% (-107) ni tashkil etdi. O'rta masofaga to'plarni oshirib berishda 2008-yilda tug'ilgan yosh tarbiyalanuvchilar 76 ta to'p uzatishni, noaniqligi 30% (-23) va qisqa masofaga oshirib berishda 167 ta to'p uzatishni, noaniqligi 20% (-34) tashkil etmoqda.

**"Jayxun" jamoasi tarbiyalanuvchilarining to'pni oshirib berish harakatlari**  
(17-yoshli futbolchilar jamoasi)

To'p uzatish turlari	To'pni uzatishlar									Jami to'p uzatish	Xato %
	Qisqa			O'rta			Uzoq				
	+	-	Xato %	+	-	Xato %	+	-	Xato %		
Orqaga	24	1	4	4	0	0	2	0	0	+30-1	3
Yonga	63	6	9	28	9	24	3	4	57	+94-19	17
Oldinga	46	27	37	20	12	38	21	46	69	+87-85	49
Jami	133	34	20	53	23	30	27	50	65	+213-105	33

Bu jamoalarning samaradorlik ko'rsatkichi tushib ketishiga ularning o'yin davomida uzoq masofalarga oshirib beriladigan to'p uzatishlarning noaniq harakatlari sabab bo'lgan.

Olingan natijalardan ko'rish mumkinki, qisqa masofaga to'plarni oshirib berishlar soni, o'rta va uzoq masofalarga oshirib berish harakatlarining sonidan yuqori. Uzoq masofaga oshirib beriladigan to'plar soni va samaradorlik ko'rsatkichining pastligini tadqiqot sifatida olingan turli yoshdagi tarbiyalanuvchilarda kuzatdik. Bundan tashqari e'tirof etishimiz kerakki, bu yoshdagi futbolchilarning to'plarni uzoq masofaga yetkazib berish harakatlari turli yoshdagi futbolchilarning harakatlarida xatoliklarni ko'ramiz. Bundan yosh futbolchilar

asosan to'plarni uzoq masofalarga oshirib berish harakatlari bilan o'yin olib borishlarini aniqladik.

Biz yuqoridagi natijalarda ko'proq to'plarni turli masofalardagi yutuq va kamchiliklariga e'tibor qaratgan bo'lsak, jadvaldagi natijalarda to'plarning yo'nalishi ham bizga futbolchilar o'yin olib borish bo'yicha holatlari to'g'risida ma'lumotlarni beradi. Barcha jadvallarda oldinga, orqaga va yonga to'p oshirib berish harakatlarini ko'rishimiz mumkin. Ular orasidagi natijalarda katta farq borligini aniqladik. Oldinga to'pni oshirib berish texnik harakatining samaradorligi o'yin jarayonida orqaga va yonga oshirib berish harakatlaridan ancha pastligini ko'rmoqdamiz.

**Sport ilm-fanining dolzarb muammolari**

Biz turli yoshdagi jamoa tarbiyalanuvchilarini to'pni oshirib berish aniqligining samaradorligini oshirishda esa o'quv-mashg'ulot jarayonida to'plarni harakatda oshirib berishga oid mashqlarni, o'yin vaziyatlariga mos bo'lgan mashqlardan foydalanish, ularni tarbiyalanuvchilar o'zlashtirib olishlari va yuqori tezlikda mashqlarni bajarishlari kerak bo'ladi. Bu o'quv-mashg'ulotlarda berilgan mashqlarning vazifalarini bajarishda ma'lum vaqt ajratilishi, to'pni oshirib berish texnik harakatlarni rivojlantirishda eng katta omillardan biri bo'ldi. Ayniqsa, mashqlarni yakunlashlariga qisqa soniyada berish, yosh futbolchilar tomonidan tez harakatlanib, to'plarni bir-birlariga oshirib berishga undaydi.

Olingan natijalardan turli masofalarga to'pni yetkazib berishda ularning soni va samaradorlik ko'rsatkichlari orasida katta farq borligini, ayniqsa qisqa masofaga oshirib berishlar soni va samaradorlik ko'rsatkichlari yuqoriligini ko'rmoqdamiz. Uzoq masofaga oshirib beriladigan to'plarning son va samaradorlik ko'rsatkichlarini pastligi turli yoshdagi tarbiyalanuvchilarda kuzatamiz. Shu sababdan

trenerlar o'quv-mashg'ulot jarayonida uzoq masofaga to'plarni yetkazib berishga oid vositalarni joriy etishlari kerak. Bundan tashqari mashg'ulotlarda to'plarni oldinga oshirib berish harakatlariga ham alohida e'tibor qaratishlari lozim. Biz trenerlarga olingan ma'lumotlar asosida o'quv-mashg'ulotda tezlik bilan, to'pga bir teginishda hamda to'plarni harakatda oshirib berishga tegishli mashqlar to'plami asosida olib borishlarini tavsiya etamiz.

**Xulosa.** Olingan natijalardan xulosa qiladigan bo'lsak, yosh futbolchilarning aniqlik darajasini o'yindan kelib chiqqan holda tanlangan mashqlarni ko'p marotaba tez, to'pga bir teginishda harakatlanish bilan, raqib qarshiligida takrorlash hamda ularni bajarishlari uchun vaqtni taqsimlash orqali o'stirish mumkin.

Bugungi kunda futbolning kun sayin rivojlanishi mamlakatdagi yosh iste'dodli va umidli jismonan baquvvat futbolchilarning to'p uzatish, to'pni qabul qilish, zarba berish, to'p bilan va to'psiz harakatlarini takomillashtirishni talab qiladi.

**Abstract.** This article presents an analysis of the results obtained during pedagogical supervision of young football players of different ages in competitive conditions. At the same time, this information has been put into practice as a methodological resource for organizing educational seminars for future trainers and specialists.

**Keywords:** football, young football players, technical and tactical actions, pedagogical supervision, result.

**Аннотация.** В данной статье представлен анализ результатов педагогического наблюдения за юными футболистами разных возрастов в соревновательных условиях. Эта информация была использована на практике как методический ресурс для организации образовательных семинаров для будущих тренеров и специалистов.

**Ключевые слова:** футбол, юные футболисты, технико-тактические действия, педагогическое наблюдение, соревнование, результат.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoevning 2019-yil 4-dekabrda "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5887-sonli farmoni. Xalq so'zi gazetasi. 2019 yil 6-dekabr 252-son.
2. Голомазов С.В. Теоретические основы и методика совершенствования целевой точности двигательных действий. Докт.дисс. М., 1996.-327 с.
3. Голомазов С.В. Кинезиология точностных действий человека / С.В. Голомазов.- М.: Спорт. Академ пресс, 2003.-227 с.
4. Губа В.П., Лексаков А.В., Антипов А.В. Интегральная подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2010. - 207 с.
5. Лях В.И., Витковски З., Жмуда В. Специфические координационные способности как критерий прогнозирования спортивных достижений футболистов. - Ж. ТИПФК. №4. 2002. с. 21-25.