

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС
ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

ФАРҒОНА ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ

Жисмоний маданият йўналиши

15.23-гуруҳ битирувчиси

Абдужабборовва Моҳидил Абдумажид қизининг

**“Маҳорати юқори саналадиган БЎСМ футболчиларни техник-
тактик тайёргарлиги”**

мавзусидаги

**БИТИРУВ МАЛАКАВИЙ
ИШИ**

Илмий раҳбар:

Ўқитувчи С.Ураимов

Фарғона – 2019 й

Битирув малакавий иш кафедранинг 2018 йил «_____» _____
«_____»-сонли йиғилишида муҳокама қилинган ва ҳимояга тавсия этилган.

Кафедра мудири _____ А.Абдуллаев

Такризчилар: Ўқитувчи С.Ураимов

Қува туманидаги 2-умумий
ўрта таълим мактаби жисмоний
тарбия ўқитувчиси Ж.Эргашев

Мундарижа

КИРИШ.....	4
БМИнинг долзарблиги.....	4
БМИнинг ўрганилганлик даражаси.....	6
БМИнинг мақсади.....	7
БМИнинг объекти ва предмети.....	7
БМИнинг илмий фарази.....	7
БМИнинг илмий янгилиги.....	7
I БОБ. ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРГА ОИД	
МАЪЛУМОТЛАРНИ УМУМЛАШТИРИШ.....	9
1.1.Жисмоний қобилиятлар ва техник ҳаракатлар.....	12
1.2.Ўйиндаги тактик ҳаракатларга тавсиф.....	19
1.3.Техник, тактик ва жисмоний тайёргарликни бир-бирига боғлиқлиги	
1.4.Турли ампула футболчиларининг тактикага таъсири.....	23
II БОБ МУСОБАҚА ШАРОИТИДА ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК-	
ТАКТИК НАТИЖАЛАРИНИ КЎРИНИШИ.....	27
2.1. Ўйин давомидаги техник-тактик ҳаракатлар динамикаси.....	27
2.1.1. Ўйин давомидаги ҳужум ҳаракатларини кўриниши.....	34
2.2. Жисмоний ва техник ҳаракатлар натижаси.....	35
2.3. Ўқув-машғулот жараёнида олиб борилган ишлар.....	37
2.4.Тадқиқотдан кейинги жисмоний ва техник ҳаракатларни	
кўриниши.....	46
2.5. Тадқиқотдан кейинга техник-тактик ҳаракатларнинг	
фарқи.....	48
Хулосалар.....	54
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.....	56

КИРИШ

БМИнинг долзарблиги. Футбол ҳозирги кунда бутун дунё бўйича биринчи рақамли ўйин ҳисобланиб, кундан кунга ривожланиб бормокда. Ўйинни услублари такомиллашиб, футболчини ҳаракат фаолияти мураккаблашмоқда. Футбол ўйини асосий ҳаракат сифатларини - ҳаракат тезлиги ва аниқлигини, чаққонликни, кучни, чидамкорликни ривожлантиришга кўмаклашади. Кўп сонли ёш болаларни футболга бўлган катта қизиқишларини нафақат жисмоний ривожлантиришда, балки педагогик таъсир этишда ва тарбиялаш жараёнида асосий омил бўлиб хизмат қилиши мумкин.

Хукуматимизнинг ташаббуси ва қўллаб — қувватлаши натижасида жисмоний тарбия ва спорт мамлакатни ижтимоий ривожлантиришнинг устивор масалаларидан бирига айланди. Жисмоний тарбия ва спортни жумладан футболни тобора ривожлантириб боришга йуналтирилган қарорлари унинг ёрқин далилидир. Ўзбек футболчиларининг маҳоратларини ошириш футболни ривожлантириш билан чамбарчас боғлиқдир.

Ўзбек футболчиларини кейинги ривожланиш босқичи, тўғридан-тўғри ёш болалар ва ўсмирлар футболини ривожлантириш билан чамбарчас боғлиқ. Қанчалик болалар ва ўсмирларни тайёрлаш, ўргатиш жараёни самарали йулга қўйилса, кейинги футболимиз ривожланиш босқичи ҳам шунчалик самаралироқ кечарди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.Мирзиёев ва Хукуматимиз олиб бораётган одилова сиёсат мамлакатимиз спортини гуллаб яшнашига ҳисса қўшмоқда. Мустақилликдан сўнг Ўзбекистоннинг спортини ривожлантириш долзарб масалага айланди. Спорт турларини ривожлантириш учун бир қанча қарор ва қонунлар ишлаб чиқилди.

Вазирлар Маҳкамасининг 1996 йил 17 январдаги 27-сонли сессиясида «Ўзбекистон футболини ривожлантиришнинг ташкилий асослари ва принципларини тубдан такомиллаштириш чора — тадбирлар тўғрисида»ги қарорининг чиқарилиши, Ўзбекистон футболини янада ривожлантиришда

катта аҳамият касб этмоқда. Биринчи Президентимиз И.А.Каримов томонидан 2006 йил 1 май куни «Ўзбекистон футболни ривожлантириш» тўғрисида қарори чиқарилди. Биринчи Президентимиз томонидан 2002 йил 24 октябрда қабул қилинган «Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида»ги фармойиши шу масалага оид бўлган Вазирлар Маҳкамасининг қарори (30.Х.02)да истеъдодли ёш футболчиларни етиштириб чиқариш масаласида алоҳида эътибор қаратилган. Бундан ташқари 2011 йил 16 январдаги қарори, мамлакатимиз футболнинг моддий-техник базасини янада мустаҳкамлаш ва ривожлантириш, футбол бўйича мактаб-интернатларда, болалар ва ўсмирлар мактабларида, профессионал клубларида ва терма жамоалар ўқув-машқ жараёнининг юксак сифатини таъминлаш, футболчилар, мураббийлар ҳамда ҳакамларнинг маҳорат ва малака даражасини ошириш, шунингдек республика аҳолисининг кенг катламлари ўртасида футболни фаол тарғиб қилиш ҳамда оммалаштириш мақсадидаги қарори бунга мисол бўла олади.

Демак, халқимиз эъзозлаб келаётган футбол Давлатимиз сиёсатининг устивор йўналиши доирасидан жой олган. Шундай бўлсада, юксак футбол ҳақида баралла гапириш имконияти ҳозирча йўқ. Фикримизча бунинг асосий сабабларидан бири Мамлакатимизда маҳоратли ёш футболчиларни тайёрлашга қодир, ўз касбининг устаси бўлган, рақобатбардош мураббийлар доираси ўта тордир.

Оммавий равишда ўтказилаётган футбол машғулотларида ҳеч қайси мураббий жон жаҳти билан ишламайди, аксарият ҳолларда машғулотлар кўр – кўрова олиб борилмоқда. Илмий жиҳатдан асосланмайди, услубий талабларга жавоб бермайди. Бериладиган жисмоний ва техник – тактик машқларнинг физиологик қиймати эътиборга олинмайди. Кўп йиллик машқ асосида футбол маҳоратини шакллантиришда ҳар – ҳил ёшли футболчи болалар гуруҳлари ўртасида мутоносиблик ва ўзаро боғлиқлик ўрнатилмайди. Замонавий футболга хос моделлар билан ишланмаяпти ва мўлжал қилинмайди.

Мустақилликдан сўнг ўзбек футболчилари бир қанча халқаро мусобақаларда қатнашиб яхши натижалар кўрсатди. Аммо, шуларнинг ичида энг катта ютуғ Херосима шаҳрида ўтказилган, 1994 йилги XII Осиё ўйинларида Ўзбекистон миллий терма жамоасини 1 – ўринни эгаллашидир.

Кейинги вақтларда эса жамоамиз айтарли яхши натижаларга эришмаяпти. 2006 йил Қатар пойтахти Доха шаҳрида бўлиб ўтган 15-Осиё ўйинларида ҳам футболчиларимиз жуда чиройли ўйинлар кўрсатишиб, мусобақани ярим финалида тарк этишга мажбур бўлди. Бунга эса бир қанча сабаблар ўз таъсирини кўрсатди.

Бундан ташқари 2016 йил Бразилиянинг Рио де жанейро шаҳрида бўлиб ўтган XXXI ёзги олимпиада ўйинларида Ўзбекистонлик спортчилар муносиб иштрок этишгани бунга яққол мисол бўлди.

Футбол мутахассислари ва футбол мураббийларининг фикрларича, мағлубиятларимизни сабаби, бу футболчиларимизнинг жисмонан, техник ва тактик тезлик сифатлари анча орқада эканлиги деб таъкидлашмаяпти. Ўзбекистон футбол мутахассислари ва етакчи мураббийларининг фикрича, бизнинг футболчиларимиз мавсум бошланиши арафасида халқаро майдонларда зарур натижаларга эриша олмасликлари, мавсумга техник – тактик тайёргарликлари маромига етказилмаганлигидир. Шунини ҳисобга олганда мураббийларимиз ва футболчиларимиз бу камчиликларни бартараф этиш учун анчагина ишлашларига тўғри келади.

БМЙнинг ўрганилганлик даражаси. Футболда техник-тактик тайёргарликни шакллантириш масалалари кўпчилик мутахассис-олимлар томонидан ўрганилган.

Юқорида қайд этилган муаллифлар фикрига биноан, техник-тактик ҳаракатларни шакллантириш масалалари турлича услуб, воситалар ва ёндошувлар асосида ҳал қилинишини таъкидлашган.

Замонавий футболда фақат тезкор суръатда ижро этиладиган техник-тактик маҳорат эвазига ғалабага эришиши мумкинлигини кўпгини мутахассислар таъкидлашган.

Аммо, бундай маҳоратни нафақат бир мусобақа циклида, балки бир ўйин давомида намоиш этиш ўта мушкул муаммо бўлиб, футболчилардан юксак техник-тактик тайёргарликларни талаб қилинади. Айни кунгача юқори малакали футболчиларни тайёрлаш амалиётида қўлланилиб келинаётган илғор тажрибалар ва тадқиқотлар натижалари ҳеч қандай шубҳа уйғатмайди. Лекин, футболчиларга техник-тактик тайёргарлик масаласи илмий предмет сифатида ўрганишда айрим масалаларга етарлича эътибор берилмаган.

БМИнинг мақсади. Юқори малакали футболчиларни мусобақа шароитидаги техник-тактик ҳаракатларини самодорлигини оширишга мўлжалланган машқлар мажмуаларини ишлаб чиқиш ва уларни тайёргарлик жараёнига тадбиқ этиш асосида техник-тактик маҳоратини ўрганишдан иборат.

БМИнинг объекти ва предмети. Фарғона вилояти БЎСМ ўқувчилар жамоалари футболчилари тадқиқот объекти сифатида жалб қилинди, уларда техник ва тактик тайёргарликни оширишни асос этирувчи махсус ишлаб чиқилган машқлар ёрдамида шакиллантириш ва самодорлигини ўрганиш тадқиқот предмети сифатида танлаб олинди.

БМИнинг илмий фарази. Фараз қилиндики, юқори малакали футболчиларда ўйин давомидаги техник-тактик маҳоратларини самарали шакллантиришда, ўйинлар пайтида тахминан юзага келадиган шароитларни ўқув-машғулот жараёнида шакиллантиришга қаратилган машқлар ёрдамида ошириш имконияти борлиги ва бу машқлар ёрдамида футболчилар техник-тактик маҳоратини мустаҳкамлашга таъсир этиши тахмин қилинди.

БМИнинг илмий янгилиги. Мазкур БМИ юзасидан ўтказилган тадқиқотлар асосида илк бор қўйидаги илмий маълумот ва ёндошувлар қайд этилди:

- ишлаб чиқилган машқлар ёрдамида юқори малакали футболчиларда техник-тактик тайёргарлик кўрсаткичларига ижобий таъсир этганлиги кузатилди;

-футбол мусобақаларида футболчиларнинг ўйин давомидаги техник-тактик ҳаракатларини ўрганилди;

I БОБ. ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРГА ОИД МАЪЛУМОТЛАРНИ УМУМЛАШТИРИШ.

1.1. Жисмоний қобилиятлар ва техник ҳаракатлар.

Мусобоқа натижасининг ўзи техника самарадорлигининг мезони бўлиб хизмат қилади, бироқ ҳар доим ҳам техника самарадорлигининг ишонарли кўрсаткичи бўла олмайди, чунки кўрсатиладиган натижа техникадан ташқари жисмоний сифатларнинг ривожланиши, тана тузилишининг шахсий хусусиятлари (оғирлиги, буйи ва х-к.) га боғлиқ бўлади (12,13).

Футболчи ўзи эгаллаган, такомиллаштирган техникани зарур оптимал куч, тезлик, чидамлилиқ ва бошқа жисмоний сифатлар билан мувофиқлаштира олса, у натижали уйин кўрсатиши мумкин (9).

Агар биз муносиб куч ва тезликка эга бўлмасак (10), футбол уйини техникаси усуллари бажаришга қодир бўлмас эдик. Шу билан бирга чидамлилиқсиз уйин техникасидаги бизнинг кўникмаларимиз (малакаларимиз) катта аҳамиятга эга бўлмасди.

Куч техника элементларини бажаришда асосий ўрин эгаллайди; у оёқ, бош билан зарбаларни бажаришда, алдамчи ҳаракатлар, тўпни олиб қўйишда жуда керак ҳисобланади. Агар футболчи тўпни катта тезликда олиб юриш пайтида бир зумда бурилишлар, тўхташларни бажарса, йўналишини ўзгартира олса, у алдашларни яхши қўллаши мумкин. Шунингдек, куч сакраш ва депсиниш учун ҳам зарурдир.

Чидамлилиқ ва техниканинг боғлиқлиги ҳам объективдир; чидамлилиги бўш, толиққан мускулларга эга бўлган футболчи аниқ ва ўта нозик ҳаракатланишга қодир эмас. Толиққан мускуллар, уйин вазияти қанчалик талаб қилмасин, асаб тизимининг "буйруқларига" бўйсунмайди. Чидамлилиқнинг етишмаслиги кейинчалик техникада хатоларнинг пайдо бўлишига олиб келади. Техниканинг тезлик, чаққонлик, эгилувчанлик ёки бошқа жисмоний сифатлар билан боғлиқлиги худди шундай боғлиқликда мавжуддир (5).

Бу ҳамма тавсифлар тренернинг амалий ишида эътиборсиз қолдирилиши мумкин эмас. Техникани жисмоний сифатларни такомиллаштиришдан ажралган ҳолда ўргатишни ҳохлайдиган тренер, нотўғри йўлдан бораётган ҳисобланади. Албатта, техникани мустаҳкамлаш ўз-ўзидан зарур жисмоний сифатларни ривожлантиради, фақат у етарли даражада бўлмаслиги мумкин.

Яхши футболчи чаққонликка ҳам эга бўлади, албатта. Уйин пайтидаги курашиш шароитлари доимо ва тез ўзгариб туради, шунинг учун уйинчи бетўхтов ва бир зумда уйин вазиятининг ўзгаришига мослашиши лозим бўлади. Ҳаракатларни тез эгаллаб логан, улардан уйин пайтида оқилона фойдалана оладиган, уйинда юзага келган вазиятларда тез ва аниқ йўл топа оладиган, уйиндаги ҳолатларни олдиндан кўзлай оладиган ва шунга мувофиқ энг тўғри ечимларни топадиган футболчи чаққон уйинчи ҳисобланади. Агар биз тўп билан яхши уйнайдиган футболчини энг яхши уйинчи, техникаси бўшроқ футболчини жамоанинг бекорчи аъзоси, деб атасак, нотўғри фикр билдирган бўламиз. Тўпни оёқ билан неча марта уйнай олиш қобилияти чаққонликни билдирмайди. Зеро шу нарса шубҳасизки, яхши футболчилар иккала сифатларга-уйиндаги ҳолатларни сезиш ва танлаш ҳамда тўп билан уйнаш (жонглёрлик қилиш) малакасига эгадирлар.

Ёш футболчи олдида унинг тайёргарлигига нисбатан янада қийинроқ вазифалар қўйилса, бу чаққонликни тарбиялашнинг энг самарали услуби ҳисобланади. Ҳар қандай машқни қийинлаштириш (мураккаблаштириш) мумкин. Масалан, битта техника усулини кетма-кет бажариладиган бир нечта усуллар билан (комплекс ҳолда) алмаштириш мумкин. Бунда уйинчининг координацион малакалари такомиллашади.

Бошқача ҳал этиш ҳам мумкин; ёш уйинчи олдида кутилмаганда пайдо бўлган вазифаларни қўйиш (20). Бунда вазифалар шундай бўлиши керакки, уйинчи кўп сонли имкониятлардан бирини танлаши ва қандай усулни қўллаш лозимлигини ўзи ҳал этиши мумкин бўлсин.

Чакқонликка қаратилган машқлар биринчи навбатда марказий асаб тизимига таъсир кўрсатади. Бунинг натижасида уйинчи психик толиқишни (чарчашни) бошдан кечиради. Шу сабабли чакқонликка қаратилган машқлар (турли шаклларда) куйидаги шароитларда; уйинчилар дам олиб бўлганларида; тренировканинг асосий қисми бошида қўлланади. Тўп билан жонглёрлик қилиш махсус чакқонликни ривожлантирувчи ва уйин техникасини ўрганишга ёрдам берувчи машқлар ҳисобланади.

Асосан мураккаб шаклларда тўп билан бажариладиган оддий машқлар ҳамда техниканинг оддий элементлари чакқонликни ривожлантиришнинг энг самарали усулларида ҳисобланади.

Ўйинга ўйинчиларнинг техник томондан, назарий ва амалий тайёрлаб, унда жисмоний тайёргарликка кам аҳамият берилса, ўйинда тез ҳаракатланган вақтда, жойини алмаштирганда, яккама-якка олишувда ўйинни бой бериши мумкин.

Футболчилар ўзи эгаллаган, такомиллаштириган техникани зарур оптимал куч, тезлик, чидамлилиқ ва бошқа жисмоний сифатлар билан мувофиқлаштира олса, у натижали ўйин кўрсатиши мумкин.

Ҳозирга пайтда болаларни футбол тўғаракларига (секцияларига) саралашда тўпни эгаллаш кўникмаси ҳамда ўйиндаги чакқонликка асосий эътибор қаратилади. Баъзи мутахассисларнинг фикрича, агар болаларда техник тайёргарлик яхши бўлса, бўш жисмоний қобилиятлар фақат эътиборга олиб қўйилади; уларнинг фикрича, хатто яхши жисмоний қобилиятлар ёмон техниканинг ўрнини қоплай олмайди. Кўп ҳолларда бундан болаларни тўғаракларга қабул қилмайдилар. Бу жуда нотўғридир. Ҳозирги кунда ўйин майдонларининг йўқлиги туфайли иктидорли болалар камайиб бормокда. Бизнингча, жисмоний ривожланганлик даражаси ўртадан юқори бўлган болаларни саралаб олиш зарур. Улар тегишли даражада ўргатишдан сунг яхши техникага эга бўлишлари мумкин. Ўсиб бораётган жисмоний нагрузка ёш футболчиларнинг жисмоний қобилиятларини

ривожлантириш усулиятига муҳим даражада тузатишларни киритишни тақозо этади (10,18,19).

Буларнинг барчасини бажаришга эса анчагина жисмоний куч ва техника талаб қилинади. Бундан кўриниб турибдики, футбол мутахассислари ўз тадқиқот ишларида футболчиларнинг юқорида тақидланган ҳаракатларини ўрганишга ҳамда улар учун керак бўлган усул ва услубларни ишлаб чиқиш лозим.

1.2. Ўйиндаги тактик ҳаракатларга тавсиф.

Тактика - бу спортда рақибга қарши кураш олиб бориш санъатидир (12,14). Бунда спортда ютуққа эришиш учун спортчи куч ва барча имкониятларидан мақсадга мувофиқ фойдаланиши зарур. Олдиндан белгиланган режа бўйича ва тезлик билан ҳал қилиниши даркор вазифаларга кўра ташки муҳитнинг доимий ва ўзгарувчан шароитида фойдаланиладиган техника тактиканинг асосий воситаси ҳисобланади.

Тактика барча спорт турлари учун зарурдир. Айниқса, шароитни бирданига англаб олмак, рақибини жуда яхши ҳис қилиш ва бой тажрибадан тез фойдаланишни талаб этадиган спорт ўйинларида (волейбол, баскетбол, футбол, кўл тўпи, хоккей) аҳамиятлидир. Маълум режа ва кўрашнинг ҳар бир дақиқасини англаб олиш асосида турли усуллар, услублар ва ҳаракатларни кўллашда спортчиларнинг рухий, жисмоний ва техник қобилиятларидан самаралироқ фойдаланишда тактика зарур бўлади. Умуман тактика маҳорат, белгиланган режани аниқ, амалга оширишни таъминлайдиган яхши билим, кўникма ва малакаларга асосланади.

Футбол мутахассисларнинг фикрича тактика ўйинчиларнинг рақиб устидан ғалаба қозонишига қаратилган, индивидуал ва коллектив ҳаракатларини ташкил қилишни, яъни жамоа футболчиларининг муайян режага биноан айнан шу, конкрет рақиб билан муваффақиятли кураш олиб боришга имкон беридиган биргаликдаги ҳаракатларни тушуниш керак.

Тактикадаги асосий вазифа ҳужум ва ҳимоя ҳаракатларининг мақсадга эриштира оладиган энг қулай восита, усул ва формаларини белгилашдан иборатдир. Футбол учрашувда кўп марталаб ҳужумдан ҳимояга ва ҳимоядан ҳужумга ўтишдан иборат бўлгани учун ҳам, ҳар қайси жамоанинг ҳужум ва ҳимоя ҳаракатлари уюшган бўлиши керак.

Самарали тактик ўйинлар кўпгина Г.Д. Качалин, Н.М. Люкшинов, Б.А. Аркадьё, Ю.А. Морозов К.Н. Бесков, Чарз Хьюс каби мутахассислар томонидан ўрганилиб, таҳлил қилинган. Уларнинг фикрича футбол учрашувларида жамоаларнинг рақиб устидан самарали ғалабага эришишда, мураббийлар томонидан тўғри танланган тактика муҳим аҳамиятга эга. Хар бир мураббий рақиб жамоанинг ўйин услубига қараб, футболчиларнинг қандай кучга эга эканлигига қараб тактик планни тузиб чиқади. Ўтказилиб келинаётган футбол учрашувларида, халқаро футбол турнирларида малакали мураббийлар ўзларининг тактик ўйин услублари билан кўп бора мувоффақият қозонганлар.

Арпад Чанади, К Геза (8) лар ўйин жараёнида ўйинчиларнинг индивидуал ва жамоавий ҳаракатларини ташкил қилишни яъни жамоада футболчиларнинг муайян режага биноан айнан шу, конкрет рақиб билан муваффақиятли кураш олиб боришга имкон берадиган ҳаракатларини самарали тактик ўйин деб эътироф этишган.

Мутахассислар футболдаги тактик ўйинларни муҳим деб баҳолайди. Ўтказилиб келинаётган жаҳон чемпионатларида ғолиб бўлган жамоалар тактика борасида кучли, тўғри ҳаракатланишган. Бошқа кўплаб футбол мутахассислари ҳам жаҳон чемпионатида янгича ишлаб чиқилган тактика самарасида футбол жамоалари юқори натижаларга эришганлар.

Лобановский Динамо (Киев) клубида тактика борасида бир қанча ғалабаларни қўлга киритган. Унинг ўйин тактикасида ҳар доим ҳам учрашувда биринчи бўлимда гол киритилиши футболчиларга юклатилган. Бундай тактика Динамочиларга кўп учрашувларда муваффақиятли ғалабаларни олиб келган.

В.В. Лабановский ўзининг “Бесконечный матч” китобида шундай фикрларни билдирган. Ҳар бир футбол учрашувига, футболчилар ғалаба учун майдонга тушишлари ва бунда ҳужумкор ўйин тактикаси муҳим аҳамиятга эгадир. Мен ўзимнинг футболчиларига учрашувларда доим биринчи бўлиб тўп киритишни, гол ҳам 1-таймнинг бошларида 10-15 минут оралиғида содир бўлишни ўқтирганман. Бундай ўйин тактикаси билан Лобаноский Динамо (Киев) жамоасида мураббий фаолиятида бир неча бор муваффақиятга эриша олган.

Ҳужумдаги индивидуал тактика бу футболчининг муайян мақсадни кўзда тутган ҳаракатлари, унинг мазкур ўйин вазиятида бир қарорга келиш мумкин бўлган бир канча имкониятлардан энг тугриси танилай билиш, футболчининг туп уз жамоасида бўлганда рақибнинг диққат эътиборидан четга чиқа олиши, ўзи шерикларига уйнайдиган бўш жой топиши ҳолда пайдо қила билиши, керак бўлиб қолган тақдирда эса ҳимоячи билан курашда ютиб чиқа олишга асосланади.

Футбол учрашуви давомида юзага келадиган тактик вазифаларнинг қўпчилиги комбинациялар воситасида ҳал этилади. Комбинация – бу муайян тактик вазифани ҳал этаётган икки ёки бир неча ўйинчининг ҳаракатлари бўлиб, бутун ўйин унга Қарши занжирдан иборат. Бундай комбинациялар олдиндан тренировкalar вақтида тайёрлаб қўйилган ва тайёрлаб қўйилмаган ўйинда юзага келган бўлади.

Мутахассисларни таъкидлашича тактик ҳаракатларни энг асосий ҳаракатларини бу футбол учрашувларда футболчилар – (до) томондан (стенка) комбинацияси кўп марталаб қўлланилади. Девор комбинацияси рақиб ҳимоячи билан курашни шерик ёрдамида ютиб чиқишнинг энг самарали усули ҳисобланади. Бунинг моҳияти шундан иборатки, тўпни бошқараётган ўйинчи шеригига яқинлашиб келиб (ёки шериги яқинлашиб келганда) тўсатдан унга тўп узатиб юборади-да, ўзи максимал тезликда ҳимоячининг оққасига ўтиб кетади. Жамоадоши бир тепишдаёқ тўпнинг тезлиги йўналишини тўп узатиб берган ўйинчи югуриш тезлигини

секинлаштирмай туриб, тўпни яна эгаллаб оладиган, ҳимоячилар эса бунга халақит беролмайдиган ёки тўпни олиб қололмайдиган қилиб узатиб юборади.

Бугунги кун футболда футбол жамоалари қарши ҳужум тактикасидан самарали фойдаланадилар. Қарши ҳужум юритилишининг моҳияти шундан иборатки, ундан битта-учта узатишда ўйинчилардан бирини дарвозани забт этиш учун қулай позицияга чиқарадиган ҳужум ёки тез ҳужум уюштирилади. Ҳужум – бу жамоанинг рақиб дарвозасини забт этишга қаратилган ҳаракатларини уюштириш. Қарши ҳужумнинг афзаллиги шундаки. Бунда рақиб ҳимоячиларнинг кучлари ҳимоя тактикасини қайта тиклашга вақти бўлмайди. Ҳужумдагиларнинг ҳамма ҳаракатлари кутилмаганлик элементларига бой бўлиб, юқори тезликда бажарилади. Ўйинчилар майдонча кўп маневр қиладилар ва тўпни узатиш билан энг қисқа вақт ичида шерикларидан бирини зарба бериш позициясига чиқариш имкониятини яратидилар.

Жамоа ғалабасида футболчиларни майдонда жойлашиши, яъни, иккита ҳужумчи ёки учта ҳужумчи бўлиб иштирок этиши катта эътиборга эга. Замонавий футболда асосан иккита ҳужумчи билан ҳаракатланишади.

Тўпни сақлаб туриш тактикаси ҳам футболчилар томонидан ўйин жараёнида қўлланилади. Тўпни сақлаб туриш тактикаси қўйидаги вазиятларда бўлиши мумкин:

- жамоа ўйинчилари нафас ростлаши керак бўлганда;
- ўйин тугашига оз вақт қолганда.

Бундай ҳолларда рақиб жамоаси одатда тезроқ олиб қўйишига ҳаракат қилади. Унинг ўйинчилари бунда шиддат билан қаттиқ беллашадилар. Шунинг учун бундай шароитларда тўпни сақлаб турган ўйинчилар қўйидагиларга амал қилиши талаб этилади:

А) доимо шерикдан тўпни қабул қилиб олиш имконига эга бўлган ерда жойлашиши:

Б) қисқа масофаларга тўп оширишни қўллаб, тўп ошириши:

В) тўпни сақлаб туриш учун уни олиб юриш:

Г) тўпни сақлаб туриш учун майдон маркази, айниқса ён қанот участкаларидан фойдаланиши.

Ҳимоя тактикаси орқали футбол клублари муваффақиятга эриша оладилар. Ҳимояда ўйнашнинг тактик санъати рақибни ҳеч қачон ўз холига қўймаслик ва уни таъқиб эътишни, қачон шериклардан бирига бериб юбориш ва ҳимоя зонада ўташни билишдан ибора (60). Ҳимояда ўйнаш хилма-хил планли бўлиб, дарвозани мудофаа қилишига, тўпни қўлга киритиш учун актив курашиши ва ҳужум уюштиришга қарашиши керак бўлади.

Мутахассисларнинг фикрича тактик тайёргарлик вазифалари қуйидагича аниқланиши мумкин:

1. Ўйинга таъсир этувчи бир нечта омиллар ва вазиятлар тактик режага киритилиши лозим, яъни жамоа учун матчнинг олдиндан уйланган тактик режаси ўйинчиларнинг билимлари ва қобилиятларига мос даражада тузилиши зарур. Мисол. Ўсмир жамоалардан бирида баъзи ўйинчилар ва бутун жамоанинг иш қобилияти узоқ вақт мобайнида тебраниб турган эди. Ўйинчилар чарчамагунга қадар уларнинг ўйиндаги кайфияти жуда яхши, ўйин режасига мувофиқ уйнайди, лекин ўйинчилар чарчаган захоти, хатолар устига хатолар юзага келади, кайфият йўқолади ва ўйин бетартиб, таркок; холда кечади, ҳамда ўйин режаси барбод бўлади;

2. Ўйинга таъсир кўрсатувчи омиллар даражасини ошириш уйланган ўйин режасининг бажарилишига ёрдам бериши лозим. Олдинги мисолга асосланиб тахмин қилиш мумкинки, уйланган ўйин режасини бажариш давомида техникдактик, амалий ва назарий машғулотлар жисмоний сифатларни такомиллаштиришда кўпроқ қўлланилиши лозим;

3. Машғулотлар давомида ўйинга таъсир кўрсатувчи бир нечта омиллар ўртасида шундай ўқув-тайёргарлик мувофиқлик бўлиши лозимки, у берилган давр ичида энг муҳим омил ёки омилларга

асосан эътибор қаратиши зарур. Бу ерда нафақат йил давомида режалаштирилган машғулотлар таркибига риоя қилиш зарурати, балки тренировкалар пайтида эришилган ютуқ мумкин бўлган пасайиш ёки тухтаб қолишни сезиш ҳамда уз вақтида ушбу вазиятни тузатиш назарда тутилади. Айнан шу ерда ўзаро таъсир кўрсатиш тамойилини қўллаш яхши амалга оширилиши мумкин;

4. Тактик ўргатиш ва ўйинчиларни тайёрлаш жараёнида жисмоний ҳамда рухий фаркларни ҳисобга оладиган индивидуал машғулотлар ўтказилиши лозим.

Футболдаги бошқа тактик омилларнинг ўзаро бир-бирига таъсири, ёш футболчиларнинг тактик тайёргарлиги нуқтаи назаридан, энг биринчилардан ҳисобланади. Уйиндаги "бошқа омиллар" деганда қуйидагилар тушунилади;

а) жамоа ва уйинчиларнинг техник малакалари, уларнинг жисмоний қобилиятлар;

б) жамоа уйинчиларининг уйинда бир-бирини яхши тушуниш даражаси, уйинни билиш, жамоа уйинчиларининг уйғунлиги;

в) уйинчиларнинг ақлий (интеллектуал) даражаси;

"Майда" омиллар ҳам муҳим аҳамиятга эга;

а) уйиндаги куч, рақибнинг кутилаётган тактик режалари тўғрисидаги маълумотлар;

б) уйин қоидаларини билиш;

в) жароҳат олиш, уйиндан четлатиш ва бошқа нарсалар туфайли жамоа таркибининг қисқариши;

г) уйинчиларнинг алмаштирилиши;

д) уйин жойи, хусусияти, майдон ҳолати ва об-ҳаво шароитлари;

е) ушбу матчнинг аҳамияти, турнир жадвалидаги ҳолат.

Тактик тайёргарлик билан боғлиқ бўлган вазиятлар;

1) тактик малакалар, жисмоний қобилиятлар, ақлий ва эмоционал сифатларни такомиллаштириш.;

2) уйинни (унинг алоҳида лавҳалари, уйиндаги қарорларни) такомиллаштириш;

3) уйин тизимларига ўргатиш, уларни ёд олиш;

4) матчга тайёрланиш.

Н.М.Люкшинов ҳозирги замон футболни тактикаси ҳолатини анализ қилиб, тайёргарликнинг бу бўлимини такомиллаштириш учун қуйидаги талабларни ўртага қўйди:

- ҳужум вақтида ҳужум ҳимоя чизиқларини танглаштиришга қаратилган ҳаракатларнинг янги системасини қидириб топиш:

- майдон марказида ва чуқур ҳимоядан бошлаб ўйинни ташкил этишни кучайтириш – ҳозирги замон футболни классини оширишдир:

- ўйин ташкил этишнинг уз фазасига (рақиб ҳужумини бузиш, ўз ҳужумини ташкил этиш, уни нихоясига етказиш) диққатни ошириш:

- ҳозирги замон ўйин тактикасининг асоси – коллектив ҳаракат қилишга бўлган талабчанликни ошириш:

- “зонада” ҳамда “ шахсий учрашувлар”да ўйиннинг юқори даражасига эришиш:

- ўйиндаги вазиятларга бир зумда баҳо бериш қобилиятини ошириш ёки бошқача қилиб айтганда, футболчилар тактик ориентациясини тўғри ривожлантириш:

- ҳужумнинг энг олдинги чизиғида зўр ўйин кўрсата оладиган юқори даражали қанот ҳужумчиларини тайёрлаш. Ҳужумга фоал қўшила оладиган ярим ҳимоячилар ва “бўш” марказий ҳимоячиларни тайёрлаш:

- футболчиларни тайёрлашдаги шахсий ва жамоа тактикасини ташкил этиш ҳамда методикасига қўйиладиган талабларни ошириш:

- жамоа ўйини билан ўз маҳоратини ошира оладиган зўр футболчиларни тарбиялашга кўпроқ эътибор бериш.

Кўпгина муаллифлар ўз тадқиқотларида шуни такидлайдики, 11-14 ёшли футболчиларда жисмоний жиҳатлар ҳамда техник-тактик ўсишлари деярли бир хил бўлади. Лекин жисмоний сифатлар ва техника ўсиши 12-14 ёшда кузатилаётган экан. Шундай экан ёш футболчиларга техник машқларни кўпроқ 12-14 ёшда ўргатиш самаралироқ бўлади.

1.3. Техник, тактик ва жисмоний тайёргарликни бир-бирига боғлиқлиги.

Бизнинг мамлакатимизда футболга катта эътибор қаратилиши футболни ривожланиши учун, кўп ҳаракатлар амалга оширилишини таъмин этади. Футболчиларнинг техник-тактик ва жисмоний тайёргарлиги етарли эмаслиги ва келажакда бу камчиликларни бартараф қилиш учун эса ҳозирги кундаги ёш футболчиларни, яъни футбол мактабларида машғулотларни кучайтиришни таълаб қилади.

Айнан шу жиҳатдан муайян спорт турлари назарияси ва услубияти масалаларини илмий асослашга интилан кўпгина тадқиқотчи-олимлар ўз ижодларини спорт маҳоратининг асоси жисмоний сифатларни ривожлантириш, муаммоларига бағишлаган. Жумладан, Л.Р. Айрапетьянц, М.А. Годикларнинг фикрига кўра, спорт ўйинлари турларида юқори малакали спортчиларни тайёрлаш жисмоний сифатларнинг ривожланганлик даражасига тўғридан-тўғри боғлиқ. Лекин улар ушбу масалага янгича ёндошиб, жисмоний сифатларни ва техник-тактик маҳоратни биргаликда шакллантириш, мусобақа машқларининг мазмуни, ҳажми, шиддати ҳамда йўналишига ўзвий боғлиқ эканлигига эътибор қўрсатишган.

Тактика ҳар доим ҳам муҳим аҳамиятга эга. Футбол техникаси арсеналининг кўпайиши, ўйинчилар жисмоний тайёргарлигининг ўсиши, ўйин қоидалари ҳамда тизимининг ўзгариши, янада такомиллашиб бораётган тренировка цикли ўйинни онгли равишда ташкил қилишда амалий режалар, изланишлар, янгиланишларга кенг йўл очиб берди. Ўйин майдонида кечадиган стратегик кураш, ҳужум ва ҳимоя ўртасидаги олишув, янада янги ва қўрилмаган тактик фикрларни, янгилликларни юзага келтиради. Улар, ўз

навбатида, техник, жисмоний ва руҳий тайёргарлик, уйин қоидалари ҳамда тизимига таъсир кўрсатади. Жисмоний-руҳий қобилиятлар ўртасида ўзаро боғлиқлик, албатта, футболдаги янги изланишларга таъсир кўрсатган ва кўрсатиб келмоқда.

Ўйин тактикаси бўйича бир қатор эслатмалар:

а) Жисмоний қобилиятлар даражасининг ошиши сабабли охириги ун йилликда шиддатли футболнинг ўсиш суръати тезлашди;

б) ҳар доим шуни назарда тутиш лозимки, болаларнинг жисмоний қобилиятларини турли хил услублар ёрдамида жисмоний сифатларга айлантириш мумкин ва шарт. Яхши ривожланган, кучли мускулатурага эга бўлган болаларда биринчи навбатда ҳаракатчанлик, чаққонликни шакллантириш, жисмонан кучсиз болаларда эса, асосан, мушак кучини аста-секин ошириб бориш зарур;

в) алоҳида жисмоний қобилиятларни ривожлантириш учун яроқли бўлган воситаларни билиш жуда муҳимдир. Ёш футболчиларнинг умумий ва махсус қобилиятлари даражаси бутун жамоанинг иш қобилиятини, унинг тактик имкониятларини аниқлаб бериши мумкин.

Кўпгина мутахассислар футболчиларни идрокларини ўрганиб шуни таъкиддайдик, машқ жараёни усулига билан реал уйин фаолиятига қўйиладиган талаблар ўртасида номуносиблик, тактик ва техник тайёргарлик ўртасида узилиш мавжуд. Техник усулларни такомиллаштириш машқларни мураккаб тактик вазиятларни ўз ичига олмайди, тактика бўйича машқлар эса ҳаракатларнинг ҳаракатли компонентларига эга эмас. Футболчилар табиий ўйин шароитларига яқинлаштирилган тактика элементларни ишлаб чиқадиган машғулотлар жуда кам учрайди. Шунинг учун ўқув-машқ жараёнида қўлландиган воситаларнинг характерли аломатлари жорий қилинган эди.

Техника малакалари, жисмоний ва ақлий қобилиятларни такомиллаштириш ҳамда тактик тайёргарлик ўртасидаги боғлиқлик айтиб ўтилганларга нисбатан турли-тумандир. Таъкидлаш жоизки, турли хилдаги тактика режаси ёки тактик фикрлар ҳамда шу билан боғлиқ бўлган режали ўргатиш келгусида фақат бошқа уйин омиллари тегишли даражада ривожланган тақдирдагина амалга оширилиши мумкин.

Амалиётда тактик иш режасини ишлаб чиқиладиганда, ўйинчиларни жисмоний иш қобилиятлари эътиборга олиш муҳим рўл ўйнайди. Агар ўйинчининг техник томондан малакаси юқори бўлиб, тактик масалаларни яхши хал қила оладиган футболчининг жисмоний қобилияти паст бўлса, унда ўйинда ўз кучини кўрсатиши қийин бўлади.

С.А.Савин бир ўйинчига ёки жамоага ўйин олдидан самарали тактикани кўллашда уларнинг жисмоний иш қобилиятини инобатга олиш кераклиги, ўйинга жисмонан тайёр бўлмаган ўйинчи тушса тактик режани амалга ошира олмаслигини таъкидлаган.

Жамоани ҳолатига қабар тактик иш режа тузилади. Агар жамоани ўйинчиларининг жисмоний иш қобилияти инобатга олинса, рақиб жамоани жисмоний иш қобилиятини ҳам инобатга олиш зарур. Агар рақиб жамоаси жисмонан яхши тайёрланган бўлса, у ҳолда аниқ бир-бирига керак бўлмаган тўп оширишлар билан ўйинни секинлаштириш керак. Бу рақиб жамоасини тўп билан ҳаракат қилишни, ўйин суратини камайтириб, аниқ тўп оширишлар эса рақиб кўп ҳаракатланишига мажбур қилиб рақибни толиқтириб қўяди. Шундай жамоалар борки, жисмоний томондан яхши ривожланмаган бўлиб, иккинчи таймда ўйин сурати паст бўлади. Бу жамоалар кучни биринчи таймда кам кетказишга ҳаракат қиладилар. Жисмонан кучли жамоалар, бундай жамоаларни ўйинни бошидаёқ ҳужум уюштириб, рақибнинг жисмоний қобилиятини сусайтириб қаттиқроқ ҳужум уюштириш керак.

Спорт бўйича такомиллаштишининг чегараси йўқ, ундаги энг қийин ҳам қилинадиган вазифалардан бири – техник ва тактик маҳоратни оширишдир.

В.П.Климин бу вазифаларни ўқув-машғулот процессининг кенг кўламда олохида-алохида олиб борган ҳолда ҳал қилиш мумкин, деб ҳисоблайди. Шахсий машғулотларнинг мақсади эса футболчи маҳоратини оширишга қаратилгандир. Футболчилар машғулотини бундай йўл билан олиб бориш учун у қуйидаги методик ёндошиши тавсия этади:

1. Футболчининг қайси техник-тактик ҳаракатлар, приёмлар, сифатлар, кўникмалар асосида қайси соҳада ўйнашини аниқлаш.

2. Футболчининг ўйин соҳасини оптимал ҳолатга келтириш. Бунинг моҳияти аслида бу футболчи учун шахсий машғулотлар комплексини ишлаб чиқишдан иборат. Жамоада ишлаб чиқилган ва қабул қилинган ўйинни олиб бориш принциплари ҳар бир келажаги бор футболчи учун вазифаларни аниқ белгилаб беради. Уни амалга ошириш борасида футболчи ўзининг шахсий қобилиятини жамоага фойда келтирадиган даражада намоён қилади.

3. Футболчининг ўйин ихтисосини аниқлаган ҳолда ўйинни кучайтиришнинг аниқ резерв кучларини аниқлаш. Бу эса ўз навбатида машғулотлар программасини шахсий хусусиятлар асосида ишлаб чиқишга ёрдам беради.

Уларнинг фикрича, тайёргарлик даврининг умумий жисмоний тайёргарлик босқичида тезлик – куч сифатларини алоҳида ривожлантирувчи соф стандарт машқларни қўллаш маъқул. Махсус ва мусобақа олди босқичларда барча машқлар мазмуни ихтисослик йўналишига айлантирилиши лозим (тўпсиз ва тўп билан якка, гуруҳ ва жамоа бўлиб машқлар бажариш). Машқлар мазмуни ва нисбатини қайд этилган тартибда режалаштириш ва қўллаш футболчилар маҳоратини самарали шаклланишига олиб келиши исботланган.

Маълумки, жамоа ўйин ҳаракатларининг ташкиллаштириш, рақиб билан курашаётганда, ҳар бир футболчи зиммасига аниқ вазифани тақсимлаш орқали эришилади. Футболчининг индивидуал ўйини деганда, шерикларнинг ёрдамисиз ҳар бир ўйинчининг рақибга қаршилик кўрсата олишининг ҳар қандай кўринишини тушунмоқ керак. Жуда тез сониялар ичида мазкур

шароитга мақбул келадиган тактик услуб ҳамда комбинацияларни топа олиш ва уларни ўз вақтида бажаришга эришмоги, ҳам рақибнинг ҳам ўз шерикларининг ниятини ўз вақтида англаб етиш зарур. Футболчи ҳаракатлари (тўпни тепиш, тўхтатиш. бошқариш) ва ташки таъсир (шериклар ва рақиблар ҳаракати) ҳар доим ҳам бир ҳил эмас. Футболдаги ҳар бир ҳаракатнинг тузилиши, уни бажариш тезлиги ўйинидаги умумий ахвол ва ўйиннинг бирор бир фурсатида ўйинчи бажараётган аниқ вазифаларга кўп жихатдан боғлиқ.

Ҳар бир спорт турида техник-тактик малакаларни самарали ижро этиш ва юқори спорт натижасига эришиш, шаклланган жисмоний сифатларсиз мумкин эмаслиги кўриниб турибди. Шунинг учун мураббий – мутахассислар ҳам, илмий тадқиқотчилар ҳам, маҳоратли спортчиларни тайёрлашда жисмоний сифатларнинг ўрнига аҳамият беришади ва бу борада кўпдан – кўп изланишларни амалга оширадилар.

1.4. Турли амплуа футболчиларининг тактикага таъсири

Тактикани самарали яқунида майдондаги футболчилар амплуаларига бўлиниб ҳаракатланишади. Майдонда футболчилар ҳимоя, ярим ҳимоя, ҳужумчи вазифаларини бажаришади. Ҳозирги футболда ҳимоясчиларнинг вазифалари кенгайиб кетди. Уларнинг вазифаси эндиликда рақиб ҳужумини бузишдан иборат бўлмай, балки ҳимояда ишончли ўйнаш билан ўз жамоасининг ҳужум ҳаракатларига актив қўшилишни талаб қилмоқда. Иш ҳажмининг жуда ортиб, ҳаракат турларининг кўпайиб кетиши ҳимоячиларнинг жисмоний тайёргарлик даражаси ортишини кучи, тезкорлиги, тезкор чидамлилиги, эпчиллиги, сакровчанлиги, старт тезлигини юксаклиги ривож топишни талаб қилади.

Ҳимоячиларнинг ҳужумдаги тактик ҳаракатлари Э.А.Кошбахтиев (64), қуйидагича баҳолайди:

-Тўпни рақиблардан олиб кўйгандан кейин уни шерикларига вақтида ва аниқ узатиб бериш.

-Жамоа ҳужумларда, стандарт вазиятларда, ҳужум чизигида фаол ҳаракатлана олиши ва очилиши.

Рақиб учун кутилмаганда ҳужумга ҳимоячиларни қўшилиши, бунда туп шу ҳимоячида бўлиб, у қанотдан, марказдан ҳаракат қилади, шунингдек қанот ҳужумчиси билан ўрин алмашади ёки ҳужумчилар билан ҳам ўрин алмашади.

Футболда “ўйиндан ташқари ҳолат” ҳам ҳимоячиларга рақиб ҳужумларини бартараф этишда ёрдам беради. Лекин ўйиндан ташқари ҳолатни юзага келтириши ҳимоячиларнинг хатоси, рақиб ҳужумларига юз фоизлик дарвозага гол киритишни таъминлайди.

Мутахассислар фикрига кўра ярим ҳимоя футболчилари майдондаги катта ҳажмдаги ишни бажаришиб, жамоа ғалабасида ярим ҳимоячиларнинг ўрни бекиёсдир деб қарашади. Бу ихтисосдаги футболчилар бутун учрашув давомида юксак ишчанлигини таъминлайдиган аъло даражада ҳар томонлама тайёргарлик кўрган бўлишлари керак. Ярим ҳимоячилар ҳужум ва ҳимояда актив бўлишлари ўйинни юксак суратда ўтказишлари ва бирдам ҳам сусайтирмасликлари дармоқр. Тактик тайёргарлик юзасидан, жамоа бўлиб ўйнаш воситалари ва методларни танлашда эпчил ва ихтирочи бўлиш юзасидан ўрта қатор ўйинчилари олдига оширилган талаблар қўйилмоқда. Улар ҳужумда ҳам, ҳимояда ҳам ҳамма шерикларнинг ҳамкорлигини уюштириб турадилар.

Жамоанинг ўрта қатор ўйинчилари кўпинча турли тактик планда ҳаракат қилувчи футболчилардан тузилиб, ярим ҳужумчи, диспетчер ва ярим ҳимоячидан иборат бўлади. Ярим ҳужумчи асосан ҳужум қилувчи ўйинчи вазифасини бажаради. Гоҳо у ҳужумнинг бошида ҳаракат қилади ва ҳаракатини актив якунлайди. Диспетчер ҳужумда группа ва жамоа ҳаракатларини уюштиради ҳамда уларни иккинчи эшелондаги ҳаракатлар билан бирга қўшиб олиб боради. Ярим ҳимоячи биринчи галда ўз дарвозаси мудофасини ташкил этишга ёрдам бериб, баъзида жамоасининг ҳужум қаторларига ёриб киради.

Футбол ўйинининг тараққий этиши, ўйинчиларнинг жойлашиши ва вазифалари системасини ўзгариши билан янги услуб — ўйин функцияларнинг такомиллашиш услуби қатъийлаша бошлади. Бу тактик ҳаракатларнинг тезлашишига олиб келади.

Ўйин функцияларнинг универсаллиги ҳимоячилар, ярим ҳимоячилар, ҳужумчилар ҳаракатидаги чегараларни емириб ташлайди. Универсал пландаги ўйин, у тезлашган шароитда ўйинчиларни тактик қобилиятларига қўйиладиган талаб ортади.

Кузатишландан маълум бўладики, ҳужум уюштиришда қанот ҳужумчилари фаол иштироки жамоага ғалаба келтиради. Тезкорлик хислатлари юксак бўлган қанот ҳужумчилари яқка курашда ёки энг яқин турган шериги ёрдамида уни қўриқлаётган ўйинчини, доғда қолдириб, илгарилаб кета бошлайди. Бунда дарвоза чизиги яқинига чиқиб, кейин шериги зарба бериши ёки рақиб оёғидан рикошет бўлишини мўлжаллаб тўпни дарвозани узунасига етказиб беради.

Тактик системалар ҳам жамоаларнинг рақиб устидан муваффақият қозонишида катта аҳамиятга эга. Ўтказилган жаҳон чемпионатларида ҳам терма жамоалар тактик системалар орқали ғалаба қозонишган. 1958 йили Швецияда бўлиб ўтган жаҳон чемпионатида Бразилия жаҳон чемпиони бўлишига 1-4-2-4 тактик системасида ўйин кўрсатишлари сабаб бўлганлигини футбол мутахассислари эътироф этишди.

1974 йил Германияда бўлиб ўтган жаҳон чемпионатида Голландия футболчилари «тотал» футболини намоиш этишди (96).

Мутахассисларнинг эътироф этишича, «тотал» футболи жамоанинг ҳар бир ўйинчисидан юқори даражадаги жисмоний таёғарликни талаб этади. Чунки тотал футболда ҳужумчи, ҳимоячи ўз ампуласидаги вазифани бажармасдан, бошқа ампулада ҳам актив ҳаракат қилиш кераклигини, ўйинчиларнинг ҳимояда, ҳужумда жамоа бўлиб иштирок этишлари кўзда тутилган.

Кўпгина жамоалар футболчилар ўрни—1+4+3+3 ва 1+4+4+2 тарзида жойлаштирилган ўйинга ўтишгандан сунг хар бир футболчининг айникса ярим ҳимоячининг хар —бир ўйин эпизодида иштирок этиш хиссаси янада ошади. Марказий ҳужумчилар учун уйнаш янада мураккаблашади. Унга карши яна икки марказий ҳимоячи ҳаракат қила бошлайди.

Кўпгина муаллифлар эса жамоаларнинг 1-4-4-2 системаси яхши натижа беради деб таъкидлайди. Чунки бу системада соф форвардлар иккита бўлиб қолганига қарамай ҳужумда актив иштирок этишади. Улар майдоннинг хар бир нуқтасида ҳужум қилавермадилар. Ўйинчилар индивидуалгина эмас, балки жамоавий тарзда кам импровизация қила оладилар. Бунда жамоа маневрлари рақиб учун кутилмаган бўлиб қолаверади ва ўйин тактикасини ўзгартириб туриш имконини беради.

Кўпинча мураббийлар футбол жамоаларининг майдонга, рақибни ўйин маҳоратига, кучли, кучсиз жамоалигига қараб тактик системаларни қўлашади. Жаҳон чемпионатида етакчи терма жамоалар Бразилия, Италия, Германия, Аргентина, Франция каби терма жамоаларнинг ўзларининг ўйин тактикаси, ўйин усуллари орқали неча бор жаҳон кубогини қўлга киритишган.

Юкори жумлаларда келтирилгандек, ярим ҳимоячи майдон марказида диспетчерлик вазифаларни бажаради. Тактик томонлама диспетчер футболчи майдонни кура била олади, тупни узида куп ушлаб ўйинчиларни очилишини таъминлайди.

Ҳужумчиларнинг майдондаги ҳаракатлари бошка футболчиларнинг тактик ҳаракатлардан осон куринади. Аслида эса хеч хам ундай эмас. Кўпгина футбол мутахассислари футболчиларнинг майдондаги ўйинларни таҳлил килишган.

II БОБ МУСОБАҚА ШАРОИТИДА ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК-ТАКТИК НАТИЖАЛАРИНИ КЎРИНИШИ

2.1. Ўйин давомидаги техник-тактик ҳаракатлар динамикаси.

Бизнинг расмий мусобақа ўйинларида қайд этилган техник-тактик ҳаракатлармизда, Ўзбекистон чемпионатида иштирок этувчи олий тоифа футбол жамоаларининг ўйин фаолияти кузатилди. 3.1.жадвалда, дастлабки кузатувдан олинган натижалар, яъни назорат гуруҳи сифатида олинган “1-БЎСМ” жамоаси ва тажриба гуруҳи сифатида олинган “2-БЎСМ” жамоа футболчиларини мусобақа давомида олган жамоавий техник-тактик ҳаракатларининг (ЖТТХ) фаоллиги берилган.

Тадқиқотимиздан олинган дастлабки кузатув ишларимизда тайёрлов давридаги ўртоклик учрашувлари ва мусобаканинг биринчи даврасидаги 14 ўйин давомидаги ўртача ($\bar{x}$) ва стандарт оғиш (y) кўрсаткичлари келтирилган. Жадвалдан шу нарса кузатиладики, узоқ муддатли чемпионат давомида ЖТТХ ларни акс эттирувчи айрим кўрсаткичларда тажриба ва назорат гуруҳлари ўртасидаги техник ҳаракатлар бажариш орасида фарқ катталигини аниқладик. ЖТТХ бажаришга тўхталадиган бўлсак, ўйин давомида назорат гуруҳи $662,29 \pm 13,96$ бажарган бўлса, тажриба гуруҳимизнинг $687,05 \pm 23,71$ ҳаракатларини кўрамиз, бу ерда тажриба гуруҳимизнинг ЖТТХ юқорилигини, аммо самарали ҳаракатларига тўхталадиган бўлсак, назорат гуруҳининг ҳаракатлари юқорилигини таъкидлаймиз, яъни назорат гуруҳининг ўйин давомида $492,30 \pm 6,92$ (СК%- $0,74 \pm 0,01$) бажарсалар, “2-БЎСМ” жамоаси $470,33 \pm 16,51$ (СК%- $0,68 \pm 0,01$) ҳаракатларни бажаришган.

Жамоаларнинг ўйин давомидаги техник-тактик ҳаракатлари тўхталадиган бўлсак, назорат гуруҳини тўпни ошириб беришда ўйин давомида $378,79 \pm 6,76$ маротабни, самарали ҳаракатлари эса $297,43 \pm 4,3$ (СК%- $0,79 \pm 0,01$) ташкил этган. Қисқа тўп ошириб беришда жамоа футболчилари жами $185,48 \pm 2,93$ маротабадан, самарали ҳаракатларни $165,93 \pm 1,89$ (СК%- $0,89 \pm 0,01$) ташкил этганлигини, ўрта масофага амалга

оширилган ҳаракатларида эса жами $107,34 \pm 3,73$ ташкил этса, самарадорлиги $80,50 \pm 2,75$ (СК%-0,75 $\pm$ 0,01) ташкил этганлигини ва узоқ масофага амалга оширилган ҳаракатларда эса бир ўйин давомида $85,96 \pm 2,96$ жами тўп узатишларини бажарган бўлсалар самарали ҳаракатлари эса $51,00 \pm 1,48$ (СК%-0,59 $\pm$ 0,02) ташкил этган.

Ўйин давомидаги қолган техник ҳаракатларни бажаришда “1-БЎСМ” жамоасининг ҳаракатлари юқорилигини қайд этдик. Яъни ўйин давомида тўпни олиб юриш ҳаракатларида ўйин давомида $82,00 \pm 5,95$ маротабадан, $80,07 \pm 5,59$ (СК%-0,98 $\pm$ 0,01) маротабаси самарали ҳаракатларини, тўпни рақибдан олиб қўйиш ҳаракатларида $73,86 \pm 3,77$ маротабадан, $41,48 \pm 2,02$ (СК%-0,56 $\pm$ 0,03) маротабаси самарали ҳаракатларни, тўпни олиб қўйишда $85,22 \pm 4,67$ маротабадан $53,11 \pm 2,16$ (СК%-0,62 $\pm$ 0,03) самарали ҳаракатларни, тўп учун курашда $20,14 \pm 1,10$ маротабадан $11,57 \pm 1,22$ (СК%-0,57 $\pm$ 0,04) маротабаси самарали ҳаракатларни, дарвозага зарба беришда $3,64 \pm 0,84$ маротабадан, $1,43 \pm 0,51$ (СК%-0,38 $\pm$ 0,07) маротабаси самарали ҳаракатларни ва дарвозага оёқда зарба бериш ҳаракатларида эса $18,64 \pm 1,55$ маротабадан, $7,21 \pm 0,97$ (СК%-0,39 $\pm$ 0,04) самарали ҳаракатларни амалга оширишган.

Бизнинг тадқиқот гуруҳимизнинг натижаларига тўхталадиган бўлсак, ўйин давомидаги тўпни ошириб беришда $402,41 \pm 23,35$ маротабадан $287,92 \pm 14,32$ (СК%-0,72 $\pm$ 0,02) самарали ҳаракатлари бажаришганлигини кўрамиз. Қисқа тўп ошириб беришда жами $193,74 \pm 15,45$ маротабадан, $162,34 \pm 11,96$ (СК%-0,84 $\pm$ 0,03) самарали ҳаракатларни, ўрта масофага амалга оширилган ҳаракатлари эса жами $117,29 \pm 5,76$ маротабадан, $79,95 \pm 5,22$ (СК%-0,68 $\pm$ 0,03) самарали ҳаракатларини ва узоқ масофага амалга оширилган ҳаракатларда эса бир ўйин давомида $91,38 \pm 6,99$ жами тўп узатишларидан, $45,64 \pm 5,75$ (СК%-0,50 $\pm$ 0,04) самарали ҳаракатлари ташкил этган. Тўпни олиб юриш ҳаракатларида ўйин давомида $82,00 \pm 5,95$ маротабадан $80,07 \pm 5,59$ (СК%-0,98 $\pm$ 0,01) маротабаси самарали, тўпни рақибдан олиб қўйиш ҳаракатларида $73,86 \pm 3,77$ маротабадан, $41,48 \pm 2,02$ (СК%-0,56 $\pm$ 0,03) маротабаси самарали, тўпни олиб қўйишда $85,22 \pm 4,67$

маротаба ҳаракатлардан $53,11 \pm 2,16$ (СК%- $0,62 \pm 0,03$) самарали, тўп учун курашда $20,14 \pm 1,10$ маротабадан $11,57 \pm 1,22$ (СК%- $0,57 \pm 0,04$) маротабаси самарали ҳаракатларни, дарвозага зарба беришда $3,64 \pm 0,84$ маротабадан, $1,43 \pm 0,51$ (СК%- $0,38 \pm 0,07$) маротабаси самарали, дарвозага оёқда зарба бериш ҳаракатларида эса $18,64 \pm 1,55$ маротабадан, $7,21 \pm 0,97$ (СК%- $0,39 \pm 0,04$) самарали ҳаракатларни амалга оширишган.

Олинган натижалардан кўриш мумкинки, бизнинг тадқиқот гуруҳимизнинг техник-тактик ҳаракатларини бажаришда сон жиҳатдан натижалари юқорилигини, аммо самарадорлик кўрсаткичлари назорат гуруҳининг натижаридан пастлигини қайд этдик.

Ўйин давомида футболчиларнинг турли амплуа ўйинчиларининг техник-тактик ҳаракатларини кўриб чиқадиган бўлсак, мутахассис ва мураббийларнинг (50,91,92,93,94,98,109,) фикрларига қўшилган ҳолда таъкидлашимиз мумкинки, ўйин давомида назорат ва тажриба гуруҳининг жамоасида ҳам яримҳимоячиларнинг кўрсаткичлари юқорилигини, кейин ҳужумчиларининг кўрсаткичлари ва ҳимоячиларининг кўрсаткичларини туришини аниқладик. Лекин ўйиндаги самарадорлик кўрсаткичига (СК%) келадиган бўлсак, аксинча натижаларни кўрамиз, яъни ҳимоячиларнинг СК% кўрсатакичлари юқорилигини, иккинчи ўринда яримҳимоячилар туриши ва охириги ўринда ҳужумчи амплуасида ўйнавчи футболчиларнинг ҳаракатлари кузатилди.

Кузатишимизда олинган натижалар 3.2-жадвалда назорат гуруҳи сифатида олинган ва тадқиқот гуруҳи сифатида олинган жамоаларнинг турли амплуалари бўйича техник-тактик ҳаракатлари сони ва самарадорлигини келтирилган. Натижаларда яримҳимоячиларнинг техник-тактик ҳаракатлари, ҳимоячилар ва ҳужумчиларнинг ҳаракатларига қараганда юқорилигини кўрамиз. Назорат гуруҳимизнинг яримҳимоячилари ўйин давомида жами $86,84 \pm 5,46$ ҳаракатларни бажарсалар, $63,96 \pm 5,88$ (СК%- $0,74 \pm 0,02$) ташкил этса, ҳужумчилар жами $70,63 \pm 2,96$, $48,33 \pm 2,74$ (СК%- $0,68 \pm 0,02$) ташкил этса, ҳимоячиларники эса жами $64,44 \pm 2,37$, $52,74 \pm 2,43$ (СК%- $0,82 \pm 0,01$)

3.1-жадвал

Тадқиқот ва назорат гуруҳиларини тадқиқотдан олдин олинган ўйинлари давомидаги ЖТТ ҳаракатларининг 14 ўйиндаги ўртача кўрсаткичлари ($X \pm \delta$).

Техник-тактик ҳаракатлар	“1-БЎСМ”				“2-БЎСМ”			
	Самарали ҳаракатлар У+	Самарасиз ҳаракатлар У-	Жами ҳаракатлар У	СК%	Самарали ҳаракатлар У+	Самарасиз ҳаракатлар У-	Жами ҳаракатлар У	СК%
Қисқа масофа (1-10)	165,93±1,89	19,55±2,16	185,48±2,93	0,89±0,01	162,34±11,96	31,40±6,33	193,74±15,45	0,84±0,03
Ўрта масофа (11-20)	80,50±2,75	26,84±1,83	107,34±3,73	0,75±0,01	79,95±5,22	37,34±3,96	117,29±5,76	0,68±0,03
Ўзоқ масофа (20 м узоқ)	51,00±1,48	34,96±3,08	85,96±2,96	0,59±0,02	45,64±5,75	45,74±4,67	91,38±6,99	0,50±0,04
Жами	297,43±4,3	81,36±4,38	378,79±6,76	0,79±0,01	287,92±14,32	114,49±12,54	402,41±23,35	0,72±0,02
Тўпни олиб юриш	80,07±5,59	1,93±0,83	82,00±5,95	0,98±0,01	75,26±5,25	2,00±0,78	77,26±5,49	0,97±0,01
Рақибни алдаб ўтиш	41,48±2,02	32,38±3,66	73,86±3,77	0,56±0,03	37,01±3,72	38,46±3,69	75,46±7,06	0,49±0,02
Тўпни олиб қўйиш	53,11±2,16	32,11±3,61	85,22±4,67	0,62±0,03	52,44±2,61	37,49±3,19	89,93±4,06	0,58±0,02
Ҳавода кураш	11,57±1,22	8,57±0,76	20,14±1,10	0,57±0,04	10,86±1,10	8,86±1,03	19,71±1,38	0,55±0,04
Бошда зарба бериш	1,43±0,51	2,21±0,43	3,64±0,84	0,38±0,07	1,29±0,61	2,50±0,65	3,79±0,89	0,33±0,13
Оёқда зарба бериш	7,21±0,97	11,43±1,09	18,64±1,55	0,39±0,04	6,79±1,31	12,93±2,13	19,71±2,27	0,35±0,06
Жами	492,30±6,92	169,99±8,67	662,29±13,96	0,74±0,01	471,55±14,58	216,72±13,42	688,27±23,31	0,69±0,01

бажаришган. Тадқиқот гуруҳининг натижалари эса, яримҳимоячилар жами $88,40 \pm 4,55$, $64,14 \pm 5,56$ ($СК\% - 0,72 \pm 0,02$), ҳужумчилар жами $69,15 \pm 0,84$, $46,53 \pm 2,56$ ($СК\% 0,67 \pm 0,03$) ва ҳимоячилар $65,58 \pm 2,95$ жами ва $51,52 \pm 1,86$ самарали ҳаракатларини ($СК\% - 0,77 \pm 0,01$) бажаришган.

Олинган натижалардан кўриш мумкинки, назорат ва тажриба гуруҳларидаги турли амплуа футболчиларни техник-тактик ҳаракатларни бажаришда турли кўрсаткичларга эгаллигини кузатишлардан кўрамиз. Ўйин давомида тўпларни ошириб беришда, назорат гуруҳининг ҳимоячилар $39,66 \pm 2,11$, яримҳимоячилар $59,86 \pm 5,71$ ва ҳужумчилар $41,48 \pm 22,65$, тажриба гуруҳининг натижалари эса, ҳимоячилар $41,12 \pm 2,68$, яримҳимоячилар $60,22 \pm 6,03$ ва ҳужумчилар $39,90 \pm 0,55$ маротабагача ҳаракатларни бажаришларни аниқладик. Ўйинда тўпларни ошириб беришда биринчи ўринда яримҳимоячилар, ҳужумчилар ва ҳимоячилар туришса, самарадорлик кўрсаткичлари эса ҳимоячиларники яримҳимоячилар ва ҳужумчиларнинг тўп ошириб беришларидан юқорилигини, яъни назорат гуруҳида ҳимоячилар қисқа масофага ошириб беришлари $0,92 \pm 0,02$, ўрта масофага $0,83 \pm 0,02$ ва узоқ масофага $0,81 \pm 0,05$, яримҳимоячилар $0,88 \pm 0,03$, $0,73 \pm 0,04$ ва $0,59 \pm 0,03$, ҳужумчилар $0,79 \pm 0,04$, $0,67 \pm 0,02$ ва $0,54 \pm 0,02$ натижаларни ва тажриба гуруҳидаги ҳимоячилар $0,90 \pm 0,03$, $0,81 \pm 0,02$ ва $0,69 \pm 0,02$, яримҳимоячилар $0,86 \pm 0,01$, $0,71 \pm 0,04$ ва $0,56 \pm 0,0$, ҳужумчилар $0,79 \pm 0,05$, $0,65 \pm 0,03$, $0,53 \pm 0,04$ бажаришади.

Назорат гуруҳининг яримҳимоячилари тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $35,28 \pm 6,06$, $31,02 \pm 6,04$ ($СК\% - 0,88 \pm 0,03$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $13,74 \pm 1,69$, $9,92 \pm 0,86$ ($СК\% - 0,73 \pm 0,04$), ўзоқ масофага тўпни ошириб бериш ҳаракатларида жами $10,84 \pm 1,18$, самарали ҳаракатларини $6,36 \pm 0,76$ ($СК\% - 0,59 \pm 0,03$) бажаришган. Ҳужумчиларни кўриб чиқсак, тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $22,50 \pm 2,32$, $17,88 \pm 1,96$ ($СК\% - 0,79 \pm 0,04$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $10,70 \pm 1,70$, $7,20 \pm 1,12$ ($СК\% - 0,67 \pm 0,02$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $8,28 \pm 1,20$, $4,45 \pm 0,64$ ($СК\% - 0,54 \pm 0,02$) бажаришган.

Ҳимоячилар эса тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $20,28 \pm 2,40$, $18,72 \pm 2,28$ (СК%- $0,92 \pm 0,02$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $10,30 \pm 0,44$, $8,58 \pm 0,41$ (СК%- $0,83 \pm 0,02$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $9,08 \pm 0,59$, $7,34 \pm 0,83$ (СК%- $0,81 \pm 0,05$) бажаришган.

Тажриба гуруҳининг натижалари техник-тактик ҳаракатларини бажаришда кам бўлмасада, самарали ҳаракатлари юқори эмаслигини кўрамиз. Ўйин давомида яримҳимоячилар тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $36,04 \pm 7,42$, $31,02 \pm 6,73$ (СК%- $0,86 \pm 0,01$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $14,14 \pm 2,06$, $10,00 \pm 1,42$ (СК%- $0,71 \pm 0,04$), ўзок масофага тўпни ошириб бериш ҳаракатларида жами $10,04 \pm 0,65$, самарали ҳаракатларини $5,66 \pm 0,48$ (СК%- $0,56 \pm 0,05$) бажаришган. Ҳужумчиларнинг тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $21,68 \pm 1,82$, $17,05 \pm 1,96$ (СК%- $0,79 \pm 0,05$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $10,10 \pm 1,68$, $6,55 \pm 1,26$ (СК%- $0,65 \pm 0,03$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $8,13 \pm 1,42$, $4,30 \pm 0,85$ (СК%- $0,53 \pm 0,04$) бажаришган. Ҳимоячилар эса тўпни қисқа масофага ошириб беришда жами $21,12 \pm 1,97$, $19,10 \pm 2,11$ (СК%- $0,90 \pm 0,03$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $10,46 \pm 0,55$, $8,48 \pm 0,54$ (СК%- $0,81 \pm 0,02$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда жами $9,54 \pm 1,36$, $6,62 \pm 1,01$ (СК%- $0,69 \pm 0,02$) самарали ҳаракатларни бажаришган.

Назорат гуруҳининг тўпни олиб юриш ҳаракатларни бажаришда, яримҳимоячилар жами $6,70 \pm 0,77$, самарали ҳаракатлар $6,52 \pm 0,77$ (СК%- $0,97 \pm 0,01$), ҳужумчилар $8,13 \pm 1,02$, $7,98 \pm 1,02$ (СК%- $0,98 \pm 0,01$), ҳимоячилар $3,48 \pm 0,61$, $3,36 \pm 0,60$ (СК%- $0,97 \pm 0,01$) бажаришган. Рақибни алдаб ўтишда, яримҳимоячилар жами $6,96 \pm 0,53$, самарали ҳаракатлар $3,78 \pm 0,42$ (СК%- $0,54 \pm 0,04$), ҳужумчилар $9,88 \pm 0,69$, $6,00 \pm 0,54$ (СК%- $0,61 \pm 0,04$), ҳимоячилар $3,58 \pm 0,40$, $1,84 \pm 0,42$ (СК%- $0,51 \pm 0,09$) бажаришган. Тўпни олиб қўйиш, яримҳимоячилар жами $7,46 \pm 0,33$, самарали ҳаракатлар $4,12 \pm 0,24$ (СК%- $0,55 \pm 0,03$), ҳужумчилар $5,68 \pm 0,93$, $2,78 \pm 0,29$ (СК%- $0,50 \pm 0,11$), ҳимоячилар $11,64 \pm 1,93$, $9,08 \pm 1,56$ (СК%- $0,78 \pm 0,01$) бажаришган. Тўп учун ҳавода курашда, яримҳимоячилар жами $2,06 \pm 0,23$, самарали ҳаракатлар $0,98 \pm 0,24$

(СК%-0,48±0,07), хужумчилар 1,13±0,13, 0,45±0,06 (СК%-0,41±0,09), химоячилар 4,16±0,27, 2,90±0,24 (СК%-0,70±0,03) бажаришган. Бошда зарба беришда, яримхимоячилар жами 0,74±0,21, самарали ҳаракатлар 0,30±0,12 (СК%-0,40±0,07), хужумчилар 1,03±0,39, 0,43±0,22 (СК%-0,40±0,13), химоячилар 0,84±0,29, 0,50±0,21 (СК%-0,59±0,10) бажаришган. Оёқда зарба беришда, яримхимоячилар жами 3,06±0,84, самарали ҳаракатлар 0,96±0,18 (СК%-0,33±0,10), хужумчилар 3,33±0,74, 1,18±0,25 (СК%-0,36±0,07), химоячилар 1,08±0,24, 0,42±0,13 (СК%-0,39±0,09) бажаришган.

Тажриба гуруҳининг тўпни олиб юриш ҳаракатларни бажаришда, яримхимоячилар жами 6,84±0,78, самарали ҳаракатлар 6,64±0,75 (СК%-0,97±0,01), хужумчилар 7,93±1,15, 7,75±1,17 (СК%-0,98±0,01), химоячилар 3,18±0,48, 3,06±0,50 (СК%-0,96±0,02) бажаришган. Рақибни алдаб ўтишда, яримхимоячилар жами 7,46±0,53, самарали ҳаракатлар 4,04±0,79 (СК%-0,54±0,08), хужумчилар 10,23±1,52, 6,10±0,91 (СК%-0,60±0,04), химоячилар 3,38±0,41, 1,60±0,36 (СК%-0,47±0,09) бажаришган. Тўпни олиб қўйиш, яримхимоячилар жами 8,06±0,93, 4,48±0,67 (СК%-0,55±0,03), хужумчилар 5,58±0,87, 2,65±0,52 (СК%-0,49±0,14), химоячилар 11,90±1,07, 8,88±0,92 (СК%-0,75±0,05) бажаришган. Тўп учун ҳавода курашда, яримхимоячилар жами 2,04±0,30, 0,98±0,23 (СК%-0,48±0,10), хужумчилар 1,13±0,13, 0,43±0,10 (СК%-0,38±0,11), химоячилар 4,20±0,16, 2,78±0,34 (СК%-0,66±0,07) бажаришган. Бошда зарба беришда, яримхимоячилар жами 0,88±0,20, 0,34±0,21 (СК%-0,37±0,14), хужумчилар 1,00±0,41, 0,40±0,22 (СК%-0,39±0,09), химоячилар 1,54±0,26, 0,56±0,05 (СК%-0,36±0,02) бажаришган. Оёқда зарба беришда яримхимоячилар жами 2,90±0,95, 0,98±0,34 (СК%-0,35±0,09), хужумчилар 3,40±0,84, 1,30±0,39 (СК%-0,39±0,06), химоячилар 1,26±0,26, самарали ҳаракатлар 0,44±0,13 (СК%-0,35±0,09) бажаришган.

Тўпларни ошириб беришда турли кўрсаткичларга эга бўлсакда, қолган техник ҳаракатларни бажаришда ҳам химоячилар, яримхимоячилар ва хужумчиларнинг ҳаракатларида фарқ борлигини аниқладик. Яъни ўйин давомида назорат ва тадқиқот гуруҳининг химоячилар тўпни рақибдан олиб

кўйиш, тўп учун ҳавода курашиш ва дарвозага бошда зарба бериш техник ҳаракатларни бажаришлари сони ва самарадорлик кўрсаткичлари, яриҳимоячиларнинг ва ҳужучиларнинг ҳаракатларидан юқорилигини кўрамиз. Ҳужумчларнинг ўйин давомида рақибни алдаб ўтиш ҳаракатларида, тўпни олиб юришда, оёқда зарба беришда ҳимоячиларнинг ва яримҳимоячиларнинг ҳаракатларидан сони ва самарадорлиги юқорилигини аниқладик. Ярим ҳимоячилар ўйин давомида ҳам ҳимоячиларда ва ҳужучиларга ёрдам беришида барча техник ҳаракатларни бажаришлар маълум бўлди.

2.1.1. Ўйин давомидаги ҳужум ҳаракатларини кўриниши.

Ўйин давомида биз назорат ва тажриба гуруҳларининг ўйин давомидаги техник-тактик ҳаракатларини келтириб ўтган бўлсак, улар орасида катта фарқ борлигини кузатдик. Бундан ташқари биз футболчилар томонидан уюштирилаётган ҳужумларни ва ҳужумларни якунловчи зарбаларни ва турли амплуа футболчиларни уларда иштирокини аниқлашга ҳаракат қилдик. 3.3-жадвалда ўйин давомида назорат ва тажриба гуруҳларини бир ўйин давомида ҳужум уюштириш ҳаракатларини ўртача кўрсаткичлари келтирилган (X) бўлиб, бу ҳужумларнинг якунловчи зарбалар ҳам акс эттирилган.

Натижаларга назар ташлайдиган бўлсак, иккита жамоанинг марказдан уюштирилган ҳужумлардан, қанотлардан уюштириган ҳужумларининг сони ва самарадорлигини юқорилигини қайд этсак, бундан кўрсаткични қанотлардан уюштириган ҳужумларни якунловчи зарбаларда ҳам кўришимиз мумкин. Бизнинг эътиборимизнинг бу ҳужумларда иштироки ва ҳужумларни якунловчи зарбаларда ҳимоячиларнинг иштирок жалб қилди. Натижаларда тажриба сифатида олган жамоамизнинг ҳимоячиларнинг натижалари кўринмайди. Бундан ташқари зарба бериш ҳаракатларида ҳам натижаларини пастлигини кўрамиз.

Дастлабки “1-БЎСМ” ва “2-БЎСМ” жамоаларининг турли амплуа
футболчиларини ҳужумда иштирок этишлари ва зарба бериш ҳаракатларини
ўртача кўриниши (X)

3.3-жадвал

Майдон кисимлари		“1-БЎСМ”				“2-БЎСМ”			
		Ҳужумлар		Зарбалар		Ҳужумлар		Зарбалар	
		ҳавфл и	ҳавфс из	ҳавфл и	ҳавфс из	ҳавфл и	ҳавфс из	ҳавфл и	ҳавфс из
Қанотдан	Ҳужум сони	19	40	9	10	20	39	10	10
	СК%	32%	68%	47%	53%	34%	66%	50%	50%
		Турли амплуа футболчиларни ҳужумда иштироки							
	Ҳимоячилар	5	15	1	1	9	25	2	2
	Яримҳимояч и	19	40	3	4	19	44	4	3
	Ҳужумчилар	19	40	5	5	19	44	4	5
Марказдан	Ҳужум сони	9	30	3	5	13	29	3	6
	СК%	23%	77%	38%	62%	31%	69%	33%	67%
		Турли амплуа футболчиларни ҳужумда иштироки							
	Ҳимоячилар	3	11	-	-	5	17	-	-
	Яримҳимояч и	9	30	1	2	13	29	1	2
	Ҳужумчилар	9	30	2	3	13	29	2	4

2.2. Жисмоний ва техник ҳаракатлар натижаси.

Бизнинг ўқув-машғулотларда олинган тест назоратида турли амплуа футболчиларнинг ҳаракатлари ўйин давомидаги кўрсаткичларига мос келишини аниқладик. Дастлабки тест назоратини мусобақа даврининг бошидаги ўқув-машғулотларида олинган. Бу ерда жисмоний сифатларни кўрсатувчи 10 м га югуришда, 30 м га югуришда, узунликка сакраш, 1000 м

га югуришдава техник ҳаракатларни акс эттирувчи 30 м га тўп билан югуришда, Дарвозага зарба беришда, тўпни аниқ тепишда ва тўсинларни оралатиб зарба бериш назорат тестларида фойдаланилган. Назорат тестларида турли амплуа футболчиларнинг кўрсаткичларида сезиларли даражада фарқ кўринди. Старт тезлигини аниқловчи 10 м га югуришда назорат ва тажриба гуруҳдаги ҳужумчиларнинг кўрсаткичлари, яримҳимоячи ва ҳимоячиларнинг кўрсаткичларидан яхшилигини аниқладик. Бу ерда 10 м га югуришда назорат гуруҳининг ҳужумчилар $1,82 \pm 0,05$, тажриба гуруҳи $1,84 \pm 0,06$, яримҳимоячилар $1,88 \pm 0,10$ ва $1,89 \pm 0,04$, ҳимоячилар $1,93 \pm 0,05$ ва $1,92 \pm 0,07$ натижаларни кўрсатишган. 30 м га югуришда назорат гуруҳининг ҳужумчилар $4,08 \pm 0,05$, тажриба гуруҳи $4,09 \pm 0,01$, яримҳимоячилар $4,18 \pm 0,02$ ва $4,19 \pm 0,04$, ҳимоячилар $4,19 \pm 0,03$ ва $4,21 \pm 0,05$ натижаларни кўрсатишган. Узинликка сакрашда ҳужумчилар $257,00 \pm 1,41$ ва $257,45 \pm 5,50$, яримҳимоячилар $255,60 \pm 4,51$ ва $252,80 \pm 6,30$, ҳимоячилар $259,20 \pm 5,81$ ва $262,60 \pm 3,91$ натижаларни кўрсатишган. 1000 м га югуришда ҳужумчилар $3;04.55 \pm 0,02$ ва $3;05.25 \pm 0,03$, яримҳимоячилар $3;04.59 \pm 0,03$ ва $3;03.45 \pm 0,20$, ҳимоячилар $3;06.12 \pm 0,04$ ва $3;05.56 \pm 0,03$ натижаларни кўрсатишган. Жисмоний назоратини текширишда олинган натижаларда ҳужумчиларнинг тезкорликлари яримҳимоячилар ва ҳимоячиларнинг тезкорликидан юқорилигини, тезкор-куч махсус сифати яъни узинликка сакрашда ҳимоячиларнинг ҳаракатлари юқорилигини аниқладик. Чидамкорлик сифатини курунишида яримҳимоячиларнинг кўрсаткичи юқорилигини, бу эса ўйин давомида яримҳимоячиларнинг ўйинда энг кўп ҳаракатларни бажаришлари билдиради.

Олинган техник ҳаракатларни белгилаб берувчи назорат тестларида ҳам турли амплуа футболчиларнинг кўрсаткичлари бир хил эмаслигини кўрсатади. Ўйин давомида тўпни олиб юриш ҳаракатларида ҳужумчиларнинг кўрсаткичлари кўзга ташланганлигини такидлаган эдик (3.2 бўлим). 30 м тўп билан югуриш назорат тестида ҳам назорат ва тажриба гуруҳининг ҳужумчиларнинг кўрсаткичлари бир хиллигини кўрсатди. Яъни ҳужумчилар

4,79±0,09 ва 4,70±0,04, яримҳимоячилар 4,96±0,10 ва 4,90±0,05, ҳимоячилар 5,24±0,13 ва 5,07±0,13 натижаларни кўрсатишган. Бундан ташқари дарвозага зарба бериш ҳаракатларида ҳам ҳужумчиларнинг фаолликлари юқорилигини, яъни ҳужумчилар 7,75±5,68 ва 10,25±6,75 (балл), яримҳимоячилар 4,20±1,64 ва 4,80±1,64 ҳимоячилар 4,80±1,64 ва 3,80±2,17 натижаларни аниқладик. Мўлжалга тўпни аниқ тепишда ҳимоячиларнинг ҳаракатлари ажралиб туришини кузатамиз, ҳужумчилар 6,50±1,00 ва 7,25±0,96 (балл), яримҳимоячилар 7,40±1,34 ва 7,60±1,14, ҳимоячилар 8,00±1,22 ва 7,80±1,10 натижаларни аниқладик. Тўсинларни оралатиб дарвозага зарба бериш ҳаракатларида ҳам ҳужумчиларнинг кўрсаткичлари яхшилигини олинган тест назоратидан кўрамыз. Бунда ҳужумчилар 7,25±0,04 ва 7,27±0,09, яримҳимоячилар 7,43±0,06 ва 7,48±0,04 ҳимоячилар 7,53±0,05 ва 7,53±0,03 натижаларни аниқладик

Дастлабки олинган натижалардан хулоса қиладиган бўлсак, ҳужумчиларнинг тезлик кўрсаткичлари ва тўпни олиб юриш, тўпни дарвозага зарба бериш ҳаракатлари, яримҳимоячиларнинг ва ҳимоячиларнинг натижаларидан юқорилигини, бу ҳаракатларни ўйин давомидаги педогогик кузатишлардан олинган натижаларга ҳам мос келишин аниқладик.

2.3. Ўқув-машғулот жараёнида олиб борилган ишлар.

Педогогик кузатишларимиздан олинган натижаларда тажриба гуруҳимизнинг натижалари назорат гуруҳининг техник-тактик ҳаракатларида юқорилигини, аммо самарадорлик кўрсаткичларида натижаларини юқори эмаслигини таъкидлаган эдик. Бу кўрсаткичлар жисмоний сифатларни белгиловчи незорат тестларида фарқлари билинмаган бўлсада, техник ҳаракатлари белгиловчи назорат тестларида ҳам тажриба гуруҳида камчиликлар борлигини кўрсатди.

Бизнинг тажриба гуруҳимизнинг техник-тактик натижалари самарадорлигини ошириш мақсадига қаратилаган тажрибамиз, мусобақа

даврининг танаффус пайти ва мусобақа даврининг иккинчи даврларидаги ўқув-машғулот жараёнларида ўтказилди.

Мутахассис ва мураббийларнинг фикрича, бу даврда машғулотларнинг мақсади янги усулларни ўргатишдан иборат эмас. Тайёргарлик даврида қўлланилган алоҳида усуллар ёки комплекс ҳолда бажариладиган усуллар ўрнига бу даврда техник усулларни ўйинга ўхшаш шароитларда, ўйиндаги вазифаларни ҳисобга олган ҳолда шакллантириш зарур. Демак, техникани шакллантиришда ўйинлар пайтида тахминан юзага келадиган шароитларни яратиш зарур. Машғулот ўйини айнан шундай ҳолда энг яхши услублардан бири ҳисобланади.

Айрим муаллифлар бу етарли эмаслиги, улар ўйин вазиятларида ўхшаш бўладиган алоҳида техника усуллари тез ҳаракатланиш, турли хил комбинациялар билан, рақиб иштирокида бажариш керак деб ҳисоблашган. Бундан ташқари техника бўйича машқларни танлашда ўйинчиларнинг вазифалари (ҳимоячи, яримҳимоячи, ҳужумчи) эътиборга олиниши бўйича фикрларни билдиришган.

Машқларни ўйин давомида олинган техник-тактик ҳаракатларни инобатга олиб турли амплуа ўйинчиларнинг ўйиндаги камчиликларни йўқ қилишга қаратилганлигини, машқларни бир тегишда, тез, турли комбинациялар ва рақиб иштирокида амалга оширишга қарилган машқлар ишлаб чиқиб тажриба гуруҳининг ўқув-машғулот жараёнида олиб борилади. Бундан ташқари ҳимоя амплуасида ўйин олиб бораётган футболчиларнинг ўйин давомида ҳужум фаолиятида иштирок этишга қартилган ва ҳужум амплуасида ҳаракатланувчи футболчиларнинг ҳимоя зонасида ўйин олиб боришларига таълуқли бўлган машқлар туркумига киритилди.

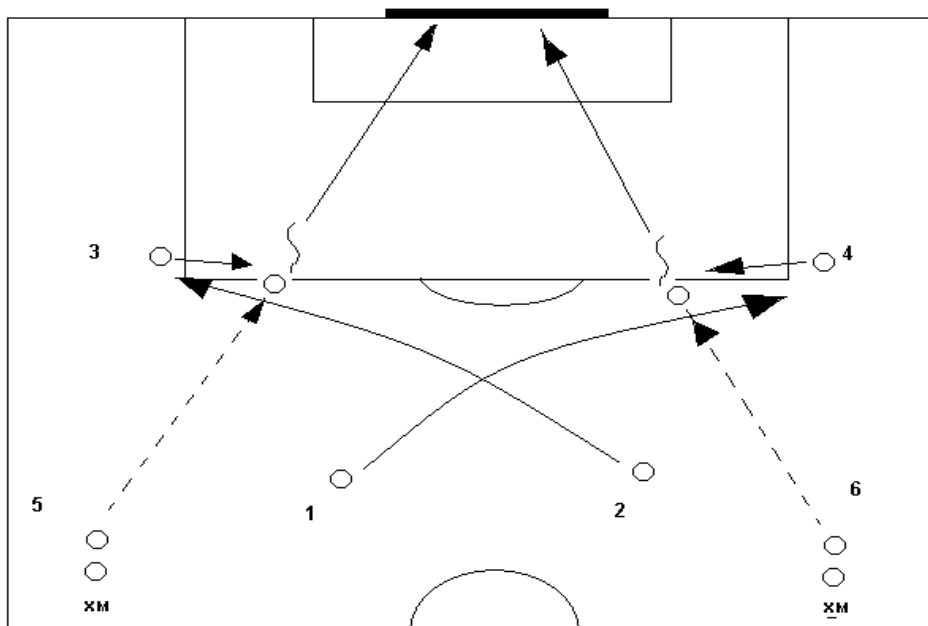
3.4-жадвал

Дастлабки олинган жисмоний ва техник тайёргарлигини аниқловчи назорат тест кўрсаткичлари ($X \pm \delta$).

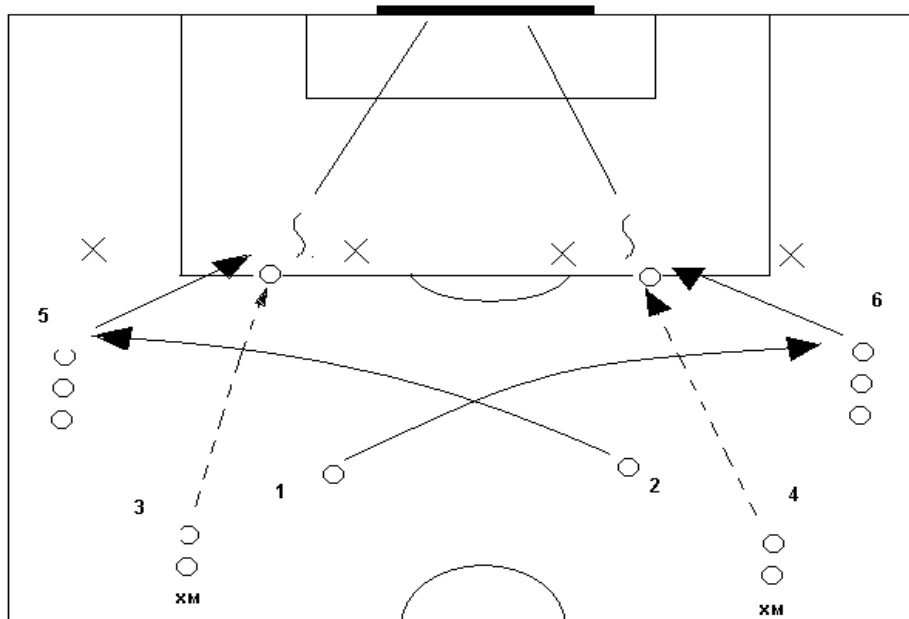
№	Назорат тестлар	Ҳимоячилар		Яримҳимоячилар		Ҳужумчилар	
		Назорат	Тажриба	Назорат	Тажриба	Назорат	Тажриба
1.	10 м га югуриш (сония)	1,93±0,05	1,92±0,07	1,88±0,10	1,89±0,04	1,82±0,05	1,84±0,06
2.	30 м га югуриш (сноия)	4,19±0,03	4,21±0,05	4,18±0,02	4,19±0,04	4,08±0,05	4,09±0,01
3.	Узунликка сакраш (см)	259,20±5,8 1	262,60±3,9 1	255,60±4,5 1	252,80±6,3 0	257,00±1,4 1	257,75±5,5 0
4.	1000 м га югуриш (сония)	3;06.12±0,0 4	3;05.56±0,0 3	3;04.59±0,0 3	3;03.45±0,2 0	3;04.55±0,0 2	3;05.25±0,0 3
5.	30 м га тўп билан югуриш (сония)	5,24±0,13	5,07±0,13	4,96±0,10	4,90±0,05	4,79±0,09	4,70±0,04
6.	Дарвоза томон зарба бериш (балл)	4,80±1,64	3,80±2,17	4,20±1,64	4,80±1,64	7,75±5,68	10,25±6,75
7.	Тўпни аниқ тепиш (балл)	8,00±1,22	7,80±1,10	7,40±1,34	7,60±1,14	6,50±1,00	7,25±0,96
8.	Тўсинлар оралатиб зарба бериш (сония)	7,53±0,05	7,54±0,03	7,43±0,06	7,48±0,04	7,25±0,04	7,27±0,09

Биз қўйидаги машқлардан фойдаландик:

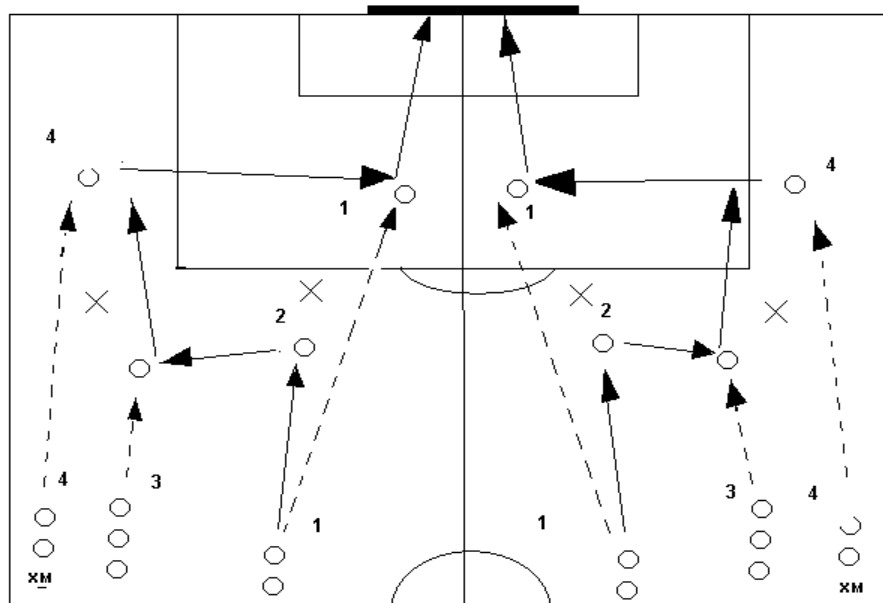
1. Биринчи (1) ва иккинчи (2) ўйинчилар 25-30 м узоқликда туриб юқоридан учинчи (3) ва тўртинчи (4) ўйинчиларга ҳаволатиб зарбалар билан тўпларни йўллайдилар. учинчи (3) ва тўртинчи (4) ўйинчилар тўп ҳаводалигида уни бош билан марказ томонга йўналтирадилар. Биринчи зарба берилган пайтда бешинчи (5) ва олтинчи (6) ўйинчилар ҳаракатга тушади, улар тўп ҳаводалигида ёки уни тўхтатгандан сўнг дарвозага зарба берадилар.



2. Биринчи (1) ва иккинчи (2) ўйинчилар кўндаланг ҳаволатиб тўпни оширадилар. Бешинчи (5) ва олтинчи (6) ўйинчилар бурилиб тўпни ён чизик йўналишида тухтатадилар. Шу заҳоти учинчи (3) ва тўртинчи (4) ўйинчилар дарвоза томон ҳаракатланадилар. Бешинчи (5) ва олтинчи (6) ўйинчилар яна бурилиб учинчи (3) ва тўртинчи (4) ўйинчилар тўпни ошириб беришади. Учинчи (3) ва тўртинчи (4) ўйинчилар тўпни ўзлаштириб уни дарвозага йўллайдилар.

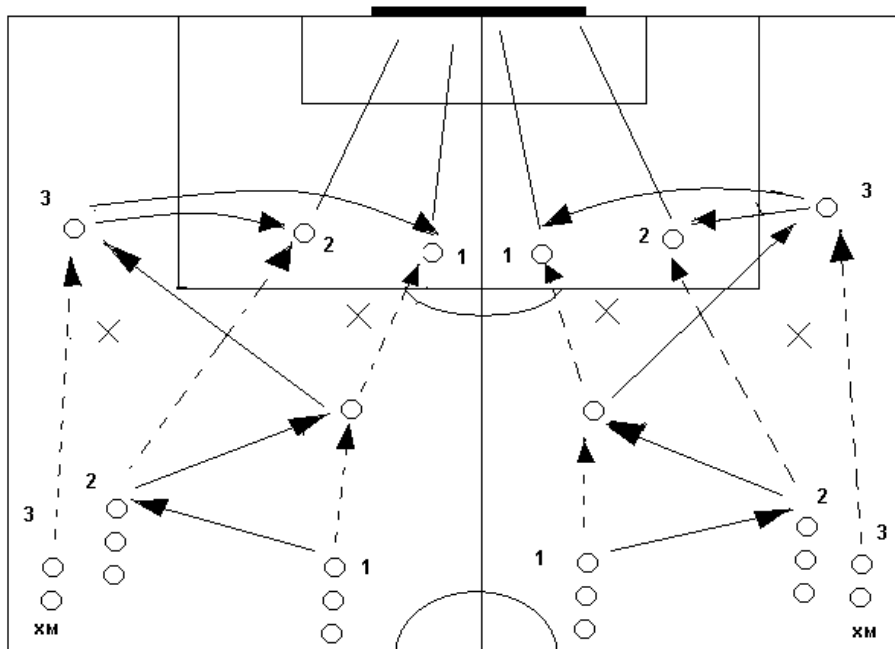


3. Биринчи (1) ўйинчи марказда турган иккинчи (2) ўйинчига ошириб бериб олинган зарба бериш жойига ҳаракатланади. Иккинчи (2) ўйинчи қанотда ҳаракатланаётган учинчи (3) ўйинчига ошириб беради ва битта тегишда қанотдан ҳужумга қўшилган ҳимоячига (4) етказиб беради. Тўртинчи (4) ўйинчи ҳужумни яқунловчи зарбани бериш учун очилган биринчи (1) ўйинчига оширади.

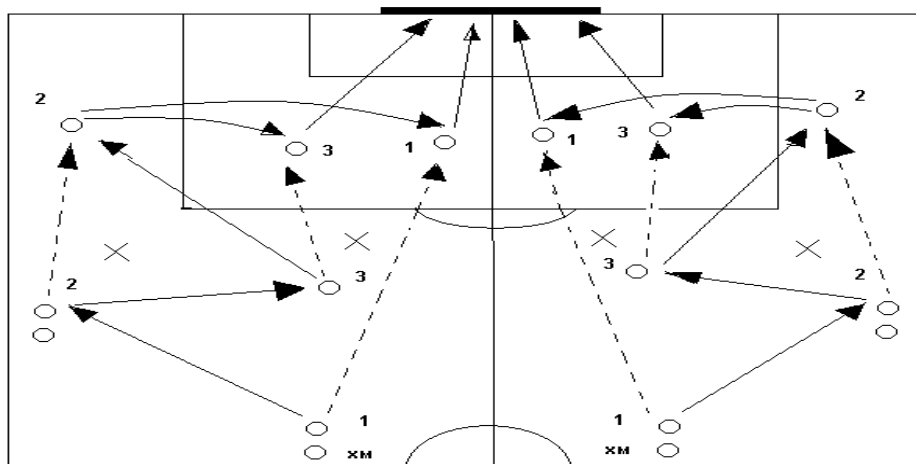


1. Биринчи (1) ўйинчи иккинчи (2) ўйинчига тўпни ошириб бериб ўзи очилиб тўпни қабул қилиб олади ва қанотдан ҳужумга қўшилган ҳимоячига (3) етказиб берилди. Учинчи ўйинчи тўпни қабул қилиб

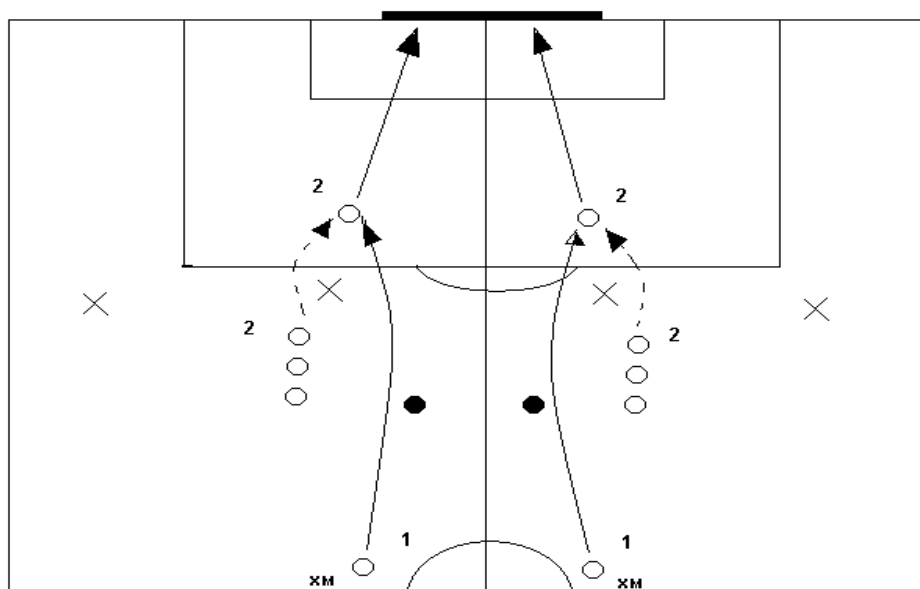
олиш билан марказда очилишга ҳаракат қилаётган учинчиларга етказиб беради. Машқни битта тегишда ва тез бажаришга ҳаракат қилиш керак.



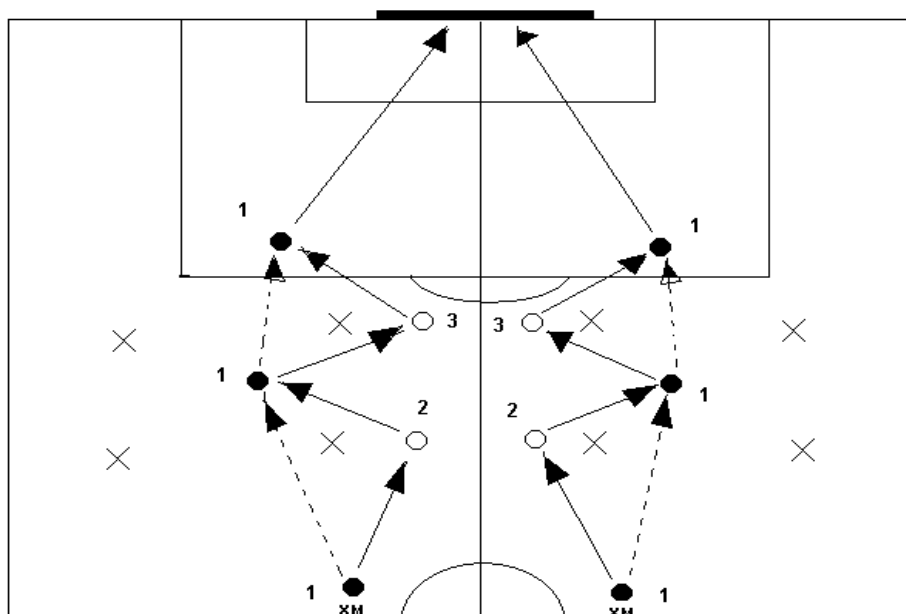
5. Биринчи (1) ўйинчи қанотда ҳаракатланаётган (2) ўйинчига тўпни етказиб беради. Иккинчи (2) ўйинчи марказдаги учинчи ўйинчига (3) ошириб бериб қанотдаги очилган иккинчи (2) ўйинчига ошириб беради. Иккинчи ўйинчи биринчи ва учинчи ўйинчига етказиб беради. Машқни битта тегишда ва тез бажаришга ҳаракат қилиш керак.



6. Марказда тўрган биринчи ўйинчи (1) олдиндаги очилишга ҳаракат қилаётган иккинчи ўйинчига (2) етказиб беришга ҳаракат қилиди. Тўпни олган (2) ўйинчи дарвозага зарба беради. Машқни битта тегишда ва тез бажаришга ҳаракат қилиш керак.

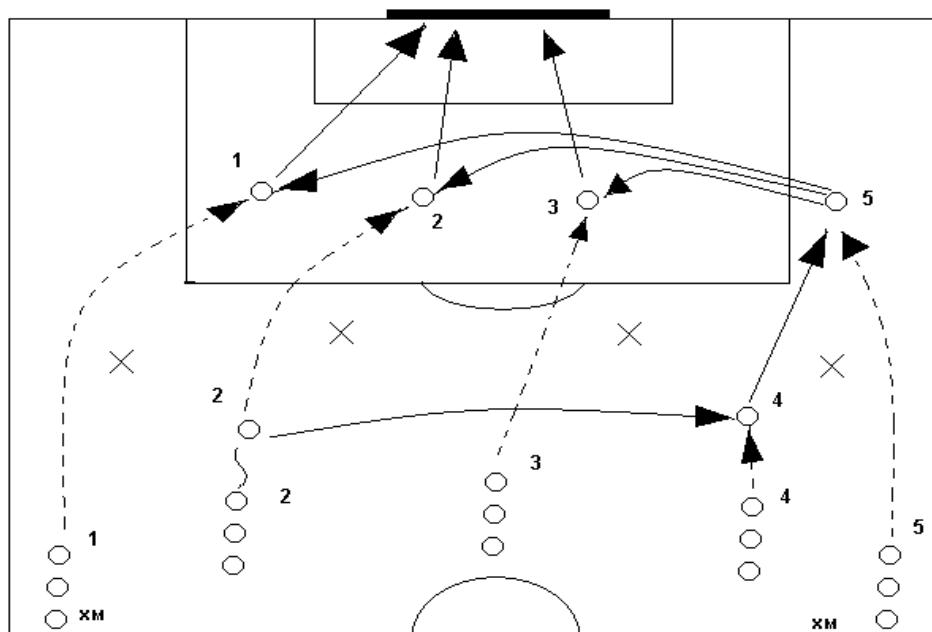


7. Биринчи (1) ўйинчи иккинчи (2) ўйинчи билан тевор усулида ҳаракатланади. Тўпни олиши билан учинчи (3) билан ҳам девор усулида ҳаракат қилиб зарба бериш зонасига чиқиб ҳужумни якунлайди.

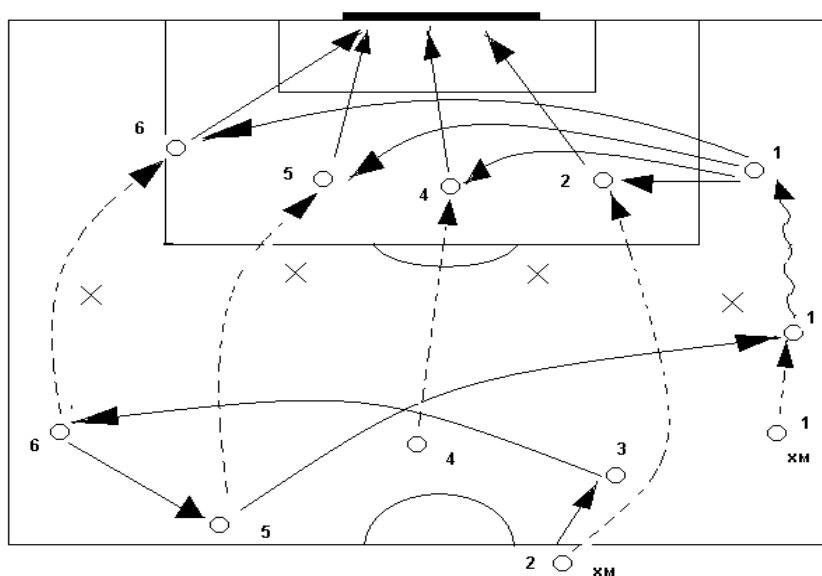


8. Тўпни иккинчи ўйинчи (2) тўпни олиб юриб тўртинчи (4) ўйинчига ошириб беради. Тўртинчи ўйинчи қанотдан очилган бешинчи (5) ўйинчига

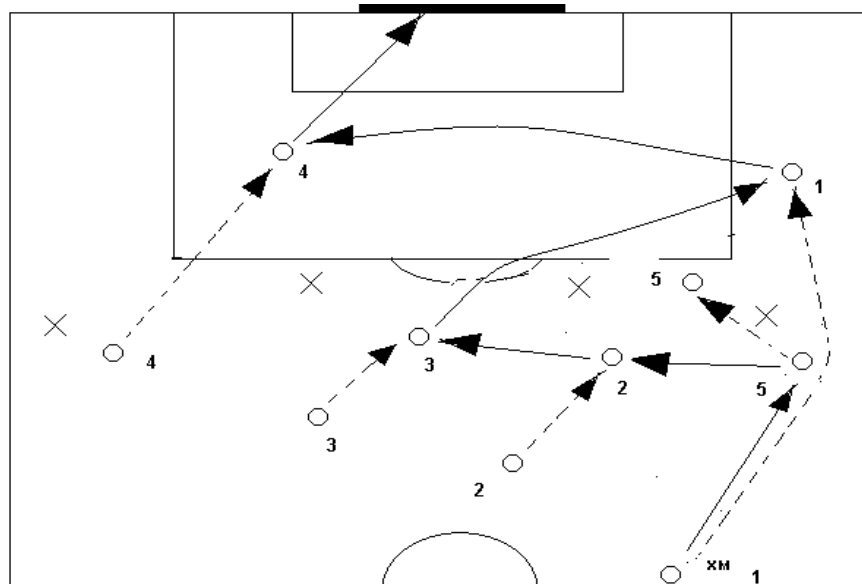
ошириб беради. Бешинчи тўпни олиши билан очилишга ҳаракат қилган учта ўйинчидан бирига ошириб беради.



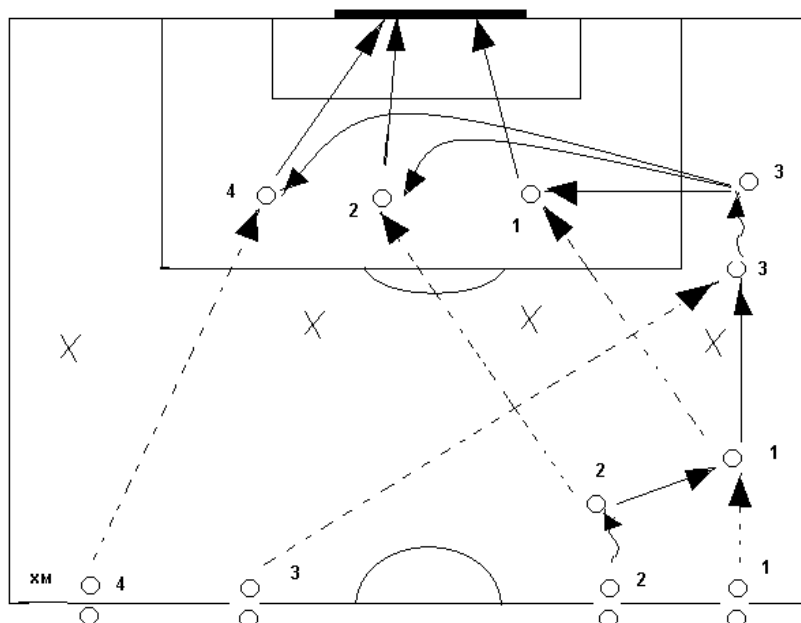
9. Иккинчи ўйинчи (2) марказдан бошлаб қанотдаги олтинчи (6) ўйинчига ошириб беради. Олтинчи ўйинчи орқага марказга ошириб беради, бешинчи (5) ўйинчи қарамаа-қарши томондаги ўйинчига тўпни етказиб беради. Биринчи ўйинчи (1) тўпни қабул қилиб олиб олдида ҳаракатланади ва давоза ёнида очилишга ҳаракат қилаётган ўйинчилардан бирига етказиб беришга ҳаракат қилади.



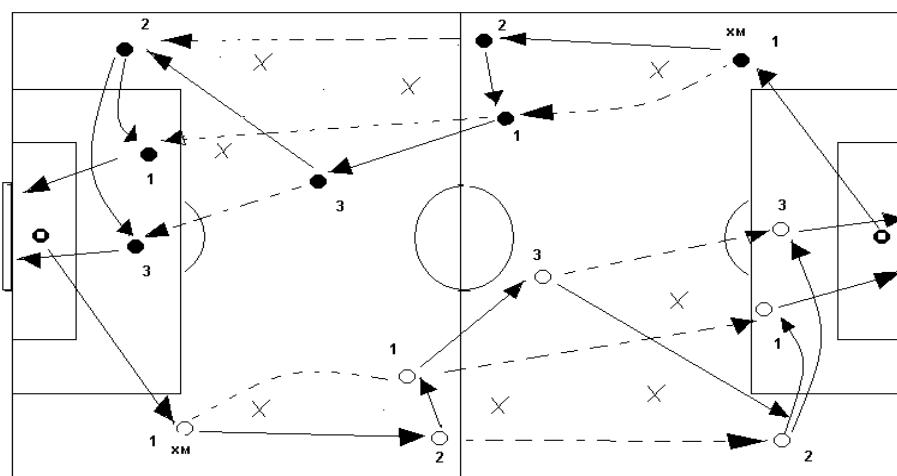
10. Биринчи ўйинчи (1) қанотдан тўпни қанотдаги бешинчи (5) ўйинчига тўпни ошириб беради. Бешинчи ўйинчи иккинчига (2) ва иккинчи ўйинчи учунчи ўйинчига ошириб беради. Учунчи ўйинчи қанотдан очилган биринчи ўйинчига тўпни етказиб беради. Биринчи ўйинчи тўпни олиши билан қарама-қарши турган туртинчи ўйинчига етказиб беради.



11. Бу машқда ҳам биринчи (1) ўйинчи очилишга ҳаракат қилади. Очилиши билан тўпни қабул қилиб қанотдан олдинга ҳаракат қилади. Қолган ўйинчилар дарвоза ёнида тўриб тўпни қабул қилишга ҳаракат қилиб ҳужумни якунлашга ҳаракат қилади.



12. Биринчи ўйинчи (1) тўпни олдинги қанотда ҳаракатланаётган иккинчи (2) ўйинга етказиб беради. Иккинчи ўйинчи очилган биринчи ўйинчига ошириб қанотдан очилашга ҳаракат қилади. Биринчи ўйинчи марказдаги учунчи ўйинчига етказиб беради ва зарба бериш жойига очилади. Учунчи ўйинчи қанотдан очилган иккинчи ўйинчига ошириб биринчи ўйинчига ўхшаб ҳужумни қўнловчи зонага очилади. Қанотдан тўпни қабул қилиб олган ўйинчи очилган ўйинчиларга етказиб беришга ҳаракат қилади.



2.4. Тадқоқотдан кейинги жисмоний ва техник ҳаракатларни кўриниши.

Дастлабки олинган жисмоний ва техник тайёргарлигини аниқлашда фойдаланилган назорат тестларида, турли амплуа футболчиларнинг кўрсаткичларида фарқ борлиги ва уларда жисмоний тайёргарлик натижалари юқорилигини, тажриба гуруҳи сифатида олинган “2-БЎСМ” жамоасининг футболчиларнинг техник тайёргарлик бўйича олинган тест меёрларида камчиликлар борлигини, айниқса ўйиндаги ҳимоячиларнинг амалга оширилаётган тўпни олиб юриш, дарвозага зарба бериш, тўсинлар оралатиб зарба бериш кўрсаткичларида камчиликлар келтирилган эди. Бундан ташқари ҳужумчиларнинг тўпни аниқ тепишда, яримҳимоячиларда тўпни олиб юришда дарвозага зарба бериш техник ҳаракатларда камчиликлар кўзга ташланди. Бизнинг ўқув-машғулотларда махсус ишлаб чиқилган машқлар орқали бу қачиликларни бартараф этишга ҳаракат қилдик.

Тадқиқотимизнинг кейинги натижаларни биз мусобақанинг иккинчи даврида олдик. Бу ерда жисмоний сифатларни курсатувчи 10 м га югуришда, Старт тезлигини аниқловчи 10 м га югуришда назорат ва тажриба гуруҳдаги ҳужумчиларнинг натижалари $1,81 \pm 0,02$ ($P \geq 0,41$), тажриба гуруҳи $1,83 \pm 0,06$ ($P \geq 0,26$), яримҳимоячилар $1,86 \pm 0,05$ ($P \geq 0,32$) ва $1,89 \pm 0,05$ ($P \geq 0,95$), ҳимоячилар $1,93 \pm 0,03$ ($P \geq 0,07$) ва $1,91 \pm 0,06$ ($P \geq 0,21$), 30 м га югуришда ҳужумчилар $4,07 \pm 0,04$ ($P \geq 0,33$), $4,06 \pm 0,05$ ($P \geq 0,94$), яримҳимоячилар $4,15 \pm 0,08$ ($P \geq 0,76$) ва $4,17 \pm 0,03$ ($P \geq 0,82$), ҳимоячилар $4,18 \pm 0,04$ ($P \geq 0,32$) ва $4,16 \pm 0,04$ ($P \geq 1,73$), узинликка сакрашда ҳужумчилар $256,75 \pm 2,22$ ($P \geq 0,16$) ва $255,50 \pm 3,70$ ($P \geq 0,59$) яримҳимоячилар $255,20 \pm 3,96$ ($P \geq 0,13$) ва $257,60 \pm 2,51$ ($P \geq 1,42$), ҳимоячилар $259,60 \pm 6,35$ ($P \geq 0,09$) ва $263,00 \pm 3,54$ ($P \geq 0,15$), 1000 м га югуришда ҳужумчилар $3;05.12 \pm 0,01$ ($P \geq 0,82$) ва $3;05.42 \pm 0,01$ ($P \geq 0,14$), яримҳимоячилар $3;04.25 \pm 0,03$ ($P \geq 0,02$) ва $3;04.12 \pm 0,03$ ($P \geq 0,99$), ҳимоячилар $3;06.21 \pm 0,03$ ($P \geq 0,24$) ва $3;05.26 \pm 0,03$ ($P \geq 0,07$) натижаларни кўрсатишган. Оланган жисмоний назоратини текширишда олинган натижаларда ҳужумчиларнинг тезкорликлари яримҳимоячилар ва ҳимоячиларнинг тезкорликдан юқорилигини, тезкор-куч махсус сифати яъни узинликка сакрашда ҳимоячиларнинг ҳаракатлари юқорилигини аниқладик. Чидамкорлик сифатини курилишида яримҳимоячиларнинг кўрсаткичи юқорилигини, бу эса ўйин давомида яримҳимоячиларнинг ўйинда энг кўп ҳаракатларни бажаришлар билдиради.

Олинган техник ҳаракатларни белгилаб берувчи назорат тестларида ҳам турли амплуа футболчиларнинг кўрсаткичлари бир хил эмаслигини кўрсатади. Яъни ҳужумчилар $4,76 \pm 0,08$ ($P \geq 0,38$) ва $4,66 \pm 0,04$ ($P \geq 3,03$), яримҳимоячилар $4,90 \pm 0,12$ ($P \geq 0,65$) ва $4,81 \pm 0,02$ ($P \geq 3,76$), ҳимоячилар $5,14 \pm 0,11$ ($P \geq 1,10$) ва $5,97 \pm 0,09$ ($P \geq 1,22$), дарвозага зарба бериш ҳаракатларида ҳужумчилар $11,25 \pm 6,08$ ($P \geq 0,05$) ва $13,00 \pm 6,68$ ($P \geq 2,58$), яримҳимоячилар $7,40 \pm 4,98$ ($P \geq 1,22$) ва $12,00 \pm 5,48$ ($P \geq 2,52$) ҳимоячилар $6,80 \pm 5,36$ ($P \geq 0,71$) ва $10,00 \pm 5,48$ ($P \geq 2,78$), тўпни аниқ тепишда ҳужумчилар $7,00 \pm 1,15$ ($P \geq 0,57$) ва $8,50 \pm 0,58$ ($P \geq 2,45$), яримҳимоячилар $7,80 \pm 1,10$ ($P \geq 0,46$)

ва $8,80 \pm 0,84$ ($P \geq 2,45$), химоячилар $8,20 \pm 1,30$ ($P \geq 0,22$) ва $8,60 \pm 1,52$ ($P \geq 2,61$), тўсинларни оралатиб дарвозага зарба бериш ҳаракатларида ҳужумчилар $7,22 \pm 0,03$ ($P \geq 1,04$) ва $7,17 \pm 0,04$ ($P \geq 2,98$), яримҳимоячилар $7,41 \pm 0,05$ ($P \geq 0,56$) ва $7,39 \pm 0,04$ ($P \geq 2,76$) химоячилар $7,49 \pm 0,04$ ($P \geq 1,11$) ва $7,42 \pm 0,02$ ($P \geq 6,40$) натижаларни аниқладик

Дастлабки олинган натижалардан хулоса қиладиган бўлсак, ҳужумчиларнинг тезлик кўрсаткичлари ва тўпни олиб юриш, тўпни дарвозага зарба бериш ҳаракатлари, яримҳимоячиларнинг ва химоячиларнинг натижаларидан юқорилигини, бу ҳаракатларни ўйин давомидаги педагогик кузатишлардан олинган натижаларга ҳам мас келишини аниқладик.

2.5. Тадқиқотдан кейинга техник-тактик ҳаракатларнинг фарқи.

Назорат гуруҳи футболчиларининг ўзларини ўқув-машғулотларида иш режаларидаги келтирилган усул ва воситалар билан олиб борган машғулотларидан кейин, мусобақа иккинчи даврасида олинган натижаларга назар ташлайдиган бўлсак, жамоавий техник-тактик ҳаракатлари мусобақанинг иккинчи даврасида ҳам жамоаларнинг ўсиш даражаси кузатилди. Тадқиқотдан олдин ва тадқиқотдан кейинги натижалар студент мезони ($t_{\text{стю}}$) ва кўрсаткичлар фарқининг ишончлилиги (P) бўйича ҳисобланганда уларнинг қай даражада ўсганликларини кўрамиз.

Ўйин давомидаги футболчилар томонидан самарали техник-тактик ҳаракатларнинг натижаларини 3.5-жадвални кузатсак назорат гуруҳининг тўпни қисқа масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}} - 0,80$ ($P \geq 0,05$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}} - 0,97$ ($P \geq 0,05$), узоқ масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}} - 0,66$ ($P \geq 0,05$), ўйин давомидаги тўпни ошириб бериш ҳаракатларида $t_{\text{стю}} - 1,25$ ($P \geq 0,05$), тўпни олиб юриш ҳаракатларида $t_{\text{стю}} - 0,57$ ($P \geq 0,05$), рақибни алдаб ўтишда $t_{\text{стю}} - 0,72$ ($P \geq 0,05$),

Тадқиқотмиздан сўнг олинган назорат тест натижалари

Назорат тестлар	Ҳимоячилар		Яримҳимоячилар		Ҳужумчилар	
	($X \pm \delta$).	$t_{\text{тстю}}$ $P \geq \leq 0,05$	($X \pm \delta$).	$t_{\text{тстю1}}$ $P \geq \leq 0,05$	($X \pm \delta$).	$t_{\text{тстю1}}$ $P \geq \leq 0,05$
	“1-БЎСМ” назорат гуруҳи					
10 м га югуриш	1,93±0,03	$P \geq 0,07$	1,86±0,05	$P \geq 0,32$	1,81±0,02	$P \geq 0,41$
30 м га югуриш	4,18±0,04	$P \geq 0,32$	4,15±0,08	$P \geq 0,76$	4,07±0,04	$P \geq 0,33$
Узунликка сакраш	259,60±6,35	$P \geq 0,09$	255,20±3,96	$P \geq 0,13$	256,75±2,22	$P \geq 0,16$
1000 м га югуриш	3;06.21±0,03	$P \geq 0,24$	3;04.25±0,03	$P \geq 0,02$	3;05.12±0,01	$P \geq 0,82$
30 м га тўп _илан югуриш	5,14±0,11	$P \geq 1,10$	4,90±0,12	$P \geq 0,65$	4,76±0,08	$P \geq 0,38$
Дарвоза томон зарба бериш	6,80±5,36	$P \geq 0,71$	7,40±4,98	$P \geq 1,22$	11,25±6,08	$P \geq 0,05$
Тўпни аниқ тегиш	8,20±1,30	$P \geq 0,22$	7,80±1,10	$P \geq 0,46$	7,00±1,15	$P \geq 0,57$
Тўсинлар оралатиб зарба бериш	7,49±0,04	$P \geq 1,11$	7,41±0,05	$P \geq 0,56$	7,22±0,03	$P \geq 1,04$
“2-БЎСМ” тажриба гуруҳи						
10 м га югуриш	1,91±0,06	$P \geq 0,21$	1,89±0,05	$P \geq 0,95$	1,83±0,06	$P \geq 0,26$
30 м га югуриш	4,16±0,04	$P \geq 1,73$	4,17±0,03	$P \geq 0,82$	4,06±0,05	$P \geq 0,94$
Узунликка сакраш	263,00±3,54	$P \geq 0,15$	257,60±2,51	$P \geq 1,42$	255,50±3,70	$P \geq 0,59$
1000 м га югуриш	3;05.26±0,03	$P \geq 0,07$	3;04.12±0,03	$P \geq 0,99$	3;05.42±0,01	$P \geq 0,14$
30 м га тўп билан югуриш	4,97±0,09	$P \geq 1,22$	4,81±0,02	$P \leq 3,76$	4,66±0,04	$P \leq 3,03$
Дарвоза томон зарба бериш	10,00±5,48	$P \leq 2,78$	12,00±5,48	$P \leq 2,52$	13,00±6,68	$P \leq 2,58$
Тўпни аниқ тегиш	8,60±1,52	$P \leq 2,61$	8,80±0,84	$P \leq 2,45$	8,50±0,58	$P \leq 2,45$
Тўсинлар оралатиб зарба бериш	7,42±0,02	$P \leq 6,40$	7,39±0,04	$P \leq 2,76$	7,17±0,04	$P \leq 2,98$

тўпни олиб қўйишда $t_{\text{стю}}-1,12$ ($P \geq 0.05$), тўп учун ҳавода курашда $t_{\text{стю}}-1,83$ ($P \geq 0.05$), бошда дарвозага зарба беришда $t_{\text{стю}}-1,30$ ($P \geq 0.05$), оёқда дарвозага зарба беришда $t_{\text{стю}}-0,19$ ($P \geq 0.05$), ўйин давомидаги жамоавий техник-тактик ҳаракатларни орасидаги натижада $t_{\text{стю}}-2,05$ ($P \geq 0.05$) бажаришди.

Тажриба гуруҳида ўқув-машғулотида махсус машқларни олиб бориш жараёнида кўпгени техник ҳаракатларни ўсиши кузатилди. Тадқиқотдан олдин ва тадқиқотдан кейинги натижаларни солиштиришда тўпни олиб юришда $t_{\text{стю}}-0,16$ ($P \geq 0.05$) ва тўпни олиб қўйиш ҳаракатларида $t_{\text{стю}}-1,58$ ($P \geq 0.05$) ўсиш кузатсакда кўрсаткичлар фарқининг ишончлилиги йўқлигини кузатдик. Қисқа масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}}-4,38$ ($P \leq 0.01$), ўрта масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}}-2,06$ ($P \leq 0.05$), узоқ масофага тўпни ошириб беришда $t_{\text{стю}}-3,61$ ($P \leq 0.01$), жами тўп ошириб беришларда $t_{\text{стю}}-5,84$ ($P \leq 0.01$), рақибна алдаб ўтиш ҳаракатларида $t_{\text{стю}}-5,01$ ($P \leq 0.01$), рақиб билан ҳавода курашишда $t_{\text{стю}}-2,27$ ($P \leq 0.05$), рақиб дарвозасига бошда зарба беришда $t_{\text{стю}}-3,75$ ($P \leq 0.01$), оёқда дарвозага зарба бериш ҳаракатларида эса $t_{\text{стю}}-6,25$ ($P \leq 0.01$) жами техник-тактик ҳаракатларида $t_{\text{стю}}-8,39$ ($P \leq 0.01$) натижаларни кузатдик.

Жамоавий техник-тактик ҳаракатлардан куриб хулоса қиладиган бўлсак, бизнинг ўқув-машғулотларимизда олиб борилган махсус машқларни ўтказишимиз жамоанинг самарадорлигини кўтарди деб ўйлаймиз.

Олинган натижаларга назар ташласак, турли аплмуа футболчиларнинг натижалари, айниқса, назорат гуруҳининг ҳимоячилар, яримҳимоячилар ва ҳужумчиларнинг тадқиқотдан кейинги натижаларида ўзгариш юқори эмаслигини кўраимиз. Тадқиқот кейинги самарали техник-тактик ҳаракатларини солиштиришда, ҳимоячилар қисқа масофага тўпни ошириб беришда кейинги натижаси $19,50 \pm 1,14$ ($P \geq 0,61$), яримҳимоячилар $31,70 \pm 5,23$ ($P \geq 0,17$) ва $18,43 \pm 1,28$ ($P \geq 0,41$) ўрта масофага тўпни ошириб беришда ҳимоячилар $8,86 \pm 0,26$ ($P \geq 1,14$), яримҳимоячилар $10,18 \pm 1,00$ ($P \geq 0,40$) ва $7,58 \pm 0,70$ ($P \geq 0,49$), узоқ масофага ошириб беришда ҳимоячилар $7,44 \pm 0,71$ ($P \geq 0,18$), яримҳимоячилар $6,52 \pm 0,53$ ($P \geq 0,35$) ва $4,53 \pm 0,57$ ($P \geq 0,15$), тўпни

олиб юришда химоячилар $3,50 \pm 0,55$ ($P \geq 0,35$), яримхимоячилар $6,60 \pm 0,69$ ($P \geq 0,16$) ва $8,10 \pm 0,83$ ($P \geq 0,16$), рақибдан тўпни олиб қўйиш ҳаракатларида химоячилар, $2,00 \pm 0,24$ ($P \geq 0,66$), яримхимоячилар $3,96 \pm 0,28$ ($P \geq 0,71$) ва $8,10 \pm 0,83$ ($P \geq 0,16$), тўпни олиб қўйишда химоячилар, $9,42 \pm 1,15$ ($P \geq 0,35$), яримхимоячилар $4,28 \pm 0,15$ ($P \geq 1,14$) ва $2,90 \pm 0,32$ ($P \geq 0,51$), тўп учун ҳавода курашишда химоячилар, $3,04 \pm 0,13$ ($P \geq 1,00$), яримхимоячилар $1,20 \pm 0,22$ ($P \geq 1,59$) ва $0,50 \pm 0,08$ ($P \geq 0,87$), дарвозага дарвозага зарба беришда химоячилар, $0,52 \pm 0,19$ ($P \geq 0,14$), яримхимоячилар $0,34 \pm 0,11$ ($P \geq 0,48$) ва $0,43 \pm 0,15$ ($P \geq 0,00$), оёқда дарвозага зарба беришда химоячилар, $0,44 \pm 0,11$ ($P \geq 0,23$), яримхимоячилар $1,00 \pm 0,19$ ($P \geq 0,31$) ва $1,25 \pm 0,17$ ($P \geq 0,43$) натижаларни олдик.

Бизнинг тажриба гуруҳи сифатида олган “2-БЎСМ” жамоасининг химоячилар, яримхимоячилар ва ҳужумчиларнинг тадқиқотдан кейинги натижаларида ўзгариш юқорилигини кўрамыз. Тадқиқот кейинги самарали техник-тактик ҳаракатларини солиштиришда ўсиш кузатилсада, кўрсаткичлар фарқининг ишончлилигида (P) химоячилар тўпни олиб юришда $3,62 \pm 0,29$ ($P \geq 1,92$), яримхимоячиларда ҳам тўпни олиб юришда $6,84 \pm 0,57$ ($P \geq 0,42$), тўпни олиб қўйишда $4,54 \pm 0,33$ ($P \geq 0,16$), ҳужумчиларда тўпни қисқа масофага ошриб беришда $18,93 \pm 0,55$ ($P \geq 1,73$), ўрта масофада $7,48 \pm 0,99$ ($P \geq 1,00$), узоқ масофада $5,28 \pm 0,43$ ($P \geq 1,77$), тўпни олиб юришда $8,15 \pm 1,07$ ($P \geq 0,44$), тўпни олиб қўйиш ҳаракатларида $3,18 \pm 0,25$ ($P \geq 1,58$) фарқи кузатилмади.

Тадқиқот ва назорат гуруҳиларини тадқиқотдан сўнг олинган ўйинлари давомидаги ЖТТ ҳаракатларини 14 ўйиндаги ўртача кўрсаткичлари ($X \pm \delta$). 3.6-жадвал

Техник-тактик ҳаракатлар	“1-БЎСМ” назорат							
	Тадқиқотдан олдин			Тадқиқотдан сўнг			$t_{\text{сгю}}$	P
	Жами ҳаракатлар	Самарали ҳаракатлари	СК%	Жами ҳаракатлар	Самарали ҳаракатлари	СК%	Самарали ҳаракатлари	Фарқи
Қиска масофа	185,48±2,93	165,93±1,89	0,89±0,01	185,81±2,06	166,50±1,73	0,90±0,01	0,80	≥0.05
Ўрта масофа	107,34±3,73	80,50±2,75	0,75±0,01	108,11±4,95	81,85±4,18	0,76±0,02	0,97	≥0.05
Ўзоқ масофа	86,14±3,37	51,18±1,81	0,59±0,02	86,06±4,15	51,46±2,04	0,60±0,03	0,66	≥0.05
Жами	378,96±6,93	297,61±4,35	0,79±0,01	379,99±8,26	299,81±5,45	0,79±0,01	1,25	≥0.05
Тўпни олиб юриш	82,00±5,95	80,07±5,59	0,98±0,01	83,19±5,39	81,26±5,10	0,98±0,01	0,57	≥0.05
Рақибни алдаб ўтиш	73,86±3,77	41,48±2,02	0,56±0,03	74,82±2,78	42,06±2,13	0,56±0,03	0,72	≥0.05
Тўпни олиб қўйиш	85,22±4,67	53,11±2,16	0,62±0,03	85,96±4,15	54,00±1,91	0,63±0,03	1,12	≥0.05
Ҳавода кураш	20,14±1,10	11,57±1,22	0,57±0,04	21,21±1,77	12,44±1,20	0,59±0,05	1,83	≥0.05
Бошда зарба бериш	3,64±0,84	1,43±0,51	0,38±0,07	3,98±0,76	1,66±0,41	0,42±0,05	1,30	≥0.05
Оёқда зарба бериш	18,64±1,55	7,21±0,97	0,39±0,04	18,76±1,58	7,28±0,70	0,39±0,03	0,19	≥0.05
Жами	662,47±14,02	492,48±6,99	0,74±0,01	667,91±14,23	498,53±8,47	0,75±0,01	2,05	≥0.05
“2-БЎСМ” тажриба								
Қиска масофа	193,74±15,45	162,34±11,96	0,84±0,03	203,66±9,47	180,43±8,89	0,89±0,01	4,38	≤0.01
Ўрта масофа	117,29±5,76	79,95±5,22	0,68±0,03	112,62±9,66	83,87±4,47	0,75±0,06	2,06	≤0.05
Ўзоқ масофа	91,38±6,99	45,64±5,75	0,50±0,04	84,01±3,63	51,98±2,65	0,62±0,02	3,61	≤0.01
Жами	402,41±23,35	287,92±14,32	0,72±0,02	400,29±13,64	316,28±10,10	0,79±0,02	5,84	≤0.01
Тўпни олиб юриш	77,26±5,49	75,26±5,25	0,97±0,01	77,51±5,27	75,59±4,97	0,98±0,01	0,16	≥0.05
Рақибни алдаб ўтиш	75,46±7,06	37,01±3,72	0,49±0,02	74,21±3,24	43,81±3,18	0,59±0,02	5,01	≤0.01
Тўпни олиб қўйиш	89,93±4,06	52,44±2,61	0,58±0,02	89,26±2,16	53,73±1,39	0,60±0,01	1,58	≥0.05
Ҳавода кураш	19,71±1,38	10,86±1,10	0,55±0,04	20,22±0,75	11,67±0,68	0,58±0,03	2,27	≤0.05
Бошда зарба бериш	3,79±0,89	1,29±0,61	0,33±0,13	4,61±0,38	1,96±0,23	0,43±0,06	3,75	≤0.01
Оёқда зарба бериш	19,71±2,27	6,79±1,31	0,35±0,06	19,43±1,31	9,33±0,66	0,48±0,03	6,25	≤0.01
Жами	688,27±23,31	471,55±14,58	0,69±0,01	685,54±14,65	512,36±9,75	0,75±0,01	8,39	≤0.01

Лекин ҳимоячиларнинг қисқа масофага тўпни ошириб беришда $21,80 \pm 0,68$ ($P \leq 2,43$), ўрта масофада $9,22 \pm 0,28$ ($P \leq 2,44$), узоқ масофада $8,06 \pm 0,27$ ($P \leq 2,76$), рақибни алдаб ўтишда $2,40 \pm 0,29$ ($P \leq 3,45$), рақибдан тўпни олиб қўйишда $10,32 \pm 0,63$ ($P \leq 2,58$), ҳавода курашда $3,30 \pm 0,16$ ($P \leq 2,76$), бошда зарба беришда $0,76 \pm 0,15$ ($P \leq 2,48$), оёқда дарвозага зарба беришда $0,70 \pm 0,16$ ($P \leq 2,51$) натижаларда, яримҳимоячиларда қисқа масофада $38,84 \pm 0,55$ ($P \leq 2,31$), ўрта масофада $11,88 \pm 0,46$ ($P \leq 2,52$), узоқ масофада $7,04 \pm 0,13$ ($P \leq 5,51$), рақибни алдаб ўтишда $5,28 \pm 0,43$ ($P \leq 2,76$), ҳавода курашда $1,36 \pm 0,11$ ($P \leq 2,98$), бошда зарба беришда $0,82 \pm 0,22$ ($P \leq 3,20$), оёқда дарвозага зарба беришда $1,42 \pm 0,13$ ($P \leq 2,40$) натижаларда, ҳужумчилар эса рақибни алдаб ўтишда $7,50 \pm 0,22$ ($P \leq 2,59$), ҳавода курашда $0,63 \pm 0,05$ ($P \leq 3,21$), бошда зарба беришда $0,83 \pm 0,10$ ($P \leq 3,12$), оёқда дарвозага зарба беришда $1,75 \pm 0,13$ ($P \leq 2,42$) натижаларда фарқи кузатилди.

Хулосалар

1. Олинган натижалрдан кўриш мумкинки, яримҳимоячиларнинг техник-тактик ҳаракатлари ўйин давомида фаолият олиб бораётган ҳужумчилар ва ҳимоячиларнинг ҳаракатларидан, ҳужумчиларнинг ҳаракатлари эса ҳимоячиларнинг ҳаракатларидан юқорилигини аниқладик. Аммо самарадорлик кўрсаткичига тўхталадаиган бўлсак, ҳимоячиларнинг самарадорлиги яримҳимоячиларнинг ва ҳужумчиларнинг ҳаракатларидан юқорилигини ва ўйин давомида ҳужумчиларнинг техник-тактик ҳаракатларини бажаришда самарадорилик кўраткичини пастлиги анқланди.

2. Ўйин давомида алоҳида амплуаларига тухталадиган бўлсак, ҳимоячилар ўйин давомида тўпни ошириб беришда, тўпни олиб қўйишда, тўп учун ҳавода курашиш ҳаракатлари яхши натижаларни қўлга киритса, яримҳимоячиларнинг ҳаракатларида тўпни ошириб беришда ва бошқа техник ҳаракатларни бажаришда ва ҳужумчиларда тўпни алдаб ўтишда, дарвозага зарба бериш ҳаракатларида натижалари юқорилигини аниқладик.

3. Олинган натижалардан хулоса қиладиган бўлсак, машқларни ўйин давомида олинган техник-тактик ҳаракатларни инобатга олиб, турли амплуа ўйинчиларнинг ўйиндаги камчиликларни батараф этишга қаратилганлигини, машқларни бир тегишда, тез, турли камбинацилар ва рақиб иштирокида амалга оширишга қаратилган машқлар ишлаб чиқиб ўқув-машғулот жараёнида олиб бориш юқори натижаларни бериши аниқланди.

4. Олинган натижалардан хулоса қилсак, ҳимоя амплуасида ўйин олиб бораётган футболчиларнинг ўйин давомида ҳужум фаолиятида иштирок этишга қаратилган машқлар туркуми орақал биз ўйин давомида жамоавий техник–тактик ҳаракатларини сони ва самарадорлигини кўтариш мумкинлиги аниқладик.

5. Олинган натижалардан хулоса қиладиган бўлсак назорт тестларини олишди биз ҳужумчиларнинг тезлик кўрсаткичларида, тўпни олиб юришда, тўпни дарвозага зарба бериш ҳаракатларида, яримҳимоячиларнинг ва ҳимоячиларнинг ҳаракатларидан юқорилигини, бу

ҳаракатларни ўйин давомидаги олинган кузатишлардан олинган натижаларга ҳам мос келишин аниқладик. Бундан ташқари ҳимоячиларнинг тўпни аниқ мўлжалга олиш ҳаракатлари аниқловчи назорат тесларида ва ўйин вазиятидаги ҳаракатларда ҳам ўхшаш натижаларни кузатилди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ўзбекистон республикаси президентининг 2011 йил 19 январдаги “2011-2013 йилларда республикада футболнинг моддий-техник базасини янада мустахкамлаш ва уни ривожлантиришга доир чоратadbирлари тўғрисида”ги ПҚ 1466-сонли қарори.
2. Танқидий таҳлил, қатъий тартиб-интизом ва шахсий жавобгарлик – ҳар бир раҳбар фаолиятининг кундалик қондаси бўлиши керак. Ш.М.Мирзиёев Тошкент. 2017.
3. Эркин ва фаровон, Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. Ш.М.Мирзиёев Тошкент. 2016.
4. Каримов И.А. Баркамол авлод Ўзбекистон тараққиёти пойдевори. –Т.: Ўзбекистон, 1997
5. Каримов И.А. Янгича фикрлаш ва ишлаш давр талалаби. –Т.: 1997. 5 том.
6. Акрамов Р.А. С верой исперенний футбол. Учебное пособие. –Т, 2012. Акрамов Ж.А. Керимов Ф.А. Инновационные педагогические технологии в управлении системой подготовки спортсменов к олимпийским играм 2012 года // Фан-спорга №3 -2009
7. Акрамов Ж.А. Абидов Ш.У. Ёш футболчиларнинг мусобақа фаолиятнинг хусусиятлари. // Фан-спорга №1 -2007
8. Абидов Ш.У. Ёш футболчиларнинг мусобақа фаолиятининг хусусиятлари // ЎзДЖТИ футбол ва кўл тўпи кафедрасининг 40 йиллигига бағишланган илмий мақолалар тўплами. – Т, 2007.
9. Алиев М.Б., Усмонхаджаев Т.С., Сагдиев Х.Х. Спорт ўйинлари – футбол. –Т.: илм зиё, 2006
10. Алиев М.Б. Распределение нагрузок различной направленности в учебном-тренировочном процессе юных футболистов на основе комплексного контроле // Фан-спорга №4 -2006
11. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш.Х. Жисмоний маданият назарияси ва усулияти. 2000 й. Тошкент.

12. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта - Киев., Олимпийская литература, 2002.
13. Голомазов СВ., Чирва Б.Г. Теорические основы и методика контроля технического мастерства. Теория и практика футбола. М.: Спорт Академия Пресс, 2000
14. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок-М, ФиС, 1980.
15. Годик М.А. Методические особенности тренировки футболистов в среднегоре. // Фан-спорга №2 -2004
16. Годик М.А. Двигательная активность футболистов в условиях соревновательной деятельности. // Фан спортга №3, 2005.
17. Донченко П.И. Модель сборной команды Узбекистана по мини-футболу. // Фан спортга №1, 2008.
18. Исраилов Ш.Х., Абидов Ш.У. Обучение технике игры в футбол юных спортсменов с учетом возрастных особенностей // журнал « Известия ВУЗОВ» - Бишкек. 2009 .
19. Исраилов Ш.Х., Абидов Ш.У. Ёш футболчиларни техник харакатларга ўргатишнинг мусобақа фаолияти билан боғлиқлиги // Халқ таълими 2010 № 4.
20. Интернет сайтлари. Ziyonet.uz, Lex.uz, Gov.uz, Stadion.uz, Uff.uz, Championat.uz, fcneftchi.uz