

O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH

NAMANGAN DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

SATIYEV SHUXRAT KOMILOVICH

**FUTBOLCHILARNING TEXNIK-TAKTIK MAHORATLARINI,
EMOTSIONAL HOLATLARGA BOG‘LIQLIGINI BAHOLASHNING
METODIK ASOSLARINI TAKOMILLASHTIRISH
(16-17 yoshli o‘smirlar misolida)**

**13.00.04 – Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
avtoreferati mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по
педагогическим наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD) on
pedagogical sciences**

Satiev Shuxrat Komilovich

Futbolchilarning texnik-taktik mahoratlarini, emotsional xolatlarga bog‘liqligini
ba holashning metodik asoslarini takomillashtirish.....3

Сатиев Шухрат Комилович

Совершенствование методических основ оценки зависимости технико-
тактического мастерства футболистов от эмоциональных состояний.....31

Satiev Shukhrat Komilovich

Improving the methodological foundations for assessing the technical and tactical
skills of football players and its dependence on emotional states.....61

E‘lon qilingan ishlar ro‘yxati

Список опубликованных работ

List published works65

**O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

NAMANGAN DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

SATIYEV SHUXRAT KOMILOVICH

**FUTBOLCHILARNING TEXNIK-TAKTIK MAHORATLARINI,
EMOTSIONAL HOLATLARGA BOG‘LIQLIGINI BAHOLASHNING
METODIK ASOSLARINI TAKOMILLASHTIRISH
(16-17 yoshli o‘smirlar misolida)**

**13.00.04 – Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Falsafa doktori (PhD) dissertasiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy attestasiya komissiyasida B2024.3 PhD/Ped677 raqami bilan ro'yxatga olingan.

Doktorlik dissertasiya Namangan davlat pedagogika institutida bajarilgan
Dissertasiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz tillarida (rezyume) Ilmiy kengash veb saxifasining (w.w.jtsu.uz) "Ziyonet" portali (w.w.ziyonet.uz) da joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar: **Azizov Sabitxan Valievich**
pedagogika fanlari nomzodi, dosent

Rasmiy opponentlar: **Olimov Muhsinbek Sotivoldiyevich**
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Talipjanov Asqar Inamjanovich
pedagogika fanlari nomzodi, professor

Yetakchi tashkilot: **Jizzax davlat pedagogika universiteti**

Dissertasiya himoyasi O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti huzuridagi DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 raqamli ilmiy kengashning 2025-yil 13 05 soat 11:00 dagi majlisida bo'lib o'tadi. (Manzil: 111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Sportchilar ko'chasi, 19-uy. Tel.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, faks:(0-370) 717-17-76, veb-sayt: www.jsu.uz, e-mail: info@jsu.uz, O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti "E" binosi, 3-qavat, 309-auditoriya).

Dissertasiya bilan O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (0173 raqam bilan ro'yxatga olingan). Manzil: 111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Metallurglar ko'chasi, 15-uy. Tel.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, faks:(0-370) 717-17-76).

Dissertasiya avtoreferati 2025-yil "10 05 kuni tarqatildi.
(2025-yil 19 09 dagi 29 raqamli reyestr bayonnomasi).



R.M.Matkarimov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash raisi, p.f.d. (DSc), professor

M.A.Ibragimov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash ilmiy kotibi, p.f.b.f.d. (PhD), professor

A.N.Shopulatov
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash qoshidagi Ilmiy seminar raisi, p.f.d.(DSc), dotsent

KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi))

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Dunyo sport amaliyotida barcha sport turlari singari futbolda ham to‘plangan ilg‘or pedagogik tajribalar sportchilar tayyorlash tizimining bosqichlari, musobaqa faoliyatining natijaviyligi, sport takomillashuv bosqichlarida sportchilarning o‘quv mashg‘ulot jarayonlarining tuzilmasini ishlab chiqish samaradorligi bilan to‘g‘ridan-to‘g‘ri bog‘liq ekanligini ko‘rsatadi va mashg‘ulot o‘tkazishning innovatsion texnologiyalarni joriy etish talabini qo‘ymoqda. Futbolchilarning texnik-taktik xususiyatlari va emotsional holatlarini baholashning metodik asoslarini takomillashtirish, futbolchilarning funksional holati, texnik tayyorgarligi musobaqalashuv taktikasi va futbolchilarni psixologik tayyorlashning asoslari bo‘yicha bir qator ilmiy tadqiqotlar dunyo mamlakatlarida olib borilmoqda. Ammo, futbolchilarning texnik-taktik harakatlarining xususiyatlarini va emotsional holatini baholash bo‘yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqish masalasi har bir zamon va davrda o‘z dolzarbligida qolmoqda.

Jahon sporti hamda futbolning taraqqiyoti jamiyat yuksalishining asosiy omillaridan bo‘lgan va XXI-asr futbolining muammolaridan sanalgan futbolchilarni texnik-taktik va psixologik tayyorlash masalalaridan biri bo‘lib kelmoqda. Zamonaviy sportning rivojlanishi uchun esa ilg‘or tajribalarni professional darajada qollash va sport mashg‘ulotlarining turli bosqichlarida boshqarishning ilmiy-metodik asoslarini yanada rivojlantirish zarur. Natijada futbolda raqobatbardosh faoliyat samaradorligini ta‘minlash uchun malakali futbolchilarning texnik-taktik harakatlari samaradorligini oshirish muammosi shakllantirilmog‘da. Mashg‘ulotlar samaradorligi futbolchilarning ruhiy barqarorligiga ham bog‘liqligi va futbolchi uchun zarur bo‘lgan asosiy ruhiy fazilatlar, kundalik mashg‘ulotlar jarayonida faol raqobat faoliyatida shakllanadi va takomillashtiriladi. Bu esa futbolchilarni texnik-taktik va psixologik tayyorlash jarayonini ilmiy jihatdan to‘g‘ri tashkil qilish muammosi mavzuni dolzarbligini namoyon etmoqda.

Respublikamizda futbolni aholi o‘rtasida keng ommaviy sport turiga aylantirish zarurati esa, yuqori iqtidorga ega bo‘lgan yosh futbolchilarni tanlash, saralab olish va ularni professional sportchilar sifatida tayyorlash tizimini yo‘lga qo‘yish, rivojlangan mamlakatlar bilan raqobat qila oladigan darajaga yetkazish, terma jamoalar uchun o‘quv-mashg‘ulot jarayonlarini samarali tashkil etish, mamlakatimizda futbol bo‘yicha yirik xalqaro musobaqalar, jumladan; o‘smirlar, yoshlar va xotin-qizlar jamoalari o‘rtasida jahon va qit‘a birinchiliklarini o‘tkazish¹ vazifalari ado etishni ta‘qozo etadi. Ularni tayyorgarligini rivojlantirish uchun bugungi zamon talablariga mos shart-sharoitlarni yaratib berish, sport mashg‘ulotlarini yuqori saviyada tashkil etish, mashg‘ulot jarayonlarini boshqarish va rejalashtirish, ular orasidan iqtidorli, istiqbolli sportchilarni izlab topish va saralash asosida ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlariga yo‘naltirish borasida keng qamrovli ishlar amalga oshirilishini talab etmoqda.

¹ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 4-dekabrda PF-5887-son “O‘zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi Qarori.

O‘zbekiston Respublikasining 2015-yil 4 sentyabrdagi “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida”gi Qonuni, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 4-dekabrda PF-5887-son “O‘zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida” farmoni, 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son “O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmonlari, 2018- yil 16-martdagi PQ-3610-son “Futbolni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”, 2023-yil 7-apreldagi PQ-115-son “Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo‘shimcha chora-tadbirlari to‘g‘risida” Qarorlari va mazkur sohaga tegishli boshqa me‘yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqot ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning ustuvor yo‘nalishlariga mosligi. Tadqiqot respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning I. “Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma‘naviy-ma‘rifiy rivojlantirishda innovatsion g‘oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo‘llari” bilan bog‘liq ustuvor yo‘nalishlari doirasida amalga oshirilgan.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. Respublikamizda futbolchilarni tayyorlashda, ularning psixologik tayorgaligini hisobga olgan holda, texnik va taktik mahoratini takomillashtirish bo‘yicha olimlardan R.I.Nurimov, Sh.T.Iseev, A.I.Talibjonov, A.R.Akromov, F.O.Po‘latovlar, futbolchining texnik tayyorgarligi, jismoniy qobiliyatni har tomonlama tarbiyalash, va futbolchilarni psixologik tayyorgarligini rivojlantirish bo‘yicha E.G.G‘oziev, Z.G.Gapparov, J.M.Ishtaev, Sh.U.Abidov, M.N.Umarov, N.M.Yusupov² singari yetuk olimlar ilmiy tadqiqotlar olib borganlar.

Mustaqil Davlatlar Hamdo‘stligi mamlakatlari olimlardan A.P.Yeliseyev³, V.M.Genkovskaya, A.P.Zolotarev, V.Z.Ivasev, K.Izard, V.Klarin, B.M.Kogan, Dj.Grinberg, R.M.Zayganov, M.Z.Gaziyeva, G.D.Babushkin singari psixodiagnosti

² Nurimov R.I. Futbol nazariyasi va uslubi. Darslik. R.I. Nurimovning umumiy tahriri ostida. T.: «Ilmiy texnika axboroti–press nashriyoti», 2018. -316 b; Akromov R.A. Futbol. Darslik. Toshkent, O‘zDJTI nashriyoti, 2006.

-218 b; G‘oziev E.G. Psixologiya, - Toshkent, O‘qituvchi, 1992. - 95-105 b; G‘oziev E. Umumiy psixologiya. - T. O‘qituvchi, 2010. - 510 b.; Gapparov Z.G., Xolmuhammedov R.D. Boks murabbiyining individual dars olib borishdagi maxsus malakalarini takomillashtirish // Barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning roli. — Buxoro: 2002. - B.79-82; G‘aziyeva Z. Sport komandasida jipslikni tadqiq etishning ahamiyati // «XXI asr psixologiyasining nazariy va amaliy muammolari»ni o‘rganishga bag‘ishlangan Respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallar. Toshkent, 2012. - B. 28-139; Гаппаров Г. Иштаев Ж.М., Абидов Ш.У., Садиков А.У., Умаров М.Н., Хасанова Г.М. Психология спорта высших достижений. Учебное пособие.-Т.: илмий техника-пресс нашриёти, 2018. - 16-22 b; Юсупов Н.М. Ўзбекистон маҳаллаларида болалар футболнинг ривожини // Fan-Sportga. – 2020. – №. 3.-С 51-53;

³ Елисеев А.П. Психологическая устойчивость в ЧС. Словарь-справочник. - Новогорск, 2000.-230 с; К.Изард. Эмоции человека. Эмоции человека. Санктпетербург : "Санктпетербург", 2001. - 220-235 с; Генковская В.М. Особенности саморегуляции как нормы психической устойчивости в стрессовых ситуациях: Автореф. дис. канд. психол. наук. Киев, 2000. –24 с; Золотарев А.П., Ивасев В.З. Инновационные направления в технико-тактической подготовке юных футболистов: метод, рекомендации. Краснодар, 2000. -27 с.; Коган Б.М. Стресс и адаптация - М.: Знание, 2003..56-57- С; Головкин В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: автореф. дис.... канд. пед. наук / СПбГУФК. Санкт-Петербург, 2002. - 24 с; Гринберг Дж. Г85 Управление стрессом. 7-е изд. — СПб.: Питер, 2002.-496с; Загайнов Р.М. Внутренний мир как внутренний феномен личности спортсмена / Р.М. Загайнов.-М,2005. -136-159 с; Газиева М.З. Стрессоустойчивость личности как предмет психолого-педагогического изучения, 2008. -125-154 с; Г.Д.Бабушкин. Психология физической культуры. Москва, "Спорт", Вол. Учебник. - 2016.-456-560 с.

kaning yetuk olimlari, ilmiy uslubiy adabiyotlarda sportchilarni psixologik tayyorlash va emotsional stresslarning xususiyatlari yuzasidan o'z tadqiqotlari natijalari bilan o'rtoqlashganlar.

Xorijiy olimlaridan kanadalik patafizolog psixologiyada stressning turlarini kashf va xavola etgan Gans Sel'e, R.S.Weinberg, G.D.Gould, R.H.Koks, O.T.Orlick, H.L.Hardy, J.G.Jones, D.D.Gould⁴ kabi olimlar sportchilar va futbolchilarning emotsional holatini baholash, texnik-taktik tayorgarligini sifatini nazorat qilish hamda harakat faoliyatini samaradorligini aniqlashda psixologik faoliyat va stresslarni xususiyatlarini musobaqalar davrida stresslarni yengib o'tishning uslublarini o'z ilmiy adabiyotlarida yoritganlar va natijalarini taqdim etganlar.

Tadqiqotning dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim yoki ilmiy tadqiqot muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalarini bilan bog'liqligi. Mazkur tadqiqot Namangan davlat pedagogika institutining 2022-2024 yillarga mo'ljallangan ilmiy-tadqiqot ishlari istiqbolli rejasining "Futbolchilarning texnik-taktik mahoratlarini, emotsional xolatlariga bog'liqligini baholashning metodik asoslarini takomillashtirish (16-17 yoshli o'smilar misolida)" mavzusidagi fundamental ilmiy-tadqiqotlar doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi futbolchilarning texnik-taktik harakatlarini xususiyatlari hamda emotsional holatini baholash metodikasini takomillashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari

futbol akademiyalari 16-17 yoshli futbolchilarning o'yin paytida ko'rsatgan texnik va taktik mahoratlarining samaradorligini, shuningdek ularning psixologik holatlari bilan qanday bog'liqligini aniqlash hisobiga emotsional stresslarga bardoshlilik darajasining oshirish;

futbolchilarni mashg'ulotlar va musobaqalar davomida texnik-taktik mahoratlarining ijobiy yoki salbiy oqibatlarini emotsional holatlarga bog'liqligini takomillashtirilgan sportchini emotsional holatini baholash metodini tajribada sinab asoslash hisobiga futbol amaliyotda qo'llash uslublarini kengaytirish;

16-17 yoshli futbolchilarning emotsional holatini aniqlash uchun organizmni stressga bardoshli yoki bardoshsizligini ko'rsatuvchi psixodiagnostik metodi parametrlari va shkalalarini ishlab chiqish hamda kategoriyalarga ajratish hisobiga psixoemotsional ko'rsatkichlarning mavjud qiymatlarini tizimli ro'yxatga olish imkoniyatlari kengaytirish;

futbolchilarni emotsional holatini baholash bo'yicha takomillashtirilgan metodini mobil kompyuter ilovalarini ishlab chiqish hisobiga, mashg'ulotlar va musobaqalar jarayonlarida murabbiylar uchun mustaqil ravishda baholash imkoniyatlari kengaytirish.

Tadqiqotning obyekti sifatida Farg'ona vodiysining futbol akademiyalari 16-17 yoshli futbolchilarning mashg'ulot va musobaqa jarayonlari tanlab olingan. **Tadqiqotning predmetini** futbol akademiyalarining 16-17 yoshli futbolchilarning,

⁴ Weinberg, R. S., & Gould, D. Foundations of Sport and Exercise Psychology 2018. - 285-310 p.; Cox, R. H. Sport Psychology: Concepts and Applications. 2011. - 67-89 p.; Orlick, T. In Pursuit of Excellence: How to Win in Sport and Life Through Mental Training. 2008.- 45-76 p; Hardy, L., Jones, G., & Gould, D. Understanding Psychological Preparation for Sport: Theory and Practice of Elite Performers. 1996. -66-69 p.

musobaqalar hamda mashg'ulotlar jarayonida texnik-taktik tayorgarligini va emotsional holatini baholash uslublarining mazmuni, shakli hamda vositalari tashkil qiladi.

Tadqiqot usullari. Tadqiqotda ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, anketa so'rovnomasi va psixologik test, pedagogik nazorat, pedagogik tajriba, instrumental tajriba va matematik-statistik uslublaridan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

futbol akademiyalari 16-17 yoshli futbolchilarining o'yin paytida ko'rsatgan texnik va taktik mahoratlarining samaradorligini, shuningdek ularning psixologik holatlari bilan bog'liqligini aniqlash hisobiga emotsional stresslarga bardoshlilik darajasini oshirish imkoniyatlari kengaytirilgan;

futbolchilarning mashg'ulotlar va musobaqalar davomida texnik-taktik mahoratlarini ijobiy yoki salbiy oqibatlarini emotsional holatlarga bog'liqligini takomillashtirish orqali o'yinda yuqori faollik darajasi va emotsional holatini nazorat qilish samaradorligi oshirilgan;

6-17 yoshli futbolchilarning emotsional holatini aniqlash uchun organizmni stressga bardoshli yoki bardoshsizligini ko'rsatuvchi psixodiagnostik metodi parametrlari va shkalalarini toifalarga ajratish hisobiga psixoemotsional ko'rsatkichlarning mavjud qiymatlarini tizimli ro'yxatga olish imkoniyatlari kengaytirilgan;

futbolchilarni emotsional holatini baholash bo'yicha takomillashtirilgan metodini mobil kompyuter ilovalarini ishlab chiqish hisobiga sportchilarni turli mashg'ulotlar va musobaqalar jarayonida murabbiylar tomonidan operativ tarzda baholash imkoniyatlari kengaytirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

tadqiqot ishida Farg'ona vodiysi futbol akademiyalari va respublikada faoliyat olib borayotgan yosh futbolchilarining texnik-taktik tayorgarligini va emotsional stresslarning ta'sirini o'rganish jarayonida futbolchilarni stresslarga tez yo'liqishi-sportchining shaxsiy harkter sifatleri, emotsional yuklar, depressiyalar, jaroxat stresslarini va emotsional noxushliklarni yengib o'ta olmaslik futbolchilar faoliyati voqeliklari ilmiy adabiyotlar natijalari asosida qiyosiy tahlili taqdim etilgan;

dissertatsiya materiallaridan, oliy o'quv yurtlari Jismoniy madaniyat fakultetlari bakalavrlari va magistrleri uchun maxsus kurslar tashkil etish va futbolga ixtisoslashgan bolalar va o'smirlar sport maktabalari xususiy futbol maktablarida futbolchilarni tayyorlash bo'yicha murabbiylarga uslubiy qo'llanma sifatida foydalanish mumkin.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligi bilish nazariyasi va uslubiyati, dialektik bilish uslubi hamdamamlakatimiz va chet el olimlarning, shuningdek, jismoniy tarbiya va sport nazariyasi amaliyoti sohasida xizmat ko'rsatgan amaliyotchi murabbiylarning ilmiy qarashlari bilan asoslanganligi, bir-birini o'zaro to'ldiradigan, tadqiqotning vazifalariga mos keladigan tadqiqot usullarining qo'llanilganligi, tadqiq qilinadigan kontingent va tadqiqot natijalarining miqdor va sifat jihatidan ta'minlanganligi, tadqiqot ishlari va sinovlarning

oshkoraligi, pedagogik tadqiqot davomiyligi, tadqiqot natijalariga ishlov berishda matematik-statistik usublarning qo'llanilishi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati shundan iboratki, o'tkazilgan pedagogik tajribalar asosida olingan tadqiqot natijalari, futbolchilarni texnik-taktik tayorgarligini tekshirish usullari va takomillashtirilgan psixodiagnostik SEHB - metodi va hisoblash formulasi, O'zbekiston Respublikasi shaharlardagi futbol akademiyalari va bolalar va o'smirlar sport maktablari futbolchilarini musobaqa va mashg'ulotlar davridagi emotsional holatini baholash va emotsional stresslarni nazorat qilish bo'yicha muammolarini tahlil qilish mexanizmlari to'g'risidagi bazaviy nazariy bilimlarni bo'yitish bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati futbol akademiyalari, bolalar va o'smirlar sport maktablari, ixtisoslashgan bolalar o'smirlar sport maktab internatlarining futbolchilar tayyorlash bo'limlari futbolchilarni texnik-taktik tayorgarligini tekshirish usullarini qo'llash va futbolchilarni tanlab olish, musobaqalarga tayyorlash hamda musobaqlar davridagi emotsional stresslarga bardoshlilikni tarbiyalashda, stresslarga beriluvchanligini oldini olishda, yangicha metodologik yondashuvlarni ta'minlashi bilan belgilandi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Futbolchilarning texnik-taktik harakatlarining xususiyatlarini va emotsional holatini baholash bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqish asosida,

futbol akademiyalari 16-17 yoshli futbolchilarning emotsional holatini baholash uchun mashg'ulotlar jarayonida texnik-taktik mahoratlarining darajasi samaradorligini aniqlash bo'yicha taklif va tavsiyalar Farg'ona vodiysii futbol akademiyalari mashg'ulotlariga tadbiq etilgan (O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya sport vazirligining 2025 yil 28-iyundagi 03-16/6537-son ma'lumotnomasi). Natijada, umumiy stresslarga bardoshlilik darajasi 12.5% ga yaxshilangan;

16-17 yoshli futbolchilarning stress holatini aniqlash uchun organizmni stressga bardoshli yoki bardoshsizligini ko'rsatuvchi «SEHB» metodi parametrlari va shkalalarini ishlab chiqish va kategoriyalarga ajratish bo'yicha taklif va tavsiyalar Namangan viloyati futbol akademiyasi mashg'ulotlariga tadbiq etilgan (O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya sport vazirligining 2024 yil 28-iyundagi 03-16/6537-son ma'lumotnomasi). Natijada Namangan FA jamoasi har bir o'yinda o'rtacha 878,4±18,06 texnik-taktik harakatlardagi (TTX) nuqsonlar 29,65 % ga kamayganini qayd etgan;

futbolchilarni emotsional holatini baholash asosida musobaqa va mashg'ulotlar davomida Spilberg-Xanin metodi asosida takomillashtirilgan «SEHB» metodini tajribada asoslab berish bo'yicha taklif va tavsiyalar Andijon viloyati futbol akademiyasi mashg'ulotlariga tadbiq etilgan (O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya sport vazirligining 2024 yil 28-iyundagi 03-16/6537-son ma'lumotnomasi). Natijada Andijon FA jamoasining har bir o'yinda o'rtacha TTX, nuqsonlar darajasi 0,72% ga kamaygan;

futbolchilarni emotsional holatini baholash bo'yicha takomillashtirilgan «SEHB» metodini mobil kompyuter ilovalarini ishlab chiqish bo'yicha taklif va

tavsiyalar Namangan viloyati futbol akademiyasi mashg'ulotlariga tadbiq etilgan (O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya sport vazirligining 2024 yil 28-iyundagi 03-16/6537-son ma'lumotnomasi). Natijada futbolchilardan "Adaptatsiya" guruhi 13.4. % dan 17.6% ga o'sgani "Abuliya" guruhi 30.4% dan 8.6% foizga pasayganini "Abasiya" guruhi 21.3% foizi dastlabki ko'rsatkichdan 4.3% foizga pasayish kuzatilgan, "Aversiv" musobaqa davrida stresslarda uzoq qoluvchlar guruhi 43.0% dan 36.6% ga pasaygan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Mazkur tadqiqot natijalari 2 ta xalqaro va 4 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Dissertatsiya ishining mavzusiga oid bo'lgan 14 ta ilmiy-uslubiy ishlar, shu jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining asosiy ilmiy natijalarini chop etishga tavsiya etilgan ilmiy nashrlar, xalqaro OAK jurnalida 1 ta maqola, respublika OAK jurnallarda 2 ta, xalqaro va O'zbekiston Respublikasi ilmiy –amaliy anjumanlarida 11 ta tezis va maqolalar chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya ishida kirish, to'rtta bob, xulosa, amaliy tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovadan iborat. Dissertatsiyaning hajmi, 119 betni tashkil etib, 39 ta jadval, 8 ta rasm, ilovalar va joriy etish dalolatnomalarni o'z ichiga oladi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning **kirish** qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi asoslab berilgan. Muammoning o'rganilganlik darajasi, dissertatsiya tadqiqotining dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari bilan bog'liqligi bayon qilingan, tadqiqotning maqsadi va vazifalari, shuningdek, ob'ekti va predmeti aniqlangan, tadqiqot usullari, tadqiqotning ilmiy yangiligi, tadqiqotning amaliy natijalari, tadqiqot natijalarning ishonchliligi, ilmiy va amaliy ahamiyati, natijalarning amaliyotga joriy etilishi, aprobatsiyasi, e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi borasidagi ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning **"Futbolchilarining texnik-taktik tayyorgarligini hamda emotsional holatini baholash samaradorligini nazorat qilishning metodlari"** deb nomlangan birinchi bobida, sport musobaqasi o'z mohiyatiga ko'ra, futbolchining muayyan musobaqalarga tayyorgarlik davridagi o'quv-mashg'ulot faoliyati natijalarini yaxshilab borishlari kerakligi. Texnik tayyorgarlikni aloxida ko'rib chisish mumkin emas. U texnik yechimlar sportchining jismoniy, aqliy, taktik va boshqa imkoniyatlari, shuningdek, sport harakati amalga oshiriladigan o'ziga xos atrof-muxit sharoitlari bilan chambarchas bog'liq bo'lgan bir butunning tarkibiy qismi sifatida taqdim etilishi kerak sport musobaqalari sportda mukammallikka erishish jarayonining ajralmas qismi ekanligi to'g'risida so'z boradi.

Adabiyotlarning qiyosiy tahlili natijalari bugungi kunda futbolchilarni psixologik tayyorlash va ularni emotsional stresslarga bardoshli etib tayyorlashda qo'llanilayotgan uslublar futbolchilarni jismoniy rivojlanishi, jismoniy sifatlarini rivojlanishi, texnik-taktik tayyorgarlik ko'rsatkichlarini baholash orqali futbolchining

emotsional holatini baholash vazifalarini aniqlash imkonini bermaydi, ushbu yo'nalishda ilmiy tadqiqot ishlari yetarli emasligi, tadqiqot predmeti sifatida to'liq o'rganilmaganligini ko'rsatadi.

Dissertatsiyaning **“Tadqiqot usullari va tashkil qilinishi”** deb nomlangan ikkinchi bobida ilmiy-uslubiy adabiyotlarning tahlili, anketa so'rovnomasi, pedagogik testlash, pedagogik tajriba, matematik statistika uslubi, tadqiqotning tashkil qilinishidaularni qo'llash uslubiyati va shartlari batafsil yoritilgan.

Dissertatsiya ishini bajarish va tashkil qilish uchun foydalanilgan ilmiy tadqiqotlar metodlari yoritilgan. Texnik-taktik mahoratning darajasi va ko'rsatkichlaragi o'zgarishlar dinamikasi o'rtasidagi bog'liqlikni va harakat faoliyatini aniqlangan. Alohida stressga bardoshli yoki bardoshsiz futbolchilarning qat'iy miqdoriy parametrlarini olish va ko'rsatkichning mavjud qiymatlarini ro'y xatdan o'tkazishning usullarini yoritilgan.

Dissertatsiyaning tadqiqotlari 3 bosqichda o'tkazildi.

Birinchi bosqich-analitik va metodik bosqich (2021-2022-yillar) mahalliy hamda horijiy adabiyotlari ilmiy mavzuning dolzarbligini o'rganish va ilmiy asoslash. Ilmiy apparat va tadqiqot tadqiqot loyihasini ishlab chiqish, ilmiy farazni yaratish masalalariga bag'ishlangan.

Ikkinchi bosqich-rejalashtirish va amalga oshirish bosqichi (2022-2023-yillar) Namangan viloyatida faoliyat olib boruvchi futbol akademiyalari tarbiyalanuvchilarini texnik-taktik mahorati darajasi va ko'rsatkichlardagi o'zgarishlar dinamikasi o'rtasidagi bog'liqlikni va harakat faoliyatini aniqlash va futbol akademiyalari futbolchilarning sezilarli populyatsiyasini o'rganish, ularning ota va onalar hamda murabbiylardan **“Ayzenk testi”** anketa so'rovnoma o'tkazildi, qolaversa, Farg'ona vodiysi futbol aradameyilarida shug'ullanuvchi yosh futbolchilarning funksional tayorgarlik ko'rsatkichlari hamda sport natijalari, musobaqa faoliyati natijalari asosida emotsional holatini baholashning metodikasi va mezonlari va me'yorlari tartiblashtirish hisobiga SEHB 4 bosqichli baholash shkalasi ishlab chiqildi.

Uchinchi bosqich-nazorat va tekshirish bosqichi (2023-2024-yillar) tanlab olingan. Futbol akademiyalari tarbiyalanuvchilarini texnik-taktik mahorati darajasi va ko'rsatkichlardagi o'zgarishlar dinamikasi o'rtasidagi bog'liqlikni va harakat faoliyatini aniqlash futbol akademiyalari futbolchilarni psixologik tayyorlash bo'yicha tavsiya uslubiy ko'rsatmalar ishlab chiqib testlari takomillashtirilib amaliyotga joriy etildi. Tadqiqotga jalb qilingan futbolchilarning tajriba boshidagi va so'ngidagi ko'rsatkichlari qiyosiy tahlil qilish orqali futbolchining emotsional holatini baholash usuli samaradorligi tajribada asoslandi. Tadqiqot davomida qayd etilgan natijalar matematik-statistika usullari orqali hisoblab chiqildi va tahlil qilindi. Tadqiqot so'ngida tavsiya etilgan dasturlarning samaradorligini aniqlash maqsadida qayta testlash amalga oshirilgan, tadqiqotning samaradorligini musobaqa faoliyatiga ta'siri o'rganilgan, olingan ma'lumotlarga asoslangan xulosalar berilgan.

Dissertatsiyaning **“Spilberg-xanin metodi asosida takomillashtirilgan “SEHB” metodikasining hususiyatlari”** deb nomlangan uchinchi bobida futbolchilarni psixologik tayyorlash va ularning o'yinlar va musobaqalar davrida harakatlarini modellashtirish, futbolchilar bilan muloqotlarda stresslar va ularni ta'siri ostida

harakatlarni boshqarishga o'rgatishni psixologik ko'rsatmalar kurslarini stresslar darajalari va ularni yengib o'tish bo'yicha ilmiy maqolalar va o'quv adabiyotlarini yaratish zarurligini, soxa olimlari va mutaxassislari tamonidan keng ommaga yetkazishni, mutaxassislik bo'yicha taxsil olayotgan talabalar uchun o'quv qo'llanmalar taqdim etish maqsadga muvofiqligini ko'p bora olib borilgan izlanishlar natijasidan, sportchini emotsional xaolatini baholash psixodiagnostik metodikasi ishlab chiqildi va ekspert guruhi tamonidan ko'rib chiqib amalda qo'llab ko'rish uchun ijobiy xulosa berildi va SEHB metodikasi quyidagicha bosqichlar ishlab chiqildi. (Spilberg-Xanin o'zini xavotirlanishini aniqlash testini takomillashtirilgan). Sportchini emotsional xaolatini baholash psixodiagnostik metodikasini futbolchilarda qo'llashdan oldin tadqiqotda ishtiok etuvchi futbolchilarni umumiy profayli tuzildi va umumiy ma'lumotlar yig'ildi. Sportchining emotsional holatini baholash baholash psixodiagnostik taxlil qaydnomasi o'rganilagan ko'plab metodikalardan xulosa qilib quyidagicha ilovalar asosida tuzildi. Metodikaning natijalarini aniqligini isbotlash maqsadida hisoblash formulasi ishlab chiqildi va u quyidagi ko'rinishga ega bo'ldi.

Sportchining emotsional holatini baholash SEHB metodikasining tavsifi

SEHB = $\frac{K3 \cdot K2 + (p \cdot N)}{K1 \cdot (1+r)}$ = K1, K2, K3- koefitsentlar, r- musobaqalar soni, H- ishtirokchilar soni, p- stress vaziyatlar qaytarilish soni. Yuqoridagi formula asosidagi koefitsentlarning tasnifi quyidagicha ta'riflanadi.

K1-koefitsent, Sportchining musobaqa oldidan raqib jamoa va raqib o'yinchisi haqida ma'lumotlarga ega yoki ega emas ekanligi. Jamoa a'zolarining imkoniyatlari amplua va pozitsiyalarning qanday harakatlana olishi haqida axborotga ega yoki ega emas ekanligi. O'zining pozitsiyasidagi raqibining imkoniyatlari to'g'risida ma'lumotga ega ekanligini va o'yin faoliyatini boshqarishini baholash koefitsenti aniqlanadi. So'rovnomaga va o'yin amalloyotida so'rovnomaga bergan javoblari asosida faoliyat yurita olishi kuzatiladi va baholanadi.

K2-koefitsent, Ikkinchi signalli stressga tushishi va sportchini faoliyatini mustaxkamlash jarayonida hamda motivatsiya (yo'llanma) berilganda musobaqa davrida kechirib o'tishi kerak bo'lgan ximoya mexanizmi baholanadi.

K3-koefitsent, Sportchining musobaqa davrida stress vaziyatlarda o'z temperamentiga nisbatan emotsional voqealarga, emotsional reaksiya (javob) qaytarishining soni bilan ifodalanadi va o'yin faoliyatini boshqarishini baholash koefitsenti aniqlanadi. Metodikani tuzish jarayonida belgili ishorasi va holatlari, Stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajalari ishlab chiqildi va darajalarning ballar bo'yicha chegaralari formula natijalarining ko'rsatkichlaridan kelib chiqib ishlab chiqildi. Unga ko'ra belgili ishorasi va holatlari va stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajalarini nomlashda tibbiy psixologiya terminologiyasidan foydalanildi.

Biz tamonimizdan tuzilgan "SEHB" metodikasining, belgili ishorasi va holatlari, stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajalari yuqoridagi tibbiy-psixologik terminologiyaga asoslanib quyidagicha darajalar aniqlab olindi. Bu darajalar chegaralari quyidagi jadvalda keltirildi (1-jadvalga qarang).

1-jadval

Formula bo‘yicha stressga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajasini aniqlash ballari

T/r	O‘yinda faollik darajasi va emotsional holati	Belgili ishorasi va holatlari, Stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajalari	Bali
1	E _A	“Adaptatsiya” Avtoidentifikatsiya.stresslarga berilmaslik,xotirjamlik.o‘z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud ,sharoitga moslasha olish.(Stressga bardoshlilar guruhi)	14 balldan yuqori 16 ballgacha
2	E _v	“Abuliya”Asta xavotirda, tug‘ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi)	9 baldan 13,8 balgacha
3	E _c	“ Abasiya “ Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to‘xtab qolish,xayajonlanish ,oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi. (Stress tormozlar guruhi)	5 ball dan 8-balgacha
4	E _d	“Aversiv”Xolsizlanish,Xoldan toyish,nafratlanish,har bir vaziyatdan nolish,dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish(sariq qizil qartochkalar) (Stressda uzoq qoluvchilar guruhi)	0,2 balldan 4 ballgacha

Sportchining emotsional holatni baholash natijasida SEHB metodikasining, belgili ishorasi va holatlari, stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darjalari ballarning shkalasi ishlab chiqildi. U esa quyidagicha ko‘rinishga ega bo‘ldi. (2-jadvalga qarang)

2-jadval

Sportchining emotsional holatni baholash natijasida ballarning shkalasi

T/r	O‘yinda faollik darajasi va emotsional holati	Belgili ishorasi va holatlari, Stresslarga bardoshlilik yoki bardoshsizlik darajalari	Sportchining emotsional holatni baholash natijasida ballarning shkalasi
1	E _A 13,9balldan yuqori 16 ballgacha	“ Adaptatsiya ” Avtoidentifikatsiya.stresslarga berilmaslik,xotirjamlik.o‘z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud ,sharoitga moslasha olish.(Stressga bardoshlilar guruhi)	16,0,15,9, 15,8,15,7,15,6,15,5, 15,4,15,3,15,2 15,115,0,14,9, 14,8,14,7,14,6,14,5,14,4,14,3, 14,2,14,1,14,0,13,9.
2	E _b 9 baldan 13,8 balgacha	“ Abuliya ”Asta xavotirda, tug‘ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi)	13,8,13,7,13,6,13,5,13,4,13,3, 13,2,13,1,13,0,,12,9,12,8,12,7, 12,6,12,5,12,4,12,3,12,2,12,1, 120,11,9,12,8,11,7,11,6,11,5,1 1,411,3,11,2,11,1,10,0,9,9,9, 8,9,7,9,6,9,5,9,4,9,3,9,2,9,1

2-jadvalning davomi

	E_c 5ball dan8- ballgacha	“ Abasiya “ Harakatlarni oxiriga yetkaz- Masligi yokit o‘xtab olish,xayajonla- nish ,oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi.Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi (Stress tormozlar guruhi)	8,0,7,9,7,8,7,6,7,5,7,4,7,3,7,2, 7,17,0,6,9,6,8,6,7,6,6,6,5,6,4,6 ,3,6,2,6,16,0,5,9,5,8,5,7,5,6,5, 5,5,4,5,3,5,2,5,1?5,0,4,9,4,8,4, 7,4,64,5,4,4,4,3,4,2,4,1
4	E_d 0,5 baldan 4 ballgacha	“ Aversiv ”Xolsizlanish,Xoldan toyish,nafratlanish,har bir vaziyatdan nolish,dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish(sariq qizil qartochkalar)(Stressda uzoq qoluvchilar guruhi)	4,0,3,9,3,8,3,7,3,6,3,5,3,4,3,2, 3,1 3,0,2,9 2,8,2,7,2,6,2,5,2,4, 2,3,2,12,0,1,9,1,8,1,7,1,6,1,5, 1,4,1,3,1,2,1,11,0,0,9,0,8,0,7, 0,6,0,5

Stressda uzoq qoluvchilar guruhini baholashning ikkinchi metodikasi.

Sportchining musobaqa faoliyatida emotsiyaga berilishining xavflilik darajasiga chiqishi (dipressiya, disstress)holatini emotsiya va stressga bardoshsizlik darajasini aniqlilik koefitsentini qayta tuzildi va uning formulasi ishlab chiqildi

$$K4 = \frac{K3(s.d)*K2(c.d)*P}{K1(s.d)*(1+n)} = K4$$

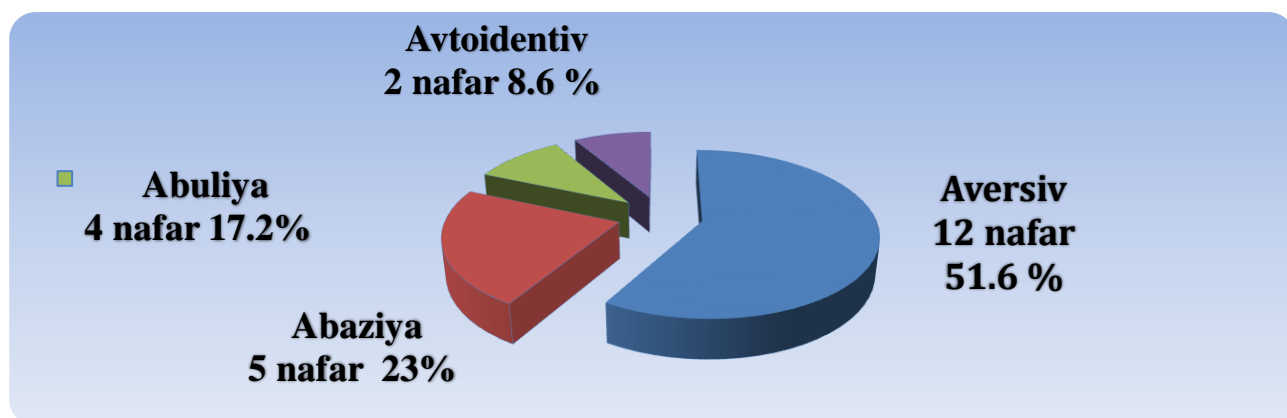
koefitsent ,4-daraja, P-musobaqalar soni n-stress vaziyatlarni musobaqalarda qaytarilish soni. Sportchining musobaqa faoliyatida emotsiyaga berilishining xavflilik darajasiga chiqishi dipressiya, disstress holatini emotsiya va stressga bardoshsizlik darajasini baholaydi (3-jadvalga qarang).

3-jadval

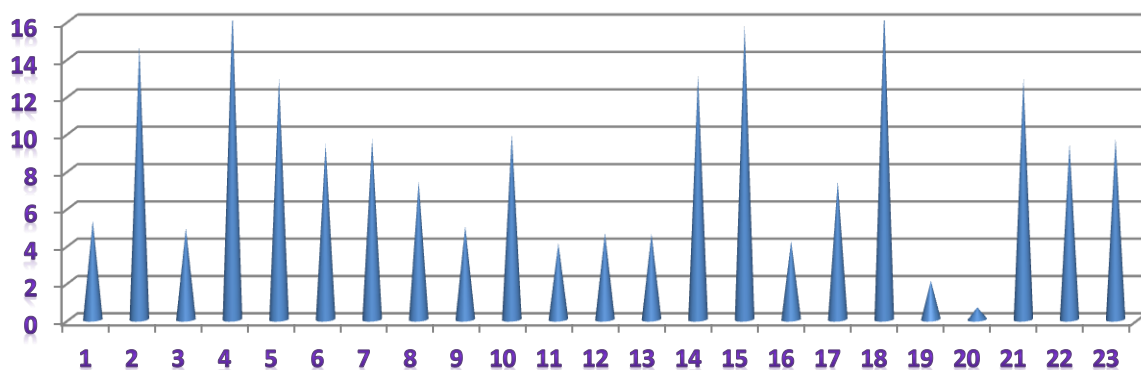
Formula bo‘yicha emotsional stressga bardoshsizlik darajasini aniqlash ballari

T/r	O‘yinda faollik darajasi va emotsional holati	Belgili ishorasi va holatlari Stresslarga bardoshsizlik darajalari	Bali
1	E_A	“ Abuliya ” Asta xavotirda, tug‘ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (xavotirlanuvchilar guruhi)	9 balldan 13,8 ballgacha
2	E_c	“ Abasiya “ Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to‘xtab qolish,xayajonlanish ,oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi.(Stress tormozlar guruhi)	5 balldan 8-ballgacha
3	E_v	“ Aversiv ”Xolsizlanish,Xoldan toyish,nafratlanish,har bir vaziyatdan nolish,dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish(sariq qizil qartochkalar) (Stressda uzoq qoluvchilar guruhi)	0,5 balldan 4 ballgacha

K4-kofitsentlar SEHB metodikasining surovnomalar qismining E_c va E_v qismidagi savollarga javoblar olinsa va o'yin malaiyotida futbolchining xulq atvori va o'yinda ishtiroki hamda savollarga bergan javoblari bo'yicha harakat qiladimi yoki aksincha holat yuz berishi natijalarini bilan belgilanadi va daloatnoma qaydnomani oxirgi qismlarida qayd etilib natijalar ballari sportchining musobaqa faoliyatida emotsiyaga berilishining xavflilik darajasiga chiqishi (dipressiya, disstress)holatini emotsiya va stressda uzoq qoluvchilar darajasini baholash formulasi $K4 = \frac{K3(s.d)*K2(c.d)*p}{K1(s.d)*(1+p)}$ = o'zgarishlari musobaqlarga ishtirok davomlarida kuzatib boriladi. Yuqorida ko'rsatilgan metodika asosida futbolchilarni emotsional holatlari musobaqalar davrida o'rganib chiqildiva quyidagicha dastlabki natjalarni ko'rsatd.(1-rasmga qarang)



1-rasm. Namangan futbol akademiyasi U-14 SEHB baholashning 2022-yil martagi dastlabki natijasi (n=23)



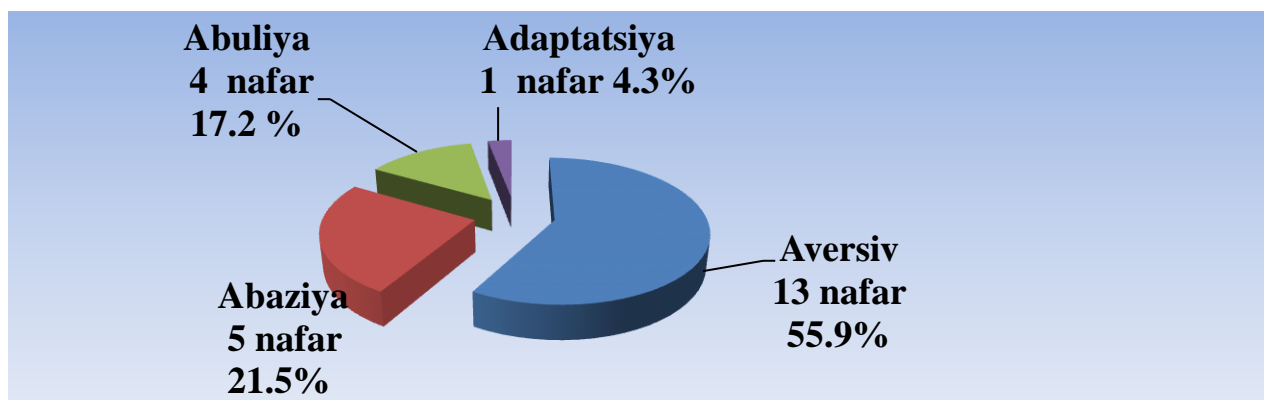
2-rasm. NFA U-14 jamoasi har bir futbolchi bo'yicha SEHB baholashning 2022-yil martagi ko'rsatkichi

1-rasmdan U-14 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniklash metodikasi bo'yicha 23 nafar umumiy jamoaning natijalari quyidagicha bo'ldi; Adaptatsiya ,Avtoidentifikatsiya stresslarga berilmaslik, xotirjamlik. o'z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud ,sharoitga moslasha olish.(Stressga bardoshlilar guruhi) 2 nafari 8,6%ni tashkil etdi. "Abuliya" Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) 4 nafari 17,2 foiznini tashkil

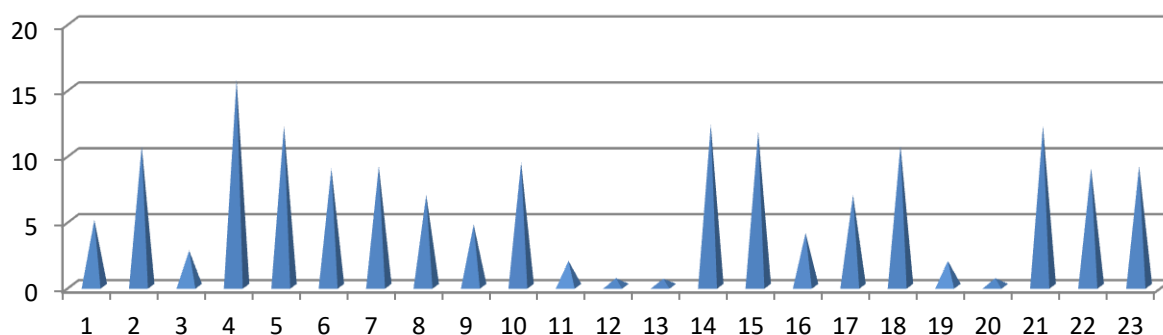
etdi "Abasiya". Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi. (Stress tormozlar guruhi) 5 nafari 21,5 foizni tashkil etdi. "Aversiv" holsizlanish, holdan toyish, nafratlanish, har bir vaziyatdan nolish, Dipresiyaga tushish. xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish, jazo olish sariq qizil qartochkalar (Stressda uzoq qoluvchilar) 12 nafari 51,6 foizini tashkil etdi.

Namangan viloyati Futbol akademiyasi U-14 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniqlash metodikasi bo'yicha umumjamoaviy emotsional holatning darajasi 8,2 ball "Abasiya" Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi. (Stress tormozlar guruhi)ga tegishli ekanligi namoyon bo'ldi.

Shuningdek Andijon viloyati futbol akademiyasi U-16 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniqlash metodikasi bo'yicha (n=23) umumiy jamoaning natijalari quyidagicha bo'ldi. (3-rasmga qarang).



3-rasm. Andijon futbol akademiyasi U-14 jamoasining SEHB baholashning 2022-yil martdagi dastlabki natijasi (n=23)



4-rasm. AFA U-14 jamoasi har bir futbolchi bo'yicha SEHB baholashning 2022-yil martagi ko'rsatkichi

3-rasmdan ko'rinib turibdiki, Andijon viloyati futbol akademiyasi U-14 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniqlash metodikasi bo'yicha 23-nafari umumiy jamoaning natijalari quyidagicha bo'ldi; "Adaptatsiya" Avtoidentifikatsiya, stresslarga berilmaslik, xotirjamlik, o'z pozit-

siyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud ,sharoitga moslasha olish.(Stressga bardoshlilar guruhi) 1nafari 4,3%ni tashkil etdi. “Abuliya”Asta xavotirda, tug’ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) 4 nafari 17,2%ni tashkil etdi. “Abasiya“ Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to‘xtab qolish,xayajonlanish oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi.(Stress tormozlar guruhi) 5 nafari 21,5%ni tashkil etdi. “Aversiv” Xolsizlanish, Xoldan toyish,nafratlanish,har bir vaziyatdan nolish, dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish(sariq qizil qartochkalar),(Stressda uzoq qoluvchilar guruhi) 13 nafari 55,9%ni tashkil etdi. Namangan viloyati Futbol akademiyasi U-16 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniklash metodikasi bo‘yicha umumjamoaviy emotsional holatning darajasi 6,2 ball “Abasiya“ harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to‘xtab qolish,xayajonlanish ,oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi.(Stress tormozlar guruhi)ga tegishli ekanligi namoyon bo‘ldi.

Andijon viloyati Futbol akademiyasi U-16 jamoasi futbolchilaridan olingan SEHBning yani sportchilarni emotsional holatlarini aniklash metodikasi bo‘yicha umumjamoaviy emotsional holatning darajasi 6,7 ball “ Abasiya “ Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to‘xtab qolish,xayajonlanish ,oyoq qo‘llarni xolsizlanishi va o‘ziga bo‘ysunmasligi.Faoliyatida texnik xatolarga ko‘p yo‘l qo‘yilishi.(Stress tormozlar guruhi)ga tegishli ekanligi namoyon bo‘ldi.(4-jadvalga qarang)

4-jadval

Namangan, Andijon,Farg‘ona viloyatlari futbol akademiyalari U-14 jamoalarining stressga bardoshlilik darajasining umumjamoaviy ko‘rsatkichlarini farqlari (tadqiqot boshida)

Futbol Akademiyalari jamoalari	K3	K2	p	n	K1	1+p stress austress yoki distress)	K3+,K2 +,p*n	K1,+ p	SEHB bali
Namangan	9.9	10,1	10	23	10,3	8,3	2320,2	18,6	8,2
Andijon	9,9	10,1	10	23	10,3	7,4	1133,1	17,7	6,7
Farg‘ona	9,8	10,0	10	23	10,1	7,2	1129,1	17,5	6,4
Farqlar	0	0	0	0	0	-0,9	93.1	1,1	0.5

Tadqiqotlar avvalidagi natijalar va yuqorida berilgan umumiy emotsional holatlarni baholash koefitsentlari va kriteriyalari asosidagi jadval va rasmdan ko‘rishimiz mumkinki unda Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbol guruhlarini emotsional holatlarini baholash metodikasi natijalari ballari o‘rtasiga farqlar ko‘rindi. Jumladan; K2 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 10,1 ball ,Andijon FAda esa 10,1 ball ko‘rsatkichlar orasidagi farq 0 ballni tashkil etdi. K3 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 9,9 ball ,Andijon FAda esa 9,9 ball ko‘rsatkichlar orasidagi farq 0 ballni tashkil etdi. K1 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 10,3 ball, Andijon FAda esa 10,3 ball ko‘rsatkichlar orasidagi farq 0 ballni tashkil etdi. SEHB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa

kofetsentlar yig'indisi o'rtachasida Namangan FAda 8,2 ball, Andijon FAda esa 6,7 ball va ballar ko'rsatkichlari orasidagi farq 0,5 ballni tashkil etdi. (5-jadvalga qarang).

5-jadval

U-14 futbolchilarchining emotsional holatini baholashning darajalarini ko'rsatkichlari tajriba boshida qiyosiy statistika taxlil (n=46)

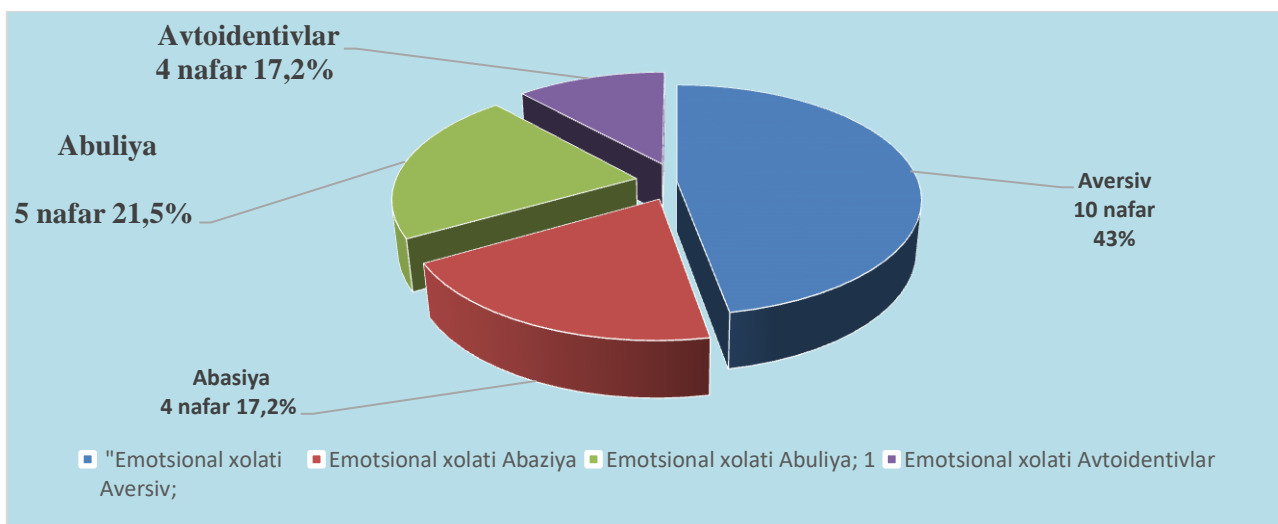
Koeffitsentlar	Tadqiqot guruhi			Nazorat guruhi			t	P
	X	σ	V%	X	σ	V%		
K1	10,3	3,3	2,1	9,1	1,2	1,9	3,4	<0,01
K2	10,1	0,5	4,2	9,4	1,4	1,4	2,1	<0,05
K3	9,9	0,2	5,7	9,9	0,3	5,2	2,6	<0,05
1+p *austress yoki *distress)	8,3	2,3	11,2	7,4	2,1	10,2	4,2	<0,01
SEHB	8,2	1,3	3,2	6,7	1,2	3,1	3,0	<0,01

Shuningdek kuzatuvga olingan tadqiqot va nazorat guruhi futbolchilarining (umuiy soni 23 nafar) va ularni dastlabki kuzatuv natijalariga asosan statistika taxliliga ko'ra; K1 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 10.3 ± 3.3 ball $V\% = 2.1$. Andijon FAda esa 9.1 ± 1.2 ball $V\% = 1.9$, tashkil etdi. $t = 3.4$ ($P < 0.01$) ni tashkil etdi. K2 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 10.1 ± 0.5 ball $V\% = 4.2$, Andijon FAda esa 9.4 ± 1.4 ball $V\% = 1.4$, tashkil etdi. $t = 2.1$ ($P < 0.05$) ni tashkil etdi. K3 kofetsent baholashdagi ballar Namangan FAda 10.0 ± 0.2 ball $V\% = 5.7$. Andijon FAda esa 9.9 ± 0.3 ball $V\% = 5.2$ ni tashkil etdi. $t = 2.6$ ($P < 0.05$) ni tashkil etdi. SEHB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa kofetsentlar yig'indisi Namangan FAda 8.2 ± 1.3 ball $V\% = 3.2$, Andijon FAda esa 6.7 ± 1.2 ball $V\% = 3.1$, tashkil etdi. $t = 3.0$ ($P < 0.01$)ni tashkil etdi. Har ikkala jamoalarning dastlabki emotsional holatini baholash shkalasi bo'yicha 8,2 va 6,7 ball Abasiya Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi. (Stress tormozlar guruhi) ekanligi ma'lum bo'ldi. O'tkazilgan dastlabki tadqiqotlardan so'ng Namangan va Andijon viloyati futbol akademiyalari U-16-17 jamoasining emotsional holatlarini baholash metodikasi va stressga bardoshlilik darajasining umumjamoaviy ko'rsatkichi farqlari tadqiqot boshiida quyida keltirilgan jadvaldagi holatda ya'ni SEHBning koeffitsentlar ko'rsatkichlari orasidagi farqlar yuqori emas va Namangan va Andijon viloyati futbol akademiyalari jamoalarini tadqiqot va nazorat guruhi etib belgilanishiga sabab bo'ldi. Stresslarga bardoshlilik darajalarini kuzatish va ishlab chiqilgan formula asosida 6 bosqichli psixodiagnostik taxlil qilish metodi (ilovalari) asosida kuzatiladi va quyidagicha baholash shablona K1, K2, K3 va K4 koeffitsentlarni keltirib chiqarish uchun SEHB psixodiagnostika metodini ishlab chiqildi amalga tadbiq etildi. Mazkur psixologik diagnostik taxlil shablona ikki qismdan iborat bo'lib birinchi qismi musobaqaga tushishdan oldin so'rovnoma asosida savollarga javob olish va ikkinchi qismi savollarga bergan javoblarini amalda o'yin jarayonida faoliyatini kuzatish va baholash orqali aniqlanadi.

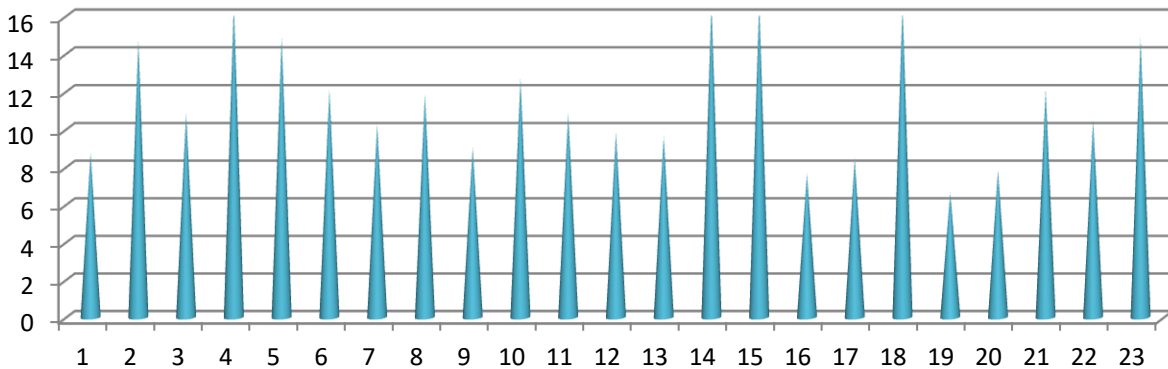
Dissertatsiyaning "Futbol akademiyalari 16-17 yoshli futbolchilarning emotsional holatini baholashda texnik-taktik harakatlarini sifatini baholashning oxirgi natijalari" deb nomlangan to'rtinchi bobida futbolchilarni musobaqalar-ga

psixologik tayyorlashdagi ta'sir etuvchi faktorlar va tavsiyalar ishlab chiqilgan va taqdim etilgan, futbolchilarning maydondagi aniq vazifalarni hal qilish bilan bog'liq o'yindagi vazifalari amplitudasi, ma'lum darajada, jamoaning raqobatbardosh faoliyati tarkibiga ta'sir qiladi. Shu sababli, ma'lum o'yin amplitudalar o'yinchilari juda aniq texnik va taktik xarakterlarni bajarishda yuqori darajadagi taktik va texnik ko'nikmalarga muhtoj bo'lib, bu ularga o'zlariga yuklangan funktsiyalarni samarali bajarishga imkon beradi. Ushbu pozitsiyalardan kelib chiqib, turli amplitudadagi o'yinchilar uchun o'ziga xos texnikaning ahamiyatini aniqlash alohida ahamiyatga ega. Shubhasiz, bunday ma'lumotlar aniq sportchilarning raqobatbardosh faoliyatining qayd etilgan ko'rsatkichlarini ob'ektiv baholashga, ixtisoslashtirilgan o'quv vositalarini tanlashni individuallashtirishga, shuningdek, jamoaga o'yinchilarni tanlashni optimallashtirishga imkon beradi. Hozirgi vaqtda raqobat faoliyatining namunaviy xususiyatlarini ishlab chiqish masalasiga uch xil yondashuv mavjud. 1) individual farqlarni yoki mumkin bo'lgan tebranishlar diapazonini ko'rsatadigan etakchi sportchilarning ma'lumotlarini oddiy o'rtacha hisoblash. 2) sport mahorati darajasi va u yoki bu ko'rsatkichdagi o'zgarishlar dinamikasi o'rtasidagi bog'liqlikni o'rnatgan holda, turli malakadagi sportchilarning sezilarli populyatsiyasini o'rganish. 3) alohida stressga bardoshli sportchilarning qat'iy miqdoriy parametrlarini olish va u yoki bu ko'rsatkichning maksimal mavjud qiymatlarini ro'yxatdan o'tkazish.

Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining namunaviy xususiyatlarini aniqlash va ularni bir-biri bilan solishtirish zarurligi aniq. Shu munosabat bilan futbol akademiyalari turli amplitudadagi o'yinchilarning individual, guruh va jamoaviy harakatlarini pedagogik kuzatishlar o'tkazildi. Olingan natijalar taxliliga ko'ra futbol akademiyalari tarbiyalanuvchilari U-16-17 yoshlilar guruhlarining tadqiqot guruhi bulgan Namangan futbol akademiyasi tarbiyalanuvchilarida o'tkazilgan tajribalar va kuzatuvlar shuningdek yuqorida keltirilgan 6 bosqichli psixodiagnostik metod (ilova) asosidagi tadqiqot quyidagicha natijalarni ko'rsatdi. (5-rasmga qarang).

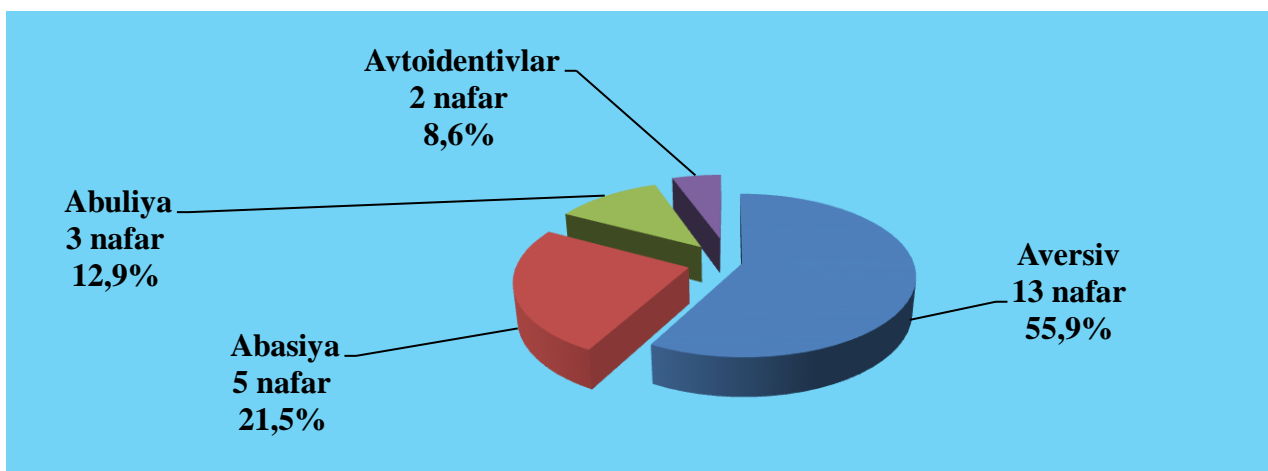


5-rasm. Namangan futbol akademiyasi U-16 SEHB baholashning 2024-yil martagi oxirgi natijasi (n=23)

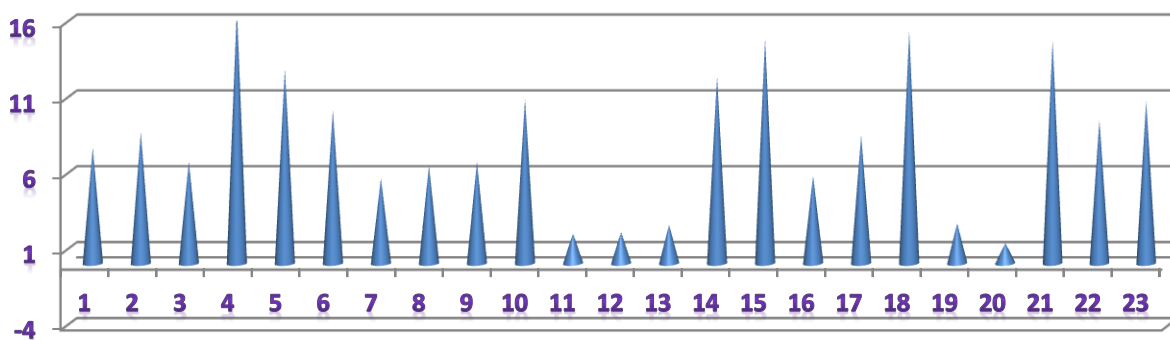


6-rasm.NF U-16 jamoasi har bir futbolchi bo'yicha SEHB baholashning 2024-yil martagi ko'rsatkichi

5-rasmdan ko'rinib turibdiki 14 balldan yuqori 16 ballgacha "Adaptatsiya" (Stressga bardoshlilar guruhi) Avtoidentifikatsiya stresslarga berilmaslik, Xotirjamlik o'z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud sharoitga moslasha olishni bajara oladigan futbolchilar 4 nafar $n=23/4$, 17,2 %ni tashkil etdi vabu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 8,6 % yaxshilangan. 9 balldan 13,8 balgacha "Abuliya" (Xavotirlanuvchilar guruhi) Asta xavotirda, to'g'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor futbolchilar 6-nafar $n=23/5$, 21,5%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 4,3 % ga yaxshilangan. 5 balldan 8-balgacha " Abasiya "(Stress tormozlar guruhi) Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonla-nish,oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi.Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi mumkin bo'lgan futbolchilar 4 nafar $n=23/4$, 17,2%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 1 nafarga kamaygan 4,3 % ga yaxshilangan 0,2 balldan 4 ballgacha "Aversiv" (Stressda uzoq qoluvchilar guruhi) Xolsizlanish, xoldan toyish, nafratlanish, har bir vaziyatdan nolish,dipressiya-ga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish mumkin birlan(sariq qizil qartochkalar) futbolchilar 10 nafar $n=23/10$, 43% ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 2 nafarga kamaygan va 8.6% ga yaxshilangan (5-rasmga qarang).



7-rasm. Andijon futbol akademiyasi U-16 SEHB baholashning 2024-yil martdagi oxirgi natijasi (n=23)



8-rasm.AF U-16 jamoasi har bir futbolchi bo'yicha SEHB baholashning 2024-yil martagi ko'rsatkichi

7-rasmdagi nazorat guruhida esa 14 balldan yuqori 16 ballgacha “Adaptatsiya” (Stressga bardoshlilar guruhi) Avtoidentifikatsiya, stresslarga berilmaslik, xotirjamlik o'z pozitsiyasi talablarini bajara olish, psixologik tayyorgarligi mavjud sharoitga moslasha olishni bajara oladigan futbolchilar 2 nafar $n=23 / 2$ 8,6 foizni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 4,3 foizga yaxshilangan.

9 balldan 13,8 balgacha “Abuliya” (Xavotirlanuvchilar guruhi) asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor futbolchilar 3 nafar $n=23 / 3$, 12,9 foizni i tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 0 foiz o'zgarishsiz qolgan. 5 balldan 8-balgacha “Abasiya” (Stress tormozlar guruhi) harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi mumkin bo'lgan futbolchilar 5 nafar $n=23 / 5$, 21,5% ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 0% o'zgarishsiz qolgan. 0,2 balldan 4 ballgacha “Aversiv” (Stressda uzoq qoluvchilar guruhi) holsizlanish, holdan toyish, nafratlanish, har bir vaziyatdan nolish, dipressiyaga tushish, xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish, jazo olish mumkin bo'lgan (sariq qizil qartochkalar) futbolchilar 13 nafar $n=23 / 13$, 55,9% ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan kamaygan 0,1% ga yaxshilangan va bu quyidagi jadvalda shunday ko'rinishga ega bo'lgan.

6-jadval

Namangan, Andijon, Farg'ona viloyalariti futbol akademiyalari U-16 yoshli o'smirlar futbolchilarning emotsional holatini baholashning darajalarini umumjamoaviy ko'rsatkichi farqlari (tadqiqot oxirida)

FA jamoalari	K3	K2	R mus obaqlar soni	N ishtirokchilar soni	K1	1+p stress vaziyatlarni kaytarilish soni (*austress yoki *distress)	K3,K2,R, N yigindisi	K1,p yigindisi	SEH B bali
Namangan	13,4	13,4	10	23	13,3	3,1	4403,34	16,5	12,3
Andijon	10,2	10,2	10	23	10,9	5,3	2773,5	15,2	8,3
Farg'ona	10,0	10,1	10	23	10,5	6,1	2763,6	14,0	8,0
Farqlar	3,2	3,2	0	0	2,1	-3,6	1630	1,4	4,0

Tadqiqotlar yakuniga va yuqorida berilgan umumiy emotsional holatlarni baholash koefitsentlari va kriteriyalari asosidagi jadval va rasmdan ko'rishimiz mumkin, i unda Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbol guruhlarini emotsional holatlarini baholash metodikasi natijalari ballari o'rtasiga farqlar ko'rindi. Jumladan: K1 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FA da 13,3 ball, Andijon FA da esa 10,9 ball ko'rsatkichlar orasidagi farq 2,1 ballni tashkil etdi. K2 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FA da 13,4ball, Andijon FAda esa 10,2 ball ko'rsatkichlar orasidagi farq 3,2 ballni tashkil etdi. K3 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FAda 13,3 ball, Andijon FAda esa 10,2 ball ko'rsatkichlar orasidagi farq 3,2 ballni tashkil etdi. SEHB emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi o'rtachasida Namangan FA da 12,3 ball, Andijon FA da esa 8,3 ball va Farg'ona FA da 8,0 ballar ko'rsatkichlari orasidagi farq 4 ballni tashkil etdi. Dastlabki olingan natijalar orasidagi farqlar bir muncha yaxshilanganini ko'rsatdi (7-jadvalga qarang).

7-jadval

Tadqiqot va nazorat guruhleri yosh futbolchilarning emotsional holatini baholashning darajalarini ko'rsatkichlari tajriba oxirida qiyosiy statistika tahlili (n=46)

Koefitsentlar	Tadqiqot guruhi			Nazorat guruhi			t	P
	X	σ	V %	X	σ	V %		
K1	13,3	0,8	2,7	10,9	1,3	2,8	2,7	<0,01
K2	13,4	1,9	3,2	10,2	2,6	3,8	3,7	<0,001
K3	13,4	1,8	2,8	10,2	0,3	2,2	2,6	<0,05
1+p *austress *distress)	16,5	4,6	21,6	7,4	2,3	12,1	2,6	<0,05
SEHB	12,3	6,6	3,6	8,3	2,6	3,1	3,3	<0,01

Shuningdek kuzatuvga olingan tadqiqot va nazorat guruhi futbolchilarning (umuiy soni 46 nafar) va ularni oxirgi kuzatuv natijalariga asosan statistik taxliliga ko'ra; K1 koefitsentni baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,3 \pm 0,8$ ball, 3,3 ballga yahshilanish $V\%=2,7$, Andijon FAda esa $10,9 \pm 1,3$ ball $V\%=2,8$ ni va $t=2,7$ ($P<0,01$) ni tashkil etdi. K2 koefitsentni baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,4 \pm 1,9$ ball, 3,2 ballga yahshilanish $V\%=3,2$, Andijon FAda esa $9,8 \pm 1,3$ ball $V\%=3,8$ ni tashkil etdi va $t=3,7$ ($P<0,001$)ni tashkil etdi. K3 koefitsentni baholashdagi ballar Namangan FAda $13,3 \pm 1,8$ ball, 3,1 ballga yahshilanish $V\%=2,8$, Andijon FAda esa $10,2 \pm 0,3$ ball $V\%=2,2$ ni tashkil etdi va $t=2,6$ ($P<0,01$)ni tashkil etdi. Umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi bo'yicha Namangan FAda $12,3 \pm 6,6$ ball va 3,5 ballga yahshilanish $V\%=2,7$, Andijon FA da esa $8,3 \pm 2,6$ ball $V\%=3,1$ ni tashkil etdi. $t=3,3$ ($P<0,01$)ni tashkil etdi. Har ikkala jamoalarning dastlabki emotsional holatini baholash shkalasi bo'yicha 12,3 ball va "Abuliya" asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) va 8,3 ball "Abasiya" harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi. (Stress tormozlar guruhi) ekanligi ma'lum bo'ldi.

Ish futbol akademiyalari tadqiqot rejasiga muvofiq amalga oshirildi. Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining namunaviy xususiyatlarini aniqlash va ularni bir-biri bilan solishtirish zarurligi aniq. Shu munosabat bilan Futbol akademiyalari turli o'rindagi o'yinchilarning individual, guruh va jamoaviy harakatlarini pedagogik kuzatishlar o'tkazdik. O'yin davomida turli amplitudadagi o'yinchilar tomonidan bajarilgan barcha harakatlar ro'yxatga olinishi kerak edi. Keyin matematik statistikaning umumiy tirof etilgan usullaridan foydalangan holda qiyosiy tahlil o'tkazildi. Tadqiqot natijalari.

Darvozabonlar Namangan FA $14.8 \pm 1,28$ har bir o'yinda to'pni ushlab olishda sezilarli darajada kamroq brak ($P < 0,05$) oldinga qisqa va o'rta to'p uzatishni amalga oshirda Andijon FA $15.2 \pm 1,31$ darvozabonlarning umumiy brak darajasi ko'proq ($P < 0,01$), uzoq oldinga to'pning o'tilishi sonlarida Namangan FA $12,0 \pm 2,1$ darvozabonlaridan past $15,3 \pm 1,87$ ($P < 0,05$) va nuqsoni baland. (8-jadvalga qarang)

8-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalari darvozabonlarning texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari

T/r	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA n=3	Harakat miqdori Andijon FA n=3	t	P
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$		
1.	To'pni ushlab olish	$14.8 \pm 1,28$	$16,8 \pm 0,99$	1,6	$> 0,05$
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar (qo'l bilan)	$13,0 \pm 1,6$	$15.2 \pm 1,31$	1,2	$< 0,01$
4.	Uzoq oldinga uzatmalar (o'yoq)	$12,0 \pm 2,1$	$15,3 \pm 1,87$	2,3	$< 0,05$
	O'rtacha jami	$39.8 \pm 2,10$	$47,3 \pm 2,37$	1,5	$> 0,05$
	Nuqson (brak)%	$13.2 \pm 3,41$	$15.7 \pm 3,78$	2,5	$< 0,05$

Himoyachilar har bir o'yinda NamFA $13,0 \pm 1,15$ AndFA $14,9 \pm 0,59$ to'pni qabul qildilar ($P < 0,05$), uzoq oldinga uzatmalar $12,0 \pm 0,36$ $14.2 \pm 0,11$ ($P < 0,05$), Himoya chizig'ining o'yinchilari to'pning qisqa va o'rta oldinga uzatilishida NamFA $25,5 \pm 0,36$ AndFA $29,9 \pm 0,43$ ($P < 0,05$), maydon bo'ylab uzoq uzatmalarda NamFA $11,0 \pm 2,64$ AndFA $13,4 \pm 2,90$ ($P < 0,05$), oyoq bilan darvozaga zarba berishda NamFA $10,0 \pm 0,3$, AndFA $11.2 \pm 0,03$ ($P > 0,05$), yon chiziqdan to'pni maydonga tushirishda NamFA $6,0 \pm 0,78$, $7,1 \pm 0,12$ ($P > 0,05$) natijaga erishdilar. (9-jadvalga qarang).

9-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalarining himoya chizig'i futbolchilarining texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari

T/r	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA (n=5) %	Harakat miqdori Andijon FA (n=5) %	t	p
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$		
1.	To'pni qabul qilish	$13,0 \pm 1,15$	$14,9 \pm 0,59$	1.9	$< 0,05$
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar	$25,5 \pm 0,36$	$29,9 \pm 0,43$	1.5	$< 0,05$

9-jadvalning davomi

3.	Qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish	11,0±2,64	13,4±2,90	2.4	<0,05
4.	Uzoq masofaga uzatmalar	12,0±0,36	14.2±0,11	1.2	<0,001
5.	Maydon bo'ylab uzun uzatmalar	1,0±0,5	2,8±0,07	0.2	>0,01
6.	Yakkakurashlar	4,0±0,46	5,5±0,22	1.1	<0,05
7.	Raqibni aldab o'tish	2,5±0,50	4,8±0,22	2.3	<0,05
8.	To'pni ushlab egalik qilish	6,5±0,6	7,3±0,16	1.2	>0,05
9.	To'pni olib qo'yish	5,0±0,99	7,2±0,17	2.2	<0,05
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	10,0±0,3	11.2±0,03	1.4	>0,05
11.	Maydon yon chizigidan tashlashlar	6,0±0,78	7,1±0,12	1.1	>0,05
O'rtacha jami		96.5±6,51	118.3±7.98	1.6	<0,001
Nuqsonlar (brak) %		19.3±1.48	24.6±2,83	1.5	>0,05

Yarim himoyachilar to'pni qabul qilish ($P>0,05$), to'pning oldinga va qisqa uzatmalari soni ($P<0,05$), qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish uzatmalar ($P<0,05$), yakkakurashlar, dribling, to'pni ushlab turish, tanlash, oyoq bilan zarbalar texnik va taktik usullarni bajarish miqdori o'rtacha jami nuqsonlar NFA 16.8±1,15 AFA 21,5±1,75, ($P<0,01$), natijani ko'rsatdi. (10-jadvalga qarang).

10-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalarining o'rta chiziq (yarim ximoya) futbolchilarining texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari

T/r	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA(n=5) %	Harakat miqdori Andijon FA (n=5) %	t	P
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$		
1.	To'pni qabul qilish	10,0±0,75	15,92±0,78	1,6	>0,05
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar	11,0±0,45	13,28±0,72	2,2	<0,05
3.	Qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish	14,0±0,54	16,57±0,64	2,5	<0,05
4.	Uzoq masofaga uzatmalar	8,0±0,6	9.9±0,15	1,9	<0,05
5.	Maydon bo'ylab uzun uzatmalar	4.6±0,25	5,6±0,04	1,0	>0,05
6.	Yakkakurashlar	6.4±0,35	7.8±0,11	0,21	>0,05
7.	Raqibni aldab o'tish	5,0±1,0	7,18±0,17	0,87	>0,05
8.	To'pni ushlab egalik qilish	4.9±0,25	5,00±0,16	1,9	>0,05
9.	To'pni olib qo'yish	9,0±1,03	11.3±0,59	2,3	<0,05
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	6,0±0,2	8.0±0,13	2,0	<0,001
11	Maydon yon chizigidan tashlashlar	5,0±0,78	7.2±0,12	2,2	<0,001
O'rtacha jami		83.9±6,35	107.5±7.45	1.1	>0,05
Nuqsonlar %(brak)		16.8±1,15	21,5±1,75	3,3	<0,01

Hujumchilar to'pni qabul qilish NamFA 10,5±0,61 AndFA 14,9±2,23 ($P<0,001$) (TTX)ni, qisqa va o'rta oldinga uzatmalar NamFA 7,0±0,27 AndFA 8,8±0,7 ($P>0,05$) nuqsonlar (brak) raqibni aldab o'tish NamFA 10,0±0,34 AndFA esa 12,9±0,53 ($P<0,001$) o'rtacha ko'rsatkichda NamFA 18.8±0,54 AndFA 24.2±0,47 ($P>0,05$) bo'ldi. (11-jadvalga qarang)

Namangan va Andijon futbol akademiyalari hujum chizig‘i futbolchilarining ko‘rsatkichlarining oxirgi natijalari

T/r	Raqobat faolligi ko‘rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA (n=4)	Harakat miqdori Andijon FA (n=4)	t	P
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$		
1.	To‘pni qabul qilish	10,5±0,61	14,9±2,23	4,4	<0,001
2.	Qisqa va o‘rta oldinga uzatmalar	7,0±0,27	8,8±0,7	0,20	>0,05
3.	Qisqa va maydon bo‘ylab to‘pni uzatish	8,0±0,50	10,2±1,12	0,32	>0,05
4.	Uzoq masofaga uzatmalar	2,0±0,24	3,6±0,19	0,11	>0,05
5.	Maydon bo‘ylab uzun uzatmalar	3,0±0,5	4,5±0,21	1,5	>0,05
6.	Yakkakurashlar	9,3±0,26	11,3±0,20	2,1	>0,05
7.	Raqibni aldab o‘tish	10,0±0,34	12,9±0,53	2,9	< 0,05
8.	To‘pni ushlab egalik qilish	3,5±0,06	4,5±0,07	0,23	>0,05
9.	To‘pni olib qo‘yish	12,0±0,20	13,2±0,34	0,14	>0,05
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	10,0±0,45	13,2±0,14	2,3	< 0,001
11.	Maydon yon chizigidan tashlashlar	0,24±0,05	0,30±0,04	0,61	>0,05
	jami	75,54±2,1	96,9±1,9	1,8	>0,05
	nuqsonlar%	18,8±0,54	24,2±0,47	0,17	>0,05

Xammasi bo‘lib Namangan FA jamoasi har bir o‘yinda o‘rtacha 75,54±2,1 TTX ko‘rsatkichi bilan 18,8±0,54 % nuqsonlar(brak) ko‘rsatkichini qayd etadi Andijon. FA jamoa har bir o‘yinda o‘rtacha 96,9±1,9TTX o‘tkazadi, nuqsonlar (brak) darajasi 24,2±0,47% bo‘lib, bu Namangan FA jamoalariga qaraganda ancha kam (P<0,001). Olingan ma'lumotlar ushbu kontingent uchun aniqlanadi, jamoalar chempionat va chempionatning ma'lum bir segmentida hal qiladigan vazifalar bilan belgilanadi, tayyorgarlik darajasiga, turnirdagi pozitsiyasiga, raqib jamoaga, o‘yinga bo‘lgan munosabatiga, mashg'ulotlarning muayyan naqshlariga bog'liq jarayon va boshqalar. Zamonaviy taktik konstruksiyalar va futbolni universallashtirishning umumiy tendentsiyalaridan kelib chiqib, jamoa o‘yinchilarining turli rollarga bo‘linishi nisbatan shartli. Turli jamoalarning futbolchilarini maksimal tezlikda yugurishlarining turli natijalarini o‘rtacha ko‘rsatkichlari aniqlanadi. Maksimal tezlikda «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining yarim himoyachilari o‘yin davomida X=868m, jamoasining yarim himoyachilari X=795m natijasini «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining yarim hamoyachilari X=735m natijalarini qayd etishgan. Turli jamoalarning hujumchilari ham har xil natijalarni qayd etishgan. «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining hujumchilari X=889m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasi-ning hujumchilari X=722m, «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining hujumchilari o‘yin davomida esa X=503m natijalrni qayd etishgan. Shu jamoalarning himoyachilari o‘yin davomida ham turli natijalarni ko‘rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining himoachilarining natijalari X=590m, «Andijon

viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilarini natijalari X=639m, «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining natijalari X=425m masofani tashkil etadi.

Hulosa qilib aytsak, «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining birgina ampulasida, ya’ni himoyachilarda maksimal tezlikda to‘p bilan, to‘psiz harakatlanish natijalari kam kuzatilgan. «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari, boshqa jamoa himoyachilaridan maksimal tezlikda yugurish natijalarini yaxshi ko‘rsata olgan. Tez yugurish natijalari turli jamoa o‘yinchilarini natijalarini aniqlaydigan bo‘lsak, «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining yarim himoyachilarini to‘p bilan, to‘psiz tez yugurish ko‘rsatkichlari X=1519m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilarini ko‘rsatkichlari X=1084m, «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining yarim himoyachilari X=1134m natijalarini ko‘rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining hujumchilarini natijalari X=1174m, «Andijon viloyati FA U-16»jamoasining ko‘rsatkichlari X=942m, «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining o‘yin davomidagi ko‘rsatkichlari X=798m masofaga to‘ri keladi. «Namangan viloyati FA U-16»jamoasining himoyachilarini o‘yin davomida tez yugurish natijalarini X=823m,»Andijon viloyati FA U-16» jamoasining ko‘rsatkichlari esa X=743m, «Farg‘ona viloyati FA U-16»jamoasining o‘yin davomida X=799m natijalarni qayd etishgan. Bundan hulosa qilish keraki, futbolchilarni o‘yin davomi hamma ampulada o‘ynaydigan futbolchilari boshqa tabaqada jamoalarining futbolchilaridan yuqori natijalarini qayd etishgan. Birinchi tabaqada ishtirok etuvchi «Andijon viloyati FA U-16»jamoasining yarim himoyachilari va hujumchilari «Namangan viloyati FA U-16»jamoasidan keyingi natijalarini egallashgan.(12-jadvalga qarang)

12-jadval

Turli jamoa futbolchilarni ampulasiga qarab harakat faoliyatini o‘rtacha ko‘rsatkichlari (n-11)

T/r	Harakatlanishlari	Namangan viloyati FA U-16	Andijon viloyati FA U-16	Farg‘ona viloyati FA U-16
	Maksimal tez yugurishlari.	n-11	n-11	n-11
1	Yarim himoyachilar.	889	798	750
2	Hujumchilar.	896	735	515
3	Himoyachilar.	600	500	436
	Tez yugurish	X	X	X
1	Yarim himoyachilar	1550	1094	1150
2	Hujumchilar.	1194	952	800
3	Himoyachilar.	860	753	805
	Sekin yugurish	X	X	X
1	Yarim himoyachilar.	2081	1952	1525
2	Hujumchilar.	1970	1355	1344
3	Himoyachilar.	1450	1346	1430
	Umumiy harakatlanish faoliyati	X	X	X
1	Yarim himoyachilar.	4502	3890	3390
2	Hujumchilar.	4040	2995	2460
3	Himoyachilar.	2881	2752	2658

Xammasi bo'lib Namangan FA jamoasi har bir o'yinda o'rtacha $75.54 \pm 2,1$ TTX ko'rsatkichi bilan $18.8 \pm 0,54$ % nuqsonlar(brak) ko'rsatkichini qayd etadi Andijon. FA jamoa har bir o'yinda o'rtacha $96.9 \pm 1,9$ TTX o'tkazadi, nuqsonlar (brak) darajasi $24.2 \pm 0,47\%$ bo'lib, bu Namangan FA jamoalariga qaraganda ancha kam ($p < 0,001$). Olingan ma'lumotlar ushbu kontingent uchun aniqlanadi, jamoalar chempionat va chempionatning ma'lum bir segmentida hal qiladigan vazifalar bilan belgilanadi, tayyorgarlik darajasiga, turnirdagi pozitsiyasiga, raqib jamoaga, o'yinga bo'lgan munosabatiga, mashg'ulotlarning muayyan naqshlariga bog'liq jarayon va boshqalar. Zamonaviy taktik konstruksiyalar va futbolni universallashtirishning umumiy tendentsiyalaridan kelib chiqib, jamoa o'yinchilarining turli rollarga bo'linishi nisbatan shartli. Turli jamoalarning futbolchilarini maksimal tezlikda yugurishlarining turli natijalarini o'rtacha ko'rsatkichlari aniqlanadi. Maksimal tezlikda «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari o'yin davomida $X=868$ m, jamoasining yarim himoyachilari $X=795$ m natijasini «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining yarim hamoyachilari $X=735$ m natijalarini qayd etishgan. Turli jamoalarning hujumchilari ham har xil natijalarni qayd etishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari $X=889$ m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasi-ning hujumchilari $X=722$ m, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari o'yin davomida esa $X=503$ m natijalrni qayd etishgan. Shu jamoalarning himoyachilari o'yin davomida ham turli natijalarni ko'rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining himoachilarining natijalari $X=590$ m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilarini natijalari $X=639$ m, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining natijalari $X=425$ m masofani tashkil etadi.

Hulosa qilib aytsak, «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining birgina ampulasida, ya'ni himoyachilarda maksimal tezlikda to'p bilan, to'psiz harakatlanish natijalari kam kuzatilgan. «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari, boshqa jamoa himoyachilaridan maksimal tezlikda yugurish natijalarini yaxshi ko'rsata olgan. Tez yugurish natijalari turli jamoa o'yinchilarini natijalarini aniqlaydigan bo'lsak, «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilarini to'p bilan, to'psiz tez yugurish ko'rsatkichlari $X=1519$ m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilarini ko'rsatkichlari $X=1084$ m, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari $X=1134$ m natijalarini ko'rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilarini natijalari $X=1174$ m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining ko'rsatkichlari $X=942$ m, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining o'yin davomidagi ko'rsatkichlari $X=798$ m masofaga to'p keladi. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilarini o'yin davomida tez yugurish natijalarini $X=823$ m, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining ko'rsatkichlari esa $X=743$ m, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining o'yin davomida $X=799$ m natijalarni qayd etishgan. Bundan hulosa qilish keraki, futbolchilarni o'yin davomi hamma ampulada o'ynaydigan futbolchilari boshqa tabaqa jamoalarining futbolchilaridan yuqori natijalarini qayd etishgan. Birinchi tabaqada ishtirok etuvchi «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari va hujumchilari «Namangan viloyati FA U-16» jamoasidan keyingi natijalarini egallashgan.

XULOSALAR

1. Mavzu bo'yicha adabiyotlarni o'rganish, tahlil qilish va pedagogik kuzatuv natijalari shuni ko'rsatdiki psixologik tayyorgarlikning asosiy vazifasi - yuqori psixologik-irodaviy sifatlarni tarbiyalash. Psixologik tayyorgarlik vazifalarini rivojlantirish: jarayonlarni idrok qilishni (to'pni, vaqtni, bo'shliqni his qilishni) rivojlantirish; diqqatni rivojlantirish; kuzatishni rivojlantirish; kuzatishni rivojlantirish (qiyin o'yin sharoitida orientastiya); eslash qobiliyati fikrlashni (o'yin faoliyati xususiyatlari) rivojlantirish; o'zini tuta bilishni (emostiya) boshqarishni rivojlantirish; taktik fikrlashni rivojlantirish (o'yin holatini baholash va samarali natijani qabul qilish demakdir).

2. Futbolchilarning raqobatbardoshlik faoliyatining texnik-taktik ko'rsatkichlari monitoringi o'yinchilarning texnik-taktik tayyorgarligi darajasini nazorat qilish tizimining zarur elementi hisoblanadi. Raqobat faolligining namunaviy ko'rsatkichlari sifatida futbol bo'yicha jahonning yetakchi jamoalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining hajmi va bajarish sifati parametrlaridan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

3. O'rganish jarayonida 16-17 yoshli futbolchilarni texnik-taktik tayyorlash jarayoni modelini asoslab berdik, jumladan: modellashtirish uchun zarur shart-sharoitlar; o'quv mashqlari majmuasidan foydalangan holda aniq texnik va taktik harakatlarni bosqichma-bosqich shakllantirish texnologiyasi; malakali futbolchilarning raqobat faoliyatidagi texnik-taktik harakatlarining shakllangan darajasi va samaradorligini baholash. futbol bo'yicha malakali sportchilarning mashg'ulotlar jarayoni samaradorligini va raqobatbardosh faoliyati samaradorligini sezilarli darajada oshirish uchun sharoit yaratadi.

4. Ta'riflangan texnik-taktik tayyorgarlik texnikasini tahlil qilish malakali futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligi darajasi va raqobatbardosh faoliyati samaradorligini oshirishga yordam beradi, bu esa o'yinning miqdoriy va sifat ko'rsatkichlarining sezilarli yaxshilanishi bilan ifodalanadi. bir qator tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, malakali futbolchilarning raqobatbardosh faoliyatidagi texnik va taktik harakatlari va jismoniy tayyorgarlik darajasining oshishi

5. Sportchilarning individual psixosomatik va shaxsiy xususiyatlarini, ularning raqobatbardosh faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini va ichki va tashqi tabiatning ustun bo'lgan stress omillarini hisobga olishga asoslangan turli xil vositalar, usullar va psixologik mashg'ulotlardan foydalanish shakllanishiga yordam beradi. sport raqobatbardosh faoliyatida stressni muvaffaqiyatli engish uchun javob beradigan zarur shaxsiy xususiyatlar. Va sportchiga psixologik yordam qanday qilib o'z vaqtida va malakali ravishda tashkil etilishiga, uning sport hayoti, jismoniy va ruhiy farovonligi, muvaffaqiyati, o'zidan va sport natijalaridan qoniqish, o'ziga bo'lgan ishonch va sportdagi qobiliyati va undan tashqarida bog'liqdir.

6. Futbolchini ruxiy tayyorlash - bu murabbiyning pedagogik faoliyatidagi muhim bir qismidir. Murabbiy sport faoliyatida yuqori natija ko'rsatishi uchun sportchiga kerakli bo'lgan ruxiy omillarni chuqur bilishi, ularni maqsadga muvofiq rivojlantirishi sportchilarning yuqori darajali mahoratga ega bo'lishlarini, musobaqalarda ishonch bilan barqaror natijalar ko'rsatishlarini ta'minlaydi.

7. Kuzatuvga olingan tadqiqot va nazorat guruhi futbolchilarining (umuiy soni 46 nafar) va ularni oxirgi kuzatuv natijalariga asosan statistik taxliliga ko'ra; K1 koefitsentni baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,3 \pm 0,8$ ball, 3,3 ballga yaxshilanish $V\%=2,7$, Andijon FA da esa $10,9 \pm 1,3$ ball $V\%=2,8$, tashkil etdi. $t=2,7$ ($P<0,01$) ni tashkil etdi. K2 koefitsentni baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,4 \pm 1,9$ ball, 3,2 ballga yaxshilanish $V\%=3,7$, Andijon FA da esa $9,8 \pm 1,3$ ball $V\%=3,8$. tashkil etdi. $t=3,7$ ($P<0,001$) ni tashkil etdi. K3 koefitsentni baholashdagi ballar Namangan FA da $13,3 \pm 1,8$ ball, 3.1 ballga yaxshilanish $V\%=2,8$, Andijon FA da esa $10,2 \pm 0,3$ ball $V\%=2,2$ ni tashkil etdi. $t=2,6$ ($P<0,05$)ni tashkil etdi. SEHB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi Namangan FA da $12,3 \pm 6,6$ ball 3,5 ballga yaxshilanish $V\%=2,7$, Andijon FA da esa $8,3 \pm 2,6$ ball $V\%=3,1$ ni tashkil etdi. $t=3,3$ ($P<0,01$) ni tashkil etdi. Har ikkala jamoalarning dastlabki emotsional holatini baholash shkalasi bo'yicha 12,3ball va "Abuliya" Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) va 8,3 ball " Abaziya " Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, noyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yishi (stress tormozlar guruhi) ma'lum bo'ldi.

8. Pedagogik kuzatuv natijalari shuni ko'rsatdiki, sport jamoalarida psixologik tayyorgarlikni amalga oshiruvchi mutaxassislarni yo'qligi bu jarayonni past darajada rivojlanganligini ko'rsatdi. Faqat murabbiygina ayrim hollarda futbolchilarni psixologik tayyorlashga intiladi. Kelajakda sportchilarni psixologik tayyorgarligini mutaxassilar amalga oshirsa, maqsadga muvofiq bo'lar edi.

AMALIY TAVSIYALAR

1. Sport mashg'ulotlari va musobaqalar haqida olingan malumotlarni tekshirib ko'rish, ishonchlilik darajasini aniqlash, musobaqaning boshlanish vaqti yoki kutilmagan o'zgarishlarning alohida vaziyatlari futbolchilar yoki jamoaga galaba keltirish imkoniyatlarini o'rganish; (video tasmlarni kayta ko'rib chiqish va taxlil qilish, futbolchilarga individual topshiriqlar berish va mashg'ulotlarda shu topshiriqlar ustida ishlash, futbolchilarga musobaqada qatnashishdan ko'zlangan maqsad va vazifalarni aniq belgilab olishlari haqida ko'rsatmalar berish tavsiya etiladi.

2. Psixologik tayyorgarlikning asosiy vazifalaridan eng ahamiyatlisi, sportchining belgilangan vazifalarni hal qilish uchun safarbar etishida ifodalangan musobaqalarga tayyorlik holatiga erishishdir. Bu masuliyatli, yirik musobaqalar oldidan ayniqsa muhimdir. Ushbu safarbarlik qobiliyati kundalik muammolarni hal qilishda, o'quv va o'quv mashg'ulotlari jarayonida doimiy ravishda, kun davomida o'rgatish tavsiya etiladi.

a. Xujumchilarga va yarim ximoyachilarga raqib jamoaning darvozabonini imkoniyatlari va malakalarini qay darajada ekanini taxlil qilinishi va taktik ishlanmalar va yo'riqlar, topshiriqlar ishlanmasini ishlab chiqish kerak. Futbolchilarni tanishtirib ularga yakka (individual va personal) tartibda funktsional

(ampluasidan) kelib chiqib alohida qarshi qo'llanilishi kerak bo'lgan taktik vazifalar berilishi lozim.

3. Futbolchining musobaqaga ishtirok etish sababi, mohiyati va aniq maqsadini aniqlash, g'alabaga erishishning ijtimoiy ahamiyatini tushuntirish; og'zaki ta'sirlar: tushuntirish, hikoya, suhbat, ishontirish, pedagogik taklif, ma'qullash, tanqidqilish, qoralash; - natijaga erishish uchun mumkin bo'lgan vazifalarni o'yinchi oldiga qo'yish va tushuntirish; - natijaga erishish uchun vazifalarni bosqichma-bosqich murakkablashtirish; - qiyinchiliklarni yengib o'tishni talab qiladigan vaziyatlarni tushuntirib borish: - musobaqa oldidan videotasmalardan foydalanish, ularning saviyasiga va sportchining tayyorligiga asoslanib tushuntirish ishi olib borish;- aralash ta'sir: dalda berib borish. - vaqti kelsa o'yinchilarning fikr va muloxazalarini tinglash va ma'qullab borish tavsiya etiladi.

4. Futbolchini musobaqaga ruhan tayyorlash maqsadida kutilmagan maxsus to'siqlar vujudga keltirish, ularda bu to'siqlar va qiyinchiliklarni yenga oladigan malaka va ko'nikmalar hosil qilish uchun qo'shimcha mashg'ulotlar uyushtirish, musobaqaga tayyorgarlik ko'rishda va musobaqalar paytida ixtiyoriy ravishda o'zini o'zi boshqarishning ahamiyati katta, bunda sportchi o'z faoliyatini pasaytiradigan psixologik tanglikni yengishi kerak.

5. Futbolchini musobaqa boshlanishida ruhiy ko'tarinkilikka, asab tizimi faoliyatini boshqarishga, ruhan charchamaslikka odatlantirish hamda musobaqa jarayonida yanada faol harakat qilishga erishishga undash lozim. Harakatni fikrlarga emas, balki harakatni bajarish texnikasiga o'tkazish;-fikrlarniva e'tiborni ijobiy his-tuyg'ularni keltirib chiqaradigan tasvir va hodisalarga almashtirish- tinchlantirishga qaratilgan o'z-o'zini ishontirish:

a. «Men yaxshi tayyorgarlik ko'rganman», «Raqib unchalik kuchli emas»; - shogirdga buyurtma berish: «Tinchlaning», «Xavotir olmang», «O'zingizni bosing», «Siz muvaffaqiyat qozonasiz» va boshqalar; Uyg'otish (salbiy vaziyatlar oldida uyg'otish) darajasini pasaytirishga qaratilgan usullar: - nafas olish va nafas chiqarish oraliqlarini o'zgartirish, nafasni ushlab turish, nafas olish va nafas chiqarishni sekinlashtirish yoki tezlashtirish, ularning chuqurligi bilan nafas olishni tartibga solish; - asosiy va mahalliy mushak guruhlarining ketma-ket bo'shashishi; - tinchlantiruvchi massaj usullari (yengil silash, silkitish) tavsiya etiladi.

Futbolchini musobaqaga psixologik tayyorlash maqsadida mashg'ulotlar jarayonlarida standart vaziyatlar (jarima maydoniga yaqin joydan jarima to'plarini va standart vaziyatlarni ijro etishning "uy tayyorgarligi" (domashnaya zagotovka)lar ustida taktik variantlarni ishlab chiqish va mashg'ulotlarda alohida taktik raqamlar bilan qo'llab ko'rish va ko'nikma malakalari oshirish tavsiya etiladi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНОЙ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**НАМАНГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
ИНСТИТУТ**

САТИЕВ ШУХРАТ КОМИЛОВИЧ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ ОСНОВ ОЦЕНКИ
ЗАВИСИМОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА
ФУТБОЛИСТОВ ОТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ
(на примере подростков 16-17 лет)**

**13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
реабилитации и адаптивной физической культуры**

**АВТОРЕФЕРАТ
диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам**

Чирчик–2025

Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан под номером B2025.3 PhD/Ped677.

Диссертация выполнена в Наманганском государственном педагогическом институте
Автореферат диссертации размещен на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) на портале «Ziynet» (www.ziynet.uz) сайта Ученого совета (w.w.w.jtsu.uz).

Научный руководитель:

Азизов Сабитхан Валиевич
кандидат педагогических наук, доцент

Официальные оппоненты:

Олимов Мухсинбек Сотиволдиевич
Доктор педагогических наук (DSc), профессор

Талипджанов Аскар Инамджанович
Кандидат педагогических наук, профессор

Ведущая организация:

Джиззакский государственный педагогический университет

Защита диссертации состоится 23 « 05 » 2025 г. в 11.00 часов на заседании Научного совета DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 при Узбекском государственном университете физической культуры и спорта по адресу: 111709, Ташкентская область, г.Чирчик, ул. Спортчилар, дом 19. Тел: (0-370) -717-17 79,717-27-27, факс: (0-370) 717-17-76, Веб-сайт: www.jtsu.uz, e-mail: info@jtsu.uz (Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, корпус Е, 3-этаж, аудитория № 309).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Узбекского государственного университета физической культуры и спорта (зарегистрирована под номером 0173 по адресу: 111709, Ташкентская область, г. Чирчик, ул. Металлургов, 15. Тел: (0-370) -717-17 79,717-27-27, факс: (0-370) 717-17-76).

Автореферат диссертации разослан 10 05 2025 года
(реестр протокола рассылки № 29 от « 19 » 04 2025 года)



Р.М.Маткаримов
Председатель Научного совета по присуждению ученых степеней,
д.п.н. (DSc), профессор

М.А.Ибрагимов
Заместитель секретаря Научного совета по присуждению ученых степеней,
д.п.н.п.ф. (PhD), профессор

А.Н.Шопулатов
Председатель научного семинара при научном совете по присуждению ученых степеней, д.п.н. (DSc), доцент

Введение (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мировом спортивном практикуме, как и в других видах спорта, в футболе накоплен богатый педагогический опыт, который непосредственно связан с этапами подготовки спортсменов, результативностью соревновательной деятельности эффективностью разработки структуры учебно-тренировочного процесса на разных стадиях спортивного совершенствования и требует внедрения инновационных технологий в тренировочный процесс. Исследования методических основ оценки технико-тактических особенностей и эмоционального состояния футболистов, функционального состояния, технической подготовки, соревновательной тактики и психологической подготовки футболистов проводятся в различных странах мира. Однако проблема разработки предложений и рекомендаций по оценке технико-тактических действий и эмоционального состояния футболистов остается актуальной во все времена и эпохи.

Развитие мирового спорта, а также футбола является одним из ключевых факторов прогресса общества и продолжает оставаться актуальной проблемой XXI века. Одним из важных аспектов является подготовка футболистов с технико-тактической и психологической подготовкой. Для дальнейшего развития современного спорта необходимо профессионально применять передовой опыт и развивать научно-методические основы управления спортивными тренировками на различных этапах. В результате, для обеспечения конкурентоспособности в футболе встает вопрос повышения эффективности технико-тактических действий квалифицированных футболистов. Эффективность тренировочного процесса также зависит от психической устойчивости футболистов, и необходимые психические качества развиваются и совершенствуются в процессе активной соревновательной деятельности и ежедневных тренировок. Это подчеркивает актуальность проблемы научной организации процесса технико-тактической и психологической подготовки футболистов.

Необходимость превращения футбола в массовый вид спорта среди населения Республики Узбекистан требует разработки системы отбора и подготовки высококвалифицированных молодых футболистов, способных конкурировать с командами развитых стран, а также эффективной организации учебно-тренировочного процесса для сборных команд, проведения крупных международных соревнований, таких как чемпионаты мира и континента среди молодежных, юношеских и женских команд¹. Для этого нужно создавать современные условия, организовывать тренировки на высоком уровне, управлять и планировать тренировочный процесс, искать и отбирать талантливых перспективных спортсменов, направлять их на многолетнюю подготовку, что требует комплексной работы.

¹ Указ президента республики узбекистан от 4 декабря 2019 года № ПФ-5887 «О мерах по выводу развития футбола в узбекистане на принципиально новый этап».

Настоящее исследование в определённой степени способствует реализации задач, предусмотренных рядом нормативно-правовых актов, регулирующих сферу физической культуры и спорта в Республике Узбекистан. В частности, это Закон Республики Узбекистан от 4 сентября 2015 года «О физической культуре и спорте», Указ Президента Республики Узбекистан от 4 декабря 2019 года № УП–5887 «О мерах по выводу развития футбола в Узбекистане на принципиально новый этап», Указ Президента от 24 января 2020 года № УП–5924 «О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Узбекистане», Постановление Президента Республики Узбекистан от 16 марта 2018 года № ПП–3610 «О мерах по дальнейшему развитию футбола», а также Постановление Президента Республики Узбекистан от 7 апреля 2023 года № ПП–115 «О дополнительных мерах по всестороннему развитию массового и профессионального футбола». Учитывая обозначенные в данных документах стратегические приоритеты, можно утверждать, что проводимое исследование направлено на научно-методическое обеспечение реформ в сфере физического воспитания и спорта, в том числе в направлении развития футбольной инфраструктуры, повышения эффективности подготовки кадров и формирования устойчивых механизмов популяризации здорового образа жизни.

Соответствие исследований приоритетам развития науки и техники Республики. Данные исследования являются развитием науки и техники республики: Оно осуществлялось в рамках приоритетного направления I.»Формирование системы инновационных идей и путей их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовном и образовательном развитии информированного общества и демократического государства».

Уровень изученности проблемы. В Республике Узбекистан в области подготовки футболистов, с учетом их психологической готовности, улучшения технического и тактического мастерства, научные исследования проводились такими выдающимися учеными современности, как Р.И. Нуримов², Ш.Т. Исеев, А.И.Талибжонов, А.Р.Акрамов, Ф.О.Пулатов. они занимались развитием технической-тактической подготовки футболистов, всесторонним развитием физических способностей и психологической подготовки спортсменов. В области психологической подготовки футболистов также проводили научные исследования такие ученые, как Э.Г. Гозиев, З.Г. Гаппаров, Ж.М. Иштаев, Ш.У. Абидов, М.Н. Умаров, Н.М. Юсупов.

² Nurimov R.I. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I. Nurimovning umumiy tahriri ostida. T.: «Ilmiy texnika axboroti–press nashriyoti», 2018. -316 b; Akramov R.A. Futbol. Darslik. Toshkent, O‘zDJTI nashriyoti, 2006. -218 b;G‘oziev E.G‘. Psixologiya, - Toshkent, O‘qituvchi, 1992. - 95-105 b; G‘oziev E. Umumiy psixologiya. - T. O‘qituvchi, 2010. - 510 b.; Gapparov Z.G., Xolmuhammedov R.D. Boks murabbiyining individual dars olib borishdagi maxsus malakalarini takomillashtirish // Barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning roli. — Buxoro: 2002. - B.79-82; G‘aziyeva Z. Sport komandasida jipslikni tadqiq etishning ahamiyati // «XXI asr psixologiyasining nazariy va amaliy muammolari»ni o‘rganishga bag‘ishlangan Respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallar. Toshkent, 2012. - B. 28-139; Гаппаров Г. Иштаев Ж.М., Абидов Ш.У., Садиков А.У., Умаров М.Н., Хасанова Г.М. Психология спорта высших достижений. Учебное пособие.-Т.: илмий техника-пресс нашриёти, 2018. - 16-22 b; Юсупов Н.М. Ўзбекистон маҳаллаларида болалар футболнинг ривожини // Fan-Sportga. – 2020. – №. 3.-С 51-53;

Учёные стран Содружества Независимых Государств, такие как А.П. Елисеев³, В.М. Генковская, А.П. Золоторев, В.З. Ивасев, К. Изард, В. Кларин, Б.М. Коган, Дж. Гринберг, Р.М. Зайганов, М.З. Газиева и Г.Д.Бабушкин, являются признанными специалистами в области психодиагностики. Они делились результатами своих исследований в научно-методической литературе, посвященной психологической подготовке спортсменов и особенностям эмоциональных стрессов.

Среди зарубежных ученых канадский патофизиолог, открывший различные виды стресса в психологии, Ганс Селье, а также такие учёные как Р.С. Вайнберг⁴, Г.Д. Голд, Р.Х. Кокс, О.Т. Орлик, Х.Л. Харди, Дж.Г. Джоунс, Д.Д. Голд и другие специалисты также исследовали эмоциональное состояние спортсменов и футболистов. Они оценивали качество их технико-тактической подготовки, контроль за их движениями и эффективностью деятельности. В своих научных работах они описывали психологические особенности, связанные с преодолением стрессов во время соревнований, и представляли методы их преодоления.

Связь исследования с научными планами вуза, в котором выполнена диссертация. Данное исследование выполнено в рамках фундаментальных научно-исследовательских работ на основе Перспективного плана научно-исследовательской работы Наманганского государственного педагогического института на 2022-2024 годы по теме «Совершенствование методических основ оценки технико-тактического мастерства футболистов в зависимости от их эмоционального состояния».

Цель исследования заключается в совершенствовании методики оценки технико-тактических действий футболистов и их эмоционального состояния, а также в разработке предложений и рекомендаций для этого процесса.

Задачи исследования

определить связь между эффективностью технических и тактических навыков футболистов 16-17 лет, показанных ими в ходе игры, и их психологическим состоянием, с целью повышения уровня устойчивости к эмоциональным стрессам;

³ Елисеев А.П. Психологическая устойчивость в ЧС. Словарь-справочник. - Новогорск, 2000.-230 с; К.Изард. Эмоции человека. Эмоции человека. Санктпетербург : "Санктпетербург", 2001. - 220-235 с; Генковская В.М. Особенности саморегуляции как нормы психической устойчивости в стрессовых ситуациях: Автореф. дис. канд. психол. наук. Киев, 2000. -24 с; Золоторев А.П., Ивасев В.З. Инновационные направления в технико-тактической подготовке юных футболистов: метод, рекомендации. Краснодар, 2000. -27 с.; Коган Б.М. Стресс и адаптация - М.: Знание, 2003..56-57- С; Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: автореф. дис.... канд. пед. наук / СПбГУФК. Санкт-Петербург, 2002. - 24 с; Гринберг Дж. Г85 Управление стрессом. 7-е изд. — СПб.: Питер, 2002.-496с; Загайнов Р.М. Внутренний мир как внутренний феномен личности спортсмена / Р.М. Загайнов.-М,2005. -136-159 с;ГазиеваМ.З. Стрессоустойчивость личности как предмет психолого-педагогического изучения, 2008. -125-154 с; Г.Д.Бабушкин. Психология физической культуры. Москва, "Спорт", Вол. Учебник. - 2016.-456-560 с.

^{4 4} Weinberg, R. S., & Gould, D. Foundations of Sport and Exercise Psychology 2018. - 285-310 p.; Cox, R. H. Sport Psychology: Concepts and Applications. 2011. - 67-89 p.; Orlick, T. In Pursuit of Excellence: How to Win in Sport and Life Through Mental Training. 2008.- 45-76 p; Hardy, L., Jones, G., & Gould, D. Understanding Psychological Preparation for Sport: Theory and Practice of Elite Performers. 1996. -66-69 p.

совершенствовать методику оценки эмоционального состояния спортсмена, основываясь на опыте применения улучшенной методики для выявления зависимости между технико-тактическими навыками футболистов и их эмоциональными состояниями, как в тренировках, так и в соревнованиях, и расширить методы их применения в футболе;

разработать параметры и шкалы психодиагностической методики для определения эмоционального состояния футболистов 16-17 лет, с целью повышения возможностей для систематического учета существующих значений психоэмоциональных показателей через категоризацию;

расширить возможности независимой оценки тренерами эмоционального состояния футболистов в процессе тренировок и соревнований, разработав улучшенную методику с использованием мобильных компьютерных приложений.

Объект исследования объектом исследования стали тренировочные и соревновательные процессы футболистов 16-17 лет в академиях футбола Ферганской долины.

Предмет исследования Предметом исследования являются методы, формы и средства оценки технико-тактической подготовки и эмоционального состояния футболистов 16-17 лет в процессе соревнований и тренировок академий футбола

Методы исследования: В исследовании использованы методы анализа научно-методической литературы, анкеты, психологические тесты, педагогический контроль, педагогический эксперимент, инструментальный эксперимент и математико-статистические методы.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

расширены возможности повышения уровня устойчивости к эмоциональным стрессам за счет определения эффективности технических и тактических навыков футболистов 16-17 лет в ходе игры и их связи с психологическим состоянием;

совершенствование связи между техническими и тактическими навыками футболистов и их эмоциональными состояниями в процессе тренировок и соревнований позволяет повысить эффективность контроля за высоким уровнем активности в игре и эмоциональным состоянием;

разработка параметров и шкал психодиагностической методики для определения стрессоустойчивости организма расширяет возможности систематического учета существующих значений психоэмоциональных показателей через категоризацию;

разработка улучшенной методики оценки эмоционального состояния футболистов с использованием мобильных компьютерных приложений расширяет возможности тренеров для оперативной оценки спортсменов в различных тренировочных и соревновательных процессах.

Практические результаты исследования. В научно-исследовательской работе в процессе изучения технико-тактической подготовки, двигательной активности и влияния эмоционального напряжения академий футбола

Ферганской долины и молодых игроков, действующих в республике, выявлена стрессоустойчивость игроков личностный характер спортсмена. качества, эмоциональные нагрузки, депрессия, травма Представлен сравнительный анализ реалити деятельности футболистов, основанный на результатах научной литературы;

Материалы диссертации могут быть использованы в качестве методического руководства для тренеров при организации специальных курсов бакалавров и магистров факультетов физической культуры высших учебных заведений и при подготовке игроков в частных футбольных школах детско-юношеских спортивных школ, специализирующихся на футболе.

Достоверность результатов исследования. Достоверность результатов исследования основана на научных взглядах на теорию и методологию познания, диалектическом методе познания и ученых нашей страны и зарубежья, а также тренеров-практиков, прошедших службу в области физического воспитания и теоретическая практика спорта, дополняющая друг друга и выполняющая задачи исследования, определяется использованием соответствующих методов исследования, количеством и качеством исследовательского контингента и результатов исследований, прозрачностью исследовательских работ и испытаний, продолжительностью исследований. педагогические исследования, использование математических и статистических методов при обработке результатов исследований.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования заключается в том, что результаты исследования получены на основе проведенных педагогических экспериментов, методики проверки технико-тактической подготовки футболистов, двигательной активности и усовершенствованной психодиагностической ОЭСС - методики и формулы расчета академий футбола. в городах Республики Узбекистан и у детей и подростков восполняет основные теоретические знания о механизмах оценки эмоционального состояния игроков спортивных школ во время соревнований и тренировок и анализа проблем управления эмоциональным стрессом.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что в футбольных академиях, детско-юношеских спортивных школах, отделениях футбольной подготовки специализированных детско-юношеских спортивных школ-интернатов используются методы проверки технико-тактической подготовки футболистов, двигательной активности и отбора. игроков, подготовка к соревнованиям и соревнованиям служит методической основой в воспитании толерантности к эмоциональному напряжению в период, профилактики стрессоустойчивости и создании новых подходов.

Внедрение результатов исследований. Внедрение результатов исследований. На основе разработки предложений и рекомендаций по оценке двигательной активности, особенностей технико-тактических действий и эмоционального состояния футболистов:

с целью оценки эмоционального состояния футболистов академий футбола 14-17 лет на тренировках футбольной академии 14-17 лет были применены предложения и рекомендации по определению уровня технико-тактических навыков и эффективности движений во время тренировки. Ферганская область (Справка Министерства физической культуры Республики Узбекистан регистрационный номер 03-16/6537 от 28 июня 2025 года). В результате при расчете бега на максимальной скорости, быстрого бега и медленного бега полузащитники команды Намангана за игру достигли $X=3456$ м, полузащитники команды Андижанской области за время игры добились результата $X=3322$ м, полузащитники футбольной команды Ферганской области и за время игры зафиксировали $X=3319$ м результатов;

для определения стрессового состояния футболистов 14-17 лет были применены предложения и рекомендации по разработке и категоризации параметров и шкал метода «ОЭСС», показывающего устойчивость или непереносимость организма к стрессу и в подготовке футболистов академии Наманганской области (Справка Министерства физического воспитания и спорта Республики Узбекистан регистрационный номер 03-16/6537 от 28 июня 2024 года). В результате у наманганской команды зафиксировано в среднем $878,4 \pm 18,06$ технико-тактических действий ((ТТО)) в каждой игре и процент брака составляла 29,65 процентов;

предложения и рекомендации по практической основе метода ОЭСС, усовершенствованного на основе метода Спилберга-Ханина во время соревнований и тренировок на основе оценки эмоционального состояния игроков, были применены на тренировочных занятиях футбольной академии г. Андижанская область (Справка Министерства физического воспитания и спорта Республики Узбекистан регистрационный номер 03-16/6537 от 28 июня 2024 года). В результате андижанская команда тратила в среднем 775,2 (ТТО) за игру, а уровень дефектов увеличился на $33,8 \pm 0,72$ процентов;

предложения и рекомендации по разработке мобильных компьютерных приложений усовершенствованного метода «ОЭСС» для оценки эмоционального состояния игроков были применены на тренировочных занятиях футбольной академии Андижанской области (Справка Министерства физического воспитания и спорта Республики Узбекистан регистрационный номер 03-16/6537 от 28 июня 2024 года). В результате группа игроков «Адаптация» 13.4. увеличилась с 0процента до 17,6 процентов, группа «Абулия» снизилась с 30,4 процента до 8,6 процентов, группа «Абазия» снизилась с 21,3 процента до 4,3 процента от исходного показателя, группа «Аверсив» нестрессоустойчивость снизилась с 43,0 процентов до 36,6 процента за период соревнований и общая стрессоустойчивость улучшились на 12,5 процентов.

Апробация результатов исследования. Результаты данного исследования были обсуждены на 2 международных и 4 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. По теме диссертационной работы опубликовано 14 научно-методических трудов, включая научные публикации, рекомендованные для опубликования основными научными результатами Олий аттестационной комиссии Республики Узбекистан. Среди них 1 статья в международном журнале ОАК, 2 статьи в республиканских журналах ОАК, а также 11 тезисов и статей, опубликованных на международных и республиканских научно-практических конференциях Республики Узбекистан.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, практических рекомендаций, списка использованной литературы и приложения. Объем диссертации составляет 117 страниц и включает 39 таблиц, 6 рисунков, приложений и вводных документов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во вступительной части диссертации обосновываются актуальность и необходимость темы диссертации, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и техники. Уровень изученности проблемы, связь диссертационного исследования с научно-исследовательской работой высшего учебного заведения, в котором выполнена диссертация, цель и задачи исследования, а также объект и предмет, методы исследования, научная новизна. В ходе исследования определены практические результаты исследования, приведены достоверность результатов исследования, научная и практическая значимость, внедрение результатов в практику, утверждение, публикация, структура и объем диссертации.

В первой главе диссертации под названием **“Методика контроля эффективности оценки технико-тактической подготовленности и эмоционального состояния футболистов”** в зависимости от характера спортивного соревнования необходимо совершенствовать результаты тренировочной деятельности футболиста в период подготовки к определенным соревнованиям. Техническую подготовку нельзя рассматривать отдельно. Технические решения должны быть представлены как составная часть единого целого, тесно связанная с физическими, умственными, тактическими и другими возможностями спортсмена, а также конкретными экологическими условиями, в которых осуществляется спортивная деятельность, поскольку спортивные соревнования являются неотъемлемой частью будет обсуждаться процесс достижения высоких результатов в спорте. Результаты сравнительного анализа литературы, применяемые сегодня методы психологической подготовки футболистов и подготовки их к противостоянию эмоциональному напряжению не позволяют определить задачи оценки эмоционального состояния футболистов путем оценки физического развития футболистов. игроков, развитие их физических качеств, показателей технико-тактической подготовки в этом направлении свидетельствует о том, что научно-исследовательская работа недостаточна, она не до конца изучена как предмет исследования.

Во второй главе диссертации под названием **“Методы и организация исследования”** подробно описаны анализ научно-методической литературы, анкета, педагогическое тестирование, педагогический опыт, метод математической статистики, методология и условия их применения в организации исследовать. Выделены методы научного исследования, используемые для выполнения и организации диссертационной работы. Уровень и показатели технико-тактического мастерства, установлена связь между динамикой двигательной активностью, строгие количественные параметры отдельных игроков, устойчивых или неустойчивых к стрессовым нагрузкам; получено и зарегистрировано максимально доступные значения того или иного индикатора устойчивости к эмоциональным стрессам.

Исследование диссертации проводилось в 3 этапа.

Первый-аналитико-методический этап (2021-2022гг.) Исследование актуальности научной темы в отечественной и зарубежной литературе и научное обоснование. Научный аппарат и исследования посвящены вопросам разработки исследовательского проекта и создания научной гипотезы.

Второй - этап планирования и реализации (2022-2023гг.) Изменение уровня технико-тактического мастерства и показателей воспитанников академий футбола, действующих в Наманганской области. Определить взаимосвязь между динамикой и деятельностью академий футбола исследование значительной популяции футболистов. Их отцам и матерям и тренерам было предложено пройти анкету «теста Айзенка», кроме того, показатели функциональной подготовки юных игроков, играющих в футбольных школах Ферганской долины, а также спортивные результаты, соревновательная деятельность. На основании результатов была разработана шкала этапной оценки ОЭСС, обусловленная классификацией методики и критериев и норм оценки эмоционального состояния.

Третий -этап контроля и проверки (2023-2024 гг.) Призван определить взаимосвязь между уровнем технико-тактических навыков и динамикой изменения показателей и двигательной активности учащихся выбранных академий футбола. Разработаны методические рекомендации, усовершенствованы и поставлены тесты. в практику. Эффективность метода оценки эмоционального состояния игрока была основана на эксперименте путем сравнительного анализа показателей участвующих в исследовании игроков в начале и в конце эксперимента. Результаты, зафиксированные в ходе исследования, были рассчитаны и проанализированы с использованием математических и статистических методов.

По окончании исследования было проведено повторное тестирование с целью определения эффективности рекомендованных программ, изучено влияние эффективности исследования на активность соревнований, даны выводы на основании полученных данных.

Третья глава диссертации под названием **“Особенности методологии «ОЭСС», усовершенствованной на основе метода Спильберга-Ханина”** содержит научные работы о переживаниях и эмоциях игроков, а также

размышления о видах эмоционального напряжения, психологическая подготовка игроков во время тренировок и соревнований, проведение курсов психологического обучения по стрессу в общении с футболистами и обучению управлению движениями под его влиянием, необходимость создания научных статей и учебной литературы по теме уровней стресса и его преодоления. В результате многочисленных исследований пригодности упражнения была разработана психодиагностическая методика, метода оценки эмоционального состояния. Разработан психодиагностический метод оценки эмоционального состояния спортсмена (ОЭСС) и дано положительное заключение для обоснования его на практике после рассмотрения экспертной группой, а также разработаны следующие этапы методики ОЭСС. (Усовершенствован тест Спилберга-Ханина на самотревожность) Перед применением психодиагностического метода оценки эмоционального состояния спортсмена (ОЭСС) к футболистам был создан общий профайл футболистов, заинтересованных в исследовании, и собрана общая информация.

Отчет психодиагностического анализа оценки эмоционального состояния спортсмена был составлен на основе следующих приложений, обобщающих многие изученные методы. Методика психодиагностики ОЭСС был разработан и реализован для наблюдения за уровнями эмоциональной стрессоустойчивости футболистов и наблюдения за 5-этапным методом психодиагностического анализа (приложения) на основе разработанной формулы и формирования следующего шаблона оценки K_1, K_2 , Коэффициенты K_3 и K_4 . (Приложения 1 по 11) Этот шаблон психодиагностического анализа состоит из двух частей, первая часть предназначена для получения ответов на вопросы на основе анкеты до участия в игре, а вторая часть определяется путем наблюдения и оценки выполнения ответов на вопросы в практике во время игры. В процессе создания шаблона были введены и апробированы многие виды контрольных вопросов, а в течение 2022/2025 годов на основе тестов были разработаны некоторые подходящие вопросы и методы контроля, а также шкалы оценки этих исследований сделаны выводы.

По результатам испытаний достигнуто соответствие эмоционального состояния спортсмена методике (по шаблонам). Также была разработана математическая формула для расчета уровня его точности.

Методика ОЭСС (оценки эмоционального состояния спортсмена) $OЭСС = (K_3 * K_2 + (p * N)) / (K_1 * (1 + p)) = K_1, K_2, K_3$ -коэффициенты, r -количество соревнований, N -количество участников, p -количество стрессовых ситуаций. Классификация коэффициентов на основе приведенной выше формулы описывается следующим образом.

K_1 -коэффициент -факт наличия или отсутствия у спортсмена информации о команде-сопернике и игроке-сопернике перед соревнованием. Способность членов команды знать или не знать, как перемещать позиции. Определяется коэффициент оценки способностей противника на своей позиции и контроля над игрой. Производительность отслеживается и оценивается на основе ответов на опрос и игровой практики.

К2-коэффициент - механизм защиты, который следует испытать во время соревнований, оценивается при втором тревожном стрессе и в процессе усиления активности спортсмена, а также при подаче мотивации (установки).

К3-коэффициент - выражается количеством эмоциональных событий, эмоциональной реакции или игнорирования спортсмена на стрессовые ситуации в период соревнований и определяется коэффициентом оценки руководства игровой деятельностью.

В процессе создания методики были разработаны конкретные категории и состояния, уровни стрессоустойчивости или непереносимости, а также границы уровней на основе показателей результатов формулы.

Для обозначения категории, и уровней стрессоустойчивости или непереносимости использовалась терминология медицинской психологии.

На основе приведенной ниже медико-психологической терминологии были определены следующие уровни и категории психологической терминологии методологии ОЭСС, специфических признаков и состояний, уровней стрессоустойчивости или долгой непереносимости стресса

Пределы этих уровней приведены в таблице ниже (см. табл. 1)

Таблица 1

Баллы для определения уровня стрессоустойчивости или непереносимости по формуле

№	Уровень активности и эмоциональное состояние в игре	Признаки и симптомы, уровень устойчивости или непереносимости стресса	Баллы
1	Эа	«Адаптация» Самоидентификация, не поддающаяся стрессу, спокойствие, способность выполнять требования своей позиции, наличие психологической подготовки, способность адаптироваться к условиям (стрессоустойчивая группа)	от 14 баллов до 16 баллов
2	Эб	«Абулия» Не сильно переживает, не может принять правильное решение, есть технические ошибки и есть вероятность выхода из ситуации переживаний (группа переживающих)	от 9 До 13,8 баллов баллов
3	Эс	«Абасия» Неспособность закончить движения или остановиться, волнение, слабость конечностей и неподчинение, совершение большого количества технических ошибок в деятельности (группа стрессормозов)	от 5 До 8 баллов
4	Эд	«Аверсив» Слабость, уныние, ненависть, жалобы на каждую ситуацию, впадение в депрессию. Повышение уровня опасности и доведение до ссоры (желтые красные карточки) (группа нестрессоустойчивых)	от 0,2 балла до 4 баллов

В результате оценки эмоционального состояния спортсмена была разработана шкала баллов методики «ОЭСС», признаков и ситуаций, уровней стрессоустойчивости или непереносимости. (см. табл. 2)

Таблица 2

Шкала баллов, полученная в результате оценки эмоционального состояния спортсмена

№	Уровень активности и эмоциональное состояние в игре	Признаки и симптомы, уровень устойчивости или непереносимости стресса	Шкала баллов, полученная в результате оценки эмоционального состояния спортсмена
1	От 13,9 баллов до 16 баллов	«Адаптация» Самоидентификация, не поддающаяся стрессу, спокойствие, способность выполнять требования своей позиции, способность адаптироваться к условиям (стрессоустойчивая группа).	16.0, 15.9, 15.8, 15.7, 15.6, 15.5, 15.4, 15.3, 15.2, 15.1, 15.0, 14.9, 14.8, 14.7, 14.6, 14.5, 14.4, 14.3, 14.2, 14.1, 14.0, 13.9
2	От 9 баллов до 13,8 баллов	«Абулия» Не сильно переживает, не может принять правильное решение, есть технические ошибки и есть вероятность выхода из ситуации переживаний (Группа переживающих)	13.8, 13.7, 13.6, 13.5, 13.4, 13.3, 13.2, 13.1, 13.0, 12.9, 12.8, 12.7, 12.6, 12.5, 12.4, 12.3, 12.2, 12.1, 12.0, 11.9, 11.8, 11.7, 11.6, 11.5, 11.4, 11.3, 11.2, 11.1, 11.0, 10.9, 9.9, 9.8, 9.7, 9.6, 9.5, 9.4, 9.3, 9.2, 9.1
3	От 5 баллов до 8 баллов	«Абасия» Неспособность закончить движения или остановиться, волнение, слабость конечностей и неподчинение, совершение большого количества технических ошибок в деятельности (группа стрессормозов).	8.0, 7.9, 7.8, 7.7, 7.6, 7.5, 7.4, 7.3, 7.2, 7.1, 7.0, 6.9, 6.8, 6.7, 6.6, 6.5, 6.4, 6.3, 6.2, 6.1, 6.0, 5.9, 5.8, 5.7, 5.6, 5.5, 5.4, 5.3, 5.2, 5.1, 5.0, 4.9, 4.8, 4.7, 4.6, 4.5, 4.4, 4.3, 4.2, 4.1
4	0,5 балла до 4 баллов	«Аверсив» Слабость, уныние, ненависть, жалобы на каждую ситуацию, впадение в депрессию. Повышение уровня опасности и доведение до ссоры (желтые красные карточки) (Группа длительно находящихся в стрессе).	4.0, 3.9, 3.8, 3.7, 3.6, 3.5, 3.4, 3.2, 3.1, 3.0, 2.9, 2.8, 2.7, 2.6, 2.5, 2.4, 2.3, 2.1, 1.9, 1.8, 1.7, 1.6, 1.5, 1.4, 1.3, 1.2, 1.1, 1.0, 0.9, 0.8, 0.7, 0.6, 0.5

Второй метод оценки стрессоустойчивости группы.

Реструктурирован коэффициент точности уровня долгой непереносимости эмоционального состояния спортсмена во время соревнований (депрессия, дистресс). И была разработана его формула $K4 = \frac{K3(s.d) * K2(c.d) * K}{K1(s.d) * (1+p)}$ = Коэффициент K4, K4го уровня, k-количество игроков в соревнования, p-количество стрессовых ситуаций на соревнованиях.

Оценивается уровень эмоциональной и стрессоустойчивости спортсмена к уровню опасности (депрессия, дистресс) во время соревновательной деятельности (см. табл. 3).

Таблица 3

Баллы для определения уровня устойчивости к эмоциональному стрессу по формуле

Т/г	Уровень активности и эмоциональное состояние в игре	Признаки и симптомы Уровни стрессоустойчивости	Баллы
1	E _A	«Абулия» Не сильно переживает, не может принять правильное решение, есть технические ошибки и есть вероятность выхода из ситуации переживаний (Группа переживающих)	от 9 баллов до 13,9 баллов
2	E _V	«Абазия» Неспособность закончить движения или остановиться, волнение, слабость конечностей и неподчинение, совершение большого количества технических ошибок в деятельности (группа стрессормозов).	от 5 баллов до 8 баллов
3	E _C	«Аверсив» Слабость, уныние, ненависть, жалобы на каждую ситуацию, впадение в депрессию. Повышение уровня опасности и доведение до ссоры (желтые красные карточки) (Группа длительно находящихся в стрессе)	от 0,2 балла до 4 баллов

Коэффициенты K4 определяются по результатам ответов на вопросов частей С и D анкеты методики ОЭСС, а также по тому, будут ли действовать игроки правильно по своим ответам на вопросы приложения методики или наоборот. Какого же уровень опасности (депрессии и дистресса) эмоционального состояния было разработано формула оценки уровня стрессоустойчивости $K4 = (K3(с.д)*K2(к.д)*p)/(K1(с.д)*(1+p)) =$ изменения отслеживаются во время участия в соревнованиях. условия были изучены во время соревнований и показали следующие предварительные результаты (см. 1-рисунок)

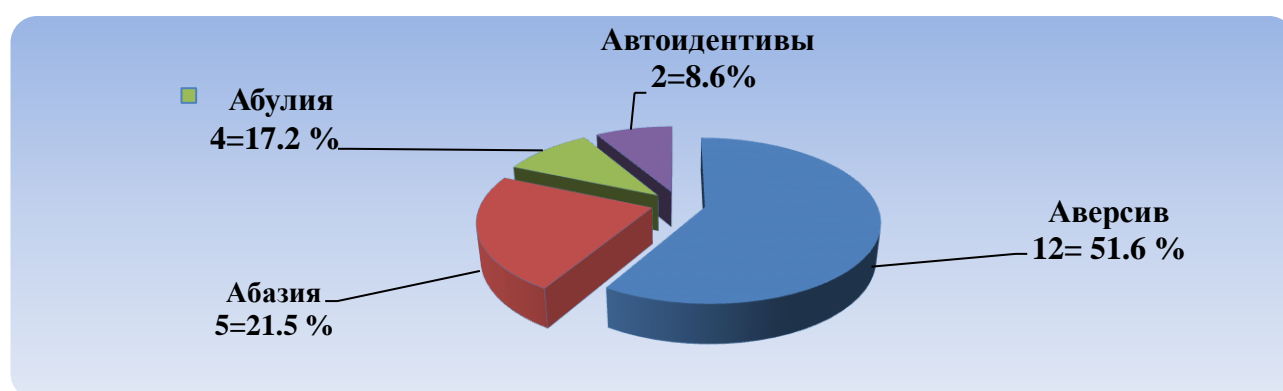


Рисунок 1. Первоначальные результаты академии футбола Наманганской области ОЭСС за март 2022- года n=23

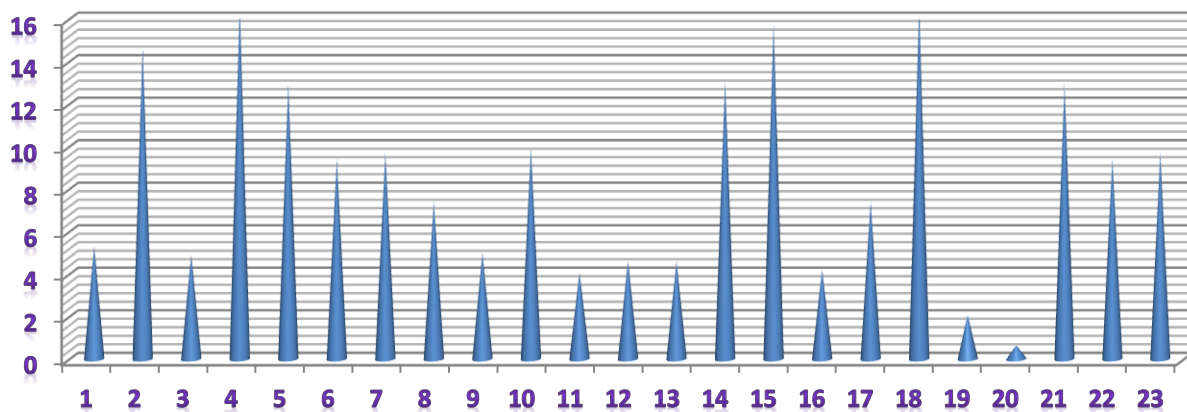


Рисунок 2. Первоначальные результаты оценки ОЭСС каждого футболиста команды АФ Намангана U-14

На 2-й рисунке показано, что команда Наманганской ФА. Показала результаты общекомандного эмоционального состояния, полученные от игроков команды по методу (ОЭСС), Академии футбола U-14, были следующими: (n=23)

«Адаптация» Автоидентификация, неподдаваемость стрессу, спокойствие. способность выполнять требования своего амплуа, психологическая подготовка в хорошем уровне и, способность адаптироваться к условиям были 2 футболиста на 8.6 процентов, от колечества общей команды

«Абулия» Не сильно переживающие, не могут принять правильные решения, есть технические ошибки но есть вероятность выхода из поожения были 4 человека и составили 17.2 процентов от колечества общей команды

«Абазия» Неспособность совершать движения до конца или останавливаться, нерные возбуждения, слабость конечностей и неподчинение, допускающие многочисленные технические ошибки в своей деятельности составили 5 человек и 21.5 процентов от количества команды.

«Аверсивы» Слабость, уныние, ненависть, жалуются на каждую ситуацию, впадают в депрессию, повышается уровень опасности действию (фолов) и доходят до получения наказания (желтые красные карточки) соствили 12 человек. и 51.6 процентов от команды.

Как видно на 2-й диаграмме таблицы 23, результаты общекомандной (n=23) по методике выявления эмоционального состояния спортсменов сборной U-14 Андижанской академий футбола были следующими (см.рис. 3)

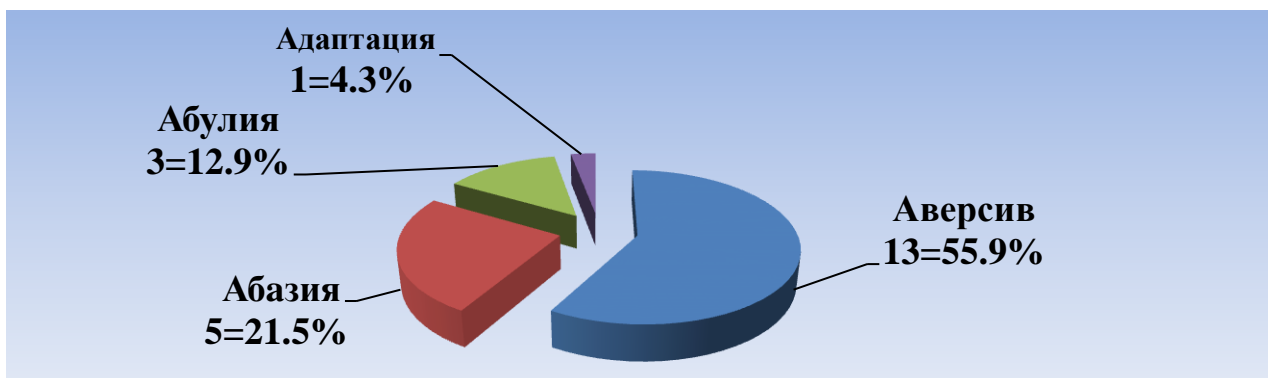


Рисунок 3. Показатели результатов Андижанской академий футбола по ОЭСС за март 2022- года в начале исследования

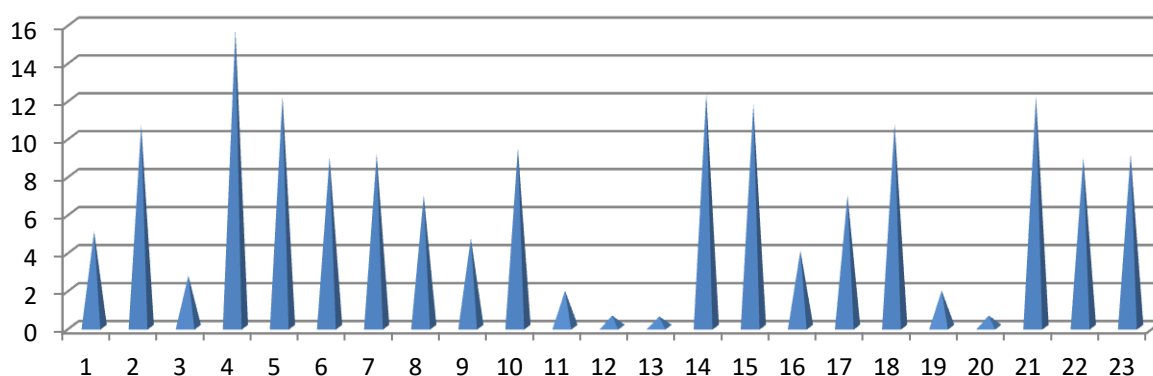


Рисунок 4. Показатели оценок ОЭСС каждого футболиста команды АФ Андижана U-14 в начале исследования

«Адаптация» Самоидентификация, не поддаваться стрессу, спокойствие, способность выполнять требования своей амплуа, хорошая психологическая подготовка, способность адаптироваться к условиям (стрессоустойчивая группа) был 1 человек и составила 4.3 процентов.команды

«Абулия» легко переживает, ошибки в принятии правильных решений, есть технические ошибки и есть возможность выходить из полжения стресса

(Группа обеспокоенных) составили 3 человека 12,9 процентов от команды

«Абазия» Неспособность совершать правильные движения или останавливаться, волнение, слабость конечностей и неподчинение, допускающие множество технических ошибок в своей деятельности (группа «Стресс-тормоза») - 5 человек соствили 21,5 процентов

«Аверсивы» Ослабление, чувство уныния, ненависть, жалобы на каждую ситуацию, впадение в депрессию, повышение уровня опасности и доведение до ссоры, получение наказания (желтые и красные карточки) (группа людей, долго находящихся в стрессах) 13 человек составили 55.9 процентов.

По методике определения эмоционального состояния спортсменов уровень общего эмоционального состояния игроков команды Наманганской областной академий футбола U-14 составляет 6,2 балла. Показано, что вся команда в среднем относится к (группе стресса тормоза).

Таблица 4

**Различия в общей показателе уровня стрессоустойчивости игроков по
ОЭСС АФ Наманганской и АФ Андижанской области (в начале
исследования)**

Futbol Akademiyalari jamoalari	K3	K2	p	n	K1	1+p stress austress yoki distress)	K3+,K2 +,p*n	K1,+ p	SENB bali
Namangan	9,9	10,1	10	23	10,3	8,3	2320,2	18,6	8,2
Andijon	9,9	10,1	10	23	10,3	7,4	1133,1	17,7	6,7
Farg'ona	9,8	10,0	10	23	10,1	7,2	1129,1	17,5	6,4
Farqlar	0	0	0	0	0	-0,9	93.1	1,1	0.5

Из 4-й таблицы основанных на результатах исследования и приведенных выше коэффициентах и критериях оценки общих эмоциональных состояний, видно, что существуют различия в баллах результатов метода оценки эмоциональных состояний академий футбола Намангана и Андижана. Разница между баллами в оценке коэффициента K2 составила 10,1 балла в ФА «Наманган» и 10,1 балла в ФА «Андижан». Разница между баллами в оценке коэффициента K3 составила 9,9 балла в ФА «Наманган» и 9,9 балла в ФА «Андижан». Разница между баллами в оценке коэффициента K1 составила 10,3 балла в ФА «Наманган» и 10,3 балла в ФА «Андижан». Результаты оценки общего эмоционального состояния ОЭСС в среднем по сумме коэффициентов составили 8,2 балла в АФ Намангана и 6,7 балла в АФ Андижана, а разница между оценками составила 1,5 балла (см. табл. 5).

Таблица 5

**Сравнительно-статистический анализ показателей уровней
оценки эмоционального состояния футболистов U-14 в начале
эксперимента (n=46)**

коэффициенты	Гр исследования n=23		Гр контрольная n=23		t	P
	X ± σ	V%	X ± σ	V%		
K1	10.3±3,3	2,1	9,1±1.2	1.9	3.4	<0,01
K2	10.1±0,5	4.2	9,4±1,4	1.4	2.1	<0,05
K3	10,0±0,2	5,7	9.9±0,3	5.2	2.6	<0,05
1+p *аустресс или дисстресс)	8.3±2.3	11.2	7.4±2.1	10.2	4.2	<0,01
ОЭСС	8,2±1.3	3.2	6,7±1.2	3.1	3.0	<0,01

А также на основе статистического анализа игроков исследовательской и контрольной группы (общая численность 23 человека) и результатов их предварительного наблюдения; Показатель коэффициента K2 в АФ Намангана составил 10,1±0,5 балла V%=4,2, в АФ Андижана - 9,4±1,4 балла V%=1,4. t=2,1 (P<0,05). Баллы по оценке коэффициента K3 составляют 10,0±0,2 балла V%=5,7

в Наманганском ФА. В АФ Андижана он составил $9,9 \pm 0,3$ балла $V\% = 5,2$. $t = 2,6$ ($P < 0,05$). Баллы по оценке коэффициента $K1$ по Наманганскому ФА составляют $10,3 \pm 3,3$ балла $V\% = 2,1$. В ФА Андижана он составил $9,1 \pm 1,2$ балла $V\% = 1,9$. $t = 3,4$ ($P < 0,01$). Результаты оценки общего эмоционального состояния по ОЭСС составляют $8,2 \pm 1,3$ балла $V\% = 3,2$ в Наманганском ФА. В АФ Андижана он составил $6,7 \pm 1,2$ балла $V\% = 3,1$. $t = 3,0$ ($P < 0,01$). $8,2$ и $6,7$ балла по шкале оценки исходного эмоционального состояния обеих команд. Стало известно, что при ее эксплуатации было допущено множество технических ошибок (Группа стресс-тормозов). После предварительного исследования методика оценки эмоционального состояния академий футбола юношей 16-17 лет Наманганской и Андижанской области и различия по общему показателю уровня стрессоустойчивости в начале исследования представлены в таблице. ниже, что привело к тому, что она была определена как исследовательская и контрольная группа.

В 4-й главе диссертации под названием **“Итоговые результаты оценки качества технико-тактических действий футболистов 16-17 лет при оценке эмоционального состояния академий футбола”** разработаны и представлены факторы воздействия и рекомендации по психологической подготовке футболистов к соревнованиям, конкретные задачи игроков в Разработаны и представлены игры, связанные с решением поля. Задачи амплуа в определенной степени влияют на состав соревновательной деятельности команды. Поэтому игрокам определенных игровых амплуа необходим высокий уровень тактико-технических навыков выполнения вполне конкретных технико-тактических действий (ТТД), что позволяет им эффективно выполнять возложенные на них функции с этих позиций. специальные приемы для игроков в разных ролях. Несомненно, такая информация позволяет объективно оценить зафиксированные показатели соревновательной деятельности конкретных спортсменов, индивидуализировать подбор специализированных тренировочных средств, а также оптимизировать подбор игроков в команду.

1) простое усреднение данных ведущих спортсменов, показывающее индивидуальные различия или диапазон возможных колебаний;

2) изучить значительную популяцию спортсменов разного мастерства, установив связь между уровнем спортивного мастерства и динамикой изменения того или иного показателя;

3) получение строгих количественных показателей отдельных стрессоустойчивых спортсменов и регистрация максимально доступных значений того или иного показателя.

Работа проведена в соответствии с планом исследования академий футбола. Понятно, что необходимо определить типичные характеристики технико-тактических действий игроков академий футбола Наманганской и Андижанской областей и сравнить их с каждой. др. В связи с этим нами были проведены педагогические наблюдения за индивидуальными, групповыми и коллективными действиями игроков в разных местах академий футбола.

Приведена методика оценки эмоционального состояния исследуемой и контрольной групп и результаты ее применения. Мониторинг уровня стрессоустойчивости и метод 6-ступенчатого психодиагностического анализа (приложения) на основе разработанной формулы приведены и представлена следующая схема оценки. используется для формирования коэффициентов К1, К2, К3 и К4 психодиагностики ОЭСС Разработан и внедрен метод. (Приложения 1 по 11). Данный шаблон психолого-диагностического анализа состоит из двух частей: первая часть предназначена для получения ответов на вопросы на основе анкеты перед участием в конкурсе, а вторая часть определяется путем наблюдения и оценки выполнения ответов на вопросы в тренирующей во время игры. В процессе создания шаблона были введены и апробированы многие виды вопросов мониторинга, и в течение 2022/2024 годов на основе тестов были разработаны некоторые подходящие вопросы, а также составлены методы мониторинга и шкалы для оценки этой деятельности и сделаны выводы.

По результатам испытаний было достигнуто соответствие эмоционального состояния спортсмена методике (по шаблонам). Также была разработана математическая формула для расчета уровня его точности.

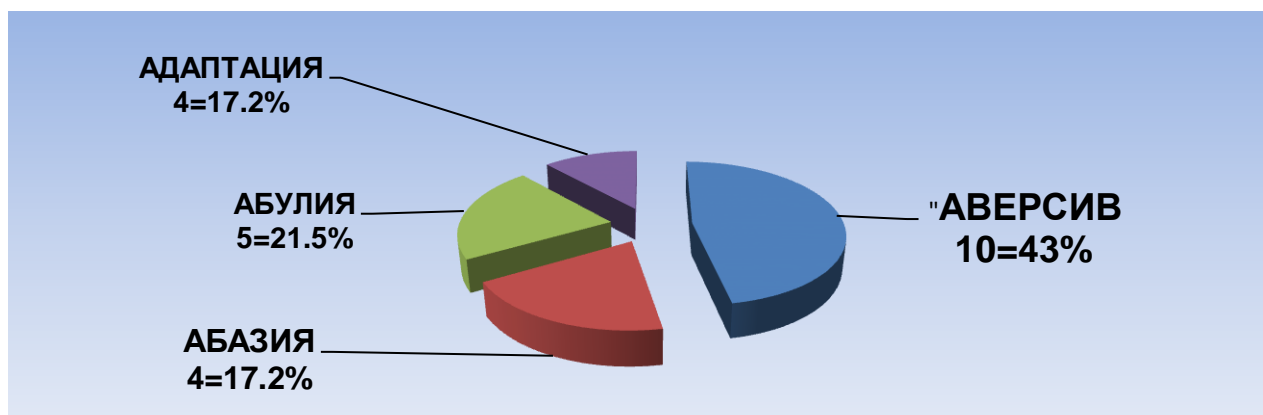


Рисунок 5. Последние результаты уровня стрессоустойчивости игроков по ОЭСС команды «АФ Наманганской области U-16» за март 2024 года (n=23)

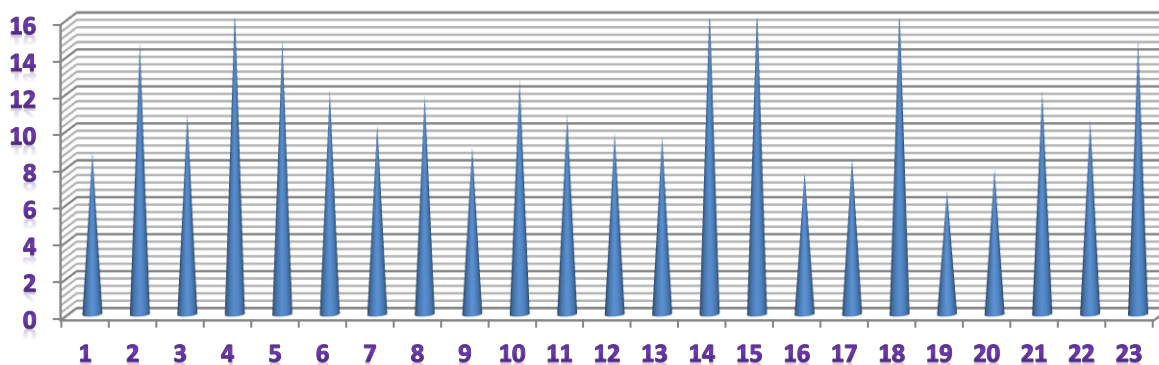


Рисунок 6. Окончательные результаты оценки ОЭСС каждого футболиста команды АФ Намангана U-16

Анализ полученных результатов.»Адаптация» от 14 баллов до 16 баллов, как показано на диаграмме-4 (Стрессоустойчивая группа) Самоидентификация, не поддаваясь стрессу, спокойствие, способность выполнять требования своей позиции, психологическая подготовка, способность Для адаптации к существующим условиям 4 игрока n=23/4 составили 17.2 процентов, что на 8.6 процентов лучше исходного результата.

От 9 до 13,8 баллов «Абулия» (Тревожная группа) Игроки, которые немного волнуются, не могут принять правильное решение, имеют технические ошибки и с большой вероятностью выбывают из игры, составили 5 n=23/5 21.5 процентов, и этот показатель составляет 4.3процентов по сравнению с первоначальным результатом улучшилось от 5 до 8 баллов.

«Абазия» (Группа стресс-тормозов) Невозможность завершить движение или остановиться, волнение, слабость ног и рук, отсутствие самоконтроля Игроки, допускающие много технических ошибок. активность 4 n=23 /4 17.2 процентов и этот показатель улучшился на 4,3 процента по сравнению с исходным результатом, снизился на 1. С 0,2 балла до 4 баллов

«Аверсивы» (группа «Стрессо непереносимость»).В группе Аверсив не стрессоустойчивых активность 10=43 процента улучшение на 4.3 процента В контрольной группе, улучшение которой составило 6%, зафиксирован следующий результат

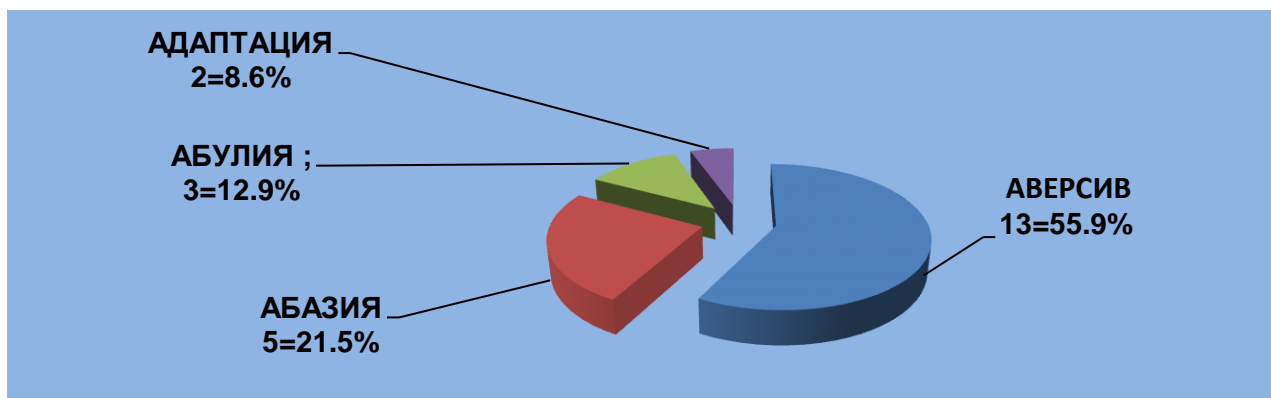


Рисунок 7. Последние результаты уровня стрессоустойчивости игроков по ОЭСС команды “АФ Андижанской области” – март 2024 года (n=23)

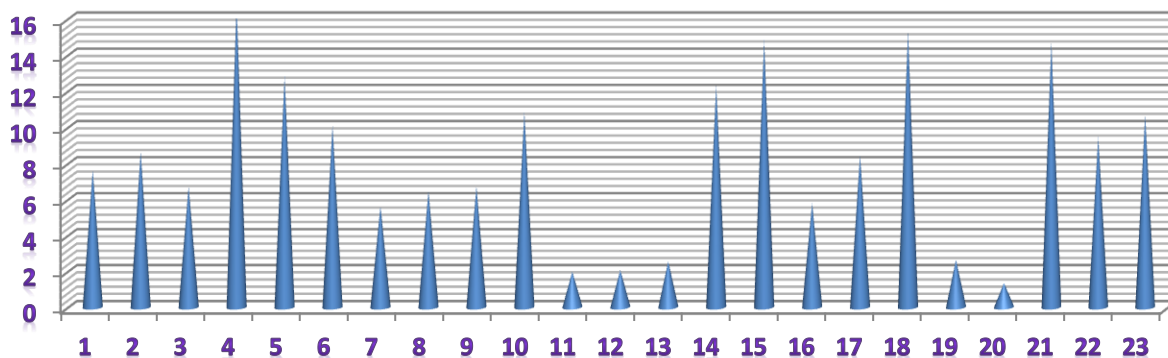


Рисунок 8. Окончательные результаты оценки ОЭСС каждого футболиста команды АФ Андижана U-16

По диаграмме 6 видно от 14 до 16 баллов «Адаптация» (Стрессоустойчивая группа) Аутоидентификация, неподверженность стрессу, спокойствие, способность выполнять требования своей позиции, психологическая подготовка, способность адаптироваться к существующим условиям 2 игрока $n=23 / 2$ 8.6 процентов и этот показатель улучшился на 4.3 процента по сравнению с первоначальным результатом.

От 9 балла до 13,8 баллов «Абулия» (Тревожная группа) 3 игрока, которые волнуются, не могут принять правильное решение, имеют технические ошибки и с большой вероятностью выбывают из игры, составили 3 $n=23/3$ 12.9 процентов, и этот показатель равен 0. процента по сравнению с первоначальным результатом остались неизменными

От 5 баллов до 8 баллов «Абазия» (группа стресс-тормозов) Невозможность закончить движения или остановиться, волнение, слабость ног и рук и отсутствие самообладания 6 игроков, которые могут допускать технические ошибки в своей деятельности. 5 $n=23 / 5$ 21.5 процентов и данный показатель улучшился на 0 процента по сравнению с первоначальным результатом, который снизился на 0 человек

От 0,2 балла до 4 баллов «Аверсивы» (группа людей, долго находящейся в стрессах) Возможны слабость, уныние, ненависть, жалобы на любую ситуацию, депрессия, повышающая уровень опасности и доходящая до ссоры. желтые красные карточки) 13 игроков $n=23/13$ составило 55.9, процентов, улучшение на 0% по сравнению с первоначальным результатом.

Сравнительно-статистический анализ показателей уровней оценки эмоционального состояния футболистов в начале и в конце эксперимента

По итогам исследования, а также из таблицы и диаграммы, основанных на приведенных выше коэффициентах и критериях оценки общих эмоциональных состояний, мы видим, что имеются различия в баллах результатов метода оценки эмоциональных состояний футболистов АФ Наманганской и Андижанской областей В том числе;

Таблица 6

Различия в общей показателе уровня стрессоустойчивости игроков по ОЭСС АФ Наманганской и АФ Андижанской области (по итогам исследования)

Команды АФ	К3	К2	Р число игр	Н игроки	К1	1+повторение стресс ситуации	К3,К2,R, Nсумма	К1,р сумма	Баллы ОЭСС
Namangan	13.4	13,4	10	23	13,3	3,1	4403,34	16,5	12,3
Andijona	10,2	10,2	10	23	10,9	5,3	2773,5	15,2	8,3
Fergana	10,1	10,0	10	23	10,6	5,0	2752,5	14,2	8,0
Разницы	3.1	3.2	0	0	2.4	-3.6	1630	1.4	4.0

Разница между баллами в оценке коэффициента К2 составила 13,4 балла в АФ «Наманган» и 10,2 балла в АФ «Андижан». Разница между показателями составила 3,1 балла. Разница между баллами в оценке коэффициента К3 составила 13,3 балла в АФ «Наманган» и 10,2 балла в Ф «Андижан». Разница между показателями составила 3,1 балла. Разница между баллами в оценке коэффициента К1 составила 13,3 балла в АФ «Наманган» и 10,9 балла в АФ «Андижан». Разница между показателями составила 2,1 балла. Результаты оценки общего эмоционального состояния ОЭСС в среднем по сумме коэффициентов составили 12,3 балла в АФ Намангана и 8,3 балла в АФ Андижана, а разница между оценками составила 4 балла. показал небольшое улучшение (см. табл. 7).

Таблица 7

Сравнительно-статистический анализ показателей уровней оценки эмоционального состояния по ОЭСС футболистов по окончании эксперимента (n=46)

Коэффициенты	АФ Наманган		АФ Андижан		t	p
	$X \pm \sigma$	V%	$X \pm \sigma$	V%		
К1	13,3 ±0,8	2.7	9,8±1.3	2.8	2.7	<0,01
К2	13,4 ±1,9	3.7	10,2±2,6	3.8	3.7	<0,001
К3	13,3±1.8	2.8	10,2±0,3	2.2	2.6	<0,05
1+p *austress *distress)	16,5 ±4.6	21.6	7.4±2,3	12.1	9.6	<0,01
ОЭСС	12,3± 6,6	3.6	8,3±2.6	3.1	3.3	<0,01

Также по данным статистического анализа наблюдаемых игроков исследовательской и контрольной группы (всего 23 игрока) и результатов их последних наблюдений; Баллы по оценке коэффициента К2 в Наманганском АФ составляют 13,4±1,9 балла, в Андижанском АФ улучшение на 3,2 балла V%=3,7 и 9,8±1,3 балла V%=3,8. организован. t=3,7 (P<0,001). Показатели оценки коэффициента К3 в Наманганском АФ составляют 13,3±1,8 балла, в Андижанском АФ улучшение на 3,1 балла V%=2,8 и 10,2±0,3 балла V%=2,2. организован. t=2,6 (P<0,01). Баллы по оценке коэффициента К1 в Наманганском АФ составляют 13,3±0,8 балла, в АФ Андижана улучшение на 3,3 балла V%=2,7 и 9,8±1,3 балла V%=2,8. организован. t=2,7 (P<0,01). Результаты оценки общего эмоционального состояния ОЭСС составили 12,3±6,6 балла, улучшение на 3,5 балла в Наманганском ФА, V%=2,7 и 8,3±2,6 балла V%=3,1 в Андижанском АФ. t=3,3 (P<0,01). 12,3 балла по шкале оценки исходного эмоционального состояния обеих команд и «Абулии» Легко переживает, не может принять правильное решение, есть технические ошибки и есть возможность выхода из него (Группа обеспокоенных людей) и 8,3 балла «Абазия». Выяснилось, что он не доводит движения до конца, не останавливается, волнуется, ослабляет ноги и руки, не слушается себя, допускает много технических ошибок в своей деятельности (группу стресс тормозов). Все действия, совершаемые игроками в разных амплуах во время игры, должны были фиксироваться. Затем был проведен сравнительный анализ

с использованием общепризнанных методов математической статистики. Вратари Наманганской АФ $14.8 \pm 1,28$ заметно реже совершают ошибки ($P < 0,05$) при удержании мяча, выполняя короткие и средние передачи вперед. Вратари Андижонской АФ $15.2 \pm 1,31$ имеют более высокую общую частоту ошибок ($P < 0,01$), при этом число длинных передач в перед у вратарей АФ Намангана $12,0 \pm 2,1$ ниже ошибок чем у вратарей АФ Андижана $15,3 \pm 1,87$ ($P < 0,05$), а их ошибки выше. (См. таблицу 8)

Таблица 8

Показатели соревновательной деятельности вратарей Наманганской и Андижанской академий футбола (в конце исследования)

Т/г	Показатели соревновательной деятельности Объем активности	Объем активности ФА Наманган (n=3)	Объем активности ФА Андижан (n = 3)	t	P
		$X \pm \sigma$	$X \pm \sigma$		
1.	Приём мяча	$14.8 \pm 1,28$	$16,8 \pm 0,99$	1,6	$> 0,05$
2.	Короткие и средние передачи вперед	$13,0 \pm 1,6$	$15.2 \pm 1,31$	1,2	$< 0,01$
4.	Длинные передачи вперед	$12,0 \pm 2,1$	$15,3 \pm 1,87$	2,3	$< 0,05$
	Итоги за игру:	$39.8 \pm 2,10$	$47,3 \pm 2,37$	12,5	$> 0,05$
	% брака	$13.2 \pm 3,41$	$15.7 \pm 3,78$	2,5	$< 0,05$

Защитники в каждом матче Нам.АФ $13,0 \pm 1,15$ Анд. АФ $14,9 \pm 0,59$ приняли мяч ($P < 0,05$), длинные передачи вперед $12,0 \pm 0,36$ $14,2 \pm 0,11$ ($P < 0,05$), игроки оборонительной линии при коротких и средних передачах вперед Нам.АФ $25,5 \pm 0,36$ Анд. АФ $29,9 \pm 0,43$ ($P < 0,05$), при длинных передачах по полю Нам.АФ $11,0 \pm 2,64$ Анд. АФ $13,4 \pm 2,90$ ($P < 0,05$), при ударах по воротам с ноги Нам.АФ $10,0 \pm 0,3$, Анд. АФ $11,2 \pm 0,03$ ($P > 0,05$), при введении мяча с боковой линии Нам.АФ $6,0 \pm 0,78$, $7,1 \pm 0,12$ ($P > 0,05$) показали такие результаты. (См. таблицу 9)

Таблица -9

Соревновательные показатели игроков защитной линии академии футбола Наманганской и Андижанской областей

Т/г	Показатели соревновательной деятельности Объем активности	Объем активности АФ Наманган (n=5)	Объем активности АФ Андижан (n = 5)	t	P
		$X \pm \sigma$	$X \pm \sigma$		
1.	Приём мяча	$13,0 \pm 1,15$	$14,9 \pm 0,59$	1.9	$> 0,05$
2.	Короткие и средние передачи вперед	$25,5 \pm 0,36$	$29,9 \pm 0,43$	1.5	$> 0,05$
3.	Короткая и средняя передача и поперек	$11,0 \pm 2,64$	$13,4 \pm 2,90$	2.4	$< 0,05$
4.	Передача на большие расстояния	$12,0 \pm 0,36$	$14,2 \pm 0,11$	1.2	$> 0,05$
5.	Длинные передачи по полю	$1,0 \pm 0,5$	$2,8 \pm 0,07$	0.2	$> 0,05$
6.	Единоборства	$4,0 \pm 0,46$	$5,5 \pm 0,22$	1.1	$< 0,05$
7.	Обводка противника	$2,5 \pm 0,50$	$4,8 \pm 0,22$	2.3	$< 0,05$

продолжение таблицы-9

8.	Владение мячом	6,5±0,6	7,3±0,16	1.2	< 0,05
9.	Отбор мяча	5,0±0,99	7,2±0,17	2.2	< 0,05
10.	Удары по воротам	10,0±0,3	11.2±0,03	1.4	>0,05
11.	Вбрасывания из-за боковой линии	6,0±0,78	7,1±0,12	1.1	>0,05
	Среднее значение	96.5±6,51	118.3±7.98	9.6	< 0,001
	дефекты (брак)%	19.3±1.48	24.6±2,83	1.5	>0,05

Полузащитники приняли мяч ($P > 0,05$), количество передач вперед и коротких передач ($P < 0,05$), передачи мяча по полю и короткие передачи ($P < 0,05$), единоборства, дриблинг, удержание мяча, выбор позиции, удары ногой, выполнение технических и тактических действий в среднем, общее количество ошибок НамАФ $16,8 \pm 1,15$ а у команды АндАФ $21,5 \pm 1,75$ ($P < 0,01$) больше брака. (См. таблицу 10)

Таблица -10

Показатели соревновательной деятельности футболистов полузащиты академии футбола Наманганской и Андижанской областей

Т/г	Показатели соревновательной деятельности	Объем активности АФ Наманган n=5	Объем активности АФ Андижан n = 5	t	P
		$X \pm \sigma$	$X \pm \sigma$		
1.	Приём мяча	10,0±0,75	15,92±0,78	1,6	>0,05
2.	Короткие и средние передачи вперед	11,0±0,45	13,28±0,72	2,2	< 0,05
3.	Короткая и средняя передача и поперек поля	14,0±0,54	16,57±0,64	2,5	< 0,05
4.	Передача на большие расстояния	8,0±0,6	9.9±0,15	1,9	>0,05
5.	Длинные передачи по полю	4.6±0,25	5,6±0,04	1,0	>0,05
6.	Единоборства	6.4±0,35	7.8±0,11	0,21	>0,05
7.	Обводка противника	5,0±1,0	7,18±0,17	0,87	>0,05
8.	Владение мячом	4.9±0,25	5,00±0,16	1,9	< 0,001
9.	Отбор мяча	9,0±1,03	11.3±0,59	2,3	< 0,05
10.	Удары по воротам	6,0±0,2	8.0±0,13	2,0	< 0,05
11	Вбрасывания изза боковой линии	5,0±0,78	7.2±0,12	2,2	< 0,05
	Среднее значение	83.9±6,35	107.5±7.45	1.1	> 0,05
	Брак %	16.8±1,15	21,5±1,75	3,3	< 0,01

Нападающие команды Нам.АФ приняли мяч $10,5 \pm 0,61$ браком а АндАФ $14,9 \pm 2,23$ ($P < 0,001$) (ТТО), короткие и средние передачи вперед Нам.АФ $7,0 \pm 0,27$ АндАФ $8,8 \pm 0,7$ ($P > 0,05$), ошибками, В обманах соперника Нам.АФ $10,0 \pm 0,34$ АндАФ $12,9 \pm 0,53$ ($P < 0,001$) показали технические ошибки, средние показатели ошибок составляло у Нам.АФ $18,8 \pm 0,54$, у АндАФ $24,2 \pm 0,47$ ($P > 0,05$). (См. таблицу 11)

Таблица 11

Показатели соревновательной деятельности футболистов нападающих академии футбола Наманганской и Андижанской областей

№	Показатели соревновательной деятельности	Объем активности АФ Наманган n=11	Объем активности АФ Андижан n = 11	t	P
		$X \pm \sigma$	$X \pm \sigma$		
1.	Приём мяча	10,0±0,75	15,92±0,78	4,4	< 0,001
2.	Короткие и средние передачи вперед	11,0±0,45	13,28±0,72	0,20	< 0,001
3.	Короткая и средняя передача и поперек поля	14,0±0,54	16,57±0,64	0,32	< 0,001
4.	Передача на большие расстояния	8,0±0,6	9.9±0,15	0,11	< 0,001
5.	Длинные передачи по полю	4.6±0,25	5,6±0,04	1,5	> 0,05
6.	Единоборства	6.4±0,35	7.8±0,11	2,1	> 0,05
7.	Обводка противника	5,0±1,0	7,18±0,17	2.9	< 0,05
8.	Владение мячом	4.9±0,25	5,00±0,16	0,23	> 0,05
9.	Отбор мяча	9,0±1,03	11.3±0,59	0,14	> 0,05
10.	Удары по воротам	16,0±0,2	18.0±0,13	2,3	< 0,05
11	Вбрасывания изза боковой линии	5,0±0,78	7.2±0,12	0,61	< 0,001
	Среднее значение	83.9±6,35	107.5±7.45	1,8	> 0,05
	Брак %	16.8±1,15	21,5±1,75	4,6	< 0,001

В целом команда АФ Намангана фиксирует в среднем 83.9±6,35 (ТТД) и 16.8±1,15% дефектов в каждой игре . Команда ФА Андижан тратит в среднем 107.5±7.45 (ТТД)за игру, процент брака составляет 21,5±1,75 что существенно больше, чем у команды ФА Намангана (P<0,001).

Полученная информация определяется для данного контингента, определяется задачами, которые команды будут решать в чемпионате и определенном отрезке чемпионата, зависит от уровня подготовки, позиции в турнире, отношения к команде-сопернику, игре, определенные модели обучения. процесс и т. д.Исходя из современных тактических построений и общих тенденций универсализации футбола, выполнение командными игроками разных амплу относительно условно.

Результаты итогового сравнения результатов деятельности игроков академий футбола по ампуле. Определены средние показатели разных результатов игроков разных команд, бегущих с максимальной скоростью. Полузащитники команды АФ Наманганской области U-16» зафиксировали результат X=868м, полузащитники своей команды X=795м, полузащитники команды АФ Фергана U-16-17» зафиксировали результат X=735м на максимальной скорости. Нападающие разных команд также зафиксировали разные результаты. Нападающие команды АФ Наманганской области U-16 набрали X=889м, нападающие команды АФ Андижанской области U-16

набрали $X=722\text{м}$, а нападающие команды АФ Ферганы U-16-17 набрали $X=503\text{м}$ во время игры.

Защитники этих команд по ходу игры показали разные результаты. Результаты защитников команды АФ Наманганской области U-16 составляют $X=639\text{м}$, результаты защитников команды АФ Андижанской области U-16 $X=590\text{м}$, а результаты «Ферганской АФ U-16. Команда U-16-17» - $X=425\text{м}$.

В заключение отметим, что результаты движения с мячом и без мяча на максимальной скорости наблюдались только у одной ампулы команды АФ Наманганской области U-16, то есть у защитников. Защитники команды АФ Наманганской области U-16 смогли показать результаты бега на максимальной скорости лучше, чем защитники других команд.

Если определить результаты игроков разных команд, результаты быстрого бега, то показатели полузащитников команды АФ Наманганская область U-16» с мячом и без мяча составляют $X=1519\text{м}$, показатели полузащитников команды АФ Андижанской области U-16 - $X=1084\text{м}$, Полузащитники сборной ФА Ферганы U-16-17 показали результат $X=1134\text{м}$. Результаты нападающих команды АФ Наманганской области U-16» $X=1174\text{м}$, результаты команды АФ Андижанской области U-16 $X=942\text{м}$, результаты АФ Ферганы U-16 во время игры соответствует дистанции $X=798\text{м}$.

Результаты защитников команды АФ «Наманганскоц области» U-16 за игру составляют $X=823\text{м}$, результаты команды АФ Андижанскоаой области U-16 $X=743\text{м}$, а результаты у АФ Ферганы U-16» имеет результата во время игры $X=799\text{м}$.

В заключение следует отметить, что в ходе игры все игроки команды АФ Наманганской области U-16 имеют гораздо более высокие результаты быстрого бега во время игры, чем команды других команд АФ. Полузащитники и защитники команды АФ Ферганы U-16-17, выступающей во чемпионате АФ Республики Узбекистан по результатам быстро бега во время игры были следующим образом.(см.табл. 12)

Таблица 12

Средние показатели активности игроков разных команд в зависимости от ампулы (X)

№	Деятельность	АФ Наманган U-16-17	АФ Андижан U-16-17	АФ Фергана U-16-17
	Бег максимальной скоростью.	X	X	X
	Полузащитники.	868	795	735
	Нападающие.	889	728	504
	Защитники.	642	590	415
	Скоростной бег	X	X	X
	Полузащитники.	1519	1084	1134
	Нападающие.	1174	942	798
	Защитники.	823	743	799
	Медленный бег	X	X	X

продолжение таблицы -12

	Полузащитники.	2061	1942	1510
	Нападающие.	1940	1315	1114
	Защитники.	1438	1346	1430
	Общая мобильность	X	X	X
	Полузащитники.	4448	3821	3379
	Нападающие.	4004	2985	2416
	Защитники.	2851	2731	2644

При подсчете суммарных пробегов команд (бег с максимальной скоростью, быстрый бег, медленный бег) полузащитники команды АФ Наманганской области U-16 за игру набрали X=4448м, а полузащитники АФ Андижанской области U-16 за игру набрала общий результат X=3821m, а полузащитники команды АФ Ферганской области U-16 зафиксировали результат X=3379m.

Нападающие команды АФ Наманганской области U-16 за игру набрали X=4004м, нападающие команды АФ Андижанской области U-16 набрали X=2985м, команды АФ Ферганской области U-16 набрали X= 2416 м за время игры Защитники команды АФ Наманганской области U-16», участвующей в чемпионате академий футбола Узбекистана, за игру набрали X=2851м, а защитники команды АФ Андижанской области U-16 за время игры набрали X=2731м. В ходе игры защитники команды АФ U-16 Ферганы зафиксировали X=2644м. Отсюда видно, что двигательная активность зависит от характера деятельности. и физической и психологической подготовленности

ВЫВОДЫ

1. Изучение литературы по теме, анализов и результатов педагогических наблюдений показали, что основная задача психологической подготовки — это воспитание высоких психологических и волевых качеств. Задачи психологической подготовки включают: развитие восприятия процессов (ощущение мяча, времени, пространства); развитие внимания; развитие наблюдательности; развитие наблюдательности (ориентировка в сложных игровых условиях); развитие памяти (воспоминания); развитие мышления (особенности игровой деятельности); развитие умения контролировать себя (эмоции); развитие тактического мышления (оценка игрового состояния и принятие эффективного решения).

2. Мониторинг технико-тактических показателей деятельности футболистов является необходимым элементом системы контроля уровня их технико-тактической подготовки. В качестве типовых показателей активности в соревнованиях целесообразно использовать параметры объема и качества выполнения технико-тактических действий футболистов ведущих мировых команд.

3. В процессе исследования была обоснована модель процесса технико-тактической подготовки футболистов 16-17 лет, включая: необходимые условия для моделирования; технологию поэтапного формирования конкретных технических и тактических действий с использованием комплекса учебных упражнений; оценку уровня сформированности и эффективности технико-тактических действий у футболистов в условиях соревновательной деятельности. Это создает условия для значительного повышения эффективности тренировочного процесса и конкурентоспособной деятельности квалифицированных спортсменов в футболе.

4. Анализ описанной техники технико-тактической подготовки помогает повысить уровень технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов и эффективность их соревновательной деятельности, что выражается в значительном улучшении количественных и качественных показателей игры. Согласно мнению ряда исследователей, повышение уровня технических и тактических действий квалифицированных футболистов в соревновательной деятельности и их физической подготовки

5. Использование различных методов, средств и психологических тренировок, основанных на учете индивидуальных психосоматических и личных особенностей спортсменов, их особенностей конкурентной деятельности, а также преобладания стрессовых факторов внутренней и внешней природы, способствует формированию необходимых личных качеств для успешного преодоления стресса в спортивной конкурентной деятельности. Психологическая помощь спортсмену должна быть организована своевременно и квалифицированно, что зависит от его спортивной жизни, физического и психического благополучия, успеха, удовлетворенности собой и спортивными результатами, уверенности в себе и своих способностях как в спорте, так и за его пределами.

6. Психологическая подготовка футболиста — важная часть педагогической деятельности тренера. Для того чтобы тренер показывал высокие результаты в спортивной деятельности, необходимо хорошо знать психологические факторы, которые требуются спортсмену, и развивать их целенаправленно, что обеспечивает высокое мастерство футболистов и стабильные результаты на соревнованиях.

7. По результатам статистического анализа наблюдений и контрольной группы футболистов (всего 46 человек) можно сказать, что оценки по коэффициенту К1 составили $13,3 \pm 0,8$ баллов в АФ Намангана, улучшение на 3,3 балла, $V\%=2,7$ процентов, и $10,9 \pm 1,3$ баллов в АФ Андижана, $V\%=2,8$, $t=2,7$ ($P<0,01$). По коэффициенту К2 оценки составили $13,4 \pm 1,9$ баллов в АФ Намангана, улучшение на 3,2 балла, $V\%=3,7$, и $9,8 \pm 1,3$ балла в Андижанском АФ, $V\%=3,8$, $t=3,7$ ($P<0,01$). По коэффициенту К3 оценки составили $13,3 \pm 1,8$ баллов в Наманганском АФ, улучшение на 3,1 балла, $V\%=2,8$, и $10,2 \pm 0,3$ балла в Андижанском АФ, $V\%=2,2$, $t=2,6$ ($P<0,01$). Результаты оценки общего эмоционального состояния по шкале ОЭСС составили $12,3 \pm 6,6$ баллов в Наманганском АФ (улучшение на 3,5 балла, $V\%=2,7$) и $8,3 \pm 2,6$ балла в

Андижанском АФ $V\%=3,1$), $t=3,3$ ($P<0,01$). В начале наблюдения эмоциональное состояние игроков Наманганского ФА составляло 12,3 балла «Абулия» — беспокойство, трудность принятия решений, наличие технических ошибок), а в Андижанском АФ 8,3 балла «Абазия» частые ошибки в технике).

8. Педагогические наблюдения показали, что отсутствие специалистов по психологической подготовке в спортивных командах свидетельствует о низком уровне развития этого процесса. Только тренер в некоторых случаях пытается психологически подготовить футболистов. В будущем, если специалисты займутся психологической подготовкой спортсменов, это будет целесообразно.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Проверка полученной информации о тренировках и соревнованиях, определение уровня достоверности, изучение возможностей победы для футболистов или команды в зависимости от времени начала соревнования или неожиданных изменений в конкретных ситуациях; (пересмотр и анализ видеозаписей, выполнение индивидуальных заданий для футболистов и работа над этими заданиями на тренировках, предоставление рекомендаций футболистам по четкому определению целей и задач участия в соревнованиях).

2. Основной задачей психологической подготовки является достижение состояния готовности к соревнованиям, которое выражается в мобилизации спортсмена для выполнения поставленных задач. Это особенно важно перед ответственными крупными соревнованиями. Способность к мобилизации должна развиваться в процессе постоянного решения повседневных проблем, в ходе учебных и тренировочных занятий, а также на протяжении дня.

а. Нападающим и полузащитникам необходимо проанализировать возможности и квалификацию вратаря соперника, а также разработать тактические наработки и инструкции, задания. Футболистам следует представлять и давать индивидуальные задания, исходя из их функциональных ролей (амплуа), а также тактические задачи, которые должны быть использованы в борьбе с противником.

3. Определение причин, сути и конкретных целей участия футболиста в соревнованиях, объяснение социальной значимости достижения победы:

Вербальное влияние: объяснение, рассказывание, беседа, убеждение, педагогическое предложение, одобрение, критика, осуждение.

Постановка возможных задач: необходимо ставить задачи перед игроком, объясняя, как их можно достичь. Постепенное усложнение задач: задачи должны быть усложнены поэтапно для достижения результата. Объяснение ситуаций, требующих преодоления трудностей: необходимо объяснять ситуации, в которых игрокам придется преодолевать трудности.

Использование видеозаписей до соревнования: использование видеоматериалов для анализа уровня подготовки и объяснения стратегии в зависимости от качества подготовки игрока.

Смешанное влияние: мотивация и поддержка.

Прослушивание мыслей и размышлений игроков: рекомендуется выслушивать мнение игроков и поддерживать их.

3. Для психологической подготовки футболиста к соревнованиям следует создавать неожиданные специальные преграды, которые он должен преодолеть, а также организовывать дополнительные тренировки для развития навыков преодоления таких трудностей.

4. Для психологической подготовки футболиста к соревнованиям необходимо создать неожиданные специальные препятствия, чтобы развить навыки и умения, позволяющие преодолевать эти препятствия и трудности. Организация дополнительных тренировок, направленных на это, имеет большое значение. Важно также развивать умение самоорганизации и самоконтроля как при подготовке к соревнованиям, так и во время их проведения. Спортсмен должен научиться преодолевать психологическое напряжение, которое может снижать его активность.

5. Для психологической подготовки футболиста к началу соревнования необходимо приучить его к психологическому подъему, управлению работой нервной системы, избежать умственной усталости и мотивировать на более активные действия в процессе соревнования. Нужно перевести действия на выполнение техник, а не на мысли; заменить мысли и внимание на образы и события, вызывающие положительные эмоции; использовать успокаивающее самовнушение:

а.) «Я хорошо подготовлен», «Соперник не такой уж сильный»; Дать указания ученику: «Успокойтесь», «Не переживайте», «Сдержитесь», «Вы победите» и так далее; Методы, направленные на снижение уровня возбуждения (в ответ на негативные ситуации): Изменение интервалов вдоха и выдоха, задержка дыхания, замедление или ускорение дыхания, регулирование глубины дыхания; Поочередное расслабление основных и местных мышечных групп; Использование успокаивающих методов массажа (легкое поглаживание, встряхивание) рекомендуется.

Для психологической подготовки футболиста к соревнованиям на тренировках рекомендуется разрабатывать тактические варианты исполнения стандартных ситуаций (штрафных ударов и угловых), приближенных к реальным условиям игры, с использованием «домашней заготовки» и проверки этих тактических решений на тренировках с использованием определенных тактических номеров для повышения навыков и умений.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
DSc.03/30.12.2019 Ped.28.01 IN UZBEK STATE UNIVERSITY
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

NAMANGAN STATE PEDAGOGICAL INSTITUTE

SATIYEV SHUKHRAT KOMILOVICH

**IMPROVEMENT OF METHODOLOGICAL BASIS FOR ASSESSING THE
TECHNICAL-TACTICAL SKILLS AND EMOTIONAL STATES OF
FOOTBALL PLAYERS
(On the example of 16-17 year old teenagers)**

**13.00.04 -Theory and methodology of physical training, sports training, rehabilitation and
adaptive physical training**

**DISSERTATION ABSTRACT
for the doctor of philosophy degree (PhD) on pedagogical sciences**

The topic of the dissertation of doctor of philosophy (PhD) is registered with the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan under the number B2024.3 PhD/Ped677.

The dissertation was completed at Namangan State University. The abstract of the dissertation is posted in three languages (Uzbek, Russian, English (summary)) on the Ziyonet portal (w.w.w.ziyonet.uz) of the Academic Council website (w.w.w.jtsu.uz)

Scientific adviser: Azizov Sabitkhan Valievich
Candidate of Pedagogical Sciences, docent

Official opponents: Olimov Muhsinbek Sotivoldiyevich
doctor of Pedagogical Sciences (DSc), professor

Talipdjanov Askar Inamdjanovich
Candidate of Pedagogical Sciences, professor

Leading organization: Jizzakh State Pedagogical University

The defense of the dissertation will be held on « 13 » « 05 » 2025 year at 14:00 oc'clock at at the meeting of Council DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 under Uzbek State University of Physical Education and Sport. (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Sportchilar street, 19. Tel.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, fax: (0-370) 717-17-76, e-mail: info@jtsu.uz, website: www.jtsu.uz. (Uzbek State University of Physical Education and Sports, Building E, 3rd floor, room №309).

The dissertation is available at the Information Resource Center of Uzbek State University of Physical Education and Sport (registered number 043 (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik, st. Metallurlar, 15. Tel.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27, fax: (0-370) 717-17-76).

The abstract of the dissertation has been sent you « 10 » « 05 » 2025 year.
(Extract from the digital register « 29 » in « 19 » « 04 » 2025 year.)



R.M.Matkarimov
Deputy chairman of the Scientific council
awarding scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), professor

M.A.Ibragimov
Scientific Secretary of the Scientific Council
awarding of scientific degrees,
doctor of philosophy (PhD), professor

A.N.Shopulotov
Chairman of the academic seminar under the
scientific council awarding of scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences (DSc), docent

INTRODUCTION (abstract of doctoral dissertation)

The purpose of the study is to develop proposals and recommendations for assessing motor activity, features of technical and tactical movements and the emotional state of young football players.

The object of the study is the process of monitoring the technical and tactical training of 16-17-year-old football players of the Fergana Valley football academies, determining their motor activity and assessing their emotional state during competitions and training.

The subject of the study is the content, form and means of improving the methods of monitoring the technical and tactical training of 16-17-year-old football players of the Fergana Valley football academies, determining their motor activity and assessing their emotional state during competitions. and training sessions.

Research methods: analysis of scientific and methodological literature; questionnaire and psychological test; pedagogical control, pedagogical experience;

The scientific novelty of the study is as follows:

in order to assess the emotional state of football players of football academies, the level of emotional stress resistance was increased in players aged 16-17 by determining the level of technical and tactical skills and the effectiveness of movements during training;

in order to determine the stress state of football players aged 16-17, the possibilities of systematic registration of existing values of psycho-emotional indicators were expanded due to the development and categorization of parameters and scales of the «DESA» method, which shows the resistance or intolerance of the body to stress;

based on the assessment of the emotional state of players during competitions and training, the methods were expanded, due to the DESA method, improved on the basis of the Spielberg-Khanin method;

an improved «DESA» method for assessing the emotional state of players was developed, allowing for independent assessments due to the development of mobile computer applications.

The implementation of research results. Implementation of research results. Based on the development of proposals and recommendations for assessing the motor activity, features of technical and tactical actions and the emotional state of football players:

in order to assess the emotional state of football players of 16-17 year old football academies, proposals and recommendations for determining the level of technical and tactical skills and the effectiveness of movements during training were applied during training sessions of the 16-17 year old football academy. Fergana region (registration number of the Ministry of Physical Culture of the Republic of Uzbekistan 03-16 / 6537 dated June 28, 2025). As a result, when calculating running at maximum speed, fast running and slow running, the midfielders of the Namangan team reached $X = 34456$ m during the game, the midfielders of the Andijan region team achieved the result of $X = 3322$ m during the game. The midfielders of the

football team of the Fergana region also recorded $X = 3319$ m results during the game;

to determine the stress state of 16-17 year old football players, proposals and recommendations for the development and categorization of parameters and scales of the «OESS» method, showing the body's tolerance or intolerance to stress, were used. for the preparation of the Namangan Region Football Academy (registration number of the Physical Administration of the Republic of Uzbekistan 03-16 / 6537 dated June 28, 2025, the Ministry of Education and Sports). As a result, the Namangan team recorded an average of 878.4 ± 18.06 technical and tactical actions (TTF) in each game and a defect rate of 29.65%;

«Suggestions and recommendations on the practical basis of the SEHB method, improved on the basis of the Spielberg-Khanin method during competitions and training based on assessing the emotional state of players, were applied in training sessions of the Football Academy of the Andijan region (Order of the Ministry of Physical Culture and Sports of the Republic of Uzbekistan dated December 28, 2025 - certificate No. 03-16 / 6537 of June). As a result, the Andijan team spent an average of 775.2 TTF per game, and the level of defects increased by $33.8 \pm 0.72\%$;

suggestions and recommendations for the development of mobile computer applications of the improved SEHB method for assessing the emotional state of players were applied in training sessions of the Football Academy of the Andijan region (03-16 of the Ministry of Physical Culture and Sports). of the Republic of Uzbekistan dated June 28, 2025 (No. 6537). As a result, the group of players «Adaptation» 13.4. increased from % to 17.6%, the Abulia group decreased from 30.4% to 8.6%, the Abasia group decreased from 21.3% to 4.3% of the initial indicator, the Aversiv stress-resistant group decreased from 43.0% to 36.6% during the competition period and overall stress resistance improved by 12.5%;

Structure and volume of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, four chapters, a conclusion, practical recommendations, a list of references and an appendix. The volume of the dissertation is 116 pages and includes 39 tables, 6 figures, appendices and introductory documents.

E'LON QILINGAN ILMIY ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF THE PUBLISHED SCIENTIFIC WORKS

I bo'lim [I часть; I part]

1. Сатиев Ш.К. Управление конфликтными взаимоотношениями с учетом характерологических особенностей спортсменов 16-17 лет (на примере футболистов академии футбола Намангана) // RESEARCH FOCUS | VOLUME 3 | ISSUE 9 | 2025 ISSN: 2181-3833 ResearchBip (7.8) | Google Scholar | SJIF (6.577) | UIF (8.3) -С.149-154

2. Сатиев Ш.К. Свойство психической развития детей футболистов в подростковом возрасте // НамДУ илмий ахборотномаси - Научный вестник НамГУ 2020. – С. 530-534. [13.00.00 № 3]

3. Satiev Sh.K. Futbolchilarning texnik-taktik harakatlarini musobaqa davomida baholash // NamDU Ilmiy Axborotnomasi 2025/9 B-674-674. [13.00.00 № 31]

4. Сатиев Ш.К. Влияние стресса на успешность спортивной деятельности спортсменов-разрядников // Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам XXXIX междунар. науч.-практ. конф. – 10(34). – М.: Изд. «МЦНО», 2019. –С. 230-234

5. Сатиев Ш. К. Влияние стресса на соревновательную деятельность и определение психического состояния футболистов перед матчами. // Международной научно-практической конференция «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях», 2022 г/в ФГБОУ ВО Чувашский ГАУ, г. Чебоксары (Россия) и НУУз имени Мирзо Улугбека, Ташкент, (Узбекистан). 2022.- С.451-454

6. Satiev Sh.K. Futbolchilarni psixologik tayorgarligi va emotsional bardoshlilikini rivojlantirishda qo'llaniladigan uslub va vositalar // Mamalakatimizning oliy ta'lim tizimida jismoniy madaniyat ta'limini modernizatsiyalash va strategiyasi muammolari va ta'lim mazmunining yangi modellari “ mavzusidagi Respublika ilmiy amaliy anjuman Fargona 2019.- B-100-103.

7. Сатиев Ш.К. Футболчиларнинг машғулотлар жараёнида мотивациясини шакллантириш хусусиятлари // Олимпизм – кеча, бугун, эртага: муаммо ва ечимлар // Республика илмий-назарий анжумани. Наманган. 2018.- Б-226-22 .

II bo'lim (II часть; II part)

8. Satiyev S K., Azizov S V. Stress factors and characteristics of stress in sports activities // International scientific and practical conference // CUTTING EDGE-SCIENCE May, June, 2021 Shawnee, USA Conference Proceedings DOI: http://doi.org/10.37057/U_11 Primedia E-launch LLC, 5518 Flint St, Shawnee, 66203, USA P-110-114

9. Satiev Sh.K., Azizov S.V. Futbolchilarni emosional stresslarga bardoshlilik

darajalarini temperamentlar tiplariga bog'liqligining xususiyatlari NamDU ilmiy axborotnomasi - 2020/ 6. -B-352-358 [13.00.00. T/r3]

10. Satiev Sh., Azizov S., Futbolchilarni psixologik tayyorlash va ularning prinsplari // Международный научный журнал Т/г 3 (100), часть1 «Научный импульс» Октябрь, 2022. -С. 340-345

11. Сатиев Ш.К., Азизов С.В Характеристики зависимости типов темперамента к эмоциональным стрессам и степени стрессоустойчивости футболистов.// Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам XXXIX междунар. науч.-практ. конф. – Т/г 5(39). – М.: Изд. «МЦНО», 2020. -С. 240-245

12.Сатиев Ш.К. Исследование устойчивости и надежности деятельности футболистов, разнообразных условиях и оценки эмоциональной устойчивости //Евразийский журнал академических исследований. – 2023. – Т. 3. – Т/г. 4 Part 4. – С. 225-230.

13. Komilovich S. S., Valiyevich A. S. Medical-psychological descriptions of stress and ways to overcome stress in sports competitions //International Journal of Philosophical Studies and Social Sciences. – 2022. – Т. 2. – Т/г. 4. – С. 181-189.

14.Сатиев Ш.К. Футболчиларнинг мусобақадан олдинги рухий тайёргарлигини амалга оширишнинг йўллари// Олимпизм – кеча, бугун, эртага: муаммо ва ечимлар // Республика илмий-назарий анжумани. Наманган. 2018. Б-230-233.

Avtoreferat «_____» jurnali tahririyatida
tahrirdan o'tkazilib, o'zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlar o'zaro muvofiqlashtirildi.

Bosmaxona litsenziyasi:



9338

Bichimi: 84x60 ¹/₁₆. «Times New Roman» garniturasini.
Raqamli bosma usulda bosildi.
Shartli bosma tabog'i: 4,25. Adadi 100 dona. Buyurtma № 23/25.

Guvohnoma № 851684.
»Tipograff» MCHJ bosmaxonasida chop etilgan.
Bosmaxona manzili: 100011, Toshkent sh., Beruniy ko'chasi, 83-uy.

