

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ
ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ**

САФАРОВ УЛУҒБЕК НОРМУРОДОВИЧ

Мутахассислик: 5810200 спорт фаолияти кураш турлари бўйича

**“ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЖАМОАДАГИ ҲУЖУМ ҲАРАКАТЛАРИНИ
ТАДҚИҚ ҚИЛИШ”**

ДИССЕРТАЦИЯ

Магистрлик даражасини олиш учун

Иш кўриб чиқилди ва
ҳимояга тақдим этилди.
“Кураш”
кафедраси мудири
“ ____ ” _____ 2011 й

Илмий раҳбар: _____
п.ф.д., профессор Абдиев А.Н.
илмий маслаҳатчи: _____

ТОШКЕНТ - 2011

МУНДАРИЖА

КИРИШ	3
I.БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЖАМОАВИЙ ТАКТИК ХАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ ЙЎЛЛАРИ.....	7
1.1.Футболчиларнинг жамоавий тактик ҳамкор ҳаракатларини тузилиши	7
1.2. Ўйин тизими, гуруҳли ва жамоавий тактик ҳаракатлар	12
1.3. Жамоавий тактик ҳаракатларни қайд қилиш ва баҳолаш	19
1.4. Психологик-педагогик тайёргарликнинг гуруҳли тактик ҳамкор ҳаракатлар самарадорлигига таъсир этиши.....	28
II-БОБ. ТАДҚИҚОТЛАР МАҚСАДИ, ВАЗИФАЛАРИ, УСУЛЛАРИ ВА ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ	31
2.1. Тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари	31
2.2. Илмий – услубий адабиётларни ўрганиш ва таҳлил қилиш	31
2.3. Педагогик кузатишлар ва назорат тестлари	31
2.4. Тажрибани ташкил қилиш	32
2.5. Математик статистик услублар	32
III.БОБ. ЯККА ТАРТИБДАГИ ТАЙЁРГАРЛИК ТУЗИЛИШИ ВА ГУРУҲЛИ ҲУЖУМКОР ҲАРАКАТЛАР ДАРАЖАСИНИ БАҲОЛАШ.....	35
3.1. Малакали футболчилар мусобақа фаолияти тузилишини диагностик таҳлили	36
3.2. Якка тартибдаги тайёргарлик ва гуруҳли ҳужумкор ҳаракатлар даражасини баҳолаш	43
3.3. Юкламалар тузилиши ва гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда машқ жараёнини ташкил этиш хусусиятлари.	49
3.4. Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда футболчиларни мулоқот психологияси хусусиятлари	53

ХУЛОСАЛАР	67
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати	71

КИРИШ

Мавзунинги долзарблиги. Давлатимиз раҳбари, айниқса, кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликка алоҳида урғу бериб, соҳанинг мамлакатимизни модернизация қилиш ва янгилашнинг ишончли таянчи бўлган мулкдорлар синфини яъни ўрта синфни шакллантиришдаги улкан аҳамиятини ҳеч нарса билан қиёслаб бўлмайди деб, таъкидладилар.

Дарҳақиқат, Ўзбекистон кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликни қўллаб-қувватлаш, унинг ҳуқуқий асосларини такомиллаштиришга алоҳида эътибор қаратилаётгандир. Президентимиз ташаббуси билан қабул қилинаётган фармон ва қарорлар, кенг қўламли дастурини кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликнинг мамлакатимиз ижтимоий-иқтисодий ҳаётидаги нуфузини оширишга, унинг аҳолини ижтимоий муҳофаза этишдаги ролини кучайтиришга хизмат қилади. Хусусан, 2011-йилнинг “Кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик йили” деб элон қилиниши бу борада янги босқични бошлаши, шубҳасиз.

Зеро, ушбу жиҳатлар дунё иқтисодиётининг муҳим йўналишларидан ҳисобланади. Мазкур тармоқ кўплаб ривожланган мамлакатларда янги иш ўринларини яратиш, бюджет даромадини шакллантириш ҳамда аҳоли турмуш шароитини яхшилашда муҳим аҳамиятга эга. Интернет манбаларида қайд этилишича, кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик барча бизнес субъектларининг 99 фоизини ташкил қилади. Юқорида этироф этилганидек, кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик ижтимоий масалаларни ҳал қилишда фаол қатнашяпти.

Футбол “Спорт ўйини тактикаси” тушунчаси бу спортчилар ва жамоа томонидан қўлланиладиган, ҳамда мусобақада ютуққа эришиш режасига бўйсунувчи усулларни қамраб олади.

Футболда, ҳар қандай жамоа ғалабага интилишга ҳаракат қилади. Ғолиб бўлиш учун спортчилардан жисмоний, иродавий ва ақлий қобилиятларнинг кучли зўриқишини талаб этади. Футболчилар ўз маҳоратига таяниш орқали

тўла куч жихатдан тенг рақиб билан олишувда ютукқа эришиши мумкин. Учрашув давомида турли тактик усуллар ва воситаларини қўллаган ҳолда, ҳар бир жамоа кўп марта ҳужум қилишига ёки тўп рақибда бўлганида – ҳимояланишига тўғри келади. Шу боис, футболда энг муҳими –мақсадга эришишга ёрдам берувчи ҳужумкор ва мудофаа ҳаракатларини олиб бориш мақсадга мувофиқдир. Рақибни тайёрлаш вазифасини тўғри ҳал этиш ва ҳужумда ўз имкониятларидан оқилона фойдалана олиш - буларнинг барчаси жамоанинг ва алоҳида ўйинчиларнинг тактик ва жисмонан кучли бўлишини талаб этади.

Барча футболчиларни ҳужум ва ҳимояда юқори даражада уюшган ҳолда моҳирона ва фаол ҳаракатланиши жамоага ғалаба олиб келади, чунки футболдаги тактика –ўйинчиларни рақиб устидан ғалаба қозониши учун ва жамоавий ҳаракатларини ташкил этиш, яъни футболчилар рақиб билан муваффақиятли кураш олиб бориши муҳим омиллардан бири ҳисобланади.

Футболда тактика бу яъни –рақиб қаршилигини енгиб ўтишда ўз имкониятларини сифатли равишда амалга ошириш имконини берувчи ўйин усулларини қўллашдан иборат.

Тактика бу жамоа мураббийи томонида ишлаб чиқилган ўйин услубидир. Замонавий футболда тактика жадал тарзда ўсиб ривожланиб бормокда ва бунини Ўзбекистон футоболида ҳам гувоҳ бўлмокдамиз.

Тактика, нафакат замонавий футбол қиёфасини ўзгартирмокда , балки тайёргарлик усулларига ҳам чуқур таъсир кўрсатмокда.

Бу ҳол мураббийларни бўлажак рақиб ўйини услубини ўрганиши, ўйинни видеосуратга туширишган ҳолда кузатиш ва учрашувларни чуқур таҳлил этишга мажбур этади.

Ўйинда ғалабага олиб келувчи тактика ҳар бир футболчи ҳаракати, бутун жамоа ҳаракатини янада мустаҳкам қилишини таъминловчи оқилона ишлаб чиқилган ҳамкор ҳаракатлардир. Бунда ҳар бир футболчининг кучли жамоа фойдаси учун фойдаланишга ҳаракат қилинилади.

Бугунги футболда –тактика етакчилигича барча компонентлар энг юқори кўрсаткичларда тенг ва тўлақонли равишда намоён бўлган футболдир. Ҳар қандай жамоавий тактика жисмоний ва техник имкониятлар, гуруҳли тактик ҳаракатларнинг ўзаро муштараклигига асосланади.

Футболчилар тактик ҳаракатлари асосини, одатда, ўйиндан олдин ҳаракатларни ташкил этишнинг асосий йўналиши, алоҳида ўйинчилар ва бўғинларнинг ҳамкорликда ҳаракатланишнинг ва қўйилган мақсадга эришиш учун рақиб қаршилигини енгиб ўтиш сифатида шакллантириладиган умумий тактик режа ўйин олиб бориш тамойили ташкил этади.

Футболда тактик мақсад рақиб жамоасини унинг учун ноқулай услубда ўйин олиб боришга мажбур қилиш учун интилишдан келиб чиқади. Мақсад тактик режада ўз аксини топади. Бу жамоадга қўйилган вазифани амалга ошириш учун хизмат қилади.

Тактик мақсад ва режа –жамоа тактикасини бўлажак ўйиндаги бошланғич моделидир. Агар улар ўйинчиларнинг реал имкониятларини ҳисобга олган ҳолда ишлаб чиқилган бўлса, бўлажак ўйинда тўғри ташкил этилса , танланган тактика ютуғи биринчи навбатда, шунга боғлиқ бўлади.

Тактик мақсад ва режа, улар қанчалик муфассал ишлаб чиқилмасин, ўйин давомида юзага келаётган ўйин вазиятига мос ҳолда ўзгартириб борилади. Шунинг учун, амалий тактика элементларини бевосита ўйин жараёни давомида юзага келувчи тактик вазифаларни ҳал этиш усуллари сифатида кўриб чиқиш лозим.

Футбол ўйини тактикасида қўлланиладиган элементлар:

-ўйинчиларни рақиб ҳаракатларини кузатган ҳолда ва ўйин мантиғидан келиб чиқувчи ҳужумкор, мудофаа ҳаракатларини биргаликда қўллаш ва турларга бўлишнинг мақбул усуллари;

-ўйин давомида кучларни оқилона тақсимлаш усуллари;

-рақибга психологик таъсир кўрсатиш ҳамда ҳақиқий имкониятлар ва мўлжалланган ҳаракатларни яшириш ҳолда қўллаш учун (никоблаш) усуллари.

Бўлажак ўйин учун мураббийда қандай тактик режалар мавжуд бўлмасин, улар алоҳида футболчилар ҳаракати билан амалга ошади. Шунинг учун ҳам, якка тартибдаги тактикани такомиллаштирмасдан, ўйинга уйғунлик ва рағбатлик бахш этувчи аниқ жамоавий тактик ҳаракатларни амалга ошириш мумкин эмас.

Футболда тактиканинг ўзига хос хусусияти –рақибларнинг бевосита мулоқоти бўлиб, у футболчиларни бир-бирига тўғридан-тўғри жисмоний ва психологик таъсир кўрсатишда намоён бўлади. Футбол ўйини хусусияти футболчидан рақиб ҳаракатига дарҳол жавоб қайтариш ва ундан ўзиб кетишни талаб этади. Бунинг учун юксак даражада ривожланган оператив (шошилиш) тактик тушунча, жумладан, ўйин давомида рақиб ниятини у муайян техник-тактик ҳаракатларида амалга оширишдан олдинроқ, фикран тасаввур этиш қобилияти зарурдир. Айнан шунга футболчини тактик маҳорати дейилади.

Футболчини тактик маҳорати сирtdан мақсадга мувофиқ тактик ҳаракатларни қўллаш тизими кўринишида намоён бўлади. Тактик ҳаракатланиш тактик билимлар ва техник кўникмаларга мос равишда ташкил этилиши керак.

I.БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЖАМОАВИЙ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ ЙЎЛЛАРИ

1.1.Футболчиларнинг жамоавий тактик ҳамкор ҳаракатларини тузилиши

Юқори малакали спортчиларни шаклланиш асосини кўп йиллик ўқув-машқ жараёнлари ташкил этади. Унинг мувоффақият билан амалга ошиш спорт маҳорати барча компонентларини ривожланиш даражасига боғлиқ. Бу энг аввало, ҳар бир спортчига хос бўлган жисмоний ҳислатларни ривожлантириш, техник ва психологик тайёргарликни яхшилашдан иборат. Бироқ, спорт ўйинларида, жумладан, футболда, энг муҳими тактик тайёргарлик ҳисобланади.

Спорт ўйинларида гуруҳли тактик ҳаракатлар, айниқса, юқори малакали жамоалар учун ижобий натижага эришишнинг энг муҳим омилларидан биридир. Буни кўплаб юқори тайёргарликка эга бўлган мураббийлар турли спорт ўйинларида таъкидлаб ўтишган (3, 5, 8, 12, 16, 19, 26). Мазкур мутахассисларнинг фикрича, юқори малакали жамоаларда гуруҳли тактикага катта эътибор қаратилиши таъкидлаб ўтилган. Айнан унда жамоанинг ўйин қувватини ошириш имконини берувчи қўшимча омиллар яширинган.

Жаҳоннинг энг яхши терма ва клуб жамоаларини кузатишлар шуни кўрсатдики, ҳужумкор ва мудофаа ҳаракатларида бир вақтни ўзида 8-9тадан ўйинчилар иштирок этади ва бу ҳаракатлар катта тезликда бажарилиши ва алмашиб ҳаракатланиши, бутун ўйин давомида ўйиннинг юқори маромини сақлаб қолишга ва ўйин юкламаларини барча спортчиларга биртекис тақсимлашга имкон яратади, бу усул футболда прессинг усули дейилади.

Футболда гуруҳли тактик ҳамкор ҳаракатларининг муҳимлигини таъкидлаган ҳолда, кўпгина мутахассислар яқка тартибдаги, ҳаракатларни аҳамиятини ҳам кўрсатиб ўтишган.

Гуруҳли ва жамоавий тартибдаги ўйин тактикаларини оқилона ташкил этиш орқали жамоа қудратини янада ошириш мумкин, деб ҳисоблайди улар.

Чунки, жаҳон футболдаги таниқли мураббий В.В.Лабановский, (17) футбол ўйини тактикаси ҳақида фикр юритар экан, шуни қайд қиладики, тўп киритадиган футболчини шахсий хусусиятларига умид қилиш, тасодифга – умид қилиш демакдир. Бу эса уюшқоқлик, мантиқийлик, жамоавийлик билан таърифланувчи замонавий футболда ижобий натижага олиб келмайди. Лекин, бу шахсий ўзига хосликни буткул инкор этиш керак, дегани эмас. Жамоавий ўйин қонунияти биринчи навбатда, белгиланган жамоавийлик тамойилларига риоя қилишга қодир футболчи моделини назарда тутаяди, бироқ бундай қўққисдан, яъни тайёргарлик кўрмасдан тўсатдан ҳаракатланиш имкониятини инкор этиш ўринсиздир. Бундан ташқари, жамоавий футбол илғор, тобора юксалиб боровчи тактикага асосланади ва бунда спортчи индивидуал маҳорати кенг кўламда намоён бўлиши керак. Агар футболчи ажойиб ўйин кўрсатса, жамоанинг ғалаба қозониш учун имкони янада ортади.

М.А.Годик ходимлари билан биргаликда (11) сўнгги йиллардаги футбол бўйича йирик мусобақаларни таҳлил қилиш натижасида қуйидагича хулосага келди: замонавий футболда ўйинчиларни универсал имкониятларни камайтириш ва жамоада ҳар бир ўйинчини юксак шахсий хислатларини биргаликда муваффақиятли қўллашга асосланган жамоавий ўйин олиб бориш аҳамияти ошади.

Футболчиларнинг универсаллик қобилияти тобора кенгайиб бормоқда. Ўз ўрнида бенуқсон тарзда, зарурият бўлганда майдоннинг исталга қисмида ҳам ҳимояда, ҳам ҳужумни яқунлашда яхши ўйин кўрсата оладиган футбол универсал спортчи деб ҳисобланади. Матч бошланишидан охиригача юқори маромни сақлаб қола олиш ҳам аҳамиятга моликдир.

Юқорида келтирилган ўйин жадаллашуви омиллари унинг сифат ва миқдор ўлчамларига таъсир этади, ҳамда келгусида тахминан қуйидагича

жисмоний ҳолат кўрсаткичларига эга бўлган футболчилар ўйин олиб боришлари мумкин бўлади:

- 1) максимал юриш тезлиги 11,0-11,3 м/с;
- 2) югуришнинг масофа тезлиги (дистанцион) тезлиги максимал тезликли 45,5- 47 %. Бу 3000 м ни 9 дақиқа 40 с - 10 дақиқа ичида югуриб ўтишга имкон беради.
- 3) МҚО 60-70 мл/кг/дақ.
- 4) сут кислотасининг максимал концентрацияси 18-22 м/л.
- 5) иккала оёқ билан итарилган ҳолда жойдан баландга сакраш 75-85 см.
- 6) танани ёғ массаси 7-9 %.
- 7) мушаклар массаси 52-54%.
- 8)максимал аэроб қувват (Маргария бўйича) –1,75 м/с;
- 9) тактик вазифаларни ечиш тезкорлиги, 3-4 альтернатив билан 0,8-1,0 сон.

О.П.Базилевич, Г.М.Гаджиев (6) Россия чемпионатидаги жамоаларнинг 85 та ўйинда олинган маълумотлар бўйича ҳамкорликдаги ҳаракатлар тузилишини таҳлил этиш натижасида шуни аниқлашдики, ўз дарвозасидан ҳужумкор жавоб ҳаракатларини уюштиришда биринчи ва тўртинчи зоналарда ҳужум қилишда рақиб дарвозасига энг кўп тўп киритилди. Бунга сабаб, ўз дарвозасидан тезкор қарши ҳужумкор ҳаракатларни уюштириш билан жамоавий ўйин ташкил эта олиш, шунингдек, ҳужумкор ҳаракатлар умумий йиғиндисини бу зонадан берилган ҳужумлар улушининг катта бўлишидир – 42%.

Мутахассислар таъкидлашича, футболчини шахсий маҳорати жамоавий ҳаракатлар мақбул тарзда ташкил этилганда, яъни жамоани ташкил этилишининг мувофиқ даражасида кенг кўламда намоён бўлади. Дарвоза зонасида бошланадиган ҳужумлар ҳаракатларнинг юқори самарадорлиги,

стандарт хужумларни мувоффақиятли якунлашга кўп жиҳатдан боғлиқ бўлади.

Боғлиқлик (корреляция) коэффиценти 0,793 га тенг ўртача ҳисобда, матч давомида жамоалар ўйин тухтатилгач, рақиб майдони ярмида 30 марта (барча хужумларнинг 20%) хужумкор ҳаракатларни бошлайди.

М.С.Полиш (21) турли тоифадаги 60 та матчда (48 матчда –юқори малакали футболчиларни, 12 матчда –ёш футболчиларни) кузатув ишларини олиб борган ҳолда, жамоавий ва якка тартибдаги техник-тактик ҳаракатларни махсус услубиёт бўйича қайд қилди. Баъзи гуруҳли тактик ҳаракатлар (ГТХ) кўрсаткичлари билан ўйин натижаси орасида сезиларли ўзаро боғлиқлик мавжуд. Бу ҳол ГТХ кўрсаткичларини футболчиларнинг жамоавий ўйини сифатини баҳолаш учун қўллаш ҳуқуқи беради. Ўйинчини жамоавий ҳаракатларда иштирок этиш ва унинг ҳаракатларида тактик вазифаларни якка тартибда ва гуруҳли тарзда ечилиши нисбатлари (ГТХ кўрсаткичлари билан таққослаш орқали) нуқтаи назаридан-якка тартибдаги техник-тактик ҳаракатларни баҳолаш мақсадга мувофиқ.

Дарвозага бериладиган зарбалар умумий сонининг кўрсаткичи билан матч натижаси орасида ишончли статистик алоқа йўқ. Шу билан бир вақтда, голибларда дарвозага берилган зарбалар кўрсаткичи, енгилганларга нисбатан, каттароқ бўлади ва аксинча бўлиши мумкин.

Мазкур кўрсаткични футболчиларни хужумкор ҳаракатлари самарадорлигини баҳолаш учун қўллаш мумкин, чунки унинг ўйин натижаси билан ўзаро боғлиқлиги жуда юқори (0,82).

Юқорида келтирилган маълумотлар якка тартибдаги ва жамоавий ўйин вазияти алоҳида футболчининг моҳирона ҳаракатсиз самарали ҳал этилмаса, аҳамиятга эга бўлади.

Ўйин жараёнида ҳар бир футболчи тўп билан ва тўпсиз турли хил ҳаракатларни бажаради; тўпни қабул қилиб олиш ва тортиб олиш; тўп суриш ва рақибни четлаб ўтиш; бош билан тўп ошириш; дарвозага зарба бериш ва

ҳоказо. Шу каби ҳаракатларда айнан барча ўйинчи фаолияти аҳамиятга эга; жамоавий ўйиннинг асосий усулларида эса –яъни тўп узатиш, стандарт ҳолатлар ўйинида, тўпсиз ўйинда (позиция танлаш) –ютукқа бир нечта ўйинчиларнинг ҳамкорликдаги ҳаракатлари ёрдамида эришилади. Масалан, тўп суриш ёки рақибни четлаб ўтиш – айнан шу вақт юзага келган ўйин вазифасини индивидуал тарзда бажарилишидир. Бирок, агар вақтда жамоанинг бошқа ўйинлари ўйин мантикига мос ҳолда ҳаракатланса, ўйин вазияти жамоавий ҳаракат тусига киради. Агар бундай вазиятда тўп сураётган ўйинчи энг қулай позицияни эгаллаган шеригига аниқ ва ўз вақтида тўп узатса, шу ўйин вазифаси мақбул тарзда ўз ечимини топади. Агар тўпсураётган футболчи, юқорида кўрсатилгандек ҳаракатланмаса, ҳамда тўп суриш ёки рақибни четлаб ўтишни давом этса, айтиш мумкинки, бу ўйинчи мақсадсиз ҳаракатланмоқда ёки замонавий ўйин борасида малакасиздир.

Жамоавий ўйин учун бир вақтда энг камида 2 та футболчи фаолият кўрсатиши керак. Жамоавий ҳамкор ҳаракатларнинг асосий воситалари; 2-6 та ўйинчилар ўз дарвозасидан рақиб дарвозасига комбинациялар ҳосил қилиши; стандарт ҳолатлардаги ўйин (жарима зарбаси, эркин зарба, бурчакдан тўп тепиш, ён чизикдан тўп тепиш, тўпсиз ўйин олиб бориш, яъни вазиятни танлаш). Жамоавий спорт турларида айниқса, кучли жамоалар прессинг қўллаш ҳаракатлардаги ўзаро ҳамкорлик даражаси тактик тайёргарликнинг муҳим омили ҳисобланади. Ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги, пухта машқ қилган тактик усулларни ноанъанавий ечимлар, ҳар бир спортчининг шахсий имкониятлари оқилона равишда биргаликда қўллаш ўйин комбинациясининг самарали натижа билан яқунланишига ёрдам беради.

Шунга қарамасдан, спорт педагогикаси фанидан жисмоний, техник ва психологик тайёргарликка бағишланган тадқиқот ишларида ўйинни ташкил этиш муаммолари кенг кўламда ёритилмоқда. Бугунги кузатувлар шуни

кўрсатадики, мураббийлар тактик тайёргарликка жиддий эътибор беришмоқда. Ўзбекистон Олий ва биринчи лигасида уста жамоаларнинг ўқув тайёргарлик машғулоти кузатуви шуни кўрсатадики, тактик қобилиятларни ривожлантириш учун қўлланиладиган машқларга кўпроқ эътибор берилмоқда, 2 - 3 та эмас 6 - 7 та футболчини қаршилиқни енгиб ўтган ҳолда майдон ичкарасида ҳаракат қилиб, дарвозага зарба бериш каби машқларга кўпроқ эътибор берилмоқда. Рақиб томонидан фаол қаршилиқ кўрсатиш шароитидаги машқларга ҳам қарши тактика қўлланилмоқда. Турли ҳужум босқичларини моделлаштирувчи машқлар, яъни ўрта зонада ҳужум ривожланишини моделлаштирувчи машқлар; турли усулларда дарвозага зарба бериш билан ҳужумни яқинлашни моделлаштирувчи машқлар лўпроқ қўлланилмоқда. Мудофаа вақтидаги гуруҳли ва жамоавий ҳаракатларни моделлаштирувчи тактик йўналишдаги машқлар умуман қўлланилмайди.

1.2. Ўйин тизими, гуруҳли ва жамоавий тактик ҳаракатлар

Футбол ўйини таркибий қисимлари орасида ўйин тизими кўплаб қизғинмунозараларга сабаб бўлмоқда. Бахслар моҳияти шундаки, айрим мутахассислар жамоавий тактик ҳаракатларнинг мувоффақиятли бўлиш ўйинчиларни майдонда жойлашиш тизимига кўп жиҳатдан боғлиқ, деб ҳисоблайдилар. Бунда, ҳужумга шайланган жамоа ҳужум чизиғида муайян сондаги ҳақиқий ҳужумчиларга эга бўлиши керак, деган фикрлар билдирилмоқда. Ҳақиқий ҳужумчилар қанча кўп бўлса, ҳужум шунча муваффақиятли бўлади ва аксинча, мудофаада ютуқ билан ўйин олиб бормоқчи бўлган жамоа майдон орқа чизиғида кўпроқ ўйинчиларга эга бўлиши лозим.

Жаҳон футболи тарихида қандайдир барча тизим кўп йиллар давомида мувоффақият билан қўлланилгани ҳақида мисоллар кўп. Масалан, 2010

йилда испанияликлар 1-4-3-2 тизимини қўллаб юксак натижаларга эришдилар.

Баъзи мутахассислар, айниқса сўнгги йилларда, ўйинчиларни жойланиш тизими ўйинни бошлашда ёки майдон ўртасида ўйинни қайтадан бошлашдаги дастлабки ҳолатдан иборат тизими билан белгиланмайди, балки жамоа чизиқлари ва бўғинларидаги ўйинчиларни ўзаро ҳамкорликда келишиб ҳаракатланишига барча жамоа ўйинчиларини, жумладан дарвозабонни мудофаадан ҳужумга ва аксинча, ҳужумдан мудофаага оқилона ўтиш қобилятига боғлиқдир дейилади. (1974 йилда жаҳон чемпионатида Галландия терма жамоаси илк бор “Ялпи футбол” ўйинини намойиш этди.) Ўйиннинг моҳияти шундаки, ўйин майдонининг турли қисмларида ҳужум уюштиришда ва тўпни тортиб олишда ўйинчиларнинг сон жиҳатдан устунлигига эришиш керак. Албатта, бу ўйинчилар универсал бўлиши керак, шунда тактик ҳаракатлар ҳам турлича бўлади.

Ўйин тизимини ривожланиш тарихига назар солинса, футбол пайдо бўла бошлаганда ва тактика ҳали ишлаб чиқилмагандаёқ, жамоада мудофаа ва ҳужум чизиқлари шаклланиб, ўйинчилар жойлашиши ва 1-4-4-2 ва 1-5-3-2 тизими бўйича амалга ошишни кўrsa бўлади. Бундай жойлашув тизимида, ўйинчилар тўп атрофида тўдани ҳосил қилишади. Тўпга эгалик қилувчи, ўйинчи дриблинг, яъни тўпни бошқариш, ёрдамида мустақил равишда дарвозага етиб олишга ҳаракат қилади. Тўп узатишлар, айниқса, узун узатишлар ва бош билан уриш усуллари қўлланилмокда.

Футболда тўпни узатиб ўйнаш усулини шотландияликлар олиб кирганлар. Бундай янгилик ўйинни кескин тусда ривожланишига олиб келди. Ўйинда ҳам якка тартибдаги, ҳам гуруҳли тактик ҳаракатлар қўлланди. Бу эса жамоада ўйинчилар ўрни алмашувига олиб келди; 1-4-4-2, сўнггра 1-5-3-2 мазкур тизим бўйича жамоада 5 та ҳимоячи, 3 та ярим ҳимоячи ва 2 та ҳужумчи бўлган. Натижада, ўйинчиларни мажбуриятлари пайдо бўлиб, гуруҳли ва жамоавий тактик ҳаракатлар шакллана бошлади.

Ҳамкор ҳаракатлар асоси шундан иборат эдики, ҳужумчилар ҳимоячиларга нисбатан кўпроқ бўлгани учун ҳимоячилар тўпни ҳужум чизиғига узатишарди. Майдон узунлиги бўйича эркин ҳаракатланиш имконига эга бўлгач, ҳужумчилар жарима майдончасига осон ўтиб, дарвозага кўп марта тўп уриш имконига эга бўлдилар. Бироқ, ҳужум чизиғи билан мудофаа орасида катта бўшлиқ вужудга келди, тўпни тортиб олгач, ҳимоячилар ҳужумчиларни ўйиндан чиқариб юборишарди.

Ўйин мажбуриятларини ихтисослашуви ўйинчиларни жойлаштиришда келгусида яна ўзгаришларни юзага келтирди. (Эҳтимол, ана шу воқият “дубль-ве” деб номланган янги тактик тизимнинг ишлаб чиқиши учун асос бўлгандир. Бешта ҳужумчидан иккита ярим ўрта ҳужумчи икки ярим ҳимоячидан олдин жойлашади. Улар ҳимоячилар билан ҳужумчилар қатори ўртасида боғловчи бўғин вазифасини ўтайдилар).

Бу тизимда ўйинчиларни янада аниқ ҳамкор ҳаракатлари юзага келади. 4 ярим ҳимоячи ва 3 ярим ҳимоячи ҳужумчи ўрта чизик бўйлаб ҳужум ва мудофаа чизиклари орасидаги боғловчи бўғинни ҳосил қилади. Бунда 4 та ярим ҳимоячи кўпроқ ярим ҳимоячиларга ёрдам беришади, 2та ҳужумчи эса ҳужумкор ҳаракатларда иштирок этади.

1958 йилги жаҳон биринчилигида Швецияда ўйинчиларни жойлаштириш тизимида яна ўзгаришлар юз берди. Жаҳон чемпионлари бўлмиш бразилияликлар 1-4-2-4 тизимини қўллашди. Мазкур тизим бўйича ўйинчилар мажбуриятларини таҳлил қилиш натижасида К.Глендлер, Х.Палке, Х.Кеммо (13) шуни аниқлашдики, мудофаа чизиғидаги ўйинчилар рақиб ҳужумчиларини шахсан таъқиб қиладилар; ўйин шароитига боғлиқ ҳолда ҳужумкор ҳаракатларни ташкил этишда иштирок этадилар. Бундай тизимда ўйинни, асосан, ўрта чизик ўйинчилари белгилайди. Улар мудофаа ва ҳужумдаги техник-тактик ўйин воситалари пухта ўзлаштиришлари лозим, улар тўпни қанчалик тез узатса, ҳужум шунчалик яхши амалга ошади.

1970 йилга келиб, бирнечта янги тактик тизимлар пайдо бўлди;

1-4-3-3 ва 1-4-4-2. Етакчи жамоалар ўйинидан кўриниб турибдики, бу тизимларда ҳимоя зонаси ва ўрта зонани ўйинчилар билан тўлдирилиши кузатилади. Яъни ҳужумкор ҳаракатларда жамоалар майдоннинг ўрта зонасида тўпни аниқ ва тез ўйнатиб, ён қанотдаги бўш зонага узатиши амалга оширилади. Тўп йўқотишда, ўрта зонадаги барча ўйинчилар тўпни қайтаришда фаол иштирок этадилар.

И.А.Кошбахтиев (16) Францияда ўтказилган 16-жаҳон чемпионати ўйинларини таҳлил қилар экан, шунини таъкидлайдики, етакчи жамоалар ўйинида бирнечта ўйин тизимларинивариатив қўллаш қобилияти яққол намоён бўлди. Бу тизимлар нафақат ўйиндан ўйинга, рақиб хусусиятларига, турнирдаги вазият, бутун жамоа ҳолатига боғлиқ равишда, балки бир ўйин давомида, унда юзага келадиган вазиятга қараб турли вариантларда бажарилди. Масалан, ҳимояланиш мақсадида кўпроқ ўйинчиларни қуйидагича жойлашуви қўлланди: 1-4-5-1; 1-4-3-3; ҳужумкор ҳаракатларда; 1-3-5-2, 1-3-3-4.

Юқорида келтирилган маълумотлар асосида шунини айтиш мумкинки, футбол шаклланишининг бошланғич даврида ўйин шу қадар оддий ташкилий усулларда олиб борилад эканки, ҳали тактика ва ўйинни у ёки бу тизим доирасида ташкил этиш ҳақида сўз ҳам бўлиши мумкин эмас эди. Лекин, ўша вақтлардаёқ ўйинчилар орасида мажбуриятларни тақсимлаш (биринчи гуруҳ ўйинчилари рақиб дарвозасига ҳужум қилади, бошқалари –ўз дарвозасини ҳимоя қилади)га уринишлар амалга оширилган.

Футболни жадал ривожланишига гуруҳли тактик ҳаракатнинг асоси сифатидаги тўп узатишлар ёрдам берди. Ўйин ҳаракатлари жамоавий тус олди, ўйинчиларни жойлаштириш ва ҳаракатланиш усули тартибланишди, жамоалар муайян тизим бўйича ўйнай бошладилар.

Мазкур даврни таърифлар экан, А.Чанади кўп йиллар давомида ҳар бир ўйинчи ўз функцияларига у учун олдиндан белгиланган майдон қисмида бажарганини қайд этади. Бироқ, рационал тизимли ўйинларда

ўйинчиларнинг ҳаракатланиш зоналари кенгайди. Ҳимоядаги ва ўрта чизик ўйинчиларини ҳужум чизигига ва тескари йўналишида тезкор, сапчиб ҳаракатланиш меъёрий ҳолга айланди. Натижада, ҳар бир ўйинчини техник-тактик ҳаракатлар сони кўпайиб борди. Футболчиларни ўзаро ҳамкорликдаги аниқ ҳаракатлар шаклланди, тактик ҳаракатлар янада тартибли бўлди. Майдоннинг муайян зоналарида ўйинни уйғун тарзда олиб боришга интилиш кутилмоқда.

Инглиз назариячиси ва амалиётчиси И.Хьюс (23) фикрни эътиборга лойиқ, деб ҳисоблаймиз. Уни таъкидлашча, ўйин тизимини танлаш муҳимлигини баъзан, ҳаддан зиёд орттириб юборишади. Техника камчиликларини ўрнини босадиган, тизим йўқ; югуришни истамаган ёки югура олмайдиган ўйинчиларга мос келадиган тизим ҳам мавжуд эмасдир.

Орқа чизик учун тўртта ўйинчи, ўрта чизик учун 2 ўйинчи ва олдинги чизик учун 2 ўйинчи керак деб ҳисобланади. Шу тариқа, майдондаги саккизта ўйинчини жойлашуви бўйича умумий нуқтаи назар мавжуд. Қолган 2 та ўйинчини ўз ҳошишига кўра жойлаштириш мумкин. Уларни олдинги чизикда жойлаштириш мумкин, шунда жойлашув схемаси 1-4-2-4 бўлади. Бу икки ўйинчини ўрта чизикда жойлаштириш мумкин; 1-4-4-2. 1-ўйинчини ўрта чизикда жойлаштириб, иккинчисини олдинда 1-4-3-3 тизими бўйича жойлаштириш мумкин. 1 та ўйинчини орқа чизикдаги 4та ўйинчини орқасида, иккинчи ўйинчини эса ўрта ёки олдинги чизикқа қўйиш мумкин, шунда жойлаштириш схемаси 1-1-4-3-2 ёки 1-1-4-2-3 бўлади. Буларнинг барчаси жуда қизиқарлидир, лекин ўйин тизими ҳақида ҳечнимани билдирмайди. Машғулотларнинг асосий сабабларидан бири-жамоани ўзаро ҳамкорлик бўйича вазифаларни бажара олмаслиги ҳисобланади.

Гербергер (10), В.А.Маслов (13) ўрта чизикни ҳам миқдор жиҳатдан (1-4-4-2), ҳам сифатдан кучайтириш (кенг ҳаракатланиш доирасидаги универсал ўйинчиларни танлаш) натижасида рақибга ҳужум уюштиришнинг ноаниқлиги, тасодиқлик омиллари вужудга келади, яъни бундай ҳаракатлар

майдоннинг исталган нуктасидан бажарилиши мумкин, деб ҳисоблайдилар. Замонавий ҳужум ва ҳимоя учун жамоадаги ўйинчилар сони 8 тадан кам бўлмаслиги ҳамда юклама жамоанинг барча чизиклари орасида тенг тақсимланиш лозим; Демак, серҳаракат, ҳар томонлама ривожланган, бардошли ўйинчилар керак. Уларнинг дастлабки вазиятлари ҳужумчилар ва ҳимоячилар чизигидан ўтиши зарурий эмас. Улар исталган нуқталардан ўйин олиб боришни билишлари лозим.

Бу жуда мураккаб ўйин, нафақат ҳужумчилар учун, балки ҳимоячилар учун ҳам. Бундай ўйинда ўйинчиларнинг тактик ҳамкорлиги аҳамияти ошиб боради. Яна бир инглиз мутахассиси Э.Бетти (9) фикрига кўра, замонавий футболда ўйинчини майдонда эгаллаган ўрни унинг ўйин даъвомида бажарадиган вазифасига мос келавермайди. Буни ўйинчини матч вақтида кузатиб, билса бўлади. Худди шундай фикрни В.В.Лабановский (17) ҳам билдирди. Майдонда ўйинчиларни қандай жойлаштириш эмас, балки жамоавий вазифаларни амалга ошириш аҳамиятлидир, деб ҳисоблайди у. Қанча футболчи орқада жойлашади, қанчаси майдон ўртасида ва яна қанчаси ўйинчилар гуруҳи ҳужумкор ва ҳимоя ҳаракатларини қандай нисбатда бажариши муҳимдир. Сўзсиз, ўйинчилар майдонда қандайдир вазиятни эгаллаш керак, бироқ ўйин жараёнида олдиндан белгиланган жамоавий вазифалар ҳажмига боғлиқ ҳолда ҳаммаси ўзгаради. Маълум бир зонага тушган футболчи айнан шу зона учун хос функцияларни бажариши лозим. Ўйин давомида футболчи ўз жойини ўзгартиради. Мисол учун, чеккадан ва марказий ҳимоячилар ҳужумга қўшилдилар ҳамда ҳаракат давомида олдинги чизикқа етиб олдилар. Аммо ҳужум узилганда, шу вақтда иккинчи ҳужум уюштирган ҳужумчилар, ярим ҳимоячилар биринчи бўлиб ҳимояга турадилар.

Юқорида келтирилган мулоҳазаларни умумлаштириб, шуни айтиш мумкинки, футболда ҳам диалектик қонуниятлар мавжуд. Ўзгармайдиган, турғун ўйин тизими йўқ. Муайян вақт оралиғи ичида ҳарқандай ўйин тизими

ўрганиб туради. Футбол, унинг ривожланиши учун зарур бўлган техника-тактика омиллари жисмоний хислатларни ривожлантириш даражаси, ўйин қоидаларини ўзгариши, каби барча омиллар ҳисобга олингандагина, ривожланади.

Ўйин тизими замонавийлиги –муваффақиятга эришиш шартларидан бири. Бироқ, у ютуққа эришишга ёрдам беради, холос. Агар тизимни эски фикрлар билан иш юритувчи, оқилона ва мувофиқ тактикани қўйилмайдиган, етарлича жисмоний техник ва маънавий тайёргарликка эга бўлмаган ўйинчи амалга оширадиган бўлса, шу тизим қанчалик ўта замонавий бўлмасин, ғалабага олиб келмайди. Буни эса ҳол футбол тарихидан кучли жамоатлар тажрибасида ҳам кўриш мумкин.

Ҳимоячилар ва ўрта чизик ўйинчиларини сон жиҳатдан устунлиги ҳужумчиларни кенг майдон бўйлаб ўз ўрнини ўзгартириш ва тўсатдан, тезкор ҳужум қилиши билан ҳаракатланишига етарлича тўсик (қаршилиқ) ҳисобланади. Шу билан бир вақтда, ҳужум майдонини, “енгиллаштириш”, зичланган ҳимояни чизишнинг муҳим усуллари билан бирдир.

Хулоса тариқасида шуни айтиш мумкинки, замонавий футбол учун ўта хос хусусиятлар қуйидагилардан иборат:

- футболчилар тактик ҳаракатларини ҳар томонлама ривожлантириш;

- ўйин ҳаракатларини жадаллашуви;

- дарвозага бериладиган зарбалар сони ортди, бу эса ўз навбатида ҳатоларни қўпайтиришга олиб келди. Тўпни ўйинга киритиш гуруҳли тактик ҳаракатлар асоси бўлган стандарт ҳолатлар ўйинидан бошланади. (жарима, эркин, бурчакдан бажариладиган ҳаракатлар, тўпни аутдан олиш);

- футболчилар ўйин ҳаракатларини жадаллашуви ва ҳар томонлама ривожланиш ҳамкор ҳаракатларни тартиблаш, уларнинг ўзаро мувофиқлигини оширишни талаб этади.

1.3. Жамоавий тактик ҳаракатларни қайд қилиш ва баҳолаш

Спорт ўйинларида, хусусан, футболдаги мусобақа фаолиятини кўплаб кузатишлар натижасида, тўпни турлича ўзгариш усуллари ўйин олиб боришнинг асосий техник-тактик воситаси эканлиги аниқланди. Улар барча ўйин ҳаракатларининг 70% ини ташкил этади. Жамоа малакаси қанча юқори бўлса, бу кўрсаткич шунча катта бўлади. Бироқ, бир қатор футбол мутахассислари таъкидлашича ўйин натижавийлиги нафақат тўп узатишларнинг умумий сонига балки, майдонни қайси қисмида қайси йўналишида қандай узатиш бажарилганига, кўп жиҳатдан, боғлиқ бўлади.

Е.В.Скоморохов, Г.А.Голденко (22) техник-тактик фаолиятнинг услубий тузилишини аниқлаш учун жаҳон чемпионати матчларида Англия ва Олмония терма жамоалари фаолиятини кузатишди. Улар умумқабул қилинган кўрсаткичлар (тўп билан бажарилган ҳаракатлар сони ва аниқлиги) билан бирга унумдорлик коэффицентини (ҳар бир техник ҳаракатни жамоа эришган якуний натижага қўшган “ҳиссаси” даражаси) каби ҳисобланади.

Маълумотларни кўп омили математик таҳлили натижасида саккизта омил аниқланди, уларнинг умумий оғирлиги умумий танлов дисперсиясининг 95%ини ташкил этади. (1-жадвал).

Биринчи омил юзасидан (у биз учун алоҳида қизиқишга эга) муаллифлар қуйидаги кўрсаткичларни аниқлашди; ўрта узатишлар, аниқлик, факторли оғирлик-0,916 ва унумдорлик $-0,900$; узун узатишлар, аниқлиги $-0,912$ ва унумдорлиги-0,797. Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар: майдон кўндалангига ва орқага тўп узатишлар сони-0,595; ҳимоя зонасидаги техник-тактик ҳаракатлар (ТТХ) сони 0,561.

Келтирилган маълумотларни талқин этиш давомида муаллифлар, бу жамоалар ўйин гуруҳли тактикасини юзага келаятган вазиятга боғлиқ

Англия ва Олмония терма жамоаларининг техник-тактик ҳаракати омиллари (Е.В.Скоморохов ва Г.А.Голоденко маълумотлари бўйича)

№	Омиллар	Оғирлик % да (умумий дисперсиядан)	Таркибий қисмлар сони
1.	Хужумни ташкил этишнинг тезкор ва позицион вариантларини оқилона тарзда бирга қўллаш	25,3	6
2.	Жамоавий хужумкор ҳаракатларни юқорилатиб тўп узатиш ва дарвозага бош билан зарба бериш ёрдамида яқунлаш	23	7
3.	Ўйин устунлигини ҳосил қилиш учун майдонни ўрта зонасида тўпни назорат қилиш	11,8	5
4.	Ўзиб кетиш ўйини	11,1	10
5.	Ўйин эпизодларида тўп билан тезкор суръатда жой ўзгартиришлар ҳисобига сон жиҳатидан устунликни ҳосил қилиш	9,1	3
6.	Жамоа бўлиб тўпни тортиб олиш	6	5
7.	Тўпни юқорилатиб ва пастдан узатишларни оқилона тарзда бирга қўллаш	5,1	3
8.	Дарвозага зарба бериш техникасини ишончлилиги	3,6	2

холда, нафақат битта турнир давомида, балки бир ўйин ёки, ҳатто тайм давомида ҳам жуда оқилона тарзда ўзгартиришларини таъкидлашади.

Масалан, максимум вазифа “ғалаба қозониш зарур”. Гуруҳли ҳаракатлар воситалари –олдинга узун ва ўрта узатишлар. Ўз вақтида ва аниқ бажариладиган бундай узатишлар ҳужумда иштирок этаётган рақибларни катта гуруҳини тўсиш имконини беради.

Олдинга қараб узун ва ўрта узатишлар ёрдамида гуруҳли ҳамкор ҳаракатлар биринчи омилда муҳим аҳамиятга эга. Кескин ҳужумни рақиб ташаббусини атайлаб қўлдан бой берганда, тўпни ўз зонасида узоқроқ ўйнатишдан сўнг амалга ошириш мумкин.

Бундай шароитда, ҳужумчилар рақибни чалғитиш учун, унинг ҳушёрлигини сусайтириш ва олдиндан белгиланган ўйин вариатини амалга ошириш мақсадида тўп билан орқага ва майдоннинг кўндалангига қисқа ва ўрта узатишлар бажариб ҳаракатланадилар.

Демак, биринчи омил – гуруҳли ҳаракатларни тезкор ва позицион вариантларини оқилона тарзда бирга қўллашни акс эттиради.

Муаллифлар юқори даражали терма жамоаларининг жамоавий тактикасини ўрганиш давомида ўйинчиларни техник-тактик ҳаракатларини анъанавий усуллар билан баҳолашди. Булар эса ҳар доим ҳам ўйин тузилишини мувофиқ тарзда акс эттирмайди ва унинг натижасига мос келавермайди. Жамоадаги шахсий техник-тактик ҳаракатлар сони ва бажарилиш аниқлиги кўп ҳолларда юқори бўлади, лекин шундай-бўлсада, жамоалар мағлубиятга учрайди. Бу ҳол чет элдаги ва Ўзбекистондаги кўплаб кузатув натижалари томонидан тасдиқланмоқда.

Мисол учун, 2006 йилдаги Осиё-Кубогига тайёрланиш давомида Ўзбекистон терма жамоасини назорат матчларидаги техник-тактик ҳаракатларни умумий ҳажми ва уларни бажарилиш аниқлиги бўйича кўрсаткичлар етарлича юқори бўлди (ўртача ҳисобда 72,3 ва 78,7%). Осиё

Кубоги матчларида ҳам бу кўрсаткичлар паст бўлмади. Шундай бўлсада, Ўзбекистон жамоаси бирор марта ғалабага эришмади.

Эҳтимол, мутахассисларнинг мусобақа фаолиятини янги кўрсаткичлари (бажарилаётган усуллар сони ва аниқлиги) етарлича маълумот бермаслиги ҳақидаги фикрларини ҳақли деб ҳисоблаш мумкин. Чунки, ўйин ҳаракатлари уларнинг тактик мақсадга мувофиқлиги ва ўйин лаҳзаларини мураккаблигини ҳисобга олмасдан, қайд қилинади.

Маълумки, футболдаги тактик ҳаракатлар, якка тартибдаги (тўп уриш, рақибни четлаб ўтиш, тўпни тортиб олиш, зарба бериш ва бошқа) ва гуруҳли (узатишлар сони, 206та футболчи иштирокидаги ва стандарт вазиятлар комбинациялари сони) турларга бўлинади. Футболчилар мусобақа фаолиятини назорат қилишнинг амалдаги усулларида тўпсиз ўйин, яъни позицияни танлаш умуман қайд этилмайди; бундай ўйин ҳаракатини микдор жиҳатидан баҳолаш имконини берувчи мезон мавжуд эмас.

Шу муносабат билан, М.А.Годик, П.П.Черепанов, Р.З.Галеев (11) томонидан ўтказилган тадқиқотлар алоҳида эътиборга лойиқдир. Уларни фикрича, гуруҳли тактик ҳаракатлар самарадорлиги асосида ўйинчиларни якка тартибдаги ва жамоавий ҳаракатларини ўзаро узлуксиз муштаракликда баҳолаш имконини берувчи, муайян хусусиятли тўп узатишлар ётади. Мазкур фаразни текшириш учун улар жаҳон чемпионатлари матчларини кузатишди. Усул ишончлилиги (68 та ўйин натижаларига кўра) етарлича юқори бўлди: қайд этиш ҳатоси 2 %дан ошмади.

Назорат давомида қуйидагилар қайд этилди: майдонни ўз ярмида (ТХУ) ва рақибга тегишли қисмида (ТХУ2) бажарилган тўпни ҳаракатга узатиш; майдонни ўз ярмида (ОУ1) ва рақибга тегишли ярмида (ОУ2) оддий узатишлар.

Натижалар шуни кўрсатдики, тўпни ҳаракатга узатиш вариантлар кўп бўлиб, умуман 5 гуруҳга жамланган, тўпни ҳаракатга қисқа ва ўрта узатишлар –бундай узатишлар йўналиши ва ҳаракатланишининг маконда

четланганлиги ҳимояланувчилар учун маълумдир; “тўсиқ”, “девор 3 ўйинчига” комбинацияларини бажаришда қўлланиладиган тўпни ҳаракатга узун узатишлар; “югуриб кетиш” комбинациясини бажаришда қўлланиладиган тўпни ҳаракатга узатишлар.

Бу ҳолда, ўйинчи шериги билан ўзаро ҳамкорликда ҳаракатланиш орқали ҳимояланувчиларни тўпга эгалик қилувчи ўйинчига ҳужум қилиш ёки орқадан ҳаракатга узатилган тўпни қабул қилиб олиш учун “ўзини таклиф этувчи”ни ҳимоя қилишни танлаш вазиятига қўяди.

Бундай узатишлар самарадорлиги қулай вазиятлар (ҚВ) ни юзага келтириш билан белгиланади.

ҚВ ни асосий белгилари:

- Дарвозага аниқ зарба бериш билан ҳужумни якунлаш;
- Рақиб жарима майдонида ҳужумни якунлашга фаол уриниш. Масалан, ён томондан ўқсимон узатишни амалга ошириш учун кураш;
- ҳужумни бурчакдан зарба бериш билан якунлаш.
- ҳужумни эркин ва жарима зарбалари билан якунлаш ва хоказо.

Қуйидагилар аниқланди:

-ТХУ2 сони билан ҚВ сони орасидаги боғлиқлик статистик жиҳатдан аҳамиятли (0,72);

-рақиб майдонидаги оддий узатишлар сони билан ҚВ сонлари ($r_{0,18}$; - 0,07) орасида статистик аҳамиятли боғлиқликни йўқлиги;

-ўйин майдонидаги оддий узатишлар сони билан ҚВ сони (0,69) орасидаги салбий боғлиқлик статистик жиҳатдан аҳамиятли;

-майдонни рақибга тегишли ярмидаги ТХУ2 сони билан улар аниқлиги (0,82) орасидаги боғлиқлик статистик жиҳатдан аҳамиятли.

Бу натижалар ўйин амалиёти билан тасдиқланади. Рақиб майдонида ТХУ2 ни имкони борича кўпроқ қўллаш керак, чунки уларнинг аниқлиги шундай узатишлар ҳажми, ҚВ сони ва ўйиннинг умумий натижаси билан

статистик боғлиқдир. 2-жадвалда қатор терма жамоалар ўзаро ҳужумкор ҳаракатлари самарадорлигини интеграл баҳоланиши келтирилган.

Шундай қилиб, бир томондан ТҲУ1, ТҲУ2, ОУ1 ва ОУ2 сонлари орасидаги статистик боғлиқлик; иккинчи томонидан, қ В сони билан ўйин натижаси орасидаги боғлиқлик ўйин ўйин натижасига ТҲУ ва ОУ сонлари нисбати ҳамда майдонда узатишларни қўллаш жойи (жумладан, рақиб майдонидаги ТҲУ2 сони билан узатишларнинг умумий сони нисбати) таъсир этади, деб таъкидлашга имкон беради;

-ҳар бир ўйинчи бажарган ва шеригидан қабул қилиб олган узатишлар усулини қайд этиш мақсадга мувофиқ;

2-жадвал

**Миллий терма жамоалар ҳужумкор ҳаракатлари самарадорлигини
интеграл баҳоланиши (М.А.Годик, П.П.Черепанов, Р.З.Галеевлар
маълумотлари бўйича).**

Рақиблар	Ўйиннинг якуний натижаси	ТҲУ2 мос равишда	ИБ (интеграл баҳолаш) мос равишда
МДХ-ПХР	0:0	83 ва 80	2,1 ва 2,3
Италия-Бразилия	3:2	106 ва 110	2,5 ва 2,1
Италия-Олмония	3:1	103 ва 84	2,3 ва 1,6
МДХ-Франция	1:0	81 ва 166	1,9 ва 3,9
МДХ-Швецария	1:0	114 ва 92	2,2 ва 1,7
МДХ-Португалия	5:0	129 ва 86	2,7 ва 1,7
МДХ-Австрия	2:0	79 ва 86	1,5 ва 1,8
МДХ-ПХР	1:1	71 ва 93	1,6 ва 2,1
МДХ-ПХР	2:0	120 ва 61	2,7 ва 1,5

-ўйинчи ТХУни қабул қилиб олиш учун неча марта “очилгани”ни, лекин шеригини хатоси туфайли тўпни ололмаган ҳолатларни қайд этиш.

Шу тариқа, агар тўп узатишларни қайд этишнинг анъанавий шаклида кескин бўлмаган ҳолда, тезкорликсиз ҳаракатланган ўйинчилар ҳажми ва самарадорликнинг катта кўрсаткичларини кўрсатган бўлса, тавсия этилаётган назорат схемасида улар бундай устунликка эга бўлишмайди. Бу эса техник-тактик маҳоратни ва ҳар бир ўйинчини гуруҳли ҳужумкор ҳаракатларига кўшган аниқ ҳиссасини янада фарқли равишда баҳолаш имконини беради.

Шуни таъкидлаш жоизки, айрим манбаларда охириги вақтда кўрсатилишича Осиё мамлакатларида гуруҳли тактик ҳаракатларга тааллуқли тадқиқотларга қизиқиш тобора ортиб бормоқда. Эрон . т. жамур Али-дон футбол тактикаси муаммоларига бағишланган, уни таъкидлашга, тўп узатиш-гуруҳли ҳамкор ҳаракатларнинг асосий воситаси ҳисобланади. Ўзаро ҳамкорликдаги ҳаракатлар самарадорлиги нафақат, тўп узатиш усули ва йўналишига, балки тўпни қабул қилиб олиш керак бўлган шерикка ҳам боғлиқ бўлади. Тўпни узатиш ва тўпни қабул қилиб олиш самарадорлигини баҳолаш таклиф этилади. Бизда Олий Лига жамоаларини кузатишлар шуни кўрсатдики, ўйин жараёнида футболчилар 2 тадан 8 тагача узатишлар бажаради. Бунда икки юришли комбинациялар энг катта фоизни ташкил этади –44%, энг кам фоиз (4%) юришли комбинацияда кузатилади. Бироқ, 4 та футболчи иштирокидаги комбинациялар энг самарали бўлди (18%). Стандарт вазиятлардан эса бурчакдан зарба бериш (28%) ва жарима зарбалари (25%) энг самарали бўлди.

М.А.Годик (11) жамоавий ҳужумкор техник-тактик ҳаракатлар самарадорлигини тадқиқ қилиб қуйидагиларни қайд қилишни таклиф этади: жамоа тўпни назорат қила бошлаган зона тартиб рақами; жамоа ўйинчилари тўпни эгаллаб олган ёки ўйинга киритган усул; ҳужум қандай яқунланганини

кўрсатувчи кўрсаткичлар. Чамаси, бундай маълумотлар жамоавий тактик ҳаракатларни баҳолашда қўшимча маълумот сифатида зарур бўлса керак.

Гуруҳли техник-тактик ҳамкор ҳаракатларни баҳолашни юқорида келтирилган мезонлари маълум тарзда уйғунлик даражасини акс эттиради. Шу билан бирга, ушбу ўйин кўрсаткичларига ўйинчиларнинг ўзаро ҳамкорлигидан ташқари, жисмоний ва техник маҳорат даражаси ҳам таъсир этади. Шу боис, бошқа кўрсаткичларни ҳам танлаш мақсадга мувофиқдир. Бундай танловга қўйиладиган асосий талаб шундан иборатки, улар ўйиндаги ҳамфикрлик моҳиятини: ўйинчилар имкониятлари баҳолашдаги ўхшашликни, шерикларни бир-бирларини қандай ҳаракатланишини олдиндан билиш қобилиятини акс эттиришлари керак.

Бу борада, А.С.Асташов, Ю.Ф.Марушкин, С.А.Николаев, А.П.Травина (4) томонидан олиб борилган хоккейдаги кузатув ишлари эътиборга лойиқдир. Улар таклиф этган тизим асосини “кутишни бузиш” тамойили ташкил этади. Унинг моҳияти шундан иборатки, ўйинчилар бир-бири учун кутилмаган ҳаракатларни бажаришлари учун уларнинг ўзаро ҳамкорликда ҳаракатланишдаги мувофиқлик, мосликни йўқолиши қайд этилади. Яъни бу ерда асосий қайд қилинувчи кўрсаткич –ҳамкорликда ҳаракатланишни бузилиши. Иккинчи даражали омиллар таъсирини бартараф этиш учун, улар шериклари ўзаро келишмасдан ҳаракатлари туфайли ҳамкорликдаги хатолик қайд қилишди. Техник камчиликлар сабабли юзага келган хатолик эса қайд қилинмади. Шу тариқа, қуйидаги ўйин лаҳзалари аниқланди. Терма жамоалар фаолияти жаҳон чемпионати давомида кузатиб борилди. Таҳлил натижасида ўйинчилар орасида ҳамфикрлик, ҳамкорлик тартибини тез-тез бузилиши рўй берган ўйин лаҳзалари аниқланди.

Ўйинчилар орасида тушунмовчиликлар кўпроқ кутилмаган узатишларда (39,2% ҳолларда) ва ўйинчиларни жой ўзгартиришда (35,7% ҳолларда) кузатилади. Алдамчи ҳаракатларда (10,7%), эҳтиётлаб туришда (72%) ва шайбани орқада қолдиришда (72%) келишмовчиликлар камроқ учрайди.

**Ўйинчилар орасида тез-тез тушунмовчиликлар келиб чиқадиган
ўйин лаҳзалари**

Ўйин лаҳзалари	Қутилмаган узатиш	Жой ўзгартириш даги хатолар	Алдамчи ҳаракатлар даги хатолар	Эҳтиётлаб туришдаги хато	Шайбани орқада қолдириш
Солиштирма оғирлиги (%да)	39,2	35,7	10,7	7,2	7,2

**Ўйин амплуалари уйғунлигига боғлиқ равишда хатоларнинг фоиз
нисбати**

		Хатолар тури (%да)				
Ўйин амплуалари уйғунлиги	Хатолар сони (умумийга нисбатан %да)	Қутилмаган узатишда	Жойни ўзгартиришда	Чалғитувчи ҳаракатларда	Эҳтиётлаб туришда	Шайбани орқада қолдириш.
Хужумчи ҳимоячи	61	46,5	39,5	11	0	3
Хужумчи ҳимоячи	30	33	40	16	0	11
Хужумчи ҳимоячи	9	0	20	0	80	0

Ўйин амплуасини қандай тарзда бирга қўлланилишида ўйинчилар орасида тушунмовчиликлар келиб чиқишини ҳамда муайян амплуа уйғунлигидаги ҳаракатлар турини аниқлаган ҳолда қуйидаги маълумотлар олинди.

Ўйинчилар орасидаги тушунмовчиликлар “ҳужумкор-ҳимоячи” (61%) ўйин бирикмасида энг кўп учрайди. “Ҳужумкор-ҳужумкор” (30%) бирикмасида 2 баробар кам ва “Ҳимоячи-ҳимоячи” ўйин бирикмасида (9%) жуда кам учрайди. Кўрсатилган ҳар бир ўйин бирикмасига ўйинчилар ҳамкорлигида келишмовчиликлар келиб чиқадиган турли ўйин лаҳзаларига хосдир. Чунончи, “ҳужумчи-ҳимоячи” ва “Ҳужумчи-ҳужумчи” ўйин бирикмалари учун тўп узатишда ва майдонда жой ўзгартиришда юзага келадиган келишмовчиликлар хос; “ҳимоячи-ҳимоячи” ўйин бирикмасида эса келишмовчиликлар, асосан, эҳтиётлаш ҳаракатларида кузатилади.

Юқорида келтирилган маълумотларни умумлаштириш айтиш мумкинки, футболда турли ёш ва тоифадаги спортчиларнинг яқка тартибдаги техник-тактик ҳаракатларини назорат қилишига бағишланган кўплаб тадқиқот ишлари мавжуд. Гуруҳли тактик ҳаракатлар назоратига келсак, улар ҳозирги вақтда жуда камдир. Ваҳоланки, бу кўрсаткичларни самарадорлик даражаси, айниқса юқори малакали жамоаларда ўзига хос аҳамиятга эга.

Бунга сабаб, мусобақа жараёнида футболчиларни ҳамкор ҳаракатларини баҳолашни қайд этиш ва назорат қилиш мушкуллигидир. Шу боис, ўйинни мазкур муҳим таркибий қисмни такомиллаштириш усуллари суст ишлаб чиқилган.

1.4. Психологик-педагогик тайёргарликнинг гуруҳли тактик ҳамкор ҳаракатлар самарадорлигига таъсир этиши

Футболда ҳар хил усулдаги ҳаракатларни такомиллаштиришда психологик тайёргарлик муҳим аҳамиятга эга. Психологик тайёргарликни

спорт фаолияти давомида спортчини тарбиялашнинг узлуксиз жараёни киради. Бу жараён ўз-ўзини назорат қилиш ва ўз ҳаракатларини таҳлил этишга ўрганиш ўз шериклари ва рақибларини баҳолаш, мусобақа ва машғулот қийинчиликларини енгиб ўтиш, чидамли ва бардошли бўлиш қобилиятини ўз ичига олади.

Кўпгина тажрибали мураббий –амалиётчиларни диққатига кўра, футболчини психологик жиҳатдан тайёрламасдан мусобақа ва машғулот фаолияти тўғри ташкил этиш кўл остидаги футболчи шахсини ўрганишга ва спортчиларни бир-бири ҳақидаги билимларни шакллантириш муаммосига қизиқиши жамоани бошқариш самарадорлигини ошириш йўллариини излаш билан тушунтирилади.

Турли спорт турларида (футбол, хоккей, гандбол, баскетбол) гуруҳлар ва жамоалар, гуруҳли динамика гуруҳларни ташкил этишни тадқиқ этишга бағишланган кўплаб ишларда ҳамкор фаолиятини ташкил этиш ва гуруҳни ривожланиш даражасини ўйинчилар орасидаги муносабатларни шаклланишига таъсир этиш кўрсатилган. Ўз вақтида, спортчилар орасида ўзаро муносабатлар ҳам жамоа аъзоларининг жипслашувига таъсир кўрсатади. Бунда социометрик усуллар қўлланилади. Тадқиқотчилар бу усулни танлов мезонларини алоҳида фаолият турларини ўзига хос хусусиятларига мослаштириб, ўзгартиришди.

Таниқли мураббийлар С.И.Банов (18) ва Г.Сёмин (25) футболчиларни тактик вазифалар жамиятларини тузилиши билан боғлиқ фикрлаш жараёнларини, ўйинчиларни ўз шерикларини тактик вазифаларни ечиш усули ва вақти ҳақидаги тасаввурларини тадқиқ этишди. Нафақат, турли вазифаларнинг турли хил вазиятлари, балки, футболчиларни алоҳида элементларини ва яхлит тактик вазифаларни бажариш вақти ҳақидаги тасаввурлари қайд қилинди.

Юқорида кўрсатилган ишлар таҳлили юқори малакали футболчиларни ҳамкор ҳаракатлари талабларига мос равишда мулоқот психологиясини такомиллаштириш учун аниқ тавсиялар ва кўрсатмалар берилган.

А.С.Асташев, Ю.Ф.Марушкин, С.А.Николаев, А.Б.Травина (4), Е.С.Жариков, А.С.Шигаев (14) гуруҳли фаолият самарадорлигини тадқиқ этишда ўйиндаги ҳамкорлик, ўзаро келишиб ишлаш моҳиятини акс эттирувчи омилларни қўллашди: шериклар томонидан ўйин вазиятини баҳолашдаги ўхшашлик; шерикларни бир-бирининг ҳаракатларини олдиндан айтиб бериш. Улар эксперт баҳолар тизимини ишлаб чиқдилар. Бу ерда 5 хил омил фарқланади: 1.Жисмоний кондиция. 2.Техника (техник усулларни ўз вақтида ва аниқ бажариш). 3.Тактика (тактик усулларни, шу жумладан, шайбасиз ҳаракатланишни, ўз вақтида ва аниқ бажариш). 4.Иродавий хислатлар (уларни ўйинда намоён бўлиши). 5)Фаолият самарадорлиги (муайян самарага олиб келувчи ҳаракатларда иштирок этиш; дарвозани ишғол қилиш, дарвозага тўп тепиш ва ҳоказо. Экспертлар ўйинчиларни 5 та параметрнинг ҳар бири бўйича 10 балли тизим асосида баҳолашди. Муайян ўйинчини муайян вазиятда бажарган мукаммал ҳаракати мезон сифатида қабул қилинди.

II-БОБ. ТАДҚИҚОТЛАР МАҚСАДИ, ВАЗИФАЛАРИ,УСУЛЛАРИ ВА ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ

2.1. Тадқикотнинг мақсади ва вазифалари

Тадақикотнинг мақсади малакали футболчиларнинг жамоадаги хужум ҳаракатларини тадақик қилиш.

Иш жараёнида қуйидаги вазифалар ҳал қилинди:

1. Ўқув адабиётлари ва республикамизнинг меъёрий ҳужжатларини ўрганиш
2. Футболчиларнинг мусобакавий фаолияти тузилишини ўрганиб чиқиш.
3. Футболчиларнинг ТТХни кўр аткичларнинг модели аҳамиятини аниқлаш.
4. Футболчиларнинг ТТХни тқомиллаштиришга йўналтирилган самарали воситаларни ишлаб чиқиш ва тадақикот ёрдамида асослаб бериш.

2.2. Илмий – услубий адабиётларни ўрганиш ва таҳлил қилиш

Ушбу услуб диссертациянинг ҳамма вазифаларини ҳал этиш учун фойдланилди ва тадақикот вазифаларни танлашда ҳамда олинган натижаларни муҳокама этишда асосий услуб бўлиб хизмат қилди.

Адабиётларни таҳлил қилиш жараёнида малакали футболчиларнинг жамоадаги хужум ҳаракатларини хусусиятлари ўрганилди.

Мазкур услуб тадақикотнинг ишчи фаразини олдинга суришга имкон туғдирди ва баъзи назорат ҳулосаларни чиқаришга ёрдам берди.

2.3. Педагогик кузатишлар ва назорат тестлари

Тадақикотлар жараёнида текширувчиларнинг умумий жисмоний тайёргарлик даражасини баҳолаш мақсадида турли назорат машқлари қўлланилди.

Жисмоний ривожланиши, умумий ва махсус куч даражасини баҳолаш ҳамда аниклаш учун тестлардан фойдаланилди.

Тажриба ўтказиш мобайнида талабаларнинг жисмоний ривожланиши, жисмоний тайёргарлиги, ҳар кунги машқларни ўзлаштиришига қараб ёндашилди.

2.4. Тажрибани ташкил қилиш

Дастлабки тажрибанинг биринчи боскичида (2010 йилнинг март ойигача) адабиётларни таҳлил қилиш ва илғор амалий тажрибани умумлаштириш асосида масаланинг ахволи ўрганилди. “Локомотив” ва “Пахтакор” жамоалари футболчиларининг жамоадаги ҳужум ҳаракатлари таҳлили қилинди.

Маълумотлар қуйидагича талкин этилди. жамоа мураббийлари, ҳозирги вақтда футболчилар жисмоний хислатлари ва функционал имкониятларни такомиллаштириш.

2.5. Математик статистик услублар

Тадқиқот натижалари статистик усул билан ишлаб чиқилди. унда ўқувчиларнинг ёши ва субмаксимал зона бўйича кўрсатган кўрсаткичлари ҳисобланди, шунингдек статистик фаразлар (Стьюдент t –мезони бўйича) ўрта арифметик қиймат текширилди.

Олинган маълумотларнинг ишончлилигини аниклаш мақсадида статистик фаразлар (Стьюдент t –мезони бўйича) текширилди.

Тадқиқот асосида қуйидагича хулосалар чиқарилди:

- ўйинчини жамоага киритишда (қабул қилишда) унинг ҳаракатлари услуби ва модели ўзгармаслиги керак;
- бўғиндаги шериклар ўйин вазиятларини бир хилда тушунишлари керак. Бўғинни ҳамфикр ўйинчилардан тузиш лозим.

Агар санаб ўтилган белгилар бўйича ўйинчиларни бир бўғинга тўплаш имкони бўлмаса, шериклардан бири ўзини ўйин услубини бутун жамоа манфаати йўлида ўзгаришига (вақтинчалик бўлса ҳам) қодир бўлиши керак. Бундай ҳоларда мураббий шуни ёдда тутиши керакки, ҳар қандай спортни ҳам ўз ўйин услубини самарадорликка зарар етказмаган ҳолда ўзгартиришга қодир эмас. Ўйинчи ижодий имкониятларини кенг кўламда намоён бўлиши учун унинг ўзига ҳослиги, индивидуаллигини сақлаб қолиш лозим.

Т.С.Миронова (20) гандболдаги асосий ва захирадаги ўйинчиларнинг шахслараро муносабатларни идрок этиш қобилиятини ўрганди. Тадқиқотлар олий лигасини 12 та эркак жамоаларида ўтказилди. Ўйинчиларни бир-бири ҳақидаги билимлари мазмуни шаҳарлараро муносабатларни идрок этиш услубияти ёрдамида қайд этилди.

Чемпионат натижаларига кўра, 12 жамоадан 4 та самарали (58 та одам) ва 4 та самарасиз (53 та одам) жамоа ажратилди. Самарали жамоаларда асосий ўйинчилар юксак иш фаолиятига эга асосий таркибини нуфузи жуда баланд ва айрим ҳолларда мураббийлар томонидан сунъий равишда, юқори баҳоланади, бу эса захирадаги ўйинчиларнинг эмоционал ҳолатига салбий таъсир кўрсатади.

Самарасиз жамоаларда асосий таркиб ҳеч қандай нуфузга эга эмас, чунки улар ўзларидан қутилган натижаларга эриша олмайдилар. Бундай жамоаларда, низом муносабатлар, асосан, асосий таркиб ўйинчилари орасида юзага келади; эмоционал марказ эса захира ўйинчилари томон силжийди.

И.Безак, И.Мацак (7) тахистоскопия усулини кўплаб, футболчиларни чекланган вақт оралиғи ичида муайян тактик вазиятларда қарор қабул қилиш қобилиятларини текширишди. Дарвоза ёнида 4 хил турли схематик вазиятлар юзага келтирилди. Экспозиция 1,5 сек. давом этди. Таклиф этилган вазиятда қарор қабул қилиш учун текширилаётган футболчилар 4 та имкониятдан бирини танлаш мумкин эди;

А-дарвозага зарба бериш;

Б-дарвоза томон ҳаракатланиш ва унга зарба бериш;

В-ўз шеригига чапга узатиш;

Г-ўз шеригига ўнгга узатиш.

Унумдорлик ва вазиятни тактик жаҳатдан эгаллаш нуқтаи назаридан, юқорида келтирилган А,Б,В,Г альтернатив усуллари муайян балларда баҳоланди. Ҳар бир вазият учун 10 балл белгиланди.

Таклиф этилган услубиётни схематик тактик вазиятларни ҳал этиш ва тўғри баҳолаш ҳамда спортчиларни психологик нуқтаи назаридан танлаш учун; шунингдек, алоҳида ўйинчилар учун машқ қилиш жараёнини ўзига хос йўналишини ишлаб чиқиш, ўйинчилар билан яқиндан танишиш учун ҳамда футбол матчи вақтида ўйинчилар орасида тактик вазифаларни тақсимлашда қўллаш мақсадга мувофиқ.

Мазкур бўлимда келтирилган маълумотлардан кўриниб турибдики, спортда жамоанинг ижтимоий психологик тузилиши муҳим аҳамиятга эга. Сўнгги йилларда спортчи тайёргарлигини шу томонини ўрганишга катта эътибор берилмоқда. Бунда тадқиқотчилар ҳар бири муайян ҳолда ўзларини қизиқтирган саволларни баҳолаш учун турли хил усуллари қўллайдилар.

Спорт ўйинчиларида ва айниқса, футболда мусобақа фаолияти – жараёнида жамоа аъзоларини ўзаро ҳамкорликда, келишилган ҳолда ўйин олиб бориш муаммоси муҳим ўрин эгаллайди. Жамоани мувоффақиятли равишда бошқариш учун мураббий ўйинчилар орасидаги мавжуд муносабатлар табиати ҳақида тўла тасаввурга эга бўлиши керак. Футболчилар фаолиятини ва ҳуқ атворини бевосита кузатиш давомида мураббий ўйинчилар орасидаги муносабатлар ҳақида кўпроқ маълумот олиш мумкин. Бироқ, гуруҳдаги муносабатларни аниқ ва миқдорий жиҳатдан баҳолаш имконини берувчи энг самарали усул –бу социометрик усул бўлиб, у спорт педагогикасида кенг қўлланилади.

III. БОБ. ЯККА ТАРТИБДАГИ ТАЙЁРГАРЛИК ТУЗИЛИШИ ВА ГУРУХЛИ ХУЖУМКОР ҲАРАКАТЛАР ДАРАЖАСИНИ БАҲОЛАШ

Илмий-услубий адабиётлар тахлили шуни курсатадики, ҳозирги замон футболнинг ривожланиш боскичида жамоавий тактик ҳаракатлар даражаси, айниқса олий лига жамоаларида, биринчи даражали аҳамиятга эга. Жамоали тактик ҳаракатлар сифати спортчиларни жисмоний, техник, маънавий-иродавий тайёргарлиги, якка тартибдаги ва гуруҳли ҳамкор ҳаракатларни оқилона тарзда унлаштиришга асосланади.

Ҳамкор ҳаракатларни муваффақиятли бажарилиши ўйинчиларни майдонда мақсадга мувофиқ ҳолда силжиши ва тўп узатишлар самарадорлигига жамоанинг ҳам мудофаа, ҳам ҳужумкор ҳаракатларида қўп футболчиларни иштирок этишига боғлиқ бўлади. Бунга ярим ҳимоя ва ҳимоя чизиғидаги ўйинчиларни қўпайтириш ёрдам беради.

Гуруҳли ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги жамоадаги ижтимоий-психологик муҳит билан ҳам белгиланади. Жамоадаги барча муносабатлар ҳамкорликдаги ўқув-машқ ва ўйин фаолияти амалга ошадиган муҳитда намоён бўлади. Гуруҳли тактик ҳаракатларни нақадар аҳамиятли бўлишига қарамай, бу муаммога бағишланган тадқиқот ишлари жуда кам. Бунинг бош сабаби, фикримизча, уни қайд қилиш ва баҳолашни мушкуллигидир. Натижада футболда жамоани тактик тайёргарлигини муҳим таркибий қисми бўлмиш жамоавий тактик ҳаракатларни такомиллаштириш бўйича услубий адабиётлар ишлаб чиқилмоқда. Шундай қилиб, энг аввало, малакали футболчиларни гуруҳли тактик ҳаракатларни тузилишини аниқлаш: жаҳондаги ва Ўзбекистондаги энг кучли жамоаларнинг мусобақа фаолиятини диагностик таҳлил қилиш керак. Солиштирма таҳлил мусобақа фаолияти курсаткичларнинг мезоний аҳамиятини аниқлаш имконини беради. Ўйинчилар тайёргарлиги тизилишининг омиллари ва гуруҳли ҳамкор

ҳаракатларни аниқлаш гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришнинг махсус воситаларига бўлган талабларни белгилашга ёрдам беради.

Шундай қилиб, махсус адабиёт таҳлили қуйидаги мақсадни ифода қилишга замин яратади:

-футболчиларни гуруҳли техник-тактик ҳаракатларини такомиллаштиришда самарадорли воситаларни ишланмаси.

Қўйилган мақсадни ҳал қилиш учун қуйидаги вазифаларни енгил лозим:

1.Футболчиларнинг мусобақавий фаолияти тузилишини ўрганиб чиқиш.

2.Футболчиларнинг ТТХ ни кўрсаткичларнинг модели аҳамиятини аниқлаш.

3.Футболчиларнинг ТТХ ни такомиллаштиришга йўналтирилган самарали воситаларни ишлаб чиқиш ва тадқиқот ёрдамида асослаб бериш.

3.1. Малакали футболчилар мусобақа фаолияти тузилишини диагностик таҳлили

Футболда, бошқа спорт турларидаги каби, мусобақа фаолиятини (МФ) ўрганишга катта эътибор берилади. Бироқ, афсуски, кўп саволлар, жумладан, 2 гуруҳли тактик ҳаракатларни спортчилар шахсий маҳоратини юқори даражаси билан биргаликда такомиллаштириш муаммоси ҳам ўз ечимини кутмоқда.

Мусобақаларда (футбол матчларида) футболчилар (ёки жамоа) фаолиятини кузатиш жараёнида жамоанинг ижобий ва салбий томони қайд қилинади ва самарадорлик, ҳажм хилма-хилликни белгиловчи мезонлар аниқланади. Келгусида, мусобақа фаолиятини назорат қилиш давомида мусобақада футболчилар юкламаларини тайёргарлик қисмидаги ҳажми ва тақсимланишини ҳисобга олиш ҳамда уларни спортчи ва жамоани тайёргарлик даражасига таъсир этишни баҳолаш керак.Футболда

ўйинчилар фаолиятини назорат қилиш ва уларнинг камчилик ва тукларини таҳлил қилиб қилиб бориш энг муҳим воситалардан бири ҳисобланади.

Мусобақа фаолияти кўрсаткичлари педагогик кузатишлар ёрдамида қайд қилинади. Булар қуйидагилар: техник-тактик ҳаракатлар самарадорлиги, фаоллиги, турли туманлиги ва ҳажми; оёқ ва бош билан бажарилган узатишлар сони дарвозага зарба бериш; ҳимоядан ҳужумга ўтиш вақти, яъни қарши ҳужум ўтишнинг ижобий ва салбий томони таҳлил қилиниб борилади.

Таҷриба шуни кўрсатадики, футболчилар тайёргарлигини бошқариш жараёнидан биринчи навбатда, кучли жамоалар, кучли спортчилар таҷрибасига таяниш керак. Шундай футболчи ва жамоалар иштирокидаги ўйинлар вақтида аниқланган мусобақа фаолияти кўрсаткичлари спортчилар тайёргарлигини бошқаришда мезон вазифасини ўтайди.

Махсус адабиётлар таҳлили кўрсатишига, юксак маҳоратли жамоаларни беллашув фаолиятини тадқиқ этишга футболда етарлича эътибор берилади.

5-жадвалда футбол бўйича охириги жаҳон чемпионатида Бразилия терма жамоаси ва 1988 йилги Олимпиада чемпиони Собиқ Иттифоқ терма жамоаси бажарган техник усуллар сони ва сифатининг ўртача қийматлари келтирилган.

Беш қарра жаҳон чемпиони бўлган Бразилия терма жамоасини беллашув фаолияти кўрсаткичлари бошқа футбол жамоалари учун эталон вазифасини ўтайди.

5-жадвалдаги маълумотлар таҳлили шуни кўрсатиб турибдики, Собиқ Иттифоқ терма жамоаси мусобақа фаолиятининг баъзи кўрсаткичлари, масалан, тўпни тортиб олиш, дарвозага зарба бериш кўрсаткичлари қийматлари Бразилия жамоасиникидан устундир. Бунда шуни ҳисобга олиш керакки, жаҳон мусобақаларининг (футбол бўйича жаҳон чемпионатлари) аҳамияти ва нуфузи Олимпиада матчлари даражасидан юқоридир. Шунинг

**Охирги жаҳон чемпионатида Бразилия терма жамоасини ва 1988
йилги Олимпиада чемпиони Собиқ Иттифоқ терма жамоасининг
мусобақа фаолияти кўрсаткичлари**

№	Кўрсаткичлар	Аниқ	Аниқ эмас	Самарадорлик
1	Тўпни майдон кўндалангига ва орқага қисқа ва ўрта узатишлар	110 140	6 -	0,94 1,0
2	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар.	200 206	24 24	0,89 0,90
3	Узун узатишлар.	45 40	36 24	0,55 0,63
4	Тўп суриш.	50 80	0 0	1,0 1,0
5	Четлаб ўтиш.	60 30	24 6	0,71 0,83
6	Тўпни тортиб олиш.	80 20	44 24	0,64 0,45
7	Тўпни эгаллаш.	110 50	18 0	0,86 1,0
8	Бош билан уриш (зарба бериш).	30 12	19 6	0,61 0,67
9	Дарвозага зарба бериш.	25 17	14 8	0,64 0,61
10	Техник-тактик ҳаракатларнинг умумий кўрсаткичлари.	710 613	185 92	0,79 0,87

Изоҳ: юқори сатрда –Собиқ Иттифоқ терма жамоаси кўрсаткичлари.

Пастки сатрда –Бразилия терма жамоаси кўрсаткичлари.

учун, мусобақа фаолияти кўрсаткичлари қийматларини аниқлашда мусобақалар савиясини ҳам ҳисобга олиш лозим.

Бироқ, бошқа кўрсаткичлар бўйича техник ҳаракатлар самарадорлиги жаҳон чемпионларида юқори. Айниқса, координацион жиҳатдан мураккаб бўлган техник усулларда, масалан, турли йўналишларда, қисқа ва ўртача узатишлар, узун узатишлар рақибни четлаб ўтиш, тўпни эгаллаб олиш, шунингдек, шу усулларнинг умумий кўрсаткичлардаги тафоввут каттадир.

Гуруҳли тактик ҳаракатлар (ГТХ) сифатида боғлиқ бўлган тўп узатишни барча турлари сони ва самарадорлиги жаҳон чемпионларида юқори бўлганига эътиборни қаратиш керак. Бу эса футбол мутахассисларининг тўп узатишлар ГТХни бажаришда муҳим омил эканлиги ҳақидаги фикрларини ҳам тасдиқлайди. Жаҳондаги етакчи футбол жамоалари мусобақа фаолиятини тадқиқ этиш борасида 1994 йилдан 1999 йилгача олиб борилган ишлар “кучли спортчилар модели” учун мусобақа фаолияти кўрсаткичлари қийматини белгилашга имкон беради.

Франция, Голландия, Италия, Олмония терма жамоалари иштирок этган жаҳон чемпионатларидаги матчлар видеограммалари ва киносуратлари таҳлил этилди, ҳаммаси бўлиб, 32 матч таҳлил этилди.

Ушбу кўрсаткичлар қийматлари 6-жадвалда кўрсатилган. Кейинги босқичда биз Ўзбекистон Республикаси жамоалари (1996-2000й), футбол бўйича Ўзбекистон чемпионати иштирокчилари, ғолиблари ва совриндорлари мусобақа фаолиятини таҳлил қилдик. Ҳаммаси бўлиб, 40 дан зиёд матчлар тадқиқ этилди.

6-жадвал таҳлили шуни кўрсатдики, жаҳон чемпионатида иштирок этган жамоаларда техник усуллар ҳажми ва самарадорлиги Ўзбекистон чемпионати совриндорларига қараганда анча юқори бўлди. Терма жамоаларда ҳаракатларни умумий кўрсаткичларини (773) ярмини тўпни турли усулларда узатиш (425) ташкил этади (55%).

**Эталон (намунавий) ва 1996-2005 йилдаги Ўзбекистон
совриндорлари мусобақа фаолияти кўрсаткичларининг қийматлари**

№	Мусобақа фаолияти кўрсаткичлари	Микдори	Самарадорлик
1	Тўпни майдон кўндалангига ва орқага қиска ва ўрта узатишлар	115±6,4	0,95±0,05
		85±7,4	0,92±0,07
2	Олдинга қиска ва ўрта узатишлар	220±8,4	0,92±0,03
		155±12	0,86±0,1
3	Узун узатишлар	50±7,2	0,63±0,09
		25±6,0	0,49±0,08
4	Тўп суриш	55±6,4	1,0±0,01
		69±6,0	0,9±0,98
5	Рақибни четлаб ўтиш	65±8,2	0,76±0,09
		64±8,0	0,66±0,96
6	Тўпни тортиб олиш	85±9,6	0,69±0,08
		57±6,0	0,52±0,07
7	Тўпни эгаллаш	115±12,8	0,91±0,001
		95±9,0	0,82±0,08
8	Бош билан уриш (зарба бериш)	40±6,2	0,62±0,09
		16±4,0	0,68±0,10
9	Дарвозага зарба бериш	28±8	0,57±0,16
		15±4,0	0,60±0,16
10	Умумий кўрсаткичлар	773±81	0,82±0,08
		581±69	0,72±0,08

Изоҳ: юқори сатр – “Эталон” кўрсаткичлар.

Паст кўрсаткичлар – Ўзбекистон совриндорларининг кўрсаткичлари
($P \leq 0,01$) $X \pm \delta n$).

Ўзбекистон жамоаларида эса техник усуллар умумий кўрсаткичларнинг нисбатан кичик ҳажми 581 дан атига 281 ҳаракат тўп узатишларига тўғри келади, бу эса 48%ни ташкил этади. Айниқса, узун узатишлар самарадорлиги кўрсаткичи бўйича тафовут каттадир: 63% терма жамоаларда ва 49% Ўзбекистон совриндорларида: тўпни олиб қўйишда эса тегишли равишда 69% ва 52%. Ушбу техник усуллар ГТХ нинг асосий таркибий қисмидир.

Шу тариқа, қуйидагиларни хулоса қилиб айтиш мумкинки, биринчидан, малакали футболчилар мусобақа фаолиятини (МФ) диагностик таҳлили ҳар қандай даражадаги мусобақалар учун МФ кўрсаткичларнинг “эталон” ва жорий қийматларини белгилаш имконини беради; иккинчидан, юқори тоифадаги жамоаларда ўйинлар жараёнида ГТХни асосий усуллари (йўналиши ва масофа бўйича турлича тўп узатишлар, тўпни тортиб олиш, рақибни четлаб ўтиш) ҳажми ва самарадорлиги анча юқори.

Қуйидаги жиҳатдаги энг кучли футбол жамоалари ва Ўзбекистон чемпионати ғолиблари ва совриндорларининг жамоавий ҳужумкор ҳаракатларини қиёсий таҳлили акс эттирилган. (7-жадвал).

Гуруҳли ҳужумкор ҳаракатларни қиёсий таҳлили шуни кўрсатдики, 4,5,6 ва 7 та ўйинчи иштирокидаги комбинацион ҳаракатлар сони жаҳоннинг кучли жамоаларида кўп, Ўзбекистон жамоаларида эса камдир. Масалан, Ўзбекистон жамоаларида оддий 2 юришли комбинациялар барча ҳужумларнинг қарийб ярмини ташкил этади (46,2%). Жаҳон терма жамоаларида бу кўрсаткич 13,2%га тенг. 3 юришли комбинацияларда тафовут катта эмас: тегишли равишда 26,2% ва 29,6%.

Шу билан бир вақтда, 4,5,6,7 юришли комбинациялар умумий фоизи терма жамоаларда 47,3% ўзбек жамоаларида –27,7%ни ташкил этади. Бирорта ҳам 8 карра юришли комбинациялар учрамади.

Шунга эътиборни қаратиш лозимки, гуруҳли ҳужумкор ҳаракатларда

**Жаҳон терма жамоалари ва Ўзбекистон чемпионати
совриндорларининг гуруҳли хужумкор ҳаракатларини қиёсий таҳлили**

Комбинацияларда иштирок этувчи ўйинчилар сони		2	3	4	5	6	7	8	Жами
Терма жамоалар	Комбинациялар сони	24±6	54±4	36±8	20±6	18±4	12±6	6±2	182±5
	Фоизларда	13,2	29,6	19,8	11	9,9	6,6	3,3	100
Ўзбекистон Республикаси жамоалари.	Комбинациялар сони	60±8	34±6	20±4	8±3	6±2	2±1	-	1306
	Фоизларда	46,2	26,2	15,4	6,2	4,6	1,5	-	100

Изоҳ: ($P \leq 0,01$) $X \pm \delta n$).

кўпроқ ўйинчиларни ва оптимал сондаги узатишларни қўллайдиган жамоалар яхши натижаларга эришадилар.

Уларнинг ўйин ҳаракатлари оқилона тарзда бажарилиши ва юқори даражада томошабоплиги билан ажралиб туради. Бу эса футболда ўзига хос аҳамиятга эгадир.

Юқорида келтирилган маълумотларни умумлаштириб, шуни айтиш мумкинки, малакали футболчилар мусобақа фаолиятининг диагностик таҳлили футболчиларни гуруҳли хужумкор ҳаракатларини такомиллаштириш учун шароит яратади.

Жамоа малакаси қанчалик юқори бўлса, 4,5,6 юришли комбинациялар солиштира оғирлиги ва кўп ўйинчилар иштирок этиш эҳтимоллиги шунчалик катта бўлади. Бу ҳужумлар энг самарали ҳисобланади. Бундай ўйин структураси муфассал жисмоний ва техник тайёргарлик, ўйин ҳаракатларидаги ҳамжиҳатликни талаб этади.

3.2. Якка тартибдаги тайёргарлик ва гуруҳли ҳужумкор ҳаракатлар даражасини баҳолаш

Футболчилар ва тегишли жамоалар истиқболлиги спортчилар ҳаракат куввати динамикаси, техник-тактик тайёргарлик, гуруҳли тактик ҳаракатлар даражасини баҳолаш асосида аниқланади.

Малакали футболчиларни тайёрлаш жараёнида уларни тайёргарлиги кўрсаткичларининг аниқ қийматлари, уларни ўзаро боғлиқлик ва бир бирига таъсир кўрсатиш даражасини билиш керак.

Буларни баҳолаш учун биз ўнлаб турли кўрсаткич ва тестларни танлаб олдик.

Уларнинг барчаси “тест-кулеа” тизими бўйича барқарорликка текширилди.

8-жадвалда танланган тестларнинг барқарорлик (стабиллик) коэффицентлари келтирилган. Кўриниб турибдики, барқарорлик коэффиценти турлича. Бунга сабаб; 1) бундай тестлар стандарт шароитларда қўлланилади; 2) қўлланилган ўлчов тизимларининг аниқлиги ва ишончлилиги.

Мусобақа шароитларида қўлланган тестлар кичик барқарорлик коэффицентига эга. Тўпни майдон бўйлаб юқоридан ва пастдан аниқ узатишлар, тўп билан ҳаракатланиш каби мураккаб бўлмаган техник усулларда бу коэффицент қийматлари катта бўлади. Узун узатишлар, тўпни айлантириб узатиш, тўпни олиб қўйиш, бош билан зарба бериш, дарвозага

**Футболчилар тайёргарлигининг турли томонларини баҳоловчи
тестларни барқарорлик коэффицентлари қийматлари**

№	Тест номланиши		Барқарорлик коэффиценти
1	Югуриш, 30 м (с)		0,912
2	5 карра сакраш (м).		0,846
3	3000 мга югуриш (мин)		0,922
4	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар (сони)		0,776
5	Самарадорлик		0,758
6	Тўпни майдон кўндалангига ва орқага қисқа ва ўрта узатишлар		0,816
7	Самарадорлиги		0,830
8	Узун узатишлар (сони).		0,822
9	Узун узатишлар самарадорлиги.		0,710
10	Тўп суриш (сони).		0,916
11	Тўп суриш самарадорлиги.		0,910
12	Тўпни тортиб олиш (сони).		0,736
13	Самарадорлиги		0,715
14	Рақибни четлаб ўтиш.		0,750
15	Четлаб ўтиш самарадорлиги.		0,730
16	Бош билан зарба бериш (сони).		0,780
17	Бош билан зарба бериш самарадорлиги.		0,740
18	Дарвозага зарба бериш (сони).		0,720
19	Дарвозага зарба бериш самарадорлиги.		0,780
	Жамоавий ҳамкор ҳаракатлар	Бажарилган узатишлар (сони).	0,814
		қабул қилинган узатишлар (сони).	0,824
		Ҳамкор ҳаракатларнинг умумий сони.	0,818
		Тўп узатишдаги ҳаракатлар самарадорлиги.	0,814
		Тўпни қабул қилиб олишда ҳаракатлар самарадорлиги.	0,824

хар хил усулда бериш, жамоавий ҳамкор ҳаракатлар каби мураккаб техник усулларда барқарорликни таъминлаш мақсадга мувофиқдир.

Умуман олганда, ўйин шароитидаги барқарорликнинг кичик коэффиценти мусобақа вазиятлари ва шароитларининг ностандартлиги билан тушунтирилади. Ҳар бир матчда спортчилар маҳорат ва ўйин услуби жиҳатидан турлича бўлган рақибларга қарши ҳар хил иқлим шароитида ҳаракатланишига тўғри келади. Бироқ, Л.Р.Айропетьянц (1), И.А.Алешков, А.М.Невмянов (8), О.П.Базилевич, Г.М.Гаджиев (6), М.А.Годик (11) маълумотларига кўра, бундай тестлар ёрдамида кўп маълумот олиш мумкин.

Мазкур тестлар ёрдамида 1-лиганинг 2 футбол жамоалари "Кимёгар" жамоаси ва 2000 йил Ўзбекистон чемпионати ғолиби "Дўстлик" жамоаларининг жисмоний тайёргарлиги, яқка тартибдаги тактик ҳаракатлар ва гуруҳли ҳамкор ҳаракатлар кўрсаткичлари баҳоланди.

"Локомотив" ва "Пахтакор" жамоалари футболчиларининг тайёргарлик кўрсаткичлари ўртача қийматларини қиёсий таҳлили 9-жадвалда кўрсатилган.

Жадвалдан кўриниб турибдики, "Локомотив" жамоаси футболчилари барча кўрсаткичлар бўйича "Пахтакор" футболчиларидан ўзиб кетган. (I-лига). Агар умумий ва махсус жисмоний тайёргарликни (30 м га тўп билан югуриш, 5 карра сакраш, югуриш 7х50, 3000 м га югуриш) таърифловчи кўрсаткичлар бўйича тафовут деярли кам бўлса, шахсий тактик ҳаракатлар кўрсаткичлари бўйича тафовут катта; гуруҳли ҳамкор ҳаракатлар бўйича фарқ янада катта бўлади ва 35-40% га етди.

Бу маълумотларни қуйидагича талқин этиш мумкин. Жамоа мураббийлари, ҳозирги вақтда, футболчилар жисмоний хислатлари ва функционал имкониятларни такомиллаштириш борасида етарлича тажриба ва билимга эга бўлишди. Чунки, 1)мазкур муаммо бўйича барча ёш гуруҳлари ва тоифлар учун етарлича илмий адабиётлар мавжуд ; 2)мазкур

тайёргарлик компоненти якка тартибдаги ва гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш каби мураккаб ва мушкул эмас.

Тактик ҳаракат қанчалик мураккаб бўлса, унга шунча кўп эътибор қаратиш лозим. 9-жадвалда кўриниб турганидек, мураккаб координацион ҳаракатларда жамоа ичидаги тафовутларнинг энг катта фоизи иккала жамоада кузатилади. Бироқ, “Академия” жамоасида у анча каттадир.

Масалан, тўпни тортиб олиш сони кўрсаткичи бўйича 1- лига жамоасида $V=58,2\%$, олийлигада $V=25,9\%$. Унинг самарадорлиги тегишли равишда $33,6\%$ ва $15,6\%$ ни ташкил этади. Рақибни четлаб ўтишлар сони $60,0\%$ ва $24,4\%$. Бош билан тўп узатиш $64,0\%$ ва $21,2\%$. Дарвозага зарба бериш самарадорлиги 1-лига жамоасида $V=102\%$.

“Локомотив” жамоасини–гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш бўйича биз ишлаб чиққан услубиётни асослаш мақсадида ўтказиладиган педагогик тадқиқотлар иштирок этишини ҳисобга олган ҳолда, мазкур жамоа футболчиларини индивидуал тайёргарлиги ва гуруҳли ҳаракатлар тузилишини ўрганиш ишларини биз тадқиқотнинг “бирламчи” текширувлари гуруҳига киритдик.

“Кимёгар” футболчиларни машқ қилиш жараёнида биз ишлаб чиққан ва гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришга қаратилган махсус машқ дастурини қўллагандан сўнг футболчилар тайёргарлиги тузилиши ва гуруҳли ҳамкор ҳаракатларни "иккиламчи" текширув ўтказилади.

Бирламчи ва иккиламчи текширувлар давомида аниқланган тайёргарлик кўрсаткичларини қиёсий таҳлили педагогик тадқиқ самарадорлигини акс эттиради.

**“Кимёгар” жамоаси футболчилари ва Ўзбекистон Республикаси совриндорлари тайёргарлиги
кўрсаткичларининг ўртача қийматлари ва статистик хусусиятларини қиёсий таҳлили**

№	Кўрсаткич номланиши	“Академия”				Ўзбекистон совриндорлари			
		X	δ_n	V (%)	S X	X	δ_n	V (%)	S X
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Югуриш, 30 М (с).	4,294	0,12	2,8	0,03	4,238	0,1	2,4	0,025
2.	5 карра сакраш (м).	12,89	0,69	5,4	0,72	13,01	0,33	2,54	0,083
3	Югуриш 7ч50м (с).	63,93	1,79	2,8	0,61	60,48	1,13	1,87	0,28
4	3000 м.га югуриш (м).	11,24	0,08	0,71	0,02	11,17	0,19	1,7	0,047
5	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар (сони)	121	39,4	32,6	11,38	155	20,3	13,1	5,9
6	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар самарадор.	0,68	0,1	14	0,25	0,86	0,085	9,9	0,02
7	Орқага қисқа ва ўрта узатишлар (сони).	92	24,38	26,5	7,0	85	13,4	15,8	3,8
8	Орқага қисқа ва ўрта узатишлар.	0,89	0,16	18,4	0,05	0,92	0,059	6,4	0,017
9	Узун узатишлар (сони).	34	10,6	31,2	3,0	25	4,55	18,2	1,3
10	Узун узатишлар самарадорлиги	0,28	0,056	20,1	0,016	0,49	0,055	11,4	0,016
11	Узатишларнинг умумий сони.	247	46,2	18,7	13,3	281	33,4	11,9	9,7
12	Самарадорлик.	0,61	0,09	14,4	0,02	0,73	0,048	6,6	0,01
13	Тўп суриш (сони)	76	1,6	33,3	0,41	69	1,5	22,7	0,4

1	2		3	4	5	6	7	8	9	10
14	Тўп суриш самарадорлиги.		0,92	0,19	20,4	0,05	0,98	0,099	10,2	0,02
15	Тўпни олиб қўйиш ва эгаллаш (сони)		114	66,3	58,2	19,2	57	14,7	25,9	4,2
16	Самарадорлиги		0,44	0,15	33,6	0,04	0,52	0,08	15,6	0,02
17	Рақибни четлаб ўтиш (сони).		56	33,6	60	9,7	64	15,6	24,4	4,5
18	Четлаб ўтиш самарадорлиги.		0,60	0,09	14,3	0,02	0,66	0,12	17,6	0,03
19	Бош билан тўп узатиш (сони).		21	17,9	64	5,2	16	3,4	21,2	0,98
20	Бош билан тўп узатиш самарадорлиги		0,54	0,11	20,7	0,03	0,65	0,14	21,5	0,035
21	Дарвозага зарба бериш (сони).		11	4,4	40,4	1,3	15	4,4	29,5	1,3
22	Самарадорлиги.		0,52	0,282	102	0,11	0,60	0,09	13,2	0,02
23	Жами ўйин давомида.		525	155	29,5	44,8	581	68	11,7	19,6
24	Самарадорлиги.		0,60	0,06	10,0	0,01	0,72	0,05	6,8	0,01
25	Турухли тактик ҳаракатлар.	Бажарилган узатишлар.	247	46,2	18,7	13,3	281	33,4	11,9	9,7
26		қабул қилиб олинган узатишлар	151	34,5	22,9	9,9	205	20,1	9,8	5,8
27		Ҳамкор ҳарактлари умумий сони	398	79,9	20,1	23,1	486	43,7	8,9	12,5
28		Тўп узатишдаги ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги.	0,61	0,04	7,16	0,012	0,73	0,048	6,6	0,01

Изоҳ: X -кўрсаткичининг ўртача арифметик қиймати, δ -ўртача квадратик оғиш, $V(\%)$ -вариация коэффиценти, SX -ўртача арифметик қийматнинг стандарт хатоси

3.3. Юкламалар тузилиши ва гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда машқ жараёнини ташкил этиш хусусиятлари

Футболда жамоавий тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда жисмоний юкламалар ўлчамларини меъёрини мураккаблигини ҳисобга олиш керак. Бунда юкламалар ўлчамлари мусобақа фаолиятини таҳлил қилишда аниқланган даражаларга мос келиши лозим.

Жамоавий тактик ҳаракатларни такомиллаштириш давомида ҳар бир машғулот, кун ва микроцикл учун аниқ мақсадни белгилаш мақсадга мувофиқдир. Тайёргарлик босқичлари , жараёнида тактикни қўллашда енгиллаштирилган, мураккаблаштирилган ва мусобақа шароитига мос ҳолатда қўллаш лозим.

Юқорида кўрсатилган тавсияларни ҳисобга олиб, жамоавий тактик ҳаракатларни такомиллаштириш бўйича махсус машқларни уларнинг самарадорлиги, пульс кўрсаткичига қараб таснифлашга ҳаракат қилдик.

Шуни таъкидлаш жоизки, гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш ҳужумкор ҳаракатларни ривожланиш зоналарини (ҳужум бошланиши, давом этиши ва якунланиши) ҳисобга олган ҳолда, амалга оширилди.

Қуйида шундай машқлардан мисоллар келтирилган.

I. Ҳимоя зонасида ўйин вазиятини моделлаштирувчи машқлар (ҳужумкор ҳаракатларни бошланиши).

1.Икки ҳимоячи 3 ёки 4 та ҳужумчи қарши ўйин олиб боради. Ҳимоячилар вазифаси –ракиб ҳужумини барбод қилиш , уни марказий айланада жойлашган ўйинчига аниқ узатиш. Ўртача пульс (томир уриши) 180 зарба/дақ.

2.Тўртта ҳимоячи диаганал бўйича жойлашади. Ҳужум мураббий сигнали бўйича, ўнг зёки чап қанотдан бошланади. Ҳимоя ўйинчилари

диогнал бўйича эҳтиётлаб туриш ҳолатини сақлаб қолишлари лозим; тўпни тортиб олиб, қисқа, ўрта ва узун узатишлар ёрдамида ўрта зонага ўтказишлари керак. Ўртача пульс-180 зарба/дақ.

II. Ўрта зонада ўйин вазиятини моделлаштирувчи машқлар (ҳужум ривожланиши).

3. Иккита бир хил квадрат (15х5м) бир-биридан 15-20 м. узоқликда жойлашган. Ҳар бирида 3-4 тадан ўйинчи, уларни орасида эса 2-3 тадан “бошловчи”лар жойланади. Квадратлардан бирида 1,2 ва чекланмаган марта уринишда ўйин олиб борилади. “Бошловчи”лар (биттаси ёки ҳаммаси) шу ўйинчилар гуруҳига ҳужум қиладилар. Квадратда ўйнаётган футболчилар тўпни ушлаб қолишга қийналса, улар шу тўпни узун узатиш ёрдамида бошқа квадратга узатади. Шунда, барча ўйинчилар шу квадратга кўчишади ва машқ давом этади. Квадратдаги ўйинчилар ва “бошловчи”ларни алмаштириш “Квадрат” ўйини қоидаларига биноан амалга оширилади. Ўртача пульс 180 зарба/дақ.

4. Майдон марказидаги квадрат (20х30 м); иштирокчилар сони 4х4; 5х5. Уринишлар сони; 1,2,3 марта, чексиз (мураббий ҳоҳишига кўра). Уч дарвозали ўйин, ўртача пульс 175 зарба/дақ.

5. Майдон марказидаги квадрат (20х20 м) 4х4 ёки 5х5 ўйинчилардан иборат икки жамоа. Дарвозада дарвозабонлар жойлашган. Жамоа тўпни 1,2,3 (мураббий топшириғига кўра) уринишда ушлаб туради. Мураббий буйруғига биноан, тўпга эгалик қилувчи жамоа ўзига яқин жойлашган дарвозага ҳужум қилади. Ўртача пульс-180 зарба/дақ.

III. Ҳужум зонасида ўйин вазиятини моделлаштирувчи машқлар. (ҳужумни яқунлаш).

6. Бу машқда тўртта ҳимоячи, 3 та ҳужумчи ва ярим ҳимоячилар ёрдамида ҳужумчилар мураббий тўпни узатгунга қадар, майдон бўйлаб ҳаракатланишни бошлайдилар. 3 та ҳимоячи уларни ҳимоя қилади, яна бир ҳимоячи шерикларини эҳтиётлайди. Мураббий тўпни узатгач, майдон

ўртасидаги ўйинчи ҳам ҳаракатланишни бошлайди. Ҳужумчилар вазифаси – ҳужумни даврозага зарба бериш билан якунлаш. Мураббий тўп узатиш усуллариини ўзгартиради. (пастлатиб ярим баланд, айлантириб).

Майдон ўртасидаги ўйинчи вазифаси –шунигдек, ўйин вазиятига мос равишда ҳужумга тўғри қўшилиш. Ўртача пульс 175 зарба/дақ. Футбол майдони ярмида чеккадаги ҳимоячи ёки ўрта чизик ўйинчисини 3х3х1 ўйинга қўшилиши (кириши) билан дарвозага ҳужум қилиш. Бу машқ 4 усулдан иборат:

1.Тўпни марказий айланада сақлаб қолиш (3х3) сўнгра уни ён қанотга узатиш;

2.Ўйинчини тўп билан чап ва ўнг қанот бўйлаб ўтиш, тўпни жарима майдончасига узатиш , қолган ўйинчилар имконият даражасида тўпни дарвозага киритишга ҳаракат қилиш.

3.Дарвоза ёнида тўпни эгаллаш учун 3 та ҳужумчи билан 4 та ҳимоячини фаол кураши;

4.Марказий айланага қайтиш ўртача пульс 180 зарба/дақ.

5. Икки дарвозали, 3 зонали ўйин. Мудофаа зонасида 3х2, ўрта зонада 2х2; ҳужум зонасида 2х3 ўйин олиб бориш. Тўпни ўрта зонасига узатишда, сон жиҳатдан устунлик мудофаа зонасидаги ўйинчини ўйинга қўшилиши ҳисобига юзага келади. Тўпни ҳужум зонасига узатишда ўрта зонадан икки ўйинчи ўйинга қўшилади. Ўртача пульс 180 зарба/дақ.

6.Ўйин вазифаси; футбол майдони 3 зонага бўлинган –ҳимоя зонасидаги ўйинчиларга бир марта уриниш, ўрта зонада-2 марта уринишга ҳужум зонасида –3 ва ундан ортиқ марта уринишга рухсат этилади. Турли зоналардаги уринишлар сонини мураббий футболчиларни тайёргарлик ҳолатга қариб кўпайтириш ёки камайитириш мумкин. Ўртача пульс 175 зар|мин.

10.9-машқдагидек, бироқ ҳимоя зонасидан тўпни майдон узунасига узун узатиш ўрта зонаси четлаб ўтиб, ҳужум зонасига бажарилиши керак. Ўртача пульс 180 зарба/дақ.

Бизнинг тажрибада юқорида келтирилган ва қатор бошқа машқлардан фойдаланилди. Улар махсус тайёргарлик даврининг охирига ҳафтасидан бошлаб бутун мусобақа даври давомида қўлланди. Бу ҳол футболчилар тайёргарлигининг йиллик цикли мақсади ва вазифалари билан белгиланди. Мусобақа даврида назарий машғулотларда футболдаги гуруҳли тактика муаммолари кўп ўрин эгаллади. Чунки, футболчилар ўйиннинг тактик тамойилларини тўғрилигини, позицияни, тўғри танлаш зарурлигини, рақибни чалғитиш ҳаракатларини бажариш ва тўпни мақсадсиз тарзда юритиш нотўғри эканлигини тушунишлар зарур эди.

Мазкур машқларда етакчи хориж жамоалари иштирокидаги ўйинлар ва ўз жамоасининг ўйинлари акс эттирилган видеотасвирлар қўлланилди.

Машқ қилиш машғулот бошланишидан олдин футбол майдони макетида футболчиларга ҳар бир тактик машқлар схематик ва кўргазмали равишда тушунтирилди. Гуруҳларни тузишда биз жамоа футболчиларини психологик текшируви натижаларини, уларни функционал ҳолати, футболчиларни қайси чизиклар ва бўғинларда жойлашувини ҳисобга олдик.

Машқлар машғулотни асосий қисмида қўлланди. Ҳар бир машқ давомийлиги -20 минутдан ортиқ эмас. Шунингдек, машқ бажаришни зарурий шарти шундан иборат эдики, юрак қисқаришлари сони (ЮҚС) минутига 160 зарбадан кам бўлмаслиги керак эди. Чунки, тақвимий ўйинлар вақтида ЮҚС ўртача катталиги айнан шунақа бўлади.

Шу тариқа, жамоавий тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда биз машқларни бажарилиши шартларини мусобақа шароитларига кўпроқ яқинлаштиришга ҳаракат қилдик.

3.4. Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда футболчиларни мулоқот психологияси хусусиятлари

Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда психологик мувофиқлик ўзига хос аҳамиятга эга. Футболчилар психологик тайёргарлигини бошқаришнинг асосий вазифаси –уларда ўйин фаолиятини психологик бошқаришнинг оптимал тузилишини шакллантириш.

Шунинг учун, ҳар бир ўйинчи шахсий психологик хусусиятларнинг ва уларни жамоадаги бошқа ўйинчилар билан ўзаро ҳамкорлигини муфассал ўрганиш керак эди.

Психологик назорат ва футболчиларни психологик жиҳатдан бошқариш “Амикс” илмий-маслаҳат марказида (Москва 2010) ишлаб чиқилган PCS-1 компьютер тизими ёрдамида амалга оширилади. Тадқиқот 2011 йил апрел ойида ўтказилди.

“Кимёгар” жамоаси спортчиларни махсус бланкалар бўйича саволларга жавоб бердилар. Саволларга жавоб бериш учун бланкалар қўйидаги текширув усуллари назарда тутилган: социометрия, фаолликни шахслараро идрок этиш.

Тест натижаларини компьютерда қайта ишлашдан сўнг, қўйидаги кўрсаткичлар олинди:

- 1.Ўйин пешқадамлиги тузилиши (структураси).
- 2.Ўйин ҳамкорлиги самарадорлиги.
- 3.Жамоа аъзолари фаоллигини ўзаро баҳолаш.
- 4.Ўйинчиларни жамоадаги ижтимоий роли бўйича мувофиқлиги.
- 5.Жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши.
- 6.Гуруҳ турини индивидуал баҳолаш структураси.
- 7.Устун эҳтиёжлар бўйича жамоа тузилиши.
- 8.Шахслараро мувофиқлик матрицаси (андозаси).
- 9.Шахслараро мувофиқликнинг умумлашган матрицаси (андозаси).

10.Эмоционал фаоллик бўйича жамоа тузилиши.

Ҳар бир кўрсаткични алоҳида кўриб чиқдик.

1.Ўйин пешқадамлиги тузилиши мусобақада биргаликда иштирок этиш “ёқиши” ёки “ёқмаслиги” мезонлари бўйича жамоа аъзоларини ижобий ва салбий танловлари ва рад жавобларининг матрицаси (андозаси) кўринишида акс эттирилган.

Пешқадамлик структураси танловлар кетма-кетлиги ҳисобга олган ҳолда ижобий танловлар умумий сони бўйича статус баллар билан белгиланади.

Мазкур усул аниқ ва потенциал пешқадамларни, етакчи ўйинчиларни, яқкалашган ва рад қилинган ўйинчиларни аниқлаш имконини беради. Натижаларга кўра, 1 та пешқадам спортчи: 1 та потенциал пешқадам, спортчи 3 та етакчи ўйинчи, 9 та бошқарувчи ўйинчи, 4 та рад қилинган ўйинчи аниқланди. Олинган натижалар таҳлили шуни кўрсатадики, “Академия” футбол жамоасини ўйин пешқадамлиги тузилиши оптимал ҳисобламайди, чунки рад қилган ўйинчилар сони кўп эди, ваҳоланки улар умуман бўлмаслиги керак.

2.Ўйин ҳамкорлиги самарадорлиги.

Ўйин ҳамкорлиги самарадорлиги ўйинчилари аҳиллигини кўрсатувчи (5 та) жуфт афзалликлар матрицаси (андозаси) кўринишида акс эттирилган.

Ўйинчи билан жамоа аҳиллиги кўрсаткичи 50 %дан кам бўлмаган матрица (андоза) оптимал ҳисобланади. (Е.А.Калинин бўйича, 1998 й).

Бунда ҳамкор ҳаракатларни ўртача гуруҳли самарадорлиги кўрсаткичи 55-60% ва ундан юқори бўлиши керак. Бироқ, “Кимёгар” да бу кўрсаткич атига 53,3 % ни ташкил қилди. Ўйинчи билан жамоанинг индивидуал аҳиллик кўрсаткичларини энг юқори қийматлари 3 та ўйинчидан қайд этилди: Эшонов Т. – 71%, Довудов И.- 68%, Маҳмудов В.- 60%. Энг кичик кўрсаткичлар: Петров М - 45%, Пак Д - 46%, Пардаев Р - 46%.

3.Жамоа аъзолари фаоллигини ўзаро боғлиқлиги.

“Кимёгар” жамоаси аъзолари фаоллигининг ўзаро боғлиқлиги 3 йўналишда намоён бўлди;

1. Ўйинчини жамоада тутган ўрни, яъни унинг устунлиги ёки карамлигини акс эттирувчи ўсиб боровчи ёки пасайиб боровчи (В-С) йўналиш;

2. Ўйинчининг эмоционал ҳолати, унинг самимийлиги ёки жанжалкашлигини акс эттирувчи ижобий ёки салбий (Петров М) йўналиш.

3. Ўйинчини жамоа мақсадига эришиши; жамоани жипслашуви ёки аксинча, ажралиб кетишига қўшган хиссасини акс эттирувчи илғор ва қолок (А-О) йўналиш;

Барча баҳолар гуруҳ аъзосининг фаоллик кубоги мусбат (В,П,А) ёки манфий (С,Н,О) бўлишига қараб 10дан –10 баллгача диспазонга эга. ± 2 балл чегарасидаги фаоллик баҳолари мазкур ўйинчидан унинг ўртача намоён бўлишини кўрсатади.

Келтирилган маълумотлар таҳлили ўйинчи томонидан бошқа ўйинчилар ва бутун жамоа фаоллигини субъектив тарзда идрок этиш ҳақида фикр юритиш имконини беради. Гуруҳ фаоллиги турининг якуний кўрсаткичлари жамоадаги ўйинчиларни бир-бири ҳақидаги барча фикрларини умумий натижалари ҳисобланади ва жамоадаги реал вазиятни акс эттиради.

Маълумотлар таҳлили кўрсатишича жамоадаги устунлик кўрсаткичи “Локомотив” жамоани аъзоси И. Довудов энг катта қийматга эга бўлди. (15 балл), кичик кўрсаткич Маҳмудов В (6). (Пн) йўналишида кўрсаткичлар 2 ўйинчида; Тошбоев Д ва Ниёзов А да қайд этилди. (иккаласида ҳам 17 балл) кичик кўрсаткичлар Алиев Ш. (-4) ва Хамроев А да (-3) аниқланди.

(А-о) йўналиши бўйича 1-ўринда Якубов Р. (13 балл) охирги ўринда Муродов А. (-10 балл).

Интеграл кўрсаткичларда қуйидаги ўзгаришлар қайд этилди; устунлик доминантлик ва тенг ҳуқуқлилик кўрсаткичларини деярли раво

тарзда намоён бўлиши (45% ва 43%), бўйсунуш хислати камайган (11%), самимийлик (45%), жипслик (34%), бепарволик (45%), жамоа тарқоқлиги 14% жанжалкашлик 10%.

“Локомотив” жамоаси аъзолари фаоллигини ўзаро баҳоланишини таҳлили кўпгина ўйинчиларни жамоада эгаллаган шахсий ва эмоционал ҳолати юқори ўрин бўлмаганлигини, жамоа уюшқоқлигини суст даражада эканлигини кўрсатди.

4. Ўйинчиларни жамоадаги ижтимоий роли бўйича мувофиқлиги ва жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши.

Ўйинчиларни жамоадаги ижтимоий роли бўйича мувофиқлиги жуфт мувофиқлик кўрсаткичи матрицаси (андозаси) кўринишида %да акс эттирилган. У ўйинчиларни жамоада тутган ижтимоий ўрни, уларнинг ижтимоий-психологик роли бўйича ўзаро ўхшашлик ёки фарқланиш даражасини кўрсатади. Муайян ўйинчилар жуфтлигида бу кўрсаткич қанча катта бўлса, улар жамоада шунга ўхшаш ёки бир хил ўрин эгаллайди. Ҳамда уларни муайян шароитда бир хил ижтимоий гуруҳи бирлаштириш ўринли бўлади.

Бу натижаларни биз гуруҳли хужумкор ҳаракатларни такомиллаштириш жараёнида шерикларни танлаш учун қўлладик.

“Локомотив” жамоасида ўртача гуруҳли ижтимоий роивост ўхшашлик 83%ни ташкил этди. Бу –оптимал қийматдан каттадир (65%). Бироқ, рол бўйича мувофиқлик структурасида “салбий” ва “қолоқ” йўналишидаги 3 та ўйинчидан иборат гуруҳ ҳам бор. Бу эса жамоа ўйинчилари билан махсус психологик ишларни олиб бориш зарурлигидан далолат беради.

Жамоаниг ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши ўйинчиларни жамоа ичидаги фаолиятининг учта асосий йўналишини акс эттиради. Бу йўналишлар ўйинчиларни

- устунлиги ёки қарамлигини;
- самимийлиги ёки жанжалкашлигини;

- жипслашганлигини ёки тарқоқлигини кўрсатади.

Мазкур текширувда аниқланишича жамоада 5 та спортчи –энг катта нуфузга эга; 4 та спортчи –тобелик ҳолатида; жамоадаги 1 та спортчи тажовускор кўпол ва мулоқотга киришмайди.

Жамоа аъзолари билан расмийлик юзасидан ҳамкорлик қилувчилар сони –3 кишидан иборат.

Жамоани кўпчилик ўйинчилари графикни ўнг томонда (Л-Л) жойлашди, бу эса жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича қониқарли тузилишидан дарак беради.

5. Гуруҳ турини индивидуал баҳолаш структураси.

Гуруҳни индивидуал баҳолаш структураси ҳар бир ўйинчини жамоа ҳамда унда устунлик қилувчи фаоллик йўналишлари ҳақидаги умумлашган мулоҳазалари акс эттиради.

Ўйинчиларнинг кўпчилиги графикнинг юқорига ўнг томонида жойлашган. Бу ҳол “Академия” ўйинчиларини ҳурмат, самимийлик руҳида ўзаро мулоқотда бўлиши, ҳамкорликка интилишидан далолат беради.

Бироқ, 4 та ўйинчи (Петров Д, Тошев К, Ниёзов М, Листев Н) жамоани бошқа аъзоларига нисбатан танқидий муносабатда бўлишади. Улар жамоани бошқа аъзолари умумжамоавий вазифаларни ечишдан бош тортади, деб ҳисоблашдилар; жамоадаги муҳитни салбий баҳолайдилар. Айнан шу ўйинчилар билан жамоадаги шахслараро муносабатларни яхшилаш бўйича тузилиш ишлари олиб борилди.

6. Шахслараро мувофиқлик матрицаси (андазаси). Шахслараро мувофиқлик андозасида ўйинчиларнинг 3 хил кўринишидаги ўзаро муносабатларидан иборат; бир-бирига нисбатан ўзаро ҳурмат, самимийлик ва ёрдам бериш ҳислатларини намоён этиш.

Маълумотлар спортчиларни индивидуал ўзаро баҳолаш кўрсаткичларини ҳисобга олган ҳолда фоизларда акс эттирилган. Андозада, шунингдек, ўйинчини жамоадаги бошқа ўйинчилари билан ўзаро

мувофиқлигини ўртача кўрсаткичлари ва ўйинчилар ўзаро муносабатларини ҳар бир тури бўйича ўртача гуруҳий кўрсаткичлар келтирилган. Юқори кўрсаткичлар 14 та ўйинчида кузатилди; 6 та ўйинчида эса бу кўрсаткичлар кичик қийматга эга бўлди. Камчиликларни тегишли йўналишда бартараф этиш учун жамоада махсус шароитлар яратилди.

Шахарлараро мувофиқликнинг умумлашган андозаси ўйинчиларнинг ўзаро муносабатлари ҳақида уларни ўзаро психологик мувофиқлиги ҳақида умумлашган тарзда маълумотлар олиш имконини берди. Жадвалда жамоадаги ўйинчиларни шахслараро мувофиқлигини якуний ўртача кўрсаткичлари келтирилган. Шахслараро мувофиқликнинг энг паст кўрсаткичлари қуйидаги 4 та ўйинчида кузатилди; Петров Д, Листев И, Холбоев А., Алиев Ш.

Жадвалнинг пастки қисмида жамоадаги ўйинчиларни шахслараро ҳамкорлик тузилиши график тарзда кўрсатилган. Бунда шартли бирликларда (0 дан 5 балгача) барча жамоа аъзоларини психологик мувофиқлиги акс эттирилган ва шу асосида спортчи гуруҳлари ажратилган.

7. Устун эҳтиёжлар ва эмоционал фаоллик бўйича жамоа тузилиши.

Ўйинчиларни устун эҳтиёжлари бўйича тузилиши 4 та квадрат ҳосил қилувчи график кўринишида тасвирланган. Квадратнинг ташқи томонларида мусобақа фаолияти учун муҳим аҳамиятга эга бўлган асосий маълумотлар кўрсатилган.

Бу параметр жамоани барча аъзолари 100% ютуққа эришишга шайландилар. Мулоқот мотивацияси эса нолга тенг. Бу шундан далолат берадики, барча жамоа аъзолари бир-бирини ёмон билади ва ўзаро мулоқот қилишга интилмайдди.

Эмоционал фаоллик бўйича жамоа тузилиши ҳам квадратдан иборат график кўринишида тасвирланди. Квадрат ташқи томонларида спортчилар психологик ҳолатининг турли томонлари акс эттирилди, ўта ҳаяжонланиш, асабийлашиш, 2 ўйинчида, фикрлар тарқоқлиги 4 ўйинчида, апатия-2

ўйинчида, суслик, ланжлик 1 ўйинчида кузатилди. Учта ўйинчида эса кунт, тиришқоқлик хислатларини яхши ривожлангани аниқланди.

Ишчанлик қобилиятининг юқори кўрсаткичи футболчи Тошев Б. да кузатилди –13 %, энг кичик кўрсаткич Листев Н.да –12 %.

Шу тарика, PCS-1 тизими бўйича тест натижаларини таҳлили жамоани психологик тайёргарлигидаги сусл бўғинларни аниқлаш имконини берди. Аниқланган камчиликларни бартараф этиш учун махсус режа тузилди. Унга жамоа билан олиб бориладиган қуйидаги иш турлари киритилди;

1.Ўйинчилар билан якка тартибдаги ва гуруҳли суҳбатлар;

2.Ўйинчиларни видеоёзувлари ёрдасида аутотренинг ва психологик релаксация (бўшашиш) усулларига ўргатиш;

3.Жамоани жипслаштириш бўйича психологик тренинглари ўтказиш.

Психологик тайёргарлик 2010 йил 15.04 дан 15.06. гача вақт давомида ўтказилди. Жамоани жипслаштиришга мўлжалланган тузатиш ишларидан сўнг футболчилар такрорий тест синовларидан ўтдилар.

қуйида иккала тест синовларининг қиёсий таҳлили келтирилган.

1.Ўйин пешқадамлиги тузилиши (структураси).

Биринчи тест синовлари бўйича “Локомотив” жамоасида 4 та рад қилинган ўйинчи бор эди. Ўтказилган психологик тузатиш ишидан сўнг, рад қилинган сафида бир ўйинчи қолди.

Жамоадаги роллар тақсимоли ҳам мувоффақиятли ўйин учун янада мувофиқ бўлди: 2 та пешқадам (лидер), 4 та яккалашган ўйинчи, 1 та рад қилинган ўйинчи.

2.Ўйиндаги ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги.

Жамоа аҳиллиги ўйиндаги ҳамкор ҳаракатлар самарадорлигига боғлиқдир. Жамоадаги ҳамкор ҳаракатлар тузилишини таҳлили шуни кўрсатдики, ҳамкорлик кўрсатиш юқори бўлган (90% ва юқори) жуфтликлар сони кўпайди.

10-жадвалда айрим жуфтликлар ўйин ҳамкорлиги ва ўйинчи билан жамоа аҳиллиги индивидуал кўрсаткичларнинг қиёсий таҳлили кўрсатилган.

Шуни таъкидлаш керакки, иккинчи тест синовларида жуфтликлар ҳамкорлиги кўрсаткичи ва ўйинчи билан жамоа аҳиллигининг индивидуал кўрсаткичлари 50 %дан камаймади.

Жамоа ҳамкорлигининг ўртача гуруҳий самарадорлиги 53,3%дан 56,5%гача кўпаяди.

10-жадвал

Ўйин ҳамкорлик ва индивидуал аҳиллик кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили

Айрим жуфтликларнинг ўйиндаги ҳамкорликлари		
Исми-шарифи	I-текширув	II-текширув
Муродов А.- Жураев А.	35 %	50 %
Алиев И.-Тошев З.	15 %	50 %
Ганиев К.-Муродов А.	40 %	60 %
Ўйинчини жамоа билан индивидуал аҳиллиги		
Довудов И.	60 %	63 %
Муродов А.	59 %	61 %
Ганиев К.	53 %	60 %

Мазкур тест синовлари натижалари қуйидаги ҳолларда қўллаш учун тавсия этилган:

- 1) Жамоани старт таркибини танлаш учун;
 - 2) Гуруҳли тактик-техник ҳаракатларни ташкиллаштириш учун ўйин бирикмалари ёки бўғинларини саралаш;
 - 3) Ўйин давомида алмаштиришларни амалга ошириш.
3. Жамоа аъзолари фаоллигини ўзаро таъсир кўрсатиш.

Жамоа аъзолари фаоллигини ўзаро таъсир кўрсатишнинг қиёсий таҳлили 11-жадвалда кўрсатилган. Такрорий тест синовлари жадвалда келтирилган кўпгина кўрсаткичлар яхшиланганидан далолат беради. Чунончи жамоа ўйинчиларини тарқоқлиги камайиб жипслиги ортди.

11-жадвал

**“Кимёгар” жамоаси фаоллигини ўзаро таъсир кўрсатиш
кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили**

№	Кўрсаткичлар	I-текширув	II-текширув
11	Устунлик	45	43
22	Тенг ҳуқуқлилиқ	43	41
33	Бўйсунувчанлик	11	16
44	Самимийлик	45	47
55	Бепарволик	45	44
66	Жанжалкашлиқ	10	9
77	Жипслиқ	34	38
88	Ҳамкорлик	52	53
99	Тарқоқлик	14	9

4. Ўйинчиларнинг жамоадаги ижтимоий роли бўйича мувофиқлиги, жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши, гуруҳи турини индивидуал баҳолаш структураси.

Ўйинчиларнинг жамоалардаги ижтимоий роли бўйича мувофиқлигини тест синовларидан ўтказиш натижаларини қиёсий таҳлили кўрсатишича, “салбий” (негатив) ва “қолоқ” йўналишдаги ўйинчилар гуруҳи ижобий натижаларга эришди. Жамоани барча аъзолари ижтимоий роли бўйича мувофиқлик андозасининг ижобий кўрсаткичларига эга. Такрорий тест натижалари жамоадаги ижтимоий-психологик муҳит турғунлашган, футболчилар ўзаро самимий бўлишганидан дарак беради.

“Жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши ва гуруҳ турини индивидуал баҳолаш структураси” бўлимларида кам ўзгаришлари кузатилди.

5.Шахслараро мувофиқлик андозаси ва шахслараро мувофиқликнинг умумлашган андозаси.

Тест синовларининг қиёсий таҳлили 12 ва 13 жадвалларда акс эттирилган.

12-жадвал

Ўйинчилар мувофиқлиги жуфт кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили.

№	Исми-шарифи	I-текширув (%)	II-текширув (%)
1	Нуримов Р.	34	40
2	Тошев Д.	36	44
3	Тикашев К.	44	50
4	Листев И.	46	52

13-жадвал

Ўйинчини бутун жамоа билан ҳамкорлиги кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили.

№	Исми-шарифи	I-текширув (%)	II-текширув (%)
1	Довудов И.	59	62
2	Муродов А.	57	59
3	Ганиев К.	46	51
4	Донобоев И.	56	61

Бу кўрсаткич бўйича ўртача қийматлар 54 %дан 56%гача ўзгарди.

Шахслараро мувофиқликнинг умумлашган андозасидан олинган маълумотлар ўйинчиларни жамоадан ўзаро муносабатлари, психологик мослиги ҳақида аниқ фикр юритиш имконини беради.

Ўйинчиларни жамоа билан психологик мувофиқлигининг оптимал кўрсаткичлари 55-60% ва ундан ортиқ.

Ўйинчини жамоа билан психологик мувофиқлиги кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили 14-жадвалда акс эттирилган.

14-жадвал.

Ўйинчини жамоа билан психологик мувофиқлиги кўрсаткичларининг қиёсий таҳлили.

№	Исми-шарифи	I-текширув (%)	II-текширув (%)
1	Нуримов Р.	63	65
2	Тошев Д.	61	62
3	Тикашев К.	55	54
4	Листев И.	51	52

Тест синовлари натижалари асосида психологик жиҳатдан ўзаро мос келувчи ва мос келмайдиган жуфтликлар ажратилди.

5. Жамоани устунлик қилувчи эҳтиёжлар ва эмоционал фаоллик бўйича тузилиши.

Такрорий тест синовлари натижаларига кўра, жамоани барча аъзолари 100% ютуққа эришишга шайланган. қўллаб-қувватлаш ва ўзаро муносабатларни кўрсатувчи кўрсаткичлар биров яхшиланди.

“Локомотив” жамоаси футболчиларининг психоэмоционал ҳолати хусусиятларини таҳлили 15-жадвалда кўрсатилган. Ушбу жадвалда рухий иш қобилияти ва ўз-ўзини бошқариш каби кўрсаткичлар акс эттирилган.

**“Кимёгар” жамоаси эмоционал фаоллиги кўрсаткичларининг
қиёсий таҳлили**

№	Исми-шарифи	Ишчанлик қобилияти		Ўз-ўзини бошқариш	
		I-текш.	II-текш.	I-текш.	II-текш.
1	Нуримов Р.	60	53	44	56
2	Тошев Д.	40	53	31	38
3	Тикашев К.	40	53	25	31
4	Листев И.	40	47	25	31
5	Нажимов М.	13	20	12	12
6	Исаков А.	33	27	31	25
7	Турдиев Д.	53	33	38	19
8	Сергеев С.	53	47	44	31
9	Туропов З.	60	53	44	38

Ўйинчиларни эмоционал ва иродавий фаоллиги кўрсаткичларининг қиёсий қийматлари 16-жадвалда кўрсатилган.

**“Кимёгар” жамоаси ўйинчилари эмоционал ва иродавий
фаоллиги даражаси кўрсаткичларининг қиёсий қийматлари (танлаб
олинган).**

№	Исми-шарифи	I-текширув (%)	II-текширув (%)
1	Нуримов Р.	4,67	1,33
2	Тошев Д.	0,75	1,00
3	Тикашев К.	1,60	1,50
4	Листев И.	1,13	2,50
5	Нажимов М.	1,60	1,80
6	Исаков А.	1,25	1,67

16-жадвалда эмоционал фаолликни иродавий фаолликка нисбатан коэффицент қийматлари келтирилган. Коэффицент катталиги 1,00 қийматидан ошиб кетса, эмоционал фаоллик устунлик қилади ва аксинча.

Жадвалда кўриниб турганидек, барча футболчиларда эмоционал фаоллик иродавий фаолликдан устунлик қилади.

Жамоадаги ижтимоий-психологик муҳитда қандай ўзгаришлар содир бўлганини таққослаш учун терма жадвал тузилди ва унда иккала тест синовларининг натижалари акс эттирилди.

17-жадвал

Гуруҳдаги муаммолар бўйича якуний маълумотлар

Муҳим (актуал) муаммолар	I-текширув	II-текширув
1. Гуруҳдаги пешқадамлик структураси.		
Рад қилинган ўйинчилар мавжудлиги	4 та одам	1 та
2. Ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги тузилиши.		
Ҳамкорликни бузилиши.	29 жуфтлик	1 жуфтлик
Паст индивидуал самарадорлик	7 та одам	
3. Жамоани роллари бўйича тузилиши.		
Салбий роллар	1 одам	1 одам
қолоқ роллар	2 одам	
4. Шахслараро муносабатлар тузилиши.		
Антипатиялар мавжудлиги	10 жуфтлик	7 жуфтлик
5. Индивидуал (шахсий) баҳолар.		
Эмоционал нохушлик (дискомфорт)	2 та одам	-
Хизматга оид нохушлик (дискомф)	3 та одам	2 одам
Ўз-ўзини паст баҳолаш	6 та одам	6 та одам
6. Эмоционал-иродавий фаолликни тузилиши.		
Нохушмойллар (симпатиялар).	4 та одам	3 та одам.

Кўриниб турганидек, жамоада яхши томонга ўзгаришлар юз берди.

I-текширув келтирган ўлчовлар бўйича суи бўғинларни аниқлади. Психологик тайёргарлик бўйича махсус дастурни қўллагандан сўнг, психологик муҳит ишончли тарзда яхшиланди.

Мазкур иш ўқув-машқ қилиш жараёнида гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш учун гуруҳлар, жамоа бўғинларини аниқлаш мақсадида амалга оширилди.

ХУЛОСАЛАР

Футболда бошқа спорт турларидаги каби, мусобака фаолиятини (МФ) шрган ишга катта эътибор берилади. Бирок, афсуски, кўп саволлар, жумладан, 2 гурухли тактик ҳаракатларни спортчилар шахсий маҳоратини юқори даражаси билан биргаликда такомиллаштириш муаммоси ҳам ўз ечимини кутмоқда.

Мусобакаларда (футбол матчларида) футболчилар (ёки жамоа) фаолиятини кузатиш жараёнида мусобака фаолияти қайд қилинади ва самарадорлик, ҳажм хилма-хилликни белгиловчи мезонлар аниқланади. Келгусида, мусобака фаолиятини назорат қилиш давомида мусобака юқламаларини тайёргарлик қисмидаги ҳажми ва тасқимланишини ҳисобга олиш ҳамда уларни спортчи ва жамоани тайёргарлик даражасига таъсир этишни баҳолаш керак.

Футболда мусобака фаолиятини назорат қилиш натижаларини қўлланилаётган қайд қилиш усуллариини сарахборотлиги аниқлиги ва ишончлилигига боғлиқ.

Мусобака фаолияти кўрсаткичлари педагогик кузатишлар ёрдамида қайд қилинади. Булар қуйидагилар: техник-тактик ҳаракатлар самарадорлиги, фаоллиги, турли туманлиги ва ҳажми; оёқ ва бош билан бажарилган узатишлар сони дарвозага зарба бериш; химоядан ҳужумга ўтиш вақти, гурухли тактик ҳаракатлар вақти (стандарт ҳолатларни бажариш-жарима ГТХ, бурчакдан бажариладиган ГТХ).

Футболчилар тайёргарлигини бошқариш жараёнида биринчи навбатда, кучли жамоалар, кучли спортчилар тажрибасига таяниш керак. Шундай футболчи ва жамоалар иштирокидаги ўйинлар вақтида аниқланган мусобака фаолияти кўрсаткичлари спортчилар тайёргарлигини бошқаришда мезон вазифасини ўтайди.

Бизнинг маълумотлар таҳлили шуни кўратиб турибдики, Собик Иттифок терма жамоаси мусобака фаолиятининг баъзи кўрсаткичлари,

масалан, тўпни тортиб олиш, дарвозага зарба бериш кўрсаткичлари қийматлари Бразилия жамоасиникидан устундир. Бунда шуни ҳисобга олиш керакки, жаҳон мусобакаларининг (футбол бўйича жаҳон чемпионатлари) аҳамияти ва нуфузи Олимпиада матчлари даражасидан юқоридир. Шунинг учун, мусобака фаолияти кўрсаткичлари қийматларини аниқлашда мусобакалар савиясини ҳам ҳисобга олиш лозим.

Бироқ, бошқа кўрсаткичлар бўйича техник ҳаракатлар самарадорлиги жаҳон чемпионларида юқори. Айниқса, координацион жихатдан мураккаб бўлган техник усулларда, масалан, турли йўналишларда, қиска ва ўртача узатишлар, узун узатишлар рақибни четлаб ўтиш, тўпни эгаллаб олиш, шунингдек, шу усулларнинг умумий кўрсаткичлардаги тафовут каттадир.

Гуруҳли тактик ҳаракатлар (ГТХ) сифатида боғлиқ бўлган тўп узатишни барча турлари сони ва самарадорлиги жаҳон чемпионларида юқори бўлганига эътиборни қаратиш керак. Бу эса футбол мутахассисларининг тўп узатишлар ГТХни бажаришда муҳим омил эканлиги ҳақидаги фикрларини ҳам тасдиқлайди. Жаҳондаги етакчи футбол жамоалари мусобақа фаолиятини тадқиқ этиш борасида 1994 йилдан 1999 йилгача олиб борилган ишлар “қучли спортчилар модели” учун мусобака фаолияти кўрсаткичлари қийматини белгилашга имкон беради.

Ўтказилган тадқиқот натижалари футбол амалиётида гуруҳли тактик ҳаракатларни қуйидаги схема бўйича такомиллаштиришни тавсия этиш имконини беради.

1. Футболчиларни жисмоний тайёргарлигини ривожланиш даражасини қуйидаги тестлардан фойдаланиб, баҳолаш;

-30 марта жойдан югуриш вақти;

-беш карра сакраш узунлиги;

-3000 метрга (вақт ҳисобига) югуриш.

2. Мусобақа фаолияти жараёнида қуйидагиларни баҳолаш:

-якка тартибда бажариладиган техник ҳаракатларни умумий сони ва самарадорлиги;

-тўпни қисқа, ўрта ва узун узатишлар ёрдамида бажариладиган ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги;

-тўпни тортиб олиш;

-рақибни четлаб ўтиш;

-бош билан тўп узатиш;

-ҳамкор ҳаракатлар сони ва самарадорлиги %да;

-2-6 та футболчи иштирокида комбинацияларни бажариш самарадорлиги;

-стандарт ҳолатларни бажариш самарадорлиги (бурчакдан зарба бериш, жарима ва эркин зарбаларни бажариш, тўпни ён чизик ортидан ўйинга киритиш).

3.Жамоадаги мулоқот психологияси хусусиятларини аниқлаш;

-ўйиндаги пешқадамлик тузилиши;

-ўйиндаги ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги;

-жамоа аъзолари фаоллигини ўзаро боғлиқлиги;

-жамоа ўйинчиларини ижтимоий роли бўйича мувофиқлиги;

-жамоани ўйинчиларнинг ижтимоий роли бўйича тузилиши;

-гуруҳ тоифасини индивидуал баҳолаш структураси.

-устун эҳтиёжлар ва эмоционал фаоллик бўйича жамоа тузилиши.

4.Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш дастурини тузишда қуйдагиларни ҳисобга олиш керак:

-жамоа тайёргарлиги йиллик цикли босқичлари ва даврлари;

-машқ қилиш машғулоти тузилиши;

-гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш машғулотларидан олдин назарий машғулотлар ўтказилиши керак. Уларда футболчилар замонавий гуруҳли ва жамоавий ўйин тактикаси тамойилларини ўрганишлари лозим.

5. Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришга йўналтирилган машқлар қуйидагиларни моделлаштириш керак:

- ҳимоя зонасидаги ўйин вазиятлари;
- ўрта зонадаги ўйин вазиятлари;
- ҳужум зонасидаги ўйин вазиятлари;
- футбол майдонининг бутун худуди бўйлаб ўйин вазиятлари. (бундай машқларга мисоллар IV бо, 1-бўлимда келтирилган);
- стандарт ҳолатлар.

6. Машқларни бажаришда гуруҳларни қуйидагича тарзда тузиш (тўлдириш) мақсадга мувофиқ:

- уларнинг психологик ўзаро мувофиқлигини ҳисобга олган ҳолда; ҳар бир аниқ машқда иштирок этувчи футболчиларни жисмоний ва техник тайёргарлик даражасини ҳисобга олиш;
- мусобақаларда жамоадаги футболчилар қайси чизиқлар ва бўғинларда ўйин олиб бораётганлигини ҳисобга олган ҳолда.

Шу тариқа, гуруҳли тактик ҳаракатлар кўрсаткичларини баҳолашга, топшириқли бажаришда машқларни тиклаш ва гуруҳлар тузишга жуда пухталиқ билан ёндашиш муайян қийинчиликларни келтириб чиқаради, лекин уни самарали такомиллашувига тўсқинлик қилмайди. Юқорида кўрсатилган қоидаларга риоя қилиш, шунингдек, машқларни бажаришда давомийликни (10-15 минут) ва жадалликни (ўртача Ю.Қ.С. 170 зарба/дақ) ҳисобга олган ҳолда юкламаларни миқдорлаш футболчиларни махсус жисмоний хислатлари, тактик тафаккур ва гуруҳли тактик ҳаракатларига ўзаро боғлиқ таъсир кўрсатишга имкон беради.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги Қонун. Халқ сузи. 1992 йил 19 феврал.
2. «Ўзбекистон футболни ривожлантириш тўғрисида»ги Қонун. Халқ сузи. 1996 йил 17-январ.
3. «Ўзбекистонда жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш тўғрисида»ги Қонун. Халқ сузи. 1999 йил 27 май.
4. «Ўзбекистонда болалар спортини ривожлантириш фонди тузиш тўғрисида»ги Қонун. халқ сузи. 2002 йил 4 февраль.
5. Закон о физической культуре и о спорте. Народное слово. 2000-26 май-стр. 1.
- 5.Постановление Президента Республики Узбекистан И.А.Каримова ПП-378 от 1.05.2006 г. «О дополнительных мерах по развитию футбола в Узбекистане».
- 6.Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан №23 от 31.07.2007 г. «О дополнительных мерах по развитию футбола в Узбекистане».
- 7.Абидов Ш.У. Ёш футболчилар мусобақа фаолиятини хусусиятлари /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК // Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 97-99.
- 8.Абидов Ш.У., Бектуров О.Ё. Футболчиларнинг майдондаги техник ҳаракатлари самараси ва уларнинг ривожлантириш усуллари /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 100-102.
- 9.Абидов Ш.У., Артиков А.А. Футбол бўйича XVIII Жаҳон чемпионатида зарбаларнинг самарадорлигини таҳлил қилиш /В сб. науч.

трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 60-62.

10.Аганянц Е.Ю., Золотарев А.П. Концептуальные основы обновления структуры и содержания многолетней подготовке спортивного резерва в футболе. – М.: 1998, 212 с.

11.Айрапетьянц Л.Р., Годик М.А. Спортивные игры. – Т.: Ибн Сина – 1991, 159 с.

12.Акрамов Р.А. Стратегия подготовки и выступлений сборных команд – участниц XVIII Чемпионата Мира-2006 /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 47-60.

13.Акрамов Ж.А., Умаров Ж.Х. Методика оценки и модельные характеристики статокINETической помехоустойчивости юных футболистов //Педагогик таълим – Т. 2003, №5, с 50-53.

14.Аладашвили Г.А. Прыжковая подготовленность футболистов и методика ее оценки: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – М.: РГАФК – 1999, 24 с.

15.Алиев М.Б. Распределение нагрузок различной направленности в учебно-тренировочном процессе юных футболистов на основе комплексного контроля //Фан – спортга, 2006, №4, с. 29-32.

16.Алимджанов С.И., Бектуров О.Ё., Артиков А.А., Зарипов Ш.З. Ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлигини баҳолаш ва машғулоти ўтказиш самарадорлиги /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, б. 108-110.

17.Алимджанов С.И., Зарипов Ш.З. Ёш футболчиларни танлаб олиш /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча

УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 99-100.

18.Аль-Овайд-Раид. Комплектование игровых линий в детско-юношеских футбольных командах на основе комплексной подготовленности спортсменов: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – Волгоград.: ВГАФК – 1999, 26 с.

19.Аль-Хасауна-Камаль-Ермук. Направленность нагрузки в макроцикле подготовки гандболистов высокой квалификации //Теория и практика физ.культ. – 1996, №2 – 38.

20.Анализ матчей Чемпионата Мира-2006 по футболу в Германии /Годик М.А., Смирнов Ю.М., Колыванов Н.В. и др. – М.: Физическая культура – 2007, 84 с.

21.Андреев С.Н. Организационные проблемы подготовки спортивных резервов по футболу: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – Омск.: 1988, 19 с.

22.Андреев С.Н. Играй в футбол /Учебное издание – М.: ТОО «Поматур», 142 с.

23.Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры – М.: ФиС, 1990 – 335 с.

24.Артиков А.А., Шожалилов Ш.И. Футболчиларнинг махсус тезкорлигини текшириш /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК //Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, б. 102-103.

25.Артыкбаев М.Ш., Балабеков А.Г., Еренбаев Н.К. Взаимосвязь двигательных качеств, развитие организма подростков / В сб. тезисов междун. науч. практ. конф. «Инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта» - Т.: 2008, 14-15 ноября, с. 21-23.

26.Артиков А.А., Шожалилов Ш.И., Шлапаков В.А. Исследование двигательной активности футболистов разной квалификации /В сб. науч. трудов посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча УзГИФК

//Под общ. ред. Акрамова Ж.А., Нуримова Р.И. – Т.: УзГИФК – 2007, с. 107-108.

27.Ачилов А.М. Анализ соревновательной деятельности квалифицированных футболистов // Педагогик таълим – Т.: 2003, №2 – с. 30-32.

28.Ачилов А.М., Нуримов Р.И., Расулова Э.Р., Артиков А.А. Исследование специфической быстроты футболистов // Педагогик таълим – 2005, №5 – с. 34-36.

29.Базилевич О.П., Гаджиев Г.М. Моделирование соревновательной деятельности команд на основе количественных показателей коллективных действий в игре футбол // Футбол: Ежегодник – М.: 1981, с. 34-37.

30.Безъязычный Б.И. Формирование ударных движений по показателям целевой точности у юных спортсменов 12-16 лет (на примере футбола): Автореф. дисс... канд.пед.наук. – Харьковский ГПИ - 1991, 24 с.

31.Биспен Е.Р. Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13-15 лет: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – СПб.: 1991, 21 с.

32.Бойченко Б.Р. Возрастная динамика физических качеств и технико-тактического мастерства в связи с совершенствованием системы отбора юных футболистов: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – Киев.: 1986, 22 с.

33.Борамбаев Г.М., Лазарев А.Н. Эффективность педагогического эксперимента повышения физической работоспособности юных футболистов /В сб. тезисов междун. науч-практ. конф. «Инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта» - 14-15 ноября 2008 г. Ташкент, УзДЖТИ нашриёт-матбаа булимии, 2008 й. с. 43-45.

34.Ботяев В.Л., Павлова Е.В. Взаимосвязь и динамика проявления координационных способностей как фактор актуализации системы спортивного отбора // Вестник спортивной науки – М.: ВИНИФК, 2008, №2 – с. 23-27.

- 35.Бутаев В.К. Влияния физической нагрузки на технику движений требующих целевой точности: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – ГЦОЛИФК.: 1991, 22 с.
- 36.Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса – М.: ФиС, 1985 – 176 с.
- 37.Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: ФиС, 1988 – 331 с.
- 38.Верхошанский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории и методики спортивной тренировки // Теория и практика физ.культ. – 1993, №8 – с. 21-28.
- 39.Верхошанский Ю.В. Теория и методология спортивной подготовки: блоковая система спортсменов высокого класса // Теория и практика физ.культ. – 1993, №4 – с. 2-14.
- 40.Возрастная динамика двигательных и вегетативных функций в связи с мышечной деятельностью / Учебное пособие под общ. ред. профессора Е.Ю. Аганянц – Краснодар: КГАФК, 1991 – 104 с.
- 41.Волков Л.В. Спортивная подготовка детей и подростков. Киев: Вежа, 1998 – 190 с.
- 42.Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта – Киев: Олимпийская литература – 2002, 294 с.
- 43.Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осиненко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. Киев: Олимпийская литература – 2000, 503 с.
- 44.Волынько В.В. Техническая подготовка юных футболистов на основе развития координационных способностей // Теория и практика физ.культ. – 1990, №4 – 63 с.
- 45.Вучева В.В., Мещерякова О.Н. Технология обучения игровой деятельности // Теория и практика физ.культ. – 1993, №6 – с. 15-18.

46.Высочин Ю.В., Денисенко Ю.П. Факторы лимитирующие прогресс спортивных результатов и квалификацию футболистов // Теория и практика физ.культ. – 2001, №2 – с. 17-22.

47.Гакаме Р.З. Функциональное состояние и физическое развитие футболистов 9-22 лет: Автореф. дисс... канд.биол.наук. – Краснодар.: 1995 - 17 с.

48.Гожин В.В. Вариативность и двигательная одаренность в спорте (теоретические и методологические аспекты): Автореф. дисс... докт.пед.наук. – Майкоп.: АГУ, 1999 – 60 с.

49.Годик М.А. Физическая подготовка футболистов – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2006 – 272 с.

50.Годик М.А. Средства тренировки футболистов // Фан – спортга, 2007, №1, с. 29-32.

51.Годик М.А. Физическая подготовка футболистов в подготовительном периоде // Фан – спортга, 2007, №3, с. 14-18.

52.Годунова Н.И. Взаимосвязь качества приема мяча снизу двумя руками с верхней подачи с различными сторонами подготовленности юных волейболистов: Автореф. дисс... канд.пед.наук. – М.: МГАФК, 1999 - 24 с.

53.Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: тренировка точности юных спортсменов. М.: 1994, 81 с.

54.Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: закономерности игры и тенденции развития техники /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №1. – М.: РГАФК, 1997 – 44 с.

55.Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: техника сильных ударов /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №2. – М.: РГАФК, 1997 – 50 с.

56.Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: техника игры в шаге /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №3. – М.: РГАФК, 1998 – 52 с.

57. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: принципы технического брака /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №4. – М.: РГАФК, 1998 – 52 с.

58. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: перенос тренированности в точности выполнения приемов /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №5. – М.: РГАФК, 1998 – 50 с.

59. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: быстрота и точность действий с мячом /Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №6. – М.: РГАФК, 1999 – 52 с.

60. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: основы организации и тренировка точности технических приемов / Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №7. – М.: РГАФК, 1998 – 52 с.

61. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: аналитические закономерности взятия ворот / Методическая разработка для слушателей ВШГ. Вып. №14. – М.: РГАФК, 2000 – 31 с.

62. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: универсальная техника атаки. – М.: Спорт Академ Пресс, 2001– 72 с.

63. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол: теоретические основы и методика контроля технического мастерства. – М.: ФиС, 2001 – 205 с.

64. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола – Том I. Техника игры – М.: Спорт Академ Пресс, 2002 – 472 с.

65. Гордон С.М., Ильин А.Б. Оценка психической готовности к соревновательной деятельности спортсменов разных специализаций и квалификаций (на примере циклических, игровых видов и спортивных единоборств) // Теор. и практ. физ. культ. – 2004, №2 – с. 46-49.

66. Денисенко Ю.П. Физиологические основы повышения эффективности подготовки футболистов. Науч. съезд физиологов СНГ – М.: Медицина – Здоровье, 2005 – 204с.

