

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ**

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

МАЖИДОВ НОДИРЖОН ЗАРИФОВИЧ

**ЮҚОРИ МАЛАКАЛИ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ГУРУҲЛИ
ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ**

Таълим йўналиши: 5810200 Спорт (Футбол)

БИТИРУВ МАЛАКАВИЙ ИШИ

Иш кўриб чиқилди ва ҳимояга
қўйилди.

“Футбол ва кўл тўпи” кафедраси

муdiri проф.Нуримов Р.И.

“___” _____ 2008 йил

Илмий раҳбар:

Давлетмуратов С.Р._____

ТОШКЕНТ 2008

МУНДАРИЖА.

КИРИШ.....	3
I.БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ГУРУҲЛИ ТАКТИК	
ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ ЙЎЛЛАРИ.....	5
1.1.Футболчиларни гуруҳли тактик ҳамкор ҳаракатларини тузилиши.....	5
1.2.Гуруҳли тактик ҳаракатларни қайд қилиш ва баҳолаш.....	10
II БОБ . ТАДҚИҚОТ МАҚСАДИ , ВАЗИФАСИ УСУЛЛАРИ ВА	
ТАШКИЛ ҚИЛИНИШИ.....	20
2.1.Илмий адабиётлар таҳлили.....	20
2.2.Анкета сўровномаси.....	20
2.3. Педагогик кузатишлар.....	21
2.4. Математик статистика усуллари.....	21
III.БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИ ЮКЛАМАЛАРНИ ТУЗИЛИШИ,	
ЯККА ВА ГУРУҲЛИ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИ.....	22
3.1. Малакали футболчилар мусобақа фаолияти тузилишини диагностик таҳлили.....	22
3.2.Якка тартибдаги тайёргарлик тузилиши ва гуруҳли ҳужумкор ҳаракатлар даражасини баҳолаш.....	28
3.3.Юкламалар тузилиши ва гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда машқ жараёнини ташкил этиш хусусиятлари.....	35
ХУЛОСАЛАР.....	40
ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ.....	42

КИРИШ.

Футболда, ҳар қандай бошқа спорт ўйинидаги каби, ғалабага интилувчи икки жамоа учрашади. ғолиблик учун жанг спортчилардан жисмоний, иродавий ва ақлий қобилиятларнинг кучли зўриқишини талаб этади. Футболчилар ўз маҳоратини тўлалигича намоён этиш орқали куч жиҳатдан тенг рақиб билан олишувда ютуққа эришиши мумкин. Учрашув давомида турли жанг усуллари ва воситаларини қўллаган ҳолда, ҳар бир жамоага, агар у тўпга эгалик қилса –кўп марта ҳужум қилишига ёки тўп рақибда бўлганида – ҳимояланишга тўғри келади. Шу боис, тактикада энг муҳими –мақсадга эришишга ёрдам берувчи ҳужумкор ва мудофаа ҳаракатларини олиб бориш шакллари, усуллари ва воситаларини аниқлаш ҳисобланади.

Футболчи тактикаси моҳияти –рақиб қаршилигини енгиб ўтишда ўз имкониятлари (жисмоний, тактик, руҳий)ни катта самарадорлик билан амалга ошириш имконини берувчи ўйин усуллари қўллашдан иборат.

Футболда тактик мақсад рақиб жамоасини унинг учун ноқулай услубда ўйин олиб боришга мажбур қилиш учун интилишдан келиб чиқади. Мақсад тактик режада муфассал аксини топади. Бу режа вазифалар ва уларни ечиш учун назарда тутилган усуллар рўйхатидан иборат.

Тактик мақсад ва режа –жамоа тактикасини бўлажак ўйиндаги бошланғич моделидир. Агар улар ўйинчиларнинг реал имкониятларини ҳисобга олган ҳолда ишлаб чиқилган бўлса, бўлажак ўйин шароити (жумладан, рақиб имкониятларини ҳам) хусусиятларини акс эттирса, 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.

Илмий ишнинг долзарблиги – гуруҳли тактик тайёргарликка тегишли саволларни ўрганиш.

I.БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ГУРУҲЛИ ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ ЙЎЛЛАРИ.

1.1.Футболчиларнинг гуруҳли 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 машҳур амалиёти мураббийлар турли спорт ўйинларида таъкидлаб ўтишган. (Б.А.Аркадьев (3), О.П.Базилевич (5), К.И.Бесков (8), А.Я.Гомельский (12); Г.Д.Качалин, И.А.Кошбахтиев (16); В.В.Лабановский (17); В.А.Маслов (19); М.И.Якушин (26). Мазкур мутахассислар фикрича, юқори малакали жамоаларда гуруҳли тактикага катта эътибор қаратилиши лозим. 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 бажарилади.

Табиийки, ўйиннинг бундай тузилиши барча жисмоний ҳислатларга катта талаблар қўяди; барча чизиқлар ва бўғинлардаги ўйинчиларни ўзаро ҳамкорликда ва алмашиб ҳаракатланиши, бутун матч давомида ўйиннинг

юқори маромини сақлаб қолишга ва ўйин юкламаларини барча спортчиларга бир текис тақсимлашга имкон яратади.

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

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

Чунки, жаҳон футболидаги 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, мантикийлик, жамоавийлик билан таърифланувчи замонавий футболда ижобий натижага олиб келмайди. Лекин, бу шахсий ўзига хосликни буткул инкор этиш керак, дегани эмас. Жамоавий ўйин модели биринчи навбатда, белгиланган жамоавийлик тамойилларига риоя қилишга қодир футболчи моделини назарда тутди, бироқ бундаимпровизация, яъни тайёргарлик кўрмасдан тўсатдан ҳаракатланиш имкониятини инкор этиш ўринсиздир. Бундан ташқари, жамоавий футбол илғор, тобора юксалиб борувчи тактикага асосланади ва бунда спортчи индивидуаллигини кенг қўламда 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 камайитириш 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 бенуксон тарзда, зарурият бўлганда майдоннинг исталган қисмида ҳам ҳимояда, ҳам ҳужумни якунлашда яхши ўйин кўрсата оладиган футболчи

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 тезлик 45,5-47 %. Бу 3000 мни 9 мин 40 с.- 10 мин ичида югуриб ўтишга имкон беради. 3) МҚО 60-70 мл/кг/мин. 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 сек.

О.П.Базилевич, Г.М.Гаджиев (6) Россия чемпионатидаги жамоаларнинг 85 та ўйинида 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 ҳужумкор ҳаракатларни уюштириш билан жамоавий ўйин ташкил эта олиш, шунингдек, ҳужумкор ҳаракатлар умумий йиғиндисини бу зонадан берилган ҳужумлар улушининг катта бўлишидир –42%.

Муаллифлар 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 ҳужумларни 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 ҳужумларнинг 20%) ҳужумкор ҳаракатларни бошлайди.

М.С.Полишкмс (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, ғолибларда дарвозага берилган зарбалар кўрсаткичи, енгилганларга нисбатан, каттароқ бўлади. ($P < 0,05$).

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

Юқорида келтирилган маълумотлар якка тартибдаги ва жамоавий ўйинларни ўзаро, нақадар узвий боғлиқлигини кўрсатади. Якка тартибда олиб бориладиган ўйин, агар у жамоа манфаатига хизмат қилса, ҳамда, юзага келган 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. Бироқ, агар вақтда жамоанинг бошқа ўйинлари ўйин мантиқига 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, уста жамоалар даражасида, гуруҳли ва жамоавий ҳаракатлардаги ўзаро ҳамкорлик даражаси тактик тайёргарликнинг муҳим томони ҳисобланади. Ҳамкор ҳаракатлар самарадорлиги, пухта машқ қилган тактик усулларни ноананавий 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 қўламда ёритилмаган. Бугунги кузатувлар ва футбол мутахассислари фикрига кўра, тактик тайёргарликка етарлича эътибор

қаратилмаяпти. Ўзбекистон Олий ва биринчи лигасида уста жамоаларнинг ўқув тайёргарлик машғулоти кузатуви ишни кўрсатадики, (ЎЗДЖТИ футбол кафедраси 2000-2001 й учун илмий ҳисоботи), тактик қобилиятларни ривожлантириш учун қўлланиладиган машқлар етарли эмас экан. 2-3 та футболчини қаршиликсиз тўп юритиш ва майдон ичкарасидан тўп узатиб, дарвозага зарба бериш каби машқлар ҳаддан ташқари кўп қўлланилади. Рақиб томонидан фаол қаршилик кўрсатиш шароитидаги машқлар жуда кам қўлланилади. Турли ҳужум босқичларини моделлаштирувчи машқлар, яъни ўрта зонада ҳужум ривожланишини моделлаштирувчи машқлар; турли усулларда дарвозага зарба бериш билан ҳужумни якунлашни моделлаштирувчи машқлар деярли қўлланилмайди. Мудофаа вақтидаги гуруҳли ва жамоавий ҳаракатларни моделлаштирувчи тактик йўналишдаги машқлар умуман қўлланилмайди.

Ўзбекистон терма жамоасининг расмий ўйинлар (матч)даги мусобақа фаолиятини педагогик назорати шуни кўрсатадики, футболчилар олдинга ва олдинга юрган ҳолда бажарилган турлича тўп узатишларда, майдоннинг рақибга тегишли қисмида ва жарима майдончасида бажариладиган техник-тактик ҳаракатлар вақтида кўп ҳатоларга йўл қўйдилар. Ҳатоларнинг энг катта фоизи (60%) спортчилар мудофаа вақтида бажарадиган тўпни эгаллаш ва рақибдан тўпни тортиб олиб ҳаракатларига тўғри келади.

1.2. Гуруҳли 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 омилли 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 келаётган вазиятга боғлиқ ҳолда, 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 хужумда иштирок этаётган рақибларни катта гуруҳини тўсиш имконини беради.

**Англия ва Олмония терма жамоаларининг техник-тактик
харакатлари 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

Олдинга қараб узун ва ўрта узатишлар ёрдамида гуруҳли ҳамкор
ҳаракатлар биринчи омилда муҳим аҳамиятга эга. Кескин хужумни 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 Англия ва Олимпия терма жамоаларининг жамоавий тактикасини ўрганиш давомида ўйинчиларни техник-тактик ҳаракатларини анъанавий усуллар билан баҳолашди. 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 миқдор 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 ишончилиги (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”, “стенка на третьего” 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 (Қ.В)ни юзага келтириш билан белгиланади.

Қ В ни асосий белгилари:

- нишонга зарба бериш билан ҳужумни якунлаш;
- рақиб жарима майдонида ҳужумни якунлашга фаол уриниш. Масала, ён томондан ўқсимон узатишни амалга ошириш учун кураш;
- ҳужумни бурчакдан зарба бериш билан якунлаш.
- ҳужумни эркин ва жарима зарбалари билан якунлаш.

Дастлабки кўрсаткичлар (ТХУ₁ ва ОУ₁) маълумотдорлиги ТХУ₂ ва ОУ₂ сон кўрсаткичи билан ҚВ сони орасидаги ўзаро алоқадорлик коэффиценти бўйича аниқланди.

Қуйидагилар аниқланди:

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

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

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

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

Бу натижалар ўйин амалиёти билан тасдиқланади. Рақиб майдонида ТХУ₂ ни имкони борида кўпроқ қўллаш керак, чунки уларнинг аниқлиги шундай узатишлар ҳажми, ҚВ сони ва ўйиннинг умумий натижаси билан статистик боғлиқдир. 2-жадвалда катор терма жамоалар ўзаро ҳужумкор ҳаракатлари самарадорлигини интеграл баҳоланиши келтирилган.

2-жадвал.

Миллий терма жамоалар ҳужумкор ҳаракатлари самарадорлигини интеграл баҳоланиши.

(М.А.Годик, П.П.Черепанов, Р.З.Галеев маълумотлари бўйича).

Рақиблар	Ўйиннинг якуний натижаси	ТХУ ₂ 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
---------	-----	-----------	------------

Шундай қилиб, бир томондан ТХУ₁, ТХУ₂, ОУ₁ ва ОУ₂ сонлари орасидаги статистик боғлиқлик; иккинчи томонидан, Қ В сони билан ўйин натижаси орасидаги боғлиқлик ўйин ўйин натижасига ТХУ ва ОУ сонлари нисбати ҳамда майдонда узатишларни қўллаш жойи (жумладан, рақиб майдонидаги ТХУ₂ 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;

-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 қўшган аниқ ҳиссасини янада фарқли равишда баҳолаш имконини беради.

Шуни таъкидлаш жоизки, охириги вақтда Ўзбекистонда гуруҳли тактик ҳаракатларга тааллуқли тадқиқотларга қизиқиш тобора ортиб бормоқда. И.А.Кошбахтиев ишлари 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. 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 қобилитини 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

фаоляти жаҳон чемпионати давомида кузатиб борилди. Таҳлил натижасида ўйинчилар орасида ҳамфикрлик, ҳамкорлик тартибини тез-тез бузилиши рўй берган ўйин лаҳзалари аниқланди.

3-жадвал.

Ўйинчилар орасида тез-тез тушунмовчиликлар келиб чиқадиган ўйин лаҳзалари.

Ўйин лаҳзалари	Кутилмаган 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

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.

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

Ўйин амплуалари уйғунлигига боғлиқ равишда хатоларнинг фоиз нисбати.

		Хатолар тури (%да)				
Ўйин амплуалари уйғунлиги	Хатолар сони (умумийга)	Кутилмаган 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

Ўйинчилар орасидаги тушунмовчиликлар “ҳужумкор-ҳимоячи” (61%) ўйин бирикмасида энг кўп учрайди. “Хужумкор-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 “Хужумчи-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 суи ишлаб чиқилган.

II БОБ . ТАДҚИҚОТ МАҚСАДИ , ВАЗИФАСИ УСУЛЛАРИ ВА ТАШКИЛ ҚИЛИНИШИ.

Тадқиқотнинг мақсади: Юқори малакали жамоаларда футболчиларни ўқув-машғулот жараёнида тактик тайёргарлигини ўрганиш хусусиятлари.

Тадқиқот вазифалари:

1. Футболчиларни тактик маҳоратини жисмоний ва техник-тактик ҳаракатлар орқали назорат қилиш.
2. Футболчиларни ҳаракат фаолиятини қиёсий таҳлил орқали назорат қилиш, тест натижаларни ўрганиш.
3. Футболчиларга мос келадиган машқлар дастурини ишлаб чиқиш

Тадқиқотни ташкил қилиниши —“NBU-Осиё” (Биринчи лига) жамоада ва “Трактор” (Олий лига) жамоаларининг футбол майдонларида кузатилади.2007й тайёрлов ва мусобақа даврларидаги ҳаракатларини ўрганилди.“

Тадқиқот ишининг услублари:

Илмий–услубий адабиётлар таҳлили,
Анкета сўровномаси,
Педагогик кузатишлар,
Математик статистик усуллари.

2.1.Илмий адабиётлар таҳлили.

Илмий адабиётлар таҳлил қилиш жараёнида, футболчиларнинг майдонда ҳаракат фаолиятида беҳато бажаришлари жамоани ғалабага олиб келиши техник-тактик ҳаркатлари кўпгина футбол мутахассислар томонидан ўрганилганлиги ва футболчиларнинг ҳаракат фаолиятларида қиёсий таҳлилида амин бўлдик.

2.2.Анкета сўровномаси.

Сўровномада якка ва гуруҳли тактик тайёргарликни такомиллаштириш, футбол мутахассис фикрларни ўрганиш учун сўровнома ўтказилди. Сўровномада 9та юқори малакали мурабийлар, 5та БЎСМ мурабийлари ва 4та олий тоифадаги хакамлар. Анкета сўровномасида шу мавзуга тегишли 4 саволдан иборат.

2.3.Педагогик кузатишлар.

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. Педагогик назорат кўрсатдики, ҳимоячини, ярим ҳимоячини ва ҳужумчини-максимал-субмаксимал югуриш, меъёрида югуриш, енгил югуриш ҳолларда ҳаракат фаолиятларини кузатиб бордик.

Тадқиқот ишларимизда футболчи жамоалар билан майдонда учрашувлар кузатишни олиб бордик.

Педагогик кузатиш –“NBU-Осиё” (Биринчи лига) жамоада ва “Трактор” (Олий лига) жамоаларининг футбол майдонларида кузатилади.

2.4.Математик статистика усуллари

Берилган кузатувлар давомида маълумотлар статистик методлар томонидан қайта ишлаб чиқаришга олиб келинди,

Изоҳ: $\bar{X}$ -кўрсаткичининг ўртача арифметик қиймати.

δ -ўртача квадратик оғиш.

$V(\%)$ -вариация коэффиценти.

SX -ўртача арифметик қийматнинг стандарт хатоси.

III. БОБ. ФУТБОЛЧИЛАРНИ ЮКЛАМАЛАРНИ ТУЗИЛИШИ, ЯККА ВА ГУРУХЛИ ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАРИ

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 мусобақа фаолияти қайд қилинади ва самарадорлик, ҳажм хилма-хилликни белгиловчи мезонлар аниқланади. Келгусида, мусобақа фаолиятини назорат қилиш давомида мусобақа юкламаларини тайёргарлик қисмидаги ҳажми ва тақсимланишини ҳисобга олиш ҳамда уларни спортчи ва жамоани тайёргарлик даражасига таъсир этишни баҳолаш керак.

Футболда мусобақа фаолиятини назорат қилиш натижаларини қўлланилаётган қайд қилиш усуларини серахборотлиги аниқлиги ва ишончлилигига боғлиқ.

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, гуруҳли 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 мусобақа

фаоляти кўрсаткичлари спортчилар тайёргарлигини бошқаришда мезон вазифасини ўтайди.

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

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

6 карра жаҳон чемпиони бўлган Бразилия терма жамоасини беллашув фаоляти кўрсаткичлари бошқа футбол жамоалари учун эталон вазифасини ўтайди.

5-жадвал.

Охириги жаҳон чемпионатида Бразилия терма жамоасини ва 1988 йилги Олимпиада чемпиони Собик Иттифок терма жамоасининг мусобақа фаоляти кўрсаткичлари.

№	Кўрсаткичлар	Аниқ	Аниқ эмас	Самарадорлик
1	Тўпни майдон кўндалан-гига ва орқага қисқа ва ўрта узатишлар	110	6	0,94
		140	-	1,0
2	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар.	200	24	0,89
		206	24	0,90
3	Узун узатишлар.	45	36	0,55
		40	24	0,63
4	Тўп суриш.	50	0	1,0
		80	0	1,0
5	Четлаб ўтиш.	60	24	0,71
		30	6	0,83
6	Тўпни тортиб олиш.	80	44	0,64
		20	24	0,45

7	Тўпни эгаллаш.	110	18	0,86
		50	0	1,0
8	Бош билан уриш (зарба бериш).	30	19	0,61
		12	6	0,67
9	Дарвозага зарба бериш.	25	14	0,64
		17	8	0,61
10	Техник-тактик ҳаракатларнинг умумий кўрсаткичлари.	710	185	0,79
		613	92	0,87

Изоҳ: юқори сатрда –Собик Иттифоқ терма жамоаси кўрсаткичлари.

Пастки сатрда –Бразилия терма жамоаси кўрсаткичлари.

5-жадвалдаги маълумотлар таҳлили шуни кўрсатиб турибдики, Собик 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 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

хам 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.

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

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

Изоҳ: юқори сатр –“Эталон” кўрсаткичлар.

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

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%).

Ўзбекистон жамоаларида эса техник усуллар умумий кўрсаткичларнинг нисбатан кичик ҳажми (581)дан атиги 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“Трактор” ва “NBU-Осиё” футбол жамоаларининг жамоавий ҳужумкор ҳаракатларини қиёсий таҳлили акс эттирилган. (7-жадвал).

**“Трактор” ва “NBU-Осиё” футбол жамоаларининг гуруҳли
хужумкор ҳаракатларини қиёсий таҳлили.**

Комбинацияларда иштирок этувчи ўйинчилар сони.		2	3	4	5	6	7	8	Жами
“Трактор”	Комбинациялар сони	24±6	54±4	36±8	20±6	18±4	12±6	-	182±5
	Фоизларда	13,2	29,6	19,8	11	9,9	6,6	-	100
“NBU-Осиё”	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: ($P \leq 0,01$) $X \pm \delta_n$.

Гуруҳли хужумкор ҳаракатларни қиёсий таҳлили шуни кўрсатдики, 4,5,6 ва 7 та ўйинчи иштирокидаги комбинацион ҳаракатлар сони “Трактор”да кўп, “NBU-Осиё” эса камдир. Масалан, “NBU-Осиё” оддий 2 юришли комбинациялар барча хужумларнинг қарийб ярмини ташкил этади (46,2%). “Трактор” 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% “NBU-Осиё” –27,7%ни ташкил этади. Бирорта ҳам 8 карра юришли комбинациялар учрамади.

Шунга эътиборни қаратиш лозимки, гуруҳли ҳужумкор ҳаракатларда 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, шунини айтиш мумкинки, малакали футболчилар мусобақа фаолиятининг диагностик таҳлили футболчиларни гуруҳли ҳужумкор ҳаракатларини такомиллаштириш учун шароит яратади.

Жамоа малакаси қанчалик юқори бўлса, 4,5,6 юришли комбинациялар солиштирма 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 тузилиши 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.

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 ишончилиги.

8-жадвал.

**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	Югуриш.	0,846
4	3000 мга югуриш (мин)	0,922
5	Олдинга қисқа ва ўрта узатишлар (сони)	0,776
6	Самарадорлик	0,758
7	Тўпни майдон кўндалангига ва орқага қисқа ва ўрта узатишлар.	0,816
8	Самарадорлиги.	0,830
9	Узун узатишлар (сони).	0,822
10	Узун узутишлар самарадорлиги.	0,710
11	Тўп суриш (сони).	0,916
12	Тўп суриш самарадорлиги.	0,910
13	Тўпни тортиб олиш (сони).	0,736
14	Самарадорлиги.	0,715
15	Рақибни четлаб ўтиш.	0,750
16	Четлаб ўтиш самарадорлиги.	0,730
17	Бош билан зарба бериш (сони).	0,780
18	Бош билан зарба бериш самарадорлиги.	0,740
19	Дарвозага зарба бериш (сони).	0,720
20	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

Мусобақа шароитларида қўлланган тестлар кичик барқарорлик коэффциентига эга. Тўпни майдон кундалигига ва орқага қисқа ва ўрта узатишлар, тўп юритиш каби мураккаб бўлмаган техник усулларда бу коэффциент қийматлари катта бўлади. Узун узатишлар, рақибни четлаб ўтиш, тўпни олиб қўйиш, бош билан зарба бериш, дарвозага зарба бериш, жамоавий ҳамкор ҳаракатлар каби мураккаб техник усулларда барқарорлик коэффциенти кичик бўлади.

Умуман олганда, ўйин шароитидаги барқарорликнинг кичик коэффциенти 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.Айропетъянц (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 "NBU-Осиё" жамоаси ва олий лига "Трактор" жамоаларининг жисмоний тайёргарлиги, якка тартибдаги тактик ҳаракатлар ва гуруҳли ҳамкор ҳаракатлар кўрсаткичлари баҳоланди.

"NBU-Осиё" ва "Трактор" жамоалари футболчиларининг тайёргарлик кўрсаткичлари ўртача қийматларини қиёсий таҳлили 9-жадвалда кўрсатилган.

Жадвалдан кўриниб турибдики, “ Трактор ” жамоаси футболчилари барча кўрсаткичлар бўйича “NBU-Осиё” футболчиларидан ўзиб кетган. (I-лига). Агар умумий ва махсус жисмоний тайёргарликни (30 м.га 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.

“NBU-Осиё” жамоаси футболчилари ва “ТРАКТОР” жамоани тайёргарлиги кўрсаткичларининг ўртача қийматлари ва статистик хусусиятларини қиёсий таҳлили.

№	Кўрсаткич номланиши	“NBU-Осиё”				“Трактор”			
		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 7 ч 50м (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
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 ҳаракатлари 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.

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 яқка 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, “NBU-Осиё” жамоасида у анча каттадир.

Масалан, тўпни тортиб олиш сони кўрсаткичи бўйича 1-лига жамоасида $V_k 58,2 \%$, олий лигада $V_k 25,9 \%$. 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 $V_k 102 \%$.

“NBU-Осиё” 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.

“NBU-Осиё” 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.

3.3. Юкламалар тузилиши ва гуруҳли тактик ҳаракатларни

такомиллаштиришда машқ жараёнини ташкил этиш хусусиятлари.

Футболда гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштиришда юкламалар ўлчамларини машқлар катталиги, йўналиши, ихтисослашуви ва координацион мураккаблигини ҳисобга олиш керак. Бунда юкламалар ўлчамлари мусобақа фаолиятини таҳлил қилишда аниқланган даражаларга мос келиши лозим.

Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш давомида ҳар бир машғулот, кун ва микроцикл учун аниқ мақсадни белгилаш мақсадга мувофиқдир. Тайёргарлик босқичлари ва машғулот тузилишига боғлиқ ҳолда тактик машқларни енгиллаштирилган, қийинлаштирилган ва мусобақа шароитига максимал яқинлаштирилган шароитларда қўллаш лозим.

Юқорида кўрсатилган тавсияларни ҳисобга олиб, гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш бўйича махсус машқларни уларнинг мураккаблиги, 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.

Қуйидаги машқлардан мисоллар келтирилган.

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

1.Икки ҳимоячи 2 ёки 3 та ҳужумчи қарши ўйин олиб боради. Ҳимоячилар вазифаси –тўпни эгаллагач, уни марказий айланада жойлашган ўйинчи ёки мураббийга аниқ узатиш. Ўртача пульс (томир уриши) 170 зарба|мин.

2.Тўртта ҳимоячи диагонал бўйича жойлашади. Ҳужум мураббий сигнали бўйича, ўнг ёки чап қанотдан бошланади. Ҳимоя ўйинчилари диагонал бўйича эҳтиётлаб туриш ҳолатини сақлаб қолишлари лозим; тўпни тортиб олиб, қисқа, ўрта ва узун узатишлар ёрдамида ўрта зонага ўтказишлари керак. Ўртача пульс-170 зарба|мин.

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. Ўрта пульс 180 зарба|мин.

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|мин.

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|мин.

***III.Хужум зонасида ўйин вазиятини моделлаштирувчи машқлар.
(хужумни яқунлаш).***

6.Бу машқда тўртта ҳимоячи, 3 та ҳужумчи ва майдон ҳужум қилувчи 1 та ҳужумчи. Ҳужмчилар 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 дарвозага зарба бериш билан яқунлаш. Мураббий тўп узатиш усулларини ўзгартиради. (пастлатиб ярим баланд, баланд).

Майдон ўртасидаги ўйинчи вазифаси –шунигдек, ўйин вазиятига мос равишда ҳужумга тўғри қўшилиш. Ўртача пульс 175 зарба|мин. 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 ён қанот (фланг) бўйлаб ўтиш, жарима майдончасига узатиш (қолган ўйинчилар бу вақтда марказий айланадан силжиб, жарима майдончасига яқин бўлган қулай ўринни эгаллаши керак;

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

4.Марказий айланага қайтиш ўртача пульс 180 зарба|мин.

IV.Футбол майдонини бутун ҳудуди бўйлаб ўйин вазиятларини моделлаштирувчи машқлар.

8.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|мин. (6-расм).

9.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 зарб|мин.

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

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-15 минутдан ортиқ эмас. Шунингдек, машқ бажаришни зарурий шарти шундан иборат эдики, юрак қисқаришлари сони (ЮҚС) минутига 165 зарбадан кам бўлмаслиги керак эди. Чунки, тақвимий ўйинлар вақтида ЮҚС ўртача катталиги айнан шунақа бўлади.

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

ХУЛОСАЛАР.

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

1. 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).

2. 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.

3. Гуруҳли тактик ҳаракатларни такомиллаштириш дастурини тузишда қуйидагиларни 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.

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

- ҳимоя зонасидаги ўйин вазиятлари;
- ўрта зонадаги ўйин вазиятлари;
- ҳужум зонасидаги ўйин вазиятлари;
- футбол майдонининг бутун ҳудуди бўйлаб ўйин вазиятлари.
- стандарт ҳолатлар.

5. 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|мин) 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. Айропетьянц Л.Р. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: Автореф. дис. докт.пед.наук. –М., 1992.-40 с.

2. Алешков И.А., Невмянов А.М. О принципах выбора и информативности показателей исследуемых в качестве модельных характеристик в спортивных играх. //Проблемы моделирования: Сб.ст-М., 1985.-С.126-133.

3. Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры. //Борис Аркадьев: Сб./Сост. А.А.Горбунов-М.: Физкультура и спорт, 1999.-335 с.

4. Асташев А.С., Марушкин Ю.Ф., Николаев С.А., Травина А.П. Об игровом взаимопонимании. //Хоккей: ежегодник.-М., 1983.-С. 46-48.

5. Базилевич О.П. Управление подготовкой высококвалифицированных футболистов на основе моделирования тренировочного процесса: Автореф. дис. канд.пед.наук.-М., 1983.-20 с.

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

7. Безак И., Мацак И. Опыт оценки способностей футболистов методом тахистоскопии //психология и современный спорт. /Сост П.А.Рудик, В.В.Медведев, А.В.Родионов.-М.: Физкультура и спорт, 1973.-С.260-279.

8. Бесков К.И. Игра нападающих. –М.: Физкультура и спорт, 1958.-107 с.

9. Бетти Э. Современная тактика футбола /Пер.с англ.-М.: Физкультура и спорт, 1974.-200 с.

10. Гербертер З. Коммунация игры // Футбол-Хоккей.-1968.-№9.-С.5-7.

11. Годик М.А., Черепанов П.П., Галиев Г.З. Интегральная оценка атакующих действий. //Футбол: ежегодник.-М.: 1984.-с.7-12.

12. Гомельский А.Я. Управление командой в баскетболе.-М.: Физкультура и спорт, 1976.-144 с.

- 13.Гриндлер К., Палке Х., Хеммо В. Физическая подготовка футболистов.-М.: Физкультура и спорт, 1976.-229 с.
- 14.Жариков Е.С., Шигаев А.С. Психология управления в хокее.-М.: Физкультура и спорт, 1983.-183 с.
- 15.Качалин Г.Д. Тактика футбола.-М.: Физкультура и спорт, 1986.-128 с.
- 16.Кошбахтиев И.А. Управление подготовкой футболистов вўсокой квалификации.-1998.-98 с.
- 17.Лобановский В.В. Бесконечнўй матч.-М.: Физкультура и спорт, 1989.-19 с.
- 18.Майоров Б.А., Шигтаев А.С. Мўшление и время в хокее /Хоккей: Ежегодник.-М., 1982.-С. 19-23.
- 19.Маслов В.А. Новое как оно вўглядит? //Футбол-Хоккей.-1968.-№ 5.-С. 10-12.
- 20.Миронова Т.С. Межличностнўе восприятия основнўх и запаснўх игроков в гандболе //научно-спортивнўх вестник.-1989. №5. С.5-7.
- 21.Полишкис М.С., Вўжгин В.А., Сагаста Р.Р. технико-тактическая подготовка квалифицированнўх футболистов / Учеб. пособие для слушателей ВШТ.-М., 1988.-88 с.
- 22.Скоморохов Е.В., Голденко Г.А. Факторная структура технико-тактической деятельности команд среднеевропейской зонў //Футбол: Ежегодник, 1984.-С. 5-7.
- 23.Хьюс Ч. Футбол: Тактические действия камандў / Пер. сангл.-М.: Физкультура и спорт, 1979.-144 с.
- 24.Чанади А. Футбол, стратегия / Пер с венг.-М.: Физкультура и спорт, 1981.-208 с.
- 25.Шигаев А.С. Коллектив, группа как объект управления // Хоккей: Ежегодник.-М.: 1982.-С. 51-56.
- 26.Якушин М.И. Вечная тайна футбола.-М.: Физкультура и спорт, 1988.-224 с.

АНКЕТА СЎРОВНОМАСИ

Сизни тажриба ва билимингизни ҳисобга олганда, юқори малакали футболчиларни якка ва гуруҳли тактик тайёргарлигини такомиллаштиришда бир қатор саволларга жавоб беришингизни сўрайман. Танланган жавобни Сиз тегига чизасиз, “Бошқа фикр” қаторига эса ўзингизни вариант жавобини ёзасиз.

1. Юқори малакали футболчиларнинг тайёргарлигида тактик тайёргарлик қанча ўрин эгалайди?

- Муҳим
- Ўртача
- Иккинчи даражада
- Бошқа фикр_____

2. Ўқув-машғулот жараёнида тактик тайёргарлигига қанча % вақт ажратиш керак?

- 20-40%
- 40-60%
- 60-80%
- 80-100%
- Умуман вақт ажратиш керак эмас.
- Бошқа фикр_____

3. Тактик тайёргарликни ривожлантириш ва такомиллаштириш учун қайси даврида ўтказгани маъқул?

- Тайёрлов даврида
- Мусобақа даврида
- Ўтиш даврида
- Ҳеч қайси
- Бошқа

фикр _____

4. Сиз тактик тайёргарликни ривожлантириш ва такомиллаштириш учун махсус машқлар ўтказасизми?

- Ҳа, албатта

- Йўқ
- Керак эмас
- Бошқа

фикр _____

Ф.И.Ш. _____

Мурабийлик стаж: _____

Имзо: _____

Раҳмат!