

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI MADANIYAT VA SPORT ISHLARI  
VAZIRLIGI

O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA INSTITUTI

**ISLAMOV OLIM ODILOVICH**

**FUTBOLCHILARNING MUSOBOQA SHAROITIDA  
HARAKAT FAOLIYATLARINI ANIQLASH.**

Ixtisosligi: 5A810200 «sport» (futbol turi bo‘yicha)

**BITIRUV MALAKAVIY ISHI**

Ish ko‘rib chiqildi va

himoyaga qo‘yildi.

Futbol va qo‘l to‘pi

kafedrası mudiri

Prof R.E.Nurimov\_\_\_\_\_

\_\_\_ 2013 yil

Ilmiy rahbar

Artiqov A.A.\_\_\_\_\_

Toshkent-2013y

## **Mundarija**

### **KIRISH**

#### **I. BOB. ILMIY ADABIYOTLARNI O‘RGANISH**

1. 1. Maydondagi o‘yinchilarning yugurish harakatlari
1. 2. Maydondagi o‘yinchilarning o‘yin davomida harakat faoliyatlari

#### **II. BOB. MALAKAVIY BITIRUV ISHNING MAQSADI, VAZIFALARI, USLUBLARI VA OLIB BORILISHI**

- 2.1 Bitiruv ishining maqsadi va vazifalari
- 2.2 Qo‘llanilgan uslublar

#### **III. BOB. TURLI MALAKAGA EGA BO‘LGAN JAMOALARDAGI FUTBOLCHILARNING HARAKAT FAOLIYATINI TEKSHIRISH**

- 3.1. Turli tabaqa jamoalaridagi futbolchilarni amplusiga qarab harakat faoliyatlarining natijalarini tekshirish
- 3.2. Turli malakali futbolchilarini amplusiga qarab harakat faoliyatini taqqoslash

### **Xulosalar**

### **Adabiyotlar ro‘yxati**

## KIRISH

O'zbekiston Respublikasi mustaqillikka erishgan so'ng xar bir jabhada rivojlanib kelmoqda. SHu o'rinda sport va jismoniy tarbiyada hukumatimiz tomonidan katta e'tibor berilmoqda. Futbol bo'yicha so'nggi o'tkazilgan xalqaro uchrashuvlarda futbol jamoalarimiz katta g'alabalarni qo'lga kiritishdi.

Lekin, bu kabi yutuqlar bilan futbolimiz keng rivojlanmoqda deya olmaymiz. Milliy chempionatlarimizda futbol jamoalari ko'rsatgan o'yinlari zamonaviy futbol talabiga javob beraolmaydi deb hisoblaymiz.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1996 yil 17 yanvardagi Qaroriga binoan O'zbekistonda futbol jamoalarini moddiy ta'minlash, shuningdek trenerlar tarkibining malakasini oshirish uchun shart-sharoitlar yaratib kelinmoqda.

O'zbekiston Respublikasida ham sport turlarini, jumladan futbolni rivojlantirishga katta etibor qaratilmoqda. Futbol yuzlab professional va miglab ishqibozlarga ega bo'lgan ommaviy sport turi hisoblanadi. Bu sport turi bilan bolalar ham, sport fahriylari ham shug'ullanadi.

Futboldagi yangi va samarali usullarning paydo bulishi, futbolchilarning xarakatlari yuksak darajada bulishini talab etmokda. xar bir futbolchi bir uyin davomida jamoasining galaba kozonishi uchun ko'pgina xarakatlarni bajarishadi.

Hozirgi kunda o'yinchilarning harakatlanishi, ya'ni maydonda to'p bilan va to'psiz sekin, tez yugurish va maksimal tezlikda yugurishlari ko'pgina murabbiy va futbolga oid mutaxasislarni qiziqtirib keladi.

Futbolchilarning o'yin jarayonida yugurib o'tiladigan masofaning hajmi ularning to'p bilan va to'psiz har xil tezlikda bajaradigan harakatlarning soni va davomiyligi bilan belgilanadi. Musoboqalar uchun bu hajimni har bir o'yinchi uchun belgilash, har kungi o'quv mashg'ulotlari jaryonida uni amalga

o'shinish murakkab ish ekanligi hammaga ayon. Biroq o'yin maboynida bu harakatlarni o'lchamini rejalashtirish hamon qiyin bo'lgan vazifa sifatida qolmoqda.

SHundan kelib chiqib, maydonda futbolchilarning harakat faoliyati hozirgi kun futbolida dolzarb masala hisoblanadi. SHuning uchun mazkur ish mavzusi tanlangan.

**Ishning maqsadi.** Turli tabaqa jamoalarning futbolchilarni musobaqa jarayonida harakat faoliyatlarini aniqlash va tahlil qilish.

**Tadqiqot vazifalari.**

- Oliy, birinchi va ikkinchi tabaqa futbolchilarning amplusiga qarab harakat faoliyatini o'rganish.
- Malakasi turlicha bo'lgan jamoa futbolchilarining amplusiga qarab harakat faoliyatni taqqoslash.

## **I BOB. ILMIY ADABIYOTLARNI O‘RGANISH**

### **1.1. Maydondagi o‘yinchilarning yugurish harakatlari.**

G.M.Sergeev (2000), I.A.Koshbaxtiyev (1998), R.A.Akromov(2002), SH.T.Iseev (2000), R.I.Nurimov (2001), tadqiqotlaridan shu ma’lum bo‘ldiki, futbol o‘yin 90 daqiqa davom etsa, futbolchilarning maydondagi harakatlari shu 90 daqiqa ichida 60-65 daqiqani tashkil etadi.

Oddiy yugurishdan asosan to‘g‘riga borayotgan o‘yinchilar bo‘sh joyga chiqish, raqibni quvish va hokazolarda foydalaniladi. Harakat sistemasi ham tuzilishi ham engil atletika yugurishidan farq qilmagani uchun uni oddiy yugurish deyiladi. qadam uzunligi, chastotasi va ritimidagina farqi bor, xolos.

Yugurish qadamining uzunligi sprinterlarda 2-2,2m ga teng bo‘lsa, katta yoshdagi futbolchilarda esa o‘rtacha 1,3-1,5m ga teng. qadamlar chastotasi sprinterlarda sekundiga 4-4,5 qadamiga teng. Futbolchilarda chastota sal ortiqroq, sekundiga 5,1-5,5 qadam bo‘ladi. Bu esa, havoda uchish fazasi qisqaroq bo‘lgani sababli tez to‘xtashga yoki tez burilib olishga yordam beradi.

Futbolda yugurishning quyidagi priyomlari qo‘llaniladi: oddiy yugurish, tisarilib yugurish, chalishtirma qadam tashlab yugurish, juftlama qadam tashlab yugurish.

P.N.Kazakovning (1981,1978) yozishicha futboldagi asosiy harakatlanish vositasi yugurishdir. To‘pni boshqarmayotgan futbolchilar yugurish yordamida maydonda turlicha joylashib oladilar. Bundan tashqari yugurish tarkibiy qism sifatida to‘pni boshqarish texnikasi ham kiradi.

Arpad CHanadi (1985) fikricha futbolchilar koordinatsiya harakatlarini aniq va tez bajarish uchun, futbolchilar har doim o‘zlarini texnikalarini boyitib borishlari lozim. Bu futbolchilardan ko‘p vaqt mashg‘ulotlarda qatnashishi va to‘pni his etishini talab qiladi.

A.D.Breykina (1979) ham futbolchilarning maydondagi asosiy vositasi bu yugurish hisiblanib, maydondagi yugurish engil atletikachilarning yugurishidan farq qilishini, futbolchilar maydonda har tomonga tez yugurishlari, tez yo‘nalishlarini va tezliklarini o‘zgartirishlari kerak bo‘lishini ta’kidlaydi.

Bunga qo‘shimcha qilib aytishichi, yugurishni rivojlantirish uchun turli xil usullarda yugurish bilimlarni va tezlikni birga qo‘shib olib borish kerak deb hisoblaydi.

A.A.Suchilin (1987) fikrichi, futbolchilarning tezligi kisha vaqt ichida to‘p bilan va to‘psiz bajaradigan harakat faoliyatidir.

A.N.Romanenko, O.N.Djus, M.E.Dogadinlarni (1979) fikrlaricha futbolchilarning maydondagi harakatlanishlari turli tuman harakatlarini o‘z ichiga oladi (yugurish, to‘p tepish v.b.).

## 1.2. Maydondagi o'yinchilarning o'yin davomida harakat faoliyatlar.

Futbol mutaxassisi B.A.Arkadev (1968) futbolchining maydondagi asosiy xarakati bu yugirishdir deb ta'kidlangan edi. U uz tadkikotlarida futbolchilarning yugurish xarakatlarida, ya'ni futbolchilar uiindagi tup bilan yugurishlari, tupsiz yugurishlari, futbolchilar tomonidan 9-12 km bosib utishini va bu kursatkich keyinchalik 12-14 km ga etishini e'tirof ettan. xakikatdan xam bu kursatkichni usishini biz xozirgi futbolimizda kurishimiz mumkin. Bulib utgan jaxon chempionatlarida kupgina futbol mutaxassislari futbolchilarning bir uiindagi xar kandy xolatdagi yugurishlarini kuzatilgan. Bunda ular futbolchining sekin yugurishi, tezkor yugurishi, maksimal tez yugurishi va tup bilan yugurishini urganishgan.

Ko'pgina futbol mutaxassislari L.V.CHxaidze (1965), YA.R.Palfan (1979), A.P. Sushkov (1970), M.D.Tovarovskiy (1980), S.A.Savin, YU.S.Sedov (1965) uz ishlarida futbolchining o'yindagi to'p bilan, to'psiz va o'iindagi boshka xolat xarakatlarini tekshirishgan, ilmiy tadkikot ishlari olib borishgan.

S.A.Savin (1961) pedagogik kuzatishlarida, futbolchi o'yin paytida 5 kilometrdan 17 kilometrgacha bo'lgan masofani bosib o'tadi. Birinchi o'rinda yarim himoyachilar turadi. Ular o'yin mabaynida 9.7 kilometrdan 11.3 kilometrgacha bo'lgan masofani yugurib o'tishadi, so'ng markaziy hujumchilar 9.7-10.3 km, qanot himoyachilar 8.7- 9.7 km va markaziy himoyachilar 9.0-9.4 km. YUgurish harakat faoliyatining eng ko'pini tashkil qiladi-50-55% ga yaqin. SHuningdek to'psiz yurish ham 30-35%. Harakat faoliyatining 5% ga yaqini to'pni tepish, to'pni to'xtatish, aldovchi harakatlar, turish va boshqalarga to'g'ri keladi. Boshqa payt futbolchi hech narsa qilmaydi.

S.A.Savin (1975) ta'kidlashicha, harakat faoliyati hajm jihatdan o'yinchining o'yinda qancha vaqt ishtirokiga bog'liq (26 jadval).

### Futbolchi harakat faoliyatining hajmi S.A.Savin (1975)

Jamoadagi o' rni	Harakat faoliyati hajmi (daqiqada)
qanot himoyachilar	75.0-77.7
Markaziy himoyachilar	73.5-77.6
YArim himoyachilar	79.7-81.9
qanot hujumchilar	75.0-79.5
Markaziy hujumchilar	75.4-81.0

Deyarli bir xil vaziyatdagi barcha futbolchilarning harakat faoliyati hajmi bir xil. yarim himoya va hujumdagi o'yinchilarning ko'rsatkichlari himoyadagilarnikidan birmuncha balandroq. Takror bo'lsa ham aytib o'taylik, Futbolchilar natijalari o'rtasidani farq unchalik katta emas. Ko'pchilik jamoalar uch, to'rt yarim himoyali o'yinga o'tishgan, 7.9 kishi ishtirok etadigan. YAxshi tashkil etilgan mudofaa ishonchliligi ortdi. Himoyadagilar bir zumda hujum harakatlariga ko'maklashib, zaruriyat tug'ilganida maydonning har bir joyida raqibni siquvga oluvchi o'yinda ishtirok etishlari mumkin. O'yinni ushbu tarzida tashkil etishda barcha futbolchilarning ishtiroki muvaffaqiyat garovi bo'lib xizmat qiladi.

Bunday jamoalarning o'yinchilari umuman tezlik jihatdan chidamliliklari maxsus ishlash qobiliyatlari, kuchni taxsimlay olishlari darajasining yuqoriligi bilan farq qiladi. YUqori malakali futbolchilarning o'yin jarayonida egallagan o'yinlariga ko'ra harakat faoliyatlarining o'rtacha hajmi belgilangan. Ung ko'ra kichik intinsivlik bilan 40.4-64.2 daqiqa (45.5-o'yinning 71% vaqti): o'rtacha intinsivlik bilan – 0.45-3.02 daqiqa (0.8- o'yinning 3.3% vaqti): katta intinsivlikda 0.15-2.1 (0.35-2.4): maksimal intinsivlikda 0.13- 3.4 (0.2-3.8). Deyarli futbolchilarning bajaradigan vazifalari xususiyati kam farq qiladi. O'yin jarayonida bajariladigan vazifalarning kengayishi va tashqi jihatdan o'zgarishi ularning yarim himoyachilar bilan yaqinlashishidan guvohlik beradi. Bu faoliyat doirasining kengayishi hisobiga yuz beradi: o'yinchilarning ham hujumdagi, ham mudofaadagi harakatlar faolligi va quvvat oshadi. O'zi shaklan uchdan kam bo'lmagan o'yinchi ishtirok etishi lozim bo'lgan, o'yinda esa 4-6 kishi o'yinaydigan maydon o'rtasini egallash uchun belashuv kuchaydi.

YUqori malakali futbolchilarning musoboqa jarayonida harakatlarning ko'p sonli pedagogik kuzatishlari bu vazifani raqamlar vositasida ifodalashga imkon beradi.

Jumladan, N.M.Lyukshinov (1965) o'zining kuzatishlaridan asoslanib, futbolchilar 10-15 metr masofani 30 dan 60 martagachan yuqori tezlikda yugurib o'tishadi, degan xulosaga keladi. O'yin davomida markaziy hujumchilarning yugurishini o'rtacha tezligi 23 daqiqa 37 soniyaga teng. qanot hujumchilarniki 22 daqiqa 0,7 soniyaga, yarim himoyachilarniki 28 daqiqa 29 soniya, qanot himoyachilarniki 22 daqiqa 0,7 soniyani tashkil etadi.

Harakatning ichki tuzilishi va uning intensivligi futbolchining o'yining u yoki bu daqiqasida bajarayotgan vazifasiga, o'yindagi umumiy vaziyatiga bog'liq. SHuning uchun ham yugurish bilan joyini o'zgartirishga sarf bo'ladigan vaqt farqlari va soni turli xil. Masolan, 17 daqiqa 29 soniyadan 28 daqiqa 27 soniyagacha.

Futbolchining o'yindagi harakati ichki tuzilishi o'z xususiyati va hajmiga ko'ra hammada ham bir xil emas. Umuman olganda o'yinchining egallab turgan o'rniga bog'liq (jadval).

#### **Futbolchining o'yin jarayonidagi harakatning ichki tuzilishi va soni**

Harakat ichki tuzilishi	Marka- ziy hujumc hi	qanot hujumc hi	YArim himoyac hi	Qanot himoyac hi	Marka- ziy himoyac hi
Turli masofaga yugurib o'tish	180	133	148	132	142
To'p bilan va to'psiz	45	56	52	32	33
Bosh bilan o'ynash uchun sakrash	8	5	6	6	5
Bir joyda turish	21	28	27	45	36
YUrish	158	104	123	133	142
To'p uchun raqib bilan kurash	14	14	12	12	17
O'yin davomida hammasi bo'lib	426	340	368	360	375

Ko'rinib turibdiki. Eng ko'p harakat hajmini markaziy hujumchilar bajaradi - 426, so'ng, markaziy himoyachilar-375, undan keyin yarim himoyachilar -

368, qanot himoyachilari - 360, qanot hujumchilari- 340. O‘yin jarayonida futbolchilar turli masofalarga 132dan 180 maratabagacha yugurib o‘tadilar, sakrash 32 dan 56 gacha, havodagi to‘p uchun kurash 5 dan 8 gacha. Raqib bilan to‘p talashish soni 12 dan 17 gacha, bir joyda 21 marotabadan 45 marotabagacha turishadi.

S.A.Savin ham (1975) mualliflari bilan harakat faoliyati natijalari to‘g‘risida to‘plagan ma’lumotlari ham qiziqdir. Kuzatishlar mamlakat chempionatida ko‘zga ko‘ringan futbolchilar faoliyati ustida olib borgan. Hammasi bo‘lib 11 kishi: bitta markaziy himoyachi, ikkita qanot himoyachi, uchta qanot hujumchisi va ikki markaziy hujumchi. Futbolchilarning 90% harakat faoliyati to‘psiz bajarilishi aniqlangan. Ko‘p hollarda harakat faoliyati tuzilmasida o‘zaro bir-birini qoplash yuz beradi, ya’ni o‘yinning yuqori tezligidagi kuchsiz ko‘rsatkichlarni to‘pni boshqarishdagi baland texnik va taktik fikrlash darajasining yuqoriligi bilan qoplanadi yoki shunchalik yuqori darajada bo‘lgan tezlik chidamliligini futbol maydonining taktik jihatdan ahamiyatli sanalgan qismlarida siqiq hamda qattiq kurash olib bora olish xususiyati qoplab ketadi.

Olingan natijalar ishlab chiqilgan normalarga asoslangan (jadval).

**Harakat faoliyatining taxminiy ko‘rsatkichlari turli vazifadagi futbolchilar normasi sifatida (foizlarda)**

Ixtisosligi	Maksimal yugurish	Submaksimal yugurish	Me’yoridagi yugurish	Engil yugurish
Himoyachilar	1.5-2.5	1.5-2.5	6.0-8.0	35.0-40.0
YArim himoyachilar	2.5-4.0	1.5-2.5	7.0-10.0	35.0-40.0
Hujumchilar	2.5-4.0	2.0-3.0	6.0-8.0	35.0-40.0

Afsuski, so‘nggi yillarda futbolchilarning yugurib o‘tiladigan masofa hajmi o‘rtasidagi ma’lumotlarda qarama-qarshiliklar yuzaga keladi. Kuzatishlar natijalaridagi o‘zaro to‘g‘ri kelmaslik birinchi navbatda kuzatilayotgan holatni baholash uslubiyati har xilligida-harakat xususiyati (sakrash, tezlashish, sekin

yugurish) va yugurib o'tilayotgan masofa qisqa va uzoq yugurish bilan bosib o'tilishning boshqa-yuoshqa ekanligida bo'lsa kerak. Masalan, uzoq yillar davomida futbolchi o'yin maboynida turli tezlikda 17 kilometrgacha bosib o'tadi, deb hisoblanar edi (S.A.Savin 1961) va vaqt o'tgan sayin bunga aniqliklar kiritila boshlandi. S.A.Savin 1975 yilda 5000 metrdan 7000 metrgacha degan xulosaga keldi.

G.M.Sergeev (2000), I.A.Koshbaxtiev (1998), R.A.Akromov (2002), SH.T.Iseev (2000), R.I.Nurimov (2001), tadqiqotlaridan shu ma'lum bo'ldiki, futbolchilar o'yin davomida 12-15 km masofani bosib o'tishar ekan. Undan 1000-2000m masofani yuqori tezlikda harakatlanishadi.

N.M.Lyukshinov esa (1981) 5200 metrdan 7800 metrgacha, shundan 1330-2715 metrini futbolchi submaksimal va maksimal tezlikda yugurib o'tadi deb hisoblaydi.

R.Akromov, A.Tolibjonov (1994) yozishlaricha g'arbiy Olmoniyalik mutaxassislarining so'nggi fikrlari futbolchi o'yin jarayonida 12 kilometrga yaqin masofani bosib o'tish, ba'zi malumotlarning ishonchsizligiga shubha uyg'otadi. Bunga sabab, har xil mutaxassislar o'yinni ta'riflashda turli daliliy malumotlardan foydalanishadi. Bir tarafdin, har xil odamlar kuzatishida muqarrar sub'ektivizmga yo'l qo'yilishi, boshqa tarafdin kuzatishdagi qayd etish uslubiyatining boshqa-boshqa ekanligi bilan bog'liq. Bunga tasdiq sifatida, Italiyadagi Jahon CHempionatida sovet va bolgar mutaxassislari futbolchilar ustidan olib borgan pedagogik kuzatishlar natijalarini keltirish mumkin (jadval).

**Ispaniyadagi Jahon CHempionatida ishtirok etgan futbolchilarning yugurish hajmi va tuzilishi (YA.Dinkis bo'yicha, 1983)**

YUgurish turlari	Bonek Polsha-Belgiya o'yinida (3:0)	Maradona Italiya-Argentina o'yinida (2:1)	Rossi Italiya-Polsha o'yinida (2:0)	Demyanonko SSSR-Polsha o'yinida (0:0)
Sekin yugurish	2050	2130	2190	1810
Tezlashgan	950	860	1140	1100

yugurish				
Maksimal tezlikda yugurish	650	570	770	650
To'p bilan yugurish	450	280	385	390
O'yin davomida hammasi bo'lib	4100	3840	4485	3950

YUgurish hajmi ko'rsatkichlarining eng yuqorisi - Italiya terma jamoasi hujumchisi Rassida - 4485, so'ng Bonekda-4100, Maradona-3840. Rassida yugurib o'tilgan masafaning umumiy miqdori sakrash harakatlari bilan 770 metrni tashkil etadi. 1140 metr tezlashgan yugurishda, 2575 metr unchalik yuqori bo'lmagan tezlikda yugurib o'tilgan. Kuzatilgan futbolchilarning yugurib o'tgan masofasining hajmi ko'rsatkichlari 3840-3950 metrdan (Maradona, Demyanonko). 4485 metrgacha (Rassi).

Sovet mutaxassislarning Proxazka, Robson, Frensis, Rummenige futbolchilarning kuzatishganda harakat hajmining qo'yidagi ko'rsatkichlari qo'lga kiritgan (jadval).

**Ispaniyadagi Jahon CHempionatida ishtirok etgan etakchi o'yinchilar harakat faoliyati hajmi**

YUgurish	Proxazka-yarim himoyachi (Avstriya) Avstriya-SHim. Irlandiya	Robson-himoyachi (Angliya) Angliya-GFR	Frensis-hujumchi (Angliya) Angliya-GFR	Rummenige hujumchi (GFR) GFR-Ispaniya
Sekin: vaqti (daq)	28,32	39,13	29,12	22,26
Metraj	4751	6533	4452	3734
Tezlashgan soni	15	37	34	19
Vaqt (daq)	38	1,17	1,30	49
Metraj	238	475	562	396
Siltashlar:	40	80	60	56

soni				
Vaqt (daq)	1,14	2,08	2,06	1,12
Metraj	643	1120	1050	600
YUgurishning umumiy vaqti	30,24	42,38	32,48	24,27
YAlpi metraj	5602	8128	6064	4720
Tez yugurish vaqti	1,52	3,25	3,36	2,01
Tez yugurish metraji	881	1595	1612	996

Futbolchilar yugurib o'tgan masofaning umumiy hajmi 4720-8128 metrni (Rummenige, Robson) tashkil etadi. SHundan 600 metrdan 1120 metrgachasini yuqori tezlikda bosib o'tgan. Bu degani, sovet mutaxassislari kuzatgan futbolchilar YA.Dinkov kuzatuv olib borgan o'yinchilardan umuman olganda 20-50% ko'p yugurishgan.

A.M.Nevmyanov, YU.N.Portnovlarning (1980) Angliya terma jamoasi hujumchisi Kiganning kuzatishlariga ko'ra, u 673 metr sapchish harakatlari o'yinda bajariladigan tezkor harakatlarning 30 foizini tashkil qilishi e'tirofqa olishsa, bundan chiqdiki, qolgan 60-70% foiz tezlashishga to'g'ri keladi. Demak, Kigan butun uchrashuv mabaynida 2000 metr tezkor ish bajargan.

SHunday qilib, Angliya terma jamoasi o'yinchisi Kigayning tez harakatlari hajmi Ispaniyadagi Jahon CHempionatidagi ishtirok etgan hujumchilar-Maradona, Bonek, Frenschis, Rummenige singarilarning ko'rsatkichlaridan oshib ketadi.

R.Akromov, A.Tolibjonov (1994) fikricha kuzatish natijalaridagi katta farqlar futbolchilarning musobaqa nagruzkalarini tahlil qilishni qiyinlashtiradi va mutaxassislardan qayd etish usullarini standartlashtirishni talab qiladi.

## **II-BOB. MALAKAVIY BITIRUV ISHNING MAQSADI, VAZIFALARI, USLUBLARI VA OLIB BORILISHI**

### **2.1. Ishining maqsad va vazifalari**

#### **Ishning maqsadi.**

Turli tabaqa jamoalarning futbolchilarni musobaqa jarayonida harakat faoliyatlarini aniqlash va tahlil qilish.

#### **Tadqiqot vazifalari.**

- Oliy, birinchi va ikkinchi tabaqa futbolchilarning amplusiga qarab harakat faoliyatini o'rganish.
- Malakasi turlicha bo'lgan jamoa futbolchilarining amplusiga qarab harakat faoliyatni taqqoslash.

### **2.2. +ullanilgan uslublar**

Bitiruv ishi jarayonida quyidagi usullardan foydalanildi:

1. Ilmiy adabiyotlar tahlili.
2. Pedagogik kuzatishlar.
3. Matematik-statistik usullar.

#### **2.2.1. Adabiyotlarni o'rganish**

Adabiyotlarni tahlil qilishda ko'pgina mutaxassislarning va murabbiylarning harakat faoliyati to'g'risidagi ma'lumotlari o'rganilib chiqildi. Ko'pgina mutaxassislarning harakat faoliyati to'g'risidagi pedagogik ko'zatmalari va qilingan ishlari o'rganilib, bir-birlariga solishtirildi. Solishtirishlarda, futbolchilarning maydonda harakat faoliyat ko'rsatilib o'tildi. Maydondagi futbolchilarning harakatlari qanday darajada bo'lganligi to'g'risida mutaxassislarning fikrlari aniqlandi.

### **2.2.3. Pedagogik kuzatishni olib borish.**

Maxsus ishlab chiqilgan metodologiya (sekin yugurish, tez yugurish va maksimal tezlikda, shuningdek to'p bilan to'psiz, tezlanishlar bilan bosib o'tiladigan masofa metrajini hisobga olish uchun metrologik blankalar) bo'yicha kuzatishlar olib borildi.

Futbolchi o'yin davomida sekin yugurish, tez yugurish va maksimal tezlikda qancha metr harakatlanganligi (o'yindagi vazifasiga qarab) aniqlanadi. Olingan malumotlarga asoslanib, futbolchilarning o'yindagi harakat faoliyati va funksional tayyorgarligi to'g'risida fikr yuritish mumkin.

Tadqiqotlarda, oliy tabaqa o'yinchilari («Paxtakor») birinchi tabaqa («NBU») va ikkinchi tabaqa futbolchilari («UZMU») qatnashdi. Hammasi bo'lib 2006 yildagi O'zbekiston CHempionatida ishtirok etgan 36 nafar sportchi tekshirildi, ulardan 12 nafar futbolchi «Paxtakor» jamoasidan 12tasi birinchi tabaqadan «NBU» hamda 12 nafari ikkinchi tabaqadagi «UZMU» jamoasidan ishtirok etdi.

### **2.2.4. Matematik-statistik ishlar**

Bundan tashqari, jamoalardagi o'yinchilarni solishtirish uchun har xil ampluada o'ynaydigan o'yinchilarning o'rta arifmetik qiymatida ( $\bar{X}$ ) olinib, diagramma orqali natijalarini ko'rsatildi.

### **III-BOB TURLI MALAKAGA EGA BO‘LGAN JAMOALARDAGI FUTBOLCHILARNING HARAKAT FAOLIYATINI TEKSHIRISH.**

#### **3.1. Turli tabaqa jamoalaridagi futbolchilarni amplusiga qarab harakat faoliyatlarining natijalarini tekshirish.**

O‘zbekiston chempionatida ishtrok etayotgan oliy tabaqa «Paxtakor» jamoasining futbolchilarini 12 tasing pedagogik kuzatishlar natijasida, ma’lum bo‘ldiki, jamoadagi yarim himoyachilar o‘yin davomida eng ko‘p to‘p bilan va to‘psiz harakat faoliyatini bajarganlar. Keyin harakat faoliyati bo‘yicha hujumchilar va himoyachilar bajarganlar.

Oliy tabaqada ishtrok etayotgan «Paxtakor» jamoasining chap yarim himoyachisi o‘yin davomida 105m to‘p bilan, 443m to‘psiz maksimal tezlikda yugurish harakatini bajargan. Tez yugurishda ham yarim himoyachi to‘p bilan 173m, to‘psiz 1212m masofani bosib o‘tgan. O‘yin davomida eng ko‘p harakat faoliyatini chap yarim himoyachi sekin yugurish bilan o‘tkazgan (1 jadval).

O‘ng yarim himoyachi o‘yin davomida 161m to‘p bilan, 730m to‘psiz maksimal tezlikda yugurish harakatini bajargan. 247m to‘p bilan, 1225m to‘psiz tez yugurish harakatini bajargan. 2010m masofani sekin yugurish harakati bilan yugurib o‘tgan. Markaziy yarim himoyachilardan birinchisi 191m, ikkinchisi 184m to‘p bilan maksimal tezlikda yugurganlar. To‘psiz esa birinchi markaziy yarim himoyachi 860m, ikkinchisi 810m, maksimal tezlikda yugurish harakatini bajarishgan. Tez yugurishda to‘p bilan birinchi yarim himoyachi 321m, ikkinchisi 280m masofani bosib o‘tganlar. To‘psiz birinchisi 1375m, ikkinchisi 1250m masofani tez yugurish harakatlarini bajarishgan. Birinchi yarim himoyachi o‘yin davomida 2155m masofani sekin yugurish bilan bosib o‘tgan. Ikkinchisi esa 1900m masofani sekin yugurish bilan bosib o‘tganlar. Bundan ko‘rish mumkinki, yarim himoyachilarning chap yarim himoyachisi o‘ng qanot va markaziy yarim himoyachilardan kam maksimal va tez yugurish harakatlarini bajarib ko‘proq o‘yin davomida sekin yugurish harakatini bajaradi.

Hujumchilarning pedagogik kuzatishlaridan qiziqarli natijalarga ega bo‘ldik. Hujumchilar o‘yin davomida kamroq to‘p bilan maksimal va tez

yugurish harakatlarni bajarishar ekan. Lekin o‘yin davomida hujumchilar ko‘proq maksimal tezlikda boshqa amplyua o‘yinchilariga qaraganda harakat faoliyati kuzatildi.

Himoyachilar o‘yin davomida eng kam harakat faoliyatini ko‘rsatgan amplyua futbolchilari hisoblanishadi. Ularning natijalari yarim himoyachilar va hujumchilarning natijalaridan kamroq. CHap himoyachi o‘yin davomida to‘p bilan 45m masofani, to‘psiz 500m masofani maksimal tezlikda bosib o‘tgan. 50m masofani to‘p bilan 625m masofani tez yugurish harakati bilan bajargan. Sekin yugurishda 1520m masofani bosib o‘tgan.

O‘ng himoyachi chap himoyachiga qaraganda 58m to‘p bilan masofani va 587m masofani to‘psiz maksimal tezlikda yugurib o‘tgan, 68m to‘p bilan 734m to‘psiz tez yugurish harakatini bajargan. Lekin sekin yugurishni 1388m masofani bosib o‘tgan. Markaziy himoyachini birinchisi 55m, ikkinchisi 51m masofani to‘p bilan maksimal tezlikda, to‘psiz birinchisi 518m, ikkinchisi 547m masofani bosib o‘tgan. Tez yugurish harakatini to‘p bilan birinchisi 51m, ikkinchisi 54m masofani bosib o‘tgan. To‘psiz birinchisi 875m, ikkinchisi 840m masofani bosib o‘tganlar. Sekin yugurish harakatida ham birinchi va ikkinchi himochilari ham natijalari yuqori emas. Birinchisi 1435m, ikkinchisi 1412m masofada harakatlangan.

«Paxtakor» jamoasining futbolchilarini harakatlanishlarini amplyuasiga qarab ko‘rib chiqsak (4-jadval), o‘yin davomida to‘psiz maksimal tezlikda yarim himoyachilar  $X=708m$ , hujumchilar  $X=803$ , himoyachilar  $X=538$ , to‘p bilan yarim himoyachilar  $X=160m$ , hujumchilar  $X=86m$ , himoyachilar  $X=52m$ , masofada harakatlanishar ekan.

Bundan xulosa qilsak, maksimal tezlikda hujumchilar o‘yin davomida ko‘proq harakatlanishar ekan. To‘p bilan yarim himoyachilar harakatlari ko‘proq ekan (2-rasm).

Tez yugurish harakatlarini jamoada yarim himoyachilar to‘p bilan  $X=255m$ , to‘psiz  $X=1264m$ , masofani bosib o‘tishgan. Keyin  $X=111m$  to‘p bilan, to‘psiz  $X=1063m$ , masofani hujumchilar bosishgan. Eng kam tez yugurish

harakatini himoyachilar bajarishgan. Ular o‘yin davomida to‘psiz  $X=768\text{m}$ , to‘p bilan  $X=55\text{m}$ , harakat faoliyatini ko‘rsatishgan (3-rasm).

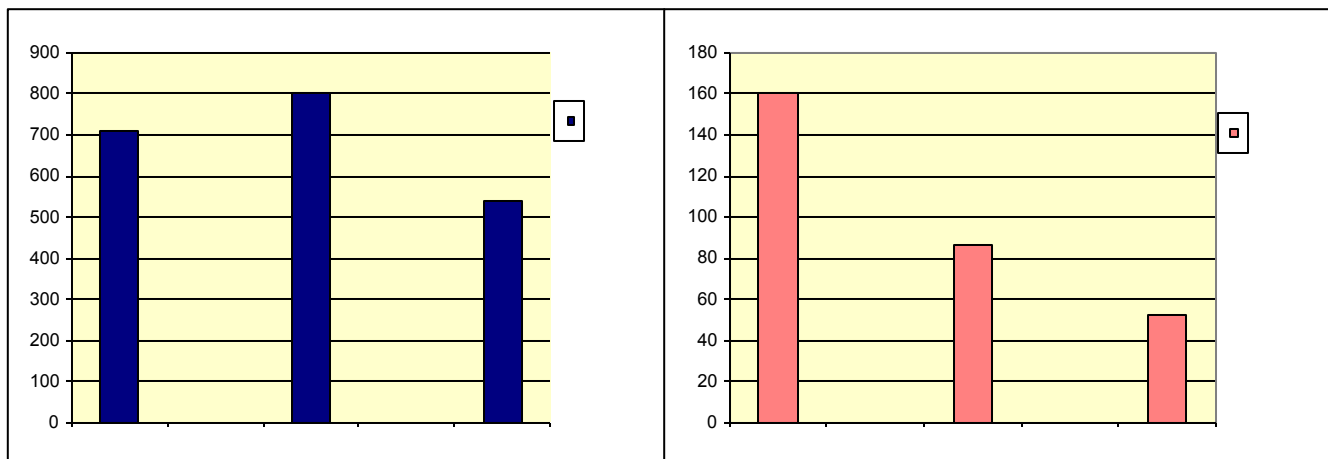
Sekin yugurish harakatini yarim himoyachilar  $X=2061\text{m}$ , hujumchilar  $X=1940\text{m}$ , himoyachilar  $X=1438\text{m}$  masofani bosib o‘tishar ekan. «Paxtakor» jamoasining himoyachilar ham bu erda sekin yugurish harakat faoliyatini eng kam natijaga erishgan amplya o‘yinchilari hisoblanishadi (4-rasm).

O‘yin davomida jamoadagi har xil amplyada o‘ynaydigan futbolchilarning eng ko‘p harakatlarini o‘yin davomida yarim himoyachilar bajarishar ekan. Lekin eng ko‘p maksimal tezlikda yugurish harakatlarini jamoada hujumchilar bajarishar ekan. YA’ni «Paxtakor» jamoasining hujumchilari o‘yin davomida ko‘proq o‘yin faoliyatini maksimal tezlik bilan harakat faoliyatida o‘yinni olib borishar ekan.

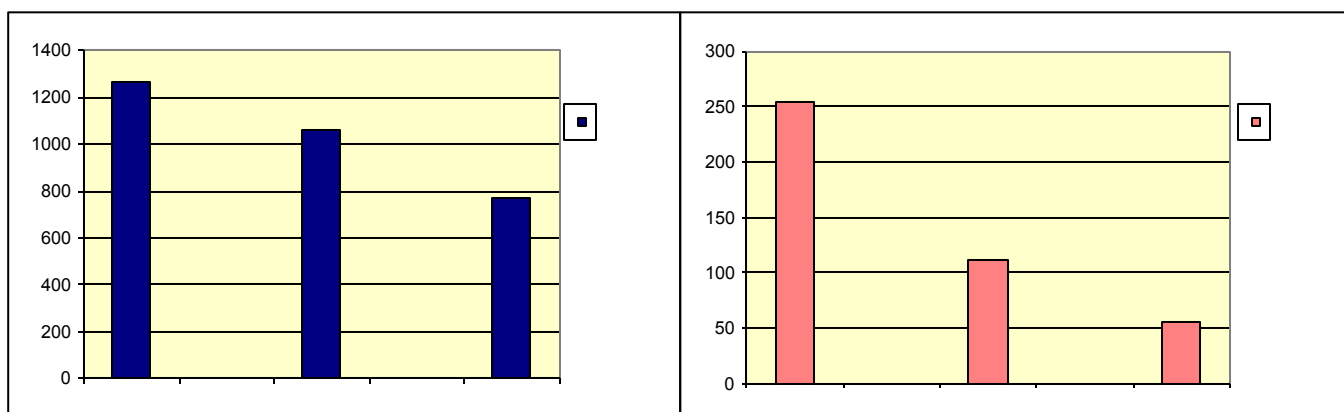
**«Paxtakor» jamoasining o‘yinchilarni o‘yin davomida harakat faoliyati.**

*Jadval 1.*

O‘yinch i	Davo mida	Maksimal tezlikda		Jami	Tez yugurish		Jami	Sekin yugurish	Jami
		To‘p bilan	To‘p siz		To‘p bilan	To‘p siz			
CHap YA(h).	1 taym	40	210	250	48	672	720	1156	2126
	2 taym	65	225	290	125	540	665	1025	1980
	Jami	105	435	540	173	1212	1385	2181	4106
O‘ng YA(h).	1 taym	83	345	428	163	650	813	1170	2411
	2 taym	78	385	463	84	575	659	840	1962
	Jami	161	730	891	247	1225	1472	2010	4373
Mar. YA(h). 1chi	1 taym	80	385	465	163	715	878	1145	2488
	2 taym	111	475	586	158	660	818	1010	2414
	Jami	191	860	1051	321	1375	1696	2155	4902
Mar YA(h). 2chi	1 taym	74	380	454	150	650	800	1050	2304
	2 taym	110	430	540	130	600	730	850	2120
	Vsego	184	810	994	280	1250	1530	1900	4424
O‘ng hujumc hi	1 taym	30	416	446	55	660	715	1133	2294
	2 taym	40	430	470	48	605	653	1010	2133
	Jami	70	846	916	103	1265	1368	2143	4427
CHap hujumc hi	1 taym	35	402	437	58	580	638	1005	2080
	2 taym	43	435	478	50	549	599	985	2062
	Vsego	78	837	915	108	1129	1237	1990	4142
CHap hujumc hi	1 taym	40	380	420	42	500	542	1000	1962
	2 taym	38	398	436	59	482	541	880	1857
	Jami	78	778	856	101	982	1083	1880	3819
O‘ng hujumc hi	1 taym	60	350	410	70	480	550	900	1860
	2 taym	59	402	461	62	398	460	850	1771
	Vsego	119	752	871	132	878	1010	1750	3631
CHap himoya chi	1 taym	25	260	285	27	330	357	775	1417
	2 taym	20	240	260	23	295	318	745	1323
	Jami	45	500	545	50	625	675	1520	2740
O‘ng himoya chi	1 taym	30	285	315	30	383	413	738	1466
	2 taym	28	302	330	38	351	389	650	1369
	Jami	58	587	645	68	734	802	1388	2835
Mar himoya chi 1chi	1 taym	30	232	262	25	450	475	732	1469
	2 taym	25	286	311	26	425	451	703	1465
	Jami	55	518	573	51	875	926	1435	2934

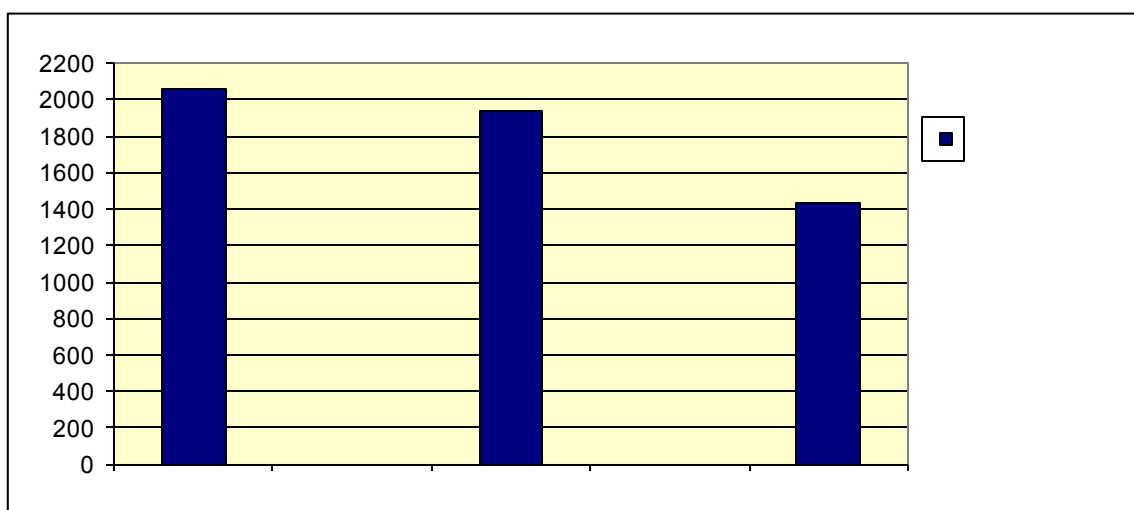


2-rasm. Paxtakor jamoasining futbolchilarini turli amplitudadagi maksimal



tezlikda yugurishlarini o'rtacha (X) ko'rsatkichlari.

3-rasm. Paxtakor jamoasining futbolchilarni turli amplitudadagi tez yugurishni o'rtacha (X) ko'rsatkichlari.



4-rasm. Paxtakor jamoasining futbolchilarini sekin yugurishni o'rtacha (X) ko'rsatkichlari.

«NBU» jamoasining pedagogik kuzatishlari natijalarda shuni ko'rsatdi. (2 jadval).

O'yin davomida chap yarim himoyachi 85m to'p bilan, 700m to'psiz maksimal tezlikda harakatlanadi. O'ng yarim himoyachi undan kamroq 30m masofani to'p bilan, 666m to'psiz maksimal tezlikda harakatlanar ekan. CHap yarim himoyachi 112m to'p bilan, 1000m to'psiz tez yugurish harakatini bajaradi. O'ng yarim himoyachi undan kamroq, 31m to'p bilan, 875m to'psiz tez yugurish harakatini bajaradi. Bundan ko'rish mumkinki, chap yarim himoyachi, o'ng yarim himoyachidan ko'p masofani maksimal tezlikda va tez yugurish harakati bilan harakatlanadi. Sekin yugurishda esa o'ng yarim himoyachi ko'proq, 2158m masofani bosib o'tgan. CHap yarim himoyachi esa 1860m masofani bosib o'tgan.

Markaziy yarim himoyachilar, chap va o'ng qanot yarim himoyachilaridan ko'proq masofani maksimal tezlik bilan va tez yugurish harakati bilan o'yin davomida harakatlanishgan. Birinchi markaziy yarim himoyachi 110m, ikkinchisi 72m masofani to'p bilan, birinchisi 800m, ikkinchisi 727m masofani maksimal tezlik bilan harakatlanishgan. Markaziy yarim himoyachilarning birinchisi 70m, ikkinchisi 95m masofani to'p bilan, tez yugurish harakatlarini bajarishgan. To'psiz, birinchisi markaziy yarim himoyachi 1020m, ikkinchisi 1135m masofani bosib o'tishgan. Sekin yugurish harakatlarini esa birinchisi 2000m, ikkinchisi 1750m masofada bosib o'tgan.

Hujumchilar o'yin davomida shunchaki to'p bilan va to'psiz maksimal tezlikda yugurish harakatlarini bojarishgan. Tez yugurish harakatlarini esa to'psiz ham ko'rsatkichlari yaxshi emas. Lekin o'yin davomida hujumchilar tez yugurish harakatlarini boshqa amplua o'yinchilariga qaraganda yuqori natijalarni ko'rsatishgan. Sekin yugurishda ham hujumchilar boshqa amplua o'yinchilariga qaraganda kamroq natijalarini ko'rsatishgan.

Jamoadagi himoyachilar yaxshi ko'rsatkichlarga ega. CHap himoyachi o'yin davomida 25m to'p bilan, 535m to'psiz maksimal tezlikda harakatlangan.

O'ng himoyachi esa 29m to'p bilan, 577m to'psiz maksimal tezlikda harakatlangan.

Bundan ko'rish mumkinki, ikkala qanot himoyachilarni natijalari bir-biriga yaqin. Tez yugurishda esa chap himoyachi 50m, o'ng himoyachi 62m to'p bilan, to'psiz esa 610m ko'rsatkichni ikkala qanot futbolchilari ko'rsatgan. Sekin yugurishda ham ko'rsatkichlar farqi unchalik katta emas. CHap himoyachi 1340m, o'ng himoyachi 1318m harakatlanishgan.

Markaziy himoyachilar to'p bilan maksimal tezlikda harakatlanishlarini natijalari yuqoriroq. Ular birinchisi 64m, ikkinchisi 72m masofani bosib o'tgan. To'psiz ham 635m ikkala markaziy himoyachilar bir xil ko'rsatkichlarga ega. Bu esa qanot himoyachilarni natijalaridan yuqoriroq hisoblanadi. Tez yugurish harakatlarida ham qanot himoyachilardan yuqori natijalarni ko'rsatishgan. Birinchisi 72m, ikkinchisi 73m masofani to'p bilan harakatlanishgan. To'psiz esa birinchisi 714m, ikkinchisi 794m masofani bosib o'tishgan.

Sekin yugurishda esa qanot himoyachilarnikiga eqin natijalarni qayd etishgan. Ularning natijalari, birinchisiniki 1330m. Ikkinchisiniki 1399m natijani qayd etishgan.

«NBU» jamoasini amplusiga qarab ko'rib chiqsak (4-jadval), o'yin davomida to'psiz maksimal tezlikda yarim himoyachilar  $X=721m$ , hujumchilar  $X=666m$ , himoyachilar  $X=595m$ , to'p bilan esa yarim himoyachilar  $X=74m$ , hujumchilar  $X=62m$ , himoyachilar  $X=47$ , tashkil qiladi. Bu erda yarim himoyachilarni natijalari hujumchilardan va himoyachilardan yaxshiroq natijalarni qayd etishgan. Keyingi natijalar bo'yicha hujumchilar va himoyachilarni natijalari yaqqol ko'rinadi (5-rasm).

Tez yugurish harakatlarini esa to'p bilan yarim himoyachilar  $X=77m$ , hujumchilar  $X=108m$ , himoyachilar  $X=61m$ , to'psiz yarim himoyachilar  $X=1007m$ , hujumchilar  $X=834m$ , himoyachilar  $X=682m$ , masofani bosib o'tishgan (6-rasm).

Bu erda hujumchilar boshqa amplua o'yinchilariga qaraganda yuqori natijalarni qayd etishgan. Bundan xulosa qilish mumkinki, hujumchilar to'p bilan va to'psiz tez yugurish harakatlarini o'yinda ko'p bajarishgan.

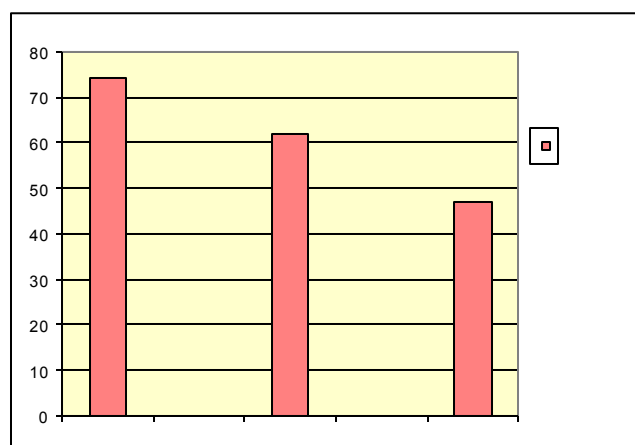
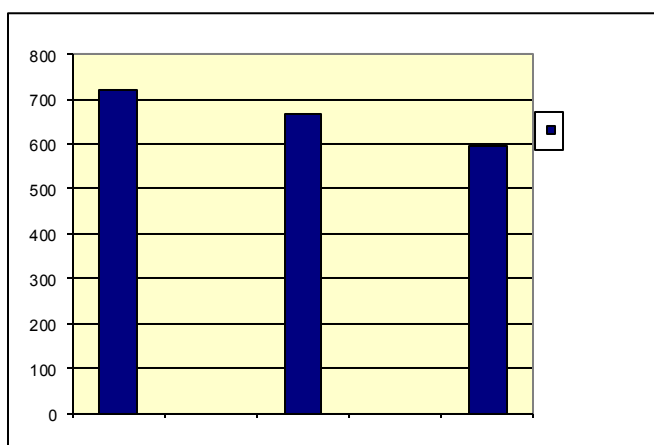
Sekin yugurish harakatlarini yarim himoyachilar  $X=1942m$ , hujumchilar  $X=1315m$ , himoyachilar esa  $X=1346m$ , masofani bosib o'tishgan. Bundan xulosa qilsak yarim himoyachilar yuqori natijalarga ega, hujumchilar sekin yugurish natijalari, himoyachilarni sekin yugurish natijalaridan yuqori emas. (7-rasm).

### «NBU» jamoasining o'yinchilarni o'yin davomida harakat faoliyati.

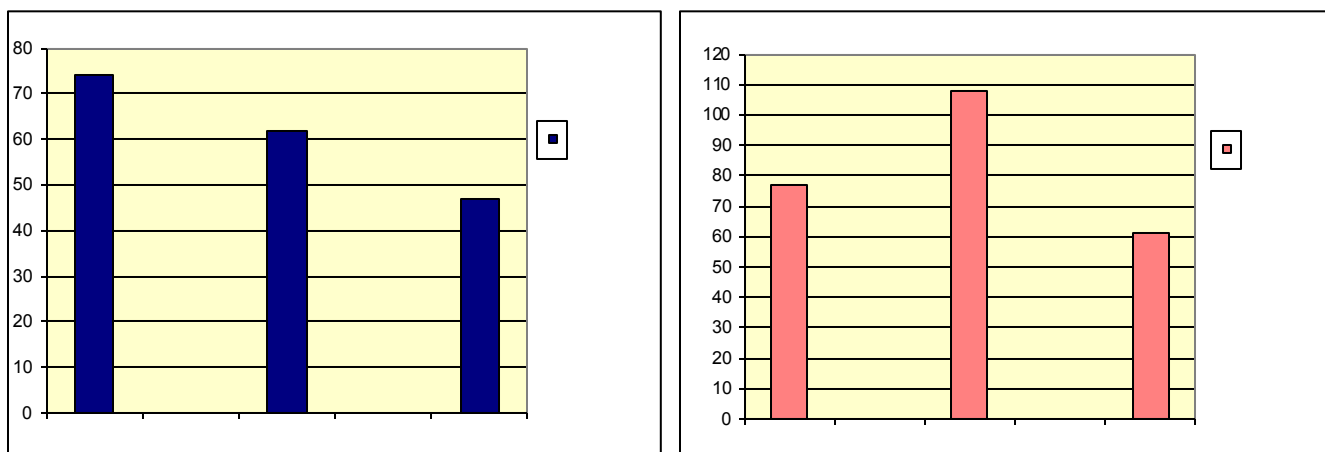
Jadval 2.

O'yinchi	Davomida	Maksimal tezlikda		Jami	Tez yugurish		Jami	Sekin yugurish	Jami
		To'p bilan	To'psiz		To'p bilan	To'psiz			
CHap. YA(h)	1 taym	45	300	345	52	550	602	960	1907
	2 taym	40	400	440	60	450	510	900	1850
	Jami	85	700	785	112	1000	1112	1860	3757
O'ng. YA(h)	1 taym	13	340	353	16	470	486	1278	2117
	2 taym	17	320	337	15	405	420	880	1631
	Jami	30	660	690	31	875	906	2158	3754
Mar. YA(h) 1chi	1 taym	50	370	420	30	560	590	1150	2160
	2 taym	60	430	490	40	460	500	850	1846
	Jami	110	800	910	70	1020	1090	2000	4000
Mar. YA(h) 2chi	1 taym	30	325	355	50	600	650	900	1905
	2 taym	42	402	444	45	535	580	850	1874
	Jami	72	727	729	95	1135	1230	1750	3779
O'ng hujumchi.	1 taym	30	280	310	45	400	445	640	1395
	2 taym	45	300	345	60	350	410	605	1360
	Jami	75	580	655	105	750	855	1245	2755
CHap hujumchi.	1 taym	20	300	320	32	415	447	670	1431
	2 taym	32	352	384	50	380	430	610	1424
	Jami	52	652	704	82	795	877	1280	2861
O'ng hujumchi.	1 taym	25	325	350	50	475	525	725	1600
	2 taym	35	390	425	70	425	495	710	1630
	Jami	60	715	775	120	900	1020	1435	3230
CHap hujum	1 taym	30	350	380	52	480	532	700	1612
	2 taym	32	370	402	73	413	486	630	1518

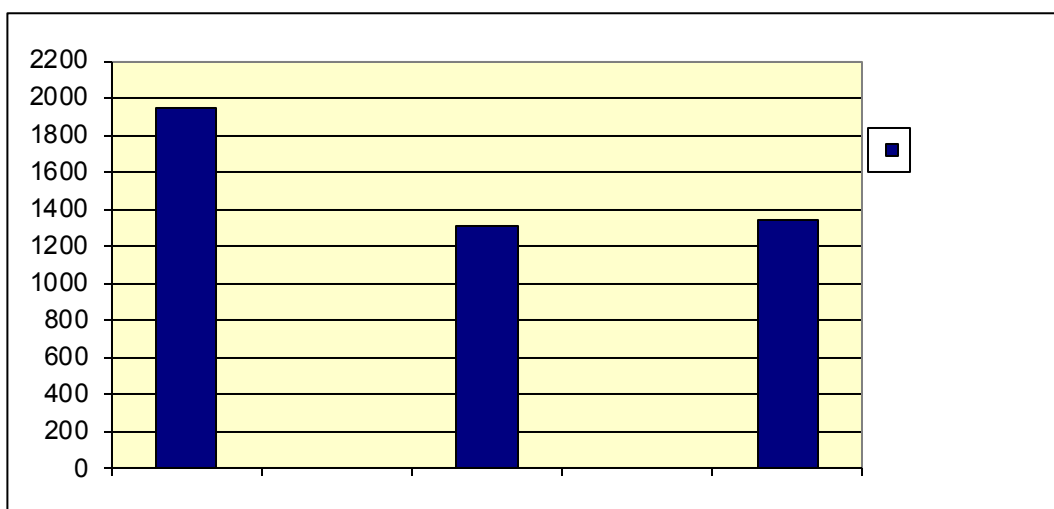
chi.	Jami	62	720	782	125	893	1018	1300	3130
CHap himoy achi.	1 taym	10	245	255	22	310	332	720	1307
	2 taym	15	290	305	28	300	328	620	1253
	Jami	25	535	560	50	610	660	1340	2560
O'ng himoy achi.	1 taym	12	249	261	32	330	362	680	1303
	2 taym	17	328	345	30	280	310	638	1293
	Jami	29	577	606	62	610	672	1318	2596
Mar. Himo ya chi. 1chi	1 taym	31	310	341	41	382	423	680	1444
	2 taym	33	325	358	32	332	364	650	1372
	Jami	64	635	649	73	714	787	1330	2816
Mar. Himo ya chi. 2chi	1 taym	32	300	332	40	402	442	708	1482
	2 taym	40	335	375	32	392	424	691	1490
	Jami	72	635	707	72	794	866	1399	2972



5-rasm. NBU jamoasining futbolchilarini turli ampuadagi maksimal tezlikda yugurishni o'rtacha (X) ko'rsatkichlari.



6-rasm. NBU jamoasining futbolchilarini turli ampuladagi tez yugurishni o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



7-rasm. NBU jamoasining futbolchilarini turli ampuladagi sekin yugurishni (X) ko‘rsatkichlari.

“UZMU” jamoasining futbolchilarini natijalari past tabaqada ishtirok etsa ham yomon emas (3 jadval).

Ularning chap yarim himoyachisi to‘p bilan 135m, to‘psiz esa 673m masofani maksimal tezlikda yugurib o‘tgan. O‘ng yarim himoyachi esa 118m masofani to‘p bilan, to‘psiz esa 618m masofaga harakatlangan. Tez yugurishda

esa chap yarim himoyachisi to'p bilan 67m, to'psiz 1140m masofaga harakatlangan. O'ng yarim himoyachi esa 96m to'p bilan, 905m to'psiz tez yugurish harakatini bajargan. Bu erda maksimal tezlikda va tez yugurish harakatini chap yarim himoyachini natijalari yaxshiroq. Lekin sekin yugurish harakatlarini o'ng yarim himoyachi chap yarim himoyachiga yuqori natijaga ega. O'ng yarim himoyachiniki 1450m, chap yarim himoyachiniki 1338m.

«UZMU» jamoasining hujumchilari o'yin davomida maksimal tez yugurishda, tez yugurishda ham boshqa amplua o'yinchilariga qaralganda yuqori natijalarni ko'rsata olishgan. Faqatgina, sekin yugurish harakatlarida jamoaning hujumchilarining natijalari yuqori emas.

«UZMU» jamoasining chap himoyachisi to'p bilan 70m, to'psiz 400m masofani maksimal tezlikda bosib o'tgan. O'ng himoyachi to'p bilan 27m, to'psiz esa 235m masofani maksimal tezlikda bosib o'tgan. Tez yugurish harakatida esa chap himoyachi 42m to'p bilan, to'psiz 727m masofani bosib o'tdi. O'ng himoyachi chap himoyachini natijasidan yuqoriroq natijaga ega. O'ng himoyachi to'p bilan 69m, to'psiz 622m masofani bosib o'tgan. Sekin yugurish harakatlarda chap himoyachi 1160m, o'ng himoyachi 1492m masofaga harakatlangan.

Markaziy himoyachilarning birinchisi o'yin davomida 46m, ikkinchisi 83m masofani maksimal tezlikda to'p bilan bosib o'tgan. To'psiz o'yin davomida birinchisi 377m, ikkinchisi 428m masofani maksimal tezlikda bosib o'tgan. Tez yugurish harakatlarini esa birinchisi 83m, ikkinchisi 200m to'p bilan harakatlanishgan. To'psiz esa birinchisi 798m, ikkinchisi 669m masofani bosib o'tgan. Sekin yugurish harakatlarida markaziy himoyachilarning natijalari qanot himoyachilarniki va hujumchilarnikidan yuqori. Ularniki birinchisiniki 1525m, ikkinchisiniki 1543m natijalarni qayd etishgan.

«UZMU» jamoasining amplusiga qarab xulosa qiladigan bo'lsak (4-jadval), yarim himoyachilar maksimal tezlikda to'p bilan  $X=112m$ , to'psiz  $X=623m$ , hujumchilarning to'p bilan  $X=99m$ , to'psiz  $X=405m$ , himoyachilarning ko'rsatkichlari to'p bilan  $X=55m$ , to'psiz  $X=360m$ , natijalarni

ko'rsatganlar. Bu erda yarim himoyachilar hujumchi va himoyachilardan ko'proq maksimal tezlikda harakatlanishgan (8-rasm).

Jamoaning tez yugurish harakatlarini yarim himoyachilar to'psiz  $X=1009m$ , to'p bilan  $X=125m$ , hujumchilar to'psiz  $X=654m$ , to'p bilan  $X=144m$ , himoyachilar  $X=701m$  to'psiz bajarishsa,  $X=98m$  to'p bilan harakatlanishadi (9-rasm).

Bu erda yarim himoyachilar boshqa amplua o'yinchilarga qaraganda tez yugurish harakatlarini natijalari yuqori. Hujumchilarning esa boshqa amplua o'yinchilarga qaraganda kam to'psiz harakatlanishgan.

Sekin yugurish harakatlarini esa yarim himoyachilar  $X=1510m$ , hujumchilar  $X=1114m$ , himoyachilar  $X=1430$ , masofani bosib o'tishgan (10-rasm).

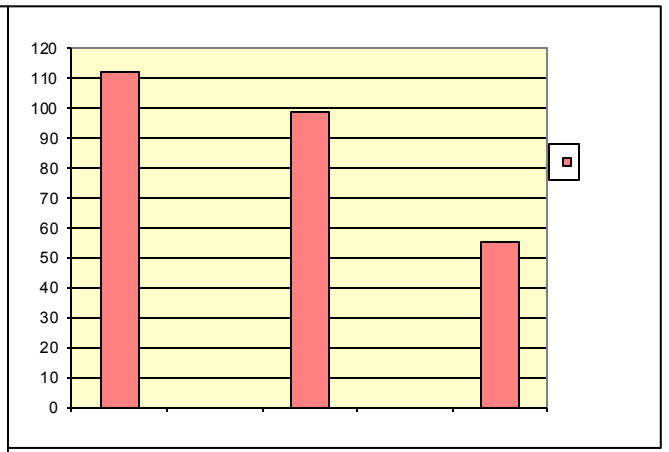
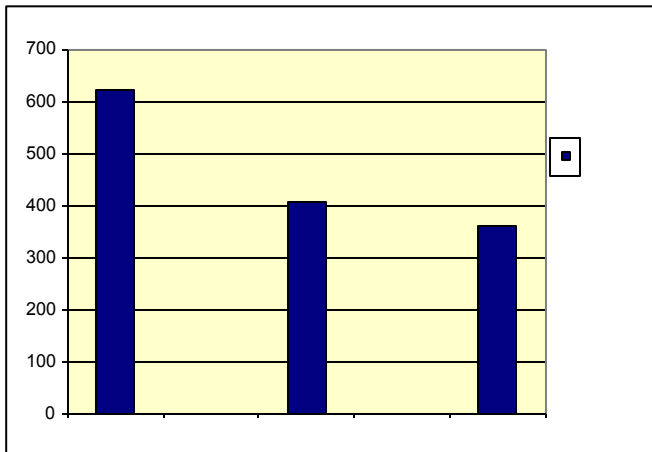
Bundan xulosa qilish mumkinki, hujumchilarning o'yin davomida ko'rsatgan natijalari, boshqa amplua o'yinchilariga qaraganda yomonroq. Yarim himoyachilarning va himoyachilarning natijalari yaxshiroq.

«UZMU» jamoasining o'yinchilarni o'yin davomida harakat faoliyati.

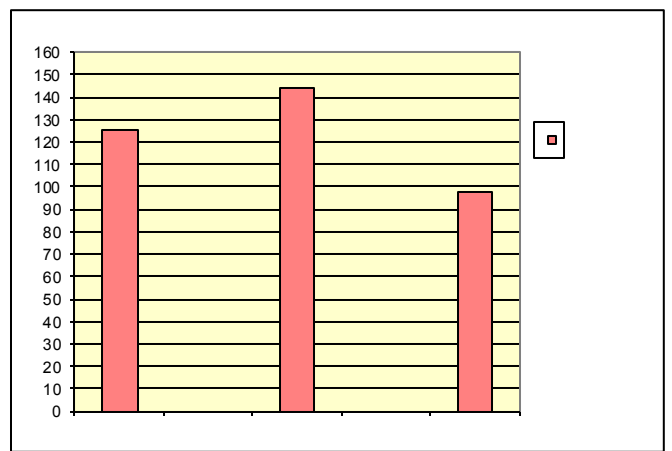
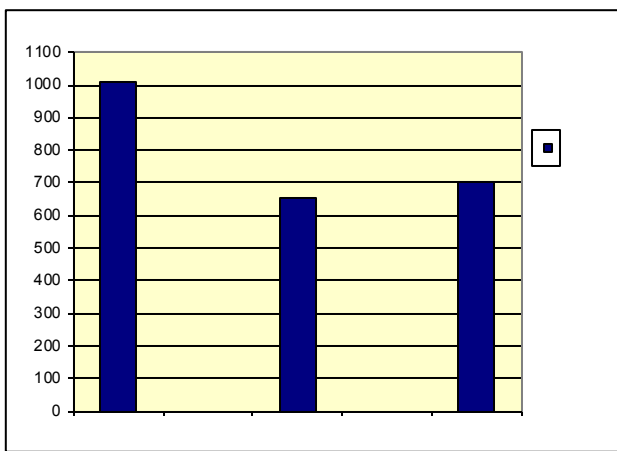
*Jadval 3.*

O'yinchi	Davomida	Maksimal tezlikda		Jami	Tez yugurishda		Jami	Sekin yugurish	Jami
		To'p bilan.	To'psiz		To'p bilan.	To'psiz.			
CHap YA(h)	1 taym	50	303	353	27	600	627	705	1505
	2 taym	85	370	455	40	540	580	633	1668
	Vsego	135	673	808	67	1140	1207	1338	3173
O'ng YA(h)	1 taym	47	300	347	25	402	427	700	1447
	2 taym	71	318	389	71	503	574	750	1713
	Vsego	118	618	736	96	905	1001	1450	3160
Mar. YA(h)	1 taym	45	294	339	62	490	552	900	1891
	2 taym	35	300	335	70	369	439	850	1624
	Vsego	80	594	674	132	859	991	1750	3415
Mar. YA(h)	1 taym	65	260	325	109	635	744	805	1874
	2 taym	50	350	400	96	500	596	700	1696
	Vsego	115	610	725	205	1135	1330	1505	3570

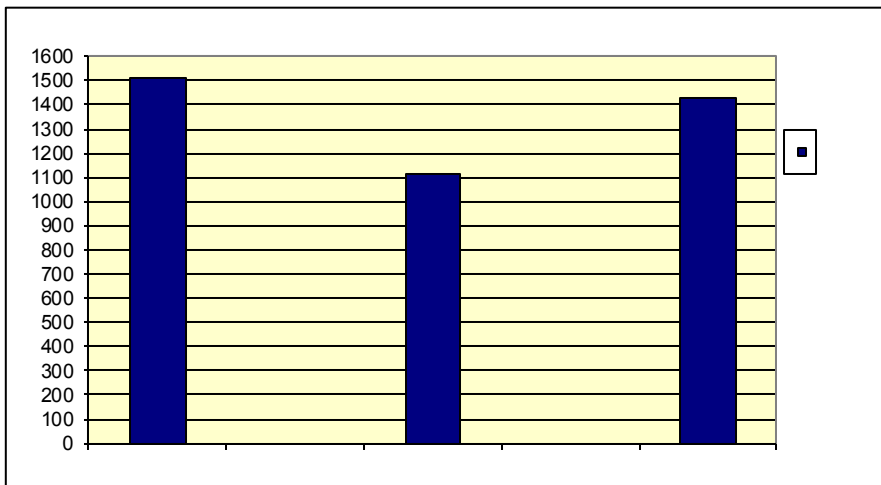
O'ng hujum chi.	1 taym	61	203	264	80	363	443	602	1309
	2 taym	73	223	296	93	305	398	545	1239
	Vsego	1324	426	560	173	668	841	1147	2548
CHap hujum chi.	1 taym	51	180	231	94	380	474	523	1228
	2 taym	49	192	241	51	343	394	472	1170
	Vsego	100	372	472	145	723	868	995	2398
O'ng hujum chi.	1 taym	32	203	235	60	330	390	680	1305
	2 taym	45	228	273	55	280	335	540	1148
	Vsego	77	431	508	115	610	725	1220	2453
CHap hujum chi.	1 taym	42	185	227	65	320	385	603	1215
	2 taym	45	203	248	80	295	375	493	1116
	Vsego	87	388	475	145	615	760	1096	2331
CHap himoy achi.	1 taym	32	220	252	19	402	421	620	1293
	2 taym	38	180	218	23	325	348	540	1106
	Vsego	70	400	470	42	727	769	1160	2399
O'ng himoy achi.	1 taym	15	102	117	31	292	323	830	1270
	2 taym	22	133	145	38	330	368	662	1185
	Vsego	27	235	262	69	622	671	1492	2455
Mar Himo yachi.	1 taym	28	195	223	38	395	433	802	1458
	2 taym	18	182	200	45	403	448	723	1371
	Vsego	46	377	423	83	798	881	1525	2829
Mar Himo yachi.	1 taym	45	203	248	80	340	420	790	1458
	2 taym	38	225	263	120	320	440	753	1456
	Vsego	83	428	511	200	660	860	1543	2914



8-rasm. UZMU jamoasining futbolchilarini turli amplitudagi maksimal tezlikda yugurishni o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



9-rasm. UZMU jamaosining futbolchilarini turli amplitudagi tez yugurishni (X) ko‘rsatkichlar.



10-rasm. UZMU jamoasining futbolchilarini turli amplitudagi sekin yugurishni o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.

**Turli tabaqa jamoalarning turli amplua o‘yinchilarini to‘p bilan va to‘psiz harakat faoliyatini o‘rtacha ko‘ratkichlari.**

*4-jadval*

Harakatlanishlari.	Paxtakor	NBU	UZMU
	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
	<b>Maksimal tez yugurishlari</b>		
<b>YArimhimoyachilar.</b>			
To‘p bilan	160	74	112
To‘psiz	708	721	623
<b>Hujumchilar</b>			
To‘p bilan	86	62	99
To‘psiz	803	666	405
<b>Himoyachilar</b>			
To‘p bilan	52	47	55
To‘psiz	538	595	360
<b>Tez yugurish</b>			
<b>YArimhimoyachilar</b>			
To‘p bilan	255	77	125
To‘psiz	1264	1007	1009
<b>Hujumchilar</b>			
To‘p bilan	111	108	144
To‘psiz	1063	834	654
<b>Himoyachilar</b>			
To‘p bilan	57	61	98
To‘psiz	768	682	701
<b>Sekin yugurish</b>			
<b>YArimhimoyachilar</b>			
To‘psiz	2061	1942	1510
<b>Hujumchilar</b>			
To‘psiz	1940	1315	1114
<b>Himoyachilar</b>			
To‘psiz	1438	1346	1430
<b>Umumiy harakatlanish foaliyati</b>			
<b>YArimqimoyachilar.</b>			
To‘p bilan va to‘psiz	4448	3821	3379
<b>Hujumchilar</b>			
To‘p bilan va to‘psiz	4003	2985	4216
<b>Himoyachilar</b>			
To‘p bilan va to‘psiz	2851	2731	2644

### **3.3. Turli malakali futbolchilarini amplusiga qarab harakat faoliyatini taqqoslash.**

Turli jamoalarning futbolchilarni maksimal tezlikda yugurishlarining turli natijalarini o'rtacha kursatkichlari anqlandi.(5-jadval)

Maksimal tezlikda «Paxtakor» jamoasining yarim himoyachilari o'yin davomida  $X=868m$ , «NBU» jamoasining yarim himoyachilari  $X=795m$  natijani «UZMU» jamoasining yarim himoyachilari  $X=735m$  natijalarni qaid etishgan (11-rasm).

Turli jamoalarning hujumchilari ham har xil natijalarni qayd etishgan. «Paxtakor» jamoasining hujumchilari  $X=889m$ , «NBU» jamoasining hujumchilari  $X=722m$ , «UZMU» jamoasining hujumchilari o'yin davomida esa  $X=503m$  natijalarni qayd etishgan (12-rasm).

SHu jamoalarning himoyachilari o'yin davomida ham turli natijalarni ko'rsatishgan. «Paxtakor» jamoasining himoyachilarini natijalari  $X=590m$ , «NBU» jamoasining himoyachilarini natijalari  $X=639m$ , «UZMU» jamoasining natijalari  $X=425m$  masofani tashkil etadi. (13-rasm).

Xulosa qilib aytsak, «Paxtakor» jamoasining birgina amplusida, ya'ni himoyachilarda maksimal tezlikda to'p bilan, to'psiz harakatlanish natijalari kam kuzatilgan. «NBU» jamoasining himoyachilari, boshqa jamoa himoyachilaridan maksimal tezlikda yugurish natijalarini yaxshi ko'rsata olgan.

Tez yugurish natijalarni turli jamoalar o'yinchilarini natijalarini aniqlaydigan bo'lsak, «Paxtakor» jamoasining yarim himoyachilarini to'p bilan, to'psiz tez yugurish ko'rsatkichlari  $X=1519m$ , «NBU» jamoasining yarim himoyachilarini ko'rsatkichlari  $X=1084m$ , «UZMU» jamoasining yarim himoyachilarini ko'rsatkichlari  $X=1134m$  natijalarni ko'rsatishgan (14-rasm).

«Paxtakor» jamoasining hujumchilarini natijalari  $X=1174m$ , «NBU» jamoasining ko'rsatkichlari  $X=942$ , «UZMU» jamoasining o'yin davomidagi ko'rsatkichlari  $X=798m$  masofaga to'g'ri keladi (15-rasm).

«Paxtakor» jamoasining himoyachilarini o‘yin davomida tez yugurish natijalari  $X=823m$ , «NBU» jamoasining ko‘rsatkichlari esa  $X=743m$ , «UZMU» jamoasining o‘yin davomida  $X=799m$  natijalarni qayd etishgan (16-rasm).

Xulosa qilib aytsak, o‘yin davomida «Paxtakor» jamoasining hamma futbolchilari boshqa tabaqa jamoalaridan ancha o‘yin davomida tez yugurish natijalari yuqoriroq. Ikkinchi tabaqada ishtrok etuvchi «UZMU» jamoasining yarim himoyachilari va himoyachilari birinchi tabaqada ishtirok etuvchi «NBU» jamoasining futbolchilaridan tez yugurish natijalari bo‘yicha o‘yin davomida yuqoriroq..

Sekin yugurish natijalari «Paxtakor» jamoasining yarim himoyachilariniki  $X=2061m$  natija, «NBU» jamoasining yarim himoyachilariniki  $X=1942m$  natija, «UZMU» jamoasining yarim himoyachilari esa  $X=1510m$  natijalarni qaid etishdi (17-rasm).

SHu jamoalarning hujumchilari «Paxtakor» jamoasining natijalari  $X=1940m$ , «NBU» jamoasining natijalari  $X=1315m$ , «UZMU» jamoasining natijalari  $X=1114m$  masofaga to‘g‘ri keladi (18-rasm).

«Paxtakor» jamoasining himoyachilari esa o‘yin davomida  $X=1438m$  natijani, «NBU» jamoasining natijasi esa o‘yin davomida  $X=1346m$ , «UZMU» jamoasining o‘yin davomida ko‘rsatgan natijalari  $X=1430m$  masofani tashkil qiladi (19-rasm).

Bundan xulosa qilish keraki, «Paxtakor» jamoasining futbolchilari o‘yin davomida hamma ampuada o‘ynaydigan futbolchilari boshqa tabaqa jamoalarining futbolchilaridan yuqori natijalarni qaid etishgan. Birinchi tabaqada ishtrok etuvchi «NBU» jamoasining yarim himoyachilari va hujumchilari «Paxtakor» jamoasidan keyingi natijalarni egallashgan. Lekin himoyachilari «UZMU» jamoasining himoyachilaridan kam natijalarni qaid etishgan.

Jamoalarning umumiy hamma yugurishlarini (maksimal tezlikda yugurish, tez yugurish, sekin yugurish) hisoblanganda, «Paxtakor» jamoasining yarim himoyachilari o‘yin davomida  $X=4456m$  natijani, «NBU» jamoasining yarim

himoyachilariniki esa o‘yin davomida  $X=3822m$  natijani, «UZMU» jamoasining yarim himoyachilari esa o‘yin davomida  $X=3329m$  natijalarni qayd etishgan (20-rasm).

«Paxtakor» jamoasining hujumchilari esa o‘yin davomida  $X=4004m$  natijani, «NBU» jamoasining hujumchilari  $X=2994m$  natijani, «UZMU» jamoasining o‘yin davomida ko‘rsatgan natijalari esa  $X=2432m$  masofani turli harakatlar bilan bosib o‘tgan (21-rasm).

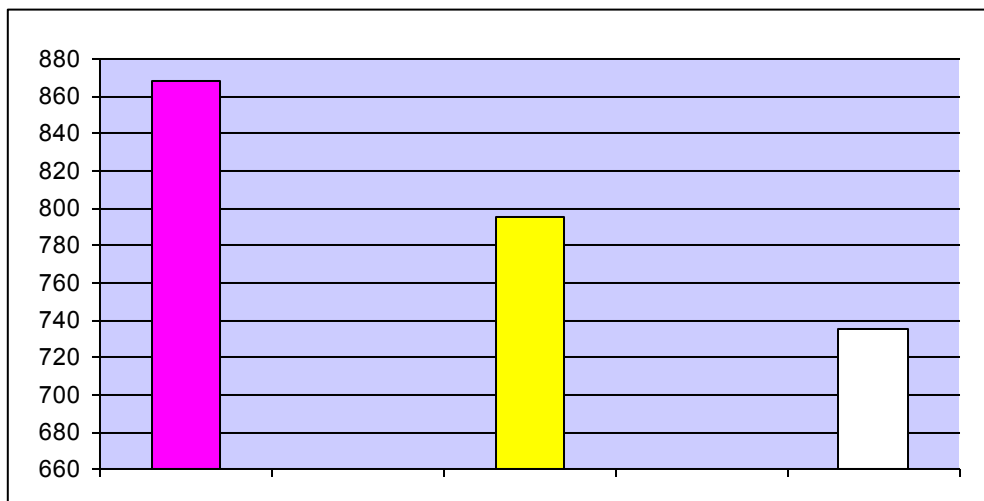
Oliy tabaqada ishtrok etuvchi «Paxtakor» jamoasining himoyachilari o‘yin davomida  $X=2853m$  natijani «NBU» jamoasining himoyachilari esa o‘yin davomida  $X=2736m$  natijani, «UZMU» jamoasining himoyachilari o‘yin davomida  $X=2649m$  natijani qaid etishgan (22-rasm).

Bundan ko‘rinib turibtki, harakat faoliyati tabaqani turli bo‘lishiga ham bog‘liq bo‘ladi. Ikkinchi tabaqada ishtirok etuvchi jamoasini natijalari o‘yin davomida yuqori emas. Lekin tabaqani ko‘tarilishi bilan o‘yinchilarning harakat faoliyati ham ko‘tarilib borar ekan.

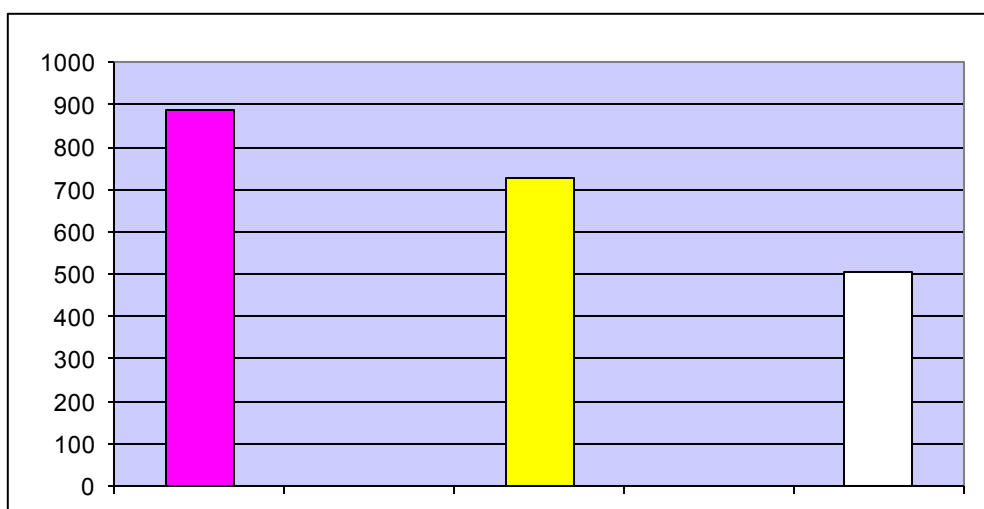
**Turli malakali futbolchilarini amplusiga qarab harakat faoliyatini  
o‘rtacha ko‘rsatkichlari. (X)**

*5-jadval*

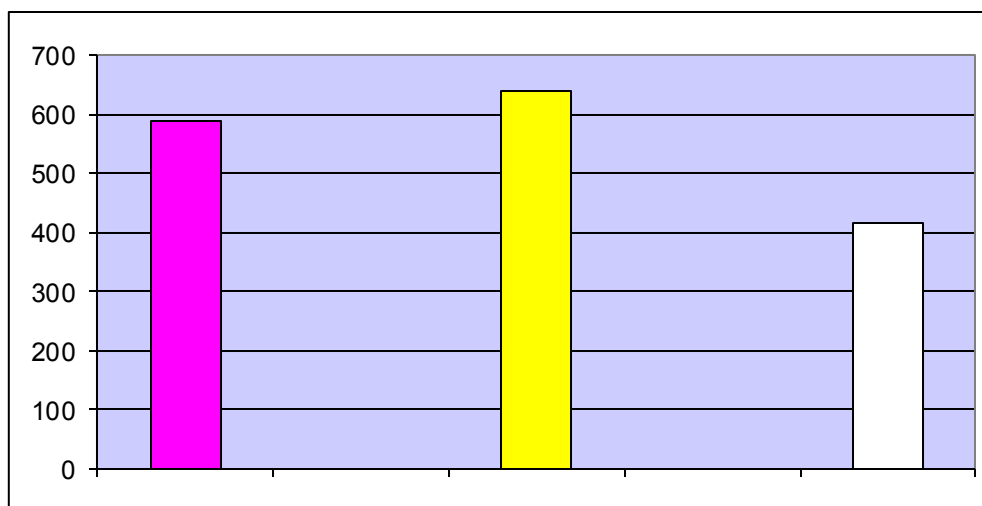
№	Harakatlanishlar	Paxtakor	NBU	UZMU
<b>Maksimal tez yugurishlari.</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
1	YArimhimoyachilar.	868	795	735
2	Hujumchilar.	889	728	504
3	Himoyachilar.	590	642	415
<b>Tez yugurish</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
1	YArimhimoyachilar.	1519	1084	1134
2	Hujumchilar.	1174	942	798
3	Himoyachilar.	823	743	799
<b>Sekin yugurish</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
1	YArimhimoyachilar.	2061	1942	1510
2	Hujumchilar.	1940	1315	1114
3	Himoyachilar.	1438	1346	1430
<b>Umumiy harakatlanish faoliyati</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
1	YArimhimoyachilar.	4448	3821	3379
2	Hujumchilar.	4003	2985	2416
3	Himoyachilar.	2851	2731	2644



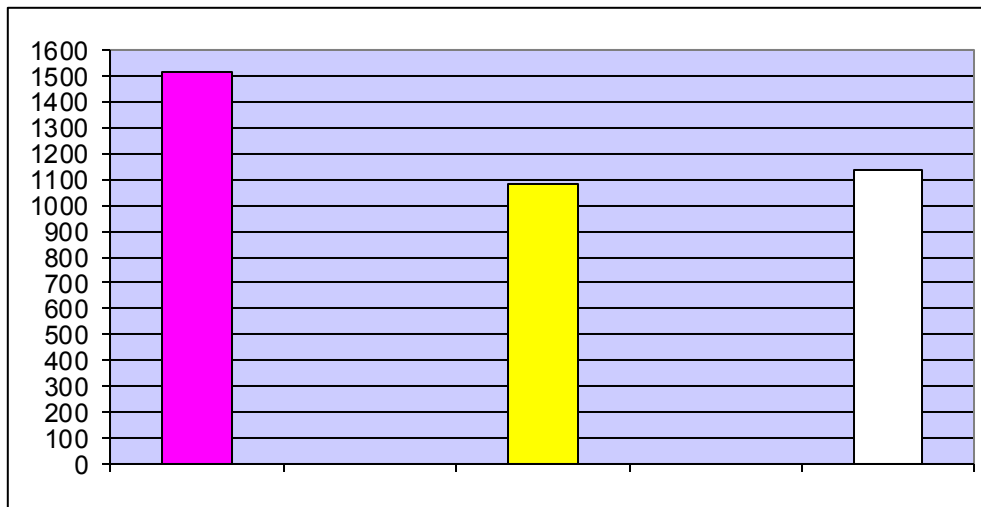
11-rasm. Turli jamoalarning yarim himoyachilarni maksimal tezlikda yugurishlarini o'rtacha ( $\bar{X}$ ) ko'rsatkichlari.



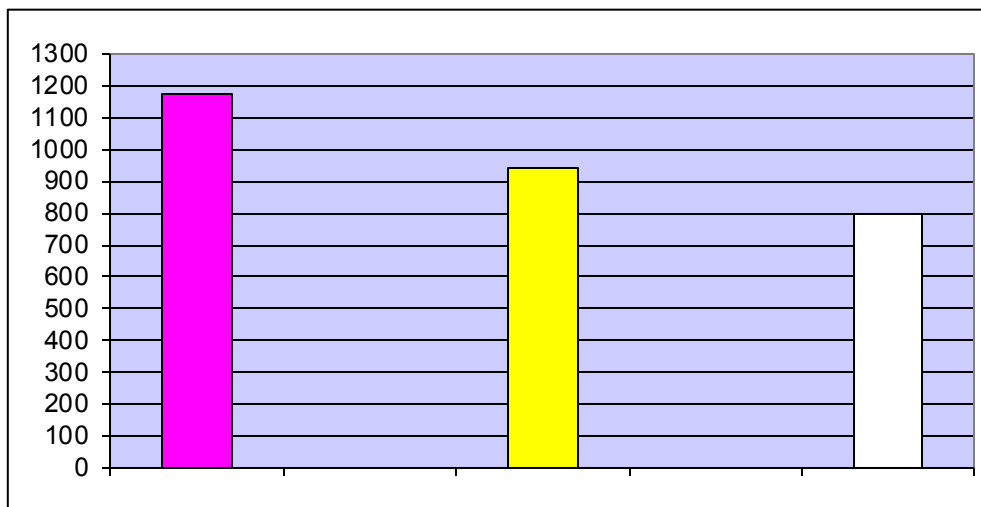
12-rasm. Turli jamoalarning xujumchilarni maksimal tezlikda yugurishlarini o'rtacha ( $\bar{X}$ ) ko'rsatkichlari.



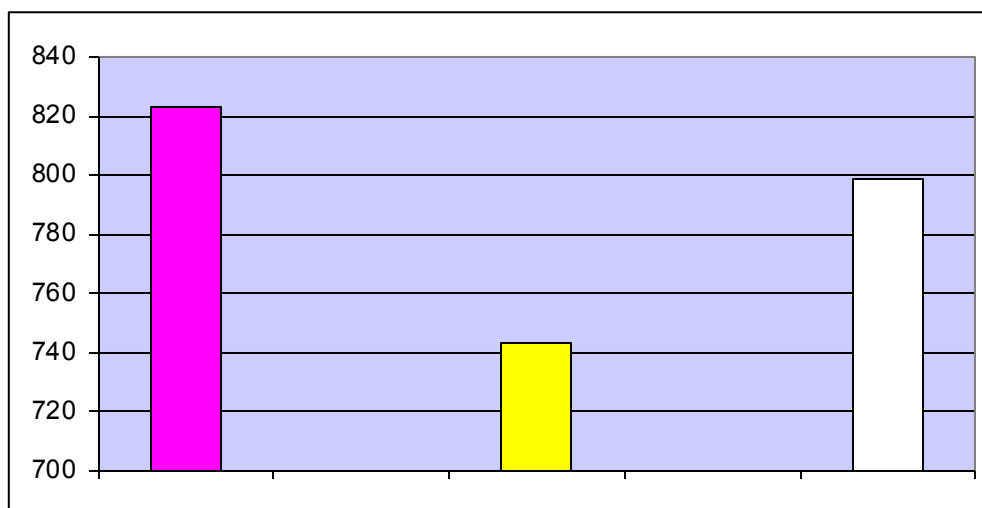
13-rasm. Turli jamoalarning himoyachilarni maksimal tezlikda yugurishlarini o'rtacha ( $\bar{X}$ ) ko'rsatkichlar.



14-rasm. Turli jamoalarning yarim himoyachilarini o'yin davomida tez yugurishlarini o'rtacha ( $\bar{X}$ ) ko'rsatkichlari.

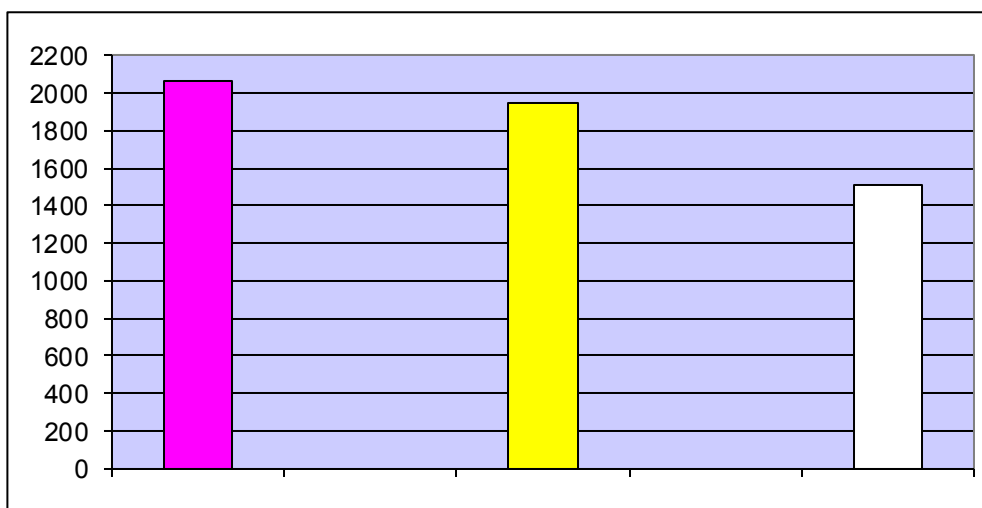


15-rasm. Turli jamoalarning hujumchilarini o'yin davomida tez yugurishlarini o'rtacha ( $\bar{X}$ ) ko'rsatkichlari.

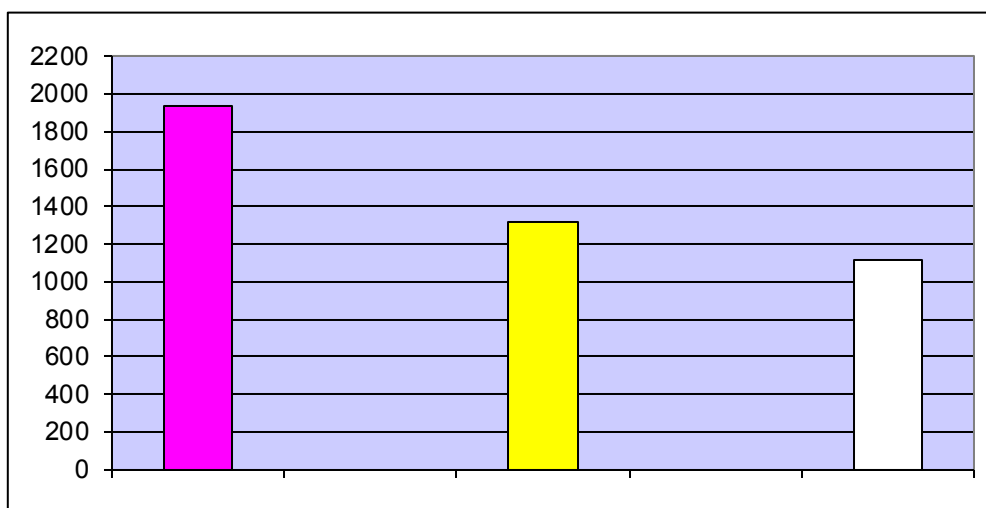


16-rasm. Turli jamoalarning himoyachilarini o‘yin davomida tez yugurishlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.

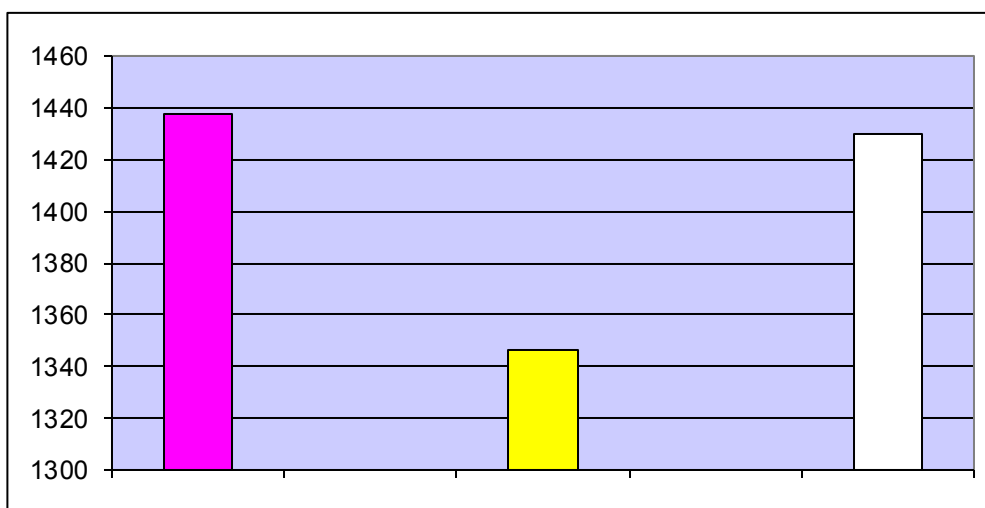
17-rasm. Turli jamoalarning yarim himoyachilarini o‘yin davomida sekin



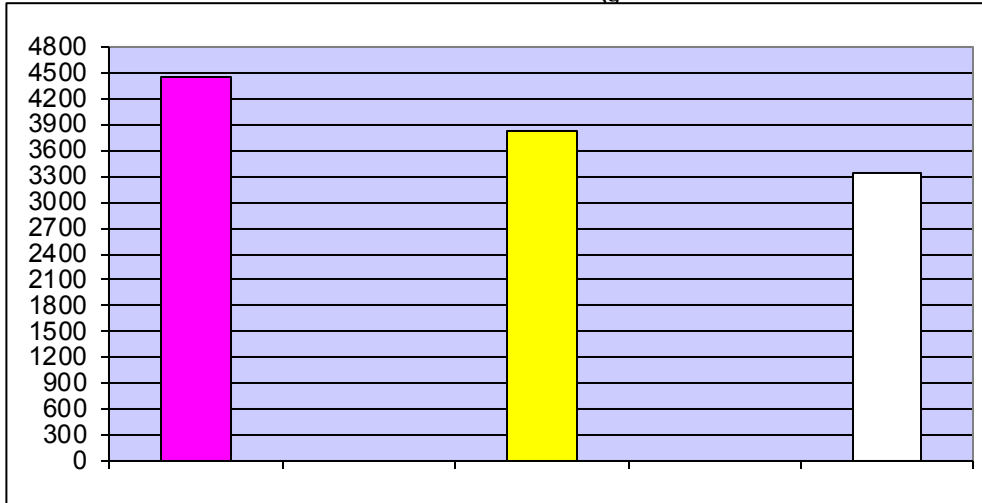
yugurishlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



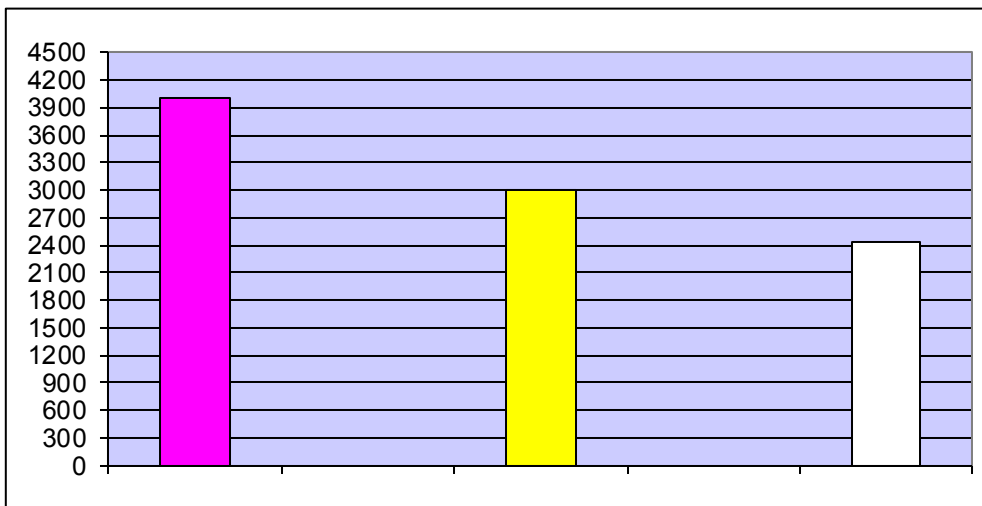
18-rasm. Turli jamoalarning hujumchilarini o‘yin davomida sekin yugurishlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



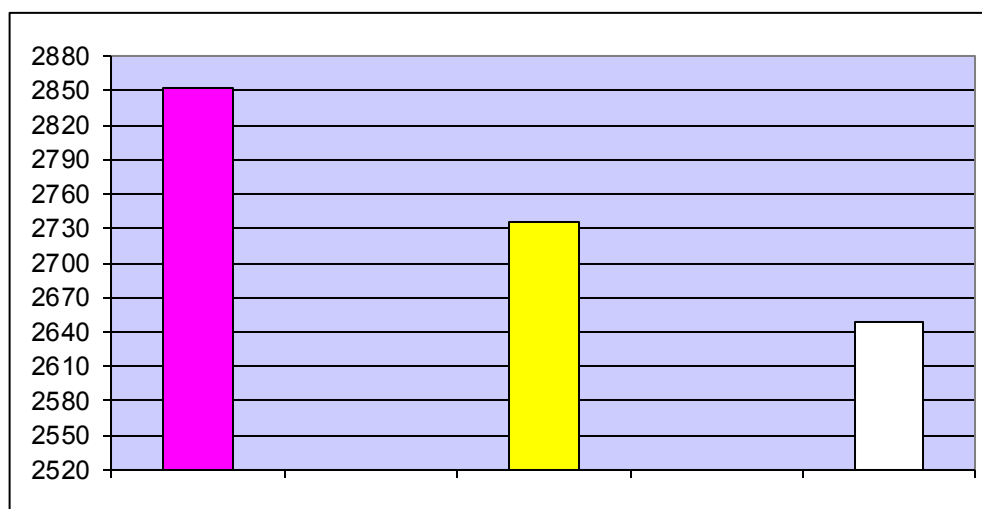
19-rasm. Turli jamoalarning himoyachilarini o‘yin davomida sekin yugurishlarin o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



20-rasm. Turli jamoalarning yarim himoyachilarini o‘yin davomida harakat faoliyatlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



21-rasm. Turli jamoalarning hujumchilarini o‘yin davomida harakat faoliyatlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.



22-rasm. Turli jamoalarning himoyachilarini o‘yin davomida harakat faoliyatlarini o‘rtacha (X) ko‘rsatkichlari.

## **Xulosalar**

1. Futbolchilarning o'yin davomida ikkinchi taymga o'tishi bilan ikkinchi, birinchi va oliy tabaqa jamoalarini futbolchilarining harakat faoliyati susayishi kuzatilgan. Buni o'quv-mashg'ulotlarida murabbiylar va mutaxassislar nazarda tutishlari kerak va mashg'ulotlarda tegishli choralarni ko'rishlari kerak deb o'ylaymiz.
2. Jamoalarning o'yin davomida eng kam harakat faoliyati himoyachilarning harakatlari kuzatilgan. SHunga asosan himoyachilarning o'yin davomida hujumda ishtirok etishlari kuchaytirilganda, himoyachilarning o'yin davomida harakat faoliyati maydonda yuksalishini va jamoani g'alabada o'z hissasini qo'shadi deb o'ylaymiz.
3. Harakat faoliyati tabaqani turli bo'lishiga ham bog'liq bo'lishi kuzatildi. Ikkinchi tabaqada ishtirok etuvchi jamoaning natijalari o'yin davomida yuqori emas. Lekin tabaqani ko'tarilishi bilan futbolchilarning harakat faoliyati ham ko'tarilib borilishi kuzatildi. Buni mutaxassislar futbolchilarning tanlab olish chog'ida e'tiborga olish kerak deb o'ylaymiz.
4. Oliy tabaqa jamaosi «Paxtakor» futbolchilarining g'alabaga erishishida va raqib ustidan katta ustunligi, hujumchilarning o'yin davomida boshqa jamaolarning futbolchilardan va o'z jamaolarning boshqa amplua futbolchilardan ko'proq maksimal tezlikda yugurishlari sabab bo'ladi deb o'ylaymiz.

### **Adabiyotlar ro‘yhati:**

1. Karimov I.A. O‘zbekiston kelajagi buyuk davlat.-T.: O‘zbekiston, 1994.-255b.
2. Karimov I.A. Barkamol avlod O‘zbekiston taraqqiyoti poydevori.-T.: O‘zbekiston, 1997.-325b.
3. «O‘zbekiston futbolni rivojlantirishning tashkiliy asoslari va prinsiplarini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi Qarori». Halq so‘zi, gazetasi., 1996y 18 yanvar.-1b.
4. Akromov R., Tolibjonov A., YUqori malakali futbolchilarni tayyorlash.-T., 1994.-130b.
5. Akromov R.A. Игровые и тренировочные нагрузки в футболе.-T.: Abu Ali Ibn Sino, 2002,-200s.
6. Arpad CHanadi. Futbol: trenirovka.-M.: FiS, 1985.- 255s.
7. Breykin A.D. Futbol v kollektivax fizkultury. -.M.: FiS, 1979.-161s.
8. Iseev SH.T. Analiz atakuyushix deystviya futbolistov vysokoy kvalifikatsii Jurnal. «Fan sportga» №1, 2004. –S45-47.
9. Kazakov P.N. Futbol: Darslik.-T.: O‘qituvchi, 1981.-284b.
10. Kazakov P.N. Futbol: Uchebnik.-M.: FiS, 1978 –255s.
11. Koshbaxtiev I.A. Upravlenie podgotovkoy futbolistov vysokoy kvalifikatsii.-T.: Groteks, 1998-150s.
12. Koshbaxtiev I.A., Nurimov R.I. Programmirovaniye podgodovka futbolistov vysokoy kvalifikatsii.-T., 2005.-121s.
13. Lyukshinov N.M. Sostoyaniye i tendensii razvitiya sovremennogo futbola: Ejegodnik «Futbol».-M.: FiS, 1981. – S20-24.
14. Lyukshinov N.M., Spetsialnaya podgotovka i metodika funktsionalnoy otsenki nervno-myshechnogo apparata futbolistov/ v kn: «Futbol segodnya i zavtra».-M.: FiS, 1965.S93-103.
15. Nevyanov A.M. Portnov YU.M. Analiz VI chempionata Evropo‘ po futbolu 1980g. v Itali: Metodicheskie rekomindatsii.-M., 1980.-12s.

16. Nurimov R.I. Tekniko- takticheskaya i fizicheskaya podgotovka kvalifitsirovannykh futbolsitov: Uchebnoe posobie.—Т., 2001.-135s.
17. Romanenko A.N., Djus O.N., Dogodin M.E. Trenirovka futbolistov.- Kiev: Zdaroviya, 1979.-283s.
18. Suchilin A.A. Podgotovka yunых futbolistov.-M.: 1987. –114s.
19. Savin S.A., Spartivno'e nagruzki i ritm sportivnoe deyatolnosti/ v kn. «Futbol segodnya i zavtra».-M.: FiS, 1961 -S29-44.
20. Savin S.A. Futbolist v igre i trenirovke.-M.: FiS, 1975.-22-56s.
21. Sergeev G.M. Tekniko-Taktichiskie deystviya zashitnikov.g' Vsbornike nauchnykh trudov.-Т., 2000-S25-30.