

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

Қўлёзма ҳуқуқида

МАМАСОЛИЕВ САИДМУРОД ТИРКАШЕВИЧ

ФУТБОЛБЎЙИЧА БОЛАЛАР ЎСМИРЛАР СПОРТ МАКТАБЛАРИДА ИҚТИДОРЛИ ФУТБОЛЧИЛАРНИ ТАНЛАБ ОЛИШ ТИЗИМИ

Ихтисослик: 5A810201 Спорт фаолияти (футбол)

Педагогика магистри даражасини олиш учун

ДИССЕРТАЦИЯ

Иш кўриб чиқилди ва ҳимояга қўйилди
“Футбол назарияси ва услубияти”
кафедраси мудири проф.
Р.И.Нуримов_____

Илмий раҳбар:
проф. Р.И.Нуримов

ТОШКЕНТ – 2013

МУНДАРИЖА

КИРИШ.....	
I-БОБ. ФУТБОЛ ТАНЛОВИНИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ.....	
1.1. Ёш футболчилар танлов тизими.....	
1.2. 9-12 ёшли болаларда спорт мўлжали хусусиятлари.....	
1.3. Танлов услубияти.....	
1.4. Кўп йиллик тайёргарлик жараёнида танлов босқичлари.....	
Боб бўйича хулосалар.....	
II-БОБ. ЁШ ИСТЕЪДОДЛИ ФУТБОЛЧИЛАР ТАНЛОВ УСЛУБИЯТИ..	
2.1. Ёш истеъдодли футболчилар танлов мезонлари.....	
2.2. Жимоний сифатлар, техника ва тактик фикрлашни ривожланиш даражасини баҳолаш.....	
2.3. Йил давомида ёш футболчиларни спорт-техника аттестацияси.....	
III-БОБ. ТАДҚИҚОТНИНГ ВАЗИФАСИ УСЛУБИЯТИ ВА ТАШКИЛ ЭТИШ.....	
3.1. Тадқиқотнинг вазифаси.....	
3.2. Тадқиқот услубиятлари.....	
3.3. Тадқиқотни ташкил этиш.....	
IV-БОБ. СПОРТ МАКТАБЛАРИ ЎҚУВ-МАШҒУЛОТГУРУҲЛАРИГА ЁШ ФУТБОЛЧИЛАР ТАНЛОВ УСЛУБИЯТЛАРИНИ АСОСЛАШ.....	
4.1. Ёш футболчилар танлов меъёрий талаблари.....	
4.2. Ёш футболчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатини тадқиқ этиш.....	
Тадқиқот натижалари муҳокамаси.....	
ХУЛОСАЛАР.....	
АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР.....	
АДАБИЁТЛАР.....	

КИРИШ

Ишнинг долзарблиги. Ўзбекистонда футбол ривожига катта аҳамият берилмоқда. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси томонидан охириги йилларда бир қатор қарор ва фармонлар қабул қилинди: “Ўзбекистон Республикасида футболни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида” (18.03.1993 й), “Ўзбекистонда футболни ривожлантиришнингташкилий асослари ва принципларини тубдан такомиллаштириш чоралари тўғрисида” (17.01.1996й), “Ўзбекистонда футболни ривожлантириш Жамғармаси фаолиятини яхшилаш ва уни қўллаб-қувватлаш чоралари тўғрисида” (06.07.1999й). 2006 йил Ўзбекистон республикаси Президенти И.А.Каримов томонидан “Ўзбекистонда футболни ривожлантириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида” фармон имзоланди. Унда, охириги йилларда футбол бўйича Миллий чемпионатлар обрўси ва даражасини ошириш бўйича ишлар етарлича олиб борилмаётганлиги, юқори малакали ва спорт заҳиралари тайёргарлигини ташкил этиш ва мазмунига етарли даражада аҳамият берилмаётганлиги баён этилган. Ўқув-машғулот жараёни ва вилоятларда болалар-ўсмирлар жамоалари орасида мусобақаларни паст даражада ташкил этиш, алоҳида ҳудудларда жисмоний тарбия ва спорт бўлимлари ишининг яхши йўлга қўйилмаганлиги билан боғлиқдир. Бундай камчиликлар белгиланган, давлат даражасидаги юқорида баён этилган ҳужжатлар, футбол ривожини учун имконият яратмоқда.

Ёш спортчиларни спортнинг ўйин турларига танлаш ва мўлжаллаш услубиятига бағишланган спорт амалиёти тажрибалари ва тадқиқотлар, янги, анча самарали услубий йўللарни топишни талаб қилади.

Маълумки, спорт иқтидори ташҳиси ҳали ўз такомиллашувидан жуда узоқдадир. Айни вақтда, спорт курашларида рақобатни ошиб бориш тенденцияларини тавсифловчи, спортни ривожлантириш замонавий босқичлари, илм-фан олдида келгусида спортчиларни танлаш ва уларнинг

тайёргарлигини баҳолаш услубиятлари самарадорлигини ошириш зарурияти тўғрисидаги саволларни кескин қўймоқда.

Замонавий талаблар даражасидаги юқори спорт натижаларига эришиш, футбол билан шуғулланиш истагидаги ҳар бир бола учун осон эмас. Ўзбекистоннинг етакчи футболчиларининг биографиясини ўрганиш шуни кўрсатдики, улар спорт йўлининг аввалида ўз тенгдошларидан аниқ сифат хусусиятлари билан ажралиб турганлар: яхши жисмоний ривожланиш, анча такомиллашган координация ҳаракатлар, фикрлаш тезлиги ва жасурлик. Бундай сифатлар сақланиб қолган ва футболчининг келгуси спорт такомиллашув фаолиятида мақсадга интилиш, меҳнатсеварлик, қатъият ва матонатни мунтазам тарбиялаш билан уйғунлашиб юқори натижаларга эришиларига замин яратган (Г.Красницкий, Б.Абдураимов, М.Ан, В.Федоров, Л.Хадзипанакис, М.Косимов).

Янгидан то спорт устаси даражасигача етакчи футболчиларнинг босиб ўтган йўллари 6 – 9йил. Замонавий футбол атлетик ўйин ҳисобланади. Ўйин ҳаракатларининг юқори темпи, вазиятларнинг тез ўзгариши, тўп учун курашда бевосита рақиб билан мулоқот, тактик вазифаларни ечишдаги чегараланган вақт, ҳаяжон ва унинг бошқа хусусиятлари футболчининг ҳаракат, функционал ва руҳий ҳолатига катта талаб қўяди.

Шунинг учун футбол билан шуғулланиш учун болаларни танлаш мумаммоларини, боланинг ҳаракат, функционал ва руҳий фаолиятининг турли томонларини, уларнинг спорт маҳоратини шакллантириш жараёнидаги мустақил ривожланиш хусусиятларини тўлиқ ўрганмасдан ҳал қилиб бўлмайди.

Шуни ҳам алоҳида таъкидлаб ўтиш лозимки, танлаш – бу бир лаҳзалик синов эмас, балки тадқиқотнинг педагогик, психологик, тиббий-биологик услубиятларини қўллаш билан футболчиларни спорт такомиллашувини турли босқичларда амалга ошириш тадбирларини кўп қирралилигини назарда тутувчи қатъий ўйланган кўп босқичли тизимдир.

Педагогик услубиятлар ёш футболчиларнинг спорт маҳорати хусусиятларини аниқлаш, куч, тезкорлик, чидамкорлик, эпчиллик каби сифатларни ривожланиш даражаси ва уларнинг ўзаро алоқасини ўрганишга имкон беради.

Тиббий-биологик услубиятлар, болаларнинг функционал хусусиятлари ва тизимларини ўрганиш, уларнинг олий асаб тизими фаолиятининг индивидуал хусусиятларини аниқлаш, морфологик кўрсаткичларни тавсифлаш ва баҳолаш учун жуда муҳим.

Психологик услубиятлар, футболчиларнинг тезкор (тактик) фикрлаш хусусиятларини, ўйинчиларнинг жамоадаги психологик мослашуви, уларнинг эмоционал барқарорлигини аниқлашга ёрдам беради.

Илмий-услубий адабиётлар таҳлили ва педагогик тажрибалар шуни кўрсатадики, ҳозирги пайтда танловнинг икки услуби қўлланлади:

Биринчи – мураббий янгиларни бир-бири билан учрашув ўтказадиган икки жамоага бўлади. Ўйин мобайнида, у болалар ҳаракатини кузатиб, улар орасидан энг ақлли, тез фикрловчи, эпчил ва фаол болани ажратиб олади. Шундан сўнг, табиий саралаш ва ўқув гуруҳини тўлдириш билан тайёргарликнинг бошланғич босқичи бошланади.

Иккинчи – ўйин ҳаракатларини эксперт баҳолашга қўшимча тестлар қўлланилади: тури бўлақларга югуриш, сакраш машқлари, содда техник усуллар: - аниқлик ва узоқликки тўпга зарбалар, тўп узатишлар, тўпни олиб юриш ва ҳақ. Кўпгина бундай тестларнинг башоратли ахборотли паст бўлиши аниқланган, чунки янгилар – бу умуман ҳаракат тажрибалари турлича бўлган болалардир. Шундай қилиб, танлов вақтида боланининг ўз ҳаётидаги ўзлаштирган билим ва кўникмалари баҳоланади. Негизида болаларнинг футболга нисбатан истиқболлари ҳақида башорат қилувчи, имкониятларини баҳолаш керак.

Шунинг учун, танлов қуйидаги аниқ талабларга мос келиши лозим:

- улар башорат ахборотлилиқка эга бўлишлари керак;
- ишончли бўлишлари;

- ўлчовларнинг стандартлаштирилган тизимига эга бўлишлари;
- ундаги натижалар баҳолаш тизимига эга бўлишлари;
- қўлланилиши осон ва содда бўлиши керак.

Ишнинг мақсади - спорт мўлжалининг ташкилий ва услубий жиҳатларини ҳисобга олиб, ёш спортчилар тайёргарлик тизимини келгусида такомиллаштириш ҳамда футбол бўйича БЎСМда ёш истиқболли футболчиларни тановининг самарали услубиятларини ишлаб чиқиш.

Тадқиқот фарази. 9-11 ёшли болаларнинг жисмоний тайёргарлик ва морфофункционал тавсифлари бўйича спорт мўлжали ахборотли мезонларини аниқлаш, услубиятни ишлаб чиқишга ва ёш футболчиларнинг махсус тайёргарлигини баҳолаш учун меъёрий талабларни аниқлашга ёрдам бериши фараз қилинди. Буларнинг барчаси спорт захираларининг ўқув-машғулот жараёнини ва тайёргарлик сифатини яхшилаш имкониятини беради.

Тадқиқот предмет – спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларида ёш футболчиларнинг истиқболли мезонлари ҳисобланди.

Тадқиқот ҳажми. Ёш спортчиларни уларнинг педагогик ва биологик тавсифлари асосида баҳолаш мезонлари.

Илмий янгилик қуйидагилардан иборат:

- жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари ва морфофункционал тавсифларнинг башоратлилиқ аҳамияти очиқ берилди;
- спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларига ёш спортчиларни қабул қилиш учун меъёрий талаблар аниқланда ва назорат-ўтиш меъёрлари ишлаб чиқилди;
- спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларида футбол билан шуғулланиш учун болаларни танлаш мезонларининг самарадорлиги асосланди;

Амалий аҳамияти. Тадқиқот натижалари спорт мактабларида қўлланилиши мумкин:

- ёш спортчиларни индивидуал хусусиятларини комплекс баҳолаш учун;
- бошланғич танлов ва бошланғич спорт ихтисослиги босқичида спорт муваффақиятларини бошорат қилиш учун;
- жисоний тарбия институти талабалари учун ёш спортчиларни футбол гуруҳларига танлаш муаммолари бўйича курс маърузаларини тузишда;
- қўшимча таълим муассалари ишларини тартиблаштирувчи дастурий-меъёрий хужжатларни тузишда.

Ҳимояга киритиладиган асосий ҳолатлар:

- болаларда спортда аҳамиятли сифатларни, уларнинг ривожланиш даражаси ва усиш темпини очиб берилиши, футбол билан шуғулланиш учун истеъдодни баҳолаш мезонларини аниқлашда асос бўлиб хизмат қилади;
- спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларида таълим йили бўйича футбол билан шуғулланиш учун ишлаб чиқилган меъёрий талаблар, спорт тайёргарлигининг ҳар бир босқичида педагогик назоратни тўғри амалга оширишга имкон беради;
- тавсия қилинган, футбол билан шуғулланиш учун болаларини дастлабки танлов услубияти, жисмоний сифатларни ўсиш даражаси ва балоғат кайфияти мезонлари бўйича уларнинг истикболларини тўғри баҳолаш учун, 2-3 йил мобайнида ярим йиллик оралиқ билан дастлабки ва такрорий тажрибалар ва текширувларни назарда тутди.

Диссертация тузилиши ва ҳажми. Иш кириш, тўрта боб, хуласалар, амалий тавсиялар, адабиётлар рўйхатидан ташкил топган. Диссертация 91 бетда баён этилган, 18 та жадвални ўз ичига олган. Адабиётлар рўйхати 81 та юрт ва чет эт адабиётлар манбааларини киритади.

I-БОБ. ФУТБОЛГА ТАНЛАШНИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ

1.1. Ёш футболчиларни танлаш тизими

Илгари танлов моҳиятига кўра, болалар майдончасида энг эпчил болаларни “топишдан” иборат бўлган. Анча юқори даражадаги машғулотларга, футболга ўйинчилар лаёқатини белгилашда, шу соҳага оид илмий тадқиқот натижарига таяниш мақсадга мувофиқ. Демак, юқори маҳоратга эришишга қобиятлиларни топиш зарур ёки ўртача қобиятли ўйинчилардан (улар жуда пухта тайёрланганда ҳам) такомиллашувга фақат ягоналаргина эришадилар.

Бундан аён бўладики, танлов самарадорлигини оширишга ва эҳтимолдаги хатоликлар фоизини пасайтиришга имкон берувчи услубиятларни қидириб топиш керак. Танлов учун мос келадиган ёшни аниқлаш жуда муҳим. Тажрибалардан келиб чиқиб, спорт мактабларига танловни 9 – 10 ёшдан бошлаш керак. Болалар бу ёшда, нафас, қон айланиш органларини ривожлантиришга йўналтирилган машғулотларда иштирок эта оладилар. 9-10 ёшда ўғил болаларда асаб тизими шунчалик ривожланган бўладики, улар футболдаги барча асосий ҳаракатларни ўзлаштиришга қодир бўладилар. Чарм тўпнинг ҳақиқий устасини тарбиялаш учун 8-10 йиллик машғулотлар талаб қилинганлиги туфайли, ўғил болалар билан машғулотишларини 9-10 ёшдан бошлаш мақсадга мувофиқ. Аммо танлов ишлари 9-10 ёшда албатта тўхтаб қолмайди. Юқори даражадаги ўйинга қобиятти аниқлаш учун анчагина кўп вақт талаб қилинади. Ёш ўйинчиларнинг руҳий-жисмоний сифатлари катта ўзгаришларни бошдан кечиради. 10 ёшли бола кейинчалик нималарга қодир, у қандай ишчанлик қобиятига эга бўлади, қанчалик ўсади, буларни биз яқинроқ ҳам аниқлай олмаймиз. Ўсмирлик даврида бола руҳиятида кутилмаган ва жуда катта ўзгаришлар содир бўлади. Лекин танлашда, фақат айни пайтдаги боланинг жисмоний тайёргарлиги қандай, техник тайёргарликка эгами, унинг тана ва физиологик кўрсаткичлари параметрлари қандай эканлигини белгилаш мумкин. Албатта,

бола катта ёшга кирганида ким бўлиши ҳақида жиддий ҳулосалар чиқариш мумкин эмас. Шунинг учун, танлов болаликни тугашигача тахминан 10 ёшдан бошланиб узоқ давом этувчи жараён бўлиши лозим.

Танловнинг биринчи босқичи, қабул синовлари вақтида содир бўлади. Аниқ тестлар асосида футболга қобиятли болалар танлаб олинади ва лаёқатсизлар сараланади.

Иккинчи босқич – қабул синовларини муваффақиятли уддалаганлар ичидан энг яхшиларини танлаш. У аниқ тестларга қаратилган машғулотлар давомида узоқ кузатувлар асосида ўтказадилар.

Учинчи босқичда юқори маҳоратга эришишга қобиятли футболчилар аниқланади. Одатда улар, спорт мактабларида шуғулланувчилар ёки турли футбол клубларида иштирок этувчи ёш спортчилардир.

Танлов жараёнида қуйидаги жиҳатларни эътиборга олиш лозим:

Физиологик жиҳатлар, аввало, футболчиларнинг физиологик кўрсаткичларини аниқлайди. Ҳамма болалар қабул синовларигача умумий тиббий кўрикдан ўтадилар. Кимки қабул синовларидан ўтиб спорт мактабига қабул қилинган бўлса, мунтазам тиббий кўрикдан ўтиб борадилар.

Ҳозирги пайтгача бизга кўп сонли гуруҳларнинг катта текширувини ўтказиш мумкин бўлган кўрик услуби маълум эмас. Муаммо шундан иборатки, замонавий тиббий кўрикда фақатгина ким соғломлигини ва спортга лойиқлигини аниқлаш мумкин. Лекин, бу ҳали физиологик кўрсаткичлар бўйича футболга лойиқ деган жавоб эмас.

Антропометрик жиҳатлар. Жисмоний тузилиши бўйича футболга мослашув саволлари ҳали жуда кам ўрганилган. Амалий кузатувлар асосида қуйидагиларни ҳулоса қилиш мумкин, танловда жисмоний тузилиш ҳал қилувчи ҳисобланмайди. Аммо бўй, кўкрак қафаси айланаси, бўкса ҳажми каби антропометрик кўрсаткичларни эътиборга олиш лозим. Мактабга қабул қилинувчининг тана тузилиши жуда муҳим. Кузатувлардан маълум бўлдики, жисмонан кучли, бақувват тана тузилишига эга болалар юкламаларни анча енгил ўтказадилар ва мусобақаларда яхши иштирок этадилар. Лекин, бундан

жисмоний ривожланиши ўртача ёки кучсиз болалар кучли спорт усталаригача ўсмайди деган хулоса чиқариш мумкин эмас.

Психологик, педагогик жиҳатлар. Танловда бола характериға ҳос бўлган, унинг ақлий қобилиятларига катта аҳамият берилади. Таҷрибалар, биринчи навбатда ақлли ва иродаси кучли ўғил болаларни қабул қилиш кераклигини тасдиқлайди.

Жисмоний ривожланиш жиҳатлари.

Айни пайтда, югуришда юқори тезкорликка ва катта чидамкорликка эга футболчилар керак. Шунинг учун, қабул имтиҳонларида футбол учун зарур жисмоний маълумотларни аниқлашга катта аҳамият берилади.

Техник тайёргарлик жиҳатлари. Спорт мактаблари қабул синовларига, етарли даражада техник кўникмаларга эга бўлмаган қобилиятли болалар жуда кўп келади. Бундай вазиятларда, мураббийга келгусида шундай болалар билан иш олиб бориш мумкинлигини тезкор аниқлаш жуда қийин.

Ҳозирги пайтда, спорт мактабларига қабул синовлари асосида қабул қилинади. Одатда спорт мактаблари ён атрофдаги, унинг таъсир доирасидаги ҳудудларни қамраб олишга ҳаракат қилади. Лекин ҳозирга қадар, кўп сонли болалар ичида танловни амалга ошириш учун спорт мактаблари қабул синовларига барча болаларни жалб қилишнинг иложиси бўлмади. 6-14 ёшли болалар умум таълим мактабларига борадилар, демак танловни ташкил қилиш ишларини шундан келиб чиқиб амалга ошириш мақсадга мувофиқ. Шунинг учун, танлов асосан мактабларда ўтказилиши лозим. Айнан шу мақсадда мамлакатни шартли участкаларга бўлиш лозим. Энг кичик танлов бирлиги, бошланғич мактабларда ва шу ердан кейинги қадамлар бошланади.

1.2. 9-11 ёшли болаларни спортга мўлжаллаш хусусиятлари.

Спорт мўлжали ва танлови муаммолари яратилиш босқичида эмас, балки мустақил фанга айланди. Бола ёки ўсмир имкониятларини башорат қилиб, мураббий-селекционерлар ўз олдига келгусида муваффақиятли спорт мутахассислигига ишончли истеъдодли индивидумларни асосланган

кидирувини яратиш вазифасини қўяди. Айни пайтда, спортга мўлжаллашни такомиллаштириш муаммолари, турли соҳа мутахассислари томонидан мамлакатимизда ва чет элларда ҳам қўллаб қувватланмоқда.

Кўп сонли маълумотларга қарамай, иқтидорли кишиларни танлаш ва мўлжаллаш муаммолари, мустақил йўналиш каби изланиш, такомиллашиш ва келгуси ишлаб чиқариш босқичида турибди. Болалар ва ўсмирлар спорт мактабларига “спортчи” болаларни танлашнинг илмий-асосланган услубияти, ҳамда уларнинг келажакдаги натижаларини башорат қилиш муҳим босқич бўлиб, янгилардан тортиб то халқаро спорт усталаригача спортчилар тайёргарлиги замонавий тизимининг ажралмас қисми бўлиб бормоқда (22,36,50).

Болалар ва ўсмирлардаги қобилиятларни ўз вақтида аниқлаш ҳақидаги саволлар энг долзарб ҳисобланади, чунки уларда шаклланиш ва организм, ҳаракат ва руҳий қобилиятларининг ривожланиш ўлчами дифференцияланади, уларнинг ҳилма ҳил намоён бўлишидаги ўзаро боғлиқликлар камаяди ва аниқ ҳаракат фаолиятига нисбатан мойиллик бошланганлигини кузатиш мумкин.

Юртимиз олимларининг энг муҳим ютуқларидан бири, улар томонидан ишлаб чиқилган спорт танловининг назарий асослари, касбий муҳим сифатларни динамик тавсифини аниқлаш, уларни такомиллаштириш ва тўлдириш бўлди (6,12,27,28,29,30). Амалда ҳар бир инсон профессионал даражада мусиқачи, рассом, артист, спортчи ва ҳақ., бўла олмайди, чунки бундай касб учун жамият ишлаб чиққан мезонлар анча жиддий, бундай вазиятларда табиий кўрсаткичлар муваффақиятли фаолият учун замин бўлади. Бундан келиб чиқадики, аниқ касбни эгаллаш, спортга нисбатан спорт фаолиятини олиб бора оладиган исътедодли кишиларни излаб топишнинг тўлақонли воситаси каби танлов тизимини доимий такомиллаштириш ва илмий асослаш зарурияти пайдо бўлади.

Истеъдодни топиш вазифаси фавқулотда қийин бўлиб, табиятда буюк спорт натижаларига эришиш имкониятини яратувчи тўғма қобилиятлар айрим инсондагина мавжуд бўлган бундай ажойиб уйғунлашув жуда кам учрашди.

Масалан, бўйи узун ва бир вақтнинг ўзида тезкор ўсмирларни аниқлаш эҳтимоли 100мингдан бирга тенг. Агар унга яна чидамкорлик, эпчиллик талаблари қўйилса, унда бундай ўсмирларни фақатгина миллион тенгдошлари ичидан биттасини топиш эҳтимоли бор. Олимпияда ўйинларида иштирок этувчи спортчилар, бутун дунёда спорт билан шуғулланувчи миллион спортчидан биттасини ташкил қилади.

Маълумки, мактаб ёшидаги болалар спорт мактабларида шуғулланишга кенг жалб қилинади. Ёш спортчиларни индивидуал хусусиятларини тўғри баҳолаш, болалар, ўспиринлар, ўсмирлар, қиз болаларни комплекс тадқиқ этиш билан амалга оширилади, чунки ҳеч қандай спорт истикболи мезонлари мавжуд эмас. Спорт натижалари ҳисобланган интеграл кўрсаткич, спортчиларни танлов жараёнида ҳал қилувчи аҳамиятга эга эмас, асосан агар бу организм шаклланиши тўлиқ яқунланмаган болалар ва ўсмирларга тегишли бўлса. Алоҳида кўриб чиқиладиган морфологик, функционал, биомеханик, педагогик, психологик кўрсаткичлар тартибли спорт танловини ўтказиш учун етарли эмас. Юқори спорт маҳоратига эга бўлиш учун зарур бўлган, мойиллик, лаёқат (наслий) ва қобилиятларни фақат комплекс услубиятлар асосида аниқлаш билан спорт билан шуғулланиш учун болалар ва ўсмирлар танлови самарали амалга оширилиши мумкин (45,49,56,57,64.66).

В.П.Филин спорт танлови деганда, аниқ спорт турида мутахассис учун болалар, ўсмирлар, қиз ва ўғил болаларнинг мойиллиги ва қобилиятлари аниқланадиган тадқиқотнинг педагогик, социологик, психологик ва тиббий-биологик услубиятларини ўз ичига олган ташкилий-услубий тадбирларнинг комплекс тавсифдаги тизимни тушунади. Спорт танловининг асосий вазифаси, у ёки бу спорт тури талабларига мос келувчи лаёқат ва қобилиятларни ҳар томонлама ўрганиш ва аниқлашдан иборатдир.

Кўп сонли тадқиқот натижаларини таҳлил қилиш ва назарий умумлаштириш, спорт танлови назариясининг асосий ҳолатларини шакллантиришга ёрдам беради (58). Спорт танлови – спорт

тайёргарлигининг барча босқичларини қамраб олувчи кўп босқичли ва кўп йиллик жараёндир. У спортчилар қобиятини ҳар томонлама ўрганиш, танланган спорт турида муваффақиятли такомиллашувни таъминлашга имкон берувчи бу қобиятларни шакллантириш учун замин яратади.

Ҳилма-ҳил спорт турарини такомиллаштириш, индивиднинг бирон бир спорт фаолияти туридан биттасида маҳоратга эришиши учун имкониятларни кенгайтиради. Шахс хусусиятларини ва жисмоний сифатларни бирон бир спорт турига нисбатан кучсиз намоён бўлишига, спорт қобияти мавжуд эмас деб қараб бўлмайди. Бир спорт фаолияти тури учун афзаллик аломатлари кам бўлса, бошқаси учун тўғри келиши ва юқори натижаларни таъминлаши мумкин. Шунинг учун, спорт қобиятларини башорат қилиш, фақат танлов тизими учун ҳос умумий ҳолатлардан келиб чиқиб, алоҳида тур ёки гуруҳ спорт турига нисбатан амалга оширилиши мумкин (46).

Спорт қобияти кўп жиҳатдан стабиллиги ва консервативлиги билан фарқ қилувчи ирсий лаёқатга боғлиқ. Шунинг учун спорт қобиятини башорат қилишда, аввало келгуси спорт фаолияти мувоффақиятларига сабаб бўладиган нисбатан кам ўзгарувчан аломатларни эътиборга олиш лозим (13.15). Шуғулланувчилар организмга қўйилаётган юқори талабларда наслий аломатлар роли максимал даражада очиқ берилаётган бўлса, демак ёш спортчилар фаолиятини баҳолашда юқори мувоффақият даражасига мўлжал қилиш зарур.

Юқорида таъкидлаб ўтилганидек, ёш спортчиларни танлаш муаммолари, бир қатор тадқиқот услубиятларини қўллаш асносида комплекс ҳал қилиниши лозим. Тадқиқотнинг педагогик услубияти, ёш спортчиларни жимоний сифатлари, координация қобияти ва спорт-техник маҳоратини ривожланиш даражасини баҳолашга ёрдам беради. Тадқиқотнинг физико-биологик услубиятини қўллаш асосида, спорт кураши давомида индивидуал ва жамоавий вазифаларни ҳал этишга таъсир кўрсатувчи спортчининг морфофункционал хусусиятлари, жисмоний ривожланиш даражаси, организмнинг анализатор тизимлари ҳолати аниқланади, ҳамда спорт

жамоаси олдига қўйилган вазифаларни ҳал этишдаги спортчиларнинг психологик жиҳатдан мослиги баҳоланади. Тадқиқотнинг социологик услубиятлари, болаларнинг спортга бўлган қизиқишлари ҳақида маълумот олишга, узоқ давом этувчи спорт машғулотлари ва юқори спорт натижаларига нисбатан мотивацияни шакллантиришга алоқадор сабабларни очиб беришга имкон беради (38).

В.П.Филин спорт танлови муаммолари устида узоқ иш олиб бориб, болаларни спорт мактабларига танлашни уч босқичга бўлди.

Биринчи босқичнинг асосий вазифаси, спортга лаёқатли, истеъдодли болаларни ва ўсмирларни кўпчилигини спорт машғулотларига жалб қилиш, уларни дастлабки кўриги ва бошланғич спорт тайёргарлигини ташкил этиш хисобланади. Кўпгина спорт турлари машғулотларига, шу жумладан футболга болаларни жалб қилишни мақсадга мувофиқлигини аниқловчи кўрсаткичларга қуйидагилар киради: боланинг бўйи, вазни, тана тузилиши.

Тўғри танлов учун, мураббийлар ва жисмоний тарбия ўқитувчиларисининг спорт секциялари, мактаб, туман, шаҳар мусобақаларида ва назорат синовларини ўтказишдаги кузатувлари жуда муҳим аҳамиятга эга. Мактаб жисмоний тарбия дарсларини ўтказиш доирасида БЎСМ га кириш учун болаларни дастлабки тайёргарлигини амалга ошириш мақсадга мувофиқ. Махсус воситаларни танлаш билан, ёш ўқувчиларда у ёки бу спорт тури билан шуғулланиш учун қобилиятларни шакллантиришга мақсадли таъсир кўрсатиш ва шу асосда аниқ тур бўйича мўлжаллашни ўтказиш мумкин.

Спорт амалиёти, биринчи босқичда ҳали аниқ спорт тури бўйича кейинги мутахассислик учун зарур бўлган морфологик, биомеханик, функционал ва руҳий сифатлари уйғунлашган, болаларнинг идеал типини аниқлаш имкони йўқ. Бошловчиларнинг биологик ривожланишидаги муҳим индивидуал фарқлар бу вазифани анча қийинлаштиради. Шунинг учун, танловнинг бу босқичида олинган маълумотларни мўлжал сифатида қўллаш мумкин (16,58).

Болалар ва ўсмирларнинг салоҳият имкониятларига катта даражада таъсир кўрсатиш билан, нафақат уларнинг дастлабки тайёгарлик даражасини, балки уларнинг ўсиш типини ҳам аниқлаш мумкин. Танлов тизимида назорат синовлари шундай ҳисоб-китоб билан олиб борилиши керакки, бунда нафақат қабул қилинувчиларнинг нима қила олишлари, балки кейинчалик нимага қодир эканликлари аниқланади, яъни унинг ҳаракат вазифаларини ҳал этиш, ҳаракат ижодининг намоён бўлиши, ўз ҳаракатларини бошқара олишга нисбатан қобилиятлари аниқланади.

Бир марталик назорат синовлари кўп ҳолларда номзоднинг таклиф қилинган тестларни шу вақтда бажарган кўрсаткичлари ҳақида маълумот бериши мумкин, лекин истикболдаги имкониятлари тўғрисида жуда кам маълумот беради. Спортчининг юқори спорт натижалари нафақат дастлабки жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражасига, балки махсус машғулотлар жараёнида шу сифатларнинг ўсиш темпига боғлиқдир.

Болаларнинг жисмоний ривожланиши бир қатор ташқи аломатларга кўра баҳоланади: бўй, вазн, тана пропорцияси, умуртқа пағонасининг шакли ва кўкрак айланаси, тос ва оёқларнинг тузилиши, оёқ панжасининг ўлчами (45, 56,57). Шундан кейингина болаларнинг ҳаракат қобилиятлари ўрганиб чиқилади.

Танловнинг иккинчи босқичида, дастлабки танловдан ўтган шуғулланувчиларни танланган спорт турида муваффақиятли машғулотга нисбатан қўйилган талабларга мувофиқ чуқурлаштирилган текшируви амалга оширилади. Мураббий спорт машғулотлари, назорат синовлари, мусобақалар жараёнини педагогик кузатиш асосида, шуғулланувчиларнинг имкониятларини ўрганиб чиқади ва назорат прикидкаларида болалар ва ўсмирлар ичидан қобилиятларини ўқув-машғулот гуруҳларига тақсимлайди. Нафақат БЎСМ га танлашда болалардаги мавжуд назорат кўрсаткичларининг дастлабки даражасини, балки шуғулланиш даври давомида шу кўрсаткичларнинг ўзгариш динамикасини ҳисобга олиш жуда муҳим. Бундай ёндошув шуғулланувчиларнинг эҳтимолдаги имкониятларини, уларнинг спорт

истеъдодларини юқори аниқлик билан очиб беришга имконият яратади. Ушбу босқичдаги башоратлашнинг муҳим мезони, жисмоний сифатларни ривожланиш ва ҳаракат кўникмаларини шаклланиш темпи ҳисобланади. Мотор таълим ҳақида, у ёки бу машқларни ўзлаштириш учун шуғулланувчилар сарфлаган вақт бўйича муҳокама қилиш мумкин. Ҳаракат кўникмаларини шаклланиш ва жисмоний сифатларнинг ривожланиш темпи, келажакда истиқболли спорт такомиллашувни олдиндан кўриш имконини беради.

Танловнинг иккинчи босқич вазифалари – спорт такомиллашув босқичида ёш спортчиларга қўйиладиган талабларга мувофиқ уларнинг индивидуал кўрсаткичлар даражасини аниқлаш. Бу босқичда педагогик кузатув, назорат синовлари, мусобақа ва прикидка, тиббий-биологик ва психологик тажрибалар ўтказилади.

Учинчи босқич вазифаси (спортга мўлжал босқичи) – болаларни индивидуал спорт мутахассислигига узул-кесил аниқлаш учун спорт мактаби ўқувчиларининг ҳар бирини кўп йил мунтазам ўрганиб бориш. Спортчини узоқ ва пухта ўрганиш, уни мутахассислигини аниқлаш ишоччилигини оширади. Бу босқичда, шуғулланувчиларнинг кучли ва ожиз томонларини аниқлаш мақсадида педагогик кузатув, назорат синовлари, тиббий-биологик ва психологик тадқиқотлар амалга оширилади (28). Шу вақтда шуғулланувчиларнинг индивидуал спорт мўлжали тўғрисидаги саволлар узул-кесил ҳал қилинади. Спорт назарияси ва амалиётида, спорт истеъдодлари муаммолари биринчи ўринга қўйилаётгани тасодуф эмас, лекин унинг самарадорлиги максимал даражага кўтариш учун танловни қандай ўтказиш керак ва қанақа кўрсаткичлар базасида - барибир охиригача ечим топилмаган савол бўлиб қолмоқда. Танловни амалга оширган мутахассисларнинг фикрича, спорт билан шуғулланиш учун, танлов вақтигача бола келгусида шуғулланиши лозим бўлган спорт турида талаб қилинадиган сифатлар ва хусусиятлар тўпламига эга бўлганларга кўпроқ

эътибор берилади, сўнг олинган маълумотларни жамлаб жадвалга киритиб кейинчалик таснифланади.

1.3. Танлов услубиятлари

Кўпгина футболга лаёқатлилар ичидан истиқболларини танлаш мақсадида болалар ва ўсмирларни ўрганиш жараёнида қуйидаги саволларга жавоб бериш лозим:

- жисмоний қобиятлар ривожда болалар ва ўсмирларнинг эҳтимолдаги имкониятлари қандай, ҳар бир ўсмир ўспирин ёшига келиб қандай ишчанлик қобияти даражасига эга бўлади;

- ҳар бир ўсмир таълим жараёнида шахсий иқтидор хусусиятларини қанчалик тез ва самарали қўллай олади;

- мусобақа шароитларида гуруҳли техник-тактик ҳаракатларга нисбатан индивидуал ҳаракатларни дастурлаш ва амалга ошириш, ўйин вазиятларини баҳолашда ўсмирларнинг орттирган билим, кўникма ва малакаларини қанчалик самарли қўллай оладилар;

- рақиблар ва шериклар ҳаракати, воқеалар эҳтимолини башорат қилишда ўсмирларнинг қобиятлари қай даражада;

- ҳар бир ўсмир қандай функционал имкониятлар даражасига эришиши мумкин ва уларнинг ҳар бирини улардан кейин тикланиш муҳим бўлган жисмоний, рухий юкламаларни уддалай олиш қобиятлари қандай;

- ўсмирларнинг шуҳратпарастлиги қанчалик. Футболга нисбатан қизиқиши қанчалик чуқур ва барқарор. Шахснинг психофизиологик сифатларини ривожланишига нисбатан истиқболлари қанчалик;

- машғулот ва мусобақа жараёнида вужудга келадиган турли нохуш омилларга ўсмирнинг қарши кураш қобиятини қанчалик ривожланган ва такомиллашадими;

- ўсмирда машғулот ва мусобақа вазифаларини ижодий ҳал қилишга интилиши ривожланадими;

- ўсмирда ўкув ва ўйин фаолиятига шахсий танқид қобилияти ва интилиши ривожланадими;
- билим ва кўникмаларни орттиришда ўсмирнинг фаоллиги қандай;
- машғулот, мусобақа жараёнида ўсмирнинг ҳаракат фаоллиги ва тажовузорлиги қандай;
- ўсмирда охирги дақиқаларгача ҳар бир рақиб билан курашиш ва ғалабага интилиш ҳисси қанчалик ривожланган.

Болалар ва ўсмирларнинг индивидуал қобилиятларини баҳолаш, уларнинг футболга лойиқлигини ва истикболини тавсифловчи кўрсаткичлар комплексига таянган бўлиши керак. Танлов жараёнида шахсий муҳим сифатлари ҳолатидан келиб чиқиб, ҳар бир ўсмир қандай ўзгараётганига эътибор бермасликни иложи йўқ. Танлов самарадорлиги кўп жихатдан футбол машғулотга лаёқат, қобилиятларни башорат қилиш услубиятлари ва албатта услубиятларнинг башорат қиймати ишқилилигига боғлиқдир. Бундан келиб чиқади, ҳар бир услубият аниқ сифатларни тавсифлаши керак.

Ҳар бир ўсмирнинг қобилияти ҳақида фойдали ва иложи борица аниқ маълумот олиш учун тадқиқотнинг комплекс услубиятларидан фойдаланиш мақсадга мувофиқ. Танловда алоҳида қимматга эга:

- 1) ўсмир шахсининг сифатлари ва хусусиятларини баҳолаш, футболга нисбатан қобилияти ҳақида мулоҳаза юритиш имконини берувчи педагогик кузатув.
- 2) ўсмирлар саломатлиги, организм тизимларидаги функционал кўзғалишлар, жисмоний ривожланиш динамикаси ҳақида мулоҳаза юритишга ёрдам берувчи тиббий текширувлар;
- 3) ўсмирларнинг жисмоний қобилиятларини ва уларнинг ривожланиш темпини тавсифловчи назорат синовлари;
- 4) психологик зўриқиш фаолиятида жисмоний ишчанлик қобилитини ва юкламадан кейин тикланиш қобилитини баҳолаш услуби;
- 5) психофизиологик сифатлар ва шахс хусусиятларини баҳолаш услуби;

6) махсус қобиятларни уларнинг ривожланиш темпини баҳолаш услуби;

7) ўйин фаоллиги ва тажовузкорликни баҳолаш услуби;

8) ҳаракат кўникмаларини сўндирувчи омилларга нисбатан барқарорлик ҳақида мулоҳаза қилишга имкон берувчи услублар.

Деярли барча болалар футболга лойиқлигига қарамай, уларнинг деярли ҳар бири ўйин асосларини ўзлаштириш ҳолатида машғулотларга жиддий муносабатга келганда, ҳаммаси ҳам футболни ўрганишда юқори истеъдод ва иқтидорни намоён эта олмайди, ўйин вазиятларида етарли даражада курашувчанлик ва беқарорликни кўрсатадилар. Айнан шундай болалар ва ўсмирлар мезони мураббий эътиборини тортиши лозим. Танлов вазифаларидан келиб чиқиб, футбол амалиётида қисқа вақтли каби давомли танловлар қўлланилиши мумкин.

Узоқ вақт давом этувчи танлов, аввал танлаш мақсадида, сўнг футболга қобиятлиларни лаёқат бўйича тақсимлаш ва энг истеъдодлиларни омма ичидан аниқлаш мақсадида махсус синфларда, мактабларда, махоратлилар жамоасида тайёргарлик гуруҳлари, БЎСМ да ўтказилади.

Қисқа вақт давом этувчи танлов, “Чарим тўп” ва бошқа., клуб мусобақаларида иштирок этиш учун мактабларда, лагерларда терма жамоага номзодларни аниқлаш мақсадида ўтказилади. Танлов давомийлиги бир неча кундан бир ёки икки ҳафта орасида тебраниши мумкин.

Дастлабки босқич танловнинг биринчи пағонаси ҳисобланади. У бир йил давом этади ва ўз ичига икки даврни олади. Биринчи давр-қисқа. Унинг асосий вазифаси махсус ташкил этилмаган (бино ховлилари, пляжлар) ва ташкил этилган машғулотлар, синовлар (мактаб, лагер, стадион) турли оммавий мусобақалар ва ўйинлар жараёнида болаларни кузатиш ва футболга лаёқатли номзодларни танлаб олиш мақсадида ўтказилади.

Дастлабки босқичнинг иккинчи даврида номзодладаги куйидаги ҳислатлар ўрганишда давом этади: мактаб давомати, психофизиологик сифатлар ва шахс хусусиятлари, жисмоний қобиятларнинг ривожланиш

темпи, техник-тактик ҳаракатларни ўрганиш қобилияти ва уларни ўйинда қўллаш; касалликларга барқарор.

Аниқловчи босқич танловнинг иккинчи пағона ҳисобланади. Унинг давомийлиги бир йилдан кам бўлмаслиги лозим. У футбол учун истиқболли, истеъдодли номзодларни ажратиб қобилиятларига кўра ўсмирларни тақсимлаш билан якунланади. Бу босқичда қуйидагилар ўрганилади; болалар ва ўсмирларнинг умумтаълим мактабларидаги давомати, жисмоний ривожланиш кўрсаткичлари, кувватни дифференциялаш қобилияти, ҳаракатларнинг муҳитдаги вақт тавсифи, асосан тўп билан ҳаракатланганда, ўйин техникаси ва тактикасини ўрганиш ва такомиллаштириш қобилиятлари, жисмоний ишчанлик қобилияти ва юкламадан кейинги тикланиш тезлиги, танқид таҳлил қилишга талаб, машғулот жараёнида ижодий фаолликка интилиш ҳамда ёш спортчиларнинг коммуникабеллиги ва уларнинг ҳужум ва ҳимоя вазифаларини ҳал этишда шериклар билан ўзаро муносабат қобилияти.

Ўсмирларни футболда қобилиятлар ва истиқболлари бўйича тақсимооти танловнинг якуни ҳисобланади. Ўсмирларни шахсий сифатлари ҳолатидан келиб чиқиб, уларнинг қобилиятлари тавсифларини башоратлаш, танлов а футбол машғулот жараёнида энг муҳим звено ҳисобланади.

Назорат синовларини очколарда, балларда ёки бошқа бирликларда акс эттирилиши, мураббийларга танлов ҳулосасини тўғри чиқаришга, унда иштирок этганлар имкониятларини тўғри баҳолашга, кўп сонли болалар ичидан энг истеъдодлиларни ажратиб олишга ёрдам беради.

Футболга ҳос истеъдод аломатлари қуйидагилар ҳисобланади: юқори даражада риводланган жисмоний қобилият; вақт муҳитини, мушак кучини ҳис этиш, ўйиннинг техник-тактик усуллари эгаллаш тезлиги; мусобақаларнинг мураккаб вазиятларида тўғри қарор қабул қилиш қобилияти; мусобақанинг ўйин пайтдаги ҳолатларига таъсир қилувчи махсус ҳаракатлар тезлиги; юқори ўйин фаоллиги ва тажовузкорлик, ўйиннинг тактик вазифаларини оригинал ва самарали ҳал қилишга имкон берувчи алоҳида

усулларни бажарлиш техникасига юқори ривожланган қобият; қобиятларни юқори темпда ривожланиши.

Истеъдодли ўсмирлар гуруҳга қабул қилинишлари учун, футболда истиқболларини аниқловчи синовларда максимал очко тўплашлари лозим.

Қобиятлилар мезонига танловда иштирок этаётганларнинг кўпчилиги киради. Қоида бўйича улар турли лаёқат эгаларидир ва футболга нисбатан қобиятлари ҳам ҳилма-ҳил. шахсий сифатлар тавсифи, тўпланган очколардан келиб чиқиб – улар ўқув-машғулоти ва мусобақаларни давом эттириш учун гуруҳларга қобиятлари бўйича бўлинадилар.

Лекин мураббийлар, ўсмирларнинг футболдаги истиқболларини ўрганишда давом эттираверадилар, чунки гуруҳ таркибида ўзгаришлар собир бўлиши мумкин – бир гуруҳдан бошқасига ўтиш.

Агар танлов мумаммоси мингтадан юзтани ажратишга тўғри келган вазиятларда ва ҳар бир ўсмирни ҳар томонлама ўрганиб чиқишнинг иложиси бўлмаса, назорат машқлар, синовларнинг бажарилиш кўрсаткичлари, тиббий текширув маълумотларини қатъий ҳисоби жуда зарур. У, синовлар мажмуасини қўлланилиши бўйича натижаларда ўсмир ўрнини аниқлайди. Бунда, ушбу аниқ гуруҳларда ўсмир ўрнини белгиловчи айрим нисбий баҳолар ҳамда ранг кўрсаткичларини аниқлаш билан қониқиш ҳосил қилинади. Масалан: А, Б ва В футболчилар олти синовда 3,45,21,38.40,14 – ўрин; 2,7,11,42,37,12 – ўрин ва 5,49,41,39,42,15 – ўринларни эгалладилар. Ўсмирлар эгаллаган ўринлар суммаси 161 (А), 111(Б), 191(В) футболчиларнинг ранг кўрсаткичларини ташкил қилди. Бу усул (ранжировка) танлов қатнашчиларини эгаллаган ўрин бўйича тақсимлашга ёрдам беради. Рангларга ажратиш усули жуда оддий бўлиб, афзаллиги ҳам шундадир. Лекин бундай ранжировканинг айрим камчиликлари ҳам мавжуд. Уларда футболни тез ўрганиш, мусобақаларда юқори натижалар кўрсатиш, жамоага фойда келтириши мумкин бўлган алоҳида сифатлар ва қобиятлар аҳамияти ҳисобга олинмайди.

Иккинчи усул, ўйин фаолияти учун футболчига зарур бўлган сифат ва хусусиятларни намоён бўлиши билан боғлиқ синовларда юқори ўринни эгаллаган ўсмирларни мукофотлашга асосланган.

Вариант. 75-100 та ўсмирлар мусобақасида қўлланлади (1-жадвал).

1-жадвал.

№	Хусусият сифатлари.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Тезкорлик (30,50, 100м югуриш).	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3
2.	Жисмий ишчанлидик қобилияти.	5	5	5	4	4	4	4	3	3	3
3.	Диф. қобилияти. Вақт муҳитини кучайтириш.	5	5	5	4	4	4	4	3	3	3
4.	Футбол техника-тактикасини ўрганишга қобилият.	7	7	7	7	7	6	6	5	5	4
5.	Эҳтимолдагини башоратлаш қобилияти.	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4
6.	Ўйин фаоллиги ва тажовузорлик.	5	5	5	5	5	4	4	4	4	3
7.	Фикрлаш тезлиги ва ижодий қобилият.	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3
8.	Машғулот ва мусобақадан сўнг тикланиш тезлиги.	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2
9.	Қобилиятнинг ўсиш темпи.	5	5	5	5	4	4	4	3	3	3

Танлов қатнашчиларининг биринчи бешликдан (сифатлар, қобилиятлар) ўрин олганларига мукофот очколари берилади, иккинчи ва учинчи бешликдан жой олганларга, албатта 4 ва 2 очко белгиланади.

Махсус фаолият учун қобилиятларни тўлдира олмайдиган футболчи сифатларини эътибордан четда қолдириш мумкин эмас. Тассаввур қилинг, танловда икки ёки бир нечта ўсмир очколар бўйича яқин натижаларни кўрсатдилар, лекин уларнинг бирида очколарнинг катта қисми футболчи учун муҳим бўлмаган сифат ва қобилиятлар эвасига жамланган. Бошқасида эса аксинча очколарнинг катта қисми ўйинни ўзлаштиришда энг кўп имкониятларни яратувчи сифат ва қобилиятлар ҳисобига орттирилган. Эҳтимол, иккала ўсмирдан иккинчисининг ўзлаштириш имкониятлари юқори ёки иккинчи даражали аҳамиятга эга сифат ва қобилиятларни тўлдириш осон.

Албатта, ўсмирлар имкониятларини баҳолашнинг бошқа услубиятлари ҳам четда қолмаган. Мураббийлар илм-фан ва вазиятга таяниб танлов услубиятларини излаб топишга қўллашга ҳақлилар.

1.4. Кўп йиллик тайёргарлик жараёнида танлов босқичлари.

Замонавий спортда, юқори натижаларга эришишга қодир, истикболли спортчиларни аниқлаш муаммолари ҳали ҳам ўз долзарблигини йўқотмаган.

Юқори спорт натижаларига эришиш учун спортчига юксак даражада ривожланган ноёб морфологик кўрсаткичлар, ажойиб жисмоний ва рухий қобиятлар зарур. Бундай уйғунлашув кўп йиллик тайёргарликда ва барча зарурий шароит мавжуд бўлмаганда ҳам жуда камдан кам учрайди. Албатта, болалар ва ўсмирлардаги қобиятларни ўз вақтида аниқлаш ва ана ўша қобиятларни баҳолаш комплекс тарзда ўтказилиши мақсадга мувофиқлиги ҳақидаги саволлар долзарб ҳисобланади. Спорт натижаси каби танлов жараёнида, интеграл кўрсаткичлар ҳал қилувчи ҳисобланмайди. Айни пайтда, БЎСМ га болалар ва ўсмирлар танлов тизимининг ташкилий-услубий асосларини шакллантириш якунланган.

Спорт танлови нима ўзи? Бу аниқ спорт турида ихтисослашиш учун болалардаги лаёқат ва қобиятларни аниқлашга асосланган тадқиқотнинг педагогик, социологик, психологик ва тиббий-биологик услубиятларини ўз ичига олган мажмуа тавсифидаги ташкилий-услубий тадбирлар тизими.

Спорт танлови – бу барча спорт тайёргарлиги даврларини қамраб олган кўп босқичли, кўп йиллик жараёндир. У спортчи имкониятларини очиб беришга – юксак маҳоратга эга бўлишга ёрдам беради. Бирон бир спорт турига нисбатан, шахс ва сифат хусусиятларининг кучсиз намоён бўлиши, спорт қобиятлари мавжуд эмаслигидан далолат бермайди. Спорт қобиятлари кўп жихатдан маърамлилиги ва консервативлиги билан ажралиб турувчи, насл омилларига боғлиқ. Бу омиллар асосан организмга юқори талаб қўйилганида яққол намоён бўлади.

Спорт танлови – ўзининг индивидуал хусусиятларига кўра, халқаро даражадаги мусобақаларга тайёргарликвазифаларини аниқ ҳал этишга қодир спортчиларни аниқлашда узоқ вақт давом этувчи жараёндир.

Спорт танлови бир нечта босқичда амалга оширилади:

Биринчи босқич – мақсади бошланғич тайёргарлик гуруҳларини жамлаш ҳисобланган, бошланғич таълим билан боғлиқ.

Иккинчи босқич – спорт техникасини муваффақиятли ўзлаштириш, юқори ишчанлик қобиятни ривожлантиришга йўналтирилган ўқув-машғулот гуруҳлари ишини шакллантиришга қаратилган.

Учинчи босқич – машғулотлар ва мусобақаларда катта юкламаларга бардошли, истикболли спортчиларни ажратиш билан БЎОЗМ (СДЮШОР), ЮСММ, олимпияда коллежлари спорт такомиллашув гуруҳларини жамлашга йўналтирилган.

Танловда қуйидагиларни ҳисобга олиш зарур:

1) маълумотларни ёки бутун вазиятни идрок қилиш билан боғлиқ келгусидаги ҳаракатларни шакллантириш, қабул қилинган ахборотларни сифатлилигига сабаб бўлувчи сенсомотор муҳит;

2) асаб жараёнининг тезкорлиги, қўзғалувчанлиги, бажарилаётган ҳаракатдан бошқасига кўчиш тезлиги, мувозанатни таъминловчи организм тизимларининг реактив хусусиятлари;

3) темперамент, фаоллик, эмоционаллик шаклидаги унинг интеграл тавсифи.

4) тушунча, фикрлаш темпи, билим доираси билан боғлиқ олий асаб фаолияти интеллектуаллигининг намоён бўлиши.

БЎСМга танловнинг биринчи босқич услубияти болага спорт турини тўғри танлашга ёрдам бериш вазифасини ҳал қилади. Бу вазифаларнинг тўғри ечими, нафақат БЎСМ ва алоҳида мураббийлар ишини самарадорлигини оширади, балки чуқур ижтимоий аҳамиятга эга эканлигини билдиради. Боланинг келажакдаги спорт муваффақиятларини аниқловчи асосий ҳолатлардан бири, машғулотларга киришиш ёши ҳисобланади.

Айнан шу ёшда кўпгина хориж спортчилари машғулотларга киришганлар. Бу ёш чегарасидан ошган кишиларни спорт секцияларига қабул қилишдан бош тортиш керак дегани эмас.

2-жадвал

***Турли ҳил спорт турларида машғулотларга киришиш ёши
(Платонов 1997бўйича)***

Спорт тури.	эркаклар	аёллар
Сузиш	9-11	8-11
Байдаркада эшкак эшиш	13-16	13-16
Велоспорт	14-16	14-16
100-400м югуриш	13-14	13-14
Спорт гимнастикаси	8-9	6-8
Бадий гимнастика	-	6-8
Кураш	12-14	-
Волейбол	12-14	11-13
Футбол	12-14	-

Шунинг учун, 6-7 ёшдан болаларни спортга жалб қилиш билан ёшга урғу берадиган БЎСМ раҳбарияти қуйидагиларни ҳисобга олишлари лозим:

1) ишончлилиги пасайиб бориши билан кузатиладиган спорт қобилятларини олдиндан башорат қилишга интилиш;

2) замонавий машғулотлар спортчи организмга шунчалик юқори талаб қўядики, эрта спорт машғулотларига киришган болалар қоида бўйича эрта спортдан кетадилар. Айрим спорт турларига (сузиш, гимнастика) болаларни ўргатиш 3-5 ёшдан бошланади, аммо улар билан йўналтирилган спорт ишларини олиб бориш нотабиий ва соғлиқ учун зарардир.

БЎСМда, жараён уч босқичда амалга оширилади:

Танловнинг биринчи босқичи, иложи борича кўп истеъдодли болалар ва ўсмирларни спорт машғулотларига ҳамда дастлабки кўрикка жалб қилиш ҳамда бошланғич тайёргарликни ташкил қилишдан иборат.

Албатта, биринчи босқичда болаларнинг идеал типини аниқлашнинг иложи йўқ. Кириш синовларига умум таълим мактабларида тиббий кўриқдан ўтган болалар қабул қилинади.

Болаларнинг жисмоний ривожланганлиги ташқи аломатлар бўйича баҳоланади: бўй, вазн, тана пропорцияси, умуртқа пағонаси ва кўкрак кафасининг шакли, тос ва оёқ тузилиши, оёқ панжалари ўлчами.

Айнан, боланинг ташқи кўринишини визуал баҳолаш билан тана ўлчамларини олиб, болага унинг истикболларини бошлаш зарур.

Дастлабки танловнинг иккинчи қисмида танланган спорт турида машғулотларга қўйилган талаблар бўйича танлаб олиган шуғулланувчиларни текшириш амалга оширилади. Мураббий, педагогик кузатув ва назорат синовлари асосида энг қобилиятли болалар ва ўсмирлардан ўқув-машғулот гуруҳини тузади.

Дастлабки танловнинг учинчи қисмидаги вазифаларга, БЎСМ ўқувчиларининг индивидуал спорт мутахассислигини узул-кесил аниқлаш мақсадида уларнинг ҳар бирини кўп йиллар давомида мунтазам ўрганиб бориш киради. Бу босқичда танловнинг асосий услуги, антиропометроик кўрсаткичлар, тиббий-биологик тадқиқотлар ҳисобланади.

Асосий тестлар:

20м югуриш – 3,8-4,2

Жойдан узунликка сакраш – 169-143

Жойда юқорига сакраш – 27-41

Стартдан 60м югуриш – 9,3-10

Дастлабки танлов босқичининг ҳар бир қисми охирида, енгил атлетика, сузиш ва бошқа спорт турлари бўйича ишлаб чиқилган мажбурий меъёрлар топширилади.

Оралиқ танловнинг иккинчи босқич вазифалари, кўп йиллик машғулот жараёнида юқори спорт натижаларига эришишга қодир, самарали спорт такомиллашувга эга спортчиларни аниқлаш. Бу вазифа спортчининг морфологик, функционал ва рухий хусусиятларини, уларнинг мослашув имкониятлари, юқори машғулот ва мусобақа юқламасига таъсирчанлигини ва ҳоказоларни комплекс таҳлил қилиш йўли билан амалга оширилади.

Якуний танловнинг учинчи босқичи кўп йиллик тайёргарик билан тавсифланади, спортчи юқори натижаларга эришиши, юқори ранг мусобақаларда муваффақиятли иштирик эта оладими, шиддатли машғулотлар дастури ва оғир спорт тартибини егил ўтказа оладими буларнинг барчасига аниқлик киритиш зарур.

Шундай қилиб, танловнинг ушбу пағонасида олдинги босқичларда ўтказилган ишлар давом эттирилади.

Аммо, кўп йиллик танловнинг барча босқичларида етакчи мезон, инсон саломатлиги бўлиб қолади.

Боб бўйича хулосалар.

Шундай қилиб, футболда танлов муаммоларига бағишланган ишларни ўрганиб чиқиб шундай хулосага келиш мумкин, айти пайтда спорт назарияси ва амалиётида илмий асосланган ёш футболчиларни спорт танлов услубияти мавжуд. Иш таҳлили шуни кўрсатадики, танлов услубиятлари самарадорлигини тадқиқ этиш ўрта мактаб ёши (2,38,48) ва қисман катта ёшдаги ўқувчилар (28,30) гуруҳларида ўтказилган. Бу албатта, махсус базавий тайёргарлик босқичида футболчилар имкониятларини башоратлашга ёрдам беради. Шу вақтнинг ўзида, бирламчи танлов саволларига бағишланган тадқиқот ишлари жуда кам. Албатта, ўйин ривожининг замонавий ғоялари, болаларни футбол билан эрта таништириш бирламчи муаммо сифатида ўртага ташланмоқда.

Махсус адабиётлар таҳлилишуни кўрсатадики, ёш футболчиларда юқори аниқликда спорт натижаларини башорат қилишга ёрдам берадиган

ривожланиш даражаси ҳамда сифатларга эга. Уларга қуйидагилар киради: тезкорлик ва тезкор-куч сифатлари; координация хусусиятлари, техник усулларни ўзлаштирилиш темпи ва сифати; футболчилар эҳтимолдаги фаолият самарадорлигини аниқловчи психологик тавсифлар; мусобақа фаолияти тавсифи.

Танлов самарадорлигининг энг муҳим кўрсаткичи-бу амалиётда унинг кенг қўлланилишидир.шунинг ҳам таъкидлаб ўтиш керакки, тўпланган тадқиқот маълумотлари амалиётга киритилмаган назарий фикрлар ҳисобланади.

Спорт хусусиятлаи муаммолари, индивидуал фарқланиш муаммолари билан чамбарчас боғлиқдир. Индивидуал балоғатга етиш темпи (биологик ёш), боланинг саматик типи в унинг ривожланиш вариантларини ҳисобга олиш ҳам жуда муҳим.

Юқорида баён этилганлардан келиб чиқиб, қуйидагича ҳулоса қилиш мумкин, охириги ўттиз йилда бажарилган тадқиқот натижалари асосида, спорт танлови назарияси ва услубияти бўйича бир қатор исботланган тушунчалар шаклланган

II-БОБ. ЁШ ИСТЕЪДОДЛИ ФУТБОЛЧИЛАР ТАНЛОВ УСЛУБИЯТЛАРИ

2.1. Ёш истеъдодли футболчилар танлов мезонлари

- чуқур тиббий кузатув кўрсаткичлар бўйича соғлиқ;
- тупга эгалик қилиш техникаси, тактик фикрлаш, юқори даражадаги махсус сифатларга қобият, лаёқат, истеъдод ва иқтидорнинг мавжудлиги;
- келгусида махоратнинг маъромлашган ўсиши ва ёш терма жамоасигача спорт натижаларига эришишга пойдевор бўлувчи очик ва яширин физиологик, жисмоний ва руҳий захираларнинг мавжудлиги;
- интизомлилик, мақсадга интилувчи, мустақил, меҳнатсеварлик, қатъиятли, ватанпарварлик, жамоа манфаатига бўйсунити билиш, машғулот ва мусобакаларда психологик ва жисмоний юқламаларга бардошлилик каби шахсий сифатлар ва характер хусусиятлари;
- майдода эгаллаган ўйин амплуасига мувофиқ махоратнинг юқсак техник-тактик кўрсаткичлари;
- жисмоний ва техник тайёргарлик бўйича тест синовларининг юқори кўрсаткичлари;
- паспорт ва биологик ривожланишга мувофиқ бўй-вазн кўрсаткичлари.

2.2. Жисмоний сифатлар, техник-тактик фикрлашнинг ривожланиш даражасини баҳолаш

3-жадвал

10-11 ёшли футболчилар учун футбол ўйин техникаси ва жисмоний тайёргарлик бўйича меъёрлар.

№	Тестлар	10 ёш	11 ёш
Майдон ўйинчилари ва дарвоза учун умум жисмоний тайёргарлик бўйича			
1	30 м югуриш (сония)	5.2	5.0
2	Жойдан узунликка сакраш (см)	160	170
3	Жойда уч қарра сакраш (см)	450	460

Махсус жисмоний тарбия бўйича			
1	Тўпни узоққа ташлаб бериш-аут (м)	12	13
2	“Восьмерка” тест (сония)	18.0	17.0
<i>Футбол ўйин техникаси</i>			
1	Жоглёрлик ва тўп узатиш	96	96
2	Тўп олиб юриш ва дарвозага зарбалар	186	186
3	Тўпни олиб юриш ва аниқ тушишга узун узатиш	186	186
4	Тўпни қисқа узатиш (30 сония ичида)	25	25

4-жадвал

12-13 ёшли футболчилар учун футбол ўйин техникаси ва жисмоний тайёргарлик бўйича меъёрлар.

№	Тестлар	12 ёш	13 ёш
Майдон ўйинчилари ва дарвоза учун умумий жисмоний тайёргарлик бўйича			
1	30 м югуриш (сония)	4,8	4,6
2	Жойдан узунликка сакраш (см)	180	200
3	Жойда уч карра сакраш (см)	520	560
<i>Махсус жисмоний тарбия бўйича</i>			
1	Тўпни узоққа ташлаб бериш-аут (м)	14	15
2	“Восьмерка” тест (сония)	16,0	15,0
<i>Футбол ўйин техникаси</i>			
1	Жоглёрлик ва тўп узатиш	96	96
2	Тўп олиб юриш ва дарвозага зарбалар	186	186
3	Тўпни олиб юриш ва аниқ тушишга узун узатиш	186	186
4	Тўпни қисқа узатиш (30 сония ичида)	25	25
<i>Дарвозабон учун</i>			
1	Узоқликка ва аниқликка қўлдан тўпга зарба (м)	-	30
2	Сакрашда осилган тўпни мушт билан уриш (см)	-	45
3	Тўпни узоқликка узатиш (м)	-	

14-15 ёшли футболчилар учун футбол ўйин техникаси ва жисмоний тайёргарлик бўйича меъёрлар.

№	Тестлар	14 ёш	15ёш
<i>Майдон ўйинчилари ва дарвоза учун умумий жисмоний тайёргарлик бўйича</i>			
1	30 м югуриш (сония)	4,3	4,2
2	Жойдан узунликка сакраш (см)	220	225
3	Жойда уч карра сакраш (см)	600	
4	Жойда беш карра сакраш (м)	-	12,00
<i>Махсус жисмоний тарбия бўйича</i>			
1	Тўпни узоққа ташлаб бериш-аут (м)	17	19
2	“Восьмерка” тест (сония)	14,5	14,2
<i>Футбол ўйин техникаси</i>			
1	Жоглёрлик ва тўп узатиш	96	96
2	Тўп олиб юриш ва дарвозага зарбалар	186	186
3	Тўпни олиб юриш ва аниқ тушишга узун узатиш	186	186
4	Тўпни қисқа узатиш (30 сония ичида)	25	25
<i>Дарвозабон учун</i>			
1	Узоқликка ва аниқликка қўлдан тўпга зарба (м)	34	38
2	Сакрашда осилган тўпни мушт билан уриш (см)	50	55
3	Тупни узоқликка узатиш (м)	24	26

16-17 ёшли футболчилар учун футбол ўйин техникаси ва жисмоний тайёргарлик бўйича меъёрлар.

№	Тестлар	16 ёш	17ёш
<i>Майдон ўйинчилари ва дарвоза учун умумий жисмоний тайёргарлик бўйича</i>			
1	30 м югуриш (сония)	4,1	4,1
2	Жойдан узунликка сакраш (см)	240	250

3	Жойда уч карра сакраш (см)	-	-
4	Жойда беш карра сакраш (м)	12,50	13,00
<i>Махсус жисмоний тарбия бўйича</i>			
1	Тўпни узоққа таўлаб бериш-аут (м)	21	23
2	“Восьмерка” тест (сония)	14,0	13,5
<i>Футбол ўйин техникаси</i>			
1	Жоглёрлик ва тўп узатиш	96	96
2	Тўп олиб юриш ва дарвозага зарбалар	186	186
3	Тўпни олиб юриш ва аниқ тушишга узун узатиш	186	186
4	Тўпни қисқа узатиш (30 сония ичида)	25	25
<i>Дарвозабон учун</i>			
1	Узоқликка ва аниқликка қўлдан тўпга зарба (м)	40	43
2	Сакрашда осилган тўпни мушт билан уриш (см)	58	60
3	Тупни узоқликка узатиш (м)	30	32

2.3. Йил давомида ёш футболчиларни спорт-техника аттестацияси

Футбол мактаблари тўғрисидаги Низом, битирувгача бутун таълим мобайнида амалга ошириладиган, қобилиятли ва истеъдодли ёш футболчилар танловини назарда тутди.

Ёш ўқувчилар махоратини ўсиш динамикаси бир йилда уч марта (январ, июн, ноябр) ўтказиладиган техник-тактик тайёргарлик тест натижалари бўйича аниқланади.

Футбол мактабига танлов ва мактабдан четлатиш ўқув йили бошда ва двомида ўтказилади. Энг маъсулиятли танлов 5-6 ва асосан 7-синф ҳисобланади, чунки энг истеъдодлилар давом эттиришлари ва истиқболсизларни саралаш учун охириги имкониятдир. Шунинг учун, “Мактаб тўғрисида Низом”га кўра, қобилиятсизларни четлатиш туфайли, имконият яратиш мақсадида катта синфга кичик синфдан ўқувчилар сонини камайитириш ва ўрнига бошқа синфдаги истеъдодли ёш футболчиларни қабул қилишни назарда тутиши мумкин. Бу албатта, қабулда ва

ўқувчиларни бир синфдан бошқасига ўтгазишда ҳар турдаги танловни амалга оширишни талаб қилади.

Ёш футболчиларни жисмоний ва техник-тактик тайёргарлигини тестлаш натижаларига кўра ўтиши баҳолари ўслуби.

[illegible]

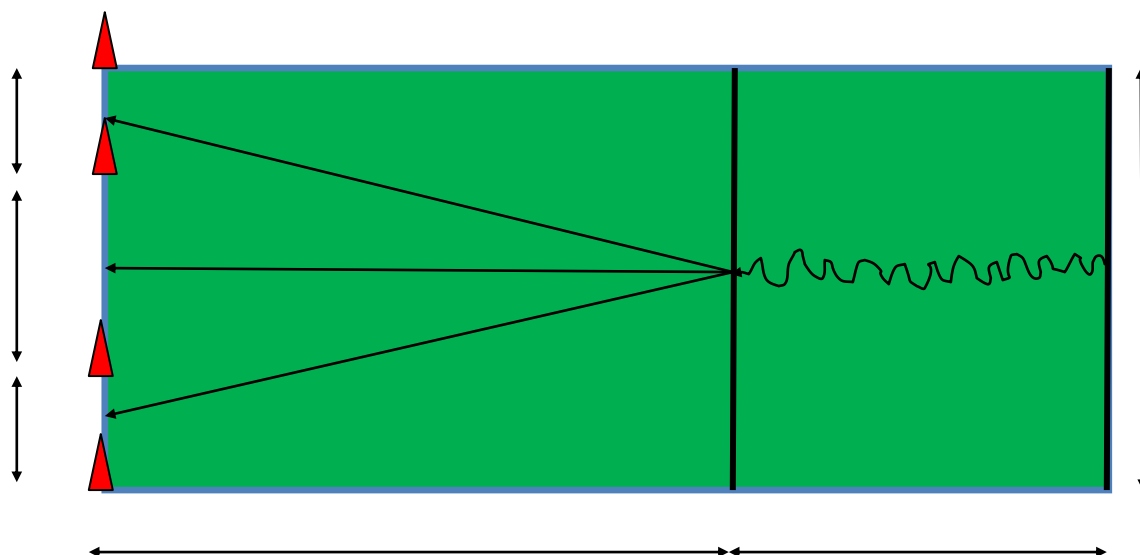
Тестлар мазмуни.**1. Жоглёрлик ва қисқа тўп узатиш (пухта, аниқ).**

№	Тушишлар зонаси	Конуслар орасидаги масофа	Очколар сони
1	Марказий зонага тўп тушириш	2 метр	3 очко
2	Қанот зоналарига тўп тушириш	1.5 метр	2 очко
3	Тўпни бирон бир конусга текказиш		1 очко

Ўйинчи “старт чизиғидан тўп билан жонглёрлик бошлайди. 10 метр масофа босиб ўтиб, конуслар орасидаги зонага туширишга ҳаракат қилиб “финиш” чизиғидан тўпни узатади.

Агар жоглёрлик вақтида тўп ерга тушган ҳолатлари вужудга келса, унда уни тез кўтариб олиб жоглёрлик давом эттирилиши керак.

Жоглёрлик, оёқларда тўп кўтарилиши билан бошланади. Жоглёрлик вақтида барча тана қисмлари фаолиятга жал қилиниши мажбурий.



3 имконият берилади. 9-балл энг юқори балл

2. Тўпни олиб юриш ва зарбалар.

Ўйинчи “старт” чизиғидан тўпни олиб юришни бошлаб конусларни айланиб ўтади ва жарима майдони чизиғидан ўнг (чап) оёқда дарвозага зарбани амалга оширади.

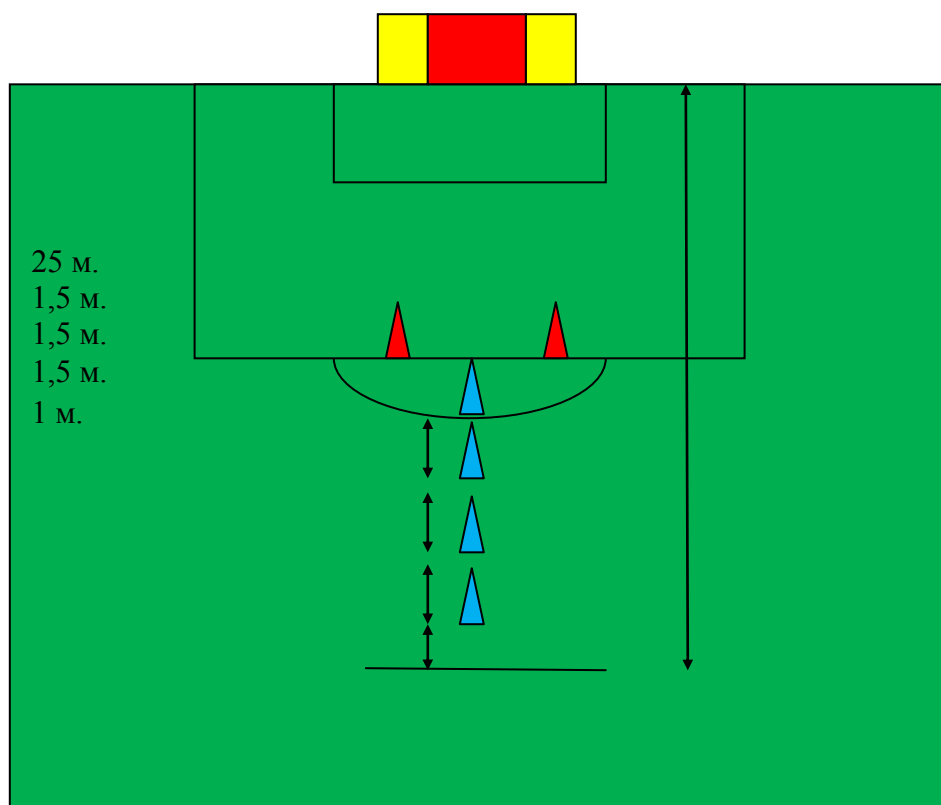
Ўнг ва чап оёқларга икки уринишдан берилади.

Тўпга оёқ тегиши биланок ҳисоб очилади ва тўп дарвоза чизиғидан ўтиган пайтда тўхтатилади.

№	Тушишлар зонаси	Очколар сони
1	Қанот зоналарга тўпни тушириш	3
2	Тўп қайтиши билан дарвоза тўсинига ва ёнбош устунларига тушиш.	2
3	Тўпни қайтиши билан тўпи марказий зона ёки дарвоза тўсинига тушириш	1
4	Дарвозага тўп тушмади	0

Ўнг ва чап оёққа учтадан уриниш берилади.

Энг катта балллар миқдори – 18 (ўнг оёққа 9 балл, чап оёққа 9балл).



3. Тўпни олиб юриш ва аниқ узун узатиш.

Ўйинчи “старт” чизиғидан ўнг оёқда “А” зонадан тўпни олиб юришни бошлайди, “С” зонага кириб ўнг оёқда айланага узун узатишни бажаради.

Кейин “В” зонасидан чап оёқда тўпни олиб юриш бошланади, “С” зонага кириб чап оёқда айланага узун узатиш бажарилади.

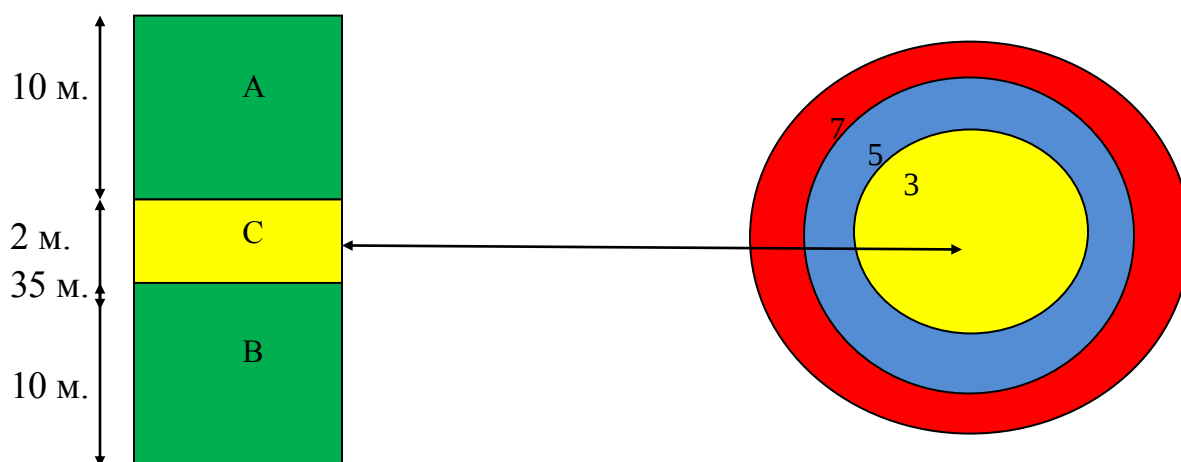
Айлана диаметри – 7,5 ва 3 м.

Вақт тўпга оёқ тегиши билан ҳисобланади ва тўп айланага тушиши билан тўхтатилади.

№	Тушишлар зонаси.	Очколар сони
1	Тўпни диаметри 3 метр айланага тушириш	3
2	Тўпни диаметри 5 метр айланага тушириш	2
3	Тўпни диаметри 7 метр айланага тушириш	1
4	Айланага тушмаган тўп	0

Чап ва ўнг оёққа учтадан уриниш берилади.

Энг катта баллар миқдори – 18 (ўнг оёққа 9 балл, чап оёққа 9балл).



4. Қисқа тўп узатишлар тезлиги ва аниқлиги.

Бажариш услуби.

- 30 сония ичида иложи борича кўп тўп узатишларни бажариш лозим.

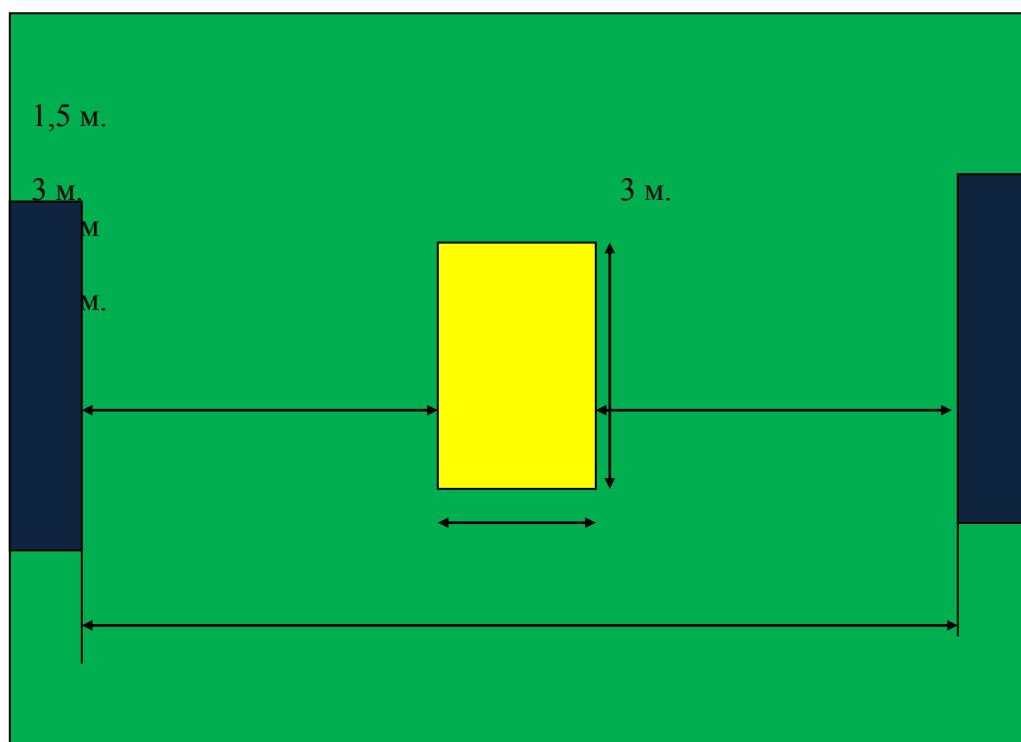
Ўчта уриниш берилади. 30 сония ичида бажарилган тўп узатишлар сони белгиланади.

Ўйинчи 1,5x1,5 метр ўлчамдаги квадрат ичида туриб тўп узатишни амалга оширади. Агар ўйинчи тўп узатишни ўнг оёқда бажарса, унда қайта узатишни чап оёқда тўхтатади ва бурилиб ўнг оёқда тўп билан пас амалга оширади ва аксинча.

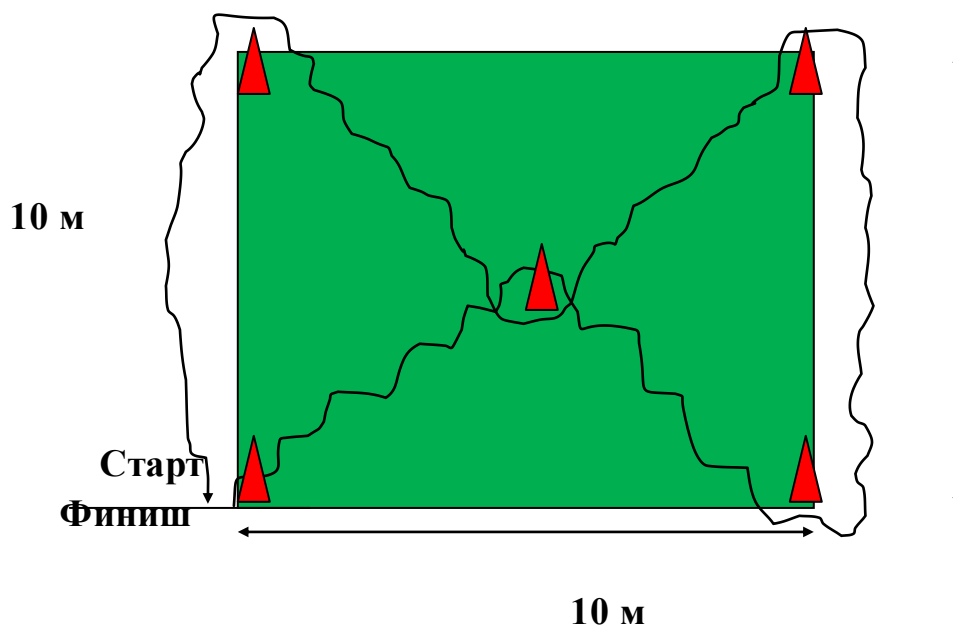
Ўнг ва чап оёқларда тўп узатишлар навбатма навбат бажарилади.

Девордан қайтган тўп албатта 1,5x1,5 м квадратда бўлиши керак.

Агар тўп девордан қайтганда квадратга тушмаса, демак тўп узатиш ҳисобга олинмайди ва ўйинчи тестни қайта бажаради.



5. Техникага тест.



Икки уриниш берилади.

Ўйинчи мустақил “старт” чизиғидан тўп олиб юришни бошлайди ва квадрат ўртасида ҳамда квадратнинг бурчакларида жойлашган устунларни кетма-кет айланиб ўтади ва тўпни олиб юришни қардан бошлаган бўлса ўша жойда якунлайди.

Секундомер ўйинчи “старт” чизиғида тўрға тегиши билан ишга тушади ва “финиш” чизиғини кесиб ўтиши билан оқ тўхтатилади.

Икки уриниш берилади. Энг яхши уриниш ҳисобга олинади.

Жами:

- тест дастуридаги энг максимал балл – 39 балл.
- ўйин учун учта мураббий – экспертлар томонидан кўйилган максимал балл - 50 балл.

5м.

III – БОБ. ТАДҚИҚОТ ВАЗИФАСИ, УСЛУБИЯТИ ВА ТАШКИЛ ҚИЛИШ

3.1. Тадқиқот вазифаси

Ушбу тадқиқот олдин қуйидаги вазифалар қўйилади:

1. Ёш футболчилар танловини ташкил қилиш бўйича услубиятлар ишлаб чиқиш.
2. Спорт тайёргарлигининг турли томонларини баҳолаш учун ахборотли тестларни аниқлаш.
3. Спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларида футбол билан шуғулланиш учун, танлов мезонлари самарадорлигини тажрибаларда асослаш.

3.2. Тадқиқот услубияти

Қўйилган вазифаларни ҳал этиш мақсадида қуйидаги услубиятлардан фойдаланилди:

- тадқиқот мавзуси бўйича адабиёт манбаалари таҳлили;
- етакчи амалий тажрибаларни ўрганиб чиқиш ва умумлаштириш;
- педагогик кузатув;
- жисмоний тайёргарлик, функционал ҳолат бўйича педагогик назорат синовлари;

Қўрилаётган муаммолар бўйича тадқиқот саволларининг замонавий аҳволини аниқлаш мақсадида махсус адабиётлар ўрганиб чиқилди.

Адабиёт манбаалари таҳлили, барча спорт турларида спорт селекцияси услубиятларини акс эттирувчи бир қатор назарий билимларни умумлаштиришга ёрдам берди.

Футболда селекция ишларининг самарадорлиги, энг етакчи юртимиз ва хориж мутахассислари тадқиқот ишларини таҳлил қилиш йўли билан баҳоланди. Бу болалар ва ўсмиралр спорт қобилоятларини ташхис қилишнинг қулай услубини излаб топишга бўлган турли ёндошувларни

аниқлашга имкон беради. Шу билан бирга, ёш жиҳатларини пухта таҳлил қилиш муаммоларига қаратилган, кичик ва ўрта мактаб ёшидаги болалар танловига тегишли ишланмалар деярли мавжуд эмаслиги ҳақидаги тахминларимиз тасдиқланди. Натижада футбол машғулоти учун 9-10 ёшли болаларнинг бошланғич танлов мажмуа услубиятини тахминий моделини қуриш имони яратилди. Айнан маълумотларни назарий таҳлили, тадқиқот натижаларини муҳокама қилишда қўлланилди.

Ташкил қилиш, услубиятлар ва педагогик жараён шаклларини ўрганиб чиқиш – таълим, тарбия, машғулотнинг муҳим қонуниятларини очишга, унинг такомиллашувига ёрдам берувчи энг етакчи тараққий этганларни аниқлашга имкон берди. Бошланғич тайёргарлик гуруҳлари ва ўқув-машғулоти гуруҳларига танловни ташкил этиш нуктаи назаридан болалар спорт мактаблари мураббийларининг иш тажрибалари ўрганб чиқилди.

Тадқиқот жараёнида бир қатор спорт мактаблари ва спорт клубларида футбол тайёргарлиги бўйича педагогик тажрибалар ўрганиб чиқилди ва умумлаштирилди.

Қўйилган вазифаларни ҳал этишда, футболчиларнинг ўйин фаолиятининг ўзига ҳосигини акс эттирувчи маълумотларни олиш зарурияти назарда тутилди.

Спортчиларни мусобақа фаолияти таҳлили қуйидаги тавсифлар асосида амалга оширилди:

- тўпга эгалик суммар вақти;
- аниқ ва ноаниқ тўп узатишлар сони;
- тўпни олиб қўйиш ва олдинга ўтиб олиб қўйишлар сони;
- тўп йўқотишлар сони;
- алмашиш ҳаракатлари сони;
- дарвозага зарбалар сони.

Спортчилар ҳаракатларини баҳолаш беш баллик тизим бўйича амалга оширилди.

Техник-тактик усулларни бажариш бўйича кузатувлар, стенография ва хронометраж усулини қўллаш билан амалга оширилди. Кузатувдагилар сонидан келиб чиқиб, спортчиларнинг ўйин ҳаракатларининг вақт тавсифи секундомерда 0,1 сониягача аниқ ўлчанди. Тўп узатиш ва дарвозага зарбалар, футбол майдони макетида график ёзув ёрдамида рўйхатлади. Кузатув натижалари баённомага киритилди.

38 та мусобақа давомида 100 та спортчи кўриб чиқилди. Шу билан бир каторда ўхшаш услубият бўйича болалар ва ўсмирлар жамоаси футболчиларининг мусобақа фаолияти ҳам кузатилди. 39 мусобақада 68 футболчи кўриб чиқилди.

Тўпланган маълумотлар ахборот олиш мақсадида қайта ишланди. Умумий каби, турли ёшдаги ва тайёргарликка эга спортчилар мусобақа фаолиятининг специфик хусусиятларини ҳам акс эттирувчи маълумотлар ўрганиб чиқилди.

Ўйин фаолияти устидан кузатув. Ўқув машғулот давомида амалга ошириладиган педагогик кузатувларнинг асосий вазифаси, таълим муваффақиятини аниқлашдан иборат бўлди. Шу мақсадда, шуғулланувчиларнинг эҳтимолдаги имкониятлари тўғрисида мулоҳаза юритишга ёрдам берадиган ўйин кўрастичиларининг индивидуал ўсиш даражаси аниқланди. Ўйин фаолиятига қобилиятларни очиш назорат ўйин машқларини ўтказиш жараёнида тадқиқ этилди. Шуғулланувчиларга чегараланган майдонда аниқ ўйин вазифасини бажариш таклиф қилиди. Содда тактик фикрлаш, мўлжал билими, тезкорлик, эпчиллик ва ҳоказо каби сифатларни намоён бўлишига ёрдам берадиган, соддалаштирилган футбол ўйини модели шундай яратилди. Шуғулланувчиларнинг ҳаракатлари беш баллик шкала бўйича баҳоланди. Ўйин фаолиятини назорат тестлаш 6 ойлик машғулотдан кейин ўтказилди. Кузатув натижалари ва баҳолар баённомага киритилди.

Тадқиқотни ўтказиш жараёнида, ҳар бири талабга жавоб берадиган турли услубиятлар мажмуаси қўлланилди.

- кўп марталик тадқиқотда айнан бир синалувчининг ўрганилаётган вазифаларини баҳолаш натижаларини ишочлилиги ва маъромлашганлиги;
- услубиятларнинг дифференцияланиши, ўрганилаётган вазифаларнинг аниқ хусусиятини баҳолаш учун мустақил ва махсус ҳисобланади;
- уларнинг осонлигини тавсифловчи қулайлик, бажарилиши содда ва тез, чегараланган ёрдамчилар билан қўлланилиш имконияти.

Қўлланилган услубиятларнинг ҳар бир тадқиқ этилётганларнинг ўрганилаётган функционал фаолиятининг аниқ сифат хусусиятларини очишга йўналтирилган. Услубларнинг бир қисми кўпгина йўналишга эга ва бир нечта ҳаракат вазифаларининг тузилиш жиҳатдан боғлиқлигини баҳолашга ёрдам беради. Барча ҳолатларда биз, лаборатория тадқиқотларини иложи борида реал ўйин шароитида ўз ўрнига эга фаолиятларга яқинлаштиришга ҳаракат қилдик.

Ушбу ишда тадқиқотнинг асосий услубияти, бир йи мобайнида ўтказилган педагогик тажрибалар бўлди.

Педагогик тажрибанинг асосий вазифаси, ишчи фарозда келтирилган асосий ҳолатларни текшириш ҳисобланди. Бу текширув, икки гуруҳ – тажриба ва назорат гуруҳлари ўқувчиларининг аниқ ва олдиндан кутилган ҳаракат фаолияти хусусиятларини таққаслаш йўли билан амалга оширилди. Бунда биз, шуғулланувчи болаларнинг ҳаракат сифатларини фақат комплекс ва узоқ ўрганиш шароитидагина тўлақонли педагогик таҳлиллар имкони борлигидан келиб чиқдик.

Бундай ёндошув, ўтказилиши дастлабки тадқиқотлар даврида амалга оширилган синалган ва амалиётда текширилган инструментал тадқиқотларни назарда тутди. Тажрибалар олдида қуйидаги вазифалар қўйилди:

1. танловнинг анъанавий услубиятларига нисбатан БЎМСМ (СДЮСШ) га болаларни бирламчи танловида комплекс услубиятлар самарадорлигини аниқлаш;

2. Ташкил этилган футбол машғулотлари жараёнида кичик ва ўрта мактаб ёшидаги болаларни истеъдод даражасини башорат қилиш йўли билан баҳолаш имкониятларини белгилаш;

3. Ёш футболчиларни махсус ҳаракат истеъдодини башоратловчи тавсифларни аниқлаш.

Асосий педагогик тажрибалар икки йил давомида ўтказилди. машғулотларга асосан тиббий кўрикдан ўтган, ахлоқли ва одобли, яхши ўзлаштиришга эга ўсмирлар киритилди. Мактаб врачлари шуғулланишни хоҳловчиларнинг саломатлик ҳолатини аниқлади.

Ишнинг мақсад кўрсатмаларидан келиб чиқиб, шуғулланувчилар ёши чегараланди – 9 ёш 6 ойдан катта бўлмаганлар. Умуман 102 киши тажрибаларга жалб қилинди.

Математик статистика услубияти. Ушбу ишда математик статистика услубиятлари тадқиқот тўпламларининг сон тавсифи ишончлилигини тўғри асослаш учун қўлланилди: ёш футболчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси, функционал ҳолати ва морфологик аломатлари орасидаги ишончли фарқланишни аниқлаш. Математико-статистик қайта ишлаш асосида маълумотларнинг миқдорий тавсифи ишончлилиги, қонуният ва ғоялар, тадқиқ этилаётган омиллар орасидаги узвий боғлиқлик аниқланди. Олинган кўрсаткичлар тавсифидан келиб чиқиб, коррекцион таҳлил қўлланилди.

Ишда қуйидаги статистик параметрлар қўлланилди:

Ўртача арифметик, стандарт оғиш, Стьюдент мезони, корреляция коефициенти.

3.3. Тадқиқотни ташкил этиш

Барча қилинган ишлар уч босқичга бўлинди.

Биринчи босқичда (2011йил октябр – 2012 йил феврал) тадқиқот предметининг асосий тушунчаларининг умумий тавсифи, муаммо ва фараз, тадқиқотнинг объекти ва предмети аниқланди, тадқиқотнинг мақсади ва вазифаларига тузатишлар киритилди. Бу босқичда биз, ёш спортчиларни

спортга танлаш ва мўлжаллаш муаммолари бўйича адабиёт манбааларини ўрганиб чиқиш, назарий таҳлил ва синтез услубидан фойдаландик. Юртимиз ва хориж муаллифларининг 81 адабиёт манбаалари таҳлил қилинди. Шу билан бирга жисмоний тайёргарлик ва функционал ҳолатларни ўрганиш бўйича тадқиқотлар ўтказилди ҳамда антропометрия аломатлари ўлчанди. Ўлчов олиш спорт ўйинлари билан шуғулланувчи 9 ёшдан бошлаб 20та ўсмирда ҳар ярим йилда ўтказилди.

Тадқиқотнинг иккинчи босқичда (2012йил март – 2012йил июн) 20 кишидан иборат ўша болалар билан алоҳида жисмоний сифатлар ва тана тузилиши аломатларини башоратлаш аҳамиятини очиш мақсадида тадқиқотлар ярим йилдан 1,5 йилгача давом эттирилди.

Шу билан бирга, ўқув-машғулот гуруҳига кириш меъёрларини ва ўқув-машғулот гуруҳлари ўқувчилари учун назорат – синов меъёрларини ишлаб чиқиш мақсадида ёш спортчиларнинг оммавий текширувлари ўтказилди. 11-16 ёшли ўсмирларни оммавий текширувини ўтказишда, ёш футболчиларни соматик балоғатини баҳолаш учун шкалаларни ишлаб чиқиш мақсад бўлган ўлчанаётган аломатларнинг ўртача аҳамияти аниқланди. Жами 342 спортчи текширилди.

Учинчи босқичда (2012йил июл – 2012йил декабр) спорт мактабларининг ўқув-машғулот гуруҳларида футбол билан шуғулланиш учун ўсмирлар танлов услубиятини асослаш мақсадида педагогик тажрибалар ўтказилди. Тажрибаларда ҳар бири 20 кишидан иборат 10-12 ёшли болаларнинг икки гуруҳ иштирок этди.

Тажриба гуруҳи машғулотларида кўпроқ футбол, баскетбол ва бошқа спорт ўйинларининг техника усуллари ўрганишга эътибор қаратилди, назорат гуруҳи эса УЖТ дастури бўйича шуғулландилар.

Бир вақтнинг ўзида, олинган маълумотларни тизимлаштириш, уларни математик статистика услубида қайта ишлаш, ишни ифодалаш, тадқиқот натижалари текшириш, уларни амалиётга тадбиқ этиш амалга оширилди.

IV- БОБ. СПОРТ МАКТАБЛАРИ ЎҚУВ-МАШҒУЛОТ ГУРУҲЛАРИДА ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ ТАНЛОВ УСЛУБИЯТЛАРИНИ АСОСЛАШ

Юқори малакали заҳираларни тайёрлаш кўп жиҳатдан, ёш футболчилар танлови ва бошланғич тайёргарликни кандай ташкил этилишига боғлиқдир. Бу вазифаларнинг муваффақиятли ҳал этилиши, спортчиларнинг келгуси таълим ва машғулот самарадорлигини аниқлайди.

4.1. Ёш футболчилар танловининг меъёрий талаблари

БЎСМ, БЎОЗСМ учун спорт турлари бўйича амалдаги ўқув дастурлар, коида бўйича ўртача ва стандарт оғиш асосида ишлаб чиқилган таълим йили бўйича назорат-ўтиш меъёрларига келтирилади. Шу тур таққаслаш меъёрларига киради, чунки айнан бир тўпламга кирувчи ўқувчилар кўрсаткичларини таққослашга ёрдам беради.

Шу билан бирга, машғулотларни тузишда (унинг алоҳида қисмлари, таркиби ва бошқалар) қўлланиладиган турли вариантларнинг афзаллиги ва камчиликлари ҳақида тўғри мулоҳаза юритиш учун талаб қилинган катталикларга жавоб берувчи мезонларга эга бўлиш зарур.

Тадқиқотни ўтказишда, меъёр кўрсаткичлари қуйидагиларга жавоб бериши кераклиги назарда тутилган:

- танланган спорт турида бошланғич спорт мутахассислиги ва чуқурлаштирилган машғулот босқичларида етакчи ҳисобланган жар томонлама жисмоний тайёргарлик принципига;

- зарур катталиклар талабига;

- амалиётда кенг қўлланилиши учун енгил бўлиш шартларига.

Зарур меъёрларни ишлаб чиқишдаги асосий ҳолатлардан бири, нисбий катталиклар асосида ўтказиладиган хусусан асосий жисмоний сифатларни ривожланиш пропорционалиги тегишли, белгиланган миқдори тавсифларга мувофиқ меъёрий нисбатлар истиқболи ҳисобланади. Ҳар томонлама жисмоний тайёргарлик меъёрларига нисбатан қўлланилади – бу

кўрсаткичларнинг ҳар бири бошқаси билан аниқ нисбатда бўлиши кераклигини билдиради.

Келгусида бошқа назорат синовлари кўрсаткичлага қиёслаш мумкин бўлган “база” сифатида аниқ мутахассислик ёки балларда баҳолаш учун энг хос спорт натижалари ёки тестларда қўлланилиши мумкин. “База” 100% қабул қилинади. Циклик ва тезкор-куч спорт турларида бундай “базада” асосий масофадаги спорт натижалари танланади.

Зарурий меъёрларни ҳисоблаш услубиятининг содда ва осонлиги мураббийга ҳар бир ўқувчининг башорат қилинган натижаларига мўлжал қилиб уларнинг ҳар томонлама жисмоний тайёргарлигини индивидуал кўрсаткичларини мустақил аниқлашга ёрдам беради.

Спортнинг ўйин турларида нисбийлик коэффиценти ва зарурий катталиклар ҳисоби ҳам шундай ўтказилади, лекин спорт тури спецификаси шартлари назарда тутилиши шарт. Баскетбол мисолида кўриб чиқамиз.

Ҳамма тестлар икки гуруҳга бўлинди: синалувчиларнинг ҳаракатланиши билан боғлиқ ва ҳаракат билан боғлиқ бўлмаган тестлар. 1 гуруҳнинг аниқ назорат машқларини бажаришга сарфлаган вақти тезликка (м/с) ўгирилди. Биринчи гуруҳда базавий катталик учун “40сониядан 2 серия мокусимон югуриш”, иккинчи гуруҳда “нуқталардан улоқтириш”. Бундай назорат машқлари мусобақа фаолияти самарадорлиги билан юқори коррелцион алоқага эга. Нисбийлик коэффиценти юқорида кўрсатилган формула асосида ҳисобланади.

Югуриш тестларида базавий катталик учун ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлиги бўйича ўқув меъёрларни ҳисоблаш учун нисбийлик коэффицентини ишлаб чиқишда - 7х50м мокусимон югури, қолган тестларда – жойдан узунликка сакраш танланди (9 жадвал). Шундай қилиб, нисбийлик коэффиценти ва индивидуал меъёрлар ҳисобланди.

Кейин спорт мактабларининг ўқув-машғулот гуруҳларида шуғулланувчи ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлиги бўйича ўтиш меъёрларини ишлаб чиқиш вазифаси қўйилди.

**Ёш футболчиларни жисмоний тайёргарлиги бўйича (%) ўқув
меъёрларини ҳисоблаш учун нисбийлик коэффиценти (НК).**

№	Назорат машқлари	Ўқув-машғулот гуруҳлари (11-16 ёш)
1.	7х50м мокусимон югуриш	100.0
2.	10м югуриш	1,07
3.	50м югуриш	1,35
4.	3000м югуриш	0,87
5.	Жойдан юқорига сакраш	100.0
6.	Жойдан узунликка сакраш	4,7
7.	Жойдан беш карра узунликка сакраш	23,0
8.	Тўпни узоққа улоқтириш	0,32
9.	“кучли” оёқда тўпни максимал узоқликка учишига зарба	0,85

Бунинг учун, жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш ва ўртача катталикини белгилаш мақсадида 11-16ёшли ўсмирларни оммавий текшируви ўтказилди. Ҳар ўқув йили учун кўчиш меъёрларини ишлаб чиқишда базавий катталик сифатида, 7х50м мокусимон югуриш ва жойда юқорига сакраш тестларида ўртача кўрсаткичлар қўлланилди. Ҳисоб-китоб маълумотлари асосида кўчиш меъёрлари ишлаб чиқилди (10 жадвал).

**Ўқув-машғулот гуруҳлари ёш футболчиларининг жисмоний
тайёргарлиги бўйича кўчиш меъёрлари.**

№	Назорат машқлари	Ўқув йили, ўқув-машғулот гуруҳи				
		1	2	3	4	5
1.	10 м га югуриш, сония	2,00	1,98	1,95	1,92	1,90
2.	50 м га югуриш, сония	7,95	7,85	7,73	7,62	7,53
3.	Моксимон югуриш 7х50 м, с	75,0	74,0	73,0	72,0	71,0
4.	3000 м га югуриш, дақ, сон	13,46,5	13,35,5	13,24,0	13,11,5	13,03,0

5.	Турган жойдан баландликка сакраш, см	42	44	46	48	50
6.	Турган жойдан узунликка сакраш, см	195	205	215	225	235
7.	Турган жойдан беш карра узунликка сакраш, м	9,65	10,10	10,60	11,05	11,50
8.	Тўпни узоққа улоқтириш, м	13,45	14,10	14,70	15,35	16,00
9.	“кучли” оёқда тўпни максимал узоқликка учишига зарба, м	31,50	33,00	34,50	36,00	37,50

Ёш футболчилар тайёргарлиги, натижавийликни (юкори, паст) аниқлаш ёки муваффақиятли натижалар эриши нуктаий назардан шуғулланувчиларни истиқболларини баҳолаш билан доимо боғлиқ. Шубҳасиз биологик ёш натижавийликка таъсир кўрсатади.

Биологик ёшнинг тебраниш диапозони айнан бир паспортда гоҳида 3-5 йилни ташкил қилади. Биологик ёш фарқланиши қоида бўйича, эндокрин ва анализатор тизимларининг морфофункционал кўрсаткичлар ҳамда спорт натижаларидаги ўзгарувчанлик билан кузатилади. Мураббийлар тез-тез спорт натижаларига мулжал қилганликлари туфайли, бу ўз навбатида машғулотларга лойиқликни биологик ривожланишни ҳисобга олмай ҳато баҳоланишига олиб келади. Соматик балоғат таърифи (тана тузилиши балоғати, организмнинг алоҳида тизимларидаги балоғат) ҳамда биологик ёшнинг турли босқичларида таъсир кўрсатувчи морфологик ва функционал кўрсаткичлардан фойдаланиш зарур. Бу шуғулланувчиларни морфофункционал балоғатини ҳисобга олиб, уларни дифференциалантиришга қобилиятли шахсларни (врач ёки антрополог) танлаш ва тайёрлаш жараёнига аниқликлар киритиш, машғулот ва мусобақа юкламаларини режалаштириш ва индивидуаллаштиришда шуғулланувчилар лойиқлигини баҳолаш жараёнида иштирок этиш талабларини қўяди.

Спорт тайёргарлигини башорат қилиш, танлов тизимида асосан истиқболли спортчиларни танлашда етакчи звено ҳисобланади. У танлов тўғрилигини аниқлайди. Башоратнинг аниқлиги, софлиги спорт таснифининг ҳар қандай даражасида мустақил аҳамиятга эга чегараланган омилларнинг ўзига ҳос тўпламларига сабаб бўлади. Шунинг учун, аниқ мутахассисликда спортчилар ҳаракатини таъминловчи кўрсаткичлар рўйхатини тўлиқ ва тизимли қамраб олиш лозим. Спортчи ҳолатидан келиб чиқиб, натижаларига таъсир кўрсатувчи мусобақа фаолияти даврида энг яхши спорт формасига эга бўлиш учун машғулотларда тестлаш вақтини ҳисобга олиш зарур. Шунинг учун ҳамма тадқиқотлар мусобақадан олдин ўтказилади. 11-16 ёшли ўсмирларни оммавий текширувини ўтказишда, ёш футболчиларни соматик балоғатини баҳолаш учун шкалалар ишлаб чиқиш асос ҳисобланган ўлчанаётган аломатларнинг ўртача аҳамияти аниқланди.

Соматик балоғатни баҳолашнинг осон ва тезкор мезонларидан фойдаланиш мақсадида биз, ёш футболчиларнинг биологик ривожланишини аниқлаб берувчи махсус шкалаларни ишлаб чиқдик. Ўсмир спортчиларнинг биологик балоғат даражасини баҳолаш, паспорт ёшига мос морфофункционал катталиклар ва шу параметрларни жадвал белгилари билан таққослаш учун таклиф қилинган индивидларни текшириш асосида амалга оширилди. Таҳлил қилинаётган кўрсаткичларнинг ҳар биридан спортчи 1баллдан 3 баллгача йиғиши мумкин. Қўлланилаган аломатлар сонини баллар суммасига бўлиниши, индивиднинг соматик балоғат даражасини билдиради.

Соматик балоғат диапазони 2-2,9 балл бўлиб, ушбу ёшдаги спортчининг ривожланиш меъёрига мос келади; 1-1,9 балл кўрсаткич ривожланишда ретардацияни (орқада қолиш) билдиради; 2,9 баллдан юқори (ўртача 3 балл) эса текширилаётган спортчиларда соматик ривожланишда акселерация (ошиб кетиш) ни англатади. Биз текшириб чиққан барча спортчилар меъёрий ривожланишга эга эканлиги аниқланди.

Биринчи ўқув йилига ўқув-машғулоти гуруҳлари ва спорт такомиллашуви гуруҳларига қабул учун қабул меъёрлари ва минимал ёш

Назорат машқлар	Ўқув-машғулоти гуруҳлари (11 ёшдан)	Спорт такомиллашуви гуруҳлари (16 ёшдан)
10 м га югуриш, сония	2,03	1,87
50 м га югуриш, сония	8,05	7,40
Моксимон югуриш 7х50 м, с	76,0	70,0
3000 м га югуриш, дақ, сон	13,58,0	12,49,5
Турган жойдан баландликка сакраш, см	40	52
Турган жойдан узунликка сакраш, см	185	245
Турган жойдан беш карра узунликка сакраш, м	920	1200
Тўпни узоққа улоқтириш, м	12,80	16,60
“кучли” оёқда тўпни максимал узоқликка учишига зарба, м	30,00	39,00

Дастлабки тадқиқотлар ҳулосасига кўра, биринчи ўқув йилига ўқув-машғулоти гуруҳлари ва спорт такомиллашуви гуруҳларига қабул учун қабул меъёрлари ишлаб чиқилди (11-жадвал).

4.2. Ёш футболчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатини тадқиқ этиш

Махсус адабиётларда, спорт ўйинларида махсуслаштирилган машғулоти, кичик ва ўрта мактаб ёшидаги болаларининг жисмоний ривожланиш темпи, жисмоний тайёргарлик ва функционал ҳолатига ижобий таъсир кўрсатиши бўйича аниқ маълумотлар бор (12, 28). Шунинг учун педагогик тажриба давомида олинган маълумотлар, мавжудларини кенгайтиришга ва бир вақтнинг ўзида асосий жисмоний сифатларни

ривожлантиришга футбол машғулотларининг таъсир хусусиятлари вақтини кўрсатишга ёрдам беради.

Шуғулланувчиларнинг дастлабки жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолати тестлар ёрдамида баҳоланди. Олинган маълумотлар таҳлили шуни кўрсатадики, дастлабки тест синовларида тажриба гуруҳлари орасида ишончли фарқланиш ($p>0,05$) аниқланмади. Бу гуруҳлар тенглигидан далолат беради.

12-жадвал.

Спортнинг ўйин турларига танлов учун тест модели.

№	Назорат машқлари	Бошланғич тайёргарлик гуруҳи (2-ўқув йили)		
		Баҳолар		
		Юқори	Ўрта	Паст
1.	10 м га югуриш, сония	2,05	2,06	2,07
2.	50 м га югуриш, сония	8,05	8,15	8,2
3.	Моксимон югуриш 7x50 м, с	77,0	78,0	79,0
4.	3000 м га югуриш, дақ, сон	38,0	37,0	36,0
5	Турган жойдан баландликка сакраш, см	180	175	170
6	Турган жойдан узунликка сакраш, см	12,50	12,20	11,90
7	Тўп максимал узоқликка учишига зарба	28,5	26,0	23,5

Тадқиқотнинг кейинги босқичи тажрибадан бир йил ўтгандан сўнг бошланғич тайёргарлик босқичи якунида ўтказилди.

Гуруҳлар t мезони бўйича таққасланди (14-жадвал). Бу ерда шуни такидлаб кетиш жоизки, тажриба гуруҳи назорат гуруҳига нисбатан барча кўрсаткичларда юқори натижаларни кўрсатди. Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичлари бўйича ўнта тестдан бештасида ишончли фарқланиш ($p<0,05$) аниқланди. “А” гуруҳида 50 метрга югуриш натижалари 0,11с юқори ($t=2,61$, $p<0,05$) беш карра узунликка сакраш 55с юқори ($t=2,47$, $p<0,05$), тўпни узоққа

ташлаш тестида – 80 см ($t=3,13$, $p<0,05$), тўп максимал узоқликка учишига зарба тестида – 320см ($t=2,57$, $p<0,05$) ташкил қилди.

Ёш спортчиларнинг функционал ҳолат кўрсаткичлари бўйича ҳеч қандай ишочли фарқланиш кузатилмади ($p>0,05$).

Педагогик тажрибанинг асосий вазифаларидан бири, ўқув-машғулот гуруҳларига кириш учун, ёш спортчилар қабул меъёрларини қандай топширишларини кузатиш бўлди.

Таҳлил шуни кўрсатадики, тажриба гуруҳи қабул меъёрларини ўртача 82,6% га уддаладилар, назорат гуруҳида бу кўрсаткич 62,3% ташкил қилди. Тест дастури бўйича “А” гуруҳ спортчилари меъёрларни 77,7-88,8% чегарасида бажардилар, “Б” гуруҳ спортчиларида бу кўрсаткич 50-72,2% .

Шундай қилиб, икки йиллик тажрибаларнинг иккинчи йили махсулаштирилган футбол машғулотлари таъсири остида ўтказилиши 10-11 ёшли болаларнинг асосий ҳаракат сифатларини ривожланишида ижобий кўзғалишларни келтириб чиқарди деб ҳисобласа бўлади. Бундан шундай хулоса чиқариш мумкин, футбол билан шуғулланиш ёш спортчиларни жисмоний тайёргарлигига ижобий таъсир кўрсатади, тезкорлик, тезкор-куч сифатларини ва техник тайёргарликни юқори даражада намоён этишга ёрдам беради.

13-жадвал

Ёш спортчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатининг қиёсий тавсифи (дастлабки маълумотлар)

№	Назорат машқлари	Спортчилар гуруҳи		Фарқлар ишочлилиги	
		тажриба	назорат	t	P
		$X\pm x$	$X\pm x$		
1	10 м га югуриш, сония	2,06 $\pm$ 0,01	2,08 $\pm$ 0,01	2,0	<0,05
2	50 м га югуриш, сония	8,20 $\pm$ 0,04	8,25 $\pm$ 0,03	1,0	0,05
3	Моксимон югуриш 7x50 м, с	78,0 $\pm$ 1,18	79,0 $\pm$ 1,15	0,62	0,05
4	Турган жойдан баландликка сакраш, см	37,0 $\pm$ 0,73	36,0 $\pm$ 0,69	1,0	0,05

5	Турган жойдан узунликка сакраш, см	175±4,3	170±4,2	0,83	0,05
6	Тўпни узокка ташлаб бериш, м	1220±25	1170±21	1,53	0,05
7	Тўп максимал узокликка учишига зарба	2600±83	2300±0,76	2,67	0,05

14-жадвал

Ёш спортчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатининг қиёсий тавсифи (бир йилдан сўнг).

№	Назорат машқлари	Спортчилар гуруҳи		Фарқлар ишочлилиги. гуруҳлар орасида	
		тажриба	назорат	t	P
		X±x	X±x		
1	10 м га югуриш, сония	2,03±0,01	2,05±0,01	2,0	<0,05
2	50 м га югуриш, сония	8,04±0,03	8,15±0,03	2,61	<0,05
3	Моксимон югуриш 7x50 м, с	75,5±1,13	77,0±1,15	0,93	<0,05
4	Турган жойдан баландликка сакраш, см	40,3±0,65	38,0±0,71	1,77	<0,05
5	Турган жойдан узунликка сакраш, см	185±3,5	175±3,5	1,99	<0,05
6	Турган жойдан беш карра узунликка сакраш, м	925±15,3	870±16,1	2,47	<0,05
7	Тўпни узокка ташлаб бериш, м	1290±19	1210±17	3,13	<0,05
8	Тўп максимал узокликка учишига зарба	3050±87	2730±85	2,57	<0,05
9	3000м югуриш дақ., с.	13,56±2,31	14,06±2,56	2,9	<0,05

15-жадвал

Ёш спортчиларни жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатининг қиёсий тавсифи (якуний маълумотлар).

№	Назорат машқлари	Спортчилар гуруҳи		Фарқлар ишочилиги Гуруҳлар орасида	
		тажриба	назорат	t	P
		$\bar{X} \pm x$	$\bar{X} \pm x$		
1	10 м га югуриш, сония	2,00±0,01	2,03±0,01	3,0	<0,01
2	50 м га югуриш, сония	7,95±0,03	8,1±0,03	3,57	<0,01
3	Моксимон югуриш 7x50 м, с	74,0±1,13	76,0±1,14	1,25	>0,05
4	Турган жойдан баландликка сакраш, см	42±0,56	39±0,51	5,26	<0,01
5	Турган жойдан узунликка сакраш, см	195±3,5	180±3,2	3,16	<0,01
6	Турган жойдан беш карра узунликка сакраш, м	970±15,1	870±16,2	3,16	<0,01
7	Тўпни узоққа ташлаб бериш, м	1350±16	1250±17	4,29	<0,01
8	Тўп максимал узоқликка учишига зарба	3170±81	2840±91	2,7	<0,05
9	3000м югуриш дақ., с.	13,44±2,85	13,55±3,21	2,45	<0,05

16-жадвал

Жисмоний тайёргарлик бўйича қабул ва кўчиш меъёрларини бажарилиш фоизлари.

№	Назорат машқлари	Спортчилар гуруҳи			
		1 ўқув йилига (ЎМГ)		2 ўқув йилига (ЎМГ)	
		Тажриба (n=18)	Назорат (n=18)	Тажриба (n=17)	Назорат (n=17)

		сони	%	сони	%	сони	%	сони	%
1	10 м га югуриш, сония	15	83,3	11	61,1	15	88,2	9	52,4
2	50 м га югуриш, сония	16	88,8	12	66,6	16	94,1	12	70,5
3	Моксимон югуриш 7x50 м, с	16	88,8	11	61,1	15	88,2	14	82,3
4	3000 м га югуриш, дақ, сон	14	77,7	12	66,6	14	82,3	10	58,8
5	Турган жойдан баландликка сакраш, см	15	83,3	13	72,2	14	82,3	11	64,7
6	Турган жойдан узузликка сакраш, см	14	77,7	10	50	15	94,1	10	58,8
7	Турган жойдан беш карра узузликка сакраш, м	15	83,3	12	66,6	16	82,3	10	58,8
8	Тўпни узоққа ташлаб бериш, м	15	83,3	12	66,6	14	88,2	9	52,9
9	“кучли” оёқда тўпни максимал узоқликка учишига зарба, м	14	77,7	10	50	15		11	64,7
	Бажар. ўртача фоизи	82,6		63,3		87,5		62,7	

Икки йилдан кейин педагогик тажрибалар охирида, ёш спортчиларнинг жисмоний тайёргарлик даражаси ва функционал ҳолатини якунин тести ўтказилди. Тадқиқот натижалари шуни кўрсатадики, иккала гуруҳда ҳам жисмоний тайёргарлик даражаси дастлабкига қараганда ўсган (15-жадвал). “А” тажриба гуруҳи спортчилари, “Б” назорат гуруҳига нисбатан назорат машқларини яхши натижалар билан бажарганлар. 10м югуриш “А” гуруҳи натижалари 0,03 сония юқори ($t=3,0$, $p<0,01$); 50м югуришда – 0,15с ($t=3,57$, $p<0,01$); жойдан юқorigа сакраш -3см ($t=5,26$, $p<0,01$); узузликка сакрашда -15см ($t=3,16$, $p<0,01$); тўпни узоққа ташлаб бериш -100см ($t=4,29$, $p<0,01$); максимал узоқликка тўпга зарба тестида -330см ($t=2,7$, $p<0,05$); бешкарра сакраш – 70см ($t=3,16$, $p<0,05$); 3000м югуриш -11,5с ($t=2,45$, $p<0,05$).

Функционал ҳолат кўрсаткичлари иккала гуруҳда ҳам деярли бир ҳил, ишочли фарқланиш ($p<0,05$) кузатилмади. Бу далил, айнан шу ёшда футбол ёки бошқа спорт турлари билан шуғулланиш ўсаётган организмнинг

функционал имкониятларини ривожлантиришга ижобий таъсир кўрсатишини исботлади. Агар биз спорт билан шуғулланувчи ва шуғулланмайдиган болаларни таққаслаганимизда унда натижалар бошқача бўлар эди.

Педагогик тажрибалар якунида бизнинг олдимизда, жисмоний тайёргарлик нуқтаий назардан бажарилагн ишлар самарадорлиги ҳамда танлов услубияти самарадорлиги ҳақидаги вазифалар турарди.

Бизнинг тадқиқотларимизда спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳлари учун ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлиги бўйича ўтиш меъёрлари олдиндан ишлаб чиқилган эди.

Педагогик тажриба ҳулосасига кўра “А” гуруҳи спортчилари иккинчи ўқув йил ўқув-машғулот гуруҳига қабул қилинишлари учун ўтиш меъёрларини ўртача 87,5% бажардилар, “Б” гуруҳи спортчиларида эса фақатгина 62,7% (16-жадвал). Тестда бу қуйидагича акс этган: “А” – 88,2-94,1%; “Б” гуруҳида – 52,9-82,35%. Ушбу далилларга кўра қуйидагича шарҳ келтириш мумкин, спортнинг ўйин турларига, хусусан футболга танлов услубияти, ўтказилган тадқиқотларнинг ижобий тавсифи билан тасдиқланган.

Педагогик тажрибалар вақтида спортчилар аниқ ҳажмдаги машғулот ва мусобақа юкламаларини бажардилар. Машғулот юкламаси остида, спортчи организмнинг функционал ҳолатига ва унинг руҳиятига машғулот воситаларининг таъсири тушунилади. Бажарилган ишнинг миқдор ўлчами ҳисобаниб, машғулот юкламаси организмга аниқ физиологик таъсирни назарда тутди (8, 36, 40, 44). Бунда юкламанинг “ташқи” ва “ички” томонлари ажратилади. “Ташқи” юклама бажарилган жисмоний машқларнинг миқдор кўрсаткичлари билан аниқланади. Уларга: машғулотларнинг умумий сони; километр, тонналарда иш ҳажми; сакрашлар сони; мусобақа стартлари ва ҳоказо. Бизнинг ҳолатимизда машғулот юкламаси соатларда ўлчанди.

“Ички” юклама организмнинг жавоб реакцияси катталиги, физиологик ва биомеханик қўзғалишлар, яъни кислородга талаб, кислород танқислиги,

юрак қисқариш частотаси, систолик босим ва ҳоказолар даражаси билан аниқланади (36,40,44).

Кўпгина муаллифлар, машғулот юкламаси катталиги ва машғулот жараёнида спортчи организмида содир бўладиган мослашув қайта қуришлар даражаси орасида ўзаро боғлиқлик мавжудлигини таъкидлайдилар (8,42,44,61).

Юклама катталигини назорат қилиш учун жисмоний юкламалар бажарилганда белгиланган “ҳажм” ва “интенсивлик” тушунчалари қўлланилади. Дастлабки тайёргарлик босқичида биз бажарилаган юклама ҳажмини ҳисобга олдик, лекин ишнинг интенсивлигини ҳисобга олинмади. Аммо бошланғич спорт мутахассислигида ЮҚЧ бўйича интенсивлик ҳисобга олинди.

Педагогик тажрибалар вақтида ёш футболчилар томонидан бажарилган машғулот ва мусобақа юклама ҳажмининг катталиги 17-жадвалда тақдим этилган.

Жадвалдан кўриниб турибдики, бошланғич спорт такомиллашуви босқичининг устунлик ғояси, умумий интенсивликни шакллантирмасдан машғулот юкламасининг барча параметрларини аста-секин кўпайтириш ҳисобланади. Машғулот юкламаси умумий ҳажмининг ўсиши, машғулотлар сонининг кўпайиши ва уларнинг давомийлиги ҳисобига кўпаяди. Демак учинчи ўқув йилида бошланғич тайёргарлик гуруҳларида иккала гуруҳ спортчилари 240соат ҳисобидан (А гуруҳ $=246\pm 8,5$; Б гуруҳ $=239\pm 9,3$) юклама ҳажмини бажардилар. Машғулотнинг кейинги босқичида бир йил таълим олган ўқув-машғулот гуруҳи спортчилари 340соатга (А гуруҳ $=347\pm 6,2$; Б гуруҳ $=343,6\pm 6,8$) мўлжал қилинди.

17-жадвал

Тадқиқот вақтида тажриба ва назорат гуруҳлари спортчилари томонидан бажарилаган машғулот ва мусобақа юкламалар ҳажми (соатларда).

№	Машғулоти воситалари	3-ўқув йили бошланғич тайёргарлик гуруҳи.				1- ўқув йили ўқув-машғулоти гуруҳи			
		А гуруҳи (М±м)	Б гуруҳи (М±м)	Ишонч. фарқ		А гуруҳ (М±м)	Б гуруҳ (М±м)	Ишонч фарқ.	
				t	P			t	P
1	Секин югуриш ва унинг турлари	14,2±0,26	13,8±0,22	1,17	>0,05	19,4±0,27	20,2±0,31	1,95	>0,05
2	Умум ривож. машқлар	13,8±0,26	14,2±0,24	1,13	>0,05	19,8±0,31	20,3±0,28	1,19	>0,05
3	20-50м бўлакка тезланиш	13,7±0,27	14,0±0,24	0,83	>0,05	19,5±0,33	20,3±0,35	1,67	>0,05
4	Тезкорлик йўналишида вазифа	20,3±0,37	19,2±0,41	2,0	>0,05	29,7±0,47	30,0±0,45	0,46	>0,05
5	Тезкор-куч йўналишида вазифа	19,0±0,41	20,7±0,37	3,0	>0,05	29,1±0,49	31,0±0,51	2,68	<0,05
6	Чидамкор. вазифа	19,5±0,36	22,5±0,36	6,0	<0,01	29,0±0,51	31,0±0,49	2,82	<0,05
7	Куч йўналишида вазифа	20,5±0,37	22,6±0,36	4,0	<0,01	30,0±0,49	31,2±0,45	1,65	>0,05
8	Координция ва эгилув. вазифа	21,7±0,41	19,0±0,36	4,96	<0,01	31,7±0,04	27,9±0,04	6,72	<0,01
9	Гим-ка ва акробатика элементлари	10,8±0,12	8,8±0,13	11,4	<0,01	10,6±0,11	10,2±0,17	2,0	>0,05
10	Футбол ва бошқа сп.тур. техникасини ўрганиш	30,8±0,47	27±0,48	5,67	<0,01	47,5±0,51	45,4±0,51	2,77	>0,01
11	Ўйин ва ўйин вазифалари	23,2±0,32	20,3±0,35	6,13	<0,01	31,5±0,47	29,0±0,49	3,68	<0,01
12	Сп.ўйинлари	21,0±0,36	19,0±0,36	3,94	<0,01	31,5±0,46	29,0±0,45	3,90	<0,05
13	Мусобақа катнашиш.	10,2±0,13	10,0±0,14	1,03	>0,05	10,2±0,19	9,8±0,21	1,66	>0,05
14	Назарий тайёргар.	8,1±0,13	8,3±0,12		>0,05	8,1±0,21	8,3±0,15	0,78	>0,05
15	Жами соатлар	246±8,5	239±9,3	0,59	>0,05	347,7±6,2	343,6±6,8	0,44	>0,05

Бошланғич спорт такомиллашув босқичи, машғулот юкламаси катталикларини аниқлашда, юқори спорт маҳоратига нисбатан мақсадли йўналишдан келиб чиқиш лозим. Болалар ва ўсмирлар спортининг кўпгина мутахассисларининг фикрича, ҳисоб боши, юқори спорт натижаларининг биринчи фазаси бўлиши керак. Бу босқичда машғулот юклама ҳажми кўрсаткичлари, спорт усталари ҳажмига нисбатан 45-50% даражада бўлиши лозим.

Машғулот интенсивлиги, тор мутахассислик йўналишидаги машқлар ҳажмини бироз кўпайтириш ҳисобига ўсади. Ушбу жадваллар, бошланғич тайёргарлик гуруҳида 3 ўқув йилида 15та машғулот воситаларида саккизтасида иончли фарқланиш белгиланган. 1-ўқув йилида ўқув-машғулот гуруҳида эса фақат олти (p<0,05). Бу шундан далолат берадики, иккала гуруҳ томонидан машғулот юкламасининг умумий ҳажми бир хилда бажарилганда, парчал ҳажмининг қайта тақсимооти содир бўлган. “А” гуруҳ тезкор-куч йўналишида, координация ва эгилувчанлик, футболда ўйиннинг техник заҳираси, ҳамда ўйин вазифалари ва спорт ўйинларидан ташкил топган катта ҳажмдаги юкламани бажардилар. Бу бошланғич спорт мутахассислиги босқичида танланган мутахассисликка кўра техник маҳоратни орттиришга йўналтирилган махсус юкламалар ҳажми ошириш бошланганлиги ҳақида маълумот беради.

Таъкидлаб ўтилганидек, педагогик тажриба давомида ёш футболчиларнинг техник тайёргарлик кўрсаткичлари билан юқори корреляцияга эга аломатлар эмас, балки антропометрик тавсифлари ўлчанди.

Таdqиқотнинг морфологик услубиятларида, тотал (тана узунлиги ва оғирлиги) ва парциал ўлчамларни ажратиш қабул қилинган.

Бир текисликда жойлашган тана ўлчамларининг нисбатини пропорционал тавсиф, турли текисликдагини эса тана тузилишининг индекси деб аташ қабул қилинган.

Тана узунлиги нафақат ўсиш жараёнининг фаоллик кўрсаткичи, балки мактабгача ва кичик мактаб ёшидаги болаларнинг балоғат даражасини

аниқлайдиган асосий кўрсаткич ҳисобланади. Тана узунлиги – гавданинг алоҳида сигментларининг тебранувчи оддий кўрсаткичларидан ташкил топган муҳим кўрсаткич. Агар тана узунлигининг вариация коэффиценти катталиклари дефинитив ўлчамларга эришишда 3 дан 4%гача чегарада тебранса, демак сигментлар узунлигининг вариация коэффиценти анча юқори -6 дан 8%гача бўлади. Звено узунлиги қанчалик кам бўлса, вариация коэффиценти шунчалик юқори бўлади.

Тана узунлигини ва оғирлигини аниқ ўлчаб, турли соматик типдаги шахсларнинг жисмоний сифатларини тавсифловчи функционал кўрсаткичлари билан узвий боғлиқ бўлган бир қатор қизиқарли кўрсаткичларни олиш мумкин.

Тебраниш компонентлари, тест машқларида “зарурий катталик” ни башоратлашда қўлланилиши мумкин бўлган асосий кўрсаткичлардан бири ҳисобланади.

Жисмоний сифатларни фақат морфологик тизилмаларни такомиллаштириш орқали ривожлантириш мумкин. Функционал кўрсаткичларда морфологик тизилмаларни ўзгаришига сабаб бўлувчи ўзгаришлар йўқ. Ташкилий ишларнинг турли даражаларида ҳам тизилмаларда ўзгариш бўлиши мумкин. Икки йиллик педагогик тажрибалар давомида иккала гуруҳда ҳам (тажриба ва назорат) дастлабки ва якуний кўрсаткичлар бўйича t-мезонига мувофиқ таққасланди. Демак, иккала гуруҳда барча аломатлар бўйича ишончли фарқланиш содир бўлди. Бу шундан далолат берадики, ҳамма спортчилар меъёргади соматик балоғат даражасига эга ва ритердантлар ҳам, акселератлар ҳам кузатилмади. Тестлар қатори бўйича ишончли фарқланиш кузатилган спортчиларнинг жисмоний тайёргарлик даражасидан фарқли ўлароқ, антиропометрик тавсифлар бўйича улар бир текисда ривожланган.

ТАДҚИҚОТ НАТИЖАЛАРИ МУҲОКАМАСИ.

Педагогик тажриба натижалари шуни кўрсатадики, мавжуд лаёқат махсуслаштирилган машғулотлар жараёнида қобиятгача ўсди, эҳтимолдагилар ўрнига – долзарб қобият бўлиб шаклланди. Долзарб қобиятларнинг яққол намоён бўлишини, маълумки, истёдод сифатида таснифлаш мумкин. Мураббийлар фаолиятида истёдодларни излаб топиш энг мураккаб жарёндир. Агар ҳали ҳам бу изланишлар моҳиятан таҳминан олиб борилаётган бўлса (52), демак тўпланган далилий маълумотлар билан бирга унга бошқарилувчи илмий-асосланган тавсиф бериш имконияти туғилади.

Бу ерда, ишлаб чиқилган 10-12 ёшли футболчилар тайёргарлигини баҳолаш меъёрлари фойдали ва асосий аҳамиятга эга. Охириги пайтларгача кичик мактаб ёшидаги (кичик ёш чегараси 10 ёш) болалар билан иш олиб боришга лаёқат ва кўп йиллик футболчилар тайёргарлигини бошқариш асослари каби бундай меъёрий база бизнинг мамлакатимизда бўлмаган.

Спорт қобиятлари ташҳиси, асосан болаларда ўзининг якуний ечимидан узоқ бўлган жуда мураккаб муаммо назарда тутди. Бу ердаги асосий қийинчилик, анатомо-морфологик, морфофункционал ва асаб-рухий компонентларини ўз ичига олган тадқиқот мажмуасига заруриятдир (5). Бунда албатта ҳар бир спорт тури талабларидан келиб чиқиш лозим.

Танловнинг у ёки бу услубиятлари қўлланилиши мақсадга мувофиқлигини асослаш учун, ҳар бир боладан олинган натижалар ёрдамида 10-12 ёшли болаларнинг ҳаракат иқтидорини ташҳис натижаларини таққослаш зарур. Бундай верификация ҳар бири 20 кишидан иборат икки гуруҳ иштирок этган икки йиллик педагогик тажрибалар давомида амалга оширилди.

Аввало, танлов нуқтаий назаридан морфофункционал тавсиф мезонлари бўйича ёш футболчиларни ҳаракат иқтидорини баҳолаш каби бундай муҳим жиҳатга тўхталиб ўтиш лозим. Футбол ўйинини ўргатиш муваффақиятлари ва унга мойиллик орасидаги ўзаро боғлиқлиги кўрсатиб кетилган

муаллифларнинг алоҳида ишлари ҳам мавжуд. Иш давомида 10-12 ёшли болалар ёш тоифаси учун олинган параметрлар, ташхис учун қимматли ҳисобланади, чунки кичик мактаб ёшидаги болалар организмнинг ривожланиш фазаси шундайки, жисмоний ривожланиш темпини олдиндан аниқ айтиб бериш имконини беради. Бу ерда шуни ҳам таъкидлаб ўтиш жоизки, спортнинг ўйин турларига ўсмирларни танлаш учун тест модели каби, соматик балоғатни баҳолаш учун шкала ҳам, назорат машқлари ва ўтган тўрт йиллик тезкор танлов аломатларидан ташкил топган ва техник тайёргарлик интеграл кўрсаткичлари билан юқори корреляцион алоқага эга. Тадқиқотнинг бу лавҳасида бизнинг маълумотлар бошқа спорт турларида тадқиқот олиб борган бир қатор муаллифларнинг (22,28,30,34,38) хулосаларига тўғри келади.

Жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларини танланган комплексининг башоратлилигини аниқлаш учун педпгогик тажрибаларнинг якуний ўлчов натижаларига эътиборни қаратиш лозим. Тажриба ва назорат гуруҳлари орасида ишончли фарқланиш кузатилди. “А” гуруҳининг тест кўрсаткичлари анча юқори. Аниқланган натижалар, тажриба бошидаги каби ва охирида ҳам назорат гуруҳи тажриба гуруҳи каби бундай ҳажмдаги ташкилий ўйин амалиётига ва техник-тактик усулларни бажариш кўникмаларига ва эга эмас эдилар.

Ўйин мусобақалари, ҳар доим тезкор курашлар, тезкор қарор қабул қилиш ва ҳаракат тезлиги билан ажралиб туради. айнан шунинг учун тезкорликни турлича намоён бўлиши юқори даражада башоратлидир. Бу сифатнинг кузатилган юқори темпда ривожланиши ҳаракат қобилиятлари ривожлантиришнинг умумий қонуниятларини тасдиқлайди. 10-12 ёш ўсиш темпи анча юқори жиддий (сенситив) даврга киради (5,13,24,27,30). Бир вақтнинг ўзида, шу даврда тезкор-куч сифатлари, координация қобилиятлари, эгилувчанлик фаол ривожланади.

Бу далилларни, спорт истеъдоди намоён бўлиш вақти кескин чегараланганлигини ва албатта спорт учун аҳамиятли сифатларни ўз вақтида

ташҳислаш заруриятини тасдиқловчи ҳужжат қаторига киритиш мумкин. Шунинг учун, тадқиқотнинг координация қобиятларини очиш ҳамда ёш футболчилар координициясини аниқлашга йўналтирилган қисми алоҳида эътиборга лойиқ. Юқори даражадаги координация қобияти аввало, ҳаракатлар аниқлигини таъминлайди ва футболчиларнинг базавий қобиятларига киради (7,11,28,41). Координация қобиятлари жуда мураккаблиги билан ажралиб туради ва охиригача очилмаган тизилма ҳисобланади. Лекин кўпчилик, қўл эпчиллиги (“оёқлар” эпчилиги), даққатни жамлаш қобияти, муҳитда мўлжал олиш, ритм ва кинестетик дифференцияланиш каби омиллар ролини тан оладилар. Буларнинг барчаси “эпчиллик” жисмоний сифатга умумлашади, айрим ҳолларда психомотор сифатлар каби ҳам қабул қилинади. Шу ердан ташҳис услубиятларини танлаш билан боғлиқ қийинчиликни тушуниш мумкин. Ҳаракатларнинг тузилиш даражаси, ҳамда моториканинг яширин хусусиятларини намоён бўлиш заруриятларини аста-секин аниқлаш тавсия қилинади (46). Охиригилари ҳаммага осон ва махсус тайёргарликни талаб қилмайдиган вазифаларни бажаришда намоён бўлади.ёш футболчиларни координация қобиятларини ташҳис қилиш учун тестлар танлови айнан шунга асосланган.

Натижалар, ушбу тадқиқот вазифалари мувоффақиятли ечим топганлигига далил бўла олади. Координация қобиятларини танланган дифференциал намоён бўлиш мажмуаси, бу қобиятларни вужудга келиш механизмини аниқ акс эттирди.координация кўрсаткичларини махсус ҳаракат тайёргарлиги даражаси билан ўзвий боғлиқ ва унинг ўсиш темпи уларнибашорат мезонлари сифатида танлашга имкон берди.

Кутилганидек, тўп билан (жоглерлик, узатиш, зарбалар) айёрлик, эпчилликка қобият ва ҳаракатларни лаҳзада барча даражаларда тузиш (ҳаракатли ўйинлар шароитида ва футбол ўйинида бу қандай ўрин тутган бўлса) махсус эпчилликни тавсифловчи кўрсаткичлар анча аҳамиятли бўлди.

Юқорида баён этилганларни умумлаштириб қуйидаги ҳулосага келиш мумкин, тадқиқот натижалари кичик ёшдаги болаларни бирон-бир аниқ

спорт турига-футболга умумий ва турларга мўлжаллашнинг назарий асоси бўлди. Бу яна бир бора 10-12 ёшда спорт ўйиларига биринчи танловни амалга ошириш имкониятларини тасдиқлади.

Ўтказилган педагогик тажрибаларнинг мувоффақиятлилик мезони сифатида, навбатдаги ўқув йилида таълим олишга қабул учун қабул ва ўтиш меъёрлари қўлланилди. Тадқиқот натижалари, педагогик тажрибаларда ишлаб чиқилган ва асосланган танлов ва ёш футболчиларнинг истиқболларини башоратлаш услубиятини тасдиқлади. Демак, “А” гуруҳи спортчилари ўтиш меъёрларини 87,5%, “Б” гуруҳи эса – 62,7% бажардилар. Шунга ўхшаш натижалар мувоффақиятли деб тан олинishi мумкин ва бошқа бир қатор муаллифлар ишларида тасдиқланган (46,52,54,70).

Антропометриянинг морфофункционал хусусиятлари тадқиқоти бўйича шуни таъкидлаб ўтиш керакки, педагогик тажрибаларда қўлланилган сони чегараланган аломатлар узок тадқиқотлар давомида олинган ва уларнинг барчаси ёш футболчиларнинг техник тайёргарлигини интеграл кўрсаткичлари билан юқори корреляцияга эга. 8дан 16 ёшгача онтогенез ёш даврида тотал ва парциал тана ўлчамлари ва соматик балоғат аломатлари ўсишини батафсил ўлчаниши қуйидагиларни очиб берди:

Турли текисликда жойлашган тананинг мураккаб ўлчамлари синхрон тарзда кўпаяди. Бу асосан, ўсиш жараёнларини интенсивлигини таҳлил қилишда ёки бир йилда қўшилган узунлик кўрсаткичларида кузатилади. 16 ёшга яқинлашганда проксимал ва дистал звеноларда ўсиш интенсивлиги камаяди. Бўй кўрсаткичларида икки сакраш, бирдан ўзгариш аниқланди: 3дан 7 ёшгача тананинг юқори қисми жадал ўсади, 11дан 15 ёшгача тананинг пастки қисми.

Биз баён этган ўсиш жараёнлари қонуниятлари, мураббийлар учун фавқулотда зарур, чунки уларга кўра спорт билан шуғулланиш учун болани танлаш ва башоратлаш мумкин.

Биз олган маълумотларни, ёш футболчилар машғулот жараёнида қўлланилиши ишончли натижаларни беради ва спорт онтогенез босқичида спорт машғулоту тузилишига ўзгартиришлар киритиши мумкин.

Хулоса ўрнида шуни айтиб ўтиш керакки, спортнинг ўйин турларига танлов ва башоратни 8-9 ёшдан бошлаш мақсадга мувофиқ. Спорт мўлжали тизимида жалб қилинган болалар ёшини пасайтириш, танлов сифатини яхшилашга ва шу билан бирга ўқув-машғулот жараёнини самарадорлигини оширишга имкон берувчи ҳақиқий ютуқдир.

Шунинг учун, келажакда амалиётга тадбиқ этилиши мумкин бўлган натижалар, спорт селекциясининг умумий тизимида ҳали ҳам орқада қолган звенолар, яъни ўсмирларни бирламчи спорт танлови самарадорлигига ижобий таъсир кўрсатади.

ХУЛОСАЛАР

1. Футболчилар спорт махоратининг ўсиши, кўп жихатдан уларнинг жисмоний сифатларининг ривожланиш даражасига ҳамда махсус машғулотлар жараёнида шу сифатларнинг ўсиш темпига боғлиқдир.

Тадқиқотлар давомида, ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлиги нотекис ривожланиши аниқланди. Шундай шархлаш мумкин, барча жисмоний сифатлар даражаси машғулотларнинг биринчи бир ярим йилида катта даражада ўсади. Дастлабки маълумотлар ва бир ярим йиллик машғулотлардан кейинги ўлчовлар орасида ишончли фарқланиш ($P < 0,05$) кузатилди, кўрсатилган натижалар дастлабкидан юқори 2-13,5% чегарасида бўлди.

2. Менинг назаримда футбол мактаблари, ёш футболчилар танлов услубияти бўйича бир-биридан деярли фарқ қилмайди. Мактабга ёзилишга келганларга бирон-бир ўта талаблар қўйилмайди, асосан ўғил болалар ҳаракатчан, тезкор бўлса бас.

Менинг фикримча, ёш футболчилар танлови жуда кескин бўлмаслиги керак, аксинча ишочли ва эътиборли бўлиши зарур. Шунинг учун, агар мураббийнинг назари истеъдодли болага тушса, демак у албатта футбол мактабига қабул қилиниши керак.

3. Футбол машғулотларига, ўрта ёки ўртадан юқори бўй, пропорционал ривожланган тана шаклига эга бўлган болалар 9-11 ёшидан жал қилиниши лозим. Корреляция таҳлили, 4 йиллик машғулотдан кейин кўрсатилган техник тайёргарликнинг интеграл баҳоси билан ўзаро боғлиқ бўлган асосий антропометрик аломатларни аниқлади. Кўп ҳолларда, жисмоний ривожланиш кўрсаткичлари, техник тайёргарликнинг интеграл баҳоси билан аҳамиятли боғлиқликка эга бўлмайди. Аммо, спорт махорати ўсишини башорат қилиш мумкин бўлган бешта аломат (бўй, тана узунлигига бўлинган оёқлар узунлиги, болдир узунлигига бўлигансон узунлиги, мушак оғирлиги, ёғ оғирлиги) яққол аниқланди. Дастлабки корреляция даражаси $r = 0,346-0,534$ чегарасида, 1,5 йилдан кейин эса $r = 0,524-0,743$.

4. Соматик балоғатни баҳолаш асосида ёш футболчиларнинг биологик ривожланишини аниқлаш бўйича махсус шкалалар ишлаб чиқилди. Таҳлил аломатларининг ҳар бирдан спортчи 1дан 3гача балл тўплаши мумкин. Қўлланилган аломатлар сонига бўлинган баллар йиғиндиси, индивиднинг соматик балоғат даражаси ҳақида маълумот беради.

2-2,9 балл соматик балоғат диапозони ушбу ёшдаги спортчиларни меъёрга ривожланишига мос келади, 1-1,9 балл ривожланишдан кечикишни билдиради, 2,9 балл – ўзиб кетганлик ҳақида маълумот беради. Биз томондан текширилган барча спортчилар меъерий ривожланишга эга.

5. Спорт мактаблари ўқув-машғулот гуруҳларида шуғулланувчи ёш футболчиларнинг жисмоний тайёргарлиги бўйича назорат-ўтиш меъёрлари ишлаб чиқилди. Базавий катталиқ сифатида, 7х50м моқисмон югуриш, жойдан юқорига сакраш тестларида ўртача кўрсаткичлар қўлланилди. Назорат-ўтиш меъёрлари, 11-16 ёшли футболчиларнинг махсус ҳаракат қобиятларини истиқболли ва мақсадга мувофиқ ривожланганлигини баҳолашда педагогик назорат воситаси ҳисобланади.

Спорт мактабларининг ўқув-машғулот гуруҳлари ва спорт такомиллашув гуруҳларига биринчи ўқув йилига қабул учун ишлаб чиқилган қабул меъёрлари, келгусида футбол билан шуғулланиш учун самарали танлов ўтказишга ёрдам беради.

6. Ўтказилган педагогик тажриба натижаларига асосланиб шуни таъкидлаб ўтиш керакки, икки йиллик тажрибаларнинг иккинчи йилида махсуслаштирилган футбол машғулотлари таъсири остида ўтказилиши 9-11 ёшли болаларнинг асосий ҳаракат сифатларида позитив қўзғалишлар содир бўлишига олиб келди. Футбол билан шуғулланиш, ёш спортчиларни тезкорлик, тезкор-куч сифатлари ва техник тайёргарлик даражаси ошишида кўпроқ намоён бўладиган жисмоний тайёргарлигига ижобий таъсир кўрсатади.

Педагогик тажриба якунлари бўйича иккала гуруҳ (тажриба ва назорат) ҳам дастлабки даражага нисбатан ўсди, лекин уларни барча кўрсаткичлар

бўйича таққосланганда ишончли фарқланиш ($P < 0,05$) кузатилди, “Б” гуруҳга нисбатан “А” гуруҳда тест натижалари анча юқори.

7. Бошланғич спорт мутахассислиги босқичининг устунлик ғояси, умумий интенсивликни шакллантирмасдан машғулот юкламасининг барча параметрларини аста-секин кўпайтириш ҳисобланади. Машғулот юкламаси умумий ҳажмининг ўсиши, машғулотлар сонига ва унинг давомийлиги ҳисобига оширилади.

Тажрибаларнинг биринчи йилида иккала гуруҳ спортчилари 240саот, иккинчи йили – 340саот бажардилар. Машғулот юкламаси параметрлари катори бўйича ишончли фарқланиш ($P < 0,05$) аниқланди. “А” гуруҳи координация ва эгилувчанлик, футбол ўйини техник захираси ҳамда ўйин вазифалари ва спорт ўйинлари каби тезкор-куч йўналишидаги катта ҳажмдаги юкламаларни бажардилар. Бу футбол билан шуғулланиш учун спортчилар сони чегараланган танланган мутахассислик бўйича бошланғич техник маҳоратни эгаллаш ҳақидаги тезисни тасдиқлайди.

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

Истиқболли футболчилар танлови бўйича игларнинг услубий асоси куйидаги ҳолатлар бўлиши керак:

1. Спорт такомиллашув жараёнида организмга юқори талаб қўйиладиган бола саломатлигини ҳар томонлама ва чуқур ўрганиб чиқиш. 4 гуруҳ болалар ажратилади: а) соғлом; б) тўлиқ ҳажмда машғулоти ишларини бажаришга қодир, соғлигида камчилик ёки касаллик жиддий тус олмаган деярли соғлам; в) машғулотлардан четлатишни (қисқа ёки узоқ вақтга) талаб қилувчи касалликлар; г) умуман жисмоний юкламалар мумкин бўлмаган болалар.

Қатъиян мумкин бўлмаганлар, туғма ва орттирилган юрак хасталиклари; гипертоник касалликлар ва айрим иккиламчи гипертония формалари (невроген); кўпгина ЛОР патологияси шакллари; ўпка, суяк, бўғимлар туберкулези, бронхиал астма.

2. тадқиқотнинг педагогик, тиббий-биологик ва психологик услубиятлари қўлланилишига асосланган комплекс ёндошув. Педагогик тадқиқотлар давомида жисмоний сифатларининг дастлабки ва ривожланиш динамикаси, ҳамда бажарилган машғулоти ва мусобақа юкламалари параметрлари ва спорт техникасининг ўзлаштирилаш даражаси белгилаб бетилади. Биологик ишончлилик омиллари устидан тиббий психологик кузатув объекти, организмнинг барча функцияларини фаол мобиллашуви каби тикланиш реакцияларига фаол туртки берувчи, болаларда функционал ва ҳаракат иқтисоди ҳамда асаб тизими типи хусусиятларини аниқлашга асос бўлувчи ҳажмили жараёнларни башкариш тезлигини ўрганиш бўлиши керак.

3. Психологик услубиятлар ёрдамида, мусобақа ва оғир машғулоти шароитида спорт ишчанлик қобилиятини сақлаб қолиш имкониятлари ҳақидаги тассаввурга эга бўлишга имкон берувчи, куч ва асаб жараёнларининг мувозанати, талаб, мотивация, ирода сифатлари, руҳият қирраларининг тавсифи тадқиқ этилади.

4. Спорт танлови жараёнини, спорт машғулотлари билан бир вақтда кўп йиллар давомида ўтказиладиган болалар ёки ўсмирлар шахсини ҳар томонлама таҳлил қилиш каби тушуниш лозим.

5. танловда асосий эътибор болаларнинг футбол машғулотга бўлган наслий қобилиятларига қаратилади. Чунки кузатувлар натижаси, уларда яхши кўрсаткичлар мавжудлигини кўрсатди.

Тадқиқотда бажарилганлар, ёш футболчиларни спортга мўлжаллаш босқичида уларни спорт тайёргарлиги тизимида бирламчи танлов тизимларини такомиллаштиришга йўналтирилган амалий тавсияларни ифодалашга ёрдам берди.

1. Махсуслаштирилган футбол машғулотлари учун болалар танлови 9-10 ёшдан бошланиши керак. Бунинг учун ҳаракат иқтидори, асосий спорт учун аҳамиятли сифатларни, биринчи навбатда умумий ва махсус эпчиллик ва тезкорликни (унинг намоён бўлиши турларида) комплекс баҳолаш услубиятини қўллаш мақсадга мувофиқ.

2. Кичик мактаб ёшидаги болаларнинг ҳаракат иқтидорини комплекс баҳолаш 1,5 йил давомида амалга ошириб борилиши керак ва унга ўзаро алоқадор блокларга киритилади:

а) аҳамиятли аломатларнинг дастлабки ифодаланиш даражасини бирламчи баҳолаш;

б) камида олти ойда бир марта амалга ошириладиган шуғулланувчиларнинг индивидуал ўзлаштириш темпини динамик кузатиш;

в) мунтазам футбол машғулотлардан 18 ойдан кейин ўтказиладиган шуғулланувчилар истикболларини узул-кесил баҳолаш.

3. Ёш футболчиларни иқтидорини ташҳиси учун қўлланиладиган услубиятлар қуйидагиларни ўз ичига олиши лозим:

а) тўп билан ва тўпсиз ҳаракатли ўйинларда тартибли ҳаракатланиш, тўпни олиб юриш, тўхтатиш ва зарбалар каби бирламчи ўйин билимларининг даражаси ва ҳаракат сифатларини (тезкорлик, эпчиллик, куч ва чидамкорлик) ривожланиш даражасини спорт-педагогик тестлаш;

б) бирламчи ўйин билимлари, тўпли ва тўпсиз ҳаракатли ўйинларда тартибли ҳаракатланиш, тўпни олиб юриш, тўхтатиш ва зарбалар.

4. 10 ёшда спорт танлови, спортни ўйин турларига ўсмирлар танлови соматик балоғатни баҳолаш учун шкалаларни қўллаш билан, тест моделига мувофиқ ўтказилиши керак.

5. 9-10 ёшли болалар билан мунтазам футбол машғулотлари даврида бирламчи текширувлардан сўнг танлоб олинганлар билан индивидуал ўзлаштириш темпини динамик кузатувини ўтказиш мақсафга мувофиқ. Ёш футболчиларда спорт учун аҳамиятли сифатларни ривожланиш динамикасини ҳисобга олиш, ўқув-машғулот жараёни тузилишига индивидуал ёндошиш ҳамда ҳар бир спортчининг алоҳида сифатларини ривожланиш даражасидн келиб чиқиб, унга тузатишлар киритиш имкониятини беради. Шу мақсадда тўлиқ дастур асосида мунтазам такрорий текширувлар ўтказилади. Бунда назоратдаги кўрсаткичлардан ҳар бири бўйича ўсиш катталиги аниқланади ва махсус тайёргарликни индивидуал эгри ўсиш темпи тузилади. Бу кўрсаткичлар келажакда иқтидорнинг учта энг муҳим мезонларига айланади: дастлабки даража, якуний даража, ўсиш темпи. Албатта дастлабки даражага нисбатан ўсиш темпи юқори бўлган болаларга эътиборни қаратиш лозим.

6. Юқори истеъдод даражасини кўрсата олмаган болалар, бошқа спорт секцияларига киришлари учун тавсия қилинишлар керак. Бундай баҳони иложи борида 18 ойлик машғулотлардан сўнг бериш мумкин. Ўзлаштириш темпи орқада қолаётган болаларга, уларнинг индивидуал тайёргарлигидан келиб чиқиб, бошқа спорт турлари билан шуғулланиш учун аниқ тавсиялар берилиши лозим.

Амалий тавсияларда, 9-12 ёшли спортчилар учун машғулот ва мусабакка юклама ҳажми назарда тутилган. Бошланғич тайёргарлик гуруҳларида биринчи ўқув йили машғулотларини УЖТ дастури бўйича ўтказиш тавсия қилинади (18-жадвал).

**Спорт мактаблари учун машғулот ва мусобақа юкламаларининг
тавсия қилинган ҳажми (соатларда)**

№	Машғулот воситалари	Бошланғич тайёр. гуруҳи		Ўқув- машғул. гуруҳи
		2-йил	3-йил	1-йил
1.	Секин югуриш ва унинг турлари	14	14	20
2.	Умум ривожлантирувчи машқлар	14	14	20
3.	20-50м бўлакка тезланиш	14	14	20
4.	Тезкорлик йўналишидаги вазифа	20	20	30
5.	Тезкор-куч йўналишидаги вазифа	20	20	30
6.	Чидамкорликка вазифа	20	20	30
7.	Куч йўналишидаги вазифа	20	20	30
8.	Координация ва эгилувчанликка вазифа	20	20	30
9.	Гимнастика ва акробатика элементлари	10	10	10
10.	Футбол ва бошқа сп.турлари техникасини ўрганиш	30	30	40
11.	Ўйин ва ўйин машқлари	20	20	30
12.	Спорт ўйинлари	20	20	30
13.	Мусобақаларда иштирок этиш	10	10	10
14.	Назарий тайёргарлик	8	8	8
15.	Жами соатлар:	240	240	340

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Абдулкадыров А.А. Соотношение физической и технической подготовки футболистов 11-14 лет на этапе начальной специализации: Автореф.дис.канд.пед.наук. - Л., 1985. - 20с.
2. Акрамов Р.И. Исследование методов отбора перспективных юных футболистов: Автореф.дис... канд.пед.наук. -М., 1977. - 29с.
3. Архипов В.Н., Мурга И.А. Система оценки одаренных спортсменов-легкоатлетов, специализирующихся в беге на средние дистанции.//Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке. - Киев, 1990. -СП 1-117.
4. Айрапетянц Л.Р. Педагогические основы педагогического контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: Автореф.дис.докт.пед.наук. - М., 1992. - 42с.
5. Айрапетянц Л.Р., Годик М.А. Спортивные игры (техника, тактика, тренировка). - Т.: Изд-во Ибн-Сины, 1991. - 156с.
6. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192с.
7. Бальсевич В.К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление физического воспитания и спорта для всех//Теория и практика физической культуры. - 1993. - №4. - С.21-22.
8. Бакатов В.Ю. Отбор в юношеские легкоатлетические метания по морфофункциональным признакам и показателям двигательных способностей: Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1982. - 24 с.
9. Бауэр В.Г., Никитушкин В.Г., Филин В.П. Организационные и научно-методические перспективы развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1996. - №2. - с.28-32.
10. Благуш ПК. К теории тестирования двигательных способностей. -М: Физкультура и спорт, 1982. - 168с.

11. Беляков А.К. Структура и содержание подготовительного периода футбольных команд: Автореф.дис...канд.пед.наук. - М, 1986. - 22с.
12. Блинков С.Н. Индивидуализация физического воспитания школьников 12-14 лет на основе учета структуры моторики. Автореф.дис...канд.пед.наук. - М., 2000 - 24с.
13. Бриль М.С., Филин В.П. Перспективы совершенствования системы отбора юных спортсменов//Теор.и практ.физич.культ. - 1982. - №8. - С.30-32.
14. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: Физкультура и спорт, 1990. - 127с.
15. Вакис Леонард Э.П. Индивидуализация технико-тактической подготовки юных футболистов 16-17 лет: Автореф.дис.канд.пед.наук. - Л., 1983.-25с.
16. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков. - Киев: Здоров'я, 1981 - 140с.
17. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. - М.: Физкультура и спорт. 1983.- 176с.
18. Воронов Ю.С. Психофизические показатели как критерии отбора детей 9-14 лет для спортивного ориентирования: Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1997 - 25с.
19. Годик М.А., Чкауски АН., Гукасов А.А., Бойченко Б.Ф. Отбор юных футболистов на этапе начальной подготовки//Футбол:Ежегодник. - М., 1986. - С.40-44.
20. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт. 1988. - 192с.
21. Губа В.П. Возрастные основы формирования спортивных умений у детей в связи с начальной ориентацией в различные виды спорта:Автореф.дис.докт.пед.наук, 1997. - 50с.
22. Губа В.П., Никитушкин В.Г., Квашук П.В. Индивидуальные особенности юных спортсменов. - Смоленск, 1997 - 219с.

23. Губа В.П., Вольф М., Никитушкин В.Г. Современные проблемы ранней спортивной ориентации. - М.: ИКА. 1998 - 68с.
24. Гужаловский А.А. Проблемы теории спортивного отбора//Теория и практика физической культуры. - 1986. - №8 - С.24-25.
25. Джанузаков К.Ч. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса футболистов 16-17 лет на основе педагогического контроля: - Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1982 - 26с.
26. Дит Н. Специальная тренировка юных футболистов / Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1997. - №2 - С.23-26.
27. Дорохов Р.Н., Губа В.П. Морфобиомеханическая оценка юного спортсмена: Учебное пособие. - Смоленск, 1995. - 100с.
28. Дорохов Р.Н., Губа В.П., Петрухин В.Г. Методика раннего отбора и ориентации в спорте. - Смоленск, 1994. - 82с.
29. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: - Автореф.дис...докт.пед.наук. -М., 1981. -48с.
30. Задиран С.Н. Воздействие соревновательных нагрузок на организм юных футболистов 16-17 лет в годичном цикле тренировки: Автореф.дис...канд.пед.наук. - Санкт-Петербург, 1992. - 22с.
31. Запорожанов В.А., Сахновский К.П., Кузьмин А.И. Методика оценки перспективности спортсменов в условиях центра отбора//Теория и практика физической культуры. - 1990 - №4. - С.27-29.
32. Зеленцов А.М., Лобановский ВВ. Моделирование тренировки в футболе. - Киев: Здоров'я, 1985. - 134с.
33. Золотарев А.П. Структура соревновательной деятельности юных футболистов//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1997.-№1 -С.38-40.
34. Имманалиев Т.Т. Сопряженная физическая и технико-тактическая подготовка футболистов на этапе спортивного совершенствования: -Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1993. - 24с.

35. Клесов И.А. Индивидуализация технико-тактической подготовки футболистов на этапе углубленной специализации с учетом особенностей личности: - Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1991. - 24с.

36. Ковалев В.В. Соотношение тренировочных нагрузок у футболистов с различным биологическим возрастом: Автореф. дис.канд.пед.наук. - М., 1986. - 26с.

37. Лалаков ГС. Структура и содержание тренировочных нагрузок на различных этапах многолетней подготовки футболистов: Автореф.дис.докт.пед.наук. - Омск, 1998. - 54с.

38. Лалаков ГС. Определение целесообразных объемов тренировочных нагрузок, направленных на развитие специальной выносливости футболистов 13-15 лет//Научные труды: Ежегодник. - Омск, 1997.-С.19-28.

39. Лаптев А.П. Возрастные особенности юных футболистов/ Юный футболист: Учебное пособие для тренеров. - М.: Физкультура и спорт. 1983. - С.14-28.

40. Луис Герандо Мело Бетанкоурт. Использование комплексных средств и методов скоростно-силовой подготовки юных футболистов: - Автореф.дис ...канд.пед.наук. - М., 1996. -24с.

41. Макаренко В.Г. Управление физической подготовленностью юных футболистов на основе модельных характеристик: Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1983. - 23с.

42. Максименко Г.Н. Научно-методические основы системы подготовки спортсменов, специализирующихся в легкой атлетике и спортивных играх на этапе углубленной тренировки. Дис. на соис.учен.степени доктора пед.наук в виде научного доклада. - М., 1996. -64с.

43. Масальгин Н.А. Математико-статистические методы в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1974. - 151с.

44. Мусралиев К.И. Соотношение специфических и неспецифических средств подготовки при повышении выносливости юных

футболистов. Автореф.дис.канд.пед.наук. 1984 - 20с.

45. Набатникова М.Я. О критериях оптимальности в подготовке юных спортсменов/Особенности построения тренировки юных спортсменов: Сб.научных трудов ВНИИФК. - М., 1983. - СМ-21.

46. Невмянов Н.А. Специальная подготовка футболистов 15-16 лет с учетом координационной сложности нагрузок. Автореф.дис.канд.пед.наук. М., 1998-26с.

47. Невмянов Н.А. Оценка и совершенствование помехоустойчивости технико-тактических действий юных футболистов//Теор. и пр. физич. культ. 1998, №7 - С.7-9.

48. Никитушкин В.Г. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов. М., 1996. - 98с.

49. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. - М.: ИКА, 1998 - 290с.

50. Николаенко В.В. Построение учебно-тренировочных программ, направленных на развитие физических качеств юных футболистов СДЮШОР: Автореф.дис... канд. пед. наук. - Киев, 1989 - 22с.

51. Нистратов Е.Д. Функциональная подготовленность юных футболистов 15-16 лет в годичном цикле/ Теория и практика физич.культ. 2000, №5-С.37-41.

52. Озеров В.А. Сочетание непрерывного и интервального методов тренировки как фактор управления физической подготовкой футболистов высокой квалификации. Автореф.дис...канд.пед.наук. М., 1990 - 24с.

53. Основы управления подготовкой юных спортсменов/Под общ.ред.М.Н.Набаткиной. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 280с.

54. Петухов А.В. Методика формирования индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов: Автореф.дис.канд.пед.наук. -М., 1990.-22с.

55. Платонов В.Н., Запорожанов В.А. Теоретические аспекты отбора

в современном спорте/ Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке. - Киев, 1990. - С.5-16.

56. Полишкис М.С, Клесов И.А. Совершенствование технико-тактической подготовки юных футболистов с учетом МХ личностных особенностей//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996, №2-44с.

57. Полишкис М.С, Дашкевич О.В., Клесов И.А. Личностные факторы эффективности и надежности соревновательной деятельности юных футболистов//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 1998,№2-С.47-50.

58. Родионов А.В. Ведущие факторы спорта высших достижений в игровых видах спорта//Тенденции развития спорта высших достижений. - М., 1993.-С.144-160.

59. Система подготовки спортивного резерва (под общ.ред. В.Г.Никитушкина). М., 1994. - 320с.

60. Соколик И.Ю. Современные проблемы отбора и диагностики спортивной одаренности. Минск, 1998. -1 Юс.

61. Спортивная метрология. Учебник для ин-ов физкультуры/Под ред. В.М.Зациорского, 1982 - 256с.

62. Сучилин А.А. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола: Дис.докт.пед.наук в виде научного доклада. - Волгоград, 1997. - 74с.

63. Сычев Б.В. Исследование техники крученых ударов по мячу в футболе: Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., - 1995. - 24с.

64. Тюленьков СЮ, Губа В. П., Прохоров А. В. Теоретико-методические аспекты управления подготовкой футболистов. - Смоленск, 1997.- 116с.

65. Тюленьков С.Ю. Теоретико-методические аспекты управления подготовкой высококвалифицированных футболистов: Автореф. дис... докт. пед.наук. - М., 1996. - 44с.

66. Тюленьков С.Ю., Барамидзе А.М. Становление и развитие научных исследований в области футбола//Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта 60 лет/Сборник научных трудов. - М., 1993. - С.375-377.

67. Федоров А.А. Структура тренировочного процесса футболистов 16-17 лет в условиях крайнего севера. Автореф.дис...канд.пед.наук. - М., 1995 -22с.

68. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. - М., Физкультура и спорт. 1974 - 232с.

69. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. М., Физкультура и спорт, 1987, 130с.

70. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. - М.: Физкультура и спорт. 1980. - 255с.

71. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной деятельности. - М.: Физкультура и спорт. 1991. - 224с.

72. Футбол: Поурочная программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования ДЮСШ и СДЮШОР /Под общ.ред. С.И.Андреева, М.С.Полишкис, Н.М.Люкшинова, В.Н.Шамардина. -М., 1986.- 261с.

73. Футбол: Поурочная программа для учебно-тренировочных групп 1-го и 2-го годов обучения ДЮСШ и СДЮШОР / Разработана А.А.Сучименным, С.И.Андреевым, Ю.Ф.Буйлиным и др. - М., 1985. - 116с.

74. Чебан МВ. Рациональное построение тренировочного этапа скоростно-силовой направленности в соревновательном периоде подготовки футболистов высокой квалификации: Автореф.дис.канд.пед.наук. - М., 1993. -24с.

75. Чоговадзе А.В., Круглый М.М. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте. - М.: Медицина, 1977. - 176с.

76. Чулибаев Д.В. Тренировочные микроциклы скоростно-силовой направленности в подготовке юных футболистов. Автореф.дис.канд.пед.

наук. М., 1987-25с.

77. Шамардин АИ. Технология оптимизации функциональной подготовленности футболистов. Автореф.дис.докт.пед.наук. М., 2000 - 50с.

78. Шварц В.Б., Хрущев СВ. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора. - М.: Физкультура и спорт. 1984. -1552 с.

79. Шестаков М.М. Индивидуализация тренировочного процесса в командных спортивных играх: Автореф.дис.докт.пед.наук. - М., 1992. - 44с.

80. Шустин Б.Н. Моделирование в спорте (теоретические основы и практическая реализация): Дис.докт. пед. Наук в виде научного доклада. - М., 1995.

81. Яружный Н.В. Структура и контроль физической работоспособности в командных спортивных играх: Автореф.дис.докт.пед.наук. - М., 1992. - 52с.