

ТАФАККУР ВА ТАЛҚИН

*(Магистратура талабаларининг
мақолалари тўплами)*

**“ФАОЛ ТАДБИРКОРЛИК, ИННОВАЦИОН ҒОЯЛАР
ВА ТЕХНОЛОГИЯЛАРНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШ”
ЙИЛИГА БАҒИШЛАНАДИ**



Бухоро - 2018

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА
МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

**“ФАОЛ ТАДБИРКОРЛИК, ИННОВАЦИОН ҒОЯЛАР ВА
ТЕХНОЛОГИЯЛАРНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШ”
ЙИЛИГА БАҒИШЛАНАДИ**

ТАФАККУР ВА ТАЛҚИН

**(Магистратура талабаларининг
мақолалар тўплами)**

**“Дурдона” нашриёти
Бухоро, 2018**

Т.Я Амонов – БухДУ магистранти
**ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ МАХСУС ВА ТЕХНИК
ТАЙЁРЛАШ ЙЎЛЛАРИ**

Мамлакатимиз раҳбарияти шахсан биринчи Президентимиз томонидан Республикаимизда футбол спортини ривожлантириш бўйича кўплаб тadbирлар олиб борилмоқда. Хар бир вилоят ва туманларда футбол мактаблари ва футбол лицейлари фаолият олиб бормоқда. Спорт коллежларида футбол бўйича юқори малакали спортчилар ва мураббийлар тайёрланмоқда. Футбол спорти ёшларни жисмоний баркамол қилиб тарбияловчи спорт машғулотларининг бир шакли бўлиб хисобланади.

Тарихга назар ташласак футбол спорти қадимги Англия мамлакагида вужудга келиб халқнинг оммавий спорт беллашувчи шаклида пайдо бўлган. Хар бир йигит футбол билан севиб шуғулланган кенг далаларда жамоа бўлиб тўп сурганлар. Эрамизнинг 18-асрига келиб футбол спорт тури бўлиб шаклланди ва унга зарурий коида ва талаблар киритилди. Бу талаблар хозиргача қўлланиб келмоқда. Футбол ўйини учун аниқ бир хажмга эга бўлган текис майдон бўлиши, қарама-қарши қўйилган иккита дарвоза ўрнатилиши керак. Футбол ўйинида икки жамоа белгиланган ўйинчилар сони бўйича беллашув олиб борадилар. Футбол ўйини икки таймдан иборат бўлиб, улар оралигида танаффус бўлади. Футбол ўйинини майдондаги хакам, ёнбошдаги хакамлар ҳамда кузатувчи хакамлар бошқариб боради.

Бутун дунё халқаро футбол жамияти FIFA федерацияси талаблари бўйича хозирги кунда футбол ўйинининг янги коидалари ва қонунлари ишлаб чиқилган. Хар бир даражадаги ва миқёсидаги футбол мусобақалари шу қарор ва қонун асослари бўйича ташкил этилади. Футболчиларни юқори малакали спортчи бўлиб етиштишларида уларнинг махсус тайёргарликлари муҳим аҳамиятга эга. Футболчиларни мусобақаларда муваффақиятларга эриштишларида умумий ва махсус спорт тайёргарликлар жараёнлари ташкил этилади. Футболчиларни умумий спорт тайёргарликларига уларнинг футбол бўйича назарий, хакамлик тайёргарликлари, спортчи сифатида ахлоқий ва эстетик фазилатларни шакллантириш кўзда тутилади. Футболчининг махсус тайёргарликларига эса футбол техникаси ва тактикасини чуқур эгаллаш, шунингдек футболчиға хос бўлган жисмоний фазилатлар куч, чидамлилиқ, тезкорлик, чаққонлик ва эгилувчанлик сифатларини ривожлантириб бориш тушунилади.

Ёш футболчиларнинг тайёргарликларида махсус спорт тайёргарликлари муҳим аҳамиятга эга бўлиб хисобланади. Ёш футболчиларнинг махсус спорт тайёргарликлари спорт тренировкасини тайёрлов даврида ташкил этилади. Бу даврда ўйинчилар ўз вазифаларига мувофиқ футбол харакатларининг техникаси хисобланган тўп узатиш, тўп

қабул қилиш, тўпни бош билан ва гавда билан қабул қилиш, тўп билан ҳаракатлар, тўпсиз ҳаракатларни ўзлаштириб такомиллаштириб борилади. Футболда ўйинчилар марказий ҳужумчи, қанот ҳужумчилари, марказий ярим ҳимоячи, қанот ярим ҳимоячилари, ҳимоячилар ҳамда дарвозабон вазибаларига бўлинади.

Махсус тайёргарлик жараёнларида ёш футболчиларнинг тактик тайёргарлик машғулотларига ҳам катта эътибор қаратилади. Бунда футболчиларнинг тактик маҳорати ҳисобланган ўйин давомидаги ҳаракатланиш, ўйинни ташкил эта олиш, ўйинни бошқариш, муваффақиятли ҳужумлар ташкил этиш, муваффақиятли ҳимоялар уюштириш малакалари шакллантирилади. Буларга тезкор ҳужум, йўналишдаги ҳужум, якка гуруҳ ҳужумлари, якка ва гуруҳ ҳимоялари, прессинг, зонадаги ҳимояларни киритиш мумкин. Шунингдек якка тактик ҳаракатларга алдов, сохта ҳаракатлар, имитация, разведка, финт усулларини ҳам киритиш мумкин.

Ёш футболчиларнинг махсус тайёргарликларини яна бир шакли ҳисобланган жисмоний тайёргарликда ўйинчининг вазибаси ҳамда жисмоний қобилиятига мувофиқ жисмоний тайёргарлик машқлари бажарилади. Умумий жисмоний тайёргарлик машғулотларида қисқа ва узоқ масофага югуришлар, моксиимон югуриш, кросс машқлари, оғир юклар ва тош кўтариш, атлетизм ҳамда тренажёрларда машқлар, сузиш ва акробатика машқларини ўтказиш мумкин.

Техник маҳоратларни такомиллаштиришда футбол ўйини ҳаракатларини мукамал ўрганиш бўйича махсус ва ёрдамчи машқлар бажарилади. Бунда тўплар билан ҳаракатлар, тўпни бошқара олиш, тўпни белгиланган жойга узатиш, тўпга зарба бериш, тўпни майдон четидан ва майдон бурчагидан ўнгга киритиш малака ва кўникмалари шакллантирилиб такомиллаштириб борилади. Тактик маҳоратларни ортиришда икки томонлама ўйинлар ташкил этилади. Хар бир ўйинчи майдонда хар хил вазибани бажариб ўзининг жисмоний қобилият ва жисмоний юклама даражаларини баҳолаб боради. Шунингдек, ҳаракатларда бўлган хатолар ва ноаниқликларни бартараф этиш учун кўрсатма ва тавсияларни бажарадилар. Умумий жисмоний тайёргарлик машғулотлари хар тренировка циклининг якунида яъни хафта охирида ўтказилади. Шунингдек бу кунларда тикланиш тадбирлари ташкил этилиши мумкин. Бунда сауна қабул қилиш, сузиш, табиат кўйнига сайллар ўтказилади.

Юкорида кўрсатилганидек техник ва тактик маҳоратларни ортариш жисмоний фазилатларни такомиллаштириш тренировка даврларининг тайёрлов даврида ташкил этилади. Тренировка машғулотларининг тайёрлов даврида мусобакаларга маълум бир муддат қолганда техник-тактик ва жисмоний тайёргарликни такомиллаштириш учун қулай шарт-шароитлар яратилади. Бундай тайёргарлик машғулотлари кўп ҳолда табиат

қўйнида ўқув йўғин машғулоти шаклида олиб борилади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Годик М.А., Скоморохов Л.И. Факторная структура специальной подготовленности футболистов // Теория и практика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1981. - №7, с. 14-16.
2. Граевская Д., Шафеева М.Г. Врачебные наблюдения над футболистами. – М., 1992, №2, с.25-36.
3. Джус О.Н. Развитие скорости у футболистов. // Тезисы докладов науч.конфер. – Киев, 1966, с.105-106.
4. Джус О.Н., Штелен А.А. Об управлении развитием скоростных способностей у юных футболистов. – В кн.: Тезиси республиканской научно-практической конференции по проблемам детско-юношеского футбола. Фрунзе, 1980, с. 5-8.
5. Левин В.С. Комплексная характеристика динамики подготовленности футболистов высшей квалификации: Автореф.дис. ...канд.пед.наук.- Малаховка, 1983, - 21 с.
6. Левчук В.И. Исследования быстроты у футболистов. // Тезисы докл. – Львов, 1996, с.81-82.
7. Лопачев Ю.Н. Мальчишкам о футболе. – Т.: Медицина, 1989, с.57-58.

Т.Я Амонов – БухДУ магистранти ФУТБОЛ ҲАМ ҲАРАКАТЛАР ТАКТИКАСИ ВА УЛАРНИ ТАКОМИЛАШТИРИШ АСОСЛАРИ

Тактика деганда ўйинчиларнинг рақиб устидан ғалаба қозонишга қаратилган шахсий ва коллектив ҳаракатларини ташкил қилиши, яъни жамоа футболчиларининг муайян режага биноан айнан шу, конкрет рақиб билан муваффақиятли кураш олиб боришга имкон берадиган биргаликдаги ҳаракатларини тушуниш керак.

Тактикадаги асосий вазифа ҳужум ва ҳимоя ҳаракатларининг мақсадга эриштира оладиган энг қулай восита, усул ва шакллари белгилашдан иборатдир. Қандай тактикани танлаш ҳар бир алоҳида ҳолда жамоа олдида турган вазифаларга, кучлар нисбати ва ўйинчиларнинг ўзаро курашувчи гуруҳларига, майдоннинг аҳолига, иқлим шароити ва ҳаказоларга боғлиқ. Футбол тактикасининг классификацияси берилган. Футбол матчи кўп марталаб ҳужумдан ҳимояга ва ҳимоядан ҳужумга ўтишдан иборат бўлгани учун ҳам, табиийки, ҳар қайси жамоанинг ҳужум ва ҳимоя ҳаракатлари уюшган бўлиши керак.

Тактика учрашув вақтида бутун ўйин фаолиятининг асосий мазмуни ҳисобланади. Конкрет рақибга қарши туғри танланган кураш тактикаси муваффақият қозонишга ёрдам беради, нотўғри танланган ёки учрашув мобайнида асқатмаган тактика эса одатда мағлубиятга олиб келади.

МУНДАРИЖА

т/р	Муаллиф Ф.И.Ш.	Мақола номи	Бет
	А.А. Тўлаганов	Сўзбоши	3
1.	О.Абдуллаева	Бухоро воҳасида сугориладиган тупроқларнинг шурланиш ҳолати ва шур ювиш усуллари ҳамда муддатлари	5
2.	Х.Х. Абдуллаев, Р.Р. Ибрагимов	Автоматическая управления процессом очистки биогаза	8
3.	Г.Акрамов, Г.Н. Ergasheva	Ingliz va o'zbek tillarida frazeologik birliklarning ifodalanish usullari	11
4.	Т.Я Амонов	Еш футболчиларнинг махсус ва техник тайёрлаш йуллари	14
5.	Т.Я Амонов	Футбол ўйинидаги асосий ҳаракатлар тактикаси ва уларни такомиллаштириш асослари	16
6.	У.Н. Арабов, J. Jumayev	Aholining ijtimoiy-iqtisodiy monitoring tizimini yaratishda boshlang'ich ma'lumotlar	18
7.	Н.Х. Аслапова	Бошлангич синф математика дарсларида интерфаол усуллардан фойдаланишнинг афзалликлари	22
8.	D.D. Atoyev	Integrallarni taqribiy hisoblashda kvadratur formulalar.	25
9.	З. Ахмедова, Ш. Рустамов	Психологик маълумотларни қайта ишлашда Spss дастуридан фойдаланиш услуги	27
10.	N.Axtamova, M.Muhammadova	Aleksandr Dyumaning "Graf Monte Kristo" asarida ekspozitsiyaning badiiy ahamiyati	31
11.	Н.Ахтамова	Тема психологии в произведении «Граф Монте-Кристо» Александра Дюма	34
12.	N.Axtamova, M.Muhammadova	O'tkir Hoshimovning "Ikki eshik orasi" asarida folklorning o'rni	37
13.	O.Sh. Ahmadov	XIX asr Buxoro taraqqiyparvari Ahmad Donish tarbiya haqida	39
14.	З.Х. Бафаева, О.Я. Абдуллаева	Бухоро воҳаси сугориладиган тупроқларини биологик азот билан бойитиш масалалари	42
15.	Z.Kh.Bafayeva, M.B.Djurayeva	General physical properties, soil permeability the irrigated pasturable alluvial soils in territory of the Bukhara oasis	45
16.	В.В. Bahronov	Qadimgi Ossuriya va qadimgi Hindiston davlatlarida qulchilik: qiyosiy tahlil	48
17.	М.Н. Бобоева	Интеграл операторли матрицанинг нуқтали спектри ҳақида	50
18.	N.J. Bobojonova	The main peculiarities of denotation and	52