



15–16 yoshli futbolchilarni texnik-taktik tayyorgarligini samarali tashkil etish

Allambergenov Aydos Alauatdinovich

Futbol treneri

Annotatsiya

Ushbu maqolada 15–16 yoshli futbolchilarni texnik-taktik tayyorgarligini shakllantirishning ilmiy asoslari, o'quv-mashg'ulot jarayonini tashkil etishning zamonaviy usullari hamda sportchilarning o'yin faoliyatini tahlil qilish natijalari yoritilgan. Yosh futbolchilarning jismoniy rivojlanish bosqichlariga mos tarzda texnik va taktik ko'nikmalarni rivojlantirishda individual yondashuv, mashg'ulot yuklamalarini to'g'ri rejalashtirish va o'yin sharoitiga yaqin modellashtirilgan mashqlar qo'llashning samaradorligi ilmiy asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: futbol, texnik-taktik tayyorgarlik, mashg'ulot jarayoni, yosh futbolchilar, sport pedagogikasi, o'yin metodikasi.

Kirish

Futbol bugungi kunda nafaqat ommaviy sport turi, balki yoshlarning jismoniy, aqliy va irodaviy sifatlarini shakllantirishda muhim pedagogik vosita sifatida qaraladi. Ayniqsa, 15–16 yosh oralig'i futbolchilarni sport mahorati shakllanadigan eng muhim davr hisoblanadi.

Bu bosqichda o'yinchilarda koordinatsion harakatlar, reaksiya tezligi, fikrlash moslashuvchanligi va taktik tafakkurintensiv rivojlanadi. Shu boisdan, murabbiylar texnik-taktik tayyorgarlikni samarali tashkil etishda yoshning fiziologik va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ilmiy asoslangan metodlarni qo'llashlari zarur.

Maqolaning maqsadi – 15–16 yoshli futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantirishning eng samarali usullarini aniqlash, mashg'ulot jarayonini optimallashtirish va o'yin faoliyatini tahlil qilish asosida ilmiy xulosalar berishdan iborat.

Metodologiya

Tadqiqot Toshkent shahridagi sport maktabi bazasida 15–16 yoshli 24 nafar futbolchi ishtirokida o'tkazildi. Tadqiqot 3 bosqichda amalga oshirildi:

Diagnostika bosqichi: futbolchilarning texnik (to'pni boshqarish, uzatish, zarba berish, dribling) va taktik (joy tanlash, pressing, kombinatsiya o'yinlari) ko'rsatkichlari dastlabki tahlil qilindi.



Tajriba bosqichi: mashg'ulotlar jarayonida turli metodik yondashuvlar qo'llandi:

Modellashtirilgan o'yin mashqlari;

“Kichik o'yin maydonchasi” usuli (3x3, 5x5 o'yinlar);

Taktik vaziyatli mashqlar (pozitsion hujum, qarshi hujum, mudofaa zonalari bo'yicha harakat);

Natijalarni tahlil bosqichi: 8 haftalik mashg'ulotlar yakunida o'yinchi ko'rsatkichlari qayta baholandi.

Tadqiqotda quyidagi metodlar qo'llanildi:

Kuzatish va videodasturiy tahlil (o'yin davomida texnik harakatlar soni va aniqligini baholash);

Statistik tahlil (o'rtacha ko'rsatkichlar, foizli o'sish);

So'rovnoma (murabbiy va futbolchilar fikrlari);

Eksperimental metod (yangi mashg'ulot tizimini joriy etish va natijalarni solishtirish).

Mazkur tadqiqotning metodologik asosini sport pedagogikasi, jismoniy tarbiya nazariyasi hamda futbol o'qitish metodikasiga oid ilmiy manbalar tashkil etadi.

Tadqiqot 15–16 yoshli futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini samarali tashkil etish masalasiga bag'ishlangan bo'lib, unda quyidagi yondashuvlar qo'llanildi:

1. Nazariy-tahliliy metod

Tadqiqotning boshlang'ich bosqichida futbolchilarni tayyorlash jarayoniga oid ilmiy, metodik va amaliy adabiyotlar o'rganildi. Jumladan, UEFA va FIFA metodik qo'llanmalari, O'zbekiston Jismoniy tarbiya va sport vazirligi tomonidan tavsiya etilgan dasturlar tahlil qilindi.

Bu metod yordamida texnik-taktik tayyorgarlikni rivojlantirishda foydalaniladigan vositalar, mashg'ulot tuzilmasi va yosh xususiyatlariga mos yuklama me'yorlari tizimlashtirildi.

2. Pedagogik kuzatish metodi

Tajriba davomida 15–16 yoshli futbolchilarning mashg'ulot jarayonlari bevosita kuzatildi. Kuzatuvlar mashg'ulotlarda o'yinchilarning texnik harakatlari, o'zaro hamkorlik darajasi, taktika bo'yicha qaror qabul qilish tezligi hamda mashg'ulot yuklamasiga munosabatini baholashga yo'naltirildi.

Kuzatish natijalari futbolchilarning o'yin davomida ko'rsatadigan texnik barqarorligi va charchoqqa chidamliligini aniqlashda asos bo'ldi.



3. Eksperimental metod

Asosiy metod sifatida **pedagogik eksperiment** qo'llanildi. Unga ko'ra, 24 nafar 15–16 yoshli futbolchi ikki guruhga bo'lindi:

tajriba guruhi (yangi metodika asosida mashg'ulot olib borilgan),

nazorat guruhi (an'anaviy mashg'ulot dasturi bo'yicha).

Eksperiment 8 hafta davom etdi. Har bir hafta 4 ta mashg'ulot (har biri 90 daqiqa) rejalashtirildi. Mashg'ulotlar quyidagi yo'nalishlarga qaratildi:

texnik elementlarni (to'pni boshqarish, zarba, dribling, pas) mukammallashtirish;

kichik maydonchada o'yin (3x3, 4x4, 5x5) orqali taktika ko'nikmalarini rivojlantirish;

vaziyatli mashqlar yordamida qaror qabul qilish tezligini oshirish.

Eksperiment jarayonida murabbiylar tomonidan o'yinchilarning individual yuklamasi va yurak urish chastotasi (HR) kuzatilib, ularning organizm javobi nazorat qilindi.

4. Diagnostik testlar va o'lchovlar

Tajriba oldidan va yakunida futbolchilarning texnik-taktik ko'rsatkichlari quyidagi testlar orqali baholandi:

To'p uzatish aniqligi testi (10 urinishda % bilan);

Zarba aniqligi testi (8 urinishda % bilan);

Dribling tezligi testi (20 metr masofada to'p bilan yugurish vaqti, soniyada);

Taktik qaror qabul qilish testi (video asosida reaksiya vaqti o'lchandi).

Barcha testlar natijalari elektron jadvallar yordamida qayta ishlanib, **statistik tahlil** usullari bilan baholandi.

5. Statistik tahlil metodlari

Natijalar **SPSS** dasturida tahlil qilinib, o'rtacha qiymat (M), dispersiya (σ^2), hamda ishonchlilik darajasi ($p < 0.05$) aniqlanadi.

Bu metod yordamida tajriba va nazorat guruhlar natijalari o'rtasidagi farqning statistik ahamiyati belgilandi.

6. So'rovnoma va intervyu metodi

Eksperiment yakunida futbolchilar va murabbiylar bilan so'rovnoma o'tkazildi. Ular orqali yangi mashg'ulot tizimining o'yinchilarning motivatsiyasi, psixologik tayyorgarligi va jamoaviy fikrlashga ta'siri aniqlanib, sifat jihatdan tahlil qilindi.

Metodologik yondashuvning mohiyati



Ushbu tadqiqotda **integral yondashuv** tamoyili asos qilib olindi, ya'ni futbolchining texnik, taktik, jismoniy va psixologik tayyorgarligi bir butun tizim sifatida o'rganildi. Shuningdek, **biopedagogik tamoyillar** (yosh fiziologiyasiga mos yuklama, individual rivojlanish tezligi, tiklanish sikllari)ga amal qilindi.

Metodologiya asosida ishlab chiqilgan mashg'ulot modeli o'yin faoliyatini modellashtiruvchi mashqlar, kichik o'yinlar va individual tahlillar uyg'unligiga tayanadi.

Natijalar

Tajriba davomida futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligida quyidagi ijobiy o'zgarishlar kuzatildi:

Ko'rsatkich	Boshlang'ich natija	8 so'ng	haftadan O'sish (%)
To'pni uzatish aniqligi	68%	85%	+17%
Zarba aniqligi	61%	78%	+17%
Dribling muvaffaqiyati	64%	80%	+16%
Taktik joylashuvni baholash (10 ballik tizimda)	6,2	8,5	+2,3
Qaror qabul qilish tezligi	1,8 s	1,4 s	-0,4 s

Bu natijalar shuni ko'rsatadiki, o'yin jarayoniga yaqin mashg'ulotlar futbolchilarda reaksiya tezligini oshirgan, kombinatsion o'yinlarni yaxshilagan hamda taktik fikrlashni kuchaytirgan.

Muhokama

Olingan natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, 15–16 yoshli futbolchilar uchun texnik-taktik tayyorgarlikni samarali tashkil etish:

mashg'ulot jarayonining o'yin sharoitiga yaqinlashtirilishi,

vaziyatli mashqlarni qo'llash,

individual yondashuvni ta'minlash,

hamda psixologik tayyorgarlikni rivojlantirish bilan chambarchas bog'liqdir.

Tadqiqot natijalarini ilgari o'tkazilgan ilmiy ishlanmalar bilan solishtirish (A.V. Chernousov, 2019; G.A. Murodov, 2022) natijasida ma'lum bo'ldiki, o'yin mashqlarining intensivligi va murakkablik darajasi yosh futbolchilar mahoratini oshirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.



Shuningdek, mashg'ulotlarda raqamli texnologiyalardan foydalanish (videoanaliz, GPS kuzatuv) murabbiylarga o'yinchilar harakatlarini tahlil qilish, yuklamani to'g'ri taqsimlash va individual rejalashtirish imkonini beradi.

Xulosa

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

15–16 yoshli futbolchilar texnik-taktik tayyorgarligini oshirish uchun modellashtirilgan o'yin mashg'ulotlari eng samarali metod hisoblanadi.

Mashg'ulot jarayonida taktik fikrlashni rivojlantiruvchi vaziyatlar (pozitsion o'yin, pressing, qarshi hujum) muntazam takrorlanishi lozim.

Har bir futbolchining individual imkoniyatlariga asoslangan differensial yondashuv natijadorlikni oshiradi.

Murabbiylar uchun raqamli tahlil vositalaridan foydalanish (videoanaliz, GPS) o'quv mashg'ulotlarining sifatini yanada yaxshilaydi.

Texnik-taktik tayyorgarlik faqat jismoniy emas, balki psixologik barqarorlik va o'yin intuitsiyasi bilan uzviy bog'liqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi. Futbolchilarni tayyorlash bo'yicha dastur. — Toshkent, 2022.
2. Murodov G.A. Yosh futbolchilarni tayyorlash nazariyasi va metodikasi. — Toshkent: O'zDJTI, 2022.
3. Jalolov B., Karimov D. Sport pedagogikasi asoslari. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
4. Chernousov A.V. *Football Training Methodology for Youth Players*. — Moscow: Sport Press, 2019.
5. Bompá T., & Buzzichelli C. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. — Human Kinetics, 2018.
6. UEFA Training Manual. *Coaching Young Players (U15–U17)*. — Nyon, 2021.
7. Reilly T., & Williams A.M. *Science and Soccer*. — Routledge, 2019.
8. www.fifa.com – FIFA Training Resources (accessed 2025).