

MINI FUTBOL SPORT TURIDA BOSHLANG'ICH TAYYORLOV GURUHLARIGA TEXNIK USULLARNI O'RGATISH

Shaymardanov D.B.

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti,

Chirchiq shahri, O'zbekiston

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14742587>

Annotatsiya. Maqolada mini-futbol texnikasini o'rgatishning maqbul ketma-ketligini aniqlash va sport maktablaridada mashg'ulotlarning dastlabki bosqichlarida yosh mini-futbolchilarning texnik tayyorgarligini oshirishning tashkiliy-uslubiy asoslarini aniqlashga qaratilgan tadqiqot natijalari keltirilgan.

Kalit so'zlar: o'quv-mashg'ulot, texnika, texnik usul va harakatlar, texnik tayyorgarlik.

TEACHING TECHNICAL METHODS TO PRIMARY TRAINING GROUPS IN THE MINI-FOOTBALL SPORT

Abstract. The article presents the results of a study aimed at determining the optimal sequence of teaching mini-football techniques and identifying the organizational and methodological foundations for improving the technical training of young mini-football players at the initial stages of training in sports schools.

Keywords: training, technique, technical methods and actions, technical training.

ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ МЕТОДАМ НАЧАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП В МИНИ-ФУТБОЛЕ

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, направленного на определение оптимальной последовательности обучения техническим приемам мини-футбола и выявление организационно-методических основ совершенствования технической подготовки юных мини-футболистов на начальных этапах обучения в спортивных школах.

Ключевые слова: тренировка, техника, технические приемы и действия, техническая подготовка.

Mavzunin gdolzarbligi. Tayyorgarlikning dastlabki bosqichida mini- futbol texnikasini mukammal o'rgatish. Kelajak poydevorning mustaxkam bulishini taъminlovchi muxum boskich hisoblanadi. Yuqori natijalarga erishish ko'p jihatdan futbolchilarning turli egalaganlidan va raqib jamoasi o'yinchilarining qarshiliklariga mohirona xamda samarali foydalanishiga bog'liqdir.

Vaziyatga boxo beraolmaslik mini-futbol texnikasini o'rganish jarayonida orkada kolishi vaktida uzlashtirmasligi kabi xolatlar tugrirogi xatoliklar tayyorgarlk xamda mashgulotlarning keyingi davrida ham saqlanib qoladi.

Texnik tayyorgarlik mahorati va sport natijalari o'sishi boshlang'ich tayyorgarlik davrida olingan bilimlarga bog'liq. Texnik mahorat mini-futbolchilar tomonidan turli xil texnik usullarni egallab, ulardan o'yin jarayonida samarali foydalanish tushuniladi.

Bugungi kunda sport maktablarida to'liq mashg'ulotlarni tamomlagan yosh mini-futbolchilarning aksariyati mini-futboldan yiroqlashib sanoklilarigina sport ustalari darajasiga yetib bormoqda xalos. Sababi mahalliy futbolchilarning mahoratini oshirish, zahirani tayyorlash sifati talab darajasida emas. Bolalar sport maktablaridagi boshlang'ich tayyorlov davrda mini-futbol texnikasini o'rgatish jarayoni samarasiz aslida texnik –taktik maxoratini oshirish mini-futbolchilarida saviyali o'yin ko'rsatish imkonini beradi.

Ishning maqsadi: Mini-futbolchilarning boshlang'ich tayyorlov guruhidagi yosh sportchilarni texnik usullarga o'rgatish uchun samarali metodikani ishlab chiqish va asoslash.

Ishning vazifalari:

1. Mini-futbolda o'quv-mashg'ulot va musobaqa sharoitida olingan natijalar bo'yicha kamchiliklarni aniqlash.
2. Mini-futbolda o'quv mashg'ulot jarayonida texnik usullarni takomillashtirishga qaratilgan metodikani ishlab chiqish va asoslash.

Foydaliniqlan usullar. Ilmiy adabiyotlarni tahlili qilish va umumlashtirish, pedagogik kuzatish, matematik-statistik usullar.

Ishni olib borilishi. Pedagogik tajribada tadqiqot va nazorat guruhlar ishtirok etdi. Har bir guruhda 10-11 yoshli shug'ullanuvchilar 15-nafar tashkil etdi. O'quv-mashg'ulot jarayoni 90 daqiqa davomida olib borildi. Nazorat guruhi sport maktablari dasturi asosida mashg'ulotlarni olib bordi.

Tadqiqot guruhi xuddi shu dastur bilan shug'ullanishdi, ammo maxsus mashqlar majmuasi asosida boshlang'ich tayyorgarlik guruhidagi 10-11 yoshli mini-futbolchilarning texnik harakatlarini o'rgatishga yo'naltirildi.

Ixtisoslashtirilgan sport adabiyotlari asosida ikkita maxsus mashqlar majmuasi ishlab chiqildi va 4 oy davomida o'quv mashg'ulot jarayoniga joriy etildi.

O'quv-mashg'ulot jarayonida maxsus mashqlar asosiy qismda kunora 15-20 daqiqa davomida olib borildi.

Asosiy natijalar. Tajriba boshida olingan testlar yosh mini-futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarlik darajasini aniqlash imkonini berdi.

Tavsiya etilgan test me'yorlari (1-jadval) tadqiqot va nazorat guruhi yosh mini-futbolchilarining texnik tayyorgarlik darajasini aniqlashga yordam berdi.

1-jadval

10-11 yoshli mini-futbolchilar uchun test me'yorlarining talabi

Testlar	Baho		
	Qoniqarli	Yaxshi	A'lo
Tupni ustunlar oralatib olib yurish (to'g'ri ustunlarni olib o'tishlar baholanadi)	5	7	10
Darvozaga zarba berish, qaytgan to'pga zarba (urilgan to'plar soni)	5	7	10
To'pni doirada olib yurish va skameykaga zarba berish (vaqtga)	10	13	16
Sherik bilan to'pni uzatish va to'pni olib yurish.	8	11	13

Qabul qilib olingan test mye'yorlaridan tajriba va nazorat guruhi yosh mini-futbolchilarning ko'rsatkichlari bir-biriga yaqin ekanligi aniqlandi.

Guruhidagi yosh mini- futbolchilarning texnik tayyorgarligini samarali oshirishga tez va aniq texnik tayyorgarlilarini o'zlashtirishdga yordam berdi.

Metodika turli mashqlar majmuasida iborat bo'lib 15-20 daqiqa davomida bajarildi.

1. Mashqlar majmuasi №1

A) Dastlabki holat (D.h.) – 11 m masofga to'pni joylashtirish.

Murabbiyning ishorasi bilan darvozani o'ng tomonga keyin chap tomonga zarba berish harakatlari.

B) D.h. – ikki kishi bo'lib 5 m masofaga turish.

Murabbiyning ishorasi bilan o'yinchilar 2 ta teginishda to'pni bir-biriga oshirib berishadi.

V) D.h. - ikki kishi bo'lib 5 m masofaga turish.

Murabbiyning ishorasi bilan yosh futbolchilar tupni bir-birlariga 1 ta teginishda oshirib berish.

G) D.h. – ikki kishi bo'lib 10 m masofaga joylashadilar.

Murabbiyning ishorasi bilan to'pni 5 m masofaga olib yurish so'ng to'pni oshirib berish.

2. Mashqlar majmuasi №2

A) D.h. – ikki kishi bo'lib 5 m masofaga turish.

Murabbiy ishorasi bilan o'yinchilar 2 ta teginishda to'pni bir-biriga oshirib berishadi.

B) D.h. - ikki kishi bo'lib 5 m masofaga turish.

Murabbiy ishorasi bilan yosh futbolchilarning tupni bir-biriga 1 ta teginishda oshirib berish.

V) D.h. – uch kishi bo'lib 5 m masofaga joylashadi.

Murabbiyning ishorasi bilan to'pni 5 m masofaga bir teginishda oshirib berib oldinga sherigini o'rniga harakatlanishadi.

G) D.h. – darvozadan 16 m masofada to‘p bilan turishadi.

Murabbiyni ishorasi bilan to‘pni olib yurib darvozaga zarba berish va 11 m masofadan zarba berish kerak.

Maxsus majmuaviy mashqlarni mashg‘ulot jarayonida 4 oy davomida olib borishdan so‘ng qayta jismoniy va texnik tayyorgarlik bo‘yicha test me‘yorlari qabul qilindi. texnik tayyorgarlik darajasining natijalari aks ettirilgan bo‘lsa, 2-jadvalda jismoniy tayyorgarliklar darajasi keltirilgan.

2-jadval

Tadqiqotdan so‘ng tajriba va nazorat guruhi yosh mini-futbolchilarining texnik tayyorgarlik darajasi

Test me‘yorlarini nomlanishi	Nazorat guruhi		Tajriba guruhi	
	Tadqiqotdan oldin	Tadqiqotdan so‘ng	Tadqiqotdan oldin	Tadqiqotdan so‘ng
30 m yugurish	6.11	6.10	6.11	5.25
3x10 m yugurish	9.7	9.1	9.9	5.4

Tadqiqot xulosasiga kura tajriba guruhi yosh mini-futbolchilarining texnik tayyorgarlik o‘rtacha darajasi, nazorat guruhi yosh mini-futbolchilarining texnik tayyorgarlikning o‘rtacha darajasidan yuqori.

Tadqiqotdan oldingi va keyingi natijalarni solishtirish jarayonida shu narsa anqilandiki, tajriba guruhida joriy etgan dasturimiz asosida texnik tayyorgarlik darajasi, nazorat guruhining natijalaridan yuqori. Nazorat guruhi tarbiyalanuvchilarining texnik tayyorgarlik bo‘yicha test me‘yorlarining o‘sishi kuyidagicha ko‘rinish oldi: “Ustunlarni oralatib olib yurish”-12.5%; “Darvozaga zarba berish”-12.5%; “To‘pni doirada olib yurish”-8.3%; “Sherik bilan to‘pni uzatish”-18.2% tashkil etsa, Tajriba guruhidagilar qo‘yidagicha tashqil etdi: “Ustunlarni oralatib olib yurish”-11.1%; “Darvozaga zarba berish”-11.1%; “To‘pni doirada olib yurish”-16.6%; “Sherik bilan to‘pni uzatish”-25%.

O‘rtacha keltiradigan bo‘lsak, nazorat guruhining yosh mini-futbolchilarining o‘sishi 1.2%, tajriba guruhining natijalari 2 marotabaga oshdi. Shuni takidlash etish kerakki, nazorat guruhining 60% shug‘ullanuvchilarida o‘zgarish kuzatilmagan bo‘lsa, tajriba guruhida 100% shug‘ullanuvchilar ijobiy tomonga o‘zgardi.

Tajriba guruhidagi 10-11 yoshli mini-futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarlik bo‘yicha natijalarni o‘sishi kuzatilishi, biz tomonimizdan tavsiya etilayotgan o‘quv mashg‘ulotga joriy etgan mashqlar majmuasini samarali ekanligidan dalolat beradi.

Xulosa, texnik va jismoniy tayyorgarlik bo‘yicha olib borgan mashqlar yosh mini-futbolchilarning tayyorgarlik darajasini oshirishga xizmat kiladi.

REFERENCES

1. Голомазов, С. В. Теория и методика футбола. Техника игры: учеб.-метод. пособие/ С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – М.: Спорт Академ Пресс, 2002. – 472 с.
2. Золотарев, А. П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе/ А. П. Золотарев// Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 3. – С. 12–16.
3. Юный футболист: учеб. пособие для тренеров/под ред. А. П. Лаптева, А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – 225 с.
4. Алиев Э.Г. Содержание и направленность управления деятельностью спортивной федерации: на примере Ассоциации мини-футбола России: автореф. дис.... д-ра пед. наук / Э.Г. Алиев — СПб, 2010. — 49 с.
5. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С. Барчуков. — М.: КНОРУС, 2011. — 368 с.
6. Губа В.П. Интегральная подготовка футболистов / В.П. Губа, А.В. Лексаков. — М.: Советский спорт, 2010. — 208 с.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие. — М.: Изд. центр «Академия», 2008. — 480 с.