NEW RENAISSANCE international scientific journal
ResearchBib IF - 11.01, ISSN: 3030-3753, Volume 3 Issue 2

ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ЎЙИНДА АМАЛАГА ОШИРАДИГАН ТЕХНИК-ТАКТИК ҲАРАКАТЛАР НАТИЖАЛАРИНИНГ САМАРАДОРЛИГИ.

Турсункулов М.
Мустакил изланувчи.

https://doi.org/10.5281/zenodo.18618178

Аннотация. *Мазкур мақолада ёш футболчиларнинг жамоавий техник тактик харакатларини ривожлантириш бўйича таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқилди.*

Калит сўзлар: *футболчи, техник, тактик, жамоа,сигнал,дарвоза, югуришлар.*

Ушбу бўлилимда тажриба ва назорат гурухи футболчиларининг тажрибаждан олдин ва кейин мусобақа фаолияти кўрсаткичлари келтирилган. Дастлаб назорат гуруҳи сифатида танланган “Чозк” жамоасиининг натижалари тахлил қиламиз. Жамоа аъзолари 10 та учрашуви кузатилиб қуйидаги натижалар олинди. “Бу натижа ўртача бир учрашувда (Х) 524 маротабани ташкил қилди. Жамоа аъзолари ўртача бир учрашувда 0,67 % сарадорликни қайд этишди. Тўп узатишларда ўйин мобайнида ўртача 38 (0,87%) маротаба орқага, 81 (70%) маротаба ёнга, 94 (0,60%) маротаба олдинга ва олдинга ҳаракатланаётган ўйинчига 37 (0,48%) тўп узатишларни амалга оширишган. Тўп узатишда самарадорлик коэффициенти натижаси олидинга ва ҳаракатланаётган ўйинчига етказиб бериш ҳаракатларида камлигини аниқланди. Тўпни рақибдан олиб қўйишда 59 та, СК% – 0,60%, рақибни алдаб ўтиш – 57 та, СК% –0,63%, тўпни олиб юришларда 55 та,СК%-0,85%, рақибга нисбатан илгарилик қилишда 52 та СК%-0,59%, тўпни бош билан ўйнаш –44 та СК%-0,60%, рақиб дарвозаси томон зарба беришларда – бош билан зарбалар 7 та, СК%-0,45% ни ташкил этган.

Ўйинчиларни Ҳаракатлари	Машқларни амалга ошириш вазифалари
Химоя вазиятларида гуруҳли ва индивидуал ҳаракактларни қайта тузиш	2x40 ўлчамдаги тўртта кичик дарвозадан иборат ўйин. Тўп "ўз" футболчиларидан бирининг таклифидан сўнг рақиб майдонининг ярмида бир-бирларига узатилади. Тўпга эгалик қиладиган жамоага барча ўйинчиларнинг "бегона" зонасига ўтгандан сўнг хужум ҳаракатларини бажаришга рухсат берилади. Тўп эгаллаган жамоа дарвозаларга тўп киритишга уринадилар, ҳимояланувчи жамоа тўпни эгаллашга уриниб эгаллаб олган заҳот кейинги жамоа химоя ҳаракатларини амалга оширади.
Ҳимоя ҳаракатларини яратишда гуруҳ ҳаракати	11x11 иккита дарвозага ўйин ўйин. Ҳужум тугагандан ёки унинг бузилишидан сўнг, жамоа майдоннинг "ўз" ярмига чекинади ва ўйин майдонининг аввал маълум бўлган зоналарини тўсиб қўяди
Тўпни кабул қилишда комбинациялашган ҳаракатлар	11x11 ўйинчининг иккита дарвозада ўйин. Агар 1 жамоанинг ҳужуми бартараф етилса, учта ўйинчи 2 гуруҳ ҳужумини ривожланишига тўсқинлик қилади; қолган футболчилар майдоннинг "ўз" ярмига қайтишади. Майдоннинг "бегона" майдонига қайтган футболчилар тўп билан муомала қилиш учун курашга киришадилар.
Тўпни қабул қилишда ўйин ҳаракатларини бажариш учун индивидуал ва жамоавий ҳаракатлар	1,2,3,4 жамоалар 2 та кичик майдончада 5x5 ўйин (ҳар бири ҳар бирига карши). Жамоалар сигнлдан сўнгтўпни бир тегинишда бир бирларига узатадилар. Ҳар сигналда тўпни ўтирган холатда, орқа билан узатига ўтишлари лозим.

1 - жадвал.

Тажриба гуруҳи футболчи футболчиининг ўқув машғулотларига тадбиқ қилинган техник –тактик ҳаракатларни координацион мураккаблик даражасини ошириган ҳолда тадбиқ қилинган машқлар мажмуаси

Оёқда берилган зарбалар сони ўртача бир учрашувда 10 маротабани ташкил қилиб самарадорлик 0,50% ни ташкил этгани маълум бўлди.

Жамоавий техник тактик харакатлардаги ўсиш атига 1 % ни ташкил этган.

“Дўстлик ” жамоаси футболчи футболчииниг жами 11 та учрашуви кузатиб тахлил қилинганда улар 6134 та жттх бажаришган. Бу кўрсткич ўртача (Х) бир ўйинда 558 маротабани ташкил этди. Жами ҳаракатлар самарадорлиги 0,75% ни ташкил этгани маълум бўлди. Жамоа аъзолари тўпни узатишларда 24 (ск%-0,90%) маротаба орқага, 76 (ск%-0,78%) маротаба ёнга, 103 (ск%-0,66%) маротаба олдинга ва олдинга ҳаракатланаётган ўйинчига 51 (62%) тўп узатишларни амалга оширишган.

Тўпни рақибдан олиб қўйишда 64 та, СК% – 0,66%, рақибни алдаб ўтиш – 47 та, СК% –0,72%, тўпни олиб юришларда 55 та,СК%-0,84%, рақибга нисбатан илгарилик қилишда 58 та СК%-0,62 %, тўпни бош билан ўйнаш –46 та СК%-0,64%, рақиб дарвозаси томон зарба беришларда – бош билан зарбалар 14та, СК%-0,54% ни ташкил этган.

2-жадвал.

Тадқиқот ва назорат гуруҳи футболчиларнинг тажрибадан кейин нисбий ва абсолют ўсиш кўрсаткичлари

ТТХ		Орқага тўп узатиш	ёнга тўп узатиш	олдинга тўп узатиш	Ҳаракатдаги шерикка тўп узатиш	Тўпни олиб қўйиш	Рақибни алдаб ўтиш	Тўпни олиб юриш	Рақибга нисбатан тўпни илгари эгалик қилиш	Бош билан ўйнаш	Бош билан зарба	Оёқ билан зарба	жами
Чозк													
Тб	Жами ТТХ	31	92	93	65	57	48	54	41	28	7	8	524
То		34	82	94	42	59	57	55	52	44	7	11	495
Тб	СК %	86,21	64,84	60,87	46,88	60,71	66,67	82,35	54,05	61,54	50	42,86	0,66
То		87,88	70,67	60,71	49,65	59,09	62,36	85,64	59,70	60	45,46	50	0,67
Дўстлик													
Тб	Жами ТТХ	24	86	93	57	48	43	38	44	46	9	9	511
То		24	716	103	51	64	51	55	58	46	14	16	558
Тб	СК %	83,33	66,28	59,14	52,63	58,33	60,47	81,58	52,27	58,70	44,44	44,44	0,62
То		90	78,87	66	68,42	66,13	72,34	84,91	62,5	64,29	54,55	58,33	0,75

Ва нихоят зарба бериш ҳаракатлари натижалари тахлили шуни кўрсатдики бош билан зарба бериш назорат гуруҳида -9,08%га тадқиқот гуруҳида 22,75%га ўзгарган.

Оёқда берилган зарбалар назоарта гуруҳида 16,6% га ўзгариш кузатилиб, тадқиқот гуруҳида 31,26 % га ўзгарганлиги маълум бўлди.

Тадқиқот сўнггида олинган натижалардан кўриниб турибдики тадқиқот гуруҳида тадбиқ қилинган дастур жамоавий техник-тактик ҳаракатларни бажариш самарадорлигига хам катта таъсир этган. Назорат гуруҳи футболчилари натижаларида маълум даражада ўсиш қайд этилган амма бу кўрсаткич тадқиқот гуруҳи натижаларидан кескин фарқ қилиши маълум бўлди.

Ёш футболчиларнингкоординацион қобилиятлари даражасини аниқлашда махсус тестларни бажариш кўрсаткичлари ва ўйин вазиятларидаги кўрсаткичлари тахлили кўпгина футболчида қониқарли даражада эмаслиги кузатилди. Бунинг ахамияти ўларoқ ёш футболчиларнингмахсус координацион қобилиятларини такомиллаштириш бўйича тажрибавий дастур ишлаб чиқилди..

Тажриба йўли орқали футболчиларнинг координацион қобилиятларини такомиллаштириш методикасини ишлаб чиқишда қуйидаги масалалар инобатга олинди:

-йиллик цикл босқичларида машғулотлар, ўйинлар сони ва танафуслар сони;

- йиллик циклнинг тайёргарлик ва мусобақа босқичларида бажарилган машғулот юкламалари ҳажми ҳамда миқдори;

Тадбиқ қилинган воситаларни умумий ва махсус кўринишда амплуалар бўйича тақсимлаш орқали техник тактик ҳаракатлар самарадорлигида сўзиларли ўсиш кузатилди.

Воситларни тавсия этилган холда тасимлаш ва таъсир этиш даражалари бўйича тадбиқ иқилиш ўйин вазиятларини моделлаштириш орвали катта самара бериши амалда исботланди. Тайёргарлик даврининг турли босқичларининг вазифалари асосида воситаларни такомиллаштириш ва умумийдан махсусга қараб тўғри йўналтириш амалга оширилиб бу жараён футболчиларнингўқув машғулот жараёнида координацион қобилиятларни такомиллаштириш жараёнини тартибга солиш масаласини самарали ҳал этиш имконини берди.

Тадқиқот сўнггида олинган натижалардан кўриниб турибдики тадқиқот гуруҳида тадбиқ қилинган дастур жамоавий техник-тактик ҳаракатларни бажариш самарадорлигига хам катта таъсир этган. Назорат гуруҳи футболчилари натижаларида маълум даражада ўсиш қайд этилган аммо бу кўрсаткич тадқиқот гуруҳи натижаларидан кескин фарқ қилиши маълум бўлди.

Фойдалдинлган адабиётлар

1. Лисенчук Г.А. Направления дальнейшего совершенствования технологии управления в футболе /Г.А.Лисенчук // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тез. докл. IX Межд. научн. конгресса. - Киев, 2004. - С. 380.
2. 2.Макаров, Ю.М. Особенности физической подготовки юных футболистов 9-10 лет на этапе предварительной подготовки / Ю.М. Макаров, Е.Д. Нистратов, Н.И. Лавриненко // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте: матер. Междунар. науч.-практ. конф. (Смоленск, 24-26 декабря 2002 г.); под общ. ред. О.Е. Лихачева. - Смоленск, 2002. - 372 с.
3. Марьянович, А. Основы технологии работы в начальном периоде тренировок юных футболистов в возрасте от 6 до 11 лет / А. Марьянович // Актуальные проблемы

современного футбола: сб. науч. тр., посвящ. 25-летию кафедры теории и методики футбола и регби. - Краснодар. - 2011. - С. 24-29.

4. Матвеев Л.П. Модельно-целевой подход к построению спортивной подготовки (статья первая и статья вторая) //Теория и практика физической культуры. - М., 2000.- №3. - С. 26-28.
5. Нистратов Е.Л. Длительность интервалов отдыха между повторными упражнениями в различных зонах относительной мощности у юных футболистов 15-16 лет / Е.Л.Нистратов, Н.И.Лавриненко, Ю.М.Макаров // Физическая культура, образование, здоровье: Между нар. сб. ст. науч.-практконф. - Вел. Луки: ВЛГИФК, 2002. - С. 128-132.