

## YOSH FUTBOLCHILARNING JISMONIY VA TAKTIK TAYYORGARLIKLARINI UYG'UNLASHTIRISH METODIKASI

Shaniyazov Ilxam Rashidovich

Berdaq nomidagi QDU

Jismoniy madaniyati nazaryasi va metodikasi kafedrası.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.21909268>

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarliklarini o'zaro uyg'unlashtirishning nazariy va amaliy jihatlari yoritilgan. Zamonaviy futbolda yuqori natijaga erishish nafaqat futbolchining tezlik, kuch, chidamlilik, chaqqonlik va koordinatsion qobiliyatlariga, balki ushbu jismoniy sifatlarni o'yin vaziyatlarida maqsadga muvofiq qo'llay olishiga ham bog'liq. Shu sababli yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonida jismoniy va taktik tayyorgarlikni alohida-alohida emas, balki yagona pedagogik jarayon sifatida tashkil etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Maqolada yosh futbolchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda jismoniy-taktik mashg'ulotlarni bosqichma-bosqich tashkil etish metodikasi taklif etilgan. Ushbu metodika futbolchilarning funksional imkoniyatlari, texnik-taktik ko'nikmalari va o'yin faoliyatining samaradorligini kompleks rivojlantirishga yo'naltirilgan.

**Kalit so'zlar:** yosh futbolchilar, futbol, jismoniy tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, mashg'ulot metodikasi, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik, taktika, o'yin faoliyati, kichik tarkibli o'yinlar, taktik fikrlash.

**Аннотация.** В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты взаимосвязанного развития физической и тактической подготовленности юных футболистов. В современном футболе достижение высокого спортивного результата зависит не только от уровня развития скорости, силы, выносливости, ловкости и координационных способностей футболиста, но и от способности эффективно применять данные качества в конкретных игровых ситуациях. В связи с этим физическую и тактическую подготовку юных футболистов целесообразно рассматривать как единый педагогический процесс.

В статье предложена методика поэтапной организации физико-тактической подготовки с учётом возрастных и индивидуальных особенностей юных футболистов.

Предлагаемая методика направлена на комплексное развитие функциональных возможностей, технико-тактических навыков и эффективности игровой деятельности.

**Ключевые слова:** юные футболисты, футбол, физическая подготовка, тактическая подготовка, методика тренировки, быстрота, выносливость, ловкость, тактика, игровая деятельность, игры в малых составах, тактическое мышление.

**Abstract.** This article examines the theoretical and practical aspects of integrating physical and tactical preparation of young football players. In modern football, achieving a high level of performance depends not only on the development of speed, strength, endurance, agility and coordination abilities, but also on the player's ability to apply these physical qualities effectively in specific game situations. Therefore, physical and tactical preparation should be organized as an integrated pedagogical process.

The article proposes a step-by-step methodology for organizing physical and tactical training while taking into account the age and individual characteristics of young football players. The proposed methodology is aimed at the comprehensive development of functional abilities, technical and tactical skills, and the effectiveness of competitive performance.

**Keywords:** *young football players, football, physical preparation, tactical preparation, training methodology, speed, endurance, agility, tactics, game activity, small-sided games, tactical thinking.*

Bugungi kunda futbol dunyoda eng ommaviy va yuqori raqobatga asoslangan sport turlaridan biri hisoblanadi. Futbolning zamonaviy rivojlanish tendensiyalari sportchilardan yuqori darajadagi jismoniy, texnik, taktik, psixologik va funksional tayyorgarlikni talab etmoqda.

Ayniqsa, yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonida kelajakdagi sport mahoratining poydevorini to'g'ri shakllantirish muhim vazifalardan biridir. Yosh davrida shakllangan harakat ko'nikmalari, jismoniy sifatlar va taktik fikrlash keyingi sport faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Futboldagi o'yin faoliyati doimiy harakat, tezkor qaror qabul qilish va o'zgaruvchan vaziyatlarga moslashish bilan tavsiflanadi. Futbolchi bir o'yin davomida turli tezliklarda yuguradi, tezlanadi, to'xtaydi, yo'nalishini o'zgartiradi, sakraydi, to'p uchun kurashadi, bo'sh hududga chiqadi va sheriklariga yordam beradi. Bunday harakatlarning barchasi ma'lum taktik vazifalar bilan chambarchas bog'liq. Shu nuqtayi nazardan, futbolchining jismoniy tayyorgarligi taktik faoliyatning muhim fiziologik va funksional asosi hisoblanadi.

Yosh futbolchilarni tayyorlashda jismoniy va taktik tayyorgarlikni bir-biridan ajratib tashkil etish ayrim hollarda mashg'ulot jarayonining samaradorligini pasaytirishi mumkin.

Masalan, futbolchi yuqori tezlikka ega bo'lsa-yu, lekin qaysi vaqtda tezlanish yoki bo'sh hududga chiqish kerakligini bilmasa, uning jismoniy imkoniyatlari o'yin natijasiga to'liq ta'sir ko'rsata olmaydi. Xuddi shuningdek, futbolchi taktik jihatdan to'g'ri qaror qabul qilsa, biroq zarur tezlik yoki chidamlilik yetishmasa, qabul qilingan qarorni amaliy jihatdan samarali bajarishi qiyinlashadi.

Shuning uchun yosh futbolchilarni tayyorlashda jismoniy sifatlar bilan taktik harakatlarni birlashtirish, ya'ni jismoniy-taktik tayyorgarlikni kompleks tashkil etish zamonaviy futbol mashg'ulotlarining muhim yo'nalishlaridan biridir.

Mavzuning dolzarbligi shundaki, yosh futbolchilarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish bilan bir qatorda ularni real o'yin sharoitida qo'llash ko'nikmalarini shakllantirish zarur.

Ayniqsa, tezkorlik, chaqqonlik va maxsus chidamlilikni taktik harakatlar bilan uyg'unlashtirish futbolchining o'yin samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Futbol mashg'ulotlarida an'anaviy yondashuv ko'pincha jismoniy mashqlarni texnik-taktik mashqlardan alohida tashkil etishga asoslangan. Biroq zamonaviy futbolning yuqori tezligi va o'yin vaziyatlarining murakkabligi bunday yondashuvni takomillashtirishni talab etmoqda.

Mashg'ulotlarda o'yin vaziyatlarini modellashtirish, kichik tarkibli o'yinlardan foydalanish, cheklangan vaqt va makonda qaror qabul qilishni talab etuvchi mashqlarni qo'llash jismoniy va taktik tayyorgarlikni bir vaqtning o'zida rivojlantirish imkonini beradi.

Yosh futbolchilarning yosh xususiyatlari ham ushbu jarayonda alohida hisobga olinishi lozim. Turli yosh bosqichlarida organizmning o'sishi va rivojlanishi, harakat apparatining shakllanishi, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarining funksional imkoniyatlari turlicha bo'ladi. Shu sababli mashg'ulot yuklamalarini bir xil mezon asosida belgilash emas, balki futbolchilarning biologik, jismoniy va texnik-taktik tayyorgarlik darajasiga moslashtirish maqsadga muvofiq.

Tadqiqotning maqsadi – yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarligini uygʻunlashtirishga yoʻnaltirilgan samarali mashgʻulot metodikasini ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan asoslash.

Tadqiqot vazifalari quyidagilardan iborat:

- yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligining asosiy tarkibiy qismlarini aniqlash;
- taktik tayyorgarlikning yosh futbolchilar oʻyin faoliyatidagi ahamiyatini yoritish;
- jismoniy va taktik tayyorgarlikning oʻzaro bogʻliqligini tahlil qilish;
- jismoniy-taktik mashqlarni tanlash va qoʻllashning metodik xususiyatlarini aniqlash;
- kichik tarkibli oʻyinlar va oʻyin vaziyatlarini modellashtirishning samaradorligini asoslash;
- yosh futbolchilar uchun jismoniy va taktik tayyorgarlikni uygʻunlashtirish metodikasini ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti – yosh futbolchilarning oʻquv-mashgʻulot jarayoni.

Tadqiqot predmeti – yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarligini uygʻunlashtirish vositalari, usullari va metodik shartlari.

### **Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi mazmuni**

Futbolda jismoniy tayyorgarlik sport mahoratining asosiy tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Jismoniy tayyorgarlik orqali futbolchining organizmi oʻyin faoliyatida yuzaga keladigan turli yuklamalarga moslashtiriladi. Yosh futbolchilar bilan ishlashda umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikning nisbatini toʻgʻri belgilash muhimdir.

Umumiy jismoniy tayyorgarlik futbolchining asosiy jismoniy sifatlarini har tomonlama rivojlantirishga qaratiladi. Bunda yugurish, sakrash, umumrivojlantiruvchi mashqlar, koordinatsion mashqlar, kuch mashqlari, harakatli oʻyinlar va boshqa vositalardan foydalaniladi.

Maxsus jismoniy tayyorgarlik esa futbol faoliyatiga xos harakatlarni takomillashtirishga qaratiladi. Futbolda tezlanish, qisqa masofaga yugurish, yoʻnalishni keskin oʻzgartirish, toʻxtash, burilish, sakrash va toʻp bilan yuqori tezlikda harakatlanish kabi faoliyatlar katta ahamiyatga ega.

### **Tezkorlikni rivojlantirish**

Futbolda tezkorlik nafaqat qisqa masofaga maksimal tezlikda yugurish, balki signalga tez javob berish, qaror qabul qilish va harakatni boshlash tezligini ham anglatadi.

Shuning uchun yosh futbolchilar uchun tezkorlik mashqlari quyidagi shakllarda tashkil etilishi mumkin:

- 5–10 metr masofaga tezlanish;
- 10–20 metr masofaga maksimal yugurish;
- yoʻnalishni oʻzgartirib yugurish;
- murabbiy signali asosida tezlanish;
- toʻp bilan va toʻpsiz tezlanish;
- raqib harakatiga javoban tezlanish;
- boʻsh hududga chiqish mashqlari.

Tezkorlikni taktik vazifalar bilan birlashtirish ayniqsa samarali hisoblanadi. Masalan, futbolchi signal berilgandan soʻng faqat yuguribgina qolmay, toʻpni qabul qilish uchun boʻsh hududga chiqishi yoki pressingni boshlashi kerak. Bunda jismoniy va taktik komponentlar bir mashq doirasida rivojlanadi.

**Chidamlilikni rivojlantirish**

Futbolchi o'yin davomida uzoq vaqt davomida faol harakatlanishi kerak. Shu sababli chidamlilik yosh futbolchilar tayyorgarligining muhim tarkibiy qismidir.

Futbolga xos chidamlilik bir xil tezlikda uzoq yugurishdan ko'ra, turli intensivlikdagi harakatlarning takroriy bajarilishini nazarda tutadi. O'yin davomida futbolchi yuradi, yuguradi, tezlanadi, to'xtaydi va yana yuqori intensivlikdagi harakatni amalga oshiradi.

Shu sababli interval usulidagi mashqlar, kichik tarkibli o'yinlar va taktik vazifalar bilan birlashtirilgan yugurish mashqlari yosh futbolchilarning maxsus chidamliligini rivojlantirishda muhim vosita bo'lishi mumkin.

**Chaqqonlik va koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirish**

Futbolda raqibni aldab o'tish, yo'nalishni tez o'zgartirish, to'pni nazorat qilish va himoyachining harakatiga moslashish yuqori darajadagi chaqqonlikni talab qiladi.

Chaqqonlikni rivojlantirishda:

- konuslar orasidan yugurish;
- zigzag yugurish;
- signal asosida yo'nalishni o'zgartirish;
- to'p bilan yo'nalishni almashtirish;
- raqib bilan 1x1 vaziyatlar;
- kichik maydondagi o'yinlar;
- koordinatsion narvonlardan foydalanish kabi mashqlardan foydalanish mumkin.

Bunday mashqlarni taktik topshiriqlar bilan birlashtirish futbolchining real o'yin vaziyatlaridagi harakat samaradorligini oshiradi.

**Yosh futbolchilarning taktik tayyorgarligi**

Taktik tayyorgarlik futbolchining o'yin vaziyatlarini anglash, sheriklari va raqiblarining joylashuvini baholash, optimal qaror qabul qilish hamda jamoaviy o'yin talablariga mos harakat qilish qobiliyatini shakllantirishga qaratiladi.

Yosh futbolchilarning taktik tayyorgarligida quyidagi ko'nikmalar muhim hisoblanadi:

- maydonda to'g'ri joylashish;
- bo'sh hududni aniqlash;
- sherikka vaqtida uzatma berish;
- pressingni tashkil etish;
- himoyada sug'urtalash;
- hujumga tez o'tish;
- himoyaga tez qaytish;
- raqib harakatini oldindan taxmin qilish;
- o'yin vaziyatiga mos qaror qabul qilish.

Taktik tayyorgarlikning muhim jihati shundaki, futbolchi faqat murabbiy ko'rsatmasini mexanik ravishda bajarib qolmasligi, balki vaziyatni mustaqil baholay olishi kerak.

**Jismoniy va taktik tayyorgarlikning o'zaro bog'liqligi**

Jismoniy va taktik tayyorgarlik bir-birini to'ldiruvchi jarayonlardir. Yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlik futbolchiga taktik vazifani bajarish uchun zarur bo'lgan harakat imkoniyatini beradi. Taktik tayyorgarlik esa mavjud jismoniy imkoniyatlardan qachon va qanday foydalanishni belgilaydi.

Masalan, futbolchi yuqori tezlikka ega bo'lishi mumkin. Ammo u qachon tezlanish, qaysi hududga chiqish va qanday vaziyatda pressing qilish kerakligini bilmasa, tezkorlik sifatidan samarali foydalana olmaydi.

Aksincha, futbolchi vaziyatni to'g'ri baholashi mumkin, ammo tezligi yoki chidamliligi yetarli bo'lmasa, taktik qarorni amaliy harakatga aylantirish qiyinlashadi.

Shu sababli mashg'ulotlarda jismoniy va taktik komponentlarni birlashtirish quyidagi ketma-ketlikda tashkil etilishi mumkin:

**jismoniy sifat → harakat vazifasi → taktik vazifa → o'yin vaziyati → qaror qabul qilish → harakatni bajarish.**

Bunday yondashuv yosh futbolchilarda nafaqat jismoniy imkoniyatlarni, balki o'yin tafakkurini ham rivojlantiradi.

#### **Jismoniy-taktik tayyorgarlikni uyg'unlashtirish metodikasi**

Yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarligini uyg'unlashtirish metodikasi mashg'ulot jarayonining barcha bosqichlarida izchil amalga oshirilishi kerak.

Ushbu metodikaning asosiy tamoyillari quyidagilardan iborat:

**Birinchi tamoyil – bosqichma-bosqichlik.** Mashqlar oddiydan murakkabga, umumiydan maxsusga va individualdan jamoaviy faoliyatga qarab tashkil etiladi.

**Ikkinchi tamoyil – o'yin vaziyatiga yaqinlashtirish.** Mashqlar real futbol sharoitlariga maksimal darajada yaqin bo'lishi kerak.

**Uchinchi tamoyil – individual yondashuv.** Yosh futbolchilarning jismoniy va texnik-taktik tayyorgarlik darajasi hisobga olinadi.

**To'rtinchi tamoyil – takroriylik va izchillik.** Jismoniy-taktik mashqlar muntazam takrorlanib, yuklama asta-sekin oshirib boriladi.

**Beshinchi tamoyil – qaror qabul qilishni rag'batlantirish.** Mashqlar futbolchini tayyor javobni takrorlashga emas, balki vaziyatni baholab, mustaqil qaror qabul qilishga undashi kerak.

#### **Kichik tarkibli o'yinlarning ahamiyati**

Kichik tarkibli o'yinlar yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarligini bir vaqtning o'zida rivojlantirishning samarali vositalaridan biridir.

Masalan, 3x3, 4x4, 5x5 yoki 6x6 shaklidagi o'yinlarda maydon hajmini, o'yinchilar sonini, vaqtni va qoida talablarini o'zgartirish orqali turli jismoniy va taktik vazifalarni hal qilish mumkin.

Kichik maydonda o'yinchilarning to'p bilan ishlash chastotasi ortadi. Shu bilan birga, ular raqib bosimi ostida tez qaror qabul qilishga majbur bo'ladi. Bu esa taktik fikrlashni rivojlantiradi.

Masalan, 4x4 o'yinida futbolchilarga to'p yo'qotilgandan so'ng 5 soniya davomida pressing qilish vazifasi berilishi mumkin. Bunda futbolchilar yuqori intensivlikda harakat qilish bilan birga, pressing yo'nalishi va jamoaviy joylashuvni ham nazorat qiladi.

Yoki 5x5 o'yinida gol urishdan oldin kamida uchta uzatma bajarilishi sharti qo'yilishi mumkin.

Bu topshiriq futbolchilarni bo'sh hudud izlash, sheriklar bilan hamkorlik qilish va o'yin tempini nazorat qilishga o'rgatadi.

#### **Mashg'ulot mashqlarini tashkil etish**

Jismoniy-taktik mashg'ulotning namunaviy tuzilishi quyidagicha bo'lishi mumkin:

| Mashg'ulot qismi  | Mazmuni                                              | Davomiyligi  |
|-------------------|------------------------------------------------------|--------------|
| Tayyorlov qismi   | Yengil yugurish, koordinatsiya, to'p bilan qizdirish | 10–15 daqiqa |
| Asosiy qism       | Tezlik va chaqqonlikni rivojlantiruvchi mashqlar     | 15–20 daqiqa |
| Taktik qism       | Joylashish, pressing, hujum va himoya o'tishlari     | 20–25 daqiqa |
| Integratsion qism | Kichik tarkibli o'yinlar                             | 20–30 daqiqa |
| Yakuniy qism      | Tiklanish mashqlari, cho'zilish                      | 5–10 daqiqa  |

Mazkur tuzilma yosh futbolchilarning tayyorgarlik darajasi va mashg'ulot maqsadiga qarab o'zgartirilishi mumkin.

### Jismoniy-taktik mashqlar majmuasi

Yosh futbolchilar bilan mashg'ulotlarda quyidagi integratsion mashqlarni qo'llash mumkin.

**“Tezlanish va bo'sh hududga chiqish” mashqi.** Futbolchi 10–15 metr masofaga tezlanadi va sherigidan uzatma qabul qiladi. Mashq davomida futbolchi faqat tez yugurishga emas, balki bo'sh hududni to'g'ri tanlashga ham e'tibor beradi.

**“Pressing va qarshi pressing” mashqi.** 3x3 yoki 4x4 o'yin tashkil qilinadi. To'p yo'qotilgandan so'ng jamoa qisqa vaqt ichida to'pni qaytarib olishga harakat qiladi. Bu mashq tezkorlik, chaqqonlik, chidamlilik va taktik hamkorlikni rivojlantiradi.

**“Himoyadan hujumga o'tish” mashqi.** Himoyachi to'pni egallagach, jamoa imkon qadar tez hujumni boshlashi kerak. Bu jarayonda futbolchilarning tezligi bilan birga, bo'sh hududga chiqishi va sheriklarni qo'llab-quvvatlashi baholanadi.

**“Hujumdan himoyaga qaytish” mashqi.** Hujum yakunlangandan so'ng futbolchilar tezda o'z pozitsiyalariga qaytishi kerak. Ushbu mashq maxsus chidamlilik va taktik intizomni birgalikda rivojlantiradi.

### Mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirish

Yosh futbolchilarning mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirishda yuklamaning hajmi, intensivligi, davomiyligi va tiklanish oralig'iga e'tibor qaratish lozim.

Yuklama yosh futbolchilarning tayyorgarlik darajasiga mos bo'lishi kerak. Juda katta yuklama ortiqcha charchashga olib kelishi mumkin, juda past yuklama esa kerakli adaptatsiyani ta'minlamaydi.

Jismoniy-taktik mashg'ulotlarda yuklamani boshqarishning samarali usullaridan biri mashq maydonining hajmini va o'yinchilar sonini o'zgartirishdir.

Masalan:

- kichik maydon – harakat zichligini oshiradi;
- o'yinchilar sonining kamayishi – individual qarorlar sonini oshiradi;
- vaqtning qisqartirilishi – o'yin intensivligini oshiradi;
- qoida cheklovlari – muayyan taktik harakatlarni ko'paytiradi;
- maydonni kengaytirish – bo'sh hududlardan foydalanish imkoniyatini oshiradi.

Shunday qilib, murabbiy mashq parametrlarini o'zgartirish orqali bir vaqtning o'zida jismoniy va taktik yuklamani boshqarishi mumkin.

### Yosh xususiyatlarini hisobga olish

Yosh futbolchilar bilan ishlashda ularning biologik rivojlanish darajasi, jismoniy imkoniyatlari va psixologik xususiyatlarini hisobga olish muhim.

Kichik yosh guruhlarida harakatlarni o'rgatish, koordinatsiya, umumiy chaqqonlik va futbolga qiziqishni shakllantirishga ko'proq e'tibor beriladi.

O'rta yosh guruhlarida tezlik, chaqqonlik, maxsus chidamlilik, texnik harakatlar va oddiy taktik vazifalar murakkablashtiriladi.

Katta yosh guruhlarida esa o'yin taktikasini chuqurlashtirish, jamoaviy o'zaro hamkorlik, pressing, qarshi hujum, pozitsion hujum va himoyaga o'tish kabi murakkab vazifalarga ko'proq e'tibor qaratiladi.

Bunda yosh chegaralarini qat'iy biologik mezon sifatida emas, futbolchilarning individual rivojlanish darajasi bilan birgalikda baholash maqsadga muvofiq.

### **Tadqiqot metodlari**

Tadqiqot jarayonida ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish, pedagogik kuzatuv, pedagogik testlash, suhbat, mashg'ulot jarayonini monitoring qilish, nazorat mashqlari va natijalarni qiyosiy tahlil qilish metodlaridan foydalanish mumkin.

Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligini baholashda 10 metr va 30 metrga yugurish, chaqqonlikni aniqlash uchun yo'nalishni o'zgartirib yugurish, umumiy va maxsus chidamlilikni baholash, sakrash qobiliyati kabi testlardan foydalanish mumkin.

Taktik tayyorgarlikni baholashda esa futbolchining to'g'ri joylashishi, bo'sh hududdan foydalanishi, pressingdagi ishtiroki, himoyadan hujumga o'tishi, hujumdan himoyaga qaytishi, sherik bilan hamkorligi va qaror qabul qilish tezligi kuzatiladi.

### **Kutilayotgan natijalar**

Jismoniy va taktik tayyorgarlikni uyg'unlashtirishga asoslangan mashg'ulotlar muntazam qo'llanilganda yosh futbolchilarda quyidagi ijobiy o'zgarishlarni shakllantirish mumkin:

- tezkor harakatlarni bajarish samaradorligining oshishi;
- yo'nalishni tez o'zgartirish qobiliyatining rivojlanishi;
- maxsus chidamlilikning yaxshilanishi;
- o'yin davomida harakat faolligining ortishi;
- taktik qaror qabul qilish tezligining oshishi;
- pressing va qarshi pressing harakatlarining yaxshilanishi;
- hujum va himoya o'rtasidagi o'tishlarning tezlashishi;
- jamoaviy hamkorlikning takomillashishi;
- bo'sh hududdan foydalanish samaradorligining ortishi;
- futbolchilarning o'yin vaziyatlariga moslashish qobiliyatining yaxshilanishi.

### **XULOSA**

Yosh futbolchilarning jismoniy va taktik tayyorgarliklarini uyg'unlashtirish zamonaviy futbol mashg'ulotlarining muhim yo'nalishlaridan biridir. Futbolchining jismoniy imkoniyatlari uning taktik vazifalarni bajarish qobiliyatini ta'minlaydi, taktik tayyorgarlik esa ushbu jismoniy imkoniyatlardan o'yin vaziyatiga mos ravishda foydalanishni belgilaydi.

Shuningdek, mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirishda yosh futbolchilarning individual xususiyatlari, jismoniy tayyorgarlik darajasi va biologik rivojlanish sur'atlarini hisobga olish zarur. Mashg'ulotlar oddiydan murakkabga, umumiydan maxsusga va individual harakatlardan jamoaviy taktik faoliyatga bosqichma-bosqich o'tkazilishi kerak.

Umuman olganda, jismoniy va taktik tayyorgarlikni uyg'unlashtirish metodikasi yosh futbolchilarning harakat imkoniyatlari, taktik tafakkuri, o'yin vaziyatini baholash qobiliyati va jamoaviy hamkorligini kompleks rivojlantirish imkonini beradi. Ushbu yondashuvdan futbol sport maktablari, bolalar-o'smirlar sport maktablari, futbol akademiyalari hamda oliy ta'lim muassasalarining futbol mashg'ulotlarida foydalanish mumkin.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – Москва: Спорт, 2010.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2004.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – Москва: Физкультура и спорт, 1988.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. – Москва: АСТ, 2004.
5. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. – Москва: Советский спорт, 2010.
6. Wein H. Developing Youth Football Players. – Champaign: Human Kinetics, 2004.
7. Williams A.M., Reilly T. Talent Identification and Development in Soccer. – Journal of Sports Sciences.