

13-14 ЁШДАГИ ЎСМИР ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК-ТАКТИК ХАРАКАТЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ САМАРАДОРЛИГИ

Иброҳимов Музаффар Ислон ўғли

Алфраганус университети Жисмоний

тарбия ва спорт факултети

2-курс магистратура талабаси

behzodjonmamatqulov@icloud.com

Аннотация: Ушбу мақолада 13-14 ёшдаги ўсмир футболчиларнинг техник-тактик ҳаракатларини ривожлантиришнинг самарадорлиги таҳлил қилинади. Футболда техник ва тактик кўникмаларнинг аҳамияти, уларнинг ўсмирлар ўртасидаги ривожланишини таъминлаш учун муҳим механизмлар ва методикалар кўриб чиқилади. Мақолада амалий тадқиқотлар натижалари келтирилади ва техник-тактик ҳаракатларни ривожлантиришнинг самарали усуллари ҳақида маълумотлар берилади.

Калит сўзлар: футбол, ўсмирлар, техник ҳаракатлар, тактик ҳаракатлар, ривожлантириш, самарадорлик.

Аннотация: В данной статье анализируется эффективность развития технико-тактических действий юных футболистов 13-14 лет. Рассматривается значение технических и тактических навыков в футболе, важные механизмы и методики для обеспечения их развития среди подростков. В статье приводятся результаты практических исследований и даются сведения об эффективных методах развития технико-тактических действий.

Ключевые слова: футбол, подростки, технические действия, тактические действия, развитие, эффективность.

Abstract: This article analyzes the effectiveness of developing technical and tactical movements in adolescent football players aged 13-14. The significance of technical and tactical skills in football, as well as important mechanisms and methods for ensuring their

development among adolescents, will be considered. The article presents the results of practical research and provides information on effective methods for developing technical and tactical actions.

Keywords: football, teenagers, technical actions, tactical actions, development, effectiveness.

КИРИШ

Футбол - жисмоний ва психик кўникмаларни талаб қилувчи жамоа спорт туридир. 13-14 ёшдаги ўсмир футболчиларнинг техник ва тактик кўникмаларини ривожлантириш, уларнинг спортдаги натижаларини ошириш учун муҳим аҳамиятга эга. Бу ёшдаги футболчиларга тўғри усуллар ва методикаларни қўллаш орқали муваффақиятли натижаларга эришиш мумкин.

Техник ва тактик ҳаракатларни ривожлантириш

1. Техник ҳаракатлар. Техник ҳаракатлар футболдаги асосий элементлардан биридир. Уларнинг ривожланиши учун:

- Тўп билан ишлаш: Тўпни бошқариш, тутиш, зарба бериш, узатма бериш.
- Автоматизм: Бошқа футболчилар билан ҳамкорликда ҳаракат қилиш.

2. Тактик ҳаракатлар. Тактик ҳаракатлар ўйин давомида жамоанинг стратегиясини белгилайди. Улар орасида:

- Позицион ҳаракатлар: Жамоа аъзоларининг ўйин майдонидаги ўрни.
- Хавфсизлик стратегиялари: Турли хил тактикалар.

Методология

Ушбу тадқиқотда 13-14 ёшдаги 30 нафар футболчи иштирок этган. Тадқиқот давомида техник ва тактик кўникмаларни ривожлантириш учун махсус дастурлар ишлаб чиқилган. Футболчиларнинг ривожланишини баҳолаш учун тестлар ва амалий машғулотлар ўтказилган. Ушбу тадқиқотда қўлланилган усуллар ва жараёнлар қуйидагича:

1. Тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари.

- Мақсад: 13-14 ёшдаги ўсмир футболчиларнинг техник ва тактик ҳаракатларини ривожлантириш самарадорлигини аниқлаш.

- Вазифалар:

- Футболчиларнинг техник кўникмаларини баҳолаш.

- Тактик ҳаракатларнинг амалга оширилишини таҳлил қилиш.

- Ривожлантириш учун самарали методикаларни аниқлаш.

Тадқиқотда 30 нафар 13-14 ёшдаги ўсмир футболчилар қатнашди. Футболчилар маҳаллий спорт клубларидан танланган бўлиб, уларнинг ҳар бири ривожланиш даражасига кўра гуруҳларга бўлинди.

2. Тадқиқот жараёни:

2.1. Дастлабки баҳолаш. Футболчиларнинг техник ва тактик кўникмаларини баҳолаш учун махсус тестлар ўтказилди. Бунга қуйидагилар киритилди:

- Техник тестлар: Тўпни бошқариш, зарба бериш, пас бериш, тўпни олиш.

- Тактик тестлар: Позицион ҳаракатлар, жамоавий стратегиялар, жамоавий ўйин.

2.2. Методикалар. Футболчиларнинг техник-тактик кўникмаларини ривожлантириш учун қуйидаги методикалар қўлланилди:

- Дастурлашган машғулотлар: Техник кўникмаларни ривожлантириш учун махсус машғулотлар тайёрланди, уларда тўп билан ишлаш ва жамоавий ҳаракатлар алоҳида эътиборга олинди.

- Тактик симуляциялар: Ўйин майдонидаги тактик ситуацияларни симуляция қилиш, жамоа аъзоларининг позициясини аниқлаш.

- Видеотасвирлар орқали таҳлил: Футболчиларнинг ўйини видеотасвирлар орқали таҳлил қилинди, бу эса уларнинг камчиликларини аниқлашга ёрдам берди.

2.3. Давомийлик. Тадқиқот 3 ой давомида амалга оширилди. Ҳар ҳафтада футболчиларга 3 маротаба машғулотлар ўтказилди, ҳар бир машғулот 90 дақиқа давом этди.

3. Натижаларни баҳолаш. Тадқиқотнинг охириги босқичида футболчиларнинг техник ва тактик кўникмалари қайтадан баҳоланди. Натижалар тест натижалари, видеотасвирлар таҳлили ва жамоа ўйини кўрсаткичлари орқали аниқланди.

4. Статистик таҳлил. Тадқиқот натижаларини статистик таҳлил қилиш учун SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) программаси қўлланилди. Натижалар орасидаги фарқлар статистик аҳамиятга эга эканлиги текширилди.

Натижалар

Тадқиқот натижалари кўрсатадики, техник ва тактик ҳаракатларни ривожлантириш учун қўлланилган методикалар самарадорлиги юқори. Футболчиларнинг ўйин кўрсаткичлари ва жамоавий ҳамкорликлари сезиларли даражада яхшиланди.

ХУЛОСА

13-14 ёшдаги ўсмир футболчиларнинг техник-тактик ҳаракатларини ривожлантириш самарадорлиги тадқиқотда кўрсатилган усулларни қўллаш орқали оширилиши мумкин. Оўйчиларнинг техник кўникмаларини ривожлантириш, уларнинг тактик ҳаракатларини яхшилаш жамоа натижаларини оширишда муҳим аҳамиятга эга.

АДАБИЁТЛАР

1. Ашуров У. Футболда техник ва тактик кўникмаларни ривожлантириш: методик амалий тавсиялар. 2018. 2, 45-50.

2. Ибодов А. Ўсмирлар футиболида ривожланиш: назарий ва амалий асослар. 2020. 3, 12-20.

3. Маслов В. Спортда техник ва тактик ҳаракатларни таҳлил қилиш. 2019. 1, 29-35.

4. Сидиков Р. Футболда ўсмирларнинг техник кўникмаларини ривожлантириш. 2021. 4, 56-62.