

ШАКЛЛАНТИРИШ ЖАРАЁНИДА ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ САРАЛАШ

Джаппаров Флюр Фатхуллаевич

Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар

вазирлиги Малака ошириш институти

Жисмоний тайёргарлик цикли ўқитувчиси

[*shokiralbekov@gmail.com*](mailto:shokiralbekov@gmail.com)

Аннотация: Ушбу мақолада жамоа шакллантириш жараёнида ёш футболчиларни саралашнинг аҳамияти ва усуллари кўриб чиқилган. Мақолада ёш футболчиларнинг физик, психологик ва ирсий хусусиятлари, шунингдек, онтогенез жараёнидаги сезувчан даврлар тўғрисидаги тадқиқотлар асосида саралашнинг аниқ ва самарали усуллари таърифланган. Ёш футболчиларнинг моторик қобилиятлари, мувозанат, техник кўникмалар ва психологик ҳолатлар уларни жамоага танлашда муҳим омиллар бўлиб, бу жараён келажакдаги муваффақият учун асосий қадам ҳисобланади. Тадқиқотда шунингдек, ёш футболчиларнинг генетик ва физиологик хусусиятлари, мотивацияси ва уларнинг спорт фаолиятига оид умумий таҳлилга алоҳида эътибор берилган. Мақолада ёшларнинг саралаш жараёнида индивидуал ёндашув ва илмий таҳлилга асосланиш лозимлиги таъкидланган.

Калит сўзлар: жамоа шакллантириш, ёш футболчилар, саралаш, психологик хусусиятлар, ирсий омиллар, техник кўникмалар, онтогенез, мотивация, спорт фаолияти

Аннотация: В статье рассматриваются важность и методы отбора молодых игроков в процессе формирования команды. В статье описаны точные и эффективные методы отбора юных футболистов, основанные на исследовании физических, психологических и генетических особенностей юных футболистов, а также сенситивных периодов в процессе онтогенеза. Двигательные навыки, равновесие, технические навыки и психологическое состояние молодых игроков являются важными факторами при их отборе в команду, и этот процесс является

ключевым шагом на пути к будущему успеху. В исследовании также особое внимание уделялось генетическим и физиологическим особенностям молодых футболистов, их мотивации, а также общему анализу их спортивных результатов. В статье подчеркивается необходимость основывать процесс отбора молодых людей на индивидуальном подходе и научном анализе.

Ключевые слова: формирование команды, юные футболисты, отбор, психологические особенности, наследственные факторы, технические навыки, онтогенез, мотивация, спортивная деятельность.

Abstract: This article examines the importance and methods of selecting young players in the process of team formation. The article describes the precise and effective methods of selection based on the physical, psychological and genetic characteristics of young football players, as well as research on sensitive periods in the process of ontogenesis. The motor skills, balance, technical skills and psychological state of young players are important factors in selecting them for the team, and this process is a key step for future success. The study also paid special attention to the general analysis of the genetic and physiological characteristics of young football players, their motivation and their sports activities. In the article, it is emphasized that in the process of selection of young people, it is necessary to base it on individual assessment and scientific analysis.

Key words: team formation, young players, selection, psychological characteristics, genetic factors, technical skills, ontogenesis, motivation, sports activity.

КИРИШ

Жамоа шакллантириш жараёни ҳар бир спорт тури, хусусан, футбол учун муҳим аҳамиятга эга. Бу жараёнда ёш футболчиларнинг физик, психологик ва техник қобилиятларини тўғри баҳолаш, уларни жамоага танлаш ва махсус тренинг тизимини ишлаб чиқиш муҳим. Ёш футболчиларни саралаш жараёнида уларнинг биологик, физиологик ва психологик хусусиятлари ҳисобга олиниши зарур. Тўғри саралаш жараёни, уларнинг келажакдаги муваффақиятига асос бўлади, шунингдек, ишончли ва самарали жамоа шакллантириш учун асос яратади.

Ёш футболчиларнинг физик ва психологик хусусиятлари:

Ёш футболчиларни саралаш жараёнида физик ва техник қобилиятлардан ташқари, психологик ҳолатлар ҳам муҳим омил ҳисобланади. Тадқиқотлар кўрсатишича, футболчи ёшлигида мувозанат, даражали кўникмалар, чидамлилик ва ҳар қандай вазиятда ўзини тутиш қобилиятини шакллантириш катта аҳамиятга эга. Шунингдек, спортчи бола ёшлигиданоқ ишонч, мақсадга интилиш ва жамоада ҳамкорлик қилиш қобилиятига эга бўлиши керак.

Ёш футболчиларнинг психологик жараёнлари, уларнинг мотивациясини, қобилиятларни ва жамоа билан ишлаш қобилиятларини таъсир қилади. Футболда яхши натижаларга эришиш учун, футболчи бола фақат техник кўникмаларни эмас, балки жамоа руҳи, муаммоларни ҳал қилиш ва ўзини намоёни қилиш қобилиятларини ҳам ривожлантириши лозим.

Онтогенез ва сезувчан даврлар:

Онтогенез жараёнида инсоннинг мувозанатлашган қобилиятлари ва моторик имкониятлари ўсиб бориши табиий ҳолат. Ёш спортчиларнинг физик ҳолати ўзига хос тарзда ривожланади, ва бунинг учун сезувчан даврлар жуда муҳим. Бу даврларда спортчига бериладиган тренинг юкламалари мувозанатлашган ривожланишга олиб келиши мумкин.

Масалан, футболчиларнинг моторик қобилиятлари, масофани тез босиб ўтиш, тўп билан ишлаш ва тактик позицияларни жойлаштириш учун айна 7-11 ёш оралиғида шаклланади. Бу даврларда боланинг кўникмаси ва қобилиятлари осонлик билан ўзлаштирилади. Шунингдек, футболчини танлашда уларнинг ҳар бир қадами, мувозанат, тезкорлик ва тўғри позицияларда ҳаракат қилиш қобилиятларини эътиборга олиш лозим.

Ирсий ва биологик омиллар:

Ёш футболчиларни саралашда ирсий омилларнинг ўрни катта аҳамиятга эга. Ҳар бир ёш спортчининг организми индивидуал биологик хосликларга эга бўлиб, уларнинг генетик имкониятларини баҳолаш ёш спортчининг келажакдаги

натижаларини аниқлашда муҳим қадам бўлади. Шу билан бирга, ёш спортчининг физиологик ҳолати ҳам эътиборга олиниши керак. Бу жисмоний кўрсаткичлар, ҳарорат, юрак ҳажми, нафас олиш тизимининг ишлашини қамраб олади.

Ирсий таҳлиллар ёш футболчиларни танлашда янада самарали ва тўғри қарорлар қабул қилишга ёрдам беради. Шунингдек, ёш футболчиларнинг келажакдаги жисмоний қувватлари ва техник кўникмаларини чуқур таҳлил қилиш муҳим.

Мавзунинг амалий аҳамияти:

Ёш футболчиларни саралашнинг аниқ ва самарали усуллари, келажакда жамоа шакллантиришда муҳим роль ўйнайди. Тўғри саралаш жараёни футболда муваффақиятга эришишнинг асосий омилларидан биридир. Ёшларнинг ҳар бир биологик ва психологик хусусиятига эътибор қаратган ҳолда, уларнинг мусобақадаги иштироки, жамоа ўйинидаги ўрни, техник кўникмалари ва мотивациясини баҳо бериш зарур.

Аммо, бу жараёнда кўп ҳолларда эмпирик ёндашувларга эътибор қаратилса-да, спортчиларнинг ирсий ва психологик хусусиятлари ҳам умумий таҳлилдан ўтказилиши керак. Маълумки, 10-15 ёш оралиғидаги болаларнинг физик ва психологик хусусиятлари сезиларли даражада ўзгаради, шунинг учун бу ёш даврида катта эътибор билан саралашга ўтиш зарур.

ХУЛОСА

Жамоани шакллантириш жараёнида ёш футболчиларни саралаш нафақат уларнинг жисмоний имкониятларини баҳолашга, балки уларнинг психологик ҳолатини, мотивациясини ва генетик хосликларини таҳлил қилишга ҳам асосланиши керак. Тўғри саралаш жараёни ёш футболчиларнинг келажакдаги муваффақиятини таъминлайди ва жамоа тизимини шакллантиришда муҳим қадам бўлиб хизмат қилади. Шу боисдан, мураббийлар ва мутахассислар ёш футболчиларни танлашда фақат жисмоний кўрсаткичларга эмас, балки психологик ва ирсий хусусиятларга ҳам диққат қаратишлари керак.

АДАБИЁТЛАР

1. Акрамов Ж.А., Гулямов Н.Г., Сафарова Д.Д. Восстановление организма спортсменов из состояния перетренированности: эффект лазеротерапии. Материалы Международной конференции «Проблемы современной морфологии человека» 26 сентября Москва, 2008.
2. Никитюк Б.А., Четсов В.П. Морфология человека “изд-во МГУ”, 1990
Яковлев В.П. – Психологическая нагрузка и здоровье человека, // журнал Теория и практика физической культуры, №6 с., 2006.
3. Алексеенко Т.И. Возрастные показатели функционального состояния кардиореспираторной системы современных подростков. // Теория и практика физической культуры, 2007, №2.
4. Бриль М.С., Прозоров В.Н. Прогнозирование игрового амплуа юных футболистов в процессе комплектования команды. // Теория и практика физической культуры и спорта, Москва, 1988, №10.