Umarov Djamshid Xasanovich
O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti,
Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati kafedrasi professori
E-mail: jamshid-0505@mail.ru

QO‘QON, XORAZM VA BUXORO FUTBOL JAMOALARI O‘YINCHILARINING TEXNIK HARAKATLARINI TAHLIL QILISH

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.15442771

Annotatsiya. Maqolada Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining 16-17 yoshdagi futbolchilarini texnik harakatlarining miqdori va samaradorligi ko‘rsatkichlari o‘rganildi. Futbol jamoalarining musobaqalarda texnik harakatlarini o‘rganish orqali, texnik tayyorgarligi qanday darajada ekanligi aniqlandi va texnik tayyorgarligini rivojlantirish bo‘yicha kerakli metodikalar bo‘yicha tavsiyalar berildi.

Kalit so‘zlar: futbol jamoalari, texnika, tayyorgarlik, harakatlar, to‘p oshirish, rivojlantirish

Kirish

Sportchini tayyorlashda tayyorgarlik turlariga jismoniy, texnik, taktik, psixologik tayyorgarlik turlari kiradi. Ammo, ular ichida texnik tayyorgarlik alohida o‘rinda turadi. Bu tayyorgarlik tanlangan sport turini yaxshi o‘rganish va kurashlarda g‘olib bo‘lishning asosi hisoblanadi. Texnik jihatdan yaxshi tayyorgarlikka ega yosh futbolchilarning yetishmasligi milliy sport zaxirasining rivojlanish darajasiga salbiy ta’sir qiladi.

Futbolda sport yutuqlarining hozirgi bosqichida yuqori sport natijalariga erishish uchun hamma turdagi tayyorgarliklar muhimdir. Ayrim ekspertlarning fikricha, jamoa muvaffaqiyatining hal qiluvchi omillaridan biri sportchilarning yuqori darajadagi maxsus jismoniy tayyorgarligi edi. Ayrim olimlar tadqiqotlariga ko‘ra futbolda natijalarni hal qiluvchi omil texnik tayyorgarlik darajasini ta’kidlaganlar.

Shu bois sportda uzoq muddatli tayyorgarlik jarayonini optimallashtirish va futbolchilarning musoboqalashuv faoliyatining turli ko‘rsatkichlarini yaxshilash katta ahamiyatga ega. Bu borada 16-17 yoshli futbolchilarning musobaqa faoliyatining turli ko‘rsatkichlarini tahlil qiluvchi va umumlashtiruvchi, ular asosida o‘quv-mashq jarayoni rejalashtirilgan tadqiqotlar alohida ahamiyatga ega.

Futboldagi yakkama-yakka kurashlar sonining ko‘payishi, ko‘plab o‘yinlar shiddat bilan o‘tayotganini hisobga olsak, musobaqalardan olingan harakatlarining hajmini tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, hozirgi zamon futbolchilarga yuqori darajadagi tayyorgarlik talablarni qo‘yadi.

So‘ngi yillardagi O‘zbekiston chempionati futbol jamoalari o‘rtasidagi musobaqalar har tomonlama o‘rganishni, chuqur tahlil etish va zamonaviy talablarga javob beradigan futbolchilarni tayyorlash tizimini yaratishni va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishni talab qilishini ko‘rsatdi.

Oxirgi 10-15 yil davomida qayd etilgan mahalliy futbolchilarning o‘yin ko‘rsatkichlari bo‘yicha yetakchi xorijiy futbolchilardan ortda qolishi odatiy holat bo‘lib qolmoqda, shu sababli texnik tayyorgarlik darajasini takomillashtirish eng muhim masalalardan biri bo‘lib qolmoqda. Milliy futbolchilarning xalqaro maydonda raqobatbardoshligini kamaytirayotgan sabablar tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shulardan kelib chiqib, yuqori malakali futbolchilarning texnik harakatlari samaradorligini o‘rganish, hozirgi davrda dolzarb muammo bo‘lib, ularni hal etish uchun amaliy yechimlar zarurdir.

Adabiyotlar tahlili

Olimlar tomonidan futbolchilarining mashg‘ulotlarini olib borish, futbolchilarini texnik tayyorgarligi va asosiy jismoniy sifatlarini tarbiyalash bo‘yicha B.Ismoilov va R. Nabievlar bir qator tadqiqotlar olib borishgan.

Mustaqil davlatlar hamdo‘stligi

mamlakatlari olimlaridan futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini aniqlash, ularning harakat tayyorgarligini oshirish masalalari bo‘yicha V.V. Lobanovskiy va V.A. Zelentsov, V.I. Kuznetsov, N.A. Rogozhin kabi olimlar futbolchilarining texnik tayyorgarliklarini rivojlantirish va jismoniy tayyorgarligini oshirish muammolari ustida ilmiy izlanishlar olib borganlar.

Tadqiqot maqsadi. Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalari futbolchilarining texnik tayyorgarlik darajasini tahlil qilish va ularni rivojlantirish metodikasini aniqlash.

Tadqiqotning vazifalari.

16-17 yoshli futbolchilarning texnik harakatlarini tahlil qilish;

1-jadval

Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalari o‘yinchilarining texnik harakatlarining hajm ko‘rsatkichlari 2023 yilgi musobaqa o‘yinlarining tahlili (n=3)

T/r	Texnik harakatlarning ko‘rsatkichlar	Jamoalar		
		Qo‘qon	Xorazm	Buxoro
1	To‘pni oshirish (marta)	270	200	235
2	To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish (marta)	83	58	75
3	Jarima maydoniga to‘p oshirishlar (marta)	26	18	23
4	Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar (marta)	10	6	7
5	Darbozaga zarbalar (marta)	11	6	9

16-17 yoshli futbolchilarning texnik harakatlarini rivojlantirish metodikalarini o‘rganish.

Tadqiqotning tashkil qilish uslublari

Ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, pedagogik kuzatuv, pedagogik testlash, pulsametriya, matematik-statistika usullaridan foydalaniladi.

Futbolchilarning texnik tayyorgarliklarini tahlil qilish uchun Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining 16-17 yoshli futbolchilarini musobaqadagi o‘yinlarini pedagogik kuzatib borildi. Bunda o‘yin ko‘rsatkichlarining soni va tezligi aniqlandi. Texnik harakatlarning tahlillari 2023-yilda Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining 16-17 yoshli futbolchilarini musobaqalaridagi o‘yinlarida o‘tkazildi.

Tadqiqot natijalari va muhokamasi

Futbolchilarning asosiy harakat usullari. Futbolchi maydonda oldinga, orqaga, yonga harakat qila olishi, o‘z gavdasini boshqara bilishi, birdan to‘xtashi, yugurayotib, burila olishi zarur.

Futbolda yugurish asosiy harakat vositasidir. Bo‘sh joyga chiqib olish va raqib o‘yinchisini ta‘qib qilishda oddiy yugurish qo‘llaniladi. Orqaga yugurishdan asosan himoyalanuvchi o‘yinchilar foydalanadi va u qisqa, tez qadamlar bilan bajariladi.

Oyoqlarni chalishtirib yugurishdan harakatni chap yoki o‘ngga o‘zgartirishda, aldov qadamlardan foydalaniladi. U bir oz bukilgan oyoqlar bilan bajariladi. Yonga birinchi to‘g‘ri qadam qo‘yilib, so‘ngra ikkinchi aldov qadami qo‘yiladi (oyoq harakati yuqoriga emas yonga bajariladi).

Yugurishda futbolchi doimiy ravishda o‘zgarishlarga tayyor turishi lozim bo‘ladi. Tezlik va yo‘nalishning o‘zgarishi, qadamlarning o‘zgarishi, kutilmaganda tezlik olishni bilish va kerak paytda to‘xtash. Yugurish talablariga, shuningdek, to‘pni aniq olib yurish ham kiritiladi. Chunki harakatlanish chog‘ida to‘pni o‘zida ishonchli olib yurish, nazorat qilish lozimdir. To‘pni o‘zidan uzoqqa o‘tkazib yubormaslik kerak.

Havoda kelayotgan to‘p uchun kurashda o‘yinchilar odatda sakrashadi. Bunda to‘pni egallab olish uchun futbolchi yakkakurash-

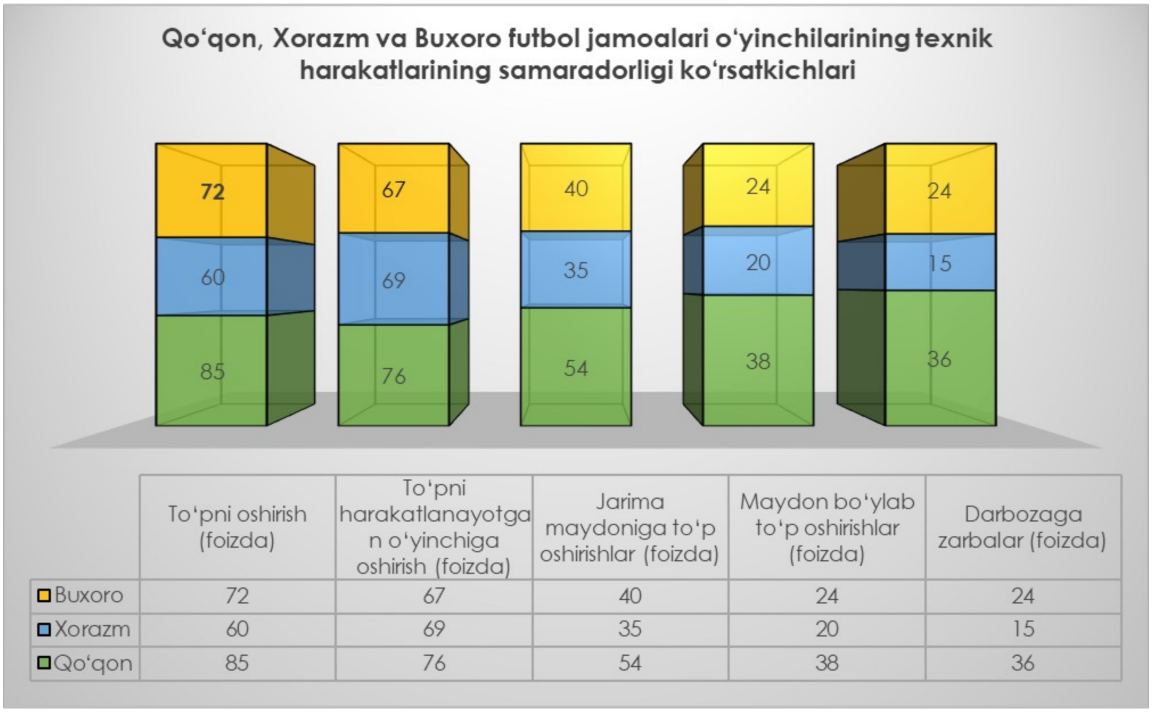
larda yelkasi va gavdasi bilan raqibni turtishi lozim, shu bilan birgaliqda uning harakatlariga qarshilik ko‘rsatishi kerak.

Lekin baribir futbolchining asosiy texnik usullari: to‘pni to‘xtatish va oshirish, olib yurish va aldamchi harakatlar, to‘pni tepish, olib qo‘yish, o‘yinga kiritish hisoblanadi.

Futboldagi texnik harakatlar asosan ikkiga bo‘linadi. To‘psiz harakatlar va to‘p bilan bajariladigan harakatlar kiradi. Har ikkalasi ham ahamiyatli hisoblanadi.

Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining o‘yinchilarini texnik harakatlaridan aynan to‘p bilan bajariladigan harakatlari o‘rganilgan.

Futbolchilarning o‘yindagi texnik harakatlarning informatsion ko‘rsatkichlaridan biri bu “to‘p oshirishlar” soni va aniqligi bo‘lib, barcha turdagi uzatmalar orasida aynan o‘yinchi to‘pni qabul qilganda, foydali deb ataladigan qulay vaziyatda “to‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish”ni ajratib olindi. Sherikdan, raqib tamoniga qarab harakat qilishda davom etadi. Raqibning yarim maydonda amalga oshirilgan bunday uzatmalarning hajmi



	To‘pni oshirish (foizda)	To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish (foizda)	Jarima maydoniga to‘p oshirishlar (foizda)	Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar (foizda)	Darbozaga zarbalar (foizda)
Buxoro	72	67	40	24	24
Xorazm	60	69	35	20	15
Qo‘qon	85	76	54	38	36

1-rasm. Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalari o‘yinchilarining texnik harakatlarining samaradorligi ko‘rsatkichlari 2023 yilgi musobaqa o‘yinlarining tahlili (n=3)

futbolchilarning texnik qobiliyatining ishonchli ko‘rsatkichlaridir. Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining o‘yinchilarini texnik harakatlari ko‘rsatkichlarini ko‘rib chiqamiz (1-jadval).

Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarini o‘yindagi texnik harakatlarini baholashda to‘pni oshirish, to‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish, jarima maydoniga to‘p oshirishlar, maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar, darbozaga zarbalar kabi nazoratlar o‘tkazildi.

Qo‘qon futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida umumiy 270 marta uzatma aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 83 marta harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar soni 26 tani tashkil etdi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar soni 10 tani tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda o‘yinchilar 11 marta harakat qayt etishdi.

Xorazm futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida umumiy 200 marta uzatma aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 58 marta harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar soni 18 tani tashkil etdi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar soni 6 tani tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda o‘yinchilar 6 marta harakat hisoblandi.

Buxoro futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida umumiy 235 marta uzatma aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 75 marta harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar soni 23 tani tashkil etdi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlar soni 7 tani tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda futbolchilar 9 marta harakat qilishgani aniqlandi.

Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining o‘yinchilarini texnik harakatlarini aniqligi foizlarda hisoblab chiqildi. Foiz ko‘rsatkichlar 1-rasmda berib o‘tildi.

Qo‘qon futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida 85% aniq harakat aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 76% aniq harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar 54% aniq harakat hisoblandi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlarda 38% aniq harakatni tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda o‘yinchilar 36% samarali harakat qilishgani aniqlandi.

Xorazm futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida 60% aniq harakat aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 69% aniq harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar 35% aniq harakat hisoblandi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlarda 20% aniq harakatni tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda o‘yinchilar 15% samarali harakat qilishgani aniqlandi.

Buxoro futbol jamoasi o‘yinchilari to‘pni oshirish nazoratida 72% aniq harakat aniqlandi. To‘pni harakatlanayotgan o‘yinchiga oshirish nazoratida 67% aniq harakat aniqlandi. Jarima maydoniga to‘p oshirishlar 40% aniq harakat hisoblandi. Maydon bo‘ylab to‘p oshirishlarda 24% aniq harakatni tashkil etdi. Darbozaga zarbalarda o‘yinchilar 24% samarali harakat qilishgani aniqlandi.

Olingan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbol jamoalari futbolchilarining texnik harakatlari bir-biridan farqli jihatlari mavjud.

Xulosa. Qo‘qon, Xorazm va Buxoro futbolchilarning musobaqalardagi texnik harakatlari samaradorligi tahlili shuni ko‘rsatdiki, 16-17 yoshli Qo‘qon futbol jamoasi futbolchilarining texnik tayyorgarligi darajasi qolgan jamoalardan sezilarli darajada yuqori ekanligi aniqlandi. Qo‘qon futbol jamoasi futbolchilarining mashg‘ulotlarida texnik tayyorgarliklariga alohida e’tibor berishlari musobaqalarda aniqlandi. Qolgan Xorazm va Buxoro futbol jamoasi futbolchilarining musobaqalardagi o‘yinlaridan shuni ko‘rish mumkinki, texnik tayyorgarliklari Qo‘qon futbol jamoasi futbolchilarining tayyorgarliklaridan past darajada ekanligi kuzatildi. Bu jamoa futbolchilarining texnik harakatlari zamon talablariga javob beradigan darajada emas. Asosiy o‘yin ko‘rsatkichlari bo‘yicha Xorazm va Buxoro futbolchilalari Qo‘qon sportchilari bilan teng bo‘lsada baribir ancha sustligi o‘rganishlar davrida aniqlandi.

Birinchi navbatda, o‘yin texnikasi qaror qabul qilish uchun vaqt yetishmasligi bilan bajarilishi kerak bo‘lgan raqib bosimi ostida o‘yin texnikasini bajarish ishonchliligi bo‘yicha;

ikkinchidan maxsus jismoniy tayyorgarlik darajasida va natijada o‘yin jarayonida harakat faoliyatlarining shiddatida;

Uchinchidan o‘yin davomida charchoqning kuchayishi va konsentratsiyaning pasayishi natijasida yuzaga keladigan ko‘plab noto‘g‘ri texnik harakatlarda bu jamoalarni kamchilik jihatlari kuzatildi.

Xorazm va Buxoro futbol jamoalarining 16-17 yoshli futbolchilari hozircha yangi shakllangan jamoalarga munosib raqobat ko‘rsata olayotganligini ko‘rish mumkin, ammo zamonaviy tayyorgarlik talab etadigan musobaqalarda kerakli natijalar ko‘rsata olmayapti.

Futbolchilarning katta qismida sport mahoratining yetarli darajada yuqori emasligi ko‘p jihatdan bir qancha omillarga bog‘liq: futbollar uchun uzoq muddatli tayyorgarlik dasturining yo’qligi, infratuzilmani rivojlantirishning past darajasi sport mashg‘ulotlari inshootlari va stadionlar yetishmasligi, futbolchilar bilan ishlaydigan malakali mu-

rabbiylar shtabi va jihozlarining yetishmasligidir.

16-17 yoshli futbolchilarning texnik tayyorgarligini optimal tashkil etish bo‘yicha quyidagi tavsiyalarni berish mumkin. Bu yosh davrida futbolchilar jismoniy va psixologik jihatdan shakllanayotgan bo‘lishi sababli, mashg‘ulotlar puxta rejalashtirilgan, yosh xususiyatlariga mos va individual yondashuv asosida tashkil etilishi lozim.

Texnik tayyorgarlik bo‘yicha tavsiyalar: Har kuni to‘p bilan mashg‘ulotlar olib borish, har ikki oyoq bilan pas, zarba va dribling ko‘nikmalarini rivojlantirish, harakat tezligi va texnikani o‘yin orqali o‘rgatish, oddiy drillardan boshlab, real o‘yin vaziyatlariga o‘xshash mashg‘ulotlar o‘tkazish kerak.

Texnik tayyorgarlikning to‘p bilan bog‘liq harakatlariga tegishli bo‘lgan to‘p oshirish harakatlarini rivojlantirish uchun har xil masofalardan to‘pni o‘yinchilar bir-birlariga uzatishlari lozim. Harakatlanish vaqtida va to‘xtab turgan vaziyatlarda to‘p oshirishlar shular jumlasidandir. To‘p yetkazishdan avval maydonni ko‘rib olish, keyin esa ochiq yoki ancha qulay turgan sherigiga oshirib berish kerak. Bunda to‘p oshiruvchi o‘yinchidan tashqari ochiq turgan sherigi ham o‘zini qayerda va qanday turganligini ishora bilan ko‘rsatib, yordam berishi shart.

Mashg‘ulotlarni tashkil qilishda umumiy yondashuvlar: Har bir futbolchining kuchli va zaif tomonlarini hisobga olish, ortiqcha zo‘riqish yoki jismoniy toliqishning oldini olish, nazariyani iloji boricha amaliy o‘yinlar orqali tushuntirish, ijobiy muhit yaratish, o‘ziga ishonchni oshirish, jamoaviy ruhni mustahkamlash 16-17 yoshli futbolchilarning texnik tayyorgarligini yuqori darajaga olib chiqishga ko‘mak beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining “Nodavlat sport-ta’lim muassasalarida olimpiya va paralimpiya sport turlari bo‘yicha sportchilarni tayyorlash va ularni davlat tomonidan qo‘llab-quvvatlash chora-tadbirlari to‘g‘risida” 22.08.2022 yil 466-sonli qarori.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 2022-yil 3-noyabrdagi PQ-414-sonli qarori.

3. Umarov D. K. Efficiency of using the strategic complex control algorithm for planning the training process of gymnasts at the phase of sports development // Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2021. – T. 2021. – №. 06. – C. 311-323.

4. Impact of Mobile Libraries on Youth Education in Uzbekistan D., Isroilova, Dildora, D., Khasanov, Dilmurod, G., Gafurova, Gulrukh, G., Urazaliyeva, Gulshoda, S., Rakhimov, Shixnazar Indian Journal of Information Sources and Services, 2025.

5. Dilmurod K. Development of endurance ability of 6th class pupils through track and field exercises as an after-school activity //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – T. 2. – №. 1. – C. 305-313.

6. Khasanov, D. The importance of using the circuit method in developing the endurance of middle school students. American journal of education and learning, 2025; 3(2), 334-344.

7. Jiyanov O.M. Methods of improving the physical fitness of young hand-to-hand fighters// Eurasian Journal of Sport Science 2023; 1(2): B-176-179.