

Date: 17th October-2025

FUTBOLCHI QIZLARNI O'YIN FAOLIYATI JARAYONIDA TEXNIK-TAKTIK HARAKATLAR TAVSIFLARI.

Erimmatov Sardor Gulmirza o'g'li

Alfraganus universiteti

Sport faoliyati kafedraasi o'quvchisi

+998886008210

Annatasiya: Maqolada yagona uslubiy yondashuvlar asosida yuqori mahoratli futbolchi qizlar bajaradigan o'yin funksiyalarini inobatga olgan holda texnik - taktik harakatlari tavsiflari keltirilgan. Sportchi qizlarning texnik – taktik usullar va tezkorlik – kuch tayyorgarligi xaritasi ishlab chiqilgan bo'lib, u sport takomillashishining turli bosqichlarida mashg'ulotlar jarayoniga o'z vaqtida tuzatmalar kiritish imkoniyatini beradi.

Kalit so'zlar: Futbolchi qizlar, tayyorgarlik, jismoniy, texnik, zarba berish, texnik – taktik harakatlar.

Kirish. O'yin faoliyati jarayonida futbolchi qizlar tomonidan koordinatsion murakkabligi yuqori bo'lgan harakatlarni bajarish aniqligi, asosan, sportchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasiga bog'liq bo'ladi. Shu bilan birga, bu sifatlar aniq harakatlanish masalalarini amalga oshirish uchun kerakli miqdoridan ancha ko'proq rivojlangan bo'lishi juda ham muhim. Agar, zikr etilgan harakatlar sportchining jismoniy imkoniyatlari chegarasida, ya'ni zahirasiz bajarilgan bo'lsa, ular o'z samaradorligini sezilarli darajada yo'qotadilar. Sport o'yinlari bo'yicha mutaxassislarning bir qator tadqiqotlarida [1,2] jismoniy, ko'pchilik hollarda esa, va tezkorlik - kuch tayyorgarlik darajasi o'zaro bir – birlari bilan ziddiyatga keluvchi topshiriqlar hisoblanishi ta'kidlanadi.

Nazariy nuqtai nazardan, mazkur muammo, sportchilarning texnik mahoratini musobaqa mashqlarida va oddiy texnik testlarda namoyon bo'ladigan harakatlanish sifatlari nisbati bo'yicha baholash taklif etayotgan bir qator olimlarning [2,3] izlanishlarida yetarli darajada batafsil yoritilgan.

Futbol rivojlanishining zamonaviy bosqichida eng nufuzli musobaqalarda yuksak sport natijalariga erishish uchun maxsus jismoniy sifatlarning, umuman olganda, qaysilarini rivojlantirish kerakligini aniqlash qiyin.

Yuqorida bayon etilganlarni inobatga olgan holda **tadqiqotning maqsadi** yuqori malakali futbolchi qizlarning tezkor–kuch tayyorgarligi bilan o'yinli harakatlarni bajarish aniqligi o'rtasidagi o'zaro bog'lanish darajasini o'rganish bo'ldi.

Tadqiqot usullari va uni tashkil etish. Tadqiqot usullari sifatida ilmiy – uslubiy adabiyot ma'lumotlarini tahlil qilish va umumlashtirishdan, laboratoriya testi o'tkazishdan, pedagogik test o'tkazishdan, ekspert baholashdan, matematik statistika usullaridan foydalanildi.

Sportchilarning jismoniy va texnik tayyorlanganlik darajasini baholash uchun quyidagi testlardan foydalanildi: «Joyidan turib uzunlikka va balandlikka sakrash»,



Date: 17th October-2025

«uchxatlab sakrash», «yuqori startdan va birdaniga 15 metr ga yugurish», «to'pni aniq uzoq masofaga oshirish (28 m)», «joyidan va yugurib kelib to'pni imkon qadar uzoqroqqa ikki qo'lda otish», «oyoq bilan to'pni uzoq masofaga zarba berish».

O'yin davomida sportchi qizlar tomonidan bajariladigan texnik – taktik harakatlar soni futbolchi qizlarning maxsus jismoniy tayyorlanganlik darajasining bilvosita ko'rsatkichi hisoblanadi. O'yinchining aniq bajargan usullari sonini ularning umumiy soniga nisbatini ifodalaydigan ishonchlik koeffitsienti o'yinchining texnik–taktik tayyorlanganligini (TTT) xarakterlaydigan miqdoriy ko'rsatkich hisoblanadi.

Futbolchi qizlarning musobaqalarda ishtirokini va pedagogik kuzatish natijalarini tahlil qilish katta ahamiyat kasb etdi. Tajriba va nazorat guruhlar murabbiylari sportchi qizlarning o'yin faoliyatlarini pedagogik kuzatish natijalariga ega bo'ldilar va bu ularga mashg'ulotlar jarayoniga mos tuzatmalar kiritish imkoniyatini berdi.

Olingan natijalar va ularni muhokamasi. Osiyoning va O'zbekistonning yetakchi jamoalarining o'yin faoliyatini pedagogik taqiqot natijalari asosida quyidagi: to'pni uzatish; darvazaga zarbalar; kurashda bosh bilan zarba berish usullarining tezkorlik – kuch tayyorgarligi darajasini aniqlash imkoniyatiga ega bo'ldik. Ushbu maqsad yo'lida texnik–taktik harakatlar xaritasi ishlab chiqildi va ishonchlik koeffitsienti (IK) hisoblab topildi (jadvalga qarang).

Bizning tadqiqotlarimiz xorij terma jamoalarida bir o'yin davomida o'rta masofalarga to'pni uzatishlar soni deyarli bir xil ekanligini aniqlash imkonini berdi. Biroq, agar ushbu usul bo'yicha IK solishtirilsa, u holda bajarish sifatidagi farq ayon bo'ladi. O'zbekiston oliy liga jamoalarida IK 0,63 ga, yetakchi xorij jamoalarida esa u 0,73 ga teng.

Turli o'yin usullarini bajarish sifatini baholashda xorij jamoalariga nisbatan (36) O'zbekiston jamoalari tomonidan uzoq masofalarga to'pni uzatish kam (24) bajarilishi aniqlandi.

O'yinchilarning amplusini inobatga olgan holda himoyachilar va hujumchilarda IK ko'rsatkichlarida uncha katta bo'lmagan farqlar aniqlandi.

O'rta chiziqdagi futbolchi qizlarda ancha sezilarli farqlar kuzatildi. Chunonchi, xorij jamoalari ushbu amplus sportchi qizlarining IK (0,75) O'zbekiston terma jamosiga (0,64) nisbatan ancha yuqori va oliy liga jamoalari ko'rsatkichlariga (0,34) nisbatan sezilarli katta. Shu bilan birga, oliy liga jamoa ko'rsatkichlarini terma jamoaniki bilan futbolchi qizlarning o'yin harakatlarida so'zsiz aks etadigan mahoratlar, mas'uliyat me'yori va boshqalarni inobatga olgan holda solishtirish kerakligini ta'kidlash lozim.

O'zbekiston birinchiligini pedagogik kuzatishlar jarayonida o'rta va uzoq masofalardan darvozaga berilgan zarbalarining miqdori va sifati o'rganildi.

O'zbekiston terma jamoasi o'yinchilari mas'uliyatli xalqaro uchrashuvlarda ancha ko'proq o'rta va uzoq masofalardan (mos ravishda, 12 va 10), raqiblari esa (8 va 4) kamroq hujum qildilar. Biroq, O'zbekiston terma jamoasi futbolchi qizlarining ko'p sonli hujumlariga yuqori aniqlik yetishmadi.



Date: 17th October-2025



Shu munosabat bilan xorij sportchi qizlarining natijalari, butun jamoalar sifatida ham, hujum chiziqlari bo'yicha ham, ustun ko'rinadi. O'zbekiston terma jamoasi sportchi qizlarining nisbatan kichik ishonchlilik koeffitsientini, ko'proq, xorij terma jamoalarini (ichki birinchilik o'yinlariga nisbatan) boshqa bir qator omillarni ta'siriga nisbatan ancha mahoratli himoya harakatlari bilan tushuntirish mumkin.

To'pni 20 metrda ortiq masofaga maydonning yon chizig'idan o'yinga kiritish singari muhim ko'rsatkichni qarab chiqamiz. yetakchi xorij jamoalarining futbolchi qizlari mazkur texnik usuldan bir o'yin davomida o'rta hisobda 6 marta (IK – 0,72); O'zbekiston terma jamoasi a'zolari – 2 marta (IK – 0,54); oliy liga jamoa a'zolari esa – 1 marta (IK - 0) foydalanganlar.

Yuqorida keltirilgan ko'rsatkichlar to'pni qo'l bilan yon chizig'idan o'yinga kiritish singari muhim usulni takomillashtirishga yetarlicha e'tibor berilmayapti deb hisoblash imkoniyatini beradi. Mazkur texnik usulni bajarish sifatini oshirishga yo'naltirilgan maxsus mashqlarni ishlab chiqish jamoalarning taktik imkoniyatlarini ancha kengaytirish imkonini beradi.

XULOSA. Tahlil qilingan o'yinlarga yakun yasab ayollar futbol jamoalarining jismoniy va texnik tayyorgarligi va mahorati darajasi bo'yicha ayollar futboli rivojlanishining zamonaviy bosqichida tezkor – kuch sifatlarini yuqori darajada namoyon bo'lishiga asoslangan o'yin harakatlari tobora ko'proq ahamiyat kasb etib borayotganligini ta'kidlash mumkin.

To'pni uzatish va qo'l bilan uni o'yinga kiritish, yakkakurashlarda to'pni bosh bilan uynash singari bunday texnik usullariga ko'ra o'yin faoliyatiga maksimal darajada yaqinlashtirilgan maxsus mashqlar majmuasini ishlab chiqishni talab qilishini ta'kidlaymiz. Shu bilan birga, mashg'ulotlar o'tkazish jarayonini shunday tashkil etish kerak – ki, futbolchi qizlarning tezkorlik – kuch tayyorgarligi darajasini oshirish o'yin harakatlarini bajarishda ishonchlilik koeffitsientini ortishgi olib kelsin.

ADABIYOTLAR:

1. Godik M.A. Fizicheskaya podgotovka futbolistov. M.: Terra–Sport, 2006- 272 s.
2. Matveev L.P. modelno-selevoy podxod k postroeniyu sportivnoy podgotovki // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury.- 2000, № 2- s. 28-37.
3. Yusupov N.M., Yukori malakali futbolchi qizlarning tezkor-kuch va texnik taktik tayyorgargarliklari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik dinamikasi.// Fan-sportga-4. 2017 56-61 bet.