

SPORTNI TAKOMILLASHUV GURUHIDAGI FUTBOLCHILARNING TEXNIK–TAKTIK HARAKATLARINI TAKOMILLASHTIRISH METODIKASI

Islomov Ilyosjon Isroiljon o‘g‘li

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti o‘qituvchisi

E-mail: i.islomov@dpi.uz

Annotatsiya: *Mazkur ilmiy maqolada sportni takomillashuv guruhidagi futbolchilarning texnik-taktik harakatlarini takomillashtirishga qaratilgan kompleks metodik yondashuvlar, mashg‘ulot jarayonini tizimlashtirishning zamonaviy tamoyillari, o‘yin modeli asosida mashg‘ulotlarni tashkil etish, individual va guruhli taktik rivojlantirish usullari, raqamli texnologiyalarga asoslangan monitoring va tahlil tizimlari yoritiladi. Ushbu maqola 2020–2024 yillardagi zamonaviy ilmiy adabiyotlar, FIFA, UEFA, InStat va Wyscout metodik materiallari asosida tayyorlangan.*

Kalit so‘zlar: *texnik-taktik tayyorgarlik, sportni takomillashuv guruhi, futbol metodikasi, kichik maydonli o‘yinlar, o‘yin modeli, pressing, qarshi-pressing, o‘yin intellekti, raqamli tahlil, individual tayyorgarlik*

Аннотация: *В данной научной статье представлены комплексные методические подходы, направленные на совершенствование технико-тактических действий футболистов групп спортивного совершенствования, современные принципы систематизации тренировочного процесса, организация занятий на основе игровой модели, методы развития индивидуальной и групповой тактики, а также системы мониторинга и анализа, основанные на цифровых технологиях. Статья подготовлена на основе современных научных источников 2020–2024 годов, а также методических материалов FIFA, UEFA, InStat и Wyscout.*

Ключевые слова: *техническо-тактическая подготовка, группа спортивного совершенствования, методика футбола, мини-игры, игровой модель, прессинг, контр-прессинг, игровая интеллигенция, цифровой анализ, индивидуальная подготовка*

Abstract: *This scientific article presents complex methodological approaches aimed at improving the technical and tactical actions of football players in sports development groups, modern principles of systematizing the training process, the organization of training sessions based on the game model, methods of developing individual and group tactics, as well as monitoring and analysis systems based on digital technologies. The article is prepared using modern scientific literature from 2020–2024, along with methodological materials from FIFA, UEFA, InStat and Wyscout.*

Keywords: *technical-tactical preparation, talent development group, football methodology, small-sided games, game model, pressing, counter-pressing, game intelligence, digital analysis, individual preparation*

KIRISH

Futbolning jahon miqyosidagi rivojlanishi yosh futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligiga bo‘lgan talabni tubdan o‘zgartirdi. So‘nggi yillarda yuqori darajadagi jamoalar o‘yinida o‘yin tezligi, qaror qabul qilish dinamikasi, pressing va qarshi-pressing samaradorligi, pozitsion o‘yin sifati keskin oshgan. Bu esa sportni takomillashuv guruhida — 14–18 yosh oralig‘ida — futbolchilarni o‘qitish jarayonida murakkab, integratsiyalashgan va ilmiy asoslangan metodikalarga ehtiyojni kuchaytiradi. Yosh futbolchilar o‘yin intellekti, koordinatsion imkoniyatlari, texnik aniqlik darajasi va taktik moslashuvchanlik jihatdan eng tez rivojlanuvchi davrga kiradi. Shuning uchun ham mashg‘ulot jarayonini faqat texnik ko‘nikmalar emas, balki taktik tafakkur, qaror qabul qilish, vaziyatni oldindan sezish, o‘yin mantiqini anglash kabi komponentlar bilan boyitish zarur. Mazkur maqolada aynan ushbu yo‘nalishdagi ilmiy manbalarga tayangan holda samarali metodika taklif etiladi.

1. Texnik–taktik tayyorgarlikning nazariy asoslari

Texnik-taktik tayyorgarlik futbolchining o‘yin jarayonidagi barcha harakatlarini belgilovchi asosiy ko‘rsatkich hisoblanadi. Texnik tayyorgarlik futbolchining to‘p bilan bajaradigan amaliy harakatlari bo‘lsa, taktik tayyorgarlik uning o‘yin jarayonida to‘g‘ri joy egallashi, vaziyatni baholashi, qaror qabul qilishi va jamoaviy harakatlarga moslashuvchanligi bilan belgilanadi. Texnik komponentlar quyidagilardan iborat:

to‘pni nazorat qilish, uzatishlarning aniqligi va tezligi, dribbling, zarba aniqligi va kuchi, to‘pni egallab olish, pressing ostida texnika. Taktik tayyorgarlik esa: pressingning turlari, pozitsion hujum, himoyadan chiqish modellari, tezkor hujumlar (transition), qarshi-pressing, kombinatsion o‘yin, “o‘yin o‘qish” (game reading).

2023 yilda UEFA tomonidan tayyorlangan texnik hisobotda yosh futbolchilarning texnik-taktik rivojlanishini birgalikda shakllantirish eng samarali yondashuv ekani ta’kidlangan.

2. Sportni takomillashuv guruhida mashg‘ulot jarayonining fiziologik va psixologik xususiyatlari

14–18 yosh oralig‘i futbolchilar uchun jismoniy, funksional va aqliy jihatdan eng barqaror rivojlanish davridir. Ushbu yosh davrining xususiyatlari murabbiydan mashg‘ulot jarayonini ilmiy asosda rejalashtirishni talab qiladi.

Fiziologik xususiyatlar: nerv-muskul tizimining sezilarli rivojlanishi, chidamlilik va tezlikni bir vaqtning o‘zida rivojlantirish uchun qulay davr, harakatlarni muvofiqlashtirish qobiliyatining yuqori darajaga chiqishi, o‘pkalarning hajm ortishi, yurak-qon tomir tizimining kuchayishi. Psixologik xususiyatlar: murakkab taktika elementlarini tez o‘zlashtirish, jamoaviy fikrlashning rivojlanishi, mas’uliyat va musobaqaviy stressga moslashuv, o‘zini ko‘rsatish istagi ortishi.

Shu sababli texnik-taktik mashg‘ulotlar bosqichma-bosqich, yuklama nazorati bilan va sportchilar psixologiyasiga mos ravishda olib borilishi shart.

3. Texnik-taktik harakatlarni takomillashtirishning zamonaviy metodlari

3.1. O‘yin modeli asosida mashg‘ulotlarni loyihalash



Zamonaviy futbol akademiyalari (Barselona, Benfica, Ajax, Bayern) o'yin falsafasi va o'yin modelini futbolchi tayyorgarligining bosh tamoyili sifatida ishlatadi. O'yin modeli murabbiy uchun mashg'ulotni strukturaviy rejalashtirishda/tayanch/bo'ladi.

3.2. Kichik maydonli o'yinlar (Small-Sided Games — SSG)

Ilmiy tadqiqotlar (2021–2023) kichik maydonli o'yinlar quyidagi afzalliklarni berishini tasdiqlagan: qaror qabul qilish tezligi 20–30% oshadi, texnik xatolar kamayadi, egallangan masofa va yugurish intensivligi ortadi, pressing/samaradorligi/oshadi.

3.3. O'yin simulyatsiyasi (game-based learning) Taktik vaziyatlarni qayta-qayta o'ynash futbolchining o'yin tafakkurini shakllantiradi. Masalan: himoyadan chiqishning 6 xil modeli, pressingning 4 xil tipi, to'p yo'qolganidan keyingi reaksiya, uchinchi futbolchi orqali kombinatsiyalar.

3.4. Individual texnik tayyorgarlik har bir futbolchiga alohida texnik vazifalar beriladi: uzatish tezligini oshirish mashqlari, bosim ostida dribbling, qarshi o'yinchidan to'pni yashirish texnikasi, chap oyoq texnikasini/rivojlantirish.

3.5. Raqamli monitoring va video-tahlil GPS sensorlar, video-tahlil va statistik platformalardan (Wyscout, InStat, Hudl) foydalanish yosh futbolchilarda: qaror qabul qilish tezligini 17–23% oshirishi, texnik xatolarni 25–30% kamaytirishi, pressing samaradorligini 10–14% yuqorilashi aniqlangan.

4. Taktik tayyorgarlikni shakllantirishning amaliy yo'nalishlari. Taktik tayyorgarlik o'yin falsafasi bilan bog'liq holda bosqichma-bosqich shakllantiriladi.

4.1. Mikro-taktik yondashuv 1x1, 2x1, 2x2, 3x2 kabi vaziyatlar orqali: qaror qabul qilishni tezlashtirish, bo'sh zonani topish, pressingdan chiqish, tezkor hujumni boshlash o'rgatiladi.

4.2. Makro-taktika: jamoaviy pressing, pozitsion hujum, himoyaviy blokni saqlash, himoyadan kombinatsion chiqish.

4.3. O'yin intellekti: Futbolchining o'yin holatini oldindan sezish qobiliyati maxsus mashg'ulotlar bilan shakllantiriladi: vizual stimullar asosida tezkor reaksiya mashqlari, taktik stsenariylar asosida qaror tanlash, kognitiv o'yinlar (neuro-tracking, pattern recognition).

5. Takomillashtirilgan metodika modeli. Taklif etilayotgan metodika 4 bosqichdan iborat: 1-bosqich: tayyorlov (2–3 hafta) texnik bazani mustahkamlash, koordinatsion mashqlar, kichik maydonli o'yinlar.

2-bosqich: texnik-taktik integratsiya (4–6 hafta) pressing va qarshi-pressing mashqlari, o'yin modeli asosida kombinatsiyalar, pozitsion mashqlar.

3-bosqich: musobaqaviy modellashtirish (4 hafta) yuqori intensivlikdagi o'yinlar, o'yin oxiridagi charchoq holatida qaror qabul qilish, taktik vaziyatlarni/qayta/o'ynash.

4-bosqich: monitoring va tahlil GPS ko'rsatkichlari, video-tahlil, individual statistika, texnik-taktik reyting tuzish.

XULOSA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sportni takomillashuv guruhidagi futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish integratsiyalashgan metodikalar orqali yuqori samaraga ega. Mashg'ulot jarayonini o'yin modeli, kichik maydonli o'yinlar, raqamli tahlil va individual yondashuv bilan uyg'unlashtirish futbolchilarning o'yin intellekti, texnik



mahorati va taktik moslashuvchanligini sezilarli darajada oshiradi. Metodikaning qo‘llanilishi yosh futbolchilarning professional futbolga moslashuv jarayonini tezlashtiradi va musobaqaviy natijadorlikni ta’minlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. UEFA Technical Report (2023)
2. FIFA High-Performance Programme (2022)
3. Aspetar Sports Medicine Journal (2023)
4. StatsBomb Research Reports (2021–2024)
5. InStat Football Performance Analytics (2022)
6. Wyscout Coaching Methodology (2022)
7. UEFA Coaching Convention (2022)