# KISHI MEKTEP JASINDAǴI BALALARǴA FUTBOL TOBIN TEBIWDI ÚYRETIW ÓZGESHELIKLERI

***Jumaniyazov Q. T.***
*NMPI dene tárbiyası teoriyası hám metodikası kafedrası assistent oqıtıwshısı*
***Mırzambetov P. Sh.***
*NMPI dene tárbiyası teoriyası hám metodikası kafedrası úlken oqıtıwshısı*
***Utegenov M. B.***
*NMPI Sport pánleri kafedrası assistent oqıtıwshısı*

**Tayanch sozlar:** jismoniy tarbiya, sport, mashq, futbolchi, jismoniy sifatlar, texnika, darvoza, harakatli o`yinlar.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, спорт, тренировка, футболист, физические качества, техника, ворота, подвижны игры.

**Key words:** physical education, sports, training, footballer, physical qualities, techniques, goal, outdoor games.

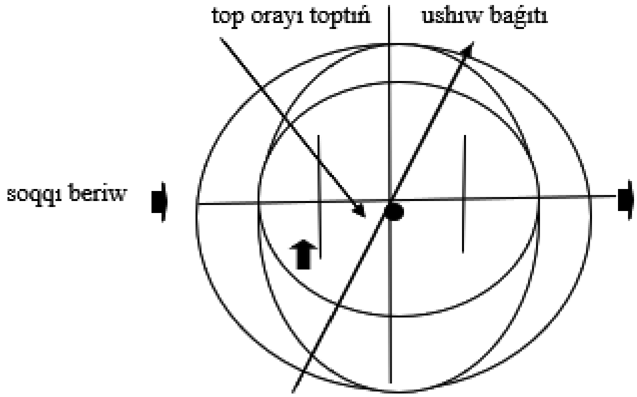
Futbolshılardıń oyındı tabıslı tamamlawı jeńiske erisiwi, olardıń qarsılas komandaları dárwazasına kirgizgen toplarına baylanıslı. Olardıń toptı dárwazaǵa jollaw sheberligi qanshama joqarı bolsa komandanıń nátiyje kórsetkishi de sonshama bálent boladı. Toptı dárwazaǵa kirgiziw futbol texnikası elementleri qatarına kiredi. Sport mekteplerindegi texnikalıq shınıǵıwlardı jaqsı jolǵa qoyıw olarǵa sabaq beriwshi ustaz trenerlerdiń mamanlıǵına baylanıslı. Kishi mektep jasındaǵı oqıwshılar futbol sırların úyreniwde ózleriniń barlıq háreketlerin salıstırmalı túrde eliklew arqalı úyrenip baradı. Oqıwshılardıń top tebiw texnikasın úyreniwdegi háreketleri júdá kóp mashqalalardı jeńiw menen baylanıslı boladı. Toptı tebiwde, ózlestiriwde, shuǵıllınıwshılarǵa qáteliklerin dúzetiwge járdem beriw ushın trener óz waqtında aralasıwı, jiberilgen qáteliklerge toqtap ótiw júdá jaqsı tásir jasaydı. Shuǵıllanıwshılar top tebiwdi qalay orınlamasın, olar usı háreketti orınlawda tómendegilerge dıqqat awdarıwı kerek. Egerde top tebilgennen soń oyınshınıń qálegen baǵdarında ketpese, demek toptıń kerekli noqatına soqqı berilmegen boladı. Toptıń háreketi oǵan bolǵan qatnas, kúsh salıw baǵıtına baylanıslı boladı. Shuǵıllanıwshılar toptı

tebiwdi orınlawda, bir qatar qaǵıydalarǵa kewil awdarıw talapqa muwapıq boladı: [2]

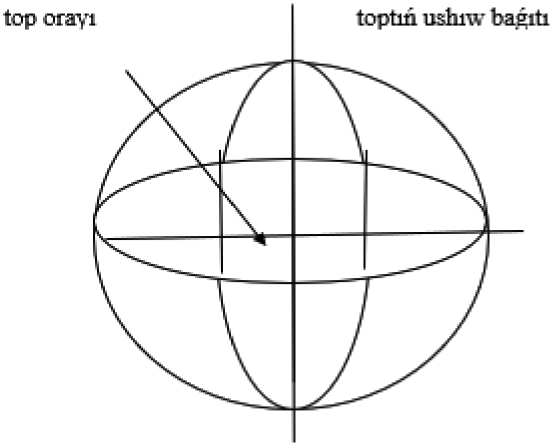
1. Egerde háreketsiz yamasa domalap kiyatırǵan toptıń dál ortasına soqqı berilse, top tuwrıǵa baǵıt aladı.

2. Egerde toptı joqarıǵa tebiw kerek bolsa, toptıń dál ortası hám toptıń astına tebiw kerek.

3. Egerde top tebiwde toptıń ortasına tiymese, top aylanıp ushadı.




Kúsh salıw yamasa tebiliw noqatı




Joqarıda oyınshılardıń toptı tebiwde dıqqat awdarıwı kerek bolǵan, toptıń tebiw noqatlarına soqqı berilgende qanday baǵıtta ushıwları sxema esabında kórsetilgen. Jaqsı texnikaǵa iye bolıwı óz-ózinen jaqsı futbolshı degendi ańlatpaydı. [3]

Toptı «Seziw» termini futbolshılar arasında keńnen taralǵan. Bul sezimdi kishi jastan baslap tárbiyalaw júdá áhmiyetli sebebi bul shınıǵıw, toptı tebiw,

dárwazanı nıshanǵa alıwdıń tiykarı bolıp esaplanadı. Kishi mektep jasındaǵı sportshılardı top tebiwdiń anıqlıǵına úyretiwde, hár qıylı, qızıqlı oyınlardan paydalanıw jaqsı járdem beredi. Shuǵıllanıwshılar bul oyınlardı úlken qızıǵıwshılıq penen oynaydı. Oyınlardıń jáne bir unamlı tárepleri sonnan ibarat, olar tek ǵana sport mekteplerinde emes, al dene tárbiyası sabaqlarında da oynawǵa boladı. [1]

Bul óz gezeginde sportshılarǵa da, olardıń texnikalıq ámellerin jetilistiriwge de tásir jasaydı. Basqasha qılıp aytqanda oyınlar shınıǵıwlardı jetilistiriw hám bekkemlew xızmetin atqaradı. Usınday oyınlardıń biri «Kegli» oyını. On-jigirma metr aralıǵındaǵı maydanshanıń orta sızıǵına kegliler ornatıladı, olardı toplar, yamasa jerge shanıshılǵan tayaqshalar menen almastırıwǵa boladı. Maydanshanıń eki tárepinde oyınshılar jaylasadı. Qaysı komanda qanshama kóp kegli, top yamasa tayaqshalardı qulatıwǵa erisse jeńimpaz boladı. [4]

«Qorǵanıw oyını». Belgili sheńber ishinde (orayında) toplar, yamasa bayraqshalar ornatılıp olar qorǵan xızmetin atqaradı, sheńber sırtında jaylasqan oyınshılar toptı bir-birine uzatıp qorǵawshılar bar qorǵandı buzıwǵa tırısadı. Bir yamasa bir neshe «Qorǵawshı» oyınshılar qorǵannıń buzılıwına jol qoymawǵa tırısadı. Qorǵawshılar qolları menen toptı qaytarıwǵa haqısı joq. [5]

«Bos dárwaza». Maydan ishine 1-1,5 metr keńlikte dárwaza qoyıladı. Sheklew sızıǵı sırtında eki oyınshı jaylasadı. Olardıń uazıypası jerde turǵan toptı dárwazaǵa urıw. Belgilengen waqıt ishinde kim kóp gol ursa, jeńimpaz boladı. [5]

Bul joqarıda kórsetilgen oyınlardıń barlıǵı kishi mektep jasındaǵı sportshılardıń top penen islesiw kónlikpesin asırıwǵa xızmet etedi. Álbette - bul jastaǵı balalar toptı barlıq kúshi menen tebiwdi qáleydi. Biraq bunıń ushın durıs top uzatıwdı meńgerip alıw maqul boladı, sebebi tek ǵana durıs hám qolaylı top uzatıw toptıń dárwazaǵa jollanıwına tiykar saladı. Toptı tebiw texnikalıq element, al jaqsı texnikaǵa iye bolıw ushın hár bir futbolshı hár tárepleme tayarlıqqa iye bolıwı lazım. Zamanagóy futboldı jaqsı fizikalıq tayarlıqsız kóz aldımızǵa keltiriw múmkin emes. Toptı dárwazaǵa urıw menen birge, ulıwma futbolshıǵa kerek bolǵan basqa barlıq háreketlerdi orınlawda háreket tezligi úlken áhmiyetke iye. Shaqqan háreket etiw futbolshıǵa tiykarınan 6-50 metr arlıǵında kerek boladı. [1]

Futbolshı sprinterdey bolıp juwıra biliwi kerek. Bunday juwırıwlar oyında júdá qısqa waqıt ishinde qaytalanadı. Al olardı birdey tezlikte orınlaw ushın, jaqsı shıdamlılıqqa da iye bolıw talap etiledi. Tezlik shıdamlılıǵı degenimizde, birdey aralıqqa, birdey tezlikte qaytalap juwırıwdı túsinemiz. Egerde mektep oqıwshıları texnikalıq elementlerdi úyrengisi kelse hám oyında sawatlı túrde

texnikalıq háreketlerdi orınlaǵısı kelse, onda olar shaqqan, shıdamlı, kúshli hám epshil bolıwı kerek. Al bulardıń barlıǵı fizikalıq tayarlıqqa barıp taqaladı. Fizikalıq sapalar hám texnikanı jetilistiriwdi bara-bar alıp barıw kerek. Balalar oqıw-shınıǵıwlarında ulıwma fizikalıq tayarlıq tómendegidey shınıǵıwlarǵa toqtap ótiwge boladı. [2]

1.Juplasıp, dáslep 20 m, keyin 30 hám 50 m tez juwırıw. Shınıǵıw dáslep úsh márte qaytalanadı, al bir neshe háptelik oqıw-shınıǵıwlardan keyin 5-10 márte qaytalaw zárúr.

2.Birinshi shınıǵıwdı orınnan emes, al áste juwırıwdan keyin orınlaw.

3.Joqarıda kórsetilgen shınıǵıwlardı hár qıylı jaǵdaylarda orınlaw zárúr - otırǵan halda, dizede turıp, juwırıw baǵıtına arqa menen turıp hám taǵı basqalar.

4.Toptı alıp júriwdi dárwaza maydanı sırtınan, maydan orta sızıǵına deyin on ret qaytalaw. Toptı 2-3 metrden uzaqqa jiberiw qadaǵan etiledi. Dáslep top alıp júriw áste tezlikte, keyin maksimal tezlikte orınlanadı.

5.6-10 márte dárwaza maydanı sırtınan áste-aqırın tezlikte top penen orta sızıqqa deyin juwırıw, maydan orta sızıǵına jetkennen soń dárhal burılıp tezlikti asırıw, járiyma maydanına jetip kelip toptı dárwazaǵa jollaw.

6.Toptı 50 metr aralıqqa, ayaqtıń ortası hám sırtqı tárepi menen alıp júrip jarısıw. [3]

Fizikalıq shınıǵıwlar hám toptı alıp júriw ámelleri jeterli dárejede ózlestirilgennen soń, toptı tebiw shınıǵıwlarına ótiwge boladı. Toptı da tebiwdi barlıq kúsh penen orınlaw jaqsı kónlikpe biraq, dáslep usı gol jaǵdaydı jaratıw ushın jaqsı pas beriwdi de úyrenip alıw kerek. Eń dáslep toptı ayaqtıń ishki tárepi menen uzatıwdı úyrenip alıw qolaylı. Bul ámeldi úyreniwde tómendegi kórsetpelerge boysınıw talapqa muwapıq boladı.[4]

1.Tayanısh ayaǵı dize buwında sál búgiledi hám toptıń qasına qoyıladı. Ayaq ushı top tebiw baǵıtına qaratılǵan.

2.Tebiwshi ayaqtıń ushı sál kóterilgen.

3.Topqa ayaqtıń ishki tárepiniń úlken maydanı menen soqqı beriledi.

4.Gewde top ústine iyilgen, deneniń awırlıǵı tayanısh ayaqqa ótedi.

Ayaqtıń sırtqı tárepi menen tebiwdi úyreniwde, juwırıp keliw hám tayanısh ayaqtıń topqa qaraǵanda salıstırmalı baylanıslı boladı. Bunda tómendegilerge kewil bóliw kerek. .[2]

1.Juwırıp keliw topqa qıyalap orınlanadı.

2.Sál búgilgen tayanısh ayaǵı toptıń bergi jaǵına hám qaptalıraqqa qoyıladı.

3.Tebiwshi ayaqtıń ushı tómenge qaratılǵan.

4.Deneniń awırlıǵı tayanısh ayaqqa ótedi.

Egerde toptıń joqarı ushıw traektoriyasına iye bolıwı kerek bolsa, gewde azmaz arqaǵa awısadı. Ayaq ústiniń ortası menen tebiw, bul ámel toptı kúshli jollawǵa múmkinshilik beredi.

1. Juwırıp keliw baǵdarı tebiw baǵdarı menen birdey.
2. Tayanısh ayaǵı top qasında, onıń ushı tuwrı tebiw baǵıtına qaratılǵan.
3. Tebiwshi ayaq ústi páste, ayaq qattı halda uslanadı.
4. Gewde top ústine iyilgen, bul jaǵday toptı tepkennen keyin de bir-qansha saqlanadı. .[4]

Oqıwshılardıń háreketsheńligi, gol urıwǵa bolǵan ıqlası, olardıń emocionallıǵı joqarı dárejede boladı. Shuǵıllanıwlar bir qálipte ótkeriliwi, bul jastaǵı balalarǵa unamsız tásir jasaydı.

Sonlıqtan bul jastaǵı balalar trenirovkası hár tárepleme, kóp túrli hám qızıqlı ótiliwi talapqa muwapıq. Futbol dúnya júzi xalıqlarınıń eń jaqsı kóretuǵın sport túrleriniń biri, oyınǵa úyretiw, kishi jastan baslap úlken maman futbolshı bolıwǵa shekem, hátte bir sportshı óz sheberligi ústinde bir qansha miynetti basınan keshiredi. Al dárwazaǵa top tebiw, gol urıw bolsa futbol oyınınıń eń qızıqlı máwriti bolıp esaplanadı. [1]

**Ádebiyatlar:**

1. Sarsaniya S.K., Seluyan V.N. Fizicheskaya podgotovka v sportivnıx igrax. M., 1991.
2. Akramov R.A. Talipjanov A.I. Podgotovka futbolistov vısokioy kvalifikacii. Uchebnoe posobie. Tashkent, 1994.
3. Kochbaxtiev I.A. Upravlenie podgotovki futbolistov vısokoy kvalifikacii. Tashkent, Grotoks, 1998.
4. Popov A.L. Psixologiya sporta. Uchebnoe posobie. M., «Flinta», 1998.
5. Gapparov Z.G. Problemı psixologicheskix podgotovke k Olimpiyskix igram. V sbornike nauchnıx trudov, Tashkent. 1999.

**РЕЗЮМЕ**

Maqolada boshlanǵich tayyorgarlik bosqichidagi yosh futbolchilarning mashg'ulotlarda to`p tepish maxoratlarini harakatli o`yinlar orqali takomillashtirish haqida so`z etilgan.

**РЕЗЮМЕ**

В статье рассказывается о совершенствовании ударов по мячу юных футболистов на тренировках группы начальной подготовки посредством подвижных игр.

**SUMMARY**

The article discusses the optimization of the training process and the ball kicking skills of young football players at the stage of initial training by using action games.