



BOSHLANG‘ICH TA‘LIM YOSHIDAGI BOLALAR BILAN FUTBOL MASHG‘ULOTLARINI TASHKIL ETISH METODIKASI

Xalikov A.A.

AndDU “Fakultetlararo jismoniy tarbiya va sport kafedrası” dotsenti

Tayanch so‘zlar: prinsiplar, futbol, asosiy, tayyorlov, yakuniy, ta‘lim shakllari, mashg‘ulot, jarayon, insoniy fazilatlar, dars, murabbiy.

Ключевые слова: принципы, футбол, базовый, подготовительный, заключительный, формы обучения, обучение, процесс, человеческие качества, урок, тренер.

Key words: principles, football, basic, preparatory, final, educational forms, training, process, human qualities, lesson, coach.

Резюме:

Ushbu maqola ta‘lim jarayonida prinsiplarga asoslangan, ta‘lim jarayonining qonuniyatlari, murabbiy o‘tayotgan dars va mashg‘ulotlarni shu prinsiplar orqali namoyish qilinishi aks ettirilgan. Bu prinsiplarni mashg‘ulotlar jarayonida qay tarzda qo‘llay olishi, ularni shakllantirishi, qay metodlar orqali yuzaga chiqishi haqida fikr yuritiladi.

Резюме:

В данной статье отражены принципы воспитательного процесса, закономерности воспитательного процесса, демонстрация уроков и занятий, которые проводит тренер, через эти принципы. Рассуждают о том, как эти принципы можно применять в процессе обучения, формулировать их, с помощью каких методов они всплывают на поверхность.

Summary:

This article is based on principles in the educational process, reflects the legalities of the educational process, the lesson and training that the coach is going through, through these principles. It is thought about the ways in which these principles can be applied in the process of training, their formation, through which methods they come to the surface.

Mamlakatimizda hozirgi kunda olib borilayotgan islohotlarni keng ma‘noda targ‘ib etish biz yoshlarning eng oliy vazifamizdir. Bugungi futbolimizni yanada rivojlantirish maqsadida juda ko‘p ishlar olib borilyapti. Futbolni yuqori natijalarga olib chiqish uchun har bir murabbiy, komanda a‘zolari, shu bilan birgalikda federatsiya raislari hamma bir tan-u, bir jon bo‘lib bir yoqadan bosh chiqarib harakat qilishmoqda. O‘zbekiston futbolini rivojlantirish mamlakatimizning oldida turgan eng asosiy vazifa va maqsadlarimizdan biridir.

Futbol musobaqalari o‘quv – mashg‘ulot ishlarining asosiy qismini tashkil etadi. Ular mashg‘ulotlarda qiziqishlarini oshiradi, mamlakatda futbolning ommaviy rivojlanishiga katta yordam beradi. Futbolchi o‘yinlarda muntazam qatnashmay turib yuqori natijalarga erisha olmasligini hammamiz yaxshi bilamiz.. Musobaqalar musobaqa qatnashchilarining va umuman jamoaning jismoniy, texnik, taktik va axloqiy-irodaviy tayyorgarligi darajasini aniqlab beradi, o‘quv-mashg‘ulot jarayonining ahvolini va yo‘nalishini aniqlash darajasi imkonini beradi. Musobaqa natijalari o‘quv-mashg‘ulot ishlarini yakunlash vositasi bo‘lib xizmat qiladi.

Ta‘lim va mashg‘ulot maxsus tashkil etilgan jarayon sifatida didaktik prinsiplarga, ya‘ni ta‘lim jarayonining umumiy qonuniyatlarini aks ettiruvchi prinsiplarga muvofiq tuziladi. Ta‘lim va mashg‘ulotning asosiy prinsiplariga tarbiya beruvchi ta‘lim prinsipi, onglilik va faollik prinsipi, ko‘rsatmalilik prinsipi,

Tarbiya beruvchi ta‘lim prinsipi yetakchi prinsip hisoblanadi.

Murabbiy ta‘lim va mashg‘ulot jarayonida futbolchilarni zarur maxsus bilimlardan xabardor qilib, kerakli ko‘nikma va malakalarni hosil qilibgina qolmay, balki ularda ong va ijobiy karakter fazilatlarini shakllanishiga ham har taraflama yordam beradi. Murabbiy tarbiyalashning umumiy maqsadlariga amal qilgan holda har bir mashg‘ulotda muayyan tarbiyaviy vazifalarni hal qiladi. Bunda mashg‘ulotni aniq va o‘z vaqtida boshlash, murabbiyning shaxsiy namunasi, o‘z ishiga muhabbati, yuksak madaniyati, xulqi, talabchanligi, pedagogik nazokati katta ahamiyatga molikdir. Ta‘lim va mashg‘ulotning tarbiya beruvchi xarakteri murabbiy zimmasiga shogirdlarga o‘z kuchiga ishonchini mustahkamlash, keyinchalik, sport bobida o‘sishi uchun rag‘batlantira bilishini yuklaydi. Pedagog bilan vrach nazoratida sport yuklamalarni o‘ylab, mulohaza bilan asta-sekin oshirib borish futbolchi mahoratining og‘ishmay oshib borishini kafolatlaydi.

Ta‘limning onglilik va faollik prinsipi shogirdning ongli, ijodiy faoliyati bilan pedagogik rahbarlikning eng qulay nisbatini bildiradi. Mashg‘ulotlarga ongli munosabatda bo‘lmay turib, yuqori sport natijalariga erishib bo‘lmaydi. Shug‘ullanuvchilar bajarayotgan mashqlaridan maqsad va vazifa nima ekanligini tushunishlari zarur. Texnik va taktik usullarni mustaqil bajarib o‘rganish, murabbiy kuzatuvidagi mustaqil mashg‘ulotlar onglilikni o‘stirishning muhim vositalaridir. Bunga futbolchining o‘z xato va kamchiliklarini tahlil qilishni ham ko‘rsatish lozim. Faollik, ayniqsa, musobaqalarda asqotadi. Futbolchi o‘yin paytida mustaqil harakat qilishi, doimo o‘zgarib turuvchi vaziyatlarda



tezda bir qarorga kela olishi, o'z harakati va qilgan ishiga to'liq javob berishi lozim. Chunki o'yin paytida murabbiy yordam bera olmaydi.

Agar futbolchi puxta fikrlashni bilmasa, muayyan vaziyatlarda musobaqa qoidalarini, umumiy taktik rejani buzmaganda holda bir qarorga kela olish qobiliyatiga ega bo'lmasa, u yaxshi o'ynay olmaydi. Harakat malakalarini to'g'ri shakllantirishda, ularni puxtalashda, mashg'ulotlarga qiziqishni oshirishda ko'rsatmalilik prinsipining ahamiyati katta. To'g'ri tanlangan ko'rsatma vositasigina murabbiy e'tiborini alohida jalb etmoqchi bo'lgan vaziyatlarni ravshanroq aks ettirishi mumkin. Ta'lim va mashg'ulotda ko'rsatmalilikka turli usullar bilan erishiladi. Murabbiy usullari o'zi ko'rsatishi yoki bu ishni tajribali futbolchiga topshirishi mumkin. Yuqoriroq klassdagi jamoa o'yinini futbolchilar bilan birgalashib ko'rish, mashg'ulotlarda fotosuratlardan, rasmlardan, sxema, chizma, kinogramma, kinofilmlardan, videoyozuv va shu kabilardan foydalanish mumkin. Ta'lim va mashg'ulotning hamma bosqichlarida: futbolchining mahorat darajasidan qat'iy nazar, yangi usullari o'rganish, tafsilotlarni tushuntirishda, ularni puxtalash va takomillashtirishda ko'rsatmalilik prinsipi amalga oshiriladi. Tizimlilik prinsipi mashg'ulotlarning o'zida materiallarni o'rganishda qat'iy izchillik va muayyan tizimlilikka rioya qilishni ko'zda tutadi.

Futbolchilarning ta'lim va mashg'ulot uslublari turlicha bo'lib, ular futbolchilarning jismoniy fazilatlarini rivojlantirishda, harakat malakalarini egallash va takomillashtirishda, irodaviy hamda axloqiy jihatdan tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim va mashg'ulotni tashkil qilishda shug'ullanuvchilarning, o'rganilayotgan materialning xususiyatlarini va mavjud imkoniyatlarini hisobga olgan holda turli usulardan foydalanish zarur. O'quv mashg'ulotlarida barcha usul majmuasi qo'llaniladi. Ba'zan esa vazifa va muayyan sharoitga bog'liq ravishda u yoki bu usulga ko'proq o'rin berilishi mumkin. Ta'lim va mashg'ulot jarayonida qo'llaniladigan usullarning quyidagi guruhlari mavjud:

1. Ko'rsatmalilik uslublari: mashqlarni sxemada, maketda, kinogrammada ko'rsatish, o'quv va rasmiy musobaqalarni tomosha qilish.

2. So'z bilan tushuntirish uslublari: aytib berish, tushuntirish, yo'llanma berish, kamchilikni ko'rsatish, ishonitirish, suhbat, ma'ruza, doklad.

3. Amaliy usul: mashq qilish uslubi va uning variantlari (usullarni butunicha yoki qismlarga ajratib ilk bor o'rganish), ko'p marotaba takrorlash uslubi, oralatib, interval bilan takrorlash uslublari, o'yin hamda musobaqa uslublari. Yuqorida ko'rsatib o'tilgan asosiy usulardan tashqari.

Mashg'ulotning turli vazifalarini hal qilish uchun boshqa uslublar ham mavjud. Ta'lim jarayonida mashg'ulotni ko'rsatib, izohlab, tushuntirib berish katta o'rin tutadi.

Ko'rsatib berish mashq to'g'risida aniq tasavvur hosil qilishga ko'maklashadi. Ko'rsatish uslubiga ham bir qator talablar qo'yiladi. Namoyish qilinayotgan usul shug'ullanuvchilarning hammasiga yaxshi ko'rinishi lozim. Shunga muvofiq murabbiy o'zi uchun hamda guruh yoki jamoa uchun qulay joy tanlaydi. Usulni o'qituvchilar diqqatini mashqning muhim elementlariga qaratgan holda shoshilmay, aniq va yaqqol ko'rsatib berish zarur. Masalan, to'pni yugurib kelib tepishni ko'rsatayotganda to'pga nisbatan tayanch oyoqni qo'yishni aniq ko'rsatish, tepayotgan oyoqning boldir tovon va tizza bo'g'imlari harakati xususiyatlarini ifodalab berish kerak.

Ko'rsatib berish har qancha aniq bo'lmasin, usullarning murakkab ekanligi shug'ullanuvchining asosiy narsalarni darhol ilg'ab olishga hamma vaqt ham imkon beravermaydi. Shuning uchun ko'rsatib berishdan ilgari tushuntirish yoki ko'rsatish asnosida tushuntirib, izohlab berish lozim. Ko'rsatish bilan tushuntirish bir-birini to'ldirib boradi. Ko'proq qaysi biriga e'tibor berish zarurligi esa usulning xarakteriga bog'liq. Aytaylik, to'pni oyoq yuzining ichki tomoni bilan olib yurish o'rgatilganidan so'ng, to'pni oyoq yuzining tashqi qismi bilan olib yurishga o'rgatayotganda uni ko'rsatish bilangina kifoyalanish mumkin. Yaxshi tayyorlangan futbolchilar bilan mashg'ulotlar o'tayotganda, tanish materiallar asosida yangi texnik usul va taktik harakat o'rgatilayotgan bo'lsa, faqat tushuntirib berishning o'zi yetarlidir. Namoyish qilinadigan materiallar ham bunda qo'l keladi.

Mashg'ulot jarayonida xatolarni tuzatish, u yoki bu usul to'g'risida to'g'ri tasavvur hosil qilish uchun tushuntirish uslubi ishga solinadi. Mashg'ulot oxirida, tushuntirish yordamida eng muhim uslublar shug'ullanuvchilar xotirasida mustahkamlanadi.

Ko'rsatmali va so'z bilan tushuntirish usublari yordamida o'rganilayotgan material haqida umumiy tasavvur hosil qilinadi, xolos, o'yin texnikasi va taktikasini to'liq egallab olish uchun amaliy uslubni qo'llash zarur. Har bir ta'lim yoki mashg'ulotning amaliy uslubi muayyan tarkibiy qism yoki usuldan iborat bo'ladi. Ularning yig'indisi uslubning yaxlitligi demakdir. Mana, masalan, harakat yoki harakat faoliyatini ko'p marotaba takrorlash uslubi quyidagi usullarni o'z ichiga oladi:

a) murabbiyning u yoki bu harakatni (masalan, to'pni to'xtatish va h.k.) ko'rsatish;



bo'lishi kerakki, bunda futbolchilar harakat malakalarini ongli va puxta egallab, harakat sifatlarini zarur darajagacha rivojlantirsinlar.

3. Har bir mashg'ulot futbolchilarni sport mahoratining oliy bosqichiga olib boruvchi umumiy mashg'ulotlar silsilasining ajralmas qismi bo'lishi lozim.

4. Mashg'ulotlarning mazmuni futbolchilarning jismoniy rivojlanishini yaxshilashga, bilim doiralari, ko'nikma va malakalarini kengaytirishga javob beradigan bo'lishi darkor.

5. Mashg'ulotda darsning maqsad va mazmuniga, shug'ullanuvchilarning tayyorgarlik darajasi hamda yosh xususiyatlariga mos keladigan, ta'limning futbolchilar mahoratini takomillashtirishga ko'maklashuvchi turli uslublarini qoplash kerak.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, dars tuzilishiga ko'ra quyidagi uch qismdan: tayyorlov, asosiy va yakunlovchi qismlardan iborat bo'ladi. Har qaysi qismning maxsus vositalar bilan hal qilinadigan vazifasi bor. Tayyorlov qismida mashg'ulotning vazifa va mazmuni tushuntiriladi. Mashg'ulotning asosiy qismi vazifalarini muvaffaqiyatli hal etishga yordam beradigan maxsus mashqlar bajariladi. Mashg'ulot tayyorlov qismining vazifasi batamom asosiy qism vazifasiga bog'liqdir. Masalan, agar mashg'ulotning asosiy qismi texnik usullarni o'rganishga bag'ishlangan bo'lsa, unda mashg'ulotlarning tayyorlov qismidagi mashqlar unchalik intensiv bo'lmasligi lozim. Bunday paytlar cho'zilish mashqlari va bo'shashtiruvchi mashqlarni bajarish maqsadga muvofiq. Bu mashqlar bo'g'imlar harakatidagi ba'zi qotib qolganlikni bartaraf etadi va texnik usullarni erkin bajarish imkoniyatini beradi. Shu maqsadda o'yin mashqlaridan foydalanish mumkin. Bu qismning mashqlari ortiqcha charchatadigan va emotsional bo'lmasligi lozim, yo'qsa ularni bajarish shug'ullanuvchilarning texnik usullarni nozik idrok etishlariga yomon ta'sir ko'rsatishi mumkin. Asosiy qism o'z ichiga mazkur mashg'ulotning o'yin texnikasi va taktikasini egallab olishga, shug'ullanuvchilarning jismoniy va axloqiy irodaviy tayyorgarligini yaxshilashga yordam berishga doir asosiy materialini qamrab oladi.

Yakunlovchi qism mashg'ulotlarning uyushqoqlik bilan tugallanishidir. Bunda shug'ullanuvchilarning organizmi nisbatan tinch holatga keltiriladi. Yakunlovchi qismda sekin yugurish, yurish, bo'shashish mashqlaridan foydalanish mumkin. Shu asnodan mashg'ulotga yakun yasaladi, xatolar ko'rsatiladi, o'yin qachon o'tkazilishidan xabardor qilinadi. Har bir mashg'ulot mobaynida yuklamani asta-sekin oshirish hamda kamaytirish prinsipiga, eng yuqori zo'riqish bosqichi bilan nisbatan dam olishni navbatlashtirib turishga rioya qilish kerak. Bu prinsipga rioya



qilish mashqlarni to'g'ri tanlashni va ularni bajarishda izchillik bo'lishini ko'zda tutadi. Maqsadi va o'tkazilish uslubikasiga ko'ra bir-biriga o'xshash mashg'ulotlar kompleks va tematik mashg'ulotlarga bo'linadi.

Individual mashg'ulotlar uchun mashg'ulotning davrali, takroriy, oralatib o'tkaziladigan, birga qo'shib olib boriladigan uslublari yetakchi hisoblanadi. O'yin va musobaqa uslublaridan kam foydalaniladi.

Mustaqil mashg'ulotlar uchun maxsus jihozlar, trenajyor va hokazolar hal qiluvchi ahamiyatga ega. Bunga quyidagilar kiradi:

a) otboyka ustunlari, batutlar, nishonlar, osma koptoklar, aylanib o'tish uchun ustunlar;

b) gimnastika snaryadlari, shtangalar, gantellar, puflama koptoklar, arg'amchilar, espanderlar, to'siqlar;

c) futbol, tennis, voleybol to'plari;

d) panja uchun, stanli, zarb beradigan dinamometrlar va polidinamometrlar;

e) tenzometrik platformalar, elektron otboyka devorlari, to'pni avtomatik tarzda uzatib beradigan moslamalar.

Mustaqil mashg'ulotlar uchun vositalar tanlayotganda, ularni sparring - sheriksiz va ko'pincha maxsus mashg'ulot joyidan chetda qo'llash mumkinligini hisobga olish lozim.

Adabiyotlar:

1. Akramov B.N. "Futbol". Darslik. Chirchiq., -2022. 414 b.
2. Nurimov R.I. "Futbol nazariyasi va uslubiyati". Darslik. T.,- 2018. 316 b.
3. Nurimov R.I.ning umumiy tahriri ostida. "Futbol nazariyasi va uslubiyati". Darslik. T.,- 2015. 364 b.
4. Isroilov Sh.X.ning umumiy tahriri ostida. "Sport pedagogik mahoratini oshirish (futbol)". Darslik. T.,- 2015. - 224 b.
5. Alimjonov S.I. "Futbol nazariyasi va uslubiyoti (jismoniy tayyorgarlik)". O'quv qo'llanma. Chirchiq., — 2022. 189 b
6. Achilov A.M. "Futbol nazariyasi va uslubiyati". O'quv qo'llanma. T.,- 2021. 200 b
7. Nurimov R.I. "Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash". O'quv qo'llanma. T.,-2005. 105 bet