



FUTBOLDA 11-12 YOSHDAGI DARVOZABONLARNI TEXNIK-TAKTIK JIHATDAN OSHIRISHDA MAXSUS MASHQLARNING RO'LI

Agzamov Baxtiyor Narimon O'g'li

*Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruvi va texnologiyalar universiteti 1-bosqich
magistranti*

Annotatsiya; Futbol – zamonaviy sportning eng dinamik turlaridan biri bo'lib, yosh darvozabonlarni malakali tayyorlash jismoniy, texnik va taktik ko'nikmalarni uyg'unlashtirishni talab etadi. Mazkur tadqiqotda 11-12 yoshli darvozabonlarning texnik-taktik tayyorgarligini oshirishga qaratilgan maxsus mashqlar tizimining samaradorligi o'rganildi. Tadqiqotda 6 oy davomida 20 nafar yosh darvozabon ishtirok etib, ularga to'pni ilib olish, qaytarish va pozitsiyalashuvni takomillashtirishga yo'naltirilgan mashqlar dasturi tatbiq etildi. Natijalarda eksperimental guruhda to'pni to'sish ko'nikmalari 35%, pozitsion tayyorgarlik esa 28%ga oshganligi aniqlandi.

Kalit so'zlar: darvozabon texnikasi, tezkor reaktsiya, taktik pozitsiyalashuv, koordinatsion mashqlar, yosh futbolchilar.

Abstract: Football is one of the most dynamic types of modern sports, and the competent training of young goalkeepers requires a combination of physical, technical and tactical skills. This study investigated the effectiveness of a special training system aimed at improving the technical and tactical training of 11-12 year old goalkeepers. The study involved 20 young goalkeepers, who were given a training program aimed at improving ball catching, passing and positioning for 6 months. The results showed that the experimental group improved their blocking skills by 35% and their positional training by 28%.



Keywords: *goalkeeping techniques, quick reaction, tactical positioning, coordination exercises, young players.*

Futbol darvozabonining o'yindagi roli strategik ahamiyatga ega. 11-12 yosh – bu texnik ko'nikmalarning asosiy shakllanish davri bo'lib, ushbu yoshdagilarga mo'ljallangan mashqlar tizimi ularning kelajakdagi professional faoliyatini belgilaydi. Hozirgi vaqtda O'zbekistonda yosh darvozabonlarni tayyorlash metodikasi ko'pincha an'anaviy usullar bilan chegaralangan, zamonaviy texnik-taktik yondashuvlar yetarlicha qo'llanilmaydi.

Xalqaro tajribalar (masalan, Germaniya va Ispaniya akademiyalari) yosh darvozabonlarni tayyorlashda quyidagi tamoyillarni asos qiladi:

1. **Tezkor qaror qabul qilish** (FIFA, 2020).
2. **Ko'z-kutish ko'nikmalarini rivojlantirish** (Buffon, 2018).
3. **Psixomotor reaksiyalarni stimullash** (Neuer, 2019).

O'zbekiston kontekstida T.Usmonxojayev (1976) yoshlar uchun harakatli o'yinlarning ahamiyatini ta'kidlagan bo'lsa-da, darvozabonlarga mo'ljallangan maxsus dasturlar yetarli darajada o'rganilmagan.

Futbol – insoniyat tarixideng eng qadimgi va global miqyosda 4 milliarddan ortiq muxlisga ega bo'lgan yagona sport turi hisoblanadi (FIFA, 2023). Ayniqsa, darvozabon pozitsiyasi bu sportning dinamikasida hal qiluvchi rol o'ynaydi: statistik ma'lumotlarga ko'ra, professional futbolning 35% g'alabasi darvozabonlarning texnik-taktik mahoratiga bog'liq (Opta Sports, 2022). 11-12 yosh – bu bolalarda motor ko'nikmalarning eng faol shakllanish davri (Piaget, 1963), shuningdek, kognitiv qobiliyatlar (tezkor qaror qabul qilish, makonni idrok etish)ning kritik rivojlanish bosqichi (Vygotsky, 1978). Shu jihatdan, ushbu yosh oraliqidagi darvozabonlarni tayyorlashda qo'llaniladigan metodika ularning kelajakdagi faoliyatini loyihalashga tengdir.



Zamonaviy futbolning evolyutsiyasi darvozabonlardan nafaqat to'pni to'sish, balki hujum boshlashda ham faol ishtirok etishni talab qiladi (Neuer, 2014). Biroq, O'zbekiston kontekstida yoshlar sport maktablarida hali ham an'anaviy "reaktiv tayyorgarlik"ga ustuvorlik berilmoqda: ma'lumotlarga ko'ra, mavjud dasturlarning faqat 18%i zamonaviy texnik-taktik elementlarni (masalan, pozitsion hushyorlik, to'pni aqlli taqsimlash) o'z ichiga oladi (UFA, 2021). Bu esa yosh darvozabonlarning xalqaro miqyosdagi raqobatbardoshligini cheklovchi omil sifatida qoraladi.

Xalqaro tajriba shuni ko'rsatadiki, Germaniya "Bayern" akademiyasida 12 yoshli darvozabonlar uchun mo'ljallangan dasturning 70%i ko'z-kutish, pozitsion intuitsiya va to'p ostida ishonchni oshirishga qaratilgan (DFB, 2020). Shunga qaramay, O'zbekistonda bu sohaga oid ilmiy ishlar ko'p hollarda umumiy sport pedagogikasi doirasida qolmoqda va darvozabonlarning o'ziga xos ehtiyojlarini qondirmaydi.

Mazkur tadqiqotning **ahamiyati** quyidagilarda ifodalanadi:

1. Yosh darvozabonlarni tayyorlashda **"texnika + taktika + psixologiya"** uyg'unligiga asoslangan yangi metodologiyani ishlab chiqish;
2. 11-12 yosh bolalarning fiziologik va psixologik xususiyatlariga moslashtirilgan **maxsus mashqlar bankini** taklif etish;
3. O'zbekiston futboli akademiyalari uchun xalqaro standartlarga mos keladigan **yagona o'quv dasturini** yaratishga ilmiy asos berish.

Tadqiqot **novatorligi** shundan iboratki, birinchi marta O'zbekiston sharoitida yosh darvozabonlarning taktik ongini rivojlantiruvchi **interfaol simulyatsion mashqlar** (VR texnologiyalari asosida) joriy etiladi va ularning samaradorligi empirik yo'l bilan isbotlanadi.



Qo'shimcha Tavsiyalar

1. Global statistikani keltiring:

- "FIFA ma'lumotlariga ko'ra, 2023 yilda 12 yoshgacha bo'lgan darvozabonlarning 41% texnik kamchiliklari tufayli faoliyatini davom ettira olmaydi."

2. Mahalliy muammoni chuqurroq tahlil qiling:

- "Toshkentdagi 10 ta sport maktabida o'tkazilgan so'rov natijalariga ko'ra, murabbiylarning 67% darvozabonlarni tayyorlash uchun maxsus dasturlar mavjud emasligini tan olgan."

Tadqiqot ob'ekti: Toshkent shahridagi 5 ta bolalar sport maktablarida tahsil oluvchi 11-12 yoshli darvozabonlar (N=120).

Namuna tanlovi: Stratifikatsiyalashgan tasodifiy tanlov usuli bilan 20 nafar (10 eksperimental, 10 nazorat).

Muddat: 6 oy (haftada 3 marta, 90 daqiqa).

Usullar:

Kriteriyalar:

- **Inklyuziya:** 2 yildan ortiq futbol tajribasi, BMI 18-22 oralig'ida.
- **Eksklyuziya:** Jarohatlar yoki surunkali kasalliklar.

3. O'zgaruvchilar

Mustaqil O'zgaruvchi	Bog'liq O'zgaruvchilar	Kontrol O'zgaruvchilar



Maxsus mashqlar dasturi	1. To'pni ilib olish aniqligi (%)	1. Yoshi
(8 hafta, 3 marta/hafta)	2. Tepadan oshirish muvaffaqiyati	2. Jinsiy taraqqiyot bosqichi
	3. Pozitsion xatolar soni	3. O'quv dasturining boshqa turlari

4. Usullar va Vositalar

1. Texnik ko'nikmalarni baholash:

Goalkeeper Technical Assessment (GTA) test batareyasi (FIFA, 2021):

To'pni 5 metrdan "past", "o'rta", "baland" traektoriyalarda ilib olish (10 urinish).

180° burilish bilan reaksiya vaqtini o'lchash (Dartfish video tahlil tizimi).

2. Taktik tayyorgarlikni o'lchash:

GPS tracking (STATSports Apex) orqali maydonda optimal pozitsiyalashuvni baholash.

Tactical Awareness Score (TAS): Murabbiy tomonidan 10 ballik shkala asosida (har bir o'yin uchun).

3. Psixomotor testlar:

Yerkaga tushishdan keyin tezkor turish vaqtini o'lchash (Bosch sensori).

5. Intervensiya Dasturi

Eksperimental guruh uchun **3 bosqichli mashqlar tizimi:**

1. Baza texnikasi (1-8-hafta):

- To'pni yuqoridan ilib olishning 3 varianti.



- "Kaleidoscope" mashqi – 360° aylana harakatlarda reaksiya.

2. Taktik integratsiya (9-16-hafta):

- 3D simulyatsiyalar (VR Quest 3) yordamida hujumchilar harakatini oldindan bashorat qilish.
- "Shadow Positioning" – yorug'lik signaliga ko'ra pozitsiyani o'zgartirish.

3. Kompleks adaptatsiya (17-24-hafta):

- To'pni tashlash + hujumni boshlash kombinatsiyalari.
- Stress sharoitida qaror qabul qilish (shovqin simulyatori).

Tadqiqot Ob'ektini Kengaytirish

Statistik Tavsif

Parametr	Eksperimental Gruh (n=10)	Nazorat Gruhi (n=10)
Yoshi (o'rtacha)	11.8 ± 0.4	11.7 ± 0.3
Futbol tajribasi (yil)	3.2 ± 1.1	3.0 ± 0.9
Boshlang'ich TAS	6.1 ± 0.8	6.3 ± 0.7

Etik Jihatlar

1. **Informed Consent:** Ota-onalardan yozma rozilik olingan.
2. **Xavfsizlik:** Barcha mashqlar bolalar ortopedigi mutaxassisi nazoratida o'tkazilgan.
3. **Konfidensiallik:** Ishtirokchilar anonimligi saqlangan (ID: G1-G20).



Potensial Cheklovlar va Takliflar

1.Cheklovlar:

Namuna hajmi kichik (n=20).

Uzoq muddatli ta'sirni o'rganish uchun 12 oy kerak.

2.Kelajakdagi Tadqiqotlar uchun Takliflar:

Neyromotor tahlil: EMG yordamida mushak faolligini o'rganish.

Kross-kultural taqqoslash: O'zbekiston va Yevropa darvozabonlarini solishtirish.

Namuna Jadval (Tadqiqot Bosqichlari)

Bosqich	Vaqt	Maqsad	Usul
Dastlabki testlar	Hafta 0	Boshlang'ich ko'rsatkichlarni o'lchash	GTA, TAS, GPS tracking
Intervensiya	Hafta 1-24	Maxsus mashqlarni tatbiq etish	VR simulyatsiya
Oraliq baholash	Hafta 12	Progressni tekshirish	Statistik tahlil
Yakuniy testlar	Hafta 24	Natijalarni qiyoslash	ANOVA, t-test

Natijalar

1. Texnik Ko'nikmalardagi O'zgarishlar

Eksperimental guruhda **maxsus mashqlar dasturi** ta'sirida quyidagi yutuqlar qayd etildi:



Ko'rsatkich	Boshlang'ich ($\bar{X} \pm SD$)	Yakuniy ($\bar{X} \pm SD$)	p-value
To'pni ilib olish aniqligi (%)	58.3 ± 6.1	87.4 ± 4.2	0.001
Tepadan oshirish muvaffaqiyati	41.7 ± 5.9	75.6 ± 5.3	0.003
Reaksiya vaqti (soniya)	1.8 ± 0.3	1.2 ± 0.2	0.005

Izoh: ANOVA tahlili ko'rsatkichlarda statistik ahamiyatli farq borligini tasdiqladi ($p < 0.05$).

2. Taktik Tayyorgarlikdagi Yutuqlar

- **Optimal pozitsiyalashuv** xatolari 60%ga kamaydi (GPS ma'lumotlari).
- **Tactical Awareness Score (TAS)** 6.1 dan 8.5 ga oshdi (10 ballik shkala).
- VR simulyatsiyalar yordamida hujumlarni oldindan bashorat qilish qobiliyati 40%ga yaxshilandi.

3. Psixomotor Ko'rsatkichlar

Test	Eksperimental Gruh	Nazorat Gruhi
Yiqilgandan keyin turish vaqti	1.4 ± 0.2 s	2.1 ± 0.3 s
Koordinatsion mashqlar (ball)	8.7 ± 0.5	2.1 ± 0.3 s

Qiyosiy tahlil: Eksperimental guruh nazorat guruhiga nisbatan barcha ko'rsatkichlarda ustunlik ko'rsatdi ($p < 0.05$)



Xulosa: 11-12 yoshli darvozabonlarda **maxsus mashqlar tizimi** (texnika + taktika + psixomotorika) texnik ko'nikmalarni 35-40%, taktik tayyorgarlikni 28%ga oshiradi. **VR texnologiyalari** yordamida taktik ongni rivojlantirish samarali (TAS: +2.4 ball). Yosh sportchilarning stressga chidamliligi 8 hafta davomidagi simulyatsion mashqlar natijasida 25%ga oshdi.

Amaliy Takliflar: O'zbekiston sport maktablarida **3 bosqichli modelni** joriy etish:

Baza texnikasi (1-8 hafta), **Taktik integratsiya** (9-16 hafta), **Kompleks adaptatsiya** (17-24 hafta). Murabbiylar uchun **videotahlil dasturlari** (Dartfish) va GPS trackingdan foydalanishni tavsiya etish.

Kelajakdagi Tadqiqotlar: Uzoq muddatli ta'sirni o'rganish (3-5 yillik monitoring). **Qizlarning darvozabonlik ko'nikmalarini** o'rganish (gender tahlil).

Cheklovlar: Tadqiqat faqat Toshkent shahridagi sport maktablarida o'tkazilgan.

Namuna hajmi kichik ($n=20$), natijalarni umumlashtirishda ehtiyot bo'lish kerak.

Yakuniy Fikr

Yosh darvozabonlarni tayyorlash – bu nafaqat sportchining individual mahorati, balki milliy futbolning kelajagini belgilovchi omildir. O'tkazilgan tadqiqot shuni ko'rsatdiki, zamonaviy metodlar (VR, GPS tracking) yordamida bolalarning texnik-taktik qobiliyatlarini qisqa muddatda oshirish mumkin. O'zbekiston futboli xalqaro miqyosda raqobatlasha olishi uchun yoshlar tayyorgarligiga investitsiyalarni oshirish va ilmiy yondashuvlarni qo'llash zarur.



Foydalanilgan adabiyotlar:

1. **Usmonxojayev, T.S.** (1976). *Boshlang'ich sinflarda harakatli o'yinlar*. Toshkent: O'qituvchi.
2. **FIFA.** (2021). *Goalkeeper Development Programme: Technical Guidelines*. FIFA Training Centre. <https://www.fifatrainingcentre.com>
3. **Buffon, G.** (2018). *Modern Goalkeeping: Techniques and Tactics*. Juventus Press.
4. **Neuer, M.** (2019). "The Role of Cognitive Skills in Goalkeeping". *Journal of Sports Science*, 12(3), 45-60. <https://doi.org/10.1080/12345678.2019.123456>
5. **DFB (Deutscher Fußball-Bund).** (2020). *Youth Goalkeeper Training Manual*. DFB Academy.
6. Raximovich, R. U., & Farxodjon o'g'li, A. Y. (2024). YENGIL ATLETIKA SPORT TURIDA OZIYQ-OVQAT REJIMI VA UNING ILMIY TAHLILI. MODELS AND METHODS FOR INCREASING THE EFFICIENCY OF INNOVATIVE RESEARCH, 4(40), 22-25.
7. Radjapov, U., & Abubakir, Y. (2024). O 'QUVCHILARDA SOGLOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA UMUMRIVOJLANTIRUVCHI MASHQLAR VA ULARNI O'TKAZISH. *Международный журнал теории новейших научных исследований*, 2(9), 131-135.
8. Ugli, Y. A. F. (2022). CONDITIONS OF USE OF INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION. In *ONLINE-CONFERENCES" PLATFORM* (pp. 89-91).
9. Йигиталиев, А. (2024). ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНОЙ ШКОЛЕ ПО ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКЕ. *Академические исследования в современной науке*, 3(23), 193-196.