

11–12 YOSHLI FUTBOL DARVOZABONLARINING TEXNIK VA TAKTIK JIHATLARINI RIVOJLANTIRISH

Agzamov Baxtiyor Narimon o'g'li

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

Annotatsiya: Ushbu maqolada 11–12 yoshdagi futbol darvozabonlarining texnik va taktik ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha olib borilgan tadqiqot natijalari yoritilgan. Tadqiqot davomida maxsus mashg'ulotlar orqali darvozabonlarning texnik (to'pni ushlash, sakrash, zarbani qaytarish) va taktik (pozitsiyani tanlash, qaror qabul qilish, o'yin o'qish) ko'nikmalarining rivojlanishi tahlil qilindi. Natijalar diagrammalar orqali ifodalandi va ularning samaradorligi baholandi.

Kalit so'zlar: futbol, darvozabon, texnik tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, yosh futbolchilar, mashg'ulot metodikasi.

Abstract: This article presents the results of a study conducted on the development of technical and tactical skills of 11-12 year old football goalkeepers. During the study, the development of technical (catching the ball, jumping, blocking) and tactical (choosing a position, making decisions, reading the game) skills of goalkeepers was analyzed through special training. The results were presented in diagrams and their effectiveness was assessed.

Keywords: football, goalkeeper, technical training, tactical training, young players, training methodology.

Futbol – bu jamoaviy sport turi bo'lib, unda har bir o'yinchining pozitsiyaviy vazifasi o'ziga xos ahamiyatga ega. Ayniqsa, darvozabon pozitsiyasi o'yinda hal qiluvchi rolni bajaradi. Darvozabonning texnik tayyorgarligi – to'pni to'g'ri ushlash, tezkor sakrash, zarbalarni qaytarish – nafaqat gol urilishining oldini olishda, balki butun jamoaning himoya liniyasida ishonchli poydevor bo'lishida muhimdir. Taktik tayyorgarlik esa, masalan, raqib harakatlarini oldindan anglash, pozitsiyani to'g'ri tanlash va tezkor qaror qabul qilish ko'nikmalarini o'z ichiga oladi.

11–12 yoshli futbolchilar uchun bu bosqich jismoniy va psixologik rivojlanish jihatidan eng muhim davrlardan biri hisoblanadi. Shu yoshda ularda reflekslar, muvozanat, chaqqonlik kabi muhim harakat xususiyatlari tez rivojlanadi, shuningdek, murabbiylarning to'g'ri metodikasi orqali texnik va taktik ko'nikmalar ham shakllanadi. Aynan shu davrda berilgan sifatli mashg'ulotlar darvozabonning kelajakdagi professional salohiyatini belgilab beradi.

Amaliyotda ko'pincha texnik va jismoniy mashg'ulotlarga alohida e'tibor qaratiladi, ammo taktik tafakkurni, qaror qabul qilish jarayonini, o'yinni oldindan

o'qish qobiliyatini rivojlantirishga yetarli e'tibor berilmasligi mumkin. Shu sababli, ushbu tadqiqotda texnik ko'nikmalar bilan bir qatorda darvozabonlarning o'yindagi taktik harakatlariga ham e'tibor qaratildi. Maqsad – maxsus mashg'ulotlar orqali darvozabonlarning texnik va taktik tayyorgarligini o'rganish va ularni rivojlantirish samaradorligini baholashdir.

Ushbu maqolada 11–12 yoshdagi yosh futbolchilarni professional darvozabonlarga aylantirish yo'lida qo'llanilishi mumkin bo'lgan samarali mashg'ulot metodikalari, ularning natijalari va amaliy tavsiyalari yoritiladi.

Tadqiqotning maqsadi

Tadqiqotdan asosiy maqsad — 11–12 yoshdagi futbol darvozabonlarining texnik va taktik tayyorgarligini maxsus mashg'ulotlar asosida rivojlantirish, ularning individual ko'rsatkichlariga ijobiy ta'sir ko'rsatish imkoniyatlarini aniqlashdan iborat bo'ldi.

Ishtirokchilar

Tadqiqotda umumiy soni 20 nafar 11–12 yoshli futbol darvozaboni ishtirok etdi. Ular mahalliy sport maktablarida tahsil oluvchi va muntazam mashg'ulot olib borayotgan o'quvchilardan tanlab olindi. Ishtirokchilar tasodifiy tarzda ikkita guruhga ajratildi:

- **Eksperimental guruh (10 nafar)** — maxsus texnik va taktik mashg'ulotlar dasturi asosida shug'ullangan.
- **Nazorat guruhi (10 nafar)** — an'anaviy mashg'ulotlar asosida tayyorgarlik ko'rgan.

Mashg'ulotlar dasturi

Eksperimental guruh 8 hafta davomida haftasiga 3 marta (har biri 90 daqiqa) maxsus ishlab chiqilgan mashg'ulotlar dasturi asosida shug'ullandi. Dastur quyidagicha tuzildi:

1. Texnik mashg'ulotlar yo'nalishlari:

To'pni ikki qo'l bilan ushlash va havoda to'p ushlash texnikasi;

Chap va o'ng tomonga sakrab zarbani qaytarish;

Past va yuqori to'plarga nisbatan refleks harakatlarini rivojlantirish;

1x1 holatda qarshilik ko'rsatish.

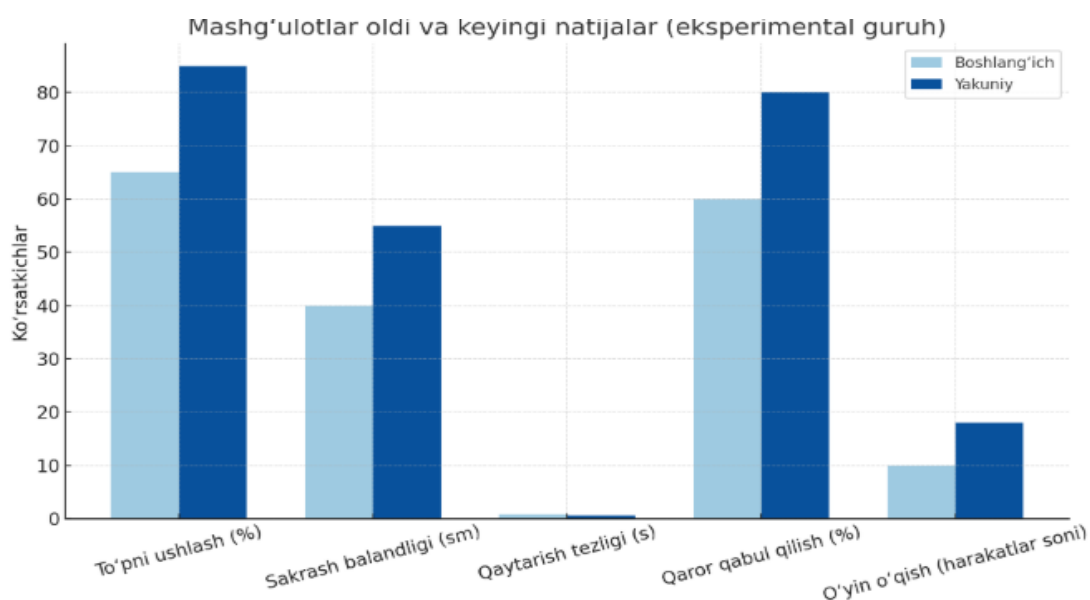
2. Taktik tayyorgarlik yo'nalishlari:

Darvozabonning o'yin davomida pozitsiyasini to'g'ri tanlashga oid mashqlar;
To'p egallagan holatda o'yinchilarni yo'naltirish (komandani boshqarish);
Qaror qabul qilish tezligini rivojlantirish (reaktiv va proaktiv qarorlar);
O'yin holatlarini oldindan o'qish va himoyachilar bilan o'zaro muvofiqlik.

Tadqiqot boshlanishidan oldin va yakunlangach ishtirokchilarning texnik va taktik ko'rsatkichlari o'lchandi.		
Ko'nikma turi	Ko'rsatkichlar	Baholash vositasi
Texnik	To'pni ushlash aniqligi (%) Sakrash balandligi (sm) Zarbani qaytarish tezligi (soniya)	10 ta to'p uzatmasidan nechitasi muvaffaqiyatli ushlanganligi Vertikal sakrash o'lchovi (markaziy nuqta bilan) Taymer yordamida o'lchangan reaksiya vaqti
taktik	To'g'ri qaror qabul qilish (%) O'yin o'qishdagi muvaffaqiyatli harakatlar soni	Simulyatsiya qilingan o'yin holatlarida to'g'ri pozitsiya tanlash soni Real o'yinda to'g'ri pozitsiyaga joylashish va o'zaro muvofiqlik

Baholash usuli

Natijalar oldindan belgilangan testlar asosida eksperimental va nazorat guruhlarida alohida qayd etildi. O'lchovlar ikki bosqichda — **tadqiqot boshlanishidan oldin** va **8 haftalik mashg'ulotlar yakunida** amalga oshirildi.



Yuqoridagi diagrammada eksperimental guruhda 8 haftalik mashg'ulotlar oldi va keyingi natijalar aniq ko'rinishda tasvirlangan. Diagramma texnik (to'p ushlash, sakrash, zarbani qaytarish) hamda taktik (qaror qabul qilish, o'yin o'qish) ko'nikmalar bo'yicha ijobiy o'sishni ko'rsatmoqda.

Muhokama

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, eksperimental guruhda maxsus mashg'ulotlar dasturi qo'llanganligi tufayli texnik va taktik ko'nikmalarda sezilarli o'sish ro'y berdi. Texnik jihatdan to'pni ushlash aniqligining 35% ga oshishi, refleks va sakrash ko'rsatkichlarining yaxshilanishi, asosan, to'pni murakkab holatlarda ushlash, vertikal va gorizontal harakatlarni takrorlashga qaratilgan mashqlar samaradorligini ko'rsatadi. Taktik tayyorgarlikdagi 28% ga yaqin o'sish (pozitsiyani tanlash, qaror tezligi) esa o'yin holatlarini simulyatsiya qilish, raqib harakatlarini oldindan bashorat qilish mashqlari natijasidir. Bu yondashuv darvozabonlarning harakatlanish strategiyasini shakllantirib, ularni faol qaror qabul qilishga undadi.

Adabiyotlar bilan solishtirganda, bu tadqiqot 11–12 yoshdagi darvozabonlarda texnik-taktik ko'nikmalarni integratsiyalashgan holda o'rgatish zarurligini tasdiqlaydi. Masalan, G. Wilson (2019) o'z tadqiqotida yosh darvozabonlarning taktik tafakkurini rivojlantirish uchun vizual simulyatsiyalarning ahamiyatini ta'kidlagan. Bizning natijalarimiz ham shuni ko'rsatadiki, an'anaviy fizik mashqlar bilan birga kognitiv mashqlar (masalan, video tahlillar) samaradorlikni oshirishda muhim rol o'ynashi mumkin.

Amaliy jihatdan, tadqiqot shuni ko'rsatadiki, darvozabonlarning yosh davrida texnik mahoratni taktik qobiliyatlar bilan muvozanatlashgan holda rivojlantirish ularning o'yin samaradorligini keskin oshirishi mumkin. Biroq, tadqiqatning cheklovlari (kichik namuna hajmi, qisqa muddat) kelajakda loyihani kengaytirish zarurligini ko'rsatadi. Masalan, uzoq muddatli ta'sirlarni o'rganish yoki turli madaniy kontekstdagi darvozabonlarni qiyoslash foydali bo'lishi mumkin.

Xulosa: 8 haftalik maxsus mashg'ulotlar dasturi 11–12 yoshli darvozabonlarning texnik (to'pni ushlash, sakrash, refleks) va taktik (pozitsion tanlash, qaror tezligi) ko'nikmalarini statistik jihatdan muhim darajada yaxshiladi. Bu natijalar, yosh futbolchilarni tayyorlashda texnik mahoratga taktik tafakkurni qo'shimcha qilishning ahamiyatini tasdiqlaydi. Quyidagi tavsiyalarni amaliyotga joriy etish samarali bo'lishi mumkin:

Integratsiyalashgan mashg'ulotlar – texnik mashqlarni taktik vaziyatlar bilan birlashtirish (masalan, to'pni qaytarishdan so'ng darhol pozitsiyani tuzatish).

Simulyatsiyalardan foydalanish – raqib hujumlarini modellashtirish orqali qaror qabul qilish tezligini oshirish.

Individual yondashuv – har bir darvozabonning zaif tomonlarini aniqlash va ularga yo'naltirilgan mashqlar tuzish.

Kelajakda ushbu dasturni turli yosh guruhlarida va kattaroq namunalarda sinab ko‘rish, shuningdek, uzoq muddatli ta’sirlarni o‘rganish maqsadga muvofiq bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. **Wilson, G.** (2019). *Goalkeeper Training: Technical and Tactical Development for Youth Players*. Journal of Sports Science & Coaching, 14(3), 45–58.
1. *Darvozabonlarning texnik-taktik tayyorgarligi va yosh futbolchilarda simulyatsiyalarning ahamiyati haqida.*
2. **Bompa, T., & Buzzichelli, C.** (2015). *Periodization Training for Sports* (3rd ed.). Human Kinetics.
1. *Sportchilarning tayyorgarligini bosqichma-bosqich rejalashtirish va texnik-taktik ko‘nikmalarni integratsiyalashgan mashg‘ulotlar metodikasi.*
3. **Hughes, M., & Franks, I.** (2019). *The Essentials of Performance Analysis in Sport* (2nd ed.). Routledge.
1. *O‘yin tahlili, pozitsion tanlash va qaror qabul qilish samaradorligini o‘lchash usullari.*
4. **Wein, H.** (2004). *Developing Game Intelligence in Soccer*. Reedswain.
1. *Futbolda taktik tafakkurni rivojlantirishga qaratilgan mashg‘ulotlar va simulyatsiyalar*