

YOSH FUTBOLCHILARNING TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISHNING ZAMONAVIY YO‘LLARI

Shomurotov Hamdambek Qo‘shnazar o‘g‘li

O‘ZDJTSU 1- bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqola zamonaviy futbol mashg‘ulotlarini tashkil etishga bag‘ishlangan bo‘lib, muallif texnik-taktik tayyorgarlik mashg‘ulotlarini samarali tashkil etish masalalarini yoritgan. Soha mutaxassislarining fikrlari asosida o‘tkazilgan so‘rovnomalar ilmiy asar saviyasini yanada oshirgan.

Kalit so‘zlar: model, ijtimoiy-pedagogik muammo, interfaol, antropometriya, tezlik- kuch sifatleri, pedagogik imkoniyatlar, texnik mahorat, texnik-taktik tayyorgarlik, futbolchi organizmi, morfo-fiziologik va biologik xususiyatlari.

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ИГРОКОВ СОВРЕМЕННЫЕ СПОСОБЫ УЛУЧШЕНИЯ

Аннотация: ДАННАЯ СТАТЬЯ ПОСВЯЩЕНА организации современной тренировки футбола, и автор затронул вопросы эффективной организации технико-тактической подготовки. Опросы, проведенные на основе мнений экспертов в данной области, еще больше повысили уровень научной работы.

Ключевые слова: модель, социально-педагогическая задача, интерактив, антропометрия, скоростно-силовые качества, педагогические возможности, техническое мастерство, технико-тактическая подготовка, организм игрока, морфофизиологические и биологические особенности.

TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF YOUNG PLAYERS MODERN WAYS OF IMPROVEMENT

Abstract: This article is devoted to the organization of modern football training, and the author covered the issues of effective organization of technical and tactical training. Surveys conducted based on the opinions of experts in the field further increased the level of the scientific work.

Key words: model, socio-pedagogical problem, interactive, anthropometry, speed- power qualities, pedagogical possibilities, technical skill, technical-tactical training, player's body, morpho-physiological and biological characteristics.

Мавзунинг dolzarbligi: O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyev mamlakatimizda futbolni rivojlantirish to‘g‘risida doimo g‘amxo‘rlik qilib kelmoqda.

Vazirlar Mahkamasi tomonidan istiqloq yillari davomida qabul qilingan «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida»gi Qonun, «O‘zbekiston Respublikasida futbolni rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi 144-sonli, «O‘zbekistonda futbolni rivojlantirishning tashkiliy asoslari va prinsiplarini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi 27- sonli, «O‘zbekiston futbolini rivojlantirish fondi faoliyatini yaxshilash va uni qo‘llab- quvvatlash chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi 283-sonli, 2018-yil 16-martdagi “Futbolni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” PQ-3610-sonli, 2019-yil 4-dekabrda PF-5887- son “O‘zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora- tadbirlari to‘g‘risida” Qaror va Farmonlari asosida futbol sport turi rivojlanmoqda.

Yosh futbolchining texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish uning texnik va taktik mahoratini shakllanishi bilan uzviy bog‘liqlikda kechadi. Ana shu jarayonga xizmat qiluvchi mashqlar sport trenirovkasi mashg‘ulotlariga qat‘iy izchillikda va ketma-ketlikda kirishiladi. Bugungi kunda futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish uchun interfaol metodlardan foydalanishni taqozo etadi.

Tadqiqot ishining maqsadi: Yosh futbolchilar bilan texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish bo'yicha olib boriladigan mashg'ulotlar jarayonini o'rganish. Yosh futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarlik darajasini o'rganish. Mashg'ulotlar jarayonining zichligini aniqlash va uslubiy tavsiyalar yaratish. Futbolchilarni o'yin faoliyati faqat sakrash, yugurish va yurishdan iborat emasligi, ularning harakati anchagina murakkab bo'lib, raqib bilan kurashishi, eng katta tezlikda yugurishi, murakkab taktik vazifalari bajariladi. Shuning uchun futbolchi-larning jismoniy tayyorgarligi ularning o'yin faoliyatini xarakterini hisobga olgan holda shunday qilish kerakki, bu ularga texnik va taktik mahoratini takomillashtirishga asos bo'lsin. R.A. Akramov futbolchining umumiy tayyorgarligi jismoniy qobiliyat har tomonlama tarbiyalash, umumiy ish qobiliyatini oshirish vazifalarini hal qilinishi va umumiy rivojlantiruvchi mashqlarning shug'ullanuvchilar organizmiga umumiy ta'sir ko'rsatuvchi sportning boshqa turlari bilan bog'liqligini ta'kidlaydilar. Lisenchuk G.A. (2003), umumiy tayyorgarlikni oshirish maqsadida qo'llaniladigan ko'pgina mashqlar organizmga har tomonlama ta'sir ko'rsatishni, jumladan, baland-past joylarda uzoq muddat yugurish ko'proq chidamlilikni, qisqa masofalarda jadal yugurish tezlikni rivojlantirishga, gimnastik mashqlar chaqqonlikni o'stirishga qaratilishni e'tirof etishadi. Umumiy texnik-taktik tayyorgarlikda mushak-paylarning rivojlanishi va mustahkamlanishiga ichki a'zo va tizimlar funksiyasini takomillashtirishga, harakatlarni koordinatsiya qilishni yaxshilash va harakat sifatlari umumiy darajasini oshirishga erishiladi. Yosh futbolchilar bilan ishlashdagi dastlabki tayyorgarlik bosqichida har tomonlama texnik-taktik tayyorgarlikni egallashga, sog'liqni mustahkamlash va garmonik rivojlanishga, xilma-xil ko'nikma va malakalarni egallab olishga, futbol o'yini texnikasi va taktikasining boshlang'ich asoslariga o'rgatishga qaratilgan vositalar kompleksidan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Texnik-taktik tayyorgarlikning bu vaqtdagi vazifasi avvalo yosh futbolchilarning harakat funksiyalarini (kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik va epchillik, shuningdek o'z harakatlarini vaqt oralig'ida, havoda va muskullarning zo'r berish darajasiga ko'ra boshqara bilish harakat funksiyasining asosiy komponentlaridir) shakllantirishdan iborat bo'ladi. Harakatlar tezligini tarbiyalashga katta e'tibor berish kerak, chunki bolalik va o'smirlik yoshida ana shu eng muhim jismoniy sifatni tarbiyalash uchun keng imkoniyatlar mavjuddir. Shuni qayd qilish kerakki, dastlabki tayyorgarlik va boshlang'ich sport ixtisoslashuvi bosqichlarida tezkorlik, chaqqonlik bilan mustahkam bog'liq ravishda tarbiyalanadi, bu esa siljishning (bir joydan ikkinchi joyga o'tishning) ratsional texnikasini egallab olish uchun zarur asos yaratadi. 8-12 yoshlar mobaynida yugurishdagi maksimal tezlikning anchagina ortishi harakatlar tezligining tabiiy o'sishi bilan bog'liq. 12-14 yoshda esa tezlik asosan tezlik-kuch sifatlarining va muskul kuchining o'sib borishi tufayli ortadi.

Shuning uchun tezkorlikni rivojlantirishda yugurish sur'ati va katta muskul kuchini talab etadigan harakatlar chastotasini maksimal ravishda oshirishga harakat qilish kerak. Bunda tabiiy harakatlarga ko'proq o'rin berish lozim. O'yin, musobaqa formasida bajariladigan sport o'yinlari va harakatli o'yinlar, mashqlar ham juda katta yordam ko'rsatishi mumkin.

O'yin mashqlarini bajarish yosh futbolchilarni g'alabaga erishish uchun maksimal kuch sarflashga majbur etadi. O'yin materiali mashg'ulotdagi umumiy vaqtning 50% chasini egallashi kerak. Har bir mashq qisqa vaqt ichida (10-15 sek) bir necha seriyali usulda badariladi, dam olish intervali 10-15 min bo'ladi. Maksimal tezlik bilan qayta yugurish muhim ahamiyatga ega, bu 20 m gacha masofada estafeta usulida bajariladi. Mashg'ulotlarga estafeta-lardan tashqari 10-15 m ga yugurish bo'yicha kontrol mashqlarni kiritish ham tavsiya etiladi.

Mamlakatimizning mentaliteti, an'analari, geografik tarkibiy qismini hisobga olgan holda, bu vazifalarni bajarish ustidan umumiy (qat'iy) nazorat kerak.

Hujumning samaradorligi tezkorlik va texnik-taktik uslublarni aniq amalga oshirishga bog‘liq, bu o‘yinchilardan yuqori darajada individual va jamoaviy harakatlarni talab yetadi. Raqibning metin himoyasini yengishning zamonaviy vositalardan biri - tezkor qarshi hujumdur. Futbolda zamonaviy himoya anchagina futbolchilar bilan olib boriladi. Unda himoyachilar va yarim himoyachilarga qo‘shimcha, xujumchilar ham ishtirok yetadi. Bu o‘yinni yuqori saviyada tashkil yetish va o‘yinchilarning aniq o‘zaro harakatlarini talab yetadi. Bunday sharoitda o‘yinning ma’lum bosqichlarida hujum va himoya vazifalarini ham samarali amalga oshirishga qodir universal futbolchilarning ahamiyati keskin ortadi. Himoyachilar uchun hujumlarni muvaffaqiyatli tashkil yetish va yakunlash qobiliyati shart bo‘ladi. O‘yin harakatlari muvaffaqiyatining zaruriy sharti- futbolchilarning yuqori jismoniy va funksional tayyorgarligini talab yetuvchi, maydonning barcha qismlarida to‘psiz harakatlaridir. To‘p uchun kurashda futbolchilarning yakka kurashlari keskinlashmoqda. Shuning uchun, futbolchilarning atletik tayyorgarligining ahamiyati ortadi. Jahon futbolining yeng yaxshi futbolchilari ijro mahorati yuqori darajada namoyish yetadi (birinchi navbatda turli tuman texnik harakatlarini boyligida, shuningdek mohir taktik harakatlar va fidoyilik tufayli).

Futbol uchrashuvlarida g‘alabaga yerishish ko‘p jihatdan axloqiy va irodaviy sifatlarning darajasiga bog‘liq. Shuning uchun, alohida futbolchilarni ham, umuman jamoani ham tayyorlashning zarur yelemi tarbiyaviy ishlar hisoblanadi. Odatda keskin kurash ostida, ko‘pincha qiyin meteorologik sharoitda o‘tkaziladigan juda muhim o‘yinlar va turnirlar soni ortib bormoqda,. Futbolchilar ba‘zan musobaqa maydonlariga borishda charchoqli safarlarni amalga oshirishga, iqlimiy-geografik hududlar va mintaqaviy vaqtning keskin o‘zgarishiga chidashga majbur bo‘lishadi. Bularning barchasi o‘quv-mashg‘ulot jarayonining samaradorligi ortirishga qaratilgan turli xil pedagogik, gigienik va boshqa vositalarni keng qo‘llashni talab qiladi.

Murabbiylarning ilg‘or tajriba va kuzatuvlari natijalarini umumlashtirish yosh futbolchilarga qo‘yiladigan asosiy talablarni aniqlashga imkon beradi:

- yuksak darajadagi axloqiy-irodaviy sifatlar (jasorat, qat‘iyatlilik, tashabbuskorlik, mustaqillik, chidamlilik va o‘z-o‘zini nazorat qilish)ga yega bo‘lish;
- ekstremal sharoitlarda texnik uslublarni ishonchli bajarish;
- zamonaviy taktikali ko‘rinishdagi o‘yinni olib borish;
- maxsus jismoniy sifatlar (tezkorlik, tezlik-kuch, chaqqonlik, chidamlilik) rivojlanishining yuqori darajasiga yega bo‘lish;
- mustahkam salomatlikka yega bo‘lish, jismoniy jihatdan yaxshi rivojlangan bo‘lish, yuqori darajada funksional tayyorlilikka yega bo‘lish;
- jamoa taktikasini kuchaytirish bo‘yicha nazariy bilimlardan foydalanish.

Shaxsiy pedagogik kuzatuvlar va tadqiqot natijalaridan kelib chiqqan holda, biz quyidagi xulosalarga keldik:

1. Tadqiqotlardan ma’lum bo‘ldiki, yosh bolalarni futbol sport turi bilan shug‘ullanishi 8-10 yoshlardan boshlanadi. Yosh futbolchilarning dastlabki tayyorgarligida texnik harakatlarni rivojlantirishga ko‘proq e’tibor berilishi, jismoniy sifatlardan chaqqonlik va egiluvchanlikni tarbiyalash muhimdir.

2. 13-14 yoshli futbolchilarning mashg‘ulotlarida umumiy jismoniy tayyorgarligini tarbiyalashga rivojlantirishga yillik reja bo‘yicha tayyorgarlik davrida katta e’tibor berilishi aniqlandi.

So‘nggi yillarda mamlakatimizda millionlar sevgan sport turi bo‘lgan futbol Yurtboshimiz insonparvarlik siësatini tufayli yuksak taraqqiyot sari intilmoqda. O‘zbek futboli sekin-asta xalqaro sport maydonlariga kirib bormoqda. Mamlakatimizda futbolni rivojlantirish masalalari davlat siyosati darajasiga ko‘tarilgan. Yosh futbolchining texnik- taktik tayërgarligini takomillashtirish sport trenirovkasining muhim jihatlaridan biri sanaladi. Jismoniy sifatlar futbolchi organizmining

morfofunk[^]onal, morfo-fiziologik va biologik xususiyatlari bilan bog[^]liq. Jismoniy sifatlari shug[^]ullanuvchilarning jismoniy, texnik, taktik tayyorgarliklarining takomillashuviga, butun organizm sog[^]lom-lashishiga, ruhiy $\text{\textcircled{m}}$ otsional holatiga ijobiy ta[^]sir ko[^]rsatadi, futbolchilar har bir harakatni tobora ishonch bilan bajaradilar, yangi harakatlarni tezroq o[^]zlashtiradilar va yuqori natijali ko[^]rsatkichlarga erishadilar. Bugungi kunda futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirish uchun interfaol metodlardan foydalanishni taqozo etadi.

Futbol sport maktablarining 10-11 yoshli dastlabki tayyorlov shug[^]ullanuvchilariga yillik ish reja bo[^]yicha umumiy texnik-taktik tayyorgarlikka 60 soat, maxsus texnik-taktik tay $\text{\textcircled{r}}$ garlikka 30 soat vaqt ko[^]lami ajratiladi. Dastlabki tayyorlov davrida shug[^]ullanuvchilarga texnik harakatlarni rivojlantirishga ko[^]p soatlar ajratilgan. 10-11 yoshli futbolchilarning mashg[^]ulotlarida umumiy texnik-taktik tayyorgarliklari rivojlantirishga ko[^]proq e[^]tibor beriladi. Texnik-taktik tayyorgarlikning bu vaqtidagi vazifasi avvalo yosh futbolchilarning harakat funksiyalarni chaqqonlik, tezkorlik, egiluvchanlik sifatlarni shakllantirishdan iborat. Malakali murabbiylar e[^]tiroficha, dastlabki tay $\text{\textcircled{r}}$ garlik va boshlang[^]ich sport ixtisoslashuvi bosqichlarida tezkorlik, chaqqonlik bilan mustahkam bog[^]liq ravishda tarbiyalanadi, bu esa yosh futbolchilarning ratsional texnikasini muvaffaqiyatli egallab olish uchun zarur asos yaratadi.

13-14 yoshli futbolchilarning yillik ish reja bo[^]yicha mashg[^]ulotlarda texnik-taktik tayyorgarlik o[^]tilishi, 230-250 soatlar ajratilgan. Ushbu yoshda texnik-taktik tayyorgarlikning tezkorlik, chaqqonlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik sifatlari rivojlan- tiriladi. Mashg[^]ulotlarda texnik-taktik tayyorgarlik texnik harakatlarga bog[^]liq holda o[^]tkaziladi.

Dastlabki tayyorgarlik va boshlang[^]ich sport ixtisoslashuvi bosqichlarida chaqqonlik va $\text{\textcircled{p}}$ chillikni tarbiyalash koordinatsiyasiga amallarini muvaffaqiyatli egallab olish uchun asos yaratadi. Bu o[^]rinda harakatli o[^]yinlar to[^]p bilan bajariladigan mashqlar akrobatika mashqlari, uncha murakkab bo[^]lmagan to[^]siqlar osha yugurish, sakrash kichikroq balandlikka muvozanatni saqlash mashqlari tipik mashqlardir. Yugurib ketayotib birdan to[^]xtash, burilish, yo[^]nalishni o[^]zgartirish va tezlikka bajarish kabi qo[^]shimcha topshiriqlar bilan bajariladigan mashqlar katta ahamiyatga ega. Muskullarning tabiiy elastikligini va bo[^]g[^]inlardagi harakatchanlikni keng ko[^]lamda engil harakatlar qilish bilan bajariladigan mashqlar yordamida saqlab turish kerak. Jiddiy trenirovka qilish va takomillashuv bosqichlarida mashqlarni aniqlash va o[^]zgartirish ularni yangi ancha murakkab sharoitlarda bajarish maqsadga muvofiqdir. Sport o[^]yinlari (basketbol, gandbol) alohida ahamiyatga ega.

E $\text{\textcircled{p}}$ chillikni tarbiyalashda predmetlarsiz hamda engil predmetlar bilan (bular keng ko[^]lamda bajariladi) bajariladigan mashqlardan bo[^]g[^]inlar va paylarni mustahkamlaydigan mashqlar bilan qo[^]shib bajariladigan e $\text{\textcircled{p}}$ chillik mashqlaridan, shuningdek muskullarni bo[^]shashtirish mashqlardan foydalaniladi.

Futbolda tezkorlik odatda quyidagi ko[^]rsatkichlar kompleksida namoyon bo[^]ladi. Reaksiya tezligida texnik priyomlarni bajarish va bir harakatdan ikkinchisiga o[^]tish tezligida. Futbolchining tezkorligini tashkil etuvchi bu komptekslarning hammasi bir-biriga bog[^]liq emas va ularni ham alohida-alohida ham o[^]yin mashqlari kompkksida mashq qildirish mumkin. O[^]yindagi futbolchi start olishdan oldin to[^]pni ko[^]ra bilishi, vaziyatni baholashi, bir qarorga kelishi kerak. Shu narsa aniqlanganki, bu operatsiyalarning hammasi uchun futbolchi bir sekundgacha vaqt sarflab, shu vaqtning 70% i to[^]pni ko[^]ra bilishiga to[^]g[^]ri keladi. Shuning uchun o[^]yinda to[^]pni ko[^]rish uchun uni ko[^]rish maydonidan chiqarmaslik kerak.

Yosh futbolchilarda chidamlilikni tarbiyalashga 12-15 yoshdan boshlab kirishish maqsadga muvofiqdir. Bu yoshga kelib o[^]smirning anatomik jihatdan shakllanishi tugallanadi va uning harakat aktivligining oshishi chidamlilikni ko[^]proq rivojlantirish imkonini beradi.

Yosh futbolchilarning kuch imkoniyatlari oz bo[^]lganligi uchun ularda kuchlilikni tarbiyalashni juda ehtiyotkorlik bilan, asosan dinamik harakterdagi qisqa vaqtli zo[^]r berishdan foydalanib, olib orish

kerak. Kuchni oshirishga oid mashqlar minimal zo‘r berish bilan bajarilishi lozimki, bunda bor kuchini yig‘ish, shuningdek uzoq davom etadigan anchagina zo‘r berish mustasno qilinadi. Futbolchilar bilan olib boriladigan mashg‘ulotlarda asosan og‘irligi kamroq yuk bilan katta tezlikda bajariladigan mashqlar qo‘llaniladi.

Yosh futbolchilarning jismoniy tayërgarligi texnik harakatlarini rivojlantirishda mashg‘ulot o‘tkazilish samarasi ham muhimdir. Mashg‘ulotlarning samaradorligini ko‘rsatkichlaridan biri uning zichligidir. Mashg‘ulot zichligini bir butun yoki uni qismlarning o‘zini alohida aniqlash mumkin. Bu mashg‘ulotning tayyorlov, asosiy, yakunlov qismlarida ishni tashkil qilishni bir xil emasligi bilan bog‘liq.

Mashg‘ulot zichligi deganda unga ajratilgan vaqtdan maqsadga muvofiq samarali foydalanish tushuniladi. Vaqtdan qanchalik oqilona foydalanilsa, mashg‘ulot shunchalik zich bo‘ladi. Mashg‘ulot zichligi muhim ahamiyatga ega, chunki u yuklamaga, mashg‘ulot oldiga qo‘yilgan vazifalarni bajarilishiga, mashg‘ulot dasturini muvaffaqiyatli amalga oshirishga ta‘sir ko‘rsatadi. Yuqori zichlikda o‘tilgan mashg‘ulot shug‘ullanuvchilar faol va foydali shug‘ullanishlari ta‘minlaydi, organizmga tushadigan jismoniy yuklamani oshiradi, uyushqoqlik va intizomlilikni tarbiyalaydi. Mashg‘ulotning motor zichligi (MZ) - bu mashg‘ulotning umumiy davomiyligiga nisbatan yosh futbolchilarning mashg‘ulotlarda aynan harakat faoliyatining aktivligi uchun sarflangan sof vaqtdir.

Motor zichlikni aniqlashda mashqlarni bajarish uchun sarflangan sof vaqt (tsv) hisoblanadi. tsv (100% ko‘paytirilib, mashg‘ulotning umumiy vaqtiga (tum) bo‘linadi.

Sirdaryo viloyati bolalar-o‘smirlar futbol akademiyasi va Jizzax viloyati Zarbdor tumani XTB qarashli 7-umumta‘lim maktabi futbol to‘garagi mashg‘ulotlarning motor zichligi tekshirildi. Ushbu mashg‘ulotlar (13-15 yoshli futbolchilarda) texnik-taktik tayërgarlikka, texnik harakatlarni rivojlantirishga qaratilgan bo‘lib, davomiyligi 90 minutga teng bo‘lgan mashg‘ulotlardir.

Sirdaryo viloyati bolalar-o‘smirlar futbol akademiyasida olib borilgan mashg‘ulotlarning motor zichligi 71,5% ni tashkil etdi.

Texnik-taktik tayyorgarlik bo‘yicha test talablari o‘tkazilganda ushbu sport maktabi shug‘ullanuvchilarning ko‘rsatkichlari qoniqarli darajada deb baholanishi ham, mashg‘ulotlarning samarasizroq olib borilishida deb qarash mumkin.

Motor zichlikni ahamiyati muhimligini e‘tirof etishimizga qaramay u hech qachon 100% bo‘lishi mumkin emas. Aks holda mashg‘ulot materialni tushuntirish, sodir bo‘ladigan xatolar, ular ustida fikr yuritishga vaqt qolmagan bo‘lar edi. Bu o‘z navbatida o‘quv ishlarining sifati, samaradorligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi.

3. Futbol akademiyalarining 13-14 ëshli futbolchilarda texnik-taktik tayërgarlik bo‘yicha test talablari o‘tkazilganda, Sirdarë viloyati bolalar-o‘smirlar futbol akademiyasi tarbiyalanuvchilarining ko‘rsatkichlari yaxshi deb e‘tirof etildi. Jizzax viloyati Zarbdor tumani XTB qarashli 7-umumta‘lim maktabi futbol to‘garagi futbolchilari texnik-taktik tayërgarlik bo‘yicha qoniqarli bahoga topshirishdi.

4. Futbol sport maktablari mashg‘ulotlarning umumiy davomiyligi jismoniy tayërgarligi va texnik harakatlar faoliyatini sarflangan sof vaqt, motor zichligi tekshirildi. Tekshirishlarda Sirdarë viloyati bolalar-o‘smirlar futbol akademiyasi mashg‘ulotining motor zichligi - 71,5% ni, Jizzax viloyati Zarbdor tumani XTBga qarashli 7-umumta‘lim maktab futbol to‘garagi mashg‘ulotlarning motor zichligi - 56-57% ni tashkil etdi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi “Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5368-son [Farmoni](#)
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 16-martdagi “Futbolni yanada

rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risi"da PQ-3610-son qarori.

3. O'zbekiston Respublikasi «Jismoniy tarbiya va sport tyg'risida»gi Qonuni. T., «O'zbekiston». 2000.
 4. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. T., 2006.
 5. Ayrapetyans L.R., Godik M.A. Sportivnbiie igrbi. T., izd. Ibn Sino, 1991.
 6. Akramov R.A. Igrovbie i trenirovochnbie nagruzki v futbole. Uchebnoe posobie. T., izd. Ibn Sino, 2002.
 7. Akramov R.A. Yosh futbolchilarni tanlab olish va tayyorlash. T., izd. Meditsina, 1989.
 8. Akramov R.A. Futbol. T., 2006.
 9. Lisenchuk G.A. Upravlenie podgotovki futbolistov. K.,izd. Olimpiyskaya literatura, 2003
- ILOLOGICAL SCIENCES (2767-3758),2(06), 55-68