O‘QUV-MASHQ BOSQICHIDA FUTBOL MASHG‘ULOTLARINI TASHKIL ETISH FANINING PREDMETI, MAQSADI VA VAZIFALARI

Ziyayev Abdurahmon Abdullayevich
Qo'qon davlat universiteti o’qituvchisi

Annotatsiya. Maqolada o‘quv-mashq bosqichida futbol mashg‘ulotlarini tashkil etish fanining predmeti, maqsadi va vazifalari ilmiy-pedagogik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Fanning o‘rganish ob’ekti, uning mazmuniy asoslari, tarbiyaviy, sog‘lomlashtiruvchi va ta’limiy vazifalari yoritilgan. Yosh futbolchilarni tayyorlash tizimida mashg‘ulot jarayonini ilmiy asosda rejalashtirish va boshqarishning ahamiyati ko‘rsatib berilgan.

Kalit so‘zlar: futbol, o‘quv-mashq bosqichi, sport mashg‘uloti, predmet, maqsad, vazifa, yosh futbolchi, ko‘p yillik tayyorgarlik.

SUBJECT, GOALS AND TASKS OF THE SUBJECT OF ORGANIZING FOOTBALL TRAINING AT THE TRAINING STAGE

Ziyayev Abdurakhmon Abdullayevich
Teacher of Kokand State University

Abstract. The article analyzes the subject, aim and tasks of the discipline of organizing football training at the training stage from a scientific and pedagogical perspective. The object of study, content foundations and the educational, health-promoting and developmental tasks of the discipline are described, and the importance of planning and managing the training process on a scientific basis in youth football is emphasized.

Keywords: football, training stage, sports training, subject, aim, task, young player, long-term development.

ПРЕДМЕТ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОРГАНИЗАЦИИ ФУТБОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

Зияев Абдурахмон Абдуллаевич
Преподаватель Кокандского государственного университета

Аннотация. В статье рассматриваются предмет, цель и задачи дисциплины «Организация футбольных тренировок на учебно-тренировочном этапе» с научно-педагогической точки зрения. Раскрыты объект изучения, содержательные основы, образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи дисциплины.

Ключевые слова: футбол, учебно-тренировочный этап, спортивная тренировка, предмет, цель, задачи, юный футболист.

Kirish

Bugungi kunda O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biriga aylangan. Aholining, ayniqsa yosh avlodning sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, sport orqali ularni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va mamlakat sport nufuzini oshirish masalalari qonunchilik darajasida mustahkamlangan [1]. Shu jarayonda futbol eng ommabop va ijtimoiy ahamiyati yuqori bo‘lgan sport turlaridan biri sifatida alohida o‘rin tutadi.

Futbol bo‘yicha yuqori malakali sportchilarni tayyorlash uzoq muddatli va izchil jarayon bo‘lib, u bir necha bosqichdan iborat. Sport pedagogikasi va mashg‘ulot nazariyasida ko‘p yillik tayyorgarlik odatda boshlang‘ich tayyorgarlik, o‘quv-mashq, sport mahoratini takomillashtirish va oliy sport mahorati bosqichlariga bo‘linadi [2; 3]. O‘quv-mashq bosqichi bu zanjirda hal qiluvchi o‘rin egallaydi, chunki aynan shu davrda yosh futbolchining texnik-taktik asoslari mustahkamlanadi, jismoniy sifatlari tizimli rivojlanadi va sportga bo‘lgan barqaror qiziqish shakllanadi.

Mazkur bosqichda mashg‘ulotlarni to‘g‘ri tashkil etish bo‘yicha bilim va ko‘nikmalar maxsus o‘quv fani doirasida o‘rganiladi. Fan predmetini, maqsadini va vazifalarini aniq belgilab olish uning mazmunini to‘g‘ri tanlash, o‘qitish metodlarini asoslash hamda bo‘lajak mutaxassislarning kasbiy kompetentligini shakllantirishning dastlabki shartidir. Ushbu maqolaning maqsadi o‘quv-mashq bosqichida futbol mashg‘ulotlarini tashkil etish fanining predmeti, maqsadi va vazifalarini nazariy jihatdan asoslashdan iborat.

Asosiy qism

1. Fanning predmeti

Har qanday o‘quv fanining predmeti uning o‘rganish doirasini, ya’ni qaysi qonuniyatlar, jarayonlar va munosabatlar tadqiq etilishini belgilaydi. O‘quv-mashq bosqichida futbol mashg‘ulotlarini tashkil etish fanining predmeti bu bosqichdagi yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonining mazmuni, tuzilishi, tashkiliy shakllari, metod va vositalari hamda ularni rejalashtirish, o‘tkazish va nazorat qilish qonuniyatlaridir.

Fanning predmeti bir necha o‘zaro bog‘liq yo‘nalishni qamrab oladi. Birinchidan, o‘quv-mashq bosqichidagi sportchilarning yosh, jismoniy va psixologik xususiyatlari hamda ularning mashg‘ulot yuklamalariga moslashish qonuniyatlari o‘rganiladi. Yosh o‘smirlarda organizmning o‘sishi notekis kechishi sababli yuklamaning hajmi va shiddatini aniq me’yorlash zarur bo‘ladi. Ikkinchidan, futbolchining texnik tayyorgarligi (to‘pni uzatish, qabul qilish, olib yurish, aldamchi harakatlar, zarba berish) va taktik tayyorgarligi (individual, guruhli va jamoaviy harakatlar) mazmuni va uni shakllantirish metodikasi tahlil qilinadi.

Uchinchidan, jismoniy tayyorgarlik, ya’ni tezkorlik, kuch, chidamlilik, egiluvchanlik va chaqqonlik kabi sifatlarni yoshga mos tarzda rivojlantirish yo‘llari predmetning ajralmas qismini tashkil etadi. To‘rtinchidan, fan mashg‘ulot jarayonini tashkil etish masalalarini, jumladan yillik, davrlar va mikrosikllar bo‘yicha rejalashtirish, mashg‘ulotning tuzilishi, guruhni shakllantirish, nazorat va baholash tizimini ham o‘z ichiga oladi [2; 4]. Nihoyat, tashkiliy-pedagogik jihatlar, ya’ni murabbiy va futbolchi o‘rtasidagi pedagogik munosabatlar, jamoada ijobiy psixologik muhitni yaratish, shikastlanishning oldini olish va tibbiy-biologik nazorat ham fan predmetiga kiradi.

Shunday qilib, fanning o‘rganish ob’ekti o‘quv-mashq bosqichidagi sport mashg‘uloti jarayoni bo‘lsa, uning predmeti ushbu jarayonni samarali boshqarishga xizmat qiluvchi pedagogik, metodik va tashkiliy qonuniyatlar majmuidir.

2. Fanning maqsadi

Fanning asosiy maqsadi bo‘lajak mutaxassislarda o‘quv-mashq bosqichidagi yosh futbolchilar bilan mashg‘ulotlarni ilmiy asosda rejalashtirish, tashkil etish va boshqarish bo‘yicha nazariy bilimlar hamda amaliy ko‘nikmalarni shakllantirishdan iborat. Boshqacha aytganda, fan orqali kasbiy tayyorgarlikka ega, zamonaviy pedagogik yondashuvlarni egallagan va mashg‘ulot jarayonini innovatsion tarzda olib bora oladigan murabbiy-pedagog tayyorlanadi.

Bu maqsadning ikki tomoni mavjud. Birinchisi, shaxsga yo‘naltirilgan maqsad bo‘lib, u yosh futbolchining har tomonlama uyg‘un rivojlanishini ta’minlashni nazarda tutadi: uning sog‘lig‘ini mustahkamlash, jismoniy sifatlarini rivojlantirish, futbol bo‘yicha texnik-taktik mahoratini oshirish va ma’naviy-axloqiy fazilatlarini tarbiyalash. Ikkinchisi, kasbiy maqsad bo‘lib, u talabaning murabbiylik faoliyatiga tayyorligini, ya’ni mashg‘ulot rejasini tuzish, uni amalda o‘tkazish, natijalarni tahlil qilish va tuzatishlar kiritish kompetensiyalarini shakllantirishni anglatadi [3].

Maqsadga erishishda ko‘p yillik tayyorgarlikning izchilligi, yosh davrlarining sezgir (senzitiv) bosqichlarini hisobga olish, tayyorgarlik turlarining uyg‘unligi va individual yondashuv tamoyillari asosiy yo‘nalish bo‘lib xizmat qiladi. Zamonaviy

davrlashtirish nazariyasi ham mashg‘ulot yuklamasini bosqichma-bosqich va tizimli oshirib borishning ahamiyatini ta’kidlaydi [5].

3. Fanning vazifalari

Fanning maqsadi quyidagi o‘zaro bog‘liq vazifalar orqali amalga oshiriladi. Ularni shartli ravishda ta’limiy, sog‘lomlashtiruvchi va tarbiyaviy guruhlarga ajratish mumkin.

Ta’limiy vazifalar futbolchilarni texnik va taktik harakatlarga o‘rgatish, ularni takomillashtirish hamda futbol qoidalari, o‘yin tizimlari va jamoaviy o‘yin asoslari bo‘yicha bilimlar berishni o‘z ichiga oladi. Shuningdek, bu guruhga talabalarni mashg‘ulot konspektini tuzish, mashqlarni tanlash va ularni dozalash, o‘quv-mashg‘ulot jarayonini tahlil qilish usullariga o‘rgatish ham kiradi. Fan doirasida o‘rganiluvchi bilimlar kasbiy faoliyatda to‘g‘ridan-to‘g‘ri qo‘llanilishi lozim.

Sog‘lomlashtiruvchi vazifalar yosh futbolchilar organizmining funksional imkoniyatlarini oshirish, tayanch-harakat apparatini mustahkamlash, qomatni to‘g‘ri shakllantirish, kasalliklar va shikastlanishlarning oldini olish bilan bog‘liq. Mashg‘ulot yuklamalarini yoshga va tayyorgarlik darajasiga mos belgilash, shifokor nazoratini yo‘lga qo‘yish, tiklanish vositalaridan foydalanish ushbu vazifaning amaliy mazmunini tashkil qiladi.

Rivojlantiruvchi vazifalar chaqqonlik, tezkorlik, kuch, chidamlilik va muvofiqlashtirish qobiliyatlarini, shuningdek, o‘yin tafakkuri, vaziyatni tez baholash va qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirishga qaratiladi. Futbol murakkab va tez o‘zgaruvchan o‘yin bo‘lgani uchun uning har bir ishtirokchisidan nafaqat jismoniy, balki aqliy tayyorgarlik ham talab etiladi.

Tarbiyaviy vazifalar yosh sportchilarda vatanparvarlik, jamoaviylik, o‘zaro hurmat, mas’uliyat, intizom va halollik, adolatli o‘yin (fair play) qoidalariga rioya qilish kabi fazilatlarni tarbiyalashni nazarda tutadi. Murabbiyning shaxsiy namunasi, mashg‘ulotdagi pedagogik muhit va jamoa an’analari bu vazifani hal etishda muhim omildir.

Tashkiliy-metodik vazifalar doirasida talabalar mashg‘ulot jarayonini yillik, davr va haftalik sikllar bo‘yicha rejalashtirishni, guruhlarni saralash va shakllantirishni, mashg‘ulot joylari va jihozlarini tayyorlashni, nazorat sinovlari va musobaqalarni tashkil etishni o‘rganadilar. Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan, jumladan video tahlil va mashg‘ulot yuklamasini monitoring qilish vositalaridan foydalanish ham ushbu vazifalarning yangi yo‘nalishi hisoblanadi.

4. Fanni o‘qitishning asosiy tamoyillari

Qo‘yilgan maqsad va vazifalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish bir qator didaktik va sport mashg‘uloti tamoyillariga tayanishni talab etadi. Ular orasida onglilik va faollik, ko‘rgazmalilik, tizimlilik va izchillik, bosqichma-bosqich

yuklamani oshirish, davriylik, individuallashtirish va yoshga moslik tamoyillari asosiy o‘rin tutadi [2; 4]. Masalan, yuklamani ortiqcha oshirib yuborish o‘smirlarda zo‘riqish va sportga qiziqishning susayishiga olib kelishi mumkin, aksincha, yetarli bo‘lmagan yuklama esa rivojlanish sur’atini sekinlashtiradi.

Fanni o‘qitish jarayonida nazariy ma’ruzalar bilan bir qatorda amaliy mashg‘ulotlar, mikro-o‘qitish, o‘yin va musobaqa usullari, keys-stadilar hamda pedagogik amaliyot kabi faol metodlardan foydalanish talabalarda kasbiy kompetentlikni shakllantirishning samarali yo‘li hisoblanadi. Bunda talaba nafaqat tayyor mashqlar to‘plamini o‘zlashtiradi, balki ularni tanlash, o‘zgartirish va yangi mashqlarni yaratish qobiliyatini ham egallaydi.

Xulosa

Tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘quv-mashq bosqichida futbol mashg‘ulotlarini tashkil etish fanining predmeti yosh futbolchilarni tayyorlash jarayonining mazmuni, tashkiliy shakllari, metod va vositalari hamda ularni boshqarish qonuniyatlaridan iborat. Fanning maqsadi bo‘lajak mutaxassislarda mashg‘ulot jarayonini ilmiy asosda rejalashtirish va o‘tkazish bo‘yicha bilim, ko‘nikma va kompetensiyalarni shakllantirishdir.

Fanning ta’limiy, sog‘lomlashtiruvchi, rivojlantiruvchi, tarbiyaviy va tashkiliy-metodik vazifalari o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, ularning majmuaviy hal etilishi yosh futbolchining uyg‘un rivojlanishini ta’minlaydi. Predmet, maqsad va vazifalarning aniq belgilanishi o‘quv dasturini takomillashtirish, o‘qitishning zamonaviy metodlarini tanlash hamda futbol bo‘yicha zahira tayyorlash tizimi samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida»gi Qonuni. 2015-yil 4-sentabr, O‘RQ-394-son.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

4. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

5. Bompa T.O., Haff G.G. Periodization: Theory and Methodology of Training. 5th ed. – Champaign: Human Kinetics, 2009. – 432 p.