O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

# FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025/12



ISSN: 2181 7804


SABER
MILLIY OLIMPIYA QO'MITASI
SPORT VAZIRLIGI


FIE
FIE CERTIFICATE
FIE World Cup




UZBEKISTAN TAEKWONDO ASSOCIATION
DIPLOM


COACH
COACH
KPNP
WORLD TAEKWONDO


O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI DAVLAT MADHIYASI
PREZIDENT OLIMPIADASI

FAN Sportga

ilmiy-nazariy jurnali

2025/12

*Bosh muharrir*
**Rashid MATKARIMOV**

*Bosh muharrir o‘rinbosari ilmiy maslahatchi:*
**SH.SH. GAZIYEV**

**Tahrir hay’ati tarkibi:**

E.T. Raxmanov
SH.S. Mirzanov
M.X. Mirjamalov
M.O‘. Arziqulov
S.B. Repkin
Bek Mun Jong
I.P. Sivoxin
N.T. To‘xtaboyev
B.K. Erimbetov
I.B. Aliyev
L.P. Yugay
D.X. Umarov
A.K. Eshtayev
K.SH. Ziyadullayev
N.J. Isakulova
A.B. Jumaniyazov
M.M. Qirg‘izboyev

**Tahrir hay’ati kotibi**

SH.X. Toshturdiyev
B.A. Ishimov
R.I. Isroilov
A.U. Rashidov
O.Y. Mamishev
A.S. Gonashvili

**Texnik tahririyat tarkibi:**

N.N.G‘afforov
U.O. Azimova
SH.B. Aliyeva
M. Rahmonov

**fan-sportga.uz**

*Jurnalning telegram kanali*

## MUNDARIJA/СОДЕРЖАНИЕ

### SPORT MASHG‘ULOTLARI: TEXNIKA, TAKTIKA, USULIYAT SPORTS TRAINING: TECHNIQUE, TACTICS, METHODOLOGY ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

**O.R.Igamberdiyev** – Ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlash mexanizmining ilmiy-nazariy asoslari. 3

**S.R. Davletmuratov** – Futbolchilarning texnik-taktik va harakat faoliyati dinamikasi. 5

**Е.С. Люлина., Т. Шакиржанов** – Методика повышения физической подготовленности дзюдоистов на основе высокоинтенсивного интервального тренинга (HIIT). 9

**A.R. Xodjiyev** – Yuqori malakali baydarka va kanoeda eshkak eshuvchilarning musobaqadagi shaxsiy model ko‘rsatkichlari tahlili. 11

**I.Jo‘rayev** – Tog‘ chang‘ichilarni jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish uslubiyati. 16

**А.А. Туньян** – Повышение эффективности подготовки юных волейболистов посредством специальных физических упражнений. 19

**Ф.А. Пулатов** – Скорость и точность выбора партнера с выгодно занятой позицией у щита в баскетболе для передачи мяча как вариант организации результативной атаки. 22

**Sh.T. Xakimov** – Yosh belbog‘li kurashchilarni musobaqa ko‘rsatkichlari asosida texnik usullarni o‘rgatish vositalari va metodlari. 26

**R.D. Alimboyeva** – Gandbolchilarni chaqqonlik va tezkorlik sifatlarini rivojlantirishda maxsus mashqlarning ahamiyati. 29

**M.K. Jumaniyazov** – Regbichilarni tayyorlashda jamoaviy o‘yin ko‘nikmalarini shakllantirish. 31

**J.Sh. Umirzoqov** – Yuqori malakali voleybolchilarning musobaqaga tayyorgarlik davrida maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish uslubiyati. 34

**D.A. Muxammadiyeva** – Yuqori malakali sportchilar organizmda gidratatsiya muammosi va sport mashg‘ulotlari jarayonida suyuqlik harakati va degidratatsiya holatini tahlil qilish. 37

**K.B. Muxammadiyev** – Yuqori malakali kurashchilarning tezkor-kuch sifatini takomillashtirish uslubiyati. 41

**J.A. Akramov** – Gandbolchilarning jarima zarbasini berish texnikasi modeli. 45

**A.M. Yusupov** – O‘quv-yig‘in mashg‘ulotida kurashchilar uchun haftalik tezkor-kuch qobilyatini rivojlantirish. 49

**Z.X. Yusupova** – Disk uloqtiruvchi sportchilarning ko‘p yillik tayyorgarlik tizimidagi mashg‘ulot jarayonlarini tashkil etish uchun uslubiy model samaradorligi. 51

FAN Sportga
ilmiy-nazariy jurnali

**“FAN – SPORTGA”**
**ilmiy-nazariy jurnali**

**O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti muassisligida chop etiladi**

**Tahririyat manzili:**
111709, Toshkent viloyati, Chirchiq shahri, Sportchilar ko‘chasi 19-uy. Format 60x84 1/16. 84 sahifa.
Bosishga ruxsat etildi: 20.12.2025

05.02.2018 yilda Toshkent shahrida ommaviy axborot vositasi sifatida davlat ro‘yxatidan o‘tkazilgan.

**Ro‘yxatga olish raqami № 02-005 “FAN – SPORTGA” jurnali 2004 yildan nashr etiladi.**

**Suratlar muallifi:**
Anvar Ilyasov
Abdullo Fayzullayev

**2025/12**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING TIBBIY-BIOLOGIK VA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI**
**MEDICAL-BIOLOGICAL AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**
**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Y.Y. Aripov** – Xorijiy va yurtimizdagi umumiy o‘rta ta’lim maktablarining jismoniy tarbiya fani bo‘yicha ishlab chiqilgan o‘quv dasturlarini qiyosiy tahlili. 55

**O.O. Kasimov** – O‘zbekiston sportchilarining xalqaro musobaqalarda ishtirokini ta’minlashning huquqiy-axloqiy qoidalarini takomillashtirish. 59

**Ш.С. Турдикулов** – Характеристика и структура основных элементов системы подготовки юных фехтовальщиков. 61

**Z.G. Gapparov., J.M. Ishtayev** – Sportchilar psixologik profilini modellashtirish tizimi. 65

**J.M. Yuldasheva** – Maktab o‘quvchilarini darsdan tashqari jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida sport musobaqalariga tayyorlashning pedagogik tahlili. 69

**В.В. Серебряков., М.С. Гулямова** – Инструментальная оценка кортизолового ответа: использование субъективных показателей для непрямого мониторинга физиологического стресса у спортсменов. 72

**G.I. Abdireimova** – 11–12 yoshli suzuvchilarni uzoq masofalarga suzish tayyorgarligini takomillashtirish. 76

**J.A. Akramov** – Gandbolchi qizlarning tayanib yondan darvozaga to‘p otish texnikasi modeli. 78

**Y.Y. Aripov** – V-IX sinf o‘quvchilarining jismoniy tarbiya darslarini tabaqalashtirilgan yondashuv asosida tashkil etish samaradorligi. 83

**Sh.M. Nurmatova** – Smart ball texnologiyasining ko‘p yillik tayyorgarlik jarayonida basketbolchilarning mashg‘ulot yuklamasini nazorat qilishdagi imkoniyatlari va texnik mahoratni baholash metodikasi. 87

**Sh.Sh. Maxmudov** – Yuqori malakali og‘ir atletikachilarning ko‘p yillik tayyorgarligida mashg‘ulot rejasini takomillashtirish va rejalashtirish. 91

**ADAPTIV JISMONIY TARBIYA**
**ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION**
**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Г.М. Зоитова** – Моделирование годичного цикла подготовки пловцов-паралимпийцев с использованием современных педагогических технологий. 96

**S.M. Umarov** – Para-velosipedchilarning vestibulyar barqarorligini oshirishga yo‘naltirilgan mashg‘ulot jarayoni uslubiyatini ilmiy asoslash va tajribaviy tekshirish. 99

**PEDAGOGIK KADRLARNI TAYYORLASH**
**PREPARATION OF TEACHING STAFF**
**ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ**

**M.I. Idrisov** – Turizm faoliyatini jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga integratsiyalashning talaba-sportchilarning tayyorgarlik darajasiga ta’siri. 102

**Z.B. Xudaykulov** – Talaba-yoshlarning jismoniy rivojlanish ko‘rsatkichlarini yaxshilash bo‘yicha pedagogik tajriba tahlili. 105

B.X. G‘afurov - Gandbolda jarima to‘pini darvozaga otish aniqligi oshirishda qo‘llaniladigan uslublar. 108



Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dotsenti v.b.
**O.R. IGAMBERDIYEV**[1]
[1]O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Chirchiq shahri, O‘zbekiston

10.65149/fansport.2025.v8i12.a001

# KO‘P YILLIK TAYYORGARLIK BOSQICHLARIDA FUTBOLCHILARNI TAYYORLASH MEXANIZMINING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

## Annotatsiya

В статье рассматриваются вопросы подготовки футболистов на этапах многолетней подготовки, анализируются проведенные исследования и систематизация подготовки регулярно тренирующихся футболистов на этих этапах. Разработан механизм подготовки футболистов в системе многолетней подготовки, освещены актуальность и преимущества данного механизма. Научно-теоретически обоснованы направления, которым необходимо уделить внимание в качестве ключевых факторов предлагаемого механизма.

***Ключевые слова:*** *педагогические механизмы, этапы подготовки, основные факторы, контрольные тесты, возрастные особенности, научно-теоретический анализ, сенситивные периоды.*

## Abstract

Maqolada ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlash masalalari, bu bo‘yicha o‘tkazilgan tadqiqotlar va ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida muntazam shug‘ullanayotgan futbolchilarni tayyorlashni tizimlashtirish o‘rganilgan. Ko‘p yillik tayyorgarlik tizimida futbolchilarni tayyorlash mexanizmi ishlab chiqilgan bo‘lib, ushbu mexanizmning dolzarbligi va afzalliklari yoritilgan. Taklif etilayotgan mexanizmining asosiy omillari sifatida tanlangan ahamiyat qaratish zarur bo‘lgan yo‘nalishlar ilmiy-nazariy asoslangan.

***Kalit so‘zlar:*** *pedagogik mexanizmlar, tayyorgarlik bosqichlari, asosiy omillar, nazorat testlari, yoshga oid xususiyatlar, ilmiy-nazariy tahlil, sensitiv davrlar.*

This article examines the issues of training football players during long-term preparation stages, reviews research conducted in this field, and explores the systematization of training for footballers who regularly participate in long-term preparation stages. A mechanism for training football players within the long-term preparation system has been developed, and the relevance and advantages of this mechanism are highlighted. The key aspects that require attention as the main factors of the proposed mechanism are scientifically and theoretically substantiated.

***Key words:*** *pedagogical mechanisms, preparation stages, main factors, control tests, age-related characteristics, scientific-theoretical analysis, sensitive periods.*

**Dolzarbligi.** Mamlakatimizda iqtidorli futbolchilarni tayyorlash, professional darajaga olib chiqishni samarali tizimini yaratish, milliy terma jamoalar va professional futbol jamoalari uchun sifatli sport zahirasini shakllantirishga katta ahamiyat qaratilmoqda. Shu maqsadda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, futbolchilarni yuqori saviyada tayyorlash va mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta’minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Biroq, futbol sport turi bo‘yicha o‘rganilishi zarur bo‘lgan masalalar, futbol sport turining ommaviyligini oshirish, yurtimizning turli yoshlaridagi terma jamoalariga iqtidorli futbolchilarni yetkazib berish, ularning jismoniy va texnik tayyorgarligini oshirish, ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlash kabi ko‘plab o‘z yechimini kutayotgan muammolarni ilmiy tadqiq qilish hamda tayyorlov tizimlarini optimal nisbatlarini ishlab chiqish uchun shug‘ullanuvchilar organizmining sensitiv davrlarini, yoshga oid xususiyatlarini inobatga olgan holda ilmiy-asosli tashkil etish zaruriyati yuzaga chiqmoqda [2].

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M. Mirziyoyevning 2023-yil 7-aprelidagi “Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo‘shimcha chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-115-sonli qarorida bolalar va o‘smirlarni futbol bilan shug‘ullanishga bo‘lgan qiziqishini oshirish, havaskor futbolni ommaviylashtirish, futbol bo‘yicha musobaqalarni muntazam ravishda tashkil etishga alohida e’tibor qaratilgan. Futbolga bo‘lgan e’tibor oshib borgani sari futbolchilarni tayyorlashda ham yangi uslubiyatlar va yangi texnologiyalarni qo‘llashga ehtiyoj oshib bormoqda. Zero bu futbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarlik darajasini doimiy o‘sib borishi bilan bog‘liq bo‘lib, shu orqali maydondagi harakatlar ko‘lami va samaradorligi kengayib bormoqda. Ushbu omil futbol bo‘yicha zaxiralarni ta’minlash, yosh futbolchilarning har tomonlama tayyorgarligiga ham yuqori talablarni qo‘yadi, bu esa yosh futbolchilarning tayyorgarlik darajalarini oshirish va ularning o‘quv mashg‘ulotlari sifatini yaxshilash talabini keltirib chiqaradi. Shuni inobatga olgan holda ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni har tomonlama tayyorlash mexanizmini ishlab chiqish ayni kunning dolzarb masalalardandir [1].

**Tadqiqotning maqsadi** ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlash mexanizmini ishlab chiqish va ilmiy-nazariy asoslashdan iborat.

**Tadqiqotning vazifalari:**

1. Sportda tizimlashtirish hamda tayyorgarlik mexanizmlarini ishlab chiqish bo‘yicha olib borilgan ilmiy tadqiqot ishlarini o‘rganish va tahli qilish.

2. Futbolchilarni tayyorlashda ular tayyorgarligining muhim kriteriyalarni o‘rganish, tahlil qilish, ularni tizimlashtirish va bir-biriga bo‘ysunishini to‘g‘ri tashkil etish;

3. Futbolchilarni tayyorlashda ilmiy asoslangan, ijobiy ahamiyatga ega bo‘lgan mexanizmni yaratish.

**Tadqiqot natijalari va uning muhokamasi**. Yosh futbolchilarni ko‘p yillik tayyorgarligini mazmunan yangilashda musobaqa faoliyatining ko‘p qirraliligi,

raqobatbardoshligi va mashg‘ulot yuklamalari hajmi va me’yorlari 8 yoshdan 17 yoshgacha bo‘lgan bolalarga mos ravishda taqsimlab chiqilishi lozim. Futbolchilarni ko‘p yillik tayyorgarlik jarayonida musobaqa faoliyatiga ko‘proq e’tibor berilishini ko‘rishimiz mumkin, bu professional sportni bevosita musobaqalashuv jarayoni yekanligi bilan tavsiflanadi. Shuni alohida ta’kidlash kerakki, ko‘p yillik tayyorgarlikning dastlabki bosqichlarida yuqori bosqichlariga qaraganda musobaqa faoliyati va taktik tayyorgarlik bo‘yicha mashg‘ulotlar kamroq. Bu tendensiya sportni takomillashtirish bosqichiga qadar davom etadi. (Y.M.Portnov, 1989; O.P.Topishev, 1989; Y.I.Portoyx, 1994). Shu bois ko‘p yillik tayyorgarlik davrida o‘quv mashg‘ulotlarni mazmunini yangilash va tuzishda shug‘ullanuvchilarning yoshini inobatga olish zarur [3,4,6].

Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishda ularning yosh xususiyatlarini ahamiyati katta. Sport bilan muntazam shug‘ullanish (me’yorida) inson organizmiga ijobiy ta’sir qilishi isbotlangan. Mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan ushbu mavzu bo‘yicha ko‘plab tadqiqotlar olib borilgan. Biroq, ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarining barcha guruhlarini qamrab olgan ishlar deyarli yo‘q [5,7,9,11].

Yosh futbolchilarni tayyorlash bosqichlarida jismoniy tayyorgarlik ko‘rsatkichlarini nazorat qilish katta ahamiyatga ega. Ko‘plab olimlarning o‘rganishlariga ko‘ra ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichining birinchi bosqichidan oxirigacha bo‘lgan davrda geteroxronlik qonunlariga bo‘ysunadi. Sport mashg‘ulotlari bilan muntazam shug‘ullanadigan bolalarni jismoniy rivojlanishi bilan jismoniy sifatlarning rivojlanishida yuqori bog‘liqlik bor. Ayrim yoshlarga kelib jismoniy sifatlarni rivojlanishi jadalashadi. Bu davrga esa “syensitiv davr” deyiladi. Quyida ularni ayrimlarini ko‘rishimiz mumkin:

1) tezlik sifatlari - 10 yoshdan 11 yoshgacha;

2) tezlik-kuchlilik sifatlari - 12 yoshdan 15 yoshgacha;

3) chidamlilik - 9 yoshdan 10 yoshgacha va 15 yoshdan 16 yoshgacha;

4) koordinatsion qobiliyatlar - 9 yoshdan 12 yoshgacha va 13 yoshdan 14 yoshgacha.

Futbolchilarning jismoniy sifatlarini yoshga oid dinamikasini o‘rganishda sensitiv davrlarning yosh chegaralarini belgilashda turli mutaxassislar turlicha fikrdaligini ko‘rishimiz mumkin. Bu bo‘yicha ilmiy tadqiqotlar olib borgan va tajribalar o‘tkazgan qator olimlarning (E.I.Ilyin, 1983; L.P.Matveyev, 1991) fikrlariga ko‘ra sensitiv davrlar chegaralari quyidagicha:

Har bir alohida sifat:

- chaqqonlik - 9-12, 13-14 yosh;
- tezlik - 10-11, 12-14 yosh;
- tezlik va kuch sifatlari - 10-11, 12-15 yosh;
- chidamlilik -9-10, 14-16 yosh.

Ko‘p yillik tayyorgarlikning turli bosqichlarida futbolchilarni jismoniy sifatlarini yosh dinamikasidagi sensitiv davrlarini inobatga olgan holda shug‘ullantirish ular jismoniy tayyorgarligini yanada samarali rejalashtirish imkonini beradi. Tadqiqotda ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida yosh futbolchilarni tayyorlash tizimlarini mazmunan yangilash mexanizmi ochib berilgan [3,8,10].

So‘nggi yillarda sport o‘yinlaridagi yuklamalarni tizimlashtirish, optimallashtirish va nazorat qilish masalalari mahalliy va xorijiy olimlarning ko‘plab tadqiqotlarida ko‘rib chiqilgan. Bu muammoni M.A. Godik (1980), Y.D.Jeleznyak (1981), A.K. Belyakov (1986), J. Modrikiy (1986), M.M.Shestakov (1992), N.V.Lrujniy (1993), V.Y.Ignatiyeva (1995) kabi olimlar o‘rganishgan. M.M.Shestakovning yuqori malakali futbolchilar bo‘yicha olib borgan tadqiqotlari natijalari e’tiborga molik. Bolalar va o‘smirlar futbolida jismoniy tayyorgarlik, psixologik tayyorgarlik va turli tayyorgarlik turlarini bog‘liqligi kabi xususiyatlar va yuklamalarni yoshga qarab tartibga solish bo‘yicha tadqiqotlar deyarli olib borilmagan, bu esa ko‘p yillik tayyorgarlik davrida mashg‘ulotlarni tashkil etish va boshqarish samaradorligiga sezilarli darajada o‘z ta’sirini o‘tkazadi (1-rasm).

***1-rasm***

**Ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlash mexanizmi**




Taklif etilayotgan mexanizmda ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni shug‘ullantirish, ularni tayyorlov tizimini yangilash bo‘yicha har bir bosqichga alohida yondoshuv zarurligiga ahamiyat qaratilgan. Ushbu mexanizmda futbolchilarni jismoniy rivojlanganligi va jismoniy tayyorgarligiga chuqurroq e’tibor qaratilgan bo‘lib, futbol maktablariga kelgan bolalarni shug‘ullantirish, ular faoliyatini rejalashtirishdan tortib ularni professional darajaga yetkazishgacha

bo‘lgan bosqichlarni o‘z ichiga oladi. Futbolchilarni nazorat testlaridan o‘tkazishda ularni yoshi, umumiy va maxsus tayyorgarligiga ahamiyat qaratilgan.

**Xulosa**. Bugungi kunda yurtimizda futbolchilarni tayyorlash, ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni tayyorlashni ilmiy-metodik ta’minlash, istiqbolli o‘yinchilarni saralab olish va terma jamoalar zahiralarini shakllantirish dolzarb masalalardandir. Mamlakatimizda futbolchilarni har tomonlama tayyorgarligini oshirish, bu ishlarni tizimlashtirish bo‘yicha ko‘plab ishlar amalga oshirilgan bo‘lsada, futbolda jismoniy tayyorgarligini oshirish masalalari o‘z yechimini kutmoqda. Xorijiy va mahalliy olimlarning izlanishlaridan ma’lum bo‘lishicha, futbolchilarni tayyorlashda jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanganlik darajasini ahamiyati katta. Shundan kelib chiqib, ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida futbolchilarni jismoniy tayyorgarlik darajasini ustuvor hisoblagan holda ularni tayyorlash mexanizmini yaratish zarurati mavjud.

Biz tomonimizdan taklif etilayotgan futbolchilarni tayyorlash texnoligiyasi ko‘p yillik tayyorgarlik bosqichlarida shug‘ullanadigan futbolchilarni jismoniy tayyorgarliklarini rejalashtirish va to‘g‘ri tashkil etish maqsadida tayyorlangan bo‘lib, mamlakatimiz futboli uchun muhim ahamiyat kasb etadi deb hisoblaymiz. Tavsiya etilayotgan mexanizm futbolchilarni tayyorlashda ahamiyat qaratish lozim bo‘lgan muhim jihatlarni o‘z ichiga oladi, futbolchilarni tayyorlashda va ularni istiqbolini belgilashda yaqindan yordam beradi.

***Adabiyotlar:***

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2023-yil 7-apreldagi “Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo‘shimcha chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-115-sonli qarori. http://Lex.uz

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2023-yil 3-noyabrdagi “Futbol-ta’lim muassasalari tarmog‘ini kengaytirish hamda xalqaro standartlarga mos keladigan futbol infratuzilmasini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-355-sonli qarori.

3. Bozorov, S. R. (2023). O‘quv mashg‘ulot guruhi futbolchilarini texnik usullarga o‘rgatishda sensitiv davrlarning ahamiyatini o‘rganish [The importance of sensitive periods in teaching technical skills to football players in training groups]. Sportda ilmiy tadqiqotlar, 3, 76–80.

4. Zolotarev, A. P. (1997). Struktura i soderzhanie mnogoletney podgotovki sportivnogo rezerva v futbole [Structure and content of long-term training of sports reserve in football] (Avtoreferat dissertatsii doktora pedagogicheskikh nauk). Krasnodar.

5. Igamberdiev, O. R. (2022). Ko‘p yillik tayyorgarlikning dastlabki bosqichlarida futbolchilarni saralab olishning ilmiy–nazariy asoslari [Scientific and theoretical foundations of selection of football players at the initial stages of long-term training]. Fan–sportga, 8, 31–34.

6. Igamberdiev, O. R. (2023). Ko‘p yillik tayyorgarlikning yuqori bosqichlarida futbolchilarni saralab olish tizimlari [Systems of player selection at advanced stages of long-term football training]. Sportda ilmiy tadqiqotlar, 2, 12–16.

7. Igamberdiev, O. R. (2023). Ko‘p yillik tayyorgarlik tizimida futbolchilarni saralab olish modelining ilmiy-nazariy asoslari [Scientific and theoretical foundations of the selection model in long-term football training]. Sportda ilmiy tadqiqotlar, 3, 72–76.

8. Igamberdiev, O. R. (2022). Yosh futbolchilarni tanlab olish va selektsiyalashda yangi tadqiq qilish uslubiyatlari [New research methodologies in talent identification and selection of young football players]. Akademicheskie issledovaniya v sovremennoy nauke, 1(17), 159–165.

9. Mohammed Walid Hasan Hebah. (2015). Organizatsionno-metodicheskie komponenty sistemy sportivnoy orientatsii i otbora v Respublike Yemen (na primere sportivnykh igr) [Organizational and methodological components of the sports orientation and selection system in the Republic of Yemen (based on sports games)] (Avtoreferat dissertatsii kandidata pedagogicheskikh nauk). Maykop.

10. Ermatov, Sh. S. (2022). Informative physical training tests for the selection of children for football. Eurasian Journal of Sport Science, 2(1), 96–99. https://uzjournals.edu.uz/eajss/



Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), professor
**S.R. DAVLETMURATOV**[1]
[1]O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Chirchiq shahri, O‘zbekiston

https://orcid.org/0000-0003-1293-601X

10.65149/fansport.2025.v8i12.a002

# FUTBOLCHILARNING TEXNIK-TAKTIK VA HARAKAT FAOLIYATI DINAMIKASI

## Annotatsiya

В исследовании изучена динамика технико-тактических действий (ТТД) и двигательной активности футболистов в условиях педагогического эксперимента. Результаты наблюдений, проведённых в период январь–март, показали статистически достоверное улучшение большинства показателей ТТД. Существенные различия выявлены в количестве и эффективности длинных передач, ударах по воротам, перехватах, приёме мяча и общем объёме всех ТТД. Анализ двигательной активности показал увеличение дистанции, преодолеваемой на максимальной скорости, что связано с повышением доли гликолитических и алактатных

## Abstract

Tadqiqotda futbolchilarning texnik-taktik harakatlari (TTH) va harakat faolligi ko‘rsatkichlari pedagogik eksperiment sharoitida o‘rganildi. Yanvar–mart oylarida o‘tkazilgan kuzatuvlar natijasida TTH ko‘rsatkichlarining aksariyatida statistik jihatdan ahamiyatli o‘sish qayd etildi. Ayniqsa, uzun uzatmalar soni va samaradorligi, darvozaga zarbalar, to‘p olib qo‘yish, to‘pni qabul qilish hamda umumiy TTH sonida sezilarli rivojlanish kuzatilgan. Harakat faolligi bo‘yicha maksimal tezlikda bosib o‘tilgan masofa oshgani aniqlanib, bu mashg‘ulotlarda glikolitik va alaktat yo‘nalishidagi mashqlar ulushi ortgani bilan izohlandi.

***Kalit so‘zlar:*** *texnik-taktik harakatlar, harakat faolligi, mashg‘ulot jarayoni, maksimal tezlik, pedagogik eksperiment, uzatmalar samaradorligi, o‘yin faoliyati, sport tayyorgarligi.*

The study examined the dynamics of technical-tactical actions (TTA) and motor activity of football players under pedagogical experimental conditions. The results of observations conducted during the January-March period showed a statistically significant improvement in most TTD indicators. Significant differences were revealed in the




MKBANK


قطر
QATAR


Sharjah
267 Bakhromjon GAZIEV
SANTOS HIPPICA






PREZIDENT
OLIMPIADASI