



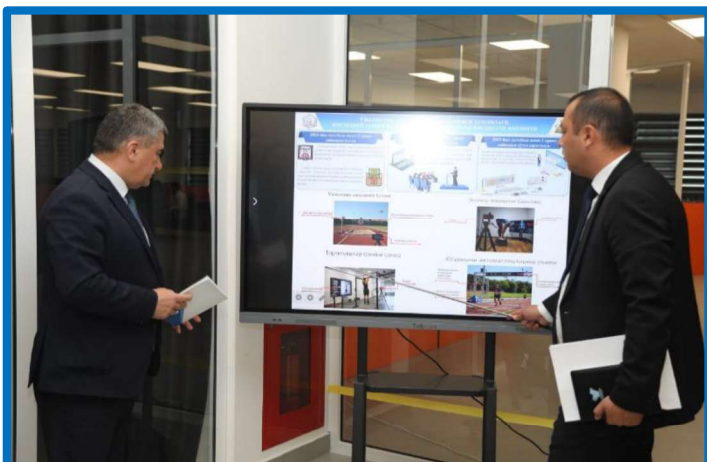
SPORTDA ILMIY TADQIQOTLAR





O.K.Qodirov - Yosh futbolchilarni jismoniy texnik mahoratini shakllantirish uslubiyati.....	90
A.U.Xamidjonov, M.K.Mamatova - Sportchilar harakatlarini analitik tahlil qilishda innovatsion texnologiyalarni ishlab chiqish mexanizmi.....	95
M.M.Azizov, A.A.Abdumannobov - Talaba-yoshlarni musobaqa jarayoniga samarali tayyorlashda ularning funksional hamda jismoniy holatini baholash uchun dasturiy vosita ishlab chiqish.....	98
S.X.Xabibullayev - 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligini oshirish.....	102
D.N.Raxmonov - Jismoniy tarbiya va sport sohasida faoliyat yuritayotgan kurashchi trenerlarning kasbiy kompetentligini uzluksiz rivojlantirishning ilmiy-metodik asoslari.....	108
H.M. Qodirova - Akrobatik mashqlar orqali vestibulyar barqarorlikni rivojlantirish metodikasi.....	112
P.A.Лутфуллина - Метод анкетирования для улучшение технических навыков у пара настольных теннисистов.....	114
I.I.Ne'matullayev - Yillik tayyorgarlik bosqichida talaba yoshlarni stol tennisi bo'yicha musobaqalarga tayyorlash dasturini qo'llash.....	117
D.Yu.Tashnazarov - U15 yosh toifasidagi yunon-rum kurashchilarida turli vazn toifalarida (38–44 kg, 48–62 kg, 68–85 kg) 1 daqiqa davomida bajarilgan texnik harakatlar samaradorligini tahlil qilish.....	121
D.Y.Egamonov - Talaba-yoshlarni musobaqa faoliyatiga samarali tayyorlashda funksional va jismoniy holatini diagnostika qilish dasturiy ta'minotini yaratish.....	124
F.M.Muradov - Sh1 va Sh2 sport klasslariga mansub para-o'qotuvchilarni tayyorlashda integral nazorat konturlarining ilmiy-uslubiy ahamiyati.....	128
M.M.Azizov, M.O.Qurbonov - Talaba-yosh sportchilarning musobaqa oldi tayyorgarligida funksional holatini kompleks baholashga mo'ljallangan intellektual dasturiy ta'minotni ishlab chiqish.....	131
Д.Х.Умаров - Интегральный подход в подготовке высококвалифицированных гимнастов....	134
N.A.Xudayberdiyeva - Sport tashkilotlarida inson resurslarini boshqarishni takomillashtirishning innovatsion yo'llari.	140
I.R.Shukurov - Harakatli o'yinlardan foydalanish asosida bo'lajak jismoniy tarbiya pedagoglarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning nazariy asoslari.....	144
C.X.Ernazarov, C.Ж.Сыздыкова - Логико-содержательная модель развития специальной выносливости борцов вольного стиля высокой квалификации.....	147
З.Касымбеков - Динамика направленности упражнений на специально-подготовительном этапе тренировки у высококвалифицированных боксеров.....	155
A.A.Tolametov - Sport trenerlarining axborot-kommunikatsiya texnologiyalari bo'yicha malakasini oshirishga yo'naltirilgan tashkiliy-pedagogik modelning samaradorligi.....	158
M.L.Fayzullayeva - Erkin kurashchilarning tezlik qobiliyati va texnik-taktik tayyorgarligini rivojlantirish yuzasidan o'tkazilgan so'rovnoma natijalari.....	163
И.А.Таджиматов - Исследование пространственно-временных характеристик движений высококвалифицированных гимнасток при выполнении опорного прыжка «переворот назад».....	168
D.Xakimov - Yosh og'ir atletikachilarning ko'krakdan siltab ko'tarishda musobaqa faoliyati ishonchiligi va natijadorligini oshirish uslubiyati.....	172
X.A.Murzoyeva - Yosh badiiy gimnastikachilarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish....	175

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ILMIY TADQIQOTLARI INSTITUTI





sportchilar zaxirasini shakllantirishda ham muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 29-oktabrdagi PF-6097-son Farmoni. "Ilm-fanni 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida". Toshkent, 2020.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi PQ-5279-son Qarori. "Sport ta'limi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida". Toshkent, 2021.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 6-iyundagi PQ-268-son Qarori. "Davlat sport-ta'lim muassasalari faoliyatini yangi tizim asosida tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida". Toshkent, 2022.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-414-son Qarori. "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy

tadqiqotlar tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida". Toshkent, 2022.

5. Bomp, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). Periodization: Theory and Methodology of Training. Human Kinetics.
6. Matveyev, L. P. (1991). Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. Moskva: Fizkultura i sport.
7. Platonov, V. N. (2015). Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Kiev: Olimpiyskaya literatura.
8. Issurin, V. (2010). New Horizons for the Methodology and Physiology of Training Periodization. Sports Medicine.
9. Kenney, W. L., Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2020). Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.
10. Zatsiorsky, V. M., & Kraemer, W. J. (2006). Science and Practice of Strength Training. Human Kinetics.



Chirchiq davlat pedagogika universiteti,
dotsent v.b

S.X.Xabibullayev
Chirchiq, O'zbekiston

Muallif bilan bog'lanish uchun:

Email: xabibullayevsamandar931@gmail.com

Tel: +99899 854-09-31

12-YOSHLI FUTBOLCHILARNING MUSOBAQALARDAGI DARVOZA TOMON BERILGAN ZARBALARINING SAMARADORLIGINI OSHIRISH

Аннотация

В статье анализируются удары по воротам в соревнованиях, выполненные 12-летними игроками, разрабатывается специальный эксперимент для выявления и исключения ошибок при ударах, а также даются рекомендации.

Ключевые слова: соревнование, удар по воротам, ногой, головой, точный, неточный, эффективность, коэффициент, специальные упражнения, анализ.

Annotation

Maqolada 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari tahlil qilinib, berilgan zarbalardagi nuqsonlarni aniqlab, ularni bartaraf etish bo'yicha maxsus mashqlar ishlab chiqilib, tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: musobaqa, darvozaga zarba, oyoq bilan, bosh bilan, aniq, noaniq, samaradorlik, koeffitsiyent, maxsus mashqlar, tahlil.

The article analyzes the shots taken by 12-year-old football players at the goal in competitions, identifies flaws in the shots taken, develops special exercises to eliminate them, and provides recommendations.

Key words: competition, shot on goal, with foot, with head, accurate, inaccurate, efficiency, coefficient, special exercises, analysis.

Dolzarbligi. Barcha sport turlarida bo'lgani kabi, futbolda ham asosiy vazifa, bu raqib ustidan g'alabaga erishishdir. G'alabaga erishish ko'pgina omillarga bog'liq bo'lib qoladi. Futbolchilarni har tomonlama rivojlanganliklari va tayyorgarliklari asosiy omillardan hisoblanadi. Futbolda o'yinchilarda barcha jismoniy sifatlarni yaxshi rivojlanganliklarini talab etiladi. Tezlik, chaqqonlik, chidamkorlik, egiluvchanlik, kuch sifalarini barchasi, o'yin sharoitining ma'lum bir vaziyatida namoyon bo'lishi bilan xarakterlanadi. Jismoniy sifatlarni rivojlanganligi bilan futbolchilar tomonidan bajariladigan texnik harakatlar orasida o'zaro uzviylik, ko'pgina tadqiqotlar natijasida isbotlangan. Shuning uchun, murabbiylar o'quv-mashg'ulotlarni tashkil qilishda, aynan shu omillarni yoddan chiqarmasliklari va

o'quv-mashg'ulotlarni ham, jismoniy sifatlarni ham texnik harakatlarni birgalikda rivojlantirish va takomillashtirish bilan olib borishlari maqsadga muvofiq bo'ladi. Futbolda barcha texnik harakatlarni takomillashtirish bilan birgalikda, darvoza tomon zarba berish texnikasini ham takomillashtirib borish zarur. Chunki darvoza tomon aniq beriladigan zarbalardan o'yinning yakuniy natijasiga zamin yaratilishi mumkin. Shuning uchun ham tanlagan mavzumiz dolzarb va ahamiyatli hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi. 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalarni samaradorligini o'rganish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot vazifalari. 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon



berilgan zarbalarni samaradorligini o'rganish va tahlil qilish. 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan noaniq zarbalarini aniqlab, ularni maxsus mashqlar yordamida bartaraf qilish va yosh futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligini oshirish.

Tadqiqot usullari. Ilmiy uslubiy adabiyotlarni o'rganish va tahlili qilish, pedagogik kuzatish, matematik-statistik usullardan foydalanildi.

Tadqiqot natijalari va uning muhokamasi. Pedagogik tajriba Toshkent viloyati Chirchiq shahridagi (BO'SM) sport maktabning 12-yoshli futbolchilarida hamda, Toshkent viloyatidagi "Futbol" maktabida shug'ullanuvchi 12-yoshli

futbolchilarda olib borildi. Nazorat guruhiga Toshkent viloyatidagi "Futbol" maktabida shug'ullanuvchi 12-yoshli 15 nafar futbolchilarni, tajriba guruhiga esa Chirchiq shahridagi (BO'SM) sport maktabning 12-yoshli 15 nafar futbolchilarini qabul qilib oldik.

Pedagogik tajribadan oldin Toshkent viloyatidagi "Futbol" maktabida hamda Chirchiq shahridagi (BO'SM) sport maktabida shug'ullanuvchi 12-yoshli futbolchilarining musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari o'rganildi. Pedagogik kuzatishlar davomida yosh futbolchilarning 10 ta o'yini nazorat qilinib darvoza tomon berilgan aniq va noaniq zarbalari tahlil qilindi. Olingan natijalar 1-2-jadvallarda ko'rsatib o'tilgan.

1-jadval

Tadqiqot boshida tajriba guruhi (Chirchiq sport maktabi) 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari tahlili

№	Jami zarbalar soni	Aniq va noaniq zarbalar soni		Oyoqda berilgan zarbalar		Bosh bilan berilgan zarbalar		Jaruma maydoni ichida		Jaruma maydoni tashqarisidan		Samaradorlik koeffitsiyenti
		+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	
I bo'lim	4	1	3	1	2	-	1	1	2	-	1	25%
II bo'lim	5	2	3	1	2	1	1	2	2	-	1	40%
O'yin davomida	9	3	6	2	4	1	2	3	4	-	2	32%

Jadvaldan shuni anglash mumkinki, tadqiqot boshida tajriba guruhi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari quyidagicha bo'ldi. 1-bo'limda tajriba guruhining yosh futbolchilari hammasi bo'lib, darvozaga 4 ta zarba berishgan, shundan 1 tasi aniq, 3 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 3 ta, shulardan 1 tasi aniq, 2 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 1 ta u ham bo'lsa noaniq bajarilgan. 1-bo'limdagi samaradorlik koeffitsiyenti 25 %ni tashkil qilgan. 2-bo'limda

hammasi bo'lib, darvozaga 5 ta zarba berishgan, shundan 2 tasi aniq, 3 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 6 ta, shulardan 1 tasi aniq, 2 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 3 ta 1 tasi aniq, 2 tasi noaniq bajarilgan. Samaradorlik koeffitsiyenti 40 %ni tashkil qilgan. Jami 10 ta o'yin davomida tajriba guruhining yosh futbolchilari o'rtacha darvozaga 9 ta zarba berishgan, shundan 3 tasi aniq, 6 tasi noaniq berilgan. Umumiy samaradorlik koeffitsiyenti 32 %ni tashkil qilgan.

2-jadval

Tadqiqot boshida nazorat guruhi (Toshkent viloyati futbol maktabi) 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari tahlili

№	Jami zarbalar soni	Aniq va noaniq zarbalar soni		Oyoqda berilgan zarbalar		Bosh bilan berilgan zarbalar		Jaruma maydoni ichida		Jaruma maydoni tashqarisidan		Samaradorlik koeffitsiyenti
		+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	
I bo'lim	4	1	3	1	2	-	1	1	2	-	1	25%
II bo'lim	7	3	4	2	3	1	1	2	2	1	2	43%



O'yin davomida	11	4	7	3	5	1	2	3	4	1	3	36%
----------------	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-----

Tadqiqot boshida nazorat guruhi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari quyidagicha bo'ldi. 1-bo'limda nazorat guruhining yosh futbolchilari hammasi bo'lib, darvozaga 4 ta zarba berishgan, shundan 1 tasi aniq, 3 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 3 ta, shulardan 1 tasi aniq, 2 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 1 ta u ham bo'lsa noaniq bajarilgan. 1-bo'limdagi samaradorlik koeffitsiyenti 25 %ni tashkil qilgan. 2-bo'limda hammasi bo'lib, darvozaga 7 ta zarba berishgan, shundan 3 tasi aniq, 4 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 5 ta, shulardan 2 tasi aniq, 3 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 2 ta 1 tasi aniq, 1 tasi noaniq bajarilgan. Samaradorlik koeffitsiyenti 43 %ni tashkil qilgan. Jami 10 ta o'yin davomida nazorat guruhining yosh futbolchilari o'rtacha darvozaga 11 ta zarba berishgan, shundan 4 tasi aniq, 7 tasi noaniq berilgan. Umumiy samaradorlik koeffitsiyenti 36 %ni tashkil qilgan.

Mazkur jadvallarda keltirilgan ma'lumotlarni umumlashtirish va tahlil qilish pedagogik tadqiqotga jalb etilgan nazorat va tajriba guruhlari yosh futbolchilari tomonidan o'rganilgan darvoza tomon berilgan zarbalarini xarakterlaydigan

ko'rsatkichlar bo'yicha tajriba boshida qayd etilgan natijalari o'zaro bir-birlariga yaqin ekanligini ko'rsatib turibdi. Nazorat guruhining darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorlik ko'rsatkichlari, tajriba guruhining samaradorlik ko'rsatkichlariga nisbatan 4%ga yaxshiligi aniqlandi. Shuni inobatga olib tajriba guruhida tadqiqot olib bordik.

Yuqorida keltirib o'tilgan darvozaga zarba berish usullarini bajarishda ko'proq nuqsonlarga yo'l qo'yilgan texnik usullar, to'pga oyoq va bosh bilan zarba berish, to'pga jaruma maydoni ichkarisidan va tashqarisidan aniq zarba berish, jaruma to'pini tepish, burchakdan to'pni o'yinga kiritishlarda yo'l qo'yilgan kamchiliklarni bartaraf etish uchun 30 ta maxsus mashqlar ishlab chiqilib tajriba guruhining o'quv mashg'ulotlarida va mashg'ulotlardan keyin bajartirib borildi. Ishlab chiqilgan maxsus mashqlarning hammasini maqolaga kiritishni iloji yo'q, sababi maqolaning hajmi ko'payib ketishini inobatga olib 6 ta mashqlar kiritildi (3-jadval).

Nazorat guruhida shug'ullanuvchi 12-yoshli futbolchilar esa futbol maktabining dasturi asosida mashg'ulotlarni olib borishdi.

3-jadval

Darvozaga aniq zarba berish uchun maxsus mashqlar

1	Jaruma maydoni tashqarisidan 2-3 metr masofada, 5-6 metr oraliqda uchburchak shaklida uchta fishka qo'yiladi. Hushtakdan keyin A-o'yinchi to'pni B-o'yinchiga uzatadi va B-o'yinchining joyini egallaydi. B-o'yinchi to'pni to'xtatib C-o'yinchiga uzatadi, C-o'yinchi mashqni bajarib bo'lganidan keyin uning joyini egallaydi. C-o'yinchi to'pni to'xtatib D-o'yinchiga uzatadi, D-o'yinchi to'pni to'xtatib, C-o'yinchining darvozaga zarba berishi uchun qulay qilib to'pni diagonal uzatadi. C-o'yinchi to'pni darvozaga zarba berib, o'zi D-o'yinchining joyini egallaydi. Mashq shunday davom etadi. Har bir o'yinchi darvozaga 3 marta zarba berganidan keyin mashq yakunlanadi.	Mashq 2 ta seriyada, zarba bajariladi. Seriyalar orasidagi dam olish 2 minut	
2	A-C va D-o'yinchilar uchburchak shaklida turishadi. Faqat A-o'yinchining orqasida E-o'yinchi navbatini kutib turadi. A-o'yinchi o'zidan uch metr uzoqda turgan C-o'yinchiga to'pni uzatadi, C-o'yinchi to'pga bitta teginish bilan A-o'yinchining o'ziga to'pni qaytaradi. A-o'yinchi diagonal fishkaning chap tomonidan to'pni C-o'yinchiga uzatadi va o'zi C-o'yinchining joyiga yugurib borib turadi. C-o'yinchi to'pga bitta teginish bilan D-o'yinchiga to'pni uzatadi, D-o'yinchi to'pga bitta teginish bilan C-o'yinchining o'ziga to'pni qaytaradi, C-o'yinchi to'pni diagonal fishkaning chap tomonidan D-o'yinchiga uzatadi va o'zi D-o'yinchining joyiga yugurib borib turadi. D-o'yinchi to'pni olib yurib o'ng oyoq bilan darvozaga zarba beradi, keyin o'zi E-o'yinchining joyiga borib navbatini kutadi (variant-1).	Har bir o'yinchi darvozaga 3 marta zarba berganidan keyin joy almashadilar. Mashq 2 ta seriyada, bajariladi. Seriyalar orasidagi dam olish 2 minut	



3	1-2-3 va 4-o'yinchilar to'rtburchak shaklida turishadi. Faqat 1-o'yinchining orqasida 5-o'yinchi navbatini kutib turadi. 1-o'yinchi o'zidan 6-7 metr uzoqda turgan 2-o'yinchiga to'pni uzatadi va o'zi 2-o'yinchining joyiga yugurib borib turadi. 2-o'yinchi to'pni to'xtatib 3-o'yinchiga uzatadi va o'zi burchak tomon yuguradi, 3-o'yinchi to'pni 4-o'yinchiga uzatadi va o'zi jaruma maydoni tomon yuguradi. 4-o'yinchi to'pga bitta teginish bilan oldindagi 2-o'yinchiga to'pni uzatib o'zi 3-o'yinchining joyiga yugurib o'tadi, 2-o'yinchi to'pni jaruma maydoniga yaqinlashib kelayotgan 3-o'yinchiga uzatib, o'zi 4-o'yinchining joyiga turadi. 3-o'yinchi to'pni darvozaga zarba berib, o'zi mashq boshlanadigan joyga yugurib boradi. Mashq har-bir o'yinchi darvozaga 3-marta zarba bergunicha davom etadi.	Mashq 2 ta seriyada, bajariladi. Seriylar orasidagi dam olish 2 minut	
4	O'yinchilar xuddi 1-variantda ko'rsatib o'tilganday joylashadi. Hushtakdan keyin A-o'yinchi to'pni B-o'yinchiga uzatadi va o'zi B-o'yinchi joylashgan fishkani o'ng tomondan aylanib o'tib oldinga yuguradi. B-o'yinchi to'pni to'xtatib 1-2 metr oldinga to'pni olib yurib keyin chapga burilib A-o'yinchiga to'pni uzatadi va o'zi C-o'yinchining to'g'risiga borib turadi. A-o'yinchi to'pga bitta teginish bilan to'pni C-o'yinchiga uzatadi va o'zi C-o'yinchining joyini egallaydi. C-o'yinchi ham to'pga bitta teginish bilan to'pni B-o'yinchiga uzatadi va o'zi chapga burilib yuguradi. B-o'yinchi to'pni C-o'yinchining darvozaga zarba berishi uchun qulay qilib uzatadi va o'zi C-o'yinchining joyini egallaydi. Mashq shunday davom etib, har bir o'yinchi darvozaga 3 marta zarba berganidan keyin yakunlanadi (variant-3).	Mashq 2 ta seriyada, bajariladi. Seriylar orasidagi dam olish 2 minut	
5	Jaruma maydoniga 4-5 metr yetmasdan 5 metr oraliqda 4 ta fishka qo'yiladi. Ikkita A-1 va A-2-o'yinchilar chap tomondagi 1-fishka orqasida turishadi. To'p bilan maydonning o'ng tomonida qo'yilgan fishkalardan 15-metr uzoqlikda B-1 va B-2-o'yinchilar joylashadi. Hushtakdan keyin B-1-o'yinchi to'pni 2-3-fishkalar orasidan A-1 o'yinchiga uzatadi, A-1 o'yinchi 1-2-fishkalar orasidan o'tib B-1-o'yinchi uzatgan to'pini to'xtatib darvozaga zarba beradi, keyin orqaga o'girilib chap tomondagi fishkadan aylanib o'tib, 2-3 fishkalar orasidan yugurib B-1 o'yinchining 3-4 fishkalar orasidan uzatgan to'pini to'xtatib darvozaga zarba beradi keyin B-1 o'yinchi bilan joy almashadi. Shu mashq qarama-qarshi tomondan ham bajariladi.	Mashq 2 ta seriyada, bajariladi. Seriylar orasidagi dam olish 2 minut	



6	Jaruma maydoniga 3-4 metr yetmasdan 5X10 metr oralikda to'rtta fishka qo'yiladi. Chap tomondagi 1-fishka orqasida oq kiyimdagi 1 va 3-o'yinchilar joylashadi. 2-fishkada oq kiyimdagi 2 o'yinchi, 3-fishkada qora kiyimdagi 3-o'yinchi, 4-fishkada qora kiyimdagi 1 va 2-o'yinchilar joylashadi. Hushtakdan keyin oq kiyimdagi 1-o'yinchi to'pni, oq kiyimdagi 2-o'yinchiga uzatadi. 2-o'yinchi to'pni to'xtatib yoki to'xtatmasdan oq kiyimdagi 1-o'yinchiga to'pni qulay qilib uzatadi va o'zi oq kiyimdagi 3-o'yinchining orqasiga yugurib borib turadi. Oq kiyimdagi 1-o'yinchi jaruma maydoniga yetmasdan to'pni to'xtatib darvozaga zarba beradi va o'zi oq kiyimdagi 2-o'yinchining joyiga yugurib borib turadi. Mashqni bir marta oq kiyimdagi o'yinchilar, bir marta qora kiyimdagi o'yinchilar navbatma-navbat bajarishadi. Har bir o'yinchi darvozaga 3 marta zarba berganidan keyin mashq yakunlanadi (variant-1).	Har bir o'yinchi darvozaga 3 marta zarba berganidan keyin joy almashadilar. Mashq 2 ta seriyada, bajariladi. Seriyalar orasidagi dam olish 2 minut	
---	---	---	--

Tadqiqotdan keyin tajriba va nazorat guruhida shug'ullanuvchi 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan aniq va noaniq zarbalar tahlili natijalari 4-5 jadvallarda berilgan.

4-jadval

Tadqiqot oxirida tajriba guruhi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari tahlili

№	Jami zarbalar soni	Aniq va noaniq zarbalar soni		Oyoqda berilgan zarbalar		Bosh bilan berilgan zarbalar		Jaruma maydoni ichida		Jaruma maydoni tashqarisidan		Samaradorlik koeffitsiyenti
		+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	
I bo'lim	6	3	3	2	1	1	2	2	2	1	1	50%
II bo'lim	7	4	3	3	2	1	1	3	2	1	1	57%
O'yin davomida	13	7	6	5	3	2	3	5	4	2	2	53%

Jadvaldan shuni ko'rish mumkinki, Tadqiqot oxirida tajriba guruhi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari quyidagicha bo'ldi. 1-bo'limda tajriba guruhining yosh futbolchilari hammasi bo'lib, darvozaga 6 ta zarba berishgan, shundan 3 tasi aniq, 3 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 3 ta, shulardan 2 tasi aniq, 1 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 3 ta shundan 1 tasi aniq, 2 tasi noaniq berilgan. 1-bo'limdagi samaradorlik koeffitsiyenti tadqiqot boshida 25 %ni tashkil qilgan bo'lsa, tadqiqot oxirida kelib 50 %ni tashkil

qildi. 2-bo'limda hammasi bo'lib, darvozaga 7 ta zarba berishgan, shundan 4 tasi aniq, 3 tasi noaniq berilgan. Oyoq bilan berilgan zarbalar soni 5 ta, shulardan 3 tasi aniq, 2 tasi noaniq, bosh bilan berilgan zarbalar soni 2 ta 1 tasi aniq, 1 tasi noaniq bajarilgan. Samaradorlik koeffitsiyenti tadqiqot boshida 40 %ni tashkil qilgan bo'lsa, tadqiqot oxirida kelib 57 %ni tashkil qildi. Jami 10 ta o'yin davomida tajriba guruhining yosh futbolchilari o'rtacha darvozaga 13 ta zarba berishgan, shundan 7 tasi aniq, 6 tasi noaniq berilgan. Umumiy samaradorlik koeffitsiyenti 53 %ni tashkil qildi.



5-jadval

Tadqiqot oxirida nazorat guruhi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalardagi darvoza tomon berilgan zarbalari tahlili

№	Jami zarbalar soni	Aniq va noaniq zarbalar soni		Oyoqda berilgan zarbalar		Bosh bilan berilgan zarbalar		Jaruma maydoni ichida		Jaruma maydoni tashqarisida		Samaradorlik ko'effitsiyenti
		+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	
I bo'lim	7	3	4	2	2	1	2	2	2	1	2	43%
II bo'lim	8	4	4	3	3	1	1	2	2	2	2	50%
O'yin davomida	15	7	8	5	5	2	3	4	4	3	4	47%

Tadqiqot oxirida nazorat guruhi 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalari quyidagicha bo'ldi. 1-bo'limda hammasi bo'lib, darvozaga 7 ta zarba berishgan, shundan 3 tasi aniq, 4 tasi noaniq berilgan. Tadqiqot boshida 1-bo'limdagi samaradorlik ko'effitsiyenti 25 %ni tashkil qilgan bo'lsa, tadqiqot oxirida kelib 43 %ni tashkil qildi. 2-bo'limda hammasi bo'lib, darvozaga 8 ta zarba berishgan, shundan 4 tasi aniq, 4 tasi noaniq berilgan. Samaradorlik ko'effitsiyenti tadqiqot boshida 43 %ni tashkil qilgan bo'lsa, tadqiqot oxirida kelib 50 %ni tashkil qildi. Jami 10 ta o'yin davomida tajriba guruhining yosh futbolchilari o'rtacha darvozaga 15 ta zarba berishgan, shundan 7 tasi aniq, 8 tasi noaniq berilgan. Umumiy samaradorlik ko'effitsiyenti 47 %ni tashkil qildi. Tadqiqot boshidagi va oxiridagi natijalar tahlili quyidagicha bo'ldi. Tadqiqot boshidagi tajriba guruhi darvoza tomon berilgan zarbalarining S/k 32 %ni tashkil qilgan bo'lsa, tadqiqot oxiriga kelib 53 %ni tashkil qildi. Tadqiqotdan keyin tajriba guruhining darvoza tomon berilgan zarbalari 21%ga yaxshilangani ma'lum bo'ldi. Nazorat guruhiniki esa 11% yaxshilangan.

Xulosalar. Mazkur jadvallarda keltirilgan ma'lumotlarni umumlashtirish va tahlil qilish pedagogik tadqiqotga jalb etilgan nazorat va tajriba guruhlar 12-yoshli futbolchilarning musobaqalarda darvoza tomon berilgan zarbalaridagi ko'rsatkichlar bo'yicha tadqiqot boshida qayd etilgan natijalari o'zaro bir-birlariga yaqin ekanligi aniqlandi. Tajriba guruhida shug'ullanuvchi 12-yoshli futbolchilarning musobaqalarda darvozaga aniq zarba berish samaradorligini oshiruvchi maxsus mashqlar ishlab chiqilib tajriba guruhining o'quv mashg'ulotlariga tatbiq qilindi. Nazorat

guruhida shug'ullanuvchi 12-yoshli futbolchilar esa futbol maktabining o'quv dasturi asosida mashg'ulotlarni olib borishdi.

Natijada tadqiqotdan keyin tajriba guruhi 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligi 21%, nazorat guruhining 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligi esa 11% yaxshilangan.

Tajriba guruhidagi 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligini oshirish uchun ishlab chiqilgan maxsus mashqlar, tadqiqot oxiriga kelib nazorat guruhidagi 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon aniq zarba berishiga nisbatan 10%ga ko'proq yaxshilangani ma'lum bo'ldi. Biz tomondan ishlab chiqilgan, 12-yoshli futbolchilarning darvoza tomon berilgan zarbalarining samaradorligi oshirishga qaratilgan maxsus mashqlar tajribada o'z isbotini topdi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Nurumov R.I. Yosh futbolchilarni texnik-taktik tayyorlash. O'quv qo'llanma.-T.: 2005.-72 b.
2. Исеев Ш.Т. Анализ атакующих действий футболистов высокой квалификации //Фан-спортга. — Ташкент, 2004. — №1. — С. 45-47.
3. Xabibullayev S.X. Futbol va uni o'qitish metodikasi. Darslik. "Zebo print" nashriyoti. Toshkent, 2024.
4. Xabibullayev S.X. Yosh futbolchilarning texnik-taktik harakatlari samaradorligini oshirish. Monografiya. "Zebo print" nashriyoti. Toshkent, 2025. — 97
5. Кузнецов А.А. Футбол настольная книга детского тренера II этап (11-12 лет). Олимпия. Человек. Москва-2008.-208 с.

