

FUTBOLCHILARNI TEXNIK XARAKATLARINING SIFATINI EMOTSIONAL HOLATLARIGA BOG'LIQLIGINI BAHOLASH METODLARI

Satiyev Shuxrat Komilovich.

*Namangan davlat pedagogika instituti Jismoniy madaniyat va sport kafedrası
katta o'qituvchisi. suhratsatiyev@gmail.com*

Annotatsiya: Maqolada futbolning - bu nafaqat jismoniy tayyorgarlik va strategiyaning o'yini, balki psixologik jihatlarning ham katta ahamiyatga ega bo'lgan sport turi ekanligi. Futbolchilarning texnik harakatlari, to'pni boshqarish, dribling, zarba berish va pas berish kabi amaliyotlarning samaradorligi ularning emotsional holatiga bog'liqligi va maqolada futbolchilarning texnik harakatlari va emotsional holatlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tahlil etilgan.

Kalit so'zlar: futbolchilarning texnik harakatlari va emotsional holatlar, stresslar, stressga chidamlilik.

МЕТОДЫ ОЦЕНКИ СВЯЗИ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ С ИХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ.

Сатиев Шухрат Комилович,

*старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта,
Наманганский государственный педагогический институт.*

suhratsatiyev@gmail.com

Аннотация: В статье рассматривается, что футбол — это не только игра физической подготовки и стратегии, но и вид спорта, в котором психологические аспекты имеют большое значение. Технические действия футболистов, такие как управление мячом, dribling, удары и передачи, их эффективность зависит от эмоционального состояния игроков. В статье проанализирована взаимосвязь между техническими действиями футболистов и их эмоциональными состояниями.

Ключевые слова: технические действия футболистов и эмоциональные состояния, стрессы, стрессоустойчивость.

THE METHODS FOR ASSESSING THE CONNECTION BETWEEN TECHNICAL ACTIONS OF FOOTBALL PLAYERS AND THEIR EMOTIONAL STATES.

Satiyev Shukhrat Komilovich,

*Senior Lecturer at the Department of Physical Culture and Sports, Namangan State
Pedagogical Institute. suhratsatiyev@gmail.com*

Abstract: *The article discusses that football is not only a game of physical preparation and strategy, but also a sport in which psychological aspects play a significant role. The technical actions of football players, such as ball control, dribbling, shooting, and passing, depend on their emotional state. The article analyzes the interrelationship between the technical actions of football players and their emotional states.*

Keywords: *technical actions of football players and emotional states, stress, stress resilience.*

KIRISH

Futbol o'yini O'zbekistonda ommabop va sevimli sport turlaridan hisoblanib, jismoniy tarbiya va sport sohasida alohida ahamiyatga ega va Davlat siyosati darajasida e'tibor qaratilayotgan sport turlaridan hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan futbolni rivojlantirish to'g'risida bir qator qaror va farmonlar qabul qilindi. Jumladan 2006 yil O'zbekiston respublikasi birinchi Prezidenti I.A.Karimov tomonidan "O'zbekistonda futbolni rivojlantirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" farmoni, 2011-yil 19-yanvardagi "2011-2013-yillarda Respublikada futbolning moddiy-texnika bazasini yanada mustahkamlash va uni rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" PQ-1466-son qarori shuningdek O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2018-yil 16-martdagi "Futbolni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" PQ-3610-son qarori, 2017 yil 3 iyun, Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-son, 2018 yil 5 martdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5368-sonli farmon va qarorlarida yurtimizda futbolni rivojlantirish va aholining barcha qatlamlarida ommalashtirish hamda yoshlarni sog'ligini mustahkamlash jismoniy tayyorgarligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga oid masalalarga e'tibor qaratilgan.

Albatta oxirgi yillarda futbol bo'yicha Milliy chempionatlar obro'si va darajasini oshirish bo'yicha ishlar etarlicha olib borilmayotganligi, yuqori malakali va sport zahiralarini tayyorgarligini tashkil etish va mazmuniga etarli darajada ahamiyat berilmayotganligi ko'p bor bayon etilgan. O'quv-mashg'ulot jarayoni va viloyatlarda bolalar-o'smirlar jamolalari orasida musobaqalarni past darajada tashkil etish, alohida hududlarda jismoniy tarbiya va sport bo'limlari ishining yaxshi

yo'lga qo'yilmaganligi bilan bog'liqdir. Bunday kamchiliklar belgilangan, davlat darajasidagi yuqorida bayon etilgan xujjatlar, futbol rivoji uchun imkoniyat yaratmoqda.

Prezidentimizning 2023 yil 7 apreldagi "Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo'shimcha chora-tadbirlari to'g'risida" qarori ham futbolning ommaviyligini yanada oshirish, istiqbolli va iqtidorli futbolchilarni tanlash hamda professional darajada tayyorlashning yangi tizimini yo'lga qo'yish, trener (murabbiy) va hakamlarni xalqaro talablar asosida tayyorlash va mahoratini yuksaltirish, futbol infratuzilmasini yaxshilash hamda o'rnatilgan standartlarga moslashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Qaror bilan futbolni yanada ommalashtirish va rivojlantirishning qo'shimcha yo'nalishlari belgilandi.

Har yili O'zbekiston futbol assosiasiyasi mablag'lari hisobidan mart-iyun oylarida mahalla yoshlari hamda qizlari o'rtasida "Ommaviy futbol" dasturi doirasida futbol festivallari, 10 dekabr – Butunjahon futbol kuni munosabati bilan aholi o'rtasida ommaviy "fleshmob" tadbirlari, sentyabr-may oylarida umumiy o'rta ta'lim maktablarida "Maktablarda futbol" dasturi doirasida futbol musobaqalari, mahorat saboqlari va festivallari o'tkazib boriladi. Har yili sentyabr-may oylarida oliy ta'lim muassasalarida O'zbekiston talabalar sporti assosiasiyasi mablag'lari hisobidan moliyalashtiriladigan "Talabalar ligasi" dasturi doirasida uch bosqichli respublika futbol musobaqalari o'tkaziladi.

Bundan tashqari, xalqaro tajribalarni o'rganish va ularni olib kirish maqsadida Xorvatiya, Yaponiya va boshqa davlatlarning tajribasi o'rganilib o'zbek futboliga tatbiq etiladi. Bunda, O'zbekiston futbol assosiasiyasi hamda hududiy bolalar-o'smirlar futbol akademiyalarining "texnik direktor" lavozimiga xorijiy davlatlarning tajribasi va tizimini joriy qilish bo'yicha malakali mutaxassislar jalb qilinadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Futbolchilarning o'yin faoliyati faqat sakrash, yugurish va yurishdan iborat emas, balki ularning harakati anchagina murakkab bo'lib, bu jarayonda ular raqib bilan kurashishi, eng katta tezlikda yugurishi, murakkab taktik vazifalarni bajarish, futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi ularning o'yin faoliyatida psixologik tayorgarligini hisobga olgan holda, texnik va taktik mahoratini takomillashtirish

bo'yicha E.G'.G'oziev, **Z.G.Gapparov**, R.D. Xolmuhammedov, A.R.Akromovlar futbolchining texnik tayyorgarligi, jismoniy qobiliyatni har tomonlama tarbiyalash, umumiy ish qobiliyatini oshirish vazifalarini hal qilinishi va umumiy rivojlantiruvchi mashqlarning shug'ullanuvchilar organizmiga umumiy ta'sir ko'rsatuvchi sportning boshqa turlarida psixologik tayyorgarligini rivojlantirish bo'yicha Z.G'aziyeva, J.M.Ishtaev, Sh.U.Abidov, A.U.Sadikov, M.N.Umarov, G.M.Xasanova, N.M.Yusupov, R.I.Nurimov, F.A.Po'latov singari yetuk olimlar ilmiy tadqiqotlar olib borishgan. Mustaqil davlatlar hamdo'stligi mamlakatlari olimlardan V.M.Genkovskaya A.P.Zolotarev, V.Z. Ivasevlar futbol va boshqa sport turlarini ommalashtirish, sog'lom turmush tarziga o'rgatish, mahallalarda istiqomat qiluvchilar orasidan istiqbolli va iqtidorli bolalar va yoshlarni tanlab olish (seleksiya) ishlarini tashkil etish, A.P.Yelisseyev, K.Izard. V.Klarin, B.M.Kogan, Dj.Grinberg, R.M.Zagaynov, M.Z.Gaziyeva, G.D.Babushkin singari psixodiagnostikaning yetuk olimlari, ilmiy uslubiy adabiyotlarda sportchilarni psixologik tayyorlash va emotsional stresslarning xususiyatlari yuzasidan, o'z tadqiqotlari natijalari bilan o'rtoqlashganlar.

Jaxon olimlaridan kanadalik patafizolog psixologiyada stressning turlarini kashf etgan R.S.Weinberg, D.Gould, R.H.Cox, T.Orlick, L.Hardy, G.Jones, D.Gould kabi olimlar Spilberg-Xanin metodi asosida takomillashtirilgan, "SEXB" - (sportchilarni emotsional holatini baholash) metodini ishlab chiqish va tajribada sinab ko'rish, futbolchilarning emotsional holatini baholash, texnik-taktik tayorgarligini sifatini nazorat qilish hamda harakat faoliyatini samaradorligini aniqlashda psixologik faoliyat va stresslarni xususiyatlarini o'z ilmiy adabiyotlarida yoritganlar.

Tadqiqotning maqsadi: futbolchilarning harakat faoliyatini, texnik-taktik harakatlarining xususiyatlarini va emotsional holatini baholash bo'yciha taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

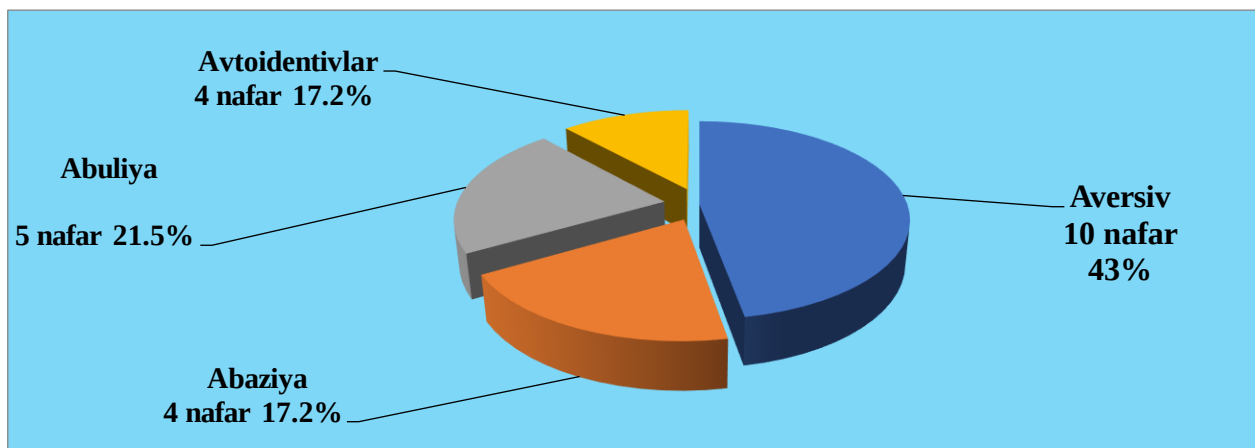
Tadqiqot usullari: Tadqiqotda ilmiy-uslubiy adabiyotlar taxlili, so'rovnoma va psixologik test, pedagogik nazorat, pedagogik tajriba, matematik statistika usullaridan foydalanilgan.

MUHOKAMA VA NATIJALAR .

Futbolchilarni musobaqalarga psixologik tayyorlashdagi ta'sir etuvchi faktorlar va tavsiyalar ishlab chiqilgan va taqdim etilgan, futbolchilarning maydondagi aniq vazifalarni hal qilish bilan bog'liq o'yindagi vazifalari amplitudalari, ma'lum darajada, jamoaning raqobatbardosh faoliyati tarkibiga ta'sir qiladi. Shu sababli, ma'lum o'yin amplitudalar o'yinchilari juda aniq texnik va taktik xarakteratlarni bajarishda yuqori darajadagi taktik va texnik ko'nikmalarga muhtoj bo'lib, bu ularga o'zlariga yuklangan funktsiyalarni samarali bajarishga imkon beradi. Ushbu pozitsiyalardan kelib chiqib, turli amplitudadagi o'yinchilar uchun o'ziga xos texnikaning ahamiyatini aniqlash alohida ahamiyatga ega. Shubhasiz, bunday ma'lumotlar aniq sportchilarning raqobatbardosh faoliyatining qayd etilgan ko'rsatkichlarini ob'ektiv baholashga, ixtisoslashtirilgan o'quv vositalarini tanlashni individuallashtirishga, shuningdek, jamoaga o'yinchilarni tanlashni optimallashtirishga imkon beradi. Hozirgi vaqtda raqobat faoliyatining namunaviy xususiyatlarini ishlab chiqish masalasiga uch xil yondashuv mavjud. 1) individual farqlarni yoki mumkin bo'lgan tebranishlar diapazonini ko'rsatadigan etakchi sportchilarning ma'lumotlarini oddiy o'rtacha hisoblash. 2) sport mahorati darajasi va u yoki bu ko'rsatkichdagi o'zgarishlar dinamikasi o'rtasidagi bog'liqlikni o'rnatgan holda, turli malakadagi sportchilarning sezilarli populyatsiyasini o'rganish. 3) alohida stressga bardoshli sportchilarning qat'iy miqdoriy parametrlarini olish va u yoki bu ko'rsatkichning maksimal mavjud qiymatlarini ro'yxatdan o'tkazish.

Ish futbol akademiyalari tadqiqot rejasiga muvofiq amalga oshirildi. Namangan va Andijon Futbol akademiyalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining namunaviy xususiyatlarini aniqlash va ularni bir-biri bilan solishtirish zarurligi aniq. Shu munosabat bilan Futbol akademiyalari turli ohrindagi o'yinchilarning individual, guruh va jamoaviy harakatlarini pedagogik kuzatishlar o'tkazdik. O'yin davomida turli roldagi o'yinchilar tomonidan bajarilgan barcha harakatlar ro'yxatga olinishi kerak edi. Keyin matematik statistikaning umumiy tirof etilgan usullaridan foydalangan holda qiyosiy tahlil o'tkazildi. Olingan natijalar taxliliga ko'ra futbol akademiyalari tarbiyalanuvchilari U-16-17 yoshlilar guruhlarining tadqiqot guruhi bulgan Namangan futbol akademiyasi tarbiyalanuvchilarida o'tkazilgan tajribalar

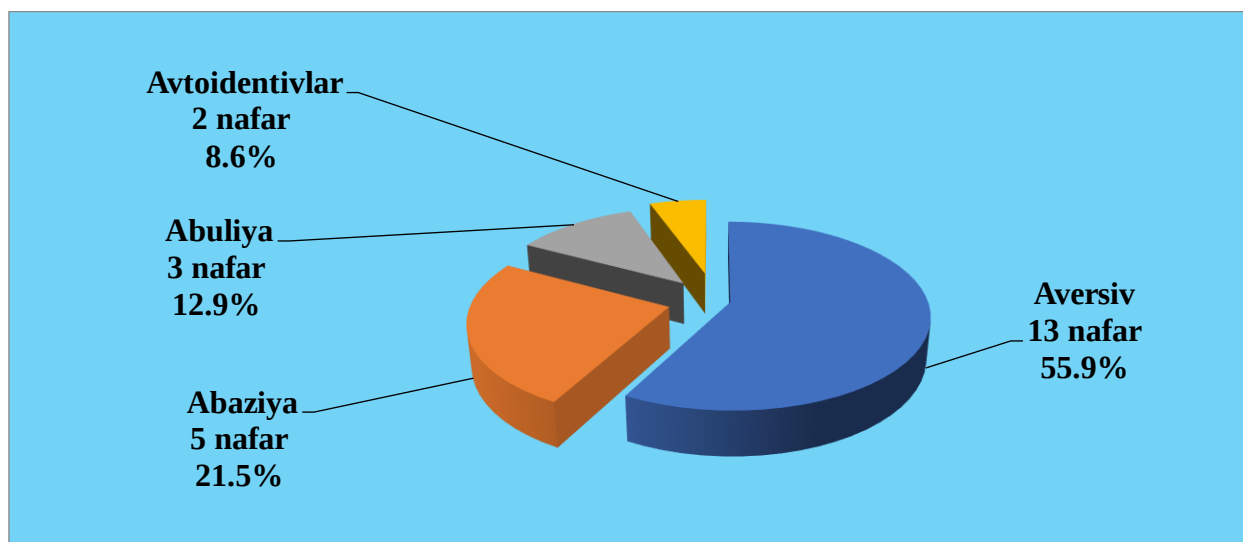
va kuzatuvlar shuningdek yuqorida keltirilgan 6 bosqichli psixodiagnostik metod (ilova) asosidagi tadqiqot quyidagicha natijalarni ko'rsatdi. (1-diagrammaga qarang).



**1-diagramma. Namangan futbol akademiyasi U-16 SEXB
baholashning oxirgi natijasi 2021 y, mart.(n=23)**

3-diagrammadan ko'rinib turibdiki 14 balldan yuqori 16 ballgacha "Adaptatsiya" (Stressga bardoshlilar guruhi) Avtoidentifikatsiya.stresslarga berilmaslik,Xotirjamlik o'z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud sharoitga moslasha olishni bajara oladigan futbolchilar 4 nafar n=23 /4 17.2%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 8.6. % yaxshilangan. 9 balldan 13.8 balgacha "Abuliya" (Xavotirlanuvchilar guruhi) Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor futbolchilar 6 nafar n=23 /5 21.5%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 4.3 % ga yaxshilangan. 5 balldan 8-balgacha " Abaziya ".(Stress tormozlar guruhi)Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish,xayajonlanish ,oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi.Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi mumkin bo'lgan futbolchilar 4 nafar n=23 /4 17.2%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 1 nafarga kamaygan 4.3% ga yaxshilangan 0,2 balldan 4 ballgacha "Aversiv") (Stressga bardoshsizlar guruhi) Xolsizlanish, xoldan toyish, nafratlanish, har bir vaziyatdan nolish,dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish mumkin bo'lgan(sariq qizil qartochkalar)

futbolchilar 10 nafar $n=23/10$ 43%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 2 nafarga kamaygan.8.6% ga yaxshilangan (2-diagrammaga qarang).



2-diagramma. Andijon futbol akademiyasi U-16 SEXB baholashning oxirgi natijasi 2021 mart, $n=23$

Nazorat guruhida esa 14 balldan yuqori 16 ballgacha "Adaptatsiya".(Stressga bardoshlilar guruhi) Avtoidentifikatsiya.stresslarga berilmaslik,xotirjamlik.o'z pozitsiyasi talablarini bajara olish.psixologik tayyorgarligi mavjud sharoitga moslasha olishni bajara oladigan futbolchilar 2 nafar $n=23/2$ 8.6 %ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 4.3 % yaxshilangan. 9 balldan 13.8 balgacha "Abuliya" (Xavotirlanuvchilar guruhi) Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor futbolchilar 3 nafar $n=23/3$ 12.9%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 0 % o'zgarishsiz qolgan. 5 balldan 8-balgacha "Abaziya".(Stress tormozlar guruhi) Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi mumkin bo'lgan futbolchilar 5 nafar $n=23/5$ 21.5%ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan 0 % o'zgarishsiz qolgan. 0,2 balldan 4 ballgacha "Aversiv") (Stressga bardoshsizlar guruhi) Xolsizlanish,xoldan toyish,nafratlanish,har bir vaziyatdan nolish,dipressiyaga tushish.xavflilik darajasini ortib borishi va janjallashishgacha borish.jazo olish mumkin bo'lgan(sariq

qizil qartochkalar) futbolchilar 13 nafar $n=23$ /13 **55.9%**ni tashkil etdi va bu ko'rsatkich dastlabki olingan natijaga nisbatan kamaygan **0.1%** ga yaxshilangan va bu quyidagi jadvalda shunday ko'rinishga ega bo'lgan.

1-jadval

Namangan, Andijon, Farg'ona viloyalariti futbol akademiyalari U-16 yoshli o'smirlar jamoasining stressga bardoshlilik darajasining umumjamoaviy ko'rsatkichi farqlari (tadqiqot oxirida)

Futbol Akademiyasi jamoalari	K3	K2	R musobaqa va o'yinlar soni	N ishtirokchilar soni	K1	1+p stress vaziyatlarni kaytarilish soni (*austress yoki *distress)	K3,K2,R,N yigindisi	K1,p yigindisi	Sex bali
Namangan	13.4	13,4	10	23	13,3	3,1	4403,34	16,5	12,3
Andijon	10,2	10,2	10	23	10,9	5,3	2773,5	15,2	8,3
Farg'ona	10,0	10,1	10	23	10,5	6,1	2763,6	14,0	8,0
Farqlar	3.2	3.2	0	0	2.1	-3.6	1630	1.4	4.0

Tadqiqotlar yakuniga va yuqorida berilgan umumiy emotsional holatlarni baholash koefitsentlari va kriteriylari asosidagi jadval va diagramma dan ko'rishimiz mumkinki unda Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbol guruhlarini emotsional holatlarini baholash metodikasi natijalari ballari o'rtasiga farqlar ko'rindi. Jumladan: K1 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FA da 13.3 ball ,Andijon FA da esa 10.9 ball ko'rsatkichlar orasidagi farq 2.1 ballni tashkil etdi. K2 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FA da 13.4 ball ,Andijon FA da esa 10.2 ball ko'rsatkichlar orasidagi farq 3.2 ballni tashkil etdi. K3 koefitsent baholashdagi ballar Namangan FA da 13.3 ball ,Andijon FA da esa 10.2 ball ko'rsatkichlar

orasidagi farq 3.2 ballni tashkil etdi. SEXB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi o'rtachasida Namangan FA da 12.3 ball ,Andijon FA da esa 8.3 ball va Farg'ona FA da 8.0 ballar ko'rsatkichlari orasidagi farq 4 ballni tashkil etdi. Dastlabki olingan natijalar orasidagi farqlar bir muncha yaxshilanganini ko'rsatdi (2-jadvalga qarang).

2-jadval

Tadqiqot va nazorat guruhlari yosh futbolchilarning emotsional holatini baholashning darajalarini ko'rsatkichlari tajriba oxirida qiyosiy statistik taxlili, (n=46)

Koefitsentlar	Tadqiqot guruxi(n=23)		Nazorat guruxi(n=23)		T	P
	($X \pm m$)	V	($X \pm m$)	V		
K1	13,3 $\pm$ 0,8	2.7	10.9 $\pm$ 1.3	2.8	2.7	P<0.01
K2	13,4 $\pm$ 1,9	3.2	10,2 $\pm$ 2,6	3.8	3.7	P<0.01
K3	13,4 $\pm$ 1.8	2.8	10,2 $\pm$ 0,3	2.2	2.6	P<0.05
1+p *austress *distress)	16,5 $\pm$ 4.6	21.6	7.4 $\pm$ 2,3	12.1	9.6	P<0.01
Sexb	12,3 $\pm$ 6,6	3.6	8,3 $\pm$ 2.6	3.1	3.3	P<0.01

Shuningdek kuzatuvga olingan tadqiqot ba nazorat guruhi futbolchilarining (umuiy soni 46 nafar) va ularni oxirgi kuzatuv natijalariga asosan statistik taxliliga ko'ra; K1 koefisenti baholashdagi ballar, Namangan FA da 13,3 $\pm$ 0,8ball, 3.3 ballga yaxshilanish V=2.7, Andijon FA da esa 10.9 $\pm$ 1,3ball V=2.8. tashkil etdi. t=2.7 (p<0.01) ni tashkil etdi.K2 koefitsennit baholashdagi ballar, Namangan FA da 13,4 $\pm$ 1,9 ball, 3.2 ballga yaxshilanish V=3.7, Andijon FA da esa 9,8 $\pm$ 1,3ball V=3.8. tashkil etdi. t=3.7 (p<0.01) ni tashkil etdi.K3 koefitsentni baholashdagi ballar Namangan FA da 13,3 $\pm$ 1.8 ball, 3.1 ballga yaxshilanish V=2.8, Andijon FA da esa 10,2 $\pm$ 0,3ball V=2.2. tashkil etdi. t=2.6 (p<0.01) ni tashkil etdi.SEXB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi Namangan FA da

12,3± 6,6 ball 3.5 ballga yahshilanish $V=2.7$, Andijon FA da esa 8,3±2.6 ball $V=3.1$ ni tashkil etdi. $t=3.3$ ($p<0.01$) ni tashkil etdi. Har ikkala jamoalarning dastlabki emotsional holatini baholash shkalasi bo'yicha 12,3ball va "Abuliya" Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) va 8,3 ball " Abaziya " Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, oyoq qo'llarni xolsizlanishi va o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yilishi. (Stress tormozlar guruhi) ekanligi ma'lum bo'ldi.

Ish futbol akademiyalari tadqiqot rejasiga muvofiq amalga oshirildi. Namangan va Andijon futbol akademiyalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining namunaviy xususiyatlarini aniqlash va ularni bir-biri bilan solishtirish zarurligi aniq. Shu munosabat bilan Futbol akademiyalari turli o'rindagi o'yinchilarning individual, guruh va jamoaviy harakatlarini pedagogik kuzatishlar o'tkazdik. O'yin davomida turli roldagi o'yinchilar tomonidan bajarilgan barcha harakatlar ro'yxatga olinishi kerak edi. Keyin matematik statistikaning umume'tirof etilgan usullaridan foydalangan holda qiyosiy tahlil o'tkazildi. Tadqiqot natijalari.

Darvozabonlar Namangan FA har bir o'yinda sezilarli darajada ko'proq ($p<0,01$) oldinga qisqa va o'rta to'p uzatishni amalga oshiradilar va Andijon FA darvozabonlarning umumiy brak darajasi pastroq ($p<0,01$), lekin soni bo'yicha NamanganFA darvozabonlardan past ($p<0,01$) uzun to'pning oldinga o'tishi (3-jadvalga qarang)

3-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalari darvozabonlarning texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari (nuqsonlar)

№	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori NamanganFA harakatlar n=3	Harakat miqdori Andijon FA harakatlar n = 3	p
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$	

1.	To'pni ushlab olish	14,8±1,28	16,8±0,99	p>0,05
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar (qo'l bilam)	13,0±1,6	15,2±1,31	p< 0,01
4.	Uzoq oldinga uzatmalar(o'yoq)	12,0±2,1	15,3±1,87	p< 0,01
	O'rtacha jami	39,8±2,10	47,3±2,37	p>0,05
	Nuqson (brak)%	13,2±3,41	15,7±3,78	p< 0,01

Himoyachilar har bir o'yinda kamroq to'pni qabul qiladilar ($p < 0,001$), uzoq oldinga uzatmalar ($p < 0,001$), raqibning driblinglari ($p < 0,001$), to'p bilan urish ($p < 0,001$). Himoya chizig'ining o'yinchilari to'pning qisqa va o'rta oldinga uzatilishida ($p < 0,001$), to'pni qabul qilishda ($p < 0,001$), bo'ylab uzoq uzatmalarda ($p < 0,01$), jang san'atida ($p < 0,001$) ayol futbolchilardan kam. ($p < 0,001$), oyoq bilan darvozaga zarba berishda ($p < 0,001$), yon chiziqdan to'pni maydonga tushirishda ($p < 0,001$) natijaga erishdilar. (4-jadval gaqarang).

4-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalari himoya chizig'i futbolchiilarining texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari

T/r	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori NamanganFA (n=5) %	Harakat miqdori Andijon FA (n=5) %	p
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$	
1.	To'pni qabul qilish	13,0±1,15	14,9±0,59	p< 0,001
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar	25,5±0,36	29,9±0,43	p< 0,001
3.	Qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish	11,0±2,64	13,4±2,90	p>0,05

4.	Uzoq masofaga uzatmalar	12,0±0,36	14.2±0,11	p< 0,001
5.	Maydon bo'ylab uzun uzatmalar	1,0±0,5	2,8±0,07	p< 0,01
6.	Yakkakurashlar	4,0±0,46	5,5±0,22	p< 0,001
7.	Raqibni aldab o'tish	2,5±0,50	4,8±0,22	p< 0,001
8.	To'pni ushlab egalik qilish	6,5±0,6	7,3±0,16	p< 0,001
9.	To'pni olib qo'yish	5,0±0,99	7,2±0,17	p< 0,001
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	10,0±0,3	11.2±0,03	p< 0,001
11.	Maydon yon chizigidan tashlashlar	6,0±0,78	7,1±0,12	p< 0,001
O'rtacha jami		96.5±6,51	118.3±7.98	p>0,05
Nuqsonlar (brak) %		19.3±1.48	24.6±2,83	P<0,001

Yarim himoyachilar) to'pning oldinga va bo'ylab qisqa va o'rta uzatmalari soni (p< 0,001), oldinga va bo'ylab uzoq uzatmalar (p< 0,001), yakkakurashlar, dribling, to'pni ushlab turish, tanlash, oyoq bilan zarbalar va burilishlar, texnik va taktik usullarni bajarish miqdori va sifati berilgan (5-jadvalga qarang).

5-jadval

Namangan va Andijon futbol akademiyalari o'rta chiziq (yarim ximoya)futbolchilarining texnik-taktik ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari

№	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA(n=5) %	Harakat miqdori Andijon FA (n=5) %	p
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$	
1.	To'pni qabul qilish	10,0±0,75	15,92±0,78	p< 0,001
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar	11,0±0,45	13,28±0,72	p< 0,001
3.	Qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish	14,0±0,54	16,57±0,64	p< 0,001

4.	Uzoq masofaga uzatmalar	8,0±0,6	9.9±0,15	p< 0,001
5.	Maydon bo'ylab uzun uzatmalar	4.6±0,25	5,6±0,04	p< 0,001
6.	Yakkakurashlar	6.4±0,35	7.8±0,11	p< 0,01
7.	Raqibni aldab o'tish	5,0±1,0	7,18±0,17	p< 0,01
8.	To'pni ushlab egalik qilish	4.9±0,25	5,00±0,16	p< 0,001
9.	To'pni olib qo'yish	9,0±1,03	11.3±0,59	p< 0,01
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	6,0±0,2	8.0±0,13	p< 0,001
11.	Maydon yon chizigidan tashlashlar	5,0±0,78	7.2±0,12	p< 0,001
	O'rtacha jami	83.9±6,35	107.5±7.45	p> 0,05
	Nuqsonlar %(brak)	16.8±1,15	21,5±1,75	p< 0,001

Hujumchilar (ayollar) har bir o'yinda ko'proq jang san'atlarini bajaradilar raqibning zarbalari, raqibdan to'pni ushlab turish, darvozaga tepish. Ular to'pni qabul qilishda, bo'ylab uzoq uzatmalarda, TTXni bajarishda nuqsonlar(brak) darajasida past (6-jadvalga qarang)

6-jadval

**Namangan va Andijon futbol akademiyalari hujum chizig'i
futbolchiilarining ko'rsatkichlarining oxirgi natijalari.**

T/r	Raqobat faolligi ko'rsatkichlari	Harakat miqdori Namangan FA (n=4)	Harakat miqdori Andijon FA (n=4)	p
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$	
1.	To'pni qabul qilish	10,5±0,61	14,9±2,23	p< 0,001
2.	Qisqa va o'rta oldinga uzatmalar	7,0±0,27	8,8±0,7	p>0,05

3.	Qisqa va maydon bo'ylab to'pni uzatish	8,0±0,50	10,2±1,12	p>0,05
4.	Uzoq masofaga uzatmalar	2,0±0,24	3,6±0,19	p>0,05
5.	Maydon bo'ylab uzun uzatmalar	3,0±0,5	4,5±0,21	p< 0,001
6.	Yakkakurashlar	9.3±0,26	11.3±0,20	p< 0,001
7.	Raqibni aldab o'tish	10,0±0,34	12,9±0,53	p< 0,001
8.	To'pni ushlab egalik qilish	3,5±0,06	4.5±0,07	p>0,05
9.	To'pni olib qo'yish	12.0±0,20	13.2±0,34	p< 0,05
10.	Darvozaga oyoq bilan zarbalar	10.0±0,45	13.2±0,14	p< 0,001
11.	Maydon yon chizigidan tashlashlar	0,24±0,05	0,30±0,04	p>0,05
	jami	75.54±2,1	96.9±1,9	p>0,05
	nuqsonlar%	18.8±0,54	24.2±0,47	p< 0,001

Xammasi bo'lib Namangan FA jamoasi har bir o'yinda o'rtacha $75.54 \pm 2,1$ TTX ko'rsatkichi bilan $18.8 \pm 0,54$ % nuqsonlar(brak) ko'rsatkichini qayd etadi Andijon. FA jamoa har bir o'yinda o'rtacha $96.9 \pm 1,9$ TTX o'tkazadi, nuqsonlar (brak) darajasi $24.2 \pm 0,47$ % bo'lib, bu Namangan FA jamoalariga qaraganda ancha kam ($p < 0,001$). Olingan ma'lumotlar ushbu kontingent uchun aniqlanadi, jamoalar chempionat va chempionatning ma'lum bir segmentida hal qiladigan vazifalar bilan belgilanadi, tayyorgarlik darajasiga, turnirdagi pozitsiyasiga, raqib jamoaga, o'yinga bo'lgan munosabatiga, mashg'ulotlarning muayyan naqshlariga bog'liq jarayon va boshqalar. Zamonaviy taktik konstruksiyalar va futbolni universallashtirishning umumiy tendentsiyalaridan kelib chiqib, jamoa o'yinchilarining turli rollarga bo'linishi nisbatan shartli. Turli jamoalarning futbolchilarini maksimal tezlikda yugurishlarining turli natijalarini o'rtacha ko'rsatkichlari aniqlanadi. Maksimal tezlikda «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari o'yin davomida $X=868$ m, jamoasining yarim himoyachilari $X=795$ m natijasini «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining yarim hamoyachilari $X=735$ m natijalarini qayd etishgan. Turli jamoalarning hujumchilari ham har xil natijalarni qayd etishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari $X=889$ m, «Andijon viloyati

FA U-16» jamoasining hujumchilari $X=722m$, «Farg`ona viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari o`yin davomida esa $X=503m$ natijalrni qayd etishgan. Shu jamoalarning himoyachilari o`yin davomida ham turli natijalarni ko`rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining himoachilarining natijalari $X=590m$, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilarini natijalari $X=639m$, «Farg`ona viloyati FA U-16» jamoasining natijalari $X=425m$ masofani tashkil etadi.

Hulosa qilib aytsak, «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining birgina ampulasida, ya`ni himoyachilarda maksimal tezlikda to`p bilan, to`psiz harakatlanish natijalari kam kuzatilgan. «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari, boshqa jamoa himoyachilaridan maksimal tezlikda yugurish natijalarini yaxshi ko`rsata olgan. Tez yugurish natijalari turli jamoa o`yinchilarini natijalarini aniqlaydigan bo`lsak, «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilarini to`p bilan, to`psiz tez yugurish ko`rsatkichlari  $X=1519m$ , «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilarini ko`rsatkichlari $X=1084m$, «Farg`ona viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari  $X=1134m$  natijalarini ko`rsatishgan. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilarini natijalari $X=1174m$, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining ko`rsatkichlari  $X=942m$ , «Farg`ona viloyati FA U-16» jamoasining o`yin davomidagi ko`rsatkichlari $X=798m$ masofaga to``ri keladi. «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilarini o`yin davomida tez yugurish natijalarini  $X=823m$ , «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining ko`rsatkichlari esa $X=743m$, «Farg`ona viloyati FA U-16» jamoasining o`yin davomida $X=799m$ natijalarni qayd etishgan. Bundan hulosa qilish keraki, futbolchilarni o`yin davomi hamma ampulada o`ynaydigan futbolchilari boshqa tabaqa jamoalarining futbolchilaridan yuqori natijalarini qayd etishgan. Birinchi tabaqada ishtirok etuvchi «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari va hujumchilari «Namangan viloyati FA U-16» jamoasidan keyingi natijalarini egallashgan.

7-jadval

Turli jamoa futbolchilarni ampulasiga qarab harakat faoliyatini o`rtacha ko`rsatkichlari, (n-11)

No	Harakatlanishlari	Namangan viloyati FA U-16	Andijon viloyati FA U-16	Farg'ona viloyati FA U-16
Maksimal tez yugurishlari.		n-11	n-11	n-11
1	Yarim himoyachilar.	889	798	750
2	Hujumchilar.	896	735	515
3	Himoyachilar.	600	500	436
Tez yugurish		X	X	X
1	Yarim himoyachilar	1550	1094	1150
2	Hujumchilar.	1194	952	800
3	Himoyachilar.	860	753	805
Sekin yugurish		X	X	X
1	Yarim himoyachilar.	2081	1952	1525
2	Hujumichlar.	1970	1355	1344
3	Himoyachilar.	1450	1346	1430
Umumiy harakatlinish faoliyati		X	X	X
1	Yarim himoyaichlar.	4502	3890	3390
2	Hujumchilar.	4040	2995	2460
3	Himoyachilar.	2881	2752	2658

Jamoalarning umumiy hamma yugurishlarini (maksimal tezlikda yugurish, tez yugurish, sekin yugurish) hisoblanganda, «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari o'yin davomida $X=4502m$ natijani, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilariniki esa o'yin davomida $X=3890m$ natijani, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining yarim himoyachilari esa o'yin davomida $X=3329m$ natijalarini qayd etishgan.

«Namangan viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari esa o'yin davomida $X=4040m$ natijani, «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining hujumchilari $X=2995m$ natijani, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining o'yin davomida ko'rsatgan natijalari esa $X=2460m$ masofani turli harakatlar bilan bosib o'tgan. .

Futbol akademiyalari O'zbekiston chempionatida ishtirok etuvchi «Namangan viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari o'yin davomida $X=2881m$ natijani «Andijon viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari esa o'yin davomida $X=2995m$ natijani, «Farg'ona viloyati FA U-16» jamoasining himoyachilari o'yin davomida $X=2658m$ natijani qayd etishgan.

Bundan ko'rinib turibdiki, harakat faoliyati taba'ani turli bo'lishiga ham bo'liq bo'ladi. Ikkinchi tabakada ishtirok etuvchi jamoasini natijalari o'yin davomida yuqori emas. Lekin tabaqani ko'tarilishi bilan o'yinchilarning harakat faoliyati ham ko'tarilib borar ekan.

XULOSALAR

1. Mavzu bo'yicha adabiyotlarni o'rganish, tahlil qilish va pedagogik kuzatuv natijalari shuni ko'rsatdiki psixologik tayyorgarlikning asosiy vazifasi - yuqori psixologik-irodaviy sifatlarni tarbiyalash. Psixologik tayyorgarlik vazifalarini rivojlantirish: jarayonlarni idrok qilishni (to'pni, vaqtni, bo'shliqni his qilishni) rivojlantirish; diqqatni rivojlantirish; kuzatishni rivojlantirish; kuzatishni rivojlantirish (qiyin o'yin sharoitida orientastiya); eslash qobiliyati (pamyat), fikrlashni (o'yin faoliyati xususiyatlari) rivojlantirish; o'zini tuta bilishni (emostiya) boshqarishni rivojlantirish; taktik fikrlashni rivojlantirish (o'yin holatini baholash va samarali natijani qabul qilish demakdir.

2. Futbolchilarning raqobatbardoshlik faoliyatining texnik-taktik ko'rsatkichlari monitoringi o'yinchilarning texnik-taktik tayyorgarligi darajasini nazorat qilish tizimining zarur elementi hisoblanadi. Raqobat faolligining namunaviy ko'rsatkichlari sifatida futbol bo'yicha jahonning yetakchi jamoalari futbolchilarining texnik-taktik harakatlarining hajmi va bajarish sifati parametrlaridan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

3. Ta'riflangan texnik-taktik tayyorgarlik texnikasini tahlil qilish malakali futbolchilarning texnik-taktik tayyorgarligi darajasi va raqobatbardosh faoliyati

samaradorligini oshirishga yordam beradi, bu esa o'yinning miqdoriy va sifat ko'rsatkichlarining sezilarli yaxshilanishi bilan ifodalanadi. bir qator tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, malakali futbolchilarning raqobatbardosh faoliyatidagi texnik va taktik harakatlari va jismoniy tayyorgarlik darajasining oshishi

4. Sportchilarning individual psixosomatik va shaxsiy xususiyatlarini, ularning raqobatbardosh faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini va ichki va tashqi tabiatning ustun bo'lgan stress omillarini hisobga olishga asoslangan turli xil vositalar, usullar va psixologik mashg'ulotlardan foydalanish shakllanishiga yordam beradi. sport raqobatbardosh faoliyatida stressni muvaffaqiyatli engish uchun javob beradigan zarur shaxsiy xususiyatlar. Va sportchiga psixologik yordam qanday qilib o'z vaqtida va malakali ravishda tashkil etilishiga, uning sport hayoti, jismoniy va ruhiy farovonligi, muvaffaqiyati, o'zidan va sport natijalaridan qoniqish, o'ziga bo'lgan ishonch va sportdagi qobiliyati va undan tashqarida bog'liqdir.

5. Kuzatuvga olingan tadqiqot ba nazorat guruhi futbolchilarining (umuiy soni 46 nafar) va ularni oxirgi kuzatuv natijalariga asosan statistik taxliliga ko'ra; K1 koefisenti baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,3 \pm 0,8$ ball, 3.3 ballga yaxshilanish $V=2.7$, Andijon FA da esa $10.9 \pm 1,3$ ball $V=2.8$. tashkil etdi. $t=2.7$ ($p<0.01$) ni tashkil etdi. K2 koefitsennit baholashdagi ballar, Namangan FA da $13,4 \pm 1,9$ ball, 3.2 ballga yaxshilanish $V=3.7$, Andijon FA da esa $9,8 \pm 1,3$ ball $V=3.8$. tashkil etdi. $t=3.7$ ($p<0.01$) ni tashkil etdi. K3 koefitsentni baholashdagi ballar Namangan FA da $13,3 \pm 1.8$ ball, 3.1 ballga yaxshilanish $V=2.8$, Andijon FA da esa $10,2 \pm 0,3$ ball $V=2.2$. tashkil etdi. $t=2.6$ ($p<0.01$) ni tashkil etdi. SEXB umumiy emotsional holatni baholash natijalari esa koefitsentlar yig'indisi Namangan FA da $12,3 \pm 6,6$ ball 3.5 ballga yaxshilanish $V=2.7$, Andijon FA da esa $8,3 \pm 2.6$ ball $V=3.1$ ni tashkil etdi. $t=3.3$ ($p<0.01$) ni tashkil etdi. Har ikkala jamoalarning dastlabki emotsional holatini baholash shkalasi bo'yicha 12,3ball va "Abuliya" Asta xavotirda, tug'ri qaror qila olmaslik, texnik xatolar mavjud va undan chiqib ketish extimoli bor (Xavotirlanuvchilar guruhi) va 8,3 ball " Abaziya " Harakatlarni oxiriga yetkazmasligi yoki to'xtab qolish, xayajonlanish, noyoq qo'llarni xolsizlanishi va

o'ziga bo'ysunmasligi. Faoliyatida texnik xatolarga ko'p yo'l qo'yishi (stress tormozlar guruhi) ma'lum bo'ldi.

6. Pedagogik kuzatuv natijalari shuni ko'rsatdiki, sport jamoalarida psixologik tayyorgarlikni amalga oshiruvchi mutaxassislarni yo'qligi bu jarayonni past darajada rivojlanganligini ko'rsatdi. Faqat murabbiygina ayrim hollarda futbolchilarni psixologik tayyorlashga intiladi. Kelajakda sportchilarni psixologik tayyorgarligini mutaxassilar amalga oshirsa, maqsadga muvofiq bo'lar edi. Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, hozirgi kunda futbolchilarni tayyorlash tizimida yangi vositalarni qo'llash orqali futbolchilarni harakat faolligini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Futbolchilarni texnik-taktik tayyorgarligini maqsadli rivojlantirish hamda mashg'ulot va musobaqalar jarayonida emotsional holatini baholash metodlari ishlab chiqish ta'labini qo'ymoqda. Futbolchilarning texnik harakatlari emotsional holatlariga bevosita bog'liqdir. Ularning o'yin samaradorligi ko'pincha ularning ruhiy holatlariga, motivatsiyasiga, stress darajasiga va diqqatini jamlash qobiliyatiga bog'liq bo'ladi. Shuning uchun futbolchilar uchun nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki psixologik tayyorgarlik ham juda muhimdir. Emotsional holatni boshqarish va o'z ustunliklarini eng yaxshi tarzda ishlatish uchun futbolchilar o'zlarini tayyorlashlari zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Абабков В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. - СПб.: «Речь», 2010.- С 169.
2. Абабков В.А. Проблема научности в психотерапии. СПб.: Изд-во СПбГУ, 1998. Попов А.Л. Психология спорта (учебное пособие). – М.: Флинта 1998г. 89-100 -С
3. Абрамова Г.С. Практическая психология. Учебник для высшей школы. -- Москва: Академический проект, 2005 128-15 - С
4. Akramov R. «Futbol» darslik. 2006 y B-156-175
5. Komilovich S. S. Musobaqaning stressli holati va sportchilarda tayyorgarlik va musobaqadan oldingi ruhiy stressning o'ziga xos belgilari //Scientific aspects and trends in the field of scientific research. – 2023. – Т. 2. – №. 14. – С. 3-7.
6. Андреев С.Н. Особенности оборонительных действий в футболе: метод, рекомендации. М.: Книга, 1997. 31- С.
7. Б.А.Вяткин. Роль темперамента в спортивной деятельности . Москва : "Физкультура и спорт", 2000.-С120-136
8. Брайент ДЖ. Кретти. Психология в современном спорте. -М: ФиС, 1988 г. 120-152-С.

9. Komilovich S. S. Futbolchilarda psixik zo'riqishni yuzaga keltiruvchi sabablar va ularni psixologik tayyorlash printsplari //Scientific Impulse. – 2023. – T. 1. – №. 7. – С. 255-261
10. Брайт, Джонс - Стресс. Мифы, теории, исследования. - СПб.: Прайм-еврознак, 2003. 214-219– С.