

MAKTAB O'QUVCHILARNI FUTBOL SPORT TURIGA SARALASH VA YO'NALTIRISHDA JISMONIY RIVOJLANISH KO'RSATKICHLARI TAHLILI

Bobomurodov Abdurafik Egamurodovich
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqot institute

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab o'quvchilarini futbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini tahlil qilish masalalari yoritilgan. Futbol yuqori tezkorlik, chaqqonlik, sakrovchanlik va koordinatsion qobiliyatlarni talab etadigan sport turi sifatida o'quvchilarning jismoniy rivojlanish darajasini to'g'ri baholash va saralash jarayonida asosiy mezon hisoblanadi. Tadqiqotlarda antropometrik ko'rsatkichlar (bo'y uzunligi, tana vazni, qo'l va oyoq uzunligi) hamda funksional imkoniyatlar (yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari faoliyati, tezkorlik va kuch ko'rsatkichlari) asosida tanlov va yo'naltirish samaradorligi ta'kidlanadi. Maqolada ushbu ko'rsatkichlarning ahamiyati, ularni baholash usullari va maktab o'quvchilarini basketbolga saralashda qo'llash tajribalari ilmiy-nazariy asosda tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Maktab o'quvchilari, saralash, yo'naltirish, jismoniy rivojlanish, antropometrik ko'rsatkichlar, funksional imkoniyatlar.

АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПРИ ОТБОРЕ И НАПРАВЛЕНИИ ШКОЛЬНИКОВ В ФУТБОЛ

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы анализа показателей физического развития при отборе и направлении школьников в футбол. Футбол, как вид спорта, требующий высокой скорости, ловкости, прыгучести и координационных навыков, является основным критерием для правильной оценки и отбора уровня физического развития школьников. В исследованиях подчеркивается эффективность отбора и направления на основе антропометрических показателей (рост, масса тела, длина рук и ног) и функциональных возможностей (активность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, скоростно-силовые показатели). В статье анализируется значение этих показателей, методы их оценки и опыт их использования при отборе школьников в баскетбол на научно-теоретической основе.

Ключевые слова: Школьники, отбор, ориентация, физическое развитие, антропометрические показатели, функциональные возможности.

ANALYSIS OF PHYSICAL DEVELOPMENT INDICATORS IN SELECTING AND DIRECTING SCHOOL STUDENTS TO FOOTBALL

Annotation: This article discusses the issues of analyzing physical development indicators in selecting and directing school students to football. Football, as a sport requiring

high speed, agility, jumping and coordination skills, is the main criterion in the process of correctly assessing and selecting the level of physical development of students. The studies emphasize the effectiveness of selection and direction based on anthropometric indicators (height, body weight, arm and leg length) and functional capabilities (cardiovascular and respiratory system activity, speed and strength indicators). The article analyzes the importance of these indicators, methods of their assessment, and experiences of using them in selecting school students to basketball on a scientific and theoretical basis.

Keywords: Schoolchildren, selection, orientation, physical development, anthropometric indicators, functional capabilities.

KIRISH

2023-yil 7-apreldagi PQ-115-sonli “Ommaviy va professional futbolni har tomonlama rivojlantirishning qo‘shimcha chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorida Mamlakatimizda futbolning ommaviyligini yanada oshirish, istiqbolli va iqtidorli futbolchilarni tanlash hamda professional darajada tayyorlashning yangi tizimini yo‘lga qo‘yish, trener va hakamlarni xalqaro talablar asosida tayyorlash va mahoratini yuksaltirish, futbol infratuzilmasini yaxshilash hamda o‘rnatilgan standartlarga moslashtirish yoshlarning futbolga qiziqishini oshirish, bu boradagi targ‘ibot ishlarini yanada kuchaytirish, ularning futbol bilan shug‘ullanishi uchun yetarli shart-sharoitlarni yaratish terma jamoalar va professional futbol klublari uchun sifatli sport zaxirasini yaratish, iqtidorli futbolchilarni aniqlash, tanlash va saralash (seleksiya)ning raqamlashtirilgan tizimini joriy qilish tizimini yanada takomillashtirish, o‘quv-uslubiy qo‘llanmalar ishlab chiqish bolalar va o‘smirlar, ommaviy futbolni rivojlantirish futbol bo‘yicha doimiy faoliyat yurituvchi seksiyalar faoliyatini yo‘lga qo‘yish bolalar va o‘smirlar o‘rtasida ularning sog‘lig‘ini mustahkamlashga, har tomonlama jismoniy kamol topishiga va sog‘lom turmush tarziga intilishni shakllantirish, bolalar va o‘smirlarda futbol bilan shug‘ullanish qobiliyatini erta aniqlash va ularda futbolga bo‘lgan barqaror qiziqishni rivojlantirishga qaratilgan sport va tarbiyaviy ishlar olib borilgan.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Shuni aloxida takidlash lozimki, 2024-yil 20-mart PQ-136-son “Mahallalarda futbol infratuzilmasini rivojlantirish va tarmog‘ini kengaytirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”ga qarorida belgilanganidek istiqbolli va iqtidorli futbolchilarni tanlash va tayyorlashning samarali tizimini yaratish, milliy terma jamoalar va professional

futbol klublari uchun sifatli sport zaxirasini shakllantirish, mahallalardan boshlab futbol infratuzilmasini rivojlantirish hamda futbol maktablari va futbol akademiyalariga iqtidorli futbolchilarni saralab olishni (seleksiya) yanada takomillashtirish, mahallada futbol bo'yicha erkaklar va ayollarning turli yosh toifalari kesimidagi "mahalla terma jamoa"larini shakllantirish hamda ularni tayyorlash hamda mahalla yoshlari o'rtasida yosh iqtidorli futbolchilarni aniqlash hamda ularni professional futbol ta'lim muassasalariga yo'naltirib borish belgilab berilgan.

Respublikamiz sportchilarning futbol sport turida yuqori natijalarga erishish uchun ularning jismoniy, texnik va psixologik xususiyatlari muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, bolalarni yoshligidan sport turlariga to'g'ri saralash va ularning tabiiy qobiliyatlarini hisobga olib yo'naltirish sportda muvaffaqiyat kaliti hisoblanadi. Shu boisdan, turli yosh toifasidagi maktab o'quvchilarini antropometrik ko'rsatkichlarini aniqlash va ularni to'g'ri baholash orqali futbolga mos yosh sportchilarni aniqlash va yo'naltirish muhim ahamiyat kasb etadi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Futbol sport turiga saralash jarayonida bolalarning antropometrik ko'rsatkichlarini baholash muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot davomida 7-17 yoshdagi maktab o'quvchilarining tana uzunligi, tana vazn og'irligi, qo'l va oyoq uzunligi, ko'krak qafasi aylanasi kabi mezonlar aniqlandi va ahlil qilindi.

Shuningdek tadqiqotda, bolalarning koordinatsiya, muvozanat saqlash, portlash kuchi va reaksiya tezligi kabi omillar ham tahlil qilindi. Ushbu mezonlar asosida saralash jarayonida bolalarning individual xususiyatlariga mos yondashish va ularni maxsus yo'nalishlarga ajratish tavsiya etildi.

7-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va jismoniy rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga

bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib shuni aytishimiz mumkinki futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik.

Jumladan; 7 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda tana vazn og'irligi o'g'il bolalarda 28 kg, qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich 26 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 130 sm ni tashkil qilgan bo'lsa, qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich 128 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 50 sm ni, qiz bolalarda esa 50 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 72 sm ni, qiz bolalarda 70 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 70 sm gacha qiz bolalarda 69 sm ni tashkil qildi.

8-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

1- jadval

7-17 yoshli maktab o'quvchilarini jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari

Yosh	Tana vazni, (kg)		Tana uzunligi, (sm)		Qo'l uzunligi, (sm)		Oyoq uzunligi, (sm)		Ko'krak qafasi aylanasi, (sm)	
	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz
7	28	26	130	128	50	50	72	70	70	69
8	30	28	133	132	52	53	74	76	73	72
9	35	34	138	135	54	56	79	78	75	74
10	37	40	142	140	60	62	83	86	78	79

11	39	44	145	146	64	64	84	91	79	80
12	44	46	153	152	67	70	88	93	82	82
13	48	54	160	164	69	73	93	97	89	85
14	56	57	166	164	70	74	96	100	92	89
15	62	58	170	168	72	76	98	101	94	92
16	68	62	174	171	72	78	102	102	96	93
17	72	64	178	174	76	78	106	104	103	96

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 8 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 30 kg, qiz bolalarda esa 28 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 133 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 132 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 52 sm ni, qiz bolalarda 53 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 74 sm ni, qiz bolalarda 76 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 73 sm gacha qiz bolalarda 72 sm ni, ko'rsatdi.

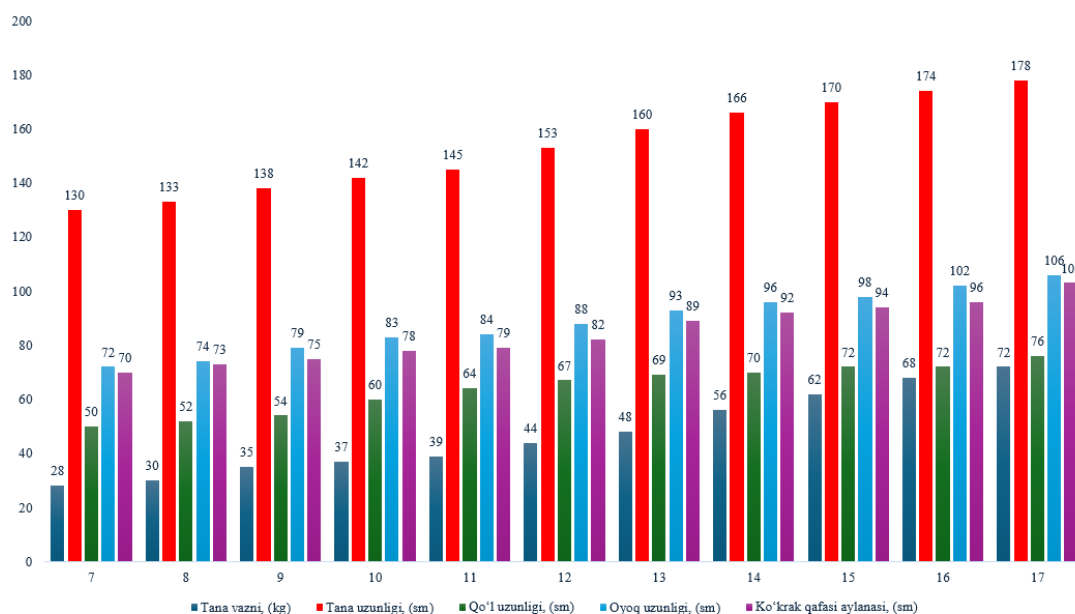
9-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 9 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 35 kg, qiz bolalarda esa 34 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 138 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 135 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 54 sm ni, qiz bolalarda 56 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi

o'g'il bolalarda 79 sm ni, qiz bolalarda 78 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 75 sm gacha qiz bolalarda 74 sm ni, tashkil qildi.

10-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 10 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 37 kg, qiz bolalarda esa 40 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 142 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 140 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 60 sm ni, qiz bolalarda 62 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 83 sm ni, qiz bolalarda 86 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 78 sm gacha qiz bolalarda 79 sm ni, ko'rsatdi



1- rasm. 7-17 yoshli o'g'il bolalarning futbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlar dinamikasi

11-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 11 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 39 kg, qiz bolalarda esa 44 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 145 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 146 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 64 sm ni, qiz bolalarda 64 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 84 sm ni, qiz bolalarda 91 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 79 sm gacha qiz bolalarda 80 sm ni, tashkil qildi.

12-yoshli bo'lajak Futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 12 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 44 kg, qiz bolalarda esa 46 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 153 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 152 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 67 sm ni, qiz bolalarda 70 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi

o'g'il bolalarda 88 sm ni, qiz bolalarda 93 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 82 sm gacha qiz bolalarda 82 sm ni, ko'rsatdi.

13-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 13 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 48 kg, qiz bolalarda esa 54 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 160 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 164 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 69 sm ni, qiz bolalarda 73 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 93 sm ni, qiz bolalarda 97 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 89 sm gacha qiz bolalarda 85 sm ni, tashkil qildi.

14-yoshli bo'lajak Futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

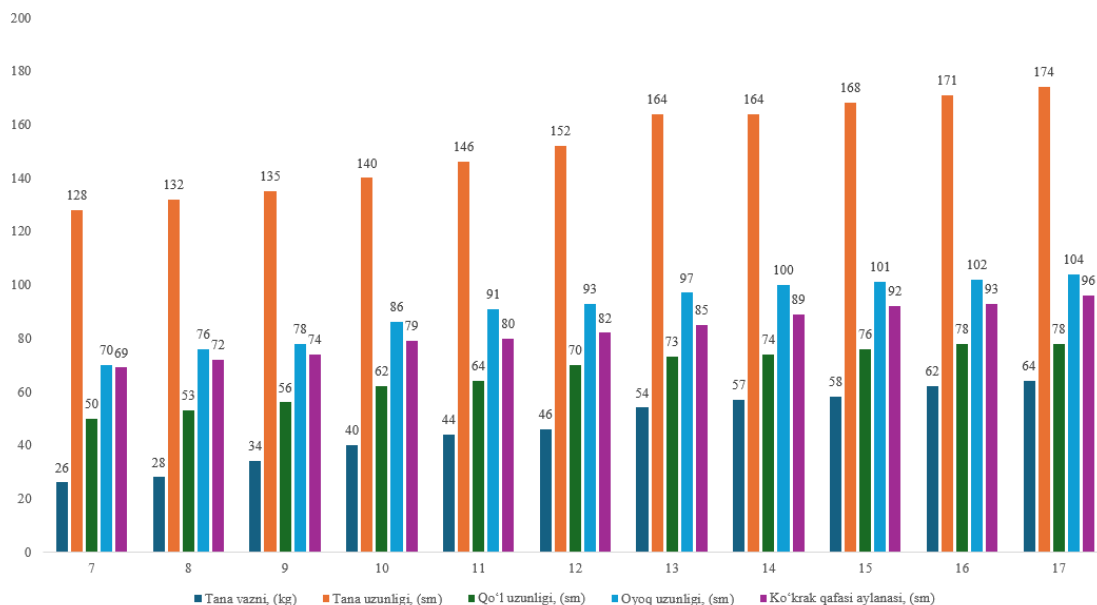
Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 14 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda tana vazn og'irligi o'g'il bolalarda 56 kg, qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich 57 kg og'irlik orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 166 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 164 sm bo'lishi kerak, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 70 sm ni, qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich

74 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 96 sm ni, qiz bolalarda esa 100 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 92 sm gacha qiz bolalarda esa 89 sm ni tashkil qiladi.

15-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib futbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 15 yoshli bolalarni futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 62 kg, qiz bolalarda esa 58 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 170 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 168 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 72 sm ni, qiz bolalarda 76 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 98 sm ni, qiz bolalarda 101 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 94 sm gacha qiz bolalarda 92 sm ni ko'rsatdi.

16-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.



2- rasm. 7-17 yoshli qiz bolalarning futbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlar dinamikasi

Biz olib borgan tadqiqot natijalariga asoslanib futbol sport turiga maktab o'quvchilariga saralash olish va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Tahlil natijalariga ko'ra jumladan; 16 yoshli maktab o'quvchilarini futbol sport turiga qabul qilishda ularning vazn og'irligi o'g'il bolalarda 68 kg, qiz bolalarda esa 62 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 174 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 171 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 72 sm ni, qiz bolalarda 78 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 102 sm ni, qiz bolalarda 102 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 96 sm gacha qiz bolalarda 93 sm ni, tashkil qildi.

17-yoshli bo'lajak futbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida smaktab o'quvchilarni sport turiga saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga maktab o'quvchilarini saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga o'quvchilarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotimizdan olingan natijalarga asoslanib futbol sport turiga maktab o'quvchilarini saralash olish va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 17 yoshli maktab o'quvchilari futbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 72 kg, qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich 64 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 178 sm ni tashkil qilinda, qiz bolalarda esa 174 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 76 sm ni, tashkil qilsa qiz bolalarda esa bu ko'rsatkich 78 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 106 sm ni ko'rsatgan co'lsa, qiz bolalarda esa 104 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 103 sm gacha qiz bolalarda 96 sm ni, ko'rsatdi.

XULOSA

Maktab o'quvchilarini futbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari muhim ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, antropometrik o'lchamlar (bo'y uzunligi, tana vazni, oyoq uzunligi) hamda funksional imkoniyatlar (yurak-qon tomir tizimi faoliyati, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik va koordinatsiya) futbolchining kelajakdagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy mezonlardan sanaladi. Futbol sport turining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda o'quvchilarni tanlab olish jarayonida ilmiy asoslangan saralash tizimini joriy etish, yosh futbolchilarning tabiiy qobiliyatlarini maksimal darajada rivojlantirish va ularga individual yondashuvni shakllantirish imkonini beradi. Shuningdek, jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari asosida saralash maktab o'quvchilarining futbolga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi va ularning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda muhim omil sifatida xizmat qiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Verkhoshansky, Y.V. Fundamentals of Special Strength Training in Sport. – Moscow: Sport Science, 2011.
2. Lehnert, M., Holík, R., Prycl, D., Sigmund, M., Sigmundová, D., Malý, T. Talent Identification in Football: Different Effects of Maturation on Sprinting, Change of Direction and Jumping in 13-Year-Old Players. – Applied Sciences, 2024, Vol. 14, No. 13. – P. 5571.
3. Deprez, D., Vaeyens, R., Coutts, A.J., Lenoir, M., Philippaerts, R.M. Relative Age Effect and YYIR1 in Youth Soccer. – International Journal of Sports Medicine, 2011, Vol. 33. – P. 987–993.

4. Figueiredo, A.J., Coelho e Silva, M.J., Malina, R.M. Predictors of Functional Capacity and Skill in Youth Soccer Players. – Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 2011, Vol. 21. – P. 446–454.
5. Ahmedov, B. Sportchilarni futbol turiga tanlab olishda morfologik va funksional ko'rsatkichlarning ahamiyati. – Toshkent: O'zDJTI, 2019. – 122 b.
6. Rajabov, I. Yosh futbolchilarni jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari asosida saralash masalalari. – "Ta'lim va sport" jurnali, 2021, №3. – B. 44–49
7. Development of Football among Youth in Uzbekistan. – Educator Insights: A Journal of Teaching Theory and Practice, 2025, Vol. 1, No. 2. – P. 312–315.
8. Malina, R.M., Cumming, S.P., Kontos, A.P., Eisenmann, J.C., Ribeiro, B., Aroso, J. Maturity-Associated Variation in Sport-Specific Skills of Youth Soccer Players Aged 13–15 Years. – Journal of Sports Sciences, 2005, Vol. 23, No. 5. – P. 515–522.
9. Qodirov, A. Maktab o'quvchilarini futbolga saralashda antropometriya va motorika ko'rsatkichlarining ahamiyati. – "Jismoniy tarbiya va sport" jurnali, 2022, №2. – B. 67–72.