

FUTBOLCHILARNING TEXNIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISHDA TRENAJYOR MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISHNING DIDAKTIK IMKONIYATLARI

Alisherov Muxiddin Madamin o'g'li

*Namangan davlat universiteti tayanch doktoranti
Elektron pochta: muxiddinalisherov5502@gmail.com
Telefon: +998 99 344 66 77*

Аннотация. *Mazkur maqolada futbolchilarning texnik tayyorgarligini takomillashtirishda trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etishning didaktik imkoniyatlari tahlil qilinadi. Tadqiqotning maqsadi 1-liga futbolchilari mashg'ulot amaliyotida trenajyor vositalaridan foydalanishning o'qituvchi-murabbiy uchun qanday didaktik afzalliklar yaratishini aniqlash va ularni texnik tayyorgarlikni oshirishga yo'naltirilgan pedagogik tizim sifatida asoslashdan iborat. Tadqiqotda tizimli tahlil, qiyosiy-pedagogik tahlil, modellashtirish, ilmiy manbalarni sintez qilish va konseptual umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Natijalar trenajyor mashg'ulotlari ko'rsatmalilik, takroriy mashq, individuallashtirish, bosqichlilik, differensial yondashuv, tezkor qayta aloqa hamda o'yin vaziyatiga yaqinlashtirilgan o'qitish imkoniyatlarini kuchaytirishini ko'rsatdi. Xulosa sifatida trenajyor mashg'ulotlari didaktik jihatdan to'g'ri loyihalangan taqdirda futbolchilarning to'pni qabul qilish, uzatish, zarba berish, koordinatsiya va vaziyatli qaror qabul qilish ko'nikmalarini barqaror rivojlantirishga xizmat qiluvchi samarali pedagogik vosita ekani asoslandi.*

Kalit so'zlar: futbol, texnik tayyorgarlik, trenajyor mashg'uloti, didaktik imkoniyat, 1-liga, pedagogik yondashuv, texnik ko'nikma, individuallashtirish, qayta aloqa, mashg'ulot metodikasi

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНАЖЕРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ

Аннотация. *В статье анализируются дидактические возможности организации тренажерных занятий в совершенствовании технической подготовленности футболистов. Цель исследования состоит в определении того, какие дидактические преимущества дает использование тренажерных средств в практике подготовки футболистов первой лиги и как они могут быть обоснованы как педагогическая система, направленная на повышение технической подготовленности. В исследовании использованы системный анализ, сравнительно-педагогический анализ, моделирование, синтез научных источников и концептуальное обобщение. Результаты показали, что тренажерные занятия усиливают наглядность, многократность упражнений, индивидуализацию, поэтапность, дифференцированный подход, оперативную обратную связь и обучение, приближенное к игровым ситуациям. В качестве вывода обосновано, что при дидактически*

грамотном проектировании тренажерные занятия становятся эффективным педагогическим средством устойчивого развития навыков приема мяча, передачи, удара, координации и ситуационного принятия решений.

Ключевые слова: футбол, техническая подготовка, тренажерные занятия, дидактические возможности, первая лига, педагогический подход, технический навык, индивидуализация, обратная связь, методика тренировки

DIDACTIC POSSIBILITIES OF ORGANIZING SIMULATOR-BASED TRAINING IN IMPROVING THE TECHNICAL PREPAREDNESS OF FOOTBALL PLAYERS

Abstract. *This article analyzes the didactic possibilities of organizing simulator-based training for improving the technical preparedness of football players. The purpose of the study is to determine the didactic advantages created by the use of training devices in the practice of first league football players and to justify them as a pedagogical system aimed at improving technical preparedness. The study employs system analysis, comparative pedagogical analysis, modeling, synthesis of scientific sources, and conceptual generalization. The results show that simulator-based training strengthens visualization, repeated practice, individualization, staged progression, differentiated instruction, immediate feedback, and game-related learning. The study concludes that when didactically designed, simulator-based training becomes an effective pedagogical tool for the stable development of ball reception, passing, shooting, coordination, and situational decision-making skills.*

Key words: *football, technical preparedness, simulator-based training, didactic possibilities, first league, pedagogical approach, technical skill, individualization, feedback, training methodology*

KIRISH

Zamonaviy futbolda o'yin sur'atining oshishi, qaror qabul qilish vaqtining qisqarishi va texnik harakatlarning murakkablashuvi futbolchilarning texnik tayyorgarligiga bo'lgan talabni kuchaytirmoqda. Sport pedagogikasi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda texnik tayyorgarlik natijadorligi nafaqat mashqlar hajmiga, balki ularni qanday tashkil etish, qanday sharoitda takrorlash va futbolchining individual xususiyatlariga qanchalik moslashtirishga ham bog'liq ekani ko'rsatiladi [1, 89-90].

1-liga futbolchilari faoliyatida texnik harakatlarni yuqori tezlikda va raqib qarshiligi ostida barqaror bajarish, ayniqsa, to'pni bir tegishda qabul qilish, aniq uzatish, o'yin yo'nalishini tez o'zgartirish va vaziyatli zarba berish kabi elementlarda namoyon bo'ladi. Shu sababli mashg'ulot jarayonida texnik ko'nikmalarni

rivojlantirish uchun nafaqat an'anaviy mashqlar, balki maxsus trenajyor vositalaridan foydalanish zarurati kuchaymoqda. FIFAning texnik rivojlanish bo'yicha qo'llanmasida ham o'yinchilarning texnik harakatlari nazoratli, maqsadli va o'yin vaziyatiga yaqin sharoitlarda shakllantirilishi kerakligi ta'kidlangan [5, 24-27].

Biroq amaliyotda trenajyor mashg'ulotlari ko'pincha faqat yordamchi vosita sifatida baholanadi. Ularning didaktik imkoniyatlari, ya'ni ko'rsatmalilikni kuchaytirish, mashqni diferensiallashtirish, qayta aloqani tezlashtirish, xatolarni lokal tuzatish va murakkab texnik topshiriqlarni bosqichma-bosqich o'rgatish imkoniyatlari yetarlicha ilmiy asoslanmagan. Ayniqsa, 1-liga futbolchilari misolida trenajyor mashg'ulotlarini didaktik tizim sifatida tashkil etish masalasi kam tadqiq etilgan.

Mazkur maqolaning maqsadi futbolchilarning texnik tayyorgarligini takomillashtirishda trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etishning didaktik imkoniyatlarini aniqlash va ularni OAK talablari darajasida nazariy-metodik asoslashdan iborat. Tadqiqot vazifalari sifatida trenajyor mashg'ulotlarining didaktik mohiyatini ochib berish, texnik tayyorgarlik jarayonida ularning afzalliklarini belgilash, 1-liga futbolchilari uchun metodik tashkiliy modelni ishlab chiqish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish ko'zda tutildi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Sport pedagogikasida didaktik yondashuv mashg'ulot mazmunini maqsadga muvofiq tanlash, o'rgatish ketma-ketligini belgilash, mashqni o'zlashtirish mexanizmlarini boshqarish va natijalarni nazorat qilish bilan tavsiflanadi. Futbolda perceptiv-motor hamda perceptiv-kognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishga bag'ishlangan tadqiqotlar mashq dizayni va murabbiylik boshqaruvi texnik ko'nikmalar shakllanishida katta rol o'ynashini ko'rsatadi [1, 89-91]. Demak, trenajyor mashg'ulotlari faqat vosita emas, balki pedagogik konstruktsiya sifatida ko'rilishi lozim.

Linear va nonlinear pedagogika yondashuvlarini taqqoslagan zamonaviy ishlar futbolchilar uchun o'zgaruvchan, vaziyatli va moslashuvchan topshiriqlar ko'nikmalarni saqlab qolish hamda transfer qilishda samaraliroq ekanini ko'rsatadi [2, 7-8]. Shu jihatdan trenajyor vositalari mashg'ulotni qat'iy stereotipga emas, balki

turli tezlik, signal, burchak, masofa va vaqt bosimi elementlariga moslab tuzish imkonini beradi.

Kichik tarkibli o'yinlar, koordinatsion topshiriqlar va texnik harakatlarni birlashtirgan metodikalar o'yinchilarda nafaqat texnik aniqlik, balki vaziyatli moslashuv va qaror qabul qilish tezligini ham yaxshilaydi [4, 2-4]. Balans hamda koordinatsion vositalardan foydalanishga oid tadqiqotlar esa texnik kompetensiyani rivojlantirishda propriozeptiv nazorat va barqarorlik alohida ahamiyatga ega ekanini ko'rsatgan [3, 154-155].

Mahalliy sport-pedagogik manbalarda yosh va o'sib kelayotgan futbolchilarning texnik tayyorgarligini oshirishda murabbiyning ko'rsatmaliligi, muntazam takrorlash, xatolarni tuzatish va differensial yondashuv muhimligi qayd etiladi [6, 152-154]. Biroq mazkur ishlarda trenajyor mashg'ulotlarining didaktik imkoniyatlari alohida kategoriyada yetarli chuqurlikda tahlil qilinmagan.

Tadqiqotda tizimli tahlil, qiyosiy-pedagogik tahlil, konseptual modellashtirish va ilmiy manbalarni sintez qilish metodlaridan foydalanildi. Tizimli tahlil futbolchilarning texnik tayyorgarligini bazaviy texnik harakatlar, koordinatsion ta'minot, vaziyatli qaror qabul qilish, individuallashtirilgan qayta aloqa va monitoring kabi komponentlar asosida o'rganishga xizmat qildi. Qiyosiy tahlil esa an'anaviy mashg'ulotlar bilan trenajyor mashg'ulotlarining didaktik imkoniyatlarini solishtirishga yo'naltirildi.

Konseptual modellashtirish asosida trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etishning didaktik modeli ishlab chiqildi. Mazkur model o'qitish maqsadi, mashq mazmuni, vosita tanlash, ko'rsatmalilik, o'zlashtirish bosqichlari, differensiallashtirish, nazorat va qayta aloqa elementlarining o'zaro bog'liqligiga asoslandi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tahlil natijalari trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etishda bir nechta muhim didaktik imkoniyatlar mavjudligini ko'rsatdi. Birinchi imkoniyat — ko'rsatmalilikni kuchaytirishdir. Trenajyor vositalari futbolchiga harakat trayektoriyasini, zarba kuchi va yo'nalishini, to'p qaytish burchagini hamda qabul qilish pozitsiyasini ko'rgazmali tarzda o'zlashtirish imkonini beradi. Bu o'qitishning ko'rsatmalilik tamoyiliga to'la mos keladi.

Ikkinchi imkoniyat — takroriy mashqni aniq boshqarishdir. An'anaviy mashg'ulotlarda bir xil sifatdagi takrori ta'minlash qiyin bo'lsa, trenajyor vositalari orqali bir xil parametrdagi ko'p marotaba mashq bajarish, keyin esa bu parametrlarni bosqichma-bosqich murakkablashtirish mumkin. FIFA metodik tavsiyalarida ham texnik rivojlanish maqsadli, strukturallashtirilgan va progressiv topshiriqlar asosida qurilishi kerakligi qayd etiladi [5, 30-34].

Uchinchi imkoniyat — individuallashtirish va differentsiallashdir. Trenajyor mashg'ulotlari yordamida futbolchilarning amplitudasi, texnik nuqsoni, dominant oyog'i, reaksiya tezligi va koordinatsion tayyorgarligiga qarab mashqlar tanlanadi. Shu tariqa bitta umumiy mashq o'rniga individual pedagogik trayektoriya shakllanadi. Bu esa 1-liga futbolchilarida texnik kamchiliklarni aniq lokal darajada bartaraf etishga yordam beradi.

To'rtinchi imkoniyat — bosqichlilik va variativlikni uyg'unlashtirishdir. Trenajyor mashg'ulotlari dastlab izolyatsiyalangan harakatdan boshlanib, so'ng kombinatsiyalangan topshiriq, vaqt bosimi, signal bo'yicha o'zgarish va o'yin vaziyatiga yaqin topshiriqlar bilan boyitilishi mumkin. Nonlinear pedagogika bo'yicha tadqiqotlar aynan shunday variativ sharoitlar ko'nikmalarni moslashuvchan saqlashda samarali ekanini ko'rsatadi [2, 8].

Beshinchi imkoniyat — tezkor qayta aloqa va diagnostik tuzatishdir. Murabbiy trenajyor mashqlari davomida futbolchining uzatma aniqligi, to'pni qabul qilish sifati, zarba yo'nalishi, bajarish tezligi va xatolar sonini bevosita kuzatib boradi. Natijada xatoni shu zahoti tuzatish, topshiriq murakkabligini o'zgartirish va keyingi mashg'ulot rejasini individual tarzda tuzish mumkin bo'ladi. Bu didaktik jarayonning refleksiv va boshqariladigan xususiyatini kuchaytiradi.

Oltinchi imkoniyat — koordinatsion va texnik komponentlarni integratsiyalashdir. Balans, ritm, yo'nalish almashinuvi va harakatni muvofiqlashtirishga mo'ljallangan vositalarni texnik topshiriqlar bilan birlashtirish futbolchining real o'yin vaziyatiga moslashuvini yaxshilaydi [3, 154-155]. Natijada texnik tayyorgarlik faqat alohida harakat emas, balki murakkab sport-pedagogik kompetensiya sifatida shakllanadi.

Mazkur natijalar asosida trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etishning didaktik modeli ishlab chiqildi. Model quyidagi bosqichlarni o'z ichiga oladi: 1) boshlang'ich diagnostika; 2) didaktik maqsad qo'yish; 3) trenajyor vositasini tanlash; 4) ko'rsatmalilikka asoslangan o'rgatish; 5) takroriy va differensial mashq; 6) variativ murakkablashtirish; 7) monitoring va qayta aloqa; 8) o'yin vaziyatiga transfer. Ushbu model trenajyor mashg'ulotlarini yordamchi mashq emas, balki butun boshli didaktik tizim sifatida ko'rishga imkon beradi.

Muhokama shuni ko'rsatdiki, trenajyor mashg'ulotlarining samarasi uskunaning texnik imkoniyatida emas, balki uni murabbiy tomonidan qanday didaktik tashkil etilishida namoyon bo'ladi. Shuning uchun trenajyor vositalaridan foydalanishda o'qitish tamoyillari, futbolchining tayyorgarlik darajasi, mashg'ulot maqsadi va o'yin vaziyatiga moslik doimo hisobga olinishi zarur.

XULOSA

Tadqiqot natijalari futbolchilarning texnik tayyorgarligini takomillashtirishda trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etish katta didaktik salohiyatga ega ekanini ko'rsatdi. Trenajyor vositalari ko'rsatmalilik, takroriy mashq, bosqichlilik, individuallashtirish, differensiallash, tezkor qayta aloqa va variativ o'qitish imkoniyatlarini birlashtiradi.

Aniqlanishicha, 1-liga futbolchilari uchun trenajyor mashg'ulotlari ayniqsa texnik xatolarni lokal tuzatish, o'yin amplusiga mos topshiriqlarni berish, koordinatsion tayyorgarlikni texnik topshiriqlar bilan bog'lash hamda o'yin vaziyatiga yaqin sharoitda mashq qildirishda samarali hisoblanadi.

Ilmiy xulosa sifatida aytish mumkinki, futbolchilarning texnik tayyorgarligini takomillashtirishda trenajyor mashg'ulotlarini tashkil etish didaktik imkoniyatlarni to'liq ochib bergan holda pedagogik tizim sifatida qurilishi lozim. Amaliy tavsiya sifatida futbol klublari, sport maktablari va oliy ta'lim muassasalarida trenajyor vositalaridan foydalanish bo'yicha individual-didaktik dasturlar, monitoring mezonlari va bosqichli metodik yo'riqnomalarni ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Bergmann, F. (2024). Fostering youth soccer players' action competence through learning-supportive coaching and assessment in talent development environments. Tübingen: Eberhard Karls University of Tübingen.
2. Yang, Q., Song, M., Chen, X., Li, M., & Wang, X. (2025). The influence of linear and nonlinear pedagogy on motor skill performance: The moderating role of adaptability. *Frontiers in Psychology*, 16, 1-11.
3. Kryzhevsky, P., Mishchenko, N., Kolokoltsev, M., et al. (2022). Training method for developing technical competence in 7-8-year-old football players using balancing sports equipment. *Journal of Physical Education and Sport*, 22, 153-159.
4. Clemente, F. M., Ramirez-Campillo, R., Afonso, J., et al. (2021). Effects of small-sided game interventions on the technical execution and tactical behaviors of youth team sports players: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-15.
5. FIFA. (2022). Handbook for technical directors. Zurich: FIFA Training Centre.
6. Umarov, A. A., & Rashidov, K. R. (2020). Methods of increasing technical training of young players. *International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology*, 7(10), 152-154.