

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM,
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

**ROSSIYANING BIRINCHI PREZIDENTI B. N. YELVIN
NOMIDAGI URAL FEDERAL UNIVERSITETI**

TOSHKENT IQTISODIYOT VA PEDAGOGIKA INSTITUTI

**INSON FAROVONLIGINI
O'RGANISHDA FANLARARO
YONDASHUV**

xalqaro ilmiy konferensiya materiallari

II QISM

Toshkent - 2023

siyosiy mavqeini mustahkamlashning qonuniy-huquqiy asoslarini takomillashtirib, ularni amalga oshirish mexanizmlarini optimallashtirish; *to'rtinchidan*, ommaviy axborot vositalarida yoshlar hayotiga doir real voqelikni, ularning yutuq va muammolarini, orzu-intilishlarini xolis va haqqoniy aks ettirish, umuman, «to'rtinchi hokimiyat»ning bu boradagi faoliyatini kuchaytirish; *beshinchidan*, yoshlarning jahon hamjamiyatiga, ma'naviy-madaniy va intellektual informatsiya maydonlariga kirib borishlari uchun imkoniyatlarini kengaytirish; *oltinchidan*, yoshlar o'rtasida g'oyaviy ta'lim-tarbiyani zamonaviy talablar asosida tashkil qilish va umuman, shu paytgacha jamiyatimizdagi ma'naviy-ma'rifiy islohotlarni samarali amalga oshirishda hal qiluvchi o'rin tutib kelayotgan huquqiy-me'yoriy hujjatlar asosida amalga oshirib kelinayotgan ishlarni izchil davom ettirib, bu boradagi dasturlarni, jumladan Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida belgilangan vazifalarni to'la bajarish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoev SH.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. -Toshkent: "O'zbekiston", 2022.
2. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – engilmas kuch. -T.: "Ma'naviyat", 2008. 4-bet.
3. Karimov I.A. O'zbekiston XXI asrga intilmoqda // Biz kelajagimizni o'z qo'limiz bilan quramiz. T.7. -T.: "O'zbekiston", 1999. 373-bet.

O'QUVCHILARNING FUTBOL BO'YICHA TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIK TOMONLARINI O'RGANISH MUAMMOLARI

Anorboyev B.D.

CHDPU Jismoniy madaniyat metodikasi kafedراسi o'qituvchisi

Bugungi kunda futbol sport turining kun sayin rivojlanishi, jismonan baquvvat va iste'dodli o'yinchilarni tayyorlab berishni taqozo etmoqda.

Ixtisoslashgan bolalar va o'smirlar olimpiya zaxiralari sport maktablari hamda futbol yo'nalishidagi maktab-internatlar nizomida ko'rsatib o'tilganidek, iste'dodli va umidli futbolchilarni tarbiyalash butun o'quv mashg'ulot davomidaolib boriladi.

Keyingi yillarda futbolga doir ko'pgina ilmiy maqolalar, usuliy ko'rsatmalar va qo'llanmalarda yosh futbolchilarni iqtidorli futbolchi qilib tarbiyalash masalalari keng yoritilmoqda.

Murabbiylar futbolchilarning yoshlik davrdan texnik- taktik harakatlargakatta e'tibor qaratishni ta'kidalaydilar.

R.I.Nurimov yosh futbolchilarning texnik tayyorgarligi, o'yin texnikasining ayrim usullariga o'rgatish, o'rganilaganlarni nazoratsiz qoldirilishimumkin emasligi, agar o'yin texnikasiga o'rgatish rejalashtirilgan, muntazam mashg'ulotlar bilan o'tkazilsa, unda yaxshi natija berishini ta'kidlagan [44].

Yosh futbolchilarning dastlab tayyorgarligi o'yin texnikasidani xatolarni tuzatish, texnik tayyorgarlikda muhim ahamiyatga ega, ayniqsa, bu narsa boshlovchi o'yinchilar uchun ahamiyatlidir. Texnikani yomon o'zlashtirish oxir oqibat mahoratni keyinchalik takomillashtirishga to'sqinlik qiladi. Futbol mutaxassislari futbolga endi kirib kelgan bolalarning texnik harakatlanirni tarbiyalashda, to'pni his qilish qobiliyatini rivojlantirish, bunda to'p bilan oddiy mashqlar, to'pni olib yurish,

to'pni tepish va janglyorlak qilishni, har mashg'ulotda olib borishni e'tirof etishadi [6,7.18,19,20,67,73,74].

K.X.Xedergot, A.Chanadi xulosalariga ko'ra, hamma mashg'ulotlar turlari orasida yangi shug'ullanuvchilar uchun birinchi navbatda «sof» texnika buyicha o'tkaziladigan trenirovka muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlashadi [61,62].

Texnika turidagi trenirovkalarni o'tkazish tezligi quyidagilarga bog'liq:

- yosh futbolchilarning yoshi;
- ularning tayyorgarlik darajasi;
- trenirovka davri;
- trenirovka sharoitlari.

Haftadagi mashg'ulotlar soni uch marta yoki undan ortiq bo'lgan va tegishli miqdorda to'plarga bo'lgan jamoalarda, mashg'ulot davridan qat'i nazar, haftadagi kamida bitta trenirovka «sof» texnika bo'yicha o'tkazilishi kerak. O'smirlar va o'spirinlik yoshidagi futbolchilar gavda tuzilishi hamda markaziy asab tizimi holati nuqtai nazardan, harakatlarni juda yaxshi egallab olish xususiyatiga ega.

Yangi futbolchilar trenirovkalarida jismoniy va asab tizimiga tushadigan nagruzka o'yinchining texnika darajasiga mos bo'lishi mumkin. Haddan tashkari bo'lgan nagruzkalar zo'riqish yoki tezlik yaxshi o'zlashtirishga to'sqinlik qiladi, buning natijasida harakatlarda ma'lum bir xatolar mustahkamlanib qoladi.

O'yin texnikasiga boshlang'ich o'rgatishda sharoitlarni engillashtirish va tegishli uslublar bilan texnikani tez egallashda o'yinchilarga yordam ko'rsatish lozim. O'yinchilar bajariladigan texnika usullarini «tushunib yetganlaridan», texnika usullarini nisbatan mustahkamlab olganlaridan so'ng kelgusidagi o'rgatishda boshlang'ich davrda qo'llanilgan o'sha uslublardan foydalanmaslik zarur.

O'rgatishdagi xatolik, bir tomondan, qo'llaniladigan o'rgatish uslublaridan, ikkinchi tomondan shundan iboratki, texnikani egallash paytida futbolchilar ba'zan tegishli jismoni tayyorgarlikka ega emaslar.

Xatolikning tez-tez yuzaga kelishi yana shunga bog'liqki, o'yin texnikasi buyicha mashqlar ham jadallik bilan bajarilmaydi. Ko'pchilik futbolchilar, ularga hech kim halaqit qilmagan paytlarda, to'p bilan a'lo darajada o'ynaydilar, hattoki stirkcha tryuklarga ham qodir bo'ladilar, lekin o'yinda esa ularni tanib bo'lmaydi.

Kuchli kurashish vaziyatlari futbol o'yini uchun xosdir. Yuqorida aytib o'tilganidek, gavda bilan kurash olib borishga futbol qoidalarida ruxsat beriladi. Bu o'yinda raqib tomonidan faol qarshilik ko'rsatish vaziyatida texnika usullarini har vaqt va har erda bajarish lozim demakdir. Shuning uchun yosh futbolchilarni bunday o'yinga tayyorlab borish juda muhimdir. O'yin texnikasiga o'rgatish va trenirovka usublari o'yin mohiyatiga zid bo'lmasligi lozim, aksincha, texnikaga o'rgatishda o'yin talablarini har doim hisobga olish zarur. O'yin vaziyatlariga yaqinlashtirilgan va o'yinchilarning o'yindagi majburiyatlarini hisobga olib tanlangan mashqlar juda muxim bo'lib, trenirovka mashg'ulotlari o'quv materiallarining 50-60% ni tashkil etadi.

O'yin vaziyatlarining hayotiyiligiga qaratilgan texnika buyicha mashqlar yuzaga keladigan o'yin holatlarining mukammal nusxasi hisoblanadi. Mashqlarning mohiyati: o'yindagiga yaqin tezlik va raqibning faol to'sqinlik qiluvchi faoliyati. Mashqlarni o'rganish paytida raqibning faol harakat qilishi juda muhimdir. Agar

o'yinchi raqibiga halaqit berayotgandek o'zini ko'rsatishgaharakat qilsa, bu mashq foyda keltirmaydi.

Ilg'or tajribalarni umumlashtirish shuni ko'rsatdiki, tayyorgarlikning boshlang'ich davridagi o'quv mashg'uloti ishlari quyidagicha prinstitplar asosidaolib borilishi lozim [33].

1. O'quv-trenirovka mashg'ulotlaridan tashqari vaqtda bolalarni faqat uynab o'rganaolmayotgan yo bo'lmasa qo'pol xatolar qilib o'rganayotgan texnik usullar va taktik harakatlar bilan shug'ullantirish lozim. O'yinda kam uchraydigan vaziyatlarni, biroq muhim biomexanika asosida tashkil etuvchi harakatlarni alohida-alohida o'rgatiladi.

2. Taktik va texnik tayyorgarlik bo'yicha o'quv materiallarini bosqichma-bosqich emas, balki spiralsimon o'rgatish kerak. Bunad albatta quyidagi vazifalar quyilishi lozim:

a) futbolchilarning texnik priyomlari va taktik harakatlarining turli- tumanligi haqida keng ko'lamda tushuncha berish;

Jadval-1

Yosh futbolchilar tayyorlashdagi zamonaviy uslub va vositlardan foydalanish (M.A. Godik)

Y osh	Yangicha tashkil qilish. Tayyorlashning vosita va metodlari	Mavjud ishlar.
8 -10	Barcha sport vositalaridan, birinchi navbatda futboldan foydalangan holda sport o'yinlari uchun tayyorgarlik (o'yin shaklida).	Futbolda boshlang'ich ixtisoslashish. Asosan standart holatlardanfoydalanish, tanlab olish mahoratga qarab emas, balki o'yinlar va jismoniy tayyorgarlik testlari natijalariga qarab bo'ladi.
1 1-12	Futbolda boshlang'ich ixtisoslashish. Alohida o'yin mashqlari yiliga 23-35 o'yindan ko'proq.	Standart mashqlardan foydalangan holda dastlabki tayyorgarlik. Yiliga 30-40 o'yin.
1 3-14	Futbol texnikasi va taktikasini diqqat bilan o'rgatish. Alohida standart mashqlari 50% dan ortadi, yiliga 15-20 o'yin.	O'rgatishni o'yin amaliyoti bilan qo'shib olib borish. Yiliga 30-45 o'yin
1 5-16	O'rgatishni o'yin amaliyoti bilan olib borish. Turli xil o'yin va standart mashqlar hajmi. Yiliga 25-35 o'yin.	faol o'yin amaliyoti

b) eng muhim texnik usullar va taktik harakatlarni mahorat va malaka darajasiga ko'tarish;

v) yosh futbolchilarni tayyorlashning dastlabki bosqichida o'yin o'quv mashg'ulotlarining samarali vositasidir. G'alaba qozonish ilmi bolalikedano'rgatiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Абидов Ш.У. Ёш футболчиларнинг ўқув-мағулот жараёнини ташкил қилиш ва режалаштириш. Услубий тавсиянома . Тошкент.2011.

2.Алиев М.Б. Распределение нагрузок различной направленности в учебном-тренировочном простесеи юных футболистов на основе комплексного контроле // Фан-спорга №4 -2006 г.

AMPUTANT TALABALARNI HARAKATLI VA SPORT O'YINLARI ELEMENTLARI ORQALI FUNKSIONAL IMKONIYATLARINI OSHIRISH

Abduraxmanova J.N

Ibodullayev D.R

Po'latova G.D

Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti

E-mail: ibodullayevd101@gmail.com

Annotatsiya: *Ushbu maqolada amputant talabalarning jismoniy va funkSIONal imkoniyatlarini o'rgangan holda harakatli va sport o'yinlari orqali ularning funkSIONal imkoniyatlari,yurak qon sistemasi, nafas olish sistemasini yaxshilash bo'yicha tajribalar va xulosalar bayon etilgan.*

Аннотация: *В этой статье после изучения физических и функциональных возможностей студентов-инвалидов описаны опыт и выводы по улучшению их функциональных возможностей, сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы посредством движения и спортивных игр.*

Abstract: *In this article, after studying the physical and functional capabilities of amputee students, experiences and conclusions on improving their functional capabilities, cardiovascular system, and respiratory system through movement and sports games are presented.*

Kalit so'zlar: *Jismoniy tarbiya, amputant, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, imkoniyati cheklangan talabalar, skibinskiy, garvard step testi, funkSIONal imkoniyat.*

Ключевые слова: *Физическое воспитание, инвалид, физическое воспитание, физическое развитие, студенты с ограниченными возможностями, Скибинский, Гарвардский степен-тест, функциональные способности.*

Keywords: *Physical education, amputee, physical education, physical development, students with disabilities, skibinsky, harvard step test, functional ability.*

Mamlakatimizda ta'lim tizimini takomillashtirish, Vatan ravnaqini ta'minlaydigan yosh avlodni tarbiyalab, voyaga yetkazish masalalariga jiddiy e'tibor berilmoqda. Bu borada muhim qadamlardan biri O'zbekistonda ilk bor "Kadrlar tayyorlash bo'yicha milliy dastur" hamda "Ta'lim to'g'risidagi" Qonunning qabul qilinishi katta ahamiyatga ega. O'zbekiston Respublikasining 2015-yil 5-sentabrda qabul qilingan "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risi"dagi Qonunida Respublikamizda jismoniy tarbiya va sportga alohida e'tibor qaratilib, ularni rivojlantirish va ommaviylashtirish ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida qaralmoqda. "Yosh avlodning ijodiy va intellektual salohiyatini oshirish va ro'yobga chiqarish, bolalar va yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ularni jismoniy tarbiya va sportga keng jalb etish muhim ahamiyat kasb etmoqda. "O'zbekistonda 600

Оттепбергенов Ж.С. Mustaqil ta'lim jarayonida talabalarning intellektual-kognitiv salohiyatini rivojlantirishning interfaol o'qitish texnologiyalari	264
Пулатова Дилфуза. Психолого-педагогические основы и методы научно-исследовательской деятельности студентов	267
Убайда Юнусовна. Организация службы слухоречевой реабилитации детей с кохлеарными имплантами в республике узбекистан как один из успешных направлений подготовки детей к инклюзивному образованию	269
Убайда Юнусовна. Инклюзив таълим шароитида ўқувчиларнинг билимини баҳолаш	273
Файзиёва Қуйсиной, Ражабова Лола. Тарбиянинг ўзига хосликлари ҳамда таълим жараёнидаги ўрни ва аҳамияти	276
Хакимов Ж.О. Бўлажак муҳандислар лойиҳалаш фаолиятини ташкил этиш	282
Мамадалиев К. Р. Мустақил таълим кўникмасини шакллантириш таълим жараёни истиқболи сифатида	284
VI SHO'BA. RAQAMLASHTIRISH INSON FAROVONLIGINI TA'MINLASHNING ZAMONAVIY YONDASHUVI SIFATIDA	
Abdig'Afforova Joziba, B.M.Qandov. Jamiyatimizda ma'naviyatning ijtimoiy maqomini oshirishda ma'naviy-mafkuraviy ta'lim-tarbiyaning ahamiyati	288
Anorboyev B.D. O'quvchilarning futbol bo'yicha texnik-taktik tayyorgarlik tomonlarini o'rganish muammolari	290
Abduraxmanova J.N. , Ibodullayev D.R., Po'Latova G.D. Amputant talabalarni harakatli va sport o'yinlari elementlari orqali funksional imkoniyatlarini oshirish	293
Davronov Avazbek. Ta'lim jarayonida omr evaluator dasturi (evalbee) dan foydalanish imkoniyatlari	297
Joldasov Ixtiyor. Kasb-hunar maktablarida kasbga yo'naltirishning pedagogik asoslari	299
Jumanazarova Z.Q. Talabalarning kompyuter savodxonligini oshirish	302
Maxsudov P.M. Zamonaviy o'qituvchi va uning raqamli kompetentligi	304
Musurmanov R. Oilada innovatsion klaster usulidan foydalanib farzand tarbiyalashning pedagogik shart-sharoitlari	307
Musurmonov R., M.Musurmonova, N.Abduhakimova. Maktab darslarining intizomiy omillari xususida	310
Muxtarova Shaxnoza. Ona tili darslarida raqamli vositalardan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish	312
Narmetov Ibrohim, Jo'rayev Anvar. Yangi raqamli transformatsiya asrida ta'limni rivojlantirish orqali barqaror rivojlanish va jamiyatning ijtimoiy farovonligini ta'minlash	316