

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

**TOSHKENT IQTISODIYOT VA PEDAGOGIKA
INSTITUTI**

BAXRIDDINOV XABIBULLO ZUXRIDDINOVICH

SPORT O‘YINLARI VA UNI O‘QITISH METODIKASI

USLUBIY QO‘LLANMA

*Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti
O‘quv-uslubiy Kengashining 2024-yil 21-noyabrdagi 2-sonli
yig‘ilishi (2-sonli bayonnoma)da muhokama qilingan va
nashrga tavsiya etilgan*



ILM-FAN NASHRIYOTI
Toshkent – 2024

UO‘K: 796.3:796.071

KBK: 75.578ya75

Baxriddinov X.Z. // “Sport o‘yinlari va uni o‘qitish metodikasi”
[Uslubiy qo‘llanma] T.:ILM-FAN NASHRIYOTI, – 2024-yil, 96 bet.

Baxriddinov X.Z. – TIPI “Ijtimoiy fanlar va jismoniy tarbiya”
kafedrası mudiri, p.f.b.f.d. (PhD).

Taqrizchilar:

X. Umarov – *Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD);*

U. Alimov – *Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).*

Uslubiy qo‘llanma Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti uchun “Sport o‘yinlari va uni o‘qitish metodikasi” fani dasturi asosida tayyorlangan. Uslubiy qo‘llanmada Futbol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi, texnikasi va taktikasi bo‘yicha ma’lumotlar keltirilgan. Bunda asosan futbol o‘yin qoidalari hamda tenika av taktikasiga doir ma’lumotlar inobatga olgan holda to‘liq ochib berishga harakat qilingan.

Uslubiy qo‘llanma Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti ***O‘quv-uslubiy Kengashining 2024-yil 21-noyabrdagi 2-sonli yig‘ilishi (2-sonli bayonnoma)***da muhokama qilingan va ma’qullangan.

© X.Z. Baxriddinov – 2024

© ILM-FAN NASHRIYOTI – 2024

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 zahiralari tayyorgarligini tashkil etish va mazmuniga ye-

tarli 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.

Futbol sport turi bilan shug‘ullanishda, barcha jismoniy sifatlarni rivojlanishi kuzatiladi. Organizmni turli organ va tizimlari faoliyati futbol sport turi bilan shug‘ullanishda yaxshilanadi va rivojlanadi. Shuning uchun yurtimiz aholisini sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda, futbol sport turi hozirgi kunda asosiy omillardan hisoblanadi.

Bundan tashqari, futbol bo‘yicha yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashda, amaliy va nazariy bilim, ko‘nikma va malakalarni berishdagi asosiy fan hisoblanadi.

Mazkur uslubiy qo‘llanmada futbol o‘yinning kelib chiqishi va rivojlanish tarixi, ya’ni qadimgi davrda futbol o‘yini, o‘rta asrda futbol o‘yini, yangi davrda futbol o‘yini, hozirgi zamon futbol o‘yini, o‘zbekistonda futbolning rivojlanishi, futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi, futbol o‘yini qoidalari va, futbol o‘yin texnikasining tasnifi, maydon o‘yinchisining texnikasi, hujum – to‘p bilan harakat qobilyatlari, dribling va fintlar, fintlarni yaxshilash uchun mashg‘ulotlar texnikasi haqida ma’lumotlar keltirilgan.

Uslubiy qo‘llanma 60112200-Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar uchun mo‘ljallangan bo‘lib, u Sport o‘yinlari va uni o‘qitish metodikasi fan dasturi asosida tayyorlangan.

I BOB. FUTBOL O‘YINNING KELIB CHIQISHI VA RIVOJLANISH TARIXI

1.1. Qadimgi davrda futbol o‘yini

Eng qadimiy manba – bu Xan sulolasining solnomalari bo‘lib, bu sulola qadimiy Xitoyda hukmronlik qilgan. Bu solnomalar 2000 yillik tarixga ega. To‘p tepishga o‘xshaydigan va o‘ynaladigan o‘yin - Tsu Chu (qadimgi Xitoyda eramizdan oldingi 250-yilda paydo bo‘lgan).

“Tsu” - oyoq bilan to‘pga zarba berish degan ma’noni anglatadi, “Chu” esa “havo berilgan charm to‘p” deb tarjima qilinadi. Solnomadagi yozuvlarda aytilishicha, bu o‘yin imperator tug‘ilgan kuni sharafiga o‘ynalgan. “Tsu – Chu” o‘yinida kichkina tirqishga, ya’ni darvozaga to‘p kiritish talab etilgan. Darvoza sifatida bambuk tayoqchalarini vertikal holatga qo‘yib, tirqish kattaligi 30-40 santimetr diametrda past bo‘lib, 9 metr balandlikda joylashgan bo‘lib to‘pni 9 metr balandlikda 30-40 smli teshikdan o‘tkazish kerak edi. Ko‘rib turganingizdek, bu o‘yinni o‘ynash uchun kishi ma’lum bir qobiliyat egasi bo‘lishi kerak, aks holda darvozani ishg‘ol eta olmaydi (1-rasm).



1-rasm.

Sin sulolasi davrida (miloddan avvalgi 255-206 yillar) Tsu – Chu o‘yini, asosan, askarlarga o‘rgatilgan. Xan’ sulolasi davriga kelib esa

(miloddan avvalgi 206 yil, milodning 220 yillari) Tsu – Chu keng yoyilib, ommaviy o‘yin turiga aylangan. O‘sha davr solnomalarida Tsu – Chu nomi bilan atalgan mashg‘ulotlar yig‘indisi haqida ushbu o‘yin tasvirlanadi. Bu mashg‘ulotlar pat va jun bilan to‘ldirilgan charm to‘pli mashq turlarini o‘z ichiga olgan. Tsu – Chuga o‘xshash o‘yinlar ham bo‘lgan, ularning har birining maqsadi raqib o‘yinchilariga to‘p kiritishga imkon bermaslik edi, bu maqsadda oyoqdan tashqari tananing barcha qismidan foydalanishga ruxsat etilgan.

Yaponiyada ham futbolga o‘xshash o‘yin bo‘lgan. Bundan 1400 yil oldin, tarixiy ma’lumotlarga qaraganda, eramizning 300-600 yillarida yaponlar “Kemari” (ayrim ma’lumot-larda “Kenatt”) nomli o‘yinni ixtiro qilishgan, o‘yinda sakkiz-tagacha kishi qatnashgan, to‘pning diametri 5 sm bo‘lib, yumshoq charm bilan qoplangan va ichi taxta qirindisi (opilka) bilan to‘ldirilgan edi. O‘yinchi to‘pni erga tegizmasligi kerak edi, u to‘pni havoda jamoadoshiga etkazib berib yoki bo‘lmasa havoda oyoqda tepib turib saqlashi zarur bo‘lgan. “Kemari” o‘ynaladigan maydon “Kikutsubo” deb atalgan. “Kikutsubo” maydon shakli to‘g‘ri to‘rtburchak shaklda bo‘lib, burchaklarida yosh daraxtlar ekilardi. Yaponlarda o‘yinda ishlatadigan o‘ziga xos so‘zlari bor edi, masalan: to‘p o‘yinga kiritilganda o‘yinchi “Ariyaaaa!” (“ketdik”) deb qichqirsa, o‘yinchilar to‘pni jamoadoshlariga uzatganda “Ari!” (“mana”) deb qichqirishardi.

XX asr bilan XVI asr oralig‘i “Kemari” o‘yining oltin asri bo‘ldi. O‘yin aholining oddiy qatlamlari orasida ham mashhur bo‘lib, bu o‘yin shoir, yozuvchilarni ijod qilishga undar edi (2-rasm). Yapon solnomalarida aytilishicha, bir imperator o‘z jamoasi bilan to‘pni ming zarba bilan havoda ushlab turgan va o‘yindan so‘ng yashirilgan shu to‘p uchun

imperatorning shaxsan o'zi shu to'pga unvon hadya etgan. XIII-XIV asrdan boshlab "Kemari" o'yini uchun maxsus kiyim ishlatila boshlandi. "Kemari" o'yinchilari uzun engli kiyim kiyishgan. Hozirgi vaqtda ham Yaponiya mamlakatida "Kemari" o'ynaydiganlar topiladi. Asosan bu o'yinni urf-odatlarini saqlab qolishni istagan ishqibozlar o'ynashadi.



2-rasm.

Markaziy Amerikada to'p bilan o'ynaladigan o'yinlarning tarixi eramizdan avvalgi 1600 yilga borib taqaladi va bu o'yin "Pok-A-Tok", ya'ni ("Paso de la Amada") deb nomlangan. "Paso-De-La-Amada" o'ynash uchun mo'ljallangan maydonlar 150 yil davomida kengayib borgan va takomillashgan. Bu maydonlar uzunligi 80 metr, eni tor, tekis bo'lib, atrofida o'rindiqlar bo'lgan. Olimlar fikriga ko'ra, bu inshoot butun Amerika bo'ylab yoyilgan bo'lib, o'zaro chambarchas bog'langan inshootlarni o'zida mujassamlashtirgan maydonning bir bo'lagi bo'lgan. Devor va sopol idishlardagi rasmlar, tasvirlar asosida, arxeologlarning fikricha, qadimiy o'yin hisoblangan "Pok-A-Tok" ("Paso de la Amada") Meksika va Amerikani bosib olgan ispan Konkistadorlari qoldirgan 1519 yildagi hujjatlarda nomi tilga olingan "Tlachtli o'yini"ga o'xshash bo'lib, o'yin maydoni "I" shakliga ega bo'lgan ikki yotqizilgan devorga to'g'ri burchak ostida uchta aylana plitalar o'rnatilgan bo'lgan. Ular "markerlar"

deb atalgan. Agar to'p markerga tegsa yoki aylana ichidan olib o'tilsa gol hisoblangan. "Markerlar" va aylanalar erdan taxminan 9 m gacha balandlikda joylashgan bo'lgan. O'yinchilar diametriga 10-15 sm bo'lgan rezina to'plarga faqatgina tirsaklari, tizzalari va bellari bilan tegishlari mumkin bo'lgan. Gol shunchalik katta yutuq bo'lganki, hatto gol urilgandan so'ng o'yinlar tugar edi. Tadqiqotchilar fikriga ko'ra, "Pok-A-Tok" ga o'xshash o'yinlar siyosiy, diniy va ijtimoiy hayotda "Mokayya" (tarjima qilinganda "makkajo'xori odamlari") xalqlarida katta ahamiyatga ega bo'lib, ular, ya'ni "Mokayya"lar taxmin qilinishicha, "Ol'mek" va mayya xalqlarining ajdodlari hisoblanishgan. O'sha paytlarda mavjud bo'lgan to'p bilan o'ynaydigan o'yinlar oddiy badantarbiyasidan gohida o'rtada (konga) katta narsalarni qo'yib o'ynaydigan o'yinlar darajasida tugar edi. Gohida mag'lub bo'lgan jamoa sardorining boshi tanasidan judo qilinib, g'olib jamoa vakillarini qahramon deb e'lon qilishgan. Ol'meklar zamonida (taxminan eramizdan 1200 yil oldin) kuch-qudratli kishilarni boshlarida charmli shlem kiygan to'p o'ynovchi o'yinchilar sifatida tasvirlashgan. Bir antropologiya fani professori "Bu shlemlarga bir vaqtning o'zida ham sport anjomi ham urush uchun kiyiladigan bir himoya vositasi sifatida qaralar edi", - deb o'z sharhini bergan. U o'z so'zini davom ettirib, shunday deydi: "Qadimda buyuk jangchi, futbol o'yinchisi va yo'lboshchi o'rtasida unchalik katta farq bo'lmagan". Miloddan avvalgi 900-250 yillarda mayya qabilalari vakillari "Pok-A-Tok" o'yinini to'liq o'zlashtirishgan. Astteklar bo'lsa "Pok-A-Tok"ning o'zlari uchun xos bo'lgan usulini va qonun qoidasini ishlab chiqishgan (milodning 1200–1521 yillarida).

Ma'lum bo'lishicha, Shimoliy Amerika hindularining ham oyoq bilan tepib o'ynaladigan o'yini bo'lgan va u "pasuckuakohowog" deb nomlanib,

tarjima qilinganda u “ular oyoqlari bilan to‘p o‘ynashgani uchun yig‘ilishgan” ma’nosini bildiradi. O‘yinlar XVII asrlar boshida o‘tkazilib, bir-biridan 2 kmli masofada joylashgan, kengligi 1 km keladigan darvozalarda o‘tkazilgan. “Rasuckuakohowog” o‘yinida 1000 tagacha odam ishtirok etgan. Ko‘p hollarda o‘yinchilar qo‘pol va shikast etkazadigan darajada o‘ynashgan. O‘yinchilar turli xil taqinchoqlar kiyishar va badanlariga turli xil bo‘yoqlarni surtishar va shu sababli o‘yindan so‘ng o‘yinchilar raqiblaridan o‘yindagi jarohat uchun bir-biridan o‘ch olisha olmas edi, chunki raqiblarda bir-birini topish imkoni yo‘q edi. O‘yinlarni yakunlash uchun keyingi kunga ko‘chirish odatiy hol bo‘lib, o‘yin tugagach, uning yakunlanishi o‘yin-kulgu bilan nishonlangan.

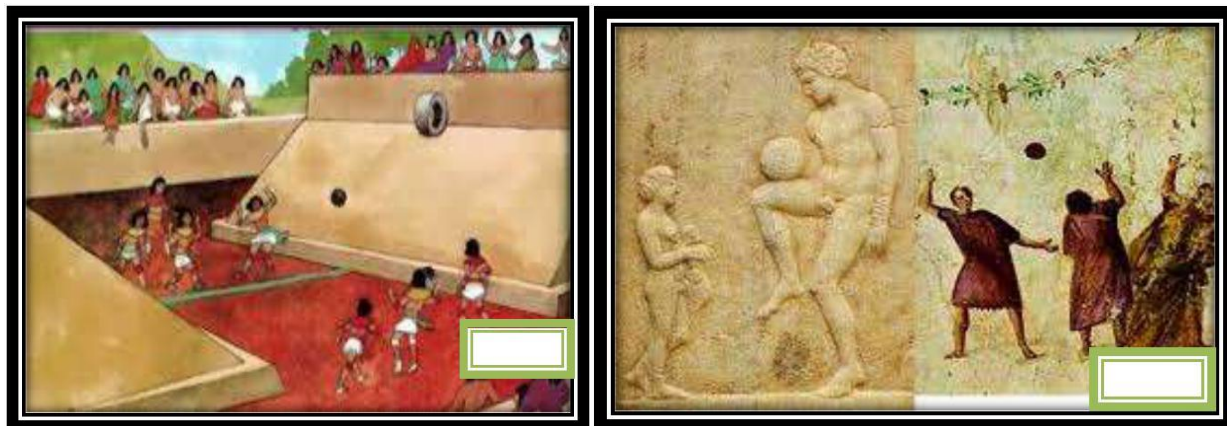
“Askaktuk” o‘yini esa unchalik mashhur emas, uni eskimoslar o‘ynashgan. Ular o‘t va karibu (kanadalik bug‘u turi) juni bilan to‘ldirilgan og‘ir to‘pda “Askaktuk” o‘yinini o‘ynashgan. Rivoyat qilishlaricha, bir kuni ikki qishloq vakillari o‘zaro “Askaktuk” o‘yinini o‘ynashganda, darvozalar bir-biridan 30 km uzoqlikda joylashgan ekan.

Avstraliyada to‘plar kisali kemiruvchilar terisidan, yirik hayvonlarning siydik qovuqlaridan, to‘qilgan sochlardan qilinib o‘ynalgan o‘yinlar, ya’ni Avstraliyada o‘ynalgan futbol o‘yinlarining qonun – qoidasi bizgacha yetib kelmagan.

Qadimgi Misrda to‘p bilan o‘ynash o‘yinlari boshqa davlatlarga nisbatan ancha oldin mavjud bo‘lgan. Ya’ni, eramizdan 2500 yil oldin katta bo‘lmagan Misrda topilgan “artefak”lar shundan dalolat beradiki, o‘sha davrda Misr hududida futbolga o‘xshash o‘yin mavjud bo‘lgan (3-rasm).

Qadimgi Grestiyada to‘p bilan o‘yin o‘ynash kamida mil. avv. IV asrdan boshlangan. Rivoyatlarga ko‘ra, Erosga birinchi to‘pni ma’buda Afro-

dita berib, shunday degan: “Men senga ajoyib o‘yinchoq beraman, bu tezyurar shardir, bundan yaxshisini hatto Gefesdan ham topa olmayсан”. To‘pni maqsadga qarab Quyosh, Oy va Yerga ham o‘xshatish mumkin.



3-rasm.

Futbolni eslatadigan va unga o‘xshash to‘pli o‘yinlar, qadimdan ko‘plab xalqlar orasida ma‘lum bo‘lgan.

Qadimgi Xitoy va Yaponiya xatlari manbasida ularni topish va uchratish mumkin. Qadimgi Misr fir‘avnlari va qadimgi Grestiya bareleflari dag‘ma (sag‘ana)larida “futbol syujetlari” tasviri topilgan. Bular o‘yinlar nafaqat ko‘ngilochar o‘yinlar, balki harbiylarning ham jismoniy tayyorgarligini ta‘minlagan. Tarixchilar qadimgi futbolning paydo bo‘lishini tildan tilga aytilgan taxminlardan kelib chiqqanligiga asoslanib, futbol to‘pini quyoshga qiyoslaganlar (Quyosh hammani isitadi – futbol esa hammani birlashtiradi).

Sparta jangchilari o‘rtasida ham to‘p bilan o‘ynaladigan “episkiros” o‘yini mashhur bo‘lib, bu o‘yinda ham oyoq va qo‘ldan foydalanilgan. Bu o‘yinda asosan erkaklar o‘ynashgan, lekin amaliyot uchun ayollar ham o‘ynashlari mumkin bo‘lgan. Jinsi-dan qat‘iy nazar, greklar odatda yalang‘och holda futbolga o‘xshash o‘yin o‘ynashar edi. Afina Davlat Arxeologiya muzeyida o‘zining granit rel‘efida tizzasida to‘pni ushlab

turgan atlet surati tasvirlangan bo‘lib, ehtimol atlet bu qobiliyatini yonidagi bolakayga ko‘z-ko‘z qilayotgan bo‘lishi mumkin. Xuddi shunday tasvir hozirgi kunda Evropa Chempionlar ligasi kubogida ham tasvirlangan. Rel’efda tasvirlangan to‘p ehtimol “follis” yoki “dam urilgan to‘p” deb nomlangan. Dastavval to‘plar Misrda bo‘lgani kabi **l’ndan** yoki jundan ip bilan o‘ralgan va birgalikda tikilgan. Ular deyarli erga urilganda sapchimas edi, ya’ni bunday to‘plar erga urilganda sakramagan. Keyinchalik grek modeli “follis” nomi bilan mashhur bo‘lgan to‘p turi cho‘chqaning siydik qovuqlaridan shishirib, charm bilan mahkam o‘ralar edi. To‘plarni boshqa usulda yasash, dengiz gubkalarini maydalab kesib, ularni mato va ip bilan o‘rashdan iborat bo‘lgan.

Rim futboli – garpastum - Greklarning “Episkiros” o‘yinini keyinchalik rimliklar o‘zlariga o‘zlashtirishdi va ular “Episkiros” o‘yinini “Garpastum” o‘yini deb nomlashdi. “Episkiros” o‘yining qoidalari ham bir muncha o‘zgartiri-lib, u “Garpastum” o‘yiniga ishlatil-di. “Garpastum” (tarjimada – mayda to‘p bilan o‘yin) 700 yil davomida odamlar orasida mashhur edi. Unda asosan kichkina, lekin og‘ir to‘p bilan o‘ynashgan. Bu o‘yinda to‘pni ikki tayoq o‘rtasidan o‘tkazish zarur bo‘lgan va bu o‘yin harbiylarni mashq qildirish uchun ishlatilar edi. O‘yinda har ikki jamoadan 5 tadan 12 tagacha o‘yinchilar ishtirok etar edi. O‘yinlar teng ikkiga bo‘lingan to‘g‘ri to‘rtburchak shakldagi maydonda o‘tar edi. Har bir jamoa a’zolari to‘pni iloji boricha uzoqroq vaqt mobaynida o‘zlarida saqlab turishlari, raqib o‘yinchilari esa to‘pni o‘z maydonlariga olib kirishlari shart edi. O‘yin o‘zining shafqatsizligi bilan ajralib turgan. “O‘yinchilar ikki jamoaga bo‘linishgan, to‘p maydon markazidagi chiziqqa qo‘yilib, har bir o‘yinchi oldidan chiziq tortilib, har ikkala jamoaning vazifasi to‘pni

chizilgan chiziq ichkarisiga olib kirish kerak bo'lgan, to'pni raqib jamoa o'yinchilarni chetga itarib kirish orqali amalga oshirishi kerak edi". Qadimgi Rim zamondoshlarining ta'kidlashlaricha, yuqorida berilgan ta'rif futbolni eslatadigan gaspartumga berilgan ta'rifdir.

“Garpastum” o'yinining asosiy qoidalaridan biri to'p bilan muomala qilayotgan o'yinchining yo'lini to'sish bo'lgan, bunday qoida o'yinchilar o'rtasida to'p oshirib o'ynash kerakligini oshirdi, murakkab to'p uzatishlarning rivojlanishiga turtki bo'ldi va boshqa o'yinlarning qoidasiga asos bo'ldi. O'yin davomida maydonda ko'pgina ayyorlik va mug'ombirliklarning bo'lgani aniqdir.



4-rasm.

O'yinda deyarli oyoqlardan foydalanilmas edi. “Garpastum” o'yini qaysidir jihatlar bilan **regbi** o'yiniga o'xshab ketardi (4-rasm). Imperator Yuliy Stezar (o'zi ham o'ynagan bo'lishi mumkin) harbiy askarlarining jismoniy holatini va harbiy kuch-quvvatini rivoj-lantirish maqsadida askarlarini “Garpastum” o'yini bilan shug'ullantirar edi. Rim bolalarining ko'chada to'p o'ynaganliklari haqida ma'lumotlar bor. Stiste-ronning (Rim dramaturgi) ham “...sartaroshga to'p tekkani uchun o'lgan...” to'g'risidagi, “...erkakning jinoiy ishi haqidagi ma'lumoti keltirilgan yozma ta'rif...” bizgacha etib kelgan. Ehtimol bu futbol tufayli halok bo'lgan kishi haqida ilk yozma ma'lumotdir (eng kamida Yevropa miqyosida, chunki

MezoAmerika ma'lumotlarda yozilishicha, futbol musobaqalarida mag'lub bo'lgan jamoa o'yinchilari engilganliklari uchun jazo sifatida o'ldirilgan).

Afiney degan kishi "Garpastum" o'yini haqida quyidagilarni yozib qoldirgan: "Garpastum", boshqacha qilib aytilganda, "Fainin" mening eng sevimli o'yinimdir. Bu o'yinda ko'p harakat va charchoq kuzatiladi, to'p bilan muomalada bo'lganda shafqatsiz qayirishlar va bo'yin sinishlari uchraydi". Shu o'rinda Antifen ham; "La'nati bo'yin yomon og'riq beryapti (demak, bundan shu kelib chiqadiki, u ham o'zi "Garpastum" o'yinini o'ynagan)", - deb qo'shib qo'ygan. Afiney o'yinni shunday tasvirlaydi: "...u to'pni ushlab olib, uni jamoadoshiga etkazadi, bir vaqtda boshqasidan qochishga harakat qilib boshqa bir o'yinchiga to'pni tutqazadi. U yiqilgan o'rtog'ini oyoqqa turg'izadi. Uzoq vaqt davomida maydondan uzoqda bo'lgan olomon shovqini eshitiladi. Uzoqda, uning orqasida, boshi ustida, erda, havoda, juda yaqin, to'daga to'p etkazilishi" va o'yindagi boshqa harakatlar, ma'lum bo'lishicha, rimliklar Britaniya orollarini o'zlariga bo'ysuntirganlarida "Garpastum" o'yinini Britaniyaga ham olib kelishgan. To'g'risini aytganda, rimliklarning Britaniyaga kelishganlariga qadar to'p bilan o'ynaladigan o'yin allaqachon Britaniya orollarida o'ynalar edi. Ma'lumotlarda rimliklar va Britaniya aholisi – brit va kel'tlar o'rtasida "Garpastum" o'yini bo'yicha musobaqa o'tkazilgani haqida aytib o'tilgan. Bu o'yinni britaniyaliklar yaxshi o'rganuvchi ekanlar, milodiy 217-yilda Britaniya aholisi rim legionerlari bilan bo'lib o'tgan o'yinda ularni mag'lubiyatga uchratganlar. Ammo bosqinchilarning mag'lub bo'lishiga qaramay, "Garpastum" o'yini vaqt o'tishi bilan yo'qolib ketganligi va uning zamonaviy futbol rivojiga turtki bo'lishiga sabab bo'lgani ehtimoli kam emas. Lekin shunisi aniqki, rimliklarning "Garpastum" o'yini zamonaviy futbol o'yinining ajdodi hisoblanadi.

Qadimgi Greklarda to'p bilan o'ynaladigan o'yin ulkan shon-shuhratga ega bo'lib, gimnastlarning asosiy jismoniy dasturlaridan o'rin egallagan edi.

Futbolga o'xshagan o'yin haqidagi ilk ma'lumotlar 180-yilga ta'luqli bo'lib, greklarning "Polluksa" lug'atida ta'kidlanishicha, o'yindagi o'yinchilar ikki bo'limga jamoaga bo'linib o'ynashgan va asosiy maqsad to'pni raqib jamoa maydonchasiga olib kirishdan iborat bo'lgan. Bu hozirgi regbi o'yiniga o'xshab ketgandi, unda esa asosan oyoqdan foydalanilgan. Ko'pchilikning fikricha, futbolning paydo bo'lishiga Rim legionerlari tomonidan Britaniya orollariga qadimgi rim o'yini – "Garpastum" bilan uzviy bog'liq deb hisoblashadi. Inglizlar oyoq bilan o'ynaladigan o'yin Britaniya orollarida IX asrdan ma'lum, degan qarashni isbotlashga harakat qilishmoqda, taxmin qilinishicha, unga o'xshagan o'yinlar G'arbiy Evropa mamlakatlarida bir-biridan ma'lum bir xususiyatini o'zlashtirib rivojlana borgan.

1.2. O'rta asrda futbol o'yini

Rim imperiyasi parchalangandan so'ng uning o'rnida vujudga kelgan davlatlarda "Garpastum" turli xil nomlar ostida saqlanib qoldi: Franstiyada "Pa sup", Italiyada esa "Kalchio".

To'p bilan o'ynaladigan o'yin - Kal'chio (Florenstiya shahri) Italiyada taxminan XVI asrlarda paydo bo'ldi. Florenstiyada ushbu o'yin P'yaststa della Noverenning sport o'yinini belanchagi hisoblanadi. Vaqt o'tishi bilan o'yin "giuoco del Calcio fiorentino" (oyoq bilan o'ynaladigan fiorentina o'yini) yoki oddiy qilib "Kalcho" deb nom oldi. "Kalcho" o'yinining rasmiy qoidalari Djovanni Bardi tomonidan 1580-yilda chop etildi.

Rimliklarning “Garpastum” o‘yini singari “Kalcho”ni ham qo‘l, ham oyoq bilan o‘ynashgan bo‘lib, o‘yinchilar soni 27 tani tashkil etgan. Maydonda belgilangan nuqtadan to‘pni olib o‘tgan jamoaga gol yozilgan. Boshida “Kalcho” asosan yuqori tabaqa vakillari uchun mo‘ljallangan o‘yin bo‘lib, asosan diniy bayramlar arafasida o‘ynalgan. Hattoki, Vatikan papalari Klement VII, Lev IX va Urban VIII larning o‘zlari ham “Kalcho” o‘ynashgan (5-rasm).



5-rasm.

Hatto mashhur Leonardo da Vinchi ham tabiatan kamgap, o‘z hissiyot va emostiyalarini jilovlab olgan odam bo‘lishiga qaramay, “Kalcho”ni o‘ynab, o‘z xotiralarida u haqda yozib qoldirgan.

Avvaldan “Kalcho” ishbilarmon odamlar o‘yini bo‘lgani uchun u halqaro miqyosda katta kuchga ega bo‘ldi. Ingliz xususiy maktab direktori Richard Mulkaster yoshlarning tarbiyasi haqida 1561-yilgi traktasida “Kalcho”ning britancha shakli “futbol olomoni” (futbol tolpi) paydo bo‘lgani haqida so‘z yuritadi. Shundan so‘ng “Kalcho” deyarli ikki asrga unutiladi va XX asrga kelib u yana ommalashib boradi. O‘yinlar 30-yillarda yana o‘tkazila boshlandi. Hozirda Florensiyaning Pyaststa Santa Kroche shahrida iyul oyining 3-haftasida uchta o‘yin o‘tkaziladi. Zamonaviy qoidalar bosh, qo‘l va tirsak bilan o‘ynashni ruxsat etsa, ammo kutilmagan zarbalar, ayniqsa, boshga oyoq bilan zarba berish va hiylakor

zarbalar ta'qiqlangan. XVII asrda qatl etilgan Angliya qiroli Karl I ning tarafdorlari Italiyaga qochib kelishgach, ingliz saroy amaldorlari "Kalcho" o'yini bilan shu erda tanishishadi. 1660-yilda Angliya taxtiga Karl II kelgach, "Kalcho"ni Angliyaga olib kirishdi va bu saroy ayollarning o'yiniga aylandi. Angliyaning "Kalcho" o'yiniga o'xshash beshafqat va mashhur o'yini "ommaviy futbol" deb atalgan va odatda turli xil qishloqlar o'rtasida bayram va tantanalarda o'ynalgan.

O'rta asrlarda "futbol" o'yini madaniyatlashtirildi va bu narsa birinchi navbatda Britaniya orolla-rida, Italiya va Fransiya bo'lib, vaqt o'tishi bilan boshqa davlatlarda ham tarqaldi. Ma'lumki, Angliyada mahalliy hokimiyat va monarxlar bu xavfli o'yinni ta'qiqlashga harakat qilganlar. Ba'zan bu o'yinlar qonli urushlarga olib kelishi natijasida ko'plab zararlarni ham olib kelgan (aytgancha, bunday ma'lumotlar o'sha paytda qabul qilingan qarorlardan birida, birinchi marotaba "futbol" so'zi ishlatilgan hujjat hisoblanadi). O'rta asr Angliya futbol o'yinida oyoq, qo'l o'yini ishtirokchilari soni chegaralanmagan (ta'qiqlanmagan) bo'lib, bu sohada qonunlar yoki tartiblar ko'p bo'lmagan va shu holatlarda (ular bilan esa hech kim hisoblashmas edi) o'yinlarga ruxsat berilgan. Shunday qilib, zamondoshlar so'zlariga ko'ra, 1565-yilda Angliyada ochiq-oydin futbol o'ynashgan. O'rta asrlar futboli Angliyada qo'pollik va shafqatsizlik bilan o'ynalgan.

O'yinning naqadar shafqatsiz va chegarasiz ekanligini shundan ham bilish mumkinki, o'yin o'tkaziladigan hudud aholisi o'yin oldidan derazalarni tamg'alab, mix bilan qoqib yopishar edi. Ikkala jamoa a'zolari ham to'pni raqib jamoa jarima maydonchasiga kiritishni maqsad qilib, qo'shni qishloq yoki tuman jamoalari bilan o'ynash uchun markaziy ko'cha yoki maydonda to'planishar edi. Futbolning olomon bo'lib

shakllanishi haqida ko'pgina farazlar ham bor. "Futbolning ajdodi" bo'lgan Maslenistadagi "Futbol qoidolari"ga ko'ra, faqatgina odamni o'ldirmaslik kerak bo'lgan, ya'ni boshqa hamma narsaga ruxsat etilgan. Yana bir afsonaga ko'ra, futbol Britaniyada III asrda Rimliklar ustidan erishilgan g'alabani nishonlashda paydo bo'lgan. Boshqa bir afsonaga ko'ra, hammasi mag'lubiyatga uchratilgan daniyalik shaxzodaning uzilgan kallasini to'p qilib o'ynashdan boshlangan. Bundan tashqari, o'yin diniy marosimning bir bo'lagi bo'lib, to'ppi quyoshni anglatib maydon bo'ylab uni olib o'tish yaxshi hosil yig'ishtirib olishni belgilagan. Bizgacha etib kelgan ko'rsatmalarga asosan (Shotlandiya) regbi bo'yicha ham o'yinlar o'tkazilib, uylangan va bo'ydoqlar o'rtasida o'yin o'tkazilgan, ehtimol, bu ham diniy udumlardan biri bo'lgan. Balki, olomonli futbol Angliyada Normand istilosi davrida paydo bo'lgan. Ma'lum bo'lishicha, o'sha erlarda zamonaviy futbolga o'xshash o'yin Angliyada paydo bo'lmasdan oldin mavjud bo'lgan. O'yinning ildizlarini aniq ko'rsatishning iloji bo'lmasa ham, lekin taqiqlarga qaraganda, o'yin odamlarning holatiga ta'sir qilgan. Inglizlar va shotlandlar o'rtasidagi o'yinlar shunchalik asabiy o'tar ediki, o'sha paytlar aniq qonun-qoida bo'lmagani sababli o'yinlar ko'p hollarda o'yinchi va ishqibozlarning jiddiy jarohat olishi yoki insonlar o'limi bilan ham tugar edi. O'sha vaqtlarda ko'pchilik odamlarning futboldan nafratlanishi bejiz emas. Futbol va olomon tufayli sodir bo'lgan baxtsiz xodisalar haqida yozma ma'lumotlar ham berilgan (1280- va 1312-yilga oid). Bunday baxtsiz xodisalarning sodir bo'lishi ta'qiqlarga olib kelib, keyinchalik yozilmagan qonun-qoidalarining paydo bo'lishiga sabab bo'lgan.

Ajablanarli holat emaski, hukumat futbolga qarshi kurashib, hatto qirollarning ham futbol o'ynashini man etadigan farmonlarni chiqargan. 1314-yil 13-aprelda London aholisiga qirol Eduard II ning farmonini o'qib

eshittirishdi. Unga ko‘ra, shahar ichkarisida futbol o‘ynash qat’iyan man etilib, futbol o‘ynagan kishi esa qamoqqa olinishi haqida e’lon qilingan.

1365-yil navbat Eduard III ga etib keldi, askarlar futbol o‘ynashdan ko‘ra kamon otish san’atlarini oshirishni afzal ko‘rishdi. Qirol Richard II 1389-yilgi chiqargan taqiqi bilan “futbol”, “tennis” va “suyak” o‘yinlarini o‘ynashni chekladi. Futbol keyingi qirollarga ham yoqmas edi. 1399-yil Genrix IV, 1413-yil Genrix V, 1449-yil Genrix VI, 1471-yil Eduard IV, 1491-yil Genrix VII, 1512-yilda Genrix VIII va nihoyat, Elizaveta I 1572-yillardagi hukmronlar futbol o‘yiniga qarshi chiqib, qonun bilan bu o‘yinni ta’qiqlashgan.

Aslida esa futbol o‘yinini taqiqlash uni o‘ynashni to‘xtatish degani emasligi uchun o‘rta asrlarda futbol minglab odamlar tomonidan Evropa mamlakatlarining ko‘pchiligida o‘ynalgan.

1.3. Yangi davrda futbol o‘yini

Vaqt o‘tishi bilan o‘yin o‘zining stivilizastiyalashgan (madaniyatlashti-rilgan) formasini egallagan. Ayrim pedagoglar esa futbolning nafaqat yoshlarning jismoniy rivojlanishi-ga, balki ularning jismoniy tayyorgarligiga ham g‘oyat foydasi bor ekanligini ta’kidlab berganlar. XIX asr boshlarida esa futbol Angliyaning imtiyozli o‘qish muassasalarida madaniyatlashtirildi. Bu esa nafaqat o‘yinga bo‘lgan mu-nosabatni o‘zgartirdi, balki, o‘yinining o‘zini ham o‘zgartirishga muvaffaq bo‘ldi. Birinchi futbol qoidalari ishlab chiqila boshlandi, lekin ular hozirgacha “erkin” va bir-biridan farq qiladigan tartib va qonunlar edi. Shu bilan birgalikda asosiy (prinstipial) muammo shunda ediki, futbol o‘yinida qo‘l bilan o‘ynashni ruxsat berish kerakmi yo yo‘qmi? Bundan tashqari,

ko‘plab mutaxassislar tomonidan yagona qoida ishlab chiqishga urinishlar bo‘lgan. Misol uchun 1863-yil o‘tkazilgan har xil maktab va klublar vakillari o‘rtasidagi uchrashuvda, “futbol va regbi” namoyondalari majlisida “regbi” mutaxassislari (o‘yinda qo‘l bilan o‘ynash mumkin) noroziliklarni bildirib, yig‘ilishda kamchilikni tashkil etganliklari uchun majlisni tark etishgani natijasida, “Oyoq futboli” tarafdorlari futbol o‘yinini tartibga soladigan birinchi qonun-qoidalarini ishlab chiqishgan. Oxir-oqibat esa futbol va regbi o‘yinlari sport turlarining ajralishi sodir bo‘lgan.

1863-yil esa rasmiy ravishda zamonaviy futbol an‘anasi tug‘ilishi yili hisoblanadi. Tarixda birinchi futbol klubi “Sheffild Yunayted” hisoblanib, u 1855-yilda tashkil etilgan (tuzilgan). XIX asrning 70-yillarida esa Angliya Futbol Assostiastiyasi tarixda futbol bo‘yicha birinchi rasmiy Assostiastiya kubogi musobaqasi bo‘lib o‘tdi. Bu esa dunyodagi qadimiy umummilliy futbol turniri edi. Bu trafeyning birinchi sovrindori “Uanderers” klubi bo‘ldi. 17 yildan so‘ng proffessional futbol liga chempionati o‘tkazila boshlandi. Birinchi chempion unvonini “Preston Nors Endi” klubi qo‘lga kiritishadi (6-rasm).



6-rasm.

1872-yil futbol bo‘yicha birinchi xalqaro uchrashuv bo‘lib o‘tdi. Unda Angliya va Shotlandiya futbol terma jamoalari kurash olib bordi,

uchrashuv 0:0 hisobida yakuniga etgan. Qiziqarlisi shundaki, shotlandiya-liklarning terma jamoa vakillari nomidan chiqmay, balki, mamlakatning eski klubi – “Kuins Park” Angliya terma jamoasiga qarshi bo‘lgan uchrashuvda qatnashgan. Shotlandiya Futbol Assostiastiyasi esa bu o‘yindan bir necha oydan keyin tashkil qilingan. Bunday Assostiastiya Uelsda 1875-yilda tashkil topadi, 1880-yilda esa Irlandiyada tashkil etiladi.

Shundan so‘ng juda yaqin vaqtda Angliyalik dengizchilar va savdo sotuvchilar harakati bilan futbol o‘yini dunyoning barcha joylarida (boshqa mamlakatlarda) tarqala boshladi. Birinchi navbatda Evropa va Lotin Amerikasi mamlakatlarida, asrning oxirigacha Daniya, Gollandiya, Chili, Argentina, Belgiya va boshqa davlatlarda futbol assostiastiyalari tashkil etila boshlanib, joylarda milliy birinchilik o‘yinlari o‘ynaldi.

Futbolga oid ilk qoidalarni 1848-yilda Kembridjning futbol jamoasi amalga kiritgan, afsuski bu qoidalar matni bizgacha etib kelmagan. Bizgacha etib kelgan ilk futbol qoidalari 1863-yil 8-dekabrda nashr ettirilgan va ular quyidagilardir:

1. Maydon uzunligi 183 metr, kengligi 91,5 metrdan oshmasligi kerak. Maydon burchaklarida bayroqchalar turishi kerak. Darvozalar ikki (metall, yog‘och, daraxt) ustunlaridan iborat bo‘lib, ular bir-biridan 7,32 metr uzoqlikda joylashgan. Darvoza to‘sini (perekladina) bo‘lmagan.

2. O‘yin boshlanishida jamoalarning qaysi tomon darvozani tanlashi qur’a tashlash orqali amalga oshirilgan. O‘yinda qaysi jamoa to‘pni maydon markazidan boshlashi, jamoadan bitta o‘yinchining to‘p tepishda (jonglyorlik qilish) g‘olib chiqqani maydon markazidan birinchi bo‘lib to‘pni o‘ynashni boshlagan. O‘yinni boshlayotgan jamoa to‘pga tegmaguncha raqib jamoa o‘yinchilari to‘pdan radiusi 9,1 metr uzoqlikda bo‘lishi kerak bo‘lgan.

3. o'yin vaqtida to'p darvozaga kiritilgach jamoalar darvozalarini almashtirishgan.

4. O'yindan tashqari holat va autlar hisobga olingan (zamonaviy futbolda bo'lgani kabi).

5. Qo'l bilan o'ynash ta'qiqlangan.

6. O'yinda o'yinchilarni yiqitish, urish, poypechak berish ta'qiqlangan.

7. Temir jism bo'lgan poyafzalda o'ynash taqiqlangan.

8. Himoyalananayotgan jamoa vakili to'pni maydon tashqarisiga chiqarib yuborsa, to'pni oxirgi marta tekkan joyidan erkin zarba bilan o'yinchi kiritadi. Agar to'p hujum qilayotgan jamoa a'zolari tomonidan maydonni tark etsa, u holda darvoza chizig'idan 13,6 metrdan erkin zarba bilan to'p o'yinga kiritiladi.

1866-yilda darvozalar vazifasini bajaruvchi ikki tayoq ustiga gorizontal bo'yicha 5,5 metr tepalikda ip bog'lab darvoza ikki to'sinini birlashtirgan.

1871-yildan boshlab darvozaabonga qo'l bilan o'ynashga ruxsat etilgan.

1873-yilda himoyalananayotgan jamoa o'yinchilaridan to'p yon chiziqdan o'yindan chiqib ketganda, burchak zarbasi qoidaga kiritilgan.

1875-yilda darvoza ustidagi ip to'singa almashtirildi (2,44 metr balandlikda). Bundan tashqari darvozalarga gol kiritilganida emas, balki 1-bo'lim (taym) tugagach, jamoa o'yinchilari o'z darvozalarini almashtirishiga qaror qilingan.

Hakamlar maydonga 1880-1881-yillarda tushishni boshlashgan. 1891-yildan hakamga ikki yordamchi hakam maydonda yordam bera boshlagan.

Halqaro miqyosidagi birinchi futbol o'yini rasman 1873-yilda Angliya va Shotlandiya futbol terma jamoalari o'rtasida bo'lib o'tgan. O'yindagi o'yinchilarning maydondagi joylashuvi hozirgidan ancha farq qilgan, lekin ularning soni hozirgidek bo'lgan, ya'ni 11 kishidan oshmagan. Angliya terma jamoasi safida 7 nafar o'yinchi hujumda, 2 nafari yarim himoyada, 1 ta himoyachi va 1 ta darvozabon bo'lgan. Shotlandiya terma jamoasi quyidagi tarkibda maydonda o'ynagan: 6 nafar hujumchi, 2 ta yarim himoyachi, 2 ta himoyachi va 1 ta darvozabon bo'lgan.



1896-yilda futbol o'yini Olimpia o'yinlari tarkibiga kiritilgan bo'lsa-da, ammo 1908-yildagina futbol o'yinlarining rasman olimpia o'yinlari tarkibiga kiritilishi tasdiqlangan.

1904-yilda Halqaro Futbol Federastiyasi (FIFA) tashkil etildi. Hozirda bu federastiyaga 150 dan ortiq mamlakatlar a'zo. FIFA bilan bir qatorda 1954-yil Evropa futbol ittifoqi UEFA tashkil etilib, hozirgi vaqtda 40 dan ortiq mamlakatlar UEFAGA a'zo.

UEFA boshqaruvi ostida quyidagi kubok o'yinlari o'tkaziladi, Evropa chempionlar kubogi (1956-yildan), kubok egalari kubogi (1961-yildan), Yarmarka kubogi (1958-yildan, hozirda UEFA kubogi deb ataladi).

UEFA boshqaruvi ostida quyidagi musobaqalar o'tkaziladi:

1. Evropa mamlakatlari chempionati kuboklari
2. Kubok egalarining kubogi
3. UEFA kubogi

1930-yildan boshlab har to'rt yilda bir marotaba Jahon Futbol chempionati, 1958-yildan esa Evropa futbol chempionati o'tkazilib kelinmoqda (1-jadval).

Futbol bo'yicha jahon chempionatlari

№	Yil	O'tkazilgan joyi	Chempion	Finalist	Final o'yin hisobi
1	1930	Urugvay	Urugvay	Argentina	4:2
2	1934	Italiya	Italiya	Chexoslovakiya	1:1 (q. vaqt. 2:1)
3	1938	Franstiya	Italiya	Vengriya	4:2
4	1950	Braziliya	Urugvay	Braziliya	2:1 *
5	1954	Shveytariya	Germaniya	Vengriya	3:2
6	1958	Shvestiya	Braziliya	Shvestiya	5:2
7	1962	Chili	Braziliya	Chexoslovakiya	3:1
8	1966	Angliya	Angliya	Germaniya	2:2 (q. vaqt. 4:2)
9	1970	Meksika	Braziliya	Italiya	4:1
10	1974	Germaniya	Germaniya	Gollandiya	2:1
11	1978	Argentina	Argentina	Gollandiya	1:1 (q. vaqt. 3:1)
12	1982	Ispaniya	Italiya	Germaniya	3:1
13	1986	Meksika	Argentina	Germaniya	3:2
14	1990	Italiya	Germaniya	Argentina	1:0
15	1994	AQSh	Braziliya	Italiya	0:0 (0:0, pen. 3:2)
16	1998	Franstiya	Franstiya	Braziliya	3:0
17	2002	Koreya/Yaponiya	Braziliya	Germaniya	2:0
18	2006	Germaniya	Italiya	Franstiya	1:1 (0:0, pen. 5:3)
19	2010	JAR (Janubiy Afrika Respublikasi)	Ispaniya	Gollandiya	1:0
20	2014	Braziliya	Germaniya	Argentina	1:0
21	2018	Rossiya	Fransiya	Xorvatiya	4:2

* 1950-yilgi jahon futbol chempionatida final uchrashuvi bo'lib o'tmagan, chunki eng zo'r to'rtta futbol terma jamoalari, musobaqaning oxirida bir guruhga joylashib qolgan. Musobaqadagi «Oltin» kubokning taqdiri Braziliya va Urugvay terma jamoalari o'rtasidagi o'yinda hal bo'lgan.

1.4. Hozirgi zamon futbol o'yini

Futbol (inglizcha football “foot” – oyoq, “ball” – to‘p) – bu jamoaviy sport o'yini, maqsad esa raqib jamoa darvozasiga to‘p kiritishdan iborat. Bu maydonda, qo‘l (harakati)dan tashqari, individual to‘pni olib yurish, sheriklarga to‘pni oshirib berish, bosh va boshqa tana a‘zolari harakatidan foydalaniladi. O‘yinda ko‘p gol urgan jamoa g‘olib hisoblanadi.

Bugungi kunda futbol dunyodagi sport turlari ichida eng birinchisidir. XX asrning ikkinchi yarmida milliy terma jamoalarning har xil turnirlarda qatnashishi bilan xalqaro musobaqalarda klub jamoalari orasida mashhurligi ortdi. Ayollar futboli rivojlanishi ham ko‘zga ko‘rinmoqda. Ko‘plab mamlakatlarda “Mini-futbol”, “Sohil futboli” va har xil futbol turlari rivojlanib madaniylashtirilmoqda.

FIFA ma'lumotlariga ko'ra, 2001-yilda dunyoda 250 mln. kishi futbol o'ynagan (bu er yuzidagi taxminan har bir 25 yashovchisidan biridir). Ularning, jumladan 20 mln. kishisini ayollar tashkil etadi. Dunyoda 1,5 mln ta jamoa ro'yxatdan o'tkazilgan bo'lib, 300 ming ta professional klublar mavjuddir. Mamlakatlar kesimida ko'rib chiqadigan bo'lsak, futbol bilan shug'ullanayotgan mamlakatlar ichida birinchi o'rinda AQSh (taxminan 18 mln kishi, shu jumladan 40% ayollar tashkil etadi), Indoneziya (10 mln kishi), Meksika (7,4 mln kishi), Xitoy (7,2 mln kishi), Braziliya (7 mln kishi), Germaniya (6,2 mln kishi), Bangladesh (5,2 mln kishi), Italiya (4, mln kishi), Rossiya (3,8 mln kishi).

1.5. O'zbekistonda futbolning rivojlanishi

O'zbekistonda zamonaviy futbol o'tgan asrning boshlarida paydo bo'ldi va tezda mashhur o'yinga aylandi. Uning rivojlanish joylari

Fargʻona, Toshkent, Andijon, Qoʻqon va Samarqand edi. Ilk bor futbolni Fargʻona shahrida oʻynaganlar. Xuddi shu yerda 1911 yilning oxirida birinchi futbol jamoasi tashkil topgan.

Fargʻonada tuzilgan futbol jamoalari soni 1912 yil avgustida "Futbolchilar jamoasi"ga birlashishga yoʻl berdi.

Bir oz vaqt oʻtgach, Toshkentda ham futbol oʻynay boshladilar. Toshkentlik futbol ishqibozlari orasida eng mashhur jamoa bu ТОЛС – “Ташкентское общество любителей спорта” (TSIJ - Toshkent sport ishqibozlari jamiyati) edi.

Bu jamiyat 1912 yilda tuzilgan boʻlib, juda qisqa vaqt ichida futbol hamda boshqa sport turlarining rivojlanishi uchun koʻp xizmat qilgan. 1912 yilning ikkinchi yarmida Oʻzbekistonda futbol aytarli darajada yoyila boshladi. Futbol oʻyiniga Qoʻqon, Andijon va Samarqandda ham qiziqish orta boshladi.

Bu yillardagi eng qiziqarli bosqich albatta Fargʻona, Toshkent, Andijon, Samarqand futbolchilarining uchrashuvi boʻldi. Toshkentga tashrif buyurgan ilk futbolchilar Samarqand futbolchilar toʻgaragi (SFT) aʼzolari edi.

1913 yil 29 avgustida ular TOLS futbolchilari bilan uchrashuv oʻtkazdilar. Yaxshi tayyorgarlik koʻrgan Toshkent jamoasi 5:0 hisobi bilan gʻalaba qozondi.

1913 yil iyunida Andijonda "Andijon futbolchilar jamoai" tasdiqlandi.

Va, nihoyat, 1914 yil 25 mayda Toshkentda Oʻzbekistonning eng kuchli ikki jamoasining markaziy uchrashuvi boʻlib utdi. Bunda Toshkent va Fargʻona futbolchilari toʻp surdilar. Toshkentliklar oʻyinda 3:2 hisobida muvaffaqiyatga erishdilar. Oʻzbekistonda futbol rivojlanishining boshlan-

g'ich davri haqida xulosa qilib shuni ham aytish joizki, futbol maydonlari va o'quv mashg'ulotlarining bo'lmaganiga qaramay, qisqa vaqt ichida Farg'ona, Toshkent, Qo'qon, Andijon va Samarqandda o'zbek futbolining rivojiga ulkan hissa qo'shgan iste'dodli futbolchilar paydo bo'ldi.

Shveysariya va O'zbekiston jamoalarining uchrashuvi futbol ishqibozlarida katta qiziqishga sazovor bo'ldi. O'zbek futbolchilari bu o'yinda jamoaviy o'yin, chiroyli va chaqqon kombinasiyalar namoyish etdilar. Ammo asosiy vaqt 3:3 hisobi bilan yakunlangani sababli, g'olibni aniqlash uchun qo'shimcha 30 daqiqa qo'shib berildi. So'nggi 15 daqiqa ichida O'zbekiston futbolchilari Shveysariyaliklar qarshiligini yenga oldilar va raqib 8:4 hisob bilan O'zbekiston futbolchilari g'alaba qozondilar.

Bir kundan so'ng esa qiyin kechgan o'yinda o'zbek futbolchilari Rossiya jamoasiga 1:2 hisobida g'alabani boy berdilar.

1934 yil O'zbekiston poytaxtida ilk O'rta Osiyo spartakiadasining ochilishi sharafiga bag'ishlab 36 ming nafar jismoniy tarbiya ixlosmandlari namoyishi bo'lib o'tdi. Bu namoyish O'rta Osiyo respublikalarida jismoniy tarbiya harakati o'sishining yorqin namunasi edi.

1950 yilning boshida O'zbekistonda "Paxtakor" sport jamiyati tashkil etildi. Hozirgacha mustaqil O'zbekiston chempionatida va rasmiy xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli o'yinlar ko'rsatib kelayotgan, respublikamizning eng kuchli jamoasi bo'lgan "Paxtakor"ning tuzilishi ham shu jamiyat bilan bog'liq (7-rasm).

1960 yildan 1991 yilgacha (tanaffuslar bilan) "Paxtakor" sobiq Ittifoqning oliy ligasida ishtirok etib keldi. Bu islohotlar va tub o'zgarishlar davri bo'lgan edi. Kichik guruhlardagi saralash o'yinlaridan keyingina chempionatga yo'l olinardi. Oliy ligaga chiqish uchun tayyor-

lanadigan jamoa Toshkentning ikki jamoasi asosida tuzilgan bo'lib, bular "Paxtakor" va "Mehnat zahiralari" ("Трудовые резервы") jamoalari edi.

"Paxtakor"ning barcha ko'zga ko'rinarli muvaffaqiyatlari uning kuchlilar guruhidagi chiqishlari bilan bog'liq. Yigirma yil tanaffus bilan ikki bora 1962 va 1982 yillarda "Paxtakor" oliy ligada faxrli 6-o'ringa sazovor bo'lgan.



7-rasm.

Ikki marotaba "Paxtakor" futbolchilari oliy liga chempionatining eng yaxshi hujumchilari deb tan olingan. 1968 yil B. Abduraimov Tbilisi "Dinamo" si o'yinchisi bilan birga (22 tadan gol) va 1982 yilda A. Yakubik (23 ta gol).

Sobiq Ittifoqning ilk terma jamoasi uchun 5 ta paxtakorchi o'ynar edi: V.Fedorov, Yu. Pshenichnikov, G.Krasniskiy, M.An, A.Pyatniskiy. Turli yillarda eng yaxshi 33 futbolchi qatorida Yu. Pshenichnikov (1966, 1967), M. An (1974, 1978), B. Abduraimov, V.Xadzipanagis (1974), A.Yakubik (1982) va A.Pyatniskiy (1991) nomlari bor edi.

O'sha yillarda O'zbekiston futbol ishqibozlarida katta qiziqish uyg'otgan o'yinlar sirasiga 1964 yil paxtakorchilarning "Pirasikaba" (Braziliya) hamda (1:0), Urugvayning 25 karra chempioni "Nasonal" (Montevideo) jamoalari bilan uchrashuvlar kiradi. Urugvayliklarning

harchand urinishlari va qarshiliklariga qaramasdan "Paxtakor" 2:1 hisobida g'alaba qozondi.

Bu davr mobaynida "Paxtakor" ni sobiq Ittifoq chempionatidagi chiqishlarga tayyorlashda M. Yakushin, B. Arkadev, G. Kachalin, V. Solovev, B. Abduraimov, X.Raxmatullaev kabi murabbiylarning hissasi beqiyosdir. Respublika terma jamoalari va yuqori malakali jamoalar uchun zahira tayyorlashda G. Sorvin, X.Muxitdinov, A. Mosheev kabi ustoz murabbiylarning mehnati ulkan bo'lgan.

Murabbiy kadrlar tayyorlash bo'yicha O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti va Jismoniy madaniyat fakultetlarning o'zbek futboliga qo'shgan hissasi o'ta muhimdir. O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti 1955 yilda ochilgan bo'lib, u paytda futbol mutaxassisligi sport o'yinlari kafedrasini tarkibiga kirar edi, biroq 1966 yilda u mustaqil kafedra sifatida ajralib chiqdi. O'z faoliyati mobaynida bu kafedra futbol bo'yicha murabbiy kadrlar tayyorlash o'chog'iga aylandi. Natijada ko'pgina bitiruvchilar murabbiylik ishida ma'lum muvaffaqiyatlarga erishib, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan murabbiy unvoniga sazovor bo'ldilar. Bular B.Abduraimov, V.Tixonov va boshqalardir. Ayni paytda futbol kafedrasining ko'pchilik bitiruvchilari O'zbekistonning turli viloyatlari va chet ellarda ishlab kelmoqda.

1992 yil mustaqil O'zbekiston Respublikasining ilk chempionati yili edi. Mamlakatimiz futboli tarixida yangi sahifa ochildi. Bu chempionatning oliy ligasida 17 ta, birinchi ligasida 18 ta, ikkinchi ligasida esa 42 ta jamoa ishtirok etdi. O'zbekiston chempioni unvoni uchun kechgan shiddatli kurashda "Paxtakor" ga asosan Farg'ona vodiysining "Neftchi", shuningdek, "So'g'diyona" (Jizzax) va "Nurafshon" (Buxoro) jamoalari kuchli qarshilik ko'rsatdilar.

1994 yil 7 iyunda O'zbekiston Futbol federasiyasi "FIFA" ga, shu yilning dekabr oyida esa Osiyo Futbol konfederasiyasiga a'zo bo'ldi.

1994 yilda ilk bor yosh mustaqil respublika elchilari Yaponiyada o'tkazilayotgan XII Osiyo o'yinlarida – Osiyo mintaqasidagi yirik sport forumida tanishtirildilar.

Oltin medal sovrindorlari nomi uchun kurashda o'zbek futbolchilari Saudiya Arabistoni (4:1), Malayziya (5:0), Gonkong (1:0) va Tailand (5:4) terma jamoalari ustidan g'alaba qozondilar. Chorak finalda Turkmaniston terma jamoasini 3:0 hisobida, yarim finaldagi shiddatli va o'ta murakkab o'yinda Janubiy Koreyaning kuchli jamoasini 1:0 hisobida mag'lub etdilar. Va, nihoyat, finalda Xitoy terma jamoasini 4:2 hisobi bilan yengdilar. Bu jamoa murabbiylari dotsent R.Akramov va sport ustasi B.Abduraimovlar edi. Asosiy tarkibning 7 nafar o'yinchisi O'zDJTI talabalari bo'lganini aytib o'tish joizdir.

1992 yildan hozirgi kungacha bo'lgan vaqt ichida Toshkentning "Paxtakor", "Bunyodkor" va Farg'onaning "Neftchi" jamoalari chempionat yetakchilari bo'lib keldi. Paxtakorchilar to'qqizmarotaba O'zbekiston chempioni bo'lganlar (1992, 1998, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2012) va 6 marotaba mamlakat Kubogi sovrindorlari qatoridan joy olganlar (1993, 1997, 2001, 2002, 2003, 2004). "Bunyodkor" jamoasi beshmarotaba O'zbekiston chempioni bo'lganlar (2008, 2009, 2010, 2011, 2013) va 4 marotaba mamlakat Kubogi sovrindorlari qatoridan joy olganlar (2008, 2010, 2012, 2013). "Neftchi" ham besh karra Respublika chempioni (1992, 1993, 1994, 1995, 2001) va 2 karra O'zbekiston Kubogi sohibi (1994, 1996) bo'lgan.

O'zbekiston chempioni unvoniga yana "Navbahor" (1996), MXSK (1997) va "Do'stlik" jamoalari erishganlar. Shuningdek, 1997, 1995, 1998

yillarda "Navbahor" va 2000 yilda "Do'stlik" jamoasi O'zbekiston Kubogini qo'lga kiritganlar. 2002 yilgi Osiyo Chempionlari Kubogi uchun kurashda qarshining "Nasaf" jamoasi ishtirok etadi. Saralash bosqichlarida 5 g'alabani qo'lga kiritib, yarim finalga chiqdilar. Ammo bronza medali uchun kechgan bu o'yinda qarshiliklar "Istiqlol" (Eron) jamoasiga 2:5 hisobida g'alabani boy berib, 4-o'rinni egallaydilar.

2003 yilda Toshkentda bo'lib o'tgan chempionlar ligasi chorak finalida paxtakorchilar katta ustunlik bilan Turkmanistonning "Nissa" jamoasini 3:0, Eronning "Piruz" sini 1:0 va Iroqning "Al-Taliba" kabi jamoalarini 3:0 hisobida yengdilar. Yarim finalda ikki match natijalariga binoan Tabilandning "Bek-Tero Sosana" jamoasi ustun keldi.

2002-2003 yillarda O'zbekistonning yoshlar terma jamoasi futbolchilari katta yutuqlarga erishdilar. Qatarda Tabiland terma jamoasini 4:0, Qatarni 5:4 hisobida yengib, so'ng Janubiy Koreyaga 0:2 hisobida g'alabani boy berib, futbolchilarimiz chorak finalga yo'l oldi va unda Suriya Arabistonini 4:0 hisobida mag'lub etdilar. Yarim finalda o'zbek futbolchilari Yaponiya terma jamoasi bilan uchrashdilar. Shiddatli va qizg'in o'tgan o'yinning asosiy vaqti 1:1 hisob bilan yakunlandi. 11 metrli zarbalar yo'llashda yaponlar bir oz ustunroq chiqib, 4:2 hisobida g'olib bo'ldilar.

To'rtinchi o'rinni egallagan O'zbekiston yoshlar terma jamoasi dunyoning eng kuchli 16 jamoasi qatorida maydonga chiqish imkoniyatini qo'lga kiritdi.

Jahon chempionati 2003 yilning dekabr oyida BAAda bo'lib o'tdi. O'zbekiston futbolchilari chiroyli va bahamjihat o'yin ko'rsatdilar, lekin 1/8 finalga chiqa olmadilar. Biroq, mutaxassislar va ishqibozlar O'zbekiston terma jamoasi o'yinini yuqori baqoladilar. Uch o'yin

davomida ular o'z tengdoshlari bilan kurash olib bordilar, lekin Mali jamoasiga (Afrika chempioni) 2:3, Argentina termasiga (ayni paytda jahon chempioni) 1:2, Ispaniya terma jamoasiga (Yevropa chempioni) 0:1 hisobi bilan g'alabani boy berdilar.

Oxirgi yillarda O'zbekiston milliy terma jamoamiz, yoshlar va o'smirlar terma jamoalari barcha Jahon chempionatlarida ijobiy ishtirok etib kelishmoqda. 2010 yilda Toshkentda bo'lib o'tgan o'smirlar o'rtasida Osiyo chempionatida terma jamoamiz sharaflari 2-o'rin egallab Jahon chempionatiga yo'llanma olindi. 2011 yilda Qatarda bo'lib o'tgan Osiyo chempionatida milliy terma jamoamiz 4-o'rin egallashdi. 2011 yili O'zbekistonda birinchi bor "Nasaf" jamoasi Osiyo Kubogi sohibi bo'lishdi. 2011 yili Meksikada bo'lib o'tgan yoshlar o'rtasida Jahon chempionatida kuchli sakkizta jamoa safiga kirishgan. 2012 yilda Eronda bo'lib o'tgan o'smirlar o'rtasida Osiyo chempionatida terma jamoamiz ilk bor 1-o'rin egallab chempionlikka sazavor bo'lishdi va Jahon chempionatiga yo'llanma olindi. 2013 yilda Turkiyada bo'lib o'tgan yoshlar o'rtasida Jahon chempionatida, o'tgan Jahon chempionatidagi natijasini takrorladi, kuchli sakkiztalikka kirishdi.

1.6. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi



O'zbekiston futbol federatsiyasi (O'FF) jamoatchilik tashkiloti sifatida mamlakatda futbolning rivojlanishi uchun to'liq javobgardir. Mamlakatda bolalar va o'smirlar futbolini ommaviylashtirish, futbolchi, murabbiy va hakamlarning professional darajasi va mahoratini

oshirish, musobaqalar tizimini tashkil etish va takomillashtirish, moddiy-texnik bazaning rivojlanishiga ko'maklashish O'zbekiston futbol federasiyasining asosiy vazifalaridandir.

O'zbekiston futbol federasiyasi O'zbekiston respublikasida futbol rivojiga oid joriy va istiqbolli (perspektiv) rejalar ishlab chiqadi, O'zbekiston terma jamoalarining tayyorgarligini tashkillashtiradi.

O'zbekiston futbol federasiyasi 14 ta hududiy va viloyat futbol federasiyalarini, 200 dan ortiq usta jamoalari, futbol jamoalari, sport maktablari, iqtidorlilar va terma jamoa tayyorlash markazlarini birlashtiradi, O'zbekiston Respublikasi Madaniyat va sport ishlari vazirligi va viloyatlar madniyat va sport ishlari boshqarmalari bilan hamkorlik qiladi.

O'zbekiston futbol federasiyasi nizomiga asoslangan holda hududiy futbol federasiyalari o'z ish sharoitlariga muvofiq nizom ishlab chiqadi va shu nizom bo'yicha o'z faoliyatini olib boradi.

O'zbekiston futbol federasiyasining eng yuqori organi anjuman bo'lib, unda 4-yil muddatga prezident saylanadi. Ijroiya qo'mitasi ish organi hisoblanadi. Futbolni rivojlantirish masalalri bo'yicha, qabul qilingan qarorlarning tadbiq etilishini nazorat qilish uchun ijroiya qo'mitaga qo'shimcha bolalar va o'smirlar, o'quv-uslubiy, hakamlar va boshqa qo'mitalar tuziladi.

O'zbekiston futbol federasiyasi 1994 yil 21 mayda tuzilgan va ayni paytda 200 dan ortiq milliy federasiyalarni birlashtirib turgan xalqaro futbol federasiyalari uyushmasi (FIFA) bilan yaqindan hamkorlik olib boradi.

Hududiy joylashuv jihatidan O'zbekiston futbol federasiyasi Osiyo futbol konfederasiyasi (OFK) tarkibiga kiradi.

FIFA ning tashkiliy negizini 6 qit'aning tashkilotidan iborat:

UEFA - Yevropa ittifoqi futbol uyushmasi:

KONKAKAF - shimoliy va markaziy Amerika mamlakatlari hamda Karib dengizi havzasi mamlakatlarining futbol konfederatsiyasi;

KONMEBOL - janubiy Amerika mamlakatlari futbol konfederatsiyasi;

KAFA - Afrika futbol konfederatsiyasi;

AFC - Osiyo futbol konfederatsiyasi;

KOFA - Okeaniya futbol konfederatsiyasidir.

FIFA ning oliy organi kongressdir.

FIFA ning joriy faoliyatini ijroiya qo'mita bilan bir qatorda yana bir necha maxsus qo'mitalar boshqarib boradi. Ular quyidagilardir: favqulodda holatlar, moliyaviy, jahon kubogini o'tkazish bo'yicha, Olimpiya turnirlari, o'smirlar chempionatlari, hakamlar, texnik, intizom, tibbiy va h.k. qo'mitalardir.

FIFA ning asosiy vazifasi hududlarda futbol rivojlanishini nazorat qilish va moddiy va uslubiy yordam ko'rsatish, nizom va qarorlar, o'yin qoidalarining buzilishini oldini olish bo'yicha kerakli choralar ko'rish, irqiy, siyosiy va diniy sabablarga asosan kamsitilishga yo'l qo'ymaslikdir.

Nazorat savollari:

1. Birinchi futbol o'yini qoidalar qachon paydo bo'lgan?
2. O'zbekistonda zamonaviy futbol qachon paydo bo'lgan?
3. O'zbekistonda futbolning rivojlanish bosqichlari.
4. "Paxtakor" sport jamiyati qachon tashkil topgan?
5. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi qanday?

II BOB. FUTBOL O'YIN TEXNIKASI VA TAKTIKASI

2.1. Texnika tasnifi

Qo'yilgan maqsadga erishmoq uchun o'yinda xilma-xil tarzda uyg'unlashtirib qo'llaniladigan maxsus usullar to'plami futbol texnikasini tashkil etadi.

Texnik usullar - bu futbol o'yinini vujudga keltirish vositasi demak. Yuksak sport natijalariga erishish ko'p jihatdan futbolchining ana shu xilma-xil vositalarni qanchalik to'liq bilishiga, raqib jamoa o'yinchilari qarshilik ko'rsatayotgan, ko'pincha esa charchoq orta borayotgan sharoitda o'yin faoliyatidagi turli holatlarda ularni qanchalik mohirlik bilan, samarali qo'llay bilishga bog'liq. Futbol texnikasini yaxshi bilish futbolchining har tomonlama tayyorgarlik ko'rishi va mutanosib kamol topishi jarayonining ajralmas qismidir.

O'yin taraqqiyotining yuz yildan ortiq tarixi mobaynida futbol texnikasida muayyan o'zgarishlar bo'ldi. Bu evolyusiyaning asosiy yo'nalishlari quyidagilardan iborat: boshning chakka qismi va orqasi bilan zarba berish, to'pni boldir bilan to'xtatish singari nomaqbul usul va usullarni qo'llash ancha kamayib ketdi; oyoq yuzi bilan zarba berish, to'pni son va ko'kakda to'xtatish, to'pni qo'l bilan tashlash (darvozabon texnikasi) kabilardan foydalanish koeffisienti oshdi, aldash harakatlari (fintlar) ko'paydi.

Hozirgi futboldagi texnik usullar o'yin harakatlari tezligi va aniqligini oshirish uchun kuchdan yetarlicha tejab foydalanish imkonini beradigan, biomexanika nuqtai nazaridan maqbul harakatlar tizimi bilan xarakterlanadi. Tezlik va ishonchlilik, soddalik va samaradorlik – futbol texnikasini qo'llashga qo'yiladigan hozirgi kundagi talab ana shulardan iborat.

Futbol texnikasining tasnifi texnik usullarni umumiy (yoki o'xshash) o'ziga xos belgilariga qarab guruhlarga bo'lishdan iborat.

O'yin faoliyati ifodalanishiga qarab futbol texnikasi ikkita yirik bo'limga ajratiladi: maydon o'yinchisi texnikasi va darvozabon texnikasi. Har qaysi bo'lim esa harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi bo'limchalariga taqsimlanadi. Kichik bo'limlar turli usullarda ijro etiladigan muayyan texnik usullardan: harakatlanish texnikasi usullari va usullaridan iborat. Ulardan maydon o'yinchilari va darvozabon foydalanadi. Ammo ayrim usul va usullar o'zining muayyan turlariga ega. Usul va turlarda harakatning asosiy mexanizmi umumiy bo'lib, detallardagina farq bo'ladi. Har xil usul, usul va turlarni ijro etish shartlari futbol texnikasini yanada turli-tuman qiladi.

O'rganilayotgan materialni tizimlashtirish usul, usul turlarini tuzukroq tushunishga, ularni to'g'ri tahlil qilishga, olingan bilimlarni takomillashtirish vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilishga yordam beradi.

Futbol texnikasining ifodalanishi maydon o'yinchisi va darvozabon uchun umumiy kichik bo'lim bo'lgan harakatlanish texnikasidan boshlanadi.

2.2. Harakatlanish texnikasi

Harakatlanish texnikasi quyidagi usullar guruhini o'z ichiga oladi: yugurish, sakrash, to'xtash, burilish.

O'yin vaqtida harakatlanish texnikasi usullaridan xilma-xil tarzda qo'shib foydalaniladi. Masalan, futbolchining harakatlanish tezligi nihoyatda xilma-xil: sekin yurishdan boshlab, startdagi tezlanishni maksimal tezlikka qadar ko'tarish mumkin, yugurish maromi va yo'nalishi qo'qqisdan o'zgarib turadi. Yugurishning xilma-xil usullarini sakrash,

to'xtash, burilish bilan birga qo'shib olib borish futbolchining harakatlanishiga xos xususiyat hisoblanadi.

Harakatlanish texnikasining usullari maydon o'yinchilari va darvozabonning to'pni boshqarish san'ati bilan chambarchas bog'liq.

Harakatlanish texnikasi usullarini keragicha hamda kompleks tarzda qo'llash ko'p taktik vazifalarni (to'p olish uchun ochilish va raqibni chalg'itish, pozisiya tanlash, o'yinchini to'sib olish va h.k.) samarali hal qilish imkonini beradi.

Yugurish: Futboldagi asosiy harakatlanish vositasi yugurishdir. To'pni boshqarmayotgan futbolchilar yugurish yordamida maydonda turlicha joylashib oladilar. Bundan tashqari, yugurish tarkibiy qism sifatida to'pni boshqarish texnikasiga ham kiradi (8-rasm).

Futbolda yugurishning quyidagi usullari qo'llaniladi: oddiy yugurish, tisarilib yugurish, chalishtirma qadam tashlab yugurish, juftlama qadam tashlab yugurish.



8-rasm.

Oddiy yugurishdan asosan to'g'riga borayotgan o'yinchilar bo'sh joyga chiqish raqibni quvish kabilarda foydalanadi. Harakat sistemasi ham (bir oyoqqa tayanish va havoda uchish fazalariga bo'linishi) tuzilishi ham yengil atletika yugurishidan farq qilmagani uchun uni oddiy yugurish deyiladi. Qadam uzunligi, chastotasi va ritmida farq bor, xolos (8-rasm).

Yugurishda qadam uzunligi sprinterlarda 2-2,2 m ga teng bo'lsa, katta yoshli futbolchilarda o'rtacha 1,3-1,5 m ga teng. Qadamlar chastotasi sprinterlarda sekundiga 4-4,5 qadamga teng. Futbolchilarda chastota sal ortiqroq: sekundiga 5,1-5,5 qadam bo'ladi. Bu esa havoda uchish fazasi qisqaroq bo'lgani sababli tez to'xtashga yoki tez burilib olishga yordam beradi.

Tisarilib yugurishdan asosan to'pni olib qo'yishda va to'pni olishda qatnashayotgan himoyadagi o'yinchilar foydalanadilar. Yugurishning bu turi ham siklik (qo'shaloq qadamli) bo'ladi. Qisqa-qisqa, lekin tez-tez qadam tashlash, havoda uchish fazasining qariyb yo'qligi o'nga xos xususiyatdir. Buning sababi siltanish oyog'i orqaga uzatilganda sonning yozilishi cheklanganligidadir.

O'yin sharoiti ko'pincha maksimal tezlikda tisarilib yugurishni talab qilib qoladi. Bunda tezlik qadam chastotasini oshirish hisobiga orttirilib, bu ko'proq oyoqning orqaga faol harakat qilishiga bog'liq.

Tisarilib yugurayotganda, o'yinchi ba'zan muvozanatni yo'qotib yiqilib tushadi. Tayanch oyoq vertikal turgan paytda gavdaning og'irlik markazi o'qi tayanch yuzasining tepasida turishi o'yinchi holatining turg'un bo'lishi shartlaridan biridir.

Chalishtirma qadam tashlab yugurishdan harakat yo'nalishini o'zgartirish uchun, turgan joydan o'ngga yoki chapga siltanib yugurish paytida, burilib olgandan keyin foydalaniladi. U harakatlanishning spesifik vositasi bo'lib, asosan boshqa yugurish turlari bilan birga qo'shib qo'llaniladi. Chalishtirma qadam tashlab yugurish yon tomonga ijro etiladigan yugurish qadamlari bilan ifodalanadi. Qadam tashlash siklining birida (qo'shaloq qadam) siltanuvchi oyoq tayanch oyoqning oldiga chalishtirib o'tkaziladi. Yugurish paytida havoda uchish fazasi juda qisqa.

Juftlama qadam tashlab yugurishdan taktik jihatdan zarur holatga o'tishda (masalan, o'yinchi oldini to'sib olishda) foydalaniladi. U dastlab harakatlanish fazasi sifatida qo'llaniladi. Keyinroq o'yindagi vaziyatga qarab, harakatlanish texnikasining turli usullari sifatida ijro etiladi.

Juftlama qadam tashlab yugurish oyoqlarni sal bukib bajariladi. Birinchi qadamni harakat yo'nalishiga yaqin oyoqdan boshlab, yon tomonga tashlanadi. Ikkinchi qadamda oyoqlar juftlanadi. Depsinish va siltanish harakatlarida zo'r berish yuqori tomonga emas, balki yon tomonga yo'naltiriladi.

Sakrashlar. To'xtash va burilish usullariningba'zilarini ijro etishda sakrashdan foydalaniladi (9-rasm).

Sakrash zarba berishning ayrim usullari, to'pni oyoqda, ko'krakda, kalla bilan to'xtatib qolish va ba'zi fintlar texnikasining qismiga kiradi.

O'yindan oldin, yon tomonlarga, yuqoriga hamda shularga yaqin yo'nalishlarda sakraladi.

O'yindagi vaziyat ko'pincha maksimal baland yoki maksimal uzun sakrashni talab qilmaydi (9-rasm).



9-rasm.

Bunda sakrashning samaradorligi futbolchining koordinasion qobiliyati bilan belgilanib, futbolchi turli dastlabki holatlardan fazo, vaqt va kuch xarakteristikalari optimal bo'lgan harakatlar qilishi kerak bo'ladi.

Barcha xil sakrashlarda depsinish, havoda uchish va yerga tushish fazalari bo‘ladi. Sakrashning ikki xil usuli bor: bir oyoqda depsinib sakrash va ikki oyoqda depsinib sakrash. Bir oyoqda depsinib sakrash oldinga, yon tomonlarga, yuqoriga bajariladi. Bunday sakrashda faol depsinib, ikkinchi oyoqni silkitib, gavda og‘irlik markazining o‘qi sakrash tomonga o‘tkaziladi. Sakrashning traektoriyasi va kuchi o‘yindagi vaziyatga bog‘liq. Bir oyoqda yoki ikki oyoqda yerga tushiladi. Qisqa masofali, qattiq amortizasiya keyingi harakatlarga tezroq va samaraliroq o‘tish imkonini beradi. Og‘irlik markazi o‘qining proeksiyasi tayanch yuzasining chegarasida yoki undan tashqarida bo‘lishi ham shunga yordam beradi.

Sakrab to‘pga kalla urayotganda, ko‘pincha maksimal baland ko‘tarilish kerak bo‘ladi. Bunda yugurib kelib depsinadigan oyoqni taqqa to‘xtaydigan qilib (tayanchga nisbatan burchak hosil qilib) qo‘yish yordam beradi. Sal cho‘nqaygandan keyin yuqoriga yoki yuqorilab-oldinga tomon faol depsinish kerak bo‘ladi, bunda qo‘llarni ko‘krak baravar silkitib ko‘tarish depsinishning samarasini oshiradi. (10-rasm).



10-rasm.

Ikki oyoqda depsinib sakrash. Bunday usul bilan oldinga, oldinlab yon tomonga va oraliq yo‘nalishlarda sakraladi (10-rasm).

Turgan joydan sakraganda o'yinchi depsinish oldidan tezda salgina cho'nqayadi. Oyoqlarni faol to'g'rilash bilan birga gavda og'irlik markazining o'q sakrash tomoniga o'tkaziladi va qo'llar silkitiladi. Yugurib kelib sakrayotganda so'nggi qadamda bir oyoqni taqqa to'xtaydigan qilib qo'yiladi. Cho'nqayish paytida ikkinchi oyoq birinchisi bilan tezgina juftlanadi. Depsinishda havoda uchish va yerga tushish fazalari turgan joydan sakragandagi kabi bo'ladi.

To'xtashlar. Harakatlanish texnikasida to'xtashga harakat yo'nalishini o'zgartirishning samarali vositasi deb qaraladi. To'satdan to'xtab qolganda, raqiblarning qayerda, qanday joylashishiga qarab turib to'p bilan ham, to'psiz ham o'sha ketayotgan tomonning o'ziga yoki qarshi tomonga otilib ketiladi, o'ngga yoki chapga qochib qolinadi.

To'xtashda ikki xil usul qo'llaniladi: sakrab to'xtash va tashlanib to'xtash.

Sakrab to'xtash uchun yuqoriga qisqaroq sakrab, siltangan oyoqda yerga tushildi – bunda turg'unlik bo'lsin uchun shu oyoq sal egiladi. Ammo ko'pincha yerga ikki oyoqlab tushiladi.

Tashlanib to'xtash so'nggi yugurish qadami hisobiga bajariladi. Bunda siltangan oyoqni oldinga uzatib, tovonga tayaniladi-da, keyin oyoqni rostmana yerga qo'yiladi. Tashlanib to'xtash oyoqlarni anchagina bukib, ikki oyoqqa tayanib qolish bilan ifodalanadi.

Barcha xil to'xtashlardan keyin, odatda, turli yo'nalishlarda harakat davom ettiriladi. Shuning uchun to'xtashdagi so'nggi holat keyingi harakatning start holati bo'lishi kerak.

Burilishlar. Burilish yordamida futbolchilar tezlikni minimal kamaytirib, yugurish yo'nalishini o'zgartiradilar. Odatda, turgan joyda burilgandan keyin start harakatlari boshlanadi. Burilish, shuningdek, zarba

berish, to'pni to'xtatish, to'pni olib yurish va fintlarning ayrim usullarini bajarish texnikasi tarkibiga ham kiradi

Burilishning quyidagi usullaridan foydalaniladi: hatlab o'tib burilish, sakrab burilish, tayanch oyoqda burilish. O'yin sharoitiga qarab yon tomonlarga va orqaga burilish mumkin. Burilish turgan joyda ham, harakat paytida ham ijro etilaveradi.

Hatlab o'tib burilganda, qisqa-qisqa 2-3 qadam tashlash hisobiga kerakli yo'nalishga qarab olinadi.

Harakat yo'nalishini to'satdan va tez o'zgartirishda sakrab burilish samaraliroqdir. Bu ish burilish tomonga faol deysinib bajariladi. Silkinadigan oyoqning kafti ham shu tomonga aylantiriladi. Sakrash unchalik baland bo'lmasa ham, to'la-to'kis bajariladi. Tayanch oyoqda burilishning ikki turi bor. Birinchisini bajarishda burilish yo'nalishidan uzoqdagi oyoqqa tayaniladi. Bunda futbolchi gavda og'irlik markazi o'qining proeksiyasini tayanch sath chegarasidan chiqarib, tayanch oyoq uchida burilish tomonga aylanadi. Ikkinchisida harakat yo'nalishiga yaqin oyoqqa tayaniladi, gavda og'irlik markazining o'qi burilish tomonga ko'chadi. O'tkaziladigan oyoqni ham shu yo'nalishda tayanch oyoqning old tomoniga chalishtirib qo'yiladi. Burilish sal bukilgan tayanch oyoq uchida bajariladi.

2.3. Texnika uchun mashg'ulot asoslari

Texnikani takomillashtirishdagi mashg'ulotlar quyidagi asosiy qoidalariga yo'naltiriladi:

➤ Texnikani takomillashtirishda tizimlashtirilgan mashg'ulotlarni 8-10 yoshdan boshlab o'rgatirilishi keng qamrovli va har tomonlama yondoshgan holda foydalanilishi lozim.

➤ O'yin va mashg'ulotlarni kichik guruhlarda olib borish, yuqori sifat darajada muvaffaqiyatli o'sishi kuzatiladi.

➤ Qiziqarli vazifalarni har tomonlama harakat mahoratini va keng to'plamli harakatlarni tavsiya etish lozim.

➤ O'yin shakli va turlari bo'yicha mashg'ulotlarnida olib boriladigan kombinatsion vositalar texnikani tezda va to'g'ri o'rganish bilan bir qatorda o'yin vaziyatining holatidagi harakatlanishlarini rivojlantiradi.

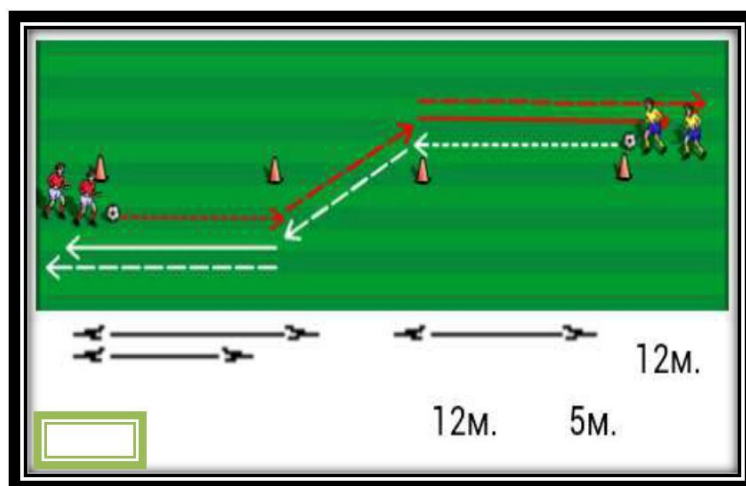
Asosiysi, dastlabki dosqichdagi davrda texnik harakatlarini to'g'ri bajarilishiga e'tibor berish kerak. Chunki, noto'g'ri o'zlashtirilgan texnik harakatlarni qayta o'zlashtirish mushkul bo'lib, o'z vaqtida texnik harakatlarni bajarishdagi jarayonni to'g'irlab borish muhim hisoblanadi.

Axborotlar va ko'rsatmalar, o'quv jarayonga yo'naltirilishini shunday ishlab chiqish kerakki, shug'ullanuvchilar texnikani asosiy o'zining masofasi, vaqtlararo va dinamik harakat ko'rsatkichlar mohiyatini tushunishga imkoniyat to'g'dirish va harakat tushunchalarini mosini rivojlantirishi kerak. Texnikani takomillashtirishdagi mashg'ulotlar o'yin qobiliyatini rivojlantirish nazarida qarash kerakki, bunda musobaqa jarayoni bevosita bog'liqdir.

O'rgatish jarayoni uchun charchamagan holatiga e'tibor berish mohiyati zarur bo'lib, charchash organizimni makaziy asab tizim vazifalarini tushishiga, bu esa harakat muvozanatiga salbiy ta'sir ko'rsatishiga olib keladi.

O'yin texniksi ish qobiliyati darajasi, tayyorlangan va o'rgatish qadamlarini tizimalashtirish, keyinchalik mashg'ulot jarayoniga qismlar bo'yicha biriktirish zarur bo'lib, musobaqa vaziyatida tezlikni darajasi va majmuaviy yo'naltirilgan vazifani o'zgarishiga bog'liqdir. Qo'yidagilardan

kelib chiqib, mashgʻulotlarda musobaqning oʻyin xarakteri nazarga olinishi, asosiy takliflar sifatida, boshlangʻich jarayondagi darajada asosan muhim boʻlib, charchamagan holatda mashgʻulotlarni olib borish yuqori mahoratga olib borishi mumkin. Mos keladigan yuqori ish qobiliyati darajasidagi va har tomonlama harakat mahorati, texnikani takomillashtirilgandagi mashgʻulotlar musobaqa yuklamalari asosida olib borish zarur (11-rasm).



11-rasm.

2.4. Maydon oʻyinchining texnikasi (toʻpga zarba berish, toʻpni toʻxtatish, toʻpni olib yurish)

Maydon oʻyinchisining texnikasi ikkita kichik boʻlimdan iborat. Bulardan biri harakatlanish texnikasi boʻlsa, ikkinchisi toʻpni boshqarish texnikasidir.

Maydon oʻyinchilari harakatlanish texnikasining yuqorida tahlil qilingan xilma-xil usullari, usul va turlarining barchasidan foydalanadilar.

Toʻpni boshqarish texnikasiga quyidagi usullar guruhi kiradi: zarba berish, toʻpni toʻxtatish, toʻpni olib yurish, aldash harakatlari (fintlar), toʻpni olib qoʻyish. Bundan tashqari, qoʻlda bajariladigan spesifik usul - yon chiziqning narigi yogʻidan toʻpni tashlab berish ham toʻpni boshqarish texnikasiga kiradi.

O'yin vaqtida qaysi usulning qancha miqdorda ijro etilishi futbolchilarning o'yindagi funksiyalariga bog'liq. Usullarni ijro etish sifati esa maydon o'yinchilarining hammasida yuksak darajada bo'lishi kerak.

To'pga zarba berish

To'pga zarba berish futbol o'ynashning asosiy vositasi hisoblanadi. To'pga oyoq bilan va kalla bilan turli usullarda zarba beriladi. Zarba berishning barcha usullari muayyan maqsadga qaratilgan bo'lib, bu to'pning kerakli traektoriya bo'ylab harakatlanishi va optimal tezligi bilan xarakterlanadi. To'pning uchish tezligi zarba beruvchi bo'g'in bilan to'pning o'zaro to'qnashgan paytdagi boshlang'ich tezligiga, shuningdek, ular massasining bir-biriga nisbatiga bog'liq. O'zaro ta'sir etuvchi bo'g'inlarning massasi nisbatan muhim bo'lgani sababli to'pning uchish tezligini oshirish uchun zarba beruvchi bo'g'in tezligini oshirishi kerak bo'ladi.

To'pga oyoq bilan zarba berish To'pga oyoq bilan zarba berish oyoq kaftining ichki tomoni bilan, oyoq yuzining ichki, o'rta va tashqi qismlari bilan, oyoq uchi bilan, tovon bilan bajariladi. Zarbalar harakatsiz to'rgan to'pga, shuningdek turli yo'nalishlarda dumalab va uchib kelayotgan to'pga turgan joydan, harakat vaqtida, sakrab turib, burilib, yiqila turib beriladi.

Oyoq bilan to'p tepish yo'llari juda xilma-xil bo'lishiga qaramay, ular texnikasini tizimli tuzilishi jihatidan tahlil qilish ko'p usullar uchun umumiy bo'lgan asosiy harakat fazalarini ajratib ko'rsatish imkonini beradi.

Dastlabki faza - yugurib kelish. Yugurib kelishning uzun-qisqaligi, uning tezligi futbolchining individual xususiyatlari va taktik vazifalariga qarab belgilanadi. Biroq har gal yugurib kelayotganda, to'pni oldindan o'ylab qo'yilgan oyoq bilan tepadigan qilib mo'ljal olish kerak. Bunga eng so'nggidan bitta oldingi qadamni qisqartirib yoki uzaytirib erishsa bo'ladi. Yugurish qadamlarining o'rtacha uzunligi katta yoshli futbolchilarda 130-150 sm ga teng bo'ladi.

Yugurib kelish zarba beruvchi bo'g'inlar tezligini oldindan oshirib olishga yordam beradi.

Tayyorlanish fazasi - zarba beruvchi oyoqni orqaga silkish va tayanch oyoqni yerga qo'yish. Yugurishning so'nggi qadami vaqtida ortki depsinishdan keyin juda muhim kichik faza ijro etiladi. Sonni anchagina, ba'zan esa maksimal darajada orqaga tortib tizzani bukish pirovardida kerakli kuch bilan tepish imkonini beradi, chunki bunda oyoqning to'pgacha yetib keladigan yo'li uzayadi va sonning oldingi yuzasi mushaklari tarang tortiladi. Bundan tashqari, son anchagina orqaga tortilganda, harakatlantiruvchi mushaklarning hammasi ham cho'ziladi va keyingi bukish harakatida ishtirok etadi. Bularning hammasi harakat oxirida katta tezlikka erishish imkonini beradi.

Zarba beruvchi oyoqni orqaga tortishni to'g'ri bajarish uchun yugurib kelishda so'nggi qadamni sal uzaytirish kerak. Bu qadam, odatda, boshqalaridan 35-45% uzun bo'lib, 200-250 sm ni tashkil etadi. Tayanch oyoq to'pdan o'ng yoki so'l tomonga qo'yiladi.

Ishchi faza - zarba berish harakati va surib borish. Zarba berish harakati tayanch oyoqni yerga qo'yish paytida sonni olg'a tomon faol bukishdan boshlanadi. Bunda son bilan bukilgan boldir orasida hosil bo'lgan burchak saqlanib turadi. Boldir bilan oyoq kaftining son harakatidan orqaroqda qolishi butun oyoqning og'irlik markazini tos-son bo'g'imi tomon yaqinlashtiradi, bu esa oyoqning aylanish tezligini oshirishga olib keladi. Zarba berish oldidan son sal tormozlanadi. Bunga sabab oyoqning massasi kichikroq qismi tezligini oshirish uchun unga kattaroq massali bo'g'indagi harakat miqdorini asta-sekin o'tkazib berish kerakligidir. To'pga boldir bilan oyoq kaftini shiddatli qilichdek harakatlantirib zarba beriladi.

Zarba berish paytida oyoqning to'piq bilan tizza bo'g'imini qotirib tutish kerak. Zarba beruvchi oyoqning "qattiq richagga" aylanishi zarba beruvchi bo'g'im massasini ko'paytirish imkonini beradi.

Zarba paytidagi o'zaro ta'sir boshlanishida oyoqning to'pga tekkan joyi to'pning shaklini o'zgartiradi - deformasiyalaydi. Oyoq bilan to'pning birgalikda surilish tezligi nolga tenglashguncha to'p qisila boradi. Keyin elastik kuchlar to'p shaklini tiklaydi-da, to'pning tezligi muayyan miqdorga qadar keskin ortadi. Bu tezlik zarba berayotgan oyoqning zarba boshidagi tezligidan sal kamroq bo'ladi. Energiyaning bir qismi sarflangandan qolgan deformasiyaga va qizdirishga ketadi.

Futbol to'pining elastik deformasiyasi anchagina. Deformasiya fazalari bilan shaklning tiklanishi 0,008-0,013 sekundga yaqin davom etadi. Oyoq to'pga tegib turgan vaqtni mumkin qadar uzoqroq davom ettirish kerak. Chunki to'pning uchish tezligi berilgan kuch (F) bilan kuch ta'siri qancha vaqt (t) davom etganiga bog'liq. Shunday qilib, ishchi faza surib borish degan faoliyat bilan tugaydi. Bunda zarba beruvchi oyoq to'p bilan birga harakat qilib boradi.

Surib borish kattaroq kuch impulsi (Ft) hosil qilish imkonini beradi va bu to'pning uchish tezligini oshiradi. Shuningdek, to'pning harakat yo'nalishi ham ko'p jihatdan surib borish yo'nalishi bilan belgilanadi.

Yakunlovchi faza - keyingi harakatni boshlash uchun dastlabki holatga o'tish. Zarba berilgandan keyin oyoq yuqorilab, olg'a tomon harakatda davom etadi. Zarba paytida tayanch sathi ustida bo'lgan gavdaning og'irlik markazi o'qi oyoq qarakati tomonga ko'chadi.

Shu tariqa keyingi harakatlar uchun eng yaxshi sharoit vujudga keladi.

Oyoq bilan to'p tepishning ko'p usullariga bu singari harakat tuzilmasi xosdir. Yuqorida bayon etilgan talablarga qat'iy rioya qilish turli

usullarda anchagina kuch bilan to'p tepish imkonini beradi. Biroq taktik mulohazalar ko'pincha harakat fazalarini bajarish vaqtini qisqartirish, amplituda va mushaklar kuchayishini kamaytirishni taqozo etadi. Bundan tashqari, to'p tepishning bir qancha usullari texnikasida ba'zi spesifik xususiyatlar ham bor. Oyoq panjalarini ichki tomoni bilan (panjani ichki ko'tarilgan qismi bilan) to'pni qabul qilish va olib qo'yish

Panjani ichki tomoni bilan past yoki balanddan tushayotgan to'pni qabul qilish yoki olib qo'yish mumkin. To'p pastda dumalayotgan holatlarda o'yin oyoq panjasi to'pga qarshi qo'yiladi va to'qashish vaqtida yengil orqaga tortiladi. Shu tarzda to'pni to'xtatish, oldinga yoki aylanish bilan yon tomonga uzatish ham mumkin. To'p balanddan tushayotganda o'yin oyoq boldiri, panja uchi tortilgan to'p ustida tom hosil qiladi. To'p yerdan sakragan paytda, boldir biroz tushadi (bo'shashadi). To'plarni havoda panjani ichki tomoni bilan ham qabul qilish mumkin (*12-rasm*). Buning uchun o'yin oyog'ini tos-son bo'g'imdan burchak ostida bukiladi va panjani ichki tomonini to'p qarshisiga olib kelinadi. To'p to'qnashgan paytda to'p o'yinni boshlash uchun tayyor tushishi (yiqilishi) uchun o'yin oyoq orqaga olinadi.

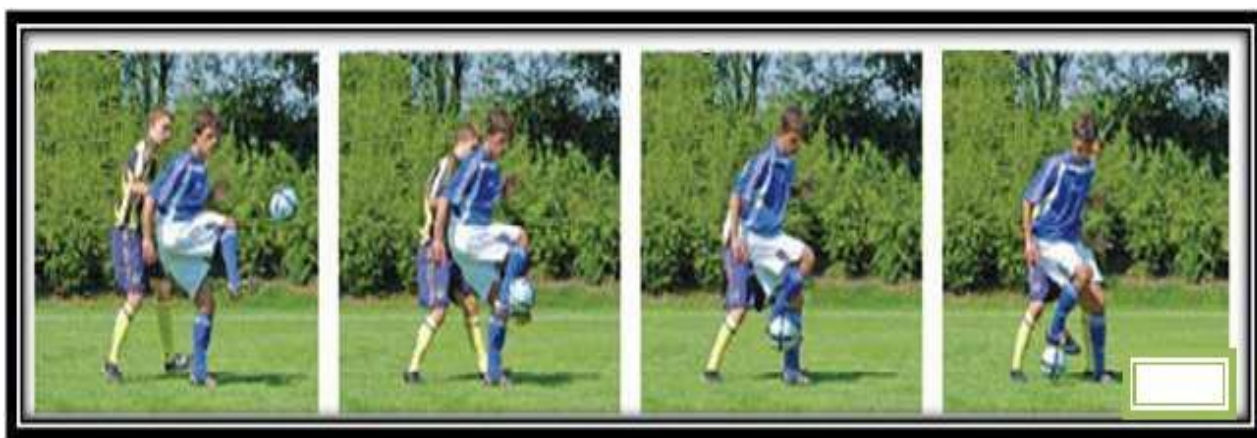
Oyoq panjalarini tashqi tomoni bilan (panjani tashqi ko'tarilgan qismi bilan) to'pni qabul qilish va olib qo'yish.



12-rasm.

Panjani tashqi tomoni bilan aylanayotgan va qulayotgan (uchib tushayotgan) to'pni qabul qilish va olib qo'yish mumkin. Tassavurdagi qadam va gavda bilan fintlar bilan uyg'unlikda bu texnika mustaxkam himoyalangan raqibdan to'pni qabul qilish va olib qo'yishni hal qilish uchun mos keladi. Bunda qabul qilish va olib qo'yishni ichkariga bajarish aks ettiriladi, to'pni esa panjani tashqi tomoni yonboshdan olib qo'yiladi. Bundan tashqari to'pni panjani tashqi tomoni bilan havoda ham olib qo'yish mumkin. oyoq yengil orqaga tortiladi.

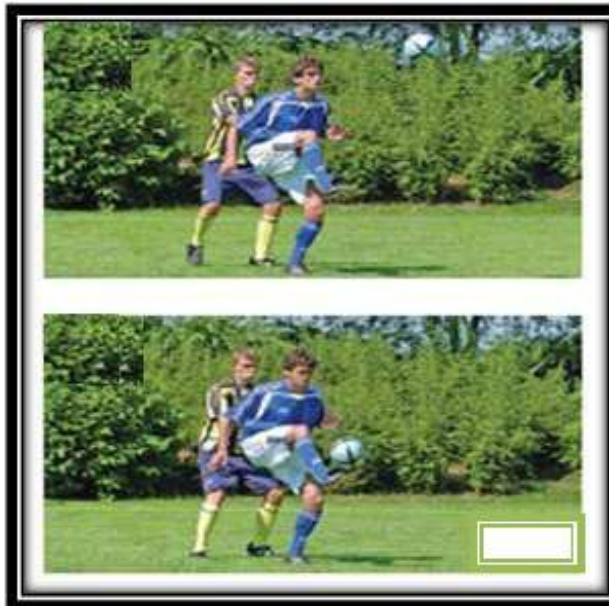
To'pni panjani ostki qismi bilan qabul qilish faqat aylanayotgan va sakrayotgan to'pni panjani ostki qismi bilan qabul qilish imkon bor (13-rasm). O'yin oyoqning panja uchi tortilgan, tovon pastga bosiladi. To'p panjaning ostiga tekkan paytda, to'p ko'tarilishini to'xtatish Panjani ko'tarilgan qismi bilan to'pni qabul qilish.



13-rasm.

To'p kuchli buralib tushayotgan holatlarda tizzadan bukilgan, o'yin oyoq to'pga qarshi siltanadi va to'qnashuv paytida uni birlashuvi sodir bo'ladi va balanddan yumshoq qulaydi. O'yin vaziyatlaridan kelib chiqib, to'pni biroz tizza darajasida yoki yerga yaqin qabul qilinadi. Birinchi holatda to'p "olib qo'yiladi" (14-rasm), ikkinchi holatda panjani biroz

tortilgan uchi to‘qnashish paytida bo‘shashadi, o‘yinni boshlashga tayyor to‘pni “tushirish” uchun boldir biroz orqaga siltanadi.



14-rasm.



15-rasm.

Sonni yuqori qismi bilan to‘pni qabul qilish Kuchli buralib tushayotgan yoki uncha baland bo‘lmagan masofadan tushayotgan to‘p ustidan nazoratni boshqacha imkoniyati, to‘p ustidan ishonchli nazoratni ta’minlovchi tegadigan keng yuza, sonni yuqori qismi bilan qabul qilish hisoblanadi (15-rasm). O‘yin oyoq sonningyuqori qismini to‘pga qarshi olib boriladi va to‘qnashuv paytida to‘p yerga tushishi uchun biroz pasga egiladi (tushiradi).

Ko‘krak bilan to‘pni qabul qilish.

Ko‘pchilik holatlarda to‘p “oyoqlar ochilgan” (o‘ng yoki chap olldinda) yengil tik turishda qabul qilinadi, tana og‘irligi ikkala panjaga ko‘chadi. Ko‘krak qafasini to‘p qarshisiga olib boriladi, bunda tananing yuqori qismi to‘pning qulash burchagi va aniqligiga qarab, to‘pni “yuklash” uchun biroz orqaga egiladi (16-rasm). Bunga muqobili to‘qnashuv paytida to‘pga “oqish” ga imkon berish uchun bir vaqtning o‘zida qo‘llarni oldinga ko‘tarish bilan ko‘krakni orqaga olish.

Ko'krak bilan to'pni qabul qilishni sakrashda ham bajarish mumkin. Himoyachining egallagan holati va o'yinning keyingi o'ylangan yo'nalishidan kelib chiqib, sakrash qisqa aylanish bilan bog'liq.



16-rasm.

Mashg'ulot maqsadlari

Uzatilgan to'pni panjaning ichki va tashqi tomoni, ko'tarilgan qismi, sonni yuqori qismi, ko'krak bilan ishonchli nazoratga olish;

To'pni (natiskom) qabul qilish va kirishish harakatlarini tez bajarish;

O'yin davomida saqlab qolish bilan to'pni nazoratga olish;

Yuqori yugurish tempida to'pni nazoratga olish;

To'pni qabul qilishda raqibni chalg'itish/aylanib o'tish, ehtimol, fint yordamida.

To'p olib yurish.

To'p olib yurish yordamida o'yinchi har xil joyga ko'chib yurishi mumkin. Bunda to'p doim o'yinchi nazoratida bo'ladi. To'p olib yurishda yugurib, (ba'zan yurib) to'pga turli xil zarba beriladi. Zarba berish ketma-ket va turli maromda, oyoq bilan yoki kalla bilan ijro etiladi. To'p olib yurishning tasnifi 17-rasmda berilgan. To'p olib yurishning ba'zi usullari mustaqil ahamiyatga ega bo'lmay, o'yinda o'z xolicha kamdan-kam qo'llaniladi. Ammo ularni to'p olib yurishning boshqa xillari bilan birga qo'shib olib borish o'rinli bo'ladi.



17-rasm.

Masalan, son yoki kalla bilan to‘p olib yurish jihatdan noo‘rin. Lekin o‘yinda ko‘pincha shunday vaziyatlar yuzaga kelib qoladiki, unda to‘pni oldin bir necha marta kallada urib, keyin sonda ozroq o‘ynatib, pirovardida oyoq bilan kerakli usulda olib yurishga o‘tiladi.

Oyoq bilan to‘p olib yurish. To‘p olib yurishning bu asosiy usuli yugurish hamda to‘pga oyoq bilan turli usullarda zarba berib borishning birga qo‘shilganidir. Yugurish va to‘pga oyoq bilan zarba berish texnikasining tahlili alohida-alohida yuqorida berilgan. Shuning uchun to‘p olib yurishning eng muhim detallari va xususiyatlariga to‘xtalib o‘tamiz.

To‘p olib ketayotganda, taktik vazifalardan kelib chiqib to‘pga har xil kuch bilan zarba beriladi. Kattaroq masofani tez bosib o‘tish kerak bo‘lsa, to‘pni o‘zidan 10-12 m uzoqlashtirib yuguriladi. Bunda raqib qarshilik ko‘rsatsa, to‘pni oldirib qo‘yish mumkin. Shuning uchun to‘pni uzluksiz nazorat qilib borish va 1-2 m dan ortiq uzoqlashtirib yubormaslik kerak. Shuning bilan birga to‘pga tez-tez zarba beraverish ham to‘p olib yurish tezligini kamaytirib yuborishini unutmaslik lozim. Ko‘rilgan ikkala holda ham zarba berish uchun maxsus silkinish harakatlarini qilishning zarurati yo‘q. Orqadagi oyoqda depsinish zarba berish uchun tayyorlov fazasi bo‘ladi. Tayanch oyoq to‘pning yonginasiga qo‘yiladi. Silkinuvchi oyoq to‘p tomon harakat qilib zarba beradi.

To'p olib yurishning o'yinda eng ko'p qo'llaniladigan bir necha turi bor. Ular bir-biridan zarba berish usuli bilangina farq qiladi. Oyoq yuzining o'rta qismi bilan va oyoq uchi bilan to'p olib ketilayotganda asosan to'g'ri chiziqli harakat qilinadi. Oyoq yuzining ichki qismi bilan to'p olib yurish yoy bo'ylab harakatlanish imkonini beradi. Oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'p olib yurishda harakat yo'nalishini keskin o'zgartirish mumkin. Oyoq yuzining tashqi qismi bilan to'p olib yurishni universal usul deb hisoblasa bo'ladi. Bu usul to'g'ri chiziqli harakat qilish, yoy bo'ylab harakatlanish va yo'nalishni o'zgartirish imkonini beradi.

Sakrab borayotgan to'pni olib yurishda oyoq yuzining o'rta qismi bilan yoki son bilan zarba berib boriladi. Bu ikki usulda to'pni yerga tushirmay olib yurish mumkin.

Bosh bilan to'p olib yurish. Bu usulni qo'llaganda o'yinchi turli yo'nalishlarda harakatlar qiladi va ketma-ket bosh bilan to'pni yerga tushirmay olib yuradi. Asosan peshona bilan zarba beriladi. To'p oldinga shunday kuch va traektoriya bilan yo'naltiriladiki, uning ketidan yetib borib bosh bilan zarba berishga ulgurish kerak.

2.5. Maydon o'yinchisining texnikasi

Yosh futbolchilar bilan ishlaydigan murabbiylar o'yinda yuzaga keladigan harakatlarni bajarish usullarini yaxshi egallagan bo'lishlari lozim. Futbol texnikasining o'ziga xos xususiyatlari, boshqa sport turlaridan farqi, o'ziga xos bo'lgan qirralari va harakatlanish malakalarini bilmagan murabbiy futbol o'yini texnikasiga muvaffaqiyatli o'rgatishga qodir emas.

Futbol o'yini texnikasi, harakat malakalarining umumiy o'ziga xos xususiyatlaridan tashqari, bir qator o'ta ixtisoslashgan malakalarga ega.

Texnika usullari va to'pni egallab olishning ayrim elementlarini bajarish hamda ularni o'yin vaziyatlarida qo'llash quyidagicha tavsiflanadi:

1. futbol harakatlari malakasi har doim ma'lum bir sifatlar, masalan, mushak-kuch, tezkorlik, chidamlilikka asoslanadi;

2. harakat malakasi o'yin texnikasini ifodalovchi element hisoblanadi va u shundan iboratki, uzoq vaqt ichida yuqori darajada barqaror bo'ladi, ya'ni o'yin texnikasi malakalari ko'p yillarga saqlanib qoladi;

3. futbol o'yini texnikasi uchun xos bo'lgan tabiiy holat shundan iboratki, asosiy texnika usullarini qo'l bilan emas (bu insonlar uchun odatiy hol), balki oyoq bilan bajarishga to'g'ri keladi. Bu faqat o'rgatishning boshlang'ich davridagina o'yin texnikasini egallash uchun qiyinchilik tug'diradi;

4. futbol o'yini texnikasi elementlari g'ayrioddiy, bolalar uchun notabiiy bo'lganligi sababli, o'yin texnikasiga o'rgatishda tegishli uslubiy usullarni qo'llash zarur bo'ladi:

5. o'yin paytida futbolchilar texnik usullarni "o'ziga xos muhitda" qo'llaydilar: o'yin qoidalarida gavda bilan kurash olib borish ruxsat beriladi. Bunda raqibingiz sizga u yoki bu texnika usulini qo'llashingizga xalaqit berishi mumkin. Shuning uchun texnikaga o'rgatish va uni mustahkamlashda o'yindagi kurash xususiyati hamda raqibning qarshilik ko'rsatuvchi harakatlarini nazardan qochirmaslik lozim;

6. futbolda (birinchi navbatda o'yin paytida) harakatlarni oldindan mo'ljallay olish mumkin emas: ular vaqt va makonda sodir bo'ladi. Ularni oldindan rejalashtirib bo'lmaydi. Bu harakatlarning makondagi, vaqt oralig'idagi va dinamik (mushak kuchi, tashqi ta'sir kuchlari) tuzilmasi ko'pgina "individual" sport turlariga (yengil atletika, gimnastika, suzish, velosiped sporti va h.k.) nisbatan boshqacharoq.

O'yin xususiyati va harakatlarning o'ziga xos tuzilmasi, o'yinchilarning individual jismoniy hamda ruhiy xususiyatlaridan tashqari, texnikaga o'rgatish va uni mustahkamlashni belgilab beradi. Harakatlarga o'rgatishni alohida qismlarga bo'lingan holda amalga oshirish mumkin emas.

Maydon o'yinchisining texnikasi ikkita kichik bo'limdan iborat. Bulardan biri harakatlanish texnikasi bo'lsa, ikkinchisi to'pni boshqarish texnikasidir.

Maydon o'yinchilari harakatlanish texnikasining yuqorida tahlil qilingan xilma-xil usullari, usul va turlarining barchasidan foydalanadilar.

To'pni boshqarish texnikasiga quyidagi usullar guruhi kiradi: zarba berish, to'pni to'xtatish, to'pni olib yurish, aldash harakatlari (fintlar), to'pni olib qo'yish. Bundan tashqari, qo'lda bajariladigan spesifik usul - yon chiziqning narigi yog'idan to'pni tashlab berish ham to'pni boshqarish texnikasiga kiradi (*18-rasm*).



18-rasm.

O'yin vaqtida qaysi usulning qancha miqdorda ijro etilishi futbolchilarning o'yindagi funksiyalariga bog'liq. Usullarni ijro etish sifati esa maydon o'yinchilarining hammasida yuksak darajada bo'lishi kerak.

Jamoaning o'yin darajasi, o'yinchilarni o'yin texnik qobiliyatlariga bog'liq bo'ladi.

Shu jumladan u ximoya va xujum xarakatlarida, manyovrli kombinatsiyali o'yinda va o'yinning ishonchli ximoyali usulida kuch va tezlikni tejamkor sarflanishini ta'minlaydi. O'yinchining texnik ko'nikmalari qanchalik yaxshi rivojlangan bo'lsa, shunchalik unga to'pni boshqarishda diqqat kamroq talab qilinadi. U erkin tarzda o'yinni kechishini, o'z sheriklari va raqiblarini xarakatlarini nazorat qilishi mumkin. O'yinni taxlili texnikani samarali qo'llanilishidagi katta ko'lamdagi xarakatlarni ta'minlab beradi.

Texnika futbolchining ish qobiliyatining qolgan ikki omili taktika va sport formasi bilan yaqin o'zaro bog'liqlikda bo'ladi.

Texnik qobiliyatlar o'yinni muvaffaqiyatli taktik konsepsiyasi uchun asosni tashkil etadi. Yakka tartibdagi, guruxli va jamoaviy xoxlanayotgan taktik xarakatlarni tayyorgarlikni ma'lum bosqichida erishilgan texnik daraja bilan moslab borish kerak. Aloxida o'yinchilarning texnik tayyorgarlik darajasi ularning intellektual qobiliyatlari bilan birga jamoaning ish qobiliyatini cheklovchi omil bo'lib xisoblanadi. To'pni egallash va boshqarishga o'z e'tiborini qaratishi kerak bo'lgan o'yinchilar, o'yin vaqtida vujudga kelayotgan vaziyatlarda, o'zining o'yin hulqini kerakli tarzda o'z sheriklari va raqiblariga nisbatan to'g'ri moslay olmaslik xolatida bo'ladi. Shuning uchun, texnikani takomillashtirishga qaratilgan mashg'ulotlarning maqsadi xarakatlarni elementlarini ketma-ketligini o'ta mukammal bo'lishini ta'minlashga qaratilgan (xarakatlanishning dinamik steriotiplari), ularni xarakatlanish ko'nikmalari sifatida belgilanadi. Boshqa tomondan esa, texnikani takomillashtirishga qaratilgan mashg'ulot, yangi paydo bo'layotgan vaziyatda xarakatning dominant ketma-ketligidagi elementlarini tez moslashishini imkonini berishi kerak.

2.6. Darvozabon o'yin texnikasi

Hozirgi futbol darvozabondan ustalik bilan darvozani himoya qilishnigina emas, balki jarima maydoni ichida faol harakat olib borishni, shuningdek, hamma himoyachilarni boshqaribturishni ham talab qiladi. U jamoasining hamma mudofaa harakatlarini muvofiqlashtirib turadi.

Darvozabon turadigan (hammadan orqada) joyning o'zi unga hujumchilar qanday tizilib kelayotgani va ular nima maqsadda ekanini ko'rib turish imkonini beradi. Vaholanki, bu narsa ba'zida maydonning ayrim joylaridagi o'yinchilar nazaridan chetda qoladi. Shuning uchun mudofaadagi sheriklariga vaqtida "shipshitib qo'yish" himoya harakatlarining mustahkamligiga muhim ta'sir ko'rsatishi mumkin. Buning ustiga, darvozabon o'z jamoasining ko'pgina hujumlarini boshlab beradigan (to'pni qo'lga kiritganida yoki darvozadan to'p tepib berganida) futbolchi, shu sababli ham hujum qatorlarida tashabbus va izchillik saqlanib turishi uchun uning mahorati juda zarur.

Jamoaning himoya va hujumdagi umumiy o'yini darvozabonning individual taktik tayyorgarligiga anchagina bog'liq. Darvozabonning texnik mahorat va jismoniy tayyorgarlikdan o'yinda to'laroq foydalanishiga uning taktik bilimi yanada ko'proq ta'sir qiladi. Ana shuning uchun ham darvozabonlarning taktik tayyorgarligi masalasiga nihoyatda jiddiy e'tibor berish kerak.

Darvozabon taktikasini quyidagilarga bo'lish mumkin:

- mudofaadagi harakatlar;
- hujumdagi harakatlar;
- sheriklar harakatini boshqarish;

Darvozabonning himoya va hujumdagi harakatlari.

Darvozabonning asosiy vazifasi bevosita o'z darvozasini himoya qilishdir.

Bunda "darvozdagi harakatlar" bilan "darvozadan chiqqandagi harakatlar"ni ajratib ko'rsatish mumkin.

Darvozdagi harakatlar.

Raqibining yakunlovchi zarbalaridan darvozani bevosita himoya qilishda darvozabon quyidagilarga rioya qilish kerak (19-rasm).



19-rasm.

1) Pozitsiya (joy) tanlash. To'g'ri tanlangan pozitsiya darvozbonga eng kam kuch sarflab, raqiblar darvozaga yo'naltirgan to'plarni ishonchli qabul qilib olish imkonini beradi. Bunda hujum qilayotgan jamoaning to'pni boshqarayotgan o'yinchisi holatini, ya'ni qanday burchak hosil qilib zarba berilishini hisobga olish zarur. Burchak qanchalik o'tkir bo'lsa (masalan, raqiblar jamoasining o'yinchisi qanotda darvoza chizig'iga yetib kolsa), darvozabon to'pni egallab turgan o'yinchi tomondagi ustunga shunchalik yaqinlasha boradi. Markazdan hujum bo'lganda darvozabon nishonga urish burchagini toraytirish va darvozaning istalgan burchagiga yo'naltirilgan to'pni olishni osonlashtirish uchun bir oz oldinroqqa chiqishi kerak. Pozisiyani yaxshi tanlovchi darvozabon to'pga kamdan-kam yiqilib tashlanadi. Bu esa hujumchi go'yo darvozabonni poylab to'p yo'naltirganday taassurot hosil qiladi. Xuddi shuning o'zi pozitsiya tanlay bilishga berilgan eng yuksak bahodir.

2)Qaysi hujumchi qanday yo‘nalishda zarba berishni yaxshi ko‘rishini biladi. Tajribali darvozabonlar raqiblar harakatini sinchiklab o‘rganib, ba’zan har qaysi yetakchi hujumchiga kartotekadek bir nima tuzib boradilar. Bu umumiy qonuniyatlargagina emas, balki mazkur muayyan raqibning xususiyatlariga asoslanib pozisiya tanlashni ko‘p jihatdan osonlashtiradi. Shuning uchun darvozabon gohida "to‘g‘ri pozisiya"dan u yoki bu tomonga ko‘proq siljib mantiqan to‘g‘ri qiladi.

3)O‘z harakatlarining kuchli va zaif tomonlarini bilish. Ayrim hollarda darvozabon yiqila turib to‘p olish qulayroq tomonda darvozaning kattaroq qismini qoldiradi. Bu hol darvozaning kattaroq qismini to‘shish uchun eng qulay pozisiya tanlash imkonini beradi. Joy tanlashni takomillashtirish uzviy suratda trenirovka qilishni, har bir match davomida yig‘inchoqlikni, nihoyatda e’tibor bilan o‘ynashni, bosiqlik va shoshilmaslikni talab qiladi.

Harakat usulini tanlab olish darvozabonga berilgan zarbani qaytaruvchi texnik usulni to‘g‘ri ijro etish imkonini beradi. Bunda darvozabon: darvozadagi o‘z pozisiyasini, to‘pning uchish traektoriyasini (to‘p yuqoridan, pastdan, yon tomonga yaqinroqdan, uzoqroqdan va hokazo kelayotganini); zarba kuchini, ya’ni to‘pning uchish tezligini (to‘pni ilib olish tomoniga surilish yoki uni yiqila turib ilish kerakligi shunga bog‘liq); o‘z o‘yinchilari va raqib o‘yinchilari qanday joylashganligini (shunga qarab to‘pni ilib olish, qaytarib yuborish yoki tashqariga o‘tkazib yuborish kerakligi hal qilinadi); maydon va to‘pning ahvolini (to‘pning sirti va yer ho‘lmi yoki quruq ekani va hokazo) e’tiborga oladi.

Harakat usulini aniqlab olgandan keyin darvozabon tegishli texnik usul yordamida uni amalga oshiradi.

Darvozadan chiqqandagi harakatlar

O'yindagi ahvol darvozabonni ko'pincha darvozani tashlab chiqib, jarima maydoni doirasida harakat qilishga majbur etadi. Bunday hollarda darvozabon yo jarima maydoni doirasiga yo'naltirilgan (uzatilgan yoki g'izillatilgan) to'plarni tutib qoladi, yo bo'lmasa to'pni qo'lga kiritish uchun raqib bilan yakkama-yakka kurash boshlaydi (bunda to'p darvozabon bilan yakkama-yakka chiqqan hujumchi nazoratida bo'lishi, uchib kelayotgan to'p esa "hech kimda" bo'lmasligi kerak).

Darvozabon quyidagi hollarda darvozani tashlab chiqishi mumkin:

- ✓ Darvozadan chiqish nihoyatda zarur bo'lsa;
- ✓ darvozabon tepalatib uzatilgan to'pga yeta olishiga, ya'ni o'z o'yinchilarining va raqib tomon o'yinchilarining joylashishi birmuncha bemalol harakat qilish imkonini berishiga ishonrsa;

- ✓ raqib g'izillatib uzatgan to'p darvoza yaqinida o'tayotgan bo'lsa.

Darvozabon quyidagi hollarda darvozani tashlab chiqmasligi kerak:

- ✓ to'pni qo'lga kiritish uchun kerakli pozisiyaga o'tib ulgurishiga ishonmasa;

- ✓ himoyachilardan birortasi to'pni egallagan hujumchi bilan yoki "neytral to'p" uchun kurashib turgan bo'lsa;

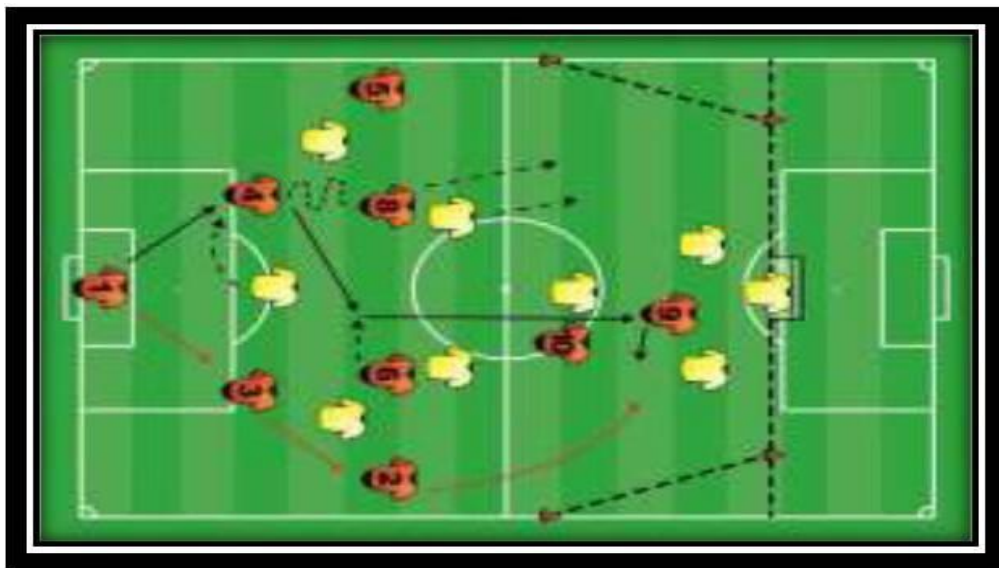
- ✓ jarima maydoni o'yinchilarga to'lib ketib, ular darvozabonning kerakli pozisiyaga chiqishiga xalaqit berishi mumkin bo'lsa.

Tashlab chiqilgan darvoza raqib uchun ochilib qolishini darvozabon doim esda tutishi, shuning uchun ham qanday bo'lmasin, to'pni qo'lga kiritib, hujumdagilarni zarba berish imkoniyatidan mahrum qilishi kerak.

Darvozabonning hujumdagi harakatlari

O'yin vaqtida to'pni qo'lga kiritgandan keyin yoki darvozadan tepish huquqini olgandan keyin, o'z jamoasining hujum harakatlari boshlang'ich

bosqichini uyushtirib berish darvozabonning muhim vazifasi hisoblanadi (20-rasm).



20-rasm.

Darvozadan tepishda hujum uyushtirish

Darvozadan tepishda hujum uyushtirishning ikki xil varianti bor:

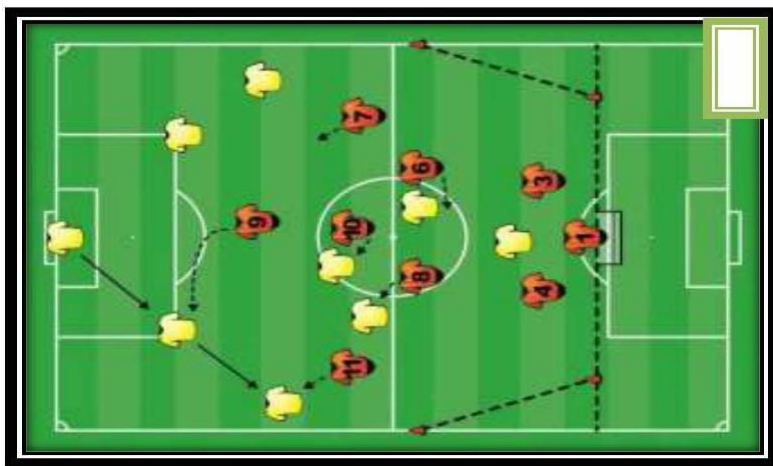
1) Darvozabonning to'pni qo'lga kiritish huquqini olishi mo'ljallangan kombinasiya. Darvozabon to'pni himoyachilardan biriga, ko'proq qanot himoyachisiga oshiradi, u esa to'pni darvozabonning o'ziga qaytaradi. Darvozabon to'pni qo'lga kiritib, hujumni turli usulda (qo'lda tashlab berib, qisqa, o'rtacha va uzoq masofalarga tepib berib) davom ettirishi mumkin. Darvozadan tepib o'yin boshlaganda, hamma kombinasiyalar trenirovka paytida to'pni raqib tutib olishiga yo'l qo'ymaydigan darajada obdon ishlangan bo'lishi kerak.

2) To'pni ochilgan sheriklardan biriga uzatib berish. Darvozabon to'pni qulay pozitsiyaga chiqib ochilgan sheriklaridan biriga oshiradi. To'p qancha uzoq masofaga uzatilsa, hujum shunchalik tez rivoj topa oladi, chunki bu xildagi birinchi uzatishdayoq raqibning bir qator o'yinchilari mudofaada faol qatnashishdan mahrum bo'lib qoladi.

Darvozabon turli masofalarga to'p uzatishning umumiy qonunlarini bilishi shart: to'p qanchalik qisqa masofaga uzatilsa, uni oldirib qo'yish ehtimoli shunchalik kam; qanchalik uzoq masofaga uzatilsa, o'yin shunchalik keskinroq bo'ladi. Shuning uchun to'pni qanot tomonda ochilgan o'yinchiga - qisqa masofaga uzatgan ma'qul, chunki raqib to'pni tutib qolganda ham, darvozaga bevosita xavf sola olmaydi.

Javob hujumi uyushtirish.

O'yin vaqtida to'pni qo'lga kiritganidan keyin darvozabon uni qo'li bilan uzatib, javob hujumi harakatlarini boshlab beradi yoki oyoq bilan tepib uzatadi



21-rasm.

Bunda qo'l bilan tashlangan to'p sherikka juda aniq yo'naltirilsa ham, qisqa masofaga yetib borishini (to'g'ri, to'pni qo'l bilan 30-40 metrga etkazib beradigan darvozabonlar ham bor), tepilganda esa, masofa uzaysa-da, yetkazib berish aniqligi kamayib ketishini hisobga olish kerak.

Darvozabon javob hujumi boshlanayotganda muayyan taktik vazifani hal qiladi, chunki bu vaqtda uning sheriklari jamoa harakatlarining taktik rejasini amalga oshirish uchun eng qulay pozisiyaga chiqish niyatida manyovrlar qilishayotgan bo'ladi. Bu vazifaning to'g'ri hal etilishi jamoaga tashabbusni qo'lda saqlash, raqibni o'zi uchun qulay sharoitda

o'ynashga majbur qilish imkonini beradi. Darvozabon javob hujumi uyushtirayotganda, undan nima talab qilinishini yaxshi bilishi kerak. Agar jamoa qanot hujumchilarining tezkor harakatlaridan bot-bot foydalanayotgan bo'lsa, to'pni qanotdagi uzoq joyga uzatib bergani ma'qul.

To'pni o'yinga kiritish usulini tanlash yoki javob hujumini boshlashda darvozabon quyidagilarga amal qiladi:

- darvozadan tepish yoki darvozabon boshlaydigan javob hujumida jamoa harakatlarini uyushtirish rejasi;

- o'yindagi vaziyat va sheriklardan har birining bu vaziyatni qanchalik tez baholay bilishi;

- o'z hujumchilarining "neytral to'p" uchun raqiblarga qarshi, ayniqsa havoda yakkama-yakka kurashi natijalar (agar himoyachilar osongina yutib chiqishayotgan bo'lsa, to'pni yuqorilatib maydon markaziga tepib berish maqsadga muvofiq emas va, aksincha, raqib to'pni yo'lda tutib qolishga intilib o'ynayotgan bo'lsa, unda to'pni uzoq joyga - himoyachilar orqasiga uzatib berishdan foydalanish mumkin va hokazo);

- o'z darvozasi xavfsizligini (ayniqsa, qo'l bilan to'p uzatayotganda) maksimal saqlab qolish vazifasi.

Sheriklar faoliyatini boshqarish.

Hozirgi vaqtda butun jamoaning hujumi va, ayniqsa, mudofaasini uyushtirishni boshqarmaydigan darvozabonni tasavvur ham qilib bo'lmaydi.

Darvozabon o'yin vaziyatini tezgina baholab, hujumning yo'nalishi, straxovka uchun to'g'ri joylashib olish to'g'risida sheriklariga qisqa va lo'nda ko'rsatmalar berishi shart. Bu ishni u to'pni e'tibordan chetda qoldirmay, hatto o'zi kurash olib borayotgan paytlarda ham qilishi kerak. Mudofaada ishonch bilan harakat qilish, mudofaaning barqaror va

mustahkam bo'lishi ko'p jihatdan darvozabon bilan himoyachilarning (birinchi galda markaziy himoyachilarning) bir-birlarini nihoyatda yaxshi tushunishlariga bog'liq. Bevosita darvoza yaqinida jarima to'pi yoki erkin to'p tepilayotganda, "devor" yasashga, shuningdek, burchakdan tepish paytlarida darvozabonning bir o'zi boshchilik qiladi.

Darvozabonning taktik tayyorgarligini takomillashtirishda quyidagilar ko'zda tutiladi:

- a) tanlanadigan harakatlarni aniq, vaqtda va tez belgilab olish;
- b) darvozada, jarima maydonida mo'ljal ola bilish;
- c) yuksak mahorat bilan "o'yinni o'qiy olish", ya'ni mudofaa va hujumda o'yin sharoitini a'lo darajada tushunish asosida sheriklar bilan hamkorlik qilish.

Hujum taktikasiga tushunchasi

Hujum taktikasi deganda to'p ixtiyorida bo'lgan jamoaning raqib darvozasini zabt etish uchun qiladigan harakatlarini uyushtirish tushuniladi. Hujum harakatlari tuzilishining xilma-xilligi, hujum rivoji sur'atining, asosiy yorib o'tish yo'nalishining o'zgartirilishi, nihoyat, yakkama-yakka kurash, texnik usullarning xilma-xil bo'lishi - bularning hammasi hujumni barbod etishga intilayotgan himoyachilarni nihoyatda qiyin ahvolda qoldiradi.

Hujumdagi harakatlar individual harakatlarga, guruh harakatlari va jamoa harakatlariga bo'linadi.

Hujum vaqtidagi harakatlar – individual, guruhiiy hamda butun jamoa bilan bajariladigan harakatlar

Hujumdagi individual taktika –bu futbolchining muayyan maqsadni ko'zda tutgan harakatlari, uning mazkur o'yin vaziyatida mavjud bo'lgan

bir qancha imkoniyatlardan eng to'g'risini tanlay bilishi, futbolchining to'p o'z jamoasida bo'lganda, raqibning diqqat-e'tiboridan chetga chiqqan olishi, o'zi va sheriklari uchun o'ynaydigan bo'sh joy topishi hamda paydo qila bilishi, kerak bo'lib qolgan taqdirda esa himoyachi bilan kurashda yutib chiqishi demakdir.

To'psiz harakatlar.

To'psiz harakatlar quyidagilardan: ochilish, raqibni chalg'itish va maydonning ayrim qismida o'yinchilarning son jihatdan ortiqqligini yaratishdan iboratdir.

Ochilish - bu futbolchining sheriklaridan to'p olish uchun qulay sharoit yaratish maqsadida joy o'zgartirishi. Mohirlik bilan ochilish uchun hujumchi u yoki bu vaziyatning qanchalar qulayligini juda yaxshi baholay oladigan bo'lishi kerak. Eng qulay pozisiyaga vaqtida chiqib olish hujumchi va unga qarshi o'ynayotgan himoyachining tezkorlik xislatlariga, sheriklarning harakatiga va boshqa omillariga bog'liq bo'lishi mumkin. Muvaffaqiyat ko'p jihatdan hujumchining to'p qabul qiladigan pozisiyaga qanchalar tez chiqib olishiga va to'p olgandan keyin qanday harakat qilishiga bog'liq.

Hujumchilar asosan maydon bo'ylab manyovr qilib, to'psiz harakatlanib yuradilar.

Manyovr qilish - bu futbolchining ochilib chiqishga va raqibni chalg'itishga qaratilgan ko'p martalab joy almashtirishi. Hamma harakatlar natijasi, pirovardida matchning qanday tugashi, o'yinchi qanchalar to'g'ri pozisiya tanlashiga, ayni paytda to'pni diqqat-e'tibordan chetda qoldirmay, futbolchiga sheriklaridan qanchasi o'zini "taklif etishi"ga bog'liq.

Sheriklaridan hech biri markazdan hujum qilmayotgan bo'lsa, qanot hujumchisi raqib darvozasiga bevosita xavf solish uchun eng qulay pozisiyaga chiqib, butun maydon kengligi bo'ylab ochilishi mumkin.

Hamma hollarda ham futbolchi pozitsiya tanlashda quyidagilarga amal qilishi kerak:

1. Ochilish raqib uchun kutilmaganda va katta tezlikda ijro etilishi kerak. Bu himoyachidan uzoqlashib, to'p olish uchun ma'lum darajada vaqtdan yutish imkonini beradi.

2. Ochilish hali to'p tegmagan sheriklar harakatini qiyinlashtirib qo'ymasligi lozim.

3. To'pni egallagan o'yinchiga ortiqcha yaqinlashib borish tavsiya etilmaydi - bu hujum rivojlanishini sekinlashtirib qo'yadi.

4. "O'yindan chiqib qolmaslik" uchun juda ehtiyot bo'lish zarur. Raqibni chalg'itish - bu sheriklariga individual harakat uchun qulay sharoit yaratib berish maqsadida futbolchining harakatlanishi. Qo'riqchisini ergashtirib ketish maqsadida ma'lum zonaga soxta harakatlana borib, yo to'pi bor o'yinchining, yoki darvozaga bevosita xavf solish uchun qulay pozisiyada turgan sherigining bermalol harakat qilishini ta'minlab berish yaxshi manyovr hisoblanadi.

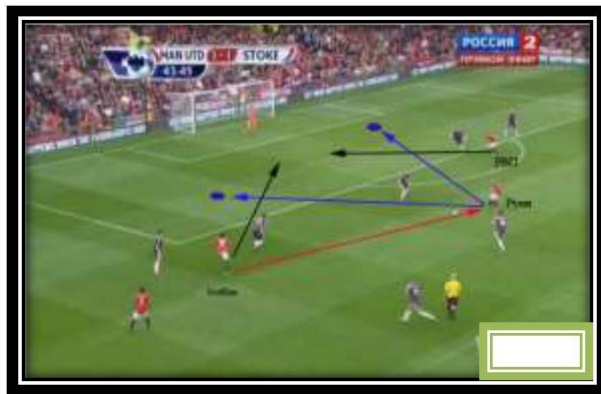
Chalg'itish harakatlarini amalga oshirganda quyidagilarni yodda tutish kerak.

1) Harakatlanishlar "rostakam" bo'lishi, ya'ni chinakam xavf solib, himoyachilarni harakatlanayotganlar ortidan quvishga majbur etadigan bo'lishi zarur.

2) Harakatlanishlar maksimal tezlikda bo'lmasligi kerak, chunki raqib uning harakatlarini ilg'amay g'olib, quvishni boshlamasligi mumkin (tez harakatlanish chalg'itish bo'lmay, balki yuqorida aytilganidek ochilish bo'ladi).

3) Chalg'itish harakatlarining bir qancha variantlarini bilgan ma'qul, shundagina himoyachilar faoliyati nihoyatda qiyinlashib qoladi.

Maydonning ayrim qismida o'yinchilarning son jihatdan ustunligini hosil qilish (22-rasm). Hujumchi o'yinchilar maydonning biron qismida himoyachilar bilan yakkama-yakka kurashni uddalay olmayotgan bo'lsa, o'yinchilardan biri to'pni egallagan hujumchi o'ynab turgan zonaga o'tgani ma'qul. Shunda maydonning ma'lum qismida miqdoriy ustunlik hosil qilinib, bundan raqibni yutib chiqish uchun foydalansa bo'ladi.



22-rasm.

Son jihatdan ustunlikka manyovr qilish bilan, shuningdek, yakkama-yakka kurashda raqibni yutib chiqish bilan hamda kombinasiya yordamida erishiladi. Bu taktik yo'l ko'pincha hujumga anchagina o'yinchilar qo'shiladigan tadrijiy hujum paytida ishlatiladi.

Maydonning ayrim qismida ko'p martalab ochilib chiqib turish, chalg'itishlar va son jihatdan ustunlik hosil qilishni uyg'unlashtirish to'pni egallagan o'yinchilari tomonidan ta'minlanadi. To'pni boshqarayotgan jamoaning o'yinchilari qanchalik faol manyovr qilsalar, hujumni rivojlantirishda turli kombinasiya variantlaridan shunchalik ko'p foydalanish mumkin va aynan bir hujumning muvaffaqiyatli tugashi aniqroq bo'ladi.

Ayrim o'yinchining ham, umuman jamoaning ham taktik jihatdan qanchalar savodli ekanini manyovr qilishga qarab aytsa bo'ladi.

To'p bilan harakatlar

To'pni boshqarayotgan futbolchi harakatlarining asosiy variantlari to'p olib yurish, aylanib o'tish, zarba berish, to'pni uzatish va to'xtatishdan iborat.

O'yinchilarning hamma texnik harakatlari "O'yin texnikasi" bobida mufassal tahlil qilingan. Bu yerda esa turli o'yin vaziyatlarida qaysi bir harakatdan foydalanish ma'qulroq ekani haqida ba'zi tavsiyalar berish bilan cheklana qolamiz.

To'pni olib yurish. To'pni egallagan o'yinchining sheriklarini raqiblar to'sib olgan bo'lib, to'pni uzatish imkoni bo'lmasa, u holda mana shu taktik vosita ishlatilgani ma'qul. Bunday vaziyatda o'yinchi quyidagi maqsadlarda to'p bilan birga maydonda uzunasiga yoki ko'ndalangiga harakat qila boshlashi kerak:

a) sheriklarining ochilishiga, shuningdek, ulardan birortasining hujum zonasiga o'tishiga imkoniyat yaratib berish. Bu holda sheriklarining yangi pozitsiyalarga chiqib olishiga vaqt yetarli bo'lsin uchun harakatlanish tez bo'lmasligi lozim;

b) raqib darvozasiga bevosita xavf solish uchun o'z-o'ziga sharoit yaratish. Bunda akschora ko'rishni qiyinlashtirish uchun to'p maksimal tezlikda olib yuriladi. Bundan tashqari, sheriklarning pozitsiyasi qulayligidan darhol foydalanib qolish uchun to'pni boshqarayotgan futbolchi ularning harakatlanishini e'tibor bilan kuzatib borishi kerak.

To'pi yo'q futbolchi to'pni egallagan futbolchiga nisbatan tezroq yugurishini hamma vaqt yodda tutish kerak: shuning uchun ham to'pni uzatish imkoniyati bo'lmagan taqdirdagina uni olib yurgan ma'qul. To'pni ortiqcha ushlab turish hujumning rivojini sekinlashtirib qo'yadi va

sheriklar ishini qiyinlashtiradi, chunki ular qulay pozisiyaga chiqib, to'p olmaganlaridan keyin yana pozisiya almashtirishga majbur bo'ladilar.

To'pni olib yurish shiddati hujum uyushtirishdagi vosita hisoblanib, samarali foydalanish orqali raqib o'yinchilarini oldinga o'tishlari bilan erkin harakatlanishga imkon tug'diradi. To'pni yuqori tezlikda raqib darvozasi tomon bo'sh joylarni qo'lga kiritgan holda olib yurishadi. To'pni nazoratga olib borishdan tashqari bor bo'lgan maydondagi bo'sh joylarning bog'liq holda to'pni oldinroqqa oshirib berish mumkin (23-rasm).



23-rasm.

Aylanib o'tish. Aylanib o'tish, ya'ni to'pni boshqarayotgan o'yinchining raqib bilan kurashda yutib chiqish maqsadidagi harakatlari mudofaadan individual o'tishning muhim vositasidir. Aylanib o'tish usullari qanchalik xilma-xil va samarali bo'lsa, hujum shunchalik xavfliroq bo'la boradi.

Aylanib o'tishning quyidagi turlari mavjud: harakat tezligini o'zgartirib aylanib o'tish; harakat yo'nalishini o'zgartirib aylanib o'tish; aldash harakatlari (fintlar).

Harakat tezligini o'zgartirib aldab o'tish mana bunday bajariladi: to'pni egallagan futbolchi unga yonidan, oldindan - yon tomondan yoki orqadan - yon tomondan hujum qilayotgan himoyachi yaqinroq kelishini

kutib, o'rtacha tezlikda harakat qila boradi. Taxminan himoyachi bilan uchrashiladigan paytda, oraliq 2-3 metrcha qolganda, ya'ni himoyachi bevosita hujum qilish masofasiga kelib qolganida hujumchi harakat tezligini keskin oshiradi. Bunda u go'yo himoyachi bilan shartli uchrashish nuqtasidan o'tib ketib qoladi. Aylanib o'tishning bu turi maydonning yon chizig'i bo'ylab to'p olib ketayotganda yoki to'pi bor o'yinchi diagonal bo'ylab harakatlanayotganida ko'proq foyda beradi. Aylanib o'tishning bu usulini boshqacharoq, muayyan harakat uchastkasida tezlikni kamaytirib ham qilsa bo'ladi.

Harakat yo'nalishini o'zgartirib aylanib o'tishning ikki asosiy varianti bor. Bulardan birinchisi himoyachi to'pni boshqarayotgan o'yinchidan oldinda bo'lganida ishlatiladi. To'pi bor o'yinchi o'rtacha tezlikda to'ppa-to'g'ri himoyachiga qarab ketaveradi. Taxminan 5-6 m qolganda, to'pi bor o'yinchi tezlikni o'zgartirmay olg'a tomon chaproqqa harakat qila boshlaydi. Agar himoyachi harakat yo'nalishi o'zgarganiga e'tibor qilmasa, unda tezlikni birdan oshirib, raqibni orqada koldirib ketish mumkin. Bordi-yu, himoyachi to'pi bor o'yinchining yangi harakat yo'nalishini to'smoqchi bo'lib, shu tomonga o'ta boshlasa, unda to'la tezlikda yo'nalishni o'zgartirib, olg'a tomon o'ngga ketib qolsa bo'ladi. Agar himoyachi to'pni egallagan o'yinchi harakatining yo'nalishlari o'zgarishiga tez e'tibor berib, bu yo'nalishni ham to'sib ulgursa, unda yo'nalishni bir necha bor o'zgartirgan tuzuk. Xullas, muayyan yo'nalishda ilgarilashga himoyachi halaqit bermaydigan bo'lib qolganidagina maksimal tezlikka o'tishni yoddan chiqarmaslik kerak.

Ikkinchi variant himoyachi orqada yoki orqada - yon tomonda bo'lib, to'pi bor o'yinchi bilan bir tomonga harakatlanayotgan va unga yetib

olayotgan bo'lganda qo'llaniladi. Himoyachi yaqinlashib qolgan paytda hujumchi to'pni to'xtatadi-da, 180° ga burilib, o'tib ketib qolgan himoyachini chetlab harakatda davom etadi. Aylanib o'tishning bu turi maydonda uzunasiga ham, ko'ndalangiga ham to'p olib yurishda qo'llaniladiki, bu to'pi bor o'yinchi uzunasiga va diagonaliga harakatlanib borayotganida ayniqsa foydali.

Aldash harakatlari (fintlar) yordamida aylanib o'tish - o'yin joyi nisbatan chog'roq sharoitda kurash olib borshning eng samarali vositasidir. Fintlarning quyidagi turlari mavjud:

Zarba berib fint qilish. To'pi bor o'yinchi himoyachiga yaqinlasha turib, unga 3-4 m qolganda, go'yo to'pni shundoqqina raqibga tepmoqchidek, oyog'ini qattiq orqaga tortadi. Raqib zarba tegishiga chog'lanib, odatda, o'yinchi yonidan o'tib ketganiga tez e'tibor berolmay qoladi. Bu fint himoyachining yonida bo'sh joy bo'lgan hollardagina qo'llaniladi. Yo'qsa hujumchi o'zi bilan kurashayotgan himoyachining yonidagi himoyachiga ro'para kelib qoladi.

Qochib g'olib fint qilish. To'pi bor hujumchi to'ppa-to'g'ri himoyachiga qarab ketaveradi. Orada 2-3 m masofa qolganida hujumchi chap tomonga ketmoqchidek harakat qiladi-da, keyin maksimal tezlikda himoyachining o'ng tomonidan aylanib o'tib ketishga harakat qiladi. Aylanib o'tishning bu turi maydonning istalgan joyida va turlicha o'yin vaziyatida muvaffaqiyat bilan qo'llanilishi mumkin.

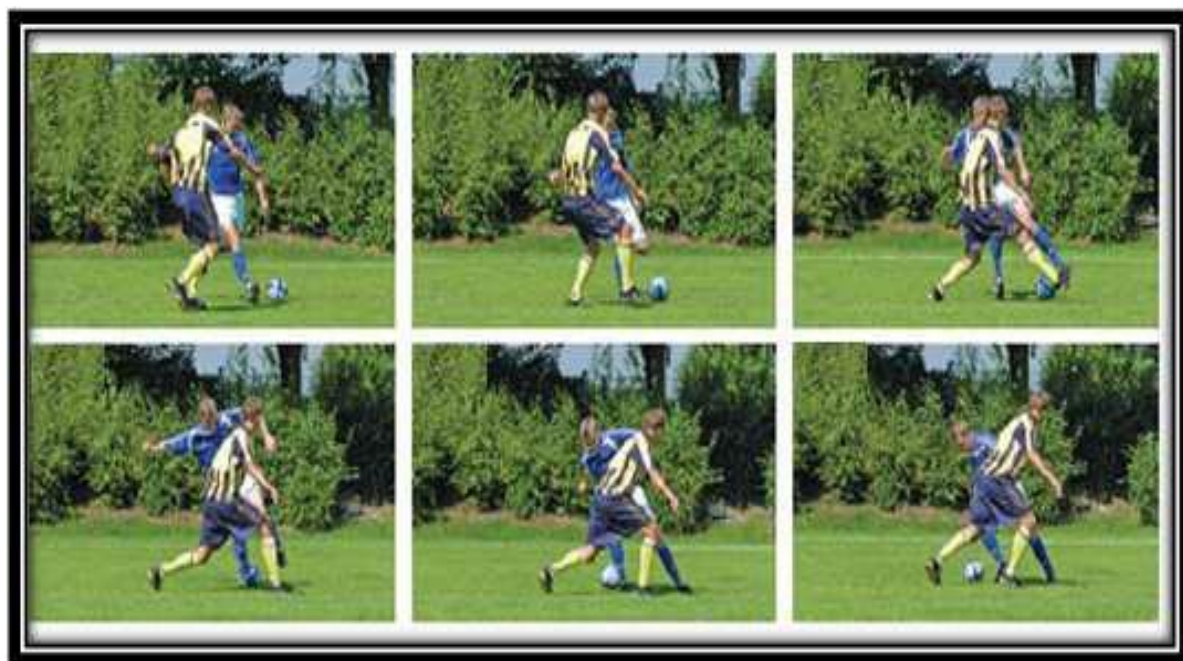
To'pni to'xtatib turib fint qilish. To'pi bor o'yinchi izma-iz kelayotgan himoyachi yetib olayotganini ko'rib, tezligini bir oz kamaytiradi. Orada 1,5-2 m masofa qolganda, hujumchi to'pni to'xtatadi, keyin esa ilgari yo'nalishda maksimal tezlikda harakatni davom ettiradi.

Bir tomonga hujumni yoʻnaltirish haraktlarini bajarib ikkinchi tomonga yugurish. Oʻyinchi hujum harakatlarini qisqa qadamlar bilan tashlanib tayangan oyoqqa tana ogʻiriligini taqsimlash kerak. Aldamchi harakatni bajarayotgan oyoqning tashqi qismida toʻpni qabul qilib diogonal tomonga harakatlanishadi. Bu aldamchi harakatlarni koʻproq aldamchi harakatni toʻp oshirish va zarba berish bilan boshlashadi (24-rasm).



24-rasm.

Oldingi safarga oʻxshab, faqat hozir toʻpni tayangan oyoq ustidan aldamchi harakatlarni bajarishadi (25-rasm).



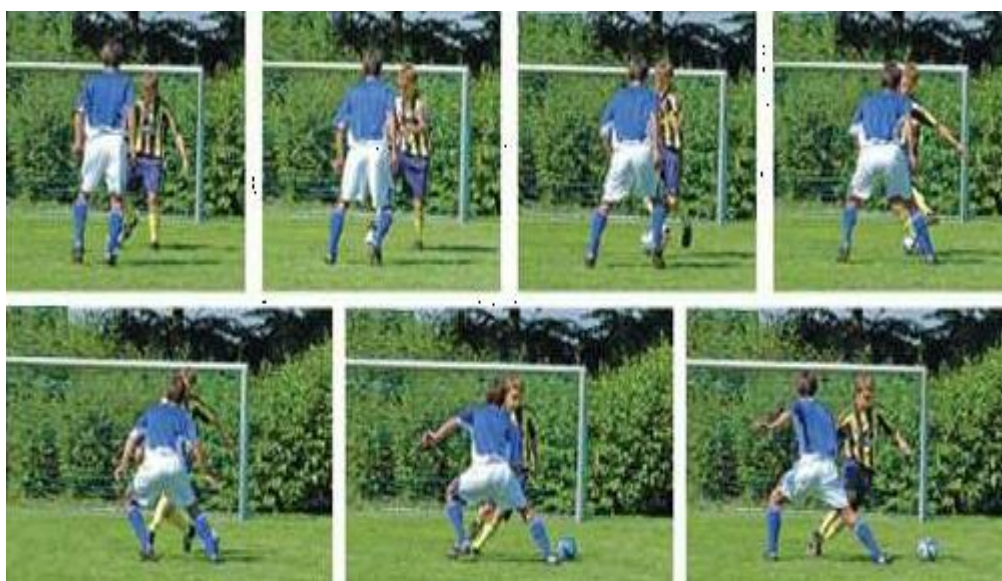
25-rasm.

Oyoq kafti bilan bir tomonga to‘p ustidan olib o‘tgan holda bosish (ko‘chirish), ikkinchi tomondan startdan chiqish. O‘yinchi to‘pni ichkarisidan tashqariga o‘tkazishib og‘irlik markazini shu oyoqqa tushirib, ikkinchi oyoqni ichkaridan diagonal holatda yugurish yo‘liga olib o‘zgartirish (26-rasm).



26-rasm.

Oyoq kaftini tagida bajariladigan aldamchi harakat. Oyoq kaftini tagi bilan oldinga surib oyoqni yerga qo‘yish hamda ikkinchi oyoqda aylanib borayotgan to‘p ustidan o‘tkazilagan holdan dastlabki holatga qaytarish kerak. Keyin ikkinchi oyoqni tayanch oyoq orqasiga olib o‘tkazib bosishi va startdan chiqish kerak (27-rasm).



27-rasm.

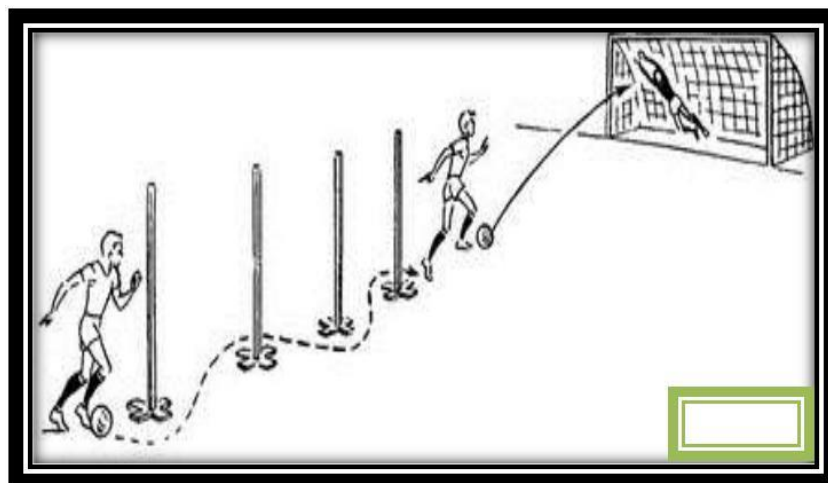
Fint qilib aylanib o'tishning umumiy prinsiplari. Aylanib o'tish ikki harakatdan - soxta va chin harakatlardan iborat bo'ladi. Soxta harakat "mazkur himoyachi tezligida" bajarilishini, ya'ni fintni raqib "ko'rishi" kerak, yo'qsa u soxta harakatga e'tibor berib, akschora ko'ra ulgurmaydi. Vaholanki, hujumchi raqibni soxta yo'nalishda qarshilik ko'rsatishga majbur etishni, binobarin, aylanib o'tishni davom ettirish uchun kerakli yo'nalishni bo'shatib olishni mo'ljallab harakat qiladi.

Fint iloji boricha tabiiy bo'lishi kerak, shundagina himoyachi bajarilayotgan harakatning chinakam ekaniga ishonadi.

Himoyachidan aylanib utib olgandan keyin to'pni gavda bilan to'sib olib, raqib to'pni ola olmaydigan holatga o'tish lozim.

Aylanib o'tishdan maqsad uni namoyish qilishdangina iborat bo'lmasligi kerak. Aylanib o'tish hamma vaqt zarba berish, to'p uzatish, maydonning ayrim qismida miqdor ustunligi hosil qilish va hokazolar uchun qulay sharoit yaratish imkonini beradigan vosita bo'lib qolishi lozim.

Aylanib o'tishni raqiblar jarima maydoni va unga yaqin joylarda ishlatgan ma'qul. Maydonning o'rta qismida va, ayniqsa, o'z jarima maydonida aylanib o'tishni kamroq qo'llash tavsiya etiladi, chunki bunda oldirib qo'yilgan har qanday to'p o'z darvozasi uchun xavfli bo'lib qoladi.



28-rasm.

Darvozani mo'ljallab zarba berish. Bu barcha hujum harakatlarini amalga oshirishning eng asosiy vositasi hisoblanadi. Ana shu "pirovard" harakatlar taktik jihatdan mohirona ishlatilmasa, jamoaning yutib chiqishga qaratilgan barcha urinishlari zoye ketadi (28-rasm).

Darvozani mo'ljallab zarba berish taktikasining umumiy asoslari:

1. Zarba berish oldidan darvozabonning pozitsiyasini mohirona baholash va uning yaxshi ko'rgan harakatlarini bilish (u to'pni qaysi tomondan iladi - chapdanmi yoki o'ngdan, yerdanmi yoki havodan - yaxshi bilish) kerak.

2. Konkret o'yin vaziyatiga qarab zarba berish usulini to'g'ri tanlash lozim.

3. Bajarish xarakteri (kuchliligi, aniqligi, buramaligi, pastlatilganligi va hokazo) jihatidan aynan shu vaziyatda qulay bo'lgan zarbadan foydalanish zarur.

4. Zarba darvozabon uchun iloji boricha kutilmagan bo'lishi (zarba tayyorgarliksiz, oldindan moslab olmay, darvozaning ilib olish eng qiyin joyi tomon va h.k. berilishi) darkor.

5. Darvozani zabt etish uchun qulayroq pozisiyada turgan sherikka to'p oshirib bergan ma'qul.

6. O'yinchi turli usullarda zarba berishni bilishi kerak. Darvozani mo'ljallab kalla zarba berishni bilish nihoyatda muhim, chunki to'p havolatib uzatilganda hujumni yakunlash uchun bu juda qo'l keladi.

To'p uzatish. To'pni uzatish ikki o'yinchining biri ikkinchisiga to'p yo'naltirayotgandagi o'zaro hamkorligi bo'lib, buni futboldagi individual va guruh harakatlari o'rtasidagi oraliq zveno desa bo'ladi. Kimga, qachon va qanaqa qilib to'p uzatib berish masalasini hal qilayotgan, shuningdek,

bu maqsadni amalga oshirayotgan futbolchi individual mahoratini namoyish qiladi. Ayni vaqtda to'p uzatish ikki-uch sportchining birgalikdagi harakatlarini amalga oshirish vositasi hisoblanadi (29-rasm).



29-rasm.

"Guruh taktikasi" bo'limida to'p uzatish taktikasi haqida mufassal so'z yuritiladi.

Futbol matchi davomida yuzaga keladigan taktik vazifalarning ko'pchiligi kombinasiyalar vositasida hal etiladi. Kombinasiya - bu muayyan taktik vazifani hal etayotgan ikki yoki bir necha o'yinchining harakatlari bo'lib, butun o'yin kombinasiyalar va unga qarshi harakatlar zanjiridan iborat. Bunda kombinasiyalar oldindan trenirovkalar vaqtida tayyorlab qo'yilgan va tayyorlab qo'yilmagan, ya'ni matchning o'zi davomida yuzaga kelgan bo'ladi.

Har bir jamoa o'yinning muayyan paytlarida qandaydir bir vazifani birgalikda hal qiladigan zvenolardan, ya'ni taktik birliklardan iborat. Mutlaqo ravshanki, kombinasiya qatnashchilarining hammasi bir-biriga mos harakat qilsalargina muvaffaqiyat qozonsa bo'ladi. Ana shuning uchun ham muayyan kombinasiya tanlash va amalga oshirishda bir-birini tushunish yoki ba'zan aytilishicha, "sheriklik hissi" alohida ahamiyatga

ega bo‘ladi. O‘yinni bir xilda tushunadigan sportchilargina qo‘yilgan vazifani yagona rejada hal eta olishlari va kerakli kombinasiya tanlab, uni muvaffaqiyatli amalga oshira olishlari mumkin.

Kombinat siyalarning ikkita asosiy turi bor, deb hisoblanadi: standart holatlardagi kombinasiyalar va o‘yin epizodi davomidagi kombinasiyalar.

Standart holatlardagi kombinasiyalar. Bunday holatlardagi (to‘pni yon chiziqning narigi tomonidan tashlab berish, jarima to‘pni tepish, erkin to‘p tepish, darvozadan tepish paytidagi) kombinasiyalar o‘yinchilarni maydon zonalarida kombinasiyani amalga oshirish uchun eng qulay qilib joylashtirib olish imkonini beradi. Odatda har qaysi kombinasiyaning variantlari ham bo‘ladi.

Yon chiziqning narigi tomonidan to‘p tashlab berishdagi kombinatsiya.

Burchakdan to‘p tepishdagi kombinatsiyalar. Birinchi variant - to‘pni jarima maydoniga oshirish. To‘p, odatda, yuqorilatib uzatiladi, bunda futbolchi to‘pni darvoza tomonga qayirib (to‘p darvoza to‘riga bevosita borib tushadigan hollar ham bo‘ladi), yoy bo‘ylab uchadigan qilib burab tepishga harakat qiladi. Bu darvozabon bilan himoyachilar faoliyatini qiyinlashtirib qo‘yadi. Gohida to‘pni darvozadan (darvozabondan ham) uzoqlashadigan, ammo yugurib kelayotgan hujumchiga yetib boradigan, yoy bo‘ylab uchadigan qilib burab tepiladi. Kamdan-kam hollarda sherigining oyoq qo‘yib qolishini yoki raqib oyog‘iga tegib darvoza tomon burilishini mo‘ljallab, to‘pni darvozaning uzunasi bo‘ylab "g‘izillatib" pastdan beriladi.

Bevosita raqib darvozasi yaqinida jarima to‘pi tepishdagi kombinatsiyalar. Birinchi variant bevosita darvozani mo‘ljallab tepish.

Bunda ko‘pincha burama to‘p tepishdan foydalaniladi, chunki raqiblar to‘p yo‘lini to‘sish uchun, odatda, "devor" yasaydilar. Darvozaning "devor" yopib to‘rgan tomoniga yo‘naltirgan qulayroq, chunki darvozabon darvozaning to‘g‘ridan-to‘g‘ri zarba berish uchun ochiq qolgan tomoniga ko‘proq e‘tibor beradi. Ikkinchi variant - sheriklardan birini darvozani zabt etish uchun qulay pozitsiyaga chiqarish.

Bevosita raqib darvozasi yaqinida erkin to‘p tepishdagi kombi-natsiyalar. Bunday kombinasiyalardan maqsad - jarima to‘pi tepishdagi kombinasiyalarning ikkinchi variantida qanday bo‘lsa, xuddi shunday, ya’ni sherigini darvozani zabt etish uchun qulay pozitsiyasiga chiqarish.

Darvozadan tepishdagi kombinatsiyalar. Bu kombinasiyaning ikki ko‘rinishi bor. Birinchi holda darvozabon ochilgan sheriklaridan biriga, ko‘pincha yon chiziq yaqinida ochilgan sherigiga to‘pni tepib chiharib beradi. Ikkinchisida esa darvozabon jarima maydonining yon chizig‘i yaqinida ochilgan himoyachiga to‘pni tepib chiharib beradi, himoyachi esa to‘pni darvozaabonga qaytaradi. Keyin darvozabon to‘pni oyog‘i bilan tepib maydonga chiharadi yoki qo‘li bilan sheriklaridan biriga tashlab beradi.

Maydonning boshqa qismlarida jarima to‘pi tepish va erkin to‘p tepishdagi kombinasiyalar "o‘yin epizodlaridagi kombinasiyalar" bo‘limida qarab chiqiladi, chunki ular aslida bir-biridan kam farq qiladi.

Standart holatlardagi kombinasiyalar bir xilda bo‘ladi, deb o‘ylash noto‘g‘ri. Yuksak mahoratli jamoa bir xildagi dastlabki holatda ham xilma-xil kombinasiyalar chihara bilishi kerak.

Qo‘yilgan vazifa qandayligiga qarab kombinasiyani yo kuchli, yoki a‘lo darajada to‘g‘ri teпа oladigan, yoki taktik tafakkuri zo‘r o‘yinchi boshlab beradi. Shunda raqiblar to‘p darvozani mo‘ljallab tepiladimi yoki o‘yinga tepib beriladimi - oldindan bila olmaydilar.

O'yin epizodlaridagi kombinasiyalar jamoa to'pni olishga erishganidan keyi yuzaga keladi. Ravshanki, to'p olgan jamoaning o'yinchilari kombinasiyani amalga oshirish davomida joydan-joyga o'tib harakatlanib turishlari zarur. Shuning uchun ham bu xildagi kombinasiyalar tayyorgarliksiz bajarilganga o'xshab ketadi. Aynan shu xildagi kombinasiyaning asosiy prinsiplarini saqlab qolgan holda o'yin vaziyatiga qarab uning mazmunini o'zgartira bilish faqat taktik tafakkuri yuksak darajada bo'lgan futbolchilarninggina qo'lidan keladi.

Shunday qilib, ayrim futbolchilarning va, umuman, jamoaning taktik tayyorgarligi eng yuqori darajada bo'lishi murabbiy belgilagan rejani ijodiy bajara bilishdan, tayyorlab qo'yilgan kombinasiyalar bilan tayyorgarliksiz yuzaga kelgan kombinasiyalarni mohirona birga qo'shib olib borishdan iborat.

O'yin epizodlaridagi guruh harakatlari ikki kishi, uch kishi va h.k. o'rtasida hamkorlik qilishga bo'linadi. Biroq bevosita kombinasiyalar tafsilotiga o'tishdan oldin uzatishlar taktikasiga to'xtalib o'tish lozim.

Kombinasiyalar manyovr qilish va uzatishlar yordamida amalga oshirilishi yuqorida aytilgan edi. Biroq o'yinchilar qancha manyovr qilishmasin, to'pni uzatish ularni bir-biriga bog'lovchi bo'g'in - baayni "kombinasiya tili" bo'lib qolaveradi.

Uzatish taktikasi. Futboldagi hamma uzatishlarni mazmuniga binoan quyidagi tarzda tasniflash bo'ladi:

1) Nimaga mo'ljallanganiga qarab: a) oyoqqa borib tushadigan; b) yugurib borishga - himoyachilar orqasiga, bo'sh joyga; v) zarba berishga; g) "chala" - o'z darvozasi tomonga yoki maydonning ko'ndalangiga - ochilgan sherigiga; d) g'izillatib.

2) Masofaga qarab: a) qisqa (5-10 m); b) o'rtacha (10-25 m); v) uzoq (25 m dan ortiq).

3)Yo‘nalishga qarab: a) uzunasiga; b) ko‘ndalangiga; v) diagonaliga.

4)Traektoriyasiga qarab: a) pastlatib; b) tepalatib; v) yoy bo‘ylab.

5)Ijro usuliga qarab: a) sekingina (aniq mo‘ljallab); b) burama; v) orqaga.

6)Ulgurishga qarab: a) vaqtida; b) kechikib; v) barvaqt.

Hujum qilayotganlar xilma-xil uzatishlar ishlatish natijasida himoyachilarni goh oldinga chiqib (ko‘ndalangiga uzatganda), goh qanot tomonlarga yaqinlashib (uzunasiga uzatganda) harakatlanib yurishga majbur qiladilar, shuningdek, hujum yo‘nalishini tezlik bilan qanotdan-qanotga o‘tkazib (uzoq joyga diagonaliga uzatganda) o‘ynaydilar.

Uzatishlarning har biri muayyan sharoitdagina (himoyachining tezkor yoki sustkashligiga, to‘pni olib qolishga ustaligi yoki olib qo‘yishni ma’qul ko‘rishiga, kallasi bilan yaxshi yoki yomon o‘ynashiga va h.k. qarab) samarali chiqishi mumkin. To‘p uzatayotgan o‘yinchi bularni albatta hisobga olishi kerak.

Maydonning ko‘ndalangiga qisqa va o‘rtacha masofaga uzatish ishonchliroq bo‘ladi. Biroq bunday uzatishlar hujumda tezkor manyovr qilishni qiyinlashtiradi, raqiblarga o‘z kuchini hujumning eng xavfli uchastkasida qayta guruhlab olish imkonini beradi. Uzoq masofaga, uzunasiga va diagonaliga (qisman o‘rtacha masofaga) uzatish esa yuqori tezlikda hujum qilish imkonini beradi. Bunga kutilmaganlik elementi qo‘shiladi-da, mudofaadagilar harakatini qiyinlashtiradi. Natijada, o‘yinchilarga zarba berish pozitsiyasiga chiqish uchun qulay sharoit yuzaga keladi. Shubhasiz, bu xil uzatishlarda to‘pni oldirib qo‘yish xavfi oz emas. Biroq bundan qo‘rqmaslik kerak, chunki uzatish yaxshi chiqib qolsa, raqib darvozasi bevosita xavf ostida qoladi.

Shunday qilib, uzatish qanchalik qisqa bo'lsa, to'p shuncha kam oldirib qo'yiladi, qanchalik uzoq va keskin uzatilsa yo'l qo'ysa bo'ladigan oldirib qo'yish xavfi shunchalik ko'p bo'ladi. Biroq har ikkala holda to'pni boshqarayotgan futbolchining uzatganda to'pni oldirib qo'yishi minimum darajaga tushirilishiga, har galgi uzatish o'yinni keskinlashtiradigan bo'lishiga erishish kerakligini yodda tutishi lozim.

Quyidagilar uzatish samaradorligiga ta'sir ko'rsatadigan omillar hisoblanadi: futbolchining texnik mahorati; maydonni (sheriklar va raqiblar qayerda va qanday pozitsiyada turganini) ko'ra bilishi; to'pni boshqarayotgan o'yinchining taktik fikrlashi, uning to'pni mazkur o'yin vaziyatida sheriklaridan qaysi biriga va qanday tarzda uzatib berish ma'qul ekanini tez va to'g'ri aniqlay bilishi; sheriklarining manyovrchanligi, ya'ni to'pni boshqarayotgan o'yinchiga qilinayotgan "takliflar" miqdori.

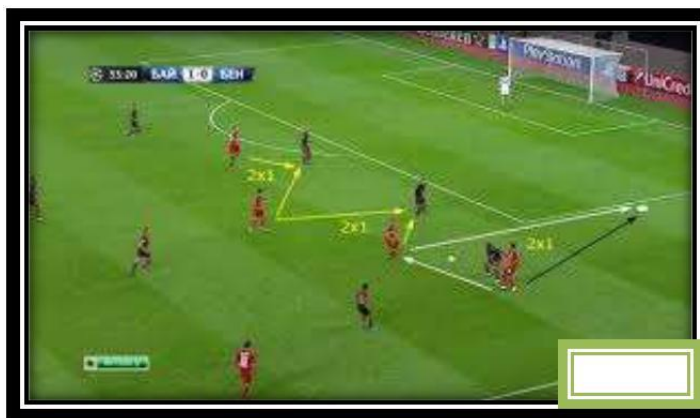
Ikki kishilik kombinatsiyalar. Quyidagi kombinasiya turlari ikki sherik o'rtasidagi o'zaro hamkorlikka kiradi: "devor", "kesishuv" va "to'p uzatish".

"Devor" kombinatsiyasi himoyachi bilan kurashni sherik yordamida yutib chiqishning eng samarali usuli hisoblanadi. Buning mohiyati shundan iboratki, to'pni boshqarayotgan o'yinchi sherigiga yaqinlashib kelib (yoki sherigi yaqinlashib kelganda), to'satdan unga to'p uzatib yuboradi-da, o'zi maksimal tezlikda himoyachining orqasiga o'tib ketadi. Sherigi bir tepishdayoq to'pning tezligi va yo'nalishini to'p uzatib bergan o'yinchi yugurish tezligini sekinlashtirmay turib to'pni yana egallab oladigan, himoyachilar esa bunga halaqit berolmaydigan yoki to'pni olib qololmaydigan qilib o'zgartirib yuboradi.

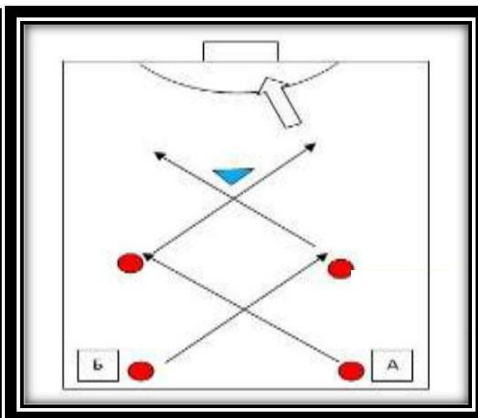
Kombinasiyaning bu turi sheriklar bir-birini a'lo darajada tushunadigan bo'lishi va texnik jihatdan mahoratli bo'lishini talab qiladi.

"Devor" rolini o'tovchi futbolchi to'pi bor sherigining old tomonidagi, diagonal bo'ylab, yon va hatto orqa tomonidagi pozisiyada bo'lishi mumkin. "Devor" kombinatsiyasi maydonning istalgan qismida qo'llanilishi mumkin. Biroq ko'plab o'yinchilar to'planib kolgan joyda uning samaradorligi kamayib ketadi. Ana shuning uchun ham hozirgi mudofaadagi taktik joylashishlarda bu kombinasiyani raqiblar jarima maydonida bajarish qiyinlashib qolgan bo'lib, bu esa juda ham aniq o'yin tashkil etishni talab qiladi (30-rasm).

"Kesishuv" kombinatsiyasi (to'pi bor o'yinchi bilan uning sherigi ro'parama-ro'para kela turib, uchrashuv nuqtasida to'pni sherigiga qoldirib ketadigan hamkorlik) ko'proq maydon o'rtasida yoki jarima maydoni bo'sag'asida qo'llaniladi (31-rasm).



30-rasm.



31-rasm.

"To'p uzatish" kombinatsiyasi ko'pincha vaqtdan yutish maqsadida qo'llaniladi. Kombinasiyaning mohiyati shundaki, to'p yetib kelgan o'yinchi uni moslab turmay, sheriklaridan biriga yuboradi.

Bunda sheriklaridan birining tezlik bilan yangi pozisiyaga chiqishi nazarda tutiladi. Bir tepish bilan uzatish yordamida hujumchilar yo'nalishda raqiblar kamaytirish to'pni olib birortasiga himoyachilarning hujum qaysi rivojlanishini aniqlab olishini qiyinlashtiradilar, shuningdek,

darvozasigacha bo'lgan masofani bilan bir vaqtda himoyachilarning qo'yish uchun hujumchilardan yaqin kelishiga yo'l qo'ymaydilar.

Uch kishilik kombinasiyalar. Quydagi kombinasiya turlari uch sherik o'rtasidagi o'zaro hamkorlikka kiradi: "to'pni tegmay o'tkazib yuborish", "joy almashuv" va "bir tegishdayoq uzatib o'ynash".

"Joy almashuv" kombinatsiyasi. Bu juda samarali kombinasiya bo'lib, uning asosiy maqsadi - sherigi bunga qarshilik ko'rsatayotgan raqibni ergashtirib ketganidan keyin, o'yinchi uning zonasiga o'tish hisobiga raqiblarni yutib chiqishi kerak.

"To'pni tegmay o'tkazib yuborish" kombinatsiyasi qanot hujumlarini bevosita raqiblar jarima maydonida tugallashda muvaffaqiyatli qo'llaniladi.

Qanot bo'ylab hujumni yakunlayotgan hujumchilar ko'pincha darvozaning uzunasi bo'ylab ko'ndalangiga kuchli (g'izillatiladigan) to'p uzatishadi. Bunday uzatish, odatda, oldinda turgan yoki yugurib chiqayotgan sherikka yo'naltirilgan bo'ladi. Biroq bu futbolchini raqiblar, odatda, juda qattiq qo'riqlashadi, sharoit yo'qligidan darvozaga tepish yoki to'pni moslab olishning epini qilolmaydi. Shuning uchun har ikkala holatda ham to'p yo'naltirilgan o'yinchi uni sherigiga o'tkazib yuborishi mumkin. Futbolchi g'izillatib uzatilgan to'pni qabul qilishga faol chiqib boradi-da, darvozani mo'ljallab zarba bermoqchidek harakat qilib, to'pni sherigiga o'tkazib yuboradi. Himoyachilarning butun e'tibori, odatda, boshqalardan ko'ra to'pga yaqin turgan o'yinchida bo'lgani uchun ham, to'pni o'tkazib yuborgan o'yinchining orqasida kelayotgan sherigiga darvozani mo'ljallab zarba berish uchun qulay sharoit hosil bo'lib qoladi.

"Bir tegishdayoq uzatib o'ynash" kombinatsiyasi uchta sherik o'rtasida ham, ikki sherik o'rtasidagi prinsiplar asosida bajariladi. Farq faqat shundaki, endi to'p boshqa-boshqa yo'nalishlarda uzatilishi mumkin bo'ladi. Ko'proq uchburchak shaklida kombinasiya qilinadi. Bir

tegishdayoq uzatish hujumning rivojlanish yoʻnalishini kutilmaganda, katta tezlik bilan oʻzgartirib yuborish, zarur boʻlib qolganda esa kuchlarni qayta jamlab olish yoki pozitsiyalarni oʻzgartirib olish uchun vaqtdan yutish imkonini beradi.

Kombinatsion oʻyin yuzasidan umumiy koʻrsatmalar

1. Trenirovkalar vaqtida kombinasiya tuzilmasini, uning mazmuni, bajarish prinsiplarini oʻzlashtirib olish kerak. Shundagina kombinasiyalarni muayyan oʻyin sharoitiga moslab bajarish mumkin.

2. Taktik kombinatsiya individual taktik tafakkur bilan guruhda bir-birini tushunishning, yaʼni oʻzaro hamkorlikning sintezi hisoblanadi. Shuning uchun guruh harakatining u yoki bu tuzilmasini tushunmasdan yodlab olish emas, balki oʻz bilim va mahoratini match mobaynida ijodiy tatbiq etish kombinasiyani amalga oshirishdagi asosiy vazifa hisoblanadi.

3. Futbol uchrashuvi boshdan-oyoq oddiy, oʻynab tobiga yetkazilgan va amalga oshirishda koʻp oʻyinchilar ishtirok etadigan, murakkab, koʻp yurishli taktik kombinasiyalardan iborat. Lekin koʻp yurishli kombinatsiyalar ham, aslida, ketma-ket bajariladigan bir nechta oddiy kombinasiyalardan tashkil topadi. Koʻp yurishli kombinasiyalarni mashq qilish anchagina qiyin boʻlib, ular uchrashuv davomida yuzaga kelib, koʻpincha tayyorgarliksiz bajariladigan boʻlsa ham, ularning qanday saviyada bajarilishi koʻp jihatdan futbolchining oddiy, yaxshi ishlov berilgan kombinasiyalarni bajara olish mahoratiga bogʻliq.

4. Kombinasiyalarning turli variantlarini oʻrganayotganda, ilgari oʻrganilgan biron kombinasiyaning qanchalik koʻp qismi yangi oʻrganiladigan kombinasiyaga qoʻshilsa, uni oʻzlashtirish shunchalik oson va tez boʻlishini yodda tutish lozim. Bir standart holatdan boshlanadigan kombinasiyalar rivojlanishining xilma-xil variantlarini bilishning foydasi

ko‘p. Kombinasiyalarning bunday turli-tumanligi raqibning mudofaa uyushtirishini juda qiyinlashtirib qo‘yadi.

5. Kombinatsiyalarni amalga oshirishda jamoadagi sheriklarning chalg‘ituvchi harakatlari alohida ahamiyatga ega bo‘ladi. O‘zlarining harakatlanishlari bilan ular raqib darvozasiga potensial xavf soladilar va mudofaadagilarning e‘tiborini chalg‘itadilar.

Jamoa taktikasi bu muayyan o‘yin sharoitida paydo bo‘lgan vazifalarni hal qilishda butun jamoa harakatlarini uyushtirishdir. Butun jamoaning hujum va mudofaa harakatlari aniq uyushtirilmasa, o‘yin betartib, bemaqsad bo‘ladi, unda o‘yinchilar o‘rtasida vazifa taqsimlashning iloji bo‘lmaydi. Bunday hollarda o‘yinchilar qanday bo‘lmasin to‘pni egallab olib, bir amallab darvozaga kiritish uchun u yoqdan bu yoqqa yugurishaveradi.

Futbolning yuz yildan ortiqroq tarixi mobaynida o‘yinchilarni aniq joylashtirib, ular o‘rtasida vazifalar aniq taqsimlanishini nazarda tutgan ko‘plab taktik tizimlar yaratilgan. Hujumdagi jamoa taktikasini, ya‘ni muayyan o‘yin sharoitida paydo bo‘ladigan vazifalarni hal qilishda butun jamoa jamoaviy harakatlarini uyushtirishning asosiy prinsiplarini ko‘rib chiqamiz.

Har qanday taktik tizimda ham jamoa taktikasi ikki tur harakat, ya‘ni tez hujum va tadrijiy hujum vositasida amalga oshiriladi.

Nazorat savollari:

1. Futbol o‘yinning taktikasi tasnifi?
2. O‘yinchilarning vazifalari?
3. Hujum taktikasi, to‘p va to‘psiz harakatlanish?
4. Taktik tizimlar evolyutsiyasibu?

GLOSSARIY

ATAMALAR	O'ZBEK TILI	RUS TILI	INGLIZ TILI
Avtogol	futbolchi o'zining darvozasiga gol kiritisa	мяч, забитый футболистом в свои ворота	goal scored by a footballer in his own net
Arbitr	futbol hakami	футбольный судья	football referee
Arenda	ikkita jamoa kelishilgan holda, ma'lum muddatga o'yinchi ikkinchi jamoa o'ynab beradi, davra tugashi bilan o'yinchi o'zining jamoasiga qaytadi	переход игрока из одного клуба в другой на оговорённое клубами время, по истечении которого он обычно возвращается обратно	move the player from one club to the other clubs on the stipulated time, after which he usually comes back
Aritmiya	o'yin tempi o'zgarishi. aritmiya o'yin konsepsiyasi yoki o'yinchilarning jismoniy charchyog'i bo'lishi mumkin.	смена (иногда частая) темпа игры. Аритмия может быть следствием физической усталости игроков или преднамеренной частью игровой концепции	change (sometimes frequent) game tempo. arrhythmia may be due to physical fatigue of players or a deliberate part of the game concept
Xujum	raqib darvozasiga oldiga yurish	продвижение к воротам противника	promotion to the gates of the enemy
Aut	maydoning yon chizig'idan chiqib ketishi	выход мяча за боковую линию	the ball going beyond the touch line
Autsayd	o'ng yoki chap qanotda o'yinidigan xujumchi	фланговый, крайний нападающий, играющий на правом или левом фланге.	wing, winger playing on the right or the left.
Autsayder	musobaqa jadvalida oxirgi o'rinni egallab turgan jamoa	команда, находящаяся в конце турнирной таблицы.	team, located at the end of the standings.
Banka	zahira o'rindig'i	скамейка запасных	bench
Bek	himoyachi	защитник.	defender.
Beton	kattiq himoya	глухая оборона	shield wall
Bombardir	ko'p gol kirituvchi o'yinchi	игрок, забивающий много голов.	player, clogging a lot of goals.
Vinger	qanotdan xujumni uyushtiruvchi yarimhimoyachi	крайний атакующий полузащитник	extreme attacking midfielder
Darvoza	ikkita ustun va to'sindan iborat maydoni chetida joylashgan kurilma, futbolchilar gol kiritadigan joy. Kattaligi 7.32 m.x 2.44m.	(футбольные) конструкция из двух штанг и перекладины на краю поля, куда игроки пытаются забить мяч. Размер 7,32 метра на 2,44 метра.	(football) design of the two bars and the bar at the edge of the field, where players try to get the ball. size of 7.32 meters by 2.44 meters.
Darvozabon	darvozani himoya qiluvchi o'yinchi	игрок, защищающий ворота.	the player defending the goal.

Ikkinchi qavat	bosh bilan o'yin	игра головой.	head game.
To'pni tepish	vaziyatni yengillashtirish maqsadida to'pni kuchli zarba bilan uzoq masofaga tepish	сильный удар с целью разрядить обстановку	severe blow to defuse the situation
Geksa-trik	o'yinda bitta o'yinchi tomonidan oltitta gol kiritilsa	шесть мячей, забитых игроком в одном матче	six goals scored by a player in one match
Gol	raqib darvozasiga to'p kiritish, agar to'p darvoza chizig'ini to'liq kesib o'tsa	взятие ворот соперника, для которого необходимо, чтобы мяч полностью пересёк линию ворот.	opponent scores a goal for which it is necessary that the ball has completely crossed the goal line.
Golkipер	darvozabon	вратарь	goalkeeper
Gorchichnik	sariq kartochka	жёлтая карточка	yellow card
Qo'shimcha vaqt	qo'shimcha vaqt ikkita taym va 15 daqqadan iborat. bundan tashqari, ikkala taymga ham qo'shimcha vaqt qo'shilishi mumkin	дополнительное время состоит из двух таймов по 15 минут каждый. кроме того, к обоим таймам может добавляться компенсирующее время.	extra time consists of two halves of 15 minutes each. in addition, both half's compensating moment can be added.
Dribling	to'pni egallab turgan o'yinchining aldamchi xarakati	движения игрока, владеющего мячом, с обводкой игрока(ов) соперника	movement of the player with the ball, with a stroke player (s) opponent
Dubl	bitta davrda jamoani kubok va chempionatda g'alaba qozonishi; bir o'yin davomida ikkita gol kiritisa; zahira jamoa	выигрыш какой-либо командой первенства и кубка страны в одном сезоне; два гола, забитых игроком в течение матча; резервная команда.	winning a championship team and the cup of the country in one season; two goals scored by a player during the match; reserve team.
Dubl-ve	1+3+2+5 o'yinchilarning maydonda joylashuvi, taktik chizma	тактическая схема расположения игроков на поле: 1+3+2+5.	tactical players on the field layout: 1 + 3 + 2 + 5.
Himoyachi	himoya chizig'i o'yinchisi	игрок линии обороны	defensive line player
Oltin gol	qo'shimcha vaqt davomida gol kiritgan jamoa g'olib hisoblanadi va o'yin tugaydi	гол, забитый в дополнительное время, после которого игра заканчивается победой забившей команды (сейчас отменён).	goal scored in extra time, after which the game ends in victory zabivshy team (currently canceled).
Insayd	xujum chizig'idan orta harakat qiluvchi o'yinchi, xujum va	немного оттянутый назад игрок линии атаки,	a little drawn back player of the attack line, located

	yarimhimoya chizig'i orasida joylashadi. aloqachi rolini o'yinaydi	расположенный между линией нападения и линией полузащиты. играет роль связующего.	between the line of attack and midfield line. playing the role of a binder.
Kapitan	jamo'a etakchisi, boylag'ichi qo'lida osib yuradi, boshqa o'yinchilardan ajratib turadi	лидер команды, носит повязку, которая отличает его от других игроков.	team leader, wears a bandage, which distinguishes it from other players.
Kare	o'yin davomida bir o'yinchi tomonidan to'rtta gol kiritilsa	четыре гола, забитых игроком в течение матча.	four goals scored by a player during a match.
Katenachcho	taktik chizma himoya va taktik folar orqali bajariladi	тактическая схема с акцентом на обороне и тактических фоллах.	tactical scheme with an emphasis on defense and tactical fouls.
Kiper	darvozabon	вратарь.	goalkeeper.
Kontr xujum	raqib jamoani xujumidan keyin tezlik bilan qayta xujumga o'tish	незамедлительный переход в атаку после отбитой атаки противника.	immediate transition to the attack after a broken enemy attacks.
Korner	burchak zarba	угловой удар.	corner kick.
Kouch	bosh murabbiy	главный тренер	head coach
Kubok	bu musobaqa asosan olimpiya tizimida o'tkaziladi, xal qiluvchi o'yinlar o'ynaladi. masalan : chempionlar ligasi, uefa kubogi, jaxon kubogi	турнир, либо целиком проводимый по олимпийской системе, либо решающие матчи которого проводятся по ней. например, лига чемпионов, кубок уефа, кубок мира	tournament, either entirely held on the olympic system or decisive matches which are held by it. for example, champions league, uefa cup, world cup
Lateral	qanot himoyachi, o'yin davomida xujumdan aktiv qatnashuvchi himoyachi	крайний защитник, активно поддерживающий атаку либо вообще закрывающий всю бровку.	full-back, actively supporting the attack or even closing entire curb.
Laynsmen	bosh xakamni yordamchisi, yon xakam, chiziq xakami	судья на линии, боковой судья, помощник судьи.	line judge, side judge, assistant judge.
Legioner	jamo'a o'yinchisi, fuqaroligi bo'lmagan ammo milliy chempionatda ishtirok etuvchi o'yinchi	игрок клуба, не имеющий гражданства страны, в национальном чемпионате которой он участвует.	line judge, side judge, assistant judge.
Libero	erkin himoyachi	свободный защитник.	free defender.

Match	o'yin ikkita taymdan iborat. xakam tomonidan ajratilgan vaqtga va futbol qoidalariga binoan ikkita jamoa kurash olib borishadi	состязание двух футбольных команд в течение отведённого футбольными правилами и судьёй времени. матч состоит из двух таймов	match two football teams during the football rules and allotted time judge. the match consists of two halves
Myach	futbol o'yini o'yinash uchun maxsus vosita	спортивный снаряд для игры в футбол.	sports equipment for the game of football.
Hujumchi	xujum chizig'i o'yinchisi	игрок линии атаки.	a player of the attack line.
Durang	o'yin g'olibi aniqlangmagan o'yin natijasi	результат матча, при котором не выявлен победитель.	результат матча, при котором не выявлен победитель.
«Qaychi» uslubida zarba beri	texnik uslub, futbolchi zarba berayotgan ikkita oyoq xavoda kesishganda	технический приём, при котором футболист бьёт по мячу, когда обе ноги скрещиваются в воздухе.	technical reception, where the football hits the ball when both legs are crossed in the air.
Asosiy vaqt	o'yin davomiyligi 90 daqiqa, taym davomiyligi 45 daqiqadan iborat. o'yin va taym xar doim ko'rsatilagan vaqt davomida o'tkaziladi	номинальный промежуток времени, составляющий для тайма — 45 мин, а для матча — 90 мин. тайм и матч всегда (за исключением чрезвычайных обстоятельств) длятся не менее указанных промежутков.	the nominal amount of time, amounting to half - 45 minutes, and for the match - 90 minutes. time and the match is always (except in emergencies), lasts for at least a specified period.
Ofsayd	o'yindan tashqari holat	положение «вне игры».	offside
Pas	jamoadagi bitta o'yinchidan ikkinchi o'yinchiga to'p uzatish	передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.	transfer the ball from one player to another team's player of the same team.
Penalti	11 metrlii jarima zarba	11-метровый штрафной удар.	11-meter free-kick.
Penalti seriyasi	g'olibi aniqlash uchun, o'yindan keyin 11 metrli jarima zarbalar seriyasi	серия 11-метровых штрафных ударов, назначаемая в кубковых матчах для окончательного определения победителя.	a series of 11-meter penalty kicks, appointed in cup matches for the final determination of the winner.

Penta-trik	o'yin davomida bitta o'yinchi tomonidan beshta to'p kiritilsa	пять голов, забитых игроком в течение матча.	five goals scored by a player during a match.
Uzatma	pas	пас.	pass.
Ustun	darvozanining tepadagi shtangasi	верхняя штанга ворот.	upper goal post.
Tanaffus	taymlar orasidagi vaqt	промежуток времени между таймами матча	the time interval between halves of the match
To'pga oldidan egali qilish (perexvat)	raqib jamoa o'ynchisi tomonidan uzatilgan to'pni oldidan egalik qilish	прерывание точного паса игроком противоположной команды.	interruption precise pass opposing player.
Pleymeyker	o'yinchi, jamoani xujumlar shu o'yinchi orqali o'tkaziladi va boshlanadi	распасовщик; игрок, через которого чаще всего идут атаки; игрок, делающий игру	passer; the player through whom most attacks go; the player making the game
Podkat	to'pni olib qo'yish usuli, himoyalana yotgan o'yinchi sakrab turib to'pni tepib yuvoadi	способ отбора мяча, при котором защищающийся игрок в падении, скользя по траве (подкатываясь), выбивает мяч у нападающего.	tackling the way in which the defending player in the fall, slipping on the grass (podkatyvayas) knocks the ball forward.
Poucher	offsayd chizig'ida o'yinadigan hujumchi	нападающий, играющий на грани оффсайда.	striker playing on the edge of offside.
Poker	o'yin davomida bitta o'yinchi tomonidan to'rtta to'p kiritilsa	четыре мяча, забитых игроком в течение матча.	four goals scored by a player during a match.
Maydon	futbol o'yini o'tkaziladigan joy. o'lchamlari: uzunligi 100m.dan 110 m.gacha, eniga 64m.dan 75m.gacha	место, где проходит игра. от 100 до 110 м в длину, от 64 до 75 метров в ширину.	the place where the game is played. from 100 to 110 m in length, from 64 to 75 meters in width.
Yarimhimoyachi	o'rta chiziq o'yinchisi	игрок средней линии.	midline player.
Ogohlantirish	xakamning o'yinchiga og'zaki tanbexi, o'yin qoidasini buzganiga sariq kartochka.	устное замечание судьи игроку, нарушившему правила; жёлтая карточка	verbal remark judge a player has violated the rules; yellow card
Pressing	raqib jamoani hujum boshlanashi bartaraf qilish, to'pni olib qo'yish kollektiv taktikasi	тактика коллективного отбора мяча, создания препятствий для начала атаки.	tactics of collective selection of the ball, creating obstacles to the start of the attack.
Pir	oyoqning uchida zarba berish	удар с носка.	hit with a sock.
Ramka	darvoza	ворота	gates

Referi	futbol hakami (maydonning bosh hakami)	футбольный судья (главный судья, судья в поле).	football judge (chief judge, the judge in the field).
Sviper	erkin himoyachi	свободный защитник.	free defender.
Stadion	futbol o'yini o'tkaziladigan joy, sport inshooti.	спортивное сооружение, место проведения матча.	sports facility, the venue of the match.
Standart	burchak, jarima yoki erkin zarba o'yindagi standart holatlaridan biri	одно из стандартных положений в игре угловой, штрафной или свободный удар.	one of the standard provisions in the game corner, penalty kick or free kick.
Stopper	tayanch himoyachi	опорный защитник.	reference defender.
Strayker	hujumchi, markaziy forvard	ярковыраженный нападающий, центральный форвард.	yarkovyrazhenny striker, a central striker.
Seyv	darvozabon tepilgan zarbani kaytarishi	неожиданно отбитый вратарем мяч.	suddenly batted ball goalkeeper.
Taym	futbol o'yini bir qismi. futbol o'yin qoidalariga asosan bir tayim 45 daqiqa davom etadi. xakam tomonidan qo'shimcha vaqt qo'shilishi mumkin	одна из двух частей футбольного матча. тайм состоит из 45 минут, определённых футбольными правилами, плюс компенсированное время, добавленное судьёй	one of two parts of a football match. time is of 45 minutes, certain rules football, plus injury time, added the judge
Nuqta	11 metrli jarima zarba berish uchun jarima maydondagi belgi. nuqtaga ko'rsatish, penaltini belgilash.	отметка в штрафной для пробития 11-метрового штрафного удара. указать на точку, значит назначить пенальти.	mark in the penalty for breaking the 11-meter free kick. specify a point, then a penalty.
Transfer oyina	o'yinchilarni klubdan klubga o'tish darvi	период времени, когда возможны переходы игроков из одного клуба в другой.	the period of time when the transitions of players from one club to another.
Transfer	o'yinchilarni klubdan klubga o'tish	переход игрока за деньги из одного клуба в другой.	transition player for the money from one club to another.
Favorit	g'alaba qozonishga ko'p imkoniyati ega bo'lgan jamoa	команда, у которой больше шансов на победу.	team that has more chances to win.
Fint	futbolchi tomonidan bajariladigan aldamchi xarakatlar	обманное движение, обманный прием, исполненный футболистом.	dodge, deceptive practices, the performance of players.
Forvard	hujumchi	нападающий.	attack
Fol	o'yin qoidani buzulishi	нарушение правил.	violation of the rules.

Xet-trik	o'yin davomida bitta o'yinchi tomonidan uchta to'p kiritilsa	три мяча, забитые одним футболистом в одном матче.	three goals scored by one player in one game.
Xavbek	yarimhimoyachi	полузащитник.	midfielder.
Chempionat	qoida bo'yicha chempionat bir necha davrdan iborat. bu musobaqa aylanma tizimda o'tkaziladi. har bir davrda jamoalar bir-biri bilan bir marotaba uchrashishadi	соревнование, проводимое с использованием круговой системы. характерным признаком чемпионата можно считать наличие не менее одной игры с каждой командой своего дивизиона. как правило, чемпионат состоит из нескольких кругов.	competition, carried out with a circular system. a characteristic feature of the championship can be considered as the presence of at least one game on each of its division team. as a rule, the championship consists of several circles.
Shved usulida to'p uzatish	oyoqning tashqi qismi	внешняя сторона стопы	the outer side of the foot
Shtanga	darvozani yon ustunlari	боковая стойка ворот.	side goalpost.
Jarima maydon	darvozani oldidagi maydon, shu maydoni ichida darvozabon qo'l bilan o'ynashga xaqi bor. jarima maydoni ichida o'yin qoidasi buzilsa penaltiga olib keladi	площадь перед воротами, в пределах которой вратарю позволено играть руками. любое нарушение правил игроками в штрафной площади своих ворот карается назначением пенальти.	square in front of the gate, within which the goalkeeper is allowed to play a hand. any violation of the rules of players in the penalty area, his goal is punishable appointment of a penalty.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o‘quv mashg‘ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. Uslubiy tavsiyanoma. T., O‘zDJTI. 2011 y. 38 b.
2. Artikov A.A. Alimjanov S.I. Shukurova Sh.T. Futbolchilarning mashg‘ulot jarayonida pedagogik nazorat. Uslubiy qo‘llanma Toshkent. 2014 y. 62 b.
3. Artikov A.A. Futbolchilarning pressing taktik harakanlari taxlili. Uslubiy qo‘llanma. Toshkent. 2013y. 67 bet.
4. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Futbol sport turida taktik tizimlarining o‘zgarishi. Uslubiy qo‘llanma. Toshkent. 2015y. 50 bet.
5. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Mag‘lubiyattdan keyin o‘yindan chiqib ketish bilan o‘ynaladigan musobaqa tizimi. Uslubiy tavsiyanoma Toshkent. 2014y.46 bet.
6. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Musobaqalarni davrli tizimda o‘tkazish tartibi. Uslubiy qo‘llanma Toshkent. 2015 y. 50 b.
7. Bekturov O.Y. Yosh futbolchilarning nazariy bilimlarni oshirish. Uslubiy qo‘llanma. Toshkent. 2013y. 35 bet.
8. Davletmuradov S.R. Futboichilarni tayyorlashda pedagogik nazorat. Uslubiy qo‘llanma Toshkent 2014 y.26 bet
9. Давлетмуратов С.Р. Тренировка квалифицированных футболистов в подготовительном периоде. Мелодические рекомендации. Т., УзГИФК. 2012 г. 54 с.
10. Давлетмуратов С.Р. Планирование нагрузок квалифицированных футболистов в соревновательном периоде. Методическое пособие. Издательско-полиграфический отдел УзГИФК, 2015 г. 48 с.

11. Iseyev Sh.T. Futbolchilarni yillik siklda tayyorlashni rejalashtirish. O‘quv qo‘llanma. «ITAPRESS ». Toshkent.2014. 460 bet.
12. Kuryazov R. Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. Uslubiy qo‘llanma Toshkent. 2012 y.-38 b.
13. Курбанов О.А. Совершенствование точности передач и ударов мяча головой юных футболистов, Учебное пособие. Т. УзГИФК. 2007 г. 112 с.
14. Курбанов О.А., Нуримов З.Р., Усманов А.М. Скоростно-силовая подготовка футболистов. Монография. Ташкент: Лидер Пресс, 2009. - 209 с.
15. Mirzaqulov A.G., To‘laganov A.A., Po‘latov S.N. Futbol o‘yin qoidalari va musobaqalarni tashkil etish O‘quv uslubiy qo‘llanma Toshkent. 2014 y. 52 b
16. Nurimov R.I. Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O‘quv qo‘llanma. O‘zDJTI nashriyot-matba bo‘limi, 2005. 105 b.
17. Nurimov R.I. “Futbol” darslik T, O‘zDJTI 2005 y.
18. Nurimov R.I. Davletmuradov S.R. Yuqori malakali futbolchilarning guruh taktik harakatlarni takomilashtirish. O‘quv uslubiy qo‘llanma Toshkent.2014. 51 bet
19. Нуримов З.Р. Обоснование эффективных средств совершенствования групповых тактических действий квалифицированных футболистов. Т., 2004 г.
20. Нуримов Р.И., Курбанов О.А., Усманов А. Физическая подготовка футболистов: Учебное пособие. Ташкент, 2011й. 200с.
21. Sport pedagogik mahoratini oshirish (futbol). Darslik. Sh.X. Isroilovning umumiy tahriri ostida. O‘zR Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi. O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti. T.:“IQTISOD-MOLIYA”, 2015.224 bet.

22. Talipdjanov A.I. Yuqori malakali futbolchilar tayyorlashning zamonaviy tizimi. O'quv qo'llanma. T., O'zDJTI. 2012 y. 164 b.
23. Талипджанов А.И. Современная система подготовки высококвалифицированных футболистов. Учебное пособие. Ташкент, УзГосИФК. 2011. 159с.
24. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I. Nurimovning umumiy tahriri ostida «ITAPRESS ». Toshkent.2015. 364 bet
25. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
26. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
26. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.
27. Bisang. G., Gerisch G., Fubball: Kondition-Technik-Taktik and Coaching Auflage: Meyer&Meyer Verlag. 2013. 560 pages.
28. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.

Mundarija

Kirish.....	3
I BOB. FUTBOL O‘YINNING KELIB CHIQISHI VA	
 RIVOJLANISH TARIXI.....	5
1.1. Qadimgi davrda futbol o‘yini.....	5
1.2. O‘rta asrda futbol o‘yini.....	14
1.3. Yangi davrda futbol o‘yini.....	18
1.4. Hozirgi zamon futbol o‘yini.....	24
1.5. O‘zbekistonda futbolning rivojlanishi.....	24
1.6. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi	31
II BOB. FUTBOL O‘YIN TEXNIKASI VA TAKTIKASI.....	34
2.1. Texnika tasnifi	34
2.2. Harakatlanish texnikasi	35
2.3. Texnika uchun mashg‘ulot asoslari.....	41
2.4. Maydon o‘yinchining texnikasi (to‘pga zarba berish, to‘pni to‘xtatish, to‘pni olib yurish).....	43
2.5. Maydon o‘yinchisining texnikasi	52
2.6. Darvozabon o‘yin texnikasi	56
GLOSSARIY.....	85
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI	92

**BAXRIDDINOV XABIBULLO
ZUXRIDDINOVICH**

SPORT O‘YINLARI VA UNI O‘QITISH METODIKASI

USLUBIY QO‘LLANMA

Muharrir: I.Abdusalomov
Kompyuterda sahifalovchi: I.Mirzayev

Nashr. lits. № 239295.
Bosishga ruxsat etildi 3.12.2024.
Bichimi 60x84 1/16. Ofset qog‘ozi. “Times New Roman”
garniturası. Hisob nashr tabog‘i. 6.
Adadi 20 dona. Buyurtma № 27

“MAKON SAVDO PRINT” bosmaxonasida chop etildi.
100198, Toshkent, Qoraqamish 4-mavze, 56.