

Science Uzbekistan

INTERNATIONAL CONGRESS ON MODERN SCIENCES-IV

"Global Prospects for Multidisciplinary Research and Education"

CHIRCHIK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

April 07-10, 2025 / Chirchik, Uzbekistan



CHDPU
CHIRCHIQ DAVLAT
PEDAGOGIKA UNIVERSITETI



UPI

The
Education
University



Excellence in
Learning Innovation



PROCEEDINGS BOOK

Volume-2

Editors

Prof. Dr. Jabbor Usarov

Prof. Dr. Dostnazar Khimmataliev

Mutabar Meylieva

Kibrío Burieva

ISBN: 979-8-89695-061-5

INTERNATIONAL
CONGRESS ON MODERN SCIENCES-IV
"GLOBAL PROSPECTS FOR MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND EDUCATION"
Based on Order No. 490 of the Minister of Higher Education, Science and Innovation dated December 27, 2024



CHDPU
CHIRCHIQ DAVLAT
PEDAGOGIKA UNIVERSITETI



UPI

The
Education
University



Excellence in
Learning Innovation



PROCEEDINGS BOOK

Volume-2

Science Uzbekistan INTERNATIONAL CONGRESS ON MODERN SCIENCES-IV

"GLOBAL PROSPECTS FOR MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND EDUCATION"

CHIRCHIK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

April 08-10, 2025 / Chirchik, Uzbekistan

Based on Order No. 490 of the Minister of Higher Education, Science and Innovation dated
December 27, 2024

Editors

Prof. Dr. Jabbor Usarov

Prof. Dr. Dostnazar Khimmataliev

Mutabar Meylieva

Kibrio Burieva

30.04.2025

by Liberty Academic Publishers, New York, USA

ALL RIGHTS RESERVED NO PART OF THIS BOOK MAY BE REPRODUCED IN ANY FORM, BY
PHOTOCOPYING OR BY ANY ELECTRONIC OR MECHANICAL MEANS, INCLUDING
INFORMATION STORAGE OR RETRIEVAL SYSTEMS, WITHOUT PERMISSION IN WRITING
FROM BOTH THE COPYRIGHT OWNER AND THE PUBLISHER OF THIS BOOK.

© Liberty Academic Publishers 2025

The digital PDF version of this title is available Open Access and distributed under the terms of the
Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits adaptation, alteration, reproduction and distribution for

noncommercial use, without further permission provided the original work is attributed. The
derivative works do not need to be licensed on the same terms.

adopted by Mariam Rasulan

ISBN: 979-8-89695-061-5

**O'QUVCHILARNING FUTBOL O'YIN JARAYONIDA HARAKATLANISHI VA ULARNI
NAZORAT QILISH XUSUSIYATLARI**

Anorboyev Bekmurod Dilmurod o'g'li
Chirchiq davlat pedagogika universiteti o'qituvchisi

Sadikov Sirojiddin Jaloliddin o'g'li
Chirchiq davlat pedagogika universiteti 2-kurs talabasi

Noraliyev Asilbek Ibrohim o'g'li
Chirchiq davlat pedagogika universiteti 2-kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqola futbolchilar mashg'ulotlarda umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikni oshirish uchun qisqacha ma'lumot bayon etilgan.

Kalit so'zlar: futbol, sport, faoliyat, muvaffaqiyat, mashg'ulot, jismoniy sifat, ijobiy, tayyorgarlik.

Futboldagi yangi va samarali usullarining paydo bo'lishi futbolchilarning harakatlari yuksak darajada bo'lishini talab etmoqda. Har bir futbolchi bir o'yin davomida jamoasining g'alaba qozonishi uchun ko'pgina harakatlar bajarishadi.

Mutaxassislar futbol o'ynash uchun kamida uchta muhim qobiliyatgaega bo'lishlikni ta'kidlashadi. Ya'ni bu, jismonan rivojlangan, o'yin texnikasini egallagan va maydonda o'zini yaxshi tuta oladigan bo'lishlari kerak.

Ko'pgina futbol bo'yicha mutaxassislar R.A.Akramov, M.A.Godik, Yu.N.Lopachev, G.M. Sergeev, I.A. Koshbaxtiyev, A.I. Talipjanovlar o'z ishlarida futbolchining o'yindagi to'p bilan, to'psiz va o'yindagi boshqa holat harakatlarini tekshirishgan, ilmiy tadqiqot ishlari olib borishgan.

Bizga shu narsalar ma'lumki, futbolchining maydondagi asosiy harakatlariga: yurish, yugurish, to'p bilan yurish, to'p bilan yugurish, sakrashlar, to'pga zarba berish, to'pni to'xtatish, to'pni yon chiziqdan tashlash, fintlar, podkat tashlash va raqib bilan to'p uchun kurashish harakatlari kiradi. Bundan ko'rinib turibdiki, futbol mutaxassislari (o'z tadqiqot ishlarida) futbolchilarning yuqorida ta'kidlangan harakatlarini o'rganishgan va ularni takomillashtirish kerakligini izoxlab o'tishgan. Futbol mutaxassisi Yu.M.Arestov futbolchining maydondagi asosiy harakati bu yugurishidir deb ta'kidlangan edi.

Mazkur tadqiqotlarda futbolchilarning yugurish harakatlarida, ya'ni futbolchilar o'yindagi to'p bilan yugurishlari, to'psiz yugurishlari, futbolchilar tomonidan 9-12 km bosib o'tishini va bu kursatkich keyinchalik 12-14 km ga etishini e'tirof etgan. Xaqiqatdan ham bu ko'rsatkichni o'sishini biz hozirgi futbolimizda ko'rishimiz mumkin. Bo'lib o'tgan jahon chempionatlarida ko'pgina futbol mutaxassislari futbolchilarning bir o'yindagi xar qanday holatdagi yugurishlarini kuzatishgan. Bunda ular futbolchining sekin yugurishi va tezkor yugurishi, maksimal tez yugurishi va to'p bilan yugurishini o'rganishgan.

Futbol o'yinida futbolchilarning asosiy harakatlaridan bir to'p bilan muomalada bo'lishi, ya'ni to'p bilan harakatlanishlar bo'lib, unda futbolchilar to'pga zarba berish, bosh va oyoq bilan maydondagi aldamchi harakatlari, raqibi bilan to'p uchun kurashishi, to'pni olib yurish va to'pni to'xtatish harakatlarini bajarishadi.

N.M. Lyukshinov o'zining tadqiqot ishlarida futbolchining bir o'yindagi to'p bilan harakatlarini kuzatgan. Uning kuzatishicha futbolchining to'pga zarba berishi 37,6% ni, raqibi bilan to'p bilan uchun kurash va fintlar 20,8%, tupni olib yurish 17,7% ni va to'pni tuxtatishlar 23,9% ni tashkil etishini ko'rsatgan. To'pga zarba berishda 83,4% - oyoqda, 16,6% bosh bilan berilar ekan. SHulardan futbolchilar tomonidan oyoqda beriladigan zarbalarining oyoq tovonining ichki qismi bilan 26,5% oyoq yuzasining yon qisim bilan 30,3% eng ko'p zarbalar berilar ekan.

Raqib jamoasining darvozasiga to'p yo'llash, xar bir jamoa futbolchilarning asosiy maqsadidir. Futbolchilar tomondan darvoza tomon yo'llangan zarbalarining oyoqning qaysi qismida samarali bajarilishini M.S. Brilning ishlaridan bilib olishimiz mumkin. Bu jadvaldan shuni kurishimiz mumkinki, darvoza tomon to'g'ri, aniq gol bilan tugallangan zarbalar oyoq qobirg'asining o'rta qismi bilan yo'naltirilgan.

O'yin davomida futbolchilar tomonidan bajariladigan yana bir harakatlar-bu sakrashlar va aylanma harakatlardir. Havodagi to'p uchun kurashishda ko'pincha futbolchilar bosh bilan, darvozabon esa qo'l

bilan sakrab to'pga egalik qilishadi. Aylanma harakatlarini esa futbolchilar aldanchi harakatlar, akrobatik harakatlar, ya'ni o'yin sharoitiga qarab bunday harakatlarni bajarishadi. Bunday harakatlar futbolda deyarli o'rganilmagan.

Vengriyalik futbol mutaxassisi A.Chanadining e'tirofi etishicha, futbol texnikasining o'z chegaralari bor. U hamma narsani hal qilmaydi, lekin u siz hech bir yutuqqa erishib bo'lmaydi.

Texnik usullar, bu futbol o'yini vujudga keltirish natijasi demakdir. Yuksak futbol natijalariga erishish ko'p jixatdan futbolchining an shu xilma xil vositalarni qanchalik to'liq bilishsa, raqib jamoa o'yinchilarni qarshilik ko'rsatayotgan, ko'pincha charchoq ortib borayotgan sharoitda o'yin faoliyatidagi turli holatlarda ularni qanchalik mahorat bilan, samarali qo'llanishga bog'liq.

O'yin taraqqiyotining yuz yildan ortiq tarixi mobaynida futbol texnikasida muayyan o'zgarishlar bo'ldi. Bu taraqqiyotning asosiy yo'nalishlari quyidagilardan iborat: boshning chakka qismi va orqasi bilan zarba berish, to'pni boldir bilan to'xtatish singari an'anaviy bo'lmagan usullarni qo'llash ancha kamayib ketdi.

O'yin jarayonida yangi rivojlangan texnikalar, oyoq yuzi bilan zarba berish, to'pni son va ko'krakda to'xtatishlar, aldash harakatlaridan foydalanish shubhasiz samaradorlikni oshiradi.

Hozirgi futboldagi texnik usullar o'yin harakatlari tezligi va aniqligini oshirish uchun kuchdan etarlicha tejab foydalanish imkonini beradigan, biomexanika nuqtai nazaridan maqbul harakat tizimi bilan xarakterlanadi.

Futbol texnikasini o'zlashtirib olishdagi qiyinchiliklar, aftidan, shu bilan izohlanadiki, bunda to'pni oyoq va bosh bilan o'ynatish zaruriyati, buning ustigaraqib bilan qattiq olishish zarurati tug'iladi.

Mutaxassislarning kuzatishlaricha, futbolchi maksimum o'yin davomida to'p bilan 50 martadan 100 martagacha uchrashishni hisoblab chiqadilar. Ammo bundan qisqa vaqt davomida (o'rtacha 2-3 min) tunga ega bo'lish bilan o'yin vaziyatdagi texnik priyomlarni bajarishni hajmi, turli-tumanligi, samaraligi, tezkorligi katta malakani talab etadi.

Maydon o'yinchisining to'p egallash texnikasiga quyidagi gruppadagi usullar kiradi: oyoqda beriladigan zarbalar (6 usul), boshda beriladigan zarbalar (2 usul), to'pni oyoqda to'xtatish (6 usul), gavda bilan to'xtatish (2 usul), oyoq bilan qilinadigan fintlar (4 usul), bosh bilan qilinadigan fintlar (3 usul).

O'yin vaqtida qaysi texnik priyom qancha miqtorda ijro etilishi futbolchilarning o'yindagi funkstiyalariga bog'liq. Texnik usullarni ijro etish sifat esa maydon o'yinchilarning hammasida yuksak darajada bo'lishi kerak.

Futbol o'yinlarida asosiy texnik harakat bu to'pga zarba berish va to'pni uzatish texnikasidir. To'pga oyoq, bosh bilan turli usullarda zarba beriladi. To'pga oyoq bilan zarba berish oyoq kaftining ichki tomoni bilan, oyoq uchi bilan, tovon bilan bajariladi.

Oyoq yuzasining o'rta qismi bilan to'pni tepish futbolchilarning darvozaga va uzoq masofaga to'pni zarb bilan eng kuchli zarba berish usulidir. Buni bajarilish texnikasi quyidagicha: mo'ljal va to'pga nisbatan yugurish bir chiziq yo'nalishda bo'ladi. Oyoq va tebranish harakati oyoq oldi, hamda orqa qismi bilan bajariladi. Tayanish tomondan boshlanadi. To'pni va tizza bo'g'imini birlashtiradigan shartli chiziq o'qi tepish vaqtida qat'iy tik holatida katta bo'lish zarbini juda aniq va kuchli bajarish imkonini beradi.

Futbol texnikasida aldash harakatlarining quyidagi asosiy priyomlari ko'zga tashlanadi: qocha turib aldash, zarba berib aldash, to'pni tepib aldash. Bu fintlarni va ularning turlarini bajarishning xilma-xil usullari bor.

Aldash harakatlarning texnikasini taxlil qilinganda ikkita umumiy bosqich ajratib ko'rsatiladi. Bulardan biri tayyorlov bosqichi bo'lsa, ikkinchisi asl niyat amalga oshirish bosqichidir. Aldash harakatlarni birinchi bosqichda raqibda qarshilik ko'rsatish uchun javob reakstiyasi qanday bo'lishini belgilab beradi. Ikkinchi bosqichda aldash harakatiga javoban raqib reakstiyasidan keyin futbolchining asl niyati amalga oshiriladi.

V.I. Simakov e'trofiga o'yindagi vaziyat va taktik mulohazalarga qarab variantlar ko'p bo'lishi asl niyatni amalga oshirish bosqichga xos xususiyatdir. Fintlarni bajarishda to'p bilan qochib qolish, kelayotgan to'pni tepmay sherigiga o'tkazib yuborish hamda shularning birgalikdagi turli variantlari qo'llaniladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Akramov R.A. Igrovie i trenirovochnie nagruzki v futbole. Uchebnoe posobie. T., izd. Ibn Sino, 2002.
2. Akramov R.A. Yosh sportchilarni tanlab olish va tayyorlash. T., izd. Meditsina, 1989.
3. Bulkin V.A. pedagogicheskaya diagnostika kak faktor upravleniya dvigatel'noy deyatel'nost'yu

INTERNATIONAL
CONGRESS ON MODERN SCIENCES-IV
"GLOBAL PROSPECTS FOR MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND EDUCATION"
Based on Order No. 490 of the Minister of Higher Education, Science and Innovation dated December 27, 2024

sportsmenov. Avtoref. dis.ped.nauk. M., 1987.

4. Godik M.A. Kontrol` trenirovochnih i sorevnovatel`nih nagruzok. M., FiS, 1980.

5. Godik M.A. Kompleksny kontrol`. Yuniy futbolist. M., FiS, 1983.

INTERNATIONAL

CONGRESS ON MODERN SCIENCES-IV

"GLOBAL PROSPECTS FOR MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND EDUCATION"

Based on Order No. 490 of the Minister of Higher Education, Science and Innovation dated December 27, 2024

Allayarova Zilola Baxtiyor qizi, Komilov Qamariddin O‘rinovich <i>O‘RTA MAKTABDA O‘QUVCHILARGA KIMYO FANIDAN TEST-SINOV TOPSHIRIQLARINI OLIB BORISHDA USLUBIY YONDASHUVLARNI O‘RGANISH</i>	996
G‘anibayeva Bayyan Sharipbay qizi <i>THE IMPORTANCE AND DEVELOPMENT STAGES OF LEXICOLOGY IN PRIMARY EDUCATION</i>	1002
Eldor I. Yuldashev <i>COMPARATIVE ASSESSMENT OF ANALGESIC PROPERTIES IN COBRA, GYURZA AND RATTLESNAKE VENOMS AND THEIR FRACTIONS</i>	1005
Parpiyeva Diyora Alim qizi, Mamatqulov Ravshanjon Solijonovich <i>THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY IN ENHANCING COGNITIVE FUNCTIONS IN ENGLISH LANGUAGE LEARNERS.</i>	1008
Маматкулов Равшан Солижонович, Баратова Лайло Рустам кизи <i>ВАЖНОСТЬ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ И ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ НА НЕРВНУЮ СИСТЕМУ, В ЧАСТНОСТИ УЛУЧШЕНИЯ СОСТОЯНИЯ В СТРЕССЕ И ДЕПРЕССИИ.</i>	1011
Anorboyev Bekmurod Dilmurod o‘g‘li <i>O‘QUVCHILARNING FUTBOL BO‘YICHA TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIK TOMONLARINI O‘RGANISH MUAMMOLARI</i>	1014
Anorboyev Bekmurod Dilmurod o‘g‘li, Jonuzoqov Umid G‘ulom o‘g‘li, Norqulov Nurbek Nurmatamat o‘g‘li <i>FUTBOLCHILARNI MASHG‘ULOTLARDA JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH.</i>	1016
Anorboyev Bekmurod Dilmurod o‘g‘li, Sadikov Sirojiddin Jaloliddin o‘g‘li, Noraliyev Asilbek Ibrohim o‘g‘li <i>O‘QUVCHILARNING FUTBOL O‘YIN JARAYONIDA HARAKATLANISHI VA ULARNI NAZORAT QILISH XUSUSIYATLARI</i>	1018
Quysinova O‘g‘iloy Baxtiyor qizi, O‘lmas Saidov <i>ALISHER NAVOIY ASARLARIDA NUTQ ODOBI VA NOTIQLIK SAN‘ATI</i>	1021
Ergasheva Diyoraonu Oybek qizi, O‘lmas Saidov <i>“SO‘Z MULKINING SULTONI” – ALISHER NAVOIYNING BETAKROR IJODIY OLAMI</i>	1023
G‘aniyeva Asila Shokir qizi, O‘lmas Saidov <i>QIPCHOQ DIALEKT VA ETNOGRAFIKALARINI YAXLIT O‘RGANISH MUAMMOLARI</i>	1025
Suyunova Farzona Yusuf qizi, O‘lmas Saidov <i>O‘ZBEK TILINING O‘G‘UZ LAHJASI: FONETIK, LEKSİK VA GRAMMATİK XUSUSIYATLARI</i>	1028
Шукурова Мадина Абдураимовна <i>ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЕ: ВЫЗОВЫ, ВОЗМОЖНОСТИ И ИНСТИТУЦИОНАЛЬНЫЕ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ</i>	1030
Фахридинова Л.И., Хамракулова О.А. <i>РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ОШИБКИ В РУССКО-АНГЛИЙСКОМ ПЕРЕВОДЕ И СПОСОБЫ КАК ИХ ИЗБЕЖАТЬ.</i>	1032
Исмаилова Хурлиман Нажиматдиновна <i>АНТИУТОПИЯ КАК ЖАНР В ЛИТЕРАТУРЕ XX ВЕКА</i>	1034